

عنوان مقاله:

بازشناسی مولفه های اثرگذار نماز در بازدارندگی از آسیب های روانشناختی

محل انتشار:

دومین کنگره ملی نماز و سلامت روان (سال: ۱۳۹۶)

تعداد صفحات اصل مقاله: ۱۶

نویسندگان:

مریم صف آرا - دکتری تخصصی روانشناسی بالینی، استادیار پژوهشکده زنان، دانشگاه الزهرا (س)

مریم قاسمی یزدآبادی - کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه علامه طباطبائی

خلاصه مقاله:

هدف: ارتباط با خالق هستی و اعتقاد به اینکه یک نیروی لایتناهی در همه شرایط همراه با انسان است باعث ازبین رفتن اضطراب، افسردگی، آسیب های اجتماعی، ناامیدی و ناراحتی های خلقی- عاطفی می شود. نماز و گفتگوهای روزانه با خداوند در آدمی این احساس را ایجاد می کند که تا وقتی کسی را برای گفتگو حاضر می بیند زندگی قابل زیستن است به ویژه زمانی که طرف گفتگو هستی آفرین و مدبر باشد. این احساس موجب مصونیت از بیماری های روانی می شود. لذا باتوجه به اثرگذاری نماز بر بازدارندگی از آسیب های روانشناختی، این مقاله به بررسی مولفه های اثرگذار نماز بر بازدارندگی و پیشگیری از آسیب های روانشناختی می پردازد. روش: روش پژوهش حاضر به شکل توصیفی کتابخانه ای است در گردآوری مطالب در مرحله اول بیش از ۱۰۰ مقاله مرتبط با سال های ۱۳۷۴ تا ۹۶ بررسی شده است. یافته ها: با توجه به مبانی نظری و نتایج بررسی شده، مولفه های اثرگذار نماز در بازدارندگی از آسیب های روانی به شرح ذیل دسته بندی شد: مولفه های تعادل بخشی در حوزه های رفتاری- شناختی، هیجانی، اجتماعی و اقتصادی. در حوزه رفتاری- شناختی، به مواردی از قبیل رشد فردی، داشتن هدف، جلوگیری از سوءرفتار، در حوزه هیجانی به جلوگیری از بی ثباتی هیجانی، آشفتگی های خلقی، خشم، ترس و افزایش تمرکز؛ در حوزه اجتماعی به داشتن سازگاری در روابط بین فردی، کاهش ناهنجاری های اجتماعی و رفتارهای ضد اجتماعی، کاهش خودبینی و خودپرستی؛ در حوزه اقتصادی به دوری از بخل، اجتناب از فساد اداری و بالابردن عملکرد شغلی پرداخته شد. نتیجه گیری: مولفه های اثرگذار نماز که در این پژوهش دسته بندی شد در بازدارندگی از آسیب های روانشناختی تاثیرگذار بود.

کلمات کلیدی:

نماز، سلامت روان، آسیب های روانشناختی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/۹۴۹۴۷۶>