

د. تسنيم نور الدين المهيدات ، أ. روان صالح بني عواد

مبدأ الثقة بالنفس في التربية الإسلامية دراسة تربوية

د. تسنيم نور الدين فالح المهيدات (*)

أ. روان صالح موسى بني عواد (*)

المقدمة :

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد الصادق الوعد الأمين، وعلى آله وصحبه أجمعين، اللهم لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم، وبعد:

فقد كرم الله سبحانه وتعالى النفس الإنسانية، حيث ميّزها عن سائر المخلوقات بالقوة العقلية والجسدية؛ لتتمكن من تحقيق الغاية التي خلق من أجلها الإنسان وهي إعمار الأرض، لأن حياة الإنسان ما هي إلا وسيلة لتحقيق هذه الغاية، قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا﴾ (الإسراء، الآية: ٧٠).

وتسهم التربية الإسلامية من خلال المنهج الرباني في تربية النفس الإنسانية تربية سليمة متوازنة، كما تسعى إلى بناء وتعزيز الثقة بالنفس؛ كونها تعدّ من العوامل الفاعلة في بناء شخصية قوية، متزنة غير مهزوزة، "فالإسلام لا يدعو المسلم أن يكون ضعيف النفس متردداً، بل الشريعة تأمر بالقوة والثبات والتفاؤل وعدم اليأس"^(١)، قال تعالى: ﴿وَلَا تَيْأَسُوا مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ﴾ (يوسف، الآية: ٨٧)، والله جلّ جلاله يحب المؤمن القويّ أكثر من المؤمن الضعيف، و جاء في الحديث النبوي الشريف: عن أبي هريرة

(*) أستاذ مساعد بقسم الدراسات الإسلامية- كلية الشريعة والدراسات الإسلامية - جامعة اليرموك.

(*) ماجستير التربية الإسلامية.

(١) بنت جالية محمد، سميرة، منهج القرآن في تعزيز الثقة بالنفس، المجلة الأردنية في الدراسات الإسلامية، المجلد ١٤، العدد ٤، ٢٠١٨م، ص ٢.

مبدأ الثقة بالنفس

رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف، وفي كل خير»^(١).

ومن هنا جاء البحث، لبيّن الثقة بالنفس في التربية الإسلامية، ولتشكل بذلك تصورًا تربويًا إسلاميًا للثقة بالنفس، تأصيلًا من الآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة والتراث التربوي الإسلامي، وتحديدًا لدلالاتها، ومن ثم بيان التطبيقات التربوية لها من خلال إستراتيجيات بناء الثقة في النفس وتطبيقاتها التربوية.

مشكلة البحث:

نظرًا لما أوصت به بعض الدراسات بضرورة دراسة طرق بناء الثقة بالنفس في ضوء المنحنى الديني الإسلامي، وبيان أثر العقيدة الإسلامية على الثقة بالنفس^(٢).

باعتبار الثقة بالنفس صفة مهمة للمسلم لتحقيق النجاح والإبداع والتطور، ولبناء المجتمع والنهوض به حضاريًا، وللدفاع عن دينه وأمنته، و انعدام الثقة بالنفس مؤشر على وجود خلل في شخصية المسلم، وتؤثر بشكل سلبي عليه وتعيق تقدمه ونجاحه، لأنها تُشعره بالعجز الذاتي وتدني قدراته، واعتقاده بصعوبة النجاح أو استحالة، وهذا ينعكس على شخصيته، فتصبح مهزوزة، وبعد اطلاع الباحثين على الدراسات والأبحاث السابقة تبين أن هناك نقصًا في الدراسات الإسلامية التي تناولت موضوع الثقة بالنفس كدراسة تأصيلية تطبيقية، وعدم إعطائه الأهمية الكافية، إذ تظهر الحاجة لهذه الدراسة.

ويهدف البحث إلى بيان الثقة بالنفس في التربية الإسلامية وتطبيقاتها التربوية. ومنهج البحث هو المنهج التأصيلي والاستنباطي، وذلك من خلال استقراء النصوص المتعلقة بموضوع الدراسة وتحليلها وتوظيفها في العملية التعليمية.

(١) مسلم، صحيح مسلم، دار إحياء التراث العربي، بيروت، باب في الأمر بالقوة وترك العجز، ج٤، رقم (٢٦٦٤)، ص٢٠٥٢.

(٢) السليم، منى محمد، الثقة بالنفس وعلاقتها بالعبادات والعقيدة الإسلامية لدى طالبات المرحلة المتوسطة والثانوية، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد ٢٨، العدد ٢، ٢٠٢٠م، ص٣٣٣.

د. تسنيم نور الدين المهيدات ، أ. روان صالح بني عواد

المبحث الأول

مفهوم الثقة بالنفس في التربية الإسلامية

وخصائص الشخصية الواثقة بنفسها

المطلب الأول: مفهوم الثقة بالنفس في التربية الإسلامية:

الثقة لغة: مصدر وثق بـ، وثق في، وثق من، الثقة بالنفس: الاعتماد عليها، يقين، تحرر من الشك أو القلق أو الخوف "له ثقة في النجاح- هو على ثقة بأنه مُخطئ". انعدام الثقة: ارتياب وشك وسوء ظن، الثقة بالذات: الشعور بالقدرة الذاتية^(١).

والثقة بالنفس اصطلاحاً: إدراك الفرد لقدراته واستعداداته ومهاراته وخبراته وكفاءته في التعامل مع المواقف والأحداث بفاعلية واهتمام، وهي تؤثّق شعور الفرد واعتقاده بأنه قادر على تحقيق حاجاته، ومواجهة متطلباته البيئية، والوصول إلى أهدافه لمواجهة الحياة، وحسن التوافق مع الآخرين والتعامل مع المواقف المختلفة بفاعلية، وإدراك تقبل الآخرين له وثقتهم به^(٢).

وتُعرف الثقة بالنفس في التربية الإسلامية بأنها: هي الثقة بوجود الإمكانيات والأسباب التي أعطاه الله للإنسان، فهذه ثقة محمودة وينبغي أن يتربى عليها الفرد، ليصبح قوي الشخصية.^(٣)

وتعرف الباحثة الثقة بالنفس في التربية الإسلامية بأنها: سمة نفسية يكتسبها الفرد المسلم من قوة إيمانه بالله عز وجل، واستشعاره للنعم والقدرات التي منحها

(١) عمر، أحمد مختار، معجم اللغة العربية المعاصرة، عالم الكتب، ط١، ٢٠٠٨م، ص٢٣٩٨.

(٢) السيد محمود، الفرحاتي، علم النفس الإيجابي للطفل، الإسكندرية، دار الجامعة الجديدة، د.ط، ٢٠١٢م، ص٣٦١.

(٣) بنت جالية، سميرة، مرجع سبق ذكره، ص٤١٤.

مبدأ الثقة بالنفس

له، تمكنه من تحقيق أهدافه وغاياته وطموحاته، وحسن التعامل مع المواقف والأحداث بفاعلية وإيجابية، وصولاً إلى الاتزان والنجاح في حياته، مع الإقرار أن كل ذلك بفضل الله وتوفيقه.

المطلب الثاني: خصائص الشخصية الواثقة بنفسها في التربية الإسلامية:

الخاصية: هي الصفة التي تميز الشيء وتحدده^(١)، والشخصية الواثقة بنفسها؛ لها خصائص متعددة تميزها عن غيرها، وهذه الخصائص مستوحاة من كتاب الله سبحانه وتعالى، وسنة رسوله صلى الله عليه وسلم، وهي كالآتي:

١. الإيمان: "ويكون الإيمان بالأركان الستة وهي: الإيمان بالله، وملائكته، وكتبه، ورسله، واليوم الآخر، والقدر خيره وشره"^(٢)، يقول الإمام أبو حنيفة في كتابه العالم والمتعلم: "الإيمان هو التصديق، والمعرفة، واليقين، والإقرار، والإسلام"^(٣).

فمن خصائص الشخصية الواثقة بنفسها، أن تكون مؤمنة بالله عزَّ وجلَّ، وهي من أعظم الخصائص على الإطلاق، "فقوة الإيمان لدى المسلم هي القوة الدافعة التي تستحثه لارتياح مسالك الخير، وتجعل منه إنساناً قوياً لا يخشى في الحق لومة لائم، وهو ثابت الشخصية لا تزلزله عواصف الحياة، إنه يستمد ثباته من عقيدته الثابتة التي تمنحه القوة والرسوخ، ولذا فإن الإنسان المسلم صاحب العقيدة الراسخة ثابت في كل أحواله وأعماله"^(٤)، قال تعالى: ﴿آمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَأَنْفَقُوا مِمَّا جَعَلَكُمْ مُسْتَحْلِفِينَ فِيهِ فَالَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَأَنْفَقُوا لَهُمْ أَجْرٌ كَبِيرٌ وَمَا لَكُمْ لَا تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ

(١) مجمع اللغة العربية، المعجم الوسيط، القاهرة، دار الدعوة، ص ٢٣٨.

(٢) خوالده، محمود عبدالله، علم النفس الإسلامي، عمان، دار الفرقان للنشر، د.ط، ٢٠٠٤م، ص ١١١.

(٣) أبو حنيفة، العالم والمتعلم، حلب، مكتبة الهدى، ط ١، ١٩٧٢م، ص ٥٢.

(٤) سلام، سيد جمعة، شخصية المسلم كما يجب أن تكون، المنصورة، مكتبة الإيمان، ط ١، ٢٠٠٧م، ص ١٧.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====
وَالرَّسُولُ يَدْعُوكُمْ لَتُؤْمِنُوا بِرَبِّكُمْ وَقَدْ أَخَذَ مِيثَاقَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿الحدید، الآیتان:
٧، ٨﴾.

فالإسلام دينُ قوةٍ وعزّةٍ، والمسلم المؤمن بالله جلّ جلاله والوائق بما عند الله، وبأنه سيعطيه الأفضل في حياته؛ يكون لديه الثقة في نفسه، لأنه يعلم في كل فعل يقوم به أن الله معه، وعلیم به وبأمره، وبالتالي، تنعكس هذه الثقة على نفسه، فيستغل ما أعطاه الله له من قدرات وإمكانات وملكات، ويؤمن بقدراته وطاقاته فيحقق النجاح في حياته، ثم يحقق الرضا عن نفسه.

٢. العلم والمعرفة: إن من أسس بناء شخصية المسلم هو أساس العلم؛ حيث تتسامى شخصية المسلم بالعلم الذي يكشف له طريق الحق والخير، وينير مسالك الحياة، فيمضي فيها على هدى، فتتميّز شخصيته عن غيره بالعلم والفكر المفيد^(١).

فمن خصائص الشخصية الواثقة بنفسها، أن تمتلك العلم والمعرفة؛ فالمسلم كلما امتلك معرفة وعلماً ومعلومات في مجالات متعددة، كانت لديه ثقة كبيرة بنفسه، لأنه يستطيع أن يشارك في أي حوار علمي، وأن يبدي رأيه، وأن يمنح أي معلومة يمتلكها بكل سهوله وثقة.

٣. التفاعية: التفاعية من الخصائص المميزة للشخصية الواثقة بنفسها، فالفرد الذي يمتلك ثقة بنفسه يتصف بالتفاعلية، فهو يحاول جاهداً أن يتفاعل ويتكيف مع كل ما يحقق له الرفاهية والسعادة في حياته، ويتفاعل مع كل الظروف المستجدة ويحاول التأقلم معها، "ولهذا فإن الله سبحانه وتعالى - رافةً بعباده ورحمة بهم - أنزل إليهم رسله يهدونهم إلى الصراط المستقيم، ويدعونهم إلى اتباع مبادئ قويم يضمن لهم سعادة الدارين: الدنيا والآخرة"^(٢)، لكي يحققوا

(١) سلام، سيد جمعة، شخصية المسلم كما يجب أن تكون، ص ١٦.

(٢) عدس، محمد عبد الرحيم، مرجع سبق ذكره، ص ٦.

مبدأ الثقة بالنفس

سعادتهم ضمن ضوابط الشريعة الإسلامية التي أنزلها الله تعالى، قال تعالى: ﴿وَهَدَيْنَاهُمَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ﴾ (الصافات، الآية: ١١٨). جاء في تفسير الطبري: أي: الطريق المستقيم، الذي لا اعوجاج فيه وهو الإسلام دين الله، الذي ابتعث به أنبياءه^(١)، والأشخاص الواصلون بأنفسهم سريعون في الاندماج والانتماء، حيث لديهم الفاعلية والشعور بقيمتهم الذاتية، وهم أسرع استجابة للتغيير^(٢).

٤. القدرة على تحقيق الأهداف والبعد عن الفشل: إن من خصائص

الشخصية الواثقة بنفسها، أنها تمتلك القدرة على تحقيق الأهداف والبعد عن الفشل، لأنها تعلم نقاط قوتها وتستغلها بشكل إيجابي، ولا يصاب المسلم الواصل باليأس في حال وقوعه بالفشل، وهذا ما دعى إليه الإسلام، بأن يبقى المسلم متفائلاً ويبتعد عن اليأس، قال تعالى: ﴿وَلَا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ﴾ (يوسف، الآية: ٨٧). جاء في تفسير الطبري: (ولا تقنطوا من أن يرؤح الله)، عنا ما نحن فيه من الحزن على يوسف وأخيه بفرح من عنده، (إنه لا ييأس من رؤح) يقول: لا يقنط من فرجه ورحمته ويقطع رجاءه منه (إلا القوم الكافرون)، يعني: القوم الذين يجحدون قدرته على ما شاء تكوينه^(٣)، فاليأس أمر مرفوض في الشريعة الإسلامية، لأن اليأس من صفات الكافرين.

لذا يجب على الفرد المسلم أن يضع أهدافه أمام عينيه، ويخطط لكل ما يريد تحقيقه، ويستعين بالله عز وجل ولا يخشى العواقب والفشل، ولا يُحبط لأي عقبة من عقبات الحياة، لكي ينجح ويصل لكل ما يصبو إليه، وأن لا يُصادق المحبطين والبائسين، لأنهم السبب في إعطائه كل ما هو سلبي وضار بحياته.

(١) الطبري، محمد بن جرير، مرجع سبق ذكره، ص ٩٤.

(٢) السيد محمود، الفرحاتي، مرجع سبق ذكره، ص ١٧٣.

(٣) الطبري، محمد بن جرير، مرجع سبق ذكره، ص ٢٣٢.

المبحث الثاني

أهمية الثقة بالنفس في التربية الإسلامية

المطلب الأول: أهمية الثقة بالنفس على المستوى الفردي:

١. الاطمئنان والسلام النفسي:

تعد الثقة بالنفس سبيلاً للاطمئنان والسلام النفسي، المستمد من ذكر الله تعالى وعبادته واتباع أوامره، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد، الآية: ٢٨)، قال السعدي: ذكر الله تعالى علامة المؤمنين فقال: {الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ} أي: يزول قلقها واضطرابها، وتحضرها أفراحها ولذاتها، {أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ} أي: حقيق بها وحرى أن لا تطمئن لشيء سوى ذكره، فإنه لا شيء ألد للقلوب ولا أشهى ولا أحلى من محبة خالقها، والأنس به ومعرفته، وعلى قدر معرفتها بالله ومحبتها له، يكون ذكرها له، وبذلك تطمئن القلوب، فإنها لا تطمئن القلوب إلا باليقين والعلم، وذلك في كتاب الله، مضمون على أتم الوجوه وأكملها^(١).

٢. الإبداع والتألق والنجاح:

تسهم الثقة بالنفس في أن تجعل الفرد مبدعاً، وناجحاً في الكثير من أمور الحياة، وأن مفتاح الثقة بالنفس هو أن تحدد ماذا تريد، وأن تتصرف وكأنك من المستحيل أن تفشل، والخوف والشك هما العدوَّان الرئيسان لكل نجاح وإنجاز عظيم^(٢)، والإيمان بالله والثقة بالنفس أساس النجاح، فالإيمان يمنح القوة

(١) السعدي، عبدالرحمن بن ناصر، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، مؤسسة الرسالة، ج ١، ط ١، ٢٠٠٠م، ص ٤١٧.

(٢) شحادة، نورا عايد، الإدارة بالإيمان، عمان، الأردن، دار كنوز المعرفة، ط ١، ٢٠٠٨م، ص ١٣٨.

مبدأ الثقة بالنفس

وهو نقطة الانطلاق نحو النجاح، وهو النور الذي يضيء للمسلم الطريق نحو النجاح.

٣. مواجهة الصعاب والمشكلات:

يؤكد علماء النفس أنه عند انخفاض ثقة الفرد في نفسه، فإن ذلك ينعكس سلباً عليه في عدة صور بدنية وسلوكية، ومنها: وجود صعوبات في العلاقات الشخصية، وأيضاً وجود صعوبة في حل المشكلات سواء في العمل أو في الحياة الاجتماعية^(١).

٤. التفاؤل وعدم اليأس:

إن الإسلام أمر بالتفاؤل ورفض للتشاؤم والتشاؤم، ويظهر ذلك في الكثير من الآيات القرآنية الكريمة التي تدل على ذلك ومنها، قوله تعالى: ﴿وَلَا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ﴾ (يوسف، الآية: ٨٧)، أي: لَا تَقْنَطُوا مِنْ فَرَجِ اللَّهِ، {إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ}، دليل على أَنَّ الْقُنُوطَ مِنَ الْكِبَائِرِ، وَهُوَ الْيَأْسُ^(٢). قال ابن القيم: قد ذهب يوسف بن يعقوب عليه السلام، فبكى يعقوب ثمانين سنة، ثم لم ييأس، فلما ذهب ابنه الآخر، قال: ﴿عَسَى اللَّهُ أَنْ يَأْتِيَنِي بِهِمْ جَمِيعًا﴾ (يوسف، الآية: ٨٣)^(٣). وهذا يدل على ثقة سيدنا يعقوب وأمله الكبير بالله عزَّ وجلَّ. فالثقة بالنفس لها أهمية كبيرة في تحقيق التفاؤل للإنسان؛ فالوائق بنفسه وقدراته وجهده الذي سعى في بذله

(١) فرج، طريف شوقي، توكيد الذات مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية، القاهرة، دار غريب

للطباعة والنشر والتوزيع، د.ط، د.ت، ص ٢٥.

(٢) القرطبي، أبو عبدالله، الجامع لأحكام القرآن، دار الكتب المصرية، القاهرة، ج ٩، ط ٢،

١٩٦٤م، ص ٢٥٢.

(٣) ابن القيم، محمد بن أبي بكر، صيد الخاطر، دمشق، دار القلم، ج ١، ط ١، ٢٠٠٤م،

ص ٢٨٣.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====
سيكون دوماً متفائلاً بتحقيق النجاح، وحتى لو لم ينجح فإن الأمل والتفاؤل بتحقيق
النجاح لا يفارقانه، ولا يستسلم أبداً، ويرضى بالنتائج.
٥ . حسن إدارة الوقت:

الوقت له أهمية كبيرة في حياة الإنسان، وله مكانة بالغة في الإسلام، فيجب
عدم إغفال أهميته، واستغلال كل دقيقة في حياتنا في العمل المفيد المثمر،
والإنسان محاسب على وقته فيما يمضيه، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:
«لَا تَزُولُ قَدَمَا عَبْدٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُسْأَلَ عَن عُمْرِهِ فِيمَا أَفْنَاهُ، وَعَن عِلْمِهِ فِيمَ
فَعَلَ، وَعَن مَالِهِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيمَ أَنْفَقَهُ، وَعَن جِسْمِهِ فِيمَ أَبْلَاهُ»^(١)، ومعنى:
عن عمره وعن شبابه أي: أين ضيعت عمرك وفيما أفنيت عمرك وشبابك وقوتك؟،
وآخر الأشياء التي يسأل عنها عن علمه، فإذا كنت قد تعلمت كتاب الله وعرفت
الأحكام الشرعية وعرفت سنة النبي صلى الله عليه وسلم، فما الذي عملته فيما
علمت من ذلك؟ فأعدوا للسؤال جواباً^(٢).

المطلب الثاني: أهمية الثقة بالنفس على المستوى الجماعي:

١ . العلاقات الاجتماعية الجيدة:

"إن العلاقات الاجتماعية الناشئة بين الأفراد نتيجة لاجتماعهم أمر حتمي، لأن
اجتماعهم حتمي وفطري"^(٣)، لأن الإنسان بفطرته يميل إلى الاجتماع بغيره
والاقتتران بهم، ويصعب عليه العيش بمفرد وبمعزل عن الناس، فمن أهمية الثقة

(١) الترمذي، محمد بن عيسى، سنن الترمذي، ج٤، ط٢، ١٩٧٥م، باب في القيامة، رقم
(٢٤١٧)، ص٦١٢.

(٢) حطبية، أحمد، شرح الترغيب والترهيب للمنذرى، باب تحريم أخذ المال الحرام بحجة
التصدق به، ج٢٥، ص٥.

(٣) أبو مغلي، عماد عادل، العلاقات الاجتماعية في القرآن الكريم، إربد، دار الكندي للنشر،
ط١، ٢٠٠٩م، ص٥٩.

مبدأ الثقة بالنفس

بالنفس لدى المسلم، أنها تجعله يبني علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين، لأن الشخص الواثق بنفسه لا يجد صعوبة في بناء علاقات اجتماعية جديدة مع الغير، "وأن التفاعل الاجتماعي مع الآخرين له دور كبير في تقدير الفرد لنفسه"^(١).

٢. العمل بالشورى وتقبل الرأي الآخر:

لقد أمر الإسلام بالتشاور، قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ﴾ (الشورى، الآية: ٣٨)، ﴿وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ﴾: واللّه ما شاور قوم قط إلا هداهم اللّه - تعالى - لأفضل ما بحضرتهم، وأصله: أن اللّه - تعالى جلّ وعلا - أمر رسوله - صَلَّى اللّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - أن يشاور صحابته حيث قال: ﴿وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ﴾^(٢).

٣. التأثير في الآخرين والتعامل معهم بحكمة:

إن من أهمية الثقة بالنفس لدى الفرد المسلم، أنه يستطيع التأثير في الآخرين نظراً لما يتمتع به من ميزات، ومهارات في التواصل والمخاطبة والإقناع، قال تعالى: ﴿فِيمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ (آل عمران، الآية: ١٥٩).

**

(١) يونس، أمل عبد الكريم، مرجع سبق ذكره، ص ٣٥.

(٢) الماتريدي، محمد بن محمد، تفسير الماتريدي، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان، ج ٩،

ط ١، ٢٠٠٥م، ص ١٣٣.

المبحث الثالث

مقومات الثقة بالنفس في التربية الإسلامية،

واستراتيجيات بنائها

المطلب الأول: مقومات الثقة بالنفس في التربية الإسلامية:

أولاً: المقومات الإيمانية (الاعتقادية):

١. مقوم الإيمان بأركان العقيدة:

والمقصود بهذا المقوم: هو الإيمان بالأركان الستة وهي: الإيمان بالله تعالى، والإيمان بالملائكة، والإيمان بكتب الله تعالى، والإيمان بالرسول، والإيمان باليوم الآخر، والإيمان بالقدر خيره وشره^(١). قال تعالى: ﴿أَمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ﴾ (البقرة، الآية: ٢٨٥)، فهذا أول مقوم من المقومات الإيمانية.

دور مقوم الإيمان بأركان العقيدة في بناء الثقة بالنفس:

إن الإيمان بالله وحده سبب للاطمئنان والسكينة، فالمؤمن لا يخاف إلا الله، ولا يعبد سواه، فهو يعبد إلهاً واحداً، ويتلقى أوامره من مصدر واحد^(٢)، قال تعالى: ﴿لَوْ كَانَ فِيهِمَا آلِهَةٌ إِلَّا اللَّهُ لَفَسَدَتَا فَسُبْحَانَ اللَّهِ رَبِّ الْعَرْشِ عَمَّا يَصِفُونَ﴾ (الأنبياء، الآية: ٢٢)، أي: لو كان في السماوات والأرض آلهة تصلح للعبادة سوى الله الذي هو خالق الأشياء، وله العبادة والألوهية التي لا تصلح إلا له، {لَفَسَدَتَا}، يقول: لفسد أهل السماوات والأرض، {فسبحان الله عما يصفون}، يقول جل ثناؤه: فتنزيهه الله

(١) القرضاوي، يوسف، البيان في أركان الإيمان، دار البشائر الإسلامية، بيروت، لبنان، ط١،

١٩٩٩م، ص٢٢.

(٢) القرضاوي، يوسف، البيان في أركان الإيمان، ص٩٦.

مبدأ الثقة بالنفس

وتبرئة له مما يفترى به عليه هؤلاء المشركون به من الكذب^(١). وعندما يكون المؤمن مطمئناً هادئ النفس، تزيد قدرته على العمل والإبداع والنجاح، بالتالي تزيد ثقته بنفسه، كما أن الإيمان بأسماء الله وصفاته لها الأثر الكبير على النفس المسلمة.

ويجب على المربين في ميادين عملهم أن يسعوا إلى تربية الأبناء تربية إيمانية؛ لأنها الأساس في بناء الأمة الإسلامية، ويقدر ما تكون العقيدة في الأمة تكون هذه الأمة قوية متماسكة ملتزمة بالسلوك الذي تقتضيه هذه العقيدة، إذ إن العقيدة هي القوة الدافعة إلى العمل، والموجهة إلى أعمال وغايات سامية، ويقدر قوة العقيدة يندفع الأفراد والجماعات إلى الأعمال الإيجابية، فالعقيدة من هذه الناحية طاقة لا تنفذ للأفراد والجماعات^(٢).

٢. مقوم إخلاص العمل لوجه الله:

الإخلاص: هو "إرادة وجه الله تعالى بالعمل، وتخليص نية العبد من أية شائبة، سواء إرادة عرض من حطام الدنيا، أو إرادة الشهرة، أو مدح الناس ورضاهم، وغير ذلك من مرادات الخلق غير الله تعالى، وتوجيه النية والقصد لطلب ما عند الله وابتغاء وجه الله"^(٣)، فانه سبحانه وتعالى أمرنا بالإخلاص في العبادة والعمل دليل ذلك قوله تعالى: ﴿وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينُ الْقِيَمَةِ﴾ (البينة، الآية: ٥)، أي قاصدين بجميع عباداتهم الظاهرة والباطنة وجه الله، وطلب الزلفى لديه^(٤). وقوله تعالى:

(١) الطبري، محمد بن جرير، جامع البيان في تأويل القرآن، ص ٤٢٥.

(٢) يالجن، مقداد، القاضي، يوسف مصطفى، مرجع سبق ذكره، ص ٢٥١.

(٣) الكسواني، ناصر صبره، الإخلاص والنية الصادقة في الكتاب والسنة وأقوال علماء الأمة، دار الفاروق، عمان، الأردن، ط ١، ٢٠١١م، ص ١٦.

(٤) السعدي، عبد الرحمن بن ناصر، مرجع سبق ذكره، ص ٩٣١.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====
﴿إِنَّا أَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ فَاعْبُدِ اللَّهَ مُخْلِصًا لَهُ الدِّينَ﴾ (الزمر، الآية: ٢). أي:
فاخشع لله يا محمد بالطاعة، وأخلص له الألوهية، وأفرده بالعبادة، ولا تجعل له
في عبادتك إياه شريكا^(١).

فالإخلاص هو الركن الأول من أركان قبول العمل؛ إذ لا بد لأي عمل حتى
يكون مقبولاً عند الله من شروط، والله تعالى لا يقبل من العمل إلا ما كان خالصاً
له تعالى^(٢).

دور مقوم إخلاص العمل لوجه الله في بناء الثقة بالنفس:

لا شك أنّ من يجعل الإخلاص شرطاً وهدفاً من أهداف عمله بالحياة؛ أن
يكون مطمئناً في حياته ولما يقدمه من أعمال لنفسه وللآخرين، فالمسلم عندما
يكون عمله خالصاً لوجه الله تعالى، وأي عمل يقوم به في مجال عمله، أو في
حياته الاجتماعية مع الآخرين، أو بين أصدقائه يكون بهدف تقديم الخير دون
انتظار المقابل من أحد، هذا من شأنه أن يزيد من ثقته بنفسه، فيعيش بسلام
وهدوء نفسي، ويشعر بالقوة، لأنه يعمل لوجه الله، فلا يخيب ظنه بالآخرين لأنه لا
ينتظر شيئاً منهم، وهو لا يسعى لإرضاء الناس، بل غايته في الحياة هي إرضاء
الله عزّ وجلّ، وترى الباحثة في هذا الإطار، ضرورة أن يشترك الأطفال والكبار
في الأعمال التطوعية سواءً في المدرسة أو الجامعة ضمن الضوابط الشرعية،
لأن ذلك يؤدي إلى تقوية شخصية الطفل وبناء ثقته بنفسه، ويتعلم تقديم الخير
والعمل لوجه الله تعالى.

(١) الطبري، محمد بن جرير، تفسير الطبري، ص ٢٥٠.

(٢) الكسواني، ناصر صبرة، الإخلاص والنية الصادقة في الكتاب والسنة وأقوال علماء الأمة،
دار الفاروق، عمان، الأردن، ط ١، ٢٠١١م، ص ٢٩.

مبدأ الثقة بالنفس

ثانياً: المقومات العقلية:

١. مقوم أعمال العمليات العقلية:

تعدّ العمليات العقلية كالتفكير والتأمل والتدبر من أهم ما يميّز الإنسان عن غيره من المخلوقات، لأنه يتم بواسطة العقل، والله ميزنا بالعقل لكي نستخدمه فيما ينفع لأنفسنا ولغيرنا، فيجب على المسلم العاقل أن يسعى للاستفادة من نعمة العقل في التفكير والتأمل في أنفسنا وفي الكون، لأنها مقوم أساسي ومهم لبناء الشخصية الواثقة بنفسها.

فمن الأمور التي تساعد على حفظ العقل والاعتناء به، هي والتدبر والتفكير والتأمل، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ﴾ (آل عمران، الآية: ١٩١). قال الطبري: "ويتفكرون في خلق السموات والأرض"، فإنه يعني بذلك: أنهم يعتبرون بصنعة صانع ذلك، فيعلمون أنه لا يصنع ذلك إلا من ليس كمثله شيء، ومن هو مالك كل شيء ورازقه، وخالق كل شيء ومدبره، ومن هو على كل شيء قدير، ويده الإغناء والإفكار، والإعزاز والإذلال، والإحياء والإماتة، والشقاء والسعادة^(١). فالذي يتفكر في خلق الله سيذهل من قدرته وقوته جلّ جلاله، فيعلم أن القادر على خلق هذا الإبداع والترتيب والتنظيم في الكون، قادرٌ على أن يجيب دعواته ويحقق آماله، فيدعو الله بما يريد، فيزيد اطمئنانه، وتنزل السكينة على قلبه، فيصبح واثقاً بنفسه وبما وهبه الله من إمكانات عظيمة في جسده وعقله.

دور مقوم أعمال العمليات العقلية في بناء الثقة بالنفس:

المسلم العاقل الذي يدرك نعمة العقل ويمارس عملية التأمل والتفكير والتدبر في حياته، وخاصة في النعم التي أنعمها الله عليه، والطاقات والقدرات التي وضعها

(١) الطبري، محمد بن جرير، جامع البيان في تأويل القرآن، ص ٤٧٥.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====

به، يعلم أن هذه الطاقات ما خلقها الله به عبثاً، وإنما خلقها ليستفيد منها في أعماله وتحقيق أهدافه، وبناء شخصيته لتصبح شخصية قوية وثقة بنفسها قادرة على تحقيق النجاح، وقادرة على أداء العبادات، وأيضاً التأمل والتفكير في الكون يساعد على الاسترخاء والتخلص من التوتر والقلق ومواجهة الحياة بشكل أقوى، وبالتالي المحافظة على ثقة الإنسان بنفسه وقوته.

٢ . مقوم التخطيط:

التخطيط: هو العملية المنظمة والواعية التي يتم بموجبها رسم الإطار العام لعملية التنفيذ ووضع البدائل، وذلك وفقاً للأهداف المنشودة والمراد تحقيقها، وضمن الإمكانيات المادية والبشرية والمالية المتاحة^(١).

دور مقوم التخطيط في بناء الثقة بالنفس:

التخطيط مهم في أي عمل سواءً أكان ذلك على مستوى الفرد أم الجماعة، فالكل يحتاج إليه، لأنه يقضي على الكثير من المشكلات التي تعترض الطريق، فهو محاولة لوضع الخطط والوسائل لمواجهة احتمالات المستقبل، أو وضع الحلول اللازمة لما يطرأ من مشكلات في أي مجال من مجالات الحياة المختلفة، ويهدف تحقيق الأهداف المرسومة على الوجه المطلوب، والقضاء على كل المشكلات الطارئة^(٢)، وتكمن أهمية التخطيط؛ في كونه يهدف إلى تنظيم جميع الأمور العملية والاجتماعية والاقتصادية، فيصبح المسلم واثقاً بما يقوم به من أعمال لأنها منظمّة بشكل جيد، يتلافى حدوث أي مشكلة تعترض الطريق،

(١) الحريري، رافدة، التخطيط الإستراتيجي في المنظومة المدرسية، دار الفكر، عمان، ط١، ٢٠٠٧م، ص٣٤.

(٢) عبيدات، زهاء الدين، القيادة والإدارة التربوية في الإسلام، دار البيارق، عمان، ط١، ٢٠٠١م، ص١٦٠.

مبدأ الثقة بالنفس

والواثق بنفسه يخطط لكل أمور حياته، صغيرها وكبيرها، وأي عمل يتم التخطيط له ينجح بشكل أكبر، ويختصر الكثير من الوقت والجهد.

ثالثاً: المقومات النفسية أو الوجدانية:

١. مقوم الصحة النفسية:

يقصد بالصحة النفسية: حالة دائمة نسبياً يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً (شخصياً وانفعالياً واجتماعياً)، أي مع نفسه ومع بيئته، ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية^(١). ويُعرفها الألووسي بأنها: "مجموعة المقومات التي تتضافر وتتكامل لتحقيق تكيف الفرد مع نفسه ورضاءه عنها وتكيفه مع المحيط الذي يعيش فيه، تكيفاً يتمخض عنه سعادة الفرد وتطور المجتمع"^(٢).

دور مقوم الصحة النفسية في بناء الثقة بالنفس:

كل مرحلة من مراحل نمو الإنسان تحتاج إلى تربية متوازنة في شخصيته، فيجب أن يقوم الآباء بتوفير ما يناسب كل مرحلة من مراحل النمو ومظاهرها من كفايات مادية ومعنوية، تساعد في سير عملية نمو النفس الإنسانية بشكل سليم ومتزن ومتكيف مع محيطه بشكل إيجابي، تُمكنها من القيام بدورها المنوط بها في جميع مراحل نموها^(٣).

فالعلاقة وثيقة بين الثقة بالنفس وبين الصحة النفسية؛ ذلك لأن الصحة النفسية تستلزم شرطاً أساسياً هو الثقة بالنفس، فالشخص الصحيح يستمتع بالثقة

(١) المطيري، معصومة سهيل، الصحة النفسية، مكتبة الفلاح، الكويت، ط١، ٢٠٠٥م، ص٢١.

(٢) الألووسي، جمال حسين، الصحة النفسية، بغداد، المكتبة الوطنية، ١٩٩٠م، ص١٣.

(٣) خطاطبة، عدنان مصطفى، أصول التربية الإسلامية وتطبيقاتها، ص٤٠١.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====
بنفسه، بينما يتصف الشخص المريض نفسياً بضعف ثقته بنفسه، أو بانعدام تلك الثقة^(١).

٢ . مقوم الدافعية:

الدافعية هي: مثير داخلي يحرك سلوك الأفراد ويوجهه للوصول إلى هدف معين^(٢). وتم تعريفها أيضاً بأنها: عامل داخلي يستثير سلوك الإنسان، ويوجهه، ويحقق فيه التكامل^(٣)، فوظيفة الدافع هو استثارة السلوك، فكل سلوك يقوم به الإنسان يكون نتيجة الدافعية لهذا السلوك.

لقد خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان، ومنحه خصائص متعددة تميزه عن غيره من المخلوقات، وسخر له ما في الكون، ليتمكن من العيش وكسب الرزق وإعمار الأرض، ووضع فيه دوافع وحاجات تمكنه من أداء أعماله، التي تهدف إلى استثارة سلوكه نحو تحقيق الأهداف، والقيام بالأعمال، قال تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذُلُولًا فَامشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ﴾ (الملك، الآية: ١٥)، أي: هو الذي سخر لكم الأرض وذلّلها، لتدركوا منها كل ما تعلقتم به حاجتكم، من غرس وبناء وحرث، وطرق يتوصل بها إلى الأقطار النائية والبلدان الشاسعة^(٤).

رابعاً: المقومات الجسمية:

١ . مقوم حفظ الجسم والاهتمام والاعتناء به:

لا تتفصل تنمية النواحي الجسمية عن النواحي الأخرى في النمو المتكامل لدى الإنسان، لأن تنمية النواحي الجسمية، تتوازي في الأهمية مع تنمية النواحي

(١) أسعد، يوسف ميخائيل، الثقة بالنفس، دار نهضة مصر للطبع والنشر، القاهرة، د.ط، د.ت، ص ٧١.

(٢) غباري، ثائر أحمد، الدافعية، دار المسيرة، عمان، ط ١، ٢٠٠٨م، ص ١٨.

(٣) موارى، إدوارد، الدافعية والانفعال، ترجمة: أحمد عبد العزيز سلامة، دار الشروق، القاهرة، ط ١، ١٩٨٨م، ص ٣١.

(٤) السعدي، عبد الرحمن بن ناصر، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، مؤسسة الرسالة، ج ١، ط ١، ٢٠٠٠م، ص ٨٧٧.

مبدأ الثقة بالنفس

الأخرى، العقلية منها والاجتماعية والنفسية، والتي تُغلفها كلها وتحتويها تنمية النواحي الدينية المتعلقة بتثبيت العقيدة السمحاء^(١). والإسلام حث على الاهتمام بالجسم والعناية به ليصبح قوي البنية، قادرًا على أداء المهام والأعمال المختلفة.

دور مقوم حفظ الجسم والاهتمام والاعتناء به في بناء الثقة بالنفس:

لا شك أن حفظ الجسم والاعتناء به سبب في رفع طاقة الإنسان وقوته، وكلما كان الجسد قويًا حسنَ أدائه وإنتاجه، والله خلقه وأمرنا بحفظ أنفسنا، فمن مقاصد الإسلام حفظ النفس، فلا يجوز إهمالها وعدم الاعتناء بها فتهلك وتموت، والمؤمن القوي أحب إلى الله من المؤمن الضعيف، فيجب على المؤمن أن يسعى للمحافظة على قوة جسده ويعتني به، حتى تزيد ثقته بنفسه، ويحقق ما يصبو إليه وينفع نفسه ومجتمعه.

٢. مقوم الصحة البدنية والمداواة عند المرض:

الصحة البدنية: هي حالة التوازن النسبي لوظائف أعضاء الجسم^(٢)، أو هي: تلك الحالة التي يوجد عليها الجسم البشري عندما تتوازن فيها جميع وظائفه مع تأثيرات عوامل البيئة الخارجية، وتخلو فيها من التغيرات المرضية^(٣). فصحة الإنسان البدنية تعني قدرته على ممارسة نشاطاته المتنوعة بدون أي صعوبات أو عوائق، وخلو جسده من الأمراض.

دور مقوم الصحة البدنية والمداواة عند المرض في بناء الثقة بالنفس:

إنَّ اهتمام المسلم بجسده وصحته وقوته سبب ومقوم أساسي من مقومات الثقة بالنفس، لأن الشخص الواثق بنفسه يتمتع بصحة جسدية وعقلية سليمة، وهي علاقة طردية بين الاهتمام بالجسد وقوته والثقة بالنفس؛ فكلما اهتم المسلم بجسده

(١) يالجن، مقداد، علم النفس التربوي في الإسلام، ص ١٨٦.

(٢) سلامة، بهاء الدين، الصحة والتربية الصحية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط ١، ١٩٩٧م، ص ١٧.

(٣) جلال الدين، علي محمد، الصحة الرياضية، المركز العربي للنشر، ط ٢، ٢٠٠٤م، ص ٩.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====

وصحته بشكل أكبر زادت ثقته بنفسه، ويكون أقدر وأكفأ للقيام بالمهام والأعمال المختلفة، والدفاع عن دينه ووطنه وأمته، فلا يُعقل أن يكون الشخص متعبًا وغير مهتم بصحته ويقوم بعمل شاق مثلًا، لأنه لن يستطيع إنجازه بشكل سليم ومتقن، والإتقان أمر مطلوب في كل عمل، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه»^(١).

خامساً: المقومات الاجتماعية:

١. مقوم العلاقات الاجتماعية:

أعطت التربية الإسلامية اهتمامًا بالغًا للعلاقات الاجتماعية، وبكل ما يجعل الروابط بين أفراد المجتمع على قدر من الإحكام والقوة والمناعة^(٢)، فقدره المسلم على إقامة علاقات جيدة مع الآخرين، وحسن التواصل مع غيره سواءً في العمل أو داخل أسرته وغيرها، هي من المقومات الاجتماعية الضرورية للثقة بالنفس، والعلاقات الاجتماعية الجيدة بحاجة إلى قدر من الثقة بالنفس.

دور مقوم العلاقات الاجتماعية الجيدة في بناء الثقة بالنفس:

تشكل علاقات الفرد الاجتماعية مع الآخرين أهمية كبيرة، فيتكون لديه الصداقات المتعددة ويتعلم منها السلوك الاجتماعي، وتنمو مهاراته الاجتماعية بصورة أكبر، ويصبح لديه الكثير من فنون الاتصال الإنساني، ويصبح قادرًا أكثر على التفكير والتعبير عن الذات، والقدرة على حل المشكلات لاستثارة الجماعة لمثل هذا النوع من النمو، فيصبح لديه اتجاهات معينة، وفلسفة في الحياة، ويشعر الفرد باعتزازه بالمشاركة في الجماعة، وتتحقق له المكانة الاجتماعية كمواطن

(١) الألباني، أبو عبد الرحمن، صحيح الجامع الصغير وزياداته، المكتب الإسلامي، ج ١،

د.ط، د.ت، حديث رقم (١٨٨٠)، ص ٣٨٣.

(٢) الهزايمة، لؤي عباس، دور التربية الإسلامية في بناء العلاقات الاجتماعية، دمشق،

دار الألباب، ط ١، ٢٠٠٦م، ص ٢٠.

مبدأ الثقة بالنفس

صالح لديه شعور بالأمن والاطمئنان^(١). فتنعكس علاقاته الاجتماعية على شخصيته.

٢. مقوم مهارة الاتصال والتواصل:

الاتصال: هي عملية يتم خلالها نقل أو تبادل أو استقاء معلومات، أو بيانات بين طرفين أحدهما يمكن اعتباره طرفاً مؤثراً (المرسل)، والآخر يمكن اعتباره طرفاً متأثراً (المستقبل)، كما يجب التأكيد على أن المادة التي تنقل أو تتبادل بين طرفي العملية الاتصالية، قد تكون أفكاراً أو رؤى أو معلومات أو بيانات، وهذه تسمى بمادة الاتصال^(٢). فالاتصال عملية تحدث لكل فرد في المجتمع، وفي أي مكان يتواجد به يحتاج إلى اتصال وتواصل مع الآخرين، فلا يمكن للإنسان أن يعزل نفسه عن المجتمع.

دور مقوم مهارة الاتصال والتواصل في بناء الثقة بالنفس:

فحسن التواصل مع الآخرين، ومخاطبتهم بالحسنى والكلمة الطيبة، واللين في التعامل معهم. هذا من شأنه أن يورث حباً في النفوس، ويوضع له القبول في الكيان الاجتماعي^(٣). فيصبح محبوباً بين الناس، ويستطيع التأثير بهم، فتزيد ثقته بنفسه، ويصبح قوي الشخصية، وهذا هو المؤمن القوي الذي يحبه الله، بحيث يستغل هذه المهارات فيما ينفع نفسه ودينه ومجتمعه.

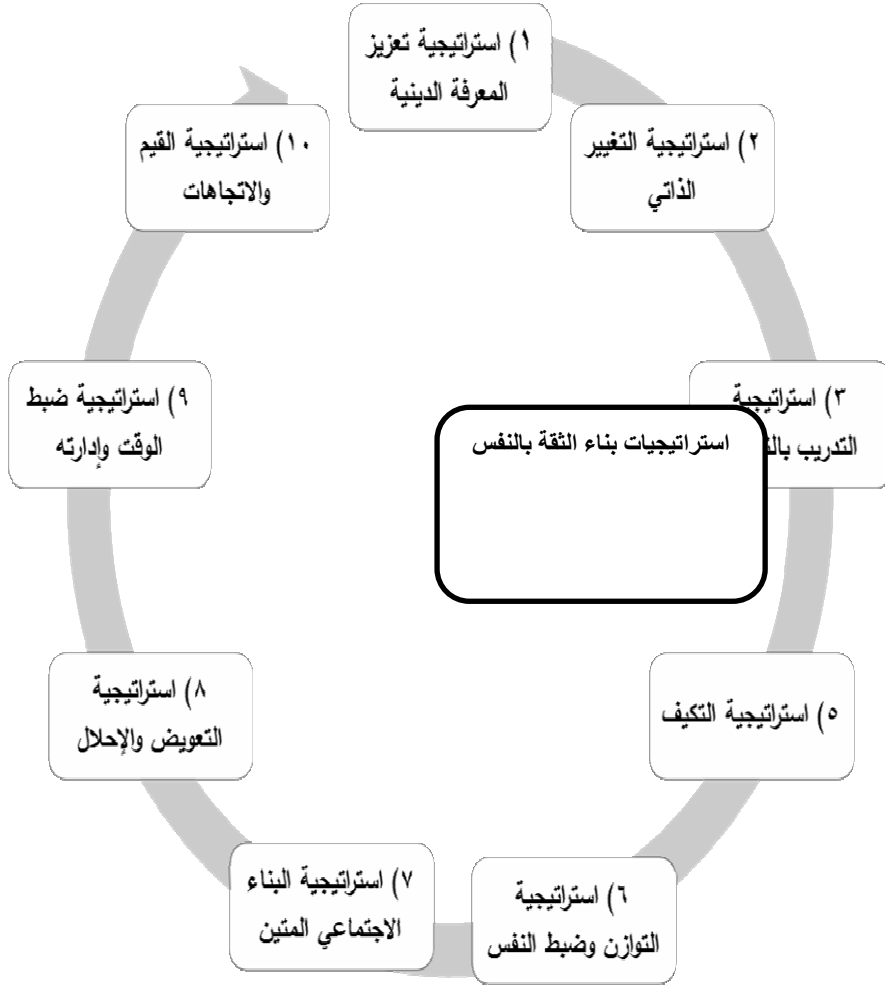
(١) أحمد، سهير كامل، علم النفس الاجتماعي بين التنظير والتطبيق، دار الزهراء الرياض، ط١، ٢٠٠٨م، ص٣٤.

(٢) صالح، عماد فاروق، الاتصال الإنساني في الخدمة الاجتماعية، دار الكتاب العالمي، العين، الإمارات العربية المتحدة، ط١، ٢٠١٠م، ص٢٢.

(٣) الهزايمة، لؤي عباس، دور التربية الإسلامية في بناء العلاقات الاجتماعية، دمشق، دار الألباب، ط١، ٢٠٠٦م، ص١٧٨.

د. تسنيم نور الدين المهيدات ، أ. روان صالح بني عواد
المطلب الثاني: إستراتيجيات بناء الثقة بالنفس في التربية الإسلامية وتطبيقاتها
التربوية

أولاً: إستراتيجيات بناء الثقة بالنفس في التربية الإسلامية:



مبدأ الثقة بالنفس

أولاً: إستراتيجية تعزيز المعرفة الدينية:

والمقصود بهذه الإستراتيجية: أن يكون كل فرد مسلم ذا علم ومعرفة بجميع الأمور الدينية التي فرضها الله عزَّ وجلَّ، وأن يسعى لتعلّم كل ما يُستجد ويُستحدث، ومعرفة الواجبات المفروضة عليه، والنواهي التي يجب أن يبتعد عنها، وذلك من أجل بناء شخصيته بشكل قوي يُحبه الله ويرضاه، وبناء ثقته بنفسه، لأن المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف.

أهداف إستراتيجية تعزيز المعرفة الدينية:

١. بناء شخصية المسلم على علم ومعرفة دينية صحيحة وسليمة.
٢. تحقيق رضا الله عزَّ وجلَّ.
٣. تعريف الإنسان بربه تعريفاً يقوم على أساس الوعي والفهم السليم، لإثارة العلاقة السليمة بين الإنسان وخالقه، ولتكوين فهم إيماني أصيل يساهم في بناء شخصية الفرد^(١).
٤. بيان أساليب التربية التي تساعد في التنشئة الدينية السليمة للأبناء.
٥. تحقيق الثقة بالنفس التي يرضاها الله عزَّ وجلَّ ويحبها في كل مسلم.
٦. تفعيل المقومات الإيمانية التي تم ذكرها سابقاً.

أساليب تفعيل هذه الإستراتيجية:

١. أسلوب التنشئة الدينية: لا بد من تنشئة الأبناء منذ نعومة أظفارهم على الإيمان بالله، والعبادة له، والتسليم لأمره، وتعليمهم وتدريبهم على العبادات البدنية والروحية، وعلى حرية التصرف وتحمل المسؤولية، وممارسة الأمور على قدر نموهم، ومراحل تطوّرهم^(٢).

(١) الواعي، توفيق يوسف، إستراتيجيات في تربية الأسرة المسلمة، شروق للنشر والتوزيع، المنصورة، مصر، ط١، ٢٠٠٥م، ص٨٨.

(٢) سعادة، إبراهيم، الإسلام وتربية الإنسان، مكتبة المنار، الزرقاء، الأردن، ط١، ١٩٨٥م، ص٩٩.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====

٢. أسلوب غرس أصول الاعتقاد في ذهن الطفل: القاعدة العقديّة تشكل البنية العميقة لأي شخصيّة مسلمة، وعلى قدر متانة تلك القاعدة تكون صلابة البناء التربوي كله^(١)، فتتحقق الثقة بالنفس إذا تعزز الاعتقاد لدى الإنسان بأن لديه إمكانيات وأسباباً منحها الله تعالى إلى كل من هو واثق بنفسه، وهذه بالضبط هي الثقة المحمودّة التي ينبغي أن يتربى عليها الفرد ليصبح قوي الشخصية، ومن ثم يتربى عليها أبنائه، فتنتقل الثقة عبر الأجيال^(٢).
٣. أسلوب غرس القيم العقديّة في نفس المسلم: وهي قيم أركان الإيمان المتمثلة؛ "بالإيمان بالله، وملائكته، وكتبه، ورسله، واليوم الآخر، والقدر خيره وشره"^(٣)، وأن كل ركن من الأركان مرتبط بالآخر في قيمه ومستلزماته لا ينفصل عنه البتّة.
٤. أسلوب تحقيق شمول العبادة: فرسالتنا في هذه الحياة عبادة الله، ويجب علينا تحويل كل أمور حياتنا إلى عبادة نتقرب بها إلى الله، ونستعين بها على عبادة الله وطاعته^(٤).

آليات تطبيق إستراتيجية المعرفة الدينية:

١. تركيز التربية على قوة الإيمان وسلامة العقيدة: فينبغي على المعلمين والآباء تزويد أبنائهم بالمفاهيم الإسلامية الصحيحة في مجال العقيدة، لكي يتمكنوا من معرفة الأفكار الصحيحة والأفكار الخاطئة، وكذلك من أجل حمايتهم من

(١) بكار، عبد الكريم، دليل التربية الأسرية، دار الأعلام، عمّان، الأردن، ط٢، ٢٠٠٢م، ص٩.

(٢) الأنصاري، فاطمة الزهراء، كن واثقاً بنفسك، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، المجلد ٣٥، العدد ٤٠٨، ٢٠١٦م، ص١٦٢.

(٣) خوالده، محمود عبدالله، علم النفس الإسلامي، عمّان، دار الفرقان للنشر، د.ط، ٢٠٠٤م، ص١١١.

(٤) الواعي، توفيق يوسف، مرجع سبق ذكره، ص٣٢.

مبدأ الثقة بالنفس

- المذاهب الهدامة التي تستهدف الإسلام، فثبات العقيدة الإسلامية في ذهن الأبناء تشعرهم بصفاء النفس، لأن العقيدة الإسلامية تجعل المسلم ملتزماً بطاعة الله ويأنس بقربه سبحانه، ويعتمد على الله في البأساء والضراء^(١).
٢. اصطحاب الأبناء إلى الصلوات في المسجد؛ وذلك من أجل تعليمه أداء الصلوات جماعةً، وأيضاً من أجل الاختلاط بالآخرين وتصبح شخصيته قوية، ويتخلص من الخوف والخجل.
٣. الاستعانة بالله والتوكل عليه، والنظر إلى الحياة بتفاؤل وأمل في الصعوبات الحياتية التي تواجه الآباء والأبناء.
٤. الرضا بقضاء الله وقدره، وتربية الأبناء على منهج الرضا.
٥. تحقيق الإخلاص لوجه الله في العمل.
٦. تشجيع الطلبة والأبناء على دراسة العلم الشرعي.
٧. غرس معاني الآيات والأحاديث النبوية المليئة بالأمل والتفاؤل في نفوس الأبناء.

ثانياً: إستراتيجية التغيير الذاتي:

والمقصود بهذه الإستراتيجية: هي إعادة بناء الذات من خلال تغيير وإزالة جميع العادات أو الصفات السلبية المؤثرة في الثقة بالنفس، وتهيئة مناخ جديد لاستقبال الصفات والعادات الإيجابية المعززة للثقة بالنفس.

أهداف إستراتيجية التغيير الذاتي:

١. تغيير وتعديل السلوك السلبي.
٢. بيان كيفية بناء الذات بناءً سليماً.
٣. التعرف على أساليب التغيير الإيجابية بالذات.
٤. تكوين شخصية قوية والتخلص من الخجل والخوف.

(١) مصطفى، فهم، المنهج التربوي لثقافة الطفل المسلم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ط١، ٢٠٠٣م، ٩٨.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====

٥ . تحويل المعتقدات السلبية عن النفس إلى معتقدات إيجابية.

أساليب تفعيل هذه الإستراتيجية:

من الطرائق والأساليب التي تعمل على تعزيز الثقة بالنفس من خلال التغيير الذاتي ما يلي:

١ . أسلوب مواجهة ما يخاف ويخجل منه؛ وذلك لكسر حاجز الخوف والخجل لديه، وهي المخاوف السلبية التي تؤثر على حياة الإنسان.

٢ . أسلوب الاسترخاء، فالاسترخاء يعطي كمية قصوى من الحيوية والقوة المجددة للنشاط، وهو سلاح ضد الإجهاد والتوتر الذي يهدد الجسم، فاسترخاء العضلات يعني بالتالي استرخاء الدماغ^(١).

٣ . أسلوب حنان الأبوين على الطفل، وإعطائه الاستقلالية في الاختيار، وتشجيعه والثناء عليه، وتذكيره بخصائصه ونجاحاته، فهذا يساعد على بناء ثقة الطفل بنفسه^(٢).

٤ . أسلوب التحفيز والمكافأة: المكافآت بأنواعها لها فعل عجيب في أسر القلوب، وتجديد النشاط وكسر طوق الخمول، إلى غير ذلك من الآثار التي تحدثها المكافآت^(٣)، فهنا من واجب المربي أن يقدم المكافآت لأبنائه عند أي عملية تغيير إيجابية يقومون بها، وذلك من أجل تحفيزه لترك وتغيير العادات السلبية، وأي سلوك سلبي يريد المربي تغييره في ابنه.

آليات تطبيق إستراتيجية التغيير الذاتي:

١ . التعزيز الإيجابي لنفسه عند القيام بسلوك حسن^(٤).

(١) حجازي، أحمد توفيق، سحر التصور العقلي، دار كنوز المعرفة العلمية، عمان، ط١، ٢٠٠٨م، ص٥٥.

(٢) بكار، عبد الكريم، دليل التربية الأسرية، ص٧٩.

(٣) الشحود، علي بن نايف، الأساليب النبوية في التعليم، دار المعمور، بهانج، ماليزيا، ط١، ٢٠٠٩م، ص٩٩.

(٤) الخزاعلة، محمد سلمان وآخرون، نظريات في التربية، دار صفاء، عمان، ط١، ٢٠١١م، ص١٣٥.

مبدأ الثقة بالنفس

٢. عدم التفكير بالمواقف السلبية التي حدثت بالماضي.
٣. عدم الإذعان للمطالب غير المقبولة؛ فالإسلام يحض الفرد على أن يعلن رفضه لما يطلب منه إذا رأى أن ذلك غير مشروع أو مقبول^(١).
٤. التعامل مع الآخرين بلطف، وقبول الانتقاد بحب وابتساماة لطيفة، وعدم إعطاء الأمور أكبر من حجمها.
٥. استعن بالله ولا تعجز، لا تيأس وتقل مستحيل، لا يوجد أمر صعب بعون الله وقدرته والتوكل عليه.

ثالثاً: إستراتيجية التكيف (الانسجام):

بدايةً يُعرّف التكيف بأنه: "مجموعة ردود الفعل التي يعدل الفرد سلوكه أو تصرفاته أو بناءه النفسي، ليجيب على شروط تغيرات محيطه حوله"^(٢).

فالمقصود بهذه الإستراتيجية: هي محاولة الفرد التكيف والتأقلم مع جميع الظروف المحيطة، ومع البيئة التي يعيش فيها، بحيث يحافظ على استقراره وأمنه النفسي.

أهداف إستراتيجية التكيف:

١. تحقيق الرضا والسعادة للإنسان.
٢. بيان كيفية تبديل الأمور السيئة بأمر أفضل.
٣. بيان ضرورة استخدام أسلوب التجاهل عن سفاسف الأمور.
٤. بيان دور الاختيارات الصحيحة في حياة الإنسان.
٥. التأقلم مع الظروف المحيطة.

(١) فرج، طريف شوقي، توكيد الذات مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية، القاهرة، دار غريب

للطباعة والنشر والتوزيع، د.ط، د.ت، ص ٣٨٠.

(٢) كنانى، منذر إبراهيم، التكيف والصحة النفسية، دائرة المكتبة الوطنية، إريد، ط١، ٢٠١٠م،

ص ٣٢.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====
أساليب تفعيل هذه الإستراتيجية:

- ١ . أسلوب التقبل والرضا: أي محاولة تقبل ما يحصل لنا في الحياة بشكل يعيننا على الاستمرار والمواصلة، مع الأخذ بالأسباب، فيقبل كل فرد عمله وبيئته وجميع الظروف غير القابلة للتغيير، والتعايش معهم بطريقة سليمة.
- ٢ . أسلوب الإبدال والتحويل: أي نقل الموضوع الذي يثير انفعالنا إلى موضوع آخر، والموضوع الأول قد يكون شخصاً، وقد يكون وصفاً، أو موقفاً، والتحويل يتم كوسيلة دفاعية، ويعتمد عادةً على وجود صلة بين الموضوع الأول والثاني^(١).
- ٣ . أسلوب ترك التركيز على سفايف الأمور، واستخدام فن التجاهل عن أخطاء الآخرين، وترك اللوم والعتاب المتكرر، لأنه يتعب النفس ويُجهد العقل دون فائدة.
- ٤ . أسلوب زيادة الإيمان بمبدأ أن الدنيا مليئة بالمشقة والتعب، ولا يوجد شيء كامل في الحياة، فالكمال لله وحده، وعلى الإنسان أن يتكيف مع هذا المبدأ، ويتقبله، ونحن خُلقنا للعبادة وإعمار الأرض، وكل ما يحدث من مصاعب وتحديات ما هي إلا ابتلاء من الله عزَّ وجلَّ علينا تحملها والصبر عليها، لأن الله يحب الصابرين.
- ٥ . أسلوب ضبط الأفكار العقلية السلبية، وضبط الانفعالات مثل الغضب.

آليات تطبيق إستراتيجية التكيف:

- ١ . الاختيارات الصحيحة: ويأتي ضمن الاختيارات الصحيحة حُسن اختيار الزوج أو الزوجة. فيجب على المسلم أن يختار ذات الدين التي فقهِت رسالتها في هذه الحياة، فتكون له خير عون على دينه، تعينه وتذكره إذا نسي، وتشجعه ولا تثبطه، وتحفظه في غيبته مهما طال، وتنشئ أولاده تنشئة إسلامية،

(١) كتاني، منذر إبراهيم، مرجع سبق ذكره، ص ١٣٨.

مبدأ الثقة بالنفس

- وعلى المسلمة كذلك ألا تقبل لنفسها زوجاً إلا صاحب العقيدة الذي يتقي الله فيها، ويعينها على طاعة الله وتحقيق مرضاته^(١). فالاختيار الصحيح لكل فرد منهم يأتي من أجل بناء أسرة سعيدة مستقرة متكيفة مع الظروف المحيطة.
٢. أن يتم تربية الأبناء على القناعة والرضا بما لديهم. من خلال الطلب منهم النظر إلى من هم دونهم في الصورة والرزق والعافية^(٢)، وأنه ليس بالضرورة أن يحصل الطفل على ما يريده من مال أو هدايا أو غيرها من الأمور، لأن ذلك ينافي أسلوب الرضا والقناعة.
٣. تربية الأبناء على الإبداع والابتكار والعمل والتألق وإشغال الوقت.
٤. تعليم الأبناء الرضا بأقدار الله.
٥. غرس مبدأ أن الحياة فيها تعب ومشقة في الأبناء، ويجب أن لا يجعلوها تسيطر عليهم، وقراءة سير القدوات والشجعان أمامهم.
٦. تعليم الطفل إصلاح الخطأ من غير الإسراف في اللوم والعتاب.
- رابعاً: إستراتيجية التوازن وضبط النفس:**

المقصود بهذه الإستراتيجية: هو إعطاء كل شيء حقه من غير زيادة ولا نقصان، والسيطرة على مشاعر الغضب والانفعالات السلبية، فمن أهم صفات الإنسان الواثق بنفسه، أن يضبط نفسه وبسيطر على انفعالاته، ولا يسمح للغضب أن يهزمه ويؤثر عليه.

أهداف إستراتيجية التوازن وضبط النفس:

١. بيان أهمية التأني في اتخاذ القرار في ضبط الانفعالات.
٢. أن يتقبل الفرد آراء الآخرين.

(١) الواعي، توفيق يوسف، إستراتيجيات في تربية الأسرة المسلمة، ص ٢٩.

(٢) الخواجة، عبد الفتاح، خطوات إلى الأمام كيف تحقق ذاتك، دار المستقبل، عمان، ط ١، ٢٠١٠م، ص ٥٣.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====

- ٣ . أن يتعلم الفرد العفو والصفح عن الآخرين.
- ٤ . أن يتعلم الفرد ضبط مشاعره والسيطرة عليها.
- ٥ . أن يتعلم الفرد عدم إصدار أحكام خاطئة عن الآخرين.

أساليب تفعيل هذه الإستراتيجية:

- ١ . أسلوب التأمني في اتخاذ اقرار: الشخص المتزن انفعاليًا هو شخصية رزينة، هادئة التفكير، غير مندفعة فيما تصدره من أحكام، وغير متهورة فيما تقبل عليه من تصرفات^(١).
- ٢ . أسلوب تقبل آراء الآخرين من غير تحيز.
- ٣ . أسلوب "العفو والصفح"^(٢) عن الآخرين.
- ٤ . زيادة الإيمان بأن الشعور بالسعادة لا يعني الخلو من المشاكل، بل يعني مواجهتها وحلها بطرق ناجحة.
- ٥ . أسلوب التمرن على ضبط مشاعر الغضب، وهذا الأسلوب تكرر كثيراً نظراً لأهميته في كل إستراتيجية.
- ٦ . أسلوب الصلابة النفسية: وتعني أن يصبح الفرد قادراً على تحمل ضغوط الآخرين والتخلص من المواقف المحرجة بيسر، ومقاومة محاولة فرض وجهات نظر معينة عليه، أو إكراهه على إتيان سلوك معين لا يرغبه^(٣).
- ٧ . أسلوب التأكد من صحة الأخبار، فقبل التسرع في الحكم على الآخرين والغضب منهم، يجب التأكد من صحة الأخبار وصدقها.

(١) أسعد، يوسف ميخائيل، الثقة بالنفس، دار نهضة مصر، القاهرة، مصر، د.ط، ص٤٦ .

(٢) طهطاوي، سيد أحمد، القيم التربوية في القصص القرآني، دار الفكر العربي، مصر، ط١، ١٩٩٦م، ص١١٨ .

(٣) فرج، طريف شوقي، مرجع سبق ذكره، ص٢٠٣ .

مبدأ الثقة بالنفس

آليات تطبيق إستراتيجية التوازن وضبط النفس:

١. أن يقوم المربي بالتأني في اتخاذ قراراته مع أبنائه، وعدم التسرع في الحكم على سلوكياتهم، بل لابد من فتح مجال للحوار والنقاش لفهم وتفسير السلوك الصادر منهم.
٢. مراجعة الذات والاعتذار العلني، فهناك دائماً متسع لمراجعة الذات، ما دام ذلك يخدم الصالح الخاص أو العام^(١).
٣. يجب على المربي تعليم أبنائه على تقبل آراء الآخرين واحترامها، حتى وإن كانت مخالفة لرأيه، ويتم ذلك من خلال مجالس الشورى والحوار والنقاش التي يجب أن يعقدها المربي.
٤. أن يكون المربي قدوة لأبنائه في العفو والصفح عن الآخرين، حتى يتعلموا ذلك.
٥. أن يعلم المربي أبنائه مواجهة المشكلات التي تعترضه وحلها بروية وهدوء وحكمة.

خامساً: إستراتيجية البناء الاجتماعي المتين:

- المقصود بهذه الإستراتيجية: هو تعزيز الروابط الاجتماعية بين الأفراد وبنائها بشكل متين، من أجل الحفاظ على علاقات اجتماعية جيدة.
- فالثقة بالنفس ليست مسألة فردية فحسب، بل هي حاجة اجتماعية تعمل على تماسك الجماعة تماماً كما تعمل على تماسك شخصية الفرد^(٢).

أهداف إستراتيجية البناء الاجتماعي:

١. بناء علاقات اجتماعية جيدة.
٢. تفعيل مهارة الاتصال والتواصل.

(١) فرج، طريف شوقي، مرجع سبق ذكره، ص ٢١٨.

(٢) قواسمة، أحمد يوسف، تطوير مقياس الثقة بالنفس، ص ٣٨.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====

٣ . بيان ضرورة المسؤولية المجتمعية لكل فرد .

٤ . أهمية المشاورة وأثرها في البناء الاجتماعي المتين .

أساليب تفعيل هذه الإستراتيجية:

- ١ . أسلوب مواصلة النمو الشخصي وبذل الجهد والمثابرة، فكلما استمرت الشخصية في النمو وكلما اجتهدت في الحياة، زادت بالتالي الثقة في النفس، وذلك من خلال التسلح بخبرات جديدة^(١). وعدم الوقوف عند حد معين، فتعلم كل ما هو مفيد لصقل الشخصية، وبالتالي تزيد العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، لأن الناس تحب مصادقة الشخص الناجح والمثابر.
- ٢ . أسلوب الاعتناء بالمظهر الخارجي: وذلك من خلال الاهتمام بحسن المظهر الخارجي، ونظافة الثياب، وطريقة الكلام، بحيث تتصف باللباقة والهدوء والثقة.
- ٣ . أسلوب تفعيل مهارة الاتصال والتواصل: من خلال تعلم فن الحوار مع الآخرين، وما يجذب انتباههم، والإصغاء الجيد لهم.
- ٤ . أسلوب المحاكاة: ويعتبر هذا الأسلوب من أساليب التعليم والحوار؛ ويكون ذلك من خلال قيام الطلبة بأدوار افتراضية وتقمص شخصية ما، من أجل وضع حلول للمشكلات من وجهة نظر الشخصية التي يتقمصها الطالب، وتعتبر هذه الطريقة من الطرق الفاعلة في تنمية الثقة بالنفس، إضافة لتنمية مجموعة من المهارات والقيم الاجتماعية لدى الطلبة^(٢).
- ٥ . القيام بصلة الأرحام، وزيارة المرضى، والمشاركة في المناسبات الاجتماعية المختلفة.

(١) أسعد، يوسف ميخائيل، الشخصية الناجحة، القاهرة، نهضة مصر، ١٩٩٣م، ص٨.

(٢) الخزاعة، محمد سلمان وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص١٤٥، بتصرف.

مبدأ الثقة بالنفس

٦. المبادرة نحو المسؤولية الاجتماعية لكل فرد، تساهم في البناء الاجتماعي المتين.

٧. أسلوب المشاورة بين الأفراد، يسهم بشكل كبير في البناء الاجتماعي المتين.

آليات تطبيق إستراتيجية البناء الاجتماعي المتين:

١. أن يهتم الوالدان بتشجيع أطفالهم على التفاعل الإيجابي مع الآخرين، سواءً بجلب الأصدقاء إلى المنزل لهم، أم زيارة أصدقائهم وأقاربهم، والطلب منهم برفق أن يتحدثوا أمام غيرهم، هذا يكسبهم الثقة بأنفسهم، ويخفض الخجل لديهم، وإحاطتهم بجو من الحب والتقدير والدفء العاطفي، وغرس معاني الشجاعة في نفوسهم^(١).

٢. الاهتمام بالمظهر الخارجي من قبل الوالدين والمعلم، فيقوم الوالدان بتربية أبنائهم على حب النظافة وحُسن المظهر، والمعلم بدوره يقوم بتربية الطلبة على ضرورة النظافة الشخصية ونظافة المكان، من خلال تخصيص وقت معين أثناء الحصة الدراسية لوضع النفايات في سلة المهملات وتهذيب المكان، وترتيب الكتب، وأن يطلب منهم أن يكونوا في أحسن مظهر وأنظف ثياب.

٣. أن تقوم المدرسة بتخصيص مادة دراسية لتعليم مهارة الاتصال والتواصل مع الآخرين، فترى الباحثة، أن مثل هذه المواد يجب أن يتم تدريسها في المدارس، لما لها من أثر في تربية وصقل شخصية الأطفال، لإنشاء جيل قويّ الشخصية وقادر على الحوار والتواصل والاتصال مع الغير، مما يؤدي إلى تحسين البناء الاجتماعي بشكل أكبر، والوصول إلى المجتمع الحضاري المتطور.

(١) حسين، طه عبد العظيم، إستراتيجيات إدارة الخجل والقلق الاجتماعي، دار الفكر، عمّان، ط١، ٢٠٠٩م، ص٣٦.

===== د. تسنيم نور الدين المهيدات ، أ. روان صالح بني عواد =====

٤. أن تقوم المدرسة بالعمل على إنشاء لجان خاصة بالتعارف بين أفراد المدرسة الواحدة؛ ذلك لأن عدد الطلبة قد زاد في الآونة الأخيرة، مما يعسر عملية التعارف بدون هذه اللجان، وتعمل هذه اللجنة على توثيق روح الأخوة الإسلامية^(١).

٥. حث الأبناء على مساعدة الآخرين، فمساعدتهم للآخرين تعزز ثقتهم بأنفسهم^(٢)، ولها أجر عظيم عند الله عزَّ وجلَّ.

٦. يجب أن يقوم الوالدان بصلة الأرحام وتأدية المناسبات الاجتماعية واصطحاب أبنائهم معهم، من أجل أن يتعلموا ذلك، وتصبح شخصيتهم أقوى، وأن هذا من الأمور الاجتماعية التي حث عليها الإسلام.

٧. يجب أن يقوم الوالدان بتبادل الرأي والمشورة بين الأبناء؛ لأنها تسهم في تقوية روابط الألفة والمحبة والتعاون بينهم.

٨. مرافقة أناسٍ متفائلين إيجابيين، بدل من مرافقة أصحاب الشكوى لأنهم يثيرون الإحباط في النفس^(٣).

سادساً: إستراتيجية التنمية والتطوير:

والمقصود بهذه الإستراتيجية: هو السعي لتنمية وتطوير جميع جوانب الشخصية للمحافظة على قوتها، من خلال المهارات المتنوعة التي تعمل على بناء جوانب القوة وزيادتها، ومعالجة جوانب الضعف والتخلص منها.

أهداف إستراتيجية التنمية والتطوير:

١. تنمية الجرأة والشجاعة وآليات تطبيقها.

(١) الزهيرى، شريف بن عبد العزيز، بناء مستقبل الأمة، دار الصفوة، ط٢، ٢٠٠٧م، ص١١٧.

(٢) شحادة، نورا عايد، الإدارة بالإيمان بناء الثقة بالنفس، دار كنوز المعرفة، عمان، ط١، ٢٠٠٨م، ص١٣٧.

(٣) شحادة، نورا عايد، مرجع سبق ذكره، ص١٤٤.

مبدأ الثقة بالنفس

٢. تنمية المهارات العقلية وآليات تطبيقها.

٣. الاعتماد على النفس لدى الأبناء وآليات تطبيقه.

أساليب تفعيل هذه الإستراتيجية:

١. أسلوب تنمية الجرأة والشجاعة: فيجب على المسلم أن يسعى لتنمية الجرأة والشجاعة لديه أولاً، ولأبنائه ثانياً، ومن المهم جداً تربية الأبناء منذ الصغر على اكتساب الجرأة والشجاعة، لأنها المرحلة الأهم في تنشئتهم تنشئة سليمة قوية. ومن فوائد الجرأة والشجاعة^(١):

قيادة النفس لما هو خير لها، إنجاز العمل بشكل متقن، قدوة جميلة للآخرين، امتلاك قلوب الآخرين وإعداد علاقة سوية معهم، إصلاح الموقف بأفضل الطرق المتاحة، الراحة النفسية والطمأنينة، والثقة بالنفس لإتقان بذل السبب وتوجيهه بالجرأة.

فتربية الأبناء على الجرأة والصراحة والشجاعة، والشعور بالكمال وحب الخير للآخرين، مما حث عليه ديننا الحنيف، ورَعَبَ فيه، ليصبح هؤلاء الأبناء رجالاً، لهم من الصفات أحسنها، ومن الأخلاق أرقاها، ومن النفوس أطهرها، ليتكوّن منهم مجتمع مثالي، له من التأثير والفعالية ما يجعله القدوة التامة والمثل الأعلى للأمم^(٢).

٢. أسلوب تنمية المهارات العقلية: تتفاوت القدرات العقلية من شخص إلى آخر، أو عند الشخص الواحد خلال فترات حياته -تماماً كالقدرات الجسدية، ولكن الإنسان يولد مزوداً بهذه القدرات العقلية، ولكنها تكون في حالة تكوّن بدائي، تحتاج إلى التنمية، وإلى تدريب الإنسان على حسن استعمالها، ورعايتها

(١) المطوع، نسيبة عبد العزيز، الجرأة والشجاعة، د.ط، الكويت، ١٩٩٧م، ص ٤٥.

(٢) سعادة، إبراهيم، الإسلام وتربية الإنسان، مكتبة المنار، الزرقاء، الأردن، ط ١، ١٩٨٥م، ص ٩٧.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====

والمحافظة عليها، ويمكن تنمية هذه القدرات من خلال منهج التفكير السليم^(١).

٣. أسلوب تنمية الاعتماد على النفس لدى الأبناء: يجب تعويد الأبناء الاعتماد على أنفسهم في العديد من الأمور، فذلك يؤدي إلى نموهم نموًا سليماً، وبناء قوة شخصياتهم وتطورها.

آليات تطبيق إستراتيجية التنمية والتطوير:

١. تعزيز الأبناء عند القيام بأي سلوك أو موقف شجاع.
٢. عرض مشاهد الشجعان، وذكر قصصهم مع تمجيدهم والثناء عليهم، ومنحهم المكافآت المغرية^(٢)، وذلك من أجل تحفيزهم وزيادة دوافعهم نحو الشجاعة والجرأة.
٣. دع ولدك يُعبّر عن نفسه باستمرار واستمع له ولا تمل، وعلق إيجاباً على حديثه^(٣).
٤. تربية الأبناء على القدرة على مواجهة الآخرين، والاعتذار العلني أمامهم عن خطأ ارتكبه في حق أحدهم، أو التراجع عن وجهة نظر تبيّن عدم صحتها، والاعتراف بأنه لا يعرف شيئاً معيناً، والثناء على فكرة جيدة قالها أحد الزملاء، أو سلوك طيب صدر عنه^(٤).
٥. أسلوب التعلم القائم على الحوار، هذا أسلوب تعليمي يجب أن يقوم به كل من المعلم في المدرسة والوالدين في الأسرة، بحيث يتحدث الطالب ويستمتع له

(١) الكيلاني، ماجد عرسان، مقومات الشخصية المسلمة أو الإنسان الناجح، المحاكم الشرعية والشؤون الدينية، قطر، ط١، ١٩٩١م، ص ٥٠-٥١.

(٢) المطوع، نسيبة عبد العزيز، مرجع سبق ذكره، ص ٣٩.

(٣) الخراطة، محمد سلمان وآخرون، نظريات في التربية، ص ١٣٨.

(٤) فرج، طريف شوقي، مرجع سبق ذكره، ص ٢٠٣، بتصرف.

مبدأ الثقة بالنفس

المعلم ويحاوره، وهكذا يُعبّر الطالب وبحرية مطلقة عن ذاته، ويستمتع له المعلم ويعززها^(١).

٦. أساليب النشاط الفكري المتمثل في اشتراك الأطفال في الندوات والمناظرات والأحاديث الصحفية، وما يترتب على ذلك كله من تعوّد الجرأة والانطلاق والتعبير عن الرأي، والاعتداد بالنفس والثقة بها، وأساليب التعامل مع الناس^(٢).

٧. أن تتم تربية الفرد المسلم على أسلوب التفكير العلمي، والتفكير التأملي، حيث يكون التفكير التأملي من خلال التأمل في ظواهر الكون ونواميسه، والتفكير العلمي يكون من خلال التزود بالعلم الذي يعين على فهم البيئة المحيطة، والقدرة على حسن التصرف في المواقف، وحل المشكلات التي تصادفه بطريقة منطقية واقعية^(٣).

٨. القراءة والمطالعة، وقراءة القرآن وحفظه، يساعد على تنمية المهارات العقلية.

٩. إشراك الأبناء بالألعاب التي تحتوي على مسائل عقلية وتمارين الذكاء وحل الألغاز.

١٠. اصطحابهم إلى مجالس الرجال؛ إذ يكتسب الأطفال من خلال مصاحبتهم لمجالس الرجال قيماً اجتماعية عظيمة، من أهمها الثقة بالنفس؛ لأنهم يستمعون لأحاديث جادة، وتفكيرٍ واعٍ، واهتمامات عالية، ونقاشات ببناء، مما يوجه تفكيرهم لمعالي الأمور وينظرون لأنفسهم نظرة رجولية^(٤).

(١) الخزاولة، محمد سلمان وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص ١٤٤.

(٢) مصطفى، فهميم، المنهج التربوي لثقافة الطفل المسلم، دار الفكر العربي، القاهرة، ط ١، ٢٠٠٣م، ص ٢٠.

(٣) طهطاوي، سيد أحمد، القيم التربوية في القصص القرآني، دار الفكر العربي، مصر، ط ١، ١٩٩٦م، ص ١٢٤-١٢٦.

(٤) الخزاولة، محمد سلمان وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص ١٣٦.

===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====

١١. تعويد الأبناء على تحمل المسؤولية، كلُّ حسب فئته العمرية.
١٢. إعطاء كل فرد من أفراد العائلة مهمة معينة يقوم بها، وذلك من أجل أن يعتمد على نفسه.

سابعاً: إستراتيجية التعويض والإحلال:

والمقصود بهذه الإستراتيجية: آلية نفسية يخفي الإنسان بواسطتها صفة غير مرغوب فيها، عن طريق الظهور بصفة طيبة مرغوب فيها، بقصد تغطية صفة أخرى، ثم المبالغة في هذه الصفة الظاهرة الجديدة^(١).

أهداف إستراتيجية التعويض والإحلال:

١. بيان آلية تعويض الصفة غير المرغوبة بصفة مرغوبة.

٢. التركيز على جوانب القوة وترك جوانب الضعف.

٣. ضبط النفس والابتعاد عن الغضب.

٤. تشجيع الأبناء على الإبداع والابتكار والتجديد.

أساليب تفعيل هذه الإستراتيجية:

١. أسلوب التركيز على النواحي العلمية والفكرية، حتى يثبت ذاته عن طريقها، فإذا كان الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة أو يعاني من خلل في جسمه، وُجِّه إلى التركيز على جوانب أخرى، وإذا كان لا يتمتع بذكاء واضح، وُجِّه إلى أن يكتف قراءته، ويُحسّن فهمه وهكذا^(٢).

٢. أسلوب التركيز على جوانب القوة وترك جوانب الضعف.

٣. أسلوب ضبط النفس؛ فإذا كان الفرد يعاني من سرعة الغضب على أي أمر، فعليه أن يسعى للابتعاد عمّا يثير غضبه، وأن يضبط نفسه وانفعالاته، بحث تسيطر عليه صفة الهدوء بدلاً من صفة الغضب.

(١) كتاني، منذر إبراهيم، التكيف والصحة النفسية، ص ١٣٦.

(٢) بكار، عبد الكريم، دليل التربية الأسرية، ص ٧٩.

مبدأ الثقة بالنفس

٤. أسلوب تشجيع الأبناء على الإبداع والابتكار والتجديد، لإخراج ما لديهم من مواهب، وللتخلص من أوقات الفراغ التي تؤثر بشكل سلبي عليهم، وعدم التركيز على جوانب النقص أو الخلل، وتعويضها بجوانب تقوي من شخصيته.

آلية تطبيق إستراتيجية التعويض والإحلال:

١. يجب على الوالدين التركيز على جوانب القوة لدى أبنائهم وتشجيعها وتمييزها، وعدم ذكر جوانب الضعف أمامهم.
٢. إذا كان الابن يعاني من نقص أو خلل في جسمه، فينبغي على الوالدين السعي لتطوير ابنهم، وتعويض النقص في جسده بأمور أخرى عقلية ونفسية، وتطوير ذكائه ليكون من الناجحين دراسياً والمتفوقين في أعماله، وإشراكه في الدورات التدريبية التي تساعد على تنمية قوته، وتحسين علاقاته الاجتماعية.
٣. إذا كان الابن يعاني من الغضب الزائد فيجب على الوالدين السعي لتخليصه من هذه الصفة، فعند غضبه يجب أن يطلبوا منه أن يستعذ بالله من الشيطان، ويتوضأ حتى يزول غضبه، وتدرجياً تزول هذه الصفة وتحل مكانها صفة الهدوء والعقلانية.
٤. يجب على الوالدين تشجيع أبنائهم على الإبداع والابتكار والتجديد، من خلال إخراجهم من الروتين الفارغ الذي لا فائدة منه، واستغلال أوقات الفراغ بتعليمهم القيم العلمية والدينية والاجتماعية وغيرها، وتنمية مواهبهم مثل؛ الرسم وكتابة الأشعار، وتأليف الروايات وغيرها.

**

د. تسنيم نور الدين المهيدات ، أ. روان صالح بني عواد

الخاتمة

الحمد لله الذي تفضل عليّ وأكرمني بإتمام هذه الدراسة، والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين، وبعد:

الاستنتاجات:

توصلت الدراسة إلى الاستنتاجات الآتية:

- تُعرّف الثقة بالنفس في التربية الإسلامية بأنها: سمة نفسية يكتسبها الفرد المسلم من قوة إيمانه بالله عز وجل، واستشعاره للنعم والقدرات التي منحها له، تمكنه من تحقيق أهدافه وغاياته وطموحاته، وحسن التعامل مع المواقف والأحداث بفاعلية وإيجابية، وصولاً إلى الاتزان والنجاح في حياته، مع الإقرار أن كل ذلك بفضل الله وتوفيقه.

- هناك مجموعة من الخصائص للشخصية الواثقة بنفسها في التربية الإسلامية ومنها: الإيمان، والقوة، والعلم والمعرفة، والتفاعلية، والقدرة على تحقيق الأهداف والبعد عن الفشل، وإن للثقة بالنفس أهمية على المستوى الفردي والجماعي.

- إن بناء الثقة بالنفس، يحتاج إلى مجموعة من المقومات الإيمانية، والعقلية، والنفسية، والجسمية، والاجتماعية، وهناك العديد من الإستراتيجيات المهمة لبناء الثقة بالنفس.

التوصيات:

في ضوء الاستنتاجات السابقة، توصي الدراسة الحالية بالآتي:

١. قيام مؤسسات التدريب المختلفة، بعمل محاضرات ودورات وبرامج تدريبية لبناء الثقة بالنفس للأطفال بشكل خاص، ولفئة الشباب بشكل عام.
٢. طرح مساقات إلزامية في الجامعة لتدريس الثقة بالنفس من منظور إسلامي، وكيفية بنائها بشكل سليم.
٣. على الإدارة التربوية وضع مناهج لتدريس الثقة بالنفس في المدارس وخاصة فئة الأطفال.
٤. العمل على تدريب المرشدين النفسيين في المدارس على كيفية القيام ببناء الثقة بالنفس لدى الطلبة.

المصادر والمراجع

- إبراهيم، سليمان عبد الواحد، الذكاء الإنساني، دار الجامعة الجديدة، الإسكندرية، ٢٠١٢م.
- أحمد، سهير كامل، علم النفس الاجتماعي بين التنظير والتطبيق، دار الزهراء، الرياض، ط١، ٢٠٠٨م.
- الأزهري، أحمد بن محمد، المداوي لعلل الجامع الصغير وشرحي المناوي، دار الكتبي، القاهرة، ط١، ١٩٩٦م.
- أسعد، يوسف ميخائيل، الثقة بالنفس، دار نهضة مصر للطبع والنشر، القاهرة، د.ط، د.ت.
- أسعد، يوسف ميخائيل، الشخصية الناجحة، القاهرة، نهضة مصر، د.ط، ١٩٩٠م.
- الأصفهاني، الحسين بن محمد، تفسير الراغب الأصفهاني، كلية الآداب، جامعة طنطا، ط١، ١٩٩٩م.
- الألباني، أبو عبد الرحمن، صحيح الجامع الصغير وزياداته، المكتب الإسلامي، د.ط، د.ت.
- الألباني، محمد ناصر الدين، السراج المنير في ترتيب أحاديث صحيح الجامع الصغير، دار الصديق، ط٣، ٢٠٠٩م.
- الألوسي، شهاب الدين، روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، بيروت، دار الكتب العلمية، ط١، ١٩٩٤م.
- الأنصاري، فاطمة الزهراء، كن واثقًا بنفسك، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، مجلد ٣٥، عدد ٤٠٨، ٢٠١٦م.
- باول، تريفور، ترجمة: دار الفاروق، الصحة النفسية، دار الفاروق، القاهرة، مصر، ط١، ٢٠٠٥م.
- البغوي، محيي السنة، معالم التنزيل في تفسير القرآن، دار طيبة للنشر والتوزيع، ج٨، ط٤، ١٩٩٧م.

- ===== د. تسنيم نور الدين المهيدات ، أ. روان صالح بني عواد =====
- بكار، عبد الكريم، دليل التربية الأسرية، دار الأعلام، عمّان، الأردن، ط٢، ٢٠٠٢م.
- بني أحمد، خالد علي، قانون الضمان الاجتماعي في ضوء الشريعة الإسلامية، دار الحامد، عمّان، ط١، ٢٠٠٨م.
- الترمذي، محمد بن عيسى، سنن الترمذي، دار الغرب الإسلامي، بيروت، ١٩٩٨م.
- توك، محيي الدين وعدس، عبد الرحمن، المدخل إلى علم النفس، دار الفكر، عمّان، ط٦، ٢٠٠٥م.
- ابن تيمية، تقي الدين، العبودية، المكتب الإسلامي، بيروت، ط٧، ٢٠٠٥م.
- جاسم، خالد محمد، الشورى وأحكامها في نظام الحكم الإسلامي، مجلة كلية التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية، عدد ٦٦، ٢٠١٠م.
- بنت جالية محمد، سميرة، منهج القرآن في تعزيز الثقة بالنفس، المجلة الأردنية في الدراسات الإسلامية، المجلد ١٤، العدد ٤، ٢٠١٨م.
- جبرين، عبدالله بن عبد الرحمن، اعتقاد أهل السنة، على شبكة الإنترنت، ٢٠٢٠/٨/١٩، موقع الشبكة الإسلامية، <http://www.islamweb.net>.
- الجرجاني، علي بن محمد، التعريفات، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان، ط١، ١٩٨٣م.
- الجردى، نبيل عارف، المدخل لعلم الاتصال، مكتبة الإمارات، العين، ط٣، ١٩٨٤م.
- جلوب، حسين، مهارات الاتصال، دار كنوز المعرفة، عمّان، ط١، ٢٠١٠م.
- جمعة، عبلة بساط، مهارات في التربية النفسية، دار المعرفة، بيروت، لبنان، ط٢، ٢٠٠٥م.
- الجهني، عبدالله حمّاد، منبر الشباب: الثقة بالنفس، مجلة البيان، العدد ٢٠، ١٩٨٩م.
- الجوزي، جمال الدين، زاد المسير في علم التفسير، بيروت، دار الكتاب العربي، ط١، ٢٠٠١م.
- أبو حبيب، سعدي، القاموس الفقهي، دار الفكر، دمشق، سوريا، ط٢، ١٩٩٨م.

مبدأ الثقة بالنفس

- الحريري، رافدة، التخطيط الإستراتيجي في المنظومة المدرسية، دار الفكر، عمّان، ط١، ٢٠٠٧ م.
- حسين، طه عبد العظيم، إستراتيجيات إدارة الخجل والقلق الاجتماعي، دار الفكر، عمّان، ط١، ٢٠٠٩ م.
- حمد، عبدالله خضر، الكفاية في التفسير بالمأثور والدراية، دار القلم، بيروت، ط١، ٢٠١٧ م.
- حمزة، أحمد إبراهيم، العمل الاجتماعي التطوعي، دار المسيرة، ط١، ٢٠١٥ م.
- الخطابي، أبو سليمان، أعلام الحديث (شرح صحيح البخاري)، جامعة أم القرى، ج٢، ط١، ١٩٨٨ م، باب من غزا بصبي للخدمة.
- خطاطبة، عدنان مصطفى، أصول التربية الإسلامية وتطبيقاتها دراسة تأسيسية تجديدية، عمّان، دار النفائس للنشر والتوزيع، ٢٠١٩ م.
- الخواجة، عبد الفتاح، خطوات إلى الأمام كيف تحقق ذاتك، دار المستقبل، عمّان، ط١، ٢٠١٠ م.
- سليم، مريم، تقدير الذات والثقة بالنفس دليل المعلمين، بيروت، لبنان، دار النهضة العربية، ط١، ٢٠٠٣ م.
- السليم، منى محمد، الثقة بالنفس وعلاقتها بالعبادات والعقيدة الإسلامية لدى طالبات المرحلتين المتوسطة والثانوية، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد ٢٨، العدد ٢، ٢٠٢٠ م.
- سليمان بن الأشعث، أبو داود، سنن أبي داود، المكتبة المصرية، صيدا، بيروت، تحقيق: محمد محيي الدين عبد الحميد، باب الدليل على زيادة الإيمان ونقصانه.
- سليمان، فضيلة عرفات، تحقيق الذات وإرادة العطاء، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمّان، ط١، ٢٠١٠ م.
- السيد محمود، الفرحاتي، علم النفس الإيجابي للطفل، الإسكندرية، دار الجامعة الجديدة، د.ط، ٢٠١٢ م.

- ===== د . تسنيم نور الدين المهيدات ، أ . روان صالح بني عواد =====
- السيد، ولاء إبراهيم، الثقة بالنفس لدى الموهوبين وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة الدراسات العليا، المجلد ٦، العدد ٢٣، ٢٠١٦م.
 - السيوطي، عبد الرحمن بن أبي بكر، الفتح الكبير في ضم الزيادة إلى الجامع الصغير، دار الفكر، بيروت، لبنان، ط١، ٢٠٠٣م.
 - الشافعي، محمد الأمين، الكوكب الوهاج شرح صحيح مسلم، دار المنهاج - دار طوق النجاة، ط١، باب اليمين على نية المستحلف، ٢٠٠٩م.
 - الشحود، علي بن نايف، الأساليب النبوية في التعليم، دار المعمور، بهانج، ماليزيا، ط١، ٢٠٠٩م.
 - الشقاوي، أمين بن عبدالله، الحزن في الإسلام، على شبكة الإنترنت، ٢٠٢٠/١٤١٣م، ١٥:٦، <https://www.alukah.net/sharia/٠/١٢٨٦٥٠/>.
 - شلدان، فايز كمال، الأبعاد النفسية والاجتماعية في ترويج الإشاعات عبر وسائل الإعلام وسبل علاجها من منظور إسلامي، ٢٠٠٩م.
 - صالح، عماد فاروق، الاتصال الإنساني في الخدمة الاجتماعية، دار الكتاب العالمي، العين، الإمارات العربية المتحدة، ط١، ٢٠١٠م.
 - الطبري، محمد بن جرير، جامع البيان في تأويل القرآن، تحقيق: أحمد محمد شاكر، مؤسسة الرسالة، ج٢٣، ط١.
 - عبد الواحد، مصطفى، شخصية المسلم في القرآن والسنة، بيروت، لبنان، دار الرائد العربي، ط٨، ١٩٨٧م.
 - عبيدات، زهاء الدين، القيادة والإدارة التربوية في الإسلام، دار البيارق، عمان، ط١، ٢٠٠١م.
 - العتوم، عدنان يوسف، علم نفس الجماعة، إثراء للنشر والتوزيع، ط١، ٢٠٠٨م.
 - العثيمين، محمد بن صالح، شرح الأربعين النووية، دار الثريا للنشر، د.ط.
 - عدارية، محمود محمد، إدارة الوقت لدى مديري ومديرات مدارس وكالة الغوث الأساسية في الضفة الغربية، رسالة ماجستير، جامعة بير زيت، فلسطين.

مبدأ الثقة بالنفس

- عفيفي، محمد الصادق، تطور الفكر العلمي عند المسلمين، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ٢٠١٠م.
- ابن القيم، محمد بن أبي بكر، مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة، تحقيق: عبد الرحمن بن حسن، دار عالم الفوائد، مكة المكرمة، ط١، ٢٠١١م.
- كارول، أرنولد، قوة الثقة بالنفس، مكتبة الهلال، القاهرة، د.ط.
- الكبيسي، عبد الواحد، أساليب التعليم ومهاراته، دار جرير، عمان، ط١، ٢٠٠٩م.
- ابن كثير، أبو الفداء، تفسير القرآن العظيم، دار طيبة للنشر والتوزيع، ط٢، ١٩٩٩م.
- الكيلاني، ماجد عرسان، مقومات الشخصية المسلمة أو الإنسان الناجح، المحاكم الشرعية والشؤون الدينية، قطر، ط١، ١٩٩١م.
- الماوردي، علي بن محمد، أدب الدنيا والدين، دار مكتبة الحياة، د.ط، ١٩٨٦م.
- المومني، محمد علي، دوافع السلوك الإنساني بين الإسلام ومدارس علم النفس، دار الكتاب الثقافي، عمان، د.ط، ٢٠١٣م.
- النسائي، أبو عبد الرحمن، سنن النسائي، مكتب المطبوعات الإسلامية، حلب، ط٢، ١٩٨٦م.
- النيسابوري، مسلم بن الحجاج، صحيح مسلم، بيروت، دار إحياء التراث العربي، باب فضل الرمي والحث عليه.
- يالجن، مقداد، التربية الأخلاقية الإسلامية، مكتبة الخانجي، مصر، ط١، ١٩٧٧م.
- يونس، أمل عبد الكريم، تنمية الثقة بالنفس لطفل الروضة، القاهرة، المكتب العربي للمعارف، ط١، ٢٠.

* * *