جامعة سوهاج
كلية التربية
المجلة التربوية

نمذجة العلاقات السببية بين الروحانية والتدين وإكرام الذات وتقدير الآخرين والضغوط المدركة لدى الطلاب المعلمين

إعداد

د/ هنـــاء عزت محمد عبد الجواد
أستاذ مساعد–قسم علم النفس التربوي
كلية التربية–جامعة الفيوم

تاريخ الاستلام : ٣٠ مايو ٢٠٢١م – تاريخ القبول : ٢٠ يونيو ٢٠٢١م

DOI: 10.12816/EDUSOHAG.2021.

مستخلص البحث:

هدف البحث إلى وصف العلاقة السببية المباشرة وغير المباشرة بين الروحانية والتدين وإكرام الذات وتقدير الآخرين والضغوط المدركة(العجز والمقاومة) عند الطلاب المعلمين ، تكونت عينة البحث من (٨٦) طالب معلم بكلية التربية بجامعة التقنية والعلوم التطبيقية بسلطنة عمان، تم تطبيق مقاييس للروحانية، التدين، إكرام الذات، تقدير الآخرين، الضغوط المدركة(العجز والمقاومة) من إعداد الباحثة، وقد أشارت النتائج باستخدام نمذجة المعادلة البنائية أن أفضل نموذج يصف النتائج تضمن أن التدين متغير خارجيExganous يؤثر بطريقة مباشرة سببية دالة إحصائيا في الروحانية، وتقدير الآخرين، وإدراك العجز أمام الضغوط، ومقاومة الضغوط ، كما أتضح أن الروحانية متغير وسيط يؤثر في إكرام الذات وتقدير الآخرين وإدراك العجز أمام الضغوط ومقاومتها، أنتهت الدراسة بتوصيات بأهمية تقديم أرشاد ديني صحيح للطلاب المعلمين.

الكلمات المفتاحية: الروحانية – التدين، إكرام الذات– تقدير الآخرين – الضغوط المدركة.

Modeling the Causal Relationships between Spirtuality, Religiousness, Self Honor, Others' esteem and Percieved Stress among Student-Teachers.

Abstract:

The study investigated the causal direct and indirect relationships between spirituality, religiousness, self honor, others' esteem and perceived stress among student- teachers. Eighty –six student teachers participated in the study. It was revealed that the best model describing the sample data was that religiousness is an exgoenous variable which a has a direct effect on spirituality, others' esteem, perceived stress. It was also found that spirtuilaity is a mediating variable which has a direct effect on self honor, others' esteem and perceived stress. Recommedations were provided concerning providing student teachers with religious counseling.

Key word: Spirituality – Religiousness - Self Honor - Perceived Stress - Others'Esteem

مقدمة إلى مشكلة البحث:

على الرغم من التقدم العلمي والتكنولوجي الذي وصل إليه العالم، إلا أن ذلك لم يحقق سعادة وتنعم الإنسان كما يتضح من معدلات الانتحار المرتفعة التي تقدر بحالة كل أربعين ثانية، وفقا لتقديرات منظمة الصحة العالمية؛ حيث ينهى أكثر من (800000) شخصا حياتهم كل عام، وتقدر نسبة من يحاولون الانتحار بعشرين مرة عدد المنتحرين فعليا (WHO,2020)، كما أن فئة الشباب (من ٢٠ إلى ٢٥) عاما هي أعلى نسبة في الانتحار وفقا لتقديرات منظمة الصحة العالمي(WHO, 2016) ، وربما كان اللامعنى Meaningless ، وفراغ الحياة من الروحانيات في هذه الثقافات المادية هو الذي يدفع الشباب إلى إنهاء حياتهم.

وقد حرصت مدارس علم النفس منذ ظهور علم النفس على إخضاع الظاهرة النفسية للملاحظة في محاولة لجعل الدراسات النفسية علما قائما بذاته يتبع المنهج العلمي في التفكير، ولم تهتم هذه المدارس بدراسة الجانب الروحي في الانسان والذي لا يمكن إخضاعه للملاحظة، حتى ظهر علم النفس الإيجابي كمظلة لتفسير بعض الجوانب الروحية في الإنسان، خاصة بعد أن بدأت الدراسات النفسية في تأكيد الرابطة بين علاقة الإنسان بربه ودينه وصحته النفسية والجسدية وعلاقاته بالآخرين، وانخفاض الاكتئاب ومعدلات الانتحار، وكان من أبرز هذه الدراسات دراسة حديثة أجرتها جامعة كولومبيا شملت ثلاثة أجيال من الأفراد الذين لديهم قشرة مخية سميكة ومعرضين للإصابة العالية بالاكتئاب، وانتهت إلى نتيجة مثيرة للدهشة وهي أن الروحانية الدينية تؤثر في تركيب ووظائف المخ، وتقلل من معدل الإصابة بالاكتئاب (Anderson Miller, Wickramaratne, Svob, Odgerel, Zhao, & Weissman, 2017). كما ظهرت كتابات علمية حول احتمالية وجود جينات مسؤولة عن الروحانية God part of the mind ، أو نقطة إلهية God Spot (Alper, 2008)

وقد عرف الباحثون الروحانية Spirituality –على أنها درجة الارتباط بقوى عظمي هي الله عند أصحاب الديانات السماوية والطبيعة عند الملحدين، وقد فرقوا بينها وبين مصطلح التدين Religiousness والذي يشير إلى الانتماء لديانة وممارسة الشعائر الدينية وفقا لكتاب مقدس، وقد يمارس الإنسان عباداته بصورة آليه دون تدبر، وقد يرتبط الإنسان بالذات العليا دون أن يتبع ديانة رسمية، فأفلاطون تحدث عن عالم سماوي وقوى

مطلقة لكنه لم يمارس ديانة رسمية(Dingemans, & Van Ingen, 2015) ، فالروحانية هي إدراك المعنى والسلام الداخلي والطمأنينة والتواصل مع الله والتخلص من الرياء والاستقامة في الخفاء (مكرم،٢٠٢١).

وعندما أطلق جاردنر نظريته في الذكاءات المتعددة أشار إلى وجود الذكاء الروحيSpiritual Intelligence وعرفه بالمقدرة على معالجة المعلومات الروحية في ثقافة معينة لحل المشكلات، وقد كان مصطلح جاردنر مثيرا للجدل لأنه تحدث عن قدرات عقلية معرفية في محاولة منه للتنظير حول الروحانية، وقد نظر الباحثون بعد جاردنر إلى الذكاء الروحي على أنه يجمع بين الروحانية Spirituality –التي تشير إلى البحث عن الذات العليا، وكل ما هو مقدس والبحث عن المعني– وبين المقدرة على معالجة هذه المعلومات الروحية لحل المشكلات(Nazir&Nazir,2018)، هذا الاختلاف بين الباحثين في التنظير حول الجانب الروحي للإنسان قد انعكس في اختلاف المدخلات التي اتبعوها في قياس هذا الجانب، وبحث أهمية دراسته في حياة الإنسان النفسية، وأيضا في اختلاف نتائج الدراسات التي تناولت علاقة الروحانيات والتدين بصحة الإنسان النفسية وعلاقاته الاجتماعية.

تناول بعض الباحثين اختلاف الأفراد في إدراك الروحانية وأثر ذلك في العلاقة بالذات والآخر والصحة النفسية، وقد اختلفت هذه الدراسات في نتائجها ومنها دراسة Kim, & Seidlitz (2002) التي انتهت إلى ارتباط الروحانية بالتكيف العاطفي للضغوط اليومية، ودارسة Greenway, Milne, & Clarke (2003) التي انتهت إلى وجود علاقة بين إدارك الذات الإلهية وحب الذات، والكائنات، ودراسة Lewis, Hankin, Reynolds, & Ogedegbe (2007) التي أشارت إلى العلاقة بين الروحانية ورفع قيمة الذات والآخرين، ودراسة Lucchetti, Lucchetti,, Espinha, de Oliveira, Leite, & Koenig(2012) التي انتهت إلى ارتباط الروحانية بالسعادة والقدرة على التكيف وجودة الحياة، ودراسة Berghuijs, Bakker, & Pieper (2013) التي أشارت إلى أن الروحانيات ترتبط بأنشطة حماية البيئة وحقوق الحيوانات، ودارسة Carrol, McComic,Smith, Issak,&Currier(2020) التي انتهت إلى وجود علاقة بين التكيف الديني والميول للانتحار.

كما أخذ بعض الباحثين منحى آخر في دراسة الجانب الروحي للإنسان وهو أثر الانتماء إلى ديانة ما وممارسة الشعائر الدينية Religiousness من صلاة وصيام وصدقات في بعض الجوانب النفسية والاجتماعية؛ ومنها دراسة Welck,Sikkink,Sartain, Bond(2004) التي انتهت إلى أن الانتماء لمجتمع ديني يرتبط بالثقة الاجتماعية في الآخرين، ودراسة Fincham, Lambert,, & Beach, (2010). التي أشارت إلى ارتباط الصلاة بالالتزام في العلاقات العاطفية، ودراسة Amirfakhraei, & Alinaghizadeh, (2012) التي أشارت إلى أثر صلاة الشفاعة في الصحة النفسية لدى مرضى السرطان، ودراسة Pajević, Sinanović, & Hasanović (2017). ، التي أشارت إلى العلاقة بين الصلاة وانخفاض الأعراض الاكتئابية والعصابية لدى الجنود المسلمين بالبوسنة، ودراسة Bradshaw, & Kent, (2018) التي أشارت إلى وجود علاقة بين معدل الصلاة اليومية والتفاؤل والرضا، ودراسة Gilavand, & Fatahiasl, (2018) التي أشارت إلى الأثر الإيجابي للصيام في الصحة النفسية لطلاب الجامعة.

وعلى الرغم من اتفاق العديد من الباحثين على الأثر الإيجابي للجانب الروحي إلا أن بعض الباحثين رأوا أن الروحانية والتدين قد يؤثران بطريقة سلبية في حياة بعض الأفراد؛ فقد يرتبطان بالتعصب الديني ومشاعر الذنب، والاكتئاب، والقلق خاصة عند المتشددين Kidwai, , Mancha, Brown, & Eaton, (2014). ، وقد قدم بعض الباحثين تفسيرا لهذه النتائج من خلال الفصل بين استراتيجيات التوافق الديني الإيجابية والسلبية؛ فبعض الاستراتيجيات الدينية قد تتضمن التواكل ولوم الله على أحداث الحياة Smith, McCullough, & Poll(2003)

مشكلة البحث:

يشهد العالم زيادة في معدلات الانتحار خاصة بين الشباب في الشريحة العمرية من (٢٠–٢٥) عاما مع زيادة التقدم المادي والتكنولوجي ، وقد بدأ علماء النفس في تناول الجانب الروحي للإنسان كمحاولة لتحسين جودة الحياة والصحة النفسية عند الأفراد خاصة في ضوء ما تشير إليه نتائج الدراسات من أهمية الجانب الروحي والديني في حياة الإنسان

وفي علاقته بذاته والآخرين وقدرته على تحمل الضغوط والسعادة والتنعم (Carrol et al,2020; Dadfar ,lester,Turan, Beshai,Unterrainer,2020)

لكن مراجعة الدراسات التي تناولت الجانب الروحي والديني وعلاقتها بالمتغيرات النفسية والاجتماعية أظهرت ما يأتي:

١. اختلاف طريقة التنظير حول الجانب الروحي ، وما إذا كان يشير إلى علاقة بالله أو بقوى مقدسة أو هو الانتماء لديانة واتباع نصوص مقدسة وإقامة شعائر دينية، وأيضا اختلاف الباحثين حول العلاقة بين الروحانية والتدين وهل يمثلان شيئا واحدا، وهل توجد روحانية عند الملحدين، وهل يقود التدين إلى الروحانية (Cotton, Zebracki,Resenthal,Tservat,Drotar,2006)

٢. اختلاف إدراك الروحانية باختلاف عينات الدراسة فالروحانية عند المراهقين ليست هي الروحانية عند مرضى الإيدز، والسرطان (Tuck,2007; Mok, Wong&Wong,2010) وليست هي الروحانية عند مقدمي الرعاية الصحية (McSherry, Cash& Ross, 2004)، وليست هي الروحانية عند طلبة الجامعة – بخاصة الطالب المعلم الذي يكون عليه في المستقبل تصدير القيم الروحية والدينية للطلاب لكونه نموذجا يحتذى به من قبل طلابه.

٣. اختلاف الدراسات في أثر الجانب الروحي في حياة الإنسان؛ فبينما رأى العديد من الباحثين ارتباط الروحانيات وممارسة الشعائر بالصحة النفسية، وتحمل الضغوط، وتقدير الذات، وتقدير الآخرين (Debnam, Milam, Mullen, Lacey,Bradshaw, 2018)، رأت دراسات اخرى ارتباط هذا الجانب بالاكتئاب والقلق وضعف العلاقات الاجتماعية (Cotton et al,2006; Dingemans &Van–Ingen,2015; Carrol et.al,2020) وهو ما تم تفسيره في ضوء متغيرات وسيطة في العلاقات بين المتغيرات ومنها استراتيجيات التوافق الديني والتي قد تكون إيجابية أو سلبية.

٤. ندرة الدراسات التي تناولت أثر الروحانيات والتدين في علاقات الفرد بذاته وعلاقته بالآخرين وبضغوط الحياة اليومية، عند طالب الجامعة الذي هو عرضة للعديد من التفاعلات مع ذاته وأسرته وأقرانه، وتعتبر مرحلة الجامعة مرحلة حرجة يبحث فيها المراهق عن هويته ومنها هويته الدينية؛ فمن هو؟ وما هي علاقته بالكون؟ وبذاته؟

وبالآخرين؟ كما أنها مرحلة صعبة ومجهدة نفسيا يمر بها المراهق بتغيرات اجتماعية ونفسية، ويتعرض لضغوط أكاديمية وأسرية خاصة أنه لم يطور بعد استراتيجيات مواجهة الضغوط .(Blakemore, 2019)، وتتضح هذه الضغوط أكثر عند طالب التربية الذي يكون عليه دراسة مقررات أكاديمية وتربوية ويمر بخبرة التربية العملية ويتعرض لضغط الأقران وضغط المجتمع الذي لا يقدر مهنة التدريس.

لذا يتناول البحث الحالي العلاقات السببية بين الجانب الروحي والتدين للطالب المعلم وكيف يؤثران في نظرته لذاته وتقديره للآخر في حياته وإدراكة للضغوط في حياته.

وفي ضوء ذلك تتلخص مشكلة البحث الحالي في التساؤل الرئيس الآتي:"ما أفضل نموذج بنائي يصف العلاقات السببية بين الروحانية، والتدين وإكرام الذات وتقدير الآخرين والضغوط المدركة(العجز والمقاومة) لدى الطلاب المعلمين.

أهداف البحث:

١.وصف العلاقات السببية؛ المباشرة وغير المباشرة بين الروحانية والتدين وإكرام الذات وتقدير الآخرين والضغوط المدركة(العجز – المقاومة) عند الطلبة المعلمين.

أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

تعد الدراسة جزء من اتجاه حديث في علم النفس يتناول أثر الروحانيات في حياة الإنسان وعلاقاته في محاولة لتحسين جودة الحياة ومستوى التنعم النفسي في عالم طغت عليه المادة، كما توضح الدراسة أثر الروحانيات في الإنسان من خلال أدلة مواءمة إحصائية؛ حيث تستخدم الدراسة نمذجة المعادلة البنائية كأسلوب إحصائي علمي وصفي في تناول قضية الجانب الروحاني للانسان.

الأهمية التطبيقية:

قد تسفر الدراسة عن تطبيقات تربوية في مجال الإرشاد الديني للمراهقين وطلبة الجامعة بصفة عامة وهي فئة من المجتمع تتعرض للعديد من الضغوط من قبل المجتمع، كما تتعرض للعديد من التيارات الفكرية من خلال انفتاحهم على العالم الخارجي في شبكة

المعلومات، ولذا كان من الأهمية فهم كيف تؤثر روحانية المراهق وتدينه، وعلاقته بذاته وبالاخرين في مقدرته على مقاومة الضغوك في حياته اليومية.

مصطلحات البحث:

الروحانية: **Spirtuality**: تعرف الباحثة الروحانية بأنها تواصل الفرد مع الله وبحثه عن معنى لحياته، ولأحداث الحياة، والطمانينة والسلام النفسي والتسليم بأمر الله، والرضا بقدر الله والامتنان لعطاياه والانسجام مع القيم . ويتم قياسها إجرائيا في الدراسة الحالية بمقياس الروحانية الذي أعدته الباحثة.

التدين: **Religiousness**: تعرف الباحثة التدين بأنه الانتماء لديانة، وممارسة شعائرها من صلاة، وصوم وصدقات، وفقا لنصوص مقدسة (Dingemans, & Van Ingen, 2015) وتم قياس التدين في الدين الإسلامي في البحث الحالي من خلال مقياس أعدته الباحثة.

إكرام الذات[1]: **Self Honor**: ويشير إلى تثمين الفرد لقيمة الذات واعتزازه بها وبرأية الشخصي . وسعيه الدائم لإرضائها وقبول أخطائها، والحياة وفقا لتوقعات شخصية وليس وفقا لتوقعات الآخرين، ويتم قياسه إجرائيا في البحث الحالي بمقياس إكرام الذات الذي أعدته الباحثة.

تقدير الآخرين:**Others' Esteem** تعرف الباحثة تقدير الآخرين بأنه الاهتمام برأي الآخرين، واتباع نصائحهم ومحاولة إرضائهم، وقبول وتحمل أخطائهم والسعي للحفاظ على العلاقات معهم، ويتم قياسه إجرائيا في البحث الحالي بمقياس تقدير الآخرين من إعداد الباحثة.

الضغوط المدركة **Perceived Stress**:تتبنى الباحثة تعريفا تقليديا للضغوط المدركة بأنه نقص التوازن بين المسؤليات البيئية **Environmental Demands** والمقدرة على التوافق **Coping Capacity** (**Cohen et al., 1997**)، ويعبر عنه إجرائيا بشعور الفرد بالعبء الزائد والتشبع والعجز، ويتكون من بعدين فرعيين وفقا لنتائج التحليل العاملي،

[1] يختلف مصطلح إكرام الذات عن تقدير الذات فالأول يشير قبول الذات بأخطائها والعيش لإسعادها، والثاني يشير إلى إدراك الفرد لقدراته وكفاءته الشخصية

وهما إدراك العجز Perceived Helplessness ، وإدارك المقدرة على التكيف والمقاومة Perceived Coping[٢]

أدبيات البحث(الاطار النظري والدراسات السابقة):

ستتناول الباحثة عرضا لمحاولات الباحثين التنظير حول الجانب الروحي للانسان وعلاقة الجانب الروحي بالعلاقة بالذات والآخر والضغوط اليومية.

أولا : الجانب الروحي من منظور الدراسات النفسية(الروحانية – التدين)

استخدم الباحثون مصطلح روحانية Spirituality لوصف المشاعر والأفكار والسلوكيات الذاتية التي تنشأ من البحث عن المقدسات (Wigglesworth, 2012)، ولوصف حاجة الإنسان الفطرية للارتباط بذات مقدسة أكبر من ذاته، والبحث عن المعنى، وتتضمن الروحانية شعور الفرد بأن هناك ذات أكبر من الإنسانية وأكبر من الخبرة الحسية للبشر، وأن لحياة الإنسان مغزى يتخطى الخبرة اليومية، والحاجات البيولوجية، كما تشمل الروحانية استكشاف الأفكار الكونية مثل الحب، والخلود، والعاطفة، والحكمة، والصدق، ويستشعر الروحانيون مشاعر شفاء الأنا، وتقدير الذات الإيجابي، وقيمة الذات، والقدرة على الحب، والعطاء اللامحدود(Spencer,2012)

وتعرف مكرم(٢٠٢١) الروحانية الدينية على أنها السلام الداخلي والخروج من الجمود والصراعات اليومية وعمل الخير المتصل بالطقوس الدينية وذلك لإشباع رغبات داخلية بأن الفرد بخير ومتصل بالله، وهي الارتقاء بالروح وعدم الرضوخ للمادة، وأخذ القرارات وفقا لمعتقدات راسخة وليس وفقا لأهواء مادية، والانسجام مع القيم والتخلص من الرياء والشعور بالامتنان لعطايا الله.

ويقترب مفهوم الروحانية من مفهوم معنى الحياة والذي يشير إلى المعتقدات الدينية للفرد ورؤيته لميزان العدالة في العالم وقيمة معتقداته الشخصية وحالة الرضا لديه (عبد الرحمن الجبهي،٢٠١٤)

[٢] اتفقت الدراسات العاملية التي تناولت قياس الضغوط المدركة على وجود هذين العاملين(Liu, Lithopoulos, Zhang, Garcia-Barrera., & Rhodes,2021) ، كما أسفر التحليل العاملي بالدراسة الحالية عن مكون أدراك العجز وايضا ادراك مقدرة الفرد على التحمل والمقاومة ولم تكن العلاقة بينهما سلبية بمعنى ان الفرد قد يدرك وجود ضغوط في حياته ولكن يدرك ايضا انه يستطيع المقاومة

والروحانية لا تعني الانتماء لديانة معنية؛ فقد يكون الإنسان روحانيا دون أن ينتمي إلى ديانة أو يمارس شعائرها، ويوضح ذلك حقيقة أن الانتماء لديانة لا يؤدي دوما إلى للنمو الروحي، ولكنه قد يجعل الفرد متكبرا، أو يشعر بالذنب والخزي(Spencer,2012)، وبهذا يختلف مصطلح الروحانية عن مصطلح التدين Religiousness الذي يشير إلى الانتماء لديانة، وممارسة شعائرها، والانتماء الى جماعة تعتنق هذه الديانه Community (المسلمون، الأقباط).

ويختلف معنى الروحانية باختلاف الأفراد فمثلا وجد McSherry et al (2004) أن معنى الروحانية عند الممرضات –وهم فئة يقتربون من المرضى –أنها شيء يشعرهم بجوهر الحياة، والشعور بالكل، بينما رأوا أن التدين هو الانتماء لديانة.

وقد أجرى Tuck(2007) دراسة لمعرفة معنى الروحانية عند مرضى الإيدز وهم فئة قريبة من الموت، وقد أشاروا بأن الروحانية لديهم هي الإيمان بالله أو بقوى عظيمة، وأن هناك من يساعدك ويقودك، وتلقي هبات روحية لاكتشاف المعاني الكبيرة للحياة، بينما رأى الأصحاء أن الروحانية هي العلاقة الشخصية بالله، والاسترشاد به، والحديث معه مثل "ماذا أفعل يا ربي؟ والعلاقة بالآخرين، والطبيعة والذات، وهي رحلة كفاح للوصول إلى الجوهر الروحي للنفس، والوعي بها، ومعنى الحياة وأنها الخلاص في أحلك اللحظات، وذكروا أنهم يعبرون عنها إجرائيا بالصلاة ومشاهدة المخلوقات، والمشي، واشعال الشموع، والتوسط Mediation.

كما أجريت دراسة(Mok et al(2010 بجمهورية الصين عن معنى الروحانية لدى بعض المرضى على أساس أن الروحانيات جزء من علاج المرضى، وقد تم إجراء مقابلات مع (15) مريضا، حيث أشارت النتائج إلى أن الروحانية معنى فريد يعطي قوة وهدف للحياة، وانها تتكامل مع العقل والجسد.

ويحدث النمو الروحي بطريقة تلقائية لا يمكن تفسيرها علميا، ولا يمكن عزوها إلى قوي خارجية، وبعد حوادث معينة في حياة الإنسان تجعله يعيد تقييم حياته ويعي الحقيقة Reality، التي هي مختلفة عن المعرفة العقلية، وتؤثر على إدراكه لدوره في المجتمع، والقواعد الأخلاقية التي تحكم علاقات الإنسان، وأنشطته، وهنا يحدث الاندماج بين الروحانية ونظام الدين العقائدي (Spencer,2012)

ثم أعطي جاردنر بعدا جديدا للتعامل مع الجانب الروحاني؛ حينما اعتبرها من ذكاءات الإنسان، التي عرفها بأنها إمكانية نفس حيوية "A bio–Psychological Potential" لمعالجة نوع معين من المعلومات لحل المشكلات في سياق ثقافي (In M Bakhshi,2016)

في ضوء ذلك ظهر مصطلح الذكاء الروحي في الكتابات البحثية وكان يشير إلى استخدام المعلومات الروحية لتسهيل حل مشكلات الحياه اليومية، وتحقيق الأهداف (Emmons, 2000) ، وهو المقدرة على حل مشكلات المعنى والقيمة (Zohar&Marshal, 2001)، وهو قدرات يستخدمها الأفراد في تطبيق، وإظهار، وتجسيد المصادر، والقيم، والخصائص الروحية بطريقة تدعم الوظائف اليومية والتنعم (Amram, 2007)، وهو قدرات تحيلية وعملية يستخدمها الإنسان ليحيا بنجاح في ثقافة معينة من خلال حل المشكلات وسعيه نحو التواصل بالمطلق Mustapha, Bello, Garba, & (Gobe,2020).

وقد حدد Emmons(2000) خمس مكونات للذكاء الروحي وهي:

–المقدرة على استخدام المصادر الروحية (الصلاة –الصدقات...)

–المقدرة على دخول مستويات عالية من الوعي

–المقدرة على استثمار أنشطة الحياة اليومية بشعور القدسية

–المقدرة على تجاوز الجوانب المادية

–المقدرة على أن تكون صاحب قيم

بينما حدد Zohar(2012) اثنتا عشر عنصرا للذكاء الروحي وهي:

١. الوعي بالذات(أعرف معتقداتي وما الذي يدفعني)
٢. معايشة اللحظة والمسئولية عنها.
٣. الانقياد لقيمة ورؤية وتعني التصرف من خلال معتقدات ومباديء عميقة.
٤. الشمولية أو الكلية، ورؤية العلاقات الواسعة والانتماء.
٥. العاطفة والتعاطف
٦. Celebration of diversity قبول الاختلاف
٧. التواضع

٨. الوقوف أمام الجمهور في دراما الحياة
٩. الميل لأسئلة جوهرية
١٠. التدبر والرؤية الشمولية للآحداث
١١. التعلم من الأخطاء والمعاناة
١٢. إحساس التخطي Sense of Vocation

ثم ظهر بعد ذلك مُعامل الروحانية Spiritual Quotient والذي يشير إلى المهارات، والقدرات والسلوكيات المطلوبة لنجد مسارا أخلاقيا أو قيميا لمساعدتنا في الحياة والذي يتضمن الانتماء، والإلتزام والارتباط والعلاقات الشخصية والعلاقة بالطبيعة، (Ramchandran, 1996 In V Murugaiah, Kumar, & Rao, 2015)

ويختلف الذكاء الروحي عن الروحانية فالذكاء الروحي يشمل تكوين الروحانية (البحث الفردي واختبار المقدسات والمعنى والشعور والشفافية، بينما يركز الذكاء على القدرات التي تعتمد على المصادر الروحية في حل المشكلات (Nazir&Nazir,2018)، ويتضمن الذكاء الروحي مكوني الروحانية والذكاء معا في مفهوم جديد؛ حيث تشير الروحانية إلى البحث واختبار المقدسات والمعنى والوعي بالذات العليا، بينما الذكاء هو قدرة لمعالجة نوع من المعلومات(Wigglesworth, 2012) .

وترى الباحثة في الدراسة الحالية أن هناك تداخلا بين المصطلحات التي تتعلق بالجوانب الروحية في حياة الإنسان؛ فالروحانية هي البحث عن الذات العليا المقدسة ومعنى الحياة والاطمئنان والسلام والحياة الداخلية للعقل والروح، بينما الذكاء الروحي هي استخدام هذه الروحانيات لحل المشكلات وتحقيق الاهداف ويختلفان بدورهما عن الانتماء لديانة التي تعني نظام من المعتقدات له شعائر ونصوص مقدسة ومجموعه تعتنقه.

النماذج النظرية للعلاقة بين الروحانية والتدين:

وجدت الباحثة أنه لا يوجد اتفاق حول نموذج نظري واحد يصف العلاقة بين الروحانية والتدين بسبب تداخل المصطلحات واختلاف تعريف الروحانية والتدين وفقا لعينات الدراسة، ولحداثة البحث في الجانب الروحي للإنسان في علم النفس، وقد طور الباحثون بعض النماذج النظرية التي شملت الروحانية والتدين، وكان تركيز هذه النماذج على فهم المتغيرات الوسيطة التي تبين تأثير الروحانية والتدين في السلوكيات الصحيحة، فمثلا صاغ

Cotton et al(2006) نموذجا يصف العلاقة بين الروحانية والتدين عند المراهقين، افترضوا فيه أن الروحانية مفهوم مختلف عن التدين؛ فهي البحث في معنى الحياة، واستراتيجيات التكيف للحياة، بينما التدين هو الذهاب للكنيسة ولكنهم اعتبروا الروحانية متغيرا وسيطا بين التدين والمخرجات النفسية.

لكن اختلف ذلك مع نموذج Koenig (2008) الذي اعتبر أن الروحانية جوهر التدين، وأنهما معا يؤديان إلى المعنى، ويرتبطان بالعلاقة بالآخرين والصحة النفسية وانخفاض القلق وتقوية الجهاز المناعي، ومستويات الإصابة بأمراض القلب والسرطان، ومعدل الوفيات، كان أهم ما في نموذج Koenig اعتباره أن الروحانية هي التكوين الأكبر الذي يشمل التدين، واعترض بشده على وجود روحانية لدى الملحدين، كما رأى أن الروحانية ترتبط بعلاقة تبادلية بالتدين، وقد كان هذا النموذج أساسا أعتمد عليه العديد من المنظرين في دراساتهم، والفرق بين نموذج Koening ونموذج Cotton et.al ، هو أن الأول أعتبر أنه لا روحانية بدون ممارسة شعائر دينية، بينما الآخر اعتبر التدين هو الارتباط بديانة، والروحانية هي علاقة بالطبيعة ووجود معنى لحياة الإنسان حتى بدون ممارسة ديانة رسمية.

من ناحية أخرى اعتبر Master(2008) الروحانية والتدين تكوينا واحدا يؤثر بمسارات سببية مباشرة في الدعم الاجتماعي للآخرين وفي السلوك، والتي تؤثر بدورها في الصحة الجسدية والنفسية للأفراد.

وقد تأثر Krause(2011) بأفكار Master(2008) حيث طور نموذجا لم يميز فيه بين الروحانية والتدين وتحدث فيه عن التدين وأنه يقابل الحاجات الإنسانية عن ماسلو؛ وهي الحاجة للبحث عن سمو الذات self–transcendence، الحاجة للذهاب إلى الكنيسة ، الحاجة إلى الرفقاء، الحاجة إلى الضبط، والحاجة للمعنى، ورأى أن هذه الحاجات لها تأثيرات مباشرة ووسيطة في المخرجات الصحية والنفسية.

من ناحية أخرى وضع Park(2012) نموذجا أكثر تفصيلا اعتبر فيه الروحانية والتدين ثلاثة مكونات: مكون عام واعتبره متغيرا مستقلا يؤثر في الدعم الاجتماعي، والصلاة، والسلوكيات الصحية والتي تؤثر بدورها في الراحة والانتباه، والمكون الثاني هو المعتقدات والتأويلات الخاصة والتي تؤثر في التقييم الإيجابي والوجدان الإيجابي والاغتراب الروحي، كما

اعتبر المؤثرات الروحانية والدينية في وقت المرض والأزمات متغيرا خارجيا يؤثر بدوره في المعنى الديني، والتسامح، والالتزام بالبرنامج العلاجي.

كما قدم Aldwin et al(2014) نموذجا ميز فيه بين الروحانية والتدين، واعتبر الروحانية متغيرا مستقلا يؤثر في التنظيم الانفعالي للفرد الذي يؤثر بدوره في العمليات الفسيولوجية، كم اعتبر التدين متغيرا مستقلا يؤثر إيجابيا في تنظيم الذات السلوكي ، واعتبر الاغتراب الديني متغيرا مستقلا يؤثر سلبا قي التنظيم السلوكي للفرد، ويؤثر التنظيم السلوكي بدوره في العادات الصحية.

وترى الباحثة في البحث الحالي أن العلاقة بين الروحانية والتدين تحتاج إلى مزيد من الدراسة خاصة أن هذه العلاقة قد تختلف باختلاف الديانات؛ فمثلا قد تدعم البوذيه درجة عالية من الزهد عند الأفراد، بينما يركز الإسلام على الوسطية في العلاقة بالكون والحياة الدنيا "وَكَذَٰلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا" (البقرة : آية١٤٣) هذه الاختلافات قد تكون مسؤولة عن اختلاف النماذج البنائية، كما أن الروحانية والتدين عند المراهقين والشباب قد تأخذ صورة مختلفة عنها عند كبار السن الذين خبروا الحياة وشهدوا السراء والضراء وتعلموا العديد من الدروس، ولذا يتناول البحث الحالي هذه العلاقة لدى طلبة كلية التربية.

ثانيا: أثر الروحانية في العلاقة بالذات والآخرين وإدراك الضغوك ومقاومتها

هناك علاقة تبدو منطقية بين إدراك الإنسان لخالق الكون ونظرته لذاته والآخرين، ولطريقته في إدراك وإدارة الضغوط اليومية، وصحته النفسية، وقد اختلفت الدراسات التي تناولت كيف تؤثر الروحانية في علاقة الفرد بذاته؛ فالعلاقة بالله قد تجعل الفرد يعلي من قيمة ذاته واحترامها كونها صناعة الخالق، أو أنها قد تقلل من ذاتية الفرد وتجعله ينطوي على ذاته ولا يندمج في العلاقات الاجتماعية، وقد أجريت مجموعة من الدراسات لبحث العلاقة بين الروحانية ونظرة الإنسان إلى ذاته والآخرين؛ ومنها دراسة Lewis,et al, (2007). التي هدفت إلى تحديد العلاقة بين الروحانية وإكرام الذات Honoring the self عند عينة من الأفارقة الامريكان باستخدام المقابلة، ويشير إكرام الذات إلى قبول الذات كما هي عليه دون انتقادها، والحياة بواقعية والتحدث بصراحة وإقتناع عن المعتقدات الشخصية ومشاعرنا، والالتزام بحق الذات في الوجود وأن حياتنا لا تنتمي للآخرين ولتوقعاتهم، وهي حب الحياة واكتشاف امكانياتنا البشرية(Branden, 2011)

وقد أشارت النتائج إلى أن الروحانية مفهوم شخصي يختلف باختلاف خبرة كل إنسان وقد أشارت العينة بأن الروحانية هي إكرام الذات والآخرين، والحب غير المشروط، والأفعال المعبرة عن الحب Love in actions والارتباط Connectedness ،وأن تفعل شيئا لله، وأن تصل للذات الداخلية Inner self ، وأن تحب بدون شروط، ورأوا أن ذلك لا يرتبط بديانة أو بممارسة شعائر معينة.

كما تناولت دراسة Hayman, Kurpius, Befort, Nicpon, Hull-Blanks, Sollenberger, & Huser, (2007). العلاقة بين الروحانية وصورة الذات وتقدير الذات والضغوط عند عينة مكونه من (٢٠٤) من طلبة الكلية الذين صنفوا أنفسهم على أنهم مرتفعون في الروحانية، وقد أظهرت النتائج علاقة طردية بين الروحانية وتقدير الذات والتي ارتبطت سلبا بالضغوط، كما ارتبطت الروحانية سلبا بمراقبة الذات عند الذكور.

كما وجد Adegbola(2011) علاقة بين الروحانية وفاعلية الذات عند عينة من مرضى داء الكريات المنجلية ، وتوصل إلى ذات النتائج López, Romero–Moreno, Márquez–González, & Losada, 2012).) في دراستهم على عينة مكونة من (١٢٢) من أسر مرضى الخرف حيث اتضح أن الروحانية تؤثر في الصحة النفسية من خلال فاعلية الذات.

كما تناولت الدراسات علاقة الروحانية بالعلاقة بالآخرين ؛ حيث أجرى Berghuijs, Bakker, & Pieper, (2013). دراسة تناولت العلاقة بين الروحانية(العلاقة بالذات المقدسة)، والتدين(الذهاب الى الكنيسة) ، والانخراط الاجتماعي، وقد انطلقت الدراسة من افتراض أن الروحانية تجعل الشخص متمركزا حول ذاته ومنطويا على نفسه، أشتركت في الدراسة عينة كبيرة مكونة من (8000) من الراشدين بأوربا، وقد تم قياس الانخراط الاجتماعي بعبارات حب الآخرين، مساعدتهم، حب الناس، وقد أشارت النتائج إلى ارتباط الروحانية بانخفاض الاندماج الاجتماعي والارتباط بالذات Connectedness to the self والاهتمام بحماية البيئة والسلام وحقوق الحيوان ، بينما ارتبط التدين بالانخراط الاجتماعي.

يتضح من هذه الدراسات التي تمت في أوربا والولايات المتحدة الأمريكية أن الروحانية ترتبط بالنظرة الإيجابية للذات لكن تؤثر سلبا على اندماج الأفراد في العلاقات الاجتماعية، وقد

يستدل منها على أن الروحانية ستؤثر في إدراك الفرد وإدارته لضغوط حياته اليومية من خلال نظرته إلى ذاته، فتقبل الفرد لذاته وتقديره الإيجابي لها قد تجعله يتقبل وجود مشكلات ويتعايش معها.

وفي هذا السياق أجرى Kim & Seidlitz(2002) دراسة للعلاقة بين الروحانية والتكيف العاطفي والجسدي في ظل الضغوط اليومية، وقد اشترك في الدراسة (113) طالبا بالجامعة أجابوا على مقاييس للجانب الروحي والضغوط، وقد أظهرت النتائج أن الروحانيات تتوسط تأثير الضغوط على التكيف واستخدام استراتيجيات مختلفة لمواجهة الضغوط، وقد أوصت الدراسة بضرورة دعم الجانب الروحي لدى الطلاب لتحسين مهارات التعامل مع الناس، وبالتالي تقليص الضغوط اليومية، وأكدت الدراسة على دور استراتيجيات مواجهة الضغوط الدينية في النتائج .

كما أجرى Greenway, Milne, & Clarke(2003) دراسة تناولت العلاقة بين إدارك الذات الإلهية وخصائص الشخصية الإيجابية والراحة النفسية، وقد تكونت العينة من "١٣٢" من الإناث، و"٦٩" من الذكور من الانجليكانيين المنتظمين في الكنيسة، وطبقت عليهم مقاييس الحالة الدينية، وحب الذات، وكفاءة الذات، وقد أشارت النتائج إلى أن حب الذات لدى الإناث قد تنبأ بإدراك الذات الإلهية في الحياة، كما تنبأ الاكتئاب بالإدراك السلبي لله، كما أن خصائص الشخصية قد تتفاعل مع التمثيلات الداخلية لصورة الله؛ فكيفية رؤية الإنسان لذاته تؤثر على كيفية رؤيته لربه، وتوضح هذه الدراسة أن العلاقة بين الروحانية والراحة النفسية ليست علاقة مباشرة، ولكن تتوسطها كيفية رؤية الإنسان لذاته.

وقد أجرى بارون(٢٠٠٨) دراسة تناولت العلاقة بين التدين والصحة النفسية لدى عينة مكونة من (٢٠٢٢) من المراهقين بالكويت وقد أظهرت النتائج علاقة طردية دالة احصائية بين التوجه الديني الداخلي والحصة الجسدية والعقلية والسعادة وعلاقة عكسية بين الاتدين والقلق

كما أجرى كل من Winter, Hauri, Huber, Jenewein, Schnyder & Kraemer(2009) دراسة بالولايات المتحدة الأمريكية هدفت إلى فحص العلاقة بين الروحانيات واستراتيجيات التكيف الديني، والتدين وتحمل المحن، وقد اشترك في الدراسة "٣٢٨" من المترددين على الكنيسة، حيث طبقت عليهم مقاييس التدين، وأساليب التوافق

الديني الإيجابي والسلبي، والضغوط والاكتئاب، والقلق والسعادة، وقد انتهت النتائج إلى أن أساليب التوافق الديني السلبي قد خفضت من التنعم والصحة النفسية ورفعت القلق والأعراض الاكتئابية.

في ذات السياق تناول Weinberger-Litman, Rabin, Fogel, Mensinger, & Litman.(2016) أثر الروحانيات في اضطرابات الأكل لدى عينة مكونه من (301) من النساء اليهود الشابات، حيث تم قياس التوجه الديني والمعتقدات الروحية والرضا عن صورة الجسم واضطرابات الأكل لديهن، وقد أظهرت النتائج أن النساء ذوات التوجه الديني لديهن رضا أكثر، واضطرابات أكل أقل مقارنة بمجموعة أخرى من العلمانيات، كما ارتبطت الصحة النفسية الروحية لديهن عكسيا بعدم الرضا عن صورة الجسم.

وقد أجرى .Luna, & MacMillan, (2015) شملت جماعات عرقية مختلفة وانتهت نتائجها إلى ارتباط الروحانية عسكيا بالأعراض الاكتئابية وضعف الأداء النفسي وإيجابيا بجودة الحياة .

كما أجرت جامعة فيرجينيا، كلية طب جون هوبكينز دراسة تم فيها تحليل بيانات ٢٧.٨٧٤ من المراهقين، وتم قياس الروحانية لديهم من خلال سؤال كيف هو الدين، هل هو مهم لك؟ أرجع إلى معتقداتي الدينية عندما يكون لدي مشكلة شخصية، كما تم تقييم معدل تعاطي الكحوليات في الشهر السابق وأيضا الضغط النفسي، وقد أشارت النتائج باستخدام نمذجة المعادلة البنائية إلى ارتباط مستوى الضغط إيجابيا بتعاطي المخدرات وعكسيا بالروحانيات، كما كان للتفاعل بين إدراك الضغوط والروحانية أثر دال احصائيا في تعاطي المخدرات(Debnam et al,2018)

كما أجرى Yamada, Lukoff,Lim, Mancuso(2020) دراسة حول العلاقة بين الروحانية والصحة النفسية لدى عينة كبيرة مكونة من(2050) فردا من المتلقين لخدمات الصحة النفسية بكاليفورنيا وقد أشارت النتائج إلى أن ٨٠% من العينة قد أشاروا إلى أن الروحانية عنصر هام في صحتهم النفسية ، كما أن بعض الممارسات الروحية مثل الصلاة والتوسط، وقضاء وقت في الطبيعة وقراءة نصوص مقدسة تنبأت بصحتهم النفسية.

وفي دراسة تحليلية حديثة تناول Garssen, Visser, Pool(2021) الأثر الإيجابي طويل المدى للروحانية والدين على الصحه النفسية من خلال تحليل نتائج (٤٨)

دراسة طولية تناولت هذه المتغيرات، وقد تم التعبير عن الصحة النفسية بأربعة متغيرات فرعية؛ هي الرضا عن الحياة، التنعم، وجودة الحياة ، الضغوط، وقد أظهرت النتائج وجود أثر دال احصائيا للروحانية والأنشطة الدينية في الصحة النفسية.

كما تناول Saiz, Chen-Chen, & Mills, (2021) أثر الروحانية والتدين في الشفاء من الأمراض النفسية، إشترك في الدراسة (٧٥) من الأفراد الذين يتلقون العلاج النفسي بمدريد، وقد أظهرت النتائج أن الروحانية والتدين قد ارتبطت بالتنعم النفسي وبإدراك الدعم الاجتماعي، وأن هذين المتغيرين قد ارتبطا بدورهما بمراحل الشفاء ، كما اتضحت أهمية مشاعر الامتنان gratitude والعاطفة compassion ، والسلام الداخلي، والارتباط بالحياة في عملية الشفاء.

كما أجرى Stuhlsatz; Kavanaugh., Taylor, Neppl, & Lohman, (2021) دراسة على المسلمين بالولايات المتحدة الأمريكية لبيان أثر الروحانية على التنعم ، وقد أشارت النتائج إلى أن الاندماج الروحاني والديني عند المسلمين قد ارتبط بمسارات دالة إحصائيا بالتنعم بعد عزل أثر العمر والدخل ، كما اتضح أن أفراد العينة الذين اعتنقوا الإسلام حديثا كان لديهم معدل تنعم أقل ممن تربوا كمسلمين منذ الصغر.

ويتضح من هذه النتائج أهمية الروحانيات في علاقة الأفراد بذواتهم والآخرين والتي قد تعمل بدورها على قدرتهم على مقاومة الضغوط والتمتع بالصحة النفسية .

ثالثا :أثر التدين (المعتقدات الدينية أداء الشعائر الدينية) في إكرام الذات والآخرين والضغوط

تناولت بعض الدراسات التدين بذات معنى الروحانية واعتبرته الإيمان بوجود الله والذهاب إلى دور العبادة، بينما استخدم بعض الباحثين مصطلح التدين ليشير إلى ممارسة الشعائر الدينية من صلاة وصيام.....إلخ، وستعرض الباحثة في هذا الجزء هذه الدراسات التي تناولت المعتقدات الدينية وممارسة الشعائر الدينية وعلاقة ذلك بالذات والاخرين وإدراك الضغوط ومقاومتها وذلك لدى عينات من ديانات مختلفة.

فعلى سبيل المثال تناول Welch, Sikkink, Sartain,.& Bond (2004) العلاقة بين الالتزام الديني، الثقة بالآخر، وقد شملت العينة أفرادا منتسبين إلى طوائف دينية بروتسنانية ممن يترددون على الكنيسة، وقد أشارت النتائج إلى أن تكرار الذهاب إلى الكنيسة يرتبط بالثقة في الآخرين ودعم العلاقات الاجتماعية.

وقد اختلفت نسبيا مع النتائج السابقة دراسة قام بها Dingemans, & Van Ingen (2015) تناولت التدين والاندماج في المجتمعات الدينية، وإدارك أهمية الله في حياتنا، وباستخدام نماذج الانحدار اللوجستي متعدد المستويات تم التوصل إلى أن الاندماج في المجتمعات الدينية يعزز الثقة الاجتماعية، بينما إدارك أهمية الله في حياتنا يقلل الثقة في الاخرين.

وقد تناول Abu-Raiya, Sasson, & Cohen,(2021) العلاقة بين التدين(المشاركة في المناسبات الدينية، التكيف الديني الإيجابي، الأصولية، المعتقدات) وتقدير الذات، وقد اعتمد الباحثون على المنهج المستعرض باستخدام عينة مكونه من (451) من اليهود والمسلمين والملحدين، وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة طردية ضعيفة بين التدين وتقدير الذات لدى العينات الفرعية والعينة الكلية.

كما اختلفت الدراسات في العلاقة بين التدين والصحة النفسية ومعدلات الانتحار ومقاومة الضغوط وفقا لنوع التدين واستراتيجات التدين الإيجابي والسلبي، ويقصد باستراتيجيات التكيف الدينية الطريقة التي يتدخل بها الدين في التعامل مع الأزمات، وتنقسم إلى :

- استراتيجيات التكيف الإيجابية وتشمل محاولة البحث عن معنى للأزمة والقرب من الله لإحداث التحول.
- استراتيجيات التكيف الدينية السلبية وتشمل الاستسلام و الاعتقاد بأن الله يعاقبني؛ فبعض المتدينين يعتقدون أن التدين هو التواكل والاستسلام لمحن الحياة، وقد يصيبهم ذلك بالاكتئاب أكثر لاعتقادهم أن الله غضبان عليهم وسيعاقبهم (Winter et al, 2009)

وقد حلل Smith et al(2003) بيانات تم الحصول عليها من (١٤٧) دراسة، وشملت (98.975) فردا، وهي الدراسات التي تناولت العلاقة بين التدين والاكتئاب، وقد انتهى التحليل إلى وجود علاقة عكسية بين التدين الإيجابي(الأخذ بالأسباب) والاكتئاب، ووجود علاقة طردية إيجابية بين التدين السلبي (استراتيجيات التدين السلبية ومنها التواكل ، لوم الله على أحداث الحياة) والأعراض الاكتئابية.

وفي ذات السياق أجرى Cotton, et al (2006) دراسة طولية لمدة عامين تناولت العلاقة بين استراتيجيات التكيف الدينية، والشكوك الدينية والصحة النفسية ومعدل الوفيات لدى عينه قوامها(596) من المرضى، وقد أشارت النتائج إلى أنه بعد ضبط

المتغيرات الصحية والديموجرافية، فإن استراتيجيات التكيف الدينية، والشكوك الدينية كانت منبئا قويا بمعدل الوفيات، مما جعل الباحثين ينتهون إلى أن أنماطا معينة من التدين قد تكون خطر على حياة الإنسان.

وأكدت ذلك دراسه Fabricatore, Handal, Rubio,& Gilner(2009) التي تناولت العلاقة بين التدين والسعادة من خلال نمذجة المعادلة البنائية، وقد اشترك في الدراسة (175) طالبا بالجامعة، حيث أشارت النتائج إلى أن التدين يؤثر في السعادة وتحمل الضغوط من خلال استراتيجيات التوافق الديني الإيجابي ومنها التوافق الديني التعاوني "Collaborative religious coping ، ويكون فيه الفرد نشطا، يأخذ بالأسباب في مقابل التوافق الديني التواكلي Deferring religious" coping" والفرد فيه أكثر سلبية لأنه يلقي بمسئولية حل المشكلات على الله سبحانه وتعإلى دون أن يأخذ بالأسباب.

في ذات الإطار أشار كل من Lucchetti, et al (2013) إلى ارتباط الدين والروحانية بالسعادة والقدرة على التكيف وجودة الحياة والضغط النفسي لدي مقدمي الرعاية الصحية بالبرازيل، وباستخدام الانحدار الخطي أشارت النتائج إلى ارتباط التدين بتحسين الصحة العقلية، وجودة الحياة لدى مقدمي الرعاية، وارتبط التدين الإيجابي طرديا بالأداء الاجتماعي والصحة النفسية العامة وقلة أعراض القلق. وارتبط التدين السلبي بأرتفاع الضغط، وضعف الصحة العامة، والمزيد من أعراض القلق. والتي يمكن أن تؤثر بدورها في الصحة النفسية.

كما أجرى Pirutinsky(2014) دراسة لبيان أثر التدين في ضبط النفس وتقليل السلوك الإجرامي لدى المراهقين، وقد اشترك في الدراسة "١٣٥٤" مراهقًا، وقد أشارت النتائج إلى أن التدين قد تنبأ بانخفاض سلوك الجريمة المستقبلي لدى المراهقين وذلك من خلال متغير ضبط النفس، حيث أظهر المتدينون استراتيجات فعالة لضبط النفس.

في ذات السياق أجريت دراسةHolmes ,(2016)Kim–Spoon & , التي افترضت أن الدافع الديني سيرتبط ارتباطا موجبا مرتفعا بالسلوك المعزز للصحة، وسلبيا بسلوك المخاطرة الصحية، وذلك من خلال التنظيم الذاتي المرتفع للفرد. اشترك في الدراسة "٢٢٠" من المراهقين، وقد أشارت النتائج من خلال نمذجة المعادلة البنائية إلى ارتباط التدين بالسلوك الصحي من خلال التنظيم الذاتي كمتغير وسيط بمعني أن التدين يؤثر في الأفراد معرفيا وهو ما يؤثر في سلوكياتهم بدوره.

في دراسة طولية هامة جاءت نتائجها مثيرة للتساؤلات قامت بها جامعة كولومبيا بالتعاون مع معهد الطب النفسي بولاية نيويوك استمرت ثلاثين عاما على ثلاث أجيال للعائلات الأكثر عرضه والأقل عرضة لاضطراب الاكتئاب Major Depressive Disorder(MDD) ، وقد وجد هؤلاء الباحثون من قبل أهمية التدين والروحانية في مخطط كهربية الدماغ Electroencephalogram عند الأفراد العرضة للإصابة بالاكتئاب، وبعد ثمان سنوات تم فحص مساحة سطح بيال Pial surface area وأيضا تطبيق مقياس تقرير ذاتي في نفس وقت عمل رسم المخ والرنين المغناطيسي، اشترك في الدراسة (106) من الأبناء الذين هم عرضه للاكتئاب، وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق في سمك القشرة المخية بين المتدينين في مقابل الأقل تدينا لصالح المتدينين ،كما كان للمتدينين قشرة أمامية رقيقة Superior Frontal Cortices وتشير هذه النتائج إلى أن الروحانية والتدين يحدثان تغيرات في قشرة المخ Changes Cortical لدى الأفراد العرضه للاكتئاب .(Anderson et al, 2017)

كما أجرى Carrol et al(2020) دراسة تناولت استراتيجيات التكيف الدينية والسلوك الانتحاري لدى الجنود العائدين من حرب العراق وأفغانستان حيث تم مسح (201) جنديا، وقياس استراتيجيات التكيف الإيجابية والسلبية واختبار السلوك الانتحاري، وقد أظهر تحليل الانحدار علاقة سلبية بين استراتيجيات التكيف الإيجابية وتهديد الانتحار واحتماليته في المستقبل، بينما ارتبطت استراتيجيات التدين السلبية إيجابيا بقوة بسلوكيات الانتحار الماضية والاحتمالية المستقبلية.

وفي دراسة حديثة قام بها Dadfar, Lester, Turan, Beshai, Unterrainer(2020) هدفت إلى مقارنة التنعم الروحي والديني religious spiritual well being لدى ثلاث عينات مسلمة (راشدين–طلاب جامعة–مرضى نفسيين) اشترك في الدراسة (561) مسلما، وقد أشارت النتائج إلى أن الفئة المريضة نفسيا كان لديها أقل متوسط في درجات التدين والأمل.

وفي سلطنة عمان تناولت المصلحية والخواجة (٢٠٢١) العلاقة بين التدين والصحة النفسية لدى الإخصائيين الاجتماعيين، تكونت العينة من "١٥١" إخصائيا من العاملين

بمدارس محافظة مسقط ، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين التدين الجوهري والصحة النفسية وارتباط سلبي بين التدين الظاهري والصحة النفسية.

وهكذا يتضح أن الدراسات قد اختلفت في أثر التدين في تقدير الآخر والذات والأداء النفسي والصحة النفسية للأفراد بل إن بعضها قد أشار إلى أثر سلبي للتدين على العلاقات والصحة النفسية، وعلى الرغم من أن هذه العبارة قد تبدو غير منطقية، لكن المشكلة قد تكون في إدراك الفرد للتدين؛ فمثلا قد يعتقد بعض الأفراد أنه من التدين هو كراهية الآخر المختلف عنهم في الدين أو في رفض التغيير بالاضافة إلى مشاعر الذنب التي قد يعيشها بعض المتدينين بسبب اعتقادهم أن الله غضبان عليهم، وستتناول الباحثة في ما يلي كيف ترتبط ممارسة الشعائر الدينية بالعلاقات بالذات والآخرين ويتحمل الضغوط في العديد من الديانات.

١.الصلاة:

أشار Fincham, et al(2010) إلى أنه من(٦٨.٠٨ إلى ٨٨.٧٤) % من سكان العالم يعتنقون ديانة ومن أهم مظاهر ذلك الصلاة، وقد أظهر مسح بالولايات المتحدة عام (2008) أن ٩٠% من العينة يصلون حتى ولو على فترات، وقد أشارت نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة بين الصلاة وبعض المتغيرات النفسية إلى أهمية الصلاة في الصحة النفسية وتحمل الضغوط والعلاقات الاجتماعية والالتزام في العلاقات، وفي ضوء ذلك أجرى الباحثون ثلاث دراسات لأثر الصلاة في العلاقات بشريك الحياة، وقد شملت الدراسة الأولى(٣٧٥) من طلبة الجامعة، تراوحت أعمارهم بين (١٧–٢٩)، وأشارت نتائجها إلى أن الصلاة من أجل الشريك تنبأت بمستويات أقل من السلوك الرومانسي المنحرف خلال فترة ست أسابيع، وفي الدراسة الثانية التي شملت (٨٣) من طلبة الجامعة تراوحت اعمارهم بين ١٨–٣٤ وقد تم استخدام تصميم تجريبي فيها بحيث طلب من المجموعة التجريبية الصلاة للشريك بينما المجموعة الضابطة انخرطت في مناقشة أفكار إيجابية حول شريك العلاقة، وقد أشارت النتائج إلى أن الصلاة قد أثرت إيجابيا في خفض معدل الخيانة الزوجية من خلال إدراك العلاقة الزوجية على أنها مقدسة، وفي الدراسة الثالثة والتي شملت (٢٣) زوجا متوسط أعمارهم بين (١٨–٣٢)، تناولت العلاقة بين الصلاة من أجل الشريك والالتزام بالعلاقة الزوجية، وأشارت إلى أن الصلاة ترتبط طرديا بالالتزام بالعلاقة.

كما أجرى Olver(2012) دراسة لتحديد أثر صلاة الشفاعة Prayers Intercessory على التنعم الروحي Spiritual wellbeing في علاج مرضى السرطان على مدى ستة شهور علاج، تكونت العينة من (1000) من مرضى السرطان باستراليا، متوسط اعمارهم (٦١) عاما، وكانت الصلاة جزءا من خطة العلاج، وقد أشارت النتائج إلى تحسن مستمر في التنعم الروحي والانفعالي والوظيفي لدى عينة الدراسة.

كما فحصت دراسة Pajević et al (2017) العلاقة بين صلاة المسلمين والصحه النفسية للجنود الذين اشتركوا في حرب البوسنة، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعة تصلي ومجموعة لا تصلي والمقارنة بينهم في بعض المقاييس المزاجية، وقد أتضح أن درجات المجموعة المصلية أقل في الأعراض الاكتئابية والعصابية والعدوان وأعلى في تقبل الذات من المجموعة الثانية التي لم تكن تصلي.

كما قام Bradshaw, & Kent (2018) بتحليل بيانات عينة مكونة من (١٠٢٤) من الراشدين الأقباط، وقد تم قياس العلاقة بالله وتكرارية الصلاة لديهم من خلال سؤال كم تصلي في اليوم، ثم تم تقييم الصحة النفسية والتنعم وتقدير الذات والتفاؤل والرضا عن الحياة مرتين في العام على مدى سنوات ثلاث، وقد أظهرت نتائج تحليل الانحدار أن الصلاة قد تنبأت بالعلاقة بالله، كما تفاعلت الصلاة مع العلاقة بالله في التنبؤ بتقدير الذات والتفاؤل والرضا عن الحياة. ويتضح من هذه الدراسات الأثر الإيجابي للصلاة في تقدير الذات والعلاقة بالآخرين وأيضا في الصحة النفسية والتنعم الروحي.

٢. الصيام

تناول Sholeh (2003) العلاقة بين صيام التطوع عند المسلمين والذكاء الوجداني حيث قام بفحص أثر صيام يومي الاثنين والخميس في الذكاء الوجداني لدى طلاب المرحلة الثانوية بأندونسيا، وهي بلاد تغلب على التعليم فيها القيم الأكاديمية دون الروحية، وقد أشارت النتائج إلى أن الصيام قد ارتبط طرديا بالذكاء الوجداني.

كما أجرى Akuchekian, Ebrahimi &Alvandian(2004) دراسة هدفت إلى بيان أثر صيام شهر رمضان على استراتيجيات مواجهة الضغوط، وقد اشترك في الدراسة (100)من طلاب كلية الطب بإيران، وقد تم قياس مواجهة الضغوط قبل وبعد صيام الشهر، وقد أشارت النتائج إلى انخفاض معدل استخدام استراتيجيات مواجة الضغوط غير الجيدة في

التطبيق البعدى بعد صيام الشهر،حيث كان استخدام الخرافات والتفكير بالتمني في التعامل مع الأدوية أقل بعد شهر رمضان، وبالتالي فإن الدراسة أظهرت أن صيام رمضان (سلوك ديني) هو أيضا استراتيجية إيجابية في مواجهة الضغوط.

في ذات السياق أجرى Javanbakht , Ziaei , Homam, & Rahnama(2009) دراسة هدفت إلى توضيح آثار صيام رمضان على النفس و الصحة العقلية للشباب، اشترك في الدراسة (60) من طلبة كلية الطب الصائمين في رمضان، وقد أظهرت النتائج أن الصيام قد أثر إيجابيا في احترام الذات، وانخفاض الاكتئاب، والذهان، والقلق ، والهوس ،والحساسية الشخصية ، والعداء.

. في ذات السياق تناولت دراسة .Amirfakhraei, & Alinaghizadeh, (2012) أثر الصلاة والصيام على صحة الطلاب النفسية المقيدين في إحدى الجامعات بإيران، وقد اشترك في الدراسة (200) من طلاب الجامعة المسلمين، وقد تم تطبيق مقياس للصحة النفسية قبل رمضان بأسبوعين ثم أعيد تطبيق المقياس بعد رمضان بأسبوعين، وقد أشارت النتائج إلى ارتفاع درجات الصحة النفسية لدى المجموعة التي أتمت صيام الشهر حتى وإن كان بغرض التسلية مقارنة بمن لم يصوموا ، كما أشارت النتائج إلى ارتباط المداومة على الصلاة بالصحة النفسية للأفراد.

كما تناول Gilavand&Fatahiasl(2018) أثر الصيام على الصحة النفسية لطلاب الجامعة بإيران وذلك من خلال تحليل نتائج الدراسات التي تناولت هذا الأثر في قواعد بيانات (SID, MAGIRAN, PubMed, Scopus and Web of Science) وعددها (١١) دراسة ، وقد اظهر التحليل ارتباط الصيام بالصحة النفسية وبانخفاض الأعراض الاكتئابية والقلق.

كما درس مهلاوي(٢٠١٣)، أثر إرشاد لاعبي الكرة الصائمين بالجزائر في خفض السلوك العدواني لديهم، وقد تكونت العينة من (١٠) من المدربين والذين طبقوا استبيان لمتغيرات الدراسة، وأشارت النتائج إلى أهمية الصيام في التحضير النفسي للاعبين وفي خفض السلوك العنف الرياضي.

٣.الصدقات:

تناولت بعض الدراسات أثر الصدقات على الأداء النفسي فمثلا Wiedebusch et al(2009) تناول أثر التبرع بالكلية على الصحة النفسية، وقد اشترك في الدراسة (161) من المتبرعين بالكلى تتراوح اعمارهم بين(٣٢– ٨٠) عاما، وقد تم تطبيق استبيانات حول جودة الحياة، التكيف،الصحه النفسية، ومدى استعدادهم للتبرع مرة ثانية، وقد أظهرت النتائج أن (96.1%) من الأفراد كان لديهم الاستعداد للتبرع مره ثانية، وإن كان ٢٥% منهم قد أظهروا أعراضا اكتئابية وقلقا.

كما تناولت بعض الدراسات أثر التبرع بالمال والوقت في الصحة النفسية للأفراد، وقد اشترك في الدراسة عينه من الأفراد في العقد السادس والذين ساهموا في أعمال خيرية في السنوات التسعه السابقة، وقد أشارت النتائج أن التبرع بالمال قد تنبأ بالصحة النفسية لدى العينة بعد تسع سنوات.(Choi&Kim,2011)

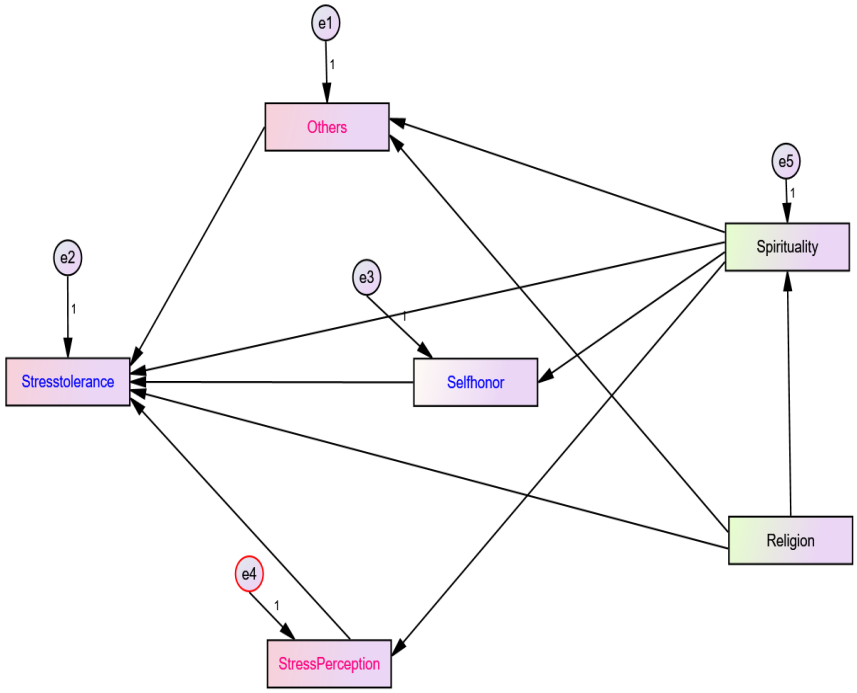
في ذات السياق تناول . Dew, Butt, Liu, Simpson, Zee, Ladner, & DiMartini, (2018).العلاقة بين التبرع بالكبد والصحة النفسية بعد مرور سنوات، وقد شملت العينة متبرعي بالكبد في الفترة من ٣ إلى ١٠ سنوات الأخيرة، وعددهم (517)، وقد تم إجراء مقابلات متكررة على مدى عامين، وقد ارتبط التبرع بالكبد بمعدلات مرتفعة من الإصابة بالاكتئاب وتغيرات مزاجية، وقلق وشرب الكحوليات.

ويتضح من الدراسات السابقة أنه على الرغم من الأثر الإيجابي للتبرع بالمال، هناك أثر سلبي للتبرع بأعضاء الجسم.

فروض البحث:

يتضح من مناقشة أدبيات الدراسة أن الدراسات قد اختلفت بشأن تكوين الروحانية والتدين؛ فبعض الباحثين قد اعتبرهما تكوينا واحدا بينما رأى البعض الآخر أنهما تكوينان منفصلان، وأن هناك روحانية بدون ديانة وديانة بدون روحانية، كما اختلفت الدراسات في الطريقة التي تؤثر بها الروحانية والتدين في المتغيرات النفسية، والعلاقات الاجتماعية، وقد أشارت بعض الدراسات بوجود علاقات طردية بين الروحانية والتدين وتقدير الذات والآخرين والتكيف، وتحمل الضغوط والصحة النفسية.وفي ضوء ذلك صاغت الباحثة النموجين القياسيين الآتيين:

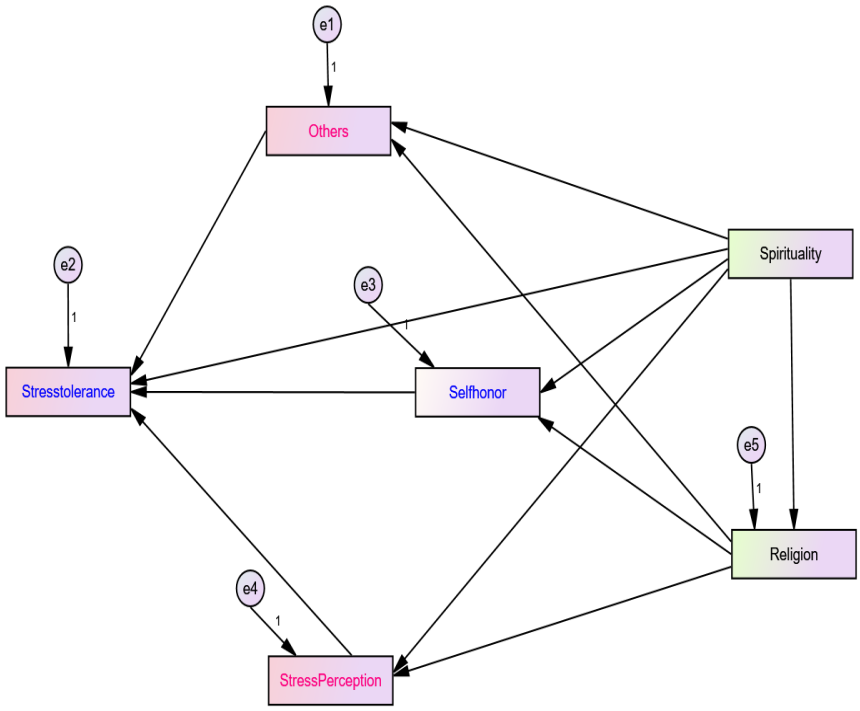
النموذج الأول: افترضت الباحثة أن التدين هو متغير خارجي يؤثر في الروحانية، والتي هي متغير وسيط ببن التدين وبين إكرام الذات، وتقدير الآخرين وادراك الضغوط ومقاومتها بالإضافة إلى الأثر المباشر للتدين في تقدير الآخرين، وتحمل الضغوط، كما افترضت الباحثة أن إكرام الذات وتقدير الآخرين هي تتوسط العلاقة بين التدين ومقاومة الضغوط، ويلخص شكل(١) النموذج الأول المفترض.



شكل(١) النموذج البنائي المفترض الأول

النموذ الثاني: افترضت الباحثة أن الروحانية هي الأساس الذي يؤثر فى ممارسة الفرد لشعائر دينه؛ لذا افترضت أن الروحانية متغير خارجي يؤثر بمسار مباشر في التدين، والذي يؤثر بدوره في متغيرات الدراسة، كما افترضت الباحثة أن الروحانية ستؤثر بمسار مباشر في إكرام الذات وتقدير الآخرين، ومقاومة الضغوط.

ويلخص شكل(٢) النموذج المقترح الثاني لمتغيرات الدراسة.



شكل (٢)
النموذج البنائي المفترض الثاني

وتفترض الباحثة أن النموذج الأفضل سيتميز بما يأتي:

(١) وجود ملاءمة إحصائية بين النموذج المقترح للعلاقات السببية بين متغيرات الدراسة والبيانات الفعلية لعينة الدراسة من الطلاب المعلمين كما تعكسها مؤشرات الملائمة الإحصائية.

(٢) وجود تأثيرات مباشرة موجبة دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 لبعض المتغيرات التي تعمل كمتغيرات خارجية Exogenous Variables، والمتغيرات التي تعمل كمتغيرات داخلية Endogenous Variables في النموذج البنائي السببي المقترح لمتغيرات الدراسة.

(٣) وجود تأثيرات وسيطة غير مباشرة موجبة دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 لبعض المتغيرات التي تعمل كمتغيرات خارجية، والمتغيرات التي تعمل كمتغيرات داخلية من خلال متغيرات وسيطة

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي (نمذجة المعادلة البنائية) لدراسة العلاقات بين متغيرات البحث وهي الروحانية، التدين، إكريم الذات، تقدير الآخرين، وإدراك العجز من الضغوط ومقاومتها، وذلك لمناسبتها لهدف الدراسة الخاص بتحديد العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات البحث.

العينة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب كلية التربية جامعة التقنية والعلوم التطبيقة بسلطنة عمان–الفرقة الثالثة والرابعة في العام الجامعي ٢٠٢٠–٢٠٢١، وعددهم (٢٤٣)، وقد تم إرسال المقاييس في البداية إلى جميع الطلاب إليكترونيا، وقد اشترك في الدراسة الاستطلاعية (٩٠) طالبا (٦٠ ذكور–٣٠ إناث) بمتوسط عمر (١٩.٩) وانحراف معياري مقداره(١.٣) ،لكن أكمل منهم المقاييس (٩٠) طالبا فقط، كما اشترك في البحث الأساسي (٩١) واستبعد منهم خمس طلاب لتطرف قيم نتائجهم(outiers) وبالتالي فقد أجرت الباحثة التحليل النهائي على عدد (٨٦) طالبا (٥٥ ذكور، ٣١ الإناث)، بمتوسط عمر (٢٠.٢) وانحراف معياري (101).

أدوات البحث:

لتحقيق أهداف البحث أعدت الباحثة مجموعة من المقاييس التي تقيس الروحانية، التدين، إكرام الذات، تقدير الآخرين، الضغوط المدركة وذلك في ضوء التعريفات الإجرائية لها.

أولا: مقياس الروحانية:

قامت الباحثة ببناء مقياس للروحانية من خلال الخطوات الآتية

- **مراجعة تعريفات الروحانية والتمييز بينها وبين التدين، وصياغة تعريف إجرائي للروحانية على أنها إدراك الانسان لوجود الله وبحثه عن معنى لحياته، ولأحداث الحياة والطمأنينة، والسلام النفسي، والحب المطلق، والتسليم بأمر الله والرضا بأحداث الحياة.**
- **مراجعة بعض المقاييس المرجعية التي تناولت قياس هذه المتغيرات، ومنها مقياس Delaney (2005) ويتكون من (٢٢) مفردة ، ومن عباراته "أجد معنى لخبرات حياتي"، "لدي هدف في الحياة"، "أرى القدسية في أحداث الحياة"، وأحترم الطبيعة ، وأحاول التوصل لروحي الداخلية، أؤمن بوجود قوة عظيمة تدير هذا الكون، و مقياس**

Hodge(2003) ويتكون من ست عبارات مثل أهم شيء في حياتي أن أنمي روحانيتي، تؤثر معتقداتي الروحانية على قراراتي، ومقياس معنى الحياة (الجهني،٢٠١٤) ويشمل أبعاد القبول والرضا، والهدف من الحياة ،والمسئولية، والتسامي بالذات

(أ) وصف المقياس:

تكون مقياس الروحانية في صورته الأولية من (15) عبارة إيجابية يتم الإجابة عنها من خلال مقياس ليكرت الخماسي (5–4–3–2–1) تقيس المعنى، والهدف والتأمل في الحياة والعلاقة بالله، والطمأنينة، والقوة والسلام الداخلي، والرضا.

(ب) الخصائص السيكومترية لمقياس الروحانية

قامت الباحثة بدراسة الخصائص السيكومترية للمقياس على عينة مكونة من (٩٠) من طلاب الجامعة وذلك كما يأتي : –

(١) صدق المقياس:

(١–أ) صدق المحكمين: تم عرض المقياس في صورته الأولية على عدد (٧) من المحكمين من المتخصصين في التربية وعلم النفس والتربية الإسلامية، وقد أشاروا بحذف بعض العبارات الشفافة مثل "أومن بوجود الله"، والغامضة مثل "أنسجم مع الطبيعة"، وقد أسفر هذا الإجراء عن حذف خمس مفردات.

(١–ب). صدق المفردات: نظرا لأن المقياس جديد في الأبحاث العربية فكانت هناك ضرورة لبحث صدق مفرداته، وقد تم ذلك من خلال حساب ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس بعد حذف قيمة هذه المفردة لدى العينة ككل تمهيدا لإجراء التحليل العاملي الاستكشافي، ويوضح جدول(١) قيم معاملات الارتباط ودلالتها الإحصائية.

جدول(١)

معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية لمقياس الروحانية ن=(٩٠)

م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس	م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس
١	.593	٦	.695
٢	.483	٧	.585
٣	.630	٨	.438
٤	.693	٩	.780
٥	.408	١٠	.622

يتضح من جدول (١) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى أقل من (٠.٠١)

(١–ج) الصدق العاملي(الاستكشافي)

أجرت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية مع تدوير المحاور بطريقة الفاريماكس، كما استخدمت محك الواحد الصحيح للجذر الكامن لقبول العامل، وقيمة 0.3 كمحك للتشبع لضمان نقاء العوامل، وذلك بعد التأكد من مصفوفة Anti–image وأن قيم قطرها أكبر من ٠.٥ ، وكذلك معاملات الشيوع، وقد أظهر التحليل أن المقياس يتكون من عاملين يفسران ٦٦.٤% من تباين الدرجات ، وبلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الأول(قبل التدوير ٤.٧٧ ، بعد التدوير ٤) وقد فسر ٤٠% من تباين الدرجات، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الثاني(قبل التدوير 1.87 ، وبعد التدوير ٢.٦) ، وفسر ٢٦.٣٩% من تباين الدرجات، ويوضح جدول(٢) المفردات المشبعة على كل عامل وقيم تشبعها.

جدول (٢)
المفردات المشبعة على عاملي مقياس الروحانية

م	البند	العوامل	
		معنى الحياة الجذر الكامن-٤.٧٧ فسر ٤٠% من تباين الدرجات	السلام والطمأنينة الجذر الكامن=١.٨٧ فسر ٢٦.٣٩% من تباين الدرجات
1	حياتي لها معنى	.849	
٢	دائما ما أتأمل أحداث الحياة التي أمر بها	.819	
3	علاقتي بالله قوية	.700	
4	أشعر أن الله يحبني		.349
5	أشعر بسلام داخلي		.870
6	أرى أن كل ما يحدث لي هو خير حتى وأن تعارض مع ما أريد	.662	
7	عندما أمر بظروف صعبه أكون متيقنا ان الأمور ستسير على ما يرام	.575	
8	أشعر أن الله راض عني		.757
9	قربي من الله يشعرني بالقوة	.883	
10	أشعر بطمأنينة النفس		٠.88

ويتضح من جدول(٢) أن العامل الأول تشبعت عليه (٦) عبارات وهي العبارات التي تدل على البحث والتأمل في أحداث الحياة، وقد أطلقت عليه الباحثة معنى الحياة، بينما تشبعت (٤) عبارات على العامل الثاني وهي العبارات التي تقيس الشعور بالسلام وحب الله والطمأنينة، وقد أطلقت عليه الباحثة السلام والطمأنينة، وهكذا أصبح المقياس يتكون في صورته النهائية من عشرة عبارات إيجابية ويصحح من خلال جمع الدرجة الكلية للمفردات.

٢. ثبات مقياس الروحانية

(٢–أ) ثبات ألفا : في ضوء ما أسفر عنه التحليل العاملي من وجود عاملين لمقياس الروحانية، اعتبرت الباحثة أن المقياس يتكون من مقايسين فرعيين، وقامت الباحثة بحساب قيمة ألفا لكل مقياس فرعي، وذلك لتحقيق أهم شرط في استخدام ثبات ألفا وهي أحادية البعد في المقياس الفرعي، وقد بلغت قيمة ألفا للمقياس الفرعي معنى الحياة(٠.٨٦٣)، كما بلغت قيمة ثبات ألفا للمقياس الفرعي الطمأنينة (٠.٧٩٧).

ثانيا: مقياس التدين:

أظهرت مراجعة أدبيات البحث أن التدين يشير إلى الانتماء لديانة والذهاب لأداء مناسك هذه الديانة في أماكن محددة، واختلفت هذه المناسك باختلاف الديانة، لكن اشتركت جميع الديانات في الصلاة والصيام والصدقات، في ضوء ذلك وضعت الباحثة مقياسا يقيس التدين لدى المسلمين من خلال العبادات كالصلاة والصيام والصدقات وقراءة القران وحفظه والذهاب إلى المساجد.

(أ)وصف المقياس: تكون المقياس في صورتة المبدئية من (١٣) مفردة تقيس آداء الطلاب لمناسك ديانتهم الأساسية وكذلك التطوعية وهي الصلاة المفروضة والنوافل وصيام رمضان وبعض النوافل، والصدقات، وقراءة القرآءن وحفظه وارتياد أماكن العبادة.

(ب) الخصائص السيكومترية لمقياس التدين.

(١)صدق المقياس:

(١–أ) صدق المحكمين : تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على مجموعة من المحكمين في التربية وعلم النفس والتربية الإسلامية، وقد قامت الباحثة بالتعديلات التي أشاروا إليها وهي الفصل بين المفردات التي تقيس الفروض مثل أصلى الفروض الخمس، والعبارات التي تقيس النوافل مثل أصلى بعض النوافل، كما أشار المحكمون بتعديل مفردة

الحرص على الصلاة في المسجد لأنها ليست إلزامية للنساء، ولذا تم تعديلها إلى "أفضل الذهاب إلى المسجد بدلا من "أحرص على الصلاة في المسجد "، وقد تم حذف ثلاث مفردات وفقا لما رآه المحكمون، وهي المفردات التي تقيس مناسك الحج.

(١–ب)صدق المفردات: نظرا لأن المقياس جديد في الأبحاث العربية فكانت هناك ضرورة لبحث صدق مفرداته، وقدرتها التمييزية للخاصية المقاسة، وقد تم ذلك من خلال حساب ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس بعد حذف قيمة هذه المفردة لدى العينة ، ويوضح جدول(٣) قيم معاملات الارتباط ودلالتها الإحصائية.

جدول(٣)

معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية لمقياس التدين(٩٠)

م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس	م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس
١	.363	٦	.481
٢	.635	7	.308
٣	.354	٨	.290
٤	.518	٩	.536
٥	.553	١٠	.594

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى أقل من (٠.٠١) .

(١–ج)الصدق العاملي(الاستكشافي)

أجرت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية مع تدوير المحاور بطريقة الفاريماكس، كما استخدمت محك الواحد الصحيح للجذر الكامن لقبول العامل، وقيمة 0.3 كمحك للتشبع لضمان نقاء العوامل، وذلك بعد التأكد من مصفوفة Anti–image وأن قيم قطرها أكبر من ٠.٥ ، وكذلك معاملات الشيوع، وقد أظهر التحليل أن المقياس يتكون من عاملين يفسران ٥١.٦% من تباين الدرجات، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الأول (قبل التدوير ٣.٦٤ ،بعد التدوير ٢.٨٩)، وقد فسر ٢٨.٩% من تباين الدرجات، وبلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الثاني (قبل التدوير ١.٥، بعد التدوير ٢.٢٦)،

وقد فسر ٢٢.٦% من تباين الدرجات، ويوضح جدول(4) المفردات المشبعة على كل عامل وقيم تشبعها.

جدول (4)
المفردات المشبعة على عاملي مقياس التدين(ن=٩٠)

م	مفردات مقياس التدين	العوامل	
		-أداء الفروض الجذر الكامن= ٣.٦٤ يفسر ٢٨.٩% من تباين الدرجات	التطوع الجذر الكامن=١.٥ يفسر٢٢.٦ % من تباين الدرجات
1	أتصدق على الفقراء		.482
٢	أعتقد أني ملتزم دينيا	.552	
3	أصوم رمضان	.821	
4	أصلي النوافل بعد الصلوات المفروضة	.643	
5	أواظب على الصلاة في أوقاتها	.732	
6	أصوم النوافل خارج شهر رمضان		.737
7	أصلي قيام الليل		.848
8	أفضل الصلاة في المسجد لو أتيحت الفرصة	.424	
9	أقرأ القراءن	.634	
10	أحفظ ما تيسر من القراءن		.481

يتضح من الجدول أن العامل الأول تشبعت عليه (٦) عبارات وهي العبارات التي تدل على أداء المناسك المفروضة وهي الصلاة وصيام رمضان وقراءة القراءن، وأطلقت عليه الباحثة آداء الفروض، بينما تشبعت (٤) عبارات على العامل الثاني وهي التي تقيس المناسك التطوعية مثل الصدقات وقيام الليل وأطلقت علىه الباحثة آداء النوافل.

(١)ثبات المقياس

(٢-أ) ثبات ألفا

في ضوء ما أسفر عنه التحليل العاملي من وجود عاملين لمقياس التدين، اعتبرت الباحثة أن المقياس يتكون من مقايسين فرعيين وهما مقياس أداء الفروض ومقياس التطوع، وقامت الباحثة بحساب قيمة ألفا لكل مقياس فرعي، وذلك لتحقيق أهم شرط في

استخدام ثبات ألفا وهي أحادية البعد في المقياس الفرعي، وقد بلغت قيمة ألفا للمقياس الفرعي أداء الفروض(٠.٧٣)، كما بلغت قيمة ثبات ألفا للمقياس الفرعي التطوع (٠.٦٥). وهي قيم مقبولة في ضوء انخفاض عدد بنود المقاييس الفرعية.

ثالثا:.مقياس إكرام الذات:

قامت الباحثة ببناء مقياس لإكرام الذات في ضوء التعريف الإجرائي للمتغير على أنه تثمين قيمة الذات، والاعتزاز بها وبالرأي الشخصي .، والسعي لإرضاء الذات والتسامح تجاه أخطائها والعيش وفقا للتوقعات الفردية وليس وفقا لتوقعات الآخرين، وقد راجعت الباحثة بعض طرق قياس إكرام الذات في الدراسات، وقد استخدم التحليل الكيفي للمقابلة في بعض الدراسات لعبارات مثل "أتقبل اخطائي"، كما اطلعت الباحثة على مقياس Daily Rating of Self Honoring Choices لقياس إكرام الذات من خلال مقياس به عشرة مستويات تتدرج من اللاإكرام ممثلا في فقرة" اختياراتي لا تعكس ما أريد بل ما يريده الآخرون ليحبوني، أشعر بالوحده وبعدم الانتماء، هذا ما استحقه ولن يتغير شيء في مقابل أعلى مستويات الإكرام مثل "أنا كل كامل، تعكس اختياراتي حبي ورعايتي لذاتي، أنا ممتليء بالحماس، أنا سعيد بكوني أنا"

(أ)وصف المقياس:

تكون مقياس إكرام الذات في صورته المبدئية من (١٥) مفردة يتم الإجابة عنها من خلال مقياس ليكرت خماسي.

(ب) الخصائص السيكومترية لمقياس إكرام الذات:

(1)صدق المقياس

(1–أ) صدق المحكمين: قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين في علم النفس والتربية، وقد أشاروا بحذف خمس عبارات وهي "أنا أنسان رائع"، "أنا انسان كامل"، وعبارة "أنا دائما على حق"، حيث أشاروا أنها تتضمن تضخيم للذات وليس إكراما لها، كما أشاروا بحذف عبارة "أشارك انفعالاتي بصدق مع الآخرين" بسهولة ورأوا أنها مشبعة بالذكاء الوجداني، وأيضا أشاروا بحذف عبارة "لا أهتم بتوقعات الآخرين".

(١–ب) صدق المفردات: نظرا لأن المقياس جديد في الأبحاث العربية فكانت هناك ضرورة لبحث صدق مفرداته، وقد تم ذلك من خلال حساب ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية

للمقياس بعد حذف قيمة هذه المفردة لدى العينة ككل تمهيدا لإجراء التحليل العاملي الاستكشافي، ويوضح جدول(٥) قيم معاملات الارتباط ودلالتها الإحصائية.

جدول(5)

معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية لمقياس إكرام الذات=(٩٠)

م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس	م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس
١	.411	٦	.526
٢	.192	٧	.719
٣	.557	٨	.700
٤	.700	٩	.727
٥	.637	١٠	.718

يتضح من جدول(5) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى أقل من (٠.٠١) ما عدا المفردة الثانية وتنص على"رأيي صواب وإن اختلف مع الآخرين" ولذا قامت الباحثة بحذفها خاصة أنها ربما تقيس تضخم الذات.

(١–ج) الصدق العاملي(الاستكشافي)

أجرت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية مع تدوير المحاور بطريقة الفاريمكس، كما استخدمت محك الواحد الصحيح للجذر الكامن لقبول العامل، وقيمة 0.3 كمحك للتشبع لضمان نقاء العوامل، وذلك بعد التأكد من مصفوفة Anti–image وأن قيم قطرها أكبر من ٠.٥ ، وكذلك معاملات الشيوع، وقد أظهر التحليل أن المقياس يتكون من عاملين يفسران ٦٥.٣٤% بلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الأول(٤.٨٤ قبل التدوير ، 2.96 بعد التدوير) ,وقد فسر ٣٢.٩% من تباين الدرجات ،وبلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الثاني (١.٠٣٣ قبل التدوير ، ٢.٩ بعد التدوير) وقد فسر بعد التدوير ٣٢.٤ % من تباين الدرجات ويوضح جدول(٦) المفردات المشبعة على كل عامل وقيم تشبعها.

جدول (6)
المفردات المشبعة على عاملي مقياس إكرام الذات(ن=٩٠)

م	البند	العوامل	
		الاعتزاز بالذات الجذر الكامن=٤.٨٤ يفسر 32.9% من تباين الدرجات	قبول الذات الجذر الكامن ١.٠٣٣ يفسر ٣٢.٤% من تباين الدرجات
1	أفعل ما اعتقد أنه صواب حتى وان خالف الآخرين	.743	
3	أنا أسامح نفسي على اخطائها		.815
4	أحب نفسي كما هي		.767
5	أتقبل نفسي بكل أخطائها		.833
6	أعبر عن افكاري ومشاعري دون خوف	.571	
7	أثق في قدراتي	.666	.
8	أستطيع أنجاز الأهداف التي اضعها لنفسي	.737	.
9	لا استسلم وان واجهتني صعوبات	.660	
10	لا ايأس وأت مررت بكرب		.435

ويتضح من الجدول أن العامل الأول تشبعت عليه (٥) عبارات وهي العبارات التي تدل على الثقة في الذات والاعتزاز بها وقد أطلقت عليه الباحثة الاعتزاز بالذات، بينما تشبعت (٤) عبارات على العامل الثاني وهي العبارات التي تقيس الشعور بالتسامح تجاه الذات وأخطائها وقد أطلقت عليه الباحثة قبول الذات وهكذا صار المقياس يتكون في صورته النهائية من (٩) مفردات بعد حذف المفردة رقم (٢).

(٢) ثبات المقياس:

(٢–أ) ثبات ألفا : في ضوء ما أسفر عنه التحليل العاملي من وجود عاملين لمقياس إكرام الذات وهما الاعتزاز بالذات وقبول الذات، اعتبرت الباحثة أن المقياس يتكون من مقياسين فرعيين، وقامت الباحثة بحساب قيمة ألفا لكل مقياس فرعي، وذلك لتحقيق أهم شرط في استخدام ثبات ألفا وهي أحادية البعد في المقياس، وقد بلغت قيمة الفا للمقياس الفرعي

الاعتزاز بالذات(٠.٧٩) ،وبلغت قيمة معامل ألفا لمقياس قبول الذات (٠.٨٢) .ومكذا صار المقياس يتكون في صورته النهائية من تسع مفردات.

رابعا :مقياس تقديرالآخرين:

تعرف الباحثة تقدير الآخرين على أنه الإعجاب بالآخرين وبآرائهم وإظهار الاحترام لهم، والحفاظ على العلاقات الاجتماعية، والتماس الاعذار، والتسامح تجاههم، ومحاولة إرضائهم والعيش وفقا لتوقعات الآخرين.

(أ)وصف المقياس: تكون المقياس في صورته الأولية من (١٥) مفردة تقيس الاهتمام برأي الناس وبالحفاظ على العلاقات الاجتماعية معهم، والمشاركة الاجتماعية والتسامح مع أخطائهم.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

(١)صدق المقياس:

(١–أ) صدق المحكمين: تم عرض المقياس في صورته الأولية على عدد سبعة من المحكمين المتخصصين في التربية وعلم النفس التربوي، وقد أشاروا بحذف بعض المفردات مثل " أنشغل بشؤؤن الآخرين"، "أتحمل أذى الآخرين، "أهم شيء لدي هو رأي الناس"، "يجب أن أرضي الناس".

(١–ب) صدق المفردات:

نظرا لأن المقياس جديد في الأبحاث العربية فكانت هناك ضرورة لبحث صدق مفرداته وقدرتها التمييزية، وقد تم ذلك من خلال حساب ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس بعد حذف قيمة هذه المفردة لدى العينة ككل وذلك لتحديد المفردات غير المتسقة، ويوضح جدول(٧) قيم معاملات الارتباط ودلالتها الإحصائية.

جدول(٧)
معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية لمقياس تقدير الآخرين ن=(٩٠)

م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس	م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس
١	.485	٦	.477
٢	.553	٧	.450
٣	.353	٨	.469
٤	.579	٩	.493
٥	.482	١٠	.431
		١١	.442

يتضح من جدول(٧)أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى أقل من (٠.٠١).

(٢–ج) الصدق العاملي(الاستكشافي)

أجرت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية مع تدوير المحاور بطريقة الفاريماكس، كما استخدمت محك الواحد الصحيح للجذر الكامن لقبول العامل، وقيمة 0.3 كمحك للتشبع لضمان نقاء العوامل، وذلك بعد التأكد من مصفوفة Anti–image وأن قيم قطرها أكبر من ٠.٥ ، وكذلك معاملات الشيوع ، أظهر التحليل أن المقياس يتكون من عاملين يفسران ٥٢% بلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الأول(٣.٨ قبل التدوير ، ٢.٩ بعد التدوير) وفسر٢٦.٩% من تباين الدرجات وبلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الثاني(١.٨٧ قبل التدوير ، ٢.٧٧ بعد التدوير) وقد فسر بعد التدوير ٢٥.٤% من تباين الدرجات ويوضح جدول(8) المفردات المشبعة على كل عامل وقيم تشبعها.

جدول (8)
المفردات المشبعة على عاملي مقياس تقدير الآخرين

م	البند	العوامل	
		تقدير العلاقات الاجتماعية الجذر الكامن=٣.٨ وفسر ٢٦.٤% من تباين الدرجات	احترام آراء الآخرين الجذر الكامن=١.٨٧ فسر ٢٥.٤% من تباين الدرجات
1	أهتم بصورتي عند الناس		.455
٢	أتسامح مع أخطاء الاخرين	.761	
3	علاقاتي الاجتماعية جيدة	.748	
4	أري أن العلاقات الاجتماعية مهمة	.766	
5	أقلق من أن لا يتقبلني الاخرين		.767
6	رأي الناس مهم جدا بالنسبه لي		.843
7	أتأثر برأي اصدقائي		.761
8	لا أعبر عن رأيي احيانا لاحتفظ بعلاقاتي بالآخرين		.608
9	ألتمس الأعذار للآخرين	.658	
١٠	أصبر على أذي الآخرين حتى لا اخسر ودهم		.444
١١	أشارك الآخرين أفراحهم وأحزانهم	.680	

ويتضح من جدول(٨) أن العامل الأول تشبعت عليه (٥) عبارات وهي العبارات التي تدل على تقييم العلاقات الاجتماعية والرغبة في الاحتفاظ بها وقد أطلقت عليه الباحثة تقدير العلاقات الاجتماعية، بينما تشبعت (٦) عبارات على العامل الثاني وهي العبارات التي تقيس الاهتمام برأي الآخرين، وقد أطلقت عليه الباحثة احترام رأي الاخرين، وهكذا صار المقياس يتكون في صورته النهائية (١١) مفردة.

(٢)ثبات المقياس:

في ضوء ما أسفر عنه التحليل العاملي من وجود عاملين لمقياس تقدير الآخرين، اعتبرت الباحثة أن المقياس يتكون من مقايسين فرعيين، وقامت بحساب قيمة ألفا لكل مقياس فرعي، وذلك لتحقيق أهم شرط في استخدام ثبات ألفا وهي أحادية البعد في المقياس الفرعي، وقد بلغت قيمة ألفا للمقياس الفرعي تقدير العلاقات الاجتماعية (٠.٧٦)، كما بلغت قيمة ألفا لمقياس احترام رأي الناس (٠.٧٩).

خامسا:مقياس الضغوط المدركة

اعدت الباحثة مقياس الضغوط المدركة من خلال مراجعة بعض المقاييس المستخدمة في الأدب النفسي ومنها مقياس The Perceived Stress Scale (PSS) وهو مقياس تقليدي وضعه Cohen&Kamarck(1983) ويتكون من عشرة عبارات، ويهدف الى قياس كيف تؤثر الأحداث اليومية في مشاعرنا ومدركاتنا للإجهاد والضغوط، وعلى الرغم من أن المقياس قديم، لكنه يتمتع بصدق عاملي توكيدي، ويقيس عاملين فرعيين وهما العجز والمقاومة (In S Liu, et al, 2021)

(أ)وصف المقياس:

تكون مقياس الضغوط المدركة في صورته الأولية من (١٢) مفردة تقيس إدراك الفرد لوجود ضغوط في حياته ومقدار تحمله لهذه الضغوط.

الخصائص السيكومترية للمقياس

(١)صدق المقياس

(١–أ)صدق المحكمين: تم عرض المقياس في صورته الأولية على سبعة من المحكمين المتخصصين في التربية وعلم النفس التربوي، وقد أشاروا بصلاحية العبارات في قياس التعريفات الإجرائية وأيضا ضرورة الفصل بين المقياس الفرعي لإدارك الضغوط ومقياس تحمل ومقاومة الضغوط ، وقد اتفق المحكمون على حذف مفردة واحدة.

(٢–ب) صدق المفردات: قامت الباحثة بحساب ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس بعد حذف قيمة هذه المفردة لدى العينة ككل وذلك لتحديد المفردات غير المتسقة في تحقيق هدف المقياس تمهيدا لإجراء التحليل العاملي الاستكشافي، ويوضح جدول(٩) قيم معاملات الارتباط ودلالتها الإحصائية.

جدول(٩)
معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية لمقياس تحمل الضغوط ن=(٩٠)

م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس	م	معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس
١	.443	٦	.471.
٢	.٢07	٧	.351
٣	.462	٨	٠58
٤	.385	٩	.248
٥	.264	١٠	.403
		١١	.522

يتضح من جدول(٩) ضرورة حذف المفردة رقم (٨) لانخفاض معامل ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس.

(٢–ج) الصدق العاملي(الاستكشافي)

قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية مع تدوير المحاور بطريقة الفاريمكاس، كما استخدمت محك الواحد الصحيح للجذر الكامن لقبول العامل، وقيمة 0.3 كمحك للتشبع لضمان نقاء العوامل، وذلك بعد التأكد من مصفوفة Anti–image وأن قيم قطرها أكبر من ٠.٥ ، وكذلك معاملات الشيوع ، وقد أظهر التحليل أن المقياس يتكون من عاملين يفسران ٥٢% بلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الأول(٣.٣ قبل التدوير ، ٢.٩ بعد التدوير) وفسر٢٩.٨% من تباين الدرجات وبلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الثاني(٢.٢٨ قبل التدوير ، ٢.٢٣ بعد التدوير) وقد فسر بعد التدوير22.3%من تباين الدرجات ويوضح جدول(١٠) المفردات المشبعة على كل عامل وقيم تشبعها.

جدول (10)
المفردات المشبعة على عاملي مقياس الضغوط

م	البند	العوامل	
		مقاومة الضغوط الجذر الكامن=٣.٣ يفسر٢٩.٨% من تباين الدرجات	إدارك العجز الجذر الكامن=٢.٢٣ يفسر 22.3من تباين الدرجات
1	أستطيع أن اتحمل العديد من المسؤليات	.792	
٢	أشعر بالتوتر والأحباط		.597
3	لدي اشياء كثيرة لاقوم بها في وقت ضيق		.372
4	أشعر أني في عجلة من أمري بسبب كثرة المسؤليات		.772
5	أشعر أن من حولي يسببون لي ضغوطا		.767
6	أشعر أن الصعوبات قد زادت علي ولا استطيع التحمل		.753
7	أستطيع أن اتعامل مع مشكلاتي اليومية	.573	
9	أتمالك نفسي عند الشدائد	.563	
10	أتقبل احداث الحياة وإن لم ترضيني	.775	
11	اقاوم التحديات التي تعترض طريقي	.879	

يتضح من الجدول أن العامل الأول تشبعت عليه (٥) عبارات وهي العبارات التي تدل على تحمل الأفراد لضغوط الحياة اليومية وقد أطلقت عليه الباحثة تحمل ومقاومة الضغوط، بينما تشبعت (٥) عبارات على العامل الثاني وهي العبارات التي تقيس إدارك الفرد بأن حياته بها ضغوط وقد أطلقت عليه الباحثة إدراك العجز، وقد صار المقياس يتكون في صورته النهائية من (١٠) عبارات بعد حذف العبارة رقم (٨) التي لم تتشبع على أي عامل.

(2) ثبات المقياس:

(٢–أ) ثبات ألفا : في ضوء ما أسفر عنه التحليل العاملي من وجود عاملين لمقياس الضغوط المدركة اعتبرت الباحثة أن المقياس يتكون من مقايسين فرعيين، وقامت بحساب قيمة ألفا لكل مقياس فرعي، وذلك لتحقيق أهم شرط في استخدام ثبات ألفا وهي أحادية البعد في المقياس الفرعي، وقد بلغت قيمة ثبات ألفا للمقياس إدراك العجز(٠.٦٨٨)، و بلغت قيمة ألفا مقاومة الضغوط(0.82) وهي قيم مقبولة.

إجراءات البحث

١. مراجعة الأدبيات التربوية الخاصة بمتغيرات الدراسة
٢. اختيار عينة الدراسة
٣. إعداد أدوات الدراسة وحساب الخصائص السيكومترية لها.
٤. تطبيق أدوات الدراسة في نوفمبر من العام الدراسي ٢٠٢٠–٢٠٢١
٥. حساب الاحصاءات الوصفية للتأكد من اعتدالية المتغيرات خاصة التابعة.
٦. استخدام برنامج AMOS(23) لبناء النماذج المقترحة واختبارها
٧. استخدام فنية Bootstrapping لحساب التأثيرات الوسيطة Mediation models ودلالتها الإحصائية.
٨. مناقشة النتائج والتوصيات والتطبيقات التربوية.

نتائج البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التوصل إلى أفضل نموذج يصف العلاقات السببية بين الروحانية، التدين، إكرام الذات وتقدير الآخرين والضغوط المدركة (العجز– المقاومة) لدى الطلاب المعلمين، واستكشاف دلالة التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات النموذج لدى عينة الدراسة، تم استخدام فنية نمذجة بالمعادلة البنائية A Structural Equation Modelling (SEM) Approach باستخدام برنامج AMOS(23) وذلك كما يلي:

أولا: للإجابة عن تساؤل الدراسة الرئيس ما أفضل نموذج بنائي يصف العلاقات بين الروحانية والتدين، وإكرام الذات والآخرين والضغوط المدركة(العجز–المقاومة) عند الطلاب المعلمين، وللتحقق من الفرض الأول وينص على :يتميز النموذج المقترح بوجود ملاءمة إحصائية بين النموذج المقترح للعلاقات بين متغيرات الدراسة وبيانات عينة الدراسة.

أولا : قامت الباحث أولا باستبعاد القيم المتطرفة(Outliers) وعددها خمس ثم التأكد من اعتدالية توزيع المتغيرات كما يوضح جدول (١١) و الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة.

جدول(١١)

الإحصاءات الوصفية ومعاملات الالتواء والتفلطح لكل متغير من متغيرات البحث ن=(٨٦)

البيان الإحصائي / متغيرات البحث	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
الروحانية	٤٣.١	4.38	-0.51	-0.39
التدين	37.19	5.71	-0.14	-0.5
إكرام الذات	35.38	5.59	-0.52	-0.44
تقدير الآخرين	40.24	5,62	-0.04	0.02
إدراك العجز	16.63	3.81	0.05	-0.35
المقاومة	١٩.٨٥	٣.٠٤	-0.2	-0.49

يتضح من جدول أن البيانات الخاصة بمتغيرات البحث موزعة توزيعاً اعتدالياً في ضوء معامل الالتواء والتفلطح لدرجات الطلاب في متغيرات البحث الموضحة، حيث أن معامل الالتواء والتفلطح ينحصر ما بين ±١.

ثانيا: التأكد من قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات الخارجية للتأكد من عدم وجود تداخل خطي بينها.

جدول (١٢)

معاملات الارتباط ودلالاتها بين متغيرات الدراسة ن=٨٦

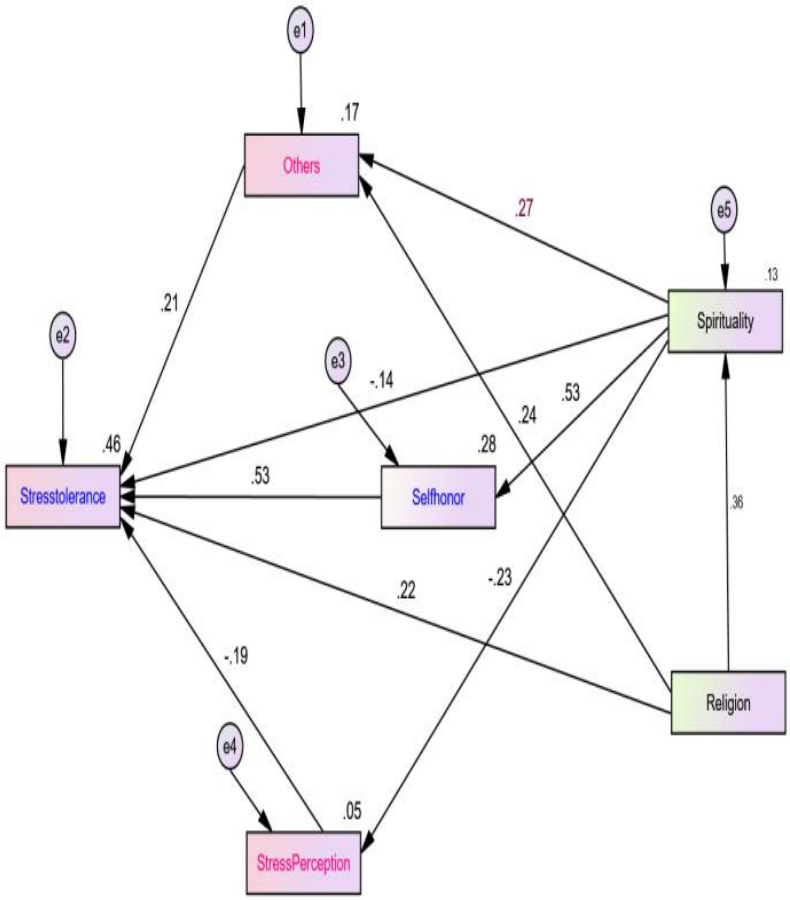
المتغيرات	االروحانيه	الألتزام الديني	إكرام الذات	إكرام الآخرين	إدراك العجز	مقاومة
الروحانية	-	0.38**	0.53**	0.37**	-٠.٢٧ **	0.35**
الألتزام الديني		-	0.17	0.36**	-0.08	0.36**
إكرام الذات			-	0.26*	-0.1	0.57**
تقدير الآخرين				-	0.7	0.38**
إدارك االعجز					-	-0.21*

وبعد التأكد من أن معامل الأرتباط بين المتغيرات المستقلة لم يتجاوز 0.7 ,وهو ما يدل على عدم وجود تداخل خطي بين المتغيرات حيث أنها ارتباطات جزئية ضعيفة ومتوسطة.

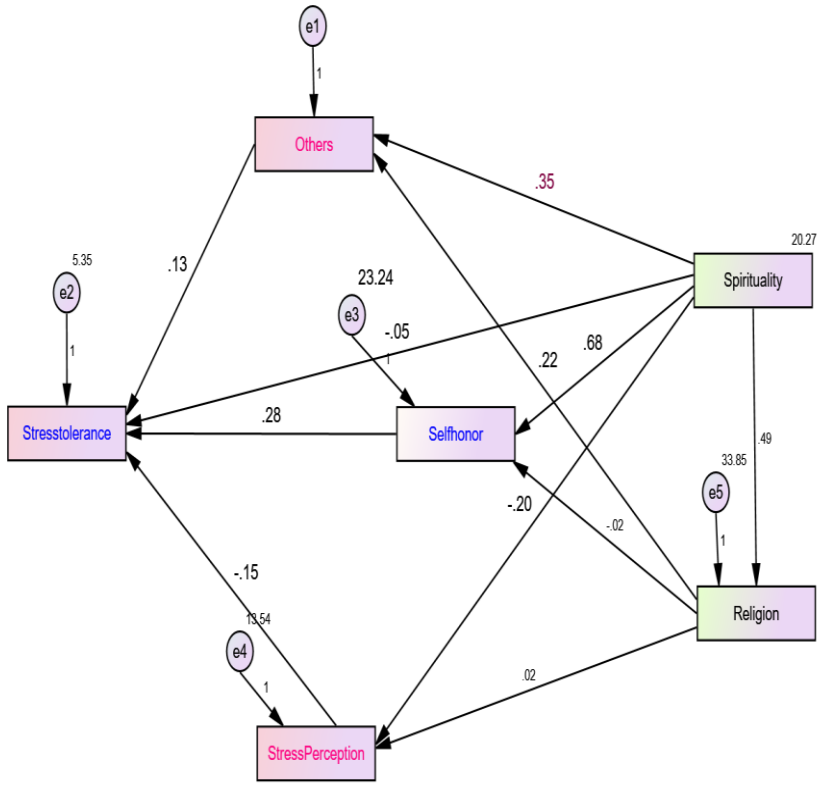
ثالثا: استخدمت الباحثة منهجية SEM للتحقق من أن النموذج المفترض يطابق بيانات العينة بشكل جيد: ويلخص شكل (٣) نتائج النموذج المقترح الأول.

شكل(٣)

نتائج التحقق من النموذج قياسي (١) للعلاقة المفترضة بين متغيرات الدراسة



ويلخص شكل(٤) نتائج النموذج المقترح الثاني



شكل(٤)

نموذج قياسي(٢) للعلاقة المفترضة بين متغيرات الدراسة

وقد قامت الباحثة بحساب مؤشرات التطابق للنموذجين بالنسبة للبيانات الواقعية المستمدة من الميدان من خلال استجابات طلبة كلية التربية–الفرقة الثالثة–الرابعة، وقد استخدمت الباحثة طريقة الأرجحية القصوى Maximum Likelihood لتقدير بارامترات النموذج باعتبارها من أفضل طرق التقدير لبارامترات النماذج، ويوضح جدول(١٣) مؤشرات الملاءمة للنموذجين.

جدول (١٣)
مؤشرات التطابق للنموذجين المقترحين(ن=٨٦)

م	المؤشر		المستوى المطلوب	قيم مؤشرات النموذج الأول	قيم مؤشرات النموذج الثاني
١	كاي تربيع	"Chi-square" CMIN	عدم دلالة قيمة "كاي تربيع"	3.825 درجات الحرية= 7 غير دالة إحصائيا	٩.٩٩ درجات الحرية(٤) دالة احصائيا
٢	CMIN/DF		أقل من "5"	0.765	٢.٥
٣	مؤشر حسن المطابقة "	Goodness of " fit index (GFI)	0.90 – 1	.985	٠.٩٦
٤	مؤشر حسن المطابقة المعدل "	Adjusted Goodness of fit index (AGFI)	0.90 – 1	.939	٠.٨١
٥	مؤشر المطابقة النسبي	Relative fit " "index (RFI)	0.90 – 1	.902	٠.٦٨
٦	مؤشر المطابقة المقارن	Comparative " fit index (CFI)	0.90 – 1	1.000	٠.٩٤
٧	مؤشر المطابقة المعياري "	Normative fit " index (NFI)	0.90 – 1	.967	٠.٩٢
٨	الجذر التربيعي لمتوسط خطأ الاقتراب (RMSEA)	Root mean " square error of approximation	0.0 – 0.05	.000	٠.١٣

وهكذا يتضح أن النموذج الأول وصف متغيرات الدراسة وفقا لمؤشرات المطابقة وهي (CMIN CMIN/DF, NFI, RFI , GFI ,AGFI, RMSEA) ، بينما وصف النموذج الثاني متغيرات الدراسة وفقا لمؤشرات (GFI, CFI,NFI) فقط كما كان معامل (AIK) للنموذج الأول(٣٥)، وللنموذج الثاني (43.99) وهو ما يشير إلى أفضلية النموذج الأول في وصف متغيرات الدراسة(طه، محمد،٢٠٢٠).وهو ما يجيب على تساؤل الدراسة الرئيس ويحقق الفرض الأول.

ثانيا: اختبار الفرضين الثاني والثالث وينصان على "توجد تأثيرات مباشرة وغير مباشرة موجبه دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 لبعض المتغيرات التي تعمل كمتغيرات

خارجية Exogenous Variables، والمتغيرات التي تعمل كمتغيرات داخلية Endogenous Variables في النموذج السببي المقترح لمتغيرات الدراسة.

لاختبار الفرضين الثاني والثالث قامت الباحثة:

أولا: حساب معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية للمسارات السببية المباشرة لبيان المسارات المباشرة الدالة احصائيا، ويوضح جدول(١٨) قيم البارامترات التي تم تقديرها ودلالتها الإحصائية للنموذج الأول والذي لائم البيانات بطريقة أفضل

جدول(١٤)

قيم معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية للتأثيرات السببية المباشرة في النموذج ن=(٨٦)

م	المتغيرات			معامل الانحدار بالقيم غير المعيارية B	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
1	التدين	تؤثر بمسار مباشر	الروحانية	.258	072	3.571	٠.٠٠١
2	الروحانية	<---	تقدير الاخرين	.350	٠.١٣٦	٢.٥٧	٠.٠١
3	الروحانية	<---	إكرام الذات	.666	.115	5.800	٠.٠٠١
4	التدين	<---	تقدير الاخرين	.222	.098	2.255	٠.٠٥
5	الروحانية	<---	ادراك الضغوط	-.191	.088	-2.174	٠.٠٣
6	الروحانية	<---	مقاومة الضغوط	-.094	.069	-1.359	غير دال
7	التدين	<---	مقاومة الضغوط	.109	.042	2.569	٠.٠١
8	تقدير الاخرين	<---	مقاومة الضغوط	.107	.046	2.338	٠.٠١
9	إدراك الضغوط	<---	مقاومة الضغوط	-.154	.066	-2.336	٠.٠١
10	إكرام الذات	<---	مقاومة الضغوط	.285	.050	5.721	٠.٠٠١

ثانيا: قامت الباحثة باستخدام طريقة Bootstrapping لحساب دلالة التأثيرات غير المباشرة والنماذج الوسيطة Mediation Models لتحديد المتغيرات التي تتأثر بطريقة

غير مباشرة بمتغيرات أخرى، ويوضح جدول(١٥) تقديرات بارامترات النموذج بإستخدام منهجية " إعادة المعاينة "Bootstrapping لتقدير دلالة التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لدى عينة البحث الأساسية (ن=٨٦) وقد تمت إجراءات إعادة المعاينة على عدد (٥٠٠).

جدول(١٥)

تقديرات بارامترات النموذج باستخدام منهجية " إعادة المعاينة "Bootstrapping لتقدير دلالة التأثيرات غير المباشرة لدى عينة البحث الأساسية (ن=٨٦)

م	المتغيرات			B	فترات الثقة		الدلالة
					الدنيا	العليا	
١	الروحانية	<---	مقاومة الضغوط	٠.٢٥٧	٠.١٦٧	٠.٣٥٨	دالة احصائيا
			من خلال إكرام الذات وتقدير الاخرين وإدراك الضغوط				
٢	التدين	<---	ادراك الضغوط	-٠.٠٥	-٠.١٠٧	-0.008	دالة احصائيا
			الروحانية				
٣	االتدين	<---	اكرام الذات	٠.١٧	0.080	0.272	دالة احصائيا
			الروحانية				
٤	التدين	<---	الاخرين	٠.٠٩	0.016	0.164	دالة احصائيا
			الروحانية				
٥	التدين	<---	مقاومة	٠.٠٧	0.023	0.122	دالة احصائيا
			الروحانية وتقدير الاخرين				

بناء على نتائج تحليل المسار فيما يتعلق بالتأثيرات المباشرة، وغير المباشرة بين المتغيرات المتضمنة في النموذج يتضح من جدولي (١٤) ، (١٥) ما يأتي:

(١) إن التدين متغير خارجي يؤثر بمسار سببي مباشر دال إحصائيا عند مستوى أقل من ٠.٠٥، في الروحانية وتقدير الآخرين ومقاومة الضغوط، ويؤثر بطريقة غير مباشرة دالة إحصائيا عند مستوى أقل من ٠.٠٥ –من خلال الروحانية– في إكرام الذات وتقدير الآخرين وإدراك الضغوط ومقاومتها.

وتدل هذه النتائج على أن ممارسة شعائر الدين من صلاة وصيام وصدقات وحفظ القراءن هي أساس روحانية عينة الدراسة من الطلاب المعلمين، وأن الشعائر الدينية هي التي تعطي معنى للحياة وهدفا وطمأنينة بوجود ذات الله العليا التي تقود الإنسان وتوجهه وتؤثر في علاقته بذاته وبالآخرين، وتؤثر أيضا في إدراكة للضغوط ومقاومته لها من خلال

علاقته بربه، ويؤكد ذلك صدق نموذج Cotton et al(2006) الذي اعتبر الروحانية متغيرا وسيطا بين التدين والمخرجات النفسية عند المراهقين، وأنه لا وجود لروحانية بدون دين، كما تتسق هذه النتيجة مع نتائج دراسة Tuck(2007) التي تناولت الروحانية عند مرضى الإيدز وذكروا أنهم يعبرون عن روحانيتهم بالصلاة، كما تتفق هذه النتائج مع العديد من الدراسات التي أكدت على أن صلاة الشفاعة ترتبط بالتنعم الروحي لدى مرضى السرطان(Olver,2012) ، وأن التدين والروحانية يرتبطان بالسعادة والتكيف للضغوط النفسية وجودة الحياة(Lucchetti et al,2013) ، وأن التدين يؤثر إيجابيا في ضبط النفس (Pirutinsky,2014) ويقلل من معدل الإصابة بالاكتئاب (Wickramaratne et al,2017)، وأن هناك علاقة بين صلاة الجنود المسلمين في حرب البوسنة وصحتهم النفسية(Pajefic et al,2017)، وتوجد كذلك علاقة بين المداومة على الصلاة عند الأقباط والعلاقة بالله والتفاؤل (Bradshaw et al,2018) وعلاقة بين الصيام والصحة النفسية (Gilavand & Fatahiasl,2018)) وارتباط التدين بالأمل (Dadfar et al,2020)

وتفسر الباحثة هذه النتائج في ضوء أن التواصل مع الله من خلال ممارسة الشعائر الدينية والصدقات يحسن الصحة النفسية للفرد وهو ما ينعكس على تقديره لذاته وأيضا صبره على الآخرين وعلى أحداث الحياة ، كما أن التدين الصحيح يقلل من استراتيجيات التدين السلبية مثل الخرافات والتفكير بالتمني وجلد الذات والتعصب ناحية المخالفين في العقيدة والشعور بالذنب طول الوقت، ويزيد من استراتيجيات التدين الإيجابية مثل الأخذ بالأسباب والتوكل وقبول النتائج كما أوضحت بعض الدراسات(Akuchekian et al,2004) .

كما تفسر الباحثة تأثير التدين في مقاومة الضغوط بطريقة مباشرة، وبطريقة غير مباشرة من خلال الروحانية على اعتبار أن ممارسة الشعائر الدينية تقوي علاقة الإنسان بربه وتمنحه السلام الداخلي والطمأنينة وهو ما يجعله يتقبل ضغوط الحياة ويتعامل معها، ويكون لديه يقين بأن هذه الحياة لا تسير بعشوائية، ولكن هناك ذات عليا تدير هذا الكون وأن لحياته هدفا ومعنى، وكل أحداث الحياة مقدرة فلا ينزعج ويحبط ويرتبك.

بالإضافة إلى ذلك تفسر الباحثة هذه النتائج في ضوء خصائص المرحلة العمرية لأفراد العينة وهي مرحلة المراهقة المتأخرة وبداية الانتقال إلى الرشد، وفيها يواجه الطالب المعلم أزمه في تحديد هويته خاصة هويته الدينيه، ويسال أسئلة مثل "من أنا؟، وما هدف

الحياة؟ ، وهل لحياتي معنى؟ كما يواجه الطالب المعلم بكلية التربية ضغوطا أخرى أكاديمية كونه يدرس مقررات أكاديمية واخرى تربوية، ويواجه ضغوطا أخرى خاصة ببدء مقررات التربية العملية عن بعد في ظل جائحة كورونا، كما يواجه ضغوطا اجتماعية خاصة بعلاقتة بأسرته ومعلميه، وكذلك ضغوط أقرانه، كل ذلك يدفعه للبحث عن الله والتدين كحل للخروج من هذه الضغوط.

من ناحية أظهرت النتائج أن التدين يرتبط بتقدير الآخرين وهو ما يتسق من نتائج الدراسات التي وجدت علاقة بين التدين والثقه في الآخر عند المترددين على الكنيسة (Welch et al,2004)، وأيضا علاقة بين الاندماج في الشبكات الاجتماعية والثقه في الآخر عند المتدينين من المراهقين، (Welck et al,2007; Berghuijs et al,2013)

(٢) أظهرت نتائج الدراسة أن الروحانية متغير وسيط يؤثر بمسار مباشر إيجابي دال احصائيا عند مستوى أقل من ٠.٠٥ في إكرام الذات وتقدير الآخرين، وسلبا في إدراك العجز أمام الضغوط، وتؤثر بمسار موجب غير مباشر في مقاومة الضغوط من خلال إكرام الذات وتقدير الآخرين وإدراك العجز أمام الضغوط.

ويتضح من ذلك أن الروحانية تؤثر في علاقة الإنسان بذاته وتبدو هذه النتيجة منطقية فالعلاقة القوية بالله ووجود معنى وهدف للحياة وشعور الإنسان بالسلام الداخلي تؤثر على نظرته لذاته فيعلي من قيمتها ويتقبلها لأنه يعلم أن الله يحبه وسيغفر لهذه الذات أخطاءها، وقد أكد هذه النتيجة ما وجده Berghuijs et al(2013) من أن الروحانية ترتبط بحب الذات، ودراسة Lewis et al(2007) التي أشارت إلى أن الروحانية ترتبط بإكرام الذات، ودراسة Hayman et al(2007) التي توصلت إلى ارتباط الروحاية بصورة وتقدير الذات.

كما أظهرت الدراسة الحالية أن الروحانية تؤثر بمسار مباشر في تقدير الآخرين وتفسر الباحثة ذلك بأن الروحانية تقلل من أنانية الفرد في مقابل قبول الآخرين والصبر عليهم، وهذا يتفق مع نتائج دراسة Lewis et al(2007) التي وجدت أن الروحانية ترتبط بالحب غير المشروط للآخر، ولكن تختلف هذه النتيجة مع ما وجدته بعض الدراسات من علاقة عكسية بين الروحانية والعلاقات بالآخرين (Berghuijs et al(2013; Dingemans&Vab

Ingen,2015 ، وتفسر الباحثة هذه الاختلافات في النتائج في ضوء خصائص العينة والتي هي من الطلاب المعلمين العمانيين وهي ثقافة تتميز بالصبر والتسامح ناحية الآخر.

كما اتضح أيضا تأثير الروحانية بمقاومة الضغوط من خلال إكرام الذات وتقدير الآخرين وإدراك الضغوط وهو مايتسق مع نتائج الدراسات التي أشارت إلى علاقة بين الروحانية واستراتيجيات التكيف الدينية للضغوط عند الاقباط (Winter et al ,2009) ، وبين الروحانية والرضا والصحة النفسية عند مجموعة من الشابات اليهوديات (Janell, 2011) ، وبين الروحانية وفاعلية الذات، وبين الروحانية وجودة الحياة والتكيف للضغوط Lopez et. al, 2012; (Lucchetti et al,2013) وعلاقة عكسية بين الروحانية وإدارك العجز أمام الضغوط وتعاطي المخدرات عند المراهقين (Debnam et al, 2018)، وتفسر الباحثة العلاقة السببية السلبية بين الروحانية وإدارك العجز أمام الضغوط بأن الروحانية تجعل الفرد يشعر بالقوة يستمدها من اعتقاده بحب الله ولرعايته له والسلام النفسي ولذا يستهون الضغوط التي تحيط به ويؤمن أن لكل مشكلة حل ، ويرى (Blakemore, 2019 أن_ المراهق الذي لديه قدر من الروحانية قد وجد هويته الإنسانية ومعنى لوجوده في الحياة، وصار لحياته هدف، فمن المنطقي ان يتكيف مع التغيرات البيولوجية والنفسية التي يمر بها ويقلل من حدتها وهو ما يفسر العلاقة السلبية بين الروحانية وإدراك الضغوط والعلاقة الإيجابية بين الروحانية ومقاومة هذه الضغوط والصبر عليها، والتي تتمثل في ضغوط أكاديمية وضغوط أسرية وضغوط من الأقران.

ثالثا: أظهرت نتائج الدراسة أيضا أن متغيرات إكرام الذات وتقدير الآخرين تؤثر بمسارات سببية دالة احصائيا عند مستوى أقل من ٠.٠٥ في مقاومة الضغوط، كما يؤثر إدراك الضغوط سلبا في مقاومة الضغوط.

وتبدو هذه النتيجة منطقية فكلما تقبل الفرد ذاته كما هي وتقبل أخطاءه كلما استهون ضغوط الحياة اليومية، كما أن تقدير الشخص للآخرين تجعله يشعر بالقوة في مواجهة الضغوط، كما إن إدراك الشخص للضغوط تجعله عاجزا عن إيجاد حلول لها.

وتدل نتائج هذه الدراسة مجتمعة أن التدين متمثلا في ممارسة الشعائر الدينية من صلاة وصيام وصدقات يزيد من روحانية الأفراد وعلاقتهم بالله وشعورهم بالسلام الداخلي والطمأنينة

وهو ما يجعلهم يتقبلون ذواتهم بأخطائها ويقدرون الآخرين، كما يجعلهم يتقبلون وجود ضغوط في حياتهم اليومية بل ويطورون استراتيجيات لمقاومتها.

توصيات البحث:

١. رفع الوازع الديني لدى طلبة الجامعة وتعليمهم صحيح الدين من مصادرة الصحيحة من المتخصصين في أصول الدين والدعوة، وحتى لا يكون الشباب عرضة للتخبط والتطرف واستراتيجيات التكيف السلبية التي تدعم التعصب وجلد الذات والتواكل.
٢. مساعدة طلبة الجامعة في تحديد أهداف لحياتهم الأكاديمية والاجتماعية مع الدعم المتواصل لهم من قبل الأسرة ومعلميهم والمتخصصين في علم النفس وحتى يحددوا هويتهم الدينية الصحيحة.
٣. دعم صورة الذات عند طلبة الجامعة والتسامح تجاه أخطائها وقبولها كما هي بتقواها وفجورها كما خلقها الله تعالى.
٤. اقامة الحوارات المستمرة مع طلبة الجامعة والاستماع لهم والإجابة عن تساؤلاتهم وتقديم الدعم النفسي لهم
٥. دعم الطالب المعلم في مواجهة الضغوط الأكاديمية التي يمر بها خاصة عند بداية التربية العملية.

البحوث مقترحة:

١. دراسات تتناول استراتيجيات التكيف الديني السلبية والإيجابية لدى طلبة الجامعة
٢. دراسات تتناول العلاقة بين الروحانية والأمن النفسي وأساليب التعلق العاطفي بالآخرين
٣. دراسات تتناول متغير إكرام الذات وعلاقته بالمتغيرات النفسية
٤. دراسات تتناول بناء بطاريات لقياس الجانب الروحاني عند الأفراد

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

المصلحية، احلام بنت راشد و الخواجة، عبد الفتاح سعيد. (٢٠٢١). وجهة التدين وعلاقتها بالصحة النفسية لدى الأخصائيين الاجتماعيين في مدارس محافظة مسقط . *مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع*95–78 ,(65),

بارون، خضر عباس.(٢٠٠٨). التدين وعلاقته بالصحة النفسية والقلق لدى المراهقين الكويتيي، *المجلة التربوية*،٢٢(٨٨)، ١٣–٤٧.

الجهني، عبد الرحمن. (٢٠١٤). معنى الحياة وعلاقته بالاكتئاب وبمستوى الطموح لدي عينة من طلاب الجامعة .*مجلة بحوث التربية النوعية*.701–669 ,(35) *2014* ,

مكرم، نور.(ابريل٢٠٢١). الروحانية والفرق بينها وبين التدين .مجلة نون، retrieved on May 1st 2021 from the world wide webhttps://nooun.net/%D8%AD%D9%84%D9%82%D8%A9–%D8%AF%D8%B9%D9%85/true–spirituality–and–false–spirituality.

مهادي، عثمان. (٢٠١٣). دراسة دور صيام شهر رمضان في إستعمال الإرشاد الديني لخفض العدوان لدى لاعبي كرة القدم خلال الموسم الرياضي: ميدانية لدى بعض مدربي أندية كرة القدم في الجزائر، *رسالة ماجستير غير منشورة*

طه،احمد، محمد،هناء عزت.(٢٠٢٠).*دليل الباحث في التحليلات الاحصائية المتقدمة باستخدام برامج SPSS&aMOS: الجزء الأول التحليل العاملي ونمذجة المعادلة البنائية*، عالم الكتب: القاهرة.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

Abu-Raiya, H., Sasson, T., & Cohen, R. A. (2021). Is religiousness a unique predictor of self-esteem? An empirical investigation with a diverse Israeli sample. *Psychology of Religion and Spirituality*.

Akuchekian, S., Ebrahimi, A., & Alvandian, S. (2004). Effect of the holy month of Ramadan on coping strategies. 9 (2), 12-15.

Alper, M. (2008). *The" God" part of the brain: A scientific interpretation of human spirituality and God*. Sourcebooks, Inc..

Amirfakhraei, A., & Alinaghizadeh, A. (2012). The impact of praying and fasting on the mental health of students attending the Bandar Abbas Branch of Islamic Azad University in Iran in 2012. *Life Science Journal*, *9*(3), 2179-2184.

Amram, Y. (2007, August). The seven dimensions of spiritual intelligence: An ecumenical, grounded theory. In *115th annual conference of the American psychological association, San Francisco, CA* (pp. 17-20).

Anderson, M. R., Miller, L., Wickramaratne, P., Svob, C., Odgerel, Z., Zhao, R., & Weissman, M. M. (2017). Genetic correlates of spirituality/religion and depression: A study in offspring and grandchildren at high and low familial risk for depression. *Spirituality in Clinical Practice*, *4*(1), 43.

Arshad, M. A., Shabbir, M. S., Mahmood, A., Khan, S., & Ali Sulaiman, M. A. B. (2020). An exploration of IQ, EQ, spiritual quotient (SQ) elements in the human reengineering program (HRP) practices: *A study on the drug rehabilitation Centre in Malaysia*.Retrieved from the world wide web http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/107032 on April,2,2021.

Bakhshi, M. Spiritual Intelligence and its Role in Education.retreieved from the world wide web http://www.psp-ltd.com/JIEB_40_4_2016.pdf on December 12, 2020.

Berghuijs, J., Bakker, C., & Pieper, J. (2013). New spirituality and social engagement. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *52*(4), 775-792.

Blakemore, S. J. (2019). The art of medicine: adolescence and mental health. *Lancet.* 393, 2030–2031. doi: 10.1016/S0140-6736(19)31013-X.

Bradshaw, M., & Kent, B. V. (2018). Prayer, attachment to God, and changes in psychological well-being in later life. *Journal of aging and health*, *30*(5), 667-691.

Branden, N. (2011). *Honoring the Self: The Pyschology of Confidence and Respect*. London, Bantam.

Carroll, T. D., McCormick, W. H., Smith, P. N., Isaak, S. L., & Currier, J. M. (2020). PTSD, religious coping, and interpersonal antecedents of

suicidal desire among military veterans: An initial examination of moderation models. *Psychology of Religion and Spirituality*, *12*(3), 304.

Choi, N. G., & Kim, J. (2011). The effect of time volunteering and charitable donations in later life on psychological wellbeing. *Ageing and society*, *31*(4), 590.

Cohen, S., Kessler, R. C., & Gordon, L. U. (1997). *Measuring Stress: A Guide for Health and Social Scientists.* New York: Oxford University Press on Demand.

Cotton, S., Zebracki, K., Rosenthal, S. L., Tsevat, J., & Drotar, D. (2006). Religion/spirituality and adolescent health outcomes: A review. *Journal of Adolescent Health*, *38*(4), 472-480.

Dadfar, M., Lester, D., Turan, Y., Beshai, J. A., & Unterrainer, H. F. (2020). Religious spiritual well-being: results from Muslim Iranian clinical and non-clinical samples by age, sex and group. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 1-22.

De Rezende-Pinto, A., Schumann, C. S. C., & Moreira-Almeida, A. (2019). Spirituality, religiousness and mental health: Scientific evidence. *Spirituality, Religiousness and Health*, 69-86.

Debnam, K. J., Milam, A. J., Mullen, M. M., Lacey, K., & Bradshaw, C. P. (2018). The moderating role of spirituality in the association between stress and substance use among adolescents: Differences by gender. *Journal of youth and adolescence*, *47*(4), 818-828.

Delaney, C. (2005). The Spirituality Scale: Development and Psychometric Testing of a Holistic Instrument to Assess the Human Spiritual Dimension. *Journal of Holistic Nursing*, 23, 145-166.https://doi.org/10.1177/0898010105276180

Dew, M. A., Butt, Z., Liu, Q., Simpson, M. A., Zee, J., Ladner, D. P., ... & DiMartini, A. F. (2018). Prevalence and Predictors of Patient-Reported Long-Term Mental and Physical Health After Donation in the Adult to Adult Living Donor Liver Transplantation Cohort Study (A2ALL). *Transplantation*, *102*(1),105.

Dingemans, E., & Van Ingen, E. (2015). Does religion breed trust? A cross-national study of the effects of religious involvement, religious faith, and religious context on social trust. *Journal for the scientific study of religion*, *54*(4), 739-755.

Emmons, R. A. (2000). Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern. *The International Journal for the psychology of Religion*, *10*(1), 3-26.

Fincham, F. D., Lambert, N. M., & Beach, S. R. (2010). Faith and unfaithfulness: Can praying for your partner reduce infidelity?*Journal of personality and social psychology*, *99*(4), 649.

Garssen, B., Visser, A., & Pool, G. (2020). Does spirituality or religion positively affect mental health? Meta-analysis of longitudinal studies. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 1-17. Retrived from the world wide web https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10508619.2020.1729570 March,5,2020.

Gilavand, A., & Fatahiasl, J. (2018). Studying effect of fasting during Ramadan on mental health of university students in Iran: A review. *J Res Med Dent Sci*, *6*(2), 205-9.

Greenway, A. P., Milne, L. C., & Clarke, V. (2003). Personality variables, self-esteem and depression and an individual's perception of God. *Mental Health, Religion & Culture*, *6*(1), 45-58.

Hayman, J. W., Kurpius, S. R., Befort, C., Nicpon, M. F., Hull- Blanks, E., Sollenberger, S., & Huser, L. (2007). Spirituality among college freshmen: Relationships to self- esteem, body image, and stress. *Counseling and Values*, *52*(1), 55-70.

Hodge, D. R. (2003). The intrinsic spirituality scale: A new six-item instrument for assessing the salience of spirituality as a motivational construct. *Journal of Social Service Research*, *30*(1), 41-61.

Javanbakht , M., Ziaei , S.A., Homam, S.M., & Rahnama, A. (2009). [The effect of Ramadan fasting on students‘ self-esteem and mental health. *The Journal of Principles of Mental Health*, 11(4), 73-266.

Kidwai, R., Mancha, B. E., Brown, Q. L., & Eaton, W. W. (2014). The effect of spirituality and religious attendance on the relationship between psychological distress and negative life events. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, *49*(3), 487-497.

Kim, Y., & Seidlitz, L. (2002). Spirituality moderates the effect of stress on emotional and physical adjustment. *Personality and Individual differences*, *32*(8), 1377-1390.

Koenig, H. G. (2008). Concerns about measuring "spirituality" in research. *The Journal of nervous and mental disease*, *196*(5), 349-355.

Krause, N. (2011). Religion and health: making sense of a disheveled literature. *Journal of Religious . Health* 50, 20–35. doi: 10.1007/s10943-010-9373-4

Lewis, L. M., Hankin, S., Reynolds, D., & Ogedegbe, G. (2007). African American spirituality: A process of honoring God, others, and self. *Journal of Holistic Nursing*, *25*(1), 16-23.

Liu, S., Lithopoulos, A., Zhang, C. Q., Garcia-Barrera, M. A., & Rhodes, R. E. (2021). Personality and perceived stress during COVID-19 pandemic: Testing the mediating role of perceived threat and efficacy. *Personality and individual differences*, *168*, doi: 10.1016/j.paid.2020.110351.

López, J., Romero-Moreno, R., Márquez-González, M., & Losada, A. (2012). Spirituality and self-efficacy in dementia family caregiving: trust in God and in yourself. *International Psychogeriatrics*, *24*(12), 1-10.

Lucchetti, G., Lucchetti, A. L. G., Espinha, D. C. M., de Oliveira, L. R., Leite, J. R., & Koenig, H. G. (2012). Spirituality and health in the curricula of medical schools in Brazil. *BMC medical education*, *12*(1), 1-8.

Luna, N., & MacMillan, T. (2015). The relationship between spirituality and depressive symptom severity, psychosocial functioning impairment, and quality of life: Examining the impact of age, gender, and ethnic differences. *Mental Health, Religion & Culture*, *18*(6), 513-525.

Masters, K. S. (2008). Mechanisms in the relation between religion and health with emphasis on cardiovascular reactivity to stress. *Research in the Scientific Study of Religion*, 19, 91-115.

McSherry, W., Cash, K., & Ross, L. (2004). Meaning of spirituality: implications for nursing practice. *Journal of clinical nursing*, *13*(8), 934-941.

Mok, E., Wong, F., & Wong, D. (2010). The meaning of spirituality and spiritual care among the Hong Kong Chinese terminally ill. *Journal of advanced nursing*, *66*(2), 360-370.

Murugaiah, V., Kumar, R. P., & Rao, G. L. (2015). Spiritual quotient among Indian and Foreign students-a case study of Davangere

(Karnataka). *International Journal of Management, IT and Engineering*, *5*(1),22.

Mustapha, A. A. G., Bello, A. M., Garba, A. M., & Gobe, M. I.)٢٠٢٠(The Moderating Effect of the Audit Committee on the Relationship between Corporate Governance and Financial Performance*: A Conceptual Review. International Journal of Research and Innovation in Applied Science (IJRIAS) | Volume V, Issue VIII*, August 2020|ISSN 2454-6194

Nasiri, M., & Lotfi, A. (2020). Effect of Fasting on Spiritual Health, Mental Health, and Control of Aggression. *Journal of Nutrition, Fasting and Health*, *8*(3), 169-175.

Nazir, S. A. P. S. M., & Nazir, A. (2018). REVIEW AND ANALYSIS OF A NEW INTELLIGENCE: THE SPIRITUAL INTELLIGENCE. *Advance and Innovative Research*, 309.

Nobriga, A. (2018). DAILY RATING SCALE: SELF-HONORING CHOICES. Retrieved https://www.alyssanobriga.com/uploads/2018/09/SelfHonoringChoices.pdf on December,20,2020.

Olver, I. N. (2012). A randomized, blinded study of the impact of intercessory prayer on spiritual well-being in patients with cancer. *Alternative therapies in health and medicine*, *18*(5), 18-27.

Pajević, I., Sinanović, O., & Hasanović, M. (2017). Association of Islamic prayer with psychological stability in Bosnian war veterans. *Journal of religion and health*, *56*(6), 2317-2329.

Park(2012) Park, C. (2012). Meaning, spirituality, and growth: Protective and resilience factors in health and illness. In A. S. Baum, T. A., Revenson, & J. E. Singer (Eds.), *Handbook of Health Psychology, (2nd ed., pp. 405-430)*. New York: Taylor & Francis.

Saiz, J., Chen-Chen, X., & Mills, P. J. (2021). Religiosity and spirituality in the stages of recovery from persistent mental disorders. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, *209*(2), 106-113.

Sholeh, M. (2003). Optimizing Children's Emotional Quotient by Monday-Thursday Fasting. *Folia Medica Indonesiana*, *39*(1), 22-29.

Smith, T. B., McCullough, M. E., & Poll, J. (2003). Religiousness and depression: evidence for a main effect and the moderating influence of stressful life events. *Psychological bulletin*, *129*(4), 614-652.

Spencer, M. (2012). What is spirituality? A personal exploration. *Retrieved March*, *16*, 2020 from the World Wide Web https://www.rcpsych.ac.uk/docs/default-source/members/sigs/spirituality-spsig/what-is-spirituality-maya-spencer-x.pdf?sfvrsn=f28df052_2

Stuhlsatz, G. L., Kavanaugh, S. A., Taylor, A. B., Neppl, T. K., & Lohman, B. J. (2021). Spirituality and religious engagement, community involvement, outness, and family support: Influence on LGBT+ Muslim well-being. *Journal of Homosexuality*, *68*(7), 1083-1105.

Tuck, I. (2007, November). The Presence of Spirituality in the Healing Stories of Persons with Terminal Cancer. In *The 39th Biennial Convention*.Retrieved from https://stti.confex.com/stti/bc39/techprogram/paper_37115.htm on April ,1, 2020.

Weinberger-Litman, S. L., Rabin, L. A., Fogel, J., Mensinger, J. L., & Litman, L. (2016). Psychosocial mediators of the relationship between religious orientation and eating disorder risk factors in young Jewish women. *Psychology of Religion and Spirituality*, *8*(4), 265-276.

Welch, M. R., Sikkink, D., Sartain, E., & Bond, C. (2004). Trust in God and trust in man: The ambivalent role of religion in shaping dimensions of social trust. *Journal for the scientific study of religion*, *43*(3), 317-343.

Welch, M. R., Sikkink, D., & Loveland, M. T. (2007). The radius of trust: Religion, social embeddedness and trust in strangers. *Social Forces*, *86*(1), 23-46.

Wiedebusch, S., Reiermann, S., Steinke, C., Muthny, F. A., Pavenstaedt, H. J., Schoene-Seifert, B., ... & Buyx, A. M. (2009, June). Quality of life, coping, and mental health status after living kidney donation. In *Transplantation proceedings* (Vol. 41, No. 5, pp. 1483-1488). Elsevier.

Wigglesworth, C. (2012). *The twenty one skills of spiritual intelligence*. Selectbooks. *Inc, New York*.

Winter, U., Hauri, D., Huber, S., Jenewein, J., Schnyder, U., & Kraemer, B. (2009). The psychological outcome of religious coping with stressful life events in a Swiss sample of church attendees. *Psychotherapy and psychosomatics*, *78*(4), 240-244.

World Health Organization. (2016). WHO methods and data sources for country-level causes of death 20002016.Retrievedhttp://terrance.who.int/mediacentre/data/ghe/GlobalCOD_method_2000_2016.pdf?ua=1

World Health Organization. (2020). Suicide data. Retrieved https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/suicide-data.

Yamada, A.-M., Lukoff, D., Lim, C. S. F., & Mancuso, L. L. (2020). Integrating spirituality and mental health: Perspectives of adults receiving public mental health services in California. *Psychology of Religion and Spirituality, 12*(3), 276–287. https://doi.org/10.1037/rel0000260

Zohar, D. (2012). *Spiritual intelligence: The ultimate intelligence*. Bloomsbury publishing.

Zohar, D. &Marshall, I.(2001).Spiritual Intelligence: The Ultimate Intelligence. Bloomsbury Publishing, London, Berlin, New York.