

آفاق الاستقرار والسعادة النفسية باتّباع أسلوب الحياة الإسلامي والسيطرة على مقوّمات الشخصية

أمين رحمتي^١

الخلاصة:

يلعب أسلوب الحياة الإسلامي والصفات الشخصية دوراً أساسياً في طمأنينة الإنسان النفسية وشعوره بالسعادة.

وعلى هذا يأتي التحقيق الحالي للبحث في دور أسلوب الحياة الإسلامي والعناصر الكبرى الخمس للشخصية في تحقيق الاستقرار والسعادة النفسية.

وكان المنهج المتبع في التحقيق هو المنهج الوصفي التضامني، أما ميدانه فكان كافة تلامذة وطلاب مدينة قم الذين تم انتخاب ٩١١ تلميذاً وطالباً ممن أمكن الاتصال بهم ليكونوا نموذجاً لهذا التحقيق الذي طُلب فيه منهم الإجابة على استمارات الأسئلة التالية: أسلوب الحياة الإسلامي (ILST-٧٥)، العوامل الخمس الكبرى المكوّنة للشخصية (غولدبرك، ١٩٩٩)، الاستقرار النفسي (ريف، ١٩٩٥)، والسرور - الكآبة (جوزيف وماك غريل، ١٩٩٥).

وأشارت نتائج هذا الاستبيان إلى أنّ أسلوب الحياة الإسلامية ومعاييرها الدقيقة بما فيها الاجتماعية والعائدية والعبادية والأخلاقية والمالية والعائلية والصحية والفكرية والعلمية والأمنية والعصرية لها علاقة طردية وثيقة مع سعادة الإنسان واستقراره النفسي.

والنتيجة الأخرى التي يمكن استخلاصها من هذا التحقيق هي إمكانية التنبؤ بأنّ أسلوب الحياة الإسلامي من خلال سيطرته على عناصر الشخصية سيؤوّل بالنتيجة إلى تحقيق السعادة والاستقرار النفسي.

وهذا يدفعنا إلى القول بأنّ إشاعة وتطبيق أسلوب الحياة الإسلامي يؤدي إلى تقوية وتعمق السعادة والاستقرار النفسي لدى أفراد المجتمع.

المفردات الأساسية: أسلوب الحياة الإسلامي، عوامل الشخصية، الاستقرار النفسي، السرور.

١. ماجستير في علم النفس الإسلامي، المعهد العالي للأخلاق والتربية، قم - إيران.