Islam and Health Journal
Babol University of Medical Sciences

دانشگاه علوم پزشکی بابل، نشریه اسلام و سلامت
دوره اول، شماره چهارم، زمستان ۹۳، صفحه: ۱۳-۷

بررسی رابطه بین انس با قرآن و سلامت روان در دانشجویان پرستاری

دریافت مقاله: ۹٤/۲/۱۹ پذیرش مقاله: ۹٤/۳/۱۰

محمد آقاجانی (MSc)[۱*]
ندا میر باقر (MSc)[۲]

۱. مرکز تحقیقات پرستاری تروما، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران
۲. مرکز تحقیقات بیماری‌های اتوایمون، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران

*نویسنده مسئول: محمد آقاجانی، مرکز تحقیقات پرستاری تروما، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران

تلفن: ۰۵۵٤٠٠۲۱ ۳۱ ۹۸+
فاکس: ۰۵۵٤٦٦۳۳ ۳۱ ۹۸+
Email: aghajni1362@yahoo.com

چکیده

سابقه و هدف: یکی از شیوه‌های موثر برای افزایش ظرفیت انسان برای مقابله با ناملایمات زندگی، عنصر دین و مذهب است و یکی از مهم‌ترین ابزار جهت حفظ و تقویت سلامت روانی، انس با قرآن و بهره‌گیری از تعالیم والای آن است. اهمیت دادن به بحث سلامت روان و درمان مشکلات روانی دانشجویان بسیار حائز اهمیت است؛ لذا این پژوهش با هدف تعیین رابطه بین انس با قرآن با سلامت روان در دانشجویان طراحی و اجرا گردید.

مواد و روش ها: این مطالعه از نوع توصیفی- تحلیلی همبستگی بود که بر روی۱۴۳ نفر از دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی کاشان (۱۳۹۱) اجرا شد. نمونه‌ها به شیوه تصادفی طبقه‌ای انتخاب شده و اطلاعات با استفاده از پرسشنامه‌ای شامل اطلاعات دموگرافیک، پرسشنامه انس با قرآن و پرسشنامه سلامت روان Goldberg جمع‌آوری و با استفاده از آمار توصیفی و تحلیلی در نرم افزار spss 11.5 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: میانگین سنی دانشجویان ۳/۵±۲۲/۱۸ سال و ۵۳/۱٪ زن بودند. نتایج نشان داد که انس با قرآن کریم ۵۳/۱٪ دانشجویان بالا، ۲۴/۵٪ پایین و ۱۱/۲٪ دانشجویان مبتلا به مشکل روان بودند. نتایج نشان داد که دانشجویان سالم، انس با قرآن بیشتری نسبت به افراد مبتلا به مشکلات روان داشتند (p<۰/۰۱). همچنین ارتباط معکوس و معنی‌داری بین میزان انس با قرآن با افسردگی و اضطراب دانشجویان یافت شد.

نتیجه گیری: با توجه به میزان انس با قرآن دانشجویان و ارتباط ان با سلامت روان آنها، به نظر می‌رسد تقویت و بهبود انس با قرآن راهی اساسی جهت پیشگیری و بهبود مشکلات و اختلالات روان می‌باشد. همچنین کمبود وقت و عدم برنامه‌ریزی صحیح و کمبود برنامه‌های آموزشی جذاب در محیط دانشگاه از عوامل تاثیرگذار در دوری از قرآن در دانشجویان است لذا می‌توان با تدابیر مناسب و برنامه‌ریزی صحیح و تغییر سیاستگذاری در برنامه‌های فرهنگی، در جهت افزایش میزان انس با قرآن و بالتبع سلامت روان آنها گام‌های موثری را برداشت.

واژگان کلیدی: انس با قرآن، سلامت روان، دانشجوی پرستاری

مقدمه

طبق برآورد سازمان بهداشت جهانی در سال ۲۰۰۸، ۱۴٪ جمعیت دنیا در معرض ابتلا به یکی از اختلالات روانی هستند (۱). اضطراب و افسردگی از متداول‌ترین و شایع‌ترین مشکلات افراد به خصوص جوانان و بزر گسالان به شمار می‌روند (۲). گزارش‌های علمی نشان می‌دهد که در حدود ۳۳۰ میلیون نفر از افسردگی، عدم اعتماد به نفس کافی، عزت نفس پایین و عدم احساس کنترل در زندگی رنج می‌برند (۳). از طرفی توجه به نیازهای روحی- روانی و سلامت دانشجویان که درصد قابل توجهی از جمعیت کشور را تشکیل می‌دهند بسیار حائز اهمیت است زیرا دانشجویان به خاطر برخی عوامل استرس‌زا و تاثیر محیط در معرض خطر می‌باشند (۴). برخی مطالعات انجام شده در رابطه با سلامت روان در ایران، شیوع اختلالات روانی را در دانشجویان بین ۱۲/۷۵٪ تا ۳۰/۴٪ گزارش کرده‌اند (۶و۵). از جمله مشکلات پیش روی جوانان در حال تحصیل، اضطراب، افسردگی، خصومت، پرخاشگری و قاطعیت پایین می‌باشد (۸و۷). این مشکلات موجب فرسوده شدن و کم شدن احساس قدرت و مهارت و تسلط بر زندگی می‌شود اما با به کار بردن برخی از روش‌ها می‌توان تا از اثرات مخرب آن کاست. یکی از مکانیسم‌های موثر مقابله‌ای مذهب و باورهای مذهبی است. نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که مذهب و باورهای مذهبی برای افراد جامعه سلامت و امنیت را به ارمغان می‌آورد (۹). همچنین Jacqueline (۱۹۹۷) اظهار نمود که باورهای مذهبی نقش مهمی در زندگی افراد دارد و با سلامتی و رضایت از زندگی ارتباط دارد (۱۰). یکی از با شکوه‌ترین جلوه‌های دین اسلام، کتاب آسمانی آن، قرآن کریم می‌باشد. قرآن کریم در برگیرنده هدایت و سعادت انسان در دنیا و آخرت می‌باشد و در تمام مراحل زندگی رهبر و راهنمای انسان به سوی کمال است. «این قرآن به راهی هدایت می‌کند که مستقیم‌ترین راه‌هاست...» (۱۱). کسانی که با قرآن مأنوسند به کمک قرآن حق را از باطل تشخیص می‌دهند (۱۲). قرآن مجید عامل صعود به سوی بهشت (۱۳)، مایه خرمی دلها (۱۴)، دریای بی‌کران معرفت (۱۵) و یگانه عامل توانگری است (۱۶) که عامل اصلی هدایت‌گر و تربیت کننده افراد و جوامع بشری به سوی کمال و نیل

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

به ارزش‌های اخلاقی و انسانی است. از این رو انس با قرآن عاملی مهم و اثرگذار است. انس در لغت، معنایی مقابل وحشت دارد (۱۷) و انس انسان به چیزی، بدین معناست که از آن، هیچ وحشت و اضطرابی ندارد و همراه با آن به آرامش می‌رسد و انسانِ کمال‌طلب، فقط به امور مادی بسنده نمی‌کند و به سوی هدف‌های والاتری گام بر می‌دارد. برای بهره‌مندی و انس با قرآن مراحلی از جمله موارد زیر وجود دارد:

۱. خواندن قرآن: با خواندن قرآن اندیشه آدمی معطوف و مانوس آن می‌شود؛ درباره خواندن قرآن، خداوند می‌فرماید: «فَاقْرَؤُا ما تَيَسَّرَ مِنَ الْقرآن؛ هر چه از قرآن میسر می‌شود بخوانید» (۱۸) و جهت انس بیشتر با قرآن، خداوند می‌فرماید: «وَ رَتِّلِ الْقرآن تَرْتيلاً» و قرآن را شمرده شمرده بخوان (۱۹).

۲. شنیدن قرآن: درباره شنیدن قرآن، خداوند می‌فرماید: «وَ إِذا قُرِئَ الْقرآن فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَ أَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ؛ و چون قرآن خوانده شود، گوش بدان فرا دارید و خاموش مانید، امید که بر شما رحمت آید» (۲۰). بهترین ثمره این شنیدن و خواندن، نورانیت جسم و روان است و این همان مرحله اول انس با قرآن است.

۳. یادگیری قرآن: پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «خیارکم من تعلم القرآن و علّمه؛ بهترین شما کسی است که قرآن را بیاموزد و آن را به دیگران نیز یاد دهد» (۲۱).

٤. تدبر در قرآن: چنان که حضرت علی (ع) می‌فرماید: «پرهیزکاران در شب به پا خواسته و قرآن را شمرده و با تدبر تلاوت می‌کنند، جان خویش را با آن محزون می‌سازند و دوای درد خود را از آن می‌گیرند. هرگاه به آیه‌ای برسند که در آن تشویق باشد با علاقه و امید به آن روی می‌آورند و روح و جانشان با شوق بسیار در آن ذخیره می‌شود و آن را همواره الگوی خود می‌سازند و هرگاه به آیه‌ای برسند که در آن بیم باشد، گوش‌های دل خود را برای شنیدن آن باز می‌کنند و صداهای ناله و برخورد زبانه‌های آتش در گوششان طنین‌انداز است» (۲۲).

۵. عمل به قرآن: پیامبر اکرم (ص) در خصوص اهمیت عمل به قرآن می‌فرماید: «ربّ تال للقرآن و القرآن یلعنه؛ چه بسیار کسانی که قرآن را تلاوت می‌کنند، در حالی که قرآن بر آنها لعن و نفرین می‌فرستد» (۲۳).

٦. حفظ قرآن: پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «لا یعذب الله قلبا وعی القرآن؛ خداوند قلبی را که ظرف قرآن باشد، عذاب نمی‌کند». بنابراین، برای مأنوس شدن با قرآن، داشتن برنامه‌ای منظم و روزانه برای انس با قرآن لازم است (۲۴).

مطالعات مختلفی به بررسی ارتباط مذهب، باورهای مذهبی با سلامت روان در گروه‌های مختلف پرداخته‌اند اما پژوهش‌های اندکی به بررسی نقش قرآن کریم در سلامت روان پرداخته‌اند. در این زمینه مطالعاتی با هدف بررسی تاثیر آوای قرآن کریم بر مسائل و مشکلاتی چون اضطراب و افسردگی صورت گرفته (۲۵) که تنها یک جزء از انس با قرآن را که شنیدن آوای آن می‌باشد را مورد مطالعه قرار داده‌اند. لذا با توجه به اهمیت وضعیت سلامت روان در دانشجویان و نقش مهم انس با قرآن کریم در سلامت انسان و با توجه به اینکه تا به حال در ایران پژوهش تجربی در این زمینه صورت نگرفته است این مطالعه با هدف تعیین ارتباط انس با قرآن با سلامت روان در دانشجویان پرستاری طراحی و اجرا گردید.

مواد و روش ها

این مطالعه از نوع توصیفی- تحلیلی همبستگی بود. از بین ۳۲۰ دانشجویان پرستاری مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه علوم پزشکی کاشان در سال ۱۳۹۱، ۱۴۳ نفر به شیوه تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند بدین صورت که پس از تهیه لیست اسامی دانشجویان، با توجه به سال ورود و مقطع تحصیلی آنها، نمونه‌ها با استفاده از جدول اعداد تصادفی انتخاب شدند. شرایط ورود به مطالعه، مسلمان بودن و تمایل به شرکت در پژوهش بود و معیارهای خروج، دانشجوی مهمان یا انتقالی، داشتن یک بحران خاص چون فوت نزدیکان در یک ماه گذشته وداشتن اختلال روانپزشکی شناخته شده بود. جهت رعایت موازین اخلاقی، پرسشنامه‌ها بی‌نام و پس از توجیه ماهیت و اهداف پژوهش و کسب رضایت آگاهانه، اطلاعات کسب شد.

ابزار سنجش پرسشنامه‌ای ۳ قسمتی شامل پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک و سوالاتی در خصوص عوامل موثر بر انس با قرآن (سن، جنس، محل سکونت، مذهب و...)، قسمت دوم، پرسشنامه انس با قرآن شامل ۱۴ سوال (استمرار در قرائت قرآن، توجه به معانی آیات، علاقه به تدبر در آیات و مفاهیم قرآنی، میزان تاثیر قرآن بر تصمیمات زندگی و ...) با گزینه خیلی کم (۰) تا خیلی زیاد (۴) بود. امتیاز بیشتر نشان دهنده انس با قرآن بیشتر بود. همچنین میزان انس با قرآن در سه سطح پایین (کمتر از ۲۵٪)، متوسط (۵۰-۲۵٪) و بالا (بیشتر از ۵۰٪) طبقه‌بندی شد. این پرسشنامه با مروری بر متون و اعمال نظرات کارشناسان دینی طراحی و روایی آن توسط ۸ نفر از اساتید حوزه و دانشگاه مورد تائید قرار گرفت و پایایی آن با آلفاکرونباخ ۰/۸۴ بدست آمد.

قسمت سوم، پرسشنامه سلامت روان Goldberg (GHQ28) بود. این پرسشنامه ۲۸ سوال و دارای ۴ مقیاس علائم جسمانی، اضطراب، کارکرد اجتماعی و افسردگی است و به روش لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. پژوهش‌های مختلف نشانگر پایایی بالای پرسشنامه و مقیاس‌های آن بین ۰/۹۷-۰/۴۷ می‌باشد. در پژوهشی با نقطه برش ۲۳، حساسیت ۰/۸۶ و ویژگی ۰/۸۲ گزارش شده است. از این ابزار برای تشخیص اختلالات روان استفاده می‌شود. پرسشنامه‌ها توسط محققین، قبل از شروع کلاس درس در اختیار دانشجویان قرار داده می‌شد و آنها آن را تکمیل می‌کردند. در این پژوهش عوامل موثر بر انس با قرآن از دیدگاه دانشجویان با استفاده از آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار) و تحلیلی (پیرسون، تی تست) در نرم افزار spss 11.5 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها

میانگین سنی دانشجویان ۳/۵±۲۲/۱۸ سال و ۵۳/۱٪ زن بودند. ۸۵٪ دانشجویان مجرد و ۹۸٪ آنها شیعه بودند (جدول شماره ۱). همچنین ۵۱/۳٪ دانشجویان تاثیر خانواده و پدر و مادر را در انس با قرآن کریم خود زیاد می‌دانستند (جدول شماره ۲).

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

جدول ۱: توزیع فراوانی مطلق و نسبی مشخصات دموگرافیک دانشجویان مورد بررسی

متغیر ها		تعداد (درصد)
جنس	زن	۷۶ (۵۳/۱)
	مرد	۶۷ (۴۶/۹)
مدرک تحصیلی	کارشناسی	۱۲۱ (۸۴/۶)
	کارشناسی ارشد	۲۲ (۱۵/۴)
تاهل	مجرد	۱۲۱ (۸۴/۶)
	متاهل	۲۲ (۱۵/۴)
اشتغال در کنار تحصیل	بلی	۴۶ (۳۲/۲)
	خیر	۹۷ (۶۷/۸)
شرکت در کلاس های قرآنی	بلی	۷۴ (۵۱/۷)
	خیر	۶۹ (۴۸/۳)
مذهب	شیعه	۱۴۰ (۹۷/۹)
	سنی	۳ (۲/۱)

نتایج نشان داد که انس با قرآن کریم ۵۳/۱٪ دانشجویان بالا، ۲۴/۵٪ پایین و ۲۲/۴٪ متوسط بودند (جدول ۲)، همچنین بیشترین درصد دانشجویان (۶۳٪) بیان کردند که کم و خیلی کم وقت خود را به قرائت قرآن اختصاص می‌دهند و ۷۰٪ بیان می‌کردند که هنگام قرائت قرآن زیاد و خیلی زیاد ارامش معنوی پیدا می‌کنند همچنین ۶۱/۶٪ آنها در موقعیت‌های استرس‌زا زیاد و خیلی زیاد از قرآن استفاده می‌کردند. یافته‌ها تفاوت معنی‌داری را بین میزان انس با قرآن کریم با وضعیت سلامت روان دانشجویان نشان داد بدین صورت که دانشجویان سالم (۲۹/۱۸±۸/۵۶) انس با قرآن بیشتری نسبت به افراد مبتلا (۲۳/۳۱±۱۰/۱۵) داشتند (جدول شماره ۳). همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌کنیم بین انس با قرآن و سلامت روان در دانشجویان سالم تفاوت معنی‌داری وجود ندارد (p=۰/۱) ولی این تفاوت در بین دانشجویان مبتلا به مشکلات روانی معنی‌دار است (p=۰/۰۰۱). همچنین بین دانشجویان سالم و مبتلا از نظر سلامت روان و انس با قرآن تفاوت معنی‌داری وجود دارد (p≤۰/۰۵) (جدول شماره ۳).

در رابطه با سلامت روان، یافته‌ها نشان داد که تنها ۱۱/۲٪ دانشجویان مشکوک به اختلال روان بودند و ۸۸/۸٪ سالم بودند. نتایج آزمون‌های آماری تفاوت معناداری بین میزان انس با قرآن دانشجویان با وضعیت سلامت روان آنها نشان داد (t=۲/۴۲، p<۰/۰۱۷). همچنین ضریب همبستگی پیرسون ارتباط معکوس و معنی‌داری بین میزان انس با قرآن و افسردگی (r=-۰/۲، p<۰/۰۱۳) و اضطراب دانشجویان (r=-۰/۱۵، p=۰/۰۵) نشان داد اما ارتباط معنی‌داری بین میزان انس با قرآن با نشانه‌های جسمانی (p=۰/۸) و کارکرد اجتماعی (p=۰/۰۸) یافت نشد. تفاوت معناداری بین میزان انس با قرآن با سابقه‌ی شرکت در کلاس‌های قرآنی (t=۴/۲، p<۰/۰۰۱) و ارتباط معناداری بین وضعیت سلامت روان دانشجویان با اشتغال حین تحصیل یافت شد (p<۰/۰۰۸).

جدول ۲: توزیع فراوانی مطلق و نسبی عوامل موثر بر انس با قرآن از دیدگاه دانشجویان

عوامل موثر بر انس با قرآن	کم تعداد (درصد)	متوسط تعداد (درصد)	زیاد تعداد (درصد)	مجموع تعداد (درصد)
تاثیر خانواده و پدر و مادر	۲۳ (۱۶/۱)	۴۴ (۳۰/۸)	۷۶ (۵۳/۱)	۱۴۳ (۱۰۰)
تاثیر دوستان	۷۰ (۴۹)	۴۱ (۲۸/۷)	۳۲ (۲۲/۴)	۱۴۳ (۱۰۰)
تاثیر محیط دانشگاه	۹۰ (۶۲/۹)	۲۹ (۲۰/۳)	۲۴ (۱۶/۸)	۱۴۳ (۱۰۰)
تاثیر رسانه	۶۰ (۴۲)	۵۰ (۳۵)	۳۳ (۲۳)	۱۴۳ (۱۰۰)

جدول ۳: مقایسه میانگین نمره انس با قرآن و نمره سلامت روان در دانشجویان پرستاری سالم و مبتلا به مشکلات روانی

متغیر	سلامت روان Mean±SD	انس با قرآن Mean±SD	T-Test
دانشجویان سالم	۲۹/۱۸±۸/۵۶	۲۸±۱/۵	P=۰/۱
دانشجویان مبتلا	۲۳/۳۱±۱۰/۱۵	۱۷/۱۷±۳/۱	P=۰/۰۱
T-Test	P=۰/۰۲	P=۰/۰۰۱	-

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

بحث و نتیجه گیری

آنچه انسان در مسیر هدایت به آن نیاز داشته باشد، در قرآن پیدا می‌کند. حتی اگر انسان در معرض ترنم آیات الهی قرار گیرد و به آیات آن گوش بسپارد و قصد التذاذ معنوی از آن را نداشته باشد، به ایمانش افزوده می‌شود و احساس آرامش می‌کند: «انّما المؤمنون اذا ذکر اللّه وجلت قلوبهم و اذا تلیت علیهم آیاته زادتهم ایماناً» (۲۶). امام صادق (ع) در مورد انس با قرآن می‌فرماید: «به دنبال مونسی بودم که در پناه آن، آرامش پیدا کنم، آن را در قرائت قرآن یافتم» (۲۷). همچنین امام علی (ع) می‌فرماید: «هر کس با قرآن انس گیرد، از جدایی دوستان، وحشتی نخواهد داشت» (۲۸). یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که بیشترین درصد دانشجویان (۵۳/۱٪) انس با قرآن کریم بالایی داشتند و در عین حال ۲۴/۵٪ در سطح پایین قرار داشتند. بیشتر دانشجویان با اینکه در زمان قرائت قرآن زیاد به آرامش معنوی می‌رسیدند اما زمان کمی را به قرائت قرآن اختصاص می‌دادند. همچنین نتایج بیانگر آن بود که تاثیر رسانه‌ها و محیط دانشگاه در انس با قرآن بسیار کم و تاثیر محیط خانواده به میزان چشمگیری بوده است. به نظر می‌رسد کمبود وقت و عدم برنامه‌ریزی صحیح و عدم پشتکار و پیگیری در قرائت قرآن از عوامل تاثیرگذار در دوری از قرآن است.

در مجموع یکی از عوامل جذب جوانان به سمت قرآن کریم، میزان لذت بردن از دیدن و شنیدن و خواندن قرآن است که متأسفانه چنین حسی در جوانان ضعیف است و اکثراً با شنیدن قرآن، یاد مرگ و خبرهای ناگوار می‌افتند و این امر نیاز به توجه بیشتر و فرهنگ‌سازی است. بدین منظور پیشنهاد می‌شود با ایجاد برنامه‌های آموزشی جذاب و کلاس‌هایی در زمینه ترجمه و تفسیر مفاهیم قرآنی، انگیزه و فرصت مناسبی برای انس بیشتر دانشجویان با قرآن فراهم شود و بدینوسیله بر میزان استمرار بر قرائت قرآن و تدبر در آیات و مفاهیم قرآنی در بین دانشجویان افزوده شود. از طرفی با استفاده از نکته‌ی مثبت تاثیر بالای محیط خانواده بر میزان انس با قرآن، خانواده‌ها باید با توجه بیشتر در این زمینه و فراهم کردن امکانات مربوطه و تشویق فرزندان خود، بستر مناسبی جهت افزایش میزان انس با قرآن در جوانان را ایجاد کنند. نتایج در رابطه با وضعیت سلامت روان نشان داد که ۱۱/۲٪ آنها مشکوک به اختلال روان بودند. مروری بر پژوهش‌ها نشان‌دهنده آن است که میزان مشکلات روان در دانشجویان نسبت به جمعیت غیر دانشجو افزایش یافته است (۲۹). Taleghani و همکاران در بررسی سلامت روان دانشجویان بیان کردند که ۱۸٪ آنها مشکوک به اختلالات روان بودند که تقریباً مشابه با یافته این مطالعه می‌باشد (۳۰). همچنین Shariati و همکاران شیوع اختلالات روانی را در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ایران ۶۲/۶٪ و Dibajnia و Bakhtiari در مطالعه‌ای شیوع اختلالات روان را ۳۱/۶٪ بیان کردند (۳۲و۳۱). همچنین در مطالعه‌ای توسط Mohammadi و همکاران در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تهران شیوع مشکلات روان با استفاده از پرسشنامه GHQ(28) را ۳۴/۳٪ گزارش کرده‌اند (۳۳). یافته‌های حاصل در این مطالعه بیانگر پایین بودن میزان ابتلا به اختلالات روان می‌باشد که احتمالاً به خاطر گروه مورد بررسی، همچنین تفاوت در نوع ابزارهای مورد استفاده می‌باشد. یافته‌ها، تفاوت معنی‌داری را بین میزان انس با قرآن کریم با وضعیت سلامت روان دانشجویان نشان داد؛ بدین صورت که دانشجویان سالم (۸/۵۶±۲۹/۱۸) انس با قرآن بیشتری نسبت به افراد مبتلا (۱۰/۱۵±۲۳/۳۱) داشتند. همچنین ارتباط معکوس و معنی‌داری بین انس با قرآن کریم با اضطراب و افسردگی یافت شد بدین صورت که افرادی که انس با قرآن بیشتری داشتند میزان اضطراب و افسردگی کمتری داشتند. پژوهش‌ها نیز نشان داده که در شرایط فعلی یکی از مهم‌ترین و بهترین ابزار جهت حفظ و تقویت سلامت روانی انس با قرآن و بهره‌گیری از تعالیم و مفاهیم والای آن است (۳۴).

در پژوهشی که تاثیر آوای قرآن کریم بر میزان استرس بررسی شده نتایج نشانگر اثرات شفابخش گوش دادن به آوای قرآن بر سلامت جسم و روان بود (۳۵). محققان دیگر نیز مذهب و معنویت را به عنوان عوامل حمایتی به منظور افزایش سلامت روان که این عوامل منجر به افزایش تاب آوری افراد در برابر فشارهای روانی و اضطراب و افسردگی می‌شود (۳۶). در مطالعات مختلف ارتباط مذهب با سلامت روانی و بدنی (۳۹-۳۷) و تاثیر مثبت باورها و آیین‌های مذهبی بر رضایت از زندگی، بهزیستی روانی و پایداری عاطفی افراد (۴۰) کاهش استرس‌های روانشناختی (۴۱) نشان داده شده است و به عقیده Kendler هر چه باورهای مذهبی افراد بیشتر باشد بیماری‌های روان آنها کمتر است (۴۲). پروردگار حکیم، طبیعت را مسخر انسان نموده و عوامل آرامش را برایش تعبیه کرده است (۴۳) و قرآن، شورانگیزترین نغمه‌ای است که جان‌های مشتاقان را به خویش می‌خواند و سرور و وجد و ابتهاج را در دل‌ها می‌سراید (۴۴) و مایه آرامش و شفا است. همچنین یافته‌ها نشان داد افرادی که در کلاس‌های قرآنی شرکت کرده بودند (۷/۱۴±۳۱/۳۹) انس با قرآن بیشتری نسبت به کسانی که شرکت نکرده بودند (۹/۳۷±۲۵/۴۶) داشتند که این امر بیانگر آثار و نتایج مثبت برگزاری چنین کلاس‌هایی می‌باشد. همچنین ارتباط معنی‌داری بین سلامت روان دانشجویان با شاغل بودن در کنار تحصیل یافت شد که این یافته می‌تواند به خاطر نتایج مثبت اقتصادی همراه با کار باشد. با توجه به میزان انس با قرآن دانشجویان و ارتباط آن با سلامت روان آنها، به نظر می‌رسد تقویت و بهبود انس با قرآن، راهی اساسی جهت پیشگیری و بهبود مشکلات روانی می‌باشد. همچنین کمبود وقت و عدم برنامه‌ریزی صحیح و کمبود برنامه‌های آموزشی جذاب در محیط دانشگاه از عوامل تاثیرگذار در دوری از قرآن در دانشجویان است لذا می‌توان با تدابیر مناسب و برنامه‌ریزی صحیح و تغییر سیاستگذاری در برنامه‌های فرهنگی، در جهت افزایش میزان انس با قرآن و بالتبع سلامت روان آنها گام‌های موثری را برداشت.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

References

1. WHO (World Health Organization). Mental Health Gap Action Program, Scaling up care for mental, neurological, and substance use disorders. [Cited 2011 Jul 23]. Available From: http://www.who.int/entity/mental_health/mhgap_final_english.pdf
2. Jahnson B. Introduction to psychiatry mental health nursing. 7th ed. Philadelphia: lippincott Williams and Wilkins; 2002
3. Ghobari Bonab B. relationship between general Health and reliance measures of student. Proceeding of the 3rd Conference of Student Psychological Health; 2006; Tehran, Iran [In Persian].
4. Hatami H, Seyed Nozadi M, Majlesi F, Eftekhar Ardebili H, Razavi M, Parizadeh MJ. [Text book of Public Health]. Tehran: Arjmand; 2006. [In Persian]
5. Bagheri Yazdi S, Bolhari J, Peyravi H. Mental Health Status of Newly Admitted Students to Tehran University at 1994-1995 Academic Year. IJPCP. 1995; 1(4) : 30-39 URL http://ijpcp.iums.ac.ir/browse.php?a_code=A-10-1-498&slc_lang=fa&sid=1 [In Persian].
6. Dastjerdi R, Khazaei K. Survey of the general health of the newly admitted students of Birjand medical sciences university in 2002 Journal of Birjand University of Medical Sciences. 2001; 8N: 1(13): 34-38 [In Persian].
7. Dadjoo Z. The effective factors on school stress in students and ffectiveness of psychodrama in treatment of their stressful situations. MSc dissertation. Educational Sciences Faculty and Psychology, University of Allameh Tabatabaei, 1997; 22-26 [In Persian].
8. Larijani TT, Aghajani M, Baheiraei A, Neiestanak NS. Relation of assertiveness and anxiety among Iranian University students. J Psychiatr Ment Health Nurs. 2010; 17(10): 893-9
9. Shahbazi. Anahita. Evaluation of relation between religious & mental health. MSc dissertation, Medical psychology from Islamic republic Azad University rode hen. 1998.
10. Jacqueline. M. Stolley. Harold. Coenig. Religion/ spirituality and health among elderly African American and Hispanics. J psychosoc nurs 1997; 35(11): 32-37.
11. The Holy Qu'ran, Assra/ 9.
12. The Holy Qu'ran, Forghan/ 1.
13. The Holy Qu'ran, Shora/ 7.
14. Ali ibn abi-Talib, Imam I, Nahj al balagha. translited By Dr Shirvani, 2009, 36 [In Persian].
15. Ali ibn abi-Talib, Imam I, Nahj al balagha. translited By Dr Shirvani, 2009, 194 [In Persian].
16. Ali ibn abi-Talib, Imam I, Nahj al balagha. translited By Dr Shirvani, 2009, 236 [In Persian].
17. Ali ibn abi-Talib, Imam I, Nahj al balagha. translited By Dr Shirvani, 2009, 474 [In Persian].
18. The Holy Qu'ran, Mozamel/ 20.
19. The Holy Qu'ran, Mozamel/ 4.
20. The Holy Qu'ran, Araf/ 204.
21. Ali ibn abi-Talib, Imam I, Nahj al balagha. translited By Dr Shirvani, 2009,186 [In Persian].
22. Ali ibn abi-Talib, Imam I, Nahj al balagha. translited By Dr Shirvani, 2009,193 [In Persian].
23. Tirgar A, Yaminfirooz M, Nikkhah A, Mousavi A. Using religious resources among graduate students' theses in medical sciences. J. Babol Univ. Med. Sci. 2013; 15(1): 89-93. [In persian]
24. Bahar al-Anwar, 2010, 198.
25. Aghajani M, Mirbagher N. The effects of music and Holy Quran on patient's anxiety and vital signs before abdominal surgery. Islamic Lifestyle Centered on Health. 2012; 1(1): 66-87.
26. The Holy Qu'ran, Mozamel/ 8.
27. Ali ibn abi-Talib, Imam I, Nahj al balagha translated by Ali Shirvani, 2009, 174.
28. Ali ibn abi-Talib, Imam I, Nahj al balagha translited By Dr Shirvani, 2009, 790.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

29. Sadeghian E, Heidarian Pour A. Stressors and Mental Health Status among Students of Hamadan University of Medical Sciences. hayat. 2009; 15(1): 71-80 URL http://hayat.tums.ac.ir/browse.php?a_code=A-10-25-131&slc_lang=en&sid=1 [In Persian].
30. Taleghani N. Roghanchi M, Shokri M. Relation to the mental health of students of Razi University. Third Seminar of Students Mental Health, Student Assistance of Department of the Ministry of Science 2005; 254-258. [In Persian]
31. Shariati M, Kaffashi A, Ghalaebandi MF, Fateh A, Ebadi M. Mental health and related factors in medical student of Iran University of Medical Sciences. Payesh.2002; 1(3): 1-9 [In Persian].
32. Dibajnia P, Bakhtiari M. Mental health status of the students in the faculty of Rehabilitation, Shahid Beheshti University, 2002. J Ardabil Univ Med Sci. 2002; 2(2): 27-32 [In Persian].
33. Mohammadi-Farrokhran E, Mokhayeri Y, Tavakkol Z, Mansouri A. Relationship between Quality of Sleep and Mental Health among Students Living in Dormitories. Knowledge & Health 2012; 7(3): 112-117 [In Persian].
34. Moazadi K, Asadi A. Mental Health Status in the Quran . J Ardabil Univ Med Sci. 2012; 12(1): 85-96 [In Persion].
35. Shamsi M, Bayati A, Jahani F, Farhangnia L. The effect of Holy Quran recitation on perceived stress among personnel of Arak University of Medical Sciences, Daneshvar, Scientific-research Journal of Shahed University 2011; 19(95): 35-44 [In Persion].
36. Hamidi N, Keikhosrovani M, babamiri M, Dehghani M. the relationship between mental health, spiritual intelligence with resiliency in student of Kermanshah university of medical sciences. jentashapir journal 2012; 3(2): 331-338 [In Persian].
37. Takyi BK. Religion and women's health in Ghana: Insights into HIV/AIDS preventive and protective behavior. Social Science & Medicine 2003; 56(6): 1221-1234.
38. Ball J, Armistead L, Austin BJ. The relationship between religiosity and adjustment among African-American female, urban adolescents. Journal of Adolescence 2003; 26(4): 431- 446.
39. Maselko J, Kubzansky LD. Gender differencesin religious practices, spiritual experiences and health: Results from the US General Social Survey. Social Science & Medicine 2006; 62(11): 2848-2860.
40. Koeing HG. Religion and older man in prison. International Journal of Geriatric Psychiatry 1995; 10: 219-230.
41. Park C, Cohen LH, Herb L. intrinsic religiousness and religious coping as life stress moderators for catholics versus protesrants. Journal of personality and social psychology 1990; 59: 562-574.
42. Kendler, Kenneth S., et al. "Dimensions of religiosity and their relationship to lifetime psychiatric and substance use disorders." American Journal of Psychiatry: 2003.
43. Loghmani A. Question and answer of youth. Qom: Beheshte-Binesh Publication; 2003.
44. The Holy Qu'ran, Zomar/ 23.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

Islam and Health Journal
Babol University of Medical Sciences

Babol Univ. of Med. Sciences
Islam and Health Journal/ 2014; 1(4): 7-13

The relationship between familiarity with the Quran and mental health in nursing students

Received: 10 May 2015 Accepted: 31 May 2015

Aghajani M (MSc)[1*]
Mirbagher N (MSc)[2]

1. Trauma Nursing Research Center, Faculty of Nursing and midwifery, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran
2. Autoimmune Diseases Research Center, Faculty of Nursing and midwifery, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran

[*]**Corresponding Author:**
Aghajani M, Trauma Nursing Research Center, Faculty of Nursing and midwifery, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran

Tel: +98 31 55540021
Fax: +98 31 55546633
Email: aghajni1362@yahoo.com

Abstract

Introduction: One effective ways to increase the capacity of people to cope with the harshness of life is religion. One of the most important tools to maintain and strengthen the mental health is familiarity with the Quran and its teachings. The mental health and the treatment of mental problems are very important among the students. The aim of this study was to determine the relationship between familiarity with the Quran and mental health in students.

Methods: This cross-sectional study was conducted on 143 nursing students in Kashan University of Medical Sciences in 2012. The samples were randomly selected using block method. Data were collected by questionnaires demographic data and familiarity with the Quran and the General Health questionnaire (GHQ28) of Goldberg. Data were analyzed by SPSS 11.5 and descriptive and analytic statistics.

Findings: The mean age of students was 22/18±3/5 years and 53/1% of them was female. The results showed that 53/1% and 24/5% of students had high and low familiarity with the Quran, respectively and 11/2% of them had psychological problems. Healthy students than students with mental problems had high familiarity with the Quran ($p<0/01$). There was a reverse relationship and significant difference between familiarity with Quran and depression and anxiety in students.

Conclusion: Regarding the students' familiarity with the Quran and its relation to mental health, it seems that the strengthening and improving the familiarity with the Quran is a basic way to prevent and improve the mental disorders. The lack of time, proper planning and attractive training programs in university are the effective factors in separating students from Quran. Therefore, it is necessary to increase familiarity with the Quran and mental health with appropriate measures and planning and changes in cultural policy.

Keywords: **Familiarity with the Quran, Mental health, Nursing students**

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]