

الإطار النظري

المحور الأول : قلق المستقبل المهني :

- أولاً : القلق وقلق المستقبل .
- ثانياً : قلق المستقبل المهني .
- ثالثاً : أسباب قلق المستقبل المهني من المنظور الديني وعلم النفس الحديث .
- رابعاً : قلق المستقبل من منظور إسلامي .
- خامساً : النظريات النفسية المفسرة لقلق المستقبل .
- سادساً : سمات ذوي قلق المستقبل .

المحور الثاني : الإرشاد النفسي الديني :

- أولاً : الإرشاد النفسي من المنظور الديني وعلم النفس الحديث
- ثانياً : تعريف الإرشاد النفسي الديني .
- ثالثاً : الإرشاد النفسي الديني وبعض المصطلحات المرتبطة به.
- رابعاً : أهداف الإرشاد النفسي الديني.
- خامساً : أهمية الإرشاد النفسي الديني والحاجة إليه.
- سادساً : أسس ومبادئ الإرشاد النفسي الديني .
- سابعاً : وتصورات إسلامية لعملية الإرشاد النفسي .
- ثامناً : فنيات الإرشاد النفسي الديني .
- تاسعاً: عملية الإرشاد النفسي الديني .

الفصل الثاني

الإطار النظري والمفاهيم الأساسية

المحور الأول : قلق المستقبل المهني

أولاً : - القلق وقلق المستقبل Anxiety & Future Anxiety :

يفرق (Zaleski , 184 , 1996) بين قلق المستقبل والقلق بصفة عامة ، بأن الأول يعني حالة من الانشغال وعدم الراحة **Preoccupation** والخوف بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل الأكثر بعداً ، والثاني شعور عام بالخوف والتهديد ، فالإنسان حينما ينظر إلى المستقبل فإنه يخشى العديد من الأشياء والأحداث التي قد يتعرض لها في المستقبل ، ويضيف إلى هذا أن كل أنواع القلق المعروفة لها بعد مستقبلي ، ولكن هذا البعد محدود وقاصر على فترات زمنية محدودة دقائق ، ساعات ٠٠٠ الخ ، وعلى العكس من ذلك فإن قلق المستقبل يشير إلى المستقبل ممثلاً في مدة زمنية كبيرة .

وتشير ناهد شريف سعود (٢٠٠٥ ، ٢١) إلى أنه يمكن القول - من خلال تحليل الدراسات النظرية - بأن قلق المستقبل جزء من القلق العام ، حيث يتصف ذوو قلق المستقبل بالقلق من الواقع الراهن والمعتم على المستقبل ، ويتمثل في مجموعة البنس كالتشاؤم وإدراك العجز وفقدان السيطرة على الحاضر وعدم التأكد من المستقبل ، وهذا يؤكد ما أشار إليه محمود محيي الدين سعيد عشري (٢٠٠٤ ، ٨٤٦) بأن قلق المستقبل هو أحد أنظمة القلق التي بدت تطفو على السطح ، حيث أطلق **Toffler** مصطلح صدمة لمستقبل **Future Shock** على العصر الحالي ؛ لأنه يخلق توتراً خطيراً بسبب المطالب المتعددة لاستيعاب تغيراته والسيطرة عليها ، واستنتج أن الكثير من الناس يعانون من صدمة المستقبل.

لذلك يمكن القول بأن قلق المستقبل هو إحدى أنواع القلق المرتبط بتوقع الفرد للأحداث المستقبلية خلال فترة زمنية أكبر ، وعندما يفترض الإنسان مستقبله ، فإنه يحتمل حاضره ، ويتخيل ماضيه ، فالماضي والحاضر يتداخلان في التنبوء بالأحداث والأعمال المستقبلية . وبالنسبة للطالب الجامعي تتحدد المجالات التي يتوقع أن يواجهها في حياته المقبلة ، والتي يظهر من خلالها قلق المستقبل في : المجال الاجتماعي ، ومجال العمل ، ومجال الزواج ، والمجال الاقتصادي ، ومجال المرض ، ومجال المجهول ، ومجال الموت ، ومجال الإعداد المهني ، والمجال الأكاديمي ، والمشاعر نحو المستقبل (سلوى عبد الباقي ، ١٩٩٣) ، (أنطون رحمة ، ٢٠٠٢) ، (إبراهيم شوقي عبد الحميد ، ٢٠٠٣).

وتقتصر الدراسة الحالية على مجالي المشاعر نحو المستقبل ، والعمل أو المهنة ،
أومجال الإعداد المهني مندمجين مع بعضهما في المستقبل المهني ، أو فيما ساعمل بعد التخرج ،
حيث يشير إسماعيل إبراهيم محمد (١٩٩٣) إلى أن إحدى التحديات التي تواجه الطالب الجامعي
التحدي الخاص بـ : ماذا بعد التخرج ؟ خاصة وهم يرون الكثير من الخريجين بلا عمل ،
الأمر الذي يشعرهم بالتوتر والقلق المرتبط بمستقبلهم المهني المجهول .

ثانياً: قلق المستقبل المهني Career Related Future Anxiety

تناولت العديد من الدراسات الأجنبية البعد المستقبلي تحت مسميات مختلفة منها : التوجه
نحو المستقبل **Future Orientation** ، ورؤية المستقبل **Visioning The Future** ،
واتجاهات المستقبل **Future Directions** ، وإدراك الفرص المستقبلية **Perceived Future**
Opportunity ، والتفاؤل والتشاؤم بشأن المستقبل **Optimism For The Future** -
Pessimism ، وغير ذلك من المسميات التي تناولت البعد المستقبلي بشكل عام دون الاقتصار
على البعد المهني، كما تناولت بعض الدراسات العربية الحديثة مفهوم قلق المستقبل الذي يرتبط
بالتوجه نحو المستقبل ، كدراسة محمود محيي الدين سعيد ٢٠٠٤ ، وناهد شريف
سعود ٢٠٠٥ ، وإبراهيم محمود إسماعيل ٢٠٠٦ .

وترى سلوى عبد الباقي (١٩٩٣ ، ١٧١) أن قلق المستقبل مزيج من الرعب والأمل
بالنسبة للمستقبل والاكتئاب والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس بصورة غير معقولة ، بينما
يشير (Zaliski 1996,165) إلى أن قلق المستقبل يعد حالة من التوتر والانشغال
Preoccupation وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات غير المرغوبة المتوقع حدوثها في
المستقبل ، وفي الحالة القصوى لقلق المستقبل فإنه يكون تهديداً بأنه هناك شيء ما غير حقيقي
سوف يحدث للشخص .

ويعرفه محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦ ، ٦٨) بأنه التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير
في المستقبل ، والخوف من المشكلات الاجتماعية المستقبلية ، والخوف من تدني القيم ، وعدم
الثقة في المستقبل ، وقلق الموت ، والخوف من العجز في المستقبل ، واليأس من المستقبل ،
ويتفق محمود مندوه محمد (٢٠٠٦ ، ٢٢٥) مع محمد عبد التواب معوض ١٩٩٦ على أن قلق
المستقبل هو الشعور بالخوف من المجهول وتوقع الفشل من المستقبل والنظرة التشاؤمية لما
يمكن أن يحدث فيه ، أو هو استجابة لخطر غير محدد نتيجة لضغوط الحياة .

وتعرف إيمان محمد صبري إسماعيل (٢٠٠٣ ، ٦٠) قلق المستقبل بأنه الخوف من شر
مرتقب في المستقبل، الناتج عن تكامل بين قلق الماضي والحاضر والمستقبل.

ويرى محمود محيي الدين سعيد عشري (٢٠٠٤، ١٤٢) أن قلق المستقبل هو خبرة انفعالية غير سارة ، يمتلك الفرد خلالها الخوف الغامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعداً من صعوبات ، والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة ، والشعور بالتوتر والضيق والانقباض عند الاستغراق في التفكير فيها ، وضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات ، والإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام ، والشعور بعدم الأمن والطمأنينة نحو المستقبل والانزعاج ، وفقدان القدرة على التركيز والصداع .

في حين يعرف عاشور محمد دياب أحمد (٢٠٠١ ، ٤٤٤) قلق المستقبل بأنه خوف أو مزيج من الرعب والأمل بالنسبة للمستقبل ، والاكتئاب والأفكار الوسواسية ، وقلق الموت ، واليأس بصورة غير مقبولة .

بينما تعرفه ناهد شريف سعود (٢٠٠٥ ، ٦٤) بأنه عبارة عن استعداد شخصي يماثل المجالات الأخرى أو حالة من عدم التأكد ، والخوف من شيء غير سار وغامض ، وانشغال البال ، ويمثل في حالته القصوى تهديداً أو قلقاً من أن ثمة شيء كارثي حقيقي يمكن أن يحدث لشخص .

وبالتدقيق في التعريفات السابقة يلاحظ أنها خلطت في تعريفها لقلق المستقبل بين مفهومين: القلق ، والخوف ، على الرغم مما بينهما من فروق ؛ الأمر الذي يوجب تعرف ماهية وطبيعة المستقبل المهني ، حتى يمكن صوغ تعريف إجرائي لقلق المستقبل المهني .

إن المستقبل المهني هو المهنة التي يتوقع الطالب أن يعمل بها مستقبلاً بعد تخرجه (أحمد علي كنعان ، وعبد الله المجيدل ، ١٩٩٨ ، ١٨) ، وأصبح المستقبل المهني مصدراً من مصادر القلق ، فكما يشير أحمد عزت راجح (١٩٩١ ، ٥٨٦) إلى أن عملية انتظار المهنة ، والبحث عنها دون تواجدها ، مشكلة انفعالية حادة تشغل العديد من الأفراد ، وتسبب لهم حيرة دائمة وصراعاً نفسياً موصولاً .

وهذا ما أكده عمرو يوسف (٢٠٠٥ ، ٣٩ - ٤٣) الذي أشار إلى أن أغلب أنواع القلق المتعلق بالمستقبل والخوف من المجهول واحتمالات النجاح والفشل الذي يكون ، ومن أهم مصادره طريقة التفكير في العمل ونظرة الفرد إليه ونوع العمل الذي سيمارسه ، هل يميل إليه ، ويحقق له الإشباع ؟ أم أنه على العكس من ذلك يسبب له الضيق والملل والتوتر .

إن المستقبل بصفة عامة يعد مكوناً أساسياً لسلوك الشخص ، والقدرة على بناء أهداف شخصية بعيدة المدى ، والعمل على تحقيقها ، هي صفة مهمة بالنسبة للأفراد ، كما أن عدم القدرة - من الناحية النفسية - لبعض الأفراد على إنجاز الخطط بعيدة المدى يرتبط بالافتقار إلى منظور زمن المستقبل بجانبه المعرفي والدفاعي (السيد عبد الدايم عبد السلام، ١٩٩٥ ، ٦٤٣).

ومن الطبيعي أن تختلف مستويات القلق بأشكاله وأعراضه المتعددة باختلاف المراحل العمرية ؛ بسبب ارتباط كل مرحلة من مراحل العمر بمجموعة من المطالب ، وقد تنشأ نتيجة هذه المطالب مجموعة من المخاوف المتعلقة بالمستقبل ، فمن خلال دراسة لمحتوى القلق في مجرى الحياة الإنسانية والقلق المرضي وجد أن قلق المستقبل لدى المجموعة العمرية ٢٠ - ٢٩ عاماً ، تظهر في عدم التمكن من إنهاء التحصيل العلمي أو عدم الحصول على مهنة لائقة من حيث الدخل والمستوى الاجتماعي (ناهد شريف سعود ، ٢٠٠٥ ، ١٥).

إن الاطمئنان في هذه المرحلة للمستقبل أهم ما يميز الشخص المستقر الهادئ ، فإذا فقد هذا الاطمئنان فإنه ما يلبث أن يصاب بقلق خفي ينغص عليه عيشه ، وعدم الاستقرار المهني في أي مجتمع يجعل الأفراد في حالة من التوتر ، فيشعر كل فرد وكأنه فقد شيئاً ، وأنه يريد الحصول على شيء لا يدري ما هو ؟ (عبد العال محمد عبد الله ، ١٩٩١ ، ٤).

ويرتبط عالم المراهقة في الحياة المعاصرة بأحداث ومواقف يتعرض لها المراهق تتطلب منه أن يتوافق معها مما يحتم عليه أن يتعلم الكثير من القيم والعادات والمعايير الدينية والخلفية ، كما أنه يحتاج إلى البحث عن مهنة جديدة (محمود إبراهيم عبد العزيز فرج ، ١٩٩٨ ، ٣) ، فهناك بعض التحديات التي تبرز على السطح وتفرض نفسها ، فتؤثر في درجة القلق والتوتر المرتبط بتلك المطالب ، وخاصة أن تلك الفترة تظهر جوانب مهمة لمستقبل الشباب ، مثل تحديد الهوية ، والتفكير في المستقبل ، والتخطيط له ، وخاصة المستقبل المهني (عاشور محمد دياب أحمد ، ٢٠٠١ ، ٤٣٦).

هذا يعد تأكيداً لما أشار إليه طلعت منصور (١٩٩٥ ، ٦٢٠) من أن أكثر ما يثير القلق لدى المراهقين والشباب هو المستقبل ، حيث إن الشباب عندما يشعر بعدم وضوح أو عدم تحديد المستقبل المهني ، فإنه يشعر إحباطاً وقلقاً على ذاته وعلى مستقبله ووجوده ، كما أشار **Malvine (1995)** إلى أن فقد العمل أو التهديد بفقدته بمثابة عامل خطورة **Risk Factor** للتنبؤ بأعراض القلق والاكتئاب ، وهذا ما يؤكد العلاقة الارتباطية بين عدم الأمن تجاه العمل المستقبلي وبين القلق.

ويظهر هذا لدى الشباب الجامعيين، حيث إنهم لا يشعرون بالاطمئنان لمستقبلهم ، ولا يعرفون مصيرهم بعد التخرج خاصة بعد انتشار البطالة بين صفوف الخريجين وندرة فرص العمل ومجالاته ، فتنتاب بعضهم حالة من القلق نتيجة خوفهم من النتائج المجهولة لعملهم المستقبلي ، فمن المعروف أن كل مجهول لا بد وأن يثير لدى الفرد حالة من التوتر والقلق ، خاصة على المجالات المصيرية (عبد المعين سعد الدين هندي سالم ، ٢٠٠٥ ، ٩١) ، (ماريو جرجس رحال ، ٢٠٠٦ ، ٦٣).

ومن خلال العرض السابق للتعريفات المختلفة لقلق المستقبل ، والمستقبل المهني ، يمكن القول بأن قلق المستقبل المهني إجرائياً عبارة عن : " حالة التوتر والتشاؤم التي يشعر بها الطالب الجامعي لندرة فرص العمل بعد التخرج " ، ويقاس من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس قلق المستقبل المهني المستخدم في الدراسة الحالية.

ثالثاً : أسباب قلق المستقبل المهني من المنظور الديني وعلم النفس الحديث :

تتفق نظريات الإرشاد والعلاج النفسي على أن القلق هو السبب الرئيس في نشأة أعراض الأمراض والاضطرابات النفسية ، ولكنها تختلف فيما بينها في تحديد العوامل التي تسبب القلق ، بينما يختلف الأمر في ذلك من وجهة نظر الدين.

ويذكر علماء النفس أن الخوف يعد مادة القلق الذي يتولد في النفس ، فيجعل الإنسان قلقاً متوتراً متشائماً متردداً ، يسيطر عليه خوف غامض ، يترقب حدوث المكروه ، كالذي وصفه القرآن في قول الله - تعالى - : " وَإِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَإِنْ يَقُولُوا تَسْمَعُ لِقَوْلِهِمْ كَأَنْهُمْ خَشَبٌ مُسْتَدَّةٌ يَحْسَبُونَ كُلَّ صَيْحَةٍ عَلَيْهِمْ هُمُ الْعَدُوُّ فَاحْذَرْهُمْ قَاتِلْتَهُمُ اللَّهُ أَنْتَى يَوْمَئِذٍ كَانُوا الْمُنَافِقِينَ ، (٤) ، لذا نجد العلاج القادر على استئصال هذه المخاوف هو الإيمان ، فهو القادر على حل عقدة الخوف باقتلاع أسبابها ، وسد المنافذ التي ينفذ منها القلق.

ويشير كل من فوزي قابيل همام (١٩٩٦ ، ٢٧ - ٢٨) ، وحامد عبد السلام زهران (٢٠٠٣ ، ٢٩٨ - ٣٠٠) إلى أن القلق ينشأ لدى الفرد نتيجة لمخالفته الشريعة الغراء ، وعدم الامتثال للقوانين الإلهية ، واتباع نفسه لأهوائها والجري وراء المكاسب الدنيوية دون أي اعتبار للحياة الآخرة ، وتتمثل أسباب القلق في رأي الدين في : الذنوب لقوله تعالى : " وَمَنْ يَكْسِبْ إِثْمًا فَإِنَّمَا يَكْسِبُهُ عَلَى نَفْسِهِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا " (النساء ، ١١١) ، والضلال الذي يؤدي إلى الاضطراب النفسي والإصابة بالقلق ، لقوله تعالى : " مَنْ عَمِلْ صَالِحًا فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا وَمَا رَبُّكَ بِظَلَّامٍ لِلْعَبِيدِ " (فصلت ، ٤٦) ، وقوله تعالى : " مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا " (الإسراء ، ١٥) ، والإنابة والإيثار للحياة الدنيا والتخالب عليها ، لقوله تعالى : " فَأَمَّا مَنْ طَغَىٰ ، وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا ، فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَىٰ " (النازعات ، ٣٧ - ٣٩) ، والغيرة والحقد وحسد الناس على ما آتاهم الله من فضله ، لقوله تعالى : " أَمْ يَحْسَدُونَ النَّاسَ عَلَىٰ مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ فَقَدْ آتَيْنَا آلَ إِبْرَاهِيمَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَآتَيْنَاهُمْ مَثَلًا عَظِيمًا " (النساء ، ٥).

في حين يشير محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦ ، ٢١٥) إلى أن أسباب الاضطرابات النفسية من وجهة نظر الدين بصفة عامة ، والقلق وقلق المستقبل بصفة خاصة عديدة ، منها : زيادة المشاعر السلبية كماً ونوعاً وأهمها الخوف والضلال ، والبعد عن الدين ، وضعف القيم والمعايير الدينية ، وعدم ممارسة العبادات والشعور بالذنب ، والخوف على الرزق.

وأجمع أنصار العلاج النفسي الديني على أن الخطيئة ؛ وهي الذنب والإثم على مستوى الشعور ، والشعور بالإثم نتيجة لما ارتكبه الإنسان من أعمال وسوس إليه بها الشيطان وكان يود ألا يرتكبها ، والشعور بالرياء والكذب ، والغفلة ، والعقاب نتيجة الانحراف عن التعاليم السماوية، هي العنصر الأساسي في تكوين العصاب (محمد إبراهيم سليم ، ١٩٨٦ ، ٣٧ - ٤٠)، (محمد عبد الفتاح المهدي ، ١٩٩٠ ، ٤٦ - ٤٧) ، (حامد عبد السلام زهران ، ١٩٩٥ ، ٣٧٢) .

بينما يشير حسن محمد شرقاوي (١٩٨٣، ٦٧ - ٧٢) إلى أن الاضطرابات النفسية - خاصة القلق - ترجع إلى : ظلم النفس ، والنسيان ، والغفلة ، والكذب ، والرياء ، والانحراف عن التعاليم السماوية ، والشعور بالإثم نتيجة لما ارتكبه الإنسان من أعمال وسوس إليه بها الشيطان وكان يود ألا يرتكبها.

إن تكرار الانشغال بالمستقبل ليس عرضياً ، بل هو في الواقع ثمرة حتمية لحقيقة أن الأشخاص ينظمون حياتهم استناداً إلى أهدافهم المستمرة من تعريف المستقبل ، وأن التوجهات للأهداف قد أصبحت محل اهتمام متجدد ، وذلك من خلال الكفاح المستمر للوصول إليها ، فالسلوك ينظم من أجل الأهداف ، وأن على النظم السلوكية Behavioral Systems بما في ذلك المعرفة أن تكون متضمنة أيضاً لنجاحها في تعزيز الخصال من أجل الأهداف (Klinger,1994, 98).

في حين يشير فيديريكو مايور ثاراجوتا (١٩٩٠ ، ٢٧ - ٢٩) إلى أن كتابة المستقبل ترجع إلى مجموعة من الأحكام التي ظل العديد من الأفراد يرددونها بإلحاح حتى تحولت إلى سمات متكررة انعكاساً للمعتقدات وطرائق تقدير الواقع ، والنفاز للمستقبل ، وعدم معرفة الشباب لكيفية العمل ، وعدم إشرافهم في تصور المستقبل وتخطيطه.

وطالما ظل المراهق في هذه الفترة معزولاً في دراساته العلمية والمهنية انعزلاً يجعله بعيداً عن المشاركة في الحياة ، بقيت مشاعر الإحباط الناتجة عن تأجيل إشباع حاجاته الأساسية ، كالاستقلال ، والتغلب على مشاعر التوتر والشعور بالذنب (بثينة حسين عمارة ، ٢٠٠١ ، ١٠٨).

إن بدء المراهق في عملية التفكير في هذه المرحلة من حياته في إعداد نفسه للاستقلال مادياً يبدأ الشعور بالتوجيه إلى مهنة معينة يقوم عليها مستقبله ، وتتنضح أهمية هذا الشعور من حيث نظرة المراهق إلى مستقبله ومركزه الاقتصادي والاجتماعي وشدة رغبته في الاستقلال واحتلال مركز بين الكبار (نبيل زايد ، ١٩٩٠ ، ٧٧) .

وترى أمل الأحمد (٢٠٠١) أن هناك أسباباً مستجدة كثيرة تستدعي زيادة حدة القلق المستقبلي ، ومنها على الصعيد الاقتصادي تناقص فرص العمل ، وقلة الدخل ، وضعف القيم الأخلاقية وانهيار الكثير من المعايير الأصيلة التي كانت تعم بين الناس وتسهم في حل مشكلاتهم إلى حد كبير .

في حين يشير إبراهيم شوقي عبد الحميد (٢٠٠٢) ، (٢٠٠٣) إلى أن أهم المشكلات التي تظهر قلق المستقبل الخاص بالمهنة لدى طلاب الجامعة بصفة عامة ، تتمثل في : عدم وجود تخصصات بالجامعة تواكب التغيرات السريعة والمتلاحقة على مجالات الحياة المختلفة ، وعدم وجود صلة بين المساقات الدراسية والعمل ، وعدم كفاية مواد التخصص للإعداد للعمل ، وقصور برامج التدريب وعدم تنوع جهات التدريب العلمية ، وعدم توافر المال الذي يؤمن المستقبل ، وعدم وجود هدف واضح للمستقبل بالنسبة للطلاب .

وأشار بدر الأنصاري (١٩٩٥) إلى أن أهم أسباب قلق المستقبل المهني للشباب تتمثل في:

- ١- عدم توافر فرص عمل مناسبة للخريجين .
- ٢- عزوف الشباب عن بعض الأعمال الفنية والحرفية .
- ٣- عدم اقتناع الشباب بالتعليم العالي بوصفه مصدراً للدخل .
- ٤- تفضيل بعض القطاعات الحكومية والأهلية العمالة الأجنبية عن المحلية .

ويعرض عاشور محمد دياب أحمد (٢٠٠١) أسباب الاضطرابات الانفعالية كالقلق المرتبط بالمهنة والرزق والموت وغيرها ، من المخاوف المتعلقة بالمستقبل لدى الطالب الجامعي والناجمة عن التناقص الهائل فيما بين ما هو حسي وما هو معنوي ، وبين الأحلام الوردية والواقع المرير ، فيما يلي :

- ١- عجز الفرد في الحاضر مما يعطيه مؤشراً لصعوبة المستقبل .
- ٢- الطموحات الزائدة والتي لا تتناسب مع حجم الإمكانيات الواقعية .
- ٣- تعدد الظواهر المتباينة المطلقة المرتبطة بأمن الفرد ومستقبله المهني .
- ٤- طغيان الجانب المادي في المجالات جميعها ، وتقلص دور الجانب الروحي وسط دوامة الحياة ومشكلاتها وصراعاتها .

ويرجع أحمد على كنعان ، وعبد الله المجيدل (١٩٩٨ ، ٣٣ - ٣٤) قلق الطلاب على مستقبلهم المهني إلى عدم توافر فرصة عمل مناسبة بعد التخرج ، ويرجع مصدر القلق إلى : عدم الثقة بالنفس ، قلة فرص العمل ، الظروف الاقتصادية السيئة . أسباب أخرى .

في حين يشير محمد عبد الكريم أبو سل (١٩٩٩ ، ١٠٣) إلى أن قلق المستقبل المهني يرجع إلى التغيرات المستمرة في عالم العمل نتيجة التقدم العلمي والتطور التكنولوجي ، التي أدت ظهورها إلى عقبات أمام الشباب - ذكوراً وإناثاً - فيما يتعلق بمستقبلهم المهني ، إذ أن هذه الظاهرة تتطلب تحليلاً مستمراً لفرص العمل المستقبلية ، واختياراً دقيقاً للمجال المهني الواعد ، ضماناً للأمن الاجتماعي والاطمئنان النفسي والاستقرار الوظيفي للأفراد .

وبينت دراسة (Stem , etal.(1995) أن اتجاهات الطلاب الجامعيين اليابانيين مقارنة بالأمريكيين نحو التغيرات التكنولوجية تتسم بالسلبية والتشاؤم ، إذ يدركونها بوصفها مصدراً للضغط Stress ، ويعتقدون أنها تهدد مستقبلهم المهني ، الأمر الذي يشعرهم بدرجة عالية من القلق (في : ماريو جرجس رحال ، ٢٠٠٦ ، ٦٩).

وتوصلت دراسة عبد الله السيد عسكر ، وعماد علي عبد السرازق (٢٠٠٠) إلى أن أسباب قلق المستقبل المهني من إدراك الشباب لأسباب البطالة ، تتمثل في :

- ١- ضرورة توافر واسطة للحصول على عمل.
- ٢- عدم إتاحة فرصة عمل مناسبة توفر الأمان المهني في المستقبل.
- ٣- عدم توافر فرص عمل مناسبة.
- ٤- عدم كفاية الأجر أو الرضا عن الأعمال المتاحة.

في حين أشارت كوثر إبراهيم رزق (١٩٩٨) إلى أن أسباب القلق المرتبط بمهنة المستقبل تتمثل فيما يلي :

- ١- الخلل في توزيع الطلاب بين انكليات العملية والنظرية ، لصالح الكليات النظرية ، على الرغم أن معظم طلاب هذه الكليات غالباً ما يشكلون فائضاً في سوق العمل.
- ٢- سيادة بعض القيم الاجتماعية التي تحط من شأن العمل اليدوي ، وتحترم العمل المكتبي ، مما قد يجعل المتعلمين يرفضون العمل اليدوي ، ويلهثون وراء الأعمال المكتبية التي تعاني من فائض ، بالرغم من ضعف الراتب ، حيث لا يرث العمل اليدوي إى كان نوعه إلا النظرة الدونية.

ومما يثير قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية التربية ، ما يجده في البلاد المتقدمة من التزام بالتحليل والتخطيط في اختيار العمل ، حيث نجد كليات التربية قد علقت أهمية كبيرة على الأسباب التي يوافق عليها طالبو الوظيفة في اختيارهم لمجال العمل ، طبقاً لمعايير خاصة يمتلكونها ، التعيين التي يعدونها حقاً من حقوقهم ، وأفعالهم على الالتحاق بهذه الكلية دون سواها التي لا توفر لهم الحق نفسه (عبد العزيز الغريب صقر ، ٢٠٠٣ ، ١١٠) ، حيث يكون التأكيد على دوافع العمل ، وليس كما هو كائن في المجتمع المصري ، حيث تعد مهنة التدريس مهنة لمن لامهنة له (نبيل زايد ، ١٩٩٠ ، ٧٨) ، ولذلك فإن أكثر المشكلات تأثيراً وفقاً لرؤية طلاب كلية التربية : البطالة ، وقلة فرص العمل الناتجة عن حرمان خريجها من فرصة العمل.

ويشير صلاح الدين عبد الغني عبود (٢٠٠٤) إلى أن هناك عوامل عديدة تؤدي إلى الإحباط المهني لدى المعلمين ، منها : المستوى الاجتماعي للمعلم ، فمازالت نظرة المجتمع إلى مهنة التعليم متدنية ، كما أن الراتب الذي يتقاضاه المعلم قليل جداً مقارنة بالمجهود الذي يبذله خلال العملية التعليمية.

وعلى صعيد الدول الأجنبية كشفت دراسة مسحية طبقت على ١٠٨٩ طالباً جامعياً في منطقة فيلادلفيا بالولايات المتحدة الأمريكية ، إلى أن أبرز العوامل التي تؤثر في اختيار طلاب الجامعة للمهنة : الراتب Salary ، وفرص التقدم والترقي Opportunities For Advancement ، وتوفير التوازن بين العمل والحياة الاجتماعية Balances Life & Work ، الفوائد والامتيازات الوظيفية Benefits ، والتحدي Challenge (Philadelphia Survey ,) (2002 , On Line) .

ومن أهم المشاكل التي تواجه الدول العربية على صعيد البطالة وطلاب كلية التربية تحديداً اتجاهات الخريجين نحو المهن اليدوية والفنية ، إذ يصر غالبيتهم أن تتناسب المهن التي يرغبون العمل فيها مع طبقتهم الاجتماعية ، وخلفيتهم الاقتصادية والاجتماعية والأسرية وتخصصهم الأكاديمي ، كما يهتمون برأي الأهل والمجتمع في اختيار مهنة المستقبل (عبد المهدي عبد الله السوداني ، ٢٠٠٢) ، (عبد العزيز الغريب صقر ، ٢٠٠٣ ، ١١٢) .

رابعاً : قلق المستقبل من منظور إسلامي :

لم يرد مصطلح القلق في القرآن الكريم ولا في أحاديث النبي - ﷺ - ، ولكن ذكرت بعض المصطلحات التي ترتبط به أو تكون سبباً من أسبابه مثل : الخوف ، الحزن ، الهم ، الريبة ، فقال تعالى : "وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ" (آل عمران ، ١٣٩) ، وقوله - ﷺ - : " اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن " (صحيح مسلم والبخاري) ، و " دع ما يريبك إلى ما لا يريبك " (رواه الترمذي) .

وقد وصف القرآن الكريم مختلف درجات القلق والخوف الطبيعي وما يصاحبها من أعراض عضوية في الجسم ، وهي : الضيق النفسي ، لقوله تعالى : "وَلَقَدْ نَعَلْمُ أَنَّكَ يَصْضِيقُ صَدْرَكَ بِمَا يَقُولُونَ ، فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ ، وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ" (الحجر ، ٩٧ - ٩٩) ، والخوف ، في قوله تعالى : " أَشِحَّةً عَلَيْكُمْ فَإِذَا جَاءَ الْخَوْفُ رَأَيْتَهُمْ يَنْظُرُونَ إِلَيْكَ تَدُورُ أَعْيُنُهُمْ كَالَّذِي يُغْشَىٰ عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ فَإِذَا ذَهَبَ الْخَوْفُ سَلَقُوكُمْ بِأُنْسِيَةِ حِذَابِ أَشِحَّةً عَلَى الْخَيْرِ أُولَٰئِكَ لَمْ يُؤْمِنُوا فَأَحْبَطَ اللَّهُ أَعْمَالَهُمْ وَكَانَ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا " (الأحزاب ، ١٩) ، الهلع والجزع وفقد الصبر ، في قوله تعالى " إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ، إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا " (المعارج ، ١٩ - ٢٠) ، الرعب ، وهو أعلى من الهلع : " إِذْ يُوحِي رَبُّكَ إِلَى الْمَلَائِكَةِ أَنِّي مَعَكُمْ فَتَبَيَّنُوا الَّذِينَ آمَنُوا سَأَلْتَنِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرَّعْبَ فَأَضْرِبُوا فَوْقَ الْأَعْنَاقِ وَأَضْرِبُوا مِنْهُمْ كُلَّ بَنَانٍ " (الأنفال ، ١٢) ، و " وَأَنْزَلَ الَّذِينَ ظَاهَرُوهُمْ مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ مِنْ صَيَاصِيهِمْ وَقَذَفَ فِي قُلُوبِهِمُ الرَّعْبَ فَرِيقًا تَقْتُلُونَ وَتَأْسِرُونَ فَرِيقًا " (الأحزاب ، ٢٦) ، الفرع والذعر ، أعلى درجات الرعب لقوله تعالى : " لَا يَحْزَنُهُمُ الْفَرَعُ الْأَكْبَرُ وَتَتَلَقَّاهُمُ الْمَلَائِكَةُ هَذَا يَوْمُكُمْ الَّذِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ " (الأنبياء ، ١٠٣) ، الذهول لقوله تعالى : " يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا

رَبُّكُمْ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ ، يَوْمَ تَرَوُنَّهَا تُذْهِلُ كُلَّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَارَى وَمَا هُمْ بِسُكَارَى وَلَكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ " (الحج ، ١ - ٢) ، (محمد عبد التواب معوض ، ١٩٩٦ ، ١٢٧ - ١٢٨) ، والحصار ، وهو الحالة النفسية التي تتصف بها الفئات الضعيفة التي تلوذ بالحياد بدلاً من الانتماء واختيار جهة معينة ، فتعيش في قلق بسبب هذا الموقف المضطرب ، قال تعالى : " إِلَّا الَّذِينَ يَصِلُونَ إِلَى قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُمْ مِيثَاقٌ أَوْ جَاءُوكُمْ حَصِرَتْ صُدُورُهُمْ أَنْ يُقَاتِلُوكُمْ أَوْ يُقَاتِلُوا قَوْمَهُمْ وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ لَسَلَّطَهُمْ عَلَيْكُمْ فَلَقَاتِلُوكُمْ فَإِنِ اعْتَزَلُوكُمْ فَلَمْ يُقَاتِلُوكُمْ وَأَلْفَوْا إِلَيْكُمْ السَّلَمَ فَمَا جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ عَلَيْهِمْ سَبِيلًا " (النساء ، ٩٠) ، ويسمى هذا النوع الحزن إذا كان خوفاً من شر متوقع له حقيقة ، أي يخشى وقوعه ، فإن كان الشر قد وقع في السابق فإن أثره يسمى الهم ، ولذا جاءت الاستعاذة النبوية تجمع بينهما في جملة واحدة ، لقول النبي - ﷺ - : " اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن " (رواه مسلم والبخاري) ، أي من قلق ينشأ من أمور ماضيه لا يزال المرء يعيش في ظل مخاوفها كالمصائب ، أو ما ينشأ من أمور مستقبلية كالخطر المتوهم (عبد الستار أبو غده ، ٢٠٠٥) .

وقلق المستقبل انفعال قديم وشائع ، بدأ مع الإنسان منذ بداية الخليقة ، بل هو أقدم من ذلك ، حيث قلقت الملائكة حينما تساءلت عن خلق الإنسان وفساده في الأرض ، فيشير محمد إبراهيم الفيومي (١٩٨٠ ، ٨٨) إلى أن القلق النفسي يبدأ بتساؤلات تتناول القضايا المهمة ، ولهذا يبدو قلق الملائكة في قول الله تعالى : " وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ " (البقرة ، ٣٠) .

فظهر قلق الملائكة في تساؤلهم عن طبيعة المخلوق الجديد ، والله أعلم به منهم ، ليس هذا فحسب ، ولكن للقلق طبيعة إنسانية ، وهو قدر بني آدم ، وكل فرد له نصيب منه (فاروق السيد عثمان ، ٢٠٠١ ، ٢٠) ، (ربيع عبد ربه عطا ، ١٩٩٨ ، ١٣) ، فيشير الرسول - ﷺ - إلى ذلك في قوله : " إن الله خلق آدم من قبضة قبضها من جميع الأرض ، فجاء بنو آدم على قدر الأرض ، فمنهم الأبيض والأحمر والأسود ، وبين ذلك ، والسهل الحزن وبين ذلك ، والخبيث والطيب وبين ذلك " (رواه أبوداود والترمذي) ، (محمد عبد الفتاح المهدي ، ١٩٩٠ ، ٤٦ - ٤٧) .

وقد شعر آدم وحواء - عليهما السلام - حينما عصيا ربهما فتوقعا عقابه ، وحينما هبطا من الجنة ، حيث كانا يعيشان عيشة راضية رغبة ، إلى الأرض التي لن ينالا فوقها رزقهما إلا كذا ، فيتعب الإنسان ويشقى من أجل رزقه ، ويصارع في نفسه وفي الطبيعة ، فأحياناً ينتصر على الشر فيشعر بالأمن والطمأنينة ، وأحياناً ينتصر الشر عليه فيشعر بالقلق ، ويتوقع الشر

والمصائب فيشعر بالهم والغم والحزن ، فيقلق على نفسه وعلى مستقبله على هذه الأرض ، وعلى بنيه من بعده ، ويظهر هذا في قول الله تعالى : " وَيَا آدَمُ اسْكُنْ أَنْتَ وَزَوْجُكَ الْجَنَّةَ فَكُلَا مِنْ حَيْثُ شِئْتُمَا وَلَا تَقْرَبَا هَذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُونَا مِنَ الظَّالِمِينَ ، فَوَسْوَسَ لَهُمَا الشَّيْطَانُ لِيُبْدِيَ لَهُمَا مَا وُورِيَ عَنْهُمَا مِنْ سَوْءَاتِهِمَا وَقَالَ مَا نَهَاكُمَا رَبُّكُمَا عَنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ إِلَّا أَنْ تَكُونَا مَلَكَيْنِ أَوْ تَكُونَا مِنَ الْخَالِدِينَ ، وَقَاسَمَهُمَا إِنِّي لَكُمَا لَمِنَ النَّاصِحِينَ ، فَدَلَّاهُمَا بِغُرُورٍ فَلَمَّا ذَاقَا الشَّجَرَةَ بَدَتْ لَهُمَا سَوْءَاتُهُمَا وَطَفِقَا يَخْصِفَانِ عَلَيْهِمَا مِنْ وَرَقِ الْجَنَّةِ وَنَادَاهُمَا رَبُّهُمَا أَلَمْ أَنْهَكُمَا عَنْ تِلْكَ الشَّجَرَةِ وَأَقُلْ لَكُمَا إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمَا عَدُوٌّ مُبِينٌ ، قَالَ رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ " (الأعراف ، ١٩ - ٢٣) .

يظهر قلق بني آدم في قلق سيدنا نوح - عليه السلام - ، والذي يبدو قلقه في قول الله تعالى : " وَأَوْحِيَ إِلَيَّ نُوحٌ أَنَّهُ لَنْ يُؤْمِنَ مِنْ قَوْمِكَ إِلَّا مَنْ قَدْ آمَنَ فَلَا تَبْتَئِسْ بِمَا كَانُوا يَفْعَلُونَ ، وَاصْنَعِ الْفُلْكَ بِأَعْيُنِنَا وَوَحْيِنَا وَلَا تُخَاطِبْنِي فِي الَّذِينَ ظَلَمُوا إِنَّهُمْ مُغْرَقُونَ ، وَيَصْنَعِ الْفُلْكَ وَكَلَّمَا مَرَّ عَلَيْهِ مَلَأَ مَنْ قَوْمِهِ سَخِرُوا مِنْهُ قَالَ إِنْ تَسْخَرُوا مِنِّي فَإِنَّا نَسْخَرُ مِنْكُمْ كَمَا تَسْخَرُونَ ، فَسَوْفَ تَعْلَمُونَ مَنْ يَأْتِيهِ عَذَابٌ يُخْزِيهِ وَيَحِلُّ عَلَيْهِ عَذَابٌ مُقِيمٌ ، حَتَّى إِذَا جَاءَ أَمْرُنَا وَفَارَ التَّنُّورُ قُلْنَا احْمِلْ فِيهَا مِنْ كُلِّ زَوْجَيْنِ اثْنَيْنِ وَأَهْلَكَ إِلَّا مَنْ سَبَقَ عَلَيْهِ الْقَوْلُ وَمَنْ آمَنَ وَمَا آمَنَ مَعَهُ إِلَّا قَلِيلٌ ، وَقَالَ ارْكَبُوا فِيهَا بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَمُرْسَاهَا إِنَّ رَبِّي لَغَفُورٌ رَحِيمٌ ، وَهِيَ تَجْرِي بِهِمْ فِي مَوْجٍ كَالْجِبَالِ وَنَادَى نُوحٌ ابْنَهُ وَكَانَ فِي مَعْزِلٍ يَا بُنَيَّ ارْكَب مَعَنَا وَلَا تَكُن مَعَ الْكَافِرِينَ " (هود ، ٣٦ - ٤٢) ، والتي يظهر فيها الأوامر الإلهية التي صدرت له من ربه ، التي لم يكن شاكاً فيها ، فلماذا صدرت منه تلك المناداة ؟ ، وهو يعلم أن وعد الله حق ، وأن ابنه كان من المغرقين الظالمين ، لذلك فالسؤال جاء عن قلق ، لا عن شك ، وما كان الإنسان الفلُّق كافراً ، ولكن محب طامع في عطف الله ، وهذا ما يؤكد لنا أنه كان قلقاً ، و كذلك الأمر بالنسبة إلى سيدنا إبراهيم ، والذي يظهر قلقه في قول الله تعالى : " وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ أَرِنِي كَيْفَ تُحْيِي الْمَوْتَى قَالَ أَوْ لَمْ تُؤْمِنْ قَالَ بَلَى وَ لَكِن لِيُظْمِنَنَّ قَلْبِي قَالَ فَخُذْ أَرْبَعَةً مِّنَ الطَّيْرِ فَصُرْهُنَّ إِلَيْكَ ثُمَّ اجْعَلْ عَلَى كُلِّ جَبَلٍ مِّنْهُنَّ جُزْءاً ثُمَّ ادْعُهُنَّ يَأْتِينَكَ سَعْياً وَاعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ " (البقرة ، ٢٦) ، فنبى الله إبراهيم - عليه السلام - لم يشك ، ولكن كان قلقاً ، فالآية لم تذكر الشك ولا مقابله اليقين ، إنما ذكرت مقابل القلق وهو الاطمئنان ، فغاية سيدنا إبراهيم - عليه السلام - من سؤاله الطمأنينة من قلقه (محمد إبراهيم الفيومي ، ١٩٨٠ ، ٤٩) .

وهذا القلق صحي وطبيعي؛ لأنه يدفع الإنسان إلى مزيد من الإيمان ، فالحاجة إلى السؤال ليست متخيلة ، إنما هي واقعية ، ذكرها نبى الله إبراهيم - عليه السلام - ، وهي أنه يريد الاطمئنان ، فالقلق بناء وهدام في الوقت نفسه ، فالقلق البسيط يمكن أن يفيد الفرد ويبعده عن

الخطر، أما القلق الشامل الكلي فإنه يؤدي إلى اضطراب كامل في الشخصية ، ويجعل الإنسان عاجزاً عن التفكير السليم أو القيام بأي عمل (فاروق السيد عثمان ، ٢٠٠١ ، ٢٣) .
 فدرجة مقبولة أو متوسطة من القلق يمكن أن تشكل دافعاً قوياً لدى الفرد ، يدفع إلى شحذ إمكاناته وقدراته واستثمارها بصورة جيدة ، سواء كان عاملاً أم طالباً أم غير ذلك ، لأن هذه الدرجة من القلق تولد لدى الفرد الاهتمام والنشاط والحركة الفاعلة التي توجهه في الاتجاه الصحيح ، بحيث يظل دعوياً ، مثابراً ، فاعلاً ، متحمساً ، متفائلاً ، لديه الرغبة في تحقيق الانجازات والنجاحات ، إلى أن يحقق الذي يرمي إليه ، فلو انعدم القلق لانعدم الدافع إلى العمل ، وهذا القلق السوي الدافعي هو الذي يكمن وراء كل تقدم ملحوظ أو انجاز موجب (أمل الأحمد ، ٢٠٠١) ، (حسيب محمد حسيب ، ٢٠٠٤) .

ونجد قول الله - تعالى - على لسان سيدنا موسى : " قَالَ رَبَّنَا إِنَّا نَخَافُ أَنْ يُفْرِطَ عَلَيْنَا أَوْ أَنْ يَطْغَى ، قَالَ لَا تَخَافَا إِنِّي مَعَكُمَا أَسْمَعُ وَأَرَى " (طه ، ٤٥ - ٤٦) ، فقد خاف سيدنا موسى وأخاه هارون وقلقا ، من عاقبة مقابلتهم لفرعون ، ومع ذلك نجحا في مهمتهما بفضل إيمانهما بربهما وشجاعتهم ومساندتهم لبعضهما البعض .

ذلك فإن القلق يعد عرضاً طبيعياً ، كالقلق الذي يعانيه الطلاب في الجامعات خصوصاً قبيل الامتحانات ، إلا أن هذا القلق قد يشتد أحياناً ليؤثر في نشاط الفرد لأسباب حقيقية أو لأسباب وهمية لا وجود لها (عبد المطلب أمين القريطي ، ١٩٩٨ ، ١٢٥) ، (محمود عبد الرحمن حموده ، ١٩٩٨ ، ٢٦٤ - ٢٦٥) ، (عبادة ضبيان طاهر ، وأحمد سليمان الزغاليل ، ٢٠٠٢) .

وقد حلل الإسلام المستقبل المهني تحليلاً دقيقاً ، فعن أبي الحسن - عليه السلام - ، أن النبي - ﷺ - قال : " إن النفس إذا أحرزت قوتها استقرت " ، وعن الإمام جعفر الصادق أنه قال ، قال سلمان - عليه السلام - : " إن النفس قد تلتاث على صاحبها ، إذا لم يكن لها من العيش ما تعتمد عليه ، فإذا هي أحرزت قوتها اطمأنت " ، وهذا يكشف العملية التحليلية للعلاقة بين الجانب النفسي من الإنسان وبين توفر الحاجات المادية ، وأثرها في الاستقرار والطمأنينة ، وأن الحاجة والفقر يسببان القلق وعدم الاستقرار .

ولقد سبق الإمام الغزالي Soren KurKegaard و Sygmond Freud في تعريف القلق ، والتمييز بين القلق الموضوعي والقلق العصابي ، ويعد ابن حزم أول من ألف كتاباً عن القلق أشار فيه إلى طرد الهم والقلق ؛ لأنه أشد الأشياء إيلاًماً للنفس ، عن طريق طرد الطمع والجشع والاتجاه إلى الله في كل عمل يفعله الفرد (فوزي قابيل همام أحمد ، ١٩٩٦ ، ٢٨ - ٢٩) .

فإنسان منذ أن وجد على ظهر الأرض وهو في حالة تأهب ضد الخطر الذي يستشعره من حوله لاستيفاء مطالبه المادية والفكرية والروحية ، ولكن تميز عصرنا الحالي بزيادة الشعور بالقلق حتى أنه أطلق عليه عصر القلق ؛ نظراً لما يشهده هذا العصر من تغيرات وتطورات متزايدة ومتسارعة ، الأمر الذي جعله لا مهرب للإنسان منه (عاشور إبراهيم عبد الرحمن الصياد، ٢٠٠٣، ١٦٢ - ١٦٣) .

ونظراً لتلازم القلق لحياة الإنسان باعتباره سمة مهمة متأصلة في شخصيته عبر وجوده الإنساني ، فقد شغل قديماً وحديثاً حيزاً كبيراً من اهتمام كل من علماء علم النفس ، وعلم الاجتماع ، والأدب ، والدين ، لإيجاد الأساليب المتنوعة لمواجهة ، ودرء الأخطار التي قد تهدده من خلال تعرف أسبابه .

خامساً : النظريات النفسية المفسرة لقلق المستقبل :

تزخر المكتبة النفسية بالكثير من الأدبيات التي تتعرض للنظريات المختلفة في القلق والتي تسعى إلى تفسيره والكشف عن طبيعته ، وعلى الرغم من تعدد تلك النظريات ، إلا أنها قسمت إلى ثلاثة اتجاهات ، الأول والثاني : يتمثلان في مدرستي التحليل النفسي والسلوكية ، اللتان اتفقتا على أن القلق يرجع إلى خبرات مؤلمة في ماضي الفرد ، واختلفا في تصورهما لتكوينه ، حيث يتحدث الفرويديون عن علاقة القلق بالهيو والأنا والأنا الأعلى ، والشعور واللاشعور ، بينما يحلل السلوكيون القلق في ضوء الاشتراط " التعلم الاشتراطي " ، في حين ينظر الاتجاه الثالث ، والمتمثل في المدرسة الإنسانية إلى القلق على أنه الخوف من المستقبل، وما قد يحمله هذا المستقبل من أحداث قد تهدد وجود الإنسان أو تهدد إنسانيته (حنان عبدالحميد العناني، ١٩٩٠، ١١٣-١١٤)، (عبد السلام عبد الغفار ، ١٩٩٦ ، ١٢٦) .

وقد برز مفهوم قلق المستقبل في دراسات الباحثين في إطار نظري وعملي من خلال جوانب متفرقة لتوضيح تأثير الخبرات السابقة في تحديده ، أو أحداث الواقع الراهن ، أو الأهداف التي يقررها الفرد ذات الأهمية النسبية له ، أو التعارض بين حاجات الفرد واحتمالات إخفاق أهدافه ، كما في دراسة سلوى محمد عبد الباقي ١٩٩٣ ، Zaleski 1994 ، أحمد حسانين ٢٠٠٠ ، ناهد شريف سعود ٢٠٠٥ ، وعومل في بعض الدراسات على أنه مرضاً حقيقياً استناداً على بعض السمات الشخصية لذوي قلق المستقبل والأطر الفلسفية لبعض النظريات النفسية لتفسير القلق لإبرازه ، الأمر الذي أدى بالعديد من الدراسات إلى التدخل الإرشادي لتخفيفه كدراسة محمد عبد الثواب معوض ١٩٩٦ ، وعاشور دياب أحمد ٢٠٠١ ، وسميرة أبو الحسن عبدالسلام ٢٠٠٥ ، وإبراهيم محمود إسماعيل إبراهيم ٢٠٠٦ ، ومن بين النظريات النفسية المفسره له ما يلي :

١- تفسير النظرية الوجودية لقلق المستقبل :

بدأ الحديث عن القلق مع بداية ظهور الفلسفة الوجودية ، حيث أشار **KearKigard** أحد مؤسسي هذه الفلسفة إلى أن الاختيار يجر إلى المخاطرة ، والمخاطرة بطبعها تؤدي إلى القلق : القلق على الامكانيات عادة ، وقلق الوجود الذي اختاره الإنسان ، فهو ليس خوفاً من شيء موضوعي بل يصدر عن شعوراً غامضاً وخوفاً من مهددات الوجود ، وأن فقدان القيم من أهم مشكلات الإنسان الناتجة عن سيطرة الحياة المادية التي أدت إلى اضطهاد وجودنا ، حيث تدفع إلى فقدان الإحساس بالوجود بنماذج مختلفة : الوجود في العالم المادي ، والوجود في العالم الاجتماعي ، والوجود في العالم الذاتي ، فتركيز الفرد على أحد هذه النماذج وإهمال الآخران عامل مثير للقلق ولمشاعر الذنب العالية المعيقة للإحساس بالوجود (عديلة حسن طاهر تونسي، ٢٠٠٢، ٢٧ - ٢٨) .

ولم يغب مصطلح المستقبل في دراسات الفلاسفة الوجوديين وتصوراتهم عن الوجود البشري والنزوع إلى تحديده ضمن مشاعر القلق التي تصاحبه ، فبعد أن أشار **KearKigard** إلى أن الوجود البشري ذو علاقة داخلية بالعالم من حوله ، وعبر عن نظريته إلى المستقبل بلحظة الموت ، وأشار هيدغر إلى الزمان من المستقبل ، وعبر سارتر عن مصطلح اختراع المستقبل ، واستخدم بيرجيتر مصطلح المستقبل المنظور ليشير إلى موقف عقلي إزاء مشكلات المستقبل (ناهد شريف سعود ، ٢٠٠٥ ، ٥٣) .

فأقلق كما في النظرية الوجودية **Existential Theory** هو إدراك تهديد لبعض القيم التي يعدها الشخص جوهرية لوجوده كشخصية ، أنها حالة ذاتية يدرك الفرد فيها أن وجوده يمكن أن يتحطم ، وأنه يمكن أن يفقد نفسه وعالمه وأنه سوف يصبح لا شيء **Nothing** ، والتي يعبر عنها في الوجودية " اللاوجود والقلق " **Nobeing & Anxiety** (محمد السيد عبد الرحمن ١٩٩٨ ، ٤٦٦) .

وتتبنى نظرية العلاج بالمعني **Logo Therapy** التي طورها **Frankle** هذا الاتجاه ، فيشير إلى أن الإنسان يضطرب نفسياً لفقدانه لمعنى لحياته ، أو ما أطلق عليه الفراغ الوجودي (محمد محروس الشناوي، ٢٠٠١، ٩٣)

ويؤكد ذلك رواد النظرية الوجودية حيث إن الإدراك الواعي للمستقبل يقابل الحياة النفسية السوية ، وأن عدم المقدرة على الثقة بالمستقبل بأنه سوف يحمل لنا خيراً ، ويحقق لنا رغبتنا ، يجعل الحياة ليس لها معنى ، وأن الأفراد الذين يتمتعون بالثقة في المستقبل نجدهم يتمتعون بالشخصية المتكاملة ، فزيادة الاهتمام والوعي والثقة بالمستقبل يكون مرتبط بتحقيق الشخصية السوية للمراهقين (67 - 65 , Rappaport , 1991) .

٢ - تفسير النظرية الإنسانية لقلق المستقبل :

تمثل المدرسة الإنسانية امتداداً للفكر الوجودي ، ولذا يرى الإنسانيون أن القلق هو الخوف من المستقبل ، وما قد يحمله من أحداث تهدد وجود الإنسان أو تهدد إنسانيته ، ولهذا فإن المثير الأساسي للقلق كما يرون يتمثل في فشل الفرد في تحقيق أهدافه ، واختيار أسلوب حياته وخوفه من اجتماع حدوث الفشل في أن يحيا الحياة التي يريدتها ، فكما عبر Rogers أن الإنسان يشعر بالقلق حين يجد تعارض بين إمكاناته وطموحاته (عبد السلام عبد الغفار ، ١٩٩٦ ، ١٢٦) ، (عديلة حسن طاهر تونسي ، ٢٠٠٢ ، ٢٩) .

كما تؤكد النظرية الإنسانية خصوصية الإنسان بين الكائنات الحية ، وركزت دراستها على الموضوعات التي ترتبط بهذه الخصوصية ، مثل : الإرادة ، والحرية ، والمسئولية ، والابتكار ، والقيم ، وترى أن التحدي الرئيس أمام الإنسان هو أن يحقق وجوده وذاته كإنسان ، وعلى الإنسان أن يسعى لتحقيق هذا الوجود ؛ لأن هذا هو الهدف النهائي الذي يجب أن يوجه الإنسان في الحياة ، ولذلك فإن كل ما يعوق محاولات الفرد لتحقيق هذا الهدف يمكن أن يثير قلقه ، وعلى ذلك فإن عوامل القلق ومثيراته ترتبط بالحاضر والمستقبل ، ومن أهم العوامل المرتبطة بالقلق عند أصحاب هذه المدرسة بحث الإنسان عن مغزى لحياته أو هدف لوجوده (علاء الدين كفاي ، ١٩٩٠ ، ٣٥٠) ، (أديب الخالدي ، ٢٠٠٢ ، ١١٧) .

٣- تفسير النظرية المعرفية لقلق المستقبل :

أعطى Kelly أحد رواد علم النفس المعرفي المعرفة الإنسانية وزناً في تفسير الشخصية في حالتها السواء والمرض ، حيث يرى أن أي حدث قابل لمختلف التفسيرات ، وهذا يعني أن تعرض الإنسان للقلق يمكن تفسيره بأكثر من طريقة للحالة الواحدة ، وأن العمليات التي يقوم بها الشخص توجهه نفسياً بالطرق التي يتوقع بها الأحداث ، وعلى اعتبار أن عملية القلق ليست إلا عملية توقع وخوف من المستقبل (عديلة حسن طاهر تونسي ، ٢٠٠٢ ، ٣٠) .

ويرى Beck أن القلق انفعال يظهر مع تنشيط الخوف الذي يعد تفكيراً معبراً عن تقويم أو تقدير لخطر محتمل ، ويرى أن أعراض القلق والمخاوف تبدو معقولة للمريض الذي تسود تفكيره موضوعات الخطر ، والتي قد تعبر عن نفسها من خلال تكرار التفكير المتصل بها ، وانخفاض القدرة على التمعن والتفكير المتعقل فيها وتقويمها بموضوعية (باترسون ، ١٩٩٠) ، وظهر ذلك في نموذج المعرفة حول العمليات المعرفية لنشأة القلق ، والذي يتكون من ثلاث خطوات ، وهي : التقييم الأولى ، والتقييم الثانوي ، وإعادة التقييم ، واستخدم لازاروس هذه المصطلحات وتم توظيفها في النظرية المعرفية (محمد عبد التواب معوض ، ١٩٩٦ ، ٥٢ - ٥٣) .

ويشمل القلق عدة مكونات : انفعالي **Emotional** ، ومعرفي **Cognitive** ، وفسولوجي **Physiological** ، ويتمثل المكون المعرفي في التأثيرات السلبية لمشاعر الخوف والتوتر والفرع والانزعاج في قدرة الشخص على الإدراك السليم للموقف والتفكير الموضوعي ، والانتباه والتركيز ، والتذكر وحل المشكلات ، فيستغرقه الانشغال بالذات والشك في مقدرته على الأداء الجيد ، والشعور بالعجز وعدم الكفاءة ، والتفكير في عواقب الفشل والخشية وفقدان التقدير (عبدالمطلب أمين القريظي ، ١٩٩٨ ، ١٢١) .

ويظهر دور العمليات الإدراكية كأحد جوانب البعد المعرفي للفرد في إثارة حالات القلق من خلال نظرية حالة وسمة القلق لـ **Spielberge** ، حيث يفترض أن المثير الداخلي والخارجي ، والعمليات الإدراكية المتضمنة في تقرير المثير على أنه مهدد ، وآليات الدفاع التي نشأت لتجنب حالات القلق هي المتغيرات ذات المغزى الأكبر في بحث القلق (عفاف محمد أحمد محمود جعيص ، ١٩٨٢ ، ٣٤ - ٣٥) .

وأرجع رواد النظرية المعرفية ، مثل : **Gray** ، و **Aron Beck** ، و **Williams** ، و **Bandura** ، و **Horny** ، و **Kelly** ، و **Ellis** نشأة القلق إلى التشويه المعرفي وتحريف التفكير عن الذات وعن المستقبل ، وكيفية إدراك الشخص وتفسير الأحداث (محمد عبد التواب معوض ، ١٩٩٦ ، ٤) ، فأفكار الفرد هي التي تحدد ردود أفعاله ، وفي ضوء محتوى التفكير يتضمن القلق حديثاً سلبياً مع الذات **Negative Self-Tall** وتفسير الفرد للواقع مدركاً خطره ، وإدراك المعلومات عن الذات والمستقبل على أنها مصدر خطر ، وضعفاً مسيطراً ، وانخفاضاً في الكفاءة الذاتية ، التي ظهرت في نظرية **Bandura** كمنحى معرفي للقلق ، وعرض القلق بحالة الإدراك السابقة عبر التحريات المختلفة الحدوث ، فالأشخاص الذين يعتقدون أن بمقدورهم السيطرة على التهديدات المختلة الفاعلة لا يورطون أنفسهم بالتفكير المرتقب ولا تشكل لهم مصدر إزعاج وتشوش ، حيث يهئ الفرد نفسه نماذج مواجهة سلوكية لمشاكل المستقبل (ناهد شريف سعود ، ٢٠٠٥ ، ٧١) .

ويشير **(Wells 1997 , 14)** إلى أن القلق يترافق بتخمينات الخطر بناء على قابلية الأفراد لتوقع الحالات على أنها خطيرة ، وذلك بسبب تصوراتهم المتضمنة معلومات عن الخطر ومعلومات عن مقدرتهم المنخفضة للتفاعل مع الخطر ، وتظهر نظرية التصورات لـ **Aron Beck** بناء نظرياً عاماً للكشف عن عوامل السلوك المعرفية المسببة للقلق .

ويرى **(Eysenck 1992)** أن القلق أول رد فعل صحي للأفكار الفاعلة البعيدة التي يتم إدراكها عموماً أو للحالات المنفرة ، وتتجلى وظيفته بكونه إشارة تنبيهية ، ومفاجئة ، وتحتاج إلى استعداد ، الأمر الذي يزيد من انشغال البال والتفكير بالأحداث المستقبلية ، ويتفق ذلك مع ما يشير إليه مدحت أبو النصر (٢٠٠٥ ، ١٧٤) في أن الأفكار الخطأ أو المعوجة التي يحملها الشخص ، هي التي تؤدي إلى الحالة المزاجية السلبية ، فالشخص الذي يعتقد أن الدنيا بلاء

وغلاء وهم ومعاناة ، قد يتحول الأمر لديه إلى توتر وعدم اطمئنان ينقلب إلى اكتئاب مع مرور الزمن ، ومثل ذلك من الاعتقاد والأفكار السلبية كالتشاؤم ، والإحباط ، والتقدير السلبي للذات والشعور بالخيبة ، تؤدي في نهاية الأمر إلى القلق والاكتئاب .

ولذا أوضح السيد عبد الدايم عبد السلام (١٩٩٥) أن منظور زمن المستقبل يتكون من

جانبيين :

١- **الجانب المعرفي** : ويتمثل في القيمة الأدائية للهدف ، والتي تعرف بأنها الفرق بين الاحتمال الموضوعي للوصول إلى الهدف بالعمل ، والاحتمال الموضوعي للوصول إلى الهدف بدون عمل .

٢- **الجانب الدافعي** : ويتمثل في عزو الأهمية العالية للهدف إلى المستقبل البعيد .

ويظهر قلق المستقبل من خلال الإدراك الخطأ للأحداث المختلفة في المستقبل ، وتقابل فعالية الشخص في التفاعل مع هذه الأحداث والنظر إليها بطريقة سلبية وعدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها الشخص ، والتقدير المنخفض لمصادر معالجة الحدث المخيف (أحمد حسنين، ٢٠٠٠ ، ١٩) .

يمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحى المعرفي على أنه إطار لمختلف العمليات المعرفية والمواقف الانفعالية ، فالقلق هنا يترافق بتخمينات الخطر المتعلقة بالمستقبل بناء على ما يتوافر في الواقع من معطيات وعلى نوعية التصورات الشخصية ، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتخمين الحالات المستقبلية بكونها خطيرة ؛ لأنهم يملكون تصورات تتضمن معلومات عن المعنى الخطر للحالات وعن مقدرتهم المنخفضة للتعامل مع الخطر بشكل فاعل ، فعندما تنشط المخططات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز أفكاراً تلقائية سلبية عن الخطر، تعكس مواضيع أو كوارث جسدية ، اجتماعية ، نفسية ، تتضمن بصورة مباشرة أو غير مباشرة (ناهد شريف سعود، ٢٠٠٥ ، ٥٢) .

فأشار (121 , 1994) Macleod إلى دور العمليات المعرفية في تكوين السيناريوهات واسترجاع الأمثلة والحالات السابقة والأحكام المسبقة كمصدر للمعلومات في اتخاذ أحكام مستقبلية تكون منشأ القلق والتوتر، فكما يشير السيد عبد الدايم عبد السلام (١٩٩٥ ، ٦٤٧) إلى أن منظور زمن المستقبل لدى الشخص يرتبط بالتفضيل المعرفي للحاجات في صورة خطط ونوايا ومهام ، والتي لها تفضيل أكثر أو أقل في البناء الزمني ، وكمثال : رجل يتوقع تخرجه الشهر القادم ، هذا يجعله في حالة قلق شديد للحصول على وظيفة ، لذلك سيذهب الأسبوع القادم إلى مدينة أخرى لمشاهدة صديق قديم ، والذي يعتقد أنه قادر على إعطائه نصيحة ، ومشاهدة صديق قديم تدفع بحاجة مفضلة معرفياً لكسب الرزق له ولأسرته ، وهذه هي الطريقة المحددة ، والتي بها توجه الحاجات وتؤثر في السلوك الإنساني ، فالحاجة إلى كسب الرزق ، وهي حاجة مهمة داخل مهمة ، تلك المهمة تنمو في صورة خطط محددة أو مشروعات للتنفيذ .

ويفسر (Zaleski, 1994, 184) قلق المستقبل على أنه حالة من الانشغال **PreOccupation** وعدم الراحة والخوف بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل الأكثر بعداً ، وقدم بعد ذلك (Zaleski, 1996, 166 – 167) توضيحاً مهماً في ما يتعلق بالجانب المعرفي الخاص بمفهوم القلق المستقبلي على أن لقلق المستقبل مكونات معرفية قوية ، أي أنه معرفياً أكثر من كونه انفعالياً ، مؤكداً على الآليات الاستباقية المعرفية **Anticipatory** على أنها المصدر الأساسي لقلق المستقبل ، حيث تشكل خصائص الأفكار واحدة من المقدمات المنطقية لقلق المستقبل ، أي أن المعرفة أولاً ثم القلق ، فيعتبر التمثيل المعرفي أساس قلق المستقبل ، يترافق مع هذا التمثيل حالات عاطفية سلبية .

بينما أوضح (Snyder, 2001, 2 – 5) دور العمليات المعرفية في قلق المستقبل والتشاؤم من المستقبل من خلال أنموذجه الذي أوضح فيه الثلاثية المتضمنة في تعريف الأمل المتمثلة في الأهداف **Goals** والتي تتدرج من حيث إطارها الزمني إلى قصيرة وطويلة المدى ذات قيمة بحيث تكفل استمرار التفكير الواعي حولها ، وتفكير الشبك " المتعدد المداخل " **Path Ways Thinking** التي توضح التفكير الزمني متبادل التأثير للماضي على المستقبل والعكس من خلال متابعة الانتقال من هدف لأخر ، وتبصر المقدر **Agency Thinking** الذي يتركز حول المقدر المتبصر بها لاستخدام الطرق للتوصل إلى الهدف المرغوب به ، والتي تعتمد في المقام الأول على النشاط العقلي للبدء والاستمرار في استخدام الطريق عبر مراحل متابعة الهدف ، واتخاذ سبل المقدر التي تتطلب قدراً من النشاط يقوم على نشأة التفاعل بين المقدر (الطاقة الموجهة نحو الهدف) وسبل التفكير (التخطيط للوصول إلى الأهداف) ، وأن الشخص الذي يفتقد إما للمقدرة أو إلى سبل التفكير يفتقد الأمل في المستقبل .

على الرغم من تعدد المناحي في تفسير قلق المستقبل ونشأته ، إلا أن هناك اتفاقاً واضحاً في وصفه بأنه حالة انفعالية غير سارة لدى الفرد تجاه مستقبله تؤثر في مستوى أدائه ، وعلاقاته الاجتماعية ، ومدى شعوره بالطمأنينة نتيجة تعرضه لمواقف نفسية ضاغطة خلال حياته ، سواء أكانت هذه المواقف واضحة لدية أم غامضة ، مما يؤدي إلى إحداث تغييرات داخلية يحس بها الفرد ، وأخرى خارجية تظهر على ملامحه .

من خلال ما سبق يمكن الإشارة إلى أن لقلق المستقبل المهني بنية معرفية ، وأخرى تتعلق بمجال الوجود الذي يحياه الفرد شاعراً من خلاله بذاته بين الآخرين ، الأمر الذي يجعله في ظل قلة فرص العمل ، وانتشار البطالة بين خريجي الجامعات غير شاعراً بذاته ؛ فيصبح متوتراً تجاه ذلك المستقبل .

سادساً : سمات ذوي قلق المستقبل :**١- السمات الشخصية لذوي قلق المستقبل :**

يتصف الأشخاص ذوو قلق المستقبل ، وقلق المستقبل المهني بالعديد من السمات ، انبثقت من الأطر النظرية والدراسات التي تناولت قلق المستقبل ، وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية ، فأشارت دراسة سامية خضر ١٩٩٢ إلى أن ذوي قلق المستقبل يتسمون بـ : الاغتراب ، واللامبالاة ، والشعور بالإحباط ، واللامسؤولية ، والشعور بالحرمان ، واللامبالاة في المستقبل ، ونقص الرضا عن أنفسهم وعن حياتهم ، وضعف الثقة ، والتشاؤم ، ومشاعر النقص والدونية ، كما أشارت دراسة Moline 1990 إلى أن سمات من لديه قلق مستقبلي تتمثل في : التركيز الشديد على أحداث الوقت الحاضر أو الهروب نحو الماضي ، والانسحاب من الأنشطة البناءة ، والانطواء وظهور علامات الشك والحزن ، وصلابة الرأي والتعنت ، والتشاؤم ، وعدم الثقة في الذات والآخرين ، وأوضحت دراسة محمد عبد التواب معوض ١٩٩٦ أن الشخص ذي قلق المستقبل يتسم بـ : لا يمكنه تحقيق ذاته ، ولا يمكنه أن يبذل ، والشعور بالعجز ، ويتميز بحالة من السلبية والحزن ، ونقص القدرة على مواجهة المستقبل ، والشعور بالتقص ونقص الشعور بالأمن ، وأشارت دراسة Zaleski 1996 إلى أن الأفراد مرتفعي قلق المستقبل يتميزون بـ : التأثير في الآخرين من أجل تأكيد مستقبلهم ، ويستخدمون استراتيجيات الجبر والإرغام للتأثير في الآخرين في مواقف الرئاسة ، ويتسمون دائماً بالتشاؤم من المواقف المستقبلية والتنبؤ السلبي للمشكلات المتوقعة التي قد تواجهها البشرية.

وأوضحت دراسة أحمد حسنين ٢٠٠٠ أن الأفراد ذوي قلق المستقبل يعانون من : انخفاض الدافعية للإنجاز ، وانخفاض مستوى الطموح ، وتدني تقدير الذات ومفهوم الذات السالب ، بينما أشارت دراسة إيمان محمد صبري ٢٠٠٣ إلى أن الأفراد ذوي قلق المستقبل يعانون من : ضعف ثقة الشخص في قدرته ، وإرجاع ما يحدث له من مواقف غير سارة إلى عوامل خارجية .

في حين أشارت دراسة (Kessler, etal (1997, 51 -53 إلى أن الشخص المتعطل عن العمل يعاني من : الاضطرابات النفسية كالقلق ، والشعور باللامبالاة ، والرفض والشك في المعتقدات الدينية ، والخوف من المستقبل المجهول ، ونقص وضوح الهدف والشعور بالدونية ، وضعف الثقة بالنفس .

ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه مجموعة من البحوث التي أجريت لمعرفة الآثار النفسية للبطالة من أن العاطلين عن العمل من الشباب يشعرون بالاكئاب والقلق ، ولديهم إحساسات شديدة بأنهم ضحايا ، ويشعرون بنقص الرضا عن أنفسهم ، وعن حياتهم مقارنة بالشباب العاملين ، كما في دراسة فتحى الشرقاوي وإيمان القماح ١٩٩٣ ، ومحمد عبد التواب البكري ١٩٩٦ ، Kessler, etal 1997 ، Malvine 1995 ، وعبد الله السيد عسكر ، وعماد على

عبدالرازق ٢٠٠٠، وهذا ما يؤيد العلاقة الارتباطية بين نقص الشعور بالأمن تجاه العمل المستقبلي وبين القلق.

٢ - المتغيرات النفسية ذات الصلة بقلق المستقبل :

يرتبط قلق المستقبل ببعض المفاهيم النفسية ، والتي تبدو علاقاتها مع بعضها البعض بشكل عام كمفاهيم مستقبلية أو ذات منظور مستقبلي ، كالتساؤل والتشاؤم ، ومركز الضبط (الداخلي - الخارجي) ، والاندماج - وخاصة الاندماج الزمني - ، والواقع ، وكل ما يتعلق بهم من مخاوف وتوقعات وأهداف قد وجدت لتصف حالات عقلية ذات علاقة بالشئون المستقبلية (ناهد شريف سعود ، ٢٠٠٥ ، ١٠١ - ١٠٥) ، كحل المشكلات ، والمسئولية المهنية والشخصية .

أشارت دراسة كل من Moline 1990 ، سامية خضر ١٩٩٢ ، ونبيلة أبو زيد ١٩٩٢ ، Zaleski 1996 ، وعويد سلطان المشعان ١٩٩٩ إلى أن قلق المستقبل يرتبط ارتباطاً إيجابياً دال إحصائياً بالتشاؤم ، بينما أشارت دراسة كل من محمد عبد التواب معوض ١٩٩٦ ، Kessler 1997 ، أحمد حسنين ٢٠٠٠ إلى ارتباط قلق المستقبل ارتباطاً سلبياً بكل من : تحقيق الذات ، ضعف الثقة بالنفس ، تقدير الذات ، في حين أشارت دراسة إيمان محمد صبري إسماعيل ٢٠٠٣ ، محمود محيي الدين سعيد عشري ٢٠٠٤ إلى ارتباط قلق المستقبل ارتباطاً عكسياً دال إحصائياً بالمعتقدات الخرافية والدافعية للإنجاز ، والمستوى التعليمي للوالدين ، بينما أشارت دراسة Rappaport , et al 1993 إلى ارتباط قلق المستقبل ارتباطاً إيجابياً بالهدف من الحياة ، وتوصلت دراسة عبد المهدي السوداني ٢٠٠٣ إلى أن قلق المستقبل والمكانة الاجتماعية للمهنة تتأثر بالعديد من العوامل ، منها : الدخل المرتفع والتعليم العالي للفرد ، والسلطة والنفوذ .

وتظهر العلاقة بين المستقبل كأحد أبعاد الزمن (الوقت) في مفهوم إدارة الحياة ، وتلك المصطلحات ، من خلال العمليات التنظيمية الأولية التي تتم في حياة الإنسان ، وتتضمن عمليات تركيبية تفاعلية يتفاعل فيها الفرد مع الأشياء ، الأمر الذي يجعله يتكون من دعامتين هما : شخصية الفرد ، وإدارة الوقت (عمر ورفعت عمر ، ٢٠٠٤ ، ٨٥٥).

وتبدو علاقة تلك المفاهيم بقلق المستقبل المهني من الآثار المختلفة للبطالة في شخصية الفرد ، كما أسفرت عن ذلك العديد من الدراسات ، حيث أشارت دراسة Gold Smith & Veum 1997 إلى أن البطالة تؤدي إلى الشعور بانخفاض تقدير الذات ، والمعاناة من القلق ولوم الذات. كما أشارت دراسة Kaufman , 1982 إلى أن البطالة تولد النزعة نحو مركز الضبط الخارجي ، كما توصلت إلى ذلك دراسة Young , 1986 ، ودراسة Gold Smith & Veum 1997 ، ودراسة عدنان الفرح ٢٠٠٢ .

إن تعرف مشكلات العاطلين عن العمل وحاجاتهم وتدريبهم على اكتساب بعض المهارات كأخذ القرار يرفع من مستوى دافعيته للعمل ، ويشعرهم بالتفاؤل كما في دراسة Borgen ، 1999 ، وأن شعور العاطلين عن العمل بالتفاؤل في إيجاد وظيفة واستمرار البحث يقلل من احتمالات انخفاض تقدير الذات لديهم كما أشارت دراسة Wiener & Oei 1999 ، ودراسة عدنان الفرحة ٢٠٠٢ .

ويمكن إيجاز معنى كل مصطلح من هذه المصطلحات مع بيان دينامية العلاقة بينه وقلق المستقبل من ناحية ، ومدى دعم الدين له من ناحية أخرى ، كما يلي :

أ- مركز التحكم Locus of Control :

يعد مفهوم الضبط الداخلي - الخارجي للتعزيز أحد المتغيرات الأساسية في تفسير سلوك الفرد في المواقف المختلفة الذي انبثق ونما في إطار نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning التي صاغها Julian Rotter في إطار نظري متكامل استند إلى مدرستين من مدارس علم النفس ، هما : المدرسة السلوكية ، صاحبة نظرية التعزيز Reinforcement ، والمدرسة المعرفية ، صاحبة النظرية المعرفية Cognitive Theory ، لتعبر عن الطريقة التي يدرك بها الفرد مصدر المكافآت والعقوبات في حياته (صلاح أبو ناهية ، ١٩٨٦ ، ٧) ، (إبراهيم علي إبراهيم ، ١٩٨٧ ، ٢) ، (أحمد محمد عبد الخالق ، ٢٠٠٠ ، ٢٠) ، (غريب عبد الفتاح غريب ، ٢٠٠٢ ، ٤٤) ، (هاني سعيد ، ٢٠٠٤ ، ١٥) ، (عاطف سيد عبد الجواد ، ٢٠٠٥ ، ١٨) .

ويعد مفهوم وجهة الضبط Locus of Control مفهوم حديث نسبياً ؛ ولذلك تعددت الترجمات العربية للمصطلح الأجنبي ، مثل : مركز التحكم ، مصدر التحكم ، مصدر الضبط ، وجهة الضبط ، موضع الضبط ، وجهة الضبط الداخلي - الخارجي ، محل التبعية ، ولكن مشن خلال حصر تعريفات الباحثين في البيئة العربية لهذا المفهوم اتفقوا على أن الأفراد ينقسمون تبعاً لذلك إلى فئتين ، هما : فئة الضبط الداخلي ، وفئة الضبط الخارجي ، للتعبير عن مدى شعور الفرد بأن في استطاعته التحكم في الأحداث التي يمكن أن تؤثر فيه (عبد الرحمن سيد سليمان ، بطرس حافظ بطرس ، ٢٠٠٠ ، ٨٢٩) ، (إيمان محمد صبري ، ٢٠٠٢ ، ٨٧) .

لقد وجد علماء النفس صعوبة في تحديد معنى أو مفهوم واضح لمصطلح وجهة الضبط أو مركز التحكم ، فتباينت التعريفات التي تناولت مفهوم وجهة الضبط ، ولكنها مع اختلافها تدور حول تفسير الأفراد للقوى التي تتحكم في التعزيزات التي يتلقونها أو اعتقادهم في مصادرها ، فيشير هذا المفهوم المركب إلى المعتقدات التي يحملها الفرد بخصوص أي العوامل هو الأكثر تحكماً في النتائج المهمة في حياته ، واختلاف الأفراد وتباينهم في عزوهم وإدراكهم لمصدر التدعيم ، فيما يستطيعون التحكم فيه ControlLable ، وما لا يستطيعون التحكم فيه UnControlLable فبعض الأفراد يعززون نجاحهم في مواقف الحياة المختلفة إلى ذواتهم

(ضبط داخلي) **Internal Locus of Control** حيث يعزو الفرد سلوكه غالباً إلى أسباب داخلية شخصية ، في حين يعزوها بعضهم الآخر إلى قوى خارجية لا علاقة لها بقدراته وإمكانياته ، مثل : القدر ، الحظ ، الصدفة ، نفوذ الآخرين (ضبط خارجي) **External Locus of Control** حيث يشعر الفرد بأنه تحت رحمة الظروف ، وغير قادر على السيطرة والتحكم في الأحداث التي تمر به مع اعتقاده بأنه بإمكانه تقرير ما سوف يحدث له ، وبالتالي فهو قادر على السيطرة على مصيره بدرجة كبيرة (صلاح أبو ناهية ، ١٩٩٢) ، (محمد فؤاد علي ، ١٩٩٢ ، ١٨ - ١٩) ، (نصر يوسف مقابلة ، وإبراهيم يعقوب ، ١٩٩٤ ، ٥٤٦) ، (حمدي شاكر محمود ، ١٩٩٥ ، ٥) ، (أمل الأحمد ، ١٩٩٩).

وبالإضافة إلى مركز التحكم الداخلي والخارجي ، يشير فتحي مصطفى الزيات (١٩٩٠ ، ١٤) إلى أن هناك أنواع من وجهات الضبط حسب نوعية المواقف التي يتعامل معها الفرد ، منها وجهة الضبط الأكاديمي : التي تشير إلى مدى ميل الفرد إلى عزو التعزيزات المدرسية أو التحصيلية التي يتلقاها إلى القدرة أو الجهد أو الواجبات المدرسية ، ووجهة الضبط العام : التي تشير إلى مدى جعل الفرد إلى عزو التعزيزات التي يتلقاها في مواقف الحياة عامة إلى القدرة أو الجهد أو الحظ أو المهمة أو الآخرين .

ويشير حسن مصطفى عبد المعطي (١٩٩٢ ، ٣٢١ - ٣٢٥) إلى نوع آخر هو التحكم غير المعروف **Unknown Control** : ويعني أن الفرد لا يستطيع أن يحدد موضع التحكم لسلوكه ، هل يتحكمه أم يتحكم البيئة الخارجية ؟ ، أم يتحكم الأحداث وعوامل الصدفة ، وما إذا كان يلقي القوى أم أن هناك انعداماً للمساعدة والعون .

وعلى الرغم من تعدد التعريفات التي جاءت في الأطر النظرية لمركز التحكم ، إلا أنه يشير كل من : مجدي عبد الكريم حبيب (١٩٩٠ ، ١٢) ، ممدوح عبد المنعم الكناني (١٩٩٠ ، ٦١٧) ، علي الديب (١٩٩١ ، ١٢٣) ، أحمد اللهيبسي (١٩٩٥ ، ٢٠) ، إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي لـ **Julian Rotter** بنيت على مفاهيم أربعة انبثق عنهم مفهوم مركز التحكم (الداخلي - الخارجي) ، وهي : جهد السلوك أو إمكانية السلوك **Behavior Potential** ، التوقع **Expectancy**، قيمة التعزيز **Reinforcement Value** ، الموقف النفسي **Psychological Situation** .

ومع تعدد آراء الباحثين واختلافهم حول مفهوم ومعنى ذوي التحكم ؛ تعددت آراء العلماء ودراساتهم المتعلقة بتحديد سمات الأشخاص الخارجيين (ذوي موضع التحكم الخارجي) والأشخاص الداخليين (ذوي التحكم الداخلي) ، فيعد موضع التحكم داخلياً لدى الأفراد إذا مالوا إلى تحمل المسؤولية عن تصرفاتهم ، وحاولوا جاهدين تحقيق نواتهم ، ويشعرون أن الناس هم الذين يجدون بأنفسهم خبرات نجاحهم وفشلهم ، اعتماداً على قدراتهم الشخصية في التحصيل ،

ولا يعتمدون على الحظ ، ولا يتأثرون بسهولة بأفكار الآخرين ، ويميلون إلى الحرص في المخاطرة عند القيام بالأعمال التي يميلون إلى أدائها ، أما الأفراد الذين يفترض أن موضع تحكيمهم خارجي يكونون أقل في نضالهم من أجل أهدافهم التي حددتها دوافعهم ، ويميلون إلى الاعتماد على الحظ ويتعاطفون مع من يعتقدون أن حظهم عاثر ، وهم على استعداد للتأثر بأفكار الآخرين ، وهم أكثر إهمالاً وأقل فخراً بما ينجزونه من أعمال أو نجاح (عفاف محمد جعيس ، ١٩٩٠ ، ١٥٠ - ١٥١) ، (علي محمود عبد المنطلب ، ٢٠٠٢).

وخلص صلاح الدين أبو ناهية (١٩٨٩ ، ٥٨ - ٥٩) من خلال مراجعته للتراث السيكولوجي إلى أن ذوي الضبط الداخلي يتميزون بالآتي :

١- البحث والاستكشاف للوصول إلى المعلومات ثم استخدامها بفاعلية في الوصول إلى حل المشكلات التي تعترضهم في البيئة ، فضلاً عن قدرتهم في استخدام هذه المعلومات ومعالجتها بأشكال مختلفة .

٢- العمل والأداء المهني ، حيث تبين أن لديهم معرفة شاملة بعالم العمل الذي يعملون فيه وبالبيئة المحيطة بهم ، كما أنهم أكثر إشباعاً ، ورضا عن عملهم وأكثر انهماكاً واهتماماً بهذا العمل .

٣- التحصيل والأداء الأكاديمي ، حيث ارتفع مستوى تحصيلهم الدراسي وأساليبهم في حل المشكلات ، كما أنهم أكثر مرونة في التفكير وإبداعاً وتحملاً للمسئولية والمشكلات الغامضة، وأكثر توقعاً للإجابات الصحيحة .

٤- الصحة النفسية والتوافق ، فهم أكثر احتراماً للذات وأكثر قناعة ورضا عن الحياة ، وأكثر اطمئناناً وهدوء وثقة بالنفس وثباتاً انفعالياً وأقل اكتئاباً وإصابة بالأمراض النفسية.

بينما أشار جمال تفاعلة (١٩٩٢ ، ٥٤) إلى أن السمات المميزة لذوي الضبط الخارجي ،

هي:

١- أكثر كبتاً وأشد حذراً وبؤساً وتشاؤماً نحو المستقبل .

٢- الشعور بالخوف وعدم الاستقرار .

٣- أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية ، مثل : العصابية ، والانتواء ، والقلق .

٤- يؤمنون بالقدر دون الأخذ بالأسباب .

وهذه الاختلافات بين ذوي الضبط الداخلي ، وذوي الضبط الخارجي يرجع إلى الأطر الثقافية المتباينة ، ففي المجتمعات التي يشبع لدى أفرادها الاعتقاد بإمكانية أن يكون لشخص ما يريد أن يكون من خلال العمل وبذل الجهد ، ويتيح كل الفرص المختلفة لأبنائه لكي يحقق كل منهم بالعمل ما يريد أن يحققه ، هذه المجتمعات تؤصل في أفرادها الضبط الداخلي Internal Locus of Control ، بينما المجتمعات التي تشبع لدى أفرادها الاعتقاد بمحدودية طموحات

الفرد ، وأن هذه الطموحات ينبغي ألا تتجاوز حدود الطبقة التي ينتمي إليها أو أنه - أي الفرد - لا يمكن أن يكون إلا كما يراد له أن يكون ، هذه المجتمعات توصل لدى أفرادها الضبط الخارجي External Locus of Control (فتحي مصطفى الزيات ، ١٩٩٠ ، ٥٤٧).

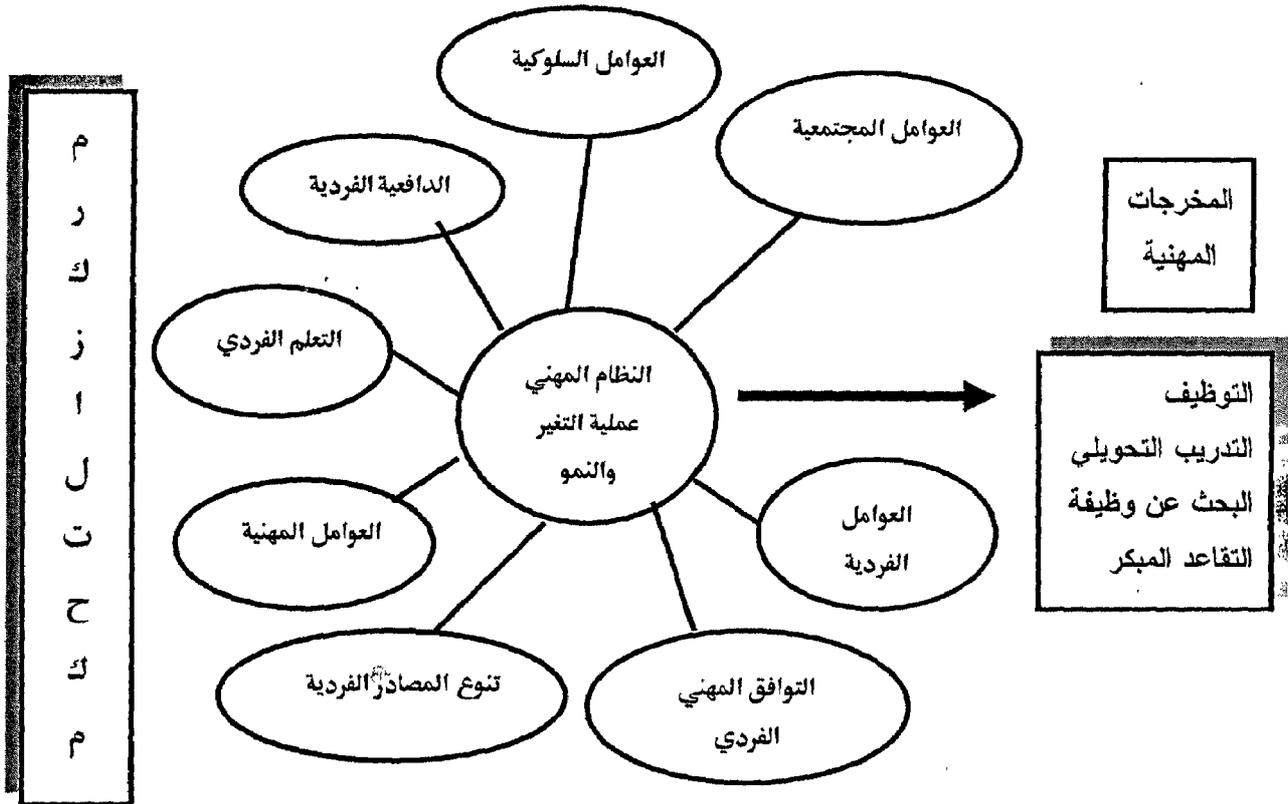
ولذا يشير Galejs , et al (1995) إلى أن وجهة الضبط من منظور التعلم الاجتماعي ليست إلا شعوراً أو إحساساً متعلماً لقدرة الفرد على الضبط والتوجه للنتائج ، ويعد هذا الشعور أو الإحساس نتاج التفاعل المبكر مع البيئة بما فيها من مؤثرات.

ويعد مركز التحكم متغيراً أساسياً من متغيرات الشخصية، يتعلق بعقيدة الفرد عن أي العوامل الأقوى والأكثر تحكماً في النتائج المهمة في حياته، فهي العوامل الذاتية نحو المهارة والقدرة والكفاءة، أم العوامل الخارجية نحو الصدفة والحظ ؟ (جمال زكي أبو مارق ، ١٩٩٩).

وهذا المنحى يوضح العلاقة الارتباطية بين التنشئة الاجتماعية والمستوى الاجتماعي - الاقتصادي والمناخ الأسري بموضع التحكم ، فيعد المناخ الأسري وما يلاقيه المراهق من معاملة مع أفراد أسرته من أهم العوامل المؤثرة على اتجاهات ومفاهيم المراهق وبالتالي تؤثر على وجهة الضبط لديه ، وأن ذوي التحكم الداخلي أفضل في الطبقة الاجتماعية - الاقتصادية من ذوي التحكم الخارجي ، وأنهم أكثر رضا عن العمل ، وأفضل في مستويات تعليمهم وتقديرهم لذواتهم (ناصر الدين إبراهيم درغام ، ٢٠٠٠ ، ٢١) .

وأوضح محمود أحمد أبو مسلم (١٩٩٤ ، ٢١٣ - ٢١٤) أن الأفراد الأعلى قلقاً يتجهون نحو التحكم الخارجي ، والأقل قلقاً يتجهون نحو التحكم الداخلي ، وأن المعلمين ذوي الضبط الخارجي أقل من ذوي الضبط الداخلي في ضغوط العمل ، و يتفق ذلك مع ما أشارت إليه دراسة Almashaan & Ibrahim , 2000 من أن ذوي التحكم الداخلي أفضل متعة للعمل ، وعدم توقع البطالة ، وأكثر رضا عن وظائفهم المستقبلية ، وثقة في تقديراتهم المعرفية والمهنية ، ويفضلون المهام الصعبة ، ويتسمون بارتفاع مستوى طموحهم المهني .

وقد وضع Patricimillet (2005) نموذجاً للكفاءة في ضوء العوامل النفسية والمعرفية المفترضة للنظام المهني للأفراد يتناول : الدافعية ، وتنوع المصادر ، والتوافق المهني ، والتعلم ، الذي يشغل سياق التغيير الجوهري للأفراد في مواجهة الضغوط ، والتحديات التي تواجههم في النظام المهني ، والتي تزود قدرتهم في إنجاح مخرجاته ، ويوضح شكل (١) العوامل المرتبطة بالنظام المهني ومركز التحكم .



شكل (١)

العوامل المرتبطة بالنظام المهني ومركز التحكم

Patricimillet (2005, 21)

ويعد القرار الصادر عن الفرد والمتعلق بعملية اختياره المهني قراراً مهماً يتحدد من خلال طبيعة الحياة المقبلة له وللمجتمع على حد سواء ، فالاختيار المهني قد يحدد مدى نجاح الفرد أو فشله في المهنة التي يعد نفسه للاشتغال بها ، وبما أن كليات التربية تعد من مؤسسات الجامعة التي تضطلع بمسؤولية إعداد المعلمين لمختلف المراحل التعليمية ، فإن نجاحها في تحقيق مهامها يرتبط ارتباطاً كبيراً بتوفير المهن بعد التخرج لطلابها ، فمن حق كل فرد أن يجد مكاناً مناسباً في التعليم والعمل ، لوجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين عوامل الشخصية واختيار التخصص داخل مهنة التربية ، ومن هنا تظهر أهمية موضع الضبط في تحديد عملية الاختيار المهني (مصطفى محمد الصفتي ، ١٩٩٢ ، ٢٦٤ - ٢٦٥) .

مما سبق يتضح أن الاختيار المهني لطلاب كلية التربية يرتبط ارتباطاً كبيراً بحسن اختيار الطلاب للدراسة بها وفقاً لمستويات طموحاتهم واستعداداتهم وميولهم ، وليس وفقاً لضغوط أسرهم أو بيئاتهم ، فعندما يختار مهنته فهو يعتمد على حصيلة خبراته المشتقة من القوى الثقافية والشخصية التي تضم والدية وطبقته الاجتماعية.

ومن هنا يرجع الباحث ارتباط قلق المستقبل المهني بمركز التحكم لارتباط نجاح الفرد في مهنته المستقبلية باتخاذ القرارات المتعلقة باختياراته المهنية النابعة من ذاته غير المفروضة عليه ، معتمداً على ما لديه من قدرات وإمكانات وميول ، وليس على الصدفة المتمثلة في الحظ ، أو مساعدة الآخرين من أفراد المجتمع .

فمصدر الضبط يقوم بدور المفسر لفعالية السلوك في التعامل مع المواقف ، فعندما يحدد الفرد إنجازاته كائناً ما يكون مقداره وكيفه باعتباره محصلة عوامله الداخلية ، يشعر بقدر مناسب من الاكتفاء الذاتي والإنجاز ، أما إذا كان الفرد من ذوي الضبط الخارجي فإنه يعتمد على المتغيرات الموقفية متوقفاً أن يحصل على ما يحصل عليه الآخرون من فرص أو يسعده الحظ ، وبالتالي يختلف نمط إنجازاته وتوقعاته واكتفائه الذاتي (صفوت فرج ، ١٩٩١ ، ٨) .

في ضوء ما سبق يمكن القول بأن قلق المستقبل المهني لطلاب الجامعة يتوقف إلى حد كبير على اعتقاد الطالب الجامعي في مدى تواجد المهنة المناسبة له ، والتي تتناسب مع تخصصه وعملية إعداده ، والتي تبدأ في الظهور بدءاً بعملية الاختيار المهني من خلال التفاعل بين الفرد والمواقف المهنية ، خاصة حينما يتعلق هذا بإجراءات الاختيار المتعلمة والتي ترتبط بأهداف الفرد التي يثابر من أجل تحقيقها.

ب- التفاؤل والتشاؤم Optimism & Pesimism :

يثير التفاؤل والتشاؤم كثيراً من الجدل في أوساط الأبحاث والدراسات النفسية ، ففي الوقت الذي يؤكد فيه Scheier & Carver (1985) أنه سمة ثنائية القطب ، يعتقد Marsall,etal (1992) ، وأحمد محمد عبد الخالق ٢٠٠٠ أنهما بعدان مستقلان مع وجود تفاعل بينهما ، في حين يشير بدر الأتصاري ١٩٩٨ إلى أن التقويم المعرفي والكفاءة الذاتية وتوقعات النتائج تشكل استجابات الأفراد تجاه المواقف المحددة ، وهي لا تعتبر ميولاً أو تشابه في السمات الشخصية ، وعليه فقد يكون الفرد متفائلاً تجاه بعض المواقف والموضوعات في حياته ومتشائماً تجاه أخرى.

ولذلك تباينت الآراء حول التفاؤل والتشاؤم هل هما سمتان في الشخصية ؟ ، أم توجه عام نحو الحياة ؟ ، أم توقع شامل لما يمكن أن يأتي به المستقبل ؟ ، أم نوع من القيم ؟ ، أم ضرب من التقويم الكلي للحاضر والمستقبل ؟ ، وأياً كان الرأي في هذا الصدد ، فإن التفاؤل والتشاؤم خاصتان تتطوران من خلال بيئة الأسرة بما لها من خواص محددة ، وترتبطان أكثر بأسلوب التنشئة الاجتماعية المتبعة مع الأبناء (أحمد محمد عبد الخالق ، ٢٠٠٠) .

نتج ذلك لحدثة مفهومي التفاؤل والتشاؤم فهما من المفاهيم الحديثة نسبياً التي دخلت إطار البحث في علم نفس الصحة Health Psychology والنخصصات الأخرى ، وأن الدراسات النفسية لهما على المستوى العالمي لا تتجاوز على أقصى تقدير العقود الثلاثة

الأخيرة ، وعلى المستوى العربي بدأ الاهتمام بدراستهما منذ عام ١٩٩٥ ، ويلاحظ ندرة على المستويين العالمي والعربي للدراسات التي تناولت هذين المفهومين بالمتغيرات النفسية (بدر الأنصاري ، ١٩٩٨) ، (عبد اللطيف محمد خليفة ، ٢٠٠٠) .

في ظل ذلك الجدل وندرة الدراسات لم يتوصل علماء النفس إلى تعريف موحد لهما ، ولكن اتفق العديد من الباحثين (Scheier & Carver (1992) ، و (Marsall, etal (1992) ، وأحمد محمد عبد الخالق ، وبدر الأنصاري (١٩٩٥) ، وأحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٦) على أن التفاؤل هو نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل ، وينتظر الخير ، ويصبو إلى النجاح ، ويستبعد ما خلا ذلك ، وأن التشاؤم هو توقع سلبي للأحداث القادمة ، ويجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ ، ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل ، ويستبعد ما عدا ذلك إلى حد بعيد .

استحوذت دراسة التفاؤل والتشاؤم على اهتمام بالغ من قبل الباحثين نظراً لارتباط هاتين السمتين بالصحة النفسية للفرد ، فقد أكدت مختلف النظريات على ارتباط التفاؤل بالسعادة والصحة والإنجاز والنظرة الإيجابية للحياة ، على حين يرتبط التشاؤم باليأس والفشل والمرض والنظرة السلبية للحياة (نجوى اليحفوفي ، ٢٠٠٢ ، ١٣٢) .

فيعد التفاؤل Optimism والمزاج الإيجابي أمرين أساسيين للصحة العامة ، وعلى العكس من ذلك يرتبط التشاؤم Pessimism والنظرة السلبية للأحداث بسوء التوافق والاضطرابات النفسية ، مثل القلق (Pervin,1996, 326) ، (حسن عبد اللطيف ، ولولوة حمادة، ١٩٩٨، ٨٣) .

وتوجد مجموعة من الدراسات الأجنبية والعربية تناولت التشاؤم والتفاؤل وعلاقتهما بمتغيرات نفسية واجتماعية ومهنية مختلفة ، فقد وجدت ارتباطات إيجابية دالة بين كل من التشاؤم والاكتئاب والقلق كما في دراسة Dember, etal 1989 ، و Elder, etal 1992 ، وبدر علي ١٩٩٣ ، وأحمد محمد عبد الخالق ، وبدر الأنصاري ١٩٩٥ ، و Schutle, etal 1996 ، وأحمد محمد عبد الخالق ١٩٩٨ ، وبدر الأنصاري ١٩٩٨ ، وأحمد محمد عبد الخالق ١٩٩٩ ، ومحمد زعتر ٢٠٠٠ ، ونجوى اليحفوفي ٢٠٠٢ ، وانخفاض الدافعية للإنجاز كما أشارت دراسة بدر الأنصاري ١٩٩٨ ، والتشاؤم ومصدر الضبط الخارجي كما في دراسة أحمد محمد عبد الخالق ١٩٩٩ ، وعويد سلطان المشعان ١٩٩٩ ، واليأس من الحياة ، كما في دراسة أحمد محمد عبد الخالق ١٩٩٨ ، و Davis , etal 1992 ، ومن ناحية أخرى وجدت ارتباطات سلبية دالة بين التشاؤم والتقدير الذاتي للتدين ، والصحة النفسية للأفراد كما في دراسة أحمد محمد عبد الخالق ١٩٩٨ ، والدراسة بالعمل وجودته ومعدل الإنتاج كما في دراسة عثمان حمود الخضر ١٩٩٩ .

ويؤثر التفاؤل والتشاؤم في توقعات الأفراد المستقبلية حيث يتضمن إدراك الحاضر وتقييمه للتوجه نحو المستقبل كمصدر للمعلومات في اتخاذ أحكام مستقبلية ، الأمر الذي يجعلهم في حالة من التوتر أثناء ترقب المستقبل .

ويرتبط التفاؤل والتشاؤم بالمستقبل المهني من خلال امتلاك الحرية في اختيار العمل أو قلة الفرص المهنية التي تؤدي بالأفراد إلى نوع من الأمل والتفاؤل نحو المستقبل أو تجعلهم أكثر تشاؤماً تجاهه ، فيشير (Trommsdorf ، 1994،41-47) إلى وجود دوافع كثيرة تنظم توجهات الفرد المستقبلية إيجابياً وسلبياً ، فالأمال والرغبات من جانب ، والمخاوف ومصادر الانشغال من جانب آخر ، ومركز التحكم والتقييمات والتأثيرات للمستقبل من حيث مفهوم التفاؤل والتشاؤم .

وكشفت دراسة عويد المشعان (١٩٩٩) وجود ارتباط سلبي دال إحصائياً بين التشاؤم والرضا الوظيفي ، حيث يرتفع الرضا الوظيفي من خلال توافر فرص العمل ، ومدى تحقيق الوظيفة للطموحات المهنية ، الأمر الذي يقلل من النظرة التشاؤمية ، ويرفع النظرة الإيجابية مما ينعكس إيجابياً على الاختيار المهني للأفراد ، ومن ثم تعينهم في العمل الذي يتناسب مع قدراتهم واستعداداتهم وطموحاتهم المهنية ، مما يجعل المتفائلين قادرين على اتخاذ الأساليب المباشرة لحل المشكلات التي تواجههم والتخطيط لمواجهة المواقف العصيبة ، وأسفرت دراسة عبد اللطيف محمد خليفة (٢٠٠٠ ، ٦٦٢) عن ارتباط اللاهدف - وهو شعور الفرد بالافتقار إلى وجود هدف واضح ومحدد لحياته وليست لديه أي طموحات مستقبلية كأحد عوامل الاغتراب - بالتشاؤم إيجابياً وبالتفاؤل سلبياً .

إن الفرد المتشاؤم يصبح إدراكه للعالم مشوهاً ، ومن ثم ينشأ لديه الشعور بغموض المستقبل وعدم جدواه وفائدته نتيجة فقدان العلاقة بين الحاضر والمستقبل ، ويغرق الفرد في أفكار سلبية تشاؤمية حول الماضي ، فيرى الماضي محزناً والحاضر قائماً والمستقبل أكثر غموضاً (سامر جميل رضوان ، ٢٠٠٠ ، ١١٢) .

ويرتبط التدين بالتشاؤم ارتباطاً سلباً وبالتفاؤل ارتباطاً موجباً ، فالمتدين يميل إلى أن يكون أكثر تفاؤلاً ، وغني عن البيان أن هناك عدداً من الأحاديث النبوية الشريفة التي تحض على التفاؤل ، مثل : " تفاعلوا بالخير تجدوه " ، وأن التوجيهات النبوية تأمر بالتبشير ، وتنهى عن التنفير ، فعن أنس - رضي الله عنه - أن النبي - صلى الله عليه وسلم - قال : " يسرّوا ولا تعسروا ، وبشروا ولا تنفروا " (متفق عليه) ، ومن ناحية أخرى فإن هناك تفاعلاً وتغيراً مصاحباً سلبياً بين التدين والتشاؤم ، فنقص التدين عامل يسهم في التشاؤم ، كما قد يعوق التشاؤم أداء الفرد لواجباته الدينية ، وهناك العديد من الأحاديث النبوية الشريفة التي تحث المسلم على عدم التشاؤم ، منها قول النبي - صلى الله عليه وسلم - : " لا عدوى ولا طيرة ويعجبني الفأل الصالح ، والفأل الصالح : الكلمة الحسنة " (أخرجه البخاري) ، (أحمد محمد عبد الخالق ، ٢٠٠٠ ، ١٦) .

ويأتي تشاؤم بعض الطلاب الجامعيين تجاه مستقبلهم المهني من اعتقادهم أن الأحداث السيئة المتمثلة في عدم توافر فرصة عمل مناسبة لتخصصاتهم الدراسية بعد التخرج ، وعدم كفاية الدخل ، وعدم وجود تخصص مهني يتناسب مع التخصص الدراسي ، ستستمر طويلاً ، وهي الناتجة عن أخطائهم التي تجعلهم دائماً في حالة من التوتر تجاه هذا المستقبل .

ج- المسؤولية الاجتماعية Social Responsibility :

تتعدد تعريفات المسؤولية الاجتماعية ما بين التعريفات القاموسية أو المعجمية ، والتعريفات التي تحدد مصدر الإلزام ، والتعريفات التي تحدد مواصفات الشخص المسئول اجتماعياً ، والتعريفات الإجرائية التي يحددها كل من الباحثين ، ويمكن توضيح معنى المسؤولية الاجتماعية من حيث صفات الشخص المسئول اجتماعياً تمهيداً لعرض دينامية العلاقة بين المسؤولية الاجتماعية وقلق المستقبل المهني .

وحدد Harris صفات ذوي المسؤولية الاجتماعية في مقياس بناه في ضوء الصفات التالية: أنه شخص يعتمد عليه ويمكن الوثوق به ، وأنه يحقق الأهداف المرجوه ، ويعترف بأخطائه ولا يحاول إلقاء اللوم على شخص سواه ، ويمكن الاعتماد عليه في إنجاز الأعمال العاجلة بكفاءة (في : محمد شعبان فرغلي ، ٢٠٠٥ ، ١٠٨) .

مما سبق يتضح أن المسؤولية ترتبط ارتباطاً وظيفياً بالشخص ؛ لما يقوم به الشخص الواعي بتكاليفها ، من مهام تحدد الأفعال والممارسات ، ويترتب عليها حالة الاستقرار ، وما يترتب على أفعاله من نتائج إيجابية أو سلبية داخل الكيان الاجتماعي والمهني للفرد . ولهذا فإن تربية الإنسان على تحمل مسؤولياته تجاه ما يصدر عنه من أعمال ، يعد مسأله في غاية الأهمية لتنظيم حياته ، ولكي تسود الطمأنينة ويشعر بالأمن النفسي في حياته الخاصة والعامة (نوره خليفة تركي السبيعي ، ومايسه أحمد النبال ، ٢٠٠١ ، ٦٧) .

فالطلاب المسئولون اجتماعياً يعطون مؤشرات يكونون عليها في المستقبل ، حيث إنهم ينقلون مواقفهم وخبراتهم هذه إلى مجالات عملهم بعد ذلك ؛ نظراً لما يتمتعون به من كفاءة وفعالية في اتخاذ القرارات والتخطيط للمستقبل ، وقبول ما يترتب عليها من أفعال وقرارات (سميرة عبد الله مصطفى كردي ، ٢٠٠٣ ، ١١١ - ١١٢) .

إن من بين الأهداف التي يسعى إليها المعالجون في تناولهم للأمراض النفسية بالعلاج ، العمل على زيادة شعور المسترشد بالمسؤولية ، وتحمل هذه المسؤولية ، حيث يدرك الفرد ما يعمل ، وما يفكر فيه والنتائج المترتبة على ذلك ، وأن يكون قادراً على تحمل ما يترتب على تصرفاته من نتائج ، ولذا برز هدف تنمية المسؤولية لدى المسترشد في نظريات العلاج بالواقع لـ Glasser ، والعلاج المتمركز حول العميل لـ Rogers (محمد محروس الشناوي ، ٢٠٠١ ، ١٠٨) .

يأتي على رأس المسؤولية كما أوضح حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٣ ، ٣٠٤) مسؤولية الاختيار ، فالإنسان بنعمة العقل مخير ، قال تعالى : " وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ " (البلد، ١١) ، وقال تعالى : " كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ " (المدثر، ٣٨) ، وتتضمن المسؤولية الجد في طلب العلم والمعرفة ، لقول الله تعالى : " أَمَّنْ هُوَ قَانِتٌ آنَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا يَحْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُو رَحْمَةَ رَبِّهِ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولَئِذَا الْأَلْبَابِ " (الزمر ، ٩).

وتظهر العلاقة بين المستقبل المهني والمسؤولية الاجتماعية في نظرية العاملين وتظهر العلاقة بين المستقبل المهني والمسؤولية الاجتماعية في نظرية العاملين وتظهر العلاقة بين المستقبل المهني والمسؤولية الاجتماعية في نظرية العاملين وتظهر العلاقة بين المستقبل المهني والمسؤولية الاجتماعية في نظرية العاملين

TwoFactors Theory لـ Herzberg عن الرضا المهني ، فمن خلال الدراسات الميدانية والأبحاث التي أجراها ، يرى أن الرضا المهني يتضمن جانبين هما :

الجانب الأول : يتمثل في العوامل المؤدية للرضا ، وسماها العوامل الدافعة Motivator Factors ، مثل : تقدير العمل ، والاهتمام به ، وتوافر فرص العمل ، والاستقلالية وتحمل المسؤولية.

الجانب الثاني : يتمثل في العوامل الخارجية التي تتعلق ببيئة العمل ، وظروف العمل واستقراره التي يشعر بها الفرد (محمد نصر إسماعيل عثمان ، ١٩٩٩ ، ١٦).

وتكمن أهمية المسؤولية الاجتماعية بالنسبة للمستقبل المهني للأفراد في :

١- إن الإحساس بالمسؤولية الاجتماعية يصاحبه زيادة في الإحساس بالقيمة الذاتية للفرد المسئول اجتماعياً مما يجعله يشارك في علاج مشكلات الجماعة ، والحرص على إدراك ما يترتب على سلوكه من نتائج ، الأمر الذي يجعله يخطط لمستقبله تخطيطاً واعياً (نادية كامل القتيه ، ١٩٩٢ ، ١٣) .

٢- تعد الهوية الشخصية من الأساس التي تكون الشعور بالمسؤولية ، حيث إن عملية تكوين أو إحساس طلاب الجامعة بهويتهم هي التي تعطي تصوراً واضحاً يكون متسقاً مع الذات ، وهي التي توفر المعنى والتوجيه لحياتهم (سميرة عبد الله مصطفى كردي ، ٢٠٠٣ ، ١١٤) .

٣- إذا كان مفهوم الذات هو حجر الزاوية في الشخصية ، فإن مفهوم الذات المهني هو حجر الزاوية في مفهوم الذات الكلي بصفة عامة ، معناه أن الإنسان ينظر إلى نفسه من منظور المهنة التي يقوم بها ، التي تكسب الفرد الأهمية ، والمكانة الاجتماعية واللياقة الاجتماعية (حامد عبد السلام زهران ، ١٩٩٦) ، (إبراهيم شوقي عبد الحميد ، ٢٠٠٣) .

٤- يحتل العمل مكانة بالغة الأهمية في تحديد هوية الأفراد ، ويمكن تلخيص الأهمية النفسية للعمل فيما يلي :

أ- أنه تعبير عن حاجة داخلية لدى الفرد .

ب- مصدر الشعور بالقيمة .

ج - أهمية الاجتماعية بجانب أهميته الشخصية (فؤاد أبو حطب ، ١٩٩٦) .

ولذلك يرى حسين البيلاوي ، وعبد الله الحمادي (١٩٩٦ ، ١٠٤) أن للمهنة معايير

ثلاثة ، هي :

الأول : معرفي ، الذي يعبر عن جملة المعارف المنظمة التي تستند عليها الممارسات المهنية التي يقوم بها الفرد .

الثاني : درجة امتلاك الفرد لهذه المعارف ، ودرجة تمكنه من المهارات المطلوبة لقيامه بالممارسات المهنية .

الثالث : درجة المسؤولية التي يتمتع بها المتخصص .

فالمهنة عبارة عن نسق من القيم والمعارف والمهارات التي يقوم بها الأفراد

لإشباع حاجات نفسية واجتماعية (مدثر سليم أحمد ، ٢٠٠٤ ، ٢٩٩) ، من خلال معانيها الثلاث

من وجهة النظر الاجتماعية ، وهي : الأول : ما يزاوله الإنسان من نشاط اجتماعي ، والثاني :

أنها فرصة للارتزاق والكسب ، والثالث : الواجبات المرتبطة بالمركز الاجتماعي ، فهي وسيلة

لكسب العيش واستمرار الحياة ؛ لأنها مجهود يبذله الفرد لتحقيق منفعة ، تعطي قدراً مرتبطاً

بدور اجتماعي (على السيد شتا ، ١٩٩٣) ، (محمد محمود الحيلة ، ١٩٩٨ ، ٢٦) ، (عبد الجواد

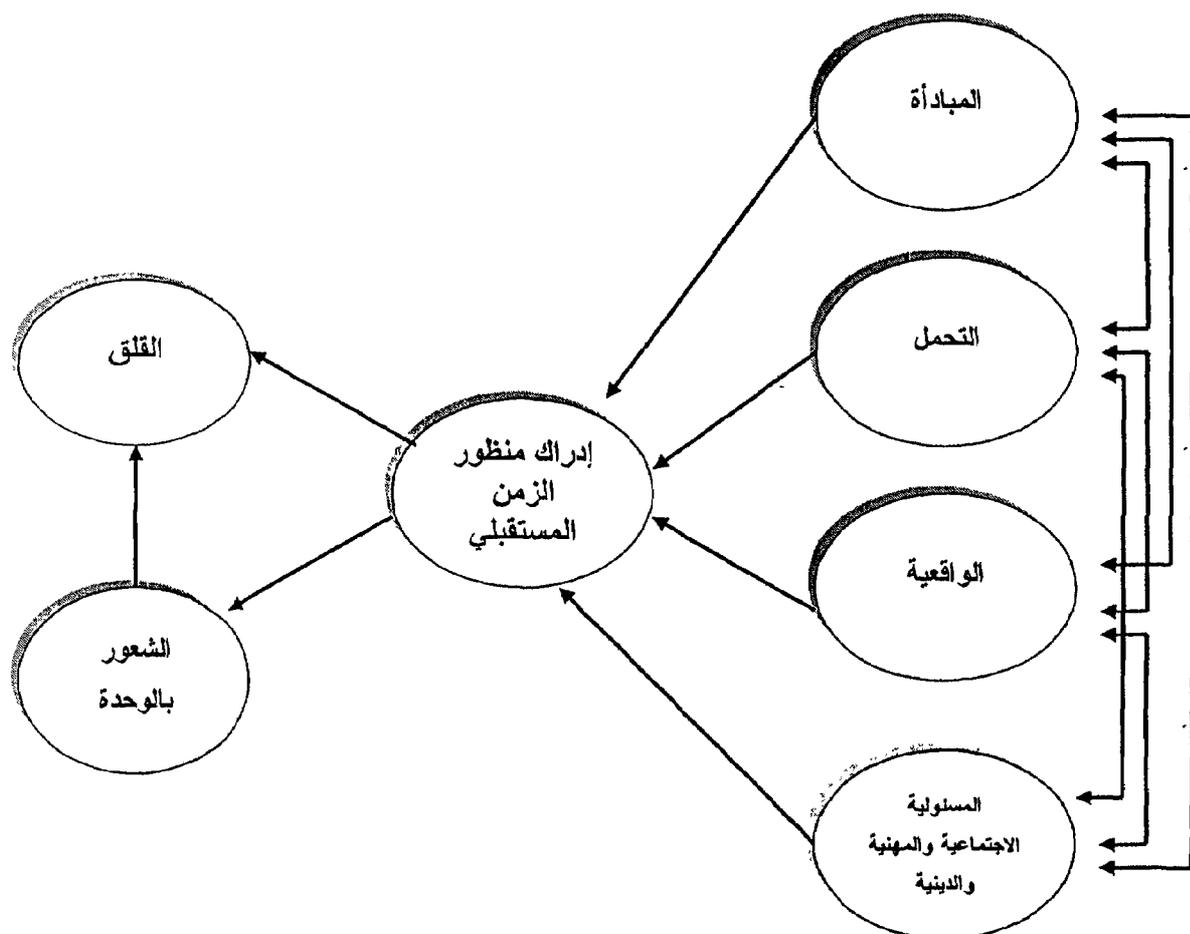
سيد بكر ، ١٩٩٦) .

وأوضحت دراسة عمرو رفعت عمر (٢٠٠٤) العلاقة بين المسؤولية الاجتماعية والقلق

المرتبط بإدراك منظور الزمن المستقبلي " شكل (٢) " ؛ فأشارت إلى أن متغيرات الشخصية

المتتمثلة في : المسؤولية ، والواقعية ، والتحمل ، والمبادأة لها تأثير مباشر في إدراك منظور

الزمن المستقبلي ، الذي يوجد تأثير مباشر بينه وبين القلق .



شكل (٢)

العلاقة بين المسئولية الاجتماعية والقلق المرتبط بإدراك منظور الزمن المستقبلي

(عمرو رفعت عمر ، ٢٠٠٤ ، ٨٨٦ - ٨٨٧)

هذا عن دينامية العلاقة بين الشعور بالمسئولية والقلق المستقبلي المرتبط بالمهنة من ناحية ، ومن ناحية أخرى فإن كلا من المسئولية الاجتماعية والأخلاقية والمهنية ، ترجع إلى المسئولية الدينية ؛ لأنها الأصل ، فالدين هو الذي يعطينا دعائم الحياة الاجتماعية ، وأسس الحياة الأخلاقية ، فهذه الأنواع من المسئوليات مع تحقيق صورها في مجال الحياة العملية ، إلا أنها متداخلة ومتضامنة بعضها مع بعض ، وذلك لاتحاد المصدر الذي منه تستمد وعليه تعتمد ، حيث إن المسئولية التي يستمدتها من : وحي الله - تعالى - ، والقرآن الكريم ، وسنة النبي - ﷺ - ، هي أساس كل تكليف يلتزم به ، ويمكن أن يطلق عليها المسئولية الإسلامية بمعناها العام والشامل الذي ينطوي تحته صور المسئوليات جميعها (غادة السيد السيد الوشاحي ، ٢٠٠٤ ، ٣٨ - ٣٩).

د- تقدير الذات :

احتل مفهوم الذات وتقدير الذات مكانة بارزة في نظريات الشخصية ، وتعددت الآراء واختلفت التيارات التي تناولتها ، وقد اهتم علماء النفس بالبحث في مدلولها وماهيتها ، فكانت لهم في ذلك أبحاث متعددة ، أدت إلى وجود مدارس متعددة ، حاولت كل منها أن تصوغ هذا المفهوم في إطار الفلسفة التي تتبناها ونوع البحوث التي أجرتها (رشدي عبد الرؤوف ، ٢٠٠٠ ، ٢٠٦) .

ركز أصحاب هذه المدارس على أهمية تقدير الذات في تكوين شخصية الفرد ونموها ؛ لكونه الإطار المرجعي الذي يعطي القوة والمرونة للسلوك الإنساني ؛ لتدفعه في كل المساعي والجوانب الوجدانية للفرد ، ودوره المهم في تنظيم بناءات الشخصية الذي يشتره بجدارته وكفايته (علاء الدين كفاي ، ١٩٨٩ ، ١٠) ، (محمود فتحي عكاشة ، ١٩٩١ ، ١٢) .

وقد استخدم علماء النفس مصطلح تقدير الذات على أنه مجموعة من الأحكام الشخصية التي يراها الفرد عن نفسه كمحصلة خصائصه الانفعالية ، والعقلية ، والاجتماعية ، والجسمية ، وهو أقرب إلى مصطلح تقويم الذات من خلال المكونات السلوكية والانفعالية للشخصية ، الأمر الذي جعل Boner1981 يؤكد على أن تقدير الذات هو الأسلوب الذي يدرك به الأفراد أنفسهم في علاقاتهم مع الآخرين (عبد الله عبد الحميد إبراهيم ، ١٩٩٤ ، ٣٨ - ٤٢) .

وأظهرت العديد من الدراسات التي أجريت في مجال تقدير الذات أن الأشخاص ذوي التقدير المرتفع للذات يكونون أكثر ثقة بأنهم وأحكامهم ، ويتأثرون بالمعلومات المشجعة والمطمئنة والمتفائلة أكثر من تأثرهم بالمعلومات المتشائمة المهددة ، ويشعرون بالكفاءة ، وهم أقل عرضة للضغط النفسي الناتج عن الأحداث الخارجية ، كما أنهم قادرين على صد المشاعر السلبية الداخلية ، أما أصحاب التقدير المنخفض للذات ، فهم يركزون على عيوبهم ونقائصهم وصفاتهم غير الجيدة ، ويضعون لأنفسهم توقعات أقل من الواقع ، الأمر الذي يجعلهم يعانون من مشاعر العجز والدونية وعدم التقبل ، ومشاعر الإحباط والقلق ، الناتج عن عزو أسباب فشلهم إلى الأسباب الذاتية (الحميدي محمد ضيدان الضبيدان ، ١٤٢٤ هـ ، ٣٢ - ٣٣) .

وتظهر أهمية البعد المستقبلي في المواقف الكلينية ؛ لكون الإنسان لا يمكنه أن يوجد كحقيقة دون أن يرتبط بموضوع ما في المستقبل ، تتشكل حياته ومستقبله حوله ، حتى يتوجه نحوه ويشعره بتحقيق ذاته وقيمه (إبراهيم محمود إبراهيم بدر ، ٢٠٠٣ ، ٣٨) .

وهناك العديد من المصطلحات التي شاع استخدامها للتعبير عن المشاعر النفسية التي يشعر بها الفرد تجاه عمله ، فهناك الروح المعنوية Moral ، والاتجاه النفسي نحو العمل Attitude Towards the Job ، والرضا عن العمل Job Satisfaction ، وهذه المصطلحات وإن اختلفت تفصيلات مدلولاتها ، إلا أنها تشير بصفة عامة إلى مجموع المشاعر

الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو عمله ، وهذه المشاعر قد تكون سلبية أو إيجابية ، الأمر الذي يتوقف عليه تقدير الفرد لذاته ولعمله المستقبلي (أحمد صقر عاشور ، ١٩٩٧ ، ١٣٩).

وتظهر نظرية **Holland** مدى تحقيق الفرد وتقديره لذاته من خلال عمله المستقبلي ؛ لأنها تقوم على أساس أن بلوغ الشخص السن الذي يكون عليه أن يختار المهنة التي سيلتحق بها تعتبر نتاجاً لتفاعل قدراته مع العديد من القوى الثقافية والاجتماعية ، وأن هناك ست بيئات مهنية أو مواقف عمل تمثل الثقافة ، هي : الميكانيكية ، والعقلية ، والمعاونة ، والمسيرة ، والاجتماعية ، والجمالية ، ولكل فرد أسلوب حياته الذي يتحدد بناء على قيمه وميوله واستعداداته وسمات شخصيته وذكائه ومفهومه عن نفسه ، وهذا يساعد الفرد على توجيهاته بدرجات متباينة نحو تلك البيئات الست بدرجات متفاوتة ، وبالتالي يمكن تكوين ما يسمى البناء الهرمي النمائي **Development Hierarchy** ، ويوجد داخل كل مجال مهني مستويات مختلفة يمكن الالتحاق بها بناء على مستوى قدرة الفرد وتقييمه لذاته (أحمد صقر عاشور ، ١٩٩٧).

وتتأثر نظرة الشباب للمستقبل إلى حد كبير بإدراك الفرد لذاته وللأهداف التي يسعى لتحقيقها ، والعوائق التي تمنع تحقيق تلك الأهداف ، كذلك بالبيئة النفسية التي يوجد بها ، والتي تشمل جميع الأحداث التي تؤثر في الفرد ويتأثر بها (أحمد على كنعان ، وعبد الله المجيدل ، ١٩٩٨ ، ١٢).

لقد أكدت معظم النظريات المفسرة للقلق أن للبيئة التي يعيش فيها الفرد دوراً مهماً في حدوثه ، وبخاصة إذا ما كانت تحتوي على عوامل التهديد والإحباط والتناقضات ، وقلة فرص تحقق الذات ، وكثرة الضغوط النفسية ، وانهايار القيم ، وعدم صياغة الفرد هدفاً لنفسه يتجه نحوه، حيث يعاني الفرد التوجس والخيفة ، وتوقع الفشل ، والإحساس بالنقص حينما يسعى لتحقيق ذاته وآماله وطموحاته المستقبلية (محمد عبد السلام محمد حسين ، ١٩٩٩ ، ١٠٣ - ١٠٤)، (محمود محي الدين سعيد عشري ، ٢٠٠٤ ، ١٣٩ - ١٤٠).

ويشير محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦ ، ١٤) إلى أن قلق المستقبل باعتباره أحد الاضطرابات النفسية يؤثر في شخصية الفرد ، فلا يمكنه أن يحقق ذاته أو نموه الأمثل أو أن يبدع ، وإنما يضطرب ويعجز وينعكس هذا الاضطراب على مظاهر متعددة بدرجات متفاوتة لدى الأفراد .

ويعد العمل ضرورة نفسية واجتماعية بالنسبة للفرد ، وغيابه يؤدي إلى الخلل النفسي والاجتماعي لديه ، فهو ليس وسيلة للحياة تكفل للإنسان ممارسة حياته بصورة كريمة فحسب ، بل إنه أيضاً المجال الذي يتخذه الفرد لتأكيد ذاته والتعبير عن صراعاته ، ولذلك فالشباب المتعلم الذي لا يجد فرصة عمل بعد تخرجه يقل احترامه لنفسه ويقلل من شأنها ، وينخفض تقديره لذاته ، وفي النهاية إحساسه بالعجز وفقدان الأمل ، وعدم القدرة على مواجهة حالة البطالة التي

يعاني منها طالما أن محاولاته لمواجهتها فاشلة (عبد الله السيد عسكر ، وعماد علي عبد الرازق ، ٢٠٠٠ ، ٢٧ - ٣٠).

لذلك يرتبط قلق المستقبل بالدافعية في كثير من الأبحاث النفسية لما لها من آثار مشتركة في الحالة الانفعالية للفرد ، وما يمكن أن يؤديه ، ففي ضوء وجود حالة من القلق أو ضعف الدافعية يقل تحقيق الفرد لطموحاته المستقبلية وتقديره لذاته (إيمان محمد صبري ، ٢٠٠٣ ، ١٣) ، (عمر رفعت عمر ، ٢٠٠٤ ، ٨٦١) .

فتعد الأحلام قبل التخرج أكثر مجالاً والمستقبل أكثر إشراقاً ، ولكن الواقع ليس له صلة بالحلم ، بل يناقضه تماماً ، وهذا ما يدركه شباب اليوم ، فالبطالة والعمل غير المناسب هي النوافذ التي ينظر منها الشباب على عالم المستقبل (أحمد على كنعان ، وعبد الله المجيدل ، ١٩٩٨ ، ١٥) ، حيث يتم تخريج الآلاف من الشباب وهم يحملون خبرات مؤهلات غير مطلوبة في مجال العمل ، فلا يجدون في سوق العمل ما يناسب مستواهم ، الأمر الذي يدفعهم إلى الالتحاق بوظائف حرفية ، غير مؤهلين بمهارات كافية لإتقانها ؛ فلا يسهمون فيها بأي قدر مما تعلموه أو لا يجدون وظائف ، فتزداد البطالة وتنتشر مساوئها في صورة اضطرابات سلوكية نفسية (محمود محي الدين سعيد عشري ، ٢٠٠٠ ، ٢١٩ - ٢٢١) .

لما كان العمل أساسياً للحياة والإنتاج والتقدم ، وله أثره القوي في الاتزان النفسي ، فهو يعني الشعور بالأمن والثقة بالنفس ، وتحقيق الذات والرضا النفسي ، والشعور بالهوية ، والتقدير والقيمة (Jahada , 1982,184) ، وعدم الالتحاق بالمهنة على العكس من ذلك ، فعلاوة على أنها إهداراً للموارد البشرية وإصابة الفرد بالخلل النفسي ، فهي طاقة مستهلكة مما يجعل الفرد يفقد احترامه لذاته وينخفض تقديره لها ويشعر بالفشل (Argyle , 1992 , 113) .

هذا وفي ظل إلغاء أمر التكليف عن كليات التربية أصبح الطلاب عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية ومدعاة للتشاؤم والخوف من الغد ، ويسهم هذا التوجس والخوف والتشاؤم نحو المستقبل في إبراز القلق وخاصة على المهنة ، بعد اهتزاز قيمة التعليم الجامعي في نظائر الكثيرين ، وأن الشهادة الجامعية لم تعد وثيقة مرور إلى حياة رشيقة وميسرة ، بل أصبحت يوماً بعد يوم وثيقة عديمة الجدوى ، الأمر الذي يجعل الكثير من الطلاب يعانون انخفاضاً في تقدير ذواتهم ، وخاصة عند التفكير : فيما سأعمل بعد التخرج ؟

المحور الثاني : الإرشاد النفسي الديني**أولاً : الإرشاد النفسي من المنظور الديني وعلم النفس الحديث**

تعددت التعريفات التي وضعها المتخصصون للإرشاد النفسي ؛ لإعطائه الهوية المناسبة له، فبعض هذه التعريفات تعطي دلالة نظرية مختصرة ، وبعضها الآخر يعطي انطباعاً إجرائياً يحدد ملامح العملية الإرشادية ، وقد تعددت أساليبه تبعاً للإطار النظري الذي يستند إليه والأدوات والأساليب التي يستخدمها ، فأصبح يستند إلى قاعدة عريضة من النظريات يعدها البعض بالمئات (محمد محروس الشناوي ، ومحمد بن محسن التويجري ، ١٩٩٦ ، ٨٨٥) .

وعند دراسة آراء المدارس النفسية المختلفة وأسسها الإرشادية يلاحظ أن هناك اختلافاً كبيراً فيما بينها حول الطبيعة الإنسانية ، ومحددات الشخصية ، وهذا الاختلاف في أسس النظريات هو أهم أسباب الاختلاف في أهداف الإرشاد النفسي وعملياته وطرقه بين المدارس المختلفة ، فبعض هذه المدارس يهدف إلى إعادة بناء شخصية المسترشد ، وبعضها يهدف إلى التركيز على إزالة المعاناة والألم بمعرفة العرض ومعالجته ، وبعضها يهدف إلى تنمية معنى الحياة عند الفرد وتوفير الخدمات لنموه إلى أقصى حد ، أو تنمية أشخاص يحققون ذواتهم ، ويختلف المنهج الإسلامي في نظريته لطبيعة الإنسان ، وفي نظريته لما ينتاب هذه الطبيعة من أعراض انحرافية ومرضية عن هذه المناهج ، ويختلف أيضاً في تفسيراته ومعالجته لأزمات ومشكلات الفرد النفسية ، فيعمل على إعادة تشكيل الشخصية طبقاً للصورة النموذجية لها لتستقر على أحسن وضع ممكن وفق المعايير والإجراءات المشروعة (عبد العزيز محمد النغمشي ، ١٩٩١ ، ٥٠٤ - ٥٠٦) .

فمن الحاجات الأساسية بالنسبة للإنسان الحاجة للهداية ، فبغير الإرشاد يتعرض الأفراد إلى الشك والقلق ، حيث لا يجد الزاد الصحيح مما يجعله يضطرب ويختل ، ويصبح القلق هو العرض الدال على ذلك ، وقد نص القرآن الكريم على ذلك في أم الكتاب في قوله تعالى : "اهدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ" (الفاتحة ، ٦) ، فالحاجة إلى الهداية منة عظيمة من الرحمن .

وعلى الرغم من أن علم النفس منذ بداية ظهوره كان من أكثر العلوم الإنسانية إفادة من الدين في فهم طبيعة النفس الإنسانية ، إلا أن بعض علماء النفس في العصر الحديث قد غلّفوا دراسة الجانب الديني عند الإنسان ، وأثره في حياته النفسية (ليلي عبد الحميد عبد الحافظ ، ١٩٩١ ، ١) ، ولم تحظ الدراسات النفسية للدين والتدين بالبحث والتقصي إلا في الربع الأخير من القرن التاسع عشر (Richards , 1991) ، (رشاد على عبد العزيز موسى ، ١٩٩٢ ، ١١٩) .

ولقد احتلت سيكولوجية الدين **Religion Psychology** في الوقت الحاضر مكانة مهمة لدى كثير من علماء النفس والصحة النفسية ، وظهرت العديد من الدراسات والبحوث التي تتناول أثر الدين في تحقيق التوافق والصحة النفسية والإرشاد النفسي ، كما عقدت بعض المؤتمرات والندوات لمناقشة العلاقة بين الدين والإرشاد النفسي ، ومن بين هذه الندوات تلك التي عقدت في مصر عام ١٩٨٩ والتي نظمها المعهد العالمي للفكر الإسلامي بالقاهرة ، واشتملت على العديد من البحوث المهمة والتي تعد محاولة جادة في دراسة أثر الدين في الإرشاد والعلاج النفسي ، ومن بين تلك المؤتمرات ما نظمه قسم علم النفس بالجامعة الإسلامية العالمية بماليزيا بالتعاون مع المعهد العالمي للفكر الإسلامي حول العلاج والإرشاد النفسيين من منظور إسلامي عام ١٩٩٧ ، حيث شارك فيه أكثر من ٣٠ باحثاً قدموا من مختلف الجامعات في العالم العربي والإسلامي ، وما نظمه قسم علم النفس بكلية الآداب بجامعة المنوفية بجمهورية مصر العربية حول العلاج النفسي رؤية تكاملية عام ٢٠٠٦ عرض فيه مجموعة من البحوث النظرية والدراسات الميدانية عن التشخيص والإرشاد والعلاج النفسي في ضوء الإسلام.

وتزايد الاهتمام بالبحوث والدراسات التي تناولت أثر الدين في عملية الإرشاد النفسي لدى الكثير من علماء الصحة النفسية والإرشاد والعلاج النفسي العرب والأجانب ، حتى أصبح الإرشاد النفسي الديني يمثل اتجاهاً قوياً في الإرشاد والعلاج النفسي ، فقد ظهرت العديد من الدوريات والمجلات العربية والأجنبية لسيكولوجية الدين **Journal of Religion Psychology** منها : مجلة النفس المطمئنة ، مجلة علم النفس والعقيدة **Journal of Psychology & Theology** ، ومجلة الدين والصحة **Journal of Religion & Health** ، ومجلة البحث الديني **Review of Religion Research** ، والإرشاد والقيم **Counseling & Values** ، كما ظهرت العديد من المواقع الإلكترونية على شبكة المعلومات الدولية لعرض أساليب الإرشاد النفسي الديني ، أسهمت هذه البحوث والدراسات وتلك المحاولات في صياغة نظرية الإرشاد النفسي الديني .

ويمتد تاريخ الإرشاد عند المسلمين كما يشير راشد القصبي (١٩٩٥ ، ٣٩) إلى بدايات عصر النبوة الشريفة لقوله تعالى : " وَكَتَبْنَا مِنْكُمْ أُمَّةً يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ " (آل عمران ، ١٠٤) ، وقوله تعالى : " كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ آمَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِنْهُمُ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ " (آل عمران ، ١١٠) ، وكان النبي - ﷺ - معلماً ومرشداً ورسولاً ، لقوله تعالى : " هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ " (الجمعة ، ٢٠) .

ويشير محمد عثمان نجاتي (٢٠٠٠، ٣٠٦ - ٣٢٥) إلى أن النبي - ﷺ - قد عُنيَ في تربيته لأصحابه بتوجيههم إلى كل ما يحفظ عليهم الصحة النفسية ، و عُنيَ - ﷺ - بعلاجهم مما كان يصيبهم من أمراض نفسية مستخدماً لبعض الأساليب كالإيمان ، والعبادات ، والذكر ، والدعاء ، والتوبة في تعديل سلوك أصحابه وفي علاجهم النفسي مما كان يصيبهم من اضطرابات .

وعلى الرغم مما يزعمه البعض أنه ليس في التراث مواقف تاريخية مدونة تجاه الأمراض النفسية الناتج من تغاير الأسماء ، كتسمية الإمام الغزالي مثلاً للحالات الاكتئابية أو الهم الملازم للأفراد بالغنط ، والافتقارات الشرطية بالهم الاقتراني، وهو لا يؤثر في حقيقة المسميات ، كما غفلوا عن أن علوماً مدونة قد استضافت حقائق هذا العلم ، فضلاً عن شواهد التاريخ التي تدحض هذه الدعوى ، وأحدها البيمارستانات التي أسست لرعاية المرضى الذين استعصى شفاؤهم ، وهذا ما سار على نهجه ابن سينا ومن جاء بعده ، على أن طراً فيما بعد مزج لطيف من مقومات كل من علم النفس والأخلاق والدين ، وظهر هذا في رسائل إخوان الصفا ، وفي مؤلفات أبي حامد الغزالي المختلفة كإحياء علوم الدين ، وميزان العمل ، حتى عد أول مؤسس لعلم النفس الإسلامي (عبد الستار أبو غدة ، ٢٠٠٥) .

إن أول من عرض الدين من الزاوية السيكلوجية كما أشارت نعمات أحمد قاسم (١٩٩٦ ، ١٣) عالم النفس Leuba 1912 وكان ذا نزعة موضوعية واتجاه موضوعي في دراسة الدين ، بمعنى أن دراسة الدين من الزاوية النفسية تكون خالية من عنصر الاعتقاد ، أي من الأحكام الشخصية التي لا تسترعي التجربة أو المنطق ، كما أنه حاول تفسير الظواهر الدينية والأخلاقية تفسيراً فسيولوجياً مثل التحولات الدينية العنيفة والشطحات الصوفية ، كما حدد كافة الظروف التي تكشف تلك الظواهر وما تصاحبها من تغيرات معينة.

بدأ الاهتمام بدراسة الإرشاد النفسي الديني بشكل رسمي منذ عام ١٩٨٠ ، وذلك بعد كتابات Allport 1967 عن الاتجاه الديني ، وFromm 1977 عن الدين والتحليل النفسي ، Young 1980 عن الدين والشخصية ، وكتابات Kohlberg 1986 عن النمو الخلفي ، وظل هذا الاتجاه ينمو وأصبح له بعض الرواد والباحثين، وخاصة في الولايات المتحدة الأمريكية ، ففي السنوات الأخيرة ظهرت العديد من البحوث والدراسات الأميركية ، في مجال الإرشاد والعلاج النفسي الديني ، وإصدار العديد من الدوريات والمجلات المتخصصة في هذا المجال (محمود إبراهيم عبد العزيز فرج ، ١٩٩٨ ، ٢١).

و يشير (33 - 32, 1993) Worthington إلى أن الدراسات والبحوث في الإرشاد النفسي الديني تطورت في أربعة اتجاهات رئيسة هي :

الاتجاه الأول : النظريات والبحوث الأكاديمية Academic Research Theories ويتناول تغيير القيم الدينية من خلال الإرشاد والعلاج النفسي ، مثل بحوث Worthington 1984- ، Lovinger 1984 - 1990 ، Bergin 1980 - 1988 .1995

الاتجاه الثاني : النظريات العلمانية والمنظور الديني Analysis Of Secular Theories From a Religious Perspective ، ويتناول اتجاه بعض المعالجين والمرشدين نحو استخدام بعض الفنيات الإرشادية التي تستخدم في الإرشاد العلماني مع بعض العملاء الدينيين ، ومنها بحوث Jones & Butman 1993 .

الاتجاه الثالث : الفروق الدينية عند استخدام النظريات العلمانية Religious Version Of Secular Theories ، ويبحث هذا الاتجاه أثر الفروق الدينية لدى المعالج والمرشد النفسي والعميل ، ومنها بحوث Ellis 1978 عن أهمية العلاج العقلاني الانفعالي في تغيير المعتقدات الدينية ، و Malony 1993 .

الاتجاه الرابع : النظريات الخاصة بالإرشاد النفسي الديني Specifically Religious Theories ويمثل هذا الاتجاه البحوث الخاصة بالإرشاد النفسي الديني مثل كتابات Collies 1991 و Benner 1987 عن استخدام الدين المسيحي في الإرشاد النفسي.

والاتجاه الرابع هو الذي يتبناه الباحث في دراسته الحالية ، لكن مع الاختلاف في الأسس التي تقوم عليها عملية الإرشاد (*) ، وهذا ما أشار إليه فؤاد أبو حطب (١٩٩٧) في أن المصدر الذي انبثق منه علم النفس المعاصر هو الدين ، لاعتباره نشاطاً مهنياً يخضع لنظام أخلاقي ، الشيء الذي يدل على التوجهات الدينية في هذا الميدان ، الأمر الذي يجعل نظريات وتقنيات العلاج النفسي تتجاوز قيود البحث العلمي ونظريات الشخصية لتطرح بعض الإشكاليات الأساسية المتمحورة حول غائية ومعنى الحياة.

(*) يتم عرض الأسس التي تقوم عليها عملية الإرشاد النفسي الديني في الدراسة الحالية بالتفصيل في الأساس النظري لبرنامج الإرشاد النفسي الديني في الفصل الرابع ،

ثانياً : تعريف الإرشاد النفسي الديني :

ظهرت عدة تعريفات للإرشاد النفسي الديني في البيئة العربية وخاصة بعد التنافس عدد كبير من الباحثين والعلماء في مجال الصحة النفسية والإرشاد والعلاج النفسيين نحو القرآن الكريم والسنة المطهرة وكتابات علماء المسلمين.

فيعرف حامد عبد السلام زهران (١٩٩٥ ، ٣٧٧) الإرشاد النفسي الديني بأنه أسلوب توجيه وإرشاد وتربية وتعليم ، يقوم على معرفة الفرد لنفسه ولدينه ولربه والقيم الروحية والأخلاقية ، وقد بنى محمود إبراهيم عبد العزيز فرج (١٩٩٨ ، ٢٦) تعريفه على هذا التعريف ، فأشار إلى أن الإرشاد النفسي الديني بأنه عملية توجيه وإرشاد وعلاج وتربية وتعليم ، تتضمن تصحيح وتغيير تعلم سابق خطأ ، وهو إرشاد تدعيمي يقوم على استخدام القيم والمفاهيم الدينية والخلقية ، ويتناول فيه المرشد مع العميل موضوع الاعتراف والتوبة والاستبصار ، وتعلم مهارات وقيم جديدة تعمل على وقاية وعلاج الفرد من الاضطرابات السلوكية والنفسية.

بهذا المعنى يكون تعريف محمود إبراهيم عبد العزيز فرج ١٩٩٨ قد أضاف إلى تعريف حامد عبد السلام زهران ١٩٩٥ وصفاً لعملية الإرشاد النفسي الديني من حيث : كيف تتم ؟ وأهميتها في وقاية الفرد من الاضطرابات السلوكية والنفسية.

ويتفق محمود إبراهيم عبد العزيز فرج ١٩٩٨ جزئياً مع جابر عبد الحميد جابر ، وعلاء الدين كلفافي (١٩٩٥ ، ٣٢٤٣) حيث عرفا العلاج النفسي الديني بأنه علاج نفسي تدعيمي ، يوفر نوعاً من الإرشاد الدعوي *Pastoral Counseling*.

أما تعريف مصطفى فهمي (١٩٨٧ ، ٣٦٦) فيضيف إلى تعريف حامد عبد السلام زهران ١٩٩٥ ، ومحمود إبراهيم عبد العزيز فرج ١٩٩٨ عمليات الاستبصار ، حيث يعرف الإرشاد النفسي الديني على أنه أسلوب توجيه واستبصار يعتمد على معرفة الفرد لنفسه ولربه ولدينه والقيم والمبادئ الروحية والخلقية ، وهذه المعرفة غير الدنيوية المتعددة الجوانب والأركان تعتبر مشعلاً يوجه الفرد في دنياه ويزيده استبصاراً بنفسه وبأعماله وذنوبه وآثامه وطرائق توافقه في حاضره ومستقبله.

وعرف عبد الباسط متولي خضر (٢٠٠٠ ، ٢٢٠) الإرشاد النفسي الديني بأنه محاولة مساعدة الفرد لاستخدام المعطيات الدينية للوصول إلى حالة من التوافق تسمح له بالقدره على ضبط انفعالاته إلى الحد الذي يساعده على النجاح في الحياة ، بينما عرف أحمد على الأميري (٢٠٠٤ ، ٣٦٣) الإرشاد النفسي الديني بأنه مجموعة من الأساليب والمعارف والخدمات يقدمها أخصائيو الإرشاد معتمدين على القرآن والسنة ؛ بهدف تحقيق الصحة النفسية.

فالإرشاد النفسي الديني هو أحد المساعدات الإرشادية التي تستخدم كأداة للتغلب على العقبات التي تقف في سبيل التوافق النفسي وتحقيق الحاجات النفسية والسيولوجية لدى الأفراد

بصفة عامة ، والشباب بصفة خاصة ، وذلك عن طريق الإفادة بمحتوى القرآن الكريم والسنة المطهرة كأحد المساهمات في تصحيح الأفكار والتصورات الخاطئة (سيد صبحي ، ١٩٨٠ ، ٢٢٠) ، وهذا ما أجملته عفاف عبد اللطيف (٢٠٠٥ ، ١٢) في تعريفها للإرشاد النفسي الديني بأنه طريقة من الطرق الإرشادية التي تستخدم فنيات الدين وقيمه ومفاهيمه في إصلاح عيوب النفس وإرجاعها إلى فطرتها السليمة التي فطرها الله عليها.

ويتفق راشد على السهل (٢٠٠١ ، ٣٩) مع سيد صبحي ١٩٨٠ ، وعفاف عبد اللطيف ٢٠٠٥ في تعريف الإرشاد النفسي الديني ، حيث يرى أنه مجموعة من الخدمات التخصصية التي يقدمها مختصون (مرشدون) في علم النفس الإرشادي إلى أشخاص (مسترشدون) يعانون من سوء توافق نفسي أو شخصي أو اجتماعي بهدف مساعدتهم على تجنب الوقوع في مشكلات أو محن نفسية أو اجتماعية أو أسرية ، وتقليل آثارها إذا وقعت ، وتزويدهم بالمعارف الدينية والعلمية والمهارات الفنية لتحسين توافقهم النفس - شخصي مع هذه الظروف استرشاداً بالعبادات والقيم الدينية ، مثل : التقوى ، والتوكل ، والصبر ، والإيمان بالقضاء والقدر ، والدعاء ، هذا من ناحية ، ومن ناحية أخرى استغلال فنيات وأساليب نظريات الإرشاد النفسي بأنواعها كوسائل معينة من مساعدة المسترشد على تحقيق النمو الذاتي وتحمل المسؤولية الاجتماعية وتحقيق أهدافه المشروعة من الناحية الدينية في نطاق قدراته وإمكانياته .

وتبين موزه المالكي (٢٠٠٣ ، ١٥٦) في تعريفها للإرشاد النفسي الديني خطواته ، حيث ترى أن الإرشاد النفسي الديني هو استخدام مبادئ وأحكام الدين من توجيه سلوك الأفراد بحيث يتفق مع هذه المبادئ والأحكام ، في حين يظهر عبد الستار أبو غده (٢٠٠٥) الهدف منه ، فيرى أن الإرشاد النفسي الديني هو إرشاد روعي بمعناه الغيبي غير المحسوس بالإضافة إلى الاهتمام الملحوظ بالعلاج النفسي الذي أخضع للدراسة على صعيد العلم والتجربة أحياناً ، وبذلك يجمع بين الأخذ بالأسباب واللجوء إلى خالقها ، لقوله تعالى : " وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ " (الشعراء ، ٨٠) ، بينما توضح زينب شقير (١٩٩١ ، ١٩٧) المرحلة النهائية من عملية الإرشاد النفسي الديني " إنهاء عملية الإرشاد النفسي الديني " في تعريفها للإرشاد النفسي الديني ، حيث ترى أنه محاولة استعادة صفات وخصائص النفس المطمئنة والمتمتعة بالصحة النفسية ، تلك الصفات التي أقرها الدين الإسلامي الحنيف من قبل ، والتي فقدتها الفرد بسبب إغوائه وانزوائه وراء أهوائه ونزعاته.

ويجمل محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦ ، ٨) ذلك كله حيث يوضح تعريفه للإرشاد النفسي الديني خطواته ومبادئه والهدف منه ، ويضيف إلى ذلك فنياته ، حيث يرى أنه : شكل من أشكال العلاج النفسي الحديث يقوم على أساليب ومفاهيم ومبادئ دينية وروحية وأخلاقية بغية تصحيح وتغيير الأفكار المشوهة والتصورات المختلة وظيفياً لدى الفرد في أمور الحياة كلها،

ومساعدته على تحمل مشاق الحياة ، ويبعث الأمن والطمأنينة في النفس وراحة البال ويغمره الشعور بالسعادة .

كل هذه التعريفات عرضت الإرشاد النفسي الديني كعملية لها أهدافها وفتياتها ومبادئها ومراحلها ، ولكن لم تحدد أي الأديان ، ولذلك يقصد الباحث بالإرشاد النفسي الديني الإرشاد النفسي الديني الإسلامي؛ لأن الإرشاد النفسي الديني يشتمل على كل الرسائل السماوية، حيث أعطى الدين الإسلامي تصوراً كاملاً عن النفس الإنسانية في صحتها ومرضاها ، كما أنه الرسالة الخاتمة ، التي جاءت لتناسب كل زمان ومكان وللإنسانية عامة.

ويعرف كمال إبراهيم مرسى ، وبشير الرشيدى (١٩٨٨) ، وراشد القصبى (١٩٩٥) الإرشاد النفسي الديني الإسلامي بأنه عمليات تعلم وتعليم نفسي اجتماعي ، تتم في مواجهة Face to Face بين شخص متخصص في علم النفس الإرشادي (مرشد) Counselor ، وشخص آخر يقع عليه التوجيه والإرشاد (المسترشد) Counselor ويستخدم فيه فنيات وتقنيات وأساليب فنية ومهنية ، ويهدف إلى مساعدة المسترشد على حل مشكلاته ومواجهتها بأساليب توافقية مباشرة ، ومعاونته على فهم نفسه ، ومعرفة قدراته وميوله وتشجيعه على الرضا بما قسم الله له ، وتدريبه على اتخاذ قراراته بهدي من شرع الله حتى ينشأ عنده طلب الحلال بإرادته ، وترك الحرام بإرادته ، ويضع لنفسه أهدافاً واقعية مشروعة ، ويفيد من قدرته بأقصى وسعها في عمل ما ينفعه وينفع الآخرين ، ويجد تحقيق ذاته من فعل ما يرضي الله فينعم بالسعادة في الدنيا والآخرة.

يعرف محمد عبد الفتاح المهدي (١٩٩٠ ، ١٢٦) الإرشاد النفسي الديني من منظور إسلامي على أنه وسيلة من وسائل الإرشاد النفسي تهدف إلى مساعدة المريض على التغيير فكرياً وشعورياً وسلوكياً وروحياً ، بشكل يساعده على التصالح العام مع نفسه ، ومجتمعه والكون ، والله - ﷻ - ، ويضع أسامه الراضي (٢٠٠١) تصور شامل للإنسان والمجتمع والكون والله ، ويتجنب النظرة المادية للإنسان والمجتمع ، ويضع في الاعتبار المستوى الأفقي (علاقة الفرد بنفسه وبمجتمعه) ، بالإضافة إلى المستوى الرأسي (العلاقة بين الفرد وربه) ، وبهذا تكون الصورة أشمل وأوضح ، وهو بهذه الطريقة يملأ الفراغ الروحي في الإنسان في الوقت الذي يعمل فيه على ملء الجانب الاجتماعي أيضاً في سبيل الاتزان الروحي والاجتماعي والاستقرار النفسي في نهاية المطاف .

يتضح من العرض السابق لمفهوم الإرشاد النفسي الديني من المنظور الإسلامي أنه ركز على أنه شكل من أشكال الإرشاد النفسي الحديث يستمد أساسياته ومبادئه وفتياته من القرآن الكريم والسنة النبوية ، وأنه ذو فعالية في تخفيف الاضطرابات النفسية ، الأمر الذي يسهم في تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي في نهاية المطاف ، ويمكن تعريف الإرشاد النفسي

الديني في الدراسة الحالية على أنه : : " عملية مساعدة الطلاب لاستخدام بعض الأساليب والمبادئ الدينية والنفسية لخفض التوتر والتشاؤم الناتج عن توقع البطالة بعد التخرج" .

ثالثاً : الإرشاد النفسي الديني وبعض المصطلحات المرتبطة به :

يتداخل مصطلح الإرشاد النفسي الديني مع بعض المصطلحات الأخرى كالإرشاد الديني، والوعي الديني، والاتجاه الديني، والوعظ الديني، والإرشاد الوعظي، مما قد يسبب خلطاً لبعض هذه المصطلحات، الأمر الذي يستوجب توضيح الفروق بين تلك المصطلحات .

١- الإرشاد النفسي الديني والوعظ الديني والإرشاد الوعظي :

يعرف الوعظ الديني **The Religious Pastor** بأنه عملية تعليم وتوجيه تتم من جانب واحد هو الواعظ الديني، الهدف منها تحصيل معلومات دينية منظمة على غرار ما نسمع من خطب ودروس دينية في المساجد والبرامج الدينية في الإذاعة والتلفزيون (حامد عبد السلام زهران، ١٩٩٥، ٣٤٧)، بينما الإرشاد الوعظي **The Pastoral Counselling** هو ما يقوم به الواعظ الديني الذي تلقى تدريباً على الخدمة الاجتماعية وتلقى دراسة لقواعد وأصول علم النفس والعلاج والإرشاد النفسيين، بحيث يعمل على تقديم العون والنصح على طريقة الأخصائيين النفسيين، مستعيناً بذلك بما تمارس عليه في عمله بالوعظ الديني، وذلك على نفس الأسس التي يقوم عليها الأخصائي النفسي مع اختلاف المقاصد والأهداف في الحالتين، فالواعظ منطلقه ديني، والأخصائي النفسي منطلقه علاجي (عبد المنعم الحفني، ١٩٩٩، ٥٩)

وتشير إيمان حسني العيوطي (٢٠٠٤، ١٢-١٣) إلى أن تحديد حدود الإرشاد النفسي الديني يتطلب توضيح الفروق بينه وبين مصطلحي الإرشاد الوعظي والوعظ الديني من حيث : المحتوى، وخصائص القائم بالأداء، والمستهدف من تقديم الخدمات:

أولاً : المحتوى في الإرشاد النفسي الديني هو فنيات إرشادية مستمدة من الدين؛ بهدف الوقاية أو العلاج أو تنمية أحد مكونات شخصية أو نفسية المسترشد، أما محتوى الوعظ الديني والإرشاد الوعظي فهو كم معلوماتي ديني منظم بهدف التعليم والتوجيه ورفع مستوى الوعي بالدين وأحكامه.

ثانياً : القائم بالأداء في الإرشاد النفسي الديني هو المرشد النفسي الذي يمتلك خلفية دينية جيدة، أما القائم بالأداء في الوعظ الديني فهو الواعظ الديني أو خريج أحد المؤسسات الدينية الحكومية أو الأهلية، أما القائم بالأداء في الإرشاد الوعظي فهو الواعظ الديني الذي تلقى تدريباً على أداء الخدمات الاجتماعية والنفسية .

ثالثاً : المستهدف من تقديم الخدمات الإرشادية في الإرشاد النفسي الديني هو المسترشد الذي يحتاج لهذه الخدمات لوجود مشكلة نفسية ما أو تعرضه لخطر الوقوع في المشكلة، أما في الوعظ الديني فيتسع المجال ليشمل الأفراد جميعاً بغض النظر عن وجود مشكلة أو اضطراب ما، حيث توجه تلك الخدمات إلى الأفراد الذين لم يبلغوا الدرجة الكافية من

الوعي والإدراك والفهم لأصول وقواعد وشرائع دينهم ، أما الإرشاد الوعظي فهو أقل شمولية ، حيث يفضل اختيار الأفراد الذين يعانون من مشاكل ذات طابع ديني أخلاقي سلوكي .

٢ - الإرشاد النفسي الديني والاتجاه الديني :

يرتبط تحديد مفهوم الاتجاه الديني **Religious Attitude** بتحديد مفهوم الاتجاه النفسي بصورة عامة ، والذي يعرف بأنه تنظيم خاص للعمليات النفسية يستدل عليه من سلوك الفرد ، وذلك بالنسبة للمدركات التي يميزها الفرد عن غيرها ، وهذا التنظيم مستمد من آثار خبرته الماضية التي عن طريقها وبمساعدها يتفاعل مع المواقف الحالية ، بما فيها من مكونات وعناصر ، والتي يحاول أن يستخدمها في الحكم على الأحداث في المستقبل (محمد عبد الفتاح المهدي ، ٢٠٠٢ ، ٢٣) .

ويعرف الاتجاه الديني بأنه مدى تقبل الفرد أو رفضه للموضوع (الحدث) الديني عن طريق استجابته اللفظية أو الموقفية وهو في هذا أحد مكونات التدين ، وتنظيم خاص للعمليات النفسية للفرد مستمدة من آثار خبرته الماضية ، والتي يمكن الحكم عليه من خلال استجاباته للمثيرات الدينية (نزار مهدي الطائي ، ١٩٩٢) .

ويذكر فرج عبد القادر طه وآخرون (٢٠٠٣ ، ١٥٦) أن التوجه الديني يشير إلى وعي الفرد بكيانه الذاتي في علاقته بالواقع ، كما يشير إلى موقف الفرد ووجهة نظره في الأشخاص والمفاهيم والأشياء والمبادئ العامة السائدة ، وهذا الموقف يستند في توجهاته على معتقداته الخاصة والإطار الفكري العام ، وقد ذكر هذا المفهوم في القرآن الكريم ، قال تعالى : " إِيَّاي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ " (الأنعام ، ٧٩) ، حيث يتوجه الفرد بكل كيانه الجسدي والعقلي والوجداني إلى خالقه ، ويقر له بالعبودية الخالصة والتوجه الكامل لله في كل أعماله في صلواته ونسكه ومحياه ومماته الله رب العالمين لا شريك له ، وهذا يوضح أن التوجه منبعه داخلي من ذات الفرد دون تأثير من قوى خارجية فيه ، ومن ثم فإن هذا يشير إلى سبق الإسلام في الإشارة إلى ذلك المفهوم عن غيره .

ويشتمل الاتجاه الديني على مدى واسع من العناصر الدينية **Religious Elements** التي تعد المحاور الرئيسية التي يستند إليها تقدير الاتجاه ، مثل : الاتجاه نحو الصلاة ، والاتجاه نحو الصوم ، والاتجاه نحو الشكر ، والاتجاه نحو اليوم الآخر ، ولهذا يتكون العنصر الديني من مجموعة من الأفعال الدينية **Religious Actions** المتعلقة بمثيرات دينية معينة ، فالفعل الديني أو الاستجابة الدينية هي الوحدة الصغرى في تكوين الاتجاه الديني ، ومن مجموع الأفعال الدينية يتكون العنصر الرئيس ، ومن مجموع العناصر الدينية يتشكل المكون الديني ، ومن مجموع المكونات الدينية يتكون التدين أو السلوك الديني (نزار مهدي الطائي ، ١٩٩٢) .

إن التعريفات السابقة تتضمن ثلاثة عناصر رئيسة تتمثل في : الخبرة السابقة ، والعمليات النفسية ، والموضوع الاجتماعي ، وهي التي تشكل الاتجاه الديني نحو الموضوعات والأشياء سلباً أو إيجاباً ، وهذا ما يمكن أن يستخدمه المرشد النفسي الديني في إحدى مراحل عملية الإرشاد النفسي الديني لزيادة بعض السلوكيات الإيجابية من خلال الاتجاه الإيجابي ، أو خفض بعض السلوكيات غير المرغوب فيها من خلال الاتجاه السلبي ، ومن ثم يكون الاتجاه الديني أحد حلقات عملية الإرشاد النفسي الديني.

٣ - الوعي الديني :

يرتبط تحديد مفهوم الوعي الديني **Religious Orientation** بتحديد مفهوم الوعي النفسي بصورة عامة ، حيث يعرفه فرج عبد القادر طه وآخرون (٢٠٠٣ ، ٨٩٢) على أنه إدراك الفرد لنفسه ولعناصر الموقف أو البيئة أو المجتمع الذي يحيط به ، ويعرفه إسماعيل عبد الفتاح (٢٠٠٤ ، ٢٠٠) بأنه إدراك الفرد لما يحيط به إدراكاً مباشراً ، وينطوي الوعي على وقوف الفرد على فكرة جديدة وشعور بحاجته إلى مزيد من المعلومات عنها .

وأول من قدم هذا المفهوم - كما أوضح عبد الرقيب أحمد إبراهيم البحيري ، عادل دمرادش (١٩٨٨ ، ١) - عالم النفس **Allport 1959 - 1966** ، و **Allport & Ross 1967** في أبحاثه الثلاثة التي تناولت موضوع التعصب وعلاقته بالدين ، وقد قسم هذا المفهوم إلى نموذجين : التوجه الديني الجوهري ، والتوجه الديني الظاهري ، حيث يميز التدين الجوهري حياة الشخص المتعمق في عقيدته الدينية دون تحفظ ، والشخص الذي له هذه الطبيعة يعمل على خدمة الدين بدلاً من أن يسخر الدين لخدمته ، أما التدين الظاهري فهو تلك النظرة للدين بإعتباره غطاءً أو شكلاً لخدمة الذات وحمايتها ، والمنفعة الشخصية ، إذ يزود المؤمن بالراحة والخلوص الروحي .

ويعد الوعي الديني نوع من التدين الذي يميز حياة الشخص في عقيدته الدينية دون أي تحفظ ، والشخص الذي له هذه الطبيعة يعمل على خدمة الدين بدلاً من أن يسخر الدين لخدمته (طارق محمد عبد الوهاب ، ووفاء مسعود محمد ، ٢٠٠٠ ، ٧٨ - ٩٨) .

٤ - الإرشاد النفسي الديني والإرشاد الديني :

تختلف دراسة الدين باختلاف رؤية كل علم لها ، ويترتب على ذلك اختلاف المنظور الذي يبحثه كل من : علماء الدين ، والباحثين في علم النفس عند دراسة الدين ، فبينما يحاول علماء الدين فهم العمليات الدينية كي ينجح في إرشاد الآخرين ، يقوم الباحثون في مجال علم النفس بتحليل الخبرة الدينية باعتبارها خبرة عقلية ونفسية يمر بها الأفراد ، ولا يهتم بالدين كأفكار أو كمعتقدات للبرهنة على مصداقيتها أو عدمه ، ولكن يهتم بأثر الدين في النفس البشرية ؛ لارتباطه بانفعالات وإدراكات الفرد (هناء أحمد حسنين ، ١٩٩٠ ، ١٠) ، (رشاد على عبد العزيز موسى ، ١٩٩٧ ، ١١) .

لذلك يشير راشد على السهل (٢٠٠١ ، ٣٩) إلى أنه يرجد فرق شاسع بين مصطلحي الإرشاد النفسي الديني والإرشاد الديني ، فالإرشاد الديني ليس بالضرورة أن يكون له بعد نفسي ،

بل قد يكتفي بالجانب الشرعي ، ويقوم به شخص مختص في العلوم الشرعية ، بينما الإرشاد النفسي الديني يتناول بالضرورة البعد النفسي ، ويقوم به شخص متخصص بالعلوم النفسية .

إن نقطة التلاقي بينهما تتمثل في أن الإرشاد النفسي الديني - كما يشير حامد عبد السلام زهران (١٩٩٥ ، ٣٧٣) - يتم بتكوين حالة نفسية متكاملة نجد فيها السلوك متماشياً مع المعتقدات الدينية ، مما يؤدي إلى توافق الشخصية والسعادة والصحة النفسية .

ويعد الإرشاد النفسي الديني فرعاً من فروع الإرشاد النفسي الذي يتناول الدين من الجانب النفسي ، حيث يهتم بالسلوك الديني من خلال ما يسهم به في كيفية اكتساب الأفراد هذا السلوك ، وهذه المعلومات يمكن أن تستخدم في نشر الدين ، وتبين التأثير الذي يملكه الدين على الجوانب الأخرى من السلوك ، كالمسلوك الأخلاقي مثلاً الذي قد يساعد في تخفيف المشاكل الاجتماعية والاضطرابات النفسية ، ومن بينها القلق (مصطفى تركي ، ١٩٨٠ ، ١٨) ، (نعيمات أحمد قاسم ، ١٩٩٦ ، ٢).

يتضح مما سبق أن الإرشاد النفسي الديني بمبادئه وتوجهاته يستطيع حل الكثير من هذه المشكلات ، والدراسة الحالية تهدف إلى العمل على تنمية مشاعر إيجابية عند الطلاب تجاه مستقبلهم المهني من خلال التركيز على بعض العمليات الدينية : كالإيمان ، والصبر ، والشكر ، والتوكل ، والرضا بالقضاء والقدر التي تدخل الاطمئنان إلى القلب والتي يدركها الفرد عندما يكون قريباً من الله تعالى من خلال ممارسته لها في حياته اليومية.

رابعاً: أهداف الإرشاد النفسي الديني

تتعدد أهداف الإرشاد النفسي الديني وتختلف تبعاً لتعدد النظريات الإرشادية ، فيشير كل من حامد عبد السلام زهران (١٩٩٥ ، ٣٧٧) ، ومحمود إبراهيم عبد العزيز فرج (١٩٩٥ ، ٢٩) إلى أن المرشد النفسي الديني يسعى إلى تحقيق مجموعة من الأهداف العامة ، مثل : تحقيق الذات ، وتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية ، وتحسين العملية التربوية ، وبالإضافة إلى ذلك يحاول تحقيق أهداف الإرشاد النفسي الديني ، والتي تتحدد في النقاط التالية :

- ١- تحرير الشخص المضطرب من مشاعر الأثم والخطيئة التي تهدد الاطمئنان النفسي له .
 - ٢- مساعدة العميل على تقبل ذاته وإشباع حاجاته النفسية بطريقة سليمة.
 - ٣- تقوية الإرادة من خلال تعلم ضبط الذات والصبر والتقوى والمراقبة المستمرة لله.
 - ٤- إعادة التربية والتعليم **Reeducation** من خلال الاهتمام بالتربية الدينية وتعميق الإيمان والقيام بالعبادات وتنمية الضمير الديني وتدعيم السمات الإيجابية للشخصية الإنسانية .
- ويضيف كمال إبراهيم مرسى ، وبشير الرشيد (١٩٨٤) على هذه الأهداف أن هدف الإرشاد النفسي الديني هو مساعدة الإنسان وتبصيره وتشجيعه على اتخاذ القرارات لكي يوجهه

حياته إلى عمل ما ينفعه في الآخرة ، وفي نفس الوقت لا ينسى نصيبه من الدنيا ، فيحقق ذاته دنيوياً وأخروياً ، مصداقاً لقول الله تعالى : " وَأَبْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُنْفِسِينَ " (القصص ، ٧٧).

في حين يشير محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦ ، ١٢١ - ١٢٢) إلى أن أهداف الإرشاد النفسي الديني تتلخص في :

- ١- تدريب الشخص على ذكر الله - ﷻ - بالأسلوب التربوي .
- ٢- تحلية النفس بالفضائل الأخلاقية الحميدة .
- ٣- ممارسة الرياضة الروحية بأساليبها في ميادينها المختلفة .
- ٤- تعديل السلوك .
- ٥- التركيز على إقناع المريض عقلياً .
- ٦- التركيز على واقعية المريض " الهنا والآن " .

ويشير عبد المنعم الحفني (١٩٩٩ ، ٦١) إلى أن أهداف الإرشاد النفسي الديني ، تتمثل في :

- ١- تقديم المشورة والنصيحة للمسترشد دون استرجاع لماضيه، وإنما الاكتفاء بمعالجة المشكلة كما هي في الواقع الذي يعيشه المسترشد.
- ٢- التركيز على رفع معنويات المسترشد ، والكشف عن أساسه الإيماني لتقويته وتدعيمه نفسياً.

بينما ترى موزه المالكي (٢٠٠٣ ، ١٥٦) أن الإرشاد النفسي الديني يستخدم لتحقيق أهداف وقائية ، وعلاجية ، وتنموية . وتعني الأهداف الوقائية : وقاية الأفراد من الاضطرابات والأمراض النفسية ، بينما تعني الأهداف العلاجية : علاج ما لدى الفرد من أمراض واضطرابات نفسية ، والأهداف التنموية : هي تمكين الفرد من تنمية واستخدام طاقاته وموارده الشخصية والبيئية ، بحيث يشبع كافة حاجاته بما يتفق وصحيح الدين ، وبما يحقق له حسن التوافق في الدنيا وحسن المنقلب في الآخرة .

ويقدم المنهج الإسلامي في القرآن الكريم والسنة النبوية تصوراً كاملاً للإنسان وعلاقته بخالقه وعلاقته بالكون ، وهذا التصور هو الذي يكون منطلقاً للوجهة الإسلامية في الإرشاد والعلاج النفسي ، ومن ثم يجب أن تصاغ الأهداف الخاصة بالإرشاد والعلاج النفسي على أساسه.

ويشير محمد محروس الشناوي (٢٠٠١ ، ١٨٨) إلى أن الهدف الوحيد للإرشاد من المنظور الإسلامي هو مساعدة المسترشد على العودة إلى طريق الدين الصحيح ، ومساعدته على

الالتزام بتعاليمه عقيدة وشريعة ، وقد يتأتى ذلك من خلال الأهداف جميعها التي تراها نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، ولكن بعيداً عن التصورات الوضعية ، فالوعي والمسئولية وحل الصراع الداخلي والاهتمام بالآخرين وتغيير السلوك أدوار مهمة ، ولكنها في صورة غير التي نادى بها المنظرون في الإرشاد والعلاج الغربي .

ويؤكد ذلك ما تشير إليه هناء يحيى أبو شهبه (٢٠٠٦) بأنه إذا كان الهدف من الإرشاد النفسي حل الصراع ، وتعديل وتصحيح العادات والسلوكيات السيئة الضارة ، وزيادة الوعي ، فإن ذلك يقابله في المنهج الإسلامي العديد من الإشارات الدالة عليه ، فيقابل حل الصراع ، تركية النفس ، والندم ، والاستغفار ، والتوبة ، ومجاهدة النفس ، والسبق على الخيرات ، وعمل الصالحات ، في حين يقابل تعديل وتصحيح العادات والسلوكيات السيئة والضارة ، تعلم المسلم السلوكيات الإيمانية الطيبة عن طريق الترغيب ، والقُدوة الحسنة ممثلة في رسول الله - ﷺ - وفي سنة الخلفاء الراشدين من بعده ، في حين يقابل زيادة الوعي ، قول الله تعالى : " وفي أنفسكم أفلا تبصرون " (الذاريات ، ٢١).

يتضح مما سبق أن الإرشاد النفسي الديني ليس كما يعتقد البعض بأنه قائم على تغيير وبناء المعتقدات فقط ، بل هو مجموعة من العمليات والخدمات التي تشمل التعامل مع المعتقدات والمشاعر والسلوك ، وفي الدراسة الحالية لا يكن الهدف العمل على تغيير المعتقدات عند الطلاب ، فهؤلاء الطلاب مسلمون يحملون معتقدات دينية سليمة تتعلق بأساس العقيدة ، ولكن المشكلة لديهم تتركز على المشاعر والسلوكيات والمعتقدات التي يحملونها تجاه مستقبلهم المهني أو فرص العمل المستقبلية ، الأمر الذي يجعل أهداف الإرشاد النفسي الديني تتمركز في الأهداف الإرشادية : الوقائية ، والتنمية ، والعلاجية ، من خلال وقاية الطلاب المعلمين من قلق المستقبل المهني بتنمية طاقاتهم وحاجاتهم الشخصية التي تتفق وصحيح الدين ، التي تكسبهم المهارات المعرفية والسلوكية والوجدانية التي تساعدهم في تعديل الأفكار والسلوكيات والمشاعر غير المتكيفة ، مما يسهل عليهم ممارستها في بعض الأحيان دون الحاجة إلى مرشد نفسي ، والتغيد بشكليات الأساليب الإرشادية الأخرى .

خامساً : أهمية الإرشاد النفسي الديني والحاجة إليه :

يستمد الإرشاد النفسي الديني أهميته من قسمين أساسيين: أهميته كإرشاد نفسي ، وأهميته كإرشاد ديني ، ويمكن توضيح ذلك كما يلي :

القسم الأول : أهمية الإرشاد النفسي الديني كإرشاد نفسي :

يؤدي الدين جملة من الوظائف التي لا غنى عنها لكل من الفرد والجماعة ، وكونه عاملاً مهماً في حياة الإنسان النفسية ، وعنصراً أساسياً في نمو شخصيته ، وأعظم دعائم السلوك ، حيث يوفر قاعدة وجدانية تضمن الأمن والاطمئنان النفسي والاتزان الانفعالي ، وتقاؤل وحسب للحياة ، وعدم النظرة إليها نظرة تشاؤمية ، وتأكيد الهوية ؛ لما يوفره الإحساس الديني من الإحساس بالسعادة والرضا والقناعة والإيمان بالقضاء والقدر ، ويخفف من وطأة الكوارث والأزمات التي تعترض طريق الفرد ، فيشعر الفرد بالاطمئنان وعدم الخوف أو التشاؤم من المستقبل ، من خلال إطار علاقة الإنسان بخالقه ، التي تعد موجهاً لسلوكه في شتى مناحي الحياة ، وفي كل مرحلة عمرية من حياة الإنسان (سعيد إبراهيم ، ١٩٩٣ ، ١٤٣) ، (عبد الرحمن العيسوي ، ٢٠٠٠ ، ١٤٩ - ١٥٠) ، (رجاء عبد الرحمن الخطيب ، ٢٠٠٢) .

وتتسم مرحلة المراهقة بنوع من اليقظة والنضج الديني ، والحاجة إلى تعقل الدين والشعائر الدينية ، وإن علم النفس وعلم الاجتماع قد أفردا فرعاً مستقلاً لتناول الظاهرة الدينية سمياً : علم النفس الديني *The Psychology of Religious* وعلم الاجتماع الديني *The Sociology of Religious* على أساس أن الدين يعد تجسماً لأعلى الطموحات الإنسانية بإعتباره حصن الأخلاق ، الذي يعد المصدر الأساسي لأمن الأفراد لتحقيق السلام الداخلي لهم (عبد الباقي الهرماسي ، ١٩٩٠ ، ١٦) .

وأظهرت الكثير من البحوث والدراسات أن الدين يؤدي دوراً إيجابياً في الوقاية من أعراض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين ؛ نظراً لارتباط ارتفاع مستوى الدين بالكثير من الجوانب الإيجابية لدى الأفراد ، فيؤدي إلى صحة نفسية أفضل وقدرة أكبر على مجابهة الأمراض والتغلب على آثارها السلبية وسرعة الشفاء من الأعراض النفسية والقدرة على تحمل الضغوط الناتجة عن أحداث الحياة القاسية (Smith , 2003 , 259 - 267) ، وعلى الجانب الآخر أشارت العديد من الدراسات كدراسة Bergin , etal , 1987 ، ودراسة Watson etal , 1989 ، ودراسة رشاد علي عبد العزيز موسى (١٩٩٢) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوجهات الدينية وتقدير الذات ، ووجود علاقة ارتباطية سلبية مع كل من القلق والاكتئاب ، وأن الأفراد الأكثر تديناً أقل قلقاً واكتئاباً وأكثر تأكيداً لذواتهم.

وإن من أبرز الوظائف التي يؤديها الدين للفرد والجماعة تحقيق الاستقرار النفسي ، فحينما يصاب الأفراد بالتمزق النفسي والصراعات الداخلية يحقق لهم الدين توازناً نفسياً عن طريق ما يسوقه من علاج نفسي ، وتوجيه إلهي ، لقول الله تعالى : " أَهْمُ يَقْسِمُونَ رَحْمَةَ رَبِّكَ نَحْنُ قَسَمْنَا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضاً سَخِرِيًّا وَرَحِمَتْ رَبُّكَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ " (الزخرف ، ٣٢) ، ففي حمى الدين تخفف وطأة

الحياة، وتهون أمور الدنيا ، وتصبح هذه المظاهر أمراً ثانوياً وبعيداً عن المألوف (إبراهيم محمد عطا ، ١٩٨٨ ، ١٢٦ - ١٢٧) .

ويؤدي الشعور الديني إلى الإحساس بالسعادة والرضا والقناعة والإيمان بالقضاء والقدر خيره وشره ، الذي يعين الفرد على مواجهة الضغوط ، ويمنح الثقة والقوة لمواجهة التحديات والأزمات التي تعترضه في مجرى حياته ، فيكون الملاذ وقت الشدة ، الذي يشعره بالأمان وعدم الخوف والتشاؤم ، لليقين بأن الله - ﷻ - يتدخل في الأحداث المهمة من أجل الأفضل دائماً ، الذي يتحقق للفرد من خلال : الدعاء ، والصلاة ، والشكر مما يوفر له أسمى صور الدعم والطمأنينة (سعيده محمد محمد أبو سوسو ، ١٩٨٦) ، (عادل محمد هريدي ، وطريف شوقي فرج ، ٢٠٠٢) .

ولذلك يذهب كل من Kipartrick 1994 ، وربيع عبد العليم ١٩٩٧ إلى أنه مع هذا الدعم تتناقض مشاعر الخوف والقلق ، وخاصة قلق المستقبل، فيطمئن الفرد على مصيره المستقبلي ؛ الأمر الذي يسهم في تحقيق السواء النفسي ، لاعتباره بعداً أساسياً للشخصية السوية .

إن للدين وظائف وآثاراً نفسية واجتماعية على الفرد والمجتمع ، حيث يزود الفرد بنسق من القيم والمبادئ والمعايير والمحكات الاجتماعية التي توفر له التكيف مع من حوله ، ويزوده برؤية عالم آخر غير محسوس فيه الخلاص ، تشعره بالاستقرار النفسي ؛ لأنه بمثابة الإطار المرجعي المعياري الذي يلجأ إليه الفرد في سعيه لكل ما قد يواجهه من مختلف صور الصراع (محمد أحمد بيومي ، ١٩٩١) ، (رشاد على عبد العزيز موسى ، ١٩٩٧) .

وأجمل عدلي على أبو طاحون (١٩٩٩ ، ٢١ - ٢٣) الوظائف النفسية والاجتماعية للدين فيما يلي :

- ١- توفير نظام من الضبط الاجتماعي من خلال المساهمة في تكوين ضمير الفرد والجماعة، حيث تقوم المبادئ الدينية ، وما يرتبط بها من قيم ومعتقدات مختلفة بتقوية الضبط الاجتماعي الداخلي ، وبهذا أسهمت في تكوين ضمير الإنسان وتقوية دواعي الخير لديه.
- ٢- يساعد الدين على توفير الأمن الذي يعد مصدراً أساسياً للصحة النفسية ، واختفاء عوامل القلق النفسي لدى مختلف الأفراد في المجتمع ، حيث أن قيام الدين بمحاولة التنبؤ بأسرار ما بعد الحياة واتجاهه لتبشير المؤمنين خيراً ، وتوعد المسيئين شراً ، يعمل على حل الكثير من الاضطرابات النفسية ، وبالتالي تقوية عوامل الاستقرار في حياة الفرد .
- ٣- القيام بوظيفة تثقيفية تعليمية من خلال القصص الديني عن حياة السابقين .

بينما يرى رشاد عبد العزيز موسى (١٩٩٣ ، ٥٥٦) أهمية الإرشاد النفسي الديني في أثار سيكولوجية الدين في علاج الاضطرابات النفسية باختلاف أنواعها ، الأمر الذي يدعم الاهتمام

ببرامج الإرشاد النفسي الديني وفعاليتها في علاج الاضطرابات ، يعد بمثابة إضافة جديدة للتراث
السيكولوجي .

ونجد في كلام الحق تبارك وتعالى أفضل توجيه وأصوب إرشاد ، وذلك لأنه عندما يخاطب
النفس الإنسانية ، فإنما يخاطبها مخاطبة العليم بأسرارها الخبير بما يفسدها ويزكيها ، المطلع
على مواطن القوة والضعف فيها ، مصداقاً لقول الله تعالى : " أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ
الْخَبِيرُ " (الملك ، ١٤) ، وفي سنة النبي - ﷺ - إيضاح للمنهج الإرشادي المتكامل في القرآن
الكريم ، وتفصيل لما جاء مجملاً فيه ، كما أنه ما تركه لنا سلفنا الصالح من تراث له قيمته ، لم
يخرج عن نطاق المصدرين الأساسيين لديننا الحنيف ، الكتاب والسنة ، وكان على ضوئهما
(سعيد إسماعيل القاضي ، ١٩٩٣ ، ٤٤٨) .

فالدین عنصر أساسي في حياة الإنسان حيث تشمل التربية السليمة التربوية الدينية ، كما
ينضمن النمو السوي النمو الديني ، وتشمل الصحة النفسية السعادة في الدنيا والآخرة ، ولذلك
فالتربية الدينية المبكرة تعد وسيلة وقائية لصحة الإنسان النفسية فهي تتشعبه على تكوين نظام
ثابت من القيم والمعايير الأخلاقية حيث تصبح ركيزة أساسية تقوم عليها أساليب تكيف الإنسان ،
وبقدر ما يفيد سلوكه وتفكيره من هذا النظام بقدر ما يكون أقدر على التكيف النفسي (حامد عبد
السلام زهران ، ١٩٩٥ ، ٣٧٧) ، (مصطفى فهمي ، ١٩٧٦ ، ١٧) ؛ لأنه الملاذ من المشكلات
الانفعالية والصدمات النفسية بما يحمله من أفكار وقيم قد تكون علاجاً لكثير من المشكلات التي
يقع فيها الفرد ، والتي قد تؤثر في نفسيته تأثيراً كبيراً ، فكثير من الناس يكون التخفيف للكثير
من آلامهم النفسية يكمن في تذكرهم المفاهيم الدينية مما يجعلهم يجدون في ذلك راحة نفسية
وطمأنينة روحية ، ويخفف الدين القلق النفسي وله صلة كبيرة بالنمو العام عند المراهقين (رشاد
على عبد العزيز موسى ، ١٩٩٢ ، ١١٣) .

وبجانب ذلك نجد اختلافات كثيرة بين المدارس المختلفة للعلاج والإرشاد النفسي فهي
نظرتهم إلى طبيعة الدوافع المحركة للسلوك ، وإلى طبيعة التهديدات المثيرة للقلق ، والمثيرة
لنشوء أعراض الأمراض النفسية ، تجعل من الصعب الوصول إلى اتفاق عام بين هذه المدارس
المختلفة حول نظرية متكاملة في الشخصية وتوافقها ، فكل مدرسة من هذه المدارس تنظر إلى
الإنسان من زاوية معينة ومحددة (محمد عبد الفتاح المهدي ، ١٩٩٠ ، ٣٨ - ٣٩) .

فكل نظرية إرشادية ، وحتى الإرشاد النفسي التكاملي أهمل أهم مؤثر في النفس الذي
يسبب الوحدة والتكامل للإنسان ، ألا وهو " الروح " ، وعلاقة الفرد بربه (ناهد عبد العال
الخراشي ، ١٩٩٩ ، ٥٨) ، (Qulsoom Inayat 2001) .

ولقد بدأت تظهر منذ بداية الستينات حتى الآن المقدمات التي قام بها علماء النفس التي
تنادي بأهمية الإفادة من التعاليم والقيم الدينية في الإرشاد النفسي والصحة النفسية ، وترى أن

الإيمان الحقيقي بالله قوة هائلة تمد الإنسان المتدين بطاقة روحية تعينه على تحمل مشاق الحياة وتجنبه القلق الناتج عن الاهتمام بالحياة المادية (محمود إبراهيم عبد العزيز فرج ، ١٩٩٨ ، ٦ - ٧) ، (رجاء عبد الرحمن الخطيب، ٢٠٠٢).

. تمثلت تلك الاتجاهات في كتابات : عبد الوهاب حموده (١٩٦٢) القرآن وعلم النفس ، ومحمد ماهر عمر (١٩٨٣) ملامح علم نفس إسلامي ، وحسن محمد الشرقاوي (١٩٨٤) نحو علم نفس إسلامي ، وسيد عبد الحميد مرسى (١٩٨٥) سلسلة دراسات نفسية إسلامية " الشخصية السويدية" ، ومحمد عثمان نجاتي (١٩٨٧) القرآن وعلم النفس ، والحديث النبوي وعلم النفس (٢٠٠٠) ، ومحمد عبد الفتاح مهدي (١٩٩٠) نحو علم نفس إسلامي " العلاج النفسي في ضوء الإسلام " ، وسيكولوجية الدين والتدين (٢٠٠٢) ، ورشاد على عبد العزيز موسى (١٩٩٣) علم النفس الديني ، أساليب العلاج النفسي في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية (٢٠٠١) ، الإرشاد النفسي في حياتنا اليومية في ضوء الوحي الإلهي والهدي النبوي (٢٠٠١) ، العلاج الديني (٢٠٠١) ، محمد يوسف خليل (١٩٩٤) ، تلاوة القرآن الكريم وأثرها على اطمئنان النفس ، ومحمد عوده ، كمال مرسى (١٩٩٤) الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام ، وعبد العلى الجسماني (١٩٩٦) علم النفس القرآني والتهديب الوجداني ، ومصطفى محمود (١٩٩٨) علم نفس قرآني جديد ، وعبد الرحمن محمد العيسوي (٢٠٠١) سيكولوجية الإسلام والإنسان المعاصر ، ومحمد محروس الشناوي (٢٠٠١) بحوث في التوجيه الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي ، ومحمد رمضان محمد (٢٠٠٦) ، الإعجاز العلمي للقرآن الكريم في علم النفس والتحليل النفسي.

وأشارت العديد من الدراسات إلى أهمية استخدام المفاهيم الدينية في الإرشاد والعلاج النفسي وتحقيق الصحة النفسية ، ومنها : دراسة سيد ضبحي ١٩٨٠ ، وحامد عبد السلام زهران ١٩٨٥ ، ومصطفى الشرقاوي ١٩٨٥ ، وإسعاد عبد العظيم البنسا ١٩٩٠ ، و Stark , 1990 ، Park et al , 1990 ، وزينب محمود شقير ١٩٩١ ، و Sung mook & Christelle 1993 ، و Azhar et al , 1994 ، وعبد الرقيب البحيري وآخرون ١٩٩٤ ، و Azhar , etal , 1995 ، ومحمد عبد التواب معوض ١٩٩٦ ، ومحمود إبراهيم عبد العزيز فرج ١٩٩٨ ، وعبد الباسط خضر ٢٠٠٠ ، و Berry , 2002 ، ومحمد محروس الشناوي ٢٠٠١ ، ومحمد على حسين عمار ٢٠٠١ ، و Qulsoom Inayat 2001 ، و Salleh Mobd , et al , 2002 ، وناصر بن إبراهيم المحارب ٢٠٠٣ ، وإيمان حسني محمد العيوطي ٢٠٠٤ ، وهناء يحي أبو شهبه ٢٠٠٤ ، وهناء أبو شهبه ٢٠٠٦ .

القسم الثاني : أهمية الإرشاد النفسي الديني كإرشاد ديني

يحتل التدين مكانة بارزة بين حاجات الأفراد ، بوصفه دافعاً فطرياً لدى الفرد للتوحيد وعبادة الله ، وطلب العون منه سبحانه ، وقد اعتبره Allport حاجة نفسية موروثية ، فمعظم الناس عبر تاريخ البشرية يمارسون شكلاً ما من أشكال التدين ، يمثل لهم محدداً لهويتهم (محمود حمدي زقزوق ، ٢٠٠١ ، ١٨) ، (عادل محمد هريدي ، وطريف شوقي ، ٢٠٠٢ ، ٤٩).

وقد أقر الدين الإسلامي بفطرية التدين لدى الأفراد ، ففي القرآن الكريم ، نجد قول الله تعالى : " وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِن بَنِي آدَمَ مِن ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَٰذَا غَافِلِينَ " (الأعراف ، ١٧٢) ، وقول الله تعالى : " فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَكَثَرَ النَّاسُ لَا يَعْلَمُونَ " (الروم ، ٣٠) ، وفي السنة النبوية ، نجد قول النبي ﷺ - : " ما من مولود إلا يولد على الفطرة " (رواه مسلم ، وأحمد).

ولذا يشير محمد عودة ، وكمال مرسي (١٩٩٤ ، ١٠٤ - ١٠٥) إلى أن الحاجة للتدين استعداد فطري عند الإنسان ، وهي حاجة ملحة نامية ، يتعلم الفرد كيف يشبعها من خلال عمليات التنشئة الاجتماعية في البيت والمدرسة ، وأن التدين الحقيقي الجوهرى أفضل من التدين الظاهري في إشباع الحاجة إلى التدين ، وينادي علماء علم النفس والطب النفسي والصحة النفسية بضرورة تنمية الحاجة إلى الدين وإشباعها للوقاية من الاضطرابات النفسية .

وتعتمد الصحة النفسية أساساً على الالتزام بفطرة الله تعالى التي فطر الناس عليها ، وهي عقيدة التوحيد ، وعبادة الله تعالى ، واتباع المنهج الذي وضعه للإنسان في الحياة ، والذي بينته لنا السنة النبوية ، وما دام قلب الإنسان على الفطرة السليمة المكملة بالشريعة المنزلة ، يكون الإنسان سويًا متمتعاً بالصحة النفسية ، ولكن إذا ما تأثر الإنسان بمؤثرات غير ملائمة من البيئة يكون من شأنها تحول القلب عن فطرته السليمة المستقيمة ، وأصيب الإنسان ، أي بالمرض النفسي (محمد عثمان نجاتي ، ٢٠٠٠ ، ٣٠٩) .

لقد كان إشباع دافع التدين على مر العصور سبيلاً لتخفيف التوتر الذي لدى الفرد ، خاصة عندما تتهدد حياته أو تعلق أبواب الحلول لمشكلاته ، فيدعوا ربه ، وتتجه فطرته إلى مالكتها بأي سبيل من السبل ، لقول المولى - ﷺ - : " قُلْ مَنْ يُنَجِّيكُمْ مِّن ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ تَدْعُونَهُ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً لِّئِنْ أَنجَانَا مِنْ هَٰذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ " (الأنعام ، ٦٣) (حمدي الفرماوي ، ٢٠٠١ ، ١٢٩) .

ويشير فيصل محمد خير الزراد (٢٠٠٢ ، ٢٣٥) إلى أن معظم علماء النفس المحدثين يرون أن الإرشاد النفسي الديني يعمل على إصلاح السلوك لما له من تأثير قوي في النفس وفي السلوك ، فالقرآن الكريم حافل بالآيات الكريمة التي تعتبر منهجاً للهداية والشفاء والاستقامة

بالسلوك ، لقول الله تعالى : " نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ نَبَأَهُم بِالْحَقِّ إِنَّهُمْ فِتْيَةٌ آمَنُوا بِرَبِّهِمْ وَزِدْنَاكُمْ هُدًى " (الكهف ، ١٣) ، " وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا " (الإسراء ، ٨٢) ، " يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ " (يونس، ٥٧) ، " وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ " (الشعراء، ٨٠).

وتشير إيمان حسني محمد العيوطي (٢٠٠٤ ، ١٠ - ١١) إلى أن أهمية الإرشاد النفسي الديني كإرشاد ديني تظهر في أنه يتناول معطيات دينية ذات أساس سماوي وليس وصفي ، تمس الجوانب الروحية والأخلاقية في الإنسان مما يجعل له طبيعة خاصة ، أدت إلى ظهور اهتمام واضح به في كثير من الدول ، وخاصة العربية ، بحيث ألزمت خريجي معاهدها وكتلياتها الدينية بالاهتمام بمراكز الخدمة الاجتماعية والعلاج النفسي .

وتبرز الحاجة إلى الإرشاد النفسي الديني لكون المجتمعات تشهد حالة من تزايد الوعي بالهوية الثقافية ، من خلال البحث عن معالم قومية لعلم النفس بصفة عامة ، والإرشاد النفسي بصفة خاصة ، استناداً لما أشارت إليه العديد من الدراسات والأبحاث إلى عدم ملاءمة أساليب الإرشاد الأخرى للمجتمعات الإسلامية .

ولذلك فإن نقل الإرشاد كما هو معروف من المجتمعات الغربية إلى المجتمعات الإسلامية، ليس مناسباً ، لأنه ليس النموذج الأمثل للتطبيق في هذه المجتمعات ، لاعتبارات كثيرة من أهمها ما يلي :

أ- يعد نقل الإرشاد من مجتمع إلى مجتمعات أخرى تختلف عنها في عقيدتها ومناهج الحياة فيها من الأخطاء المنهجية ما ينبغي إعادة النظر فيها ، لأن الإرشاد لا يمارس في معزل عن قيم وعادات وفلسفة الحياة والمجتمع الذي يطبق فيه.

ب- بالرغم من نمو الإرشاد في المجتمع الغربي في العقدين الماضيين ، إلا أن الاضطرابات النفسية أخذت في التزايد ، مما يدل على عدم قدرته على تحقيق أهدافه في تلك المجتمعات (كمال إبراهيم مرسى ، وبشير الرشيدى ، ١٩٨٨ ، ١٠ - ١١) .

ج- وجود فروق جوهرية بين الثقافة الغربية التي نشأ فيها النموذج الإرشادي والثقافة العربية الإسلامية التي ينتقل إليها ، وتتلخص هذه الفروق في : فلسفة الحياة ونظامها ، طبيعة الإنسان وأهدافه وغاياته في الحياة ، والأخذ بالأسباب والتوكل على الله (كمال إبراهيم مرسى، ١٩٩٩ ، ١٠٥).

د- اختلاف قيم المجتمع العربي الإسلامي عن قيم المجتمع الغربي في العقيدة ، ومنهج الحياة الذي ترتب على اختلاف ثقافتهما ، الأمر الذي يؤدي بطبيعة الحال إلى اختلاف طبيعة

الإرشاد والحاجة إليه وأهدافه في مجتمعنا العربي عن المجتمع الغربي (راشد القصبي ، ١٩٩٥ ، ٣٩) .

هـ- الإرشاد والعلاج النفسي الفعال هو الذي يرتبط بثقافة المجتمعات ويتفق مع معتقداتها وقيمها، ويساند نظرة الإنسان فيها إلى الحياة ، وعلى المرشد أو المعالج النفسي أن يكون واعياً بخصوصيات ثقافة المسترشد حتى يرشده ويعالجه في إطارها (باترسون ، ١٩٩٠) .

و- إن الكثير من علماء النفس في البيئة الإسلامية أدركوا أهمية التأسيس للإرشاد النفسي فأخذوا ينقبون في القرآن الكريم والسنة الشريفة واجتهادات علماء المسلمين ، مما يسهم في بناء علم نفس إرشادي مرتبط بالثقافة الإسلامية (كمال إبراهيم مرسى ، ١٩٩٩ ، ١٠٩) .

سادساً : أسس ومبادئ الإرشاد النفسي الديني :

يقوم الإرشاد النفسي على أسس عامة تتمثل في عدد من المسلمات والمبادئ التي تتعلق بالسلوك البشري والعمل وعملية الإرشاد ، وعلى أسس فلسفية تتعلق بطبيعة الإنسان وأخلاقيات الإرشاد النفسي ، وعلى أسس نفسية وتربوية تتعلق بالفروق الفردية ومطالب النمو ، وعلى أسس اجتماعية تتعلق بحاجات الفرد والمجتمع ، وعلى أسس فسيولوجية تتعلق بالجهاز العصبي والحواس ، ويقوم الإرشاد النفسي الديني على أسس ومبادئ ومفاهيم دينية روحية وأخلاقية (حامد عبد السلام زهران ، ١٩٩٤ ، ٣٠٢ - ٣٢٩) .

يسعى علم النفس الديني إلى التأسيس للإرشاد والعلاج النفسي من خلال تأسيس الإرشاد النفسي على أسس ومنطلقات وممارسات دينية تجعل الإرشاد النفسي أكثر كفاءة عند الأفراد في وقايتهم من الاضطرابات النفسية ومساعدتهم على استعادة الصحة النفسية (كمال إبراهيم مرسى ، ١٩٩٩ ، ١١٠) .

ويمثل الدين وما يمثله من جانب روحي وأخلاقي في الإنسان حجر الزاوية في الإرشاد النفسي الديني ، فهو يخاطب الروح بما يحمله من سمو ورفعة ، وما يبحث عليه من أخلاق حميدة، وتمسك بالقيم والمثل العليا ، والإرشاد يبرز تلك الجوانب والأبعاد ، وتلك العلاقات التي تربط الإنسان بجوانبه المختلفة (Kelly , 1995) ، (عاشور محمد دياب أحمد ، ٢٠٠١ ، ٤٣٩) .

إن الإرشاد النفسي الديني يقوم على أسس تعتمد على معطيات الأديان السماوية من الكتب المقدسة وسنة الأنبياء والمنقول عن أعلام الدين من القيم والمبادئ الدينية والخلفية ، وذلك تبعاً لدين كل مسترشد ، فالإرشاد النفسي الديني للمسترشد المسلم مثلاً يعتمد على مبادئ وأسس مستمدة من القرآن الكريم والسنة النبوية وإسهامات العلماء المسلمين أمثال الغزالي وابن القيم والكندي والرازي وغيرهم (محمد علي حسين عمار ، ٢٠٠١ ، ٦٠) .

ولذلك يشير حسن محمد الشرقاوي (١٩٨٤ ، ٣٥ - ٣٦) إلى أن الإرشاد النفسي الديني يستمد أسسه من قول الله تعالى : " قُلْ أَنْزَلَهُ الَّذِي يَعْلَمُ السِّرَّ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ إِنَّهُ كَانَ غَفُوراً رَحِيماً " (الفرقان ، ٦) ، " وَسِعَ رَبِّي كُلَّ شَيْءٍ عِلْماً أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ " (الأنعام ، ٨٠) ، " يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ الرَّسُولُ بِالْحَقِّ مِنْ رَبِّكُمْ فَآمِنُوا خَيْراً لَكُمْ وَإِنْ تَكْفُرُوا فَإِنَّ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيماً حَكِيماً " (النساء ، ١٧٠).

ويرى حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٣ ، ٢٩٨) أن الإرشاد النفسي الديني يقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب دينية يمكن صياغتها فيما يلي :

١- أن الله - سبحانه وتعالى - خلق الإنسان ، وهو يعلم من خلق ، قال تعالى : " الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ ، وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ ، وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ " (الشعراء ، ٧٨ - ٨٠).

٢- أن الله - سبحانه وتعالى - يعلم أسباب انحراف سلوك الإنسان وفساده واضطرابه.

٣- أن الله - سبحانه وتعالى - هو الذي يعرف طرق الوقاية من تلك الاضطرابات وسبل علاجها.

بينما يشير محمود إبراهيم عبد العزيز فرج (١٩٩٨ ، ٢٨) إلى أنه يمكن تحديد أسس الإرشاد النفسي الديني الإسلامي في النقاط التالية :

١- الإفادة مما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية من قيم ومفاهيم دينية وخلقية في الإرشاد النفسي الديني .

٢ - الأخذ بما توصل إليه علم النفس الحديث في مجال الإرشاد النفسي الديني .

٣- الإفادة من التراث الإسلامي ، وما تركه علماء المسلمين من آراء ونظريات نفسية في الإرشاد النفسي الديني .

٤ - قابلية السلوك للتعديل والتغيير ، حيث يؤكد الإسلام على أهمية العقل والتفكير وقابلية الإنسان للتعلم .

٥- التدرج في تعديل السلوك من البسيط إلى الصعب، حيث يقر الإسلام بمبدأ التدرج في التخلص من العادات والسلوكيات السيئة وتعلم سلوكيات جديدة بدلاً منها.

ويشير كمال إبراهيم مرسى ، وبشير الرشيد (١٩٨٨ ، ١٥ - ١٦) إلى أن الإرشاد النفسي الديني الإسلامي يستمد مسلماته ومبادئه من الشريعة الإسلامية ، والتي تستند على الأسس التالية :

١- النصيحة عماد الدين وقوامه، فالدين النصيحة كما قال صلى الله عليه وسلم.

٢- الإرشاد من أفضل الأعمال عند الله لأن فيه نفع الناس.

٣ - الإرشاد خدمة يقصد بها وجه الله وطلب مرضاته.

- ٤- يقوم الإرشاد على تنمية إرادة الفرد في طلب ما ينفعه وترك ما يضره .
 ٥- كل شخص حر في اتخاذ قراراته بنفسه واختيار ما يناسبه من الأنشطة التي أحلها الله له.
 ٦- الالتزام في الإرشاد بالمحافظة على خصائص النظام والتمسك بالأخلاق الإسلامية.
 في حين يرى عبد الحميد محمد شاذلي (١٩٩٩ ، ٢١١) أن الإرشاد النفسي الديني يعتمد على أسس أهمها : معرفة الخالق ، معرفة الذات ، والصدق مع الذات ، وقبول الذات، وقبول القضاء والقدر.

فالإرشاد النفسي الديني يقوم على أساس اللجوء إلى الله عند الشدة ، وهذه طبيعة نفسية بشرية ، وأن في اتصال الإنسان بفطره وموجده " خالقه " القوي العليم الخبير رابطة وثيقة ، تقود إلى الأمن النفسي ، فإذا أفضى بمخاوفه وقلقه إلى الله ، ولجأ إليه هدأت نفسه وشعرت بالسكينة ، وبذلك يشفى من الجزع والفرع والخوف والحزن (حسن محمد الشرقاوي ، ١٩٨٣ ، ١٦٩) ، (ناهد عبد العال الخراشي ، ١٩٩٩ ، ٣٣) .

ولذلك أشار كل من حسن محمد شرقاوي (١٩٨٣ ، ١٦٩) ، ومحمد حسين عمار (٢٠٠٠ ، ٦٠) إلى أن الإرشاد النفسي الديني الإسلامي يركز على ركيزة مهمة مؤداها اللجوء إلى الله عند الشدة ، كما أن المداومة على الذكر والصلاة في وقتها تجعل الإنسان دائماً مع خالقه ، ويتخلص بذلك من كل ما يساوره من اضطرابات ، وتغمره السكينة ويشعر بالرضا والطمأنينة في أحواله جميعها، فهو دائماً في معية الله ، ويتقي الفرع والجزع والهجم ؛ لأنه يطلب من الله أن يزيل عنه الكرب والقلق ، لأنه لا يعلم المستقبل .

وتظهر تلك الأسس في عملية الإرشاد النفسي الديني لخفض قلق المستقبل المهني **Carrer Related Future Anxiety** لانعكاسها على شخصية الفرد خلال عملية الإرشاد النفسي الديني **Religious Counseling Process** الذي يجعل العمل أو المهنة **Work or Carrer** أحد مكونات الإيمان .

فيشير عبد العزيز محمد النغمشي (١٩٩١ ، ٤٩٦ - ٤٩٧) إلى أن الشخصية تتبنى في البيئة الإسلامية وفق مفهومي الدين والإيمان اللذين يقدرهما القرآن والسنة النبوية ، وذلك بتدرجهما في سلم الإيمان الذي يؤهلها لاكتساب صفات وسمات معينة حسب الدرجة التي تقع فيها ، أما المبادئ التي ينبني عليها هذا التصور لتلك الشخصية يتمثل في أربعة مبادئ هي :

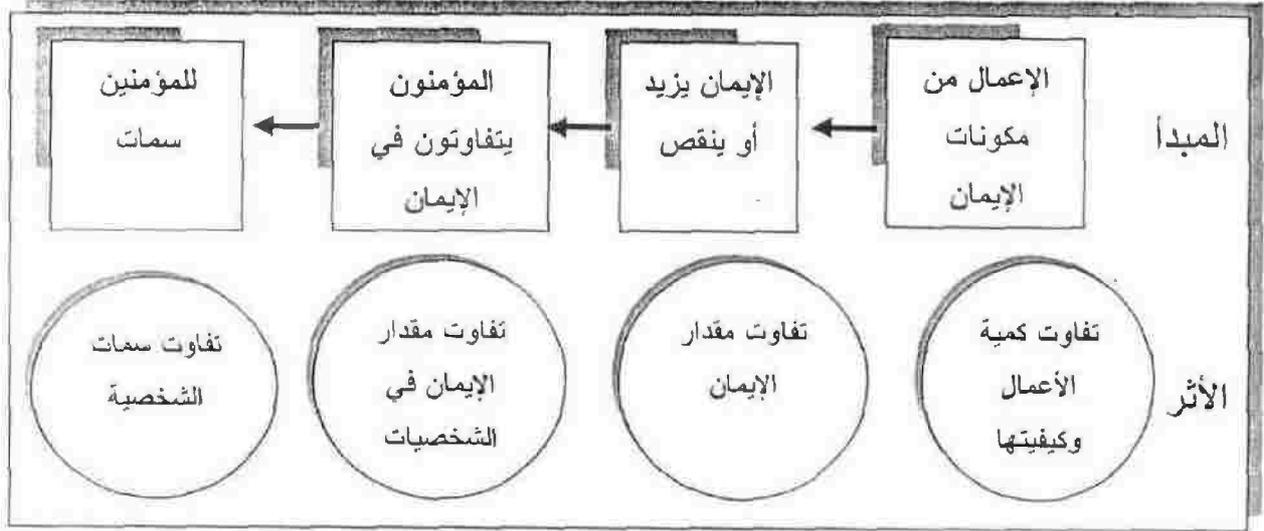
١ - أن العمل والسلوك مكون رئيس للإيمان.

٢ - أن الإيمان يزيد وينقص.

٣ - أن المؤمنين يتفاوتون في الإيمان.

٤ - أن للمؤمنين صفات وسمات.

وتمثل هذه المبادئ الأربعة تسلسلاً خطياً أي أن الأول يؤدي إلى الثاني ، والثاني يؤدي إلى الثالث ، وهكذا ، ويوضح شكل (٣) المبادئ التي تتعلق بمفهومي الإيمان والمؤمنين والآثار المترتبة عليها والمؤدية إلى تشكل الشخصية بسمات معينة خلال عملية الإرشاد .



شكل (٣)

المبادئ التي تتعلق بمفهومي الإيمان والمؤمنين والآثار المترتبة على ذلك والمؤدية إلى تشكل الشخصية بسمات معينة خلال عملية الإرشاد

(عبد العزيز محمد النعيمشي، ١٩٩١، ٤٩٦ - ٤٩٩)

يتضح من شكل (٣) أن تفاوت الأعمال ناتج عن تفاوت مقدار الإيمان وسمات الشخصية الأمر الذي حدا بالباحث إلى تعرف سمات الشخصية لذوي قلق المستقبل المهني لارتباط المهنة " العمل بسمات الشخصية ، وذلك من خلال المتغيرات النفسية المرتبطة بقلق المستقبل المهني كالمسئولية الاجتماعية ، والضبط الذاتي ، والتشاور ، والتفكير الواقعي ، وحل المشكلات ، ومستوى الوعي الديني لديهم ؛ لتأثر المهنة بهم .

ويقوم الإرشاد النفسي الديني على مجموعة من المبادئ هي :

- ١- المناقشة الدينية القائمة على النظرة الموضوعية للأفكار واحترام حرية الفرد في التفكير .
- ٢- يعد الإرشاد النفسي الديني إرشاداً بنائياً وموجهاً نحو المشكلات النفسية .
- ٣- يقوم على نموذج تربوي ؛ حيث إنه في طريقته لإرشاد الأفراد ذوي المشكلات النفسية يولي اهتماماً أكثر لعملية التعلم بجانب عملية التفاعل ، فالجلسة تبدأ بمادة تعليمية دينية ونفسية يلقيها المرشد مع الحرص على إعطاء مفاهيم وتصورات صحيحة للمبادئ والقيم الإسلامية ، كما يتم التعليم أيضاً من خلال القدوة .

- ٤ - يقوم على التركيز على " الهنا والآن " على اعتبار أن القرآن والسنة موجودين في " الهنا والآن " فالمنظور الإسلامي يقول : " أنا وأنت مع الله هنا والآن " .
- ٥ - تعتمد فنيات الإرشاد النفسي الديني على الفهم الصحيح للعبادات الدينية وممارستها ممارسة الرياضة الروحية (محمد عبد التواب معوض ، ١٩٩٦ ، ٣٧٩ - ٣٨٠) .
- بينما تشير هناء يحي أبو شهبه (٢٠٠٦ ، ٦٠ - ٦١) إلى أن الأسس التي يقوم عليها الإرشاد النفسي في ضوء الإسلام ، تتمثل في : قابلية السلوك للتعديل ، والجوانب العقلية جزء مهم في تعديل السلوك ، وتصرفات الإنسان تقوم على أساس من الوعي والشعور بها ، والمسئولية فردية وجماعية ، والإرشاد والعلاج يكون بدافع من الشخص نفسه ، وإقرار مبدأ الفروق الفردية ، الإرشاد والعلاج علم ثم عمل ، واختيارية القرار وحرية التصرف ، واختلاف طرائق الإرشاد والعلاج باختلاف الموقف وحالة الفرد .
- يستطيع الباحث من خلال عرض الأسس والمبادئ التي يستند عليها الإرشاد النفسي الديني ، أن يحدد أسس الإرشاد النفسي الديني الإسلامي لخفض قلق المستقبل المهني ، فيما يلي :
- ١- الإرشاد النفسي الديني إرشاد بنائي موجه نحو حل المشكلات المهنية لخفض التوتر الناتج عن نقص فرص العمل بعد التخرج.
- ٢ - قابلية السلوك للتعديل؛ لتأكيد الدين الإسلامي على أهمية العقل والتفكير ، وقابلية الإنسان للتعلم ، واكتساب العادات والمهارات المهنية.
- ٣ - مراعاة الفروق الفردية ، فكل فرد حر في اتخاذ قراراته بنفسه ، واختيار ما يناسبه من الأنشطة التي أحلها الله له.
- ٤ - فنيات الإرشاد النفسي الديني الإسلامي وعملية الإرشاد مصدرها الكتاب والسنة .

سابعاً : تصورات إسلامية لعملية الإرشاد النفسي :

تخلو كتب الإرشاد النفسي من أية إشارة إلى المفكرين المسلمين ونظرياتهم وآرائهم في الإرشاد والعلاج ، على الرغم مما لهم من تصورات في عملية الإرشاد سبقت بعدة قرون نماذج ونظريات الإرشاد النفسي التي جاءت في العصر الحديث ، مصدرها الدين الإسلامي الذي يدعو إلى تقديم النصيحة للآخرين ، لقول النبي - ﷺ - : " الدين النصيحة ، قيل لمن يا رسول الله ؟ قال لله ولكتابه ولرسوله ولأئمة المسلمين وعامتهم " (رواه مسلم) " و " أرشدوا أخاكم فقد ضل " (رواه الحاكم) ، لهذا سوف يستعرض الباحث في هذا الجزء بعض هذه الآراء والتصورات، من خلال ثلاثة محاور ، الأول : رأي بعض علماء المسلمين الأوائل : ابن القيم، أبي بكر الرازي ، الإمام الغزالي ، الثاني : تصور بعض الباحثين في مجال الإرشاد النفسي كأحد التصورات الحديثة للإرشاد النفسي والمبنية على أساس تصور إسلامي ، والثالث : نماذج إرشادية أجنبية من منظور إسلامي ، والتي تشير إلى بعض الممارسات الإرشادية والعلاج النفسي .

١- تصورات بعض علماء المسلمين الأوائل :

عرفت الطرق الإرشادية عند العرب نمواً ملحوظاً مكنهم من استعمال الأساليب المعروفة في إرشاد وعلاج بعض الاضطرابات والأمراض النفسية ، يمكن أن نعرض لبعضها فيما يلي :

أ- أبو بكر الرازي (٢٢٣ - ٣٢٠ هـ) (٨٥٠ - ٩٢٢ م) :

أوصى أبو بكر الرازي بأنه ينبغي على المعالج بأن يوهم المريض أبدأ بالصحة ويرجيه بها، وإن كان غير واثق من ذلك ، فحالة الجسم تابعة لأخلاق النفس (محمد عبد الفتاح المهدي، ١٩٩٠ ، ٢١) ، وللرازي موقع متميز في إشاعة الحس الكلينيكي وتعميقه لدى الأطباء العرب ، فكان الفاتحة المباركة لهذا التيار العلمي في تاريخ الطب في العصر الوسيط ؛ للتنبيه بقوة على ضرورة المران العلمي ، واكتساب الخبرة الكلينيكية في التشخيص والاستدلال بالعلامات ، وفي القدرة على الإنذار بالحوادث الرديئة وتلافيها قبل أن تقوى وتعظم ، والسوعي بالترفة بين الأمراض الملازمة والأسباب الحقيقية للمرض ، وتقدير الإنذارات تقديراً سليماً ، بترسيخ الاعتقاد بأن طب " الخبرة " أهم من طب " القياس " الذي يقوم على البحث عن العلة المسببة للمرض ، التي اعتمد عليها في علاجه لمرضاه بداية ببحث شكاوهم بحثاً دقيقاً ثم عرض حالتهم مع معارفه السابقة وتتابع سير المرض ونضجه متابعة دقيقة ثم تسجيل نتائج الحالة ، وهو في ذلك كله ذو ثقة بخبرته ووعي بوضوح العرض واستقامة التفكير وصحة الاستنتاج والقدرة على إبراز العلامات والتشخيص ، وهذا دليل على تحول التفكير الطبي من الكليات في المقام الأول إلى الاهتمام بالخبرة الإكلينيكية في العلاج وتأويل الكليات لتتطابق مع الخبرة (مصطفى لبيب عبد الغني ، ١٩٩٩).

إن الشيء الذي له صلة بالكشف عن طبيعة الخبرة الاكلينيكية عند الرازي مدى توقعه لمسار المرض ؛ فالتاريخ الطبيعي للمرض ، أو الحالة المرضية وعاقبتها من الشفاء أو المضاعفات ، وتعرف تأثير عمر المريض ، وجنسه ، ووجود أمراض أخرى مصاحبة أو عوامل الوراثة ، وتأثير ذلك كله في تطور المرض أمور اهتم بها الرازي وساعدته على تخطيط العلاج (مصطفى لبيب عبد الغني ، ١٩٩٩).

يظهر تفوق الرازي جلياً في "التشخيص المقارن" ، ومنه نوعان ، الأول : أن يتناول علاقة بين العلامات المرضية ثم يبحث في أسبابها وكيفية التقريب بين الأسباب المختلفة ، والثاني: أن يتناول أعراضاً متشابهة ويقارن بين علامات كل منها مقارنة توضح ما يجب الأخذ به عند التشخيص ، من خلال ترتيب هذه العلامات على قدر أهميتها التي تجعلها تختلف في دلالتها على قدر حدوثها في تاريخ المرض (مصطفى لبيب عبد الغني ، ١٩٩٩).

ب- الإمام أبو حامد الغزالي (ت ٥٠٥ هـ - ١١١١ م):

قدم الإمام الغزالي في ضوء فلسفة الأخلاق بعض الطرق الإرشادية التي تعين على العديد من الاضطرابات النفسية بالإفادة من الجانب الديني متبعاً الطرق التي تقوم على المنهج الوقائي والمنهج العلاجي ، وكذلك التوجهات النظرية التي تعتمد على الجوانب السلوكية والمعرفية والعقلانية ، فقد اهتم بالتعلم الذاتي في معرفة أسباب الاضطرابات وعلاجها على النحو الذي نعرفه الآن بالإرشاد غير المباشر ، وببعض الفنيات الإرشادية التي تستخدم حالياً في مجالي الإرشاد والعلاج النفسي ، مثل : فنية التعلم بالنموذج ، وفنية الواجبات المنزلية (محمد أحمد إبراهيم سوغان ، ٢٠٠٣ ، ١٦٧).

بينما يشير (حسن الشرفاوي ، ١٩٨٣ ، ٢٠٠ - ٢٠٧) ، (محمد عبد الفتاح المهدي ، ١٩٩٠ ، ٢١-٢٢) إلى أن تصور الإمام الغزالي يعد واحداً من نظريات الإرشاد النفسي عند علماء المسلمين الذي يقوم على نظرية الفعل المنعكس الشرطي ، حيث درس أساس المنعكسات الشرطية والاقتران وسمى الاستجابة الشرطية بـ " الوهم الاقترائاني " التي وضع من خلالها الأسس لطرق التعليم وتكوين العادات ، حيث تقترن في ذهن الشخص بالمثير الأصلي فيتوهم أن هذه الصورة مقرونة به مما يدفع الفرد للاستجابة ، كما اهتم بإعلاء الدوافع ومجاهدة النفس عن طريق تكوين العادات الصالحة معتبراً أن الخروج عن الاعتدال أو الميزان الصحيح (بين الإفراط والتفريط) يسبب المرض النفسي ، ويتبع الإمام الغزالي في سياسة الميزان أسلوب التأمل الباطني " الاستبطان " *Introspection* لدراسة أحوال وحوافز النفس ، وقد طبق هذا الأسلوب على تحليل نفسه بالذات بكل جودة ودقة حينما أصبح يشكو من حالة اكتئابية سماها " الغنط أو الكنظ " وهي تعني الهم الملازم للمريض ، وقد أصبحت تحاليله هذه في مستوى شهرة التحليل الذاتي.

وتتم عملية الإرشاد النفسي الديني كما يرى الإمام الغزالي بتوظيف الدين في النشاط النفسي وتعديل السلوك من خلال الأمور التالية :

أ- عملية توجيه الإنسان إلى دراسة النفس التي تؤدي إلى معرفة الله الذي يهدي إلى إصلاح السلوك وتعديل الأخلاق ، اعتماداً على مجموعة من الآثار ، منها : " أعرفكم بنفسه أعرفكم بربه " .

ب - دراسة الفقه والعبادات بطريقة جديدة وبنسق يتحقق فيه ارتباط الظاهر مع الباطن في كل شأن ، فالسلوك الإنساني لا يقتصر على المظهر الخارجي فقط ، ولكن لا بد من صلته الدائمة بمثل أعلى لا ينفك عن مراقبته وتوجيه نشاطه لما ينسجم مع مطالبه ، فالصلاة مثلاً هي إتقان للأعمال الظاهرة وإتمام الأعمال الباطنة .

ج - إنارة القلب برقابة الله المستمرة المطلع على الإنسان في كل حال ، ومشاهد لهواجس الضمير وخفايا الخواطر ، وعندما يكون المرء على مثل هذا الوعي دائماً لصلته بأصل الوجود ، فإن ذلك لا بد وأن يؤثر في نشاطه ويوجهه في طريق السمو والمثل الراقية.

د- توجيه الشعور الإنساني نحو إبداع الله في الكون حتى يظل القلب متوجهاً إليه ، لقوله تعالى: " قُلْ انظُرُوا مَاذَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا تُغْنِي الْآيَاتُ وَالنُّذُرُ عَنْ قَوْمٍ لَّا يُؤْمِنُونَ " (يونس ، ١٠١) ، التي تثير حساسية القلب بيد الله المودعة في الكون ، وقدرته التي لا حدود لها.

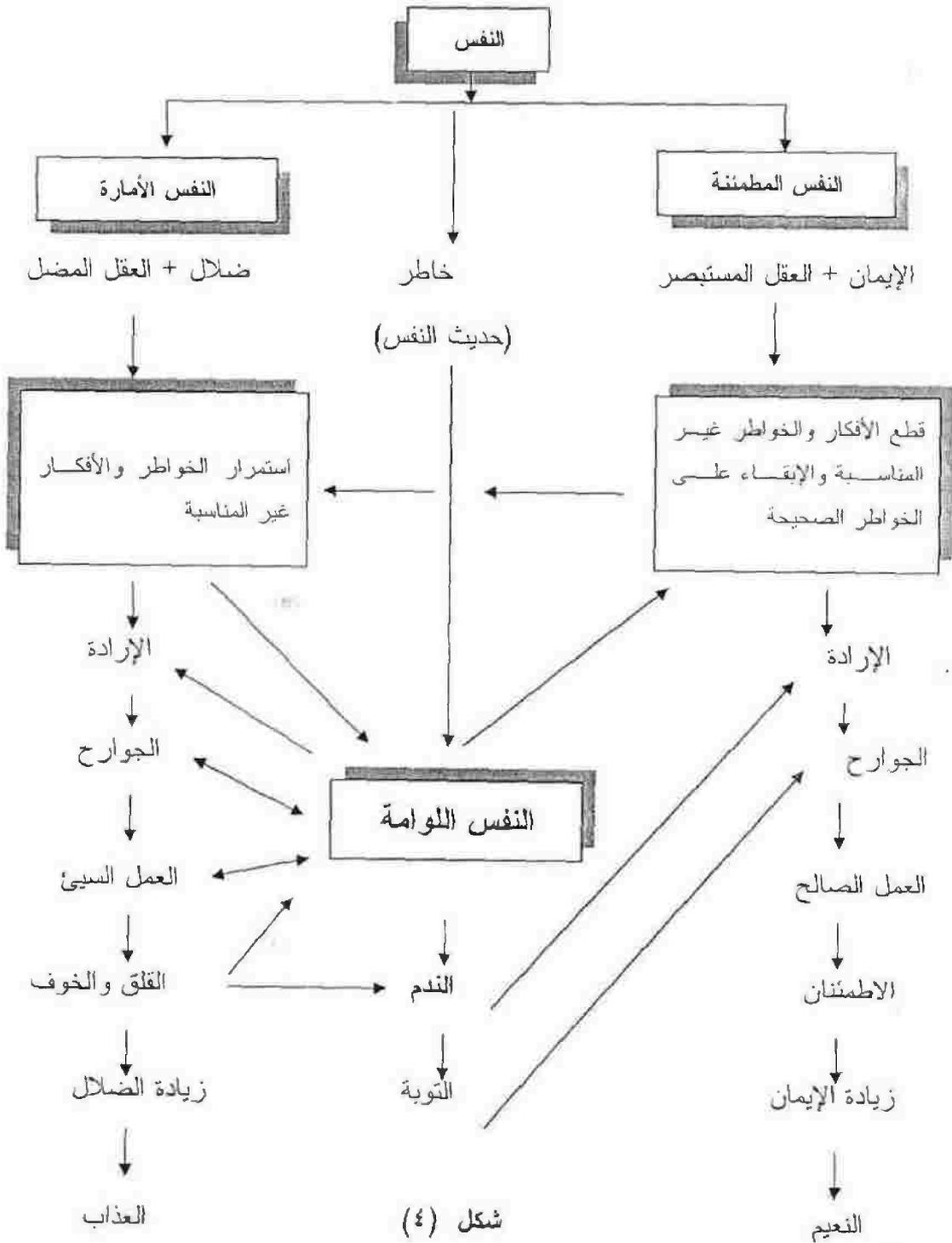
هـ - بعث الشعور بتقوى الله والخوف منه وخشيته ، وليس معنى الخوف ، الخوف الشديد المثبط الذي يملأ النفس بأساً ، وإنما هو ذلك الذي يحرر الإنسان من كل مظاهر الخوف الأخرى ، كالخوف على الحياة ، الرزق ، ويربط ذلك بمصدر واحد .

و- إنارة القلب بحب الله والتطلع إليه ورجاؤه وإغناؤه بالعواطف الراقية نحوه كعواطف التفكير والأنس والرجاء التي تمثل مصدراً لتطلع الإنسان إلى الخير والقوة في الكون بالأمل والبشر.

ل- بث روح الاطمئنان إلى الله والثقة فيه والتوكل عليه والرضا بقدره في السراء والضراء ، ولكن لا على الصورة التي تجعل الإنسان متواكلاً ضعيف النفس (عبد الكريم العثمان ، ١٩٨١ ، ٣٨٧ - ٣٩٢)

ج- ابن القيم (٦٩١ - ٧٥١ هـ) (١٢٩٢ - ٢١٣٢ م) :

يوصف نموذج ابن القيم في العلاج بأنه نموذج إيماني معرفي ؛ لاستخدامه للعقل في التعرف على موافقة الفكرة أو الخاطر لميزان الشرع أو معيار الإيمان ، حيث يرى أن الاضطراب النفسي ينشأ نتيجة توارد الأفكار والخواطر التي لا يستطيع الانفكاك منها ، وأن أساس العلاج يكمن في منع الخواطر الفاسدة أن تتمكن من الإرادة والجوارح من خلال أساليب العلاج الإيمانية المعروفة مثل : محاسبة النفس ، والتوبة ، والإنابة ، والرجوع إلى الله ، والدعاء ، والذكر ، والعبادات ، وذلك من خلال تصوره لبنية النفس (محمد محروس الشناوي ، ٢٠٠١ ، ٥٤ - ٧٦) ، (هيام المقلح ، ٢٠٠٥) ، ويوضح شكل (٤) مخطط لبنية النفس كما بينها ابن القيم أوضحها محمد محروس الشناوي ٢٠٠١



شكل (٤)

تصور لبنية النفس عن ابن القيم

(محمد محروس الشناوي ، ٢٠٠١ ، ٥٦)

يحدد الإمام ابن القيم بناءً على هذا النموذج أن الخواطر والأفكار هي البداية ، وأنها تدخل المجال الإدراكي للفرد وتتمو لتصبح تصوراً لإجراءات ، ويترجمها الفرد إلى إرادات

تدفعه إلى سلوكيات تقوم بها الجوارح ، ومع تكرار السلوك يصبح عادة ، يقوم بها الفرد بعد ذلك بشكل تلقائي دون حاجة إلى هذه السلسلة ، وأن المؤمن يعرض هذه الخواطر على ميزان داخلي يشتمل على عاملين أو قوتين ، هما : قوة الإيمان ، وقوة العقل ، وهما متفاعلتان ومتكاملتان في عملهما.

د- ابن جماعه (٦٩٣ - ٧٣٣ هـ) :

قدم ابن جماعه نموذج إسلامي في ضرورة الإعداد النفسي للمعلم والمتعلم ؛ حيث يرى أن الإرشاد النفسي من أهم المهام التي ينبغي أن تلقى على عاتق المعلم ، وأن المعلم الذي لا يقوم بالعملية الإرشادية لا يقوى على أن يقدم المعلومات بالصورة المرضية . فمهنة المعلم لا تنحصر في إمداد الطلاب بالمعلومات الواردة في المناهج الدراسية ، ولكنها تتجدد من خلال ما يقدمه من توجيهات وإرشادات معينة من شأنها أن ترتقي بقدرات المتعلمين في كافة الجوانب ، وكأنه ينبه إلى ضرورة الاهتمام بالتوجيه التعليمي والمهني الذي يمثل مشكلة المشكلات (سيد صبحي ، ٢٠٠٣ ، ٢١٥).

بقدر ما يزود به المعلم نفسه من المفاهيم التربوية وخصائص النمو وفتيات التدريس ، بقدر ما يستطيع أن يؤدي دوره كمرشد وموجه . حتى إذا كان هذا المعلم غير مؤهل التأهيل الكافي لمهمة الإرشاد ، ولا يتمكن تماماً من فنياتها وأساليبها التقنية ؛ فإنه يستطيع أن يفعل كثيراً في توجيه الطلاب وإرشادهم ، لو أنه اعتمد على الملاحظة الدقيقة لطلابهم ، وتتبع إجاباتهم عن أسئلته الشفوية ومناقشاتهم داخل الفصل ومواقفهم المختلفة بزملائهم (سيد صبحي ، ٢٠٠٣ ، ٢١٦).

يشير ابن جماعة إلى العديد من الفتيات الإرشادية المهمة التي من شأنها أن تعالج السلوكيات الرديئة ، منها : دوام التوبة ، والإخلاص ، واليقين ، والتقوى ، والصبر ، والرضا ، والقناعة ، والشكر ، ومحبة الله ، والأسوة بالنبي - ﷺ - (سيد صبحي ، ٢٠٠٣ ، ٢٢٠).

٢- التصورات الحديثة للإرشاد النفسي والمبنيّة على أساس تصور إسلامي:

أ- تصور علماء الدين كفاي ١٩٨٦ :

عرض علماء الدين كفاي ١٩٨٦ نموذجاً مقترحاً لمحك مميز بين السلوك السوي وغير السوي (محك التوازن أو المحك الإسلامي) مشيراً إلى أن الدين الإسلامي يمثل نظاماً كاملاً للحياة أو هو كعقيدة وشريعة لا بد وأن يشتمل على معايير وأسس للترقية والتمييز بين الأساليب السلوكية السوية وغير السوية .

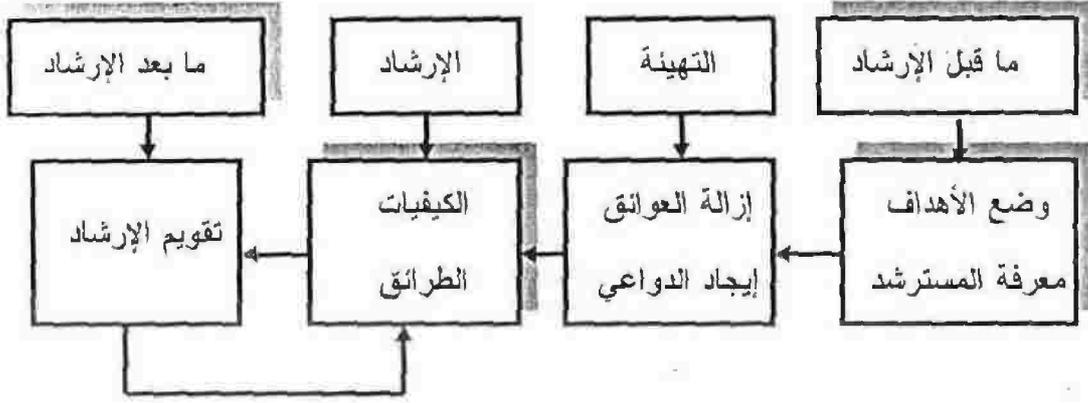
يقوم المحك الإسلامي للسلوك السوي على فكرة التوازن أو الوسيطة بين طرفين أو الأقطاب ، والتوازن هنا لا يعني احتلال نقطة متوسطة بين طرفين أو قطبين ، وإنما يعني الجمع بين محاسن الطرفين دون عيوبهما ، والتوازن هو السمة الرئيسية في المحك الإسلامي ،

ولذا يمكن أن يطلق عليه " محك التوازن " **Eguilibrium Criterion** ؛ لأنه يعتمد على تحقيق التوازن بين جوانب النفس الإنسانية ، ووفق بين النزعات المتقابلة في الطبيعة البشرية ، من الخوف والأمل ، الواقع والخيال ، الجوانب المعنوية والحسية ، وتحقيق التوازن بين الفرد من ناحية والمجتمع من ناحية أخرى والكون بأسره من ناحية ثالثة .

تظهر إحدى صور توازن الإسلام بين الفرد والمجتمع في موقفه من مسألة العمل ، فالمال في الإسلام مال الله ، وهو لا يأتي إلا عن طريق العمل الشريف ، ودون استغلال جهد الآخرين أو حاجتهم ، ولا يضع المجتمع أي قيود على فرصة الفرد في العمل والكسب ، ولكنه مطالب أن يراعي في حركته أوامر الله ونواهيه ، وعليه بعد ذلك أن يطهر ماله بدفع الزكاة إلى بيت مال المسلمين ، وبذلك لا يقف الإسلام في طريق الكسب الشخصي ، بل يتيح له الفرصة للنمو بلا حدود ، ولكنه الكسب الذي يأتي نتيجة العمل الشريف الذي يفئ على الفرد وعلى المجتمع ، وبذلك يوفر الإسلام المناخ لتحقيق أعلى إنتاجية ، معتمداً على الحوافز الفردية عند الأفراد ، وفي الوقت نفسه يضمن حق المجتمع من ناحيتين ، الأولى : يضع للفرد الحدود التي يجب أن يراعيها في عمله وكسبه ، والثانية : حينما فرض عليه الزكاة ، وهي ركن من أركان الدين كحق للمجتمع في مقابل انتفاع الفرد في تعامله مع أفراد المجتمع ، في جو آمن تصان فيه أمواله ويطمئن فيه على نفسه ومستقبله .

ب - تصور عبد العزيز بن محمد النغمشي ١٩٩١ :

عرض عبد العزيز بن محمد النغمشي ١٩٩١ صورة لعملية الإرشاد النفسي تتضمن بعض الشروط والأساليب ، وبعض الحقائق الأساسية في ظل المنهج الإسلامي ، عبر مراحل متلاحقة من حيث الزمن والإجراء ، ينبغي أن تشمل عليها العملية الإرشادية ، وأن تكون هذه المراحل واضحة عندما يقوم بالإرشاد النفسي كخطوات منطقية لكل عملية تتضمن علاقة إنسانية تقصد التأثير بالإتجاه الإيجابي ، وهذه المراحل لا يتصور الانفصال بينها إلا في الإطار النظري ، بل هي مراحل متداخلة يخدم بعضها بعضاً ؛ ولأن الإرشاد يعد عملية ، وليس أدباً أو وعظاً أو فلسفة ، ولكي ننحو منحى عملياً ، لا بد أن يرتبط هذا النموذج بمراحلته بمرحلة معينة من مراحل النمو ليتم تمثيل هذه المراحل تمثيلاً فعالاً ، وخاصة في مرحلة المراهقة ، ويوضح شكل (٦) هذه المراحل المتتابعة للعملية الإرشادية .



شكل (٥)

سياق العملية الإرشادية من منظور إسلامي

ج - تصور محمد عبد التواب معوض ١٩٩٦ :

أوضح محمد عبد التواب معوض ١٩٩٦ أن عملية الإرشاد النفسي الديني لعلاج قلق المستقبل تمر بثلاث مراحل أساسية :

المرحلة الأولى : (تكوين البصيرة) :

هي بداية عملية الإرشاد من خلال الصلاة والدعاء وقراءة بعض المقالات الدينية التي تركز على المفاهيم والتصورات الدينية المتعلقة بالبنفس البشرية في صحتها ومرضاها ، وبعد ذلك تحاول استنباط المعلومات الأساسية والتي ترى أن لها دوراً مهماً في اضطرابات الفرد ، وتحدد الأفكار السالبة وغير السوية ومعرفة خصائصها وأثرها في حدوث واستمرار قلق المستقبل وتسجيلها في أجندة خاصة به .

المرحلة الثانية : (اتخاذ القرار بالتغيير) :

بعد أن يكون لدى الفرد بصيرة بعيوبه ومميزاته ، يتخذ قراراً للتغيير للأفضل في ضوء المفاهيم والتصورات الدينية الصحيحة ، وبما يتفق مع إمكانياته الواقعية وأهدافه ، بمناقشة واختبار أفكاره السالبة الكامنة وراء مشكلته من خلال الفهم الصحيح للمفاهيم الدينية عن تلك الأفكار ومعرفة أن المفهوم الإسلامي يركز على أهمية العقل والمعرفة لمساعدة الإنسان في التخلص من مشكلاته .

المرحلة الثالثة : (التطبيق) :

لا يكفي اتخاذ القرار للتغيير للأفضل ، ولكن لابد وأن يتبع ذلك تطبيقاً عملياً يمارس باستمرار داخل وخارج الجلسات ، وعلى المرشد في هذه المرحلة أن تعلم الفنيات الخاصة بالعلاج النفسي الديني ، والتي تساعد على تحقيق ذلك وأداء الواجبات المنزلية لما لها من دور فعال في تخفيف اضطرابه .

د- تصور راشد على السهل ٢٠٠١ .

يشير راشد على السهل إلى أن الإرشاد النفسي الديني ليس كما يعتقد البعض بأنه قائم على تغيير وبناء المعتقدات فقط ، بل هو مجموعة من العمليات والخدمات التي تشمل التعامل مع المعتقدات والمشاعر والسلوك ، ودوافع الإنسان هي محصلة معتقداته ومشاعره وسلوكياته ، ولذلك فإن هدف الإرشاد النفسي الديني لا يتمحور حول تغيير أو تعديل المعتقدات الدينية ، لأنه قد يتعامل مع أفراد يحملون معتقدات دينية سليمة تتعلق بالعقيدة ، ولكن المشكلة عندهم المشاعر والسلوكيات والمعتقدات التي يحملونها تجاه موضوع ما ، ويوضح شكل (٦) تسلسل خطوات الإرشاد النفسي الديني في علاج الأرق كأحد الاضطرابات النفسجسمية .



شكل (٦)

تسلسل خطوات الإرشاد النفسي الديني في علاج الأرق كأحد الاضطرابات النفسية (راشد على السهل ، ٢٠٠١ ، ٦٢)

هـ- تصور محمد محروس الشناوي ٢٠٠١ :

إذا نظرنا إلى المنهج الإسلامي، وحاولنا تعرف الصورة التي يمكن أن يكون عليها الإرشاد والعلاج النفسي، فإنه يمكن استخلاص الخطوط الرئيسية التالية :

أ- إن الإنسان المكلف المسئول مطالب بأن يلتزم بتعاليم الدين ويهتدي بها في كل جوانب حياته بدءاً بالعقيدة وصحتها وانتهاء إلى جوانب السلوك متمثلاً ذلك في السلوك العقلي المعرفي، والوجداني العملي.

ب- إن الاضطرابات إنما تنتج عن الابتعاد عن المنهج الإسلامي - عن الدين - كما أن إرادته الله - ﷻ - خالق هذا الإنسان يهدي تفكيره ويعمر قلبه ويسر وجدانه وحركته .

ج- إن معيار الدين واضح لا لبس فيه ولا غموض ولا تحريف ، وهذا المعيار هو المعيار الموضوعي الذي يمكن أن يتفق عليه الجميع مرشدين كانوا أم مسترشدين ، فلا يدخل اجتهاد شخصي أو فكرة شخصية .

د- إن تصحيح السلوك يكون من خلال تصحيح مفهوم الشخص للدين أو استجابته للتكليفات الدينية الشرعية ، وبمعنى آخر فإن التصحيح يكون من خلال العودة للدين .

هـ - يأتي في مقدمة ما نهتم بتصحيحه جانب العقيدة ثم يكون الانطلاق إلى باقي الجوانب، فالدين يشمل كل حياة المسلم.

و- يمكن استخدام أساليب شتى ، ولكن في إطار الدين واعتبار الدين هو المعيار ، وقد تشتمل هذه الأساليب على جوانب معرفية ، مثل : الوعظ ، وتصحيح الأفكار والمفاهيم والاتجاهات ، وعلى جوانب وجدانية ، مثل : التذكير وملئمة المشاعر الإنسانية ، وكذلك جوانب سلوكية ، مثل : الثواب والعقاب ، وعرض النماذج الطيبة.

٣- نماذج إرشادية أجنبية من منظور إسلامي :

عرضت Qulsoom Inayat 2001 تصوراً لنموذج الإرشاد النفسي الإسلامي ، أوضحت فيه الجانب التنظيري ، ومراحل عملية الإرشاد ، وأهداف الإرشاد النفسي القائم على الدين الإسلامي:

أولاً : من حيث النظرية :

على الرغم من صعوبة صياغة أساس نظري واضح لهذا النموذج في الوقت الحاضر ، إلا أنه من الواضح أن هذا النموذج يحث على استخدام المواقف الحياتية كوسيلة لنمو وتطوير الشخصية من خلال التعامل مع كل عميل في ضوء إرتقائه الشخصي والاجتماعي والروحي ، واستخدام المعرفة التطبيقية الموجودة بالقرآن الكريم والحديث النبوي والمنبثقة عن أسماء الله الحسنى .

والمسلمة الأساسية التي يقوم عليها هذا النموذج مؤداها أن سماحة المرشد النفسي تزيد من فعالية المواقف الإرشادية أكثر من عمليات التوجيه ، مما يتطلب إيمان كل من المرشد والعمل بالمظاهر الروحية ، بالإضافة إلى علاقتهم ببعضهم البعض ، وتلك المظاهر لا تحدد طبيعة المضطربين ، فكل من المضطربين نفسياً والعاديين سيتم التعامل معهم وفق عملية إرشادية موحدة أثناء عمل برنامج الإرشاد الإسلامي ، ويوضح جدول (1) أهم الفروق الجوهرية بين القدرات الإنسانية والروحية .

جدول (1)

الفروق الجوهرية بين القدرات الإنسانية والروحية

القدرات الروحية	القدرات الإنسانية
الروح : تركز على المظاهر والمصادر الروحية . الروحانية : التفسير العقلي للأحداث الجارية . القلب : وسيلة الاتصال بالله من خلال البصيرة والإلهام الفؤاد : حركة تهدف لمحاولة التغلب على نقصان الإتيقان الذكر : أي ذكر الله ، ويمكن أن يصبح زائداً في أمور تتعلق بالوعي والعقيدة ، كالنية ، والتصرف في البيئة الاجتماعية .	إنسانية: وتشمل الإنسانية والشخصية بالذات. العقل: الذكاء والتذكر العقلي والتفكير والتأمل. العلم : الحكمة والمعرفة والفهم العميق .

ترفع القدرات الروحية والإنسانية من شأن الهدف من الحياة ، والذي في سبيل تحقيقه يجعل الفرد يحتاج إلى نوع من التوازن بين حاجاته الروحية والدينية ، الأمر الذي يبني شخصيته لإكسابه اتجاهات خاصة بالنماذج السلوكية المختلفة .

ثانياً : من حيث الهدف:

يهدف الإرشاد النفسي الإسلامي إلى تحقيق التواصل مع الله - ﷻ - من خلال جعل إرادة الفرد وقدراته رهن لقدرة الله وإرادته ، وتأسيس علاقة ارتباطية بالله وبالأخرين ، بإرساء بعض القيم الأساسية كالتعاطف ، والاحترام ، والنقاء ، التي تفيد في تقويم المشاعر الداخلية الحالية للفرد .

ثالثاً : من حيث الطريقة :

يتم الإرشاد النفسي الإسلامي عبر ثلاث مراحل:

١- مرحلة البداية Begining Stage :

يتم فيها تهيئة الفرد للصلة أو الارتباط بالله - ﷻ - من خلال توضيح ما يقلقه أو يشغل فكره ، والتركيز على نتائجه الخاصة، وإرساء القيم الأساسية.

٢- المرحلة الوسطى Middle Stage :

يتم فيها تأكيد الصلة بالله - ﷻ - وتشجيع التواصل به ، وإعادة تقدير مشكلاته ، وتمكين العميل لإبراز تأثير حدثها .

٣- المرحلة النهائية Ending Stage :

الإحياء للعميل بالاتجاه نحو النمو ، والتأكيد على صلته بالله - ﷻ - وتشجيعه على التواصل ، وإبراز مصدر التأثير للتصميم على التغيير الملائم ، وامتنال القيم ، وآلية التغيير ، وإنهاء العلاقة الإرشادية.

تعقيب على التصورات الإرشادية من المنظور الإسلامي وعلم النفس الحديث :

باستقراء التصورات الإسلامية لعملية الإرشاد النفسي في محاورها الثلاثة يتضح أنها تأصيل لما نودي به في النظريات الإرشادية والعلاجية النفسية في العصر الحديث ، حيث جاءت على غرارها العديد من الفنيات النفسية لتلك النظريات .

ولعل ما نادى به ابن القيم من أن أساس العلاج يكمن في منع الخواطر الفاسدة من أن تتمكن من الفرد ، هو ما ينادي به اليوم المعالجون في المدرسة المعرفية Cognitive بما يسمى " الإرشاد بإيقاف التفكير Thought Stopping " من خلال التحكم في الأفكار الذي اقترحه Bain 1928 ، والتي من بين روادها ألبرت أليس ، ميكينبوم ، ريمي ، الذين ينادون بتصحيح الأفكار والخواطر والتصورات للوصول إلى تصحيح التصرفات والمشاعر من خلال مجموعة من الأساليب المعرفية لوقف الأفكار السيئة وإلغاء المعتقدات الخاطئة ولتغيير التصورات المشوشة ، ولتحسين نظرة الإنسان إلى عالمه وإلى نفسه ، ويضعون هذه الأساليب تحت مسميات مثل : إيقاف التفكير Thought Stopping لـ " Wolpe " ، والعلاج العقلاني الانفعالي Rational Emotional Therapy لـ " Ellis " ، وأساليب الحديث الذاتي Self Speech والتحصين الذاتي ضد الضغوط Stress Inoculation لـ " Meichenbaum " ، وتصحيح التصورات الخطأ Misconception لـ " Rimmy " ، والعلاج المعرفي Cognitive Therapy لـ " Aron Beck " ، وضبط النفس Self Control لـ " Novaco " ، وهذه كلها تدرج تحت الأسلوب المعرفي الذي اقترحه الإمام ابن القيم من مراقبة

الخواطر والأفكار وقطعها منذ بدايتها (محمد محروس الشناوي ، ١٩٩٦ ، ٤١٨) ، (محمد محروس الشناوي ، ٢٠٠١ ، ٥٧ - ٥٩) .

أما الفرق بين آراء كل من الإمام ابن القيم وبين أصحاب المدرسة المعرفية يتضح في أن الإمام ابن القيم قد حدد الميزان أو المعيار الذي نقيس به الأفكار والخواطر لنحكم على صلاحها فنقبلها أو بفسادها فنقطعها في " الإيمان والعقل " ليصدر الحكم ، أما أصحاب المدرسة المعرفية (Ellis ، Aron Beck ، Wolpe) لم يحددوا لنا معياراً واحداً يتفقون عليه أو حتى يمكن أن يلتقي عنده المرشد مع المسترشد ، إنما تخضع هذه المعايير لحكم المرشد ، وربما لمعتقداته وثقافته ، مع كون كثير منهم يتخذ موقفاً معادياً من الدين أو في أيسر الأحوال لا يدخله في اعتباره كمعيار للحكم على السواء النفسي للفرد .

في حين يقابل ما نادى به الإمام الغزالي في مدارس العلاج والإرشاد النفسي ما يسمى بالإرشاد النفسي السلوكي بتياراته المتعددة وأنظمتها الفرعية ابتداء من كتابات زواده : Pavlov ، و Watson ، و Skinner ، و Dolard & Miller ، و Volpe ، و Bandora ، و Rotter ، و Micheal ، و Eysenck ، و Mowrer ، والتي تقوم على استخدام قوانين ونظريات التعلم الشرطي ، التي تركز على الإطار النظري الذي وضعه Pavlov للتوصل إلى إجراءات تجريبية لاختبار نمودجه الشمولي في فسيولوجيا الجهاز العصبي لفهم الاضطرابات النفسية ، وطبقاً لهذا النموذج فإن تكوين الأفعال المنعكسة يتأثر بالجوانب البنيوية للكائن العضوي ، كما يتأثر بظروف البيئة (إجلال محمد سري ، ١٩٩٠ ، ١١٥) ، (لويس كامل مليكه ، ١٩٩٤ ، ٣٧) ، وبالتالي فإن علاج السلوك يعتمد على عملية التعلم أو الأصح على عملية إعادة التعلم . Relearning أو تصحيح التعلم الخطأ Correcting The Fault Learning من خلال ما اسماه التوهم الاقتراني للتعبير عن الاستجابة الشرطية (علاء الدين كفاقي ، ٢٠٠٣ ، ١٠٤) .

ومن جانب آخر يقابل ما اهتم به الإمام الغزالي في التعلم الذاتي لمعرفة أسباب الاضطرابات وعلاجها ما يعرف بين نظريات الإرشاد النفسي الحديثة الإرشاد المتمركز حول العميل Client - Centered Counselling الذي يعد من الأساليب التي تستهدف التغلب على نواحي القصور في الإرشاد التقليدي ، والتي ابتكرها Rogers et al 1951 حيث يكون التمرکز حول العميل نفسه ، وهدفه الرئيسي وصول العميل إلى حالة الوعي والبصيرة والفهم لمشاكله ، ومن ثم إصدار القرارات (عبد الرحمن محمد العيسوي ، ١٩٩٧ ، ٨٠ - ٨١) .

بينما يقابل ما نادى به الإمام أبو بكر الرازي في عمليات الإرشاد النفسي الحديث ، ما يسمى بالإرشاد والعلاج النفسي بالإيحاء ، وهو علاج فعال لكثير من الأمراض ، فمن الواضح أن العقل يمكنه شفاء الجسم إذا امتلأ بروح الأمل والتفاؤل ، وبه ترتفع معنويات المريض وتخف الأعراض ويشعر بالتحسن أو يشفى ، والطب الحديث يقر أثر الإيحاء في الشفاء بدون شك ؛ لأن الإيحاء أو الاستهواء Suggestibility كما يشير كمال دسوقي (١٩٩٠ ، ١٤٤) ، جابر

عبد الحميد جابر ، علاء الدين كفاقي (١٩٩٥ ، ٣٧٩٤) عملية عقلية تسفر عن تقبل غير فاحص أو ناقد ، تنشأ في العقل كنتيجة لألفاظ أو اتجاهات أو تبني أفكار ومعتقدات أشخاص آخرين ، بالإضافة إلى كشفه عن نوعي التشخيص : التصنيفي ، والدينامي في النظريات الإرشادية الحديثة ، فالتشخيص التصنيفي : يقوم على تصنيف الأعراض المرضية التي يعاني منها المريض ، ويقوم التشخيص الدينامي على فهم العلاقة الدينامية بين الأعراض والشخصية الكلية ، ويهتم هذا الأسلوب بالتساؤل في كل حالة مرضية كيف نشأ المرض بالصورة التي ظهر عليها ؟ في عملية التشخيص المقارن التي نادى بها (هناك يحي أبو شهبه ، ٢٠٠٦ ، ٤٥) .

وبالنظر الفاحص للتصورات الحديثة للإرشاد النفسي والمبنية على أساس وتصور إسلامي يلاحظ أنها انعكاساً لبعض الأسس التي نودي بها في التصورات الإسلامية ، فقد حدد علاء الدين كفاقي ١٩٨٦ ، ومحمد محروس الشناوي ٢٠٠١ محك السواء النفسي في الدين ، الذي يمكن أن يتفق عليه كل من المرشد والمسترشد ، فلا يتدخل اجتهاد شخص أو فكرة شخصية في العلاقة الإرشادية لتغيير معتقدات المسترشد حول موضوع ما ، ويتفق هذا مع ما نادى به الإمام ابن القيم ، وتضمن تصور راشد على السهل ٢٠٠١ الأسس التي قام عليها تصور الإمام ابن القيم في تغيير المعتقدات والأفكار اللاعقلانية من خلال العمليات والخدمات التي تشمل التعامل مع المعتقدات والمشاعر والسلوك الخاصة بالدين والتي يحملها الأفراد تجاه موضوع ما .

في حين أن تصور محمد عبد التواب معوض ١٩٩٦ لعملية الإرشاد النفسي الديني بخطواته الثلاث انعكاساً لخطوات الإرشاد النفسي الديني التي نادى بها الإمام الغزالي ، وعبر تصور Qulsoom Inayat 2001 في طريقة الإرشاد النفسي الديني في المرحلة الثالثة من طريقة الإرشاد حيث الإحياء للعميل بالاتجاه نحو النمو عن تصور الإمام أبي بكر الرازي الذي أوصي بأنه ينبغي على المعالج أن يوهم المريض أولاً بالصحة ويرجيه بها ، وإن كان غير واثق من ذلك .

ثامناً : فنيات الإرشاد النفسي الديني :

على الرغم مما في القرآن الكريم من معلومات كثيرة وشاملة عن النفس الإنسانية ، أكثر مما في العلوم الدنيوية الأخرى ، فليس في القرآن الكريم " نظرية نفسية " مخططة مبوبة ذات فصول وتفصيلات ، ولكن هذه المعلومات المنبثقة في ثنايا القرآن الكريم يمكن أن تستوحى في استخلاص نظرية شاملة عن النفس (حسن محمد على ثاني ، ١٩٩٣ ، ١٥٥) ، (ناهد عبد العال الخراشي ، ١٩٩٩ ، ٢٧ - ٢٨) .

يشير محمود إبراهيم عبد العزيز فرج (١٩٩٨ ، ٣٢) إلى أنه لا توجد فنيات محددة للإرشاد النفسي الديني ، ولكن المرشد النفسي يستخدم الفنيات التي يتميز بها الإرشاد النفسي

الديني أو الموجودة في الإرشاد الدنيوي **Secular Counseling** فهو يستخدم العلاج التحليلي ، والسلوكي ، والمعرفي ، والإرشاد النفسي الديني .

الإرشاد النفسي الديني **Religious Psychological Counseling** إرشاد شامل لاتجاهات واستراتيجيات إرشادية أخرى كثيرة ، حيث نجد له جانباً تحليلياً يبرز كيفية تناوله وتحليله لأسباب وأعراض الاضطراب النفسي لدى الشخص ، ومثل ما يقوم به المرشد النفسي الديني أثناء المقابلة الإرشادية في الكشف عن مكبوتات اللاشعور ، وتعرفها وإخراجها إلى حيز شعور المسترشد لعلاجها ، كما يحدد المرشد النمو الديني والقيم المؤثرة على المسترشد ، وكيفية الإفادة منها في عملية الإرشاد ، بالإضافة إلى امتلاكه جانباً إنسانياً يبرز في تعامله مع الإنسان كوحدة كلية شاملة ، وفي نظرتة لصاحب الإرادة القوية والعقيدة الصحيحة على أنه مسئول عن اختياراته وأفعاله وأقواله ، مما يجعله متمتعاً بالتوافق والصحة النفسية ، بالإضافة إلى الجانب المعرفي المتمثل في تناول العمليات المعرفية العقلية وآليات التفكير الشامل ، أما الجانب السلوكي في الإرشاد النفسي الديني فيتمثل في استخدامه مبادئ وقوانين التعلم وعمليات إعادة التعلم وتغيير وتعديل السلوك لمساعدته على التغلب على اضطراباته النفسية ، بالإضافة إلى أساليب الترغيب والترهيب من وسائل الثواب والعقاب (إيمان حسني محمد العيوطي ، ٢٠٠٤ ، ٦)، ويتفق ذلك مع ما أوضحتها دراسة محمد درويش (١٩٩٥ ، ٢٠٥) حيث أسفرت عن أن الإرشاد النفسي الديني يشتمل على خصائص العلاجات النفسية الحديثة .

يرى محمد عبد التواب معوض أبو النور (١٩٩٦ ، ١٣٠ - ١٣١) أنه توجد العديد من الفنيات الخاصة بالعلاج النفسي الديني التي لها أثر فعال في علاج النفس الإنسانية من اضطراباتها المختلفة ، وهذه الفنيات تستمد منهجها وإجراءاتها من الكتاب والسنة ، وهي عديدة ومتنوعة ، وتتناول العلاج بالتوحيد ، بالأدعية والأذكار ، بالاستغفار ، بالصبر ، بالصلاة ، بالتخيل ، بالاسترخاء ، بالأضداد ، وتلك الفنيات يمكن اعتبارها فنيات معرفية سلوكية في آن واحد ، وتركز على أفكار المريض واتجاهاته المرضية المختلفة وظلياً وتمده بالمهارات التي تساعد على ممارسة السلوكيات المتكيفة.

يشير (Worthington (1989, 596 – 597) إلى أن اختيار المعالج أو المرشد النفسي

للفنيات الإرشادية في عملية الإرشاد النفسي الديني يتوقف على شروط مهمة ، وهي :

١- أن يعرف المرشد أن استخدام أي فنية علاجية إنما تساعد في تحقيق التعزيز الإيجابي للناحية الدينية للعميل .

٢- أن يستخدم المرشد الفنيات الموجودة في الدين الذي يؤمن به ، بالإضافة إلى الفنيات الأخرى ، مثل : فنيات التحليل النفسي ، أو السلوكية ، أو المعرفية ، أو الوجودية وغيرها.

٣- الاندماج الديني **Religious Involvement** أي المشاركة الدينية بين المعالج والعميل التي تؤدي إلى العلاقة القوية وإزالة الفوارق بينهما.

هذا ما يميز الإرشاد النفسي الديني عن الإرشاد النفسي الانتقائي أو التكاملي ، كأسلوب وصفي متكامل منظم لمزيج من الفنيات المختلفة ، التي ينتقل خلالها المرشد حسب ظروف المسترشد صاحب المشكلة ، الذي يأتي للعلاج الانتقائي بمجموعة من الاضطرابات النفسية الناتجة عن مشكلات متعددة ؛ الأمر الذي يحتم على المرشد مواجهتها بعلاجات متعددة الوسائل ، مع التركيز على استدامة العلاج ؛ باستخدام الأبعاد السبعة للشخصية **BASIC-ID** ، هي : السلوك ، والوجدان ، والإحساس ، والتخيل ، والمعرفة ، والعلاقات الشخصية ، والعقائير (مفتاح محمد عبد الفتاح ، ٢٠٠١ ، ١٤٧ - ١٥٠) ، (هالة أحمد السيد ، ٢٠٠٥ ، ٧٧) ، ولذا تشير **Qulsoom Inayat (2001, 381)** إلى أن الإرشاد النفسي التكاملي **Integrative Counseling** يعد وسيلة من وسائل الإرشاد النفسي الذي يتعامل مع العميل داخل الإطار الطبيعي والاجتماعي له ، ولكن الإرشاد النفسي الإسلامي ينتفع من المبادئ الأساسية للإرشاد التكاملي ، ويضيف إليها بعداً جديداً ، وهو العلاقة بين العميل وخالقه .

. ويرى ابن القيم أن أساليب العلاج الديني هي الأساليب الإيمانية المعروفة من محاسبة النفس والتوبة والإنابة والرجوع إلى الله والدعاء والذكر والعبادات ، وقد أورد الكثير من هذه الجوانب في كتبه ، مثل : مدارج السالكين ، والوابل والصيب من الكلم الطيب ، وإغاثة اللهفان ، وطريق الهجرتين وباب السعادتين ، والجواب الكافي (الدعاء والدعاء) ، والطب النبوي ، وغيرها (محمد محروس الشناوي ، ٢٠٠١ ، ٧٦) .

ومن خلال المراجعة المسحية للدراسات السابقة حول الإرشاد النفسي الديني في خفض قلق المستقبل - على حد علم الباحث - عرضت تلك الدراسات العديد من الفنيات : كالأدعية والأذكار ، والوضوء ، والصلاة ، والتوحيد ، وقراءة القرآن الكريم ، وأمثلة من حياة الرسول - ﷺ - ، وأسفرت عن فعاليتها في علاج النفس الإنسانية من اضطراباتها المختلفة ؛ لأنها تستمد منهجها وإجراءاتها من القرآن الكريم والسنة النبوية ، ويمكن استخدام بعض هذه الفنيات في إطار الفنيات النفسية التي نادى بها نظريات الإرشاد النفسي الحديثة ؛ لتدعيم تلك الفنيات النفسية بالمحتوى الديني ؛ لتعرف مدى فعاليتها في تخفيف قلق المستقبل المهني .

يوضح جدول (٢) كيفية إفادة الفنيات الإرشادية الحديثة من التعاليم الدينية في عملية

الإرشاد النفسي .

جدول (٢)

الغنيات النفسية ومحتواها الدينري

الغنيات النفسية	المستويات النفسية	المستوى الدينري	المستوى الدينري
التدريب على الاسترخاء	الواقع	الوضوء الصلاة	الشكر الرضا بالقضاء والقدر
تحمل المسؤولية	حل المشكلات	القدوة الاستبصار القصصي	المناقشة والحوار الدينري التوكل على الله
الضبط الذاتي		الذكر الدعاء الصبر	

وفيما يلي عرض لتلك الغنيات النفسية في ثنايا المحتوى الدينري :

١- القدوة Modeling :

تعد القدوة محور التعلم الاجتماعي الذي يدور حول مسألة كيف يتعلم الناس عن طريق الاقتداء Modeling وكيف تؤثر القدوة والنموذج أو الموديول في سلوك الفرد ، وخاصة في اكتساب أنواع السلوك المقبول اجتماعياً ، والتي تتم عن طريق المحاكاة ، ويطلق على هذا النوع من التعلم أحياناً تعبير التعلم بالملاحظة ، والفكرة التي يستند إليها هذا النوع من التعلم هي التطوع الفعال Operant Conditioning (لظفي محمد فطيم ، وأبو العزائم عبد المنعم الجمال ، ١٩٨٨ ، ١٥٠) ، حيث يقدم للمتعلم في التعلم بالمحاكاة سيناريو متكامل للسلوك ، من خلال تقديم نموذج سلوكي طيب (عبد العزيز بن محمد النغمشي ، ١٩٩١ ، ١٦٠) ، و(عبدالرحمن محمد العيسوي ، ١٩٩٧ ، ١٨٦).

إن القدوة أفضل وسائل الإرشاد النفسي ؛ لأنها تترجم للأفراد السلوك والإرشاد النظري إلى واقع عملي ملموس حتى ينشرب منها القيم والآداب ، ويأخذ الأفراد منه العديد من مظاهر السلوك المرغوب فيه ، لقول الله تعالى : " أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ " (البقرة ، ٤٤) ، وقوله تعالى : " كَبُرَ مَقْتاً عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ " (الصف ، ٣) (عبد الغني عبود، وحسن عبد العال، ١٩٩٠ ، ٤٩٢) ، وهذا ما يسهم في تكوين الشخصية السوية فالنفس الإنسانية على استعداد للتأثر بما يلقي إليها (حسن محمد الشرفاوي ، ١٩٨٣ ، ٢١٤).

ويشتمل المنهج الإسلامي على العديد من الجوانب التي تساعد على تغيير السلوك إلى الأفضل ، فاستخدم القرآن العديد من النماذج السلوكية وبأساليب فريدة منها : القصة ، والأمثال ،

المشاهد ، والنماذج الشخصية ، وهي جوانب للتصوير القرآني ، تهدف إلى تغيير سلوك البشر إلى السلوك الإيماني الصحيح ، للمؤمنين من خلال الاقتداء بالرسول - ﷺ - ، لقوله تعالى : " لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَتَوَكَّرَ اللَّهُ كَثِيرًا " (الأحزاب ، ٢١) (محمد محروس الشناوي ، ومحمد السيد عبد الرحمن ، ١٩٩٨ ، ١٤ - ١٥).

يخاطب القرآن الكريم الأفراد بأهمية وضرورة التعلم من خلالها في كثير من الآيات القرآنية ، لقول الله تعالى : " لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِيهِمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَمَن يَتَوَلَّ فَإِنَّ اللَّهَ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ " (الممتحنة ، ٦) (عبد المنعم محمد حسين حسنين ، ١٩٩٣ ، ٢١٠).

تبين الآيات السابقة أهمية ومكانة القدوة في عملية الإرشاد ، وأن الدين الإسلامي يعد سباقاً إلى هذا الأسلوب ، لا من حيث إقراره كأسلوب إرشادي ، بل من حيث ممارسته على كل مستويات القيادة ، بدءاً من رسول الله - ﷺ - ، ومروراً بالخلفاء والصحابة ، ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين.

إن الرسول - ﷺ - قدوة المقتدين ؛ لأنه النموذج الأمثل للبشرية ، حيث إن حياته وسيرته هي النهج السليم والنموذج الحي الذي يتحلى بجملته الفضائل السلوكية التي تعطي الفعالة ببلوغها في تناول القدرات الإنسانية (إبراهيم محمد عطا ، ١٩٩٨ ، ٩١) ، وقد أمر النبي - ﷺ - بذلك في قوله : " صلوا كما رأيتموني أصلي " (رواه البخاري) ، وحين أمرهم بذلك في حجة الوداع : " أيها الناس خذوا عني مناسككم " (رواه البيهقي).

وقد أدرك عمر بن الخطاب - ؓ - فاعلية القدوة ، فكان يجمع أهل بيته فيقول لهم : "إني قد نهيت الناس عن كذا وكذا ، وإن الناس ينظرون إليكم كما ينظر الطير إلى اللحم ، فإن وقعتم ووقعوا ، وإن هبتم هابوا ، وإني والله لا أوتي برجل وقع فيما نهيت الناس عنه إلا أضعفت له العذاب لمكانه مني ، فمن شاء منكم فليتقدم ، ومن شاء منكم فليتأخر".

وتلقى فنية القدوة أو النمذجة اهتماماً كبيراً من جانب المرشدين والمعالجين الدينيين ، وتتضمن تقديم مثال أو نموذج للتعامل يمكن الاقتداء به ، وتستخدم هذه الفنية بفعالية في مجال المشكلات الاجتماعية والشخصية ، وقد استخدم القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة الأمثلة والنماذج في كثير من المواقف لتعليم الفرد القيم الدينية والخلقية السليمة (محمود إبراهيم عبدالعزيز فرج ، ١٩٩٨ ، ٣٤).

ولما كانت المراهقة فترة بداية تكوين الهوية، إذ يبدأ السؤال فيها ، من أنا ؟ وإلى أين ؟ مطروحاً على أرض الواقع المعاش ، وذلك الواقع الملئ بالتناقضات ، فإن الالتحاق بالجامعة

مرحلة تحول مهمة في حياة كثير من المراهقين والشباب ، حيث تمثل سنوات الدراسة الجامعية فترة نمو نفسي - اجتماعي مهمة ، يسهم المناخ الجامعي السائد فيها بدور مهم في تشكيل الهوية من خلال بعض النماذج التي يتخذها الفرد (محمد حسن محمد حسن غانم ، ١٩٩٩ ، (١١٧).

قام **Gregory et al** بدراسة أثر حالة وسمة القلق وجاذبية النموذج على التقليد ، بهدف التعرف على الفرق بين تأثير حالة وسمة القلق على تقليد نماذج متباينة الجاذبية ، وتكونت عينة الدراسة من ١٢٠ طالبة جامعية ، طبقت عليهم قائمة حالة وسمة القلق لـ **Speliberger** ، وأظهرت النتائج تأثير النموذج تأثيراً ذو دلالة ، وكان أثر النموذج في حالة القلق أن الذين شاهدوا النموذج سواء أكان أكبر أو أقل جاذبية قلده ، كما أن النموذج الجذاب حظى بمراقبة بصرية أكثر من جانب المفحوصين ، أما سمة القلق فالذين كانت هذه السمة عالية عندهم ، مالوا إلى تقليد النموذج الجذاب (في : سلوى عبد الباقي ، ١٩٩٣).

إن النمذجة كما يشير رشدي فام منصور (٢٠٠٠ ، ١٠٤) هي تعلم سلوك معين من خلال ملاحظة شخص يؤدي هذا السلوك ، وهناك ثلاث صور كبرى للنمذجة :

- أ- النمذجة المباشرة أو الصريحة لنموذج فعلى خارجي **Over Modeling** .
- ب- النمذجة غير المباشرة أو الضمنية لنموذج متخيل **Cover Modeling** .
- ج- النمذجة بالمشاركة وتصحيح المسار **Participant Modeling** .

ويدعو الإسلام الأفراد للعمل ، وجعل الأنبياء قدوة لهم في طلب العمل ، فكان آدم حرثاً ، ونوح نجاراً ، وداود ولقمان خياطاً ، وطالوت دباغاً ، ومحمد - ﷺ - تاجراً وراعياً ، وفي ذلك يقول الله - ﷻ - عن داود عليه السلام " وَعَلَّمَآهُ صَنْعَةَ لَبُوسٍ لَّكُمْ لِيُحْصِنَكُمْ مِنْ بَأْسِكُمْ فَهَلْ أَنْتُمْ شَاكِرُونَ " (الأنبياء ، ٨٠).

فما أحوج الطلاب الذين يعانون من قلق المستقبل المهني للقدوة ، فقد أشارت دراسة أحمد حسن حنورة (١٩٩٣) إلى أن غياب القدوة الحسنة والتصرف غير المقبول من بعض الأساتذة بالجامعات من أهم المشكلات التي يعاني منها طلاب الجامعة ذكوراً وإناثاً ، وذلك لنذرة الإرشاد النفسي الديني ، مما يؤدي إلى ضعف الثقافة الدينية للطلاب الذي يسهم بدوره في ظهور العديد من الاضطرابات النفسية من بينها القلق ، وأشارت دراسة مديحه محمد العزبي ١٩٨٨ ، وإسماعيل محمد إبراهيم بدر ١٩٩٣ إلى فاعلية التخييل ، والاشتراك في المناقشات الجماعية ، والإجابة عن الأسئلة في تخفيف القلق لدى طلاب الجامعة.

هذا ما جعل الباحث في الدراسة الحالية يركز على فنية القدوة كأحد فنيات الإرشاد النفسي السلوكي لتفعيل دور الحوار ذي المحتوى الديني من خلال تقديم بعض النماذج كقدوة ،

بصورها الثلاث ، في المجال المهني لخفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة ، من خلال العناصر التالية :

- ١- تركية حافز العمل وتقويته لدى أفراد العينة الإرشادية من خلال عرض نماذج لبعض المهن وممارستها من الأنبياء والصالحين والتابعين.
- ٢- اختيار المهنة التي تناسب الفرد وتنفعه ؛ لضمان نجاحه واستمراره فيها.
- ٣- اكتساب المعارف والمعلومات عن المهنة ليبدع فيها الفرد.
- ٤- تعرف واجبات المهنة .

٢- الصلاة Pray :

الصلاة وسيلة يلجأ إليها الفرد طلباً للأمن والطمأنينة ، وهو يسير في خضم شدائد الحياة ، فقد أشار كل من **Martin & Carlson 1988** إلى أن الصلاة تعد من أقدم الفنيات التي تستخدم في التدخلات العلاجية ، وأضاف أيضاً كل من **Finne & Malony 1985** أن الصلاة كفنيسة علاجية مناسبة لخفض القلق (في : محمد عبد التواب معوض ، ١٩٩٦ ، ١٣٥).

فيتعلم الفرد منها الاسترخاء الذي يسهم كفنيسة للعلاج النفسي الديني في تخفيف أزمات الحياة ، وتكوين اتجاهات موجبة للتعامل مع ظروف الحياة ، والافتناع بأن الأمور كلها بيد الله - ﷻ - ، بالإضافة إلى أن ما يمكن أن يتعلمه الفرد من خلال الصلوات الخمس في اليوم ، يصبح عادة عامة في جميع مناحي سلوكه ، ويحميه من التوتر والانفعالات الحادة (عبدالرحمن محمد العيسوي ، ٢٠٠١ ، ١٨٤ - ١٩٠).

إن حالة الاسترخاء والهدوء النفسي التي تحدثها الصلاة تساعد على التخلص أيضاً من القلق الذي يشكو منه المرضى النفسيون ، فعادة ما تستمر تلك الحالة بعد الانتهاء من الصلاة ، وقد يواجه الفرد وهو في هذه الحالة - الاسترخاء - بعض الأمور أو المواقف المثيرة للقلق ، أو قد يتذكرها ، وتكرار تعرض الفرد لهذه المواقف المثيرة للقلق أو تذكره لها أثناء وجوده في حالة الاسترخاء والهدوء النفسي عقب الصلوات ، إنما يؤدي إلى ما يسمى بلغة النظرية السلوكية في عملية الإرشاد النفسي بـ : " الإطفاء " التدريجي للقلق ، وإلى ارتباط هذه المواقف المثيرة للقلق بحالة الاسترخاء والهدوء النفسي ، وبذلك يتخلص الفرد من القلق الذي كانت تثيره هذه المواقف (سيد عبد الحميد مرسي ، ١٩٨٥ ، ١٩٨).

بالإضافة إلى ذلك ، فإن من أهم ما تعتمد عليه نظرية التحليل النفسي - إحدى نظريات الإرشاد النفسي - أن مجرد إفشاء الفرد بمشكلاته وهمومه والتعبير عنها إلى شخص آخر يسبب له راحة نفسية ، من خلال تخفيف حدة قلقه ، وهذا ما يسمى بـ : " التفريغ الانفعالي " ، فإذا كانت حالة الإنسان النفسية تتحسن إذا أفشى بمشكلاته لآخرين ، فما بالك بمقدار التحسن الذي يمكن أن يطرأ عليه إذا أفشى بمشكلاته لله - سبحانه وتعالى - .

ويسبق الوضوء الصلاة وما له من أثار نفسية وجسمية وروحية واجتماعية عظيمة ، فهو ليس تطهيراً للجسد مما قد يكون علق به من درن ، ولكنه أيضاً تطهير للنفس وتحريرها من مشاعر الذنب والإثم والعصيان ، لقول النبي - ﷺ - : " أرأيتم لو أن نهراً بباب أحدكم يغتسل منه كل يوم خمس مرات، هل يبقى من درنه شيء ؟ قالوا لا يبقى من درنه شيء. قال: فذلك مثل الصلوات الخمس، يمحو الله بهن الخطايا " (رواه البخاري و مسلم)، بالإضافة إلى أن استخدام الماء في الوضوء - كما أشار رشاد عبد العزيز موسى ، وعبد المحسن عبد الحميد إبراهيم حمادة (٢٠٠١) - يحدث حالة من تجديد النشاط ، وإزالة التوتر وإحداث حالة الراحة والاسترخاء ، وهذا ما أشارت إليه نظريات الإرشاد النفسي الحديث ، كما أوضح حامد عبدالسلام زهران (١٩٩٥ ، ٣٨٥) ب : " الإرشاد النفسي بالماء" الذي يستعمل في علاج حالات القلق والهياج الحركي والانطواء ، وله تأثيره الإيجابي على الجهاز العصبي ، فيؤدي إلى استرخاء العضلات، وتهدئة المريض.

يشير محمد عثمان نجاتي (١٩٨٣، ١٢٢) إلى أن الماء البارد يهدئ من فورة الدم الناشئة عن الانفعال ، كما يساعد على تخفيف التوتر العضلي ، وقد استخدم النبي - ﷺ - الوضوء في علاج الاضطرابات النفسية ، ومن بينها الغضب ، حيث قال : " إن الغضب من الشيطان ، وإن الشيطان خلق من نار ، وإنما تطفأ النار بالماء ، فإذا غضب أحدكم فليتوضأ " (رواه أبو داود).

٣- الأدعية والأذكار :

قال تعالى : " الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ " (الرعد ، ٢٨).

الدعاء هو سؤال الله - ﷻ - والاستعانة به والتضرع إليه والإلتجاء إليه في كشف الضر عند الشدائد ، قال تعالى : " وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ " (البقرة ، ١٨٦) ، ولذا فهو علاج أكيد للنفس التي ألم بها الضيق والألم والتوتر لما فيه من طلب العون من القوي القادر ، الأمر الذي يشعر الفرد بالطمأنينة والسكينة ، ويتحول عنه الخوف ، لقوله تعالى : " وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ " (غافر ، ٣٠) .

ويشير عبد الستار أبو غدة (٢٠٠٥) إلى أن الدعاء لون مهم من ألوان العلاج للأمراض النفسية ، وهو علاج روحي إلهي ، فضلاً عن كونه مظهراً تعبدياً ، بل هو مخ العبادة وخلصتها ، فالدعاء ليس كما يتخيل للبعض أسلوباً نفسياً لا يقصد لذاته ، بل لأثره الإيماني ، حيث أنه حقيقة قائمة من مناجاة العبد لخالقه والاستعانة به في كل حال في الصحة والمرض ، لقوله تعالى : " إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ " (الفاتحة ، ٥) ، فهو من أروع وسائل التنفيس والإيحاء.

ويشير محمد درويش محمد (١٩٩١) إلى أن الدعاء هو مخاطبة ربانية يطرح فيها الفرد أعصبته النفسية على خالقه - سبحانه وتعالى - ، وبعد تنفيسي **Abreaction** بلغة نظريات الإرشاد النفسي الحديثة ، تحرر الفرد من مشاعر الإثم والشعور بالذنب ، والتي تهدد أمنه النفسي ، مما يعني سيكولوجياً مزيداً من الطاقة النفسية التي تحرر الأنا **Ego** من أعصبتها المرتبطة بها شرطياً ، وتجعلها قادرة على التوفيق بين حاجاتها المتصارعة على نحو معتدل ، كما أن الإيحاء **Suggestion** المصاحب للدعاء يؤدي في صورة توقع الفرد للشفاء ، تمثل علاقة فعالة **Working Relationship** هذه العلاقة تحدثت عنها نظرية التحليل النفسي **Psycho - Analysis** تحت ما يسمى بـ " ظاهرة الطرح **Transference** " ، والنظرية السلوكية ، تحت ما يسمى بـ : " العوامل النوعية **Non Specific Factors** " .

أشارت دراسة حسن محمد الشرقاوي (١٩٨٤) ودراسة إسعاد عبد العظيم البنا (١٩٩٠) إلى فعالية أسلوب الأدعية والأذكار في علاج القلق لدى طلاب الجامعة ؛ لأنه ينظم مخاطبة ربانية لها أعظم الأثر في نفس الفرد ، فيعد - كما يشير محمد درويش محمد (١٩٩١) - نوعاً التشريط المضاد **Counter Conditioning** أو الكف بالنقيض **Reciprocal Inhibition** والتي تعني بلغة نظريات الإرشاد النفسي الحديث على تصفية أعصبة الطرح التي هي الأساس لكل اختلالات الشخصية ، واضطرابات السلوك ، ولقد أوضح .

· إن الذكر هو ترويد مصحوب بحالة من الاسترخاء **Relaxation** مع تركيز الانتباه في موضوع واحد يسمو على عالم المادة ، وهو الله - سبحانه وتعالى - ، باعث بلغة نظريات الإرشاد النفسي على الانطفاء **Extinction** التدريجي للقلق ، نظراً لما تحدثه حالة الاسترخاء هذه ، المرادفة للذكر ، من كف تشريطي للجهاز العصبي السمبثاوي ، مما يعني السماح بحد أدنى من التوترات الضرورية للعضلات في أدائها لفعل ما ، ولقد أيدت دراسة مؤسسة العلوم الطبية الإسلامية بأمريكا ذلك الدور الذي يقوم به الذكر والمتمثل في سماع القرآن الكريم في كف الجهاز العصبي السمبثاوي ، ومن ثم تخفيف مستوى القلق (محمد درويش محمد ، ١٩٩٥ ، ٢٠٧) .

ويعد الدعاء أفضل فنيات الإرشاد النفسي الديني ؛ لأنها تصقل القلوب ، فيبتدل الخوف أمناً ؛ والعداوة محبة ، ويتحول القلق والجزع والاضطراب إلى سكينه ، والفرع إلى طمأنينة ، ومهما تداعت على الذاكر الابتلاءات ، وأثقلته الحياة بمتاعبها ، فإنه بالدعاء يستريح ويطمئن ، ويقنع ويرضى ، ويعرف أنه لا شكوى لغير الله ، وأنه مع الله فلا يمتلكه بأس ، ولا يستقطبه اكتئاب ، لأنه مع صاحب الأمر ، المعين والمنقذ ، فلا قلق ولا تيرم (محمد عبد التواب معوض ، ١٩٩٦ ، ١٣٢) .

وأجمع كل من محمد إبراهيم سليم (١٩٨٦، ١١٨ - ١٢٥) ، وحسن محمد الشرقاوي (١٩٨٣) ، وإسعاد عبد العظيم البنا (١٩٩٠) على أن الإرشاد بالأدعية والأذكار يختلف عن أنواع الإرشاد النفسية الأخرى ، فينظر الإرشاد النفسي الديني إلى هذه الأنماط على أنها وقتية ، لا تغير الشخصية الإنسانية تغييراً جذرياً ، أما الغذاء الروحي والذي هو أساس الإرشاد النفسي الديني يهتم بترويض النفس ، ويقوم الإرشاد بالأدعية والأذكار على تربية النفس والصبر ، والاستعاذة التامة بالله الغني العزيز ، فتشعر النفس بصدق عبوديتها ، وتتخلص من آفاتها ، ويستقم حالها ، وترجع عن غيها .

وهناك الكثير من الأدعية التي تترك آثاراً طيبة في على صحة الإنسان النفسية ، والتي كان النبي - ﷺ - حريصاً على تعليم الصحابة الاستعاذة بها في مواجهة مشكلات الحياة ، وفي علاج الكثير من الاضطرابات النفسية كالهم والحزن والقلق ، ويمكن للمرشد النفسي الديني، أن يقتدي بهذا المنهج في أن يعلم العميل بعض الأدعية والأذكار التي تفيد في تخفيف قلق المستقبل المهني ، وتشعره بالسعادة والقرب من الله ، وتحقق له الراحة النفسية .

دخل النبي - ﷺ - ذات يوم المسجد ، فإذا برجل من الأنصار يقال له أبو أمامه ، فقال : " يا أبا أمامه مالي أراك جالساً في المسجد بغير وقت صلاة ، فقال : هموم لزممتني وديون يا رسول الله ، فقال الرسول - ﷺ - أفلا أعلمك كلاماً إذا قلته أذهب الله همك ، وقضى عنك دينك ؟ ، قال : قلت : بلى يا رسول الله ، قال : قل إذا أصبحت وأمسيت : اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن ، وأعوذ بك من العجز والكسل ، وأعوذ بك من الجبن والبخل ، وأعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال ، قال : فقلت ذلك فأذهب الله همي وقضى ديني " (رواه أبو داود).

كان أبو بكر الصديق - ﷺ - يدعو الله - ﷻ - قائلاً : " اللهم إني أسألك باسمك الذي بثت به أرزاق العباد" ، وعنه - ﷺ - أن رسول الله - ﷺ - قال : " دعوات المكروب: اللهم رحمتك أرجو فلا تكلني إلى نفسي طرفه عين ، وأصلح لي شأني كله ، لا إله إلا أنت " (أخرجه أبو داود).

إن أفضل علاج للأمراض النفسية وآفاتنا إنما يكون بالذكر ، فبغير الاتجاه إلى الله لا يستطيع الفرد أن يفهم حقيقة نفسه ، وما يلزمها من علاج مما يؤدي إلى شفاء تلك الاضطرابات العصا بيه ، فالذي يعرف الطريق إلى الله هو الإنسان سليم القلب ، سوي النفس (رشاد على عبد العزيز موسى ، ١٩٩٢ ، ١١٤) ، فقد قال النبي - ﷺ - : " من لزم الاستغفار جعل الله له من كل هم فرجاً ، ومن كل ضيق مخرجاً ، ورزقه من حيث لا يحتسب " (رواه النسائي ، وأبو داود ، وابن ماجه ، والبيهقي) ، لذا فذكر الله عز وجل في السراء والضراء هو الوقاية من الهموم والضيق والقلق ، وعلى العكس من ذلك تظهر المعيشة الضنك التي ذكرها الله تعالى

بسبب إعراض الفرد عن ذكره في قوله : " وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى " (طه ، ١٢٤).

ويشير سيد عبد الحميد مرسي (١٩٨٥ ، ٢١٠) إلى أن مداومة الفرد على الذكر تجعله يشعر بأنه قريب من الخالق سبحانه ، وأنه في حمايته ورعايته ، ويبعث ذلك في نفسه الشعور بالثقة والقوة والأمن والطمأنينة والسعادة ، قال تعالى : " فَادْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ " (البقرة ، ١٥٢) ، وهذا الشعور هو علاج للقلق الذي يشعر به الإنسان حينما يجد نفسه ضعيفاً عاجزاً أمام ضغوط الحياة وأخطارها دون سند أو معين ، لقول الله تعالى : " وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى " (طه، ١٢٤) ، ولذلك فالذكر أفضل العبادات ، لقوله تعالى : " ائْتِ مَا أَوْحَىٰ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ " (العنكبوت ، ٤٥).

٤- الصبر والشكر Fasting & Praising :

تردد الصبر في القرآن الكريم نحو بضع وتسعين موضعاً من القرآن الكريم ، وصف الله - ﷻ - فيها الصابرون بعدة أوصاف ، ووعدهم بدرجات عالية من الثواب والتأييد، فقال تعالى: " وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أُمَّةً يَهْتَدُونَ بِأَمْرِنَا لَمَّا صَبَرُوا وَكَانُوا بِآيَاتِنَا يُوقِنُونَ " (السجدة ، ٢٤) ، وقوله تعالى : " مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ وَلَنَجْزِيَنَ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ " (النحل ، ٩٦) ، وقوله : " أُولَئِكَ يُؤْتُونَ أَجْرَهُمْ مَرَّتَيْنِ بِمَا صَبَرُوا وَيَدْرُؤُونَ بِالْحَسَنَةِ السَّيِّئَةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ " (القصص ، ٥٤) ، وقوله : " قُلْ يَا عِبَادِ الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا رَبَّكُمْ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَأَرْضُ اللَّهِ وَاسِعَةٌ إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ " (الزمر ، ١٠) ، ولذلك اختلف العلماء فيما بينهم في تعريف هذه الفضيلة ؛ نظراً لتداخلها مع فضائل أخرى كالشجاعة ، والحلم ، وكظم الغيظ ، وضبط النفس ، وتعدد أنواعه بدني ونفسي ، ولكن اتفقوا على أن الصبر على النقيض من الجزع والقلق والهلع والخوف ، لقول الله تعالى : " سَوَاءٌ عَلَيْنَا أَجْرَعْنَا أَمْ صَبَرْنَا مَا لَنَا مِنْ مَّحِيصٍ " (إبراهيم ، ٢١) .

إن المتتبع لفضيلة الصبر في القرآن الكريم يجدها ذات دلالات لا تتعدى الثبات والجلد، واحتمال المكاراة في غير ما قلق أو خوف أو جزع، ومن بين هذه الدلالات ما يلي:

أ- الصبر على القيام بما فرض الله من عبادات وطاعات ، وهو يمثل الإذعان لأمر الله - ﷻ - ، ويظهر ذلك في قول الله تعالى : " فَاصْبِرْ كَمَا صَبَرَ أُولَئَا الْعِزْمِ مِنَ الرُّسُلِ وَلَا تَسْتَعْجِلْ لَهُمْ كَأَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَ مَا يُوعَدُونَ لَمْ يَلْبَثُوا إِلَّا سَاعَةً مِّن نَّهَارٍ بَلَاغٌ فَبَلِّغْ لَهُم بَلَاغُ الْفَقْمِ الْفَاسِقُونَ " (الأحقاف ، ٣٥).

ب-الصبر في الكدح لكسب الرزق والجد في العمل ، فهو يبعث الأمل ويجدد النشاط ، ويشد العزم ، قال تعالى : " وَلَنَبِّئُوكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ " (البقرة ، ١٥٥).

ج- الصبر في تقبل قضاء الله تعالى بتسليم وإذعان ، حين نزول الأمراض ، وحدث النكبات ، لقول الله تعالى : " وَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ حِينَ تَقُومُ " (الطور ، ٤٨).

لقد علم النبي - ﷺ - الصحابة الصبر عملاً وقولاً وإرشاداً ، فحضهم على الصبر وحببه إليهم ، ونفرهم من الجزع وبغضه لهم ، لقوله - ﷺ - : " والذي نفسي بيده ما على الأرض من مسلم يصيبه أذى إلا حات عنه خطاياه كما يحات ورق الشجر " (رواه البخاري ومسلم) ، وقوله - ﷺ - : " ما يصب المسلم من نصب - تعب - ولا وصب - مرض - ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم ، حتى الشوكة يشاكها المرء كفر الله بها من خطاياه " (رواه البخاري ومسلم) ، وقوله - ﷺ - : " الصبر ضياء " (رواه مسلم) ، وعن أبي هريرة - ﷺ - قال : قال رسول الله - ﷺ - : " لا يزال البلاء ينزل بالمؤمن والمؤمنة في نفسه وولده وماله حتى يلقي الله تعالى وما عليه من خطيئة " (رواه الترمذي) ، وعن ابن عباس - ﷺ - أن النبي - ﷺ - دخل على جماعة من الأنصار فقال : " أمؤمنون أنتم ؟ فسكتوا ، فقال : رجل : نعم يا رسول الله . قال - ﷺ - وما علامة إيمانكم ؟ قالوا : نشكر في الرخاء ، ونصبر على البلاء ، ونرضى بالقضاء ، فقال - ﷺ - مؤمنون ورب الكعبة " .

فالصبر كما يشير كل من حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٣ ، ٣١٢) ، ومحمود إبراهيم عبدالعزيز فرج (١٩٩٨ ، ٤١) قوة روحية هائلة تجعل الفرد لا يجزع لَمَّا يلحق به من أذى ، ولذا يعمل على وقاية الإنسان من الاضطرابات النفسية ؛ لأنه يعتصم به الفرد فتهدأ نفسه ويسكن ويطمئن ، لتقويضه الأمر لله ، ليكون عون نفسي هائل يقي الإنسان من الانهيار أمام الشدائد والبلايا والمصائب والمثابرة على العبادة ، وتحمل أذى الناس ، قال تعالى : " يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ " (البقرة ، ١٥١).

ولما كان القلق - كما يرى عزت عبد العظيم الطويل (١٩٩٩ ، ٤٣٨) - نوعاً من الاضطرابات النفسية التي تجلب الهم للفرد ، وجب عليه أن يتغلب عليه بالانهماك في العمل والصبر على ضغوط الحياة ومتاعبها وهمومها ، ويكفي أن يقنع الفرد بما لديه ، وأن يعيش في سلام ووثام مع نفسه والآخرين ، فيألفون ويؤلفون تحقيقاً لما جاء عن النبي - ﷺ - إخباراً عن رب العزة في الحديث القدسي : " إن من عباد الله أناساً ما هم بأنبياء ولا شهداء يغبطهم الأنبياء والشهداء يوم القيامة بمكانهم من الله تعالى ، قالوا : يا رسول الله أخبرنا من هم ؟ قال : هم قوم تحابوا بروح الله بينهم على غير أرحام بينهم ، ولا أموال يتعاطونها ، فوالله إن وجوههم لنور وإنهم لعلو نور ، ولا يخافون إن خاف الناس ولا يحزنون إذا حزن الناس " .

ويعني الشكر كما يوضح حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٣ ، ٣٠٣) الاعتراف بفضل الله - ﷻ - عز وجل وإحسانه وحمده والثناء عليه ، وظهور آثار نعم الله على لسان العبد اعترافاً ، وعلى قلبه شهادة ومحبة ، وعلى جوارحه انقياداً وطاعة ، والشكر يتضمن كل خير يصلح به سلوك الفرد ، وهو واجب على العبد نحو خالقه مصدر كل النعم ، وفيه منفعة تعود على الشاكر، حيث يطهر نفسه ويقربها من الله ويوجهها الوجهة الصالحة ، لقول الله تعالى : " بَلِ اللّٰهُ فَاَعْبُدْ وَكُنْ مِنَ الشَّاكِرِينَ " (الزمر، ٦٦).

مما سبق يتضح مدى ارتباط الشكر بالصبر ، فهما في دائرة متصلة ، أو أنهما وجهان لعمل واحد وهو العبادة لله تعالى ، فحال المؤمن لا يخلو عن هذين الأمرين ، كما جاء في الحديث الشريف عن صهيب - ؓ - أن رسول الله - ﷺ - قال : " عجباً لأمر المؤمن ! إن أمره كله خير ، وليس ذلك لأحد إلا المؤمن ، إن أصابته سراء ، شكر ، فكان خيراً له ، وإن أصابته ضراء صبر ، فكان خيراً له " (رواه مسلم) ولذا فعلى المرشد النفسي الديني أن يعلم العميل الصبر وقوة الإرادة على تحمل مشاق الحياة ومواجهة المشكلات والصعوبات بهدوء وقوة إرادة ، وفي قلق المستقبل المهني ، الصبر على عدم توافر فرص العمل المناسب لتخصصه الدراسي ، والصبر على الرزق ، ويشكر الله تعالى على نعمه الظاهرة والباطنة ، استناداً إلى ما ورد في الصحيحين من حديث أبي سعيد الخدري - ؓ - عن النبي - ﷺ - أنه قال : " ما أعطي عطاء خير وأوسع من الصبر " (رواه البخاري ومسلم).

٥ - الاستبصار Insight :

يقصد بالاستبصار في الإرشاد النفسي الديني تبصير المسترشد بأسباب معاناته ومشكلاته ، وذلك من المنظور الديني ، بمعنى أن المرشد يقوم بتبصير المسترشد بأن معاناته ترتبط بقضايا وموضوعات معينة ، تعامله معها غير متفق مع صحيح الدين ، شريطة ألا يكون ذلك بطريقة النقد Critism ، فالمرشد لا يوجه النقد إلى المسترشد ، وإنما يقوم بتبصيره بأن هذا السلوك أو ذلك هو سبب معاناته (موزه المالكي ، ٢٠٠٣ ، ١٦٠).

إن الاستبصار من أهم ما يجب الحرص عليه في عملية الإرشاد ؛ لأنه يعين العميل على فهم النفس والقدرات والاستعدادات والدوافع ومصادر الاضطرابات والمشكلات وإمكانات حلها ، ومعرفة الإيجابيات والسلبيات ونواحي القوة والضعف ، كما أنه يتضمن نمو إرادة العميل التي تساعد في حل مشكلاته والسيطرة عليها ، وتحويل خبراته ، والإفادة من الماضي والحاضر في التخطيط للمستقبل ، وتحويل نقاط الضعف والسلبية إلى نقاط قوة وإيجابية (محمد حامد عبد السلام زهران ، ٢٠٠٠ ، ٣٠ - ٣١).

وتسهم عملية الاستبصار في وصول الفرد إلى فهم سبب انحرافه السلوكي ، وفهم المخاطر والمشكلات التي أدت إلى هذا السلوك ، وتسهم في نمو الذات ، ونمو التمييز بين السلوك السوي واللاسوي ، وذلك في ضوء علاقة الفرد بربه ودينه ، لقول الله تعالى : " بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ " (القيامة ، ١٤) ، وتعمل عملية الإرشاد النفسي الديني على اكتساب العميل قيماً واتجاهات جديدة لتصبح أكثر فعالية للذات ، لتتكون لديه العادات الحميدة ، والرضا النفسي (فيصل محمد خير الزراد ، ٢٠٠٢ ، ٢٣٨ - ٢٣٩) ؛ لأن نمو الذات يتضمن البصيرة ، وهي الذات التي تحكم السلوك السوي للإنسان في ضوء بعدين رئيسيين : البعد الرأسي الذي يحدد علاقة الإنسان بربه ، والبعد الأفقي الذي يحدد العلاقة بين الإنسان وأخيه الإنسان (حامد عبد السلام زهران ، ٢٠٠٣ ، ٣١٠) .

ويقوم الاستبصار على فهم العميل لذاته وقدراته ومعرفة العميل لأسباب الاضطراب النفسي الناجمة عن مشاعر الإثم والذنب والعمل على تغييرها وتقبل المفاهيم الجديدة التي تحول الخبرات المؤلمة إلى خبرات معلمة ، والقرآن الكريم والسنة النبوية يدعو إلى الاستبصار والتفكير والتدبر لما فيه من إثارة للانتباه والتوجيه والإرشاد بما ينفع الفرد ويعدل سلوكه (محمود إبراهيم عبد العزيز فرج ، ١٩٩٨ ، ٣٤) .

تظهر عملية الاستبصار في الشرع الإسلامي في الحسبة " أمر بمعروف ظهر تركه ، ونهي عن منكر ظهر فعله" فهي قائمة على الاقتناع والتشجيع والتبصير حتى يدرك الشخص فائدة المعروف وضرر المنكر تنشأ لديه إرادة الخير وترك الشر ، وينمو لديه دافع عمل المعروف وينطفئ لديه دافع عمل المنكر عن بصيرة وقناعة (كمال إبراهيم مرسى ، وبشير الرشيدى ، ١٩٨٨ ، ١٢) .

يوجب هذا على المرشد النفسي الديني في العملية الإرشادية لخفض قلق المستقبل المهني أن يبرز للطلاب ذوي قلق المستقبل أهم العوامل التي تؤدي بهم إلى توقع البطالة وندرة فرص العمل المناسبة للتخصص بعد التخرج .

٦- سلوك حل المشكلات Problem – Solving Behavior :

يقصد بأسلوب حل المشكلات مجموعة العمليات التي يقوم بها الفرد مستخدماً للمعلومات والمعارف التي سبق له تعلمها ، والمهارات التي اكتسبها في التغلب على موقف مشكل جديد أو غير مألوف له في السيطرة عليه ، والوصول إلى حل له (مسعد محمد زياد ، ٢٠٠٦) .

يتألف سلوك حل المشكلات Problem – Solving Behavior من خطوات يحاول الفرد من خلالها إتباع طريقة الخطوة خطوة في التغلب على الصعوبات ، ويتوصل إلى نتيجة أو حل عن طريق استخدام الوظائف العقلية العليا كالاستدلال والتفكير الابتكاري ، ومازالت خطوات التفكير في المشكلة وحلها الأربع صادقة حتى اليوم ، وهي التي عرضها جون ديوي في كتابه " كيف نفكر ؟ How We Think " ، وهي : الدافعية والشعور بالمشكلة أو التحدي ، وتحديد

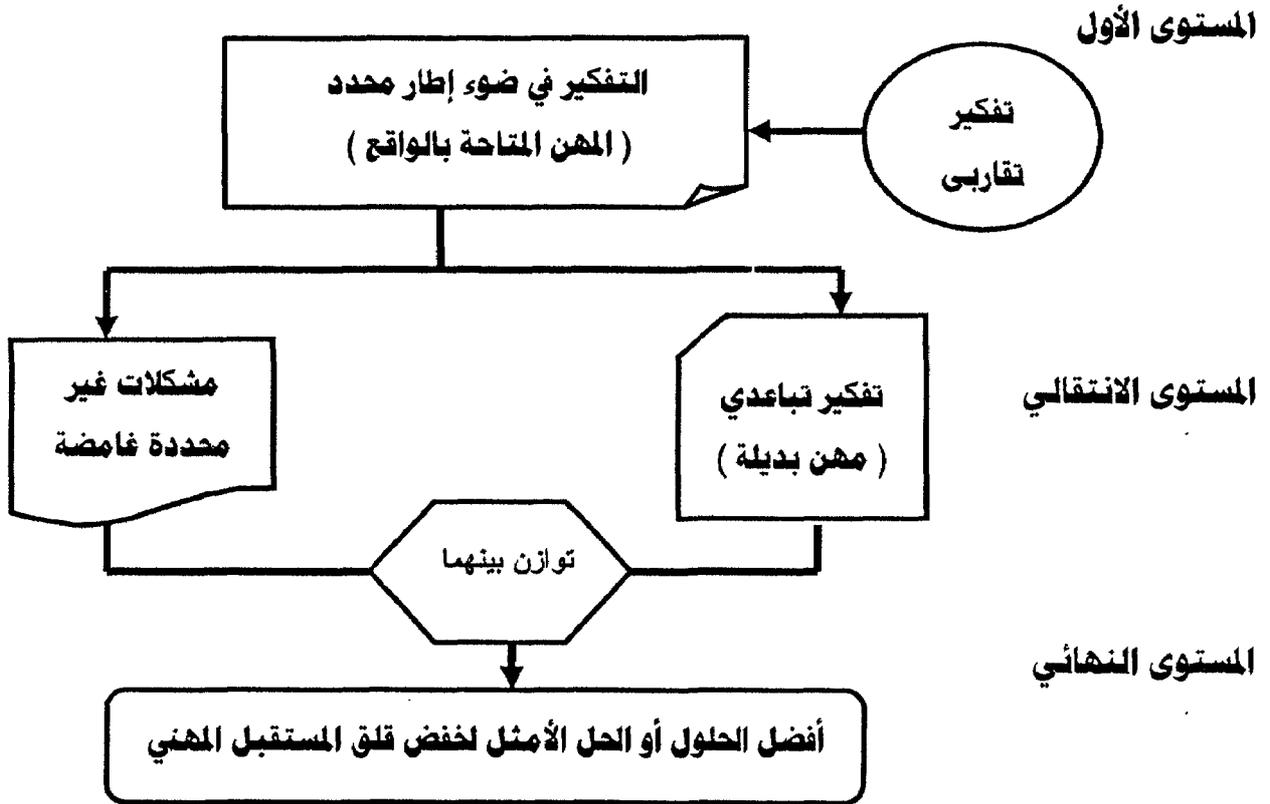
المشكلة ، وفرض الفروض أو تقديم حلول تقريبية ، واختبار الفروض أو التحقق من صحتها أو خطئها (عبد الرحمن سيد سليمان ، وبطرس حافظ بطرس، ٢٠٠٠ ، ٨١٩).

ويطلق على تلك الخطوات القدرة على التحكم الإرادي التي تعد إحدى المكونات الأساسية لسلوك حل المشكلات ، وتتضمن مفهوم التحكم الإرادي عدة معالم مهمة للسلوك ، مثل : القدرة على توقع نتيجة ما ، واختيار الوسائل المناسبة للحصول على هدف معين ، واستخدام هذه الوسائل استخداماً صحيحاً ، وتصحيح وتنسيق السلوك للوصول إلى الهدف ، والقدرة على التحقق من أن الهدف يمكن تحقيقه بوسائل بديلة (عبد الرحمن سيد سليمان ، وبطرس حافظ بطرس، ٢٠٠٠ ، ٨٣٢).

ويرى عادل محمد محمود العدل (١٩٩٩) أن أسلوب حل المشكلات هو قدرة الفرد على اشتقاق نتائج من مقدمات معطاة ، وهو نوع من الأداء يقدم فيه الفرد الحقائق المعروفة للوصول إلى الحقائق المجهولة التي يود اكتشافها ، وذلك عن طريق فهم وإدراك الأساليب والعوامل المتداخلة في المشكلات التي يقوم بحلها.

ويذكر عبد الحميد عبد المنعم أحمد (١٩٩٧ ، ٣٣) أن حل المشكلة عبارة عن عملية أو وسيلة يستعمل فيها الفرد ما اكتسبه من فهم ومعرفة ومهارات لاستخدامها في موقف غير معروف لدى الفرد ، وتطبيق ما تم تعلمه على الموقف الجديد المختلف لديه ، معتمداً على تطبيق القواعد والمفاهيم السابق تعلمها من قبل بشرط تنظيم هذه المفاهيم والقواعد بشكل يسمح بتطبيقها على الموقف الذي يواجهه المتعلم ، ولا يقف المتعلم عند حل المشكلة ، بل يتعلم شيئاً جديداً أعلى من مستوى تعلم الحقائق ، وهي المبادئ والقوانين والقواعد التي تسهم في حل مشكلات جديدة ، يمكن أن تواجه الفرد فيما بعد.

ولما كان قلق المستقبل المهني - كما يعرف إجرائياً في الدراسة الحالية - حالة التوتر والتشاؤم التي يشعر بها الطالب الجامعي لندرة فرص العمل بعد التخرج ، فإن ذلك يشير إلى دور العمليات المعرفية ، وخاصة التفكير في تصور وضع المستقبل المهني بعد التخرج لاختيار البديل المناسب من بين البدائل المطروحة ، والتي يمكن أن يتم اختيارها حسب عمليات التفكير التي يستخدمها الطالب الجامعي ، ويوضح شكل (٧) عملية كيفية الاختيار من بين البدائل المهنية طبقاً لعملية التفكير .



شكل (٧)

اختيار بديل من البدائل (المهن المتاحة) طبقاً لعمليات التفكير

وحتى يمكن للطلاب الجامعي التغلب على التوتر الناتج عن إدراكه لندرة فرص العمل بعد تخرجه ، يجب عليه أن يحدد المشكلة بدقة واستنباط المبررات التي أدت إلى ذلك التوتر ، ويحدد الاستراتيجيات والأساليب التي يمكن من خلالها مواجهة مشكلات الحياة ، ويمكن أن يتأتى ذلك من خلال ما يسمى بـ : نموذج حل المشكلات المعلوماتية **Information Problem Solving Model** .

يستخدم نموذج حل المشكلات المعلوماتية **Information Problem Solving Model** كما يشير عبدالله الكندري (٢٠٠٢) والذي يعرف بنموذج الست أشياء الكبرى **The big 6** الذي صممه **Eisenberg & Berkowitz** ، على نطاق واسع لإتقان المعلومات وتعليم المهارات ، والذي يمكن تطبيقه مع الأعمار جميعها ، وفي المراحل جميعها من رياض الأطفال إلى المرحلة الجامعية في أي وقت يحتاج إلى معلومات ، حيث يتدرب المتعلم على البحث وكيفية تقويم واستخدام المعلومات في حياته، وتأتي أهمية النموذج من احتياج المتعلمين إلى المعلومات وكيفية استخدامها بطريقة فعالة ، ولكون استخدام النموذج يساعد الطالب على التمكن بأن يتعلم كيف يفكر ويحل ويفسر المعلومات.

- يضم نموذج حل المشكلات المعلوماتية **Information Problem Solving Model** قائمة بالخطوات الست الأساسية ، وعناصر كل خطوة منها والتي يطلق عليها الخطوات الاثنتا عشرة الصغرى، وهي كالتالي :
- ١- **تحديد المهام Task Definition** :
 - تحديد المشكلة المعلوماتية.
 - تحديد متطلبات حل المشكلة المعلوماتية .
 - ٢- **استراتيجيات البحث المعلوماتي Information Seeking Strategies** :
 - تحديد المصادر المحتمل استخدامها
 - تقييم المصادر المحتمل استخدامها وترتيبها حسب أفضليتها
 - ٣- **الموقع والإتاحة Location and Access** :
 - تحديد موقع المصادر والتوصل إليها
 - التوصل إلى المعلومات المطلوبة في تلك المصادر
 - ٤- **استخدام المعلومات Use of Information** :
 - التفاعل مع المعلومات في المصدر من خلال (القراءة - الاستماع - الرؤية - اللمس)
 - استخراج المعلومات المطلوبة من المصدر.
 - ٥- **مرحلة تجميع المعلومات Synthesis** :
 - تنظيم المعلومات المجمعة من مصادر متعددة .
 - عرض المعلومات .
 - ٦- **التقييم Evaluation** :
 - الحكم على فاعلية وتأثير المنتج.
 - الحكم على كفاءة أسلوب حل المشكلة.
 - ٧- **القضاء والقدر** :

شغل موضوع القضاء والقدر حيزاً كبيراً في كتب التراث فألف فيه كتباً كثيرة ، منها كتاب " القضاء والقدر" لشيخ الإسلام ابن تيمية الذي يعد بما فيه من معارف ومعلومات عن القضاء والقدر نفسية وشرعية ضرورية لعملية الإرشاد والعلاج النفسي للاضطرابات النفسية (كمال إبراهيم مرسي ، ١٩٩٩ ، ١٢١).

إن الإيمان بالقضاء والقدر له أثر فعال في الإرشاد النفسي ، فالمؤمن بالله - ﷻ - إيماناً صادقاً لا يخشى شيئاً في الحياة الدنيا إلا الله - سبحانه وتعالى - ، فهو لا يخاف من الموت ولا الفقر ولا المرض ولا الناس ، أي لا يخاف جميع المصائب مهما عظمت ، ويكون لديه القدرة على مواجهتها ، ومؤمن بالقدر خيره وشره ، ويكون قانعاً راضياً بما قسمه الله له فيعيش هادئ

البال مستقر النفس أمناً في سر به معافى في بدنه (مقدار بالجن ، ١٩٨٧ ، ٧٤١) ، وهذا الإيمان بالله تعالى والاعتماد عليه والرضا بقضائه وقدره يخلص المؤمن من القلق الناشئ عن الشعور بالذنب ، ويبعث في نفسه الطمأنينة والأمن النفسي ، لقوله تعالى : " الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ " (الرعد ، ٢٨) (محمد عثمان نجاتي ، ٢٠٠٠ ، ٣١١) ، وقول النبي - ﷺ - : " من أصبح منكم آمناً في سر به ، معافى في بدنه ، عنده قوت يومه ، فكأنما حيزت له الدنيا " (رواه الترمذي) .

ولذا يشير رشاد على عبد العزيز موسى ، وعبد المحسن عبد الحميد إبراهيم (٢٠٠١ ، ١٥٣) إلى أن المؤمن بالقضاء والقدر يضع شدائد الحياة تحت مفهوم ابتلاء واختبار ، كما أنه يعلم أن أشد الناس ابتلاءً هم الأنبياء ، ثم الأمتل فالأمتل ، وفي ضوء ذلك يؤمن بأن ما أصابه لم يكن ليخطئه وما أخطوه لم يكن ليصيبه ، فقد قال تعالى : " مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نُنزِّلَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ " (الحديد ، ٢٢) ، وعليه فالمؤمن يرضى بقضاء الله ويطمئن لحكمته من وراء الشدائد والأحداث ، فتهدأ نفسه وتستريح ، فقد قال تعالى : " سَيَهْدِيهِمْ وَيُصَلِّحُ بِأَلَهُمْ " (محمد ، ٥) ، وقوله تعالى : " مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ " (التغابن ، ١١) .

ويرى محمد عثمان نجاتي (٢٠٠٠ ، ٢٩٤ - ٢٩٨) أن من أهم أسباب راحة البال عند الإنسان وسعادته وقناعته بما قسمه الله تعالى له من رزق ، وما وهبه من نعم ، وكان - ﷺ - يوصي أصحابه بالرضا والقناعة من أجل سعادتهم ، ويعلمهم أن السعادة ليست بكثرة المال ، إنما تفيض عليهم من الداخل ، فقد قال - ﷺ - : " ليس الغنى عن كثرة العرض ، ولكن الغنى غنى النفس " (رواه الشيخان والترمذي) ، وقوله - ﷺ - : " أرض بما قسمه الله لك تكن أغنى الناس " (رواه الترمذي وأحمد) ، وقوله - ﷺ - : " من سعادة ابن آدم رضاه بما قضى الله تعالى ، ومن شقاء ابن آدم تركه استخارة الله تعالى ، وسخطه بما قضى الله تعالى " (رواه الترمذي) .

إن قناعة الفرد بما قسمه الله له من رزق ، ورضاه عن ظروفه وأوضاع حياته ، وأهداف الحياة التي قدرها الله تعالى ، وتحمله مشاق الحياة ، وصموده في الأزمات ، وصبره عليها من أسباب سعادته ، ومؤشرات صحته النفسية ، كما أن المؤشرات المهمة لصحة الإنسان النفسية قدرته على تحمل مشاق الحياة وشدائدها ، فلا ييأس ولا يشعر بالتوتر الناتج عن نقص فرص العمل ؛ لتيقنه أنه بحمي الله ، لأنه سبحانه وتعالى هو الوهاب والرزاق .

ولذلك يشير حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٣ ، ٣٠٢) إلى أن الإيمان بالله والقدر هو عماد الحياة الروحية ، ومنبع طمأنينة النفس ، ومصدر سعادتها ، بشرط أن تظهر آثار هذا الإيمان في سلوك الإنسان وعمله الصالح الذي يبعد الإنسان عن اليأس والجزع ويهون عليه المصائب ،

قال تعالى : "وَمَنْ يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ" (التغابن ، ١١) ، "وَلْيَعْلَمَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ أَنَّهُ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكَ فَيُؤْمِنُوا بِهِ فَتُخْبِتَ لَهُ قُلُوبُهُمْ وَإِنَّ اللَّهَ لَهَادِ الَّذِينَ آمَنُوا إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ" (الحج ، ٥٤).

و يتأتى هذا من أن الإيمان بالقضاء والقدر يظهر في أربعة أمور ، هي : إن الله - سبحانه وتعالى - عليم بخلقه ، وأن لكل إنسان كتابه فيه رزقه وأجله ، ودخوله جنة أو نار ، والإيمان بمشيئته - ﷻ - وأنه خالق لكل شيء (محمد على مبارك ، ١٩٩٩ ، ٣١). فالرضا بالقضاء والقدر على هذا النحو كما يشير كل من صالح بن إبراهيم الصنيع (١٩٩٦ ، ٨٣) ؛ ومحمد عثمان نجاتي (٢٠٠٠ ، ٨٣) وسيلة تعين الفرد على تحمل الشدائد التي تقع على كاهله ، فلا يجزع ويزد من همه ، بل يطمئن ويرضى بما كتب له ، ولذلك أمر الله - ﷻ - الرسول - ﷺ - والصحابة أن يرضوا بقضاء الله وقدره فيما أصابهم من شدة ، فقال : " قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ " (التوبة ، ٥١).

إن الرضا بالقضاء والقدر يجعل الأفراد يعتقدون أن كل شيء في هذه الدنيا مقدر بحكمه ومشيئته ، فمصيرهم قبل أن يولدوا ، لقول النبي - ﷺ - : " يجمع خلق أحدكم في بطن أمه أربعين يوماً نطفة ، ثم يكون علقة مثل ذلك ، ثم يكن مضغة مثل ذلك ، ثم يبعث الله إليه ملك ، فيؤمر بأربع كلمات فيكتب : رزقه وعمله وأجله وشقي أم سعيد " (رواه البخاري).

هذا يعني أن إيمان الفرد بقضاء الله وقدره يجعله يصبر على المصائب ويتحملها ، وكلما زاد إيمانه زاد احتسابه وصبره وتحمله ، فلا يجزع ولا ييأس ولا يعجز ولا يحزن ، وبالتالي لا تظهر عليه اضطرابات نفسية ، وخاصة القلق المتعلق بمستقبله المهني .

تاسعاً : عملية الإرشاد النفسي الديني

تشير موزة المالكي (٢٠٠٣ ، ١٥٨) إلى أنه في ضوء مطالعة الأدبيات المعنية بالإرشاد النفسي الديني وتطبيقاته ، تبين أن هناك رؤية متنوعة بعض الشيء بخصوص خطوات الإرشاد النفسي الديني ، وعلى الرغم من ذلك ، فإن هناك شبه اتفاق على أن الخطوات الأساسية ، هي : الاعتراف ، الاستبصار ، التوبة ، التأثير الإيجابي من مفهوم الذات ، وجذب الانتباه إلى جودة الحياة .

وأوضح عبد الحميد محمد شاذلي (١٩٩٩ ، ٢١٠) أن العلاج النفسي الديني يتم كالآتي :

١- تخليص المريض من الخطايا التي ارتكبها وإحساسه بالذنب الذي اقترفه ، وأن يفتح أمامه باب المغفرة من الله ورحمته .

٢- تبصير المريض بواجباته التي فرضها الدين ، ودعا إلى إتباعها ، وتشجيع المريض بصورة مستمرة على أداء هذه الفرائض.

٣- تشجيع المريض على الامتثال لأوامر الله والاعتراف بخطئه والابتعاد عن النواهي.
 وحدد حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٣ ، ٣٠٩ - ٣١٣) خطوات الإرشاد النفسي الديني
 في : الاعتراف ، والتوبة ، والاستبصار ، والتعلم ، والاستغفار ، والتوكل ، وذكر الله ،
 والصبر .

بينما يشير عبد العزيز بن محمد النغمشي (١٩٩١ ، ٤٦٧) إلى أن القرآن الكريم يعالج
 ويرشد الإنسان بطرق مختلفة ، فتارة بطريقة القدوة ، وتارة بالاستدلال العقلي ، وتارة
 بمخاطبة الوجدان بالموعظة والعبرة ، وتارة بغير ذلك .

ويضع مصطفى فهمي (١٩٨٧) خطوات الإرشاد النفسي الديني، كالتالي :

١- الاعتراف والتفريغ:

- إشعار العميل بتقبله وحبه .

- تقبل العميل لذاته واحترامه لها .

- اعترافه وتفريغه " التنفيس الانفعالي " .

٢- التوبة والتكفير .

٣- تكوين ذات اجتماعية جديدة .

٤- تكوين مجموعة من الاتجاهات والقيم الإسلامية لدى العميل :

- القدرة على الصمود . - القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية

- القدرة على العمل والإنتاج . - القدرة على تكوين علاقات مبنية على الثقة المتبادلة

- تقبل الذات وتقبل الآخرين - القدرة على التضحية وخدمة الآخرين.

- اتخاذ أهداف واقعية . - الشعور بالسعادة .

حدد محمود إبراهيم عبد العزيز فرج (١٩٩٨ ، ٣٩ - ٤٠) خطوات عملية الإرشاد النفسي

الديني فيما يلي :

١-المقابلة الإكلينيكية :

وهي صورة تمهيدية لحالة العميل النفسية والدينية ، ويتم فيها تعرف مستوى النمو الديني،
 ويقوم المرشد النفسي الديني بفهم العوامل والمؤثرات الثقافية والاجتماعية والانفعالية والخبرات
 الدينية للعميل ، والتي تساعده في تشخيص المشكلة وتحديد الأساليب الإرشادية المناسبة
 والخبرات الدينية للعميل ، كما تتيح الفرصة لقيام العلاقة الإرشادية في جو من الألفة بين
 المرشد والعميل .

٢- فحص قيم العميل :

يقوم المرشد النفسي الديني بفحص نسق القيم الذي يتبناه العميل ، والقيم المحورية التي تؤثر في سلوكه ، فالقيم الدينية تقوم بدور مهم في الإرشاد النفسي ، وخاصة مع الأفراد الذين لديهم التزام ديني بدرجة عالية .

٣- الاعتراف :

هو الإفضاء والتعبير عما في النفس إلى الله ، وتحرير العميل من مشاعر الإثم والخطيئة التي تسبب الاضطراب النفسي ، ويكون العميل فيها في حالة من الاسترخاء التام ، التي تسمح بالتفريغ الانفعالي والتعبير عن الخبرات المؤلمة التي تسبب القلق والاضطراب .

٤- العفو والتسامح :

ويتضمن التجاوز عن الأخطاء والآثام التي ارتكبتها العميل في حق نفسه ، وفي حق الآخرين ، ويسعى العميل إلى طلب العفو والمغفرة من الله .

٥- التوبة:

وهي من أساليب التكفير وتطهير النفس ، الذي يؤدي إلى الشعور بالأمل والتفاؤل والتخلص من القلق والاضطراب الذي يعاني منه العميل ، فالمرشد النفسي الديني بعد أن يستمع إلى اعترافات العميل ، يقوم بعرض حقيقة التوبة على العميل ، ويحاول تغيير وجهة نظره عن الخبرات المؤلمة السابقة ، ودفع الفرد إلى إصلاح الذات وتقويمها ، وبيث الثقة في الله والطمأنينة في النفس ، من خلال ما يخلقه المرشد من جو جديد من الحرية والألفة والتسامح .

٦- الاستبصار :

وهو أن يصل العميل إلى فهم أسباب اضطرابه ومشكلاته النفسية ، والدوافع التي أدت إلى ارتكاب الذنوب ، وتقبل المفاهيم الجديدة ونمو الذات التي تحكم السلوك السوي للإنسان ، وتزيد من استبصار العميل بنفسه وسلوكه ، ويقوم المرشد بتهيئة بعض المواقف التعليمية التي تساعد العميل على تغيير وتعديل سلوكه .

٧- التعلم :

يتضمن التعلم تغيير السلوك نتيجة الاستمرار في عملية الإرشاد واكتساب مهارات وقيم واتجاهات جديدة وتعلم ضبط الذات وتحمل المسؤولية وتكوين علاقات اجتماعية واتخاذ قرارات وأهداف واقعية في الحياة ، وإعادة التربية وتكوين الضمير الذي يعمل كسلطة داخلية أو رقيب على السلوك .

٨- الذكر والدعاء:

يعد الذكر غذاء روحي يبيث الثقة في النفس ويشعر الفرد بالقرب من الله وفيه الإعلاء والتسامي بالنفس الإنسانية ، وطلب العون والمساعدة من الله القوي مما يشعر الفرد بالرضا

والراحة النفسية ، فمن واجب المرشد النفسي الديني أن يدرّب العميل على شغل وقت الفراغ في الذكر والدعاء ، ويعلمه بعض الأدعية والأذكار التي تبعث الأمل والتفاؤل وتقوي الإيمان عند العميل .

٩- الصبر وقوة الإرادة :

الصبر وقوة الإرادة قوة روحية هائلة تعمل على وقاية الإنسان من الاضطراب النفسي ، والمرشد النفسي الديني يعلم العميل الصبر وقوة الإرادة على تحمل مشاق الحياة ومواجهة المشكلات والصعوبات بهدوء وقوة ، والصبر على إيذاء الآخرين .

١٠- تعديل السلوك:

إن الهدف النهائي من عملية الإرشاد النفسي الديني هو تغيير وتعديل سلوك العميل من خلال إعادة التربية النفسية والدينية ، وتكوين مجموعة من القيم والمفاهيم الدينية والخلقية التي تيسر النمو الديني ، وتحقق الصحة النفسية ، ويعمل المرشد النفسي الديني على تأكيد هذه القيم وتعليمها وتأسيسها في نفس العميل ، وهي : قيم الإيمان ، والتقوى ، والمسئولية ، والعمل ، وتعلم أساليب التفاعل الاجتماعي ، وبذلك يتخلص العميل من العادات والسلوكيات المضطربة ، والتي كانت تسبب له القلق والتوتر النفسي ، ويتعلم سلوكيات بديلة جديدة تساعد في تحقيق الصحة النفسية ، وتعمل على وقاية العميل من الاضطرابات النفسية .

وقدم (Worthington (1993,127 – 135 إطار Frame Work لنظرية الإرشاد النفسي الديني ، يؤكد فيه على ثلاثة عوامل رئيسة مهمة تؤثر في عملية الإرشاد النفسي الديني ، وهي :

١- درجة التدين لدى العميل " التدين المرتفع في مقابل التدين المنخفض "

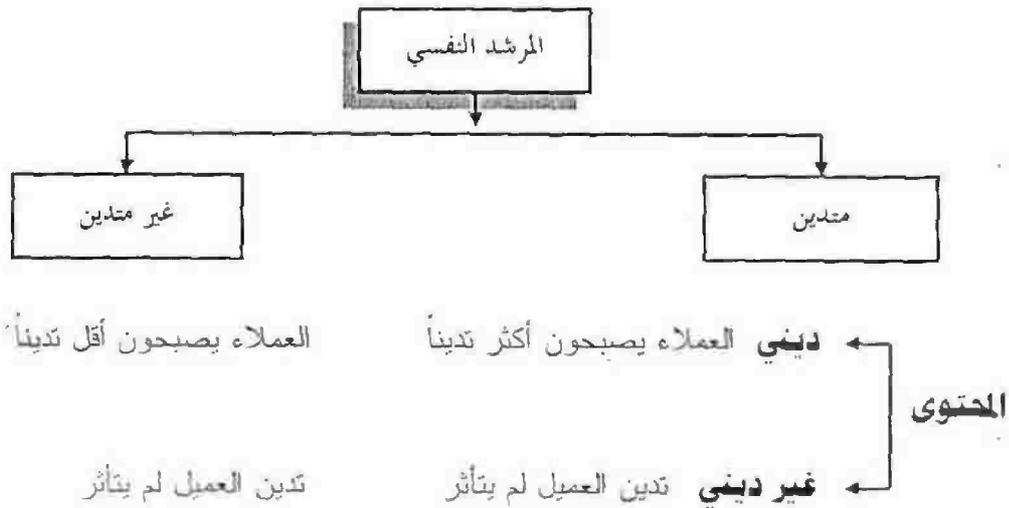
٢- درجة تدين المرشد أو المعالج النفسي " معالج ديني أو غير ديني "

٣- محتوى البرنامج الإرشادي " محتوى ديني أو غير ديني "

ينكون هذا الإطار من صورتين أو نموذجين ، هما :

الصورة الأولى : عندما يكون العملاء منخفضي التدين Non - High Religious

Client وتتمثل هذه الصورة في شكل (٨).

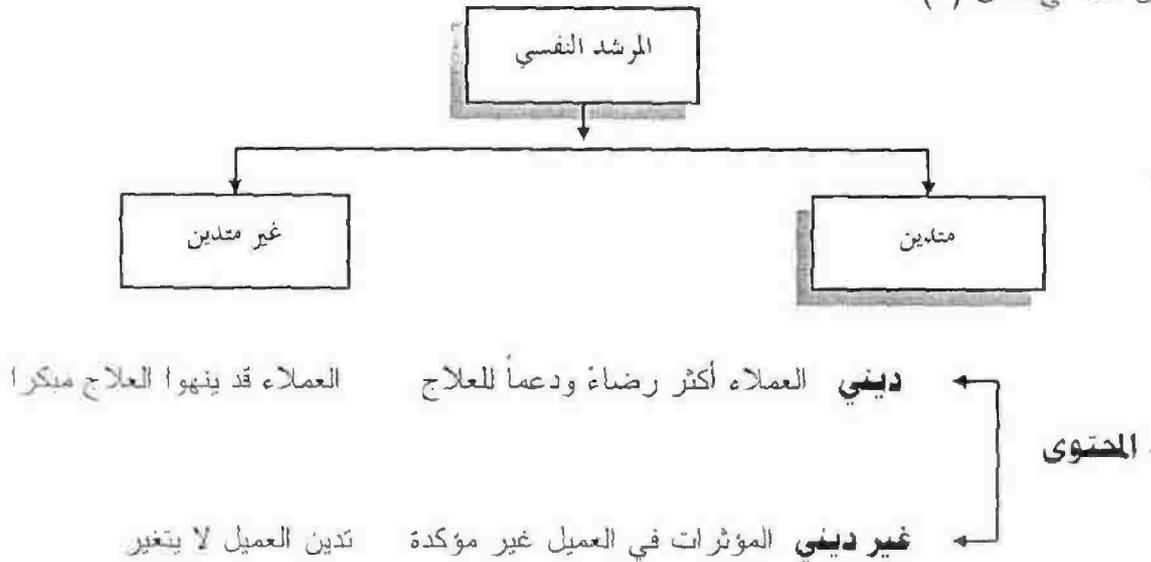


شكل (٨)

عملية الإرشاد النفسي الديني لمنخفضي التدين

الصورة الثانية : عندما يكون العملاء مرتفعي التدين Highly Religious Client

ويتمثل ذلك في شكل (٩).



شكل (٩)

عملية الإرشاد النفسي الديني لمرتفعي التدين

Worthington (1993, 127 – 135)

ولذلك يمكن الاستفادة من هذا الإطار في عملية الإرشاد النفسي الديني بالطريقة الإسلامية من خلال الإعداد الجيد لمحتوى البرامج الإرشادية الدينية التي تساعد في تعزيز ودعم النمو الديني ، ومراعاة الحالة النفسية لدى العميل ، حتى تأتي عملية الإرشاد النفسي بالنتائج المتوقعة ويستمر العميل حتى نهايتها .

يشير عبد الستار أبو غدة (٢٠٠٥) إلى أن للإرشاد النفسي الديني إستراتيجيته المحددة في خطواته التي تتسع لأكثر من منحى لتتناسب مع مقتضى حال الفرد وتتبع هذه العملية من علاقة الإرشاد النفسي بالقيم ، والتي تظهر في ثلاثة مناهج ، الأول : يهتم بتصحيح القيم عند الأفراد بمساعدتهم على استجلاء ما لديهم منها عن طريق الأسلوب الحوارى بمناقشات محايدة لا يتدخل فيها المرشد ، والثاني : يهتم بإخضاع القيم إلى سلم ارتقائي معياره الالتزام بالواجب بمناقشات أخلاقية تهدف للمستوى الأعلى ، والثالث : تصحيح القيم ، وهو عملية تحليل القيم بعد توضيح المعيار الأسمى المتمثل في البناء القيمي الديني المنبثق عن لدين الإسلامى الجامع الخاتم المتميز بالعصمة والشمول .

لئن كانت العمليات الثلاثة متشابهة في كل من توضيح القيم وتصحيحها فإنها في التصحيح تتميز بتحديد القيمة السليمة ، فتوقظ أسمى قيمة ، وهي الإيمان فيطمئن القلب والوجدان كمعيار ، فضلاً عن كون ممارسة القيمة معياراً يتم الرجوع إليه في الموقف المشكل، وهذا ما يميز الإرشاد النفسي الديني عن أساليب الإرشاد النفسية الأخرى.

ومن خلال مسح واستقرار الباحث للبحوث والدراسات العربية والأجنبية التي قام بها مجموعة من الباحثين لتعرف فعالية الإرشاد النفسي الديني في خفض بعض الاضطرابات السلوكية والنفسية ، ومن بينها القلق ، وقلق المستقبل ، كدراسة سيد صبحي ١٩٨٠ ، وإسعاد عبد العظيم البنا ١٩٩٠ ، وعبد العزيز بن محمد النغميشي ١٩٩١ ، ورشاد على عبد العزيز موسى ١٩٩٢ ، Azhar, etal, 1994 ، و محمد درويش ١٩٩٥ ، و Azhar , etal, 1995 ، ومحمد عبد التواب معوض ١٩٩٦ ، و محمود إبراهيم عبد العزيز فرج ١٩٩٨ ، وعبدالباسط متولي خضر ٢٠٠٠ ، وراشد على السهل ٢٠٠١ ، و عاشور محمد دياب ٢٠٠١ ، و محمد حسين عمار ٢٠٠١ ، و Berry , 2002 ، و Salleh Mobd , et al , 2002 ، و إيمان حسني محمد العيوطي ٢٠٠٤ ، وهناء يحي أبو شعبة ٢٠٠٦ ، وفي ضوء الأدبيات النظرية لقلق المستقبل ، وقلق المستقبل المهني ، يستطيع تحديد معالم أو خطوات عملية الإرشاد النفسي الديني لخفض قلق المستقبل المهني في الخطوات التالية :

المرحلة الأولى: وضع خط الأساس والتهيئة للإرشاد النفسي الديني :

يتحدد هدف هذه المرحلة في التوضيح الدقيق لخط الأساس ، الوضع الراهن لقلق المستقبل المهني عند أفراد العينة الإرشادية ، حيث يتم تعرف الأسباب التي أدت إلى الشعور به من خلال المناقشات ؛ بهدف تحضير أفراد العينة الإرشادية للدخول في عملية الإرشاد النفسي الديني ، حيث يتم تزويد أفراد العينة الإرشادية بقدر من المعلومات وتبصيرهم بالمسئوليات الملقاة على كاهلهم في عملية الإرشاد .

المرحلة الثانية: عملية الإرشاد النفسي الديني :

تتم عملية الإرشاد النفسي الديني بمعاونة أفراد العينة الإرشادية ببعض الفنيات النفسية الإرشادية الحديثة التي يضاف إليها المحتوى الديني لخفض قلق المستقبل المهني لديهم ، من خلال تحديد المسؤوليات في عملية الإرشاد لإحداث التغيير المطلوب للتغلب على قلق المستقبل المهني ، وذلك انطلاقاً من قول الله تعالى : " كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِيْنَةٌ " (المدثر ، ٣٨) ، فالنفس قصيدة بما يسلك صاحبها ، ويأتي قول الله تعالى : " إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ آلٍ " (الرعد - ١١) .

وحتى تأتي العملية الإرشادية بثمارها ، يمكن توضيح الإجراءات التي تستند عليها عملية الإرشاد النفسي الديني في خفض قلق المستقبل المهني ، وهي:

أولاً: بيان أهمية تحمل مسؤولية التغيير المطلوب في وضعهم الحالي ، وأن النتائج التي سوف يكون مآلهم إليها هي من صنع أيديهم بقدر الله - ﷻ - ؛ لكونه سبحانه علام الغيوب ويعلم ما تبدي كل نفس وما تخفي الصدور .

ثانياً: العمل على تغيير السلوكيات والاعتقادات الخاطئة المتعلقة بالمستقبل المهني ، حتى يمكنهم أن يعيشوا في هدوء واطمئنان نفسي .

إن هذا يتطلب منهم التقرب إلى الله - ﷻ - ، والذي يمكن أن يتم وفقاً للخطوات التالية :

١- خفض التوتر الناتج عن توقع البطالة، وذلك من خلال التدريب على الاسترخاء النفسي باستخدام الوضوء، وتدبر أهمية الصلاة في خفض القلق.

٢- مساعدة أفراد العينة الإرشادية على معايشة الواقع ، والأخذ بالأسباب من حيث استغلال الأعمال الشريفة ، من خلال الشكر ، والرضا بالقضاء والقدر ، والتوكل.

٣- العمل على تنمية المسؤولية المهنية من خلال القدوة ، والاستبصار القصصي في القرآن الكريم .

٤- المساعدة على القدرة على الضبط الذاتي ، من خلال الذكر ، والدعاء ، والصبر.

٥- تعريف أفراد العينة الإرشادية بطرائق حل المشكلات ، من خلال المناقشة والحوار الديني ، وتكوين العادات واكتساب المهارات المهنية.

المرحلة الثالثة : إنهاء عملية الإرشاد النفسي الديني :

ينتهي الإرشاد النفسي الديني بعد التأكد من اكتساب أفراد المجموعة القيم والمبادئ الدينية وخاصة تلك التي تؤكد على معاني التفاؤل والرضا بالقضاء والقدر ، وشكر الله - ﷻ - على آلائه ؛ بهدف تنمية قدر مناسب من المشاعر الإيجابية التي تمدهم بطاقة روحية تجعلهم يقبلون على الحياة المهنية بتفاؤل وثقين في قدرة الله - ﷻ - ، وأنه لن يضيع أجر من أحسن

عملاً ، لقوله تعالى : " إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا " (الكهف ، ٣٠) .

المرحلة الرابعة : تقويم برنامج الإرشاد النفسي الديني :

الجدير بالذكر هنا ، أن التقويم يمثل جزءاً لا يتجزأ من عملية الإرشاد النفسي الديني ، ومقوماً من مقوماته ؛ لكونه بؤرة الاهتمام والإدراك الواعي لأفراد العينة الإرشادية في نماء عملية الإرشاد ، وأنه يواكبها في خطواتها جميعاً ، فمن الملاحظ أن هذه المراحل الأربع تتداخل فيما بينها وتتفاعل ، وتسودها علاقات تبادلية ، بمعنى أن كل مرحلة منها تتأثر بمهام المراحل الأخرى ، وتؤثر فيها ، فالتحديد المسبق لخط الأساس يعد شرطاً ضرورياً وأساسياً لإجراء عملية التقويم ، فهو عملية تشخيصية تتمثل في التقويم الأولي أو المبدئي ، الأمر الذي يؤثر في طبيعة الخبرات التي يتم تخطيطها من قبل المرشد النفسي الديني ؛ لمساعدة أفراد العينة الإرشادية على تحقيقها ، عملية الإرشاد النفسي الديني ، وفي اختيار الطرق والأساليب والوسائل المستخدمة في تقديم تلك الخبرات ، والفنيات، فضلاً عن أنه معزز لأداء العينة الإرشادية من خلال التوظيف الجيد للتغذية الراجعة **Feed Back** متمثلاً في التقويم البنائي .