

جامعة الأقصى
غزة - فلسطين

ورقة بحثية مقدمة:

للمشاركة في اليوم الدراسي حول " نحو وجهة إسلامية في علم النفس "

الأثنين ١٧ مايو ٢٠١٠

تنمية مهارات الذكاء الوجداني من منظور إسلامي

إعداد:

د. زهير عبد الحميد النواجحة

مايو: ٢٠١٠

الحمد لله رب العالمين، و الصلاة والسلام على سيدنا محمد الصادق الوعد الأمين، اللهم لا علم لنا إلا ما علمتنا، إنك أنت العليم الحكيم، اللهم علمنا ما ينفعنا ، وانفعنا بما علمتنا، وزدنا علما، و أخرجنا من ظلمات الجهل والوهم إلى أنوار المعرفة والعلم ، ومن وحول الشهوات إلى جنات القربات. الأخوة والأخوات..... السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،،،،

يطيب لي أن أتوجه بجزيل الشكروالتقديرإلى كلية التربية بجامعة الأقصى وبالذات لشخص عميدها الأخ الفاضل الدكتور نعمات علوان وإلى كلية التربية بالجامعة الإسلامية ممثلة بعميدها الأخ الفاضل الأستاذ الدكتور/ عليان الحولي على إتاحتهم هذه الفرصة الطيبة لي للتحدث خلال هذه الندوة القيمة بوركت جهودكم الطيبة وأسأل الله لكم التوفيق والسداد.

تقديم:

يعتبر البعض من علماء النفس ان بدايات استخدام مفهوم الذكاء الوجداني كانت عام ١٩٩٥ عندما نشر جولمان Goleman، كتابه الشهير "الذكاء الوجداني، وقد تلا ذلك سلسلة متعاقبة من الكتب والمقالات والدراسات التي تناولت هذا المفهوم، و جذب هذا المفهوم انتباه العديد من العلماء والباحثين ورجال الأعمال وغيرهم، وذلك نظراً لما للعامل الوجداني من تأثير ودور كبير في المجالات التعليمية والمهنية، وزيادة الإنتاجية. ويعرف جولمان (١٩٩٨) الذكاء الوجداني بأنه " القدرة على التعرف على مشاعرنا الذاتية ومشاعر الآخرين، لتحفيز أنفسنا، وإدارة الانفعالات بصورة جيدة في أنفسنا ، وفي علاقتنا ".(داليب سنغ، ٢٠٠٥: ٢١)

وفي الحقيقة إن مفهوم الذكاء الوجداني ليس بجديد كما يزعم البعض، فهو مفهوم له جذور تاريخية تمتد لفترات طويلة من الزمن، ترجع إلى أكثر من (١٤٠٠) سنة مضت، والباحث المتعمق في المنهج الإسلامي يستطيع أن يلمس ذلك.

تنمية مهارات الذكاء الوجداني:

يشير عدد من علماء النفس أن هناك إمكانية لتنمية الذكاء الوجداني، من خلال عمليات التدريب والتعلم، فقد ذكر دنيال جولمان(Goleman,1995: p23)، بأن الذكاء الوجداني يمكن أن يبنى ويتم تعلمه من خلال تنمية مهارات التفاعل مع الآخرين، وانه إذا كانت نسبة الذكاء المجرد مستقرة على مدى حياة الإنسان، فإن نسبة الذكاء الوجداني يمكن أن تتزايد بالتدريب والتعلم، ويؤكد ذلك (محمد حسين، ٢٠٠٦: ١٧) إلى أن أهم ما يميز الذكاء الوجداني عن معدل الذكاء، هو أن الذكاء الوجداني أقل درجة من حيث الوراثة الجينية، مما يعطي الفرصة للوالدين وللمربين في أن يقوموا بتنمية ما أغفلت الطبيعة تنميته لتحديد فرص نجاح الأطفال في الحياة. وتتسق هذه الأراء مع الآية القرآنية

أُمَّهَاتِكُمْ لِلْكَتِيبَةِ ﴿٧٨﴾ وَنَ شَيْئًا وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصَارَ وَ دَلَالَآ فَعَلَّكُمْ
تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾ (النحل:٧٨).

كما تتسق مع الحديث النبوي الشريف **فَذُرْ ضِرْيَةَ اللَّهِ عَنْهُ قَالَهُ النَّبِيُّ لَأَيُّ اللَّهِ مَوْءُودٌ يُولَدُ سَعَلَمِي لَأَقْلِبُ رَأْيَهُ فَبَابُ وَاهٍ يَهْمُ يُوَدِّدُ طَرْدُ أُوْنِهِ أَوْ يَوْمَ جَسَنِهِ .**
(البخاري ومسلم، ج ١، حديث رقم ٩٠).

فالإنسان لا يولد متعلماً، وإن عملية التعلم هي عملية يكتسبها الإنسان من خلال البيئة المحيطة. وفي الآونة الأخيرة تعددت وتنوعت البرامج التدريبية، التي استخدمت في تنمية وتطوير مهارات الذكاء الوجداني منها " فنية استخدام النصوص الأدبية والكتب والقصص، وبرامج موسيقية و برامج الحاسب الآلي المتمثلة في برمجيات رواية القصة، برمجيات طرق التفكير، برمجيات القيم، برامج الواقع الفعلي، في تنمية مهارات الذكاء الوجداني. وتعد أطروحة الدكتوراه المقدمة من الباحث الحالي أولى المحاولات والاجتهادات الهادفة إلى تنمية مهارات الذكاء الوجداني من منظور ديني إسلامي، ووضع تصور نظري إسلامي لهذا المفهوم يستمد قواعده، وأساسه من تفسير بعض الآيات القرآنية الكريمة والمواقف والأحداث في السنة النبوية الشريفة، وذلك ابتغاءاً من الباحث، " أن الدين الإسلامي يتضمن الكثير من القيم والمبادئ، والتي تساعد في ترقية وزيادة مهارات الذكاء الوجداني، فالدين الإسلامي كإلهام للشهوات والنزوات، وضابط للانفعالات والمشاعر، وناظم للعلاقات الاجتماعية.

ولقد أقر عدد من علماء النفس المسلمين أهمية الدين في تنمية الجوانب الإيجابية في الشخصية الإنسانية، وحفظ توازنها وعلاجها ووقايتها من الأمراض والاضطرابات النفسية، فالدين يجعل لحياة الإنسان معنى وهدفاً، ومن بين من أشار إلى ذلك من علماء النفس المسلمين (محمد عثمان نجاتي، ٢٠٠٥: ٢٦٦-٢٦٩)، حيث أكد أن في القرآن الكريم طاقة روحية هائلة ذات تأثير بالغ الشأن في نفس الإنسان فهو يهز وجدانه، ويرهف أحاسيسه ومشاعره، ويصقل روحه، ويوقظ إدراكه وتفكيره، ويجلي بصيرته، فإذا بالإنسان بعد أن يتعرض لتأثير القرآن يصبح إنساناً جديداً .

والدين الإسلامي أقوى الأديان وأهمها شأناً في حياة الإنسان، واستقرار المجتمع، إذ تشمل تعاليمه السمحة العديد من القواعد والضوابط المنظمة للحياة الإنسانية، فالعبادات والشعائر الدينية، كالصلاة، وصوم رمضان، والزكاة، والحج، والأدعية والأذكار، هي بمثابة تدريبات، يتعلم خلالها الفرد استحضار القلب والخشوع، والتدبر والإدراك، كما تمده بطاقة روحية تبعث في نفسه العزيمة، والدافعية، والشعور بالطمأنينة والسكينة والهدوء والصفاء الروحي، كما أن لها أثراً علاجياً في خفض الشعور بالقلق، والتوتر، والغضب، والحزن، والتخلص من الاكتئاب، والانطواء، والعزلة الاجتماعية.

أمثلة لنماذج تدريبية متنوعة مستمدة من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة لتنمية مهارات الذكاء الوجداني وهي كالتالي:

الوعي لانفعالي لذاتي : ويعني قدرة الفرد على استبصار وإدراك انفعالاته المختلفة وانفعالات الآخرين، والتفريق بين الانفعالات الإيجابية والسلبية من خلال التعبيرات الانفعالية المتنوعة ".
أولاً: القدرة على استبصار وإدراك الانفعالات الذاتية:

في القرآن الكريم العديد من الآيات القرآنية الكريمة، التي تحت الفرد على وعي ومعرفة انفعالاته الذاتية، حيث أن قدرة الإنسان على معرفة نفسه تقوده إلى التعرف على خالقه، كما أن معرفته لنفسه، تساعد على التحكم في شهواته ونزواته، وتجنبه الوقوع في المعاصي والآثام، مما يحقق له الحياة الآمنة السعيدة المطمئنة.

إِنْ جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنْهُ أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْلِحُوا مَا فَعَلْتُمْ
 نَادِمِينَ ﴿ (الحجرات: 6)

وَبِأَخَذِ الْأُلُوِّ أَحْوَجَ فِي نُسُخَتِهَا هُدًى وَرَحْمَةً لِلَّذِينَ هُمْ لِرَبِّهِمْ يَهْتَدُونَ
 ﴿ (الأعراف: ١٥٤)

ثانياً : التمييز بين التعبيرات الانفعالية المختلفة

وفي القرآن الكريم العديد من الآيات القرآنية الكريمة و الأحاديث النبوية الشريفة التي تصف التغيرات الفسيولوجية، والتي تظهر على جسم الإنسان في حالات الانفعالات المختلفة، فمعرفة الفرد للتغيرات التي تظهر على الآخرين تمكنه من معرفة حالتهم الانفعالية المختلفة، ومن هذه التغيرات ما يلي :

التغيرات التي تصاحب انفعال الخوف:

شعور الإنسان أن قلبه يصل إلى حنجرته من شدة خفقانه من الخوف:

وَأَسْفَلَ مِنْ ذُنُوبِهِمْ وَأَنْزَلَ الْأُبْصَارَ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ
 بِاللَّهِ الظُّنُونًا ﴿ (الأحزاب: ١٠)

بِالْوَعْدِ إِتْلَاعِ حَقِّقَةِ الْعَيْنِ ﴿ شَاخِصَةً أَبْصَارُ الَّذِينَ كَفَرُوا وَيَا وَيَا وَيَا قَدْ كُنَّا فِي
 غَفْلَةٍ مِنْ هَذَا بَلْ كُذَّبُوا مِنْ (الأنبياء: ٩٧)

انتصاب شعور الرأس "الفتعيرير قلل" ﴿ كُنْتُ زَائِلًا مَا تُشَابِهٌ أَمْ تَنَانِي تَقْشَعْرُ مِنْهُ جُلُودُ
 ثُمَّ تَلَيْنُ جُلُودَهُمْ وَ قُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدًى لِلَّهِ يَهْتَدِي بِهَا مَنْ
 يَضِلُّ لِلَّهِ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ 4 ﴿ (الزمر: ٢٣)

التغيرات التي تصاحب انفعال الغضب: ﴿ أَنْ بِنِ صَدْرٍ دَقَّالِ لِحَابِلِينَ عِنْدَ النَّبِيِّ ﴿ (٣٤) عَالَ
 مَا تَحْمَرُّ عَيْنَاهُ وَ تَنْتَفِخُ دَاخِلُهُ فُقَالَ سَدُّوا لِلَّهِ (٢٣) لَأَقَالَهُمْ لَهْلُؤًا ذَهَبَ عَنْهُ الَّذِي
 يَأْجُرُودُ بِاللَّشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ فَقَالَ لَجُرْهُطِي بِي مِنْ جُنُونٍ .

(الترمذي، ج ٢، ص ٢٤٨: حديث رقم ٤٧٨١)

التغيرات التي تصاحب انفعال الحزن والكآبة: انهيار الدموع، ولبوادطولوجي: ﴿ الَّذِينَ إِذَا مَا آتَوْكَ
 مِنْ عَلَيْهِ تَوَلَّوْا أَوْ أَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا أَلْوَاعًا يَنْفِقُونَ ﴿ (التوبة:
 ذَبُّوا وَلِيَّيَ وَاللَّامِ وَالْقَوِيُّ وَهُوَ جَرْمٌ وَسُدَّةٌ أَلَيْسَ فِي جَهَنَّمَ مَثْوًى لِمُتَكَبِّرِينَ ﴿ (الزمر:

(٦٠

التغيرات التي تصاحب انفعال الفئيم بالتؤميح بحوكناصليليدح ي قلاب كقايه على ما أنفق
ة على عر فيوشاه او يقول ياليتني لم أشرك بر بلج دا (الكهف: ٤٢)

التغيرات التي تصاحب انفعال الفرح والسرور: تظهر علامات البشرى والنصرة والضحك،

ف في و ج وهم نضر ة الذعيم (المطففين: ٢٤)

ذ م س فر ضد حكة م س تبشرة (عبس: ٣٨-٣٩)

ضبط وتنظيم الانفعالات وتعني قدرة الفرد على ضبط وإدارة ومعالجة انفعالاته السلبية

المرعبة كالغضب، والحزن، والقلق". وقد تضمن المنهج الاسلامي العديد من الاشارات التي تهذب

النفس وتربيتها وعلاجها نذكر منها: تدريب عملي يركز على عمليات الاسترخاء ، وذلك من خلال

إسباغ الوضوء، وإطالة مدة الصلاة من خلال إطالة مدة الركوع والسجود والدعاء وقراءة القرآن

بتدبر وتمعن، وبهذا يحدث في النفس طمأنينة وهدوء وتخضع الجوارح نهر ير ة (t) مال :

قال رسول الله (r) قَلْبُكَ تَلَا إِظِي أَسْ بِيغِ الْوُ ظَلَقْتُمْ لِلَّهِ قَهْوِيلٌ ثُمَّ اقْرَأْ بِمِائِمَاتٍ سِرًّا

م أَوْ كَعَمْرٍ أَنْ تَلْقَى تَطَانٍ تَنْخُرَ رَاكِعًا ثُمَّ ارْفَعْ حَتَّى تَسْمَعُوا نَسْمَجًا دَحْتَى تَطْمَدَنَّ

فَعُدَّ حَتَّى تَسْتَطِيعَ أَنْ تَقْرَأَ بِمِائِمَاتٍ سِرًّا ثُمَّ اسْجُدْ حَتَّى تَطْمَئِنَّ أَرْضًا فَعُدَّ حَتَّى تَطْمَدَنَّ

فَعُدَّ حَتَّى تَسْتَطِيعَ أَنْ تَقْرَأَ بِمِائِمَاتٍ سِرًّا ثُمَّ اسْجُدْ حَتَّى تَطْمَئِنَّ أَرْضًا فَعُدَّ حَتَّى تَطْمَدَنَّ

افعل ذلك طفيلًا لتكفلها .

(ابن ماجة، ج ١، ص ٣٣٦: حديث رقم ١٠٦٠)

وهناك بعض السلوكيات والقيم الإسلامية التي تسهم في ضبط وإدارة الانفعالات السلبية من بينها

١- الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم: من عزاد ج بل (t) قل ليرتجأ لعن د النبى (r)

ح تى ع ر اغضى ب ج ه ادهم ف قال النبى (r): الذى كالم للقره اليه لى ضد به أع و ذ

بالله الشدي طالير جيم . (الترمذي، ج ٥، ص ٥٠٤، حديث رقم: ٣٤٥٢)

٢- استخدام الماء: ويقصد به الوضوء أو الاغتسال، حيث أن استخدام الماء يغير من الموقف الذي

يقف فيه الفرد، بالإضافة إلى آثاره على الجسم، مما يؤدي إلى تغيير الحالة الفيزيولوجية الناشئة عن

الغضب، سؤل الله (r) البغض ب من الشدي طان الشوي خطلق من التمارا تطفأ النار

بالم اء فلبظنكم فلي تو ضاً . (أبي داود، ج ٤، ص ٢٤٩: حديث رقم ٤٧٨٤)

٣- الحركة البدنية: في هذا الإجراء يغير الغاضب من وضعه، ولعل في هذا التغيير مساعدة الفرد

على تغيير الجوانب البيولوجية، وفي نفس الوقت، فإن الفرد كلما ابتعد عن وضع الوقوف، ابتعد

عن الإحساس بالقوة التي يستثيرها الغضب، فيجب على الغاضب الجلوس إن كان واقفاً وبسطج

إن كان جالساً وسؤل الله (r) ليو ج م رة فقي اب نلتو قد تلم و حالمى رة

ع ي ني ه و ان ت ف ا و ح ج ف ل ذ ا ح ذ ل ك م ف ل و ي ج ا ل س ف ل ي ل ص ق ب ا ل ا ر ض . (الترمذي، ج ٤، ص

٤٨٣: حديث رقم ٢١٩١)

٤- ذكر الله: عند احتدام النقاش والنزاع، فلا بد من قول لا إله إلا الله، حيث أن هذه العبارة تهدأ من

الغضب، مما يعطي فرصة إلى إعمال الفكر.

٥- **الدعاء:** يقصد به توجه الفرد إلى الله عز وجل بالدعاء والطلب أن يفرج همه ويجنبه غضبه. ذُ
أبي هريرة (t) قال قال أبو بكر (t) «ولم أله ذبي (t)» أفروله أظن حدث
وإذا أمسيت القألى خولع: لالم الغالوئمبلشوه انلدفقلط رالأ ر رض رب كل شى مع لىكه
أشله دالأن نأنلأتى أو وذنك شمرون الششطران و شر ركه قال قله إذا صد بدت
ذام سديت و إذا أخذت م ضد ج ع ك. (الترمذي، ج ٥، ص ٤٦٧: حديث رقم ٣٣٩٢)

٦- **قراءة القرآن:** قراءة القرآن تبعث في النفس السكينة والطمأنينة، وتقرب الإنسان من حقيقته، ومن
واقع دنياه، مما يصغر من شأن ما يغيضه، ويقربه من العفو الحلم وكظم الغيظ.

٧- **تذكر الثواب:** أن يتذكر الإنسان ثواب الكاظمين لغيظهم والعافين عن الناس والمتسامحين.

٨- **المجاهدة:** مجاهدة النفس وتعويدها ترك الغضب.

الدافعية: وتعني "حالة داخلية مسئولة عن تحريك وتوجيه المشاعر لتحقيق هدف ما، وتأجيل عملية
الإشباع الآني إلى المستقبل". إن الاقتداء بالأنبياء والسلف الصالح كقصة سيدنا إبراهيم عليه
السلام تشوق المستمع وتسترعي انتباهه، كما أن القصص القرآني لها تأثير كبير وهام في تحفيز
الفرد وإثارة دافعيته، حيث نرى السعي الدؤوب والإصرار الذي هيمن على سيدنا إبراهيم في
الوصول إلى تحقيق هدفه، وهو التعرف على خالقه، فهو لم يجد بالكواكب كالقمر والشمس
ضالته، بل أن نتيجة المثابرة والاجتهاد والتفكير اهتدى إلى عبادة الله، ويبين المعاني والدروس
المستفادة من هذه الآيات، وهي أن يصبر الفرد على تحقيق طموحاته والوصول إلى أهدافه
المرجوة، حيث يشعر من يحقق أهدافه بالسعادة والرضا عن نفسه، كما يتوجب عليه أن ينتقي
ويختار الأهداف، حيث أن تحديد الأهداف مؤشر مهم على اللئلاج ن ﴿ع ليه الليل ر أى
و كبا ققلل هقلل رلابي حقلبمبالا فليلن فلامار أى القم ر بقال غها ذار بي فلاما أفل
قال لدرأ كهمونك همين ذلي القو بيج الضالين فلامار أى الشمس بل از هذنة قر بي هذا أكبر
فلاما أفلتور عقال ميمما قشرمكولتي إني و جهت و جهي للانشي فطرت و الأ رض
حذيفاً و ما أنام من الم شر كين ﴿ (الأنعام: ٧٦-٧٩)

• بعض الأساليب الإسلامية التي تساعد في التحكم بالشهوات وفي السلوك، وتحديد ما هو
المقبول والمرفوض من أنواع الإشباع ومنها.

١- التقوى: وتتمثل في "الخوف من الجليل، والرضا بالقليل، والعمل بالتنزيل".

٢- العفة: وتتمثل في الحياء والخجق، قال النبي (ﷺ) «هُمَّ الْغَيِّبُ لِلْهَادِي وَالْمُتَّقِلُّ لِلْعَفَافِ»
و الأغزى. (ابن ماجه، ج ٢، ص ١٢٦٠: حديث رقم ٣٨٣٢)

٣- ضبط اللسان: يجب الحذر من استخدام اللسان في المعاصي كالكذب والغيبة والنميمة والسب

والشتم ونحوه. ن أبي موسى (t) قال رسول اللام (t) ليمنين أفضل قلى من لم

الم سد لمبون مننه و يده. (الترمذي، ج ٤، ص ٦٦١: حديث رقم ٢٥٠٤)

٤- المحافظة على حقوق الغير أثناء إشباع الدوافع كعدم جرح كرامة فرد، أو خدش حياؤه، أو الاعتداء على ممتلكاته أو عرضه، وذلك عن طريق تنظيم الدوافع وعدم إطلاق العنان لها، أو تقييدها دون هدف واضح، مع ربط الأهداف التي تتبع عن الدوافع بمصلحة وأهداف الجماعة.

٥- المجاهدة والمقاومة والصبر: أي لا بد من المجاهدة وتحمل الضغوط والمطالب الملحّة، في سبيل الفوز على عناصر الشر ودواعي الفتنة، وذلك من خلال إشباع الحاجات بما يتفق مع الضوابط الشرعية.

٦- غض البصر: ويعني غض البصر عن المحرمات، والمناظر القبيحة التي تملأ الطرقات.

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَلْقُوا مَا يَأْتِيَكُمُ الْغَيْبُ عَنْ غَضِّ بَصَرِكُمْ إِنَّ كَبْرَئِفَتَكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَمَا تَكْتُمُونَ﴾
(النور: ٣٠)

٧- إقامة الصلاة وترديد الأذكار: إن المواظبة على الصلاة بشكل منتظم وترديد الأذكار عقب كل صلاة، يعصم الفرد من الوقوع في المعاصي والشهوات، وهو علامة على طهر القلب.

٨- البعد عما يثير الشهوة: إن ابتعاد الفرد عن أماكن إثارة الشهوة، وإغلاق منافذ القلب من بصر وسمع وشتم وفكر، يقي الفرد من الانزلاق في برائش الرذيلة.

٩- استغلال وقت الفراغ: إن استغلال وقت الفراغ في الرياضة والهوايات المختلفة، يسد باب الشر ويغلقه.

التعاطف: ويعني " قدرة الفرد على تحسس وتلمس احتياجات الآخرين، وذلك من خلال تفهم مشاعرهم وانفعالاتهم الظاهرة والكامنة، والعمل على تلبية رغباتهم واحتياجاتهم

إن بيان فضل وأهمية التعاطف في الإسلام، ومناقشة بعض المفاهيم المرتبطة بهذا المفهوم مثل " الرحمة، الشفقة، الرأفة، اللين، الرفق، المودة " وعرض الآيات القرآنية الكريمة والأحاديث النبوية الشريفة التي تحت الفرد على العطف والإحسان على الغير، وتفسيرها يسهم في تنمية هذه المهارة، ومن هذه الآيات التي وتحضى بالفرد والعهدة ﴿تُدْشِرْ كُؤَا بِيَه شَيْدَا وِبَاؤُ الِدِدِيْنَ وَ بَدِي الْقُرُبِي وَالْجِلْيَارِي أَمْ دِي وَاَقْرَابِي﴾
﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَحِبُّ مَنْ كَانَ مُحْتَئَالًا فَذُؤْرًا﴾ (النساء: ٣٦)

ومن الأحاديث التي تشير إلى ذلك نهي نهْر يَرْوِي عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ) يَقْنَالُهُ الرَّجُلُ يَمَسُّ بِرِجْلَيْهِ يَحْتَكِي بِكَفِّهِ لِيَقْتُلَهُ فَإِنْ نَجَّى نَفْسَهُ فَالْحَمْدُ لِلَّهِ وَإِنْ قَتَلَهُ فَالْحَمْدُ لِلَّهِ بِمَا نَقَّى نَفْسَهُ فَإِنْ نَجَّى نَفْسَهُ فَالْحَمْدُ لِلَّهِ وَإِنْ قَتَلَهُ فَالْحَمْدُ لِلَّهِ بِمَا نَقَّى نَفْسَهُ
الْعَطْفُ تَفْقُّدُ الرِّجْلِ بِلُغَةِ هَذَا الْكَلْبِ مِنَ الْمَعْتَلِّ ثَلَاذِي كَانَ يَفْقَعُ زَيْلِي الْفَيْمُرَ لِأَخْفِهِ ثُمَّ أَمْ سَكَبَتْ فِيهِ فَسَدَتْ الْكُلْبُ الْقَبْلُ وَاللَّيْءُ أَلْرَهُ سَفْعُوْقِرَ اللَّائِي وَ اَيْنَ لَنَا فِي الْبِيْهَاءِ أَمِّمِ أَجْرُ الْفَقَالَ
نَعَمْ ذُنُفِي كَلْبِي رَطْبَةٌ أَجْرُ (السلسلة الصحيحة، ج ١، ص ٦٦: حديث رقم ٢٩)

التواصل الاجتماعي: ويعني " قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، مبنية على أسس من الاحترام والثقة والإيثار وتقبل الآخر والمحبة والتواد، إن الإشارة إلى الاتجاهات السليمة القويمية التي حرص الإسلام على غرسها في نفس الإنسان المسلم كالإيثار، والبذل

والعطاء، والتضامن والتكافل الاجتماعي، وصلة الرحم، والتواد والتعاون، وحسن التعامل، والاستشهاد ببعض الآيات القرآنية الكريمة والأحاديث النبوية التي تحت على التواصل والتكافل .
 وَءَ وَالِدَارِ وَالْإِجْمَاعِي وَانْهَامِي قَبْلَهُمْ يُدْبُونَ مِنْ هَا جَرِ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ
 تَوَا وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ قَلْبِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿٩﴾ (الحشر: ٩)

قال رسول الله صلى (ﷺ) **(٣٢)** وَأَحْسِنِيهِمْ فِي تَوَادِّهِمْ أَكْفَهُمْ لَ إِذَا اشْتَكَى
 عَضْتُوا عَلَىٰ لِسَانِي وَدَهَسْتُمْ فِي سَهْوِي بِالسَّهْوَرِ الدَّمِي . (البخاري ومسلم، ج٣: حديث رقم ٤٩٥٣)

كذلك هناك في المنهج الإسلامي العديد من الأساليب التي تسهم في تنمية مهارة التواصل الاجتماعي ومنها:

- ١- طلب الرفقة قال رسول الله (ﷺ) - نَأْرَادِمِنْكُمْ بِحُبِّ طَلَجَةٍ تَنَّةٍ فَلْيَلْزِمُوا
 الْجَمَاعَةَ . (الترمذي، ج٤، ص٤٦٥: حديث رقم ٢١٦٥)
- ٢- الصلاة بجماعة **(٣٣)** أَخْبَرَنَا بِنُ أَبِي عَمْرَةَ قَالَ ذَمَّانُ بْنُ عَقَّانَ (الذئب) سَجِدَ
 الْمَغْرِبِ عَضْفًا مَلَادَةً وَحَدَّه فَقَعَدْتُ إِقْبَالِي يَا ابْنَ مَعْزِي رَسُولَ اللَّهِ (ﷺ) قَوْلِي ن
 صَلَّى الْعِشَاءَ جَفِي عَاءً فَكَلَّمْتُمْ نَصْدَفَ اللَّوْلِ مَصْنُ لِي الصُّبْحِ جَفِي عَاءً فَكَلَّمْتُمْ طَدَلِي
 اللَّيْلُ كَلَّمْتُهُ . (البخاري، ج١: حديث رقم ٤١٥)
- ٣- طلب الرفقة في السفر قال رسول الله (ﷺ) **(٣٤)** وَلَمْ يَأْتِ النَّاسُ مَالِي حِدَةً مَعَالِمِي سِرِّ
 رَأَيْتُ بِلِيلٍ وَحَدَّه . (البخاري، ج٢: حديث رقم ٣٨٩٣)
- ٤- الإيثار: أي حب الإنسان لأخيه وتفضيله عليه، يستشهد الباحث بالإيثار الذي أظهره أهل
 المدينة تجاه المهاجرين.

رَبُّ لِيْتَقَوْهُ وَالْعَلْوُ تَهْ 4 ﴿٤٠﴾ وَالْأَفْضَلُ بِيَذْكُومُ إِنَّ اللَّهَ بِمَاتَعَمُّ لُونِ بَصِيرٌ ﴿٤١﴾
 (البقرة: ٢٣٧).

- ٦- إفشاء السلام. حيث كان الرسول (ﷺ) يبدأ من لقيه بطرح السلام وبوجه بشوش، وكان إذا لقي
 أحد من الصحابة بدأه بالمصافحة، وكان يؤثر الداخل عليه بالوسادة التي تحته، وكان يعطي
 من جلس إليه نصيباً من وجهه، أي النظر إليه، والاهتمام به، وكان سلوكه يتسم بالحياء
 والتواضع، كما كان أكثر الناس تبسماً وضحكاً في وجه أصحابه، وكان يقول تبسمك في وجه
 أخيك صدقة، وكان يقول " لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا ولا تؤمنوا حتى تحابوا، أولا أدلكم على
 شيء إذا فعلتموه تحاببتم؟ أفشوا السلام بينكم.

مَا أَمَرَ رَبُّ اللَّهِ بِالتَّوَالِحِينَ ﴿٢١﴾ وَيُؤْصَلُ وَيَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ وَيَخَافُونَ سُوءَ الْحِسَابِ ﴿٢٢﴾
 (الرعد: ٢١).

- ٨- التحلي بالقيم والفضائل مثل التسامح، العطف، الإحسان، اللين، القول الحسن، ترك الأنانية
 والتمركز حول الذات، و تبادل الزيارات مع الآخرين وخاصة في المناسبات المختلفة.

٩- الاستماع الجيد لمن يتحدث، انتقاء الكلمات الطيبة أثناء الحديث، بشاشة الوجه، عدم التثرثرة أثناء الكلام، اختيار الموضوعات المحببة للنفس، التعاون مع الآخرين، والوضوح في التعامل، المحافظة على المواعيد واحترام خصوصيات الآخرين، الابتعاد عن الغيبة والنميمة، التواضع والتحلي بالأخلاق الحميدة، وسعة الأفق.

خاتمة:

أن سيادة النظريات النفسية الغربية في مناهجنا التعليمية، لا تعنى بالضرورة أنها مناسبة للبيئة الإسلامية، فكل نظرية من النظريات النفسية الغربية ترتبط بثقافة معينة نشأت وترعرعت فيها، وكل ثقافة تختلف عن الأخرى من حيث العادات والتقاليد والمعتقدات وأساليب الحياة، فأساليب العلاج والإرشاد النفسي في الغرب إذ ما طبقت في البلاد الإسلامية قد لا تكون لها نفس الفاعلية مقارنة بأساليب العلاج والإرشاد النفسي الديني، وهذا لا يعني التشكيك بالإسهامات الإيجابية لتلك النظريات ومنطلقات وتطبيقاتها المختلفة، وعلية فإن الخصوصية الثقافية للمجتمعات الإسلامية تحتم على علماء النفس في البلاد الإسلامية إيلاء اهتمام خاص بدراسة المفاهيم النفسية والعمل على تأصيلها من منظور إسلامي، وذلك نظراً للتأثير العميق الذي يحدثه الدين الإسلامي في تنمية الجوانب الإيجابية في الشخصية الإنسانية، وحفظ توازنها وعلاجها ووقايتها من الأمراض والاضطرابات النفسية.

التوصيات:

- ١- الاهتمام بدراسة المضامين الوجدانية في القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة، بحيث تصبح جزءاً أساسياً من المقررات الدراسية، مما يسهم في تقوية الشعور الديني للطلبة، وتعويدهم التمسك بالفضائل الخلقية.
- ٢- إيلاء اهتمام خاص من قبل الجامعات ومراكز الأبحاث بالموضوعات ذات الصلة بالإرشاد النفسي الديني، وحث طلبة الدراسات العليا والباحثين على تناول هذا الموضوع في دراساتهم وأبحاثهم.
- ٣- إعداد برامج توعوية تكون موجهة للأباء والأمهات، توضح أهمية ودور الذكاء الوجداني في الحياة، وتعريفهم بكيفية إكساب أبنائهم مهارات الذكاء الوجداني المختلفة.
- ٤- البدء بتعليم النشء منذ الطفولة المبكرة المبادئ الخلقية والقيم الدينية مثل التعاون، والتكافل، والإيثار، والمحبة، والاحترام، والعفة، والرحمة، والتعاطف، والتسامح، وضبط النفس والهدوء.
- ٥- ضرورة ابتكار وتطوير أساليب للعلاج النفسي مستمدة من الدين الإسلامي الحنيف.
- ٦- تشكيل لجنة من المختصين في مجال الدراسات السيكولوجية وأصول الدين لإجراء دراسة تحليلية للمضامين النفسية في آيات القرآن الكريم والمواقف والاحداث في السنة النبوية الشريفة.