



Effect mercy verses of Quran voice on the level of anxiety in Zabol University of medical sciences' students before the exam

Abbas Ali Ramazani^{*1}, Seyyed Pouria Hedayati², Ozra Abbaspour³

1- MSc in epidemiology faculty, birjand University of Medical Sciences

2- MSc in health care management, Zabol University of Medical Sciences, Zabol, Iran

3- Student in BSC public health, Zabol University of Medical Sciences, Zabol, Iran

Corresponding Author:

Abbas Ali Ramazani, MSc in epidemiology faculty member birjand University of Medical Sciences, birjand, Iran

E-mail:
ramazani_ab@yahoo.com

Received: 6 February 2014

Revised: 6 July 2014

Accepted: 21 September 2014

Abstract

Background and Purpose: Agitation is a normal reaction to stress that have a behavioral, physically and intellectual components. It converts to a problem when it becomes to an unrealistic answer or continues unreasonably. According to the religious teachings of Islam, spiritual relationship with God results into heart' tranquility and prevents agitation. This study was designed to determine the effect of the voice of Quran' verses of benevolence on the student' agitation.

Materials and Methods: This research was quasi experimental study; statistical community of this research is all students of Zabol University of medical sciences in 2012. The data amassment instruments include demographic questionnaire and the Spilburges anxiety questionnaire. The collected data was analyzed using SPSS software and descriptive statistics and analytical and T-test, mannwhitney u, X², ANOVA and p≤0.05 has been given significant level.

Results: results showed the anxiety mean were 46/706 ± 12/744 before the intervention and this rate decreased after the intervention to 38/900±11/621. Comparison of anxiety before and after intervention showed significant statistic difference (p≤0.05) and comparison of changes in anxiety of the people of the study before and after intervention based on variants of location, gender and educational degree did not show any significant differences (p≥0.05).

Conclusion: According to the research results, since the rhythmic tone of the Quran and its heartily voice enjoys a pleasant spiritual music, so it can be used as a non- drug therapy to reduce anxiety before student' test.

Keywords: anxiety, Quran recitation, students, test

تاثیر آوای آیات رحمت قرآن بر میزان اضطراب قبل از امتحان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زابل

عباسعلی رضانی*^۱، سید پوریا هدایتی^۲، عذرا عباس پور^۳

چکیده:

سابقه و هدف: اضطراب، واکنشی طبیعی به فشار روانی است که دارای مولفه های رفتاری، بدنی و ذهنی است و زمانی به مشکل تبدیل می شود که به صورت پاسخی غیر واقع بینانه درآید یا این که بی دلیل تداوم بیاید. طبق آموزه های اسلام، ارتباط معنوی با خداوند باعث آرامش دل ها می شود و از اضطراب جلوگیری می کند. لذا این مطالعه با هدف تعیین تاثیر آوای آیات رحمت قرآن بر میزان اضطراب دانشجویان، قبل از انجام امتحان طراحی و اجرا گردید.

مواد و روش ها: در این مطالعه نیمه تجربی، جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زابل در سال ۱۳۹۱ بودند که تعداد ۱۵۰ نفر از آنها انتخاب و مورد مطالعه قرار گرفتند. ابزار گرد آوری داده ها شامل پرسشنامه فردی و پرسشنامه استاندارد اضطراب اسپیل برگر بود. داده ها توسط نرم افزار SPSS و آمارهای توصیفی و تحلیلی و بوسیله آزمون های آماری تی زوجی، Mann-Whitney U، کای دو و آنالیز واریانس یک طرفه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند و $p < 0.05$ به عنوان سطح معنی داری در نظر گرفته شد.

یافته ها: نتایج نشان داد میانگین میزان اضطراب قبل از مداخله $46/706 + 12/744$ بود که این میزان بعد از مداخله به $38/900 + 11/621$ کاهش یافت. مقایسه میزان اضطراب در قبل و بعد از مداخله، اختلاف آمار معنی داری را نشان داد ($p < 0.05$). و مقایسه تغییرات میزان اضطراب افراد مورد مطالعه در قبل و بعد از مداخله برحسب هر یک از متغیرهای دوره تحصیلی، محل سکونت، جنس و مقطع تحصیلی اختلاف معنی داری را نشان نداد ($P > 0.05$).

استنتاج: با توجه به نتایج این تحقیق، از آن جا که آهنگ موزون قرآن کریم و آوای دلنشین آن، از یک موسیقی دلپذیر معنوی برخوردار است لذا می توان از آن به عنوان یک روش درمانی غیر دارویی، جهت کاهش اضطراب قبل از امتحان دانشجویان استفاده نمود.

واژه های کلیدی: اضطراب، آوای قرآن، دانشجویان، امتحان

- ۱- کارشناس ارشد اپیدمیولوژی- مربی و عضو هیئت علمی گروه بهداشت عمومی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند
- ۲- کارشناس ارشد مدیریت خدمات بهداشتی و درمانی- مربی و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی زابل، زابل، ایران
- ۳- دانشجوی کارشناسی بهداشت عمومی دانشگاه علوم پزشکی زابل، زابل، ایران

مؤلف مسئول: عباسعلی رضانی

دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ایران

Email:

ramazani_ab@yahoo.com

دریافت: ۱۷ بهمن ۱۳۹۲

اصلاحات: ۱۵ تیر ۱۳۹۳

پذیرش: ۳۰ شهریور ۱۳۹۳

مقدمه

غرب است چنان صاحب نظران را بیمناک ساخته است که آن را بزرگ ترین بیماری قرن نامیده اند. درزندگی امروز، شتابزدگی دایمی، آلودگی صوتی، خشونت شدید در زندگی، جنگ، تروریسم، دوری از خداوند و رهنمودهای الهی، خود فراموشی، گناه و معصیت ابعاد

اضطراب، واکنشی طبیعی به فشار روانی است که دارای مولفه های رفتاری، بدنی و ذهنی است و زمانی به مشکل تبدیل می شود که به صورت پاسخی غیر واقع بینانه درآید یا این که بی دلیل تداوم بیاید (۱). توسعه نگرانی که ره آورد زندگی ماشینی و معلول تمدن مادی

قابل ملاحظه ای خواهد شد. نقش این سازه (اضطراب امتحان) در عملکرد تحصیلی به حدی است که مورد توجه تئوری های مختلف روانشناسی، از جمله تئوری روان کاوی، زیست شناختی، شناختی، پدیدار شناختی، رفتاری و شناختی - اجتماعی قرار گرفته و هر کدام از زاویه ای خاص، این سازه را مورد مطالعه قرار داده اند. اثرات منفی اضطراب امتحان بر عملکرد تحصیلی، اضطراب امتحان را به یک حوزه ی بالینی و دیرینه تبدیل کرده است (۷).

یکی از مهم ترین روش ای غیر دارویی جهت کاهش اضطراب، موسیقی درمانی است و یکی از زیباترین و موزون ترین موسیقی ها، نغمه دلنشین و آهنگین قرآن کریم است. بدیهی است که یک روش درمانی بدون عارضه، کم هزینه، سالم و ساده نظیر موسیقی درمانی از ارجحیت برخوردار است. کلام الهی با قدرت نفوذ فراوان و بی همتای خود، چنان بر روح و جسم اثر می گذارد که گویی بعد از خواندن و شنیدن آن انسان تازه متولد شده و احساس سر زندگی ورهایی از قید و بندهای مادی می نماید (۸). خداوند در قرآن کریم در سوره رعد آیه ۲۸ می فرماید: «الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»: آن ها که به خدا ایمان آورده اند، دل هاشان به یاد خدا آرام می گیرد. آگاه باشید که تنها یاد خدا آرام بخش دل هاست! از جمله آثار یاد خدا آرامش خاطر است (۹).

قرآن کریم بیانی رسا، شیوا و آهنگی دلربا دارد که باید این ویژگی به عرصه ظهور برسد و شنوندگان را تحت تاثیر قرار داده، جان و هستی آنان را تسخیر کرده و در قبضه خویش در آورد، آنگاه است که راز: ان للیبیان سحرا آشکارا مشاهده می گردد (۱۰). با توجه به این که مذهب به عنوان یکی از عوامل مهم بر بهداشت روانی افراد می باشد این مطالعه با هدف تعیین تاثیر آوای قرآن بر میزان اضطراب دانشجویان طراحی و اجرا گردید.

مواد و روش ها

در این مطالعه نیمه تجربی، جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زابل در سال ۱۳۹۱ بودند که تعداد ۱۵۰ نفر از آن ها با استفاده از روش نمونه گیری

جدیدی را به معضل اضطراب و افسردگی افزوده است (۲). اختلالات اضطرابی یکی از شایع ترین گروه های اختلالات روانی را تشکیل می دهند. برآورد شده است که ۴۵۰ میلیون نفر در جهان مبتلا به بیماری های عصبی و روانی هستند. مطالعات انجام شده در کشورهای در حال توسعه و توسعه یافته نشان می دهد که ۲۵ درصد افراد در طول زندگی خود دچار یک یا چند اختلال روانی یا رفتاری می شوند در ایالات متحده تقریباً ۳۰ میلیون نفر به این اختلالات مبتلا هستند (۳). بر اساس مطالعه جامع بررسی وضعیت سلامت روان در افراد ۱۵ ساله و بالاتر ایرانی ۲۱ درصد از کل جامعه ایرانی به نوعی از اختلالات روان پزشکی رنج می برند و شیوع اضطراب در استان سیستان و بلوچستان ۱۹/۷ درصد بوده است (۴). در جامعه امروزی بحران های روانی انسان های مختلف رادر بر گرفته است از این روسالیا نه هزینه های زیادی جهت تحقیق، درمان و نگهداری این بیماران مصرف می گردد (۵). امروزه بیشتر از روش دارو درمانی برای درمان اضطراب استفاده می شود که علاوه بر زبان های اقتصادی، عوارضی مانند ضعف، خستگی، سردرد، اختلالات جنسی و... را نیز به همراه خواهد داشت. روش های غیر دارویی که جهت کاهش اضطراب استفاده می شوند شامل تنفس عمیق، آرام سازی، فعال نگه داشتن خود، رویارویی با مشکلات و موسیقی درمانی می باشد (۶، ۱). اضطراب مانند امراض روحی دیگر عوارض و آثار زیان باری به دنبال دارد که مهم ترین آن ها عبارتند از: عدم اعتماد به نفس، انزوا و گوشه گیری، محرومیت از زندگی آرام، وسواس، افزایش فشار خون، افزایش امکان سکته قلبی، زخم گوارشی و کاهش وزن (۲).

یکی از علل مهم افت تحصیلی یادگیرندگان در سطوح مختلف تحصیلی، اضطراب پیش از امتحان است. اضطراب امتحان، عواقب و خسارت های روانی و مادی فوق العاده ای با خود به همراه دارد و باعث ایجاد عاطفه ی منفی یادگیرندگان نسبت به موضوع یا موضوعات درسی، و به هم زدن سازگاری و سلامت روانی یادگیرندگان می شود و علاوه بر آن باعث اتلاف و خسارت های مادی و انسانی

است(۱). روش کار بدین صورت بود که ده دقیقه قبل از برگزاری امتحان، ابزار جمع آوری اطلاعات در اختیار دانشجویان قرار گرفت و اطلاعات لازم جمع آوری و تکمیل گردید سپس به مدت ۱۰ دقیقه آوای دلنشین قرآن از میان آیات قرآن کریم به صورت یکنواخت و ثابت با صدای عبدالباسط، از طریق دستگاه پخش صوت، برای دانشجویان در جلسه امتحان پخش گردید و افراد مورد مطالعه به آن گوش فرا دادند. سپس مجدداً پرسشنامه در اختیار ایشان قرار گرفت و داده‌های مورد نیاز جمع آوری گردید. داده‌ها توسط نرم افزار spss و آمارهای توصیفی و تحلیلی و به وسیله آزمون‌های آماری تی زوجی ، mannwhitney u ، کای دو و آنالیز واریانس یک طرفه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند و $p < 0/05$ به عنوان سطح معنی داری در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

میانگین سنی افراد مورد مطالعه $21/28+2/271$ سال و حداکثر سن ۳۴ و حداقل ۱۸ سال بوده است. بیشترین درصد توزیع فراوانی گروه سنی مربوط به گروه کمتر از ۲۰ سال (۴۳ درصد) و $63/3$ درصد از افراد مورد مطالعه را دانشجویان مونث و $93/3$ درصد از نمونه‌ها را دانشجویان روزانه تشکیل دادند (جدول شماره ۱).

جدول شماره ۱: توزیع فراوانی افراد مورد مطالعه برحسب مشخصات دموگرافیک

متغیر	تعداد	درصد
گروه‌های سنی	کم تر از ۲۰ سال	۴۲/۳
	۲۰-۲۲ سال	۳۴
	بیش تر از ۲۲ سال	۲۲/۷
جنس	مرد	۳۶/۷
	زن	۶۳/۳
دوره تحصیلی	روزانه	۹۳/۳
	شبانه	۶/۷
	مقطع تحصیلی	۲۳
دانشکده	کارشناسی	۴۷/۳
	دکترا	۳۷/۳
	پزشکی	۲۰/۷
	داروسازی	۱۶/۷
	پرستاری	۱۷/۳
	بهداشت	۲۴/۷
	پیراپزشکی	۲۰/۷

غیر احتمالی آسان انتخاب و مورد مطالعه قرار گرفتند. نحوه انتخاب به این صورت بود که ابتدا از هریک از دانشکده‌ها یک عنوان درسی، به صورت تصادفی انتخاب و تمامی دانشجویان آن درس که در امتحان پایان ترم نیمسال دوم تحصیلی ۹۱-۹۰ شرکت کرده بودند مورد مطالعه و بررسی قرار گرفتند. ابزار گرد آوری داده‌ها، شامل پرسشنامه دموگرافیک فردی و پرسشنامه استاندارد اضطراب اسپیل برگر بود: پرسشنامه دموگرافیک شامل سن، جنس، محل سکونت، مقطع تحصیلی و... بود. پرسشنامه پایه اسپیل برگر که شامل ۴۰ سوال چهار گزینه‌ای است. بخش اول این پرسشنامه شامل بیست عبارت تعیین اضطراب موقعیتی و بخش دوم شامل بیست عبارت تعیین اضطراب شخصیتی است که در این مطالعه، اضطراب موقعیتی افراد مورد مطالعه سنجیده شد. منظور از اضطراب موقعیتی در این پژوهش، احساس فرد در همان لحظه و منظور از اضطراب شخصیتی، احساس معمول فرد در اکثر اوقات است. و به هر کدام از عبارات این آزمون بر اساس پاسخ آورده شده، امتیاز بین ۱ تا ۴ تخصیص یافت و مجموع نمرات مقیاس اضطراب موقعیتی در دامنه ۲۰ تا ۸۰ قرار گرفت. پس از جمع بندی امتیازات کسب شده، واحدهای مورد پژوهش جهت اضطراب آشکار بر اساس پژوهش هنجاریابی آزمون اضطراب آشکار (۱۳) به صورت امتیازات ۳۱-۲۰ ، ۴۲-۳۲ ، ۵۳-۴۳ ، ۶۴-۵۴ ، ۷۵-۶۵ و ۷۶ به بالا، به ترتیب به عنوان اضطراب خفیف، متوسط به پایین، متوسط به بالا، نسبتاً شدید، شدید و بسیار شدید در نظر گرفته شدند. آزمون اضطراب اسپیل برگر توسط مهram در سال ۱۳۷۲ روی ۶۰۰ آزمودنی در شهر مشهد هنجاریابی شده است. پایایی مقیاس اضطراب آشکار بر اساس آلفای کرونباخ $0/91$ و پایایی مقیاس اضطراب پنهان $0/9$ به دست آمده است. برای مجموع آزمون پایایی مقیاس $0/94$ به دست آمد. روایی آزمون از روش ملاکی همزمان در مقیاس اضطراب آشکار و پنهان و هم چنین کل آزمون، تفاوت‌های معنی داری در سطح $0/01$ و $0/05$ بین گروه هنجار و ملاک و بر اساس مقایسه میانگین‌ها حاصل شده

امتحان می‌شود که میانگین میزان اضطراب قبل از مداخله از $46/706 \pm 12/744$ به $38/900 \pm 11/621$ بعد از مداخله کاهش یافت؛ که با نتایج مطالعه رنجبر که به تاثیر آوای قرآن کریم بر میزان اضطراب مادران قبل از عمل سزارین انجام گرفت هم خوانی دارد (۱۲). مطالعه ایلدرآبادی نیز مشخص نمود بیمارانی که تحت عمل جراحی باز قلب قرار می‌گرفتند، با گوش دادن به آوای قرآن کریم قبل از جراحی، میزان اضطرابشان کاهش می‌یابد (۶). مطالعات شرفی (۱۰)، مجیدی (۱۴)، کریمی (۱۵) و میربافر (۱۶) نیز نشان داد که آوای قرآن کریم بر کاهش سطح اضطراب موثر بوده است. نتایج برخی از مطالعات دیگر نشان داده است که گوش دادن به موسیقی آرام بخش در کاهش اضطراب، واکنش‌های عصبی هورمونی، کاهش ضربان قلب، فشارخون و تعداد تنفس بیماران قبل از عمل جراحی موثر است. نتایج تحقیقات Wong به تاثیر موسیقی بر بیماران تحت ونتیلایون مکانیکی اشاره کرده است، مطالعه Chang در مورد کاهش شدت اضطراب زنان در زمان انجام عمل جراحی، مطالعه مندل در اضطراب بیماران پس از جراحی قلب، مطالعه تات در بیماران دچار ضربه مغزی و نیز نتیجه تحقیقات مگیل، آگوو و هیبو همگی به تاثیر موسیقی در کاهش اضطراب رسیده‌اند (۲۳-۱۷) که می‌توان نتیجه گرفت با توجه به نتایج به دست آمده از این مطالعه، آوای دلنشین قرآن کریم به عنوان یک نوع موسیقی آمیخته با معنویت، همین تاثیرات را خواهد داشت. مقایسه میزان اضطراب در قبل و بعد از مداخله اختلاف معنی داری را نشان می‌دهد ($p \leq 0/05$) مقایسه تغییرات میزان اضطراب افراد مورد مطالعه در قبل و بعد از مداخله بر حسب هر یک از متغیرهای دوره تحصیلی، محل سکونت، جنس و مقطع تحصیلی اختلاف معنی داری را نشان نداد ($P \geq 0/05$) که می‌توان نتیجه گرفت اعتقاد قلبی به قرآن کریم در جامعه اسلامی می‌تواند بدون توجه به هر یک از متغیرهای دموگرافیک، بر روی آرامش و معنوی سازی زندگی شخصی و کاری موثر باشد. بر طبق پژوهش محققین دانشگاه هاروارد، معنویت نه فقط ریشه در عقیده فرد داشته، بلکه ریشه در تجربه او نیز دارد. اگر شخصی فقط اعتقاد داشته باشد ولی تجربه نکرده باشد، بسیاری از فواید جسمی و روانی معنویت را از دست

سطح اضطراب ۱۸ نفر از افراد مورد مطالعه در قبل از مطالعه خفیف، ۴۹ نفر متوسط به پایین، ۳۸ نفر متوسط به بالا، ۳۰ نفر نسبتاً شدید، ۱۲ نفر شدید و ۳ نفر بسیار شدید بود که بعد از مداخله سطح اضطراب ۴۲ نفر از افراد مورد مطالعه خفیف، ۵۶ نفر متوسط به پایین، ۳۷ نفر متوسط به بالا، ۱۳ نفر نسبتاً شدید، ۱ نفر شدید و ۱ نفر بسیار شدید تغییر یافت (جدول شماره ۲).

جدول شماره ۲: توزیع فراوانی افراد مورد مطالعه در قبل و بعد از مداخله بر حسب سطح اضطراب

سطح اضطراب	قبل از مداخله		بعد از مداخله	
	تعداد	درصد	تعداد	درصد
خفیف	۱۸	۱۲	۴۲	۲۸
متوسط به پایین	۴۹	۳۲٫۷	۵۶	۳۷٫۳
متوسط به بالا	۳۸	۲۵٫۳	۳۷	۲۴٫۷
نسبتاً شدید	۳۰	۲۰	۱۳	۸٫۷
شدید	۱۲	۸	۱	۰٫۷
بسیار شدید	۳	۲	۱	۰٫۷
جمع	۱۵۰	۱۰۰	۱۵۰	۱۰۰

میانگین میزان اضطراب قبل از مداخله $46/706 \pm 12/744$ بود که این میزان بعد از مداخله به $38/900 \pm 11/621$ کاهش یافت. مقایسه میزان اضطراب در قبل و بعد از مداخله اختلاف آماری معنی داری را نشان داد ($p < 0/05$) (جدول شماره ۳).

جدول شماره ۳: مقایسه میزان اضطراب افراد مورد مطالعه در قبل و بعد از مداخله

میزان اضطراب	میانگین	انحراف معیار	نتیجه آزمون آماری
قبل از مداخله	۴۶/۷۰۶	۱۲/۷۴۴	$t=9/072$
بعد از مداخله	۳۸/۹۰۰	۱۱/۶۲۱	$df=149$
			$p=0/001$

مقایسه تغییرات میزان اضطراب افراد مورد مطالعه در قبل و بعد از مداخله بر حسب دانشکده اختلاف معنی داری را نشان داد ($P < 0/05$). و این اختلاف بیشتر میان دو دانشکده داروسازی با پرستاری و مامایی بوده است. مقایسه تغییرات میزان اضطراب افراد مورد مطالعه در قبل و بعد از مداخله بر حسب دوره تحصیلی، محل سکونت، جنس، مقطع تحصیلی اختلاف معنی داری را نشان نداد ($P > 0/05$) (جدول شماره ۴).

بحث

نتایج بدست آمده نشان داد که تاثیر آوای قرآن کریم موجب کاهش میزان اضطراب دانشجویان قبل از

مثبت و بین ایمان درونی، افسردگی و حالات منفی خلقی، ارتباط منفی وجود دارد (۲۵).

نتایج حاصل از مطالعه حاضر گویای تاثیر گذاری آوای قرآن بر میزان اضطراب قبل از امتحان دانشجویان بوده است. دانشجویان به عنوان متخصصین آینده، نقش قابل توجهی در پیشرفت جامعه دارند؛ بنابراین توجه به بهداشت روانی آن‌ها از اهمیت ویژه برخوردار است. این گونه پژوهش‌ها نشان می‌دهد که وقتی فرد با خداوند متعال ارتباط معنوی دارد و با یاد او مانوس است، آرامش بالایی دارد و نگرانی‌ها و تشویش‌ها را به وسیله ارتباط با خدا و یاد او تعدیل می‌کند و به سبب پیوند با اقیانوس بی کران رحمت و عظمت، به اطمینان و آرامش می‌رسد. لذا با توجه به این که دانشجویانی که درانتظار امتحان هستند، اضطراب را با شیوع بالایی تجربه می‌کنند که می‌تواند موجب ایجاد مشکلاتی در زمان امتحان گردد گوش دادن به موسیقی و آوای قرآن کریم می‌تواند به کاهش اضطراب کمک نماید.

References

- Kenerly H, Mobini S. Anxiety disorders. 2nd ed. Tehran: Roshd publication; 2004: 19-68 (persian).
- Malek Mahmoodi Alighodarzi A. Treatment of anxiety and depression. Fifth Edition. Gom. Hedayat Kosar publication. 2008: 27-121 (persian).
- Moeini M, Zare Z, Shahsavari H. and et al. Anxiety and nursing care. 1st ed. Esfahan: Kankash Publication; 2008: 3-100
- Zizi F, Janghorbani M, Hatami H. Epidemiology and Control of Common Disorders in Iran. 2nd ed. Tehran: Khosravi publication association with Shahid Beheshti University of medical sciences; 2010: 335-338 (Persian)
- Shamloo, S. Psychopathology. Tehran: Roshd publication, 2008 (Persian).
- Ildarabadi E, Saleh Moghadam AR, Elmi MS, Ghanbari b, Mazloom, SR. Effect of listening to the Holy Koran on patients' anxiety before open heart surgery. J Mashhad School Nurs Midw. 2003; (5): 17-18 (Persian).
- Faghihi A. Young and mental relaxation, problems, advice and therapy the Islamic attitude. Seventh Edition. Qom. University and Research 2010: 100-120 (Persian).
- Motaghi MR, Esmaeili R, Rohani Z. Effect of Quran recitation on the level of anxiety in athletics. Quarterly of Quran & Medicine. 2011; 1(1): 1-4 (Persian).
- Holly Quran, translated by: Mahdi Elahi Ghomshei. fifth edition. Payam Azadi publication, Tehran, 2006 (Persian).
- Sharafi E. Quran sound impact on patients anxiety before lithotripsy surgery in the Baqiyatallah hospital. Dissertation of Nursing MSc, nursing and midwifery faculty, Shahid Beheshti University of medical sciences; 2000 (Persian).
- Mahram B. Handbook of test anxiety (trait) Spielberger. Mashhad. Faculty of Education and Psychology publication. 2003 (Persian).
- Ranjbar N, Mirbagher ajorpaz N. Survey of Quran sound effect on anxiety of mothers of pre-operative. Journal of Gom University of medical sciences. 2010; 4(1): 15-19 (Persian).
- Sadooq B, Sadooq V. Abstract of Psychiatry Behavioral. Translated by Pourafkari N. 1st

جدول شماره ۴: مقایسه تغییرات میزان اضطراب افراد مورد مطالعه در قبل و بعد از مداخله برحسب متغیرهای تحصیلی و دموگرافیک

متغیر	اختلاف میانگین	انحراف معیار	نتایج آزمون آماری Mann-whitney u
دوره تحصیلی	روزانه	۷/۶	Mann-whitney u=۵۳۱/۵
محل سکونت	شبهانه	۱۰/۷	p=۰/۲۰۴
جنس	خوابگاهی	۷/۷۴۲	Mann-whitney u=۲۳۲۲/۵
	غیر خوابگاهی	۷/۹۵۵	p=۰/۸۷۰
دانشکده	زن	۸/۵۴۷	Mann-whitney u=۲۳۰۷
	مرد	۶/۵۲۷	p=۰/۲۲۲
پست‌دکتری	بهداشت	۸/۴۳۲	F=۲/۸۳۳
	پرستاری	۱۰/۳۰۷	df=۴
	داروسازی	۱/۶۴	p=۰/۰۲۷
	پزشکی	۸/۷۰۹	۱۲/۱۴۱
	پیراپزشکی	۹/۰۳۲	۷/۴۳۹
مقطع تحصیلی	کاردانی	۹/۴۷۸	۱۳/۳۵۰
	کارشناسی	۹/۳۱۴	۸/۳۹۸
	دکتر	۵/۵۵۳	F=۱/۴۳۴
			df=۳
			p=۰/۲۳۵

می‌دهد (۲۴). معنویت شاخه‌هایی مانند گوش دادن به تلاوت قرآن و نیایش کردن دارد که تجربه آن، برانگیزنده ایمان درونی است و به اعتقاد فهرینگ بین ایمان درونی، سلامت معنوی، امید و سایر حالات مثبت خلقی، ارتباط

- ed.Tehran:Shahrab publication; 2009:165-175(Persian).
14. Majidi A. Quran sound effects on anxiety of patients before coronary angiography. *Journal of medicine faculty. Ghilan University of medical sciences.* 2004;13(49):61-67 (Persian).
 15. Kazemi M, Ansari A, Allah Tavakoli M, Karimi S. 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.* 2004;3(1):52-57(Persian).
 16. Mir bagher ajorpaz N, Aghajani M, Shahshahani MS. The effect of music on anxiety and vital signs and Qur Prior abdominal surgery. *Journal of Nursing and Midwifery faculty.* 2011;1(1):63-76 (Persian).
 17. Wong HL, Lopez-Nahas V, Molassiotis A. Effects of music therapy on anxiety in ventilator-dependent patients. *Heart Lung.* 2001; 30(5):376-87 PMID
 18. Chang SC, Chen CH. Effects of music therapy on women's physiologic measures, anxiety, and satisfaction during cesarean delivery. *Res Nurs Health.* 2005; 28(6):453-61 PMID
 19. Mandel SE, Hanser SB, Secic M, Davis BA. Effects of music therapy on health-related outcomes in cardiac rehabilitation: a randomized controlled trial. *J MusicTher.* 2007; 44(3):176-97 PMID.
 20. Thaut MH, Gardiner JC, Holmberg D, Horwitz J, Kent L, Andrews G & et al. Neurologic music therapy improves executive function and emotional adjustment in traumatic brain injury rehabilitation. *Ann N Y Acad Sci.* 2009; 1169:406-16 PMID.
 21. Magill-Levreault L. Music therapy in pain and symptom management. *J PalliateCare.* 1993; 9(4):42-8 PMID.
 22. Agwu KK, Okoye I.J. The effect of music on the anxiety levels of patients undergoing hysterosalpingography. *Radiography.* 2007;13(2):122-125.
 23. Haibo Yu, Yongfeng Liu, Shuzhen Li, Xiaoming Ma. Effects of music on anxiety and pain in children with cerebral palsy receiving acupuncture: A randomized controlled trial. *Int J Nurs Stud.* 2009; 46(11):1423-1430
 24. Karren KJ, Hafen BQ, Frandsen KJ, Smith L, Frandsen KJ. *Mind-body health: the effects of attitudes, emotions, and relationship.* 3rd Ed. Pearson: Sanfrancisco, 2005
 25. Fehring RJ, Miller JF, Shaw C. Spiritual wellbeing, religiosity, hope, depression, and other mood states in elderly people coping with cancer. *Oncology Nursing Forum* 1997; 24 (4): 663-71 PMID.