



بررسی ارتباط آنس با قرآن و سلامت روان در

جوانان مجرد شهرستان جیرفت

مصطفی محمدیان^۱، اسماعیل چرخلو^{۲*}، عزیزا... دهقانی^۳، زهرا محمدیان^۴، نوشین کمالی پور^۵

^۱مربی، گروه بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، جیرفت، ایران

^۲مربی، گروه بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، جیرفت، ایران

^۳استادیار، مرکز تحقیقات بیماریهای غیرواگیر، دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران

^۴مربی پرورشی-قرآنی، اداره آموزش و پرورش کرمان، کرمان، ایران

^۵کارشناس ارشد روانشناسی، اداره مشاوره دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، جیرفت، ایران

اطلاعات مقاله

دریافت: ۱۳۹۶/۱۰/۲۱

پذیرش: ۱۳۹۶/۱۲/۲۰

*مؤلف مسئول

اسماعیل چرخلو

ایران، جیرفت، دانشگاه علوم

پزشکی جیرفت، دانشکده

بهداشت، گروه بهداشت محیط.

تلفن: ۰۳۴۴۳۳۱۰۹۱۵

پست الکترونیک:

echarkhloo@gmail.com

چکیده

مقدمه: انس داشتن با قرآن از عوامل بسیار مهم و تأثیرگذار در بهداشت روان محسوب می‌شود، از طرفی نباید از نظر دور داشت که پدیده افزایش سن ازدواج و در ادامه بروز تجرد قطعی باعث بروز نابسامانی‌هایی چون شیوع درجاتی از اختلالات روانی، انواع فسادهای اجتماعی و بحران میل جنسی و... می‌شود. مطالعه حاضر با هدف بررسی ارتباط آنس با قرآن و سلامت روان در جوانان مجرد در سال ۱۳۹۵ در شهرستان جیرفت انجام شد.

روش کار: مطالعه حاضر یک پژوهش مورد-شاهدی است؛ گروه مورد این مطالعه (مأنوس با قرآن) را ۶۹ نفر از جوانان مجرد قرآن آموز با میانگین سنی $32/5 \pm 8/60$ و گروه شاهد (نامأنوس با قرآن) را ۷۴ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی جیرفت با میانگین سنی $32/9 \pm 5/50$ تشکیل دادند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه سلامت روان گلدبرگ بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با آزمون‌های آماری آزمون تی مستقل، مجذور کا و همبستگی پیرسون تحت نرم‌افزار آماری SPSS20 انجام شد.

یافته‌ها: در بررسی ارتباط بین سلامت روان و مشخصات فردی، فقط با سن افراد ارتباط معنی‌داری دیده شد ($P < 0.05$). نتایج این مطالعه نشان داد که جوانان مجرد مأنوس با قرآن از سلامت روان بهتری نسبت به جوانان مجرد نامأنوس با قرآن برخوردار بودند ($P < 0.05$).

نتیجه‌گیری: بر اساس نتایج مطالعه حاضر و با توجه به مشکلات و پیچیدگی‌های موجود در مسیر ازدواج جوانان ایرانی، یکی از راه‌های کلیدی جوانان مجرد جهت پیشگیری از بروز طغیان میل جنسی، تقویت ایمان از طریق مأنوس شدن با قرآن و عمل به دستورات الهی می‌باشد.

کلید واژه‌ها: آنس با قرآن، سلامت روان، جوانان



Investigation of the relationship between familiarity with Quran and mental health of young unmarried people of Jiroft

Original Article

Mostafa Mohammadian¹, Esmail Charkhlu^{2*}, Azizallah Dehghan³, Zahra Mohammadian⁴, Nooshin Kamalipour⁵

¹Instructor, Department of Environmental Health, Faculty of Health, Jiroft Medical University, Jiroft, Iran

²Instructor, Department of Environmental Health, Faculty of Health, Jiroft Medical University, Jiroft, Iran

³Assistant Professor, Non-Communicable Diseases Research Center, Fasa University of Medical Sciences, Fasa, Iran

⁴Quranic and Formative Education Instructor, Kerman Department of Education, Kerman, Iran

⁵M.A. in Psychology, Student Counseling office, Jiroft Medical University, Jiroft, Iran

Abstract

Introduction: Familiarity with Quran is considered as one of the most important and influential factors in mental health. However, it should be noted that the phenomenon of the increase in marriage age and subsequently the occurrence of permanent single life creates disturbances such as prevalence of mental disorders, a variety of social corruption, the crisis of sexual desire and so on. This study with the aim of investigating the relationship between familiarity with Quran and mental health of young unmarried people was accomplished in the city of Jiroft in 2016.

Methods: This study is a case-control one. The case group consisted of 69 single young people within the age group of 32.5 ± 8.60 who were learning Quran (familiar with Quran) and the control group (unfamiliar with Quran) was made of 74 students of Jiroft Medical University within the age group of 32.9 ± 5.50 . Goldberg mental health questionnaire was applied to collect data. In order to analyze data, independent t-test, chi-square test, Pearson correlation test and SPSS20 statistical software were used.

Results: In the investigation of the relationship between mental health and personal characteristics, a significant relationship was found only with the age ($P < 0.05$). The results of this study showed that young unmarried people familiar with Quran had better mental health than those unfamiliar with Quran ($P < 0.05$).

Conclusion: Based on the results of this study and considering the difficulties and complexities imposed on the marriage of Iranian youth, one of the key ways to prevent the outbreak of libido in young unmarried people is to strengthen the faith through getting familiar with Quran and practicing God's commands.

Keywords: Familiarity with Quran, Mental health, Youth

Article Info

Received: Jan. 11, 2018

Accepted: Mar. 11, 2018

*Corresponding Author:

Esmail Charkhlu

Department of
Environmental Health,
Faculty of Health, Jiroft
Medical University,
Jiroft, Iran

Tel: +983443310915

Email:

echarkhloo@gmail.com

Vancouver referencing:

Mohammadian M, Charkhlu E, Dehghani A, Mohammadian Z, Kamalipour N. Investigation of the relationship between familiarity with Quran and mental health of young unmarried people of Jiroft. *Journal of Jiroft University of Medical Sciences* 2018; 3(4): 325-333.

مقدمه

سازمان بهداشت جهانی (WHO)^۱ در تعریف خود از سلامت به سه حوزه سلامت جسمی، سلامت اجتماعی و سلامت روانی اشاره و سلامت را حالتی از رفاه و راحتی کامل بدنی، روانی و اجتماعی تعریف کرده است نه صرفاً نبود بیماری یا ضعف و سستی (۱). سلامت روانی^۲، به عنوان رفتار موزون و هماهنگ با جامعه، شناخت و پذیرش واقعیت‌های اجتماعی، قدرت سازگاری با آن‌ها و ارضاء نیازهای متعادل خویشتن تعریف شده و عامل مهمی برای سلامت افراد جامعه محسوب می‌شود (۲). سازمان بهداشت جهانی (WHO) معتقد است که شیوع مسائل رفتاری و روانی در کشورهای در حال توسعه به دلیل مسائلی نظیر رشد جمعیت و تغییرات اجتماعی از قبیل فروپاشی گسترده خانواده‌ها، تغییر در شیوه زندگی مردم و مشکلات اقتصادی، رو به افزایش است (۳). شاخص جهانی بیماری‌ها که توسط WHO گزارش می‌شود، برآورد می‌کند که بیماری‌های روانی از جمله استرس‌های مربوط به اختلالات روانی، دومین علت ناتوانی‌ها تا سال ۲۰۲۰ خواهد بود (۴). بر اساس آمارهای به دست آمده، ۱۲/۸ درصد ناتوانی‌ها و معلولیت‌های افراد، مربوط به مشکلات روانی آنان است؛ به گونه‌ای که بر اساس بررسی‌های انجام شده در سال ۲۰۰۰، حدود یک میلیون نفر در اثر خودکشی جان خود را از دست داده‌اند (۵).

از نگاه دین مهم‌ترین راه حفظ و ارتقای سلامت انسان‌ها، ارتباط با خالق هستی است؛ سلامت در آیات قرآنی و روایات اسلامی جایگاه بسیار والایی دارد (۱). به طوری که می‌توان گفت میزان سالم بودن انسان با میزان کامل بودن او تناسب دارد «يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (شعرا/۸۹-۸۸). فقط در بستر سلامتی است که سایر استعدادها و صفات کمالی انسان مجال شکوفایی می‌یابند.

همچنین عدم توجه به درمان بیماری‌های باطنی و ادامه آن‌ها موجب تضییع استعدادها و قوای خاص انسانی می‌شود. خواندن قرآن، نماز، دعا و راز و نیاز، زمانی که آگاهانه و با حضور قلب انجام گیرد، قلب انسان را به نیروی بی‌نهایت خالق هستی پیوند می‌زند و آرامشی ایجاد می‌کند که بهبود دهنده بسیاری از نابسامانی‌های روحی انسان است (۶).

مطالعه پیترسون و همکاران در سوئد نشان داد که فشارهای روانی به ویژه افسردگی، اضطراب و استرس، یکی از مهم‌ترین دلایل مرخصی‌های استعلاجی طولانی‌مدت (بیش از ۱۲ ماه) در بین زنان (۳۳ درصد) و به عنوان دومین دلیل مرخصی استعلاجی مردان (۲۵ درصد) می‌باشد (۷). در قرآن کریم، آیه‌هایی که در آن‌ها بر آرامش و چگونگی دستیابی به آن اشاره شده است، فراوان می‌باشد. دور ماندن از باورهای اصیل مذهبی، راه را برای ابتلای فرد به کشمکش‌های درونی، احساس پوچی و یأس و ناامیدی در برابر ناملايمات و فشارهای روانی هموار می‌کند (۶). از این رو انس داشتن با قرآن از عوامل بسیار مهم و تأثیرگذار در بهداشت روان محسوب می‌شود، زیرا نگرش، شناخت و رفتار افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۶). قرآن سرشت انسان را الهی می‌داند «فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ» (روم/۳۰)؛ لذا به پرستش خداوند نیاز دارد و این نیاز در طول زمان تغییر نمی‌کند، نادیده گرفتن نیازهای سرشتی نیز به سلامت روانی آسیب می‌زند، از این رو فلسفه پرستش خدا پاسخ به یک نیاز سرشتی و حفظ و ارتقا بهداشت روانی است. قرآن کریم ایجاد امنیت و آرامش و پیش‌گیری از اضطراب را نتیجه ایمان به خدا می‌داند «الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ» (انعام/۸۲). مانوس بودن با قرآن از مصادیق ایمان به خدا برشمرده می‌شود و همواره به عنوان مایه آرامش و تسکین روان آدمی از آن یاد

^۱. World Health Organization

^۲. Mental Health

کوچک‌ترین نهاد اجتماعی جهت حفظ سلامت روان و مصون ماندن جوانان مجرد از انواع مفاسد بسیار کلیدی است؛ اما چگونه می‌توان جوانان را از بلاها و مفاسد تجرد حفظ کرد؟ قرآن کریم راز مصونیت را عفت معرفی می‌کند «وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُعْطِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ» (نور/۳۳) و در ادامه راه نیل به عفت را تقوا و پرهیزگاری می‌داند «قَالَتْ إِنِّي أَعُوذُ بِالرَّحْمَنِ مِنْكَ إِنْ كُنْتَ تَقِيًّا» (مریم/۱۸). بنا به آنچه گفته شد و نیز محدود بودن مطالعات تجربی در این زمینه؛ مطالعه حاضر با هدف بررسی تأثیر انس داشتن با قرآن بر سلامت روان جوانان مجرد مأنوس با قرآن (به‌عنوان یکی از مصادیق تقوا) در شهرستان جیرفت انجام شد.

روش کار

مطالعه حاضر یک پژوهش مورد-شاهدی است که در سال ۱۳۹۵ در شهرستان جیرفت انجام شد. در این پژوهش گروه مورد را جوانان مجرد قرآن آموز ۱۸ تا ۳۰ سال محصل در ۸ موسسه فعال قرآنی شهرستان جیرفت (که به‌صورت مکرر با قرآن انس داشتند) و گروه شاهد را جوانان مجردی که مطالعه قرآن نقشی در سبک زندگی آنان نداشت، تشکیل دادند. نحوه گزینش گروه شاهد به این صورت بود که پرسشنامه‌های دموگرافیک و سلامت روان به‌طور تصادفی بین ۳۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی جیرفت توزیع و با بررسی پرسشنامه‌های تکمیل شده، افرادی که اظهار کرده بودند که مطالعه قرآن نقشی در سبک زندگی آنان ندارد؛ به‌عنوان گروه شاهد انتخاب شدند.

حجم نمونه با استفاده از فرمول آزمون مقایسه دو میانگین به شرح زیر، ۱۴۰ نفر (۷۰ نفر گروه مورد و ۷۰ نفر گروه شاهد) تخمین زده شد.

$$n = \frac{2\sigma^2(Z_{1-\alpha/2} + Z_{1-\beta})^2}{d^2}$$

در این فرمول انحراف معیار مشترک دو گروه است که طبق مطالعه آقاجانی و همکاران ۹/۳۵ به دست آمد (۱۳).

می‌شود تا جایی که خداوند متعال از قرآن به‌عنوان شفا یاد می‌کند «أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ» (یونس/۵۷)؛ «وَنَزَّلْنَا مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَكَأَيُّدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا حَسَارًا» (اسراء/۸۲).

معاصر ایرانی، به لحاظ دینی و در عرصه اجتماعی، دچار چالش‌ها و تزاخم‌های بسیاری با مدرنیته و مؤلفه‌های آن گردیده است؛ بنابراین به‌خصوص بعد از انقلاب اسلامی، توقعات و انتظارات مقامات دینی و افراد جامعه در پایبندی مذهبی جوانان افزایش یافت. به گونه‌ای که وضعیت دینداری و پایبندی دینی جوانان با حساسیت بیشتری مورد بازمینی و آسیب‌شناسی قرار می‌گیرد. توجه به وضعیت باورها و رفتارهای دینی در بین جوانان در سطح کلان را می‌توان ناشی از فرایند نوسازی جامعه ایرانی، آثار جهانی شدن، هم‌کنشی با جهان مدرن و برخورد با جریان‌های بین‌المللی دانست (۸). از سوی دیگر جامعه شناسان و روان شناسان ازدواج را یکی از عوامل تعیین‌کننده سلامت روانی فرد می‌دانند و معتقدند افرادی که ازدواج موفق داشته‌اند؛ کمتر دچار اختلال روانی می‌شوند (۹). از نظر قرآن نیز ازدواج مایه آرامش روح و روان آدمی است «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْتَقِرُونَ» (روم/۲۱). این در حالی است که به دلایل گوناگون سن ازدواج در زنان ایرانی تا ۳۵ سال و در مردان ایرانی تا ۴۰ سال به تعویق می‌افتد (۱۰).

از طرفی، نباید از نظر دور داشت که پدیده افزایش سن ازدواج و در ادامه بروز تجرد قطعی باعث بروز نابسامانی‌هایی چون شیوع درجاتی از اختلالات روانی، انواع فسادهای اجتماعی، بحران میل جنسی، فرار دختران و... می‌شود (۱۱). دشواری‌ها و دلایل بسیاری که مسیر ازدواج را ناهموار کرده (۱۲)؛ ذهن خانواده‌ها و جوانان را مغشوش و تلاطمات روحی‌شان را افزون کرده است. نقش خانواده به‌عنوان

سلامت روان را در حیطه‌های علائم جسمانی، اضطراب، اختلال عملکرد اجتماعی و افسردگی بررسی می‌کند. این ابزار شامل ۲۸ سؤال می‌باشد و از ۴ مقیاس جهت بررسی حیطه‌های مذکور تشکیل شده است؛ هر مقیاس دارای ۷ سؤال می‌باشد. سؤالات ۱ تا ۷ مربوط به شکایات جسمانی، ۸ تا ۱۴ مربوط به اضطراب، ۱۵ تا ۲۱ مربوط به اختلال در عملکرد اجتماعی و ۲۲ تا ۲۸ مربوط به افسردگی می‌باشد. سؤالات بر اساس مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت و به صورت ۰-۱-۲-۳ نمره گذاری شده‌اند که نمره ۲۳ و بالاتر از آن نشان‌دهنده اختلال روانی و نمرات کمتر از ۲۳، نشان‌دهنده بهتر بودن سلامت روان می‌باشد. روایی و پایایی پرسشنامه سلامت روان در مطالعات پیشین به اثبات رسیده است (۱۳).

با توجه به اینکه متغیرهای مورد مطالعه از توزیع نرمال پیروی می‌کرد، تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های پارامتریک انجام شد. بر این اساس برای بررسی اختلاف سلامت روانی و حیطه‌های آن بین دو گروه مأنوس و نامأنوس با قرآن با استفاده از آزمون تی مستقل انجام گردید، جهت بررسی ارتباط بین سلامت روان و جنسیت از آزمون مجذور کا استفاده شد و در ادامه جهت تعیین ارتباط بین عوامل سلامت روان و سن افراد از آزمون همبستگی پیرسون استفاده گردید. همچنین به منظور بررسی ارتباط سلامت روان با میزان پایبندی خانواده به اعتقادات مذهبی، سطح تحصیلات پدر، سطح تحصیلات مادر و میزان درآمد خانواده از آزمون one way Anova استفاده شد. نرم افزار آماری SPSS₂₀ جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها به کار گرفته شد.

یافته‌ها

در این مطالعه ۱۴۳ نفر از جوانان مجرد ۱۸-۳۰ سال شهرستان جیرفت مورد بررسی قرار گرفتند. برخی ویژگی‌های فردی واحدهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است. نتیجه بررسی اختلاف سلامت روان در دو گروه جوانان مأنوس با قرآن (گروه مورد) و نامأنوس با قرآن (شاهد) معنی‌دار بود.

$Z_{1-\beta}$ و $Z_{1-\alpha/2}$: توان مطالعه ۹۰ درصد لحاظ شده است و d هم خطای قابل قبول است که در این مطالعه ۴ در نظر گرفته شد. با توجه به این مفروضات حجم نمونه ۴۳ نفره برای هر گروه مطالعه مناسب دیده شد که جهت افزایش توان مطالعه و احتمال ریزش حجم نمونه در هر گروه تا ۷۰ نفر افزایش داده شد. در نهایت داده‌های ۶۹ نفر در گروه مورد و ۷۴ نفر در گروه شاهد مورد بررسی قرار گرفتند

ورود به مطالعه، مسلمان بودن، مجرد بودن، داشتن سن ۱۸ تا ۳۰ سال، سابقه حداقل یک سال فعالیت قرآنی (ویژه گروه مورد) و تمایل به شرکت در پژوهش بود. همچنین معیارهای خروج، داشتن یک بحران خاص چون فوت نزدیکان در یک ماه گذشته و عدم مصرف داروهای مؤثر بر سلامت روان و سابقه اختلالات روان‌پزشکی بود. جهت رعایت موازین اخلاقی، پرسشنامه‌ها بی‌نام و پس از توجیه ماهیت و اهداف پژوهش و کسب رضایت آگاهانه، اطلاعات کسب شد. سپس پرسشنامه‌ها بین افرادی که مایل به شرکت در مطالعه بودند، توزیع شد و از آن‌ها خواسته شد تا پرسشنامه سلامت روان را با دقت تکمیل کنند و پرسشنامه‌های تکمیل شده در همان زمان توسط پژوهشگران جمع‌آوری شد.

ابزار جمع‌آوری داده‌های این مطالعه شامل پرسشنامه‌ای دو بخشی بود. بخش اول پرسشنامه، مشخصات فردی واحدهای پژوهش نظیر سن، جنسیت، دین، مذهب، وضعیت تأهل، میزان پایبندی خانواده به اعتقادات مذهبی، سطح تحصیلات پدر، سطح تحصیلات مادر و میزان درآمد خانواده را می‌سنجید. جهت سنجش میزان انس با قرآن از عبارت " آیا مطالعه قرآن در برنامه زندگی شما گنجانده شده است" استفاده شد و در صورتی که جواب فردی منفی بود این فرد به‌عنوان گروه شاهد وارد مطالعه می‌شد. بخش دوم پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ است. این ابزار توسط گلدبرگ (۱۹۷۲) به منظور کشف و شناسایی اختلالات روانی در مراکز و محیط‌های مختلف طراحی شده است و عوامل تأثیرگذار بر

جدول ۱: توزیع فراوانی و مشخصات فردی جامعه مورد مطالعه

مشخصات فردی	گروه مورد	گروه شاهد
	(مأنوس با قرآن)	(نامأنوس با قرآن)
سن (برحسب سال)	انحراف معیار ± میانگین	
	حد اکثر-حداقل	
جنسیت تعداد (درصد)	مرد	
مذهب تعداد (درصد)	شیعه	
	سنی	
پایبندی خانواده به اعتقادات مذهبی تعداد (درصد)	خیلی زیاد	
	زیاد	
	متوسط	
	کم	
	خیلی کم	
	بدون اعتقاد	
میزان تحصیلات پدر تعداد (درصد)	ابتدایی	
	زیر دیپلم	
	دیپلم	
	فوق دیپلم	
	لیسانس	
	فوق لیسانس	
	دکتری حرفه‌ای	
	دکتری تخصصی	
	ابتدایی	
	زیر دیپلم	
	دیپلم	
	فوق دیپلم	
میزان تحصیلات مادر تعداد (درصد)	لیسانس	
	فوق لیسانس	
	دکتری حرفه‌ای	
	دکتری تخصصی	
	زیر ۱ میلیون تومان	
	۱-۲ میلیون تومان	
	۲-۳ میلیون تومان	
	۳-۴ میلیون تومان	
	۴-۵ میلیون تومان	
	بیش از ۵ میلیون تومان	
سلامت روان	سلامت نسبی روان	
تعداد (درصد)	مبتلا به اختلال روان	
جمع کل (درصد)		

($P < 0.05$). سطح معنی داری حاصل از تجزیه و تحلیل ارتباط سلامت روان با میزان پایبندی خانواده به اعتقادات مذهبی، سطح تحصیلات پدر، سطح تحصیلات مادر و میزان درآمد خانواده به ترتیب $0/447$ ، $0/319$ ، $0/917$ و $0/220$ به دست آمد.

جدول ۲ نتایج بررسی اختلاف سلامت روانی و حیطه های آن در دو گروه مورد (مأنوس با قرآن) و شاهد (نامأنوس با قرآن) را نشان می دهد. یافته ها اختلاف معنی داری در میزان سلامت روان در زنان و مردان نشان نداد ($p=0.477$). در بررسی ارتباط بین سلامت روان و مشخصات فردی، فقط با سن افراد ارتباط معنی داری دیده شد

جدول ۲: بررسی اختلاف سلامت روانی و حیطه های آن در دو گروه مورد (مأنوس با قرآن) و شاهد (نامأنوس با قرآن)

مورد (۶۹ نفر)	شاهد (۷۴ نفر)	فاصله اطمینان	سطح معنی داری	
انحراف معیار \pm میانگین امتیاز	انحراف معیار \pm میانگین امتیاز			
سلامت روانی	$17/2 \pm 12/6$	$28/5 \pm 15/5$	$-15/9, -6/6$	$P < 0.001$
حیطه های علائم جسمانی	$4/7 \pm 3/8$	$7/2 \pm 4/3$	$-3/9, -1/1$	$P < 0.001$
سلامت روان اضطراب	$4/6 (4/0)$	$7/7 (4/7)$	$-4/5, -1/6$	$P < 0.001$
اختلال عملکرد	$5/6 \pm 3/3$	$8/4 \pm 4/7$	$-4/2, -1/5$	$P < 0.001$
افسردگی	$2/2 \pm 4/6$	$5/3 \pm 5/7$	$-4/8, -1/4$	$P < 0.001$

بحث

نتایج این مطالعه نشان داد که مأنوس بودن با قرآن باعث افزایش سلامت روان جوانان مجرد مورد بررسی شده است. بر این اساس ۷۸ درصد از جوانان مأنوس با قرآن دارای سلامت روان بودند در حالی که تنها ۳۹/۲ درصد از جوانان گروه شاهد دارای سلامت روان بودند و ۶۰/۸ درصد از آن ها مبتلا به درجاتی از اختلال روان بودند. جوانان مجرد مأنوس و نامأنوس در بعدهای سلامت روان (علائم جسمانی، اضطراب، اختلال عملکرد و افسردگی) نیز دارای اختلاف معنی دار آماری بودند (جدول ۲)؛ که در این بین جوانان مجرد نامأنوس با قرآن در همه ابعاد روان به ویژه در بعد عملکردی (میانگین امتیاز $8/4$) دچار اختلال بودند. نتایج مطالعه آقاجانی و میرباقر نیز با یافته های پژوهش حاضر همسو می باشد؛ چرا که نتایج بررسی آن ها حاکی از این بود که دانشجویان سالم انس بیشتری با قرآن نسبت به افراد مبتلا به اختلال روان داشتند (۱۳).

در این مطالعه بین دو متغیر سلامت روان و جنسیت ارتباط معنی داری وجود نداشت؛ این در حالی است که در مطالعه آقاپور و مصری، زنان از سلامت روانی بالاتری برخوردار بودند (۱۴). همچنین نتایج پژوهش آن ها حاکی از رابطه مثبت و معنی داری بین دو عامل سن و سلامت روانی بود که با یافته های مطالعه حاضر مطابقت دارد. شاید بتوان علت این امر را در تأثیر عامل تجربه بر غلبه بر فشارهای روانی جستجو کرد. میزان پایبندی خانواده به اعتقادات مذهبی نیز می تواند به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر سلامت روان جوانان محسوب شود. هر چند در پژوهش حاضر اختلاف معنی دار آماری در میزان پایبندی خانواده به اعتقادات مذهبی بین دو گروه مأنوس و نامأنوس با قرآن مشاهده نشد؛ اما احتمالاً اعتقادات مذهبی والدین تأثیر مهمی بر شکل گیری تربیت اسلامی و به تبع آن تأمین سلامت روان جوانان دارد. قرآن کریم بر اهمیت خانواده و پیش آهنگی آن در تشکیل جامعه نمونه انسانی اشاره دارد «وَ الَّذِینَ یَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَ ذُرِّیَاتِنَا قُرَّةَ أَعْیُنٍ وَ اجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِینَ إِمَامًا» (فرقان/۷۴)؛

محدودیت های این مطالعه می توان به عدم امکان مقایسه سلامت روان بر اساس مذهب (شیعه و سنی) به دلیل کم بودن تعداد افراد شرکت کننده اهل تسنن اشاره کرد؛ بنابراین توصیه می شود مطالعات تخصصی تر به منظور ارزیابی نقش سایر عوامل نظیر نوع مذهب، قومیت، میزان صرف وقت در فضای مجازی، عوامل مدیریتی و اجتماعی مؤثر بر سلامت روان جوانان انجام شود. عدم مشارکت و یا دشواری کسب رضایت برخی از جوانان برای همکاری در تکمیل پرسشنامه ها، از دیگر مشکلات پژوهش حاضر بود.

نتیجه گیری

نتایج این مطالعه نشان داد که جوانان مجرد مأنوس با قرآن از سلامت روان بهتری نسبت به جوانان مجرد نامأنوس با قرآن برخوردار بودند. لذا با توجه به مشکلات و پیچیدگی های موجود در مسیر ازدواج جوانان ایرانی که باعث افزایش بیش از حد دوره تجرد آن ها شده است؛ می توان گفت یکی از راه های کلیدی جوانان مجرد جهت پیشگیری از بروز نابسامانی هایی چون شیوع درجانی از اختلالات روانی، انواع فسادهای اجتماعی، بحران میل جنسی (که نهایتاً به منکوب شدن استعداد، شور و انرژی سازنده جوان منجر می شوند)، تقویت ایمان از طریق مأنوس شدن با قرآن و عمل به دستورات الهی می باشد.

این آیه شریفه به این نکته اشاره دارد که پیوندهای سالم و درخشان خانوادگی، ایدئال و مطلوب پرهیزکاران است. در درون واحد اجتماعی خانواده، پدر و مادر از آغاز تولد کودکان به عنوان الگو برای آنان مطرح هستند؛ نقش و معنای اهمیت خانواده در بهسازی اجتماع نیز در همین واقعیت نهفته است (۱۵). همچنان که در مطالعه حاضر جوانان مأنوس با قرآن دارای خانواده های مقیدتری نسبت به جوانان نامأنوس به قرآن هستند (جدول ۱). در واقع مذهب نوعی سبک زندگی سالم تر برای افراد تجویز می کند که بر سلامت روانی تأثیر مثبت تر دارد (۱۶).

در این تحقیق، میزان تحصیلات نیز به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر سلامت روان مدنظر قرار گرفت؛ که در این راستا دو گروه مورد و شاهد تقریباً همگن بودند؛ اما در بررسی تأثیر میزان تحصیلات پدر و مادر بر سلامت روان، نتیجه معنی داری به دست نیامد. این در حالی است که در مطالعات دیگر از میزان تحصیلات فرد و یا والدین به عنوان مهم ترین عوامل تأثیرگذار در برخورد با فشارهای روانی خانواده یاد شده است (۱۴).

در بررسی ارتباط میزان درآمد خانواده با سلامت روان نیز نتایج حاکی از عدم وجود ارتباط معنی دار آماری بود. هر چند که در توزیع فراوانی، جوانان نامأنوس با قرآن دارای وضعیت مالی مطلوب تری می باشند. پیامبر اسلام از کفر و فقر مالی به خدا پناه می برد و می گوید: «بار خدایا، من از کفر و فقر به تو پناه می برم. مردی عرض کرد: آیا این دو با هم برابرند؟ فرمود: آری.» (۱۷). البته به نظر می رسد تهاجم مدرنیته و نابسامانی های اجتماعی باعث پیچیده شدن جامعه شده است و شاید بتوان گفت برخی افراد به واسطه مال دنیا دچار ضعف ایمان شده اند؛ هم چنانکه خداوند در قرآن شریف می فرماید: «فَلَا تُعْجِبْكَ أَمْوَالُهُمْ وَلَا أَوْلَادُهُمْ إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُعَذِّبَهُمْ بِهَا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَتَرْهَقَ أَنْفُسُهُمْ وَهُمْ كَافِرُونَ» (توبه/۵۵).

۳. مبدا تو از کثرت اموال و اولاد آن ها در شگفت آیی! خدا می خواهد آن ها را به همان مال و فرزند در زندگانی دنیا به عذاب افکند و ساعت مرگ جان آن ها به درآید در حالتی که کافر باشند.

References

1. Abdolrahimi M. Health status in Islam and clarifying the role of the heart and of reason in spiritual health. *Basirat and Islamic Training*. 2015;12(32):74-105.
2. Shahraki-Vahed A, Mardani-Hamuleh M, Sanchuli J, Hamed Shahraki S. Assessment of the relationship between mental health and job stress among nurses. *Journal of Jahrom University of Medical Sciences*. 2011;8(3):34-40. (In Persian)
3. Golian Tehrani S, Monjamed Z, Mehran A, Hasheminasab L. mental health status among midwives working in Tehran's public hospitals. *Journal of hayat*. 2007;13(1):73-80. (In Persian)
4. Kalia M. Assessing the economic impact of stress [mdash] The modern day hidden epidemic. *Metabolism-Clinical and Experimental*. 2002;51(6):49-53.
5. Hashemi-Nejad N, Rahimi-Moghadam S, Mohammadian M, Amiri F. Survey of relationship between mental health and job stress among midwives who were working in hospitals of Kerman, Iran, 2011. *The Iranian Journal of Obstetrics, Gynecology and Infertility*. 2013;16(64):1-9. (In Persian)
6. Najafi-Sani A, Hashemi-Asl M, Golmakani N, Jafarnejad F. The Relationship between Familiarity with Quran and Religious Activities with Happiness in Pregnant Women. *The Iranian Journal of Obstetrics, Gynecology and Infertility*. 2013;15(40):24-31. (In Persian)
7. Peterson U, Demerouti E, Bergström G, Samuelsson M, Åsberg M, Nygren Å. Burnout and physical and mental health among Swedish healthcare workers. *Journal of Advanced Nursing*. 2008;62(1):84-95.
8. Fakhre-Zare SH. Society from the perspective of the Quran. *Quranic Knowledge*. 2015; 5(16):93-122. (In Persian)
9. Nikmanesh Z, Kazemi Y. Causes and solutions of delay marriage in young people. *Journal of Educational Psychology Studies*. 2007; 3(5):77-94. (In Persian)
10. Kazemi-poor SH. Changes of Women's Age at Marriage and Demographic Factors Affecting It. *Women in Development and Politics*. 2003; 2(3):103-24. (In Persian)
11. Habibpour-Gatabi K, Ghaffary G. A study on the causes of rising marriage age among girls. *Women in Development and Politics*. 2011;9(1):7-34. (In Persian)
12. Rajabi A. Marriageable age; increasing factors and strategies for reducing it. *Maarefat*. 2007;1(16):143-54. (In Persian)
13. Aghajani M, Mirbagher N. The relationship between familiarity with the Quran and mental health in nursing students. *Islam and Health Journal*. 2015;1(4):7-13. (In Persian)
14. Aghapour I, Mesri M. Relationship between religious orientation and mental health family. *Quran and Medicine*. 2011;1(1)39-45.
15. Tabatabaee Hakim O. Family of QURAN's Perspective 2015. Available from: <http://maarefquran.org/index.php/page,viewArticle/LinkID,5410>.
16. Sadri J, Jafari A. The relationship between religious beliefs and mental health (A Case Study of Islamic Azad University, Abhar). *Journal of Behavioral Sciences*. 2010;2(3):123-38.
17. Mohammadi Reyshahri M. *Scale of Wisdom Elected*. 3thed. Qom: Darolhadis; 2005.