

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلى لدى عينة من الشباب

أ.د/ محمد إبراهيم عيد (رحمة الله) أ.د. إيمان فوزي شاهين د/ سارة طه عبد السلام
أستاذ الصحة النفسية المتفرغ أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي مدرس الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة عين شمس كلية التربية - جامعة عين شمس كلية التربية - جامعة عين شمس

أ/عماد عبد الحكيم عبد الموجود عابدين

باحث بكلية التربية - جامعة عين شمس
كلية التربية - جامعة عين شمس

المخلص:

استهدف البحث تصميم مقياس للسلام الداخلى لدى عينة من الشباب، ويقصد بالسلام الداخلى فى هذا البحث: "حالة نفسية تتضمن شعور الشباب بالأمن النفسى الداخلى، مقترنة بشعورهم بالاتزان والثبات الانفعالي والصفاء النفسى، وخلو النفس من الضغائن والأحقاد، والتحرر من مشاعر القلق من المستقبل، مع تسليم الأمر كله لله واليقين بحكمته وتديبراه؛ مما يجعلهم فى حالة من التقبل والرضا التام بأحداث الحياة، ووقائعها الإيجابية والسلبية والانسجام مع الآخرين ومع البيئة المحيطة، وقد انبثق من هذا التعريف محاور المقياس الخمسة وهى: : الإيمان بالله وبالقدر، تقبل الذات والتسامح معها، التشبع بالرضا، الصفاء النفسى، الطمأنينة النفسية، وقد تم صياغة ١٢ فقرة فى المحور الاول و ١١ فقرة فى المحور الثانى و ١١ فقرة فى المحور الثالث و ٨ فقرات فى المحور الرابع و ٥ فقرات فى المحور الخامس، وأما كل فقرة مقياس تقدير (دائماً ، أحياناً ، أبداً) ، واعطت الفقرات الموجبة الدرجات (٣ ، ٢ ، ١)، فى حين أعطى عكس الميزان السابق للفقرات السالبة، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية على المقياس بين ٤٧ - ١٤١ درجة، وتم تطبيق المقياس على عينة تتكون من ٢٠٠ شاب وشابة، وتتوافر فى المقياس المؤشرات السيكومترية المطلوبة (الصدق والثبات والتميز والاتساق الداخلى والمعايير) ، وفى مجال الصدق تم التحقق من الصدق من خلال صدق المحكمين والصدق العاملى وصدق

المحك الخارجي (الصدق التلازمي)، وفي مجال الثبات تراوح معامل ألفا كرونباخ للمحاور الخمسة بين ٠,٦٠٨ و ٠,٨١٤ وبلغ للمقياس ككل ٠,٨٦٥.

مقدمة

لقد زاد الاهتمام خلال العشرين سنة الأخيرة بدراسة مظاهر النمو الروحي، والسلوك الأخلاقي وتأثيره على الصحة العامة وعلى ما يعرف في أدبيات علم النفس الإيجابي طيب الوجود النفسي Psychological Well being والصحة النفسية الإيجابية Positive Psychological Health سواء على مستوى الوصف والتفسير الطبيعية واتجاهات هذا التأثير، أو على مستوى التحقق من فعالية برامج تنمية مظاهر النمو الروحي والسلوك الأخلاقي في تحسين الحالة الصحية العامة ومستوى جودة الحياة (Kreitzer, et.al., 2009, p.8). ويعتبر متغير السلام الداخلي Inner Peace وهو أحد المتغيرات التي تؤدي دوراً هاماً وحيوياً في دراسات التوجهات الروحية في الحياة كأحد القضايا البحثية الرئيسية في علم النفس الإيجابي، وعلى الرغم من أهمية هذا المتغير وتضمنه دلالات نفسية تتجاوز المتغيرات الأخرى ذات العلاقة به مثل الأمن النفسي والطمأنينة النفسية، والارتياح النفسي العام، والهدوء والسكون، والرضا، والاتزان ورباطة الجأش والتماسك النفسي والثبات الانفعالي خاصة أثناء الأزمات (Rushing, 2008).

مفهوم السلام الداخلي

يرى كل من بويد ويلسون، وماكلور (Boyd-Wilson, Walkey & McClure, 2004) السلام الداخلي بأنه: "صفة روحية تتضمن الشعور بالأمن والطمأنينة النفسية بالرغم من متاعب الحياة ومصاعبها وضغوطها بل وأزماتها وكوارثها وتقلباتها؛ لكونها حالة نفسية تمكن الإنسان من وقاية نفسه من الجزع، وبالتالي الاحتفاظ بهدوئه وثباته الانفعالي، لا عن عجز وقلة حيلة بل بتسليم، واستبشار وإيمان بأن مع العسر يسرا بإذن الله".

واستخدمت (زينب محمود شقير، ٢٠٠٥) تعبير الأمن النفسي وفقاً لتصورات ماسلو بدلالة تعبير "السلام الداخلي ليعكس" شعوراً مركباً يحمل في طياته شعور الفرد بالسعادة والرضا عن حياته بما يحقق له الشعور بالسلامة والاطمئنان، وأنه محبوب ومنتقل من الآخرين بما يمكنه من تحقيق قدر أكبر من الانتماء للآخرين، مع إدراكه لاهتمام الآخرين به وثقتهم فيه حتى يستشعر قدراً كبيراً من الدفء والمودة ويجعله في حالة من الهدوء والاستقرار، ويضمن

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

له قدر من الثبات الانفعالي والتقبل الذاتي واحترام الذات، ومن ثم إلى توقع حدوث الأحسن في الحياة مع إمكانية تحقيق رغباته في المستقبل بعيدا عن خطر الإصابة باضطرابات نفسية أو صراعات أو أي خطر يهدد أمنه واستقراره في الحياة".

كما عرّف جليبرت، وواتس (Gilbert & Watts, 2007) السلام النفسي بأنه: "حالة يعبر بموجبها الإنسان عن أسى ما فيه من سجايا وفضائل، وهي دالة لأسلوبه في الحياة وفقا لطريقته في التعامل مع أزمات الحياة وظروفها العصبية بتسليم مطلق للخالق جل شأنه، وبعقائد في دلالاتها ومعناها، وقيمتها الوجودية بالنسبة لحياته، مع احتفاظه بهويته، ورباطة جأشه واتزانه الانفعالي، والطمأنينة النفسية، والشعور بالأمن النفسي الداخلي".

وعرّف (Muhammad Musa Al-Shareef, 2012) السلام الداخلي بأنه: "حالة الهدوء والصفاء النفسي التي تغمر التركيبة النفسية للشخص بغض النظر عن نكبات الحياة وظروفها العصبية؛ مع القدرة على الصمود النفسي بلا قنوط ولا جزع، بل بالتقرب إلى الله جل شأنه وتسليم زمام أمره إليه دون تواكل، وتتمثل مؤشراتها في: الثبات الانفعالي ورباطة الجأش، والابتعاد عن حالة اليأس والقنوط، والاستبشار بأن ما عند الله خير وأبقى".

ورأي كل من لي، وفريدريكسون (Lee, Lin, Huang & Fredrickson, 2013) أن مفهوم السلام الداخلي يكافئ ما سماه بمفهوم الطيب الوجودي Affective Well Being باعتباره حالات وجدانية دالة على الهدوء والسعادة والاتساق مع الذات ومع الآخرين، فخبرة السلام الداخلي تجسد انفعال التقبل والرضا، أما خبرة الاتساق مع الذات فتتضمن حالة الاتزان الانفعالي.

كما عرّف فلودي (Floody, 2014, p.115) السلام الداخلي بأنه: "تركيبًا نفسيًا يتضمن مكونات سلوكية، ومعرفية تعكس طريقة شخصية فردية للإنسان في الحياة، وتقترن بمشاعر الطمأنينة، والهدوء والسلام مع الذات والآخرين والارتياح النفسي العام بغض النظر عن ظروف الحياة وأحداثها الإيجابية أو السلبية".

ورأي (مصطفى مظلوم، ٢٠١٤) أن السلام الداخلي مفهوم مرادف للأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية وعادة ما يعكس مؤشرات الأساسية، ويعرفه بأنه: "حالة نفسية داخلية

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

يشعر الفرد من خلالها بالطمأنينة والثقة في الذات والآخرين؛ وعليه تتحدد أبعاده الأساسية في بعدي الاطمئنان إلى الذات، والثقة في الذات والآخرين".

وعرفت (آيات الدميري، ٢٠١٥) السلام الداخلي بأنه: "شعور الشخص بالاستقرار والسكينة النفسية، وندرة شعوره بالخطر والتهديد، وأنه محبوب ومنتقل من أفراد أسرته ومن الآخرين وترابطه بهم علاقة دافئة، وإدراكه اهتمام أسرته به وتلبية احتياجاته، وكذا تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، وشعوره بالولاء والانتماء لأسرته ولوطنه، ونظرة الإيجابية نحو المستقبل ونحو الحياة ككل، وكذا شعوره بقيمته الذاتية ومكانته في الجماعة".
تعريف الباحث

ويعرف الباحث السلام الداخلي وفقاً لذلك بأنه: "حالة نفسية تتضمن شعور الشباب بالأمن النفسي الداخلي، مقترنة بشعورهم بالاتزان والثبات الانفعالي والصفاء النفسي، وخلو النفس من الضغائن والأحقاد، والتحرر من مشاعر القلق من المستقبل، مع تسليم الأمر كله لله واليقين بحكمته وتديبره؛ مما يجعلهم في حالة من التقبل والرضا التام بأحداث الحياة، ووقائعها الإيجابية والسلبية والانسجام مع الآخرين ومع البيئة المحيطة. وتقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الشباب على مقياس السلام الداخلي المُعد خصيصاً لهذه الدراسة".

أهمية السلام الداخلي

يدرس مفهوم السلام الداخلي كسمة شخصية في إطار أدبيات علم النفس الإيجابي وفقاً لمدخل الفضائل في دراسة الشخصية A virtues approach to personality الذي يهدف إلى:

١- تحديد بنية الفضائل الإنسانية الكبرى التي ترتبط بحالة الصحة النفسية الإيجابية والسعادة القصوى، ويركز هذا المدخل على الأبعاد الروحية والأخلاقية المتضمنة في الفضائل الإنسانية، (Cawley; Martin & Johnson, 2000).

٢- يُعد الشعور بالسلام الداخلي أحد مظاهر الصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتهما، كما تجسد في نفس الوقت أبرز المظاهر الإيجابية للصحة النفسية والتي منها شعور الفرد بالأمن النفسي الداخلي، والطمأنينة النفسية، والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين، وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين (فهد عبد الله الدليم، ١٩٨٣)؛ (مصطفى حجازي، ٢٠٠٠).

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

٣- شعور الفرد بالرضا عن الذات، وعن الآخرين وعن الحياة إجمالاً من أول أسباب السلام الداخلي التي هي سر السعادة الحقيقية، والتي لا تتحقق إلا بتسليم الشخص زمام أمره الله، والرضا نعمة روحية مبعثها الإيمان بالله وحسن الظن به (ناهد عبد العال الخراشي، ٢٠٠٣).

مشكلة الدراسة:

أن توافر الشروط العلمية يعد من أهم الجوانب التي يجب مراعاتها عند بناء وأعداد المقاييس وخصوصاً صدق المقياس ونظراً لأهمية مقياس السلام الداخلي للباحثين الأمر الذي يحتاج إلى إعادة التأكد من صدقة لذا قام الباحث باستخدام الصدق العملي لمقياس السلام الداخلي لدى الشباب، ومن هنا ظهرت مشكلة الدراسة لدى الباحث وبالتحديد يمكن إيجازها في الإجابة عن الآتي ما مستوى السلام الداخلي لدى الشباب ؟
نقد المقاييس السابقة
من حيث الأبعاد

جدول (١)

المقياس	ابعاد المقياس
مقياس السكينة النفسية	اهتم بقياس السكينة كخبرة روحية، بدون النظر إلى العوامل الخارجية
الفضائل البشرية	اهتم بدراسة الوقار والهدوء والأتزان خلال التفاعل مع الآخرين
مقياس السكينة النسخة المختصرة	بحث في التقليل من الضيق الانفعالي واعتبره حالة دائمة نسبياً
مقياس السكينة	اهتم بالمشاعر والافعال المقترنة بالسلام الداخلي ولم يهتم بالسلام الداخلي بنفسه
بطارية فينربو	بحث في - القوة العليا - التناغم والانسجام - الايجابية - اسلوب الحياة

نقد المقاييس من حيث العينة

لم تهتم المقاييس السابقة بدراسة السلام الداخلي للشباب بشكل محدد، ولكن كانوا يهتموا بجميع الفئات العمرية من فترة المراهقة والشباب كبار السن بشكل متداخل في الدراسات، والنوع (ذكور وإناث)، وجميع المستويات التعليمية .

شروط الاختبار الجيد

١- وضوح الهدف :

هناك قاعدة عامة ينصح بها خبراء التخطيط يجب اتباعها قبل الشروع في عمل الاختبار ، ألا وهو تحديد الهدف ، فلا بد من ربط الاختبار بأهداف المادة ، كما يجب أن يركز الاختبار على ما تركز عليه أهداف المادة لأن الاختبار مرتبط أساسا بالتعليم والتعلم مرتبط حتما بالأهداف، ثم نضع الخطط اللازمة للوصول إلى ذلك الهدف، وإذا طبقنا هذه القاعدة أصبح تصميم الاختبار أسهل ، فعلى معد الاختبار أن يسأل نفسه : ما هي أهداف المادة؟ وبعد ذلك عليه أن يعد الاختبار على الذي يقيس به تحقيق هذه الأهداف.

٢- الصدق :

يجب أن يكون الاختبار صادقا أي يقيس ما يفترض فيه أن

والصدق ينقسم إلى أنواع ثلاث : (الصدق الظاهري ، صدق المحتوى ، الصدق التلازمي).

الصدق الظاهري :

يمكن التأكد من تمتع الاختبار بالصدق الظاهري بنظرة سريعة إلى أسئلة الاختبار، نعني أن تكون أسئلة الاختبار واضحة ولها علاقة بالأهداف التي أرادها واضع الاختبار، فإذا كان هدف الاختبار قياس التعبير الشفهي من العينة فكل سؤال في الاختبار يتعلق به ، إذا حدث ذلك فيكون الاختبار ذا صدق ظاهر .

صدق المحتوى :

يجب أن يمثل الاختبار عينة جيدة من المادة موضع الاختبار .

الصدق التلازمي :

يعني أن يترابط مقياس ما محدود في مجاله مع مقياس آخر أشمل مشهود له بالصدق ترابطا موجبا عاليا .

٣- الثبات

يقصد بالثبات عدم التذبذب في الاختبار إذا ما قصد به أن يكون بمثابة المقياس. لذا يجب ألا يكون الاختبار مثل المطاط في قياسه.

ولكن هناك بعض العوامل يمكن أن تخل بثبات الاختبار متفرقة او مجتمعة يجب الانتباه اليها .:

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

- ١- الغش
- ٢- التعليمات الغامضة
- ٣- التخمين الأعمى
- ٤- الوقت أو الزمان
- ٥- التمثيل
- ٦- التمييز
- ٧- التدرج
- ٨- التعليمات
- ٩- الشكل
- ١٠- الموضوعية
- ١١- العملية
- ١٢- الشمول
- ١٣- التمييز
- ١٤- الدافعية
- ١٥- الواقعية

علامات السلام الداخلي :

- القدرة على الاستمتاع بكل لحظة.
- فقدان الاهتمام بالحكم على الآخرين أو تفسير أفعال الآخرين.
- عدم الاهتمام بالصراعات.
- الميل إلى التفكير والتصرف بشكل عفوي بدلاً من المخاوف القائمة على الخبرة السابقة.
- عدم القدرة على القلق بشكل متكرر وغامة مع كثير من الابتسام.
- الشعور بالقناعة.
- الشعور بالارتباط بالآخرين ومع الطبيعة.

أسباب قياس السلام الداخلي:

- ١- من الضروري قياس السلام الداخلي والحصول على درجة يجعلنا نعرف ونميز بين من لديهم من أفراد المجتمع سلام داخلي أم لا.
- ٢- وضع برامج تربوية وعلاجية لمن يحصل على درجات منخفضة في مقياس السلام الداخلي.
- ٣- وضع مقياس السلام الداخلي لفئة الشباب مهم جداً لأنهم هم المستقبل، ولا بد من تأهيلهم نفسياً قبل الدخول في إلتزامات المجتمع كالعامل والزواج والسفر.
- ٤- يوجد العديد من المتغيرات تتأثر بعلاقة طردية أو علاقة عكسية مع متغير السلام الداخلي، فلا بد من قياس السلام الداخلي لتحديد مدى هذه العلاقة بالدرجات، للحصول على أسلوب إحصائي دقيق.
- ٥- لابد من قياس السلام الداخلي بأداة يتوافر فيها خصائص سيكومترية جيدة يتلشى فيها عيوب وسلبيات المقاييس السابقة.

الدراسات السابقة

وأجريت بعض الدراسات في إطار علم النفس الإيجابي ذات علاقة غير مباشرة بمفهوم السلام الداخلي، فقد قام لينلي وآخرين (Linley, et. al., 2009)، بدراسة تحليلية لمقاييس طيب الوجود الذاتي والنفسي Subjective and Psychological Well being خلص فيها إلى أن السلام الداخلي هو المؤشر الرئيسي لهما.

كما خلصت نتائج دراسة كريزر وآخرين (Kreitzer, et al., 2009) إلى إمكانية التنبؤ بجودة الحياة بمعلومية مستوى السلام الداخلي؛ فضلاً عن كونها تؤدي دوراً وسيطاً في تحديد تأثيرات برامج تنمية الجوانب الروحية من الشخصية على الصحة النفسية والبدنية.

وأفادت دراسة روبرتس وميسينجر (Roberts & Messenger, 1993) أن الشعور بالسلام الداخلي يعزز من قدرة الفرد على تقبل منغصات الحياة وظروفها العصبية بثبات ورباطة جأش والاحتفاظ بالهدوء والاتزان الانفعالي وتمالك الذات والتجاوب السلوكي الفعال مع هذه الظروف باتخاذ ردود أفعال تخفف من تأثيراتها السلبية؛ وبالتالي سرعة تجاوز هذه التأثيرات.

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

كما أشار جينكينسون (Jenkinson، 2003) إلى أن السلام الداخلي شعور يعكس احتفاظ الإنسان بهدوئه واتزانه وتركيزه على معنى الحياة والغاية منها؛ فضلا عن تقبل التنوع في خبرات الحياة الإيجابية منها والسلبية واحتفاظه على الدوام بتقديره لذاته وصفائه النفسي. وتبعاً لذلك يرى الباحث أن السلام الداخلي يهدف تحرير الإنسان من المشاعر السلبية وتعزيز قدرته على مواجهة أحداث الحياة وضغوطها بشكل يتسم بمزيد من الهدوء والسكينة والالتزان الوجداني، وفي إطار ذلك يمكن توضيح الأهمية الوقائية للسلام الداخلي في النقاط التالية:

- تحرير الإنسان من مشاعر التحسر على الماضي.
- تحرير الإنسان من القلق على المستقبل.
- تحرير الإنسان من الغرق في مشاعر مقارنة نفسه دائما بالآخرين.
- تحرير الإنسان من مشاعر الحقد والكراهية والرغبة في الانتقام، وهي ما ينزع من الإنسان صفائه النفسي؛ وأمنه وسلامه الداخلي.
- دفع الإنسان باتجاه التقبل الإيجابي لقدره ومصيره في إطار التسليم بحكمة التدبير الإلهي وخيريته؛ وبالتالي دفعه باتجاه التشبع بالرضا والتحرر من مشاعر الوجدان السلبي كالاستياء والضيق الانفعالي أو التعاسة النفسية.

أبعاد السلام الداخلي

تعددت المقاييس الأجنبية التي هدفت قياس السلام الداخلي، ويمكن تناول أهم هذه المقاييس وفق الجدول التالي:

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

جدول (٢) يوضح أبعاد مقياس السلام الداخلي وفق مجموعة من العلماء

اسم المقياس/ المؤلف	وصف المقياس
مقياس السكينة النفسية Serenity Scale إعداد: روبرتس؛ وأسبي (Roberts & Aspy, 1993)	يتكون المقياس من (٤٠) مفردة، لقياس السكينة كخبرة روحية، تجسد الشعور الشخص بالسلام الداخلي بغض النظر عن أحداث الحياة اليومية الخارجية، وعلى الرغم من ارتباط هذا الشعور براحة البال، وصفاء الذهن، إلا أنها تتجاوز هذا الحد إلى تخلية النفس من الأحقاد والضغائن والكراهية، مع اقترانها بتقبل الأحداث والأزمات دون ضجر أو قنوط والتسليم بوجود حكمة إلهية فيها، ويُجاب عن مفردات المقياس بصيغة التقرير الذاتي وفقا لتدرج ليكرت السداسي، وكشف الصدق العملي للمقياس عن تسعة عوامل هي: (الراحة الداخلية، التقبل، الانتماء، الثقة، الرضا، الإحسان، الرؤية، التركيز على الحاضر، وإعادة البناء المعرفي).
مقياس الفضائل البشرية The virtues Scale إعداد: كاولي مارتن، وجونسون (Cawley , Martin & Johnson, 2000)	يدخل مقياس الفضائل البشرية في إطار الفضائل لدراسة الشخصية؛ فهي حالة تصف جانباً أساسياً من جوانب الفضيلة ويعني بها "حالة الوفاق والهدوء والاتزان الانفعالي والسلام الداخلي خلال التفاعل مع الآخرين، وعند مواجهة وقائع وأحداث الحياة اليومية إيجابية كانت أم سلبية"، وقد كشفت نتائج التحليل العملي عن أن المقياس يتضمن (٥) عوامل استقطبت أعلى التشبعات وهذه العوامل هي: (التعاطف، النسيقية والانتظام والغائية، وسعة الحيلة، والسكينة).
مقياس السكينة المختصرة The Brief Serenity Scale تطوير كريترز وأخرين (Kreitzer, et.al., 2009)	عدلت كريترز مقياس السكينة النفسية الذي أعده روبرتس وأسبي & (Roberts Aspy, 1993) وعرفت السكينة النفسية في إطار هذا المقياس بأنها "حالة روحية تقلل من شعور شخص بالضيق الانفعالي، وتزيد من شعوره بالعافية وحس الحال، واعتبرتها حالة دائمة نسبياً من الشعور بالسلام النفسي الداخلي تعزز شعوره بالتعلق، والارتباط بالوجود البشري كخبرة كلية، تكون المقياس من (٤٠) مفردة، تحققت من صدقه وبنيته العملية، وخلصت نتائج التحليل العملي إلى الإبقاء على (٢٢) مفردة فقط تتوزع على ثلاثة عوامل استقطبت أعلى التشبعات وهي: (التقبل، والراحة الداخلية، والثقة).
مقياس السكينة The Serenity Scale إعداد كريترز، واليخاشنلوت، وريلي، وبيرد	تكون المقياس من (٢٣) مفردة تصف المشاعر، والأفعال المقترنة بحالة السلام النفسي الداخلي والسكينة، وصيغت المفردات بصورة تسمح للمفحوص بوصف مدى شعوره بخبرة انفعالية معينة خلال الأسبوع الماضي، ومن أمثلة مفردات المقياس خلال الأسبوع الماضي، إلى أي

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

<p>مدى كنت مدركا بالمصدر الداخلي لشعورك بالراحة، بالقوة، بالأمن، "خلال الأسبوع الماضي، إلى أي مدى كنت متقبلا للمواقف التي عجزت عن تغييرها".</p>	<p>(Kreitzer, Gross, Waleekhachonloet, Reilly-Spong & Byrd, 2009)</p>
<p>تكونت بطارية فيتربو للسكينة من (٢٤) مفردة موزعة على أربعة أبعاد هي: - القوة العليا Higher Power : وتشير إلى التوجهات الروحية للإنسان في الحياة وسعيه المتواصل للكشف عن معنى الحياة وغاياتها المطلقة.</p> <p>- التناغم والانسجام Harmony: ويشير إلى التقبل، والحكمة والتحرر من الغضب والاستياء، والإرادة الحرة والعفو والقدرة على التخلص من حالات الجزع والخوف والقنوط، والرفق بالذات، وفعالية الذات.</p> <p>- الإيجابية Positivity: وتشير إلى السعادة وطيب الوجود الذاتي، والانفعالات الإيجابية، والحس الفكاهي، والامتنان، والتواضع، والتقاؤل، والسعادة بالذات، وإدارة الوقت، ومركز الضبط الداخلي.</p> <p>- أسلوب الحياة Lifestyle: ويتضمن عيش الشخص يوم بيوم، وميله لتبسيط إيقاع حياته، وتقديره للجمال، وإثرائه لشبكة علاقاته الاجتماعية، وتأسيسها على حب الآخرين وإيثارهم، والصداقة، والمساندة الاجتماعية.</p>	<p>بطارية فيتربو للسكينة النفسية Viterbo Serenity Inventory إعداد فلودي (Floody, 2014)</p>

في ضوء الكتابات النظرية حول مفهوم السلام الداخلي، والمقاييس الأجنبية التي وضعت لقياسها، قام الباحث ببناء مقياس السلام الداخلي للشباب، ويتضمن المقياس خمسة أبعاد هي: (الإيمان بالله وبالقدر، تقبل الذات والتسامح معها، التشبع بالرضا، الصفاء النفسي، الطمأنينة النفسية)، كما تحددت درجته في كل بُعد على حده؛ وبذلك يمكن قياس الفروق الفردية بين الشباب في درجة السلام الداخلي، في إطار اعتبارها تركيباً نفسياً يعكس الإيمان كحالة من التسليم بحكمة الخالق والغائية والتدبير الإلهي، والالتزان والهدوء النفسي المقترن والوقار والتواضع والحس الإنساني، والابتهاج والنشوة الروحية، والإقبال على الحياة والتسامي الروحي.

النماذج النظرية المفسرة للسلام الداخلي

تعددت النظريات ووجهات النظر التي فسرت مفهوم السلام الداخلي لدى الأفراد؛ فمنهم من اعتبروه الأمن النفسي، والطمأنينة النفسية، والهناء الذاتي، والسكينة النفسية، ومن أبرز هذه النظريات ما يلي:-

أ- نظرية فرويد (Freud)

يعتبر فرويد (Freud) من أبرز العلماء الذين أكدوا على مصادر الخطر الداخلية في الإنسان التي تقوده إلى سوء التكيف وعدم الاستقرار مع محيطه ففسر فرويد "Freud" مفهوم السلام الداخلي عبر افتراضات نظرية وآراء يدور حولها جدل لم ينقطع، فالبشر بالنسبة لـ"فرويد" كائنات حية بمركبات بيولوجية غريزية دافعية موجهة نحو تحقيق اللذة وتجنب الألم والقلق، باستخدام أشكال من الطاقة النفسية الحيوية الجنسية، وهو لا يضع حدود جامدة بين أشكال هذه الطاقة، والغرائز هي التي تتولى مهمة هذا التحويل بأشكال مباشرة أو غير مباشرة، شعورية أو غير شعورية عن طريق الرمز والتصريح أحياناً ويربط فرويد بين الشعور بالأمن والسلام النفسي الداخلي، وبين الأمن البدني وتحقيق الحاجات المرتبطة به، حيث يرى الإنسان مدفوعاً لتحقيق حاجاته بغرض الوصول إلى الاستقرار، وعند الفشل تتهدد الذات وتتألم وتشعر بالضيق والقلق (علاء الدين كفاي، ١٩٨٨).

ب- نظرية أدلر (Adler)

يربط أدلر (Adler) بين مفهوم السلام الداخلي وبمدى قدرة الفرد على تحقيق التكيف والسعادة في ميادين العمل والحب والمجتمع، ويتم ذلك من خلال قدرة الإنسان على تجاوز مشاعر النقص التي يتصف بها البشر، فالطالب الذي منح الاهتمام والرعاية الكافية والمناسبة يتبنى أسلوب للحياة يتضمن النفع للآخرين، والرضا الوظيفي، وتحقيق زواج ناجح، والإخلاص والتعاطف مع الآخرين، ومن هنا يتحقق أمنه النفسي وسلامه الداخلي من خلال نجاحه في تحقيق مشاعر النقص وتجاوزها بأسلوب حياة فاعل.

ج- نظرية الجشطالت (Gestalt)

إن هذا الاتجاه يقوم أساساً على رفض فكرة تحليل السلوك، وإيجابية الكائن الحي وأنه موجه نحو غاية يريد تحقيقها، لذلك ركز بيرلز (Perles) على النظرية الكلية للشخصية، واستبعد فكرة الاتزان والصحة النفسية في غياب التكامل بين عناصر الكل الشخصي، وبالتالي فإن الصحة النفسية ومظهرها الأساسي الأمن والسلام الداخلي، بيدوان في تحمل المسؤولية

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

وارتباط الحاجات الداخلية والخارجية بأبعاده المكانية والزمانية وبمتغيراتها الاجتماعية والنفسية (عبد الرحمن العطاس، ٢٠١٢).

د- نظرية الأثر

يرى جلاسر (William Glasser) صاحب نظرية العلاج بالواقع أن تحقيق الأمن والسلام النفسي الداخلي يرتبط بتحقيق الفرد لحاجاته الأساسية من البيئة الواقعية وبأسلوب واقعي مقبول وفق أسس الضبط الاجتماعية، وتحقيق الاندماج الوجداني مع شخص أو أكثر اندماجا يتجاوز التقبل العادي المتبادل ليشكل سندا حقيقيا واقعا في البيئة الوجدانية الشخصية للفرد (عاطف الشربيني، ٢٠١٤).

هـ- نظرية الحاجات لماسلو (Maslow)

يُعد ماسلو (Maslow, 1972) أكثر علماء النفس اهتمامًا بمفهوم الأمن النفسي والسلام الداخلي، بل أنه قدم أفضل إسهام في هذا المجال، ولم يقف ماسلو عند محاولة تقليدية لتعريف الأمن والسلام النفسي الداخلي، بل بذل جهوداً طيبة من أجل الوصول وبطرائق علمية عيادية، إلى تحديد شامل لمفهوم الأمن والسلام النفسي الداخلي، تظهر معها مؤشرات الأمن النفسي في مستويين؛ مستوى الشعور والإحساس بالأمن النفسي، ومستوى عدم الشعور بالإحساس بالأمن النفسي (فاروق عبد السلام، ١٩٧٩).

مقياس السلام الداخلي

يُقصد بالسلام الداخلي: "شعور مركب يتضمن شعور الفرد بالسلامة، والاطمئنان، وأنه محبوب ومتقبل من الآخرين، مع إدراكه لاهتمام الآخرين به وتقهمهم له؛ مما يجعله في حالة من الهدوء والاستقرار، ويضمن له قدرا من الثبات الانفعالي والتقبل الذاتي، والصفاء مع النفس والسعادة بما قدر له، والاعتقاد في إمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل. ويتضمن السلام الداخلي المحاور الآتية:-

١- الإيمان بالله والقضاء وبالقدر

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

الإيمان بالله والقضاء والقدر هو: "التصديق الجازم بقضاء الله وقدره وأن كل ما يقع في الأنفس والآفاق من خير أو شر إنما يتم بقضاء الله وقدره، وعلمه المسبق، فقد كتب الله الأقدار قبل خلق الخليفة فلا يخرج شيء عن إرادته ومشيتته في الأرض أو في السماء".

أبعاد المقياس	م	العبارات	مناسب	غير مناسب
الإيمان بالله والقضاء والقدر	١	أرضى بما كتبه الله لي.		
	٢	أشكر ربي في السراء والضراء.		
	٣	عندما ابتلى بمصيبة ألعن القدر.		
	٤	أؤمن بأن تفريخ الكروب بيد الله وحده.		
	٥	أؤمن بأن مع العسر يسراً.		
	٦	أستمد قوتي وعزتي من إيماني بالله وحده.		
	٨	الإيمان بالله يجعل للحياة معنى.		
	٩	كل ما يصيبنا إلا ما قد كتبه الله لنا.		
	١٠	أستشعر عظمة الله في كل مظاهر حياتي.		

٢- تقبل الذات والتسامح معها

يُقصد بتقبل الذات والتسامح معها: "تقبل الذات بأوجه قصورها ومظاهر ضعفها ومكامن قوتها وجوانب تميزها، مع الرغبة في تنميتها وتطويرها والشعور بالرضا والارتياح عن النفس، والتسامح معها وكراهية التعصب واللوم الزائد للذات، والاجتهاد والسعي لتحسين الذات وتطويرها".

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

أبعاد المقياس	م	العبارات	مناسب	غير مناسب
قبول الذات والتسامح معها	١١	أنا راضي عن نفسي.		
	١٢	أشعر بالرضا والارتياح عن كل ما يحدث في حياتي.		
	١٣	أنا متسامح مع نفسي.		
	١٤	أشعر بالسعادة عندما أعفو عن أساء إلى.		
	١٥	إذا ارتكبت خطأ فإني لا اسامح نفسي.		
	١٦	أشعر بالضيق وعدم الرضا عن نفسي.		
	١٨	لا يملك أحدا لي نفعاً ولا ضرراً إلا بمشيئة الله.		
	١٩	أوجه اللوم الشديد والعتاب لنفسي.		
	٢٠	أشعر بالسعادة لما أنا عليه وأجتهد لتحسين ذاتي.		

٣- التشبع بالرضا

يُقصد بالتشبع بالرضا:

"الشعور النفسي بالقناعة، والارتياح والسعادة والتقبل لكل أقدار الله وتدبيراته مع الثقة في عدله وحكمته، وما يقترن بذلك من شعور بالارتياح الوجداني، وأساس التشبع بالرضا تسليم

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

الشخص لما قسمه الله له، وعدم التطلع إلى ما عند الآخرين أو حسدهم على ما منحهم الله به من نعمة وخصهم به من فضل، والتكيف مع الأحداث والوقائع مع محاولة تعديل ما يمكن تعديله".

أبعاد المقياس	م	العبارات	مناسب	غير مناسب
التسليم بالرضا	٢١	أستسلم لقضاء ربنا وقدره.		
	٢٢	أتقبل المواقف والظروف التي لا أستطيع تغييرها.		
	٢٣	أؤمن بأن كل شيء يخضع لقدرة الله وحكمته.		
	٢٤	أتقبل الآخرين وأحترمهم مهما		
	٢٥	أؤمن بأن التوكل على الله دليل على قوة الايمان.		
	٢٦	أشعر بالرضا والارتياح عن ظروف المعيشية.		
	٢٧	أؤمن بأن قدر الله كله خير.		
	٢٨	مهما بلغت مصاعب الحياة، فإن عند الله خيراً وأبقى.		
	٢٩	أؤمن بأن لو اجتمع الإنس والجن على أن يضروك بشيء لن يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك.		
	٣٠	لا أملك لنفسي نفعاً ولا ضرراً إلا ما شاء الله.		

٤ - الصفاء النفسي

يقصد بالصفاء النفسي: "خلو النفس من أدران الحقد، والغل، والكراهية مع تعاضم الرغبة في زيادة الفضيلة وبذل الخير دون انتظار المقابل بروح عامرة بالمحبة، والتواد تقرباً واحتساباً لله في تغليب مصلحة الغير وإيثارهم، ويتضمن الصفاء النفسي كذلك تحلي الإنسان بروح الصبر

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

والاتزان والتفاؤل وتوقع الخير والاستبشار وانسراح الصدر، وعدم التطلع لما عند الآخرين والرضا والتسليم بالقضاء والقدر بقناعة تامة.

أبعاد المقياس	م	العبارات	مناسب	غير مناسب
الصفاء النفسي	٣٢	أتوقع الخير دائماً من الناس ولا أظن فيهم سوءاً.		
	٣٣	العفو عن أساء إليك مؤشراً لضعف شخصيتك.		
	٣٤	أؤمن بأن أفضل ما في الحياة أن تحب للآخرين ما تحبه لنفسك.		
	٣٥	أعتقد أن أهم شيء في الحياة هو راحة البال.		
	٣٦	أرى أن قلبي يمتلئ بالعفو والتسامح مع الآخرين.		
	٣٧	أحسن إلى الآخرين وأن وجدت منهم الإساءة.		
	٣٨	أحب الخير لكل الناس.		
	٣٩	رد الإساءة علامة على قوة الانسان وقدرته.		
	٤٠	لا أحمل في نفسي غلاً أو كرهاً لأحد.		

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

٦- الطمأنينة النفسية

يُقصد بالطمأنينة النفسية: "الخلو من مظاهر الخوف والقلق والتبديد وندرة الشعور بالضغط النفسي. كما تكمن في شعور الفرد بأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر؛ مما يجعله في حالة توازن واستقرار نفسي أو توافق أممي مستمر، وهي حالة يُظهر فيها الفرد الوثام والتتاغم مع الذات، فضلاً عن انتقاء النزعات العدوانية مع الذات ومع الآخرين.

أبعاد المقياس	م	العبارات	مناسب	غير مناسب
الطمأنينة النفسية	٤١	أعيش في سلام وأمن مع ذاتي.		
	٤٢	أؤمن بأن من بات أمناً في سريه نال الدنيا وما فيها.		
	٤٣	أشعر بالسلام والانسجام النفسي مع المحيطين بي.		
	٤٤	أشعر ببهجة عميقة وبانفصال عن متاعب الحياة عند السجود لله.		
	٤٥	أشعر بالراحة والطمأنينة عند مناجاتي لله.		
	٤٦	أشعر بالخوف والارتياح من التعامل مع الآخرين.		
	٤٧	يشعر الآخريين معي بالطمأنينة والراحة.		
	٤٨	أنا دائم الشك فيمن حولي.		
	٤٩	أشعر بالتهديد والخوف.		
	٥٠	أشعر بالفرحة والبهجة عند الاجتماع مع الزملاء والأقارب.		

١- خطوات بناء المقياس

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

- تتلخص خطوات إعداد مقياس السلام الداخلي لدى عينة من الشباب فيما يلي:-
- ١- بداية قام الباحث بتحديد الهدف من إعداد هذا المقياس؛ حيث يهدف إلى تحديد مستوى السلام الداخلي لدى عينة من الشباب بنطاق محافظة القاهرة.
 - ٢- مراجعة ما توفر للباحث من آراء ومفاهيم نظرية وكذلك دراسات سابقة أجنبية حول موضوع السلام الداخلي، وذلك للتمكن من تحديد مفهوم واضح يتبناه الباحث للسلام الداخلي.
 - ٣- اطلع الباحث على مجموعة من المقاييس التي تناولت السلام الداخلي، ولاحظ أن معظم الدراسات تناولت مسميات أخرى مشابهة للسلام الداخلي (كالأمن النفسي، والسكينة النفسية، والطمأنينة)، إلى جانب أن معظمها مقاييس أجنبية. وتشمل هذه المقاييس ما يلي:-
 - مقياس السكينة إعداد: روبرت، وأسبي (Roberts & Aspy, 1993).
 - مقياس السكينة النسخة المختصرة (Kreitzer, et al., 2009) The Brief Serenity Scale
 - بطارية فيتربو للسكينة النفسية Viterbo Serenity Inventory إعداد: فلودي (Floody, 2014).
 - مقياس السكينة النفسية لطلاب الجامعة (إعداد: محمد أبو حلاوة؛ وعاطف الشرييني، ٢٠١٦).حدد الباحث المحاور الرئيسية للمقياس، وتشمل (الإيمان بالله وبالقدر، تقبل الذات والتسامح معها، التشبع بالرضا، الصفاء النفسي، الطمأنينة النفسية). ثم قام بوضع تعريف إجرائي لكل محور من هذه المحاور.
 - ٤- شرع الباحث في صياغة عبارات المقياس، في ضوء المحاور السابقة.
 - ٥- تم عرض المقياس على بعض الأساتذة المتخصصين في مجال الصحة النفسية لإبداء الرأي في مدى ملائمة المقياس لما أعد لقياسه، وارتباط العبارات بالمحاور الرئيسية والمقياس ككل فضلاً عن سلامة العبارات من حيث الصياغة اللغوية.
 - ٦- أسفرت عملية التحكيم عن تعديل بعض العبارات ، وبذلك بلغت الصورة الأولية للمقياس بعد التحكيم (٥٠) عبارة موزعة على خمس محاور ، بموجب (١٠) عبارات لكل محور، ويتضح ذلك وفق الجدول التالي:-

جدول (٣)

توزيع عبارات مقياس السلام الداخلي على المحاور الرئيسية (في صورته الأولية)

أرقام العبارات	التعريف الإجرائي	المحاور الرئيسية
١٠ - ١	ويقصد بها: "التصديق الجازم بقضاء الله وقدره وأن كل ما يقع في الأنفس والأفاق من خير أو شر إنما يتم بقضاء الله وقدره، وعلمه المسبق، فقد كتب الله الأقدار قبل خلق الخليقة فلا يخرج شيء عن إرادته ومشئته في الأرض أو في السماء".	الإيمان بالله وبالقدر
٢٠ - ١١	ويقصد بها: "تقبل الذات بأوجه قصورها ومظاهر ضعفها ومكامن قوتها وجوانب تميزها، مع الرغبة في تمتيتها وتطويرها والشعور بالرضا والارتياح عن النفس، والتسامح معها وكراهية التعصب واللوم الزائد للذات، والاجتهاد والسعي لتحسين الذات وتطويرها".	تقبل الذات والتسامح معها
٣٠ - ٢١	ويقصد بها: "الشعور النفسي بالقناعة، والارتياح والسعادة والتقبل لكل أقدار الله وتدبيراته مع الثقة في عدله وحكمته، وما يقترن بذلك من الشعور بالارتياح الوجداني، وأساس الرضا هو تسليم الفرد لما قسمه الله له، وعدم التطلع إلى ما عند الآخرين أو حسدهم على ما منحهم الله من نعم".	التشبع بالرضا
٤٠ - ٣١	ويقصد بها: "خلو النفس من أدران الحقد، والغل، والكراهية مع تعاضد الرغبة في زيادة الفضيلة وبذل الخير دون انتظار المقابل بروح عامرة بالمحبة، والتواد تقربا واحتسابا لله وتغليب مصلحة الغير وإبتائهم، وكذلك التحلي بروح الصبر والاتزان والتعاقد وتوقع الخير والاستبشار وإنشراح الصدر".	الصفاء النفسي
٥٠ - ٤١	ويقصد بها: "الخلو من مظاهر الخوف والقلق والتبديد ونذرة الشعور بالضغط النفسي. كما تكمن في شعور الفرد بأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر؛ مما يجعله في حالة توازن واستقرار نفسي أو توافق أمني مستمر".	الطمأنينة النفسية

- ٧- صاغ الباحث تعليمات المقياس، واستقر على استخدام مقياس ثلاثي (دائماً - أحياناً - أبداً).
- ٨- قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية والمقدرة ب (٢٠٠) شاباً وشابة من الشباب بنطاق محافظة القاهرة، وتم تصحيح استجابات المفحوصين وتقدر درجة المفحوص (دائماً) يحصل عندها على ثلاث درجات، و (أحياناً) يحصل على درجتين، و (أبداً) يحصل عندها على درجة واحدة.
- ٩- تم إدخال الاستجابات على برنامج (SPSS (V24 تمهيداً لإجراء التحليلات الإحصائية للمقياس واختبار صحة الفروض.

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

جدول (٤) وصف المقياس

أبعاد المقياس	(الإيمان بالله وبالقدر، تقبل الذات والتسامح معها، التشبع بالرضا، الصفاء النفسي، الطمأنينة النفسية).
مصادر المقياس	<ul style="list-style-type: none"> • مقياس السكينة إعداد: روبرت، وأسبي (Roberts & Aspy, 1993) • مقياس السكينة النسخة المختصرة. (The Kreitzer, et al., 2009) Brief Serenity Scale • بطارية فيتربو للسكينة النفسية Viterbo Serenity Inventory إعداد: فلودي (Floody, 2014). • مقياس السكينة النفسية لطلاب الجامعة (إعداد: محمد أبو حلاوة؛ وعاطف الشرييني، ٢٠١٦).

جدول (٥) وصف عينة المقياس

العينة	النوع	ن	م	الانحراف المعياري	نوعهم الاجتماعي
طلاب جامعة	ذكور	٥٠	٢٠,٢ سنة	٢,٤	غير متزوجين
خريجين	ذكور	٥٠	٢٤,٦ سنة	٢,٣٨	غير متزوجين
طالبات جامعة	إناث	٥٠	١٩,٩ سنة	٢,٤١	غير متزوجات
خريجات	إناث	٥٠	٢٣,٥	٢,٣٩	غير متزوجات

الخصائص السيكومترية للمقياس

أولاً: صدق المقياس : أ- صدق التحكم

يقوم هذا النوع من الصدق على فكرة مدى مناسبة المقياس لما يقيس، ولمن يُطبق عليهم، ويبدو مثل هذا الصدق في وضوح البنود ومدى علاقتها بالسمة أو البعد الذي يقيسه المقياس وغالباً ما يقرر ذلك مجموعة من المتخصصين في المجال الذي يُفترض أن ينتمي إليه المقياس (سعد عبد الرحمن، ١٩٩٧، ٢٢٦).

وقام الباحث في المراحل البنائية للمقياس بعرض عباراته على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس التربوي (١)، وقد أفضى هذا الإجراء عن

أسماء السادة المحكمين على مقياس السلام الداخلي للشباب ملحق رقم (١)(١)

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

الإبقاء على عدد عبارات المقياس كما هي (٥٠) عبارة، فضلاً عن إجراء بعض التعديلات في الصياغة اللغوية للعبارات.

ب- الصدق العاملي

عبارات كل عامل ونسبة التشبع لكل عبارة والتباين والجزر الكامن لمقياس السلام الداخلي بعد إجراء التحليل العاملي

جدول (٦)

نسبة التباين	الجزر الكامن	العوامل					العبارة	رقم العبارة
		الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول		
٨,٩٣٧ %	٤,٤٦٨					٠,٦٩١	أنا راضي عن نفسي.	١١
						٠,٦٦٣	أشعر بالضيق وعدم الرضا عن نفسي.	١٦
						٠,٦٣٢	أنا متسامح مع نفسي.	١٣
						٠,٦٢٩	أشعر بالرضا والارتياح عن كل ما يحدث في حياتي.	١٢
						٠,٦٢٣	أعيش في سلام وأمن مع ذاتي.	٤١
						٠,٥٣٧	أشعر بالسعادة لما أنا عليه وأجتهد لتحسين ذاتي.	٢٠
						٠,٥١٨	أوجه اللوم الشديد والعتاب لنفسي.	١٩
						٠,٥١٤	أشعر بالسلام والانسجام النفسي مع المحيطين بي.	٤٣
						٠,٤٣٧	إذا ارتكبت خطأ فأني لا اسامح نفسي.	١٥
						٠,٤٢٥	أشعر بالرضا والارتياح عن ظروف المعيشية.	٢٦
						٠,٤٠٤	أشعر بالخوف والارتياح من التعامل مع الآخرين.	٤٦
						٠,٣١٥	أقبل المواقف والظروف التي لا أستطيع تغييرها.	٢٢
٨,٣٥٣ %	٤,١٧٦				٠,٧٤٠	أستمد قوتي وعزتي من إيماني بالله وحده.	٦	
					٠,٦١٠	أؤمن بأن مع العسر يسراً.	٥	
					٠,٥٣٩	الإيمان بالله يجعل للحياة معنى.	٨	
					٠,٥٣٢	أشكر ربي في السراء والضراء.	٢	

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

				٠,٥١١		أشعر ببهجة عميقة وبنفصال عن متاعب الحياة عند المسجود لله.	٤٤
				٠,٥٠٦		أرضى بما كتبه الله لي.	١
				٠,٤٥٩		أؤمن بأن قدر الله كله خير.	٢٧
				٠,٤٥٨		مهما بلغت مصاعب الحياة، فإن عند الله خيراً وأبقى.	٢٨
				٠,٤٥١		أؤمن بان تفريج الكرب بيد الله وحده.	٤
				٠,٤٣٣		كل ما يصيبنا إلا ما قد كتبه الله لنا.	٩
٧,٥٠٩ %	٣,٧٥٥			٠,٣٧١		أؤمن بأن من بات آمناً في سربه نال الدنيا وما فيها.	٤٢
				٠,٧٢٧		أؤمن بأن التوكل على الله دليل على قوة الايمان.	٢٥
				٠,٦٥٧		أؤمن بأن كل شيء يخضع لقدرة الله وحكمته.	٢٣
				٠,٥٨٢		لا أملك نفسي نفعا ولا ضرراً إلا ما شاء الله.	٣٠
				٠,٥٨١		أشعر بالراحة والطمأنينة عند مناجاتي لله.	٤٥
				٠,٥٦٦		أؤمن بأن لو اجتمع الإنس والجن على أن يضروك بشيء لن يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك.	٢٩
				٠,٤٩١		لا يملك أحداً لي نفعا ولا ضرراً إلا بمشيئة الله.	١٨
				٠,٤٦٧		أستسلم لقضاء ربنا وقدره.	٢١
				٠,٤٠٤		أستشعر عظمة الله في كل مظاهر حياتي	١٠
				٠,٣٨٨		أؤمن بأن أفضل ما في الحياة أن تحب للآخرين ما تحبه لنفسك.	٣٤
				٠,٣٧٢		أشعر بالفرحة والبهجة عند الاجتماع مع الزملاء والأقارب.	٥٠

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

٦,٩٥٢ %	٣,٤٧٦	٠,٣٤٦			أعتقد أن أهم شيء في الحياة هو راحة البال.	٣٥
		٠,٧١٩			أرى أن قلبي يمتلئ بالعتو والتسامح مع الآخرين.	٣٦
		٠,٦١١			أحسن إلى الآخرين وأن وجدت منهم الإساءة.	٣٧
		٠,٥٦٣			أتوقع الخير دائماً من الناس ولا أظن فيهم سوءاً.	٣٢
		٠,٥٥١			أشعر بالسعادة عندما أعفو عن أساء إلى.	١٤
		٠,٥٣٣			أقبل الآخرين وأحترمهم مهما.	٢٤
		٠,٤٧٥			يشعر الآخريين معي بالطمأنينة والراحة.	٤٧
		٠,٤٥٧			أحب الخير لكل الناس.	٣٨
٥,٥٨١ %	٢,٧٩٠	٠,٤١٢			لا أحمل في نفسي غلاً أو كرهاً لأحد.	٤٠
		٠,٦٢٢			رد الإساءة علامة على قوة الإنسان وقدرته.	٣٩
		٠,٥٩١			أنا دائم الشك فيمن حولي.	٤٨
		٠,٤٩٦			أشعر بالتهديد والخوف.	٤٩
		٠,٤٧٨			عندما ابتلى بمصيبة أعتن القدر.	٣
		٠,٤٧٣			العفو عن أساء إليك مؤشراً لضعف شخصيتك.	٣٣
%٣٧,٣٢٢					نسبة التباين للمقياس ككل	

يتضح من جدول (٦) أن :

العامل الأول: استوعب (٨,٩٣٧%) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٤,٤٦٨)، وقد تشعب عليه (١٢) مفردات. وتدور عبارات العامل الأول من محاور مقياس السلام الداخلي حول قدرة الشباب على تقبل ذاته بأوجه قصورها ومظاهر قوتها وتميزها، مع الرغبة في تطويرها والشعور بالرضا عن النفس، والتسامح معها وكراهية التعصب واللوم الزائد للذات، فنراه دائم الرضا عن ذاته، متسامحاً معها متقبلاً جميع الظروف والأحوال، لذا يرى الباحث تسمية هذا المحور بالرضا عن الذات والتسامح معها.

العامل الثاني: استوعب (٨,٣٥٣%) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٤,١٧٦)، وقد تشعب عليه (١١) مفردات. وتدور عبارات المحور الثاني من محاور

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

مقياس السلام الداخلي حول تصديق الشباب الجازم بقضاء الله وقدره وأن كل ما يقع في الأنفس والآفاق من خير أو شر إنما يتم بقضاء الله وقدره، وعلمه المسبق، حتى وإن بلغت مصاعب الدنيا واستحكمت حلقاتها، فأنها ستفرج قريباً وعلينا أن نسجد لله شكراً في السراء والضراء؛ لذا يرى الباحث تسمية هذا المحور بالإيمان بالله والقضاء والقدر.

العامل الثالث: استوعب (٧,٥٠٩ %) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٣,٧٥٥)، وقد تشبع عليه (١١) مفردات وتطور عبارات المحور الثالث من محاور مقياس السلام الداخلي حول شعور الشباب بالقناعة، والارتياح والسعادة والتقبل لكل أقدار الله وتدابيره مع الثقة في عدله وحكمته، وعدم التطلع إلى ما عند الآخرين أو حسدهم على ما منحهم الله من نعم؛ مما يجعله يشعر بالسعادة والفرح عندما يفرح الآخرون، ويدعو الله أن يرزقه من خيره الواسع؛ لذا يمكن تسمية هذا المحور بالتشبع بالرضا.

العامل الرابع: استوعب (٦,٩٥٢ %) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٣,٤٧٦)، وقد تشبع عليه (٨) مفردات وتطور عبارات المحور الرابع من محاور مقياس السلام الداخلي حول خلو الشباب من أدران الحقد، والغل، والكراهية مع تعاطف الرغبة في زيادة الفضيلة وبذل الخير دون انتظار المقابل بروح عامرة بالمحبة، والتوادق تقرباً واحتساباً لله وتغليب مصلحة الغير وإيثارهم؛ مما يشعرهم بالراحة والسكينة والطمأنينة النفسية؛ لذا يرى الباحث تسمية هذا المحور بالصفاء النفسي.

العامل الخامس: استوعب (٥,٥٨١ %) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٢,٧٩٠)، وقد تشبع عليه (٥) مفردات وتطور عبارات المحور الخامس من محاور مقياس السلام الداخلي حول خلو الشباب من مظاهر الخوف والقلق والشك والتبديد. كما تكمن في شعور الفرد بأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر؛ مما يجعله في حالة استقرار وتوازن نفسي؛ لذا يرى الباحث تسمية هذا المحور بالطمأنينة النفسية

ج - صدق المحك الخارجي (الصدق التلازمي)

تم حساب معاملات الارتباط بطريقة (Pearson) بين درجات عينة الكفاءة السيكومترية (ن=٢٠٠) على المقياس الحالي (إعداد الباحث)، ودرجاتهم على بطارية فيتربو للسكينة النفسية

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

Viterbo Serenity Inventory إعداد فلودي (Floody، 2014) كمحك خارجي، وكانت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٩)، وهي دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على صدق المقياس الحالي وصلاحيته للتطبيق .

الاتساق الداخلي

استخدم الباحث الاتساق الداخلي لاستكشاف معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد الرئيسية من ناحية والأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية لمقياس السلام الداخلي من ناحية أخرى ويتضح ذلك في الجداول التالية:-

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس السلام الداخلي والأبعاد الرئيسية للمقياس

الرضا عن الذات والتسامح معها	رقم البند	رقم البند	الإيمان بالله والقضاء والقدر	رقم البند	التشبع بالرضا	رقم البند	الصفاء النفسي	رقم البند	الطمأنينة النفسية
**٠,٧١٨	٦	**٠,٦٦٤	٢٥	**٠,٦٦٦	٣٦	**٠,٦٩٥	٣٩	**٠,٦٥٠	
**٠,٦٧٥	٥	**٠,٥٧٤	٢٣	**٠,٦٨٥	٣٧	**٠,٦٣٣	٤٨	**٠,٦٦٠	
**٠,٦٥٧	٨	**٠,٤٩٤	٣٠	**٠,٥٧٥	٣٢	**٠,٥٨١	٤٩	**٠,٦٣٩	
**٠,٦٦٦	٢	**٠,٦٠٢	٤٥	**٠,٦٧٢	١٤	**٠,٥٩٦	٣	**٠,٥٨٢	
**٠,٦٤٩	٤٤	**٠,٥٨٠	٢٩	**٠,٤٥١	٢٤	**٠,٥٥٠	٣٣	**٠,٥٩٢	
**٠,٦٤٢	١	**٠,٦٤٤	١٨	**٠,٦١٢	٤٧	**٠,٥٣٥			
**٠,٥٢٤	٢٧	**٠,٥٧٧	٢١	**٠,٥٨٢	٣٨	**٠,٤٣٥			
**٠,٥٥٧	٢٨	**٠,٥١٧	١٠	**٠,٥١٨	٤٠	**٠,٥٤٢			
**٠,٤٠٠	٤	**٠,٤٥٣	٣٤	**٠,٤٧٥					
**٠,٥٥٣	٩	**٠,٤٧٣	٥٠	**٠,٥٦٦					
**٠,٤٤٦	٤٢	**٠,٥٩١	٣٥	**٠,٤٨٤					
**٠,٤١٦	٢٢								

ن = ٢٠٠ (***) دالة عند ٠,٠١ (*) دالة عند ٠,٠٥

يتضح من جدول (٧) ارتفاع قيم معاملات ارتباط بنود مقياس السلام الداخلي بالمحاور الرئيسية التي استخرجها التحليل العاملي التوكيدي، حيث تراوحت قيم معاملات ارتباط البنود الأبعاد الرئيسية ما بين (٠,٤٠٠ - ٠,٧١٨) وهي قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية (٠,٠١) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس. فيما عدا العبارات (٧، ١٧، ٣١)

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

والتي استبعدتها التحليل العاملي نتيجة عدم استيفائها محك جيلفورد ($\pm 0,3$)، وبالتالي يصبح عدد عبارات المقياس في صورته النهائية (٤٧) عبارة.

جدول (٨)

مصنوفة معامل الارتباط بين أبعاد مقياس السلام الداخلي والدرجة الكلية للمقياس

المحاور الرئيسية	الرضا عن الذات والتسامح معها	الإيمان بالله والقضاء والقدر	التشبع بالرضا	الصفاء النفسي	الطمأنينة النفسية
الرضا عن الذات والتسامح معها	-----				
الإيمان بالله والقضاء والقدر	**٠,٦١٦	-----			
التشبع بالرضا	**٠,٥٢٠	**٠,٥٣٦	-----		
الصفاء النفسي	**٠,٦٨٦	**٠,٦٦٤	**٠,٥٦٤	-----	
الطمأنينة النفسية	**٠,٥٨٥	**٠,٦٨١	**٠,٦٠١	**٠,٥٨٢	-----
المقياس ككل	**٠,٨٢٣	**٠,٦٧٦	**٠,٦٣١	**٠,٥٩٥	**٠,٦١٥

ن = ٢٠٠ (***) دالة عند ٠,٠١ (*) دالة عند ٠,٠٥

يتضح من جدول (٨) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين أبعاد مقياس السلام الداخلي وبعضها البعض، والأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت قيم ارتباط الدرجة الكلية بالأبعاد الرئيسية ما بين (٠,٨٢٣ - ٠,٥٩٥) على الترتيب، وهي قيم مرتفعة ودالة على صدق البناء الداخلي لمقياس السلام الداخلي.

ثانياً: ثبات مقياس السلام الداخلي

تم حساب معاملات ثبات مقياس السلام الداخلي وفقاً للأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية للمقياس بطريقتي: إلغا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية ويتضح ذلك في جدول (٢٢)

جدول (٩)

ثبات مقياس السلام الداخلي بطريقتي ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية		ابعاد المقياس
	جتمان	سبيرمان	
٠,٨١٤	٠,٧٤٣	٠,٧٥٧	الرضا عن الذات والتسامح معها
٠,٧٥٢	٠,٧١٠	٠,٧٥٤	الإيمان بالله والقضاء والقدر
٠,٧٤٩	٠,٦٨٩	٠,٦٩٣	التشبع بالرضا
٠,٧٠٣	٠,٦٦٠	٠,٦٧٤	الصفاء النفسي
٠,٦٠٨	٠,٥٥١	٠,٦٠٧	الطمأنينة النفسية
٠,٨٦٥	٠,٧٨٧	٠,٧٨٩	المقياس ككل

توضح نتائج جدول (٩) ارتفاع قيم معاملات الثبات للأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية لمقياس السلام الداخلي وذلك بطريقتي ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية حيث بلغت قيم معاملات الثبات للمقياس ككل للطريقتين على الترتيب (٠,٧٨٩ ، ٠,٨٦٥) وجميعها قيم مرتفعة وتشير إلى ثبات نتائج استجابات المفحوصين في الإجابة على بنود المقياس.

ثالثاً: الصورة النهائية لمقياس السلام الداخلي

تكونت الصورة النهائية (٢) للمقياس من (٤٧) عبارة (٣٨ موجبة، ٩ سالبة) تقيس مستوى السلام الداخلي لدى عينة من الشباب بنطاق محافظة القاهرة، وتشمل هذه الأبعاد: (الرضا عن الذات والتسامح معها ويتضمن ١٢ فقرة، والإيمان بالله والقضاء والقدر ويتضمن ١١ فقرة، والتشبع بالرضا ويتضمن ١١ فقرة، والصفاء النفسي ويتضمن ٨ فقرات، والطمأنينة النفسية ويتضمن ٥ فقرات)، ويتم تصحيح المقياس وفقاً لثلاث استجابات، وهي: دائماً وحينها يحصل المفحوص، يليها (أحياناً) ويحصل عندها المفحوص على درجتين، يليها الاستجابة (أبداً) ويحصل عندها المفحوص على درجة واحدة، والعكس صحيح بالنسبة للعبارة السالبة، وبذلك تكون الدرجة العليا للمقياس هي (١٤١) وهي تمثل أقصى مستويات السلام الداخلي، والدرجة الدنيا للمقياس هي (٤٧) وهي تمثل أدنى مستويات السلام الداخلي، والجدول (٢٣) يوضح توزيع العبارات المقياس في صورته النهائية.

الصورة النهائية لمقياس السلام الداخلي ملحق رقم (٢).

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

جدول (١٠)

توزيع عبارات مقياس السلام الداخلي في صورتها النهائية

م	الأبعاد	عدد العبارات	أرقام العبارات
١	الرضا عن الذات والتسامح معها	١٢	٢٢، ٤٦، ٢٦، ١٥، ٤٣، ١٩، ٢٠، ٤١، ١٢، ١٣، ١٦، ١١
٢	الإيمان بالله والقضاء والقدر	١١	٤٢، ٩، ٤، ٢٨، ٢٧، ١، ٤٤، ٢، ٢، ٨، ٥، ٦
٣	التشبع بالرضا	١١	٣٥، ٥٠، ٣٤، ١٠، ٢١، ١٨، ٢٩، ٤٥، ٣٠، ٢٣، ٢٥
٤	الصفاء النفسي	٨	٤٠، ٣٨، ٤٧، ٢٤، ١٤، ٣٢، ٣٧، ٣٦
٥	الطمأنينة النفسية	٥	٣٣، ٣، ٤٩، ٤٨، ٣٩

العبارات السالبة أسفلها خط يميزها

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

ملحق (١)

أسماء السادة المحكمين على أدوات الدراسة

م	الاسم	الدرجة العلمية
١	أ.د/ محمد عبد القادر عبد الغفار	أستاذ بقسم علم النفس التربوي كلية التربية - جامعة حلوان
٢	أ.د/ محمد عبد السلام غنيم	أستاذ بقسم علم النفس التربوي كلية التربية - جامعة حلوان
٣	أ.د/ نادية عبده عواض أبو دنيا	أستاذ بقسم علم النفس التربوي كلية التربية - جامعة حلوان
٤	أ.د/ مصطفى محمد الحاروني	أستاذ بقسم علم النفس التربوي كلية التربية - جامعة حلوان
٥	أ.د/ محمد حسن غانم	أستاذ ورئيس قسم علم النفس كلية الآداب - جامعة حلوان
٦	أ.د/ وفاء محمد عبد الجواد	أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية كلية التربية - جامعة حلوان
٧	أ.م.د/ محمد حامد زهران	أستاذ مساعد بقسم الصحة النفسية كلية التربية - جامعة حلوان
٨	أ.م.د/ وهمان همام السيد	أستاذ مساعد بقسم الصحة النفسية كلية التربية - جامعة حلوان
٩	أ.م.د/ رمضان عاشور حسين	أستاذ مساعد بقسم الصحة النفسية كلية التربية - جامعة حلوان
١٠	م.د/ سمير عبد المنعم رائف	مدرس بقسم علم النفس التربوي كلية التربية - جامعة حلوان

القائمة مرتبة حسب الدرجة العلمية

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

-ملحق (٢) الصورة النهائية لمقياس السلام الداخلي لدى الشباب.

الاسم : (اختياري).

النوع : () ذكر () أنثى.

التخصص الأكاديمي () علمي () أدبي.

السن : () ١٨ - ٢٢ عامًا () ٢٢ - ٣٠ عامًا () أكثر من ٣٠ عامًا.

عزيزي الشاب /عزيزتي الشابة

هذه مجموعة من العبارات أرجو منك قراءة كل عبارة بدقة شديدة محدداً درجة موافقتك

عليها من خلال وضع علامة (✓) أمام العبارة وتحت العمود المناسب الذي يدل على درجة موافقتك على العبارة، وأن تعبر عن وجهة نظرك الشخصية في كل عبارة وذلك :

- بوضع علامة صح في المكان المعبر عن درجة انطباقها عليك، علماً أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة.
- ونأمل ألا تترك عبارة دون الإجابة عليها.
- ونرجو منك عدم وضع أكثر من علامة في العبارة الواحدة.
- أخيراً تأكد أن إجابتك محاطة بالسرية التامة فهي لغرض البحث العلمي فقط.

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

م	العبارات	دائماً	أحياناً	أبداً
١	أرضى بما كتبه الله لي.			
٢	أشكر ربي في السراء والضراء.			
٣	عندما ابتلى بمصيبة ألعن القدر.			
٤	أؤمن بأن تفريج الكروب بيد الله وحده.			
٥	أؤمن بأن مع العسر يسراً.			
٦	أستمد قوتي وعزتي من إيماني بالله وحده.			
٨	الإيمان بالله يجعل للحياة معنى.			
٩	كل ما يصيبنا إلا ما قد كتبه الله لنا.			
م	العبارات	دائماً	أحياناً	أبداً
١٠	أستشعر عظمة الله في كل مظاهر حياتي.			
١١	أنا راضي عن نفسي.			
١٢	أشعر بالرضا والارتياح عن كل ما يحدث في حياتي.			
١٣	أنا متسامح مع نفسي.			
١٤	أشعر بالسعادة عندما أعفو عن أساء إلى.			
١٥	إذا ارتكبت خطأ فإني لا اسامح نفسي.			
١٦	أشعر بالضيق وعدم الرضا عن نفسي.			
١٨	لا يملك أحداً لي نفعاً ولا ضرراً إلا بمشيئة الله.			

الخصائص السيكومترية لمقياس السلام الداخلي

			أوجه اللوم الشديد والعتاب لنفسني.	١٩
			أشعر بالسعادة لما أنا عليه وأجتهد لتحسين ذاتي.	٢٠
			أستسلم لقضاء ربنا وقدره.	٢١
			أنتقل المواقف والظروف التي لا أستطيع تغييرها.	٢٢
			أؤمن بأن كل شيء يخضع لقدرة الله وحكمته.	٢٣
			أنتقل الآخرين وأحترمهم مهما	٢٤
			أؤمن بأن التوكل على الله دليل على قوة الايمان.	٢٥
			أشعر بالرضا والارتياح عن ظروف المعيشية.	٢٦
			أؤمن بأن قدر الله كله خير.	٢٧
			مهما بلغت مصاعب الحياة، فإن عند الله خيراً وأبقى.	٢٨
			أؤمن بأن لو اجتمع الإنس والجن على أن يضروك بشيء لن يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك.	٢٩
			لا أملك نفسي نفعاً ولا ضرراً إلا ما شاء الله.	٣٠
	أحياناً	دائماً	العبارات	م
			أتوقع الخير دائماً من الناس ولا أظن فيهم سوءاً.	٣٢
			العفو عن أساء إليك مؤثراً لضعف شخصيتك.	٣٣
			أؤمن بأن أفضل ما في الحياة أن تحب للآخرين ما تحبه لنفسك.	٣٤

عماد عبد الحكيم عبد الموجود

٣٥	أعتقد أن أهم شيء في الحياة هو راحة البال.
٣٦	أرى أن قلبي يمتلئ بالعفو والتسامح مع الآخرين.
٣٧	أحسن إلى الآخرين وأن وجدت منهم الإساءة.
٣٨	أحب الخير لكل الناس.
٣٩	رد الإساءة علامة على قوة الإنسان وقدرته.
٤٠	لا أحمل في نفسي غلاً أو كرهاً لأحد.
٤١	أعيش في سلام وأمن مع ذاتي.
٤٢	أؤمن بأن من بات أمناً في سربه نال الدنيا وما فيها.
٤٣	أشعر بالسلام والانسجام النفسي مع المحيطين بي.
٤٤	أشعر ببهجة عميقة وبانفصال عن متاعب الحياة عند السجود لله.
٤٥	أشعر بالراحة والطمأنينة عند مناجاتي لله.
٤٦	أشعر بالخوف والارتياح من التعامل مع الآخرين.
٤٧	يشعر الآخرون معي بالطمأنينة والراحة.
٤٨	أنا دائم الشك فيمن حولي.
٤٩	أشعر بالتهديد والخوف.
٥٠	أشعر بالفرحة والبهجة عند الاجتماع مع الزملاء والأقارب.

Abstract

The research aimed to design a measure of inner peace among a sample of young people, and what is meant by inner peace in this research is: "a psychological state that includes young people's sense of internal psychological security, coupled with their sense of balance, emotional stability, psychological serenity, freedom from grudges and grudges, and freedom from feelings of anxiety about the future, with Surrendering the whole matter to God and certainty in His wisdom and management, which makes them in a state of acceptance and complete satisfaction with life events, its positive and negative realities, and harmony with others and with the surrounding environment. With contentment, psychological serenity, and psychological reassurance, 12 paragraphs were formulated in the first axis, 11 paragraphs in the second axis, 11 paragraphs in the third axis, 8 paragraphs in the fourth axis, and 5 paragraphs in the fifth axis. As for each paragraph, an assessment scale (always, sometimes, never) The positive paragraphs gave grades (3, 2, 1), while the previous scale was reversed for the negative paragraphs. Thus, the total score on the scale ranged between 47-141 degrees. The scale was applied to a sample of 200 young men and women. Increase in the scale the required psychometric indicators (honesty, constancy, excellence, internal consistency, and standards). In the field of honesty, the honesty was verified through the honesty of the arbitrators, the worker honesty, and the honesty of the external criterion (correlational honesty). In the field of stability, Cronbach's alpha coefficient ranged for the five axes between 0.608 and 0.814, and it reached 0.814. For the scale as a whole 0.865