

## الطمأنينة النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الملك خالد

(دراسة عملية)

إعداد

د. يحيى عبد الله الراجحي (\*)

د. خالد ناهس الرقاص (\*)

مقدمة:

يسعى الإسلام في تشريعاته المختلفة إلى ترسيخ شخصية إنسانية متوازنة في شتى جوانبها المختلفة، وقد حظيت الطمأنينة النفسية بقدر كبير من الاهتمام من قبل الباحثين في شتى المجالات النفسية والاجتماعية والدينية.

وبفحص محتوى الطمأنينة النفسية نجدها تستمد معناها من أساسيات الدين فالإيمان بالله واليوم الآخر والحساب والقضاء والقدر والنظر إلى الدنيا على إنها زائلة كل هذه الثوابت التي يؤمن بها الإنسان المسلم تؤدي إلى أمنه النفسي وصقله بالاتزان والطمأنينة وتحلله من الاضطراب والقلق وتقود إلى راحة البال فلا يرتاب ولا يشك فيه مصداقاً لقوله تعالى {وَمَا جَعَلَ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُم بِهِ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ} آل عمران ١٢٦، فكلما قويت درجة إيمان الفرد زادت قدرته على مواجهة الأخطار التي تهدد أمنه (الصنيع، ١٩٩٥).

ويحظى التراث النفسي الإسلامي بالكثير من الشواهد على أهمية الشعور بالطمأنينة النفسية حيث قال تعالى في سورة الفجر {يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ {٢٧} ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً {٢٨} فَادْخُلِي فِي عِبَادِي {٢٩} وَادْخُلِي جَنَّاتِي {٣٠}، وكما ورد عن سلمة بن عبيد الله بن مخصن الخطمي، عن أبيه - وكانت له صحبة - قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (من أصبح منكم آمناً في سربه، معافى في جسده، عندة قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا) (الألباني، ٢٠٠٣).

وتحتل الطمأنينة النفسية مكانة عالية لدى الباحثين، وتكمن أهمية هذه المكانة في كونها مدخل لتحقيق التوافق النفسي، فالحاجة إلى الأمن من أهم الحاجات النفسية التي تؤسس عليها الحاجات النفسية الأخرى. فالطمأنينة النفسية تتضمن إشباع حاجات الفرد التي تثير

(\*) أستاذ مساعد بقسم علم النفس - كلية التربية جامعة الملك خالد - أبها

دوافعه بما يحقق له الرضا عن النفس، والارتياح، وخفض من التوتر الناشئ عن الشعور بالحاجة، وتوفير الهدوء النفسي والاطمئنان لديه (الثل وأبو بكر، ١٩٩٧).

ويمثل الشعور بالطمأنينة النفسية\* أحد مظاهر الصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتهما، فلقد أشار عدد من العلماء والمفكرين عن أن أبرز المؤشرات الإيجابية للصحة النفسية والتي منها شعور الفرد بالأمن النفسي والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين (مصطفى، ٢٠٠٠).

ويتفحص أدبيات علم النفس نجد أن ماسلو\* يعرف الطمأنينة النفسية أو كما يطلق عليها "الأمن النفسي Psychological Security" بأنها تمثل شعور الفرد بالقبول والانتماء والألفة، وندرة الشعور بالتهديد والخطر والقلق، بصورة تعكس حقيقة الجنس البشري بأنه ودود وخير، ويشعر بالثقة نحو الآخرين والتسامح معهم، والتعاطف والتعاون والسعادة والاستقرار العاطفي، والميل إلى الانطلاق والتجاوب مع الواقع، فضلاً عن الخلو من الاضطرابات العصائية (Maslow, ١٩٧٢).

ويتفق إريكسون مع ماسلو في أن الأمن النفسي والحب والثقة في الآخرين يقابلها حاجات أساسية يؤدي إشباعها خاصة في السنوات المبكرة من الطفولة إلى سيادة الإحساس بالطمأنينة النفسية في المراحل العمرية اللاحقة. إن المرحلة الأولى (الثقة مقابل عدم الثقة) والمرحلة السادسة (الود مقابل الإنعزال) في تصنيف إريكسون للمراحل الثمان في النمو النفسي الاجتماعي تعكس هذه الرؤية، فالطفل في السنتين الأولين لم يتحقق له الحب ويشعر بالأمن فقد ثقته في العالم من حوله وطور مشاعراً من عدم الثقة في الآخرين بالإنعزال والابتعاد عنهم وكذلك الحال في بداية سن العشرينات، ففشل المراهق في تطوير علاقات حميمة مع الآخرين يجعله يميل إلى الوحدة والعزلة (Erikson, ١٩٦٣).

وباستقراء ما سبق تظهر أهمية الإحساس بالطمأنينة النفسية وتأثيرها على كافة نشاطات الإنسان والتي من أهمها الشعور بالصحة النفسية، والجسدية، ومستوى التدين. فكلما كان الإنسان مطمئن البال سكن قلبه، وارتفع مستوى تحصيله وأدائه، مما ينعكس

---

\* يستخدم الباحثان الطمأنينة النفسية و الأمن النفسي للتعبير عن مفهوم واحد.

\* ينتقد ماسلو علم النفس لإسهابه في التعامل مع ضعف الإنسان بدلاً من اهتمامه بجوانب قوته (يوسف، ٢٠٠١).

على مستوى صحته النفسية والبدنية، ومستوى تدينه، فقد وجد (ابوبكر، ١٩٩٣) في دراسته أن هنالك علاقة ذات دلالة إحصائية بين القيم الدينية والأمن النفسي. ومن الملاحظ بأنه وعلى الرغم من حجم الدراسات والتي تعكس اهتماماً واسعاً بهذه الظاهرة، التي تمت على المستوى العربي والعالمي إلا أن هناك ندرة على المستوى المحلي تستدعي البحث في موضوع الطمأنينة النفسية؛ خاصة في ظل ما يشهده المجتمع السعودي بمختلف شرائحه ومؤسساته من تحولات اجتماعية، وثقافية، واقتصادية متلاحقة وبالذات، في أوساط الطلبة الجامعيين الذين يعتبرون في نظر الكثير من علماء نفس الأكثر قابلية واستعداداً للتأثر بالضغوط النفسية، وهو ما تسعى هذه الدراسة إلى تحقق منه، من خلال الوقوف على طبيعة البناء العاملي للطمأنينة النفسية، من خلال تصميم مقياس للكشف عن تلك الأبعاد في الثقافة السعودية، وذلك كخطوة أولية نحو قياس كفاء لجانب مهم في الشخصية الإنسانية يجمع بين المنظور الإسلامي والدراسات النفسية الحديثة. فضلاً عن الكشف عن بعض العوامل المؤثرة (المتغيرات) في الطمأنينة النفسية من قبيل الصحة النفسية، والتدين، والصحة الجسمية.

#### مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

باستقراء ما تم عرضه يتضح أن الطمأنينة النفسية تمثل دعامة أساسية للصحة النفسية والجسمية على المستوى الفردي والمجتمعي، كما تعد الطمأنينة نتاجاً حتمياً لإشباع الحاجات النفسية المختلفة شريطة توفر البيئة الاجتماعية المطمئنة. ولقد كشفت دراسة في الثقافة المحلية أجريت على عينة من الطلاب في المرحلتين المتوسطة والثانوية عن أن الحاجة إلى الطمأنينة تأتي في مقدمة الحاجات النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية التي يجب إشباعها (المفدى، ١٩٩٤). لذا فإننا إزاء متغير هام في الشخصية الإنسانية يحتم علينا الكشف عن أبعاده النوعية المكونة لها، وكخطوة أولى في سبيل الوصول لهذه الغاية، يستلزم علينا إعداد مقياس لأبعاد الطمأنينة النفسية في ظل الندرة النوعية للمقاييس التي تقيس أبعاد الطمأنينة النفسية، فضلاً عن عدم توفر مقياس في الثقافة المحلية يُبين التفسير الإسلامي للطمأنينة النفسية بجانب التفسير السيكولوجي للطمأنينة النفسية. لذا سعى الباحثان لإجراء تلك الدراسة بهدف الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ١- ما الأبعاد الأساسية التي تنتظم فيها الطمأنينة النفسية لدى طلاب الجامعة؟
- ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الطمأنينة النفسية تبعاً لمتغيرات الصحة النفسية، والصحة الجسمية، والتدين لدى عينة الدراسة؟

### أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية للدراسة الحالية في جانبين هما: الجانب النظري المتمثل في الوقوف على طبيعة البناء العاملي لأبعاد الطمأنينة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك خالد. ويتمثل الجانب التطبيقي في إعداد مقياس للطمأنينة النفسية يستدخل التصور الإسلامي للطمأنينة إلى جانب الفهم سيكولوجي، حتى تتمكن استخدامه في الدراسات المستقبلية.

### أهداف الدراسة:

تهدف للدراسة الحالية إلى الكشف عن الأبعاد الأساسية التي تنتظم فيها الطمأنينة النفسية في ضوء التصور الإسلامي، والدراسات النفسية الحديثة، لدى طلبة جامعة الملك خالد، كما تسعى للدراسة إلى الكشف عن مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من مستوى الطمأنينة، الصحة النفسية، الصحة الجسمية، والتدين لدى أفراد العينة.

### مصطلحات الدراسة:

**الطمأنينة النفسية:** في ضوء ما تم الوقوف عليه من ملامح للطمأنينة وبعض أبعادها الفرعية كما كشفت عنه تصورات واجتهادات الباحثين السابقين يتسنى لنا استخلاص تعريف قوامه شعور الفرد بالأمن الاطمئنان والسكينة والقبول الاجتماعي نتيجة لتطبيقه أساليب تعامل إيمانية تؤدي بدورها إلى خفض مشاعر سوء الطن والتوتر عند تعرض إشباع حاجته إلى الخطر، وتحدد الطمأنينة النفسية إجرائياً بما يقيسه مقياس الطمأنينة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية.

**الصحة النفسية:** تُعرف الصحة النفسية في ضوء تمتع الفرد ببعض الخصائص الإيجابية التي تساعد على حسن توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته (اجتماعية أو مادية)، وكذلك تحرره من تلك الصفات السلبية أو الأعراض المرضية (القيطي والشخص، ١٩٩٢). وتحدد الصحة النفسية إجرائياً بما يقيسه مقياس الصحة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية.

**السلوك الديني:** يرى الذهبي بان التدين يتمثل في التمسك بعقيدة معينة يلتزم الإنسان في سلوكه فلا يؤمن إلا بها، ولا يخضع إلا لها، ولا يأخذ إلا بتعاليمها، ولا يحيد عن سنتها وهدايا، ويتفوت للناس في ذلك قوة وضعفاً، حتى إذا ما بلغ الضعف غايته عد ذلك

خروجاً عن الدين وتمرداً عليه(القحطاني، ١٩٩٦). ويتحدد مستوى التدين إجرائياً بما يقيسه مقياس السلوك الديني المستخدم في الدراسة الحالية.

**الصحة الجسمية:** تعنى شعور الفرد بالسلامة من الأمراض و الإحساس بالراحة الجسمية، والبعد عن الإنهاك والتعب الجسدي الناتج عن الشعور بالتهديد والتوتر النفسي. وتتحدد الصحة الجسمية إجرائياً بما يقيسه مقياس الصحة الجسمية المستخدم في الدراسة الحالية.

### الإطار النظري والدراسات السابقة:

يقصد بالطمأنينة "السكون والاستقرار، فهي (أي النفس) التي سكنت إلى ربها، ولم تسكن إلى سواه، فقد طمأنت إلى محبته و عبوديته و ذكره، واطمأنت إلى أمره ونهيه وخبره، واطمأنت إلى لقائه ووعده، واطمأنت إلى التصديق بحقائق أسمائه"(ابن قيم الجوزية، ١٤٠٣). وتظهر أهمية الطمأنينة النفسية في كونها مدخل لتحقيق التوافق النفسي، فالحاجة إلى الأمن من أهم الحاجات النفسية التي تؤسس عليها الحاجات النفسية الأخرى. فالطمأنينة النفسية تتضمن إشباع حاجات الفرد التي تثير دوافعه بما يحقق له الرضا عن النفس، والارتياح، وخفض من التوتر الناشئ عن الشعور بالحاجة، وتوفير الهدوء النفسي والاطمئنان لديه (التل وأبو بكر، ١٩٩٧).

وبالتالي يرتقى نحو تحقيق الحاجات الأخرى. فتلك المشاعر تمثل من منظورنا الإسلامي نتاجاً طبيعياً للتمسك بالمبادئ الإسلامية، مصداقاً لقوله تعالى ﴿وَمَا جَعَلَ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُمْ بِهِ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ﴾ آل عمران ١٢٦. وملخص ذلك أن الأيمان بالله، وملانكته، وكتبه، ورسله، وبالقدر خيره وشره، وغيرها من الثوابت التي يؤمن بها المسلم، تعد داله لمشاعر الطمأنينة. كما تتجلى أهميتها في أنها تمثل قيمة دينية لها صلة وثيقة بعدد من السمات الدينية الايجابية منها التوكل على الله، والصبر عند الشدائد، ويقول تعالى { اسْمِعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ } البقرة ١٥٣ ، فضلاً عن الرضا والقناعة\* التي تشعر المؤمن بأنه قريب من الله فيطمئن إلى قدرة الله تعالى مصداقاً لقوله صلى الله عليه وسلم "(مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرْبِهِ، مُعَافَى فِي جَسَدِهِ، عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمَهُ، فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا)(الألباني، ٢٠٠٣). ويشير الحديث النبوي إلى ثلاث عناصر هامة

---

\* القناعة تعنى أن يرضى الإنسان بما وهب الله له، فلا يعيش متمنياً ما لا تيسر له، منطلقاً إلى ما وهب لغيره ولم يوهب إليه، فالقناعة بما رزق الله هي الدواء الناجع والبلسم الشافي(القرضاوي، ١٤٠٥)

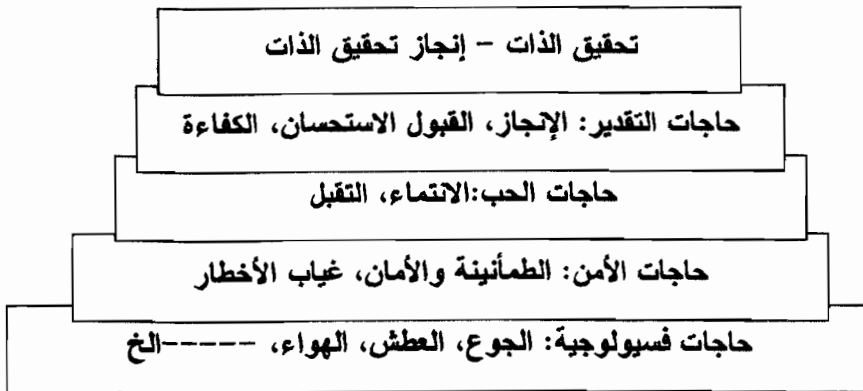
هي: شعور الإنسان بالأمان في جماعته، والعافية في بدنه، وقناعته بالقليل، وهي مقومات أساسية للصحة النفسية لأنها من أهم العوامل على بعث السعادة والطمأنينة (التل وأبويكره، ١٩٩٧).

فحينما يؤمن الفرد بأن الله هو مدبر الكون، وأمره نافذ في خلقه تهدأ نفسه، وتطمئن نفسه، فيتمثل في تقوى الله مصداقاً لقوله تعالى { وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجاً } {٢} وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْسِبُ { الطلاق ٢-٣. حينئذ نجد أن الطمأنينة النفسية دالة للصحة النفسية، فهناك مؤشرات عدة تشير إلى أن المستوى المرتفع من الطمأنينة النفسية للفرد ترتبط إيجابياً برضا الفرد عن ذاته، وتبني مفهوم إيجابياً عنها (Kiosseoglou & Leondari, ٢٠٠٠).

ومن أبرز سبل تحقيق الطمأنينة النفسية التسليم بحكم الله تعالى { فَلَا وَرَبِّكَ لَا يُؤْمِنُونَ حَتَّى يُحَكِّمُوكَ فِيمَا شَجَرَ بَيْنَهُمْ ثُمَّ لَا يَجِدُوا فِي أَنفُسِهِمْ حَرَجاً مِمَّا قَضَيْتَ وَيُسَلِّمُوا تَسْلِماً } النساء: ٦٥، ثم الصبر على ذلك القدر: { وَأَنْ تُصْبِرُوا خَيْرٌ لَكُمْ } النساء: ٢٥، ويقتضى ذلك الرضا والقناعة؛ لتحقيق الطمأنينة النفسية والسكون إلى أن اختيار الله للعبد هو الأفضل كما قال النبي صلى الله عليه وسلم" والذي نفسي بيده، لا يقضي الله للمؤمن قضاءً إلا كان خيراً له. إن أصابته سراء شكر، فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له. وليس ذلك إلا للمؤمن"، وفي ذلك ملامحة لمقتضى الطبيعة، ويجد العبد من خلالها حلاوة الإيمان؛ وسرور النفس؛ وقررة العين؛ وحياة القلوب والتخلص من الشر الذي ينبعث من عدم التسليم لله وأحكامه ومفعولاته. فلا يأسى على ما فاته ولا يخاف على ما آتاه (ابن قيم الجوزية: ١٤٠٨هـ - ج ٢: ١٥٢-١٧٨). فالمبيان النفسي للطمأنينة يمكن أن يقاس بقوة إيمان الفرد بالله سبحانه وتعالى، كما في قوله تعالى { الَّذِينَ آمَنُوا وَطَمَّئِنُ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا يَذَكِّرُ اللَّهُ طَمَّئِنُ الْقُلُوبِ } {٢٨} الرعد ٢٨. فالطمأنينة الإيمانية تقضي طمأنينة الفرد اعتقاداً وعملاً. كما تقوم الطمأنينة النفسية بدورها كمعزز لبعض القيم لدى الفرد كالتواضع باعتباره ينطوي على نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك (الأنصاري، ٢٠٠٣). والتوقع المستقبلي للأفضل إيماناً بقوله تعالى { فَعَسَى اللَّهُ أَنْ يَأْتِيَنَّكَ الْفَتْحُ أَوْ أَمْرٌ مِنْ عِنْدِهِ } المائدة: من الآية ٥٢ في ظل ما سبق سنجد أن

الطمأنينة النفسية تمثل جملة من المشاعر الإيمانية القائمة على الاستقرار النفسي؛ لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي(الخراسي،٢٠٠٣).

وحين تنتقل إلى أدبيات علم النفس سنجد أن ماسلو يعرف الطمأنينة النفسية أو كم يطلق عليها "الأمن النفسي Psychological Security" بأنها تمثل شعور الفرد بالقبول والانتماء والألفة، وندرة الشعور بالتهديد والخطر والقلق، بصورة تعكس حقيقة الجنس البشري بأنه ودود وخير، ويشعر بالثقة نحو الآخرين والتسامح معهم، والتعاطف والتفاوض والسعادة والاستقرار العاطفي، والميل إلى الانطلاق والتجارب مع الواقع، فضلاً عن الخلو من الاضطرابات العصائية(Maslow ,١٩٩٩)، ويعبر هرم ماسلو للحاجات Maslow's Hierarchy of Needs عن الحاجة الفسيولوجية، و الحاجة للأمن، والحاجة للحب و الانتماء، والحاجة لتقدير الذات، والحاجة لتحقيق الذات وأكثرها إحاحاً يسيطر على الشعور بالحاجات الفسيولوجية، ويحرك الفرد نحو الطريق المناسب لإشباعها، أما الحاجات المشبعة فتقل أهميتها وقد تهمل، ولكن عندما تشبع حاجة معينة تظهر الحالة التالية لتأخذ دور سابقتها في تنظيم السلوك. فأقوى الحاجات هي الحاجات الفسيولوجية ولا يسعى الفرد إلى إشباع حاجات الحب والانتماء مثلاً إلا بعد إشباع الحاجات الفسيولوجية وحاجات الأمن والطمأنينة، وإذا حصل تعارض بين الحاجات الدنيا والحاجات العليا بالقوة نفسها فالحاجات الدنيا هي التي تسيطر وتظهر حتى يتم إشباعها (Gage & Berliner , ١٩٨٢). ويوضح الشكل رقم(١)هرم ماسلو للحاجات على النحو التالي:



شكل (١) هرم ماسلو للحاجات(نقلا عن: دافيدوف،٤٤١،١٩٩٢)

ويفحص التنظيم الهرمي لماسلو نجد أن الحاجات الأربعة الأولى تعد حاجات أساسية، حيث يؤدي عدم إشباعها إلى خلل وقلق يدفع بالشخص إلى محاولة إشباعها لاستعادة التوازن وخفض القلق المرتبط بعدم الإشباع، ولذا تعرف بأنها الدوافع المبنية على الحاجات **Need-based Motivation** والتي تظهر كنتيجة للخلل في إشباع الحاجات الأساسية، أما المستوى الأعلى وهو تحقيق الذات، **(Needs-deficiency (D-values/or Motivations)**، فيمثل أعلى مستويات النضج والنمو والإحساس بالوجود، ولذا يرى ماسلو إن الفرد يكون مدفوعاً في هذا المستوى بنوع آخر من الدوافع لا تعتمد على نقص في إشباع الحاجات بل بالرغبة في النمو، ولذا يسميها دوافع الوجود **Being Motivation** أو أيضاً دوافع النمو (Maslow, 1999) **Growth Values/ or Motivations (B- Values)**؛ عسيري، ٢٠٠٥).

كما فسرت نظرية أريكسون- النمو النفس اجتماعي- ذلك من خلال تقسيمه لدورة حياة الإنسان إلى ثمان مراحل، تبدأ كل منها بظهور أزمة **Psychosocial Crisis** نفس/اجتماعية، وتسعى الأنا جاهدة لحل هذه الأزمة، وكسب فاعليات، جديدة تزيدها قوة، وتجعلها قادرة على مواجهة مصاعب الحياة. كما أن تحقق مطالب الأنا عبر مراحل النمو النفسي الاجتماعي وخلال عملية التنشئة هو الذي يحقق الصحة النفسية. ويؤثر حل الأزمات في كل مرحلة سواء بشكل إيجابي أو سلبي على حل الأزمات في المراحل التالية، فهي مراحل متعاقبة ومتسلسلة تتأثر كل منها بما يسبقها من مراحل، ففي السنة الأولى من عمر الطفل تقابل مرحلة الثقة مقابل عدم الثقة **Trust vs. Mistrust**: المطلب الأساسي للنمو خلال العام الأول، كما أنها البذرة الأولى للإحساس بهوية الأنا **Trust** ويعتمد اكتساب الطفل الرضيع للثقة على نوعية العلاقة مع أمه، حيث تؤدي **Ego Identity** للرعاية السليمة إلى الحل الناجح لأزمة هذه المرحلة والمتمثلة في اكتساب الرضيع لإحساس قوي بالثقة في أمه أو من يرعاه وبالتالي في محيطه و ذاته مستقبلاً، وعلى هذا الأساس تكسب الأنا قوة جديدة متمثلة في الأمل، وعلى العكس من ذلك يؤدي الحل السلبي إلى إحساس الطفل بعدم الثقة الناتجة عن إهمال الأم للرضيع، مما يترتب عليه إحساس الطفل بعدم الثقة الشعور بالإحباط، ليس في هذه المرحلة فقط ولكن طوال حياته، وتتأثر المراحل التالية بهذا الحل السلبي وتترك بصماتها على شخصية الفرد في المستقبل (عسيري، ٢٠٠٥)، استنباطاً مما سبق نجد أن جذور الإحساس بالأمن النفسي تبدأ



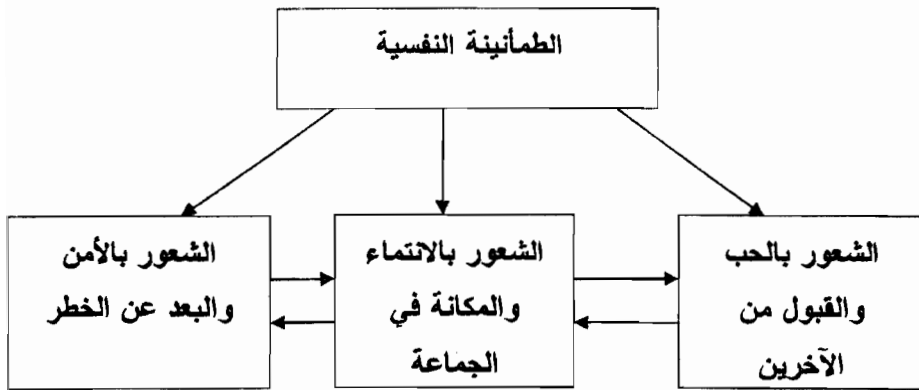
في مرحلة الطفولة، فعند فقدان الثقة والحب من قبل الوالدين، يؤثر سلباً على الفرد طوال حياته، وقد أشارت دراسة "ايلين وآخرون" إلى دور الاستقرار الأسري في نمو مظاهر الأمن والتعلق (Allen et al, ٢٠٠٤).

وإستدخالاً لدور العلاقات الاجتماعية في الطمأنينة النفسية تنظر نظرية العلاج بالواقع لجليسر **Glaecsr** إلى أن تحقيق الأمن النفسي مرتبط بإشباع الفرد لحاجاته الأساسية في البيئة الواقعية، بطريقة مقبولة اجتماعياً، وتحقيق الاندماج الوجداني مع الآخرين (سيد، ١٩٩٩).

كما أن الأفكار المنطقية(العقلانية) وفقاً لنظرية إليس **Ellis** تزيد من مشاعر الطمأنينة النفسية، وتحقيق مستوى مرتفع من الصحة النفسية مقارنة بتسرب الأفكار غير المنطقية(غير العقلانية) إلى عقل الفرد(يوسف، ٢٠٠١).

كما فسّر اريك فروم **Erick Fromm** ذلك معتبراً أن الأمن النفسي يعد قاعدة الحاجات النفسية التي ينبغي إشباعها منذ الطفولة، وإشباعها يعنى أن يتقدم الفرد نحو النمو الإيجابي، وان يتعلق بالعالم على نحو تلقائي بالحب والعمل، معبراً عن إمكاناته الجسمية والعاطفية والعقلية على نحو خلاق(عيد، ١٩٩٧).

وحيث نبحث البنية التكوينية للطمأنينة النفسية، سنجد أن ماسلو أشار إلى ثلاثة مكونات للأمن النفسي، ويوضح الشكل التالي رقم (٢) مكونات الأمن النفسي (Maslow, ١٩٩٩، ٤٥٢) وهي:



شكل (٢) مكونات الطمأنينة النفسية

ويشير ماسلو في دراساته الإكلينيكية بان تلك المكونات الثلاثة ينتج عنها عدد من المظاهر التي تمثل (بعد الطمأنينة النفسية في مقابل فقدان الطمأنينة النفسية)، ويمكننا توضيح تلك النتائج كما في الجدول التالي (حسين، ١٩٨٧؛ سعد، ١٩٩٩-١٩٩٩، Maslow)

جدول ( ١ ) مظاهر الطمأنينة النفسية ومظاهر فقدانها

مظاهر تحقيق الطمأنينة النفسية	مظاهر فقدان الطمأنينة النفسية
١ إدراك الفرد للحياة بوصفها بيئة سارة ودافئة.	شعور الفرد بالتهديد أو الخطر أو القلق.
٢ إدراك الفرد للآخرين بوصفهم ودودين وأخيار.	إدراك أن الأفراد أنانيين، عدوانيين، أشرار.
٣ الثقة بالآخرين وحبهم.	الشعور بفقدان الثقة بالآخرين أو الحسد أو الغيرة أو الكراهية نحوهم.
٤ التفاؤل وتوقع الخير.	التشاؤم واليأس.
٥ الشعور بالسعادة والرضا عن النفس.	الشعور بالشقاء والتعاسة.
٦ الشعور بالهدوء والاستقرار الانفعالي والخلو من الصراعات..	الشعور بالتوتر والإجهاد والصراع والقلق وعدم الاتزان الانفعالي.
٧ الميل إلى الانطلاق والتحرر والتمركز حول الآخرين.	الميل إلى كثرة الاستبطان والتمركز حول الذات.
٨ تقبل الذات والتسامح معها والثقة بالنفس.	الشعور بالذنب والخزي وتحقير الذات والميل إلى الانتحار والقنوط.
٩ الشعور بالكفاءة والافتتار والقدرة على حل المشكلات.	فقدان الثقة بالنفس والشعور بالنقص وقلة الحيلة.
١٠ الخلو النسبي من الاضطرابات العصابية والذماتية.	الجؤ إلى مكانيزات دفاعية ( الكبت، التبرير، الإسقاط...) لتحقيق الطمأنينة.
١١ الاهتمامات الاجتماعية (التعاون، اللطف، التعاطف...).	الميل الأنانية والفردية والتمركز حول الذات.

وباستقراء تلك المظاهر نجدها أنها تنظر إلى الأمن النفسي من خلال نظرة ثنائية القطب، ويشير الباحثون إلى ارتباط مشاعر الطمأنينة ببعض المتغيرات النفسية الإيجابية مثل تقدير الذات المرتفع ومفهوم الذات الإيجابي (Kiosseoglou & Leondari, ٢٠٠٠) ؛ كفاقي، ١٩٨٩؛ حسين، ١٩٨٧). كما يرى ديتاماسو آخرون (Ditommaso, et al أن

الأفراد المطمئنين نفسياً يكونون مشاعراً إيجابية عن أنفسهم وعلاقاتهم، فضلاً عن تمتعهم بمهارات اجتماعية متوازنة يحققون بواسطتها ارتقاءً طبيعياً وتحولاً إنسيابياً خلال مراحل نموهم (نقلاً عن: الدليم، ٢٠٠٥)، كما يشكل المراهقين المطمئنين نفسياً في ظل علاقاتهم مع والديهم توقعات إيجابية حيال أنفسهم والآخرين أيضاً، في حين يكون لغير المطمئنين نفسياً توقعات سلبية نحو أنفسهم والآخرين (Lreberman, et al, ١٩٩٩). ويفحص العواقب السلبية لانخفاض الطمأنينة النفسية سنجد أن الفرد يدفع كلفتها من رصيد صحته النفسية ومن تلك العواقب التشاؤم، والقلق، والاعتراب والاكئاب، والوحدة النفسية (الأنصاري، ٢٠٠٣؛ P: ٢٠٠٤، Allen et al, ٢٠٠٥؛ الدليم، ٢٠٠٥). كما يرتبط انخفاض مشاعر الطمأنينة النفسية بمظاهر التعصب، وضعف القدرة على التفكير الناقد والإبداع (Grout, ١٩٦٩). وفي نفس السياق يبين عدد من الباحثين إلى أن زيادة الشعور بالتوتر تعد معوقاً للقدرة الإبداعية، فضلاً عنها تؤدي انخفاض الدافعية العامة، والقدرة على الإنجاز ومستوى الطموح، والمثابرة، والحماس (خليفة، ١٩٩٧).

### الدراسات السابقة:

قام الباحثان بمسح الجهود البحثية السابقة، المتاحة، في هذا المضمار، وتبين أنه يمكن تصنيفها في الفئتين التاليتين:

\*- دراسات اهتمت ببحث طبيعية العلاقة بين الطمأنينة النفسية وبعض المتغيرات.

\*- دراسات اهتمت بدراسة الطمأنينة النفسية باعتبارها تمثل قيمة دينية.

وسنعرض بشيء من التفصيل لتلك الدراسات:

(١) دراسات اهتمت ببحث العلاقة بين الطمأنينة النفسية وبعض المتغيرات :

بفحص الدراسات السابقة الخاصة بهذا المحور وجدت دراسة مبكرة اهتمت بالكشف عن مستوى الأمن النفسي لدى طلاب كلية الينوي (Illinois Central College (ICC، واستخدمت الدراسة مقياس ماسلو الأمن/ فقدان الأمن Maslow's Security-Insecurity Inventory، وانتهت الدراسة إلى عدم وجود فروق بين طلاب في التخصصات المختلفة ( الأعمال، والصحية، والتقنية) في الأمن النفسي، كما أشارت هذه الدراسة إلى أن منخفضي الأمن النفسي يشعرون بعدم الاستقرار والقلق، فضلاً عن أن أزمة الهوية في

الحاضر والمستقبل. كما دعت الدراسة إلى الاهتمام بمشاعر الطلاب لتعزيز الأمن النفسي (Grout, 1969).

وفي دراسة عنيت بالكشف عن طبيعة فقدان الأمن وعلاقته بقوة الأنا لدى المراهقين. قام عيد (1992) بإجرائها على عينة قوامها (300) طالباً وطالبة يتراوح مدى أعمارهم (12-18). وكشفت الدراسة وجود علاقة سلبية بين فقدان الأمن وقوة الأنا، فكلما زاد فقدان الأمن قلت فاعلية الأنا (مشاعر كفاءة الفرد).

ومن الدراسات التي أجريت في الثقافة المحلية دراسة هانم ياكندري (1993) التي عنيت بالكشف عن الضغوط التي تواجه المعلم في علاقتها بالطمأنينة النفسية، على عينة قوامها (160) معلمة في مكة المكرمة. وكشفت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين تدني الإحساس بالطمأنينة النفسية ودرجة الضغوط المرتفعة.

وفي دراسة عبر ثقافية لبحث أثر الفروق في القيم على مشاعر الطمأنينة النفسية قام فوجارتى ووايت (Vogarty & White, 1994) بدراسة على عينة قوامها (122) طالباً أسترالي، و(106) طالباً أجنبي، وقد أشارت الدراسة إلى أن الطلاب الأجانب أكثر شعوراً بالأمن النفسي من أقرانهم الأستراليين.

وفي دراسة عبر ثقافية مقارنة قام بها سعد (1999) للكشف عن مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي في ثلاث ثقافات مختلفة، واشتملت الدراسة على عينات من طلاب جامعة الكويت، وجامعة دمشق، وجامعة ادنبره في بريطانيا، وقد استخدم الباحث قائمة ماسلو للشعور بالأمن النفسي. وقد وجدت الدراسة فروقاً دالة بين طلاب جامعة الكويت، وجامعة دمشق، وجامعة ادنبره في بريطانيا في الشعور بالأمن النفسي لصالح طلاب جامعة ادنبره. مما يجعلنا نتساءل عن مصدر تلك الفروق بين الثقافة العربية والثقافة الأوروبية هل يعزى إلى عينة الدراسة فعلاً أم إلى طبيعة محتوى مقياس ماسلو للشعور بالأمن النفسي؟ أما أن مقياس ماسلو يقيس الأمن بمعناه المادي الحياتي أكثر من معنى الأمن أو الطمأنينة بمعناها النفسي لما تحاول الدراسة الحالية ترسيخها؟

وفي دراسة لفحص الفروق في مستوى الطمأنينة النفسية تبعاً لبعض المتغيرات الحيوية. قام جبر (1996) بإجرائها على عينة قوامها (342) مبحوثاً، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الشعور بالأمن النفسي

لصالح الذكور، وكما أن الفئة العمرية الأقل سنّاً التي تتراوح أعمارهم ما بين (١٧-٣٠ سنة) هم الأقل شعوراً بالطمأنينة النفسية من الفئة العمرية الأكبر سنّاً، كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً بين المتزوجين غير المتزوجين في مستوى بالطمأنينة النفسية لصالح المتزوجين، بالإضافة إلى أن المتعلمين تعليماً عالياً يشعرون بالطمأنينة النفسية بدرجة أفضل من المتعلمين تعليماً متوسطاً.

وللكشف عن طبيعة العلاقة بين الأمن النفسي والتحصيل الدراسي لدى عينة من الأيتام بمدينة الرياض قام السهلي (٢٠٠٣) بإجراء دراسة على عينة مكونة من (٩٥) طالباً بالمرحلة المتوسطة والثانوية في دور رعاية الأيتام بمدينة الرياض، وخلصت الدراسة إلى وجود فروق بين مرتفعي الأمن النفسي ومنخفضي الأمن النفسي في التحصيل الدراسي لصالح الطلاب الذي يشعرون بدرجة عالية من الأمن النفسي.

وفي دراسة العقيلي (٢٠٠٤) التي هدفت للوقوف على طبيعة العلاقة بين الاغتراب النفسي والأمن النفسي لماسلو لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود، استخدمت الدراسة مقياس الأمن النفسي من إعداد الدليم وآخرون، ومقياس الاغتراب النفسي من إعداد سميره أبكر، وتكونت عينة الدراسة من (٥١٧) طالباً من جامعة الإمام محمد بن سعود، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سالبة عكسية دالة إحصائياً بين الشعور بالاغتراب و الأمن النفسي ( العقيلي، ٢٠٠٤).

كما أوضحت دراسة الدليم (٢٠٠٥) التي أجريت على عينة قوامها (٢٨٨) طالباً وطالبة من جامعة الملك سعود، أن هناك علاقة ارتباطية دالة بين تدني الإحساس بالطمأنينة النفسية وارتفاع درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة، وكذلك وجود فروق دالة بين طلبة التخصصات العلمية والأدبية لصالح طلاب الكليات العلمية في الشعور بالطمأنينة النفسية.

ويشير الباحثون إلى أن الأمن النفسي يتشكل في سنوات التنشئة الأولى بفعل أنماط التنشئة الاجتماعية إلى يمارسها الولدان وفي هذا السياق قام المومني (٢٠٠٦) بدراسة للكشف عن أثر أنماط التنشئة الأسرية (المتسامحة- المتشددة) على الطمأنينة النفسية لدى الأحداث الجانحين في الأردن، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٩) حدثاً جانحاً تراوحت أعمارهم ما بين (١٠-١٧ سنة)، وقد استخدمت الدراسة مقياس التنشئة الأسرية، ومقياس

ماسلو للأمن النفسي، وكشفت الدراسة إلى أن الأسرة التي يتسم أسلوب تنشئتها بالتسامح مع الأبناء يكون أبنائها أكثر شعوراً بالأمن النفسي من أبناء الأسر التي تتسم بالتسلط والتشدد في المعاملة.

## (٢) دراسات اهتمت بدراسة الطمأنينة النفسية باعتبارها تمثل قيمة دينية:

باستقراء واقع الدراسات السابقة التي عنيت بدراسة الطمأنينة النفسية باعتبارها تمثل قيمة دينية نفسية، ومن تلك الدراسات دراسة أوبكره (١٩٩٣) التي اهتمت بالكشف عن طبيعة العلاقة بين الجانب المعرفي المتمثل في القيم و الجانب الوجداني المتمثل في الطمأنينة النفسية، على عينة قوامها (٥٦٠) طالباً وطالبة في جامعة اليرموك. وخلصت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين الالتزام بالقيم الدينية والأمن النفسي، وكذلك وجود فروق بين الملتزمين بالقيم الدينية وغير الملتزمين بالقيم الدينية في الأمن النفسي تعزى إلى مستوى الالتزام بالقيم الدينية لصالح الملتزمين بالقيم الدينية.

وفي نفس الهدف قامت حكمت الجميلي (٢٠٠١) بدراسة الالتزام الديني والطمأنينة النفسية لدى عينة قوامها (٣٠٠) طالباً وطالبة في جامعة صنعاء، وخلصت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين الالتزام الديني والشعور بالأمن النفسي.

وفي دراسة تلتقي مع دراستنا الحالية - نسبياً - قامت شادية التل وعبدالله أوبكرة (١٩٩٧) بتطوير مقياس للأمن النفسي من منظور إسلامي على عينة قوامها (٥٤٣) طالباً وطالبة في جامعه اليرموك الأردنية، وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي للمقياس المكون من (٤٥) بنداً من الوصول إلى خمسة أبعاد للأمن النفسي على النحو التالي: الشعور بتقبل الآخرين، والاستقرار النفسي، والشعور بالأمن في الجماعة، والشعور بالراحة النفسية والجسمية، والشعور بالرضا والقناعة.

ولمعرفة أثر سماع القران الكريم على الأمن النفسي كشفت دراسة العتوم وعبدالله (١٩٩٧) على عينة قوامها (١٣٠) طالبة وزعت إلى مجموعتين: مجموعة الأولى تجريبية تعرضت إلى سماع مكثف للقران الكريم في أوقات مختلفة، والمجموعة الثانية ضابطة، وقد استخدمت الدراسة مقياس الأمن النفسي، ومقياس القيم الإسلامية من إعداد الباحثان، وأظهرت الدراسة أن مستوى الأمن النفسي لدى المجموعة التجريبية أعلى من

المجموعة الضابطة مما يدل إلى أثر سماع القرآن لكریم في تعزيز الأمن والطمأنينة النفسية.

### تعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال استقراء التراث، المتاح، المتراكم من الدراسات حول طبيعة الطمأنينة النفسية يتقدم الباحثان بعدد من الملاحظات التي من شأنها تعظيم الاستفادة منه، واستثمار الجهود المبذولة في إطاره سواء بتمثل النتائج الموثوق فيها منه وتوظيفها في الدراسة الحالية، أو بتجنب تكرار مواطن الزلل الذي شابته وتمثل تلك الملاحظات في :

١- تناولت معظم الدراسات مع الطمأنينة النفسية بشكلها العام دون تحديد أبعادها النوعية المكونة لها، بينما قليلة هي الدراسات ركزت على أبعاد نوعية للطمأنينة النفسية. لذا فإن هذه الدراسة تسعى إلى توسيع مدى الأبعاد النفسية لقياس الطمأنينة النفسية التي يتم رصدها والتعامل معها، وهو ما سيمكننا من التوصل إلى أبعاد أكثر تمثيلاً وتعبيراً عن واقع الطمأنينة النفسية.

٢- برغم ما قدمته نظريات علم النفس من تفسيرات نفسية علمية للأمن النفسي، بيد أنها ركزت على إشباع الحاجات الأساسية مما يكفل للفرد الشعور بالأمن النفسي، أو بمعنى آخر ركزت على المظاهر الخارجية للأمن النفسي (أنظر:الصنيع، ١٩٩٥)، في حين أن المنظور الإسلامي - كما ذكر أنفأ- يؤكد بالإضافة إلى إشباع الحاجات الأساسية على المعتقدات المعرفية المحققة للطمأنينة النفسية.

٣- من الملاحظ أن عدد كبير من الدراسات السابقة التي أجريت في الثقافة العربية اعتمدت على مقياس ماسلو لتقدير الأمن النفسي، مما يجعل تقديرها لمشاعر الأمن النفسي تقديراً غير مكتملاً في ظل اقتصرها على المظاهر الخارجية لسلوك الأمن النفسي. مما يستدعي إلى إعداد مقياس الطمأنينة النفسية يستدخل البعد الديني بما يتناسب مع ثقافتنا المحلية.

٤- يرتبط تحقيق مستوى مرتفع من الطمأنينة النفسية بإشباع حاجات الفرد التي تثير دوافعه بما يحقق له الرضا عن نفسه، والارتياح، وخفض من التوتر، والتحرر من الخوف التوافق، وانخفاض مشاعر القلق، والاعتراب، والوحدة النفسية (العقبلي، ٢٠٠٤؛ الدليم، ٢٠٠٥؛ المومني، ٢٠٠٦)، وفي نفس السياق يرتبط انعدام الشعور بالطمأنينة ببعض

الأعراض النفسية السلبية كالتشاؤم والقلق وغياب القيم. وبالتالي فإن الكشف عن مستوى وأبعاد الطمأنينة النفسية للفرد من شأنه الإسهام في تخطيط وتصميم برامج إرشادية في تحسين تلك المشاعر من خلال التركيز على أبعاد نوعية بعينها، والتي تعد الأكثر احتياجاً للتمية من غيرها.

٥- الغياب النسبي للدراسات التي عنيت بإعداد مقياس للطمأنينة النفسية في ثقافتنا العربية والسعودية على وجه الخصوص، أيضاً ندرة الدراسات التي عنت بأثر الطمأنينة على الصحة النفسية والجسمية والسلوك الديني، وبالتالي فإن هذه الدراسة تعد إضافة معرفية في بنية التراث النفسي العربي.

### إجراءات الدراسة:

#### منهج الدراسة:

للإجابة على تساؤلات الدراسة، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي باستخدام كل من الأسلوب العاملي المقارن، من خلاله يتم التعرف على البناء العاملي للمكونات الأساسية للطمأنينة. فضلاً عن تحليل التباين للحكم على مدى اختلاف هذه البنية باختلاف بعض المتغيرات الأخرى، واختبار شيفيه لمعرفة اتجاه الفروق الدالة ( من خلال تحليل التباين).

#### عينة الدراسة:

بلغ العدد الإجمالي لأفراد عينة الدراسة (٥٦٧) طالباً بجامعة الملك خالد يمثلون عدد من كليات وتخصصات جامعة الملك خالد والبالغ عددها ١٣ كلية، وتتراوح أعمارهم ما بين (١٩-٢٥)، والجدول رقم (٢) يوضح عدد أفراد العينة في كل كلية.

جدول (٢) بيانات العينة الكلية

العدد	الكلية
٧٠	كلية الشريعة وأصول الدين
٥٢	كلية اللغة العربية والعلوم الاجتماعية والإدارية
٦٩	كلية التربية
٦٥	كلية العلوم
٥٠	كلية علوم الحاسب
٣٠	كلية الطب



٢٠	كلية طب الأسنان
٢٦	كلية العلوم الطبية التطبيقية
٣٠	كلية الصيدلة
٤٠	كلية الهندسة
٣٢	كلية اللغات والترجمة
٤٢	كلية المجتمع
٤١	كلية المعلمين
٥٦٧	المجموع

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الطمأنينة النفسية: (إعداد الباحثين)

مر إعداد مقياس أبعاد الطمأنينة النفسية بخمس مراحل ليصل إلى صورته الحالية والمراحل على النحو التالي:

المرحلة الأولى: تضمنت الإطلاع على الجهود البحثية السابقة المعنية بالكشف عن البنود الفرعية للمقياس، من أهمها ما قدمه التراث الإسلامي (ابن قيم الجوزية، ١٤٠٨هـ؛ القرضاوي، ١٤٠٣هـ؛ الخراشي، ٢٠٠٣). كما استفاد الباحثان من الأدوات المستخدمة في قياس الطمأنينة النفسية ومن أبرزها: مقياس ماسلو للأمن - مقابل عدم الأمن (حسين، ١٩٨٧)، مقياس الأمن النفسي (تل و ابوبكرة ١٩٩٧)، مقياس فقدان الأمن (عيد، ١٩٩٣)، مقياس الأمن النفسي (تلها، ٢٠٠٤).

المرحلة الثانية: بعد ذلك تم صياغة المقياس في صورته الأولية ليشمل على (١١٠) عبارة تمثل جميع جوانب الطمأنينة.

المرحلة الثالثة: قدم المقياس في صورته المبدئية السابقة إلى عدد من المتخصصين في علم النفس الإرشادي، والصحة النفسية، في كل من جامعة الملك سعود وجامعة الملك خالد، فضلاً عن المتخصصين في العلوم الشرعية في جهات مختلفة. للكشف عما إذا

قام الباحثان بتقديم المقياس لعدد من أستاذة العلوم الشرعية والنفسية للتأكد من صحة صياغة البنود دينياً وقياسياً.

كانت تنتم صياغة البنود بالوضوح أم التعقيد؟ وما إذا كان لديهم مقترحات وملاحظات أخرى؟

المرحلة الرابعة: في ضوء ما اقترحه المحكمون من ملاحظات تم إدخال بعض التعديلات على المقياس تمثلت في دمج بعض البنود مع بعضها البعض، وجذفت بعض البنود غير المفهومة، وإدخال تعديلات في الصياغة اللغوية لبعض البنود الغامضة لتبسيطها، وبذا أصبح المقياس يتكون من (٩٤) بنداً. وقد صيغت بدائل الإجابة بطريقة "ليكرت"، ويتدرج خماسي (موافق تماماً؛ موافق؛ محايد؛ أرفض؛ أرفض تماماً). ويتضمن في صورته النهائية (٩٤) بنداً.

المرحلة الخامسة: تم إجراء تطبيق المقياس كدراسة استطلاعية لصياغة البنود حيث تم تقديم المقياس في صورته النهائية إلى مجموعة من الطلاب بجامعة الملك خالد بلغ عددهم (٣٠) طالباً، وقد طلب منهم تحديد مدى دقة صياغة البنود وفهمهم لها، وطبيعة ملاحظاتهم عليها، وقد أشار أفراد العينة الاستطلاعية إلى تعديل بعض الصياغة اللغوية لأربعة بنود.

**الخصائص السيكومترية للمقياس:**

**ثبات المقياس:**

تم تقدير ثبات المقياس بثلاث طرق على النحو التالي:

١- إعادة الاختبار: حيث أجاب عليه (٦٨) طالباً، بفواصل زمني قوامه أسبوعين، فبلغ معامل الارتباط بين إجابتيهم (٠,٧٣).

٢- التجزئة النصفية: تم حساب معامل ارتباط إجابات أفراد العينة الكلية (٥٦٧) طالباً على كل من البنود الفردية والزوجية فبلغ الارتباط بينهما (٠,٥٦) قبل تصحيح أثر الطول، وبعد تصحيحه بمعادلة "سبيرمان - براون" أصبح (٠,٧٢) وهو معامل مقبول.

---

يشكر الباحثان السادة المحكمين: محمد عبدالجابر، عبدالحكيم سليمان؛ محمد انور؛ صالح

أبو عراد، احمد عسيري، موسى آل زعلة، حسن العمري، عبدالقادر عطا، سعيد معلوي، يحيى الشهري، محمد القضاة.

٣- معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي: (كرونباخ ألفا) للأداة الكلية وأبعادها الفرعية (٠,٨٣) .

صدق المقياس:

اعتمد الباحثان على المؤشرات التالية لتقدير صدق المقياس:

١- صدق المحتوى: تم التحقق من أن المقياس يتسم بصدق المحتوى من خلال مصدرين: الأول يتمثل في أن محتوى العديد من البنود مستمد بالفعل من التراث النفسي الإسلامي ومن مراجعات العديد من الباحثين في هذا المجال، والثاني قوامه أن مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس وفي العلوم الشرعية قرروا أن تلك البنود - المستمدة من المصادر السابقة - تعبر عن وتقيس الطمأنينة النفسية.

٢- صدق تجانس فقرات المقياس: بما أن التجانس يعد شرطاً ضرورياً للصدق فقد تم بحساب مدى تجانس فقرات المقياس، حيث تم حساب معامل الارتباط المصحح بين الفقرات والدرجة الكلية وبناء عليه تم حذف الفقرات التي ارتباطها أقل من ٠,٢٠ (حيث أنه ارتباط ضعيف من الناحية الإحصائية) والفقرات التي كان ارتباطها سالباً. والفقرات التي تم حذفها هي: (٢، ٣، ١٧، ٢١، ٢٦، ٣٥، ٣٦، ٤٠، ٤٩، ٥٨، ٥٩، ٦٠، ٦٢، ٦٨، ٨٦، ٩٢، ٩٣). وقد كانت باقي الفقرات دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يعني أنها تقيس مجالاً متجانساً، وهو في هذا البحث الطمأنينة النفسية.

جدول (٣) معامل الارتباط المصحح بين الفقرات و الدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط المصحح	رقم الفقرة	معامل الارتباط المصحح	رقم الفقرة
.٣٨٠٥	٤٨	.3457	١
.١٣٠٧	٤٩	.1511	٢
.٣٥٩٤	٥٠	.1139	٣
.٢٦٧٥	٥١	.2157	٤
.٤٦٢٨	٥٢	.3235	٥
.٣٢٧٦	٥٣	.2473	٦
.٢٩٢٧	٥٤	.3587	٧
.٣٤٣١	٥٥	.2548	٨
.٣١٨٢	٥٦	.2589	٩
.٢٨٠٣	٥٧	.3252	١٠
-.١٣٢٥	٥٨	.3509	١١
.١٩٠٦	٥٩	.2830	١٢

.487	70	.2493	17
.3746	71	.2959	18
.1020	72	.2493	10
.2781	73	.3487	16
.2079	74	.1982	17
.2700	70	.3384	18
.4474	76	.3123	19
.2207	77	.3119	20
-.2127	78	.1759	21
.2104	79	.2073	22
.2286	70	.3940	23
.2992	71	.2831	24
.2147	72	.3560	20
.4690	73	.1051	26
.2200	74	.4842	27
.2386	70	.4282	28
.2142	76	.3654	29
.2474	77	.2655	20
.2476	78	.2939	21
.4216	79	.4871	22
.2222	80	.2081	23
.2010	81	.4421	24
.2011	82	.1324	20
.2072	83	.1513	26
.2287	84	.3655	27
.2100	80	.3295	28
.0977	86	.2617	29
.2177	87	.0994	40
.2880	88	.3345	41
.2206	89	.4885	42
.2228	90	.3759	43
.2790	91	.2953	44
-.0989	92	.2387	40
.1248	93	.4558	46
.2174	94	.5689	47

٣- الصدق التلازمي: حيث قام الباحثان بحساب الصدق التلازمي لمقياس الطمأنينة النفسية مع مقياس ماسلو للأمن النفسي من إعداد الدليم وآخرين على عينة قوامها (٦٠) طالباً من طلاب جامعة الملك خالد، وقد بلغت معامل الارتباط (٠,٨٧) مما يعد مؤشراً على تمتع الاختبار بدرجة عالية من الصدق في قياسه للطمأنينة النفسية.

٤- الصدق العاملي: وهو أحد أشكال صدق التكوين ويتسنى تقديره من خلال التحليل العاملي لبنود ومكونات المقياس للوقوف على طبيعة العوامل التي تنتظم فيها، ويتوقع أن تقدم النتائج اللاحقة للبحث، المتمثلة في أبعاد الطمأنينة النفسية التي ستتبع عن التحليل العاملي، مؤشرات تدعم الصدق العاملي للمقياس وذلك حين تتسق العوامل الناتجة مع الإطار النظري للبحث والنتائج الرئيسية السابقة في التراث، والمكونات المقترحة سلفاً من قبل باحثين سابقين، وهو ما سيتم التأكد منه لاحقاً.

#### ثانياً: مقياس الصحة النفسية:

قام بإعداده عبدالمطلب القرطي وعبدالعزیز الشخص (١٩٩٠) لقياس الصحة النفسية للشباب لدى الشباب السعودي، إذ يشير مقياس الصحة النفسية إلى عدد من الخصائص الإيجابية التي تمثل بدورها مظاهر هامة للصحة النفسية السليمة، ويقاس المقياس الأبعاد التالية: الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس، والتفاعل الاجتماعي، والنضج الانفعالي و ضبط النفس، وتوظيف الطاقات والإمكانات في أعمال مشبعة، والتحرر من الأعراض العصابية، والبعد الإنساني والقيمي، وتقبل الذات و أوجه القصور العضوية. وقد استخرجت معاملات صدق وثبات المقياس على عينة من طلاب جامعة الملك سعود تراوحت ما بين (٠,٣٠ - ٠,٦٢) عند مستوى دلالة (٠,٠١). وقد قام الباحثين باستخراج معامل ثبات المقياس وقدرة (٠,٨١) بطريقة إعادة تطبيق الاختبار بفواصل زمنية قوامه ثلاثة أسابيع.

وفي الدراسة الحالية قام الباحثين بالوقوف على معامل ثبات المقياس باستخدام معامل الفا كرونباخ الذي بلغ (٠,٧٥) وبذا يتمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

#### ثالثاً: مقياس السلوك الديني:

هو من إعداد سليمان القحطاني (١٩٩٦) لقياس السلوك الديني، ويقاس أربعة أبعاد أساسية هي العاطفة الدينية، والعقيدة، و العبادات، والمعاملات. وقد تراوحت معاملات صدق الاتساق الداخلي على عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود ما بين (٠,٣٠ -

٠,٦٢) عند مستوى دلالة (٠,٠١). وقد قام الباحث باستخراج معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية بعد تصحيحه بمعادلة سبرمان الذي بلغ (٠,٩٢).

وفي الدراسة الحالية قام الباحثين بالوقوف على معامل ثبات المقياس على عينة قوامها (٤٥) بطريقة إعادة الاختبار بفواصل زمني قوامه أسبوع حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٨٤) وبذا يتمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

رابعاً: تقدير الصحة الجسمية من إعداد الباحثين:

ويُقاس التقدير الذاتي للصحة الجسمية تبدأ من صفر أقل درجة إلى ١٠ أعلى درجة في صورة رسم بياني عبارة عن خط أفقي مستقيم يمثل الدرجات من ٠-١٠، ويطلب من المبحوث أن يقدّر نفسه بوضع دائرة حول أحد هذه الأرقام. وتشير الدرجة المرتفعة إلى تمتع الفرد بدرجة عالية من الصحة الجسمية، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى درجة منخفضة على الصحة الجسمية. وقد قام الباحثان بتقدير الثبات من خلال إعادة تطبيقها على عينة قوامها ٤٠ طالباً بفواصل زمني قوامه أسبوع وكان معامل الارتباط بين التطبيقين مساوياً (٠,٦٧) وهو معامل ثبات مقبول. في حين يمكننا الوقوف على صدق الاختبار عند اتساق نتائج الدراسة مع تصورات من بينها الصدق التكويني على اعتبار أن تمتع الفرد بالصحة الجسمية العالية تقترن بالصحة النفسية والطمأنينة النفسية وهذا يعد أحد أشكال الصدق التكويني للداء التي يؤمل التوصل إليها لاحقاً عقب تحليل نتائج الدراسة.

نتائج الدراسة:

أولاً: البناء العاملي لمقياس الطمأنينة النفسية:

تم إجراء التحليل العاملي للنتائج بعد إدخالها للحاسب الآلي باستخدام طريقة المكونات الرئيسية **Principal Components Analysis**، وهو برنامج فرعي من البرنامج الإحصائي **Spss for windows, version ٩**. ونتيجة للتحليلات الأولية استُبعد ٨ بنود بسبب عدم تحقيقها تشعباً مرضياً على أي من العوامل، أو بسبب تشعبها المزدوج على أكثر من عامل، علماً أنه قد تم اعتماد ٠,٣ كميّار للتشعب المقبول لأجل مزيد من النقاء والوضوح للمعنى السيكولوجي. وأدخلت بقية البنود في التحليل العاملي مرة أخرى باستخدام الطريقة نفسها، وبعد التدوير المتعامد للمحاور (**Varimax rotation**) تبين أن هناك ٦ عوامل أو أبعاد قيمة الجذر الكامن لكل منها أكبر من ١,٠، وقد أسفر التحليل العاملي لبنود مقياس

الطمأنينة عن استخراج ستة عوامل بعد التدوير فسرت (٣٣,٨٧) من التباين الكلي، كما في الجدول رقم (٤) التالي:

جدول (٤) العوامل المدورة التي تشبعت عليها بنود الطمأنينة

أبعاد الطمأنينة النفسية			
الأبعاد	عدد البنود	الجذر الكامن	نسبة التباين
١	١٧	٥,٤٧١	٧,١٠٥
٢	١٩	٥,٢٨٠	٦,٨٥٨
٣	١٠	٤,٧٨٥	٦,٢١٤
٤	١٣	٤,١٧٢	٥,٤١٨
٥	٥	٣,٢٠٠	٤,١٥٦
٦	٥	٣,١٧٥	٤,١٢٣
نسبة التباين المفسر			٣٣,٨٧

أسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لبنود مقياس الطمأنينة النفسية عن تشبع الطمأنينة على ستة أبعاد تفسر معاً (٣٣,٨٧%) من التباين الكلي، وتعد نسبة مقبولة إحصائياً. ويمكننا استعراض تلك العوامل على النحو التالي:

\* أعطى التحليل العاملي ٢٤ عاملاً فسرت مانسبته ٧٠,٢٦% من التباين الكلي، كان من بينها ٦ عوامل فقط دالة إحصائياً فسرت مانسبته ٣٣,٨٧% لذلك تم التركيز على هذه العوامل الستة.

جدول (٥) العامل الأول بعد التدوير للطمأنينة النفسية

رقم البند	العبارة	التشبع
٧١	اشعر بالتوتر والضغط النفسي.	٠,٦٥
٩	اشعر بأني أرغب في البكاء بسبب القسوة والظلم الذي ألقاه.	٠,٦٠
١٩	أقضي وقتاً طويلاً في القلق على المستقبل.	٠,٥٢
١٠	اعتقد بأنه يساء فهم تصرفاتي.	٠,٥١
٤٨	أنا ساخط على وضعي المالي الحالي.	٠,٥١
٦	أميل إلى الشعور بعدم الرضا عن نفسي.	٠,٥١
١٢	اشعر بأني ضحية الوقوع في بعض المواقف السيئة.	٠,٤٨
٢٥	تتناوبني نوبات حزن دونما سبب واضح.	٠,٤٨
٧٢	اشعر بان الحياة عبء ثقيل.	٠,٤٨
٨	اشعر بالتعب معظم الوقت.	٠,٤٥
٨٣	اشعر بالضيق الشديد من شيء ما مع يقيني انه لن يؤنيني.	٠,٤٤
٤٥	اشعر بالغيرة من كون الآخرين أوفر حظاً مني.	٠,٤٣
٦٥	غالباً ما أكون متردداً في قراراتي.	٠,٤٢
٢٣	أفضل أن أعيش في عزلة عن الآخرين.	٠,٤٢
٩١	أتكرر لفترة طويلة من حيال مواقف أصابتنى فيها الإهانة.	٠,٣٩
٨٨	الجأ إلى المرواغة في معاملتي مع الناس.	٠,٣٩
٣٣	يلومني الآخرون بسهولة لدى اكتشافهم خطأ فيني.	٠,٣٤
الجنز الكامن	٥,٤٧١	
نسبة التباين	٧,١٠٥	

يعتبر أكثر هذه العوامل أهمية إذ بلغ جنز الكامن (٥,٤٧١)، واستوعب (٧,١٠٥%) من التباين العاملي، وقد بلغ عدد بنوده (١٧) بنداً تشبعت تشبعاً دالاً، إذ يشير مضمون البنود المشبعة على هذا العامل إلى أن الفرد يشعر بالتوتر والضيق، والرغبة في البكاء، وتوقع الشر، والشعور بعد الرضا عن ذاته، وهي مؤشرات تدل على سوء الطمأنينة النفسية، حينئذ يمكننا نطلق عليه عامل "سوء الظن" ويتمثل هذا العامل في "اعتقاد الشر وترجيحه على جانب الخير فيما يحتمل الأمرين معاً" (بن حميد،



١٤١٨ هـ). قال الله تعالى: ﴿يُرِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَجْتَبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِسْمٌ﴾  
الحجرات: ١٢. ولا غرور في ذلك فسوء الظن مؤشر على عدم الإحساس بالطمأنينة النفسية.

### جدول (٦) العامل الثاني بعد التدوير للطمأنينة النفسية

رقم العبارة	العبارة	التشعب
٧٦	خير ما يطمئن به قلبي ذكر الله.	٠,٥٨
٦١	أعتقد أن المحبة في الله تمثل أساس العلاقات الشخصية الآمنة بين الناس.	٠,٥٧
٥٠	اشعر بالضيق عندما أتواجد مع شخص أفضل مني.	٠,٥٠
٥٦	أميل إلى أن أكون شخصاً شكاكاً.	٠,٤٨
٧٧	يزول كل هم عني بتلاوة القرآن الكريم.	٠,٤٧
١٨	عندي يقين بأن ما يصيبني لم يكن ليخطئني.	٠,٤٤
٢٧	تراودني رغبة شديدة في الهروب من المنزل.	٠,٤٣
٧٤	يفرني شعور بالرضا عند أداء العبادات.	٠,٤٣
٥٢	أنا في العادة واثق من نفسي بدرجة كافية.	٠,٤٣
٦٣	أعتقد بأن التكافل بين الناس يقضي على الفقر.	٠,٤٣
٧٥	أحرص على صدق الوعد مع الآخرين.	٠,٤١
٣١	اشعر أن الناس يتآمرون ضدي.	٠,٣٩
١٦	احسد من يشعرون بالسعادة.	٠,٣٨
٥٥	أفرح لسعادة الآخرين ونجاحهم.	٠,٣٧
٥٣	أميل إلى السيطرة على نفسي والتحكم في انفعالاتي.	٠,٣٦
٧٠	أحرص على اختيار أصدقائي.	٠,٣٦
٥٧	أتعامل مع أي مشكلة بما تستحق دون مبالغة أو تقليل منها.	٠,٣٦
٤٤	أتحدى بالصبر إزاء المواقف الصعبة.	٠,٣٤
٦٤	اعتقادي بالقضاء والقدر يبعد عني القلق.	٠,٣٣
الجذر الكامن	٥,٢٨٠	
نسبة التباين	٦,٨٥٨	

يتضح من الجدول رقم (٦) أن البنود التي تشبعت على العامل الثاني بلغ عددها (١٩) بنداً تشبعت تشبعاً دالاً، إذ بلغ جذرها الكامن (٥,٢٨٠)، استوعب هذا العامل

(٦,٨٥٨%) من التباين العاملي يشير محتوى تلك البنود إلى السكون والاستقرار. ويمكن نطلق عليه عامل "السكينة والاستقرار". ويمثل هذا العامل لب الطمأنينة النفسية، فقد أشار ابن قيم الجوزية (١٤٠٣) إلى ذلك بقوله ان الطمأنينة هي "السكون والاستقرار، فهي (أي النفس) التي سكنت إلى ربها، ولم تسكن إلى سواه، فقد طمأننت إلى محبته و عبوديته و نكره، واطمأننت إلى أمره ونهيه وخبره، واطمأننت إلى لقائه ووعده، واطمأننت إلى التصديق بحقائق أسمائه". قال الله تعالى: ﴿الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله، ألا بذكر الله تطمئن القلوب﴾ سورة الرعد ٢٨. فالسكون والاستقرار النفسي يعد مكوناً أساسياً للطمأنينة النفسية، بل ومن أبرز مؤشرات الصحة النفسية التي نسعى إلى ترسيخها في الشخصية الإسلامية الإيجابية.

#### جدول (٧) العامل الثالث بعد التدوير للطمأنينة النفسية

رقم العبارة	العبارة	النسبة
٢٨	أشعر أن الغد سيكون يوماً مشرقاً.	٠,٦٧
٢٩	أتوقع بأنني سأكون أفضل حالاً في المستقبل.	٠,٦٦
٣٨	يخبئ لي الزمن مفاجآت سارة .	٠,٦٦
٤٢	سكون حياتي أكثر سعادة .	٠,٦٦
٣٢	أنظر إلى المستقبل على أنه سيكون سعيداً.	٠,٦٢
٤٦	إن الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غداً.	٠,٥٣
٤٧	أفكر في المستقبل بكل تفاؤل.	٠,٥١
٤٣	لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس.	٠,٥٠
١٣	تبدو لي الحياة جميلة .	٠,٤٨
١١	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم.	٠,٣٠
	٤,٧٨٥	
	٦,٢١٤	
	الجذر الكامن	
	نسبة التباين	

استوعب هذا العامل (٦,٢١٤%) من التباين العاملي، وبلغ جذره الكامن (٤,٧٨٥)، وقد تشعب عليه عشرة بنود كما يوضح ذلك الجدول رقم (٧) وحين نستقري طبيعة تلك البنود سنجد أنها تعكس التفاؤل لدى الفرد وتوقع الخير، و إستبشار نحو المستقبل الأمر الذي يجعله يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك. وقد ورد في فيما رواه أنس رضي الله عن النبي صلى الله عليه وسلم قوله: ( لا عدوى ولا طيرة، ويعجبني الفأل الصالح: الكلمة

الحسنة ( متفق عليه.والطيرة هي التثاؤم(الألباني، ٢٠٠٣). ويمكن تسمية هذا العامل " التناول " .

#### جدول (٨) العامل الرابع بعد التدوير للطمأنينة النفسية

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٨٤	اشعر أنني دائماً صادق مع نفسي.	٠,٦٣
٦٧	اشعر بان الآخرين يستمتعون بالحديث معي.	٠,٥٥
٣٧	أحس بالقوة عندما أتسامح مع من يسيئ إلي.	٠,٤٨
٧٣	اشعر بأنني عبء على الآخرين.	٠,٤٧
٨٥	اشعر أنني دائماً صادق مع الآخرين.	٠,٤٣
٩٠	أفكر إلى الإحساس بالكفاءة الذاتية.	٠,٤٣
١٤	اشعر بأنني قادر على التعبير عن أفكاري.	٠,٤٣
٨٠	اعتقد أن الأعمال الخيرة لا فائدة منها هذه الأيام.	٠,٤٢
٣٤	اشعر بأنني قادر على التعبير عن مشاعري.	٠,٣٨
٢٤	أشعر بأنني أتمتع بصحة جيدة.	٠,٣٧
٦٦	أحس بالألفة والاستقرار في هذا العالم.	٠,٣٦
٣٠	أحرص على الإصلاح بين أصحابي إذا تخصصوا.	٠,٣٥
٧٨	أجيد فن الحوار لإقناع الآخرين بوجهة نظري.	٠,٣١
الجزر الكامن	٤,١٧٢	
نسبة التباين	٥,٤١٨	

استوعب هذا العامل (٥,٤١٨%) من التباين العاملي، وبلغ جزره الكامن (٤,١٧٢)، وتشبع عليه ثلاثة عشر بنداً، كما يوضح ذلك الجدول رقم ( ٨ ) وحين نفحص محتوى تلك البنود سنجد تتمثل عامل يمكن نطلق عليه " القيم الأخلاقية " لكونها تعبر إجمالاً عن قيم متعدد منها الصدق، وعمل الخير، والكفاءة، والألفة، والإصلاح، وفن الحوار. ونقصد بالقيم الأخلاقية: فعل ما ينبغي فعله للمسلم، بحيث لا يصدر عنه إلا الفعل المستقيم، قال تعالى: {قل إني هداني ربي إلى صراط مستقيم، ديناً قيمياً لئلا يبراهيم حنيفاً} الاتمام، ١٦١، وقال عنها الرسول صلى الله عليه وسلم: {إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق}، وعكسها الأخلاق المبتذلة(الألباني، ٢٠٠٣).

جدول (٩) العامل الخامس بعد التدوير للطمأنينة النفسية

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٨٢	أحرص على أداء السنن الراتبة.	٠,٦٣
٨١	أحرص على قراءة القرآن يومياً.	٠,٥٥
٨٧	أحرص على أداء النوافل.	٠,٤٨
١٥	أداوم على قراءة الأذكار الشرعية اليومية.	٠,٤٧
٤١	أحرص على إتقان العمل الذي يوكل إلي.	٠,٤٣
الجنر الكامن	٣,٢٠٠	٠,٤٣
نسبة التباين	٤,١٥٦	٠,٤٣

وبفحص محتوى الجدول رقم (٩) سنجد أن البنود التي تشبعت على البعد الخامس وقد بلغ عددها (٥) بنود تشبعت تشبعاً دالاً، إذ بلغ جذرها الكامن (٣,٢٠٠)، واستوعبت (٤,١٥٦%) من التباين العاملي، وبفحص مضمون هذه البنود سنجدتها تجمع فيما بينها صفة الالتزام بالواجبات الدينية وأداء العبادات. إذ يمكن تسمية هذا العامل "الذكر" بحيث تتضمن أداء السنن الراتبة، والصلاة، وقراءة القرآن، وأداء النوافل، قراءة الأذكار الشرعية. والمقصود بالذكر: هو كل عمل فيه طاعة لله. قال الله تعالى: {إنما يريد الشيطان أن يوقع بينكم العداوة والبغضاء في الخمر والميسر ويصدكم عن ذكر الله} المائدة، ٩١، وقال الرسول صلى الله عليه وسلم: ألا أتنبئكم بخير أعمالكم وأزكاها عند مليككم، وأرفعها في درجاتكم، وخير لكم من إنفاق الذهب والورق، وخير من أن تلقوا عدوكم فتضربوا أعناقهم؟ قالوا: بلى يارسول الله. قال: "ذكر الله تعالى (الألباني، ٢٠٠٣). ويشير كارل يونج بقوله بأنه "لم أجد مريضاً واحداً من مرضاي ... من لم تكن مشكلته في أساسها هي افتقاره إلى وجهة نظر دينية في الحياة، وإن كل واحد منهم قد وقع فريسة المرض لأنه فقد ذلك الشيء الذي تمنحه الأديان" (نجاتي، ١٤٠٨).

جدول (١٠) العامل السادس بعد التدوير للطمأنينة النفسية

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٧	أشعر بالود نحو أغلب الناس.	٠,٦٨
٥	عندما تواجهني مشكلة أحاول طرق أبواب لحلها.	٠,٥٩
٢٠	تربطني بجيراني علاقات طيبة.	٠,٥٧
٨٩	أحرص على حضور المناسبات الاجتماعية.	٠,٣٩-
٦٩	اعتقد بان هناك أناس يكرهونني.	٠,٣٥-
الجنر الكامن	٣,١٧٥	
نسبة التباين	٤,١٢٣	

يوضح الجدول رقم (١٠) البنود التي تشبعت على العامل السادس، وقد بلغ عددها خمسة بنود تشبعت تشبعاً دالاً، إذ بلغ جذره الكامن (٣,١٧٥)، واستوعب (٤,١٢٣%) من التباين العاملي، وحين نفحص طبيعة المحتوى السلوكي للبنود المشبعة على هذا العامل سنجدها متشابهة إلى حد كبير تجمع بينها صفة الانتماء والمشاركة الاجتماعية. لذا ويمكن أن يطلق عليه عامل "الانتماء والقبول الاجتماعي". وتجمع بين العلاقات الاجتماعية الحميدة، والود، والمحبة، والتعاون. والمقصود بالقبول **Accept** والانتماء الاجتماعي **social Belongingness**: مشاعر الفرد بأنه يحظى بالتقبل من الآخرين في ظل رغبته في تكوين علاقات حميمة مع الآخرين. ويمثل الجانب الاجتماعي. مما سبق يمكن استخلاص أبعاد الطمأنينة في الجدول التالي:

جدول رقم (١١) العوامل المكونة للطمأنينة النفسية

عدد البنود	أبعاد الطمأنينة النفسية
١٧	البعد الأول: سوء الظن
١٩	البعد الثاني: السكينة والطمأنينة
١٠	البعد الثالث: التفاؤل
١٣	البعد الرابع: الإلتزام بالقيم الخلقية
٥	البعد الخامس: الذكر
٥	البعد السادس: الانتماء والقبول الاجتماعي
٦٩	مجموع البنود

وبعد أن تم استعراض العوامل التي تشبعت عليها مكونات الطمأنينة لدى عينة الدراسة ننتقل لنلقى نظرة أكثر تفصيلاً على بعض المتغيرات التي يمكن أن تؤثر في مستوى الطمأنينة .

ثانياً: الفروق في درجات الطمأنينة النفسية تبعاً لمتغيرات الصحة النفسية، والصحة الجسمية، والتدين لدى عينة الدراسة؟

للكشف عن الفروق في الطمأنينة النفسية، كدالة لمتغيرات: الصحة النفسية، والصحة الجسمية، والتدين. تم إجراء تحليل التباين الثلاثي (3 × 3 × 3)، وتوضح الجداول التالية (١٢، ١٣، ١٤) نتائج ذلك الإجراء.

جدول (١٢) البيانات الوصفية للمتغيرات

المتغير	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
الطمأنينة النفسية	٥٦٧	١٥٨,٤٥	٢٠,٩٤
الصحة النفسية	٥٦٧	٦٢,١٤	١١,٥٩
السوك الديني	٥٦٧	٤١,٢٩	٩,٠٤
الصحة الجسمية	٥٦٧	٦,٩٨	١,٤٦

جدول (١٣) المجموعات الفرعية للمتغيرات المستقلة

المتغير	المجموعات الفرعية	مستويات المتغير	عدد الأفراد
النفسية	١	منخفض	٦٩
	٢	متوسط	٢٠١
	٣	مرتفع	٢٩٧
الجسمية	١	منخفض	١٢
	٢	متوسط	٩٤
	٣	مرتفع	٤٦١
التدين	١	منخفض	٤٠
	٢	متوسط	١٩٠
	٣	مرتفع	٣٣٧

جدول (١٤) تحليل التباين ذو التصميم العاملى (٣×٣×٣) النفسية × الجسمية × التدين  
بالنسبة لدرجات الطمأنينة النفسية

مستوى الدلالة	ف	متوسط المربعات	درجات الحرية*	مجموع المربعات	مصدر التباين
٠,٠١	١٣,٨٣٨	٣٠٤٢,٣٩١	٢	٦٠٨٤,٧٨١	النفسية
٠,٠١	٣,١٥٣	٦٩٣,١٣٥	٢	١٣٨٦,٢٧٠	الجسمية
٠,٠١	٥,٩٣٣	١٣٠٤,٣٧٠	٢	٢٦٠٨,٧٣٩	التدين
غير دال	٠,٢٧٧	٦٠,٨٩٢	٢	١٢١,٧٨٤	النفسية * الجسمية
٠,٠١	٥,٩٩٤	١٣١٧,٨٠٢	٤	٥٢٧١,٢٠٧	النفسية * التدين
غير دال	٠,٣٠٥	٦٧,١٣٤	٢	١٣٤,٢٦٩	الجسمية * التدين
٠,٠١	٦,٢٦٨	١٣٧٨,٠٨٨	٢	٢٧٥٦,١٧٦	النفسية * الجسمية * التدين
		٢١٩,٨٥٤	٥٤٩	١٢٠٦٩٩,٧٠١	الخطأ
			٥٦٦	١٥٨٥٥١,٦٦	الكلية

بفحص محتوى الجدول السابق (١٤) نجد أنها تشير إلى وجود تأثير دال إحصائياً عند (٠,٠١) لمستوى الصحة النفسية (مرتفع /متوسط/ منخفض) على الطمأنينة. كذلك وجود تأثير دال إحصائياً عند (٠,٠١) لمستوى الصحة الجسمية (مرتفع /متوسط/ منخفض) على الطمأنينة. فضلاً عن وجود تأثير دال إحصائياً عند (٠,٠١) لمستوى التدين (مرتفع /متوسط/ منخفض) على الطمأنينة. كما وجود تأثير دال إحصائياً عند (٠,٠١) للتفاعل بين الصحة النفسية و الصحة النفسية و التدين على الطمأنينة، وكذلك أظهرت النتائج وجود تأثير دال إحصائياً عند (٠,٠١) للتفاعل بين الصحة النفسية و التدين على الطمأنينة. بينما لا توجد تأثيرات دال إحصائياً للتفاعل بين مستوى الصحة النفسية ومستوى الصحة الجسمية على الطمأنينة. كذلك عدم وجود تأثير دال إحصائياً للتفاعل بين مستوى الصحة الجسمية ومستوى التدين على الطمأنينة.

\* ملاحظة: درجات الحرية لبعض التفاعلات كانت أقل من وصفها الطبيعي نظراً لوجود خلايا خالية لتلك التفاعلات، فمثلاً الجسمية × النفسية وجدت خلية (عالي نفسية × منخفض جسمية) خالية وهكذا، وهذا يفسر سبب اختلاف درجات الحرية.

ولمعرفة اتجاه الفروق النوعية للمتغيرات الدالة تم استخدام اختبار شيفيه، والنتائج تتضح فيما يلي:

جدول (١٥) دلالة الفروق بين مستويات الصحة النفسية في الطمأنينة باستخدام اختبار شيفيه

مرتفع	متوسط	منخفض	المجموعة
			منخفض (م = ١١٠,٧٠٠)
		٢,٩١- (غير دال)	متوسط (م = ١٢٤,٦٧٣)
	*١٣,٩٧-	*١٦,٨٨-	مرتفع (م = ١٢٧,٥٨٨)

\* دال عند مستوى ٠,٠٥

بفحص محتوى الجدول رقم (١٤) سنجدّه يوضح عدم وجود فروق دالة إحصائية بين منخفضي ومتوسطي الصحة النفسية في الطمأنينة. في حين أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين منخفضي و مرتفعي الصحة النفسية في الطمأنينة لصالح من يتسمون بدرجة عالية من الصحة النفسية. كذلك وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي و مرتفعي الصحة النفسية في الطمأنينة النفسية لصالح من يتسمون بدرجة عالية من الصحة النفسية. وبذا تشير تلك النتيجة إلى منطقية أن الشعور بالطمأنينة النفسية مظاهر للصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتهما، فقد أشار عدد من الباحثين إلى أن الصحة النفسية السليمة تعزز بدورها لدى الشعور الفرد بالأمن النفسي والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين (مصطفى، ٢٠٠٠). لذا فإن من يتسمون بدرجة عالية من الصحة النفسية يتمتعون بدرجة عالية من الطمأنينة النفسية من منطلق أن هؤلاء الأفراد يشعر بالرضا عن ذواتهم والوضوح، مدركين لواقعهم الفعلي الذي يعيشون فيه مما يجعل الفرد يشعر التكامل والخلو من الصراع ومن ثم الشعور بالطمأنينة النفسية (منسي وآخرون، ٢٠٠٥). ولاعجب فالطمأنينة تتمثل في انشراح الصدر وزوال الضيق والقلق ( أفن شرح الله صدره للإسلام فهو على نور من ربه فويل للقاسية قلوبهم من ذكر الله أولئك في ضلال مبين ) الزمر ٢٢. ومن شرح الله صدره بالإيمان هدأت سريرته ونزلت عليه السكينة، واطمأنت نفسه وزال قلقه فيشعر بالرضا ويتعد عن الآثام والمعاصي (هو الذي أنزل السكينة في قلوب المؤمنين ليزدادوا إيماناً ) النج ٤ . فينعم بالأمن والطمأنينة (الذين آمنوا ولم يلبسوا إيمانهم بظلم أولئك لهم



الأمن) الأمام ٨٢. ولا يخاف من شيء في هذه الدنيا إلا الله ولا يحزن (فمن تبع هداي فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون) البقرة ٣٨. فينعمون بالرضا الرضا بما قسمه الله وقدره ورضا الله عنهم لإيمانهم) رضي الله عنهم ورضوا عنه ذلك لمن خشي ربه (البينة ٨ ، فينعم الله عليهم بالحياة الطيبة (مَنْ عَمِلْ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ) النحل ٩٧.

ولعل تلك النتيجة تلتقي مع الدراسات السابقة فقد أشارت دراسة جيراوت(Grout, 1٩٦٩) إلى أن منخفضي الأمن النفسي يشعرون بانخفاض الصحة النفسية ممثلة في بعض مظاهرها من قبيل عدم الاستقرار والقلق، فضلا عن أن أزمة الهوية في الحاضر والمستقبل. كذلك ما أوضحت دراسة هانم ياكندري(١٩٩٣) من وجود علاقة بين تدني الإحساس بالطمأنينة النفسية ودرجة الضغوط المرتفعة. فضلا عن دراسة(العقيلي، ٢٠٠٤). التي كشفت عن وجود علاقة سالبة عكسية دالة إحصائياً بين الشعور بالاغتراب كأحد مؤشرات الصحة النفسية السلبية و الأمن النفسي.

جدول(١٦) دلالة الفروق بين مستويات الصحة الجسمية في الطمأنينة باستخدام اختبار شيفيه

مرتفع	متوسط	منخفض	المجموعة
			منخفض (م = ١١٥,٣٨)
		٢,٥٦ (غير دال)	متوسط (م = ١١٧,٩٥)
	٠٩,٥٦-	٠١٢,١٣	مرتفع (م = ١٢٧,٥٢)

\* تعني أن الفرق دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول(١٦) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين منخفضي و متوسطي الصحة الجسمية في الطمأنينة النفسية. بينما خلصت النتائج الى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين منخفضي ومرتفعي الصحة الجسمية في الطمأنينة النفسية من يتسمون بدرجة عالية من الصحة الجسمية. كما تم الحصول على فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي و مرتفعي الصحة الجسمية في الطمأنينة لصالح من يتسمون بدرجة عالية من الصحة الجسمية. لذا فان الإحساس بالسلامة الجسمية والخلو من الشكاوي العضوية يُشعر الفرد بالطمأنينة النفسية، لذا يرتبط المكون الجسمي العضوي بمشاعر الطمأنينة فقد وكما ورد عن سلمة بن عبيد الله بن مِخْصَنِ الخَطْمِيِّ ، عَنْ أَبِيهِ -

وَكَانَتْ لَهُ صُحْبَةٌ - قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : (مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرِّهِ، مُعَلِّقًا فِي جَمَدِهِ، عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمِهِ، فَكَأَنَّمَا حَيَّزَتْ لَهُ الدُّنْيَا) (الألباني، ٢٠٠٣). من مؤشرات الصدق التكويني لتقدير الصحة الجسمية تم الحصول من نتائج الدراسة أن من يتمتعون بدرجة عالية من الصحة الجسمية يتسمون بالطمأنينة النفسية وهذه النتيجة تتسق مع التصور المنطقي للدراسة.

جدول (١٧) دلالة الفروق بين مستويات التدين في الطمأنينة باستخدام اختبار شيفيه

مرتفع	متوسط	منخفض	المجموعة
			منخفض (م = ١١٨,٩٨)
		*٧,٩١-	متوسط (م = ١٢٠,٠٩)
	١,١١- (غير دال)	*٩,٠٢-	مرتفع (م = ١٢٨,٠١)

\* تعني أن الفرق دال عند مستوى ٠,٠٥

بفحص الجدول السابق نجد انه يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين منخفضي و متوسطي التدين في الطمأنينة لصالح متوسطي الطمأنينة النفسية. كذلك وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين منخفضي ومرتفعي التدين في الطمأنينة لصالح مرتفعي الطمأنينة النفسية. فقد أشارت عدد من الدراسات إلى الطمأنينة النفسية تمثل قيمة دينية نفسية، ومن تلك الدراسات دراسة (أبو بكره، ١٩٩٣؛ الجميلي، ٢٠٠١) التي بينت وجود علاقة موجبة بين الالتزام الديني والأمن النفسي، كذلك ما أشارت إليه دراسة الصنيع (٢٠٠٢) من وجود علاقة عكسية بين التدين والقلق العام. ما يفسر ذلك أن نسق المعتقدات الدينية التي يؤمن بها الفرد لها دورها الايجابي في تشكيل مشاعر الطمأنينة النفسية. فوجود مرجعية عقائدية يؤمن الفرد بها تعزز من مشاعر الأمان والاستقرار لديه فضلاً عن دورها في العلاج النفسي.

#### التوصيات:

١. توجيه برامج الإرشاد الديني إلى استبدال مكونات الطمأنينة النفسية لترسيخ الشخصية السنمة الايجابية، لتكوين الشخصية المنوالية التي نرغب في وجودها في مجتمعنا العربي و السعودي بشكل خاص.
٢. تشير عدد من الدراسات بان مكونات البيئة الصفية- والأسرية- المشبعة بالطمأنينة النفسية تسهم في تحفيز الطلاب على التفكير الإبداعي. مما يجعلنا ندعو الآباء

والمعلمين إلى توفير البيئة الصفية القائمة على التسامح والاطمئنان وانخفاض معدل التهديد لإيجاد أبناء مفكرين مبدعين.

٣. تشهد الحقبة المعاصرة تسارع وتيرة الحياة، فضلاً عن تحولات عدة في شتى نواحي الحياة، مما يؤدي تعزيز مظاهر عدم الطمأنينة النفسية نسبياً، مما يحتم علينا توجيه الأفراد إلى التعامل بحكمة مع تلك المشاعر من خلال تدعيم الوعي الديني المعتدل.

### دراسات مستقبلية:

في ختام هذه الدراسة، نقترح الدراسات التالية والتي يُمكن الاهتمام بدراستها مستقبلاً منها :

١- الكشف عن أبعاد الطمأنينة النفسية، والتي تنتج عن التفاعل بين بعض المحددات التي تسهم بدرجات مختلفة في تشكيلها من قبيل اتجاه التحكم، والعزو السببي، وأساليب التفكير، والذكاء الوجداني، فضلاً عن دراسة تأثير بعض المتغيرات الأخرى المتوقع أن تمارس إما دوراً مؤثراً مباشرة في تلك الأبعاد من قبيل متغير مستوى التعليم الأب والأم، والثقافة المجتمعية، وهو ما يساعدنا، لاحقاً في فهم الأسس النفسية للطمأنينة.

٢- الوقوف على تأثير العمر على البناء العاملي لأبعاد الطمأنينة، فهل تحدث تحولات جوهرية في الشعور بالأمن النفسي عبر الزمن داخل نفس الأفراد أم لا ؟ ، وإن كان ذلك صحيحاً ، فهل تلك التغيرات تأخذ منحى ارتقائياً أم لا ؟ وإن كان ثم تحسين فهل هذا التحسن عام أم نوعي ؟ ، وما هي طبيعة الميكان الارتقائي لها عبر الشرائح العمرية المختلفة ؟ ، وما هو دور التعليم والتنشيط الثقافي والفكري في تلك العملية ؟

٣- رصد طبيعة العلاقة بين الطمأنينة النفسية والقدرات الإبداعية، استناداً لما أشار إليه بعض الباحثين أمثال روجز Rogers بأن الإنتاج الإبداعي يحتاج إلى الشعور بالاطمئنان والحرية النفسية (stemberg, ٢٠٠٢).

## ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى قياس الطمأنينة النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الملك خالد. وقد استخدمت الدراسة مقياس الطمأنينة النفسية، ومقياس الصحة النفسية، ومقياس التدخين، وتقدير الصحة الجسمية على عينة قوامها (٥٦٧) طالباً يمثلون تخصصات مختلفة. وخلصت نتائج التحليل العاملي إلى أن الطمأنينة النفسية تتكون من ستة مكونات على النحو التالي: سوء الظن، والسكون والاطمئنان، والتفاؤل، والقيم الأخلاقية، والذكر، والانتماء والقبول الاجتماعي. كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروقاً دالة إحصائياً بين منخفضي ومرتفعي الطمأنينة النفسية لصالح من يتسمون بدرجة مرتفعة في كل من الصحة النفسية والصحة الجسمية والتدين. وقد تم تفسير نتائج الدراسة في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

## المراجع

١. ابن قيم الجوزية، محمد ابن ابي بكر (١٤٠٨) - مدارك السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين -
٢. ابن قيم الجوزية، محمد بن ابي بكر (١٤٠٣). رسالة في أمراض القلوب. الرياض: دار طيبة.
٣. الألباني، حسن العواشة (٢٠٠٣). شرح صحيح الأدب المفرد للإمام البخاري. بيروت: دار ابن حزم.
٤. الأنصاري، بدر (٢٠٠٣) التفاؤل والتشاؤم . قياسهما وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت . الرسالة ١٩٢ ، الحولية الثالثة والعشرون ، مجلس النشر العلمي ، الكويت ، جامعة الكويت.
٥. بن حميد، صالح بن عبد الله (١٤١٨هـ). موسوعة نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم. إعداد مجموعة من المختصين بإشراف: صالح بن عبد الله بن حميد. الجزء: ١٠ / ص: ٤٦٥٣. جدة: دار الوسيلة.
٦. التل ، شادية وأبو بكر ، عصام (١٩٩٧) تطوير مقياس للأمن النفسي في إطار إسلامي. مجلة أبحاث اليرموك ، المجلد ١٢ ، العدد ٢ : ٩-٢٠ .
٧. تلها، ذكرى (٢٠٠٤). الحاجات الإرشادية لمدرسي الثانوية وفق شعورهم بالأمن النفسي. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة صنعاء.

٨. جبر، محمد جبر (١٩٩٦) بعض المتغيرات الديموغرافية المرتبطة بالأمن النفسي.مجلة علم النفس. السنة العاشرة . ٣٩٠ : ٨٠ - ٩٣ .
٩. الجميلي، حكمت عبدالله (٢٠٠١) الالتزام الديني و علاقته بالأمن النفسي لدى طلاب جامعة صنعاء. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة صنعاء .
١٠. حجازي، مصطفى(٢٠٠٠). الصحة النفسية. الدار البيضاء: المركز الثقافي العربي.
١١. حسين، محمود عطا(١٩٨٧) علاقة مفهوم الذات بمستويات الطمأنينة الانفعالية. مجلة العلوم الاجتماعية. مج١٥، ع٣: ١٠٠-١٢٨.
١٢. الخراشي، ناهد(٢٠٠٣). أثر القرآن في الأمن النفسي. القاهرة ، دار الكتاب الحديث.
١٣. خليفة، عبداللطيف و رضوان، شعبان(١٩٩٨).الشخصية المصرية: الملاح والابعد. القاهرة ، دار غريب.
١٤. خليفة، عبداللطيف(١٩٩٧). دراسة ثقافية مقارنة بين طلاب الجامعة المصريين والسعوديين في الدافعية للإجاز وعلاقتها ببعض المتغيرات . علم النفس العدد الرابع والأربعون، السنة الحادية عشر: ٦-٣٧.
١٥. دافيدوف، لندا(١٩٩٢) المدخل الى علم النفس العام.
١٦. الدليم، فهد(٢٠٠٥) الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإسلامية جامعة الملك سعود، المجلد ١٨، ٣٢٩-٣٦٢.
١٧. سعد، علي(١٩٩٩).مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي.مجلة جامعة دمشق.المجلد ١٥، العدد الأول: ٩-٤٩.
١٨. السهلي، عبدالله(٢٠٠٣) العلاقة بين الأمن النفسي والتحصيل الدراسي لدى عينة من الأيتام بمدينة الرياض. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة نايف للعلوم الأمنية.
١٩. الصنيع، صالح إبراهيم(١٩٩٥). استراتيجيات الأمن النفسي في الأزمات .دراسات في التأصيل الإسلامي لعلم النفس.الرياض ، عالم الكتب.
٢٠. الصنيع، صالح إبراهيم(٢٠٠٢). العلاقة بين مستوى التدين والقلق العام لدي عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض. مجلة جامعة الملك سعود للعلوم التربوية والدراسات الإسلامية، ١٤: ٢٠٧-٢٣٤.
٢١. العوم، عدنان و عبدالله، عندليب(١٩٩٧). أثر سماع القرآن الكريم على الأمن النفسي.مجلة العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية(جامعة أم القرى). م١٠، ع١٦: ١٣-٥٤.

٢٢. عسيري، عبير (٢٠٠٥). علاقة تشكيل الهوية بمفهوم الذات والتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة أم القرى.
٢٣. العقيلي، عبدالعزيز محمد (٢٠٠٤). العلاقة بين الاغتراب النفسي والأمن النفسي لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة نايف للعلوم الامنية.
٢٤. عكاشة، احمد (١٩٩٨). الطب النفسي المعاصر. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٢٥. عيد، محمد إبراهيم (١٩٩٢). فقدان الأمن وعلاقته بقوة الأنا لدى المراهقين. مجلة كلية التربية (جامعة عين شمس). ع١٦٣: ١٦٣-١٩٠.
٢٦. الفطاتي، سليمان (١٩٩٦). العلاقة بين مستوى التدين والرضاء الوظيفي والإنتاجية في العمل. رسالة دكتوراه منشورة. جامعة الإمام محمد بن سعود.
٢٧. القرضاوي، يوسف (١٤٠٥هـ). الأيمان والحياة. بيروت، مؤسسة الرسالة.
٢٨. كفاقي، علاء (١٩٨٩) تقدير الذات وعلاقته بالتنشئة الودية والأمن النفسي. مجلة العربية للعلوم الإنسانية. مج٩، ع٣٥٤: ١٠١-١٢٨.
٢٩. المؤمني، محمد (٢٠٠٦) أثر أنماط التنشئة الأسرية في الأمن النفسي لدى الأحداث الجانحين مجلة العلوم التربوية والنفسية. مجلد (٧)، العدد (٧): ١٣٢-١٥٤.
٣٠. المقدي، عمر (١٩٩٤). الحاجات النفسية للشباب في المرحلتين المتوسطة والثانوية. دراسات تربوية. الجزء ٣، المجلد ٧.
٣١. منسي، محمود و الأنصاري، سامية، و محمود، أحلام و مكاري، نبيلة، و إبراهيم ثور (٢٠٠٥). الصحة المدرسية والنفسية للطفل. الإسكندرية، شركة الجمهورية الحديثة.
٣٢. نجاتي، محمد عثمان (١٤٠٨هـ). القرآن و علم النفس: القاهرة، دار الشروق.
٣٣. ياركندي، هاتم. (١٩٩٣) مستوى ضغط المعظم وعلاقته بالطمأنينة النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية. "المجلة المصرية للدراسات النفسية". ع٦، سبتمبر ٢٨-٤٤.
٣٤. يوسف، جمعة سيد (٢٠٠١). النظرية الحديثة في تفسير الامراض النفسية: مراجعة نقدية. القاهرة. دار غريب.

35- Allen, J.; McElhaney, K; Kuperminc, G.; Jodl, K. (2004). Stability and Change in Attachment Security Across Adolescence. Child Development, V 75 ,N 6 p1792-1805.

36-Erikson, E.H (1963): Childhood and Society .New York. Norton.

- 37-Fogarty, G & White, C (1994): Differences between Values of Australian Aboriginal and Non-Aboriginal Students, Journal of Cross Cultural Psychology, Vol 25 (394-408)**
- 38-Gage. N.L & Berliner. G (1982). Educational Psychology .Chicago College Publishing Company.**
- 39-Grout, D, R. (1969)Psychological Security-Insecurity of Illinois Central College Students. Masters thesis.( ED037196).**
- 40-Leondari, A & Kiosseoglou, G. (2000)The Relationship of Parental Attachment and Psychological Separation to the Psychological Functioning of Young Adults . Journal of Social Psychology, 2000; 140 (4):451-464.**
- 41-Lreberman, et al ,(1999).Development Patterns in security of Attachment to mother and father in late childhood and early Adolescence. journal of child development, V70,No 1:202-213.**
- 42-Maslow,A(1999).Toward a Psychology of Being, Wiley and Son.**
- 43-Sternberg,-R(2000)Creativity. Cambridge University: press Ambrose.**