

الصحة النفسية لدى حافظات القرآن بمدينة الأغواط

أ. سحيري زينب، أ. بلمداني نبيلة، أ. مباركي خديجة

جامعة الأغواط

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية للبحث في مستوى الصحة النفسية لدى حافظات القرآن الكريم، وكان عددهن (76) امرأة، يتراوح سنهن بين (16-70) سنة، وكذلك البحث في الفروق الإحصائية التي توجد لديهم والتي تعزى لمعدل حفظهم للقران الكريم ومقدار ترددهن على المسجد ومتغير السن. وكانت النتائج أنّ نسبة 72.36٪ من العينة المدروسة من حافظات القرآن الكريم يتمتعن بمستوى مرتفع من الصحة النفسية، كما توجد فروق في الصحة النفسية بين الحافظات القرآن كاملا ومجموعة حافظات من 1 إلى 10 أجزاء لصالح حافظات القرآن كاملا، كما أنّها لا توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى حافظات القرآن تبعا لمتغير مقدار التردد على المسجد ولم نجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الحافظات تعزى لمتغير السن.

Abstract:

This study aims to seek the level of mental health in (76) women learners of the Holy Qur'an age of (16-70) years. And also aims to clarify the differences that they have at the level of suras learned and average of visit to the mosque and the average age.

The results have demonstrated that (76.36 %) of women learners have a high level of mental health. While there are statistical differences in mental health between women who have learned the Holy Qur'an complete and those who have learned that (10) parts of the Qur'an to the advantage of the 1-er group, and have found no statistical differences among the learners prefer following the average of visit has the mosque and the average age

إن الصحة بمفهومها الواسع نعمة إلهية ومنحة ربانية تستوجب الشكر والاعتراف بالفضل وحسن الذكر، دعا الإسلام إلى رعايتها والمحافظة عليها، ولفت أنظار أتباعه إلى قيمتها حيث قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «من أصبح منكم آمنا في سربه معافي في جسده عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا بحذافيرها» ومن يتأمل تعاليم القرآن الكريم يجده أفضل مصدر عني بالصحة وطلب من المسلم ان يتخذ من التدابير ما يصون بها نفسه وأهله وبيئته التي يعيش فيها.

بهذا فان الصحة امل ينشده الناس كلهم بلا استثناء ومطلب يود الوصول اليه كل مخلوق، لأن الانسان يبحث دائما عن الراحة والسعادة. والصحة النفسية موضوع يمس حياة كل انسان، فالفرد

في كلّ أحواله يمكن أن يوصف بأنه أمّا متمتع بالدرجة المرتفعة من الصحة النفسية أو بدرجة من عدم السواء مع اختلاف وتباين بينهما. ومن الطبيعي ان يزداد الاهتمام بالصحة النفسية مع ازدياد وانتشار الاضطرابات التي تصيب الانسانية. لذا كثرت الاتجاهات الفكرية والنفسية التي ارادت تحديد مفهوم الصحة النفسية وأبعادها ومدى انتشارها في أوساط الناس، لكن القرآن الكريم كان قد سبق هذه المدارس الفكرية بزمن طويل وبأفكار سديدة وضح بها للإنسان طريقه نحو الصحة النفسية الإيجابية

الإشكالية:

ان القرآن الكريم هو كتاب الله الذكر الحكيم الذي يعد دستوراً جامعاً لأصول العبادات والمعاملات التي تنظم حياة الإنسان في الدنيا والآخرة. وهو هداية للبشر بما فيه من اشارات متنوّعة يستطيع كلّ منا في مجال تخصّصه أن يستلهم منه الكثير حين يعود إلى هذا الكتاب الذي لا يأتيه الباطل من بين يديه ولا من خلفه.

فقد أقام القرآن الكريم حضارة وصنع تاريخاً...وقبل ذلك أقام إنساناً وربّي نفساً بديعة سوية منفردة في تكاملها وأشرق عليها بسكينة لا مثيل لها. (مصطفى محمود، 1998، ص17)

وقد تطرقت آيات القرآن الكريم إلى مجالات كثيرة خاصة منها ما يتعلق بإعجاز الخالق في خلق الانسان وما يخص النفس الإنسانية وأحوالها المختلفة في الصحة والمرض. (الشربيني، 2009، ص52)

وعباداة الناس لله تعالى هي احدى أساليب القرآن العلاجية للنفس البشرية، فهي تطهّر النفوس وتزكّمها وتصلّل القلوب وتنقيها ممّا علق بها من ذنوب وخطايا...وتبث في النفس الشعور بالأمن والراحة والسكينة، وتبعث في الجسد النشاط والحيوية والحركة التي تقويه فتغمره السعادة والصحة النفسية التي يقصد بها ان يعيش الانسان على فطرته في قرب من الله سبحانه وتعالى وسلام مع الناس ووثام مع النفس، وسلامة في الجسد، ونجاح في الحياة. (فريد زيارة، 2009، ص325)

حيث أنّ الانسان يريد أن يعيش حياته ناعماً بسكينة النفس وطمأنينة القلب، يريد ان يتمتع بالأمن الداخلي يغمر جوانحه، وبالرضا الذاتي يملأ عليه أقطار روحه، وبالأمل المشرق يضيئ له آفاق حياته، وبالحب الكبير يغمر بالنور والضياء كلّ حناياه، وكلّ جوانب دنياه، هذه هي اهم القناعات التي ينشدها الانسان السوي لنفسه ولكلّ من يحب من أهله ومن الناس. (القرضاوي، 1990، ص55-56)

هذه التركيبة النفسية هي ثمرة الايمان بالقرآن الكريم، وهي ثمرة التوحيد... والتوحيد يجمع عناصر النفس ويوحد اتجاه المشاعر نحو مصدر واحد للتلقي، فيؤدي بذلك إلى أثر تركيبى بنائى في الشخصية. (مصطفى محمود، 1998، ص17)

ولقد سارت أعمال الكثير من الباحثين في اتجاه الدين كمصدر للمعنى والاستقرار... حيث يمثل النصف الثاني من القرن الماضي بداية الصحوات الدينية المختلفة، الأمر الذي أدى إلى عودة الدين بقوة إلى الحياة الاجتماعية، ومن هنا تمت مراجعة نظرة الباحثين للعلاقة بين الدين والصحة النفسية. ويرجع تطور البحوث حول أثر العامل الديني على الصحة النفسية من «1950 حتى 1970» إلى الأعمال الرائدة لأخصائي الشيخوخة 'موبارغ' (Moberg) الذي أثبت في العديد من الدراسات أن قوة التدين تساهم في تقوية الصحة النفسية. (طبيي غوماري، 2013، ص71)

وكذلك توصل 'شاتيرز' (Chatters, 2000) بعد دراسته لدور القناعات الدينية كعامل وقاية إلى أن المؤسسات الدينية تقدم عادة تقييما إيجابيا للنفس البشرية والذات، كما تقدم وسيلة لتشكيل سلوكيات وقائية تقلل من المخاطر الصحية. ويضيف بأن حضور الاجتماعات الدينية والقناعة الدينية والعبادات تؤدي إلى تغيير إدراك تحديات الحياة، وإلى تقوية التوافق النفسي والشعور بالرضا. (Chatters, 2000, p342):

كما قام الصنيع بجمع سبعين دراسة حول علاقة الدين والتدين بمظاهر الصحة النفسية أو اختلالات الصحة النفسية منها (28) دراسة اجنبية و(24) دراسة عربية و(18) دراسة سعودية وكانت المحصلة العامة لنتائج تلك الدراسة تشير إلى ارتباط إيجابي بين التدين ومظاهر الصحة النفسية، وارتباط سلبي بين ومظاهر اختلال الصحة النفسية. (الصنيع 2008، ص254)

إضافة إلى هذا هناك كم كبير من الدراسات للصحة النفسية التي تمت في الدول العربية، والتي اعتمدت على الملاحظة الكلينيكية والمناهج الانثروبولوجية للبحث في هذا المجال نذكر دراسة انثروبولوجية في قرية صغيرة بالمغرب، لاحظ فيها 'ماكفير' (Macphere) ان قراءة القرآن تمنح النساء المتزوجات طريقة لتسيير أفضل للتجارب الانفعالية المصاحبة لحالات التحول الاجتماعي. (طبيي غوماري، 2013، ص73)

في ضوء كل هذه المعطيات جاءت الدراسة الحالية لتبحث في الصحة النفسية لدى حافظات القرآن الكريم المترددات على المساجد في مدينة الأغواط . والتساؤلات تكون كالتالي:

- 1 - ما مستوى الصحة النفسية لدى حافظات القرآن الكريم ؟
- 2 - هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصحة النفسية لدى حافظات القرآن الكريم تعزى لمقدار الحفظ ؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى حافظات القرآن الكريم تعزى لمعدل الحضور؟

4 - هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصحّة النفسية لدى حافظات القرآن الكريم تعزى لسن الحافظات؟

فرضيات الدراسة: جاءت فرضيات الدراسة كالتالي:

1 - تتمتع حافظات القرآن الكريم بمستوى مرتفع من الصحّة النفسية.

2 - توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصحّة النفسية تعزى لمقدار الحفظ لدى حافظات القرآن الكريم.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحّة النفسية لدى حافظات القرآن الكريم تعزى لمعدّل الحضور

4 - توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصحّة النفسية تعزى لمتغيّر السن.

اهداف الدراسة:

تتمثل اهداف الدراسة الحالية في:

- التعرف على مستوى الصحّة النفسية لدى حافظات القرآن في مدينة الأغواط .

- كذلك تحاول الدراسة التعرف على الفروق بين عناصر العينة المدروسة فيما يتعلق بمستوى الصحّة النفسية والمتغيّرات الوسيطة المتمثلة في مقدار حفظ القرآن، التردد على المسجد، وعامل السن.

أهمّية الموضوع:

- تأتي أهمّية الدراسة من أهمّية الموضوع المدروس، حيث أنّ تتبع أثر آيات القرآن الكريم على الجوانب المختلفة للإنسان غاية مهمة وسامية ومن خلالها يتجلى للمسلمين الفوائد الكبرى التي يحصلون عليها من حفظهم لكتاب الله والتي من بينها مرضاة الله بالدرجة الاولى، والحصول على الأجور العظيمة المترتبة على قراءته، ففي كلّ حرف حسنة والحسنة بعشر أمثالها. إنّ الأهمّية تتأتى من ذكر الكثير من الآيات القرآنية لموضوع الانسان وكلّ ما يرتبط بصحته عموما والتي تقارب تسع مائة آية. أمّا كلمة نفس فوردت في مائتين وخمس وتسعين آية. وهذا يدلنا على أهمّية عناية الله سبحانه وتعالى بالنفس الإنسانية وصحتها. كذلك التأكيد على أنّ القرآن الكريم هو أصل كلّ العلوم وعلى الباحثين في كلّ المجالات أن يستخرجوا هذه العلوم كلّ حسب اختصاصه، وهذا بدراسة اشارات ودلائل القرآن الكريم لهذه العلوم ومنها العلوم الانسانية. كذلك تذكير المسلمين بأنّ نعمة الصحّة النفسية التي يتمتّعون بها هي بسبب ايمانهم وقربهم من الله تعالى. والتأكيد أنّ الصحّة عموما والصحّة النفسية

خاصة تعد من بين الحقول التي يمكن أن يلتقي فيها العلم بالدين دون أن يتأثر أي منهما في منطلقاته ومرجعياته. وهذا تحدي نرفعه من اجل اثبات العلاقة الارتباطية بين الدين والصحة النفسية.

التعاريف الاجرائية:

الصحة النفسية: هي حالة من التكامل المستمر مع الفرد في نمو واشباع جوانبه الجسمية والروحية والعقلية والانفعالية والاجتماعية بشكل سوي. (الصنيع، 1426هـ، ص14)

ونعرف الصحة النفسية اجرائيا: بأنها الدرجة التي تحصل عليها الحافظة للقرآن الكريم على مقياس الصحة النفسية المستخدم في هذه الدراسة.

القرآن الكريم: هو كلام الله أنزله على رسوله محمد صلى الله عليه وسلم والذي تعهد سبحانه وتعالى بحفظه من التحريف.

الحافظات للقرآن الكريم: ويُقصد بها البنات والنساء اللاتي يقمن بحفظ القرآن الكريم في المساجد.

حدود الدراسة:

وتحدد بالموضوع الذي تناوله الدراسة مستوى الصحة النفسية لدى حافظات القرآن الكريم في مدينة الأغواط .

الحدود البشرية: إنَّ عينة الدراسة الحالية والتي بلغت (76) من البنات والنساء اللاتي يترددن على المساجد بهدف حفظ كتاب الله تعالى واللّاتي تراوحت أعمارهن من (16- إلى 70 سنة)

الحدود الزمانية: والتي ترتبط بفترة تطبيق الدراسة والتي تمت في الفترة الممتدة من 07 الى 18 افريل من العام 2015.

الحدود المكانية: تمت هذه الدراسة في مجموعة من مساجد مدينة الأغواط التالية: مسجد اسامة ابن زيد، مسجد الصحوة، مسجد حذيفة بن اليمان، مسجد مبارك المليبي، مسجد الخليفة.

الإطار النظري:

تعريف الصحة النفسية: تعريف الصحة والنفس لغة

الصحة لغة: "ضد السقم" ويقال رجل صحيح الجسد خلاف المريض، وهو السليم من العيوب والأمراض (الامام الرازي، 1988، ص150)

النفس لغة: جاءت بمعنى الروح، يقال رجل خرجت نفسه، وجاد بنفسه (المعجم الوسيط، دت، ص978)

النفس في التعريف القرآني: جاءت بمعان متعددة في (295) آية من القرآن الكريم في معان مختلفة منها:

أ: النفس بمعنى ذات الله سبحانه وتعالى مثل قوله في سورة (المائدة الآية: 116) ﴿تَعَلَّمْ مَا فِي

نَفْسِي وَلَا أَعْلَمْ مَا فِي نَفْسِكَ﴾

ب: النفس بمعنى صفة الله سبحانه وتعالى مثل قوله في سورة (آل عمران: 28) ﴿وَيُحَذِّرُكُمُ

اللَّهُ نَفْسَهُ﴾

ج: النفس بمعنى الروح مثل قوله في سورة (الفجر: 27-28) ﴿يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِي

إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مُّرْتَضَةً﴾. (عدنان الشريف، 2000، ص36)

تعريف للصحة النفسية من منظور اسلامي:

ظهرت في السنوات الأخيرة تعريفات للصحة النفسية من وجهة نظر إسلامية مثل تعريف (محمود عودة، وكمال إبراهيم) بأن الصحة النفسية هي: أن يعيش الإنسان على فطرته في قرب من الله، وسلام مع الناس ووثام مع النفس، وسلامة في الجسد، ونجاح في الحياة

. كما يذكر سيد صبيحي بأن الصحة النفسية في أساسها هي: قيمة الشخص من خلال أفعاله وسلوكه وتصرفاته، وليست القيمة هناهي التي تبتعد بالإنسان عن القيم الدينية، بل هي الاتجاه إلى الخير، والخير هو أن يأتي الإنسان بسلوك وتصرفات ابتغاء مرضاة الله.

(faculty.mu.edu.sa/download.php?fid=37723)

تعريف الصحة النفسية في علم النفس:

تباينت تعريفات علماء النفس للصحة النفسية فمنهم من يرى أن الصحة النفسية هي خلو الانسان من الأمراض، ومنهم من يقول أنها تحقيق التوازن، ومنهم من يراها تحقيق التوافق والتكيف وأخريقول أنها تحصيل السعادة وهناك من يراها بتحقيق الذات.

ومن تعريفات الصحة النفسية ما يراه عبد الخالق، بأنها حالة عقلية انفعالية مركبة دائما نسبيا من الشعور بأن كل شيء على ما يرام والشعور بالسعادة مع الذات والآخرين والشعور بالرضا

والطمأنينة والأمن وسلامة العقل، والاقبال على الحياة، مع شعور بالنشاط والقوة والعافية، وتحقق في هذه الحالة درجة مرتفعة نسبيا من التوافق النفسي الاجتماعي مع علاقات اجتماعية راضية ومرضية. (أحمد عبد الخالق، دت. ص 14)

مناهج الصحة النفسية:

أوضح حامد عبد السلام زهران بأنه يكاد يجمع علماء النفس على ثلاثة مناهج للصحة للصحة النفسية هي:

المنهج الإنشائي: ويتضمن زيادة السعادة والكفاية والتوافق لدى الأسوياء العاديين حتى يتحقق الوصول بهم إلى أعلى مستوى من الصحة النفسية.

المنهج الوقائي: يتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية ومهتم بالأسوياء ليقمهم من أسباب الأمراض النفسية.

المنهج العلاجي: يتضمن علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية. (أحمد عبد الخالق، دت، ص 43) العامل الروحي والصحة النفسية:

ظهرت في الجمعية العمومية لمنظمة الصحة العالمية سنة (1984) فكرة أنّ العامل الروحي هو رابع المكونات للصحة العامة والتي تشمل العناصر البدنية والنفسية والاجتماعية علاوة على العامل الروحي. (جمال ابو العزائم، 1994، ص 80)

ان الايمان هو الاعتقاد بالحقيقة المقدسة. وفي أثناء عملية النمو نحو النضج فان الانسان يصل إلى مرحلة يبدأ فيها التأمل في الظواهر الكونية والخلقية والنفسية، ويزداد الحب والرغبة تجاه القوة الخارقة التي تسير هذا الكون. وهذا يشكل نواة الإيمان التي تنمو وتقوى بالتأمل والتفكير. ويتأصل هذا الإيمان ويقوى بالله تعالى وكتبه ورسله دون تمييز. وبهذا يتضح الإيمان ويصبح عاملا فعلا وتكون له قوة دائمة عن طريق علاقة الفرد بالله.

وهذا هو سر نجاحه في حياة الناس وتأثيره على سلوكهم وبالتالي على صحتهم، ورغم أنّ للإيمان درجات متفاوتة إلا أنّ الإيمان الروحي يخلق في الانسان احساسا بالرضا والسعادة. (المرجع السابق، ص 81)

الدراسات السابقة:

نظرا لندرة الدراسات التي تناولت مستوى الصحة النفسية لدى حافظات القرآن لجأنا لتوسيع دائرة الموضوع لتشمل التدين بمظاهره المختلفة واثرها على جوانب من شخصية الانسان واهمها الصحة النفسية.

- دراسة أشرف عبد القادر: (1986) بحث في القيم الدينية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية عند (500) طالب من كلية الآداب بمصر وكانت اهم النتائج وجود علاقة ارتباطية بين القيم الدينية وسمات المسؤولية، الاتزان الانفعالي، السيطرة، الاجتماعية، الحرص، التفكير الاصيل، العلاقات الشخصية هذه النتائج تبين الأثر الإيجابي للالتزام بالإسلام وقيمه على سمات افراده الشخصية.(الصنيع،2000ص111)

- دراسة الصليفيح: (1989) درس دور القرآن الكريم في تنمية مهارات القراءة والكتابة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وكانت العينة (120) من الصف السادس من مدارس التعليم العام ومدارس تحفيظ القرآن الكريم وكان من أهم النتائج حصول تلاميذ التحفيظ على متوسط اعلى من اقرانهم تلاميذ التعليم العام في القراءة والكتابة مما دل على الأثر الإيجابي لتلاوة وحفظ القرآن على مستويات تلاميذ التحفيظ. (الصنيع،2000،ص256)

- دراسة محمد الخراز ومنصور الزهراني: (1991) بحثا في العلاقة بين التدين والصحة النفسية لدى (64) طالبة في كلية العلوم الاجتماعية وكانت النتائج وجود ارتباط موجب دال احصائيا بين التدين والصحة النفسية.(الصنيع،2000ص156)

- دراسة 'فرانكل' و'هوايت': 1994(Frankel&Hewitt) ودرسا لعلاقة بين التدين والسعادة النفسية لدى طلاب جامعة كندية عددهم(229) قسموا إلى مجموعتين (172) منتمين إلى مؤسّسات دينية و(127) غير منتمين وقورنت الحالات الصحية بين المجموعتين بعد استخدام الاستبانة التي تحتوي على (9) مجالات من بينها الصحة النفسية والجسمية والممارسة الدينية وكانت النتيجة أنّ الطلاب المنتمين إلى المؤسّسات الدينية اكثر صحة وأقل ترددًا على الخدمات الصحية.(frankel&hewitt,1994,p64)

- دراسة المحيش:(1997) درس العلاقة بين الالتزام الديني والصحة النفسية على عينة تكونت من(234) من طالب الجامعة وكانت أهم النتائج ،وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الالتزام الديني وأبعاد الصحة النفسية. (الصنيع،2000،ص259)

- دراسة الصنيع 2000:بحث في اثر حفظ القرآن الكريم على الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة وكان عددهم (170) و(170) من معاهد الدراسات القرآنية. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين ارتفاع مقدار الحفظ وارتفاع مستوى الصحة النفسية لدى عيّنتي الدراسة وان طلاب وطالبات المعهد والذين يتفوقون على طلاب وطالبات الجامعة في مقدار الحفظ كانوا اعلى في مستوى الصحة النفسية بفروق دالة. www.elwatannews.com/news/details/634616

منهج الدراسة:

نظرا لطبيعة هذه الدراسة فقد اختير استخدام المنهج الوصفي التحليلي، الذي يصف الظاهرة المراد دراستها، كما هي في الواقع وذلك بجمع الحقائق والبيانات وبعد ذلك تصنيفها وتحليلها للوصول إلى نتائج وتعميمات فيما يخص موضوع البحث.

عينة الدراسة:

قامت الباحثتان باختيار العينة بطريقة قصدية، كان الهدف هو محاولة الوصول إلى عينة تشمل أكبر قدر من حافظات القرآن حسب إمكانيات المتوفرة.

قامت الباحثتان في البداية بتطبيق الاستبيانات مع 80 حافظة، وبعد جمع الوسائل المطبقة عليهم. وقامتا بإقصاء 04 منهن، وذلك إما لنقص الإجابة أو لتطرف ونمطية الاستجابة (عدم تفهم المبحوثة للبنود) فبقي 76 حالة تمثل الحجم النهائي لعينة الدراسة.

وصف خصائص العينة:

● توزيع العينة من حيث السن:

تنوعت الأعمار في العينة لذلك تم تقسيمهن إلى فئات عمرية كانت كالآتي:

الجدول رقم (01): توزيع أفراد العينة من حيث الفئات العمرية

الفئة العمرية	30-16	45-31	+45
العدد	37	12	27
النسبة المئوية	%48.68	%15.78	%35.52
المجموع			76

يتضح من الجدول أعلاه أنّ عينة الدراسة بتقسيمها على 3 فئات عمرية بلغت نسبتها % 48.68 بالنسبة للفئة العمرية ما بين 16 و 30 سنة بتكرار قدر بـ 37 حافظة للقرآن، وتليها الفئة العمرية الأكثر من 45 سنة بنسبة مئوية قدرت بـ %35.52 وبتكرار 27 حافظة للقرآن، وجاء في المرتبة الأخيرة الفئة العمرية ما بين 31 و 45 سنة بتكرار 17 حافظة.

توزيع العينة حسب مستويات حفظ القرآن:

الجدول رقم (02): توزيع أفراد العينة من حيث مستوى الحفظ

مستوى الحفظ	10-1 أجزاء	20-11 جزء	29-21 جزء	القرآن كاملا
العدد	39	15	3	19
النسبة المئوية	%51.31	%19.73	%3.94	%25
المجموع				76

بملاحظة الجدول أعلاه يتضح انه يوجد تفاوت في مقدار حفظ القرآن حيث تركزت الغالبية العظمى في مقدار الحفظ بين 1 و10 أجزاء بنسبة 51.31 %، وتلتها فئة حافظات القرآن كاملا بنسبة 25 % وبتكرار 19 حافظة للقران كاملا، وبعدها فئة الحافظات بين 11 و20 جزء بتكرار 15 حافظة ونسبة مئوية قدرت بـ 19.73 %، في المرتبة الأخيرة

مقياس الصحة النفسية:

اعتمدت الباحثتان في هذه الدراسة على مقياس الصحة النفسية

وصف المقياس:

هو مقياس الصحة النفسية من منظور إسلامي قدمه سليمان بن علي الدويرعات في رسالته للدكتوراه السلوك الأخلاقي وعلاقته بالصحة النفسية من منظور إسلامي ويتضمن المقياس اربعة أبعاد فرعية هي:

- البعد الديني - البعد الاجتماعي - البعد النفسي - البعد الجسدي.

طريقة الاستجابة على المقياس هي طريقة ليكرت من 6 اختيارات ويتكون المقياس من 60 بنداً بمقدار 15 بند لكل بعد.

الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

الصدق: في البحث الحالي تمّ حساب الصدق بالمقارنة الطرفية حيث تمّ حساب % 27 من أفراد العينة الاستطلاعية البالغ عددهم (26) فرداً بعد ترتيب درجاتهم والغاء الاستثمارات التي لم تستوفي الشروط المطلوبة فكانت المجموعتان متكوّنتان من (7) أفراد في كلّ مجموعة وتمّ حساب اختبار (T) بين درجاتهم، فكانت النتيجة هي الحصول على معامل صدق قدر بـ (7.004) وهو دال إحصائياً عند مستوى المعنوية (0.001)

الوثبات: طبقت الباحثتان الاختبار على عينة تكونت من (26) وتم إيجاد معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معامل الارتباط سبيرمان - براون، وكانت النتيجة أنّ معامل الارتباط يساوي (0,77) وهو دال عند مستوى المعنوية (0,05)، وهو مؤشر يدل على ثبات جيد للاختبار ومن خلال إجراءات الصدق والثبات تطمئن الباحثتان بصلاحية الأداة وملائمتها لمستوى عينة البحث وتحقيق النتائج المرجوة.

طريقة تطبيق المقياس: التقنية الإحصائية المعتمدة في تحليل النتائج:

اعتمدنا على تحليل التباين المتعدد في تحليل نتائج الدراسة، وهي الطريقة التي يمكن أن تقدم نمودجا للانحدار، وتحليلا للتباين لعدة متغيرات مستقلة، بواسطة شرط أو مجموعة شروط تمثل المتغيرات التابعة. وذلك لمعرفة ما إذا كان هناك تفاعل حقيقي بين المتغير التابع ومجموعة المتغيرات المستقلة، كما أنّ هذه العملية تمّت بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية. SPSS 18 تحليل وتفسير النتائج: نتائج وتفسير الفرضية الأولى:

نصّ الفرضية: تتمتع حافظات القرآن الكريم بمستوى مرتفع من الصحة النفسية.

الجدول رقم (04) مستويات الصحة النفسية لدى حافظات القرآن

مستويات الصحة النفسية	التكرار	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	الانحراف المعياري
منخفض	0	0	0	0
متوسط	21	243.76	%27.63	15.362
مرتفع	55	294.27	%72.36	23.656
المجموع	76	280.32	%100	31.350

يتضح من الجدول رقم (04) أنّ نسبة %72.36 من العينة المدروسة من حافظات القرآن يتمتعن بمستوى مرتفع من الصحة النفسية وهذا بتكرار قدره (55) من أصل (76) حافظة، وهن الغالبية كما نلاحظ أنّ نسبة %27.63 جاءت في المستوى المتوسط بتكرار يقدر بـ (21) حافظة، والملاحظ أنه لا يوجد من الحافظات من لديها مستوى منخفض من الصحة النفسية.

من خلال النتائج المتحصّل عليها نقول إنّ الفرضية الأولى قد تحققت، وتفسير النتيجة ترجع إلى اعتقاد الحافظات للقرآن الكريم وادراكهن لإنسانيتهن ولأهميّة التعايش مع الآخرين، وحاجة كلّ واحدة منهن إلى الاحترام والتقبل والقبول، والتسامح، هذا الذي يحتاجه الانسان في كلّ فترة من فترات حياته. اضافة إلى المسؤولية الاجتماعية العالية التي يتحمّلها والتي تشعرهن بالرضا عن النفس وعن كلّ من

يحيط بهن وهذا ما انعكس بصورة إيجابية على ذواتهن وصحتهن النفسية. وهذه النتيجة وافقت دراسة الخراز(1991) الذي أكد في دراسته على وجود ارتباط موجب بين التدين والصحة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية. وكذلك توافقت النتائج مع الدراسة المسحية التي قام بها الصنيع ل (70) دراسة حول علاقة الدين والتدين بمظاهر الصحة النفسية منها (28) دراسة اجنبية و(42) دراسة عربية والتي أكدت الارتباط الإيجابي بين التدين ومظاهر الصحة النفسية.

نتائج وتفسير الفرضية الثانية:

نص الفرضية الثانية هو: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمقدار الحفظ لدى حافظات القرآن الكريم، وبعد المعالجة الإحصائية تمّ التوصل إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (05) يوضح الفروق في الصحة النفسية تبعاً لمقدار الحفظ

القرار	مستوى الدلالة	Fقيمة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات		
دال عند 0.05	03.0	9734.	848.060	72	61060.313	داخل المجموعات	الصحة النفسية تبعاً لمقدار حفظ القرآن
			4217.370	3	12652.109	ما بين المجموعات	
				75	73712.421	الكلي	

من خلال الجدول رقم (05) أعلاه وبالنظر إلى قيمة اختبار تحليل التباين (F) والتي بلغت في الصحة النفسية تبعاً لمقدار الحفظ (4.97) نلاحظ أنّ هذه القيمة جاءت دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,05$)، وبالتالي يمكن القول بأنه توجد فروق بين أفراد عينة الدراسة في الصحة النفسية تبعاً لمقدار الحفظ.

وبما أنّ اختبار الدلالة الإحصائية (F) لا يحدد الفروق لصالح من في حالة ما إذا كانت الفروق دالة كما جاء في هذه الحالة فإننا نلجأ إلى استخدام معامل الشيفي (Scheffe) وهذا لتحديد لصالح من جاءت هذه الفروق وهذا ما يبينه الجدول رقم (06) حيث نلاحظ أنّ متوسط الفروقات كانت لصالح أفراد عينة الدراسة اللواتي حفظن القرآن كاملاً.

الجدول رقم (06):

يوضح المقارنات البعدية بهدف تحديد لصالح من الفروق في الصحة النفسية تبعاً لمقدار الحفظ

معامل الشيفي للمقارنات البعدية	الفروق في الصحة النفسية تبعاً لمقدار الحفظ
--------------------------------	--

مستوى الدلالة	الخطأ المعياري	متوسط الفروقات (I-I)	الأجزاء المحفوظة (I)	الأجزاء المحفوظة (I)
.388	8.848	-15.497	من 11-20	من 1-10 أجزاء
.388	8.848	-15.497	من 11-20	من 1-10 أجزاء
.999	17.848	2.436	من 21-29	
.005	8.147	-30.336*	القرآن كاملا	
.388	8.848	15.497	1-10	من 11-20 جزء
.814	18.418	17.933	21-29	
.540	10.058	-14.839	القرآن كاملا	
.999	17.448	-2.436	1-10	من 21-29 جزء
.814	18.418	-17.933	من 11-20	
.357	18.092	-32.772	القرآن كاملا	
.005	8.147	-30.336*	10-1	القرآن كاملا
.540	10.058	14.839	11-20	
.357	18.092	32.772	21-29	
*.متوسطات الفروق دالة عند $\alpha=0,05$				

من الملاحظ حسب النتائج الموضحة في الجدول أعلاه أنه توجد فروق في الصحة النفسية بين مجموعة حافظات القرآن كاملا ومجموعة حافظات من 1 إلى 10 أجزاء منه لصالح حافظات القرآن كاملا وذلك عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يعني أنّ الفرضية الثانية قد تحققت أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمقدار الحفظ لدى حافظات القرآن الكريم.

حيث تفسر الباحثتان ذلك أنه من إكرام الله عزوجل اهتمامه بالصحة النفسية للإنسان، رسم له منهاجا قرانيا، إن امتثل له وواظب على حفظه تمتع بالصحة النفسية، لأن قارئ القرآن يجد فيه ما يبشره ويدخل السرور عليه، وفيه من القصص ما يروح به عن نفسه، وفيه من المبشرات ما

يخفف عنه وطأة الهموم والفتن، إذ يعتبر عاملاً مهماً في تعزيز العواطف الإيجابية لدى الأفراد وبالتالي في ارتياحهم النفسي. فالقرآن الكريم بوظيفته المعرفية والمتمثلة في تفسيره لكلّ المسائل الحياتية التي تشكل مصدر قلق وصراع كالخير والشر ودلالات الخلق والوجود الإنساني، كلّها تفسيرات نجدها في القرآن الكريم تعمل ضابطاً وموجهاً، وكذلك يساعدنا في تحديد الهوية الفردية والجماعية وتحديد الالتزامات والأطر الاجتماعية. ونشير إلى أنّ هذه النتيجة توافقت مع الدراسة الانثروبولوجية التي قام بها ماكفير (Macphere) في قرية صغيرة بالمغرب والتي لاحظ فيها أنّ قراءة القرآن تمنح النساء المتزوجات طريقة لتسيير أفضل للتجارب الانفعالية المصاحبة لحالات التحول الاجتماعي.

نتائج الفرضية الثالثة:

جاء نصّ الفرضية الثالثة كما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمعدل الحضور.

الجدول رقم (09):

الفروق في مستوى الصحة النفسية حسب مقدار التردد على المسجد خلال الأسبوع

القرار	مستوى الدلالة	F قيمة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	داخل المجموعات	الصحة النفسية تبعاً لمقدار التردد على المسجد
غير دالة	.378	1.070	979.181	71	69521.845	داخلة المجموعات	
			1047.644	4	4190.576	ما بين المجموعات	
				75	73712.421	الكلي	

من خلال الجدول رقم (09) يتضح لنا أنّ قيمة (ف) المحسوبة غير دالة ممّا يعني أنه لا توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى حافظات القرآن تبعاً لمتغير مقدار التردد على المسجد خلال الأسبوع أي أنّ الفرضية البديلة لم تتحقق، ممّا يجعلنا نقبل بالفرضية الصفرية وهي لا توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى حافظات القرآن تبعاً لمتغير مقدار التردد على المسجد خلال الأسبوع.

وتفسر الباحثان هاته النتيجة بأنّ الأبحاث المتخصصة في علم نفس المرأة وجدت أنّ العلاقات الشخصية والحميمة وكذلك علاقة الصداقة وتلك التي تُبنى على أساس انتماء مشترك تعد أهمّ مكوّنات صحّة النساء النفسيّة. إنّ الانضمام إلى المجموعات التي نحصل من خلالها على الإثارة المهنيّة أو الذاتيّة (كالفعاليات الاجتماعية والدينيّة أو الثقافية... الخ)، قد يساهم في شعورنا في الانتماء وتوسّع دائرة علاقاتنا وتبدّد إحساسنا بالوحدة. وقد يساعدنا انضمامنا لمجموعات دعم ومساعدة ذاتيّة في مواضيع تقلقنا. الالتقاء مع وجهات نظر جديدة وعلى فهم تجربتنا الذاتيّة عبر سياق عامّ، وعلى التعامل مع صعوباتنا كونها مشتركة لكلّ من يواجه حالة مشابهة. (رغدة النابلسي، عربية منصور، 2012، ص 67-70)

كما تفسر الباحثان هاته النتيجة أنّها جاءت جراء توحيد الهدف (حفظ القرآن) وتوحيد المنهج المتبع وهو التكرار في الحلقات أو في المنزل للآتي لا يستطعن الحضور الدائم أيضا الواجب المنزلي الذي يجب حفظه وان لم يحضرن ممّا يعني تكرارهن للقرآن حتى وان لم يحضرن.

وبما أنه لم توجد دراسات تطرقت لهذين المتغيرين حسب علم الباحثان، لذلك لم تتمكّننا من مقارنة هذه النتائج بأي نتائج أخرى.

نتائج الفرضية الرابعة:

كانت الفرضية الرابعة كالتالي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحّة النفسية تعزى لمتغيّر السن.

الجدول رقم (10): الفروق في مستوى الصحّة النفسية حسب متغيّر السن

القرار	مستوى الدلالة	F قيمة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات		
غير دالة	.217	1.562	968.311	73	70686.684	داخل المجموعات	الصحّة النفسية تبعاً لمقدار التردد على المسجد
			1512.868	2	3025.737	ما بين المجموعات	
				75	73712.421	الكلي	

من خلال نتائج الجدول رقم (10) نلاحظ أنّ قيمة (ف) المحسوبة غير دالة بعد مقارنتها مع القيمة الجدولية تبين أن ليس هناك فرقا معنويا في التباين بمعنى أنّ التباين متساوي. مما يجعلنا نرفض الفرضية البديلة ونقبل بالفرض الصفري الذي ينصّ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين حافظات القرآن في مستوى الصحة النفسية تبعا لمتغيّر الجنس.

لذلك تستنتج الباحثتان أنّ الصحة النفسية حالة دينامية تبدو في قدرة الفرد على التوافق المرن الذي يناسب الموقف الذي يمر به الفرد ويخبره. وترى الباحثتان أنّ وضعية الحلقات التي تحضرها كلّ فئة الحافظات للقرآن الكريم من كلّ الأعمار ومختلف المستويات الثقافية تجعلهن أقرب لبعضهن البعض، حيث تكون المساعدة والمساندة والتكيف مع كلّ المجموعة وبهذا تتلاشى فروق السن بينهن. جاءت هذه الدراسة بعكس النتيجة التي جاءت بها دراسة شوكت (2000) والتي بحثت في العلاقة بين التوافق الدراسي والاتزان الانفعالي والكفاية الشخصية لدى طالبات الجامعة. وتوصلت إلى أنّ الطالبات الغير متزوجات كانوا أكثر توافقا من المتزوجات.

الاقتراحات:

من خلال ما تمّ تقديمه في الدراسة الحالية والنتائج التي توصلت إليها فإننا ندرج الاقتراحات التالية:

* الاهتمام أكثر بهذه الفئة التي اختارت عن طواعية أن تتعلم وتتفقه في اصول الدين القويم بالطريقة الصحيحة. وتقديم لهن الدعم المادي والمعنوي.

* أن يكون القرآن الكريم محورا أساسيا في مناهج وبرامج رياض الأطفال صيانة لفطرة الطفل ورعاية نموه الخلقي والعقلي واللغوي والجسمي.

الخاتمة:

ان حقيقة تأثير حفظ القرآن الكريم في النفس المسلمة امر ثابت لا يحتاج إلى دراسة. فكلام الله عز وجل أنزله لهداية البشر وفلاحهم في الدارين، فمن أخذ به وجد السعادة الدنيوية والراحة النفسية. ومثل هذه الدراسة انما هي من باب تفسير وبيان ذلك الأثر. والنتيجة التي توصلت إليها هذه الدراسة تمثل هذه الحقيقة وتوضح أنّ لحفظ القرآن الكريم وتلاوته أثرا إيجابيا على الصحة النفسية للنساء لأن حفظ القرآن الكريم يربط النفس البشرية ويجعلها أقرب للسواء منها للمرض، حيث تنصرف عن الشهوات والهموم والقلق، بالتالي ترتفع الصحة النفسية ومعها القدرات العقلية.

المراجع:

- أحمد عبد الخالق، (د.ت) أصول الصحة النفسية دار المعرفة الجامعية الاسكندرية، مصر.

- القريطي عبد المطلب، 2003، في الصحة النفسية دار الفكر العربي، ط3، القاهرة.
- جمال ماضي ابو العزائم، 1994، القرآن والصحة النفسية مكتبة الاسكندرية، مصر.
- غريب عبد الفتاح، 1999، علم نفس الصحة النفسية القاهرة، مكتبة الانجلو مصرية.
- لطفي الشربيني، 2009، الاشارات النفسية في القرآن الكريم، دار النهضة العربية، لبنان.
- مصطفى محمود، 1998، علم نفس قرآني جديد، قطاع الثقافة، القاهرة.
- فريد سعيد زيارة، 2009، منهج القرآن في تحقيق الصحة النفسية للإنسان، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية غزة.
- غوماري طيب، جدعوني الزهراء، بوقريش فريد، العباوي عمر، 2013، علاقة مستوى تدين الأفراد الراشدين في الجزائر (معتقد وممارسة) بصحتهم النفسية من خلال مستوى ارتياحهم النفسي، المديرية العامة للبحث العلمي والتطوير التكنولوجي، جامعة معسكر، الجمهورية الجزائرية.
- صالح بن ابراهيم الصنيع، 2008 اثر حفظ القرآن الكريم على الصحة النفسية مجلة معهد الامام الشاطبي للدراسات القرآنية، ع 6،
- صالح بن ابراهيم الصنيع: 2000، التدين والصحة النفسية، الادارة العامة للثقافة والنشر بالجامعة، الرياض.
- حامد عبدالسلام زهران، 2005 الصحة النفسية والعلاج النفسي، الشركة الدولية للطباعة، القاهرة.
- مجمع اللغة العربية المعجم الوسيط، ج 2
- عدنان الشريف، 2000، علم النفس القرآني، دار العلم للملايين، ط4.
- محمد بن ابي بكر بن عبد القادر الرازي، 1988، مختار الصحاح، مكتبة لبنان.
- Chatters, L. M. (2000). Religion and health: Public Health research and practice. Annual Review of Public Health, 21, 335-367
- Frankel, B; G. & Hewitt, W. G, 1994, Religion and well-Being among Canadian University students: the Role of Faith Group on Campus, journal for the scientific Study of Religion 33(1)62-73.
- www.elwatannews.com/news/details/634616-faculty.mu.edu.sa/download.php?fid=37723 -