

The effect of attending the familiarity with Quran workshop on the mental health of nurses at the educational hospitals of Arak University of Medical Sciences

Tavan B(MS)¹, Jahani F(BS)^{2*}

1- Department of Religion, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran

2- Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran

Received 7 Jan 2011 Accepted 8 March 2011

Abstract

Background: The holy Quran is the curative that after its cure, there is no fear of disease anymore. One of the miracles of Quran is its effect on service and medical care duties. Noticing the key role of nurses in offering health service to patients and the importance of the nurses' mental health, this study was conducted.

Materials and Methods: This educational trial was done on 55 nurses at educational hospitals of Arak University of Medical Sciences through randomized simple-sampling. Before and after intervention, the GHQ-28 questionnaire was completed by the participants. Data were analyzed through descriptive statistics, paired t-test, and Chi square.

Results: The mean age of the nurses was 34.45 ± 6.3 years, and 68.2% (30 participants) of them were married and the rest were single. The mean mental health scores before and after intervention were 27.75 ± 9.76 and 22.34 ± 7.83 which indicated a significant difference ($p < 0.014$).

Conclusion: The findings of this study suggest that this intervention has been effective in reducing mental health scores and somehow, in improving the nurses' mental health status. On the other hand, participation in the familiarity with Quran workshop can improve the nurses' mental health.

Keywords: GHQ-28, Hospital, Mental health, Nurse, Quran

*Corresponding author:

Address: Education and Research vice-presidency, Arak University of Medical Sciences, Basij Sq., Arak, Iran
Email: Jahani_farzaneh@yahoo.com

بررسی تاثیر شرکت در کارگاه انس با قرآن بر سلامت روان پرستاران بیمارستان های آموزشی دانشگاه علوم پزشکی اراک

بهمن توان¹ فرزانه جهانی^{2*}

1- مربی، دانشجوی دکتری علوم سیاسی گرایش انقلاب اسلام، گروه معارف، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران

2- کارشناس پژوهش، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران

تاریخ دریافت 89/10/17، تاریخ پذیرش 89/12/18

چکیده

زمینه و هدف: قرآن شفا بخشی است که پس از درمان آن، ترسی از بیماری نیست. یکی از اعجاز قرآن، اثرگذاری آن در امور خدماتی و درمانی است. با عنایت به نقش مهمی که پرستاران در ارائه خدمات به بیماران دارند و با توجه به اهمیت سلامت روان پرستاران این تحقیق صورت گرفت.

مواد و روش ها: مطالعه حاضر از نوع کارآزمایی آموزشی می باشد که بر روی 55 نفر از پرستاران بیمارستان های آموزشی دانشگاه علوم پزشکی اراک بر اساس نمونه گیری تصادفی ساده انجام گرفت. قبل از مداخله و پس از آن پرسش نامه های سلامت روان بین افراد مورد پژوهش تکمیل گردید. داده ها به کمک روش های آمار توصیفی و آزمون های تحلیلی کای اسکوتروتی زوجی تحلیل گردید.

یافته ها: میانگین سنی افراد مورد مطالعه برابر با $34/45 \pm 6/3$ و $68/2$ درصد (30 نفر) متاهل و بقیه مجرد بودند. میانگین نمره سلامت روان قبل و بعد از مداخله به ترتیب برابر با $27/75 \pm 9/76$ و $22/34 \pm 7/82$ به دست آمد که این اختلاف از لحاظ آماری معنی دار نشان داده شد ($p=0/014$).

نتیجه گیری: نتایج حاکی از آن است که مداخله مورد نظر سبب کاهش نمره سلامت روان و به نحوی بهتر شدن وضعیت سلامت روان شرکت کنندگان در مطالعه شده است. به عبارتی دیگر شرکت در کارگاه انس با قرآن می تواند باعث بهبود سلامت روان پرستاران گردد.

واژگان کلیدی: قرآن کریم، بیمارستان، پرستار، سلامت روان

* نویسنده مسئول: اراک، میدان بسیج، معاونت آموزش و تحقیقات، دفتر پژوهش

مقدمه

نظری گذرا نشان می‌دهد که قرآن مملو از آیه‌هایی است که در آنها بر آرامش و چگونگی دست یابی به آن اشاره شده است. یکی از اعجاز قرآن، اثرگذاری آن در امور خدماتی و درمانی است. بهداشت روان انسان بحث سراسر قرآن کریم است، "ای مردم عالم، نامه‌ای که همه پند و اندرز و شفای دل‌های شما و هدایت و رحمت بر مومنان است از جانب خدا برای نجات شما آمد (یونس - 57)". "خداست که بردل‌های مومنان، سکون و آرامش می‌بخشد (فتح - 3)". "با اتکا به خداوند، دل‌های پریشان مطمئن و آرام خواهند شد (رعد - 38)". "امنیت خاطر و آسایش دل اختصاص به کسانی دارد که برخوردار از ایمانند و پرده‌ای از ستم و بیداد بر آن نکشیده‌اند (انعام - 82)". "آگاه باش ترس و اندوهی برای دوستان خدا نیست (یونس - 62)". خورسندی و همکاران در مطالعه خود میزان سلامت روانی کارکنان بیمارستان‌ها را پایین‌تر از سایر کارکنان دانشگاه علوم پزشکی اراک اعلام نمودند (10). با عنایت به نقش مهمی که پرستاران در ارائه خدمات به بیماران دارند و با توجه به ماهیت محیط بیمارستان‌ها به دلیل وجود بیماری‌ها، آلودگی‌ها، مرگ و میر و غیره این قشر بیشتر مواجهه با استرس قرار می‌گیرند و سلامت روان آنان در معرض خطر است. لذا محققان بر آن شدند تا تاثیر انس با قرآن را بر سطح سلامت روان این قشر بررسی نمایند.

مواد و روش‌ها

مطالعه حاضر کارآزمایی - آموزشی (Educational- Trial) می‌باشد. تعداد 55 نفر از پرستاران شاغل در بیمارستان‌های آموزشی دانشگاه علوم پزشکی اراک بر اساس نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب گردیدند. پس از انتخاب نمونه‌ها پرسش‌نامه‌های استاندارد سلامت روان (GHQ-28) بین افراد توزیع و تکمیل گردید. معیارهای خروج شامل مصرف قرص‌های آرام بخش، شرکت در کلاس‌های آرام سازی یوگا و مدیتیشن و عدم حضور مستمر در کارگاه بود. مداخله به صورت کارگاه آموزشی انس با قرآن طی دوازده روز طی دوهفته برگزار

یکی از محورهای ارزیابی سلامت جوامع مختلف، بهداشت روانی آن جامعه است. بی‌شک سلامت روانی نقش مهمی در تضمین پویایی و کارآمدی هر جامعه ایفا می‌کند (1).

سازمان بهداشت جهانی سلامت روانی را عبارت از قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی به طور منطقی، عادلانه و مناسب در نظر می‌گیرد (2).

بر اساس تحقیقات انجام شده یکی از عوامل بسیار مهم و تاثیر گذار در استرس، مذهب و باورهای دینی افراد است (3) زیرا نگرش، شناخت و رفتار افراد را تحت تاثیر قرار می‌دهد. بسیاری از جنبه‌های مذهب بر امید، خوشبینی، همدلی، پیوندجویی، عفو و بخشش تاکید دارد (4).

در تعالیم اسلامی روش‌هایی برای مقابله با استرس‌ها و سازگاری با سختی‌ها ذکر شده، فرد نوعی ارتباط عاطفی با خدا و اولیای دین برقرار کرده و این روابط می‌تواند انسان را در مواجهه با مشکلات و حل آنها مساعدت کند. ایمان به خدا نوعی قدرت معنوی به انسان می‌بخشد که او را در تحمل سختی‌ها کمک کرده و نگرانی و اضطراب را دور می‌سازد.

کاظمی در تحقیق خود به تاثیر مثبت آوای قرآن کریم بر بهداشت روان دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان اشاره نمود (5) آجر پز در یک مطالعه کارآزمایی بالینی آوای قرآن کریم را به عنوان یک روش درمانی غیر دارویی جهت کاهش اضطراب مادران قبل از عمل سزارین پیشنهاد نمود (6). انصاری جابری نشان داد آوای قرآن کریم بر افسردگی بیماران بستری تاثیر دارد و میانگین تفاوت نمرات میزان افسردگی قبل و بعد از مداخله در گروه مورد بالاتر بوده است (7). محمودیان و همکاران نیز در پژوهش خود نشان دادند که آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی و تمرینات کارگاهی آن سبب کاهش افسردگی شده است (8).

نفر) متاهل و بقیه مجرد بودند. از نظر مسکن 69/8 درصد (30 نفر) دارای منزل شخصی، 25/6 درصد (11 نفر) دارای منزل استیجاری و 4/7 درصد (2 نفر) دارای منزل سازمانی بودند. بیشتر شرکت کنندگان (65/1 درصد) از نظر شیفت کاری در چرخش بودند. از نظر وضعیت استخدامی 32/6 درصد (14 نفر) استخدام قطعی، 37/2 درصد (16 نفر) استخدام پیمانی، 20/9 درصد (9 نفر) قراردادی و 9/3 درصد (4 نفر) آزمایشی بودند.

میانگین و انحراف معیار تغییرات و درصد تغییرات نمره سلامت روان در بین شرکت کنندگان به ترتیب برابر با $14/1 \pm 5/41$ - و $68/67 \pm 34/52$ - محاسبه شد. میانگین نمره سلامت روان قبل و بعد از مداخله به ترتیب برابر با $27/75 \pm 9/76$ و $22/34 \pm 7/82$ به دست آمد که این اختلاف از لحاظ آماری معنی دار نشان داد ($p=0/014$) و مشخص شد که مداخله مورد نظر سبب کاهش نمره سلامت روان و به نحوی بهتر شدن وضعیت سلامت روان شرکت کنندگان در مطالعه شده است.

قابل ذکر است که در تحلیل نتایج، از آنجا که نمره قبل از مداخله افراد از نمره بعد از مداخله کم شده است، مثبت بودن و تأثیر مداخله را باید در کمتر شدن نمره شرکت کنندگان بعد از مداخله جستجو کرد. لذا وجود علامت منفی نشان دهنده کم شدن نمره سلامت روانی افراد و در نتیجه بهبود آن می باشد.

نتایج نشان می دهد که میانگین اختلاف و همچنین درصد تغییرات نمره سلامت روان قبل و بعد از مداخله در افراد متاهل و مجرد اختلاف آماری معنی داری ندارد. بدین معنی که علی رغم بهبود وضعیت سلامت روانی در کل افراد مجرد و متاهل مورد مطالعه، اختلاف معنی داری در درصد بهبودی سلامت روان بین دو گروه دیده نشد (جدول 1).

بر اساس نتایج جدول 1، میانگین اختلاف و همچنین درصد تغییرات نمره سلامت روان قبل و بعد از مداخله در افراد با گروه های سنی متفاوت نیز اختلاف معنی داری را نشان نداده است. مقایسه درصد تغییرات و

گردید. کارگاه آموزشی انس با قرآن شامل آموزش ترجمه و تفسیر قرآن و بیان نکات اخلاقی و دینی توسط استاد آموزش قرآن برگزار گردید. بلافاصله پس از انجام مداخله مجدداً پرسش نامه ها بین جامعه مورد پژوهش توزیع و تکمیل گردید. پرسش نامه سلامت عمومی GHQ-28، پرسش نامه ای استاندارد است که روایی و پایایی آن در مطالعات ایرانی به اثبات رسیده است (11). در این مطالعه از فرم 28 سؤالی استفاده می شود که روایی و پایایی آن نیز به اثبات رسیده است، اعتبار آزمون در مطالعات انجام شده 0/91 و 0/88 گزارش شده است. نمره گذاری براساس روش لیکرت به هر پاسخ، بر مبنای اصلاً برابر صفر، در حد معمول برابر با یک، بیش از حد معمول برابر با دو و به مراتب بیشتر از حد معمول مساوی سه تعلق می گیرد. نمرات هر آزمودنی در هر یک از زیر مقیاس ها به طور جداگانه مشخص می شوند و پس از آن، نمرات چهار مقیاس را جمع کرده و نمره کلی به دست می آید که جهت سنجش وضعیت روانی پرستاران به کار برده شد.

در آنالیز نتایج از نرم افزار SPSS استفاده می شد. در آنالیز توصیفی داده ها از شاخص های میانگین، انحراف معیار و درصد فراوانی استفاده شد. برای تحلیل داده ها پس از بررسی نرمال بودن نتایج و متغیر کمی و برابری واریانس از یکی از تست های تی زوجی کای اسکوتر استفاده شد. آزمون های کولموگروف اسمیرنوف جهت تعیین نرمالیتی داده ها، آزمون سنجش های تکراری، آزمون تی مستقل، آزمون فریدمن و مک نمار استفاده شد.

این طرح کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی اراک با شماره 4-94-89 به تصویب رسیده است.

یافته ها

مطالعه حاضر بر روی 55 نفر از پرستاران بیمارستان های آموزشی دانشگاه علوم پزشکی اراک انجام شد که در آخر پس از ریزش نمونه ها اطلاعات 44 نفر تجزیه و تحلیل گردید. میانگین سنی افراد شرکت کننده در آزمون برابر با $34/45 \pm 6/3$ بوده است. همچنین 68/2 درصد (30

ترتیب 35/61±0/8 و 31/2±1/18 بود؛ مقایسه نمره بهداشت روان قبل و بعد از مداخله نشان می‌دهد که میانگین نمره بهداشت روان گروه آزمون به طور معنی‌داری افزایش یافته اما تفاوت معنی‌داری بین میانگین نمره بهداشت روان قبل و بعد از مداخله در گروه شاهد دیده نشد (5). نتایج مطالعه حاضر با تحقیق تقی لو که در آن آموزش روخوانی قرآن باعث کاهش استرس جوانان و نوجوانان شده بود (12)، در یک راستا می‌باشد. محمودیان و همکاران نیز در پژوهش خود نشان دادند که آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی و تمرینات کارگاهی آن بر متغیر وابسته افسردگی تاثیر داشته است (8) نتایج تحقیقات قبلی نشان داد که بهره‌گیری از دعا با سلامت روانی آزمودنی‌ها رابطه معنی‌دار دارد و با افزایش استفاده از دعا، سلامت روانی آنان نیز افزایش یافته و میزان اضطراب و افسردگی آنان کاهش می‌یابد (13) که با نتایج تحقیق حاضر همخوانی دارد. نتایج تحقیقات صالح صدق پورو همکاران نیز بیانگر تاثیر مثبت آموزه‌های قرآنی و تمرین کارگاهی بر متغیر وابسته پذیرش اجتماعی بوده است (14).

به نظر شاید، نتایج به دست آمده از مطالعه حاضر چندان دور از ذهن نباشد زیرا طبق فرمایش قرآن کریم این کتابی است که در آن شکی نیست (بقره - 2) (9). قرآن نوری است که شعاع آن خاموش نمی‌شود، دریایی است که عمق آن درک نمی‌شود، راهی است روشن که هرگز گم نمی‌شود، شفابخشی است که پس از درمان آن، ترسی از بیماری نیست؛ یاری‌کننده حاملان خود است؛ اساس و پایه اسلام است و خداوند آن را سیرابی عطش عالمان قرار داده است؛ ریسمان محکم و دژ استوار الهی است که برای رهروان خود عزت آفرین است. قرآن سلامت بخش است زیرا که امن و امان دهنده است، مامنی است از عذاب الهی، هرکس در پناه قرآن برود امان می‌یابد (15).
از محدودیت‌های این طرح عدم دسترسی آسان به نمونه‌ها جهت شرکت در کارگاه انس با قرآن به لحاظ مشغله زیاد پرستاران، بود.

میانگین تغییرات شرکت کنندگان بر حسب شیفت کاری نیز قبل و بعد از مداخله اختلاف معنی‌داری را نشان نداد (p>0/05).

همچنین اختلاف معنی‌داری در میانگین اختلاف و درصد تغییرات نمره سلامت روان قبل و بعد از مداخله در شرکت کنندگان بر حسب نوع رابطه استخدامی نشان نداد (جدول 1).

جدول 1. مقایسه میانگین اختلاف و درصد تغییرات نمره سلامت روان قبل و بعد از مداخله در شرکت کنندگان مطالعه برحسب وضعیت تاهل، گروه سنی، شیفت کاری و نوع استخدام

نمره متغیر	اختلاف نمره قبل و بعد	درصد تغییرات	پ
وضعیت تاهل	متاهل -5/03±13/72 تاهل -6/21±15/32	-33/36±67/28 -37/19±74/52	0/869 0/799
گروه سنی	کمتر از 30 سال -3/0±14/12 30 تا 40 سال -7/89±13/84 بالاتر از 40 سال -5/17±15/84	-29/61±66/03	p
شیفت کاری	ثابت -7/93±18/68 چرخشی -4/11±11/37	-42/07±88/74 -31/1±59/15	0/635 0/408
نوع استخدام	قطعی -5/93±14/7 پیمانی -5/31±10/67 قراردادی -5/08±18/25	-24/77±73/76 -33/88±61/57 -45/81±77/94	0/988 0/750

بحث

در مطالعه حاضر میانگین نمره سلامت روان پرستاران قبل از شرکت در کارگاه قرآن 27/75±9/76 و بعد از شرکت در کارگاه انس با قرآن 22/34±7/82 بود. کم شدن نمره به منزله بهبود سلامت روان شرکت کنندگان بوده و حاکی از تاثیر مثبت شرکت در کارگاه انس با قرآن بر سلامت روان شرکت کنندگان می‌باشد. در همین راستا در پژوهش کاظمی و همکاران نیز نمره بهداشت روانی گروه‌های آزمون و شاهد قبل از اجرای مداخله به ترتیب 31/48±0/8 و 31/92±1/05 و پس از اجرای مداخله به

6. Mirbagher Ajorpaz N, Ranjbar N. Effects of recitation of holy Quran on anxiety of women before cesarean section: a randomized clinical trial. Qom University of Medical Sciences Journal. 2010; 4(1): 15-19.
7. Ansari Jaber A, Negahban Bonabi T, Sayyadi Anari AR, Agha Mohamad Hassani P. 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): 42-48.
8. Mahmoodian M, Khosh Konesh A, Saleh Sedghpoor B. The effect of life skills training based on Quran on Students stress. Quartely specialized section of Quran researches. 2009; 1(1): 43-54.
9. Holy Quran.
10. Khorsandi M, Jahani F, Rafeei M, Farazi A. Health- related quality of life in staff and hospital personnel of Arak University of Medical Sciences in 2009. Arak Medical University Journal 2010;13(1):40-48.
11. Dadkhah B, Mohammadi M, Mozafari N. Mental Health Status of the Students in Ardabil University of Medical Sciences, 2004. Journal of Ardabil University of Medical Sciences. Spring 2006; 1(6): 31-36.
12. Taghilou 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.
13. Poor Dehkordi H, Jafari A, Solati SK. Comparison of relaxation and Quran tone , God mention effect on anxiety among nursing students in entering to training in Shahre Kord Medical Sciences University. Tebo Tazkieh. 2008;16(3): 70-71.
14. Saleh Sedghpoor B, Mahmoodian M, Salmanian HR. Effect of Quran training on social acceptance improvement. Quartely specialized section of Quran researches. 2009; 1(2): 17-26.
15. Imam Ali. Nahj al-Balagheh. Sermon 180.

نتیجه گیری

با توجه به نتایج به دست آمده، اشاعه فرهنگ قرآنی در بیمارستان‌ها و برپایی کارگاه‌های انس با قرآن با هدف تامل و تدبر در قرآن جهت بهبود سلامت روان پرستاران پیشنهاد می‌گردد. بررسی تاثیر آموزه‌های دیگر قرآنی برای تحقیقات بعدی پیشنهاد می‌گردد.

تشکر و قدردانی

این مقاله حاصل طرح تحقیقاتی مصوب معاونت تحقیقات دانشگاه علوم پزشکی اراک به شماره 504 می‌باشد. بدینوسیله از معاونت محترم تحقیقات، ریاست و مدیران محترم کلیه بیمارستان‌های شهر اراک، پرستاران محترم بیمارستان‌های آموزشی دانشگاه علوم پزشکی اراک تقدیر و تشکر می‌گردد.

منابع

1. Khodayari Fard M. Stress va ravesh haye moghabele. Tehran: Tehran University Publication; 2007.
2. Soltani M, Aminoroaia M, Attari A. Effect of stress management skills on the academic achievement of highschool girl students. Journal of Research in Behavioural Sciences 2008;6(1):9-16.
3. Diener E, Lucas RE, Oishi S. Subjective Well- Being. In: Snyder C.R, Lopez SJ. Handbook of Positive Psychology. Oxford: Oxford University Press; 2002.
4. Schumann M. How we become moral. In: Snyder C.R, Lopez SJ. Handbook of Positive Psychology. Oxford : Oxford University Press; 2002.
5. Kazemi M, Ansari A, Alah 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 and Health Services 2003; 3(1): 52-7.