

تأثیر آوای قرآن کریم بر بهداشت روان دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان

مجید کاظمی^{۱*}، علی انصاری^۲، محمد... توکلی^۲، سیما کریمی^۳

خلاصه

سابقه و هدف: بسیاری از اندیشمندان معاصر غربی تأکید می‌نمایند که مشکل انسان معاصر اساساً به نیاز وی به دین و ارزش‌های معنوی بر می‌گردد. ایمان به خدا نوعی قدرت معنوی به انسان می‌بخشد که او را در تحمل سختی‌ها کمک می‌کند و نگرانی و اضطراب را دور می‌سازد. از آنجایی که تلاوت با صوت قرآن کریم می‌تواند به عنوان یک موسیقی عرفانی، محرکی برای ایجاد پاسخ‌های فیزیولوژیک و سایکولوژیک در شنونده باشد، در مطالعه حاضر اثر تلاوت با صوت قرآن کریم بر روی بهداشت روان دانشجویان بررسی شده است.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه نیمه تجربی پس از تعیین حجم نمونه (۱۰۷ نفر) و تقسیم تصادفی آنها در دو گروه شاهد و آزمون، نمره بهداشت روانی واحدهای پژوهش با استفاده از معیار بهداشت روانی ۱۲ موردی فارل تعیین گردید. همچنین با استفاده از پرسش‌نامه دموگرافیک، ویژگی‌های فردی آزمودنی‌ها نیز مشخص شد. سپس به مدت ۴ هفته، هر هفته ۳ بار و هر بار ۱۵ دقیقه آوای دلنشین قرآن کریم با صدای استاد منشاوی توسط یک دستگاه ضبط صوت در یک مکان ثابت پخش شد. یک هفته پس از اتمام مداخله مجدداً تمامی واحدهای پژوهش، معیار بهداشت روانی و پرسش‌نامه دموگرافیک را کامل نمودند و سپس نتایج قبل و بعد از مداخله توسط نرم‌افزار SPSS و آزمون آماری تی زوج، تی مستقل و کای دو با هم مقایسه گردید.

یافته‌ها: نتایج بدست آمده نشان می‌دهند که میانگین نمره بهداشت روانی گروه‌های آزمون و شاهد قبل از اجرای مداخله به ترتیب $31/48 \pm 0/83$ و $31/92 \pm 1/05$ و پس از اجرای مداخله به ترتیب $35/61 \pm 0/8$ و $31/2 \pm 1/18$ بود. مقایسه نمره بهداشت روان قبل و بعد از مداخله نشان می‌دهد که میانگین نمره بهداشت روان گروه آزمون به طور معنی‌داری افزایش یافته ($p < 0/001$)، اما تفاوت معنی‌داری بین میانگین نمره بهداشت روان قبل و بعد از مداخله در گروه شاهد دیده نشد.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج بدست آمده از این مطالعه به نظر می‌رسد که گوش فرادادن به آوای دلنشین قرآن کریم که به عنوان یک موسیقی عرفانی شناخته شده است می‌تواند راه و روش موثری در جهت بهبود وضعیت بهداشت روانی دانشجویان باشد.

واژه‌های کلیدی: آوای قرآن کریم، بهداشت روانی، دانشجویان پرستاری، رفسنجان

*۱- عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، دانشکده پرستاری مامایی و پیراپزشکی (نویسنده مسئول)

۲- عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، دانشکده پرستاری مامایی

۳- عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سیرجان