Religion and Health

ORIGINAL ARTICLE
2015, Vol: 3, No: 2, Pages: 41-48.

Familiarity with Quran and its Relationship with Mental Health among University Students

Khaironnesa Ramazanzade[1], Mohamadreza Miri[2*], Seyyed Mohammad Hashemi[3]

1- PhD Candidate, Atherosclerosis and Coronry Artery Research Center, Birjand University of Medical Sciences, Birjand, Iran
2- Associate Professor, Faculty of Medicine, Birjand University of Medical Sciences, Birjand, Iran
3- BSc Student of Environmental Health, Vallie Asr Hospital, Birjand, Iran

***Corresponding Author:**
Mohamadreza Miri
Associate Professor of Health Education , Faculty of Medicine, Birjand University of Medical Sciences, Birjand, Iran

Email:
miri_moh2516@bums.ac.ir

Received: 31 Oct 2015
Revised: 28 Feb 2016
Accepted: 15 Mar 2016

Abstract

Background and Objectives: Religious beliefs and practices play an important role in prevention of mental disorders (e.g., depression and anxiety). Intimacy with Quran is an emphasized religious practice. This study was conducted to determine the relationship between intimacy with Quran and mental health among university students.

Materials and Methods: This descriptive, analytic, correlational study was conducted on 351 students at Birjand University of Medical Sciences, in 2014. The samples were selected by stratified random sampling. The data collection instruments included a demographics form, intimacy with Quran questionnaire, and General Health Questionnaire (GHQ). To analyze the data, independent t-test, ANOVA, and Pearson product-moment correlation coefficient tests were run, using SPSS version 16.

Results: The mean scores of Quran recitation, application, perception, and intimacy were 20.541±4.49, 18.22±4.75, 14.13±3.23, and 52.82±11.43 out of 57, respectively. The results indicated that from among the students 2.5% suffered from depression, 7% anxiety, 7.6% social function disorder, and 2.5% physical disorders. There was not a significant difference between mean scores of marital status, age, and field of study (P>0.05). There was a significant relationship between intimacy with Quran and social function disorders (P>0.05).

Conclusion: Given the findings of the study, familiarity with Quran can affect general health. Quranic programs can be performed to pave the way for higher familiarity of students with Quran, which can in turn, enhance their mental health.

Keywords: Familiarity with Quran, University students, Birjand University of Medical Sciences, Mental health

▶ **Citation**: Ramazanzade Kh, Miri Mr, Hashemi SM. Familiarity with Quran and its Relationship with Mental Health among University Students. Religion and Health. Autumn & Winter 2015; 3(2): 41-48 (Persian).

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-15]

دین و سلامت
مقاله پژوهشی
دوره سوم، شماره دوم، سال ۱۳۹۴ صفحه: ۴۸-۴۱.

انس با قرآن و رابطه آن با بهداشت روان در دانشجویان

خیرالنساء رمضان‌زاده[۱]، محمدرضا میری[۲*]، سید محمد هاشمی[۳]

۱. دانشجوی دکتری،عضو مرکز تحقیقات آترواسکلروز و عروق کرونر، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، بیرجند، ایران
۲. دانشیار و عضو هیئت علمی مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، بیرجند، ایران
۳. دانشجوی کارشناسی بهداشت محیط، بیمارستان ولی عصر بیرجند، بیرجند، ایران

* مؤلف مسئول: محمدرضا میری
دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، بیرجند، ایران
Email:
miri_moh2516@bums.ac.ir

دریافت: ۹ آبان ۱۳۹۴
اصلاحات: ۹ اسفند ۱۳۹۴
پذیرش: ۲۵ اسفند ۱۳۹۴

چکیده

سابقه و هدف: اعتقادات و اعمال مذهبی در پیشگیری از ابتلا به اختلالات روانی (افسردگی، اضطراب و...) نقش بسیار مهمی ایفا می‌کند. یکی از مهمترین اعمال مذهبی مورد تأکید، انس با قرآن می‌باشد. بهبود بهداشت روانی در دانشجویان زمینه پیشرفت تحصیلی را ایجاد خواهد نمود؛ بنابراین پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه انس با قرآن و سلامت روان در دانشجویان طراحی و اجرا گردید.

مواد و روش‌ها: مطالعه حاضر توصیفی-تحلیلی از نوع همبستگی بود که بر روی ۳۵۱ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در سال ۱۳۹۳ 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 (GHQ: General Health Questionaire) جمع‌آوری گردید. سپس داده‌ها با آزمون‌های آماری تی مستقل، آنالیز واریانس و پیرسون و به‌وسیله نرم‌افزار SPSS 16 تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: میانگین تلاوت قرآن ۴/۴۹±۲۰/۵۴۱، کاربرد قرآن ۴/۷۵± ۱۸/۲۲، درک اثرات قرآن ۳/۲۳±۱۴/۱۳ و انس با قرآن ۱۱/۴۳±۵۲/۸۲ از ۵۷ بود. نتایج نشان داد که ۲/۵ درصد دانشجویان افسردگی، ۷ درصد اضطراب و ۷/۶ درصد اختلال در کارکرد اجتماعی و ۲/۵ درصد دچار اختلالات جسمانی بودند. میانگین نمره سلامت عمومی بر حسب وضعیت تأهل، سن و رشته تحصیلی تفاوت معناداری وجود نداشت (P>۰/۰۵). بین انس با قرآن و اختلال در کارکرد اجتماعی در سطح ۵ درصد، رابطه معناداری وجود داشت (P<۰/۰۵).

استنتاج: با توجه به نتایج تحقیق مبنی بر اینکه انس با قرآن بر سلامت عمومی مؤثر می‌باشد، می توان با اجرای برنامه‌های قرآنی زمینه انس بیشتر دانشجویان با قرآن را فراهم ساخت که خود منجر به سلامت روانی بالاتری خواهد شد.

واژه‌های کلیدی: انس با قرآن، دانشجویان، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، سلامت روانی

◄ **استناد:** رمضان زاده، خیرانساء؛ میری، محمدرضا؛ هاشمی، سیدمحمد. انس با قرآن و رابطه آن با بهداشت روان در دانشجویان. پاییز و زمستان ۱۳۹۴؛۳(۲): ۴۸-۴۱ (فارسی).

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-15]

مقدمه

بهداشت روان به معنای سالم نگه داشتن روان از هرگونه آسیب روانی است و هدف اصلی آن پیشگیری از به‌وجود آمدن ناراحتی‌های روانی می‌باشد به‌عبارت دیگر بهداشت روان علمی برای بهزیستی و رفاه اجتماعی است که تمام زوایای زندگی از محیط خانه گرفته تا مدرسه، دانشگاه، محیط کار و غیره را در بر می‌گیرد (۱). بهداشت روان در دوران مختلف از جمله دوران جوانی نقش مهم و اساسی دارد. در این سنین مسائل مهمی نظیر ارتباط با دیگران، ادامه تحصیل، پیدا کردن کار و حرفه مورد علاقه و مسئله ازدواج مطرح می‌شود که نتیجه و تأثیر این عوامل باید از نظر بهداشت روان مورد توجه قرار گیرد (۲). بشر عصر حاضر، با وجود پیشرفت‌های حیرت‌آور در زمینه بهداشت و درمان بیماری‌ها، به‌دلیل عدم اتکا به معنویت، اخلاق و دیگر تعلیمات پیامبران در بحرانی از بیماری‌های جسمی و روحی به سر می‌برد. از یک طرف بیماری‌های حاصل از بی بندوباری، مواد مخدر و مصرف مشروبات الکلی و از طرف دیگر افسردگی و فشارهای روحی-روانی ناشی از خودخواهی، فقدان عاطفه و بی‌تفاوتی نسبت به دیگران ارمغان چنین وضعیتی است که در این میان بهترین گزینه برای نجات از این بحران، بازگشت به تعالیم انبیا به‌خصوص در زمینه روابط انسانی است (۳). براساس نتایج پژوهش‌ها، یکی از عوامل بسیار مهم و تأثیرگذار در اضطراب و استرس، مذهب و باورهای دینی افراد است (۴)؛ زیرا مذهب نگرش، شناخت و رفتار افراد را متأثر می‌کند (۵) مذهب به‌عنوان یک میانجی، بر فرآیند فکری و ارزیابی رویدادهای روزمره زندگی فرد تأثیر می‌گذارد. بسیاری از پژوهشگران بر این باور هستند که به کمک ایمان، برخورد با هیجان و شرایط دشوار، آسان‌تر می‌شود (۴) و از طرف دیگر موسیقی می‌تواند به‌عنوان یک محرک برای ایجاد پاسخ‌های فیزیولوژی و سایکولوژی در شنونده باشد. یافته‌های تحقیقی مشخص کرده است که موسیقی‌درمانی یک مداخله مؤثر و بی‌خطر بر روی مشکلات بیماران از جمله کاهش استرس، تحریک‌پذیری، کاهش احساس تنهایی، بهبود خلق و تسهیل هیجانات می‌باشد (۶). از آنجایی که آهنگ موزون قرآن کریم و آوای دلنشین آن به‌عنوان یک موسیقی عرفانی دلپذیر می‌باشد و اصولاً باشکوه‌ترین بعد از اعجاز بیانی قرآن، همسازی با نغمه‌های دلنشین و آهنگ‌های وزین صوتی است. آنگاه که با صدای گرم و زیبا و آوایی نرم و فریبا دمساز شود، آتش بر خرمن دل می‌افکند و اختر پرفروغش، جهان و جهانیان را به سوز و گداز وا می‌دارد (۷). دستور است که قرآن کریم با صوت زیبا و به بهترین وجه ترنم آورید و زینت قرآن را آوای نیکو می‌دانند. قرآن کریم بیانی رسا، سبکی شیوا، آهنگی دلربا دارد که باید این ویژگی به عرصه ظهور برسد و شنوندگان را از هر قبیل که باشند تحت تأثیر قرار داده، جان و هستی آنان را تسخیر کرده و در تبعه تصرف خویش درآورد؛ آنگاه است که "ان البیان سحرا" آشکارا شاهد می‌گردد (۸). البته نکته‌ای که باید به آن توجه نمود این است که اعجاز قرآن فقط موسیقی آن نیست؛ بلکه در سطوح بالاتر آن می‌تواند بیشتر مؤثر واقع گردد و برای درک معنای انس با قرآن می‌توان به گفتار پیشوایان دینی توجه نمود. مراحل عملی انس امام سجاد علیه‌السلام با قرآن کریم شامل قرائت و ختم قرآن کریم، به کار بردن آیات قرآن در هنگام سخن و دعا، عمل به آیات قرآن، زندگی کردن با قرآن می‌باشد که به‌طور کلی همان مراحل انس با قرآن که در این تحقیق به آن پرداخته شده است؛ یعنی تلاوت قرآن، کاربرد قرآن و درک اثرات توجه به قرآن در زندگی و یا زندگی کردن با قرآن می‌باشد (۹). با توجه با تأثیر شگرفی که آیات قرآن بر تمامی جنبههای زندگی دارد، پژوهشگران این تأثیرات را مورد بررسی قرار داده‌اند. کاظمی و همکاران (۱۳۸۲) تحقیقی با عنوان تأثیر آوای قرآن کریم بر بهداشت دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-15]

پزشکی رفسنجان انجام دادند که نتایج حاکی از این بود که گوش دادن به آوای دلنشین قرآن کریم که به‌عنوان یک موسیقی عرفانی شناخته شده است، می‌تواند راه و روش مؤثری در جهت بهبود وضعیت سلامت عمومی دانشجویان باشد (۱۰). در یک مطالعه آجرپز، کارآزمایی بالینی آوای قرآن کریم را به‌عنوان یک روش درمانی غیردارویی جهت کاهش اضطراب مادران قبل از عمل سزارین پیشنهاد نمود (۱۱). پژهان و همکاران (۱۳۹۳) آوای قرآن را بر تقویت سیستم ایمنی در شرایط استرسی و بحرانی به‌کارگرفت. انصاری جابری نیز بیان می‌کند که آوای قرآن کریم بر افسردگی بیماران بستری تأثیر دارد (۱۲). در پژوهشی دیگر محمودیان و همکاران نشان دادند که آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی و تمرینات کارگاهی آن سبب کاهش افسردگی می‌گردد (۱۳). توان و جهانی (۱۳۸۹) به بررسی تأثیر شرکت در کارگاه انس با قرآن بر سلامت روان پرستاران بیمارستان‌های آموزشی دانشگاه علوم پزشکی اراک پرداختند و نشان دادند که شرکت در کارگاه انس با قرآن می‌تواند باعث بهبود سلامت روان پرستاران گردد (۱۴). جواهری حفظ قرآن را در سلامت عمومی و حکمت‌پور تلاوت قرآن را در زندگی افراد مؤثر می‌دانند (۱۵،۱۶). در تحقیق میریان و همکاران (۱۳۹۱) انس قرآن در بین اعضای هیئت علمی دانشگاه آزاد ساری بررسی شد که نتایج حاکی از این بود که در بین اعضای هیئت علمی، انس قرآن در حد بالایی وجود دارد؛ البته نتایج رابطه معناداری میان انس با قرآن و سلامت عمومی نشان نداده است (۱۷)؛ بنابراین با توجه به این پژوهش‌ها ملاحظه می‌گردد که در بررسی انس با قرآن فقط به مرحله اول آن یعنی حفظ و قرائت قرآن پرداخته شده است و به سطوح بالای آن یعنی کاربرد قرآن در زندگی و تأثیر اثرات آن صورت مگرفته است و ازطرفی در برخی پژوهش‌ها این رابطه نشان داده نشده است. در نتیجه این پژوهش با هدف بررسی اثرات انس با قرآن بر بهداشت روانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند انجام گرفته است.

مواد و روش‌ها

این مطالعه از نوع توصیفی- تحلیلی با استفاده از روش نمونه‌گیری منظم و با کمک جدول مورگان، ۳۵۱ دانشجوی رشته‌ها و مقاطع مختلف دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در سال تحصیلی ۱۳۹۳-۱۳۹۲ انجام شد. ابزار گردآوری اطلاعات یک پرسشنامه انس با قرآن (۲۱ سؤال محقق‌ساخته در سه سطح تلاوت قرآن، کاربرد مفاهیم قرآنی در زندگی و درک اثرات قرآن در زندگی) بود. پرسشنامه پس از تدوین در اختیار ۲۰ نفر از متخصصین کارشناسان علوم قرآنی قرار داده شد. سؤالات طراحی شده جهت تعیین روایی محتوا کیفی براساس ملاک‌های (رعایت دستور زبان، استفاده از کلمات مناسب، قرارگیری گویه‌ها در جای مناسب و امتیازدهی) مورد سنجش قرار گرفت و همچنین از آنان خواسته شد که هر سؤال را در طیف ضروری، مفید ولی غیرضروری و غیرضروری) ارزیابی نمایند. که براساس جدول لاوشه، سؤالاتی که CVR بالاتر و یا معادل ۰/۵۶ بود، انتخاب شدند. سپس اصلاحات لازم برای اجرای نهایی پرسشنامه صورت گرفت. برای تعیین پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرون‌باخ استفاده شد که برابر با ۸۷ درصد می‌باشد. این پرسشنامه دارای چهار زیرمقیاس نشانه‌های بدنی، اضطراب و بی‌خوابی، کارکرد اجتماعی و افسردگی وخیم می‌باشد و از مجموع نمرات نیز یک نمره کلی به‌دست می‌آید. نمره‌گذاری براساس روش لیکرت به هر پاسخ از راست به چپ، اصلاً=۰، در حد معمول = ۱، بیش از حد معمول=۲ و به مراتب بیشتر از حد معمول=۳ تعلق می‌گیرد. نمرات هر آزمودنی در هریک از زیر مقیاس‌ها به‌طور جداگانه مشخص و در زیر ورقه نوشته می‌شوند و پس از آن، نمراه چهار زیرمقیاس را جمع کرده و نمره کلی را به‌دست آمد. نمرات بین ۲۱-۱۴ در هر زیرمقیاس، وخامت وضع آزمودنی در آن

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-15]

جدول ۱: توصیف وضعیت انس با قرآن در دانشجویان با توجه به ویژگی‌های دموگرافیک

		انس با قرآن		اثرات قرآن		کاربرد		تلاوت		تعداد
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
جنسیت	زن	۵۴/۷۲	۱۰/۶۳۶	۱۴/۶۰	۲/۵۸	۱۸/۹۹	۴/۳۸	۲۱/۴۳	۵/۲۶	۲۰۰
	مرد	۴۹/۴۸	۱۲/۲۴	۱۳/۳۱	۳/۸۸	۱۶/۸۸	۴/۷۲	۱۸/۹۶	۵/۷۲	۱۱۴
تأهل	مجرد	۵۳/۱۷	۱۱/۲۴	۱۴/۱۶	۳/۲۸	۱۸/۴۰	۴/۵۰۴	۲۰/۷۳	۵/۴۵	۲۵۰
	متأهل	۵۱/۴۵	۱۲/۴۶	۱۴/۰۴	۲/۷۶	۱۷/۵۵	۵/۰۱۶	۱۹/۸	۵/۹۲۸	۶۴

عامل را نشان می‌دهد. داده‌ها با آزمون‌های آماری تی مستقل، آنالیز واریانس یک‌طرفه و پیرسون به‌وسیله SPSS 16 در سطح (P<۰/۰۵) تجزیه وتحلیل شدند.

یافته‌ها

در این تحقیق میانگین انس با قرآن ۴/۴۹±۲۰/۵۴۱، کاربرد قرآن ۴/۷۵± ۱۸/۲۲، درک اثرات قرآن ۳/۲۳±۱۴/۱۳ و انس با قرآن ۱۱/۴۳±۵۲/۸۲ از ۵۷ بود (جدول ۱). در مقایسه میانگین نمره انس با قرآن و مؤلفه‌های آن شامل کاربرد و اثرات، تفاوت معناداری براساس جنسیت و وضعیت تأهل و سن وجود نداشت (P<۰/۰۵).

بین معدل و مؤلفه اثرات قرآن در سطح ۵ درصد رابطه معناداری وجود داشت (P<۰/۰۵)؛ یعنی هر چه میزان درک اثرات قرآن بیشتر می‌شود پیشرفت تحصیلی نیز افزایش می‌یابد. نتایج نشان داد که ۲/۵ درصد دانشجویان افسردگی، ۷ درصد اضطراب و ۷/۶ درصد اختلال در کارکرد اجتماعی و ۲/۵ درصد دچار اختلالات جسمانی بودند و در مجموع ۱/۶ درصد دانشجویان از سلامت عمومی (روانی) برخوردار نبودند (جدول ۲). در میانگین نمره علائم جسمانی و اختلال در کارکرد اجتماعی براساس جنسیت تفاوت معناداری وجود نداشت (P<۰/۰۵). هر چند این علائم در دانشجویان دختر و افسردگی و اضطراب در دانشجویان پسر بیشتر بود. در میانگین نمره سلامت عمومی و مؤلفه‌های آن، تفاوت معناداری بر حسب وضعیت تأهل، سن و رشته تحصیلی وجود نداشت (P>۰/۰۵) همچنین نتایج حاکی از آن است که بین انس با قرآن و اختلال در کارکرد اجتماعی در سطح ۵ درصد، رابطه معناداری وجود دارد (P<۰/۰۵)، یعنی هرچه انس با قرآن بیشتر می‌شود اختلال در کارکرد اجتماعی کاهش می‌یابد (جدول ۳).

بحث

طبق نتایج حاصل از پژوهش حاضر، میانگین انس با قرآن و مؤلفه های آن در بین دانشجویان دختر، بیشتر از دانشجویان پسر می‌باشد، این نتیجه با یافته‌های پژوهش آقاجانی و همکاران (۱۸) و میریان و همکاران (۱۳۹۱) همسو می‌باشد (۱۷) و در مقایسه میانگین انس با قرآن و مؤلفه‌های آن در بین دانشجویان متأهل و

جدول ۲: میانگین نمره سلامت روان در دانشجویان با توجه به ویژگی‌های دموگرافیک

		سلامت روان		اختلالات جسمانی		اختلال در کارکرد اجتماعی		اضطراب		افسردگی		تعداد
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
جنسیت	زن	۲۴/۸۵	۱۰/۴۴	۶/۳۲	۳/۶۵	۷/۰۹	۴/۹۴	۷/۹۵	۳/۴۹	۳/۴۷	۴/۰۱	۲۰۰
	مرد	۲۳/۵۶	۸/۹۹	۵/۲۵	۲/۶۷	۶/۰۷	۴/۰۵	۸/۴۶	۴/۱۳	۳/۶۸	۳/۹۶	۱۱۳
تأهل	مجرد	۲۴/۴۹	۹/۶۴	۵/۹۳	۳/۲۴	۶/۷۳	۴/۶۴	۸/۲۴	۳/۷۴	۳/۵۴	۴	۲۴۹
	متأهل	۲۳/۹۶	۱۱/۱۱	۵/۹۵	۳/۸۲	۶/۷	۴/۷۷	۷/۷۳	۳/۷۲	۳/۵۷	۴	۶۴

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-15]

جدول ۳: ارتباط انس با قرآن و مؤلفه‌های آن با سلامت روان

		افسردگی	اضطراب	اختلال در کارکرد اجتماعی	اختلالات جسمانی
تلاوت قرآن	Pearson Correlation	-۰/۰۲۲	۰/۰۲	۰*-/۱۵	۰/۰۳
	Sig. (2-tailed)	۰/۷۶	۰/۷۶	۰/۰۳	۰/۶۳
	N	۱۸۴	۱۸۴	۱۸۴	۱۸۴
کاربرد قرآن	Pearson Correlation	-۰/۰۹	-۰/۰۴	۰/۱۳	-۰/۰۱
	Sig. (2-tailed)	۰/۱۶	۰/۵۲	۰/۰۶	۰/۸۵
	N	۱۹۳	۱۹۳	۱۹۳	۱۹۳
اثرات قرآن	Pearson Correlation	-۰/۰۸	۰/۰۱۵	۰/۰۷	۰/۰۱
	Sig. (2-tailed)	۰/۲۵۱	۰/۸۳۲	۰/۳۱۴	۸۰۰
	N	۱۹۵	۱۹۵	۱۹۵	۱۹۵
انس با قرآن	Pearson Correlation	۰/۰۶۱	۰/۰۱۴	۰*/۱۶۳	۰/۰۱۸
	Sig. (2-tailed)	۰/۴۲۵	۰/۸۵۸	۰/۰۳۱	۰/۸۰۹
	N	۱۷۵	۱۷۵	۱۷۵	۱۷۵

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

مجرد مشاهده شد که میانگین انس با قرآن در بین دانشجویان مجرد بیشتر از متأهل بود که با تحقیق میریان و همکاران (۱۳۹۱) همسو نمی‌باشد (۱۷). البته در تفسیر این نتیجه شاید بتوان بیان کرد که شرایط و مسائل و مشکلاتی که افراد متأهل با آن درگیر می‌شوند مانع از انس بیشتر با قرآن شود و همچنین دلیل این تفاوت را می‌توان اوقات فراغت بیشتر دانشجویان مجرد نسبت به دانشجویان متأهل دانست. در مقایسه وضعیت انس با قرآن در بین دانشجویان با رشته‌های مختلف تحصیلی میانگین انس با قرآن، دانشجویان رشته بهداشت عمومی بیشترین و فوریت‌های پزشکی کمترین مقدار بود، در این زمینه پژوهشی یافت نشد.

براساس نتایج ۲/۵ درصد دانشجویان افسردگی، ۷ درصد اضطراب و ۷/۶ درصد اختلال در کارکرد اجتماعی و ۲/۵ درصد دچار اختلالات جسمانی هستند و در مجموع ۱/۶ درصد دانشجویان از سلامت عمومی (روانی) برخوردار نیستند. در مطالعه‌ای که اختلالات روانی در دانشجویان پزشکی دانشگاه تهران و در دانشگاه آزاد تهران بررسی شده بود، میزان اختلالات روانی ۴۴ درصد به‌دست آمد که در مقایسه با این مطالعه رقم بسیار بالایی را به خود اختصاص داده است (۱۴،۱۷). با توجه به این مقایسه، به‌نظر می‌رسد دانشجویان دانشگاه بیرجند از نظر سلامت روانی در وضعیت بهتری هستند و شاید این شرایط ناشی از ارتباط مناسب اساتید با این دانشجویان و جو صمیمی حاکم بر دانشگاه و یا شرایط فرهنگی-مذهبی شهر بیرجند باشد که مانع بسیاری از مسائلی که منجر به اختلالات روانی در دانشجویان شده و سلامت روانی آنان را به خطر می‌اندازد، می‌شود؛ البته به این نکته نیز باید توجه کرد که در اکثر مطالعات انجام شده درباره بررسی سلامت روانی، نتایج نشان داده شده است که شرایطی نظیر بومی بودن نیز در سلامت روانی مؤثر است که می‌توان با رویکرد سنجش مبتنی بر بومی‌گزینی، در جهت بهبود وضعیت بهداشت روانی دانشجویان گامی مؤثر برداشت.

نتایج همچنین نشان داد که دانشجویان پسر با وجود اضطراب و افسردگی بیشتر نسبت به دختران، از سلامت روان بیشتری نسبت به دانشجویان دختر برخوردار هستند که این نتیجه با تحقیق موسوی و همکاران (۱۳۹۱)، شریف‌زاده و همکاران (۱۳۹۱) (۱۹)، اسدی و همکاران (۲۰۰۷) (۲۰) و با اکثر مطالعات انجام شده در ایران و جهان، از جمله مطالعه احمدوند، باقری، یزدی، میر (Meyer)، بهادرخان، خسروی، پالاهنگ و چگینی (به نقل از شریف زاده و همکاران) همسو می‌باشد. البته با نتیجه تحقیق رحمانی و همکاران (۱۳۹۳) همخوانی ندارد. در این تحقیق میزان افسردگی دانشجویان پزشکی بررسی شده و در سال اول و آخر مورد مقایسه قرار گرفتند که نتایج حاکی از این بوده که میزان افسردگی در پسران بیشتر از دختران بوده است (۲۱) که افسردگی خود یکی از

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-15]

مؤلفه‌های سلامت عمومی می‌باشد. نتایج نشان داد که بین انس با قرآن و اختلال در کارکرد اجتماعی در سطح ۵ درصد رابطه معناداری وجود دارد (P<۰/۰۵)؛ یعنی هرچه انس با قرآن بیشتر می‌شود، اختلال در کارکرد اجتماعی کاهش پیدا می‌کند؛ ولی ارتباط معناداری بین سایر متغیرها نشان داده نشده است. همچنین هر چه میانگین انس با قرآن بیشتر شود، میانگین سلامت روان بالاتر می‌رود؛ ولی این تفاوت معنادار نبود. پژهان و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی تحت عنوان تأثیر آوای قرآن بر میزان فاکتورهای سیستم ایمنی انسان نشان دادند که ترتیل قرآن باعث تقویت سیستم ایمنی در شرایط استرسی و بحرانی می‌شود؛ یعنی تلاوت قرآن باعث کاهش اختلالات جسمانی می‌گردد که در این پژوهش ارتباط معناداری یافت نشد. هرچند که تلاوت بیشتر موجب کاهش اختلالات جسمانی می‌شد (۱۲) که با نتایج پژوهش‌های حمکت‌پور، میریان، آقاجانی، رئیسون و اسدی همخوانی دارد؛ به‌طوری که این مطالعات نشان دادند که قرآن در رفع افسردگی و در بهبود سلامت عمومی مؤثر بوده است (۲۰-۱۶). در تحقیق انصاری و همکاران (۱۳۸۴)، نشاط‌دوست و همکاران (۱۳۸۸) و تقی‌لو (۱۳۸۸) نیز مشاهده شد که برقراری ارتباط با قرآن، فرد را به سمت شادمانی و سلامت روان سوق داده و برای وی رضایت‌بخش و امیدوارکننده می‌باشد (۲۴-۲۲). در بررسی میانگین نمره سلامت عمومی بین افراد متأهل و مجرد، ملاحظه گردید که سلامت روان افراد متأهل بهتر از افراد مجرد است. در این مطالعه افراد مجرد از سلامت روان بهتری برخوردار بودند که شاید شرایط فرهنگی دو دانشگاه محل بررسی عامل این اختلاف باشد.

نتیجه‌گیری

لزوم توجه به قرآن و مفاهیم آن به‌عنوان برنامه زندگی، روشن و مبرهن می‌باشد؛ بنابراین پیشنهاد می‌گردد با اجرای برنامه‌های فرهنگی و قرآنی در دانشگاه، زمینه انس بیشتر دانشجویان با قرآن فراهم شود و از طرفی می‌توان با پخش قرآن در آغاز امتحانات، آرامش را بر جلسات آزمون حاکم کرده و اضطراب ناشی از امتحان را در دانشجویان کاهش داد.

حمایت مالی

این مقاله از سوی معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند حمایت مالی شده است.

ملاحظات اخلاقی

کلیه موازین اخلاقی در انجام مطالعات لحاظ شده است.

تضاد منافع

تضاد منافعی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از طرح پژوهشی با کد شماره ۸۷۹ می‌باشد که در دانشگاه علوم پزشکی بیرجند اجرا گردیده است. از کلیه همکاران و دانشجویانی که در انجام این طرح ما را یاری کردند، تقدیر می‌گردد.

پیشنهادات

انجام مطالعات مشابه با حجم نمونه بیشتر در سطح ملی پیشنهاد می شود تا نتایج به دست آمده با قابلیت بیشتر تعمیم داده شود.

References

1. Alipour BM, Begay M. Mental health, printing. Tehran: Briefing Publication; 1997. P. 11 (Persian).
2. Milanifar AR. Public health. 3th ed. Tehran: Publication Ghomes; 1997. P. 123.
3. Abouei Mehrizi H. The role of "encouraging good behaviours and discouraging bad and immoral behaviors" on the health environment. Journal of Rafsanjan Uuniversity of Medical Sciences. 2008; 6(4):23-30 (Persian).

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-15]

4. Diener E, Lucas RE, Oishi S. Subjective well-being. Oxford: Handbook of Positive; 2002.

5. Schumann M. How we become moral. Oxford: Handbook of Positive Psychology; 2002.

6. Farrell GA. The mental health of hospital nurses in Tasmania as measured by the 12-item General health Questionnaire. Journal of Advanced Nursing. 1998; 28(4):707-12.

7. Nikbakht AR. Investigation the effectiveness of Holy Quran sounds on reduction of postoperative pain after abdominal surgery. Daneshvar. 1996; 4(13-14):31-6 (Persian).

8. Marefat M. Poetry and song in the Quran. Tehran: Publications written heritage; 1994. P. 64 (Persian).

9. Hadavi Kashani A. Much familiarity with the Quran in traditions. Hadith Scientific Cultural Institute. 1996; 13:1-4 (Persian).

10. Kazemi M, Ansari A, Alah Tavakoli M, Karimi SI. The effect of the recitation of holy Quran on mental health in nursing students of Rafsanjan university of medical sciences. Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences. 2003; 3(1):52-7 (Persian).

11. Mirbagher AN, Ranjbar N. Effects of recitation of holy Quran on anxiety of women before cesarean section: a randomize clinical trial. Qom University of Medical Sciences Journal. 2010; 4(1):15-9 (Persian).

12. Pejhan A, Ravansalar H, Abbasi M, Mohammadi K, Mahdavi NJ, Rakhshani MH, et al. The effects of hearing of holy Quran voice on immune system factors in human. Journal of Sabzevar University of Medical Sciences. 2014; 21(1):53-60 (Persian).

13. Mahmoodian M, Khosh Konesh A, Saleh Sedghpoor B. The effect of life skills training based on Quran on students stress. Quarterly Specialized Section of Quran Researches. 2009; 1(1):43-54 (Persian).

14. Tavan B, Jahani F. The effect of attending familiarity with Quran workshops on the mental health nurses at the educational hospitals of Arak University of Medical Sciences. Arak Medical University Journal. 2011; 13(4):35-40 (Persian).

15. Maddahi H, Javaheri M. Compare guardians of the Quran and other guardians of public health. Psychology of Religion. 2010; 2(5):109-21 (Persian).

16. Hekmatpou D, Changizi Ashtiani S, Anbari Z, Khodadadi F, Kamali Nahad R. The manifestation of the effect of Quran reading on the life of faculty members, students, and clerks at Arak University of Medical Sciences. Arak Medical University Journal. 2011; 13(5):41-50.(Persian).

17. Miryan S, Hassanzadeh R, Hosseini SH, Sakhaie S. The relationship between Quranic intimacy and psychological health. Journal of Babol University of Medical Sciences. 2013; 15(1):66-71 (Persian).

18. Mirbagher Ajorpaz N, Aghajani M. The effects of music and holy Quran on patient's anxiety and vital signs before abdominal surgery. Evidence Based Care. 2011; 1(1):63-76 (Persian).

19. Rieson MR, Miri MR, Dastjerdi R, Sharifzadeh GH. Prevalence of mental disorders in Birjand–2010. Journal of Birjand University of Medical Sciences. 2012; 19(1):81-7 (Persian).

20. Assadi SM, Nakhaei MR, Najafi F, Fazel S. Mental health in three generation of Iranian medical students and doctors. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology. 2007; 42(1):57-60.

21. Rahmani N, Sadeghi Khorashad M, Bijari B. Comparison of depression prevalence in medical students between the first and last years of Birjand university of medical sciences: brief article. Journal of Birjand University of Medical Sciences. 2014; 21(2):246-52 (Persian).

22. Ansari JA, Negahban BT, Sayyadi AA, Aghamohamad HP. The effect of the Koran reciting on the depressed patients in Psychiatry department of Moradi hospital in Rafsanjan. Scientific Journal of Kurdistan University of Medical Sciences. 2005; 10(2):42-8 (Persian).

23. Neshatdoust HT, Kalantari M, Mehrabi, HA, Palahang H, Nouri N, Soltani I. Predicting factors of happiness in mobarekeh steal company personnel. Journal of Applied Scoiology. 2009; 20(1):105-18 (Persian).

24. Taghiloo S. The effect of the holy Quran reading instruction on stress reduction in the young and adolescents. Journal of Guilan University of Medical sciences. 2009; 18(71):72-81 (Persian).

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-15]