

## عنوان مقاله:

بررسی تاثیر آوای قرآن کریم بر استرس درک شده کارکنان دانشگاه علوم پزشکی اراک

## محل انتشار:

دانشور پزشکی (نشریه پژوهشی پایه و بالینی)، دوره 19، شماره 4 (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

محسن شمس - گروه بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اراک

اکرم بیاتی - دانشگاه علوم پزشکی اراک

فرزانه جهانی - دانشگاه علوم پزشکی اراک

لیلا فرهنگ نیا - عضو کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی اراک

## خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: استرس باعث تحرک و پویایی در زندگی است اما استرس بیش از حد خطرناک بوده، سبب بسیاری از بیماری ها می شود. یکی از عوامل موثر بر استرس، مذهب و باورهای دینی است. این تحقیق با هدف مطالعه اثر آوای قرآن کریم بر استرس درک شده کارکنان دانشگاه علوم پزشکی اراک صورت پذیرفته است. مواد و روش کار: مطالعه حاضر کارآزمایی- آموزشی ( Educational- Trial ) میباشد که بر روی ۸۰ نفر از پرسنل دانشگاه علوم پزشکی اراک در دو گروه آزمون و کنترل (هر کدام ۴۰ نفر) انجام شد. ایزار جمع آوری اطلاعات پرسشنامه استاندارد استرس درک شده در هر دو گروه بود. در گروه آزمون، مداخله به صورت پخش آوای قرآن کریم به مدت دو هفته و هر روز به مدت ۲۰ دقیقه صورت گرفت. یک ماه پس از مداخله دوباره هر دو گروه، پرسش نامه ها را تکمیل کردند و میزان تاثیر مداخله در دو گروه بررسی شد. نتایج: یافته های مطالعه حاضر نشان داد که میانگین نمره استرس درک شده پس از مداخله در گروه آزمون و کنترل به ترتیب برابر  $۱۷/۵۹ \pm ۶/۲۹$  و  $۳۴/۱۵ \pm ۹۸/۴۰$  به دست آمد که از لحاظ آماری اختلاف معنی داری داشتند ( $p < ۰۰۱/۰۵$ ) نتیجه گیری: از آنجاکه آوای قرآن کریم، سبب کاهش استرس می شود صوت قرآن می تواند به عنوان یک درمان غیردارویی، بی خطر و تاثیرگذار به منظور کاهش استرس استفاده شود؛ بنابراین، پخش برنامه صوت قرآن کریم برای کارکنان به صورت روزانه پیشنهاد می شود.

## کلمات کلیدی:

آوای قرآن کریم، کارکنان، استرس درک شده، پرسشنامه استرس درک شده (PSS-۱۴)

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1739576>

