مجلة التربوي

مجلة علمية محكمة تصدر عن

كلية التربية الخمس

جامعة المرقب

العدد الرابع
يناير 2014م

هيئة التحرير

رئيس هيئة التحرير
د/ صالح حسين الأخضر

أعضاء هيئة التحرير

1 – د . ميلود عمار النفر
2 – د . عبد الله محمد الجعكي
3 – أ . سالم حسين المدهون
4 – أ . سالم مفتاح الأشهب

استشارات فنية وتصميم الغلاف . أ/ حسين ميلاد أبو شعالة

بحوث العدد

- الشباب ومشكلات المجتمع " الأسباب وسبل مواجهتها" .
- المؤاجرة أو الإجارة في الشريعة الإسلامية .
- رؤية إلى العامل النحوي من خلال المعنى .
- العملية التدريسية بين الطرائق والاستراتيجيات .
- القراءات التفسيرية .
- الأسس واللوغرتيمات وخواصها الأساسية وطرق تقديمها وعرضها وتدريسها لغير المتخصصين .
- التقديم والتأخير بين عناصر الجملة ودوافعه الدلالية .
- مشكلات التربية العملية بالجامعة الأسمرية الإسلامية .
- تقويم مستوى أداء الطالب المعلم ببعض أقسام التربية البدنية بجامعتي المرقب والجبل الغربي .
- اختلاف النحاة في "حاشا" التنزيهية بين الاسمية والفعلية "استعراض المذاهب وأدلتها" .
- الأثر الدلالي للحذف في نماذج من شعر الفزاني .
- الأحكام الاجتهادية وعلاقتها بالمقاصد الشرعية"دراسة أصولية" .
- من وجوه التوسع في العربية "عرضا وتتبعا" .

- أثر اختلاف مطالع القمر في بدء الصيام والإفطار .
- جماليات البنية الإيقاعية في القرآن الكريم "دراسة في الجزء الأخير من سورة مريم" .
- الفكر الوسواسي والسلوك القهري" المفهوم – الأنواع – أساليب العلاج" .
- Financial Disclosure in the annual reports of Libyan Banks from Users' perspectives .
- Investigating grammatical mistakes in liyan learners written discourse in al mergeeb university .
- Teaching pre- service teachers critical reading through the newspapers .
- Using blogs in English language teaching and teacher education programs .

الافتتاحية

مع إطلالة العدد الرابع من مجلتكم الناشئة "مجلة التربوي" نجدد العهد مع قراء المجلة الكرام بأن تكون دوما ملتزمة بنشر الجديد والمفيد والهادف من الأبحاث العلمية التربوية إيمانا منها بأن كلية التربية عبر منبرها المتمثل في مجلتها "التربوي" تعتبر قلعة ومنارة يشع نورها في ربوع بلادنا الحبيبة .

إن أعضاء هيئة التحرير بالمجلة ، وأسرة تدريس كلية التربية الخمس تتوجه بالشكر الجزيل لكل من أسهم ويسهم في مساعدة المجلة في تحقيق الهدف المنشود، وبخاصة الأساتذة الفضلاء الذين استقطعوا من وقتهم الثمين لقراءة البحوث فأفادوا الباحثين والمجلة بملحوظاتهم القيمة، التي تثري البحث، وترفع من قيمة المجلة في الأوساط العلمية .

ونحن إذ نسير في هذا الدرب يحدونا الأمل بأن نكون من الذين أسهموا في خلق الإنسان المؤمن والمربي الفاضل المتمسك بقيم الدين والأخلاق الكريمة .

هيئة التحرير

This document was created with Win2PDF available at http://www.daneprairie.com.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.

د. عبد السلام عمارة إسماعيل
جامعة المرقب / كلية الآداب الخمس

تقديم:

إن اضطراب الوسواس القهري هو اضطراب نفسي ينتشر بين الناس بمعدل2%من السكان وان كثيرا من المرضى يخفون اضطرابهم ويجعلوه سرا بينهم وبين أنفسهم؛ ذلك لان أعراضه مخجلة ويعتبرها المرضى علامة على عدم اتزانهم النفسي وخوفا من أن يعتبرهم الناس مجانين أو أنهم عديمي الأيمان أو الاستسلام للشيطان،وخاصة أن المعنى اللغوي والديني للوسوسة معروف عند المسلمين وعموم الناس بالوسوسة الشيطانية(الوسواس الخناس) ،وهذا يخلط بين مفهوم الوسواس الخناس ووسواس النفس واضطراب الوسواس القهري والذي هو موضوع مختلف إلى حد كبير.

فمريض الوسواس القهري عادة ما يعاني من أفكار تسلطية تسيطر على ذهنه دون رغبة منه فتجعل منه عبدا لها يحاول أن يتخلص منها أو يسعى للتخفيف من القلق الناتج عنها بممارسة سلوك جبري متكرر يشعر في حقيقة الأمر بأنه سخيف ويتمنى أن لا يراه الناس يمارس هذا السلوك الغريب أو المتكرر الذي لا جدوى منه،فالأفكار التسلطية والأفعال القهرية المصاحبة لها غالبا ما تبدو غير منطقية وغير معقولة ومزعجة وتتعارض مع قيم المريض.

وهذا يدعو لتسليط الضوء على هذا النوع من الأمراض النفسية في هذا البحث .

أهمية البحث:

إن الوسواس القهري أحد الاضطرابات النفسية الأكثر شيوعا بين الأفراد وخاصة الفئة الأكثر حرصا وتنظيما ومن ذوي المستويات العلمية العليا ونظراً لعدم وضوح الرؤية حول هذا الاضطراب في ثقافة الناس يرى الباحث أهمية التعرض لهذا الاضطراب من حيث توضيح المفهوم والأنواع وأساليب العلاج.

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى تناول موضوع اضطراب الوسواس القهري بين أفراد المجتمع الإسلامي وذلك من خلال الأهداف الآتية :

1. التعريف باضطراب الوسواس القهري.
2. التعريف بأنواع الفكر الوسواسي و السلوك القهري المرتبط بالفكرة الوسواسية.
3. التعريف بالأساليب العلاجية للحد من اضطراب الوسواس القهري.

المبحث الأول:

مفهوم الوسواس القهري

تعريف الوسواس والقهر :

يعرفه(حامد زهران):بأن الوسواس فكر متسلط، والقهر سلوك جبري، يظهر بتكرار وقوة لدى المريض ويلازمه ويستحوذ عليه، ويفرض نفسه عليه، ولا يستطيع مقاومته، رغم وعي المريض وتبصره بغرابته وسخفه وانعدام معناه ومضمونه وانعدام فائدته.(زهران،423.1977)

فيشعر المريض بالقلق والتوتر إذا قاوم فكرة الوسوسة فتجبره على القيام بأفعال أو حركات قهرية، رغم إرادته وهو يتمنى أن لا يقوم بذلك.

الفكرة المتسلطة: إن الفكرة الاقتحامية أو الوسواسيه تحشر نفسها في وعي الفرد رغما عنه ويعرف أن مصدرها هو عقله؛ لكنه يحس بأنها غريبة عليه لأنها عادة ما تكون مخالفة بشدة لتوجهاته ومبادئه ومشاعره إذ أنها فكرة لا معنى لها فيكون رد فعله شيئا من القلق والضيق فيحاول التخلص منها لكنه يعجز عن ذلك، وكلما قاومها كلما زادت حدة إلحاحها على وعيه، وقد تظهر في وعي الإنسان على شكل صورة ذهنية تسلطية تأخذ شكلا جنسيا أو مقززا بشكل أو بآخر ويشعر منها بقشعريرة بدنه وانزعاجه التام منها كما تؤلم ضميره؛ لكنه لا يستطيع الخلاص منها، وقد تأخذ شكل اندفاعات غريبة تأخذ شكل الرغبة في فعل شيء خارج عن المألوف مثل التفوه بألفاظ بذيئة أو كلمات غريبة أو عدوان تجاه الناس في الشارع.

وهكذا فإن خبرة الوسواس كخبرة نفسية واعية تختلف عن الخبرة العادية في أن إحساس الإنسان بالفكرة الوسواسية مختلف عن إحساسه بأفكاره العادية ، فالفكرة الوسواسية تقتحم عليه وعيه وتتعلق غالبا بما لا يحبه أو مالا يتفق مع قيمه ورغباته، وهي بالتالي تزعجه فيحاول التخلص منها لكنه كلما حاول الخلاص منها كلما زاد إلحاح الفكرة عليه وزاد قلقه وتوتره وعذابه ، وهذا يسقطه في حلقة مفرغة لا يستطيع الخلاص منها مما يضطره إلى عدم البوح بها للناس بسبب الخجل؛ لإدراك أن ذلك أمر سخيف أو محرم أو لا معنى له أو غير مقبول اجتماعيا أو أخلاقيا أو دينيا أو أن يصفه الناس بالجنون.

ولكي توصف الفكرة بأنها فكرة وسواسية لا بد من توافر الشروط التالية:

1. أن يشعر المريض بأن الفكرة تحشر نفسها في وعيه وتفرض علي تفكيره رغما عنه وهي تنشأ من عقله وليست بفعل مؤثر خارجي.

2.أن يعي المريض تفاهة أو لا معقولية الفكرة وعدم صحتها وعدم جدارتها بالاهتمام.

3.محاولة المريض المستمرة لمقاومة الفكرة وعدم الاستسلام لها.

4.إحساس المريض بسيطرة هذه الفكرة وقوتها القهرية عليه فكلما قاومها كلما زادت إلحاحاً عليه.

السلوك الجبري (القهري): السلوك الجبري أو الفعل القهري هو الجزء الكبير من الظواهر القهرية عند وصف الوسواس القهري، وهو الشعور بالقهر علي أداء الفعل والذي يحاول من خلاله التخلص من الضيق والتوتر المتصاعد الحدة الذي تسببه الفكرة التسلطية، وقد يكون فعلا عضليا أو حركيا بالمعنى المعروف كغسل اليدين أو تنظيف مكان الجلوس أو لمس المقبض . . . .الخ . وقد يكون فعلا عقليا كعد الأرقام أو أن يسترجع ذهنه جملة أو مقولة ما أو مقطعا من أغنية ما أو أدعية معينة، وهذا بالطبع يختلف عن الأفعال التي يرغب في أدائها بإرادته وهو سعيد بأدائها، فالأفعال القهرية تتجاوز الاعتياد وتكون مرغمة للمريض أن يؤديها بشكل غريب وغير طبيعي وغير منطقي؛ لأن هذه الأفعال تأتي استجابة لإبعاد الخوف والفزع الناتج عن سيطرة الفكرة الوسواسية فيشعر نتيجة أداء هذه الأفعال القهرية بالراحة والاطمئنان المؤقت رغم يقين المريض بأن الأفعال القهرية ليس لها علاقة براحة الإنسان و اطمئنانه .

ويوصف الفعل بأنه فعل قهري إذا توفرت فيه الشروط التالية:

1. أن يحس المريض بأنه مرغم علي فعل معين يراه بلا جدوى أو زائداً عن الحد الطبيعي أو أن يفعل شيئا يفعله كل الناس ولكن بشكل طقوسي مبالغ فيه وحسب قواعد صارمة.

2. أن يحاول المريض منع نفسه من تكرار هذا الفعل ولكنه دائما ما يفشل بسبب ما ينتابه من ضيق وتوتر كلما منع نفسه من تكرار الفعل.
3. أن تكون الاستجابة للأفعال القهرية بنوعيها الحركي والعقلي من المريض لأجل منع أو إنقاص المعاناة المصاحبة للامتناع عن فعلها، أو من أجل عدم حدوث أمر مكروه كالموت أو الفشل في أي جانب من جوانب الحياة، وهذا أمر غير منطقي من حيث انعدام العلاقة بين الفعل القهري والحدث المتوقع أو المكروه ، أو أن الفعل القهري مبالغ فيه .

المبحث الثاني:

أنواع الفكر ألوسواسي والأفعال القهرية

الأفكار الوسواسية:

تتلخص الأفكار التسلطية أو الوسواسية الأكثر شيوعا عند المسلمين - وهي مرتبة تنازليا - فيما يلي:

1. أفكار تسلطية دينية ومنها المعاودة الفكرية التي تتصل بالأسئلة التي لا يمكن الإجابة عنها عن الذات الإلهية والمقدسات عموما ومنها أفكار السب والتطاول والشك .
2. أفكار التلوث والوساخة .
3. أفكار تسلطية جنسية .
4. أفكار تسلطية تتعلق بالمرض والعدوى .
5. أفكار تسلطية تتعلق بالانضباط والالتزام بالترتيب .
6. أفكار تسلطية عدوانية .

ويحدد "وائل أبو هندي" الأشكال العامة للوسوسة الغالبة التي يعاني منه مرضى الوسواس القهري والتي يمكن أن يوضع فيها أي محتوى من المحتويات كالدين أو الجنس أو النظافة أو العدوان تجاه الذات أو الآخرين . أو الخوف من المرض أو الإحساس بعدم النظافة أو الطهارة إلي آخره ، وهي كما يلي :

أولا: الاجترار الوسواسي (المعاودة الوسواسية) :

وهي الوقوع في فخاخ مجموعة من الأفكار متعلقة بموضوع معين بحيث لا يستطيع المريض التوقف عنها وعادة ما يكون الموضوع نفسه من المواضيع التي لا معنى للتفكير فيها مثل أشياء أو مواقف حدثت منذ أيام من أقوال وأفعال مهمة وغير مهمة دون استطاعته التوقف عنها، وعادةً الشك في الذاكرة، ويحس أنه مشى، وما دام أنه قد نسى فإن أشياء خطيرة قد حدثت، وهكذا يحاول التذكر وإعادة التذكر ثم يكذب الأدلة على ما حدث وما لم يحدث .

وقد يكون الموضوع المجتر حول المواضيع المحرمة شرعا بالنسبة للشخص الذي يخوض فيها مثل "من خلق الله" وقد روي أن أحد الصحابة قال لرسول الله ﷺ (إني لا أجد في صدري ما تكاد أن تنشق له الأرض ، وتخر لها الجبال ، فقال عليه الصلاة والسلام : " أوجدتموه في قلوبكم ..ذلك صرع الإيمان "ثم قال " الحمد لله الذي رد كيده إلى الوسوسة) وفي حديث آخر : " إن الشيطان ليأتي فيقول له: من خلق الشمس ؟ فيقول : الله . فمن خلق القمر ؟ فيقول : الله . فمن خلق الله ؟ فمن وجد ذلك فليقل: آمنت بالله ورسوله".(نقلا عن أبو هندي،50:2004) .

ثانيا : المخاوف ألوسواسيه :

وهذا النوع يأخذ أشكالا عديدة تتغير حسب المتغيرات الاجتماعية الثقافية مثل ما كان سابقا الخوف من مرض الطاعون أو الجذري أو الكوليـرا ولكنـه غير

موجود الآن، وحل محله الخوف من السرطان أو الايدز أو الالتهاب الكبدي هذه الأيام، وهناك فرق بين الخواف والخوف، فالخواف أو ما يعرف بالفوبيا هو خوف من أشياء لا تخيف بطبيعتها، أو خوف محدد من شيء واحد فقط مصحوب بالقلق والتوتر حين توفر عنصر الخوف .أما الخوف الوسواسي وهو الخوف من مصادر مخيفة بطبيعتها مبالغ فيها مقارنة بشعور الآخرين .

ثالثا : الأفكار الاقتحامية (التسلطية) : وهي الأفكار التي تفرض نفسها على وعي الفرد دون مقدمات ودون إرادة منه، مصحوب بإحساس الفرد اتجاهها بالرفض والضيق أو الاستغراب أو الإحساس المفرط بالمسؤولية عنها، مع عدم قدرته على التخلص منها رغم محاولاته المتعددة والمتكررة .

ويزداد إلحاحها عليه كلما زاد من مقاومته لها، ومنها أفكار التجرؤ على المقدسات أو المعتقدات الدينية. وكذلك الأفكار ذات المحتوى الجنسي ذات الطبيعة الشاذة أو المتعلقة بالمحارم، وهذه الأفكار تصيب الأشخاص ذوي الأفكار والوعي الديني، الشخصيات النقيضة تماماً لهذه الأفكار الاقتحامية وهم المتدينون أو الملتزمون دينيا وخلقيا والمهتمون بالعفة الجنسية .

رابعا : الصور التسلطية : وهي تأخذ شكل صورة ذهنية تقتحم وعي الفرد وتفرض نفسها عليه وهي تحتوي صورة أو موقف أو حركات تكون منفرة ومزعجة و مقززة للشخص مثل صورة (موقف جنسي مع محرم) .

خامسا : الاندفاعات الوسواسية: وتأخذ شكل الرغبة في فعل شي خارج عن المألوف في موقف مهيب مثل الضحك بصوت عالي في عزاء أو أن يخرج لسانه أو يبصق في المسجد أو يتفوه بألفاظ فاحشة اتجاه المقدسات أو المعتقدات الدينية . أو رغبة في اندفاعات جنسية اتجاه المحارم أو اتجاه الناس في الشارع أو

الأماكن العامة أو اندفاعات انتحارية مثل الرغبة الملحة في قتل النفس كلما وقف في أماكن مرتفعة أو قرب البحر أو الرغبة في ان يلقي الموسوس بنفسه من السيارة وهي مسرعة أو ما شابه ذلك .

السلوك القهري :

وهو ما يعرف بالقهر أو القسر أو الإجبار وهو الفعل الناتج عن استجابة أو رد فعل لفكرة وسواسيه متسلطة كما أسلفنا .

والفعل القهري سلوك يمارسه الفرد الموسوس لكي يتخلص من القلق والتوتر الذي تشكله الفكرة الوسواسية المسيطرة على ذهن الفرد ومن أمثله هذه الأفعال :

1. عد درجات السلالم أو أعمدة النور في الشارع كلما مر بها أو كتابة عدد من الكلمات قبل البدء في الإجابة أثناء الامتحان.
2. تكرار التردد على المطبخ للتأكد من قفل أنبوبة الغاز أو الحنفيات أو الأبواب قبل النوم .
3. تكرار الوضوء أو الغسل من الحدث أو إعادة الصلاة أكثر من مرة بشكل مزعج ودائم .
4. غسل الأيدي والأواني والأشياء التي يستعملها الآخرون عديد المرات بشكل مفرط ومبالغ فيه .
5. وضع الأشياء في أماكن محددة وبترتيب معين على شكل طقوس يومية مع التقيد الشديد بتنفيذها .
6. تفادي ملامسة الآخرين حتى بالمصافحة خوفا من انتقال العدوى المفترضة في عقل الشخص الموسوس .

7. تفادي السيدة الموسوسة استقبال الضيوف في البيت واختلاق الأعذار، لأن ذلك يجر إلى الإرهاق في أعمال النظافة الجبرية بعد مغادرة الضيوف.

المبحث الثالث :

أساليب علاج الوساوس والقهر

تتمثل أساليب العلاج النفسي والطبي لاضطراب الوسواس القهري في الآتي :

أ - التقيد بما ذكره الرسول ﷺ حول كيفية التصرف التي على المسلم أن يواجه بها الوساوس فإن كان مصدره الشيطان فإن الاستعاذة بالله منه تكفي لطرده وإن بقيت الفكرة رغم الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم فهو اضطراب الوسواس القهري ، فقد تناول سيد الخلق الموضوع وأرشدنا إلى آليات صرف الانتباه ووقف الأفكار ومقاومة الأفعال القهرية . عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ : " إذا وجد أحدكم في بطنه شيئا فأشكل عليه : أخرج منه شيء أم لا ؟ فلا يخرج من المسجد حتى يسمع صوتا أو يجد ريحا "صدق رسول الله، وعن عبد الله بن زيد _ رضي الله عنه _ قال : شكا رجل إلى رسول الله ﷺ يخيل إليه أنه يجد شيئا في الصلاة ، فقال " لا ينصرف حتى يسمع صوتا أو يجد ريحا " صدق رسول الله، وعن أبي سعيد الخذري رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال : " الشيطان يأتي أحدكم وهو يصلي فيأخذ بشعرة من دبره فيمدها فيري أنه قد أحدث فلا ينصرف حتى يسمع صوتا أو يجد ريحا "صدق رسول الله .

وعن أبي بن كعب رضي الله عنه أن النبي ﷺ قال : إن للوضوء شيطانا يقال له ولهان . فاتقوا وسواس الماء" صدق رسول الله . (نقلا عن أبو هندي ، 82.2004) .

ب- التقيد بالعلاج السلوكي المعرفي .

قدم أبو زيد البلخي في القرن (التاسع _العاشر) الميلادي حول الوسوسة والأفعال القهرية المصاحبة إرشادات علاجية تتضمن ما يلي :

1. أن يعلم المريض أنه يعاني من مرض وأن الناس من معارفه يشهدون بأنها وساوس باطلة، وأنها لا تسبب أي ضرر بل هي مجرد أفكار سخيفة عليه ألا يلتفت إليها .
2. أن الوساوس هي مجرد خواطر مزعجة مثل الأحلام السيئة التي لا تتحقق لمجرد أن الإنسان يحلم بها وأنه يدرك بعد استيقاظه من نومه أنها مجرد أحلام ، واستبدال الفكرة السيئة بفكرة حميدة يدفع بها الموسوس الفكرة التسلطية المكروهة .
3. يوجه أبو زيد البلخي نظر المريض بالوسواس إلى أن الجسم يداوي نفسه أفضل من الطبيب و أن مرض الوسواس لا يقتل و أنما تقتل الآجال .
4. أن يدرك المريض بالوسواس (أن الله تبارك وتعالى .. أراد ...عمارة هذه الدنيا وبقاء أهلها فيها إلى المدة التي قدرها ... كذلك جعل أسباب السلامة فيها أغلب من أسباب المهلكة) .

وهي أشارة إلى أهمية الأفكار الايجابية وهي أن الشفاء هو الأصل في الأمراض كلها، وهو بذلك يدفع عن المريض الأفكار السلبية مثل: أن المرض يؤدي إلى الهلاك أو الجنون، ومثل الخوف من مآل المرض لدى مرضى الوسواس القهري، مما يدفع بالأفكار السلبية بعيدا عن عقل الموسوس، وهو مزيج بين العلاج المعرفي والعلاج الديني .

5. أن يعلم أن الله تعالى ... جعل بلطفه لكل داء دواء ، و أكد أبو زيد البلخي على أهمية التداوي باستخدام العقاقير.

6. يوجه (البلخي) تفكير الفرد لمن استولت عليه وسوسة الموت أو توهم المرض (وسواس المرض) بأن الموت لا يأتي إلا بأسباب، والجسم لا يموت إلا بمقومات معقولة، وأن هذه الوسوسة لا تستند على دليل منطقي وعلمي بوجود مرض خطير.
7. إعطاء المريض الأمل في الشفاء وهو ممكن بإذن الله لعلاجه من اليأس والقنوط من الشفاء كما يحس به مريض الوسواس القهري .
8. أن يحرص المريض علي تجنب الوحدة و العزلة؛ لأنها تزيد من حديث النفس والفكر الوسواسي .
9. شغل أوقات الفراغ بالعمل الصالح وما يفيد الناس والترفيه عن النفس والاعتدال والوسطية التي يدعو إليها الدين الإسلامي كما ينصح به علماء الصحة النفسية .
10. يستعين المريض بمن يثق في مودتهم له وحبهم له ليعينوه على تكذيب الوساوس .

ج - العلاج الطبي الدوائي :

يتم علاج الحالات التي تتأزم ويفشل في علاجها الأساليب المعرفية والنفسية بالكشف الطبي لدى الأطباء النفسيين وتناول العقاقير الدوائية التي تنظم العمليات الفسيولوجية في المخ وعمل الناقلات العصبية المسئولة على الإدراك والتفكير ومنها مضادات القلق وبعض الأدوية المصنعة للتخلص من الوساوس والأفعال القهرية المصاحبة لها .

توصيات البحث :

يوصى الباحث الأفراد الذين يشعرون بأن الأفكار ألوسواسيه تتسلط على أذهانهم بما يلي :

1. ضرورة تعزيز الثقة بالنفس وتقوية أرادة الفرد اتجاه هذه الأفكار وتسخيفها والنفور منها لكي يتم التخلص منها تدريجياً .
2. التخلص من المخاوف المصاحبة لحالة الفكر الوسواس وتحدي الخوف بشجاعة لإيمانه بما جاء في الآية الكريمة "قل لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا " صدق الله العظيم . وهذا يسرع من التخلص من الوساوس .
3. لا يستسلم لأي فكرة سخيفة ولا يعطيها أهمية في نفسه لتشغله عن ما هو أهم منها في حياته .
4. عدم تكرار الأفعال من غسل و وضوء وصلاة وشك في قفل الأبواب أو الخوف على حياة أطفالنا أكثر من اللازم لكي لا تستحوذ علينا الأفكار الوسواسية
5. لا يجب أن نتطاير ونجعل للفكر الخرافي في عقولنا مكان ونؤمن بأن الله مدبر الأمور مقدر الأسباب مسخر الأرزاق بيده ملكوت كل شيء وإليه المصير وبيده نواصينا وإليه مآلنا.
6. الاستشارة النفسية لدى المختصين بالعلاج النفسي وأصحاب الاختصاص والابتعاد عن المخادعين و الدجالين الذين يسترزقون من وراء مصائب الناس.
7. في حال فشل كل هذه الجهود اللجوء إلى الطب النفسي لأخذ العلاج الدوائي المناسب تحت أشراف طبيب نفسي مختص.

المراجع

1. أبو هندي ، وائل (2004) : الوسواس القهري بين الدين والطب النفسي ، نهضة مصر ، ط 2
2. زهران ، حامد عبد السلام (1977) : الصحة النفسية والعلاج النفسي ،عالم الكتب ، ط2.
3. أبو حجلة، نظام (1998): الطب النفسي الحديث، الجامعة الأردنية ، كلية الطب.
4. زينب شقير، (2002) الشخصية السوية والمضطربة، القاهرة، مكتبة النهضة العربية .
5. عبد المطلب القريطي، (1998) في الصحة النفسية، القاهرة، دار الفكر العربي .

الفهرس

ر.ت	عنوان البحث	اسم الباحث	الصفحة
1	الافتتاحيـــــــــــــــة		5
2	الشباب ومشكلات المجتمع "الأسباب وسبل مواجهتها"	د/ عبد السلام مهنا فريوان	6
3	المؤاجرة أو الإجارة في الشريعة الإسلامية	د/ أحمد عبد السلام ابشيش	49
4	رؤية إلى العامل النحوي من خلال المعنى	د/ صالح حسين الأخضر	72
5	العملية التدريسية بين الطرائق والاستراتيجيات	د/ جمعة محمد بدر	97
6	القراءات التفسيرية	أ/ إمحمد علي مفتاح	130
7	الأسس واللوغرتيمات وخواصها الأساسية وطرق تقديمها وعرضها وتدريسها لغير المتخصصين	د/ عادل بشير بادي	147
8	التقديم والتأخير بين عناصر الجملة ودوافعه الدلالية	د/ عبد الله محمد الجعكي	171
9	مشكلات التربية العملية بالجامعة الأسمرية الإسلامية	جمال منصور بن زيد	192
10	تقويم مستوى أداء الطالب المعلم ببعض أقسام التربية البدنية بجامعتي المرقب والجبل الغربي	د/ عطية المهدي أبو الأجراس وآخرون	231

الفهرس العدد 4

ر.ت	عنوان البحث	اسم الباحث	الصفحة
11	اختلاف النحاة في 'حاشا" التنزيهية بين الاسمية والفعلية "استعراض المذاهب وأدلتها"	د/ محمد إمحمد أبو راس	263
12	الأثر الدلالي للحذف في نماذج من شعر الفزاني	د/ محمد سالم العابر	285
13	الأحكام الاجتهادية وعلاقتها بالمقاصد الشرعية "دراسة أصولية"	أ/ عائشة محمد الغويل	308
14	من وجوه التوسع في العربية "عرضا وتتبعا"	أ/ حنان علي بالنور	332
15	أثر اختلاف مطالع القمر في بدء الصيام والإفطار	د/ سليمان مصطفى الرطيل	358
16	جماليات البنية الإيقاعية في القرآن الكريم "دراسة في الجزء الأخير من سورة مريم"	د/ المهدي إبراهيم الغويل	394
17	الفكر الوسواسي والسلوك القهري" المفهوم – الأنواع – أساليب العلاج"	د/ عبد السلام عمارة إسماعيل	411
18	Financial Disclosure in the annual reports of Libyan Banks from Users' perspectives	د/ موسى كريبات	424
19	Investigating grammatical mistakes in liyan learners' written discourse in al mergeeb university	أ/ رمضان الشلباق	454
20	Teaching pre- service teachers critical reading through the newspapers	د/ انتصار الشريف وآخرون	468
20	Using blogs in English language teaching and teacher education programs	د/ انتصار الشريف وآخرون	479
21	الفهرس		498

يشترط في البحوث العلمية المقدمة للنشر أن يراعى فيها ما يأتي :

- أصول البحث العلمي وقواعده .
- ألا تكون المادة العلمية قد سبق نشرها أو كانت جزءا من رسالة علمية .
- يرفق بالبحث المكتوب باللغة العربية بملخص باللغة الإنجليزية ، والبحث المكتوب بلغة أجنبية مرخصا باللغة العربية .
- يرفق بالبحث تزكية لغوية وفق أنموذج معد .
- تعدل البحوث المقبولة وتصحح وفق ما يراه المحكمون .
- التزام الباحث بالضوابط التي وضعتها المجلة من عدد الصفحات ، ونوع الخط ورقمه ، والفترات الزمنية الممنوحة للعديل ، وما يستجد من ضوابط تضعها المجلة مستقبلا .

تنبيهات :

- للمجلة الحق في تعديل البحث أو طلب تعديله أو رفضه .
- يخضع البحث في النشر لأوليات المجلة وسياستها .
- البحوث المنشورة تعبر عن وجهة نظر أصحابها ، ولا تعبر عن وجهة نظر المجلة .

Information for authors

1- Authors of the articles being accepted are required to respect the regulations and the rules of the scientific research.

2- The research articles or manuscripts should be original, and have not been published previously. Materials that are currently being considered by another journal, or is a part of scientific dissertation are requested not to be submitted.

3- The research article written in Arabic should be accompanied by a summary written in English.
And the research article written in English should also be accompanied by a summary written in Arabic.

4- The research articles should be approved by a linguistic reviewer.

5- All research articles in the journal undergo rigorous peer review based on initial editor screening.

6- All authors are requested to follow the regulations of publication in the template paper prepared by the editorial board of the journal.

Attention

1- The editor reserves the right to make any necessary changes in the papers, or request the author to do so, or reject the paper submitted.

2- The accepted research articles undergo to the policy of the editorial board regarding the priority of publication.

3- The published articles represent only the authors viewpoints.