

الحديث النبوي كبرنامج إرشادي علاجي وأثره في الصحة النفسية



د فضيلة محمد مصطفى صوفية*

fadilasufya@yahoo.com

الجامعة الأسمرية الإسلامية

زليتن / ليبيا

اريخ الاستلام: 2021/10/10 تاريخ القبول 2021/12/27 تاريخ النشر 2021/12/31



ملخص

هدف البحث إلى تبين المنهج الشرعي في الصحة النفسية وذلك من خلال احد شقي العقيدة وهي السنة النبوية الشريفة ، عن طريق تفعيل الأحاديث النبوية المخصوصة بهذا الأمر في برنامج إرشادي وعظي معتمداً على ذلك بالمنهج التحريبي لهدف الوصول إلى علاج اضطرابات النفس الإنسانية والرسو بها إلى شواطئ النفس المطمئنة، فتم انشاء الجانب النظري للبحث وتبيين أدبيات مجال الحديث النبوي ومجال الصحة النفسية ثم تم الاستشهاد بالخلفية التاريخية للموضوع إلى أن حط بنا البحث إلى التطبيق التحريبي على عينة عشوائية طبق عليها مقياس مكون من أربعة أبعاد بصفة (قبلية وبعديّة) تخدم الموضوع، وإنشاء برنامج وعظي يهتم بشرح الأحاديث المنتخبة على العينة التجريبية، من عشرين جلسة، وبعد التطبيق والمعاملات الإحصائية ببرنامج (spss)، تم التحقق من فروض البحث عند مستوى دلالة (0.00)، لصالح المجموعة التجريبية بوجود أثر إيجابي وفعال للحديث النبوي في شفاء النفس وخلوصها من ضلالها وسوءها، وكذلك تمت الاجابة على التساؤل الرئيس للبحث. الكلمات المفتاحية: الحديث النبوي، النفس، الصحة النفسية، التجريبية .

* المؤلف المرسل

Research Summary

The aim of the research is to clarify the forensic approach in mental health through one of the two sides of the faith, which is the honorable Prophetic Sunnah, by activating the hadiths specific to this matter in a counseling and preaching program based on that with the experimental approach, with the aim of reaching the treatment of human psychological disorders and anchoring them to the shores of the reassuring soul So, the theoretical aspect of the research was established and the literature of the Prophet's Hadith and mental health field was established, then the historical background of the subject was cited until the research brought us to the experimental application on a random sample on which a scale consisting of four dimensions was applied (before and after) serving the topic, and the establishment of a preaching program that cares By explaining the selected hadiths on the experimental sample, from twenty sessions, and after the application and statistical transactions in the (spss) program, the research hypotheses were verified at the level of significance (0.00), in favor of the experimental group with the presence of a positive and effective impact of the Prophet's hadith on self-healing and its liberation from error and evil, as well as The main research question has been answered.

key words: Prophetic hadith, psychology, psychological health, experimental

المقدمة

من المحسوس والملموس أن العالم الذي نعيش فيه هو عالم غير آمن، يواجه فيه الإنسان الكثير من المشاكل والاضطرابات النفسية، بعضها بسيط سهل العلاج، والآخر معقد يصعب علاجه، هذا العالم الذي يحتوينا يتصف بانتشار الأمراض والفساد، وزيادة البلاء وضياع النفوس، وتعطيل العقول باليأس والعجز والضلالات والشذوذ النفسي، الذي يؤدي بدوره إلى المشاكل النفسية والاجتماعية وإلى تعطيل العلاقات الإنسانية، يفقد الإنسان هويته ونفسه وكيانه ووجوده السوي، ويصبح في حالة من التناقض بين الصحة والمرض والشك واليقين، والأمل واليأس، وبين الحلال والحرام، وبين الإيمان بالدين والعلوم التي تناقض الدين أو تؤيده، الأمر الذي ينشأ عنه تذبذب في قيمه ومعاييره، ويسبب له انقساماً في شخصيته فيصبح في حالة من عدم التوازن وفقدان المعنى، وقد يصل به الحال إلى التشتت والضياع، هذه المشاكل النفسية قد ترجع أسبابها إلى الهوة القائمة بين النفس وفطرتها، وكذا عدم فهمنا للإسلام وتوظيفه بالصورة الصحيحة، وكل هذا يعايشنا الخوف بالدرجة الأولى على صفاء ونقاء النفوس وصلاحتها، وعلى العقيدة والإيمان، ومن ثم الخوف على المستقبل والمصير والناشئة من بعدنا.

من هنا نرى أن حالة عدم التوازن التي يعيشها معظم الناس لم تأت من فراغ بل نتيجة ابتعادنا عن توظيف الشريعة وهدى الرسول واستسلامنا لمستحدثات الأمور السلبية ونجاح أعدائنا بإحداث هوة عميقة بيننا وبين ديننا وتراثنا الإسلامي ، من هذا المنطق علينا أن نبدأ أولاً بالتربية والتوجيه والإرشاد وتقويم الفكر وتعديل السلوك وإصلاح النفوس وتطهيرها، ثم بعلاج روحي نفسي يقوم على الشريعة الإسلامية (القرآن والسنة) بما تحويه من أحاديث شريفة تختص بالجوانب والعلاجات النفسية التربوية التي تعمل على تطهير الإنسان وتدعو إلى تربية النفوس وتقويتها وإصلاحها وتبعث فيها مشاعر الأمن والطمأنينة والراحة النفسية ليحيا الفرد حياة سوية سليمة، لأن الإصلاح يبدأ بالأهم ثم المهم، أي بالنفس ثم الواقع الخارجي، حتى يتحرر الإنسان من صراعاته النفسية ، فالتراث الإسلامي ملئ بالعلاجات النفسية والتربوية تهدي النفس وتقويها وتصلح من حالها وتخلصها من شرورها وتبعث فيها الأمل والحياة والطمأنينة وتساعدنا على الإتيان المادي والمعنوي هذا ومن مزايا الالتزام الديني أنه يمد النفس بطاقة روحية تساعدنا على الشفاء من الأمراض ودفع مفسدات الدنيا والضلال، إذ لا يتوفر هذا الشعور إلا بالتوجه لله وحده وإخلاص العبادة والعمل بهدى الرسول ﷺ، فالدين الإسلامي من خلال القرآن والسنة له الأثر الأكبر على صحة النفس، فهو في أساسه عمليه تعلم وتعليم يتم فيها إقناع النفوس وتغيير الأفكار وتعديل السلوك والاتجاهات التي يكون الفرد قد اكتسبها بطريقة خاطئة أو بصورة وهمية غير صحيحة، فهو "عبارة عن أسلوب توجيه وإرشاد وتربية وتعليم يقوم على معرفة الفرد لذاته ولربه ولدينه والقيم الخلقية والمبادئ الروحية(عبد العزيز، 1997 : 184) ونحن التربويين النفسيين علينا أن نعمل بالرجوع إلى الدين وتوظيفه في حياتنا على مختلف جوانبها لاسيما الجانب النفسي، لأن العلم لا يكفي وحده لحياة الفرد فهو سلاح ذو حدين ما لم يدعمه الدين بالأخلاق والقيم والرقابة والبيداغوجيا الإرشادية، فقد يستعمل لصالح الإنسان أو ضده، وهذا ليس رأينا نحن المسلمين فحسب بل نادى به معظم علماء الغرب النفسيين حيث "ركز كارل يونج (1933) على أهمية الدين وضرورة غرس الإيمان واعتبر الدين عنصراً أساسياً من عناصر الحياة النفسية التي تؤثر في سلوك الفرد وصفاته، وأكد

ستيكل (1949) أهمية تدعيم الذات الأخلاقية، وركز فروم (1947) على الخلق أو الطابع الاجتماعي الذي يعتبره النواة الأساسية في تركيب الخلق، ويشدد أيضاً على أن هدف الصحة النفسية والعلاج النفسي يجب أن يكون الوصول إلى المجتمع الصحيح نفسياً (عبد العزيز، 1997: 180)، وأيضاً من علماء النفس المحدثين الذين نادوا بأهمية الدين وأثره في الصحة النفسية العالم الأمريكي وليم جيمس الذي قال "إن أعظم علاج للقلق ولاشك هو الإيمان، حيث أعطى مثلاً حسياً على أهمية الإيمان وتأثيره في أعماق النفس فيقول: إن أمواج المحيط المصطخبة المتقلبة لا تعكر قط هدوء القاع العميق ولا تقلق أمنه، كذلك المرء الذي عمق إيمانه بالله تعالى لا تعكر طمأنينته التقلبات السطحية المؤقتة فالرجل المتدين حقاً عصي على القلق" (الزين، 1991: 282)، وهذا المثال ينطبق بالفعل على حال عصرنا الحالي المتقلب الذي نعيش فيه، فإذا كانت النفس قوية بالإيمان لما تأثرت بمسئدات الأمور العصرية السالبة ولما طالها أي سوء، وقد أثبت ذلك ابن قيم الجوزية بأن "أحدث ما وصل إليه العقل البشري يبين لنا الإعجاز العلمي والطبي للقرآن والسنة، فكلما اكتشفت البشرية كشافاً وظنت أنه فتحاً عظيماً، إلا واكتشفوا أن النبي الأمي ﷺ منذ ما يقرب من خمسة عشر قرناً قد دل الناس على ذلك سواء كان في آية قرآنية أو حديث شريف" (الجوزية، 1985: 5). إذاً فإن أصدق الحديث كتاب الله عز وجل وخير الهدى هدى رسول الله ﷺ وشر الأمور محدثاتها لقوله تعالى ﴿ وَمَنْ أَصْدَقُ مِنَ اللَّهِ حَدِيثًا ﴾ (النساء، من الآية: 86) وقوله ﴿ وَعِظْهُمْ وَقُلْ لَهُمْ فِي أَنْفُسِهِمْ قَوْلًا بَلِيغًا ﴾ (سورة النساء، من الآية: 63) وقال ﷺ "فإنه من يعش منكم بعدي فسيرى اختلافاً كثيراً، فعليكم بسنتي وسنة الخلفاء الراشدين المهديين، فتمسكوا بها وعضوا عليها بالنواجذ، وإياكم ومحدثات الأمور فإن كل محدثة بدعة وكل بدعة ضلالة" (أبو داود و الترمذي) هذه بعضاً من مبررات البحث الذي نظمت هيكلته في مقدمة وأربعة مباحث .

المبحث الأول : أساسيات البحث

المطلب الأول : مشكلة البحث تظهر الحاجة إلى إجراء دراسات وبحوث نفسية تربوية وقائية تعتمد على مصدرين إسلاميين أساسيين "يمكن أن نستمد منهما التصور الإسلامي

الصحيح للإنسان، هما القرآن الكريم والحديث النبوي" (نجاتي ، 200 : 6) وذلك لما يحتوي عليه هذان المصدران من تحديد دقيق لأحوال النفس الإنسانية في (سواءها أو إنحرافها)، ويؤكد ذلك قوله تعالى في دعوة صريحة منه جلّ وعلا ﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾ (الذاريات : 21) وتتأكد هذه الحاجة خاصة في هذا العصر، وما يتصف به من تغيير جذري في الثقافة التي يتلقاها الأطفال والشباب مما يعرضهم إلى الصراع الحضاري والثقافي والقيمي والأزمات النفسية على مختلف أنواعها، مما ينتج عنها تزعزع الذات الأخلاقية، ودعائم الصحة النفسية، وأخص بالذكر هنا مرحلة المراهقة، تلك الدعامة الأساسية للمجتمع والشريحة الفاعلة فيه والتي تعكس النمو السوي للمجتمع من خلال تربيته وإرشاده دينياً ونفسياً ووقائياً، بالمنهج الإسلامي الذي تناول النفس الإنسانية بجوانبها (الروحي والبدني) وما يعبران عنهما من سلوكيات سوية مترنة تصل بصاحبها إلى التمتع بالصحة النفسية، تلك المرحلة المراهقة. أهم مراحل الفرد أصبحت تحاكي الغرب ثقافته في جميع جوانب الحياة، لعدم نضجهم السوي، وفي غياب القيم الدينية والتربية السوية لديهم، مما يساعدهم على التحصين ضد هذه الآفات، فيشعر بالقلق والضيق والتوتر، ويعيش في حالة من التناقض بين ما يمليه عليه الدين والضمير، وما يواجهه من تطورات سلبية فيتعرض للأمراض العقلية والنفسية فنقول حينئذ أن هذا الفرد لا يتمتع بالصحة النفسية، من هذا المنطلق آثرت أن أعتمد في دراستي على المنهج الإسلامي (القرآن والحديث) وتوظيف هذا العلم على مختلف حياة الفرد، لاسيما على جانب الصحة النفسية، وقد اطلعت على دراسات في المجال الديني ومجال الصحة النفسية، ومجالات أخرى تناولت النفس في سوائها وانحرافها وعلاقتها بمتغيرات أخرى، إلا أنني لم أعثر— على حد علمي— على دراسة تناولت الحديث النبوي، وإسهامه في الصحة النفسية من شأنها مساعدتي في إثراء هذه الدراسة، خاصة أن هذا النوع من الدراسات لم ينل حقه من البحث والتطبيق، من هنا طرأت مشكلة الدراسة وبذلك يمكن تحديدها على النحو التالي : (ما أثر الحديث النبوي كبرنامج إرشادي علاجي في الصحة النفسية

لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة زليتن ليبيا)

المطلب الثاني: أهمية البحث تكمن أهمية هذه الدراسة في أنها تطرح موضوعاً حيويًا بالغ الأهمية يحظى باهتمام عامة الناس وخاصتهم، وهو الصحة النفسية وما لها من آثار إيجابية وسلبية نتيجة سوائها أو انحرافها لدى الفرد خاصة في مرحلة المراهقة قيد الدراسة، وعلى المجتمع بصفة عامة انطلاقاً من المنهج البيداغوجي وبالأخص ما يتعلق بالسنة النبوية في توجيه المسلم للتوافق والصحة النفسية، وبما تؤيده من الآيات القرآنية الدالة على ذلك ، وبصورة أدق :—

● لهذه الدراسة أهمية كبيرة لأنها تبصرننا بحقيقة ما تتضمنه الأحاديث النبوية من تأثير على الصحة النفسية.

● تهتم الدراسة بمساعدة الأفراد بصفة عامة وطلاب مرحلة المراهقة بصفة خاصة بالرجوع إلى الدين والتسلح بالإيمان حتى يتمكنوا من التصدي لمستحدثات الأمور السلبية، من خلال عرض وتحليل الإطار النظري.

● تهتم الباحثة بهذا النوع من الدراسة القائمة على المنهج الإسلامي لسد النقص ورغبة منها في توضيح أسلوب النبي ﷺ وإعجاز القرآن في صحة النفس وسواءها مما عجز عنه بعض علماء الغرب، وتأمل أن تكون هذه الدراسة بمثابة إضافة متواضعة تسهم في إثراء المكتبات.

● قد تتوصل الدراسة إلى نتائج وإشارات توضح لكل من الوالدين والمرشدين النفسيين والمعالجين الأساليب التربوية الترشيدية والوقائية لتوجيه هذه الشريحة وغيرها من المجتمع إلى السواء والتمتع بالصحة النفسية.

المطلب الثالث: أهداف البحث يهدف البحث إلى تقصي أثر الأحاديث النبوية(النفسية والتربوية)المختارة للدراسة بالطريقة التجريبية على مساعدة الطالبات بالتمتع بالصحة النفسية والابتعاد عن جميع مستحدثات الأمور السلبية ومظاهر الانحرافات والاضطرابات العصرية وتربيتها وإرشادهن دينياً وتقوية شخصياتهن وبناء الثقة في أنفسهن بأسلوب الإقناع والإيمان واليقين، وكذلك معرفة ما تحويه الأحاديث من إيجابيات وتأثيرات تغلغل في شخصيات

الطالبات مما يكنّ أقدر على اكتساب الشخصية السوية التي تتمتع بالصحة النفسية وبتحديد أدق في نقاط أساسية:

- معرفة مستوى انخفاض الصحة النفسية لدى عينة الدراسة من خلال الاختبار القبلي والبعدي.
- التعرف على ما إذا كان هناك تأثير للأحاديث النبوية على الصحة النفسية لدى عينة البحث.
- الكشف عن الدلائل والأساليب النبوية الشريفة في معرفة المنهج التربوي الوقائي للنفس
- ترسيخ العقيدة الدينية القائمة على الفهم واستثمار الدين في حل المشكلات النفسية والتربوية خاصة في هذه المرحلة للحفاظ على ارتفاع مستوى الصحة النفسية إلى أبعد حد ممكن.
- تصميم أداة موضوعية لقياس الصحة النفسية لدى عينة الدراسة.

المطلب الرابع: فروض البحث من خلال الدراسة يمكن الكشف عن بعض الفرضيات من حيث صدقها أو عدمه، فيكون هذا من الأمور التي تعزز من تقديرنا لأهمية (القرآن والسنة) في تحقيق الصحة النفسية، ويمكن صياغة الفروض بالآتي :

1. لا توجد فروق دالة معنوية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة على الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس الصحة النفسية.
2. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس الصحة النفسية لصالح الاختبار البعدي.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التطبيق القبلي للمجموعة الضابطة والتطبيق البعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الصحة النفسية لصالح المجموعة التجريبية.

4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة على التطبيق البعدي ومتوسط درجات المجموعة التجريبية على التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية وبذلك يمكن التحقق من الفروض وإثباتها ضمن:

المطلب الخامس : حدود البحث يتحدد في الجوانب الآتية

● **الجانب النظري :** يتحدد على عينة مختارة من أحاديث الرسول ﷺ والتي تختص بالمجالات النفسية والتربوية وصورة مختصرة عن مجال الصحة النفسية وعلم الحديث النبوي.

● **الجانب التطبيقي :-** الحد البشري عينة من طالبات المرحلة الثانوية، الحد الجغرافي مدينة زليتن ليبيا، الحد المكاني ثانويات البنات بزليتن.

● **الجانب الإجرائي :** يتحدد بأدوات البحث التالية :

● مقياس الصحة النفسية (قبلي، بعدي).

● جلسات تختص بشرح وتوضيح معاني الأحاديث النبوية على عينة الدراسة،* الأساليب الإحصائية وتوضيح الفروق الدالة احصائياً، للوصول إلى النتائج بشكل موضوعي.

المطلب السادس : مفاهيم البحث :

1. **الحديث النبوي:** هو "ما ثبت عن النبي ﷺ من غير اقتراض ولا وجوب، وهو "ما أضيف إلى النبي ﷺ من قول أو فعل أو صفة خلقية أو خلقية" (الغرياني، 1998 : 23).

2. **البرنامج الإرشادي:** هو تصميم مخطط ومنظم على أسس علمية يحتوي على مجموعة من الخدمات لحل المشكلات التي يواجهها الطلبة في المجالات المختلفة الاقتصادية والدراسية والاجتماعية والنفسية، الأمر الذي يؤدي إلى نجاحهم الدراسي، وتوافقهم مع البيئة" (الجنابي، 1992 : 15).

3. **أثر:** لغة "أثر فيه: ترك فيه أثراً" (مختار القاموس : 13). "والأثر بالتحريك: ما بقي من رسم الشيء" (لسان العرب : 19).

وبذلك فإن الباحثة تستند إلى (قانون الأثر) كما جاء في كتاب تورندايك(1911) وهو "عندما تكون الاستجابة التي تصاحب أو تتبع مباشرة بحالة إشباع لحاجة، وقد عدله ووضعه موضع الاختبار التجريبي بعد تصميم بعض التجارب بقصد معرفة الأثر النسبي...على تقوية أو إضعاف الاستجابة" (جلجل، 2000 : 73). و"إن الأثر الطيب يقوي ويعزز المسارات العصبية، أي يحدث خلالها ارتباط، والأثر غير الطيب يضعفها" (جودت، 2000 : 75). أما مفهوم انتقال الأثر: هو "تطبيق المعرفة التي اكتسبها المتعلم من خلال عملية التعلم في اكتساب معرفة جديدة وحل مشكلات جديدة وفي التكيف الحسن مع الحياة" (العناني، 2001 : 227).

التعريف الإجرائي : تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: (النتيجة المتوقع حدوثها، أو ما هي النتيجة التي يمكن أن نصل إليها إثر تعرض عينة البحث التجريبية للبرنامج التطبيقي. العامل المستقل). استناداً إلى قوله تعالى ﴿فَانظُرْ إِلَىٰ آثَرِ رَحْمَتِ اللَّهِ كَيْفَ يُحْيِي الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا﴾ (الروم:50) بمعنى "أثر: ما ينشأ عنه، مما يدل عليه، فرحمة الله دلت عليها الآثار الدالة على وجوده وتعرفه بما فيه رحمة للخلق" (بن عاشور، 1984، ج 21 : 123) .

4. الصحة النفسية: هي "حالة دائمة نسبياً، يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً... ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عادي ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامه وسلام" (زهرا، 2005 : 9).

التعريف الإجرائي : تعرفها الباحثة إجرائياً بأنها الدرجة التي تتحصل عليها الطالبة على مقياس الصحة النفسية من خلال التطبيق البعدي إثر تعرضها للبرنامج التطبيقي (المتغير المستقل) أثر الأحاديث.

5. المجموعة الضابطة : هي الجماعة التي لا تتعرض للمتغير التجريبي و تبقى تحت الظروف العادية .

6..المجموعة التجريبية : هي "الجماعة التي تتعرض للمتغير التجريبي(جلسات البرنامج الإرشادي).

منهج البحث : للوصول إلى الهدف اتبع البحث أنواع من المناهج ساهمت في السير النظري والتطبيقي

ففي الجانب النظري طبق المنهج التحليلي وكذا في البرنامج الإرشادي في تحليل وشرح الأحاديث النبوية الشريفة المختارة للدراسة بطريقة المحاضرة والاستعانة بطريقتي الحوار والمناقشة للمشاركة الفعالة من العينة في إثراء نتائج البحث ، أما في الجانب الإجرائي فقد اعتمدتُ على تطبيق خطوات المنهج التجريبي الذي يعتمد على التجربة في إثبات فروضه، وذلك من خلال التصميم التجريبي ذا المجموعات المتكافئة والذي تم فيه اختيار مجموعتين متكافئتين قدر المستطاع أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، وإجراء الاختبار القبلي لمعرفة مدى تذبذب الصحة النفسية لدى العينة بالكامل ثم إجراء الاختبار البعدي للعينة بعد تعرض المجموعة التجريبية للعامل المستقل(الأحاديث النبوية الشريفة) ، ونظراً للتنوع الذي تقتضيه طبيعة الدراسة يجيز الاستعانة بهذه المناهج والأدوات للوصول إلى الهدف المرجو وهو التمتع بالصحة النفسية من خلال منهج الرسول ﷺ وبعض الآيات القرآنية التي تساند هذا الهدف.

المبحث الثاني أدبيات البحث :

تمهيد:

التدين الصحيح يفضي إلى صحة النفس، لأنه فطرة في الإنسان منذ وجد، ذلك لأن المسلم يلجأ إلى ربه في كل حال فيحس بداخله بالأمان ويعلم بحكم عقيدته أن ما أخطأه لم يكن ليصيبه، وما أصابه لم يكن ليخطئه، فلا يجزع ولا يقلق بل هو دائماً في حالة رضا عن نفسه وواقعه ، ومن أساسياته (النمو والتربية) فالنمو السوي يتمثل في النمو الروحي والبدني، والتربية الدينية تتمثل في الوسيلة الوقائية لسلوك الفرد وصحته النفسية بما تحويه من قيم ومعتقدات ومعايير وشرائع تقوم سلوك الفرد وفكره مما يجعله أقدر على التكيف والتوافق والتمتع بالصحة النفسية، وما ورد في القرآن الكريم والأحاديث النبوية دعوة للتفكير في هذه النفس وتقويمها

ودراستها دراسة علمية تعتمد على الملاحظة والتفكير، قال تعالى: "أَوْ لِمَ يَتَّفِكِرُوا فِي أَنْفُسِهِمْ" (الروم: 8) ، والسنة النبوية سبقت علماء نفس الغرب بقرون في توجيه المسلم إلى السواء والصحة النفسية التي يعتبرونها من أهم دعائم الشخصية السوية الناضجة، وأن هناك دعامتين أساسيتين تعتمد عليهما مقومات الشخصية السوية، ويقع تحت مسؤوليتهما جميع أنماط السلوك الإنساني سواء داخلياً كالتفكير والتخيل، أو خارجياً كالتعبير بالحركة، هاتان الدعامتان هما الجانب العقلي وما يحويه من ذكاءات وقدرات والجانب الوجداني الروحي وما يحويه من صراعات وانفعالات، وفي حالة نضج هاتين الدعامتين وتوازنها يحدث التوافق السوي والصحة النفسية الذين يعتبران مؤشرين مهمين من مؤشرات الصحة النفسية، فعلى الجانب الوجداني الذي نعبر عنه بالقلب يقول ﷺ "ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله، وإذا فسدت فسد الجسد كله ألا وهي القلب" (متفق عليه)، وعلى الجانب العقلي والوجداني معاً في حديثه ﷺ "إن فيك خصلتين يحبهما الله ورسوله : الحلم والاناة" (مسلم، ج1: 189) ، ويقصد بالحلم هو العقل، والاناة التثبيت وضبط الانفعالات والعواطف وترك العجلة، ليس هذا فحسب بل إن ما يستجد في هذه الدراسة سيوضح لنا العديد من تصانيف الأحاديث النبوية التي تناولتها الدراسة لإحداث التوازن للفرد في جميع أشكاله من أجل التمتع بالصحة النفسية، فبادئ الصحة النفسية كما يراها الرسول ﷺ هي "معاني سامية يؤدي التحلي بها إلى التمتع بالصحة النفسية، والتحلي بالأخلاق الحميدة والسمات السامية الراقية النبيلة" (عيسوي، دت : 47)، وهي الإيمان اليقيني والعدل والقسط والرحمة والعفة، وطاعة القانون، والشرع، حيث قال ﷺ "أهل الجنة ثلاثة: ذو سلطان مقسط موفق ورجل رحيم رقيق القلب لكل ذي قربى، ومسلم عفيف متعفف ذو عيال" (أبو داود والنسائي الإصدار الأول)، "ولاشك في إتباع المسلم للمنهج الإسلامي اتباعاً صادقاً هو خير ما يساعده على بناء شخصية سوية ناضجة متوافقة .

المطلب الأول : الحديث النبوي

الفرع الأول : الحديث لغةً " هو الخبر قليله أو كثيرة وجمعه (أحاديث) على غير القياس، وقال الفراء: نرى أن واحد من الأحاديث (أحدوثه) بضم الهمزة والدال، ثم جعلوه جمعاً للحديث" (مختار الصحاح : 125)، وهو "الإخبار(فليأتوا بحديث مثله)(الطور34)"
الحديث النبوي الشريف: هو " ما ثبت عن النبي ﷺ من غير اقتراض ولا وجوب" (علي ، 2002 : 31)، وهو أيضاً " ما يروى عن الرسول ﷺ بعد النبوة من قول أو فعل أو تقرير" (الرديني ، 1988 : 16).

السنة لغةً: "تطلق على السيرة أو الطريقة"، وهي "الطريقة المحمودة المستقيمة(سعيد، 2002 : 26)، وسنة الله تعني "تطهير النفس وترشيحها إلى ثواب الله تعالى وجواره" (عبد الخالق ، 1986 : 46) يقول الحق تبارك وتعالى ﴿فَلَنْ نَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَبْدِيلًا وَلَنْ نَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَحْوِيلًا﴾ (فاطر ، من الآية : 43)، **السنة اصطلاحاً:** هي "الطريقة الدينية التي سلكها النبي ﷺ في سيرته المطهرة" (الصالح، 1991:6)، **السنة النبوية الشريفة:** هي " كل ما صدر عن النبي من قول أو فعل أو تقرير، وتأتي في المرتبة الثانية بعد القرآن، وهي دليل شرعي لقوله عزوجل ﴿ وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا﴾ (الحشر: 7) وهي بيان القرآن وتفصيل لمجمله وتأكيده لحكمه قال تعالى ﴿وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الذِّكْرَ لِتُبَيِّنَ لِلنَّاسِ مَا نُزِّلَ إِلَيْهِمْ﴾ (النحل الآية: 44)"

الفرع الثاني : أهمية دراسة الأحاديث والسنة

تكمُن أهمية الأحاديث النبوية في أنها مصدراً شرعياً لجميع أحوال الفرد المسلم على مختلف جوانب حياته، وإنه علم قائم بذاته يشمل العبادات، العقائد، الفقه، الشريعة إلى جانب التصور الدقيق الذي يقدمه لشخصية الفرد من وجهة نظر إسلامية كعوامل الشخصية السوية واللاسوية، وأسباب الانحراف والشذوذ والأمراض النفسية، وما يقدمه من طرق سليمة لتعديل السلوك وتقوم الفكر، وطرق الوقاية والعلاج النفسي القائم على أسلوب الإقناع واليقين مشتملاً على الجانب الروحي والمادي، بمعنى أنه يقدم للإنسان منهج للحياة الأمثل في الدارين الدنيا والآخرة فضلاً عما يقدمه علماء الغرب من علاج في الدنيا على الجوانب المادية وإغفال الجانب الروحي الدعامة الأساسية للنفس، وكذلك "فإن شرف العلم من شرف المعلوم ، فلما

كان المعلوم أقوال الرسول ﷺ وأفعاله وتقريراته، فإن العلم يسمو بأهله، فينالون من الشرف أعظمه ومن العزة أعلاها لدخولهم تحت قوله ﷺ (نَصَرَ اللهُ امرأً سمع مقالتي فحفظها ورعاها ثم أداها) ولقوله ﷺ (إن هذا الدين بدأ غريباً وسيعود غريباً كما بدأ فطوبى للغرباء) قيل يا رسول الله فمن الغرباء؟ قال (الذين يحيون سنتي من بعدي ويعلمونها للناس) (نصر، 1992: 17)، "وإن دراسة سيره سيدنا محمد ﷺ في أيامنا هذه ضرورة وأي ضرورة!! يملئها الواقع البئيس المحزن الذي يعيشه المسلم في متاهات لا نهاية لها" (حماده، 1989: 19-20)، "وإن حكم دراسة هذا العلم والاعتناء به فرض كفاية" (أبو ناجي، 1996: 4) وكما تفرضها الأوامر الإلهية على المسلم ﴿فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ﴾ (آل عمران: 31) ويمكن إجمال هذه الأهمية في نقاط تعتبر كمركزات أساسية ننطلق منها في هذه الدراسة:

1. الأحاديث النبوية والسيرة تجسيد حي لتعاليم الإسلام كما أرادها الله تعالى، وهي لم تنحصر على أناس متخصصين أو كليات العلوم الشرعية، بل لتكون سلوكاً ومنهجاً حياتياً يعيشه كل مسلم في نفسه ويدركه في واقعه ومجتمعه.

2. "يظهر لنا من خلال سنة المصطفى ﷺ وسيرته العطرة الصورة المشرفة للإنسان الذي يمارس إنسانيته بكل أبعادها، ونوازعه البشرية بكل حكمة متفاعلاً مع الواقع بكل معطياته" (حماده، 1989: 20-21).

3. تتضح هذه الأهمية في معرفة الشخصية الناضجة التي تحققت فيها الاستقامة في السلوك والعدل والتوازن والعناية النفسية والبدنية، بمعنى أن الرسول ﷺ النموذج الأمثل للنفس المطمئنة التي تحققت فيها كل مؤشرات الصحة النفسية.

الفرع الثالث: منزلة الحديث النبوي عند المسلمين

الحديث النبوي هو المصدر الثاني للتشريع وهو بمنزلة القرآن إذ أنه وحي من الله تعالى على لسان النبي ﷺ "قال تعالى في هذا الشأن ﴿وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ عَلَّمَهُ شَدِيدٌ الْقُوَى﴾ (النجم: 3-4-5)، فقد حظي بمكانة رفيعة عند المسلمين فهو عظيم الفخر شريف الذكر، لمعرفةهم بأنهم أولى الناس بالنبي ﷺ، واكتسابهم معنى الصحابية لقوله ﷺ "إن أولى

الناس بي يوم القيامة أكثرهم عليّ صلاة" (مسلم)، "وقال أبو حبان في صحيحه: في هذا الحديث بيان صحيح على أن أولى الناس برسول الله ﷺ يوم القيامة أصحاب الحديث، إذ ليس في هذه الأمة قوم أكثر صلاة عليه منهم" (نصر ، 1992 : 22)، وبذلك فإن أصحاب الحديث هم أو سلسلة آخرها الرسول ﷺ "وأن الحديث هو ركن أساسي في الدين فقد دخل في تكوين الصحابة الفكري وسلوكهم العملي والخلقي" (الريدي، 1988 : 32 - 33) وقد عظمت فيهم هذه المنزلة الرفيعة ذلك لما وجدوه من أحاديث عامة لجميع جوانب حياتهم في الدنيا والآخرة، فضلاً عما وجدته في هذا العلم بما يختص بموضوع الدراسة من قواعد وأسس دينية وتربوية وتوجيهية إرشادية ونفسية ووقائية علاجية، لبناء الشخصية السوية المسلمة التي تتوفر فيها جميع مقومات الصحة النفسية، وليس أبلغ من كلام الحق تبارك وتعالى حين قال في رسوله ﷺ ﴿لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ﴾ (آل عمران : 164) وقوله ﷺ "لاتزال طائفة من أمتي ظاهرين على الحق" (الشيخان، الإصدار الثاني). وقال العلامة الشهاب أحمد المنيني الدمشقي الحنفي في القول السديد "إن علم الحديث علم رفيع، عظيم الفخر، شريف الذكر، لا يعتني به إلا كل حبر، ولا يجرمه إلا كل غمر، ولا تفنى محاسنه على ممر الدهر، لم يزل في القديم والحديث يسمو عزّة جلاله، إذ به يعرف الكلام من رب العالمين، ومنه يدري شمائل من سما ذاتاً ووصفاً، وحسب راوي الحديث شرفاً وفضلاً أن يكون أول سلسلة آخرها الرسول ﷺ" (البيطار ، 1961 : 45).

الفرع الرابع : الحديث النبوي وتوجيه المسلم إلى الصحة النفسية

يتبع الحديث النبوي منهجاً توجيهياً - دينياً، نفسياً، تربوياً - هادفاً يحقق التوازن بين الروح والبدن، فكان ﷺ يدعو إلى عقيدة التوحيد والتقوى، والعبادات والاستقامة، الثقة بالنفس والتحرر من الخوف، وتقبل المصائب بصبر وشجاعة حتى تتحقق الطمأنينة والراحة النفسية، ويتضمن المنهج النبوي التوجيهي في الأساليب الآتية: "أسلوب تقوية الجانب الروحي. السيطرة

على الجانب المادي. تعليم الخصال الضرورية للصحة النفسية " (نجاتي، 2006 : 279). وهي كالتالي :

1. أسلوب تقوية الجانب الروحي: الإيمان بالله هو القيمة المطلقة التي على أساسها يقوم الجانب الروحي للإنسان، فمبدأ النفس الإنشراح والسعادة والطمأنينة، وكان أسلوبه ﷺ يدعو للتمسك بالله بالإيمان والتقرب إليه بالعبادة والتقوى والعمل الصالح استناداً لقوله تعالى ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحَسُنَ مَا أَبِ﴾ (الرعد : 30)، كذلك يدعو إلى التوكل على الله في كل أمر والاستعانة به ونهى عن اليأس وتوكيل الأمر للغير فقال ﷺ موجهاً في هذا الشأن "إذا سألت فسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله ... " (الترمذي ، ج 9 : 319).

2. أسلوب السيطرة على الجانب المادي: يدعو الحديث النبوي على ما جاء به القرآن الكريم بالتوجيه السليم لضبط الدوافع والانفعالات والتحكم بما يتفق مع التشريع، حيث أشار الرسول ﷺ إلى نوعين من التنظيم لهذا التوجيه:

التنظيم الأول: هو الإشباع عن طريق الحلال، وحرمة الإشباع عن طريق الحرام رافة ورحمة بالمؤمنين وتوجيهاً سليماً لصحتهم - النفسية والجسمية - قال تعالى ﴿كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَلَا تَطْغَوْا فِيهِ فَيَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبِي﴾ (طه : 79)، وقال ﷺ "إن الحلال بين وإن الحرام بين وبينهما أمور متشابهات لا يعلمهن كثير من الناس، فمن اتقى الشبهات استبرأ لدينه وعرضه، ومن وقع في الشبهات وقع في الحرام" (الشيخان، أبو داود، النسائي، الشيباني، ج 4 : 138).

التنظيم الثاني: هو الإشباع بالتوسط والاعتدال في كل الأمور، والنهي عن الإسراف في الجوانب المادية لما لها من أضرار تعود على صحة المسلم، فقال ﷺ "كلوا واشربوا وتصدقوا في غير إسراف ولا مخيلة" (البخاري، ناصف، ج 3 : 16)، حيث جاء هذا الحديث مؤكداً للنهي القرآني في قوله تعالى ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (الأعراف : 31) **المطلب الثاني: الصحة النفسية**

تعد الصحة النفسية أمنية ورجاء كل إنسان على وجه الأرض، وهي من أهم فروع علم النفس التي وجه الإسلام اهتمامه بها، لأهميتها القصوى في حياة الفرد على مختلف الجوانب، نرى ذلك في كثير من الآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة، كما في قوله تعالى ﴿هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ﴾ (الفتح : 4) و﴿وَأَمَنَهُمْ مِّنْ خَوْفٍ﴾ (قريش : 5) وقوله ﷺ لا بأس بالغنى لمن اتقى، والصحة لمن اتقى خير من الغنى، وطيب النفس من النعيم" (أحمد، ج5 : 381) ونرى في الإسلام بتناول مكونات النفس في شمول وتكامل وفهم جيد للطبيعة الإنسانية هو السبيل السوي لتحقيق الصحة النفسية على الجانب النفسي والجسمي، إضافة إلى الجانب الروحي الذي أغفله معظم علماء الغرب الدعامة الأساسية للنفس السوية، وله الأثر الأعظم لشعور الفرد بالانشراح والرضا والطمأنينة والثقة بالنفس والتوازن النفسي الذي يؤدي إلى التمتع بالصحة النفسية كما في قوله تعالى ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد : 29)، وقوله ﷺ "من أصبح آمناً في سربه معافى في جسده عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا بحذافيرها" (الترمذي، الشيباني، ج4 : 45). فالقرآن والحديث يشترطان في تحقيق الشخصية السوية المتمتعة بالصحة النفسية التوازن بين البدن والروح، وهي النفس التي سماها القرآن الكريم بالنفس المطمئنة التي تشبع حاجاتها الروحية والبدنية بالطريق السوي السليم .

الفرع الأول : مفاهيميات

- **الصحة لغة:**هي "ضد السقم" (مختار الصحاح : 356)، وهي "ذهاب المرض والبراءة من كل عيب" (مختار القاموس : 350)، ويرى ابن منظور في الصحة "خلاف السقم وذهاب المرض، أي صح فلان من علته واستصح" (ابن منظور ، د.ت : 410)
- **النفس لغة:** "بمعنى الروح، العين، والنفس هي عين الشيء" (مختار القاموس : 613 - 614)، **النفس اصطلاحاً:** "هي جوهر الإنسان ولبابه، وبها يكون استقامته أو فساده" (عبد العزيز، 1997 : 131)، وهي "الروح اللطيفة التي نفخها الله عز وجل

في هذا الجسد الترابي، تحركه وتحيه وتفعّل إمكانياته خيراً أو شراً" (صباح ، 2000 : 13).

● **الصحة النفسية اصطلاحاً:** يعرفها حامد زهران "هي حالة دائماً نسبياً يكون الفرد متوافقاً نفسياً، ويشعر بالسعادة مع نفسه والآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته، وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عادياً يعيش في أمن وسلام" (زهران ، 2005 : 9).

● **مفهوم الصحة النفسية في القرآن:** حسب رأي الباحثة يتجلى مفهوم الصحة النفسية في القرآن من خلال تفسير الآية الكريمة في قوله تعالى ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَهُمْ يُبْسَوْنَ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ هُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾. (الأنعام : 8)، التفسير القرآني للآية: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا﴾ صدقوا وأذعنوا بالله وبوحدانيته، ﴿وَمَنْ يُلْبَسُوا﴾ لم يخلطوا، أي الخلط والشبه ﴿إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ﴾ بشرك ﴿وَمَنْ يُلْبَسُوا﴾ غير لابسين إيمانهم بظلم بشرك ﴿أُولَئِكَ﴾ الذين امنوا ﴿هُمُ الْأَمْنُ﴾ الطمأنينة وعدم الخوف ﴿وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾ والحال أنهم مهتدون إلى الحق ثابتون على الهدى ومتمكونون منه) (صوفية ، 2001 : 455).

التفسير النفسي للآية:

﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَهُمْ يُبْسَوْنَ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ هُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾ (الأنعام : 82)، يكون معنى الآية حسب تفسير الباحثة من جانب علم النفس والصحة النفسية وبما يربط هذين العلمين من الاتجاه الديني وبما يتعلق بهذه الدراسة هو ﴿الَّذِينَ آمَنُوا﴾ بمعنى التوافق الروحي أي مدى علاقة الفرد بربه من حيث الإيمان به ويقين هذا الإيمان بالتوبة والتقوى وأداء العبادات وتغلغله داخل الروح (عقيدة التوحيد) ﴿وَمَنْ يُلْبَسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ﴾ هو التوافق النفسي يعني أن هذا الإيمان لا يخالطه شك أو ظن ولا ريب وأن اللبس والشك والظن مظاهر تتواجد لدى النفس الأمارة بالسوء وبما توحي به من وساوس وقلق وصرعات حيث أن النفس التي لا

يخالطها ذلك تكون نفس سوية مطمئنة ومتوافقة روحياً، ﴿أُولَئِكَ هُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾ وهو التوافق بجميع أنواعه ﴿أُولَئِكَ﴾ معنى الذين آمنوا ﴿هُمُ الْأَمْنُ﴾ لهم الأمان والطمأنينة والهدوء والراحة النفسية والثقة بالنفس والتوازن الأمني والنفسي والأمن في الروح والنفس والبدن والمجتمع والدنيا والآخرة، ﴿وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾ بمعنى لهم الهداية الروحية والنفسية والتطهير الروحي والسمو إلى أعلى درجات الكمال الإنساني والصحة النفسية وهم الأمنون والمطمئنون المقربون - في الروح، النفس، المجتمع

● مفهوم الصحة النفسية في الحديث النبوي: كان الرسول ﷺ دائماً يدفع أصحابه إلى اليقين والإيمان بالله وإخلاص العبادة له ويث حب الله والناس والثقة بالنفس والرضا والقناعة والاستقامة في السلوك والتعاون مع الآخرين والانتماء إلى الجماعة كما يدعوهم إلى العناية بصحة الجسم، وكل ما يساعدهم على التوازن والتوافق للتمتع بالصحة النفسية. فقد أشار في حديثه الشريف ﷺ "من أصبح آمناً في سربه، معافى في جسده عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا بحذافيرها" (الترمذي ، الشيباني ، ج 4 : 45)،

من خلال تفسير الحديث نستنتج أن الرسول ﷺ وضع هذا الحديث كمفهوم واضح وصريح للصحة النفسية، حيث أشار إلى أربع أسباب رئيسية للطمأنينة والسعادة وهي الشعور بالأمن والأمان وهذا يتضمن الجانب الروحي والأمن النفسي والأمن الاجتماعي ثم خلوه من الأمراض وشعوره بالعافية والصحة الجسمية، لأن الرسول ﷺ كان كثير الدعاء بالعافية يشير ذلك في حديثه ﷺ "سلوا الله اليقين والمعافاة فما أوتي أحد بعد اليقين خيراً من العافية" (النسائي)، وقد علق ابن قيم الجوزية على هذا الحديث مفسراً له فقال إن الرسول ﷺ جمع بين عافيتي الدين والدنيا، ولا يتم صلاح العبد في الدارين إلا باليقين والعافية، فاليقين جانب روحي يدفع عنه عقوبات الآخرة، والعافية جانب مادي تدفع عنه أمراض الدنيا في قلبه وبدنه" (ابن قيم ، 1985 : 202)، وأما السبب الثالث فهو حصوله على قوته اليومي الذي يمكنه من العيش بقناعة ورضا، ثم حيزت له الدنيا بحذافيرها أي أتته وهي راغمة بكل ما هو مشروع من الله

ورسوله، وبذلك فهو جمع بين عافيتي الدين والدنيا. ولا شك في شعور الفرد بكل ما سبق ذكره لهي مظاهر ومؤشرات الصحة النفسية التي نادى بها الله ورسوله ﷺ، ومن خلال تحليل الآية الكريمة والحديث النبوي الشريف أن الآية قد بدأت بالأمن ﴿الَّذِينَ آمَنُوا﴾ وأن الحديث ابتدأ بالأمن "من أصبح آمناً" فضلاً عما شملته الآية والحديث، لهي دعوة صريحة للتمتع بالصحة النفسية،

الفرع الثاني : مظاهر الصحة النفسية في ضوء علم النفس ، في ضوء النظريات النفسية، في ضوء القرآن والحديث

أولاً: مظاهر الصحة النفسية في ضوء علم النفس: الصحة النفسية هي التعبير الكامل للفرد عن طاقاته الموروثة والمكتسبة، وهي الدليل الذي يكشف عن المظهر السوي للفرد ويحرص على التوازن والتناسق الدقيق للشخصية السوية، ومن مظاهرها حسب رأي علم النفس: —

- المحافظة على شخصية متكاملة سوية من خلال تكامل وتناسق الأداء الوظيفي لها نفسياً وانفعالياً وجسماً
- التوافق والقدرة على التكيف الاجتماعي وتقبل المعايير والقوانين الاجتماعية.
- التكيف مع الواقع، هو دليل النظرة السليمة الموضوعية للحياة من حيث مطالبها وتحمل مسئولياتها وفهم الواقع وتقبله
- المحافظة على الثبات، وهو من جوانب الشخصية ويتمثل في عدم التردد والثقة بالنفس والمرونة في اتخاذ القرارات.
- النمو مع العمر: ليس هنا زيادة سنوات عمره فحسب بل النمو الإيجابي في معارفه وخبراته وعلاقاته الاجتماعية.
- المحافظة على قدر من الحساسية الانفعالية: ويعني الجانب العاطفي للشخصية لما له من مظهر سوي يتمثل في سلامة الإنفعال والاتزان الانفعالي المشاركة الإيجابية في المجتمع، وما يقدمه من خدمات في حدود إمكانياته وقدراته

ثانياً: مظاهر الصحة النفسية في ضوء النظريات النفسية: (الفرخ، 1999: 18-19-

20): وهي كالتالي بإيجاز

نظرية التحليل النفسي: ركز فرويد على الخبرات المؤلمة في الطفولة، والقدرة على مواجهة الدوافع البيولوجية والغريزية، وقدرة الفرد في السيطرة عليها، وركز على الجنس والعدوان، كما اتبع أساليب منها: التداعي الحر والتفريغ الانفعالي، بحيث يحكي المريض خبراته منذ الطفولة فتمت عملية التفريغ ويختفي 75% من المرض، كما يحرص على الواقع الاجتماعي والتوافق بين عناصر الشخصية (الهو، الانا، الانا الأعلى).

النظرية السلوكية: من علمائها: واطسون، بافلوف، سكنر، تورنبايك، كانت مظاهر الصحة النفسية لديهم هي قدرة الفرد على اكتساب عادات تتناسب مع البيئة وركز على السلوك الناتج عن المثبر والاستجابة، وعلى التعلم وإعادة، وكانت أساليبهم في العلاج تمارين الاسترخاء، التعزيز الإيجابي والسلبي، الإيحاء والتجاهل وتقليل الحساسية.

النظرية الإنسانية: صاحب هذه النظرية ماسلو، ظهرت كرد فعل للنظريات السابقة ومن أهم مسلماتها أن الإنسان خير بطبعه حرٌّ في حدود معينة، وأن الصحة النفسية عند الإنسانين يعني مدى تحقيق الإنسان لإنسانيته تحقيقاً كاملاً ومؤشرات الإنسانية لديهم هي حرية الفرد التي يمارسها وهو مدرك لحدودها وتحمل مسؤوليتها منها: (هدفاً يختاره الفرد ويعمل على تحقيقه، التعاطف مع الآخرين ويحبهم، الالتزام بالقيم العليا مثل الحق والخير والجمال).

ثالثاً: مظاهر الصحة النفسية في ضوء القرآن والحديث: - من خلال ما تم عرضه وجب إلقاء نظرة مختصرة على مظاهر الصحة النفسية في ضوء القرآن والحديث ذلك لأن هذه المظاهر لا يمكن حصرها، فالصبر والإيمان والتوبة والقناعة والعفو كلها مظاهر حسنة تتصف بها الشخصية السوية التي تتمتع بالصحة النفسية. فمظاهر الصحة النفسية في الإسلام تتمثل في الآتي :-

المظهر الروحي: قال تعالى ﴿وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي﴾ (ص : 71)، وقال تعالى ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾ (الإسراء : 85)، ويعني في هذه الدراسة هو صلة العبد بربه، بالإيمان بالله وبالقضاء والقدر وأداء العبادات.

الإيمان بالله: عقيدة راسخة واتجاه روحي معنوي يشد أزر المؤمن في جميع مواقف حياته، فثمرات الإيمان لا حصر لها تصفو بها النفس وتسمو إلى الكمال ويقوم بها الفكر والسلوك وتكون الصعاب والعقبات وتُسعِرُ الفرد بالاطمئنان والأمان والثقة بالنفس، كما في قوله تعالى ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد : 29) لأن الإرشاد الديني يحقق التوافق النفسي للمؤمن في جميع مراحل حياته فثمرات الإيمان لا حصر لها.

الإيمان بالقضاء والقدر: هو أحد أركان العقيدة الإسلامية فمن كفر بقدر الله خرج عن دينه، فالإيمان بالقضاء يعيد الإنسان عن الحزن والهم والغم والقلق، فهو كفيلا بأن يمنحه القوة والصبر على مواجهة الأزمات النفسية والمصائب، ومواصلة الحياة برضا وقناعة، فالمؤمن يقين بإيمانه بأنه ما أصابه لم يكن ليخطئه وما أخطئه لم يكن ليصيبه، وأن ما أصابه إنما هو حكمة من الله لا يعلمها إلا هو جلّ وعلا كما في قوله: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ﴾ (البقرة : 155). ويذكر يوسف القرظاوي (1975) أن الإيمان بالقضاء والقدر يث السكينة والأمن في نفس صاحبه ولا يدع لمشاعر القلق واليأس سبيلاً إلى نفسه ... فيتمتع بالطمأنينة وانشرح الصدر، فلا تمزق نفسي ولا تؤثر عصبي ولا شذوذ" (كندي ، 2000 : 42)، وكان الرسول ﷺ يعلم أصحابه كيف يؤمنون بالقضاء والقدر في حديثه ﷺ "من سعادة ابن آدم رضاه بما قضى الله تعالى ومن شقاوة ابن آدم تركه استخارة الله تعالى، ومن شقاوة ابن آدم سخطه بما قضى الله تعالى" (الترمذي، الشيباني، ج4 : 41)، وعنه ﷺ "وارض بما قسم الله لك تكن أغنى الناس" (الترمذي وأحمد، ناصف، ج5 : 166 – 167).

أداء العبادات: العبادة حصن للأمان النفسي وتصل بالنفوس للسكينة والاطمئنان، وقربه لله تعالى تصل بين الأرض والسماء والدنيا والآخرة، وهي أعمال جسمية نزوعية تشعر بالخشوع والخضوع لله، وتبعث الرجاء بالمغفرة والفوز بالجنة، وأدائها بإخلاص تطهر النفس وتكسيها الأخلاق الحميدة والخصال الحسنة والصبر ومجاهدة النفس في شهواتها ورغباتها والتعاون واحترام الوقت والتكافل الاجتماعي وهي مظاهر أساسية من مظاهر الصحة النفسية، يقول ﷺ في هذا الشأن "فتنة الرجل في أهله وولده ونفسه وجاره يكفرها الصيام والصلاة والصدقة، والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر" (البخاري ج8، ابن ماجه ج2، أحمد ج5، ونسك ج5:62)

المظهر النفسي: هذا الجهاز الذي خلقه الله تعالى في الإنسان له الأثر الكبير في سواءه أو انحرافه فالضبط السوي للانفعالات يؤدي إلى التوازن الانفعالي والصحة النفسية، والإفراط فيها يؤدي إلى القلق واعتلال الصحة النفسية، لهذا الرسول ﷺ أوصى بالثبات الانفعالي في قوله "ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب" (البخاري، ج10 : 535)، وقوله سبحانه وتعالى ﴿وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (آل عمران : 134).

المظهر العقلي: من أهم دعائم ومظاهر الصحة النفسية، وهو القدرة التي وجهنا القرآن الكريم والسنة النبوية لإعلاء قيمتها وتنميتها بالعلم والتأمل والتفكير والملاحظة كما في قوله سبحانه وتعالى ﴿أَوْمَرُكُمْ يَتَفَكَّرُوا فِي أَنْفُسِهِمْ﴾ (الروم : 8)، وقوله ﷺ "تفكير ساعة خير من عبادة سنة" (الغزالي، ج4:423). وقد وضع الإسلام منهجاً وقائياً للحفاظ على هذه القدرة، ونهى عن أي شيء قد يسبب لها أضراراً مثل تحريم الخمر والمسكر، وهذا النهي والتحذير كان في قوله تعالى ﴿يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ﴾ (البقرة : 217)، فسلامة العقل وحفظه من الاختلالات مظهر سوي من مظاهر الصحة النفسية التي يتمتع بها الفرد المسلم ﴿قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ﴾ (الزمر:10).

المظهر الجسمي: ارتبطت الصحة النفسية بالصحة الجسمية إذ لا غنى للنفس عن صحة الجسم ولا غنى للجسم عن صحة النفس، فقد جاء الإسلام (القرآن والحديث) بتنمية الجسم

وتربية الجوارح وتوجيهها نحو خير الإنسان، ويوصي بصحة البدن ووقايته من الأمراض، وإشباع حاجاته بما يتفق مع الدين والعرف، حيث كان من الأدعية التي كان يدعو بها الرسول ﷺ "اللهم عافني في بدني وعافني في سمعي وعافني في بصري لا إله إلا أنت" (أبو داود والنسائي، الغزالي ج:1:319)، وفي قوله تعالى ﴿فَكُلِّي وَاشْرَبِي وَقَرِّي عَيْنًا﴾ (مرم : 25)، وحث الرسول ﷺ على صحة الجسم وقوته بالرياضة والفروسية والرمي، وإشارته في هذا الشأن عن رافع بن خديج "كنا نصلي المغرب مع النبي ﷺ فينصرف أحدنا وإنه ليصرمواقع نبلة" (البخاري، ج 1 : 140)، وبهذا تتحقق الصحة النفسية للفرد ، لأن الله جعل صحة الجسم وقوته ورجاحة عقله واستنارته بالعلم سبباً لتمامات الناس وتفاضلهم عن بعضهم في قوله تعالى ﴿إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ﴾ (البقرة : 245).

المظهر الاجتماعي: يتمثل هذا الجانب في التربية والتنشئة الاجتماعية ودكاء الفرد وقدرته بالعلاقة مع الآخرين ومدى تمسكه بالقيم والأعراف الاجتماعية والشرائع الدينية، وقد أشار ﷺ بشأن هذا الجانب "عليكم بالجماعة، وإياكم والفرقة فإن الشيطان مع الواحد، ومع الاثنين أبعد، ومن أراد بحبوه الجنة فليزم الجماعة" (الترمذي، ج:4:466) ويتضح من هذا الحديث إلزام الفرد بالجماعة والنهي عن الفرقة لأنها تؤدي به إلى العزلة والوحدة، والذي نهي عنه الله سبحانه وتعالى ﴿وَمَنْ يُشَاقِقِ الرَّسُولَ مِنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُ الْهُدَىٰ وَيَتَّبِعْ غَيْرَ سَبِيلِ الْمُؤْمِنِينَ نُوَلِّهِ مَا تَوَلَّىٰ وَنُصَلِّهِ جَهَنَّمَ وَسَاءَتْ مَصِيرًا﴾ (النساء : 114). فالذكاء الاجتماعي الذي يعتبره علماء النفس من أهم أنواع الذكاء أشار إليه الرسول ﷺ منذ قرون، حيث صور هذه العلاقة الوطيدة بين الفرد وعلاقته السوية بالآخرين في قوله ﷺ "مثل المؤمنين في توادهم وتراحمهم وتعاطفهم، كمثل الجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى" (الشيخان)، ويعني هذا قدرة ذكاء الفرد في التآلف مع الآخرين، قال تعالى ﴿وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا﴾ (الحجرات : 13) .

الفرع الثالث : مؤشرات الصحة النفسية في ضوء القرآن والحديث النبوي:

وضع علماء النفس بعض المؤشرات التي عن طريقها يستدل بها على الصحة النفسية، منها ما وضعها ماسلو مثلاً "ارتباط الفرد بمجموعة من القيم: صدق الفرد مع نفسه والآخرين، أن تكون لديه الشجاعة في التعبير... أن يتفاني في أداء عمله، أن يكشف عن من هو وما الذي يريد... أن يعرف ما هو الخير له..." (محمد ومرسي ، 1986 : 59). إن هذه المؤشرات وغيرها موجودة في ديننا (القرآن والسنة) قبل أن يشيروا إليها علماء النفس، فإلى جانب التوافق النفسي والاجتماعي هناك التوافق الروحي الذي أغفله معظم علماء الغرب، الدعامة الأساسية التي يجب أن تتوفر في الشخصية التي تتمتع بالصحة النفسية من حيث علاقة الفرد بربه، فالإسلام "كف النفس البشرية عن الوقوع في الاضطراب، والخلل، حيث أفاض على القلوب المؤمنة الطمأنينة وعلى العقول السليمة النضج والوعي ، فمؤشرات الصحة النفسية في الحديث تكمن في الآتي:

1. التوافق الروحي: من حيث علاقة الفرد بربه.
2. التوافق النفسي: من حيث علاقة الفرد بنفسه.
3. التوافق الاجتماعي: من حيث علاقة الفرد بالآخرين.

التوافق الروحي: قال تعالى ﴿فَنَفَخْنَا فِيهِ مِنْ رُوحِنَا﴾ (التحریم ، من الآية : 12)، يعني الإيمان بالله حق الإيمان وإخلاص العبادة والتقرب له حتى تصفوا نفسه ويضفي عليها الشعور بالطمأنينة والراحة النفسية ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد : 29)، وقال ﷺ "مثل الذي يذكر الله والذي لا يذكر الله كمثل الحي والميت" (الشيخان ، النووي، ج:2: 435).

التوافق النفسي: ويعتمد على معرفة الفرد لنفسه حق المعرفة يؤكد ذاته بإيجابية وحسن الخلق ويمتلك شجاعة أدبية، ولديه المرونة في مواجهة الصعاب يتحكم في دوافعه في حدود الشرع بمعنى يسعى إلى تحقيق الكمال الإنساني على قدر إمكانياته وقدراته، قال تعالى ﴿بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ﴾ (القيامة : 14) ﴿فَمَنْ أَبْصَرَ فَلِنَفْسِهِ﴾ (الأنعام : 105)،

التوافق الاجتماعي: ويتمثل في حسن العلاقة مع الآخرين، متآلف معهم يحبهم ويحبونه، صادق في أقواله وأفعاله، لا يحقر أحد ولا يحقد على أحد متواضع، يحترم الآخرين ويقدر مشاعرهم، يشعر بالمسئولية يمتلك صفة الإيثار، يصل رحمه، ويحسن معاملته جاره، قال ﷺ "إن الله لا يجمع أمتي على ضلالة، ويد الله مع الجماعة، ومن شذ شذ إلى النار" (الترمذي، ج4:466)، وكانت دعوة الحق تبارك وتعالى في هذا الشأن ﴿وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ﴾ (آل عمران : 104)

الفرع الرابع : عوامل اضطراب واعتلال الصحة النفسية:

إن المرض النفسي الذي يتسبب في اعتلال الصحة النفسية هو "نتيجة تعلم خاطئ حدث تحت وطأة ضغوط معينة... مما يؤدي إلى اختلال إدراك الفرد لنفسه وعالمه" (نجاتي، 2006 : 305)، وإن أهم أسباب اعتلال الصحة النفسية للفرد هو معاناته من الصراع النفسي، والصراع هو العمل المتزامن للدوافع والرغبات المتعارضة أو المتبادلة، وأشار نجاتي (1985) "أنا يمكن أن نميز الشخص الذي يعاني من المرض النفسي على أساس ثلاثة محكات هي: الإدراك المختل لنفسه وللآخرين، السلوك غير الملائم، الشعور بالتعاسة" (نجاتي، 1985 : 388)، وأن عوامل اضطراب الصحة النفسية تكمن في العوامل الحيوية والعوامل الاجتماعية وأنها المسببة للمرض، فالعوامل الحيوية تتمثل في العوامل الوراثية، التغيرات الكيميائية الحيوية، الإصابات العضوية، أما العوامل الاجتماعية تتمثل في العوامل الأسرية والاجتماعية وأرى في عوامل اعتلال الصحة النفسية تكمن في سوء التوافق الروحي، النفسي، الاجتماعي، الصراع، القلق، الاكتئاب، الغضب، الحسد، الكره، الشك، العصاب، الرهاب، تزعزع الذات الإيمانية والأخلاقية وإظهار الغيظ والشعور بالنقص وانعدام الثقة بالنفس... الخ، وأن الرسول ﷺ عندما وضع المنهج الوقائي عني فيه بالتربية الروحية إلى جانب التربية النفسية بالتوجيه السليم الذي يحفظ الصحة النفسية للمسلم، أشار ذلك في كثير من أحاديثه ﷺ منها "ولا يجتمع في قلب عبد الإيمان والحسد" (مسلم، النسائي، الشيباني، ج1 : 223 - 224).

المبحث الثالث : الدراسات السابقة

إن إحساسي بما يلابس النفس الإنسانية والحياة العصرية من اضطرابات وشذوذ نفسي، وبعد عن الدين بحجة التحضر، مما نتج عنه تزعزع دعائم الصحة النفسية للفرد فأصبح يعيش في حالة من التناقض، الأمر الذي دفعي للقيام بهذه الدراسة لرعاية هذه النفس ووقايتها من مثيرات و سلبيات العصر، ولسد النقص فيها والرجوع إلى الدين واستثماره في سواء النفس وحفظها، وبالتحديد بالمنهج النبوي ومعرفة تأثير أسلوبه على صحة النفس، ونظراً لأهمية الدراسات السابقة في إثراء موضوع الدراسة فقد واجهت صعوبات للحصول على دراسات تختص بالموضوع مباشرة، وما تم الحصول عليها سيعرض بعضاً منها :

1. دراسة طريفة سعود الشويعر(1984) بعنوان(الإيمان بالقضاء والقدر وأثره على القلق النفسي) هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الإيمان بالقضاء والقدر على القلق النفسي، ومحاولة التوصل إلى بعض المسلمات التي يمكن الاستعانة بها في التربية الإسلامية لإعداد جيل خال من القلق والاضطرابات النفسية وقادر على التوافق السليم، أدوات الدراسة: أ- مقياس الإيمان بالقضاء والقدر، ب- مقياس كاتل للقلق، طبقت الباحثة هذه المقاييس على عينة من طالبات المرحلة الجامعية بالسعودية السنة (الثالثة والرابعة)، لضمان مستوى مقبول من النضج الفكري والانتزان النفسي، بلغ عددها (200) منها (90) طالبة من القسم العلمي و(110) طالبة من القسم الأدبي، وقد توصلت إلى نتائج أهمها :- أ- وجود علاقة سالبة بين الإيمان بالقضاء والقدر والقلق النفسي، وهذا الارتباط السالب يعبر عن وجود علاقة ارتباط بين درجات كل من المقياسين بمعنى أن الطالبات الأكثر إيماناً بالقضاء والقدر أقل في مستوى قلقهن. ب- توجد فروق دالة إحصائياً بين الطالبات الأكثر إيماناً بالقضاء والقدر والطالبات الأقل إيماناً به، أي أن مستوى القلق النفسي عند الطالبات الأقل إيماناً بالقضاء والقدر أعلى منه عند الطالبات الأكثر إيماناً به .

2. دراسة سعيدة أبو سوسو(1986) (أثر التمسك بالقيم الدينية والخلقية على التوافق النفسي والاجتماعي)، هدفت لمعرفة الأثر الناتج عن التمسك بالقيم الدينية على التوافق النفسي الاجتماعي. كما فرضت وجود فروق دالة إحصائياً بين الطالبات المتمسكات بالقيم

الدينية وغير المتمسكات في التوافق_المنزلي،الصحي، الاجتماعي،الانفعالي، واستخدمت أدوات لدراساتها هي: أ- معيار(هيوم بل) للتوافق - تعريب محمد نجاتي ب- مقياس القيم الفارق البعد الخاص بالتشدد في الخلق والدين، وللتحقق من فرضها على عينة من طالبات الأزهر-حيث أخذت درجات الرباعي الأعلى وقارنته بدرجات الرباعي الأدنى في القيم الدينية في أبعاد مقياس التوافق، وأسفرت النتائج عن تمتع الطالبات الأكثر تمسكاً بالقيم الدينية بالتوافق النفسي بأبعاده الأربعة.

3. دراسة رشاد عبد العزيز موسى(1996) بعنوان(أثر التددين على الاكتئاب النفسي)،هدفت الدراسة الكشف عن أثر التددين على الاكتئاب النفسي لدى طلاب كليات الأزهر وافترض أن التددين ظاهرة (فطرة) وجدت مع الإنسان منذ زمن، وكما هي موجودة الآن فستظل باقية في المستقبل، وأنها علاجاً لكثير من المشكلات النفسية،استخدم أدوات لدراسته: أ- اختبار الصحة النفسية الدينية، ب- مقياس (بيك) للاكتئاب،بلغ عدد أفراد العينة (180) من كليتي التربية والدراسات الإنسانية السنة(الأولى والثانية والثالثة) تراوحت أعمارهم (19: 23) سنة،صاغ الباحث فروضاً صفرية وطبق المقاييس على عينة الدراسة ثم استخدم الأساليب الإحصائية وتوصل إلى أن الأفراد مرتفعي التددين أقل حدة في الأعراض الاكتئابية من الأفراد متوسطي ومنخفضي التددين، ويرى أن هذه الأعراض ما هي إلا استجابة غير سوية لضمير الفرد في الصراع القائم بين النفس اللوامة والأمانة بالسوء، ثم أوصي بتكوين نموذج نظري نفسي ديني مشتق من أصول الدين والسنة وتجريبه على مراحل عمرية ومستويات مختلفة

4. دراسة أحمد بديوي(1985) بعنوان(التددين وعلاقته ببعض مظاهر الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة) من خلال (التفريط والاعتدال والتشدد)، كما هدف إلى معرفة مدى التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة في ثلاثة أبعاد (التوافق المنزلي والانفعالي والاجتماعي)،و معرفة نوع العلاقة بين الاتجاهات الدينية المعتدلة والتوافق النفسي لديهم،أدوات الدراسة:أ.مقياس الاتجاهات الدينية إعداد الباحث.ب اختبار(بل) للتوافق النفسي إعداد(محمد نجاتي)،أجرى الباحث دراسته على عينة قوامها(384) طالب وطالبة من جامعة عين شمس السنة

الثالثة، تراوحت أعمارهم بين (20-22) وتوصل إلى نتائج أهمها: أ وجود فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق بين المجموعة المفرطة والمعتدلة في الاتجاهات الدينية لصالح المجموعة المعتدلة، حيث كانت الاتجاهات الدينية للمجموعة المفرطة سيئة وتوافقهم المنزلي والاجتماعي والانفعالي سيئاً، أما المجموعة المعتدلة كانت أكثر توافقاً من المتشددة، ب- لا توجد فروق بين المجموعتين المفرطة والمتشددة في التوافق المنزلي.

المبحث الرابع : إجراءات البحث الفرع الأول :

1. متغيرات أو عوامل البحث: (العامل المستقل الحديث النبوي)، (العامل التابع الصحة النفسية)
 2. منهج الأداء التطبيقي: (المنهج التجريبي ذا المجموعتين ضابطة وتجريبية)
 3. أدوات التطبيق: مقياس الصحة النفسية مكون من أربعة ابعاد (اعداد الباحثة)،
 4. آلية التطبيق: محاضرات ارشادية (جلسات ارشادية علاجية مكونه من 20 جلسة) اعداد الباحثة
 5. عينة البحث: (160) مفردة مختارة عشوائية من مجتمع طالبات الثانوية، السنة الثالثة، زليتن/ ليبيا
- تم العمل على التأكد من صدق المقياس بالمعاملات السكومترية، واختبارية البرنامج من خلال الخبراء والإستطلاع التجريبي الذي حكم بصدقية الإجراءات للتطبيق الميداني .
- الفرع الثاني: عرض نموذج من الجلسات الإرشادية، والتي اقتصرت في عرضها على الجلسة الأولى والجلسة الختامية ، للتعريف بها ولإيضاحها للقارئ، على أن حيز البحث لا يسعها جميعها.
- الجلسة الأولى:

اجتمعت الباحثة بالمجموعة التجريبية وافتتحت الجلسة بالآيات القرآنية الدالة على الرسول ﷺ وموضوع البحث ونبذة مختصرة عن حياة الرسول ﷺ وسيرته، وما تهدف إليه السنة الشريفة من الآيات القرآنية: بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِن كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ﴾ (آل عمران : 164)، ﴿وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا﴾ (الحشر: من الآية 7)، ﴿فَإِن تَنَارَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِن كُنتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ﴾ (النساء : من الآية 58)، ﴿إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا﴾ (الأحزاب : 56) ، وكان محتوى الجلسة:—

1. عن أبي ذر أن الرسول ﷺ قال: "أفضل الجهاد أن يجاهد الرجل نفسه وهواه" (أحمد، ج6 : 20)

2. قال الرسول ﷺ: "أتمكم عقلاً أشدكم من الله خوفاً، وأحسنكم فيما أمركم به ونهى عنه وإن كان أقلكم تطوعاً" (مسلم) 3. قال رسول الله ﷺ لأبي ذر: "لا عقل كالتدبير ولا روع كالكف ولا حسب كحسن الخلق" (ابن ماجه)

4. عن أبي ذر قال الرسول ﷺ: "إنما الغني غني القلب والفقير فقر القلب" (مسلم ، الإصدار الثاني)

الجلسة العشرون: محتوى الجلسة :

1. عن ابن عباس أن رسول الله ﷺ قال: "لا ترجعوا بعدي كفاراً يضرب بعضهم رقاب بعض" (الترمذي الشيباني، ج4 : 29)

2. عن عبادة بن الصامت قال كنا مع رسول الله ﷺ في مجلس فقال: "ألا تبايعوني على أن لا تشركوا بالله شيئاً ولا تسرفوا ولا تزنوا ولا تقتلوا النفس التي حرم الله إلا بالحق" (الشيخان والترمذي والنسائي، الشيباني، ج1 : 21) وفي هذه المحاضرة اجتمع كل من المجموعتين التجريبية والضابطة، ووزعت الباحثة مقياس الصحة النفسية على المجموعتين اختبار "بعدي" ثم سحبت المقياس بعد الإجابة عليه من المجموعتين ، ثم ألقت كلمة وداع للعينة بالكامل عبرت

فيها عن شكرها وثناؤها للعينة لمساهمتها ومشاركتها الفعالة والوفاء بالعهد من حيث الحضور والالتزام بالمواعيد الخاصة بالجلسات، وبالمقابل شكرت العينة الباحثة على ذلك لأنها وجدت في هذا تخفيف وتفرغ عن النفس من حالات القلق والاضطرابات اللاتي يشعرون بها ، حيث اكتسبن نوعاً من الاتجاه النفسي الديني السوي عن قناعة نفسية مبنية على حقائق يقينية بدليل الآيات القرآنية والأحاديث الشريفة، ووجدن في سيرة الرسول ﷺ المنهج السوي لحياة الفرد على مختلف جوانب حياته لاسيما جانب الصحة النفسية نقطة الارتكاز التي تعتمد عليها الشخصية السوية، خاصة في هذا الواقع الذي نعيشه، وختمت الباحثة الجلسات بالحديث الشريف: قال رسول الله ﷺ "إني تارك فيكم ما إن تمسكتم به لن تضلوا بعدي أبداً كتاب الله وسنتي"، وودعت الطالبات وأعلنت لهن عن انتهاء الجلسات مع الدعاء لهن بالتوفيق والنجاح والصحة والعافية. وبعد الانتهاء من الإجراءات التطبيقية وتفرغ الاستبيان ومعالجتها بالبرنامج الإحصائي (SPSS)

المبحث الخامس :

الفرع الأول: مناقشة النتائج

1. الفرض الأول : لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة على الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس الصحة النفسية وبيانات الجدول التالي توضح ذلك: جدول رقم (1): يوضح دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة على

الاختبارين القبلي والبعدي

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	د . ح	الانحراف المعياري	المتوسط	الاختبار	الحجم	الإحصاء المقاييس
0.722	0.357	158	0.69	1.537	قبلي	80	التوافق
		158	0.63	1.500	بعدي	80	الروحي
0.117	1.576	158	0.54	1.412	قبلي	80	التوافق
		158	0.45	1.287	بعدي	80	النفسي

0.689	0.401	158	0.80	1.875	قبلي	80	التوافق الاجتماعي
		158	0.77	1.825	بعدي	80	
0.287	1.06	158	0.79	2.287	قبلي	80	التوافق التعليمي
		158	0.82	2.150	بعدي	80	

وبالنظر في بيانات الجدول السابق نلاحظ التحقق من الفرض الأول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة على المقاييس القبلي والبعدي، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة غير دالة معنوياً، هو ما يعني أن إجابات أفراد المجموعة الضابطة تكاد تكون واحدة على التطبيقين، ذلك لعدم تعرضهم لأي معاملة تجريبية أو أي برنامج تطبيقي، وأنها ظلت في نفس الظروف العادية، وبالتالي فإن هذه النتيجة تؤكد ضرورة استخدام عامل مستقل أو تجريبي لتحسين الظروف التي هي عليها.

2. الفرض الثاني: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس الصحة النفسية، وبيانات الجدول التالي توضح ذلك.

جدول رقم (2): يوضح دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على

الاختبارين القبلي والبعدي

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	د . ح	الانحراف المعياري	المتوسط	الأختبار	الحجم	الإحصاء المقاييس
0.00	-17.66	158	0.70	1.612	قبلي	80	التوافق
		158	0.00	3.000	بعدي	80	الروحي
0.00	-16.60	158	0.67	1.450	قبلي	80	التوافق
		158	0.36	2.875	بعدي	80	النفسية
0.00	-6.55	158	0.80	2.062	قبلي	80	التوافق
		158	0.55	2.775	بعدي	80	الاجتماعي
0.68	1.83	158	0.76	2.275	قبلي	80	التوافق
		158	0.69	2.062	بعدي	80	التعليمي

وبالتأمل في بيانات الجدول يتضح بأنها أفادت بوجود فروق جوهرية ودالة معنوياً بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على المقاييس القبلي والبعدي، حيث أن قيمة

(ت) المحسوبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.00) ولصالح التطبيق البعدي وهذا يؤكد على أن هناك تأثيراً واضحاً للمتغير المستقل (الحديث النبوي) على المجموعة التجريبية وبذلك تم التحقق الفرض الثاني.

3. الفرض الثالث : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التطبيق القبلي للمجموعة الضابطة والتطبيق البعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الصحة النفسية، **جدول رقم (3):** يوضح دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة على التطبيق القبلي والمجموعة التجريبية على التطبيق البعدي، عما بأن بيانات الضابطة هي الأولى والبيانات الثانية تختص بالمجموعة التجريبية

الإحصاء المقاييس	الحجم	الأختبار	المتوسط	الانحراف المعياري	د . ح	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التوافق الروحي	80	قبلي	1.53	0.69	158	-18.88	0.000
	80	بعدي	3.00	0.00	158		
التوافق النفسي	80	قبلي	1.41	0.54	158	-19.89	0.000
	80	بعدي	2.87	0.36	158		
التوافق الاجتماعي	80	قبلي	1.87	0.80	158	-8.27	0.000
	80	بعدي	2.77	0.55	158		
التوافق التعليمي	80	قبلي	2.28	0.79	158	1.89	0.060
	80	بعدي	2.06	0.69	158		

تشير النتائج بالجدول السابق التحقق من الفرض الذي مفاده توجد فروق دالة إحصائية بين التطبيق القبلي للمجموعة الضابطة والتطبيق البعدي للمجموعة التجريبية، وأن هذا الفرق جاء لصالح المجموعة التجريبية، ودال عند مستوى (0.000) ويرجع سبب هذا الفرق إلى تعرض المجموعة التجريبية للعامل المستقل وهو الحديث النبوي، بمعنى إدخال المجموعة التجريبية للتجربة وتطبيق العامل التجريبي عليها، ومن ثم حدث تحسن واضح وملحوظ على شخصية المبحوثات وارتفاع مستوى الصحة النفسية لديهن بدليل الفرق الدال، في حين أن المجموعة الضابطة لم تتعرض لأي معاملة تجريبية وأنها بقيت في نفس الظروف العادية وبذلك لم يحدث أي تحسن على شخصياتهن.

4. الفرض الرابع : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة الضابطة على التطبيق البعدي ومتوسط درجات المجموعة التجريبية على التطبيق البعدي
 جدول رقم (4): يوضح دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة والتجريبية على التطبيق البعدي ، علماً بأن بيانات الضابطة هي الأولى والتجريبية هي الثانية على كل مقياس الصحة النفسية

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	د . ح	الإغراف المعيارى	المتوسط	الأختبار	الحجم	الإحصاء المقاييس
0.000	-21.08	158	0.63	1.50	بعدي	80	التوافق
		158	0.00	3.00	بعدي	80	الروحي
0.000	-24.22	158	0.45	1.28	بعدي	80	التوافق
		158	0.36	2.87	بعدي	80	النفسي
0.000	-8.93	158	0.77	1.82	بعدي	80	التوافق
		158	0.55	2.77	بعدي	80	الاجتماعي
0.070	0.72	158	0.82	2.150	بعدي	80	التوافق
		158	0.69	2.06	بعدي	80	التعليمي

وبالنظر في بيانات الجدول السابق اتضح التحقق من الفرض الرابع بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة، والمجموعة التجريبية على مقياس الصحة النفسية في التطبيق البعدي ولصالح المجموعة التجريبية، وهذا ما يعني وجود أثر واضح للعامل المستقل على العامل التابع ونتج هذا الفرق بسبب تعرض المجموعة التجريبية للعامل المستقل وأنها لم تبقى في الظروف العادية، كما في المجموعة الضابطة ولهذا فإن نتائج الدراسة أظهرت أهمية الحديث النبوي كجلسات دينية نفسية تربوية علاجية لاكتساب الصحة النفسية السوية التي تتمتع بها الشخصية المسلمة تحدياً لما في هذا الواقع من سلبيات تفقد الفرد هويته وشخصيته وسلامته

النفسية، كما تتفق هذه النتيجة مع العديد من البحوث والدراسات النفسية والتربوية والدينية ومع طرق وأساليب العلاج الديني وما تؤيده العديد من النصوص القرآنية والأحاديث النبوية ضمن هذه الجوانب لقوله تعالى ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد، 28)،

الفرع الثاني : التعليق على نتائج البحث : يشير التحليل الإحصائي الذي نتج عنه تفسير وتحليل نتائج الدراسة بأنه توصل إلى:—

1. إثبات الفرض الأول بنفي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة على التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الصحة النفسية.
2. إثبات الفرض الثاني بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التجريبية على التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الصحة النفسية ، وكانت هذه الفروق لصالح التطبيق البعدي بعد جلسات محاضرات الحديث النبوي وهي دالة عند مستوى (0.00).
3. إثبات الفرض الثالث بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التطبيق القبلي للضابطة والتطبيق البعدي للتجريبية على مقياس الصحة النفسية ولصالح التطبيق البعدي للمجموعة التجريبية عند مستوى (0.00).
4. إثبات الفرض الرابع بأنه توجد فروق جوهرية ودالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة على التطبيق البعدي ومتوسطات درجات المجموعة التجريبية على التطبيق البعدي لمقياس الصحة النفسية ، وأن هذه الفروق جاءت لصالح المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي أي بعدما تعرضت للعامل التجريبي (محاضرات الحديث النبوي) لمدة شهرين كاملين وبواقع 20 جلسة. في حين أن المجموعة الضابطة لم تتعرض لأي معاملة تجريبية وبقيت في نفس الظروف التي هي عليها وأن هذه الفروق دالة عند مستوى (0.00).

وهذا يشير إلى مدى فاعلية وأثر البرنامج التطبيقي، حيث أظهر تحسناً ملحوظاً لدى عينة الدراسة التجريبية من خلال الفروق الواضحة والدالة بين التطبيقين ومن حيث انخفاض نسبة

التوتر والقلق وعدم التوافق وارتفاع نسبة الصحة النفسية واكتسابها على أبعاد التوافق لمقياس الصحة النفسية ، حيث رأيت من خلال هذه الدراسة على الجانبين النظري والتطبيقي أن انخفاض مستوى الصحة النفسية والشعور بالأعصاب والقلق والاضطراب وعدم التوافق ما هي إلا استجابة غير سوية لضمير الفرد الناتجة عن الصراعات القائمة داخل النفس بين مكوناتها الثلاث (الهو، الانا، الانا الأعلى) والتي يناظرها في القرآن (النفس الأمارة بالسوء، النفس اللوامة والنفس المطمئنة) وبما أن (مبدأ الهو) يحاول دائماً السيطرة على الأنا والأنا الأعلى ويتغلب عليهما بالنزاعات والدوافع البدائية فينتج عنه الصراع النفسي والعصاب، فإن النفس الأمارة بالسوء كذلك تحاول دائماً إضعاف جبهة النفس اللوامة مما يؤدي إلى تزعزع النفس المطمئنة ، فينتج عنه صراع شديد بين قوتي الخير والشر فيصاب الفرد بالقلق والحيرة واليأس والفتور، ويفقد التمتع بالصحة النفسية السوية ، وهذا ما اتضح من آثار الجلسات الوعظية على العينة التجريبية للدراسة فقد أصبحن يتمتعن بقوة الشخصية والثقة في أنفسهن ، وتكون لديهن التبصر السوي للنفس والرؤية الواضحة لحقيقة الواقع المعاش، وأصبحن أكثر قدرة على تأكيد الذات الإيجابية وتحسنت لديهن القدرة على التكيف مع النفس والآخريين والواقع، وتمكنن من ضبط انفعالاتهن في المواقف الصعبة بل يواجهنها بكل صبر وشجاعة ومرونة، وقلن لديهن الانطواء على النفس والحجل والارتباك، وبما لديهن إبداء الرأي والمناقشة والحوار وتحسن لديهن الأداء بفاعلية ، كما نمت لديهن النظرة السوية نحو الحياة بقوة الإيمان واليقين المبني على قناعه نفسية بما تلقينته من فهم حول ما تضمنته الأحاديث النبوية من وقاية وعلاج وتربية وتنظيم للدوافع وكيفية السيطرة عليها بمرونة وضبط الانفعالات والتثبت والحلم والانه، وكل ما يعث في النفس من الأمل والتفاؤل والتطلع نحو المستقبل بكل إيجابية وموضوعية، ليس هذا فحسب بل وتفطنن لقدراتهن وإمكانياتهن وأصبحن يحاولن تحقيق ذواتهن الإيجابية وازداد لديهن الطموح بكفاءة عالية نتيجة القدرة على الضبط الداخلي وحد الصراع القائم بين (النفس الأمارة بالسوء واللوامة والمطمئنة) مما انعكس ذلك على شعورهن بالسعادة والطمأنينة وراحة البال وتمتعن بانسياب حياة نفسية سوية خالية من التوتر والقلق والاضطرابات والصراعات،

وارتفع لديهن مستوى الصحة النفسية، هذا ماتم ملاحظته أثناء تطبيق برنامج الجلسات من حيث تجربتهن بتوجيه الأسئلة السريعة والمباشرة وبعض الأسئلة الصعبة وفي بعض الأحيان الأسئلة الحرجة، وقياس قدرتهن على فهمها ونقدتها وكيفية التعامل معها والإجابة عليها بكل شجاعة وثقة، ومن خلال إقحامهن في مواقف فجائية لاختبار ومعرفة مدى تعاملهن بمرونة والتثبت مع هذه المواقف والخروج منها بحسن التصرف والتدبير.

ومن خلال النتائج النظرية والتطبيقية وإثبات الفروض بموضوعية فقد تثبت بالفعل فاعلية البرنامج التطبيقي الذي طُبّق على المجموعة التجريبية ، والذي تضمن الجلسات السالفة الذكر عن طريق المنهج التحليلي وطريقتي الحوار والمناقشة وهذا يؤكد أثر العامل المستقل (الأحاديث النبوية) على العامل التابع (الصحة النفسية) وبذلك يتحقق هدف الباحثة ، وبشكل عام أظهرت الدراسة دليل واضح وأثبتت بيقين ذلك الأثر، لأن هذا الاتجاه يساعد على معرفة النفس والذات حق المعرفة مما ينمي الحس الصحيح لهذه النفس وبذلك تنطبق عليها صفة النفس مطمئنة، وأن الشعور والإحساس بهذه الصفة يجعل من المجموعة التجريبية أمهات المستقبل اللاتي يقمن بدورهن الإيجابي على أكمل وجه وبكل حيوية ونشاط وتطلع يحذوه الأمل والتفاؤل نحو الحياة بصفة عامة ، لهذا آثرت الباحثة أن تكون عينة الدراسة مختارة من الإناث دون الذكور، كما نأمل أن يكون هذا العمل نافعاً ومفيداً لكل إنسان.

الفرع الثالث : التوصيات والمقترحات

في ضوء نتائج الدراسة التطبيقية وما توصلت إليه من دعم إيجابي لعينة البحث التجريبية، وإلى ما احتوته الدراسة النظرية من مواظب وتربية وإرشاد متمثل في أسلوب الرسول ﷺ وما وجهنا إليه من تربية سوية سليمة للنفس على مختلف الجوانب وصولاً إلى النفس مطمئنة وبأن هذه الدراسة قد ساهمت بفتح نافذة صغيرة على محيط الصحة النفسية النابع من الاتجاه الديني، من

هذا المنطلق تكون توصيات الدراسة كالتالي: —

* توصي الآباء والمربين الاهتمام بحياة الطفولة والمراهقة من جميع الجوانب وإتباع الأساليب التربوية المستمدة من الحديث النبوي والقرآن الكريم للوصول إلى الجيل الصحيح نفسياً.

* على الموجهين والمرشدين النفسيين إقامة جلسات أو محاضرات إرشادية تربوية تقوم مواضيعها على حياة الرسول ﷺ ومواقف من سيرته العطرة على هيئة قصص تجذب انتباههم وتغلغل داخل النفس.

* عمل ندوات تربوية نفسية لغرس القيم الدينية والخلقية التي اهتمت بها السنة النبوية الشريفة عن طريق الإذاعات والقنوات الفضائية فحوضاً بشبابنا ضد الصراعات النفسية الناشئة في هذا العصر وتحدياً للغزو الثقافي الغربي.

* توجه عناية مؤلفي المناهج بوضع مناهج دراسية للمراحل - الإعدادية ، الثانوية ، الجامعية - تتناول فيها منهج السنة النبوية ومخاطبتها للجانب العقلي والوجداني من الشخصية إلى جانب منهج التربية الإسلامية.

* تود الباحثة لفت أنظار الدارسين والباحثين توجيه اهتمامهم إلى مجالات علم النفس الإسلامي وفتح آفاق جديدة لدراسات نفسية حديثة وربطها بالجوانب الدينية قائمة على (القرآن الكريم والحديث النبوي) وصولاً إلى صحة النفس

المصادر والمراجع : - (القرآن الكريم) .

1. ابن تيمية، مجموعة فتاوى شيخ الإسلام أحمد بن تيمية، د ط، ج10، علم السلوك إشراف الرئاسة العامة لشؤون الحرمين الشريفين، السعودية، د.ت.
2. ابن ماجه، أبو عبد الله محمد القزويني، سنن ابن ماجه، تحقيق محمد قواد عبد الباقي دط، دارالحديث، القاهرة، د.ت.
3. أبو شهيبه، هناء يحي، الصحة النفسية للطفل، د.ط، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003
4. أبو ناجي، عبد السلام محمود، الموجز في مصطلح الحديث، د.ط، الجامعة المفتوحة، ليبيا، 1996.
5. الأسمر، أحمد رجب، النبي المرئي، ط 1، دار الفرقان للنشر والتوزيع، الأردن، 2001.
6. أمين، بكرى شيخ ، أدب الحديث النبوي، د.ط، دار الشروق، القاهرة، 1973.
7. البيطار، محمد بيجت، قواعد التحديث، ط2، مطبعة عيسى البابي الحلبي وشركاؤه، القاهرة، 1961.
8. الترمذي، أبو عيسى، صحيح الترمذي بشرح الإمام المالكي، د.ط، دار الكتاب العربي، بيروت، د.ت.
9. جلجل، نصره عبد المجيد، علم النفس التربوي المعاصر، د.ط، مكتبة النهضة، 2000.
10. الجوزية، ابن قيم، الطب النبوي، د ط، دار مكتبة الحياة، بيروت، 1985.
11. حمادة، فاروق، مصادر السيرة النبوية وتقومها، ط2، دارالثقافة للنشر والتوزيع، الدار البيضاء، 1989.
12. حوى، سعيد، الأساس في التفسير، ط ، ج1، دار السلام للطباعة والنشر، حلب، 1985.
13. الخالدي، محمد عبد العزيز، الاستشفاء بالقرآن، د.ط، دار الكتب العلمية، لبنان، د.ت.
14. الخالق، عبد الغني عبد، حجية السنة، د.ط، دار القرآن الكريم، بيروت، 1986.
15. الخراشي، ناهد، أثر القرآن الكريم في الأمن النفسي، ط4، دار الكتاب الحديث، القاهرة، 2003.

16. الخطيب، هشام إبراهيم والزيادي، أحمد، الصحة النفسية للطفل، ط1، الدار العلمية للنشر والتوزيع، ودار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2001.
17. الخن، مصطفى سعيد وآخرون، نزهة المتقين شرح رياض الصالحين للإمام أبي زكريا محي الدين النووي، ط7، مؤسسة الرسالة، بيروت، 1985.
18. الخول، البهي، فلسفة تقويم الإنسان وحلافته، ط3، مكتبة وهبة، القاهرة، 1974.
19. الدرامي، أبو محمد عبد الله، سنن الدرامي، تحقيق وتعليق عبد الله هاشم، فيصل آباد، نشاط آباد، باكستان، 1984.
20. راجح، أحمد عزت، أصول علم النفس، د.ط، دار المعارف، بيروت 1995.
21. الرديني، عبد الكريم علي، مباحث في تاريخ الحديث ومصطلحه، د.ط، شركة الشهاب، الجزائر، 1988.
22. زهران، حامد عبد السلام، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط4، عالم الكتب، القاهرة، 2005.
23. السجستاني، أبو داوود سليمان الأشعث، سنن أبي داوود، تحقيق محي الدين عبد الحميد، د ط، دارالفكر، بيروت، د ت.
24. سويد، محمد نور بن عبد الحفيظ وآخرون، منهج الرواية النبوية للطفل، ط2، دار ابن كثير، بيروت، 2001.
25. الشرى، هدى علي جواد والساموك، سعدون محمود، الطرق العلمية لتدريس الحديث والسيرة ط1، داروائل للنشر، 2005.
26. الشناوي، محمد محروس بحث في التوجيه الإسلامي للإرشاد النفسي، دط، دارغريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 2001.
27. شومان، خليل محمد قدور، الطب الوقائي في القرآن الكريم، ط1، دار الكتاب الثقافي، الأردن، 2004.
28. الشيباني، عبد الرحمن بن علي، تيسير الوصول إلى جامع الأصول من حديث الرسول ﷺ، د.ط، دارالمعرفة، بيروت، 1977.
29. الصالح، صبحي، علوم الحديث ومصطلحه، ط 18، دار العلم للملايين، لبنان، 1991.
30. صباح، قاسم شهاب، علم النفس النبوي، ط1، مؤسسة الرسالة، لبنان، 2000.
31. عبد البار، محمد، الوجيز في علم الأجنة القرآني، د.ط، الدار السعودية للنشر والتوزيع، جدة، 1985.
32. عبد العزيز، مفتاح محمد، القرآن وعلم النفس، ط1، منشورات جامعة قارونس، بنغازي، 1997.
33. عبد الهادي، جودت، نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية، ط1، الدار العلمية الدولية ودار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2000.
34. العسقلاني، أبو الفضل شهاب الدين أحمد، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، د ط، مكتبة الكليات الأزهرية، القاهرة، 1978.
35. علي، سعيد إسماعيل، السنة النبوية رؤية تربوية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002.
36. العمارة، محمد حسن، الفكر التربوي الإسلامي، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان الأردن، 2000.
37. العناني، حنان عبد الحميد، علم النفس التربوي، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2001.
38. العيسوي، عبد الرحمن محمد، الهدى الإسلامي والصحة النفسية، ط1، دار المناهل للطباعة والنشر والتوزيع لبنان، 2002.
39. _____، الإيمان والصحة النفسية ، د.ط ، المكتب العربي الحديث، مصر، د.ت.
40. الغرياني، الصادق عبد الرحمن، أساسيات الثقافة الإسلامية، ط4، مطابع الجماهيرية، سبها، 1998.
41. الغزالي، أبو حامد محمد، إحياء علوم الدين، د ط، دار المعرفة، بيروت، د ت.
42. _____، أيها الولد، ط، اللجنة اللبنانية لترجمة الروائع، بيروت، 1969.
43. _____، معارج القدس في مدارج معرفة النفس، د ط، دار الآفاق الجديدة، بيروت، 1975.
44. فزّاج، عثمان لبيب، أضواء على الشخصية والصحة العقلية، د.ط، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1970.
45. الفرخ، كاملة وعبدالجابر تيم، الصحة النفسية للطفل، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 1999.
46. فهمي، مصطفى، الصحة النفسية في سيكولوجية التكيف، ط5، مكتبة الخانجي، القاهرة، 1998.
47. قاسم، عون الشريف، في الطريق إلى الإسلام، د.ط، دار القلم، بيروت، 1980.
48. القرني، عائض بن عبد الله، بيت أسس على التقوى، ط1، دار ابن حزم، لبنان، 2000.

49. القشيري، أبو الحسين مسلم بن الحجاج مسلم، صحيح مسلم بشرح النووي، د ط، المطبعة المصرية ومكبتها، د ت.
50. القوسي، عبد العزيز، أسس الصحة النفسية، ط7، مكتبة النهضة المصرية، 1969
51. قولى، أسامة إسماعيل، العلاج النفسي بين الطب والإيمان، ط1، دار الكتب العلمية، لبنان، 2006.
52. كاريل، الكسيس، الإنسان ذلك المجهول، ترجمة شفيق أسعد فريد، د.ط، مكتبة المعارف، بيروت، 1986.
53. العلي، محي الدين طالوا، الطب الإسلامي - العقلي - النفسي - الجسمي، ط1، دار ابن كثير، دمشق، بيروت ومؤسسة علوم القرآن، عجمان دبي، 1992.
54. مالك، أبو عبد الله، موطأ الإمام مالك، رواية يحيى الليثي، إعداد أحمد راتب عرموش، ط 7، دارالنفائس، بيروت، 1967.
55. مرسي، محمد عوده وكمال إبراهيم، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، ط2، دار القلم، الكويت، 1986.
56. _____، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، ط4، دار القلم، الكويت، 1997
57. مروة، حسن إسماعيل، الإسلام دين القُدوة، ط1، منشورات جمعية الدعوة الإسلامية العالمية، طرابلس، 1991.
58. مغاريوس، صمويل، مشكلات الصحة النفسية في الدول النامية، د.ط، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، د.ت.
59. موسى، رشاد علي عبد العزيز، علم النفس الديني، د.ط، مؤسسة مختار للنشر وتوزيع الكتاب، مصر، 1996.
60. ناضف، منصور علي، التابع الجامع للأصول في أحاديث الرسول ص، ط4، دار الفكر، القاهرة، 1975.
61. نجاتي، محمد عثمان، علم النفس في حياتنا اليومية، ط12، دار القلم، الكويت، 1985.
62. _____، القرآن وعلم النفس، ط3، دار الشروق، بيروت، 1987.
63. _____، الحديث النبوي وعلم النفس، ط6، دار الشروق، القاهرة، 2006.
64. نصر، الصديق بشير، ضوابط الرواية عند المحدثين، ط1، منشورات كلية الدعوة الإسلامية ولجنة الحفاظ على التراث الإسلامي، طرابلس، 1992.
65. بن عاشور، محمد الطاهر، تفسير التحرير والتنوير، ج20 - 21، د.ط، الدار التونسية للنشر، تونس، 1984.
66. صوفية، محمد مصطفى رمضان وآخرون، معاني القرآن الكريم تفسير لغوي موجز، الربيع الأول، ط1، دار الكتب الوطنية بنغازي، 2001، جمعية الدعوة الإسلامية العالمية.
67. ابن منظور، لسان العرب، إعداد وتصنيف يوسف خياط، المجلد الأول، د.ط، دار لسان العرب، بيروت، د.ت.
68. الرازي، الشيخ الإمام محمد بن أبي بكر، مختار الصحاح، ترتيب محمود خاطر، د.ط، دار المعارف، مصر، 1973.
69. الراوي، الطاهر أحمد، مختار القاموس، د.ط، الدار العربية للكتاب، ليبيا - تونس، 1980.
70. مصطفى، إبراهيم وآخرون، المعجم الوسيط، ج1، د.ط، مطبعة مصر، القاهرة، 1962.
71. موقع روح الإسلام، مؤسسة الحديث النبوي، الإصدار الأول، الإصدار الثاني.
- موسوعة الحديث النبوي الشريف، الكتب التسعة وشروحها، قرص مضغوط. صحيح البخاري فتح الباري، صحيح مسلم شرح الإمام النووي، سنن أبي داود عون المعبود، سنن الترمذي تحفة المعبود، سنن النسائي شرح الأحوذبي، سنن ابن ماجه شرح السندي، سنن الإمام أحمد، سنن الدرامي، موطأ الإمام مالك .