

پیش‌بینی سلامت روانی پرسنل اداری دانشگاه بر اساس روزه‌داری در ماه مبارک رمضان

دکتر سوران رجبی ۱

۱ استادیار، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه خلیج فارس، ایران

آدرس پست الکترونیک (soranrajabi@gmail.com)

چکیده

بهره‌وری دانشگاه معلول عوامل مختلفی است که سلامت روانی پرسنل یکی از عوامل اصلی بشمار می‌آید. از عواملی که می‌تواند نقش بارزی را در سلامت روانی پرسنل دانشگاه ایفا کند انجام مناسک الهی و روزه‌داری در ماه مبارک رمضان است. هدف اصلی این پژوهش بررسی تأثیر روزه‌داری در ماه مبارک رمضان بر سلامت روانی می‌باشد که بر روی پرسنل اداری دانشگاه محقق اردبیلی اجرا شد. روش این مطالعه علی‌مقایسه‌ای بوده است. در این مطالعه به روش نمونه‌گیری کل شماری تعداد ۲۰۶ نفر کارمند انتخاب شدند. نتایج بدست آمده با استفاده از آزمون t همبسته نشان داد که تفاوت معناداری بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون در مؤلفه‌های جسمانی، اضطراب و افسردگی و بطور کلی در پرسشنامه سلامت روانی وجود دارد. این مطالعه نشان داد که روزه‌داری در ماه مبارک رمضان می‌تواند موجب افزایش سلامت روانی پرسنل اداری دانشگاهها گردد.

واژه‌های کلیدی: سلامت روانی، روزه‌داری، دانشگاه