



رابطه تقید به نماز و اضطراب دانش آموزان بر اساس آیات قرآن و دیدگاه علمی

غلامرضا کوهستانی

عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد جیرفت

Jiroft_university@yahoo.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه تقید به نماز و اضطراب دانش آموزان دبیرستانی شهرستان جیرفت انجام شده است. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه دانش آموزان مقطع متوسطه شهر جیرفت بودند (۱۱۰۰۰) با توجه به جدول مورگان تعداد ۳۷۵ نفر به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. ابزار تحقیق شامل دو پرسشنامه (پرسشنامه تقید به نماز و پرسشنامه اضطراب اشیپیل برگر) بودند. داده‌های به دست آمده با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون تجزیه و تحلیل شد و نتایج زیر به دست آمد: ۱. بین تقید به نماز و سطح اضطراب دانش آموزان، رابطه معنادار وجود دارد و هر قدر تقید دانش آموزان به نماز بیشتر باشد، از آرامش روانی بیشتری برخوردار می‌شوند. ۲. تقید دانش آموزان دختر به نماز بیشتر از دانش آموزان پسر است. ۳. رابطه تقید به نماز و اضطراب حالت، بیشتر از رابطه تقید به نماز و اضطراب صفت است؛ یعنی نقش تقید به نماز در کاهش اضطراب حالت بیشتر است.

کلید واژه‌ها: تقید به نماز، آرامش روان، اضطراب حالت، اضطراب صفت.

مقدمه

بزرگترین موهبتی که ممکن است در جهت ایجاد سلامت روانی نصیب یک طفل نو رسیده گردد، پای گذاشتن او در خانواده ای مؤمن و نمازگزار است. تعالیم آیین حیات بخش اسلام که حتی کوچکترین مسائل بشری را بدون پاسخ نگذاشته است، از همان بدو تولد نوزاد برای او برنامه ها و روشهای متعددی دارد که عمل به آنها ضامن سعادت و سلامت همیشگی انسان است [۱]. از جمله در بعد سلامت روانی، آیین اسلام به والدین و به خصوص پدر، مؤکداً حکم کرده است که مثلاً نام نیک بر بچه بگذارند و امروز علمای روان شناسی متفقاً به این نتیجه رسیده اند که چگونه نام یک کودک در شکل گیری شخصیت او تأثیر گذار است و چگونه یک نام بد ممکن است، موجبات تحقیر کودک (مثلاً تمسخر او توسط همسالان) و در نتیجه تزلزل شخصیتش گردد. در هر صورت کودکی که در خانواده مؤمن و نمازگزار به دنیا می آید و زمزمه حیات بخش اذان و اقامه در گوش راست و چپش نخستین نغمه زندگی او می گردد، کودکی است که گام در مسیری سعادت بخش گذاشته است [۲]. تغذیه کودک تا دو سال به وسیله شیر مادر و بهره مندی کامل او از آغوش پر مهرش که یک موهبت اسلامی است به او ایمنی محیر العقولی در مقابل بخش عظیمی

از بیماری های روانی می بخشد، مثلاً احتمال اضطراب یا افسردگی که بر اثر جدایی از مادر به وقوع می پیوندد، بسیار کم می شود. چرا که امروزه روشن شده است اکثر کسانی که به دام مهلک اعتیاد گرفتار می آیند کسانی هستند که در کودکی، از شیر و آغوش مادران شان محروم بوده اند. از طرفی هم بی تردید، انسان در حیات اجتماعی خویش از عوامل متعددی تأثیر می پذیرد و خود نیز در یک تعامل پیوسته با آنها بر محیط پیرامون خویش اثر می گذارد؛ به گونه ای که در دریای موج محیط، گاهی به تلاطم می افتد و تحت تأثیر موج های سنگین قرار می گیرد؛ حرکت می کند و گاهی از حرکت باز می ایستد؛ گاه نظاره می کند، به عقب برمی گردد یا به جلو می رود؛ گاهی نگران و ملول است و آرامش قلبی ندارد و به آینده امیدوار نیست [۳]. گاهی نیز نورانی و با نشاط است و با اطمینان خاطر، وظایف انسانی خود را انجام می دهد. انسان ها به طور طبیعی، افزون بر تأثیرپذیری های پیرامونی، از باورها و عملکردهای خود نیز تأثیر می پذیرند. در واقع، انگیزه های درونی، به باورهای درونی و واکنش های افراد وابسته است. از این رو، برخی افراد با انگیزه های بسیار قوی در حیات بشری خود فعالیت می کنند و بعضی، نشاط و شادابی کمتری دارند و بیشتر گرفتار نگرانی هستند [۴]. در میان آموزه های دینی، عبادت و ذکر خدا از جایگاه ویژه ای برخوردار است و در ایجاد بهداشت روانی و آرامش روانی افراد نقش اساسی دارد؛ چنان که بعضی از بزرگان فرموده اند: تا زمانی که سلامت و بهنجاری اعتقادی حاصل نشود، سلامت روانی هم حاصل نمی گردد. از نظر روان شناسان، بیشتر بیماری های روانی که از فشارهای روانی و ناکامی های زندگی برمی خیزد، در میان افراد غیرمذهبی دیده می شود. کارل یونگ می گوید: در طول سال ها درمان بیماری های روانی، حتی یک بیمار را ندیدم که مشکل اساسی اش نیاز به گرایش دینی در زندگی نباشد. به جرئت می توان گفت همه بیماران روانی به این دلیل بیمار شده اند که از درون مایه های دینی در زندگی بی بهره بودند و تنها وقتی به طور کامل درمان شدند که به دین و دیدگاه های دینی بازگشتند. افراد مذهبی به هر نسبت که ایمان محکمی داشته باشند، از بیماری روانی دورتر هستند [۵]. از این رو، یکی از پی آمدهای زندگی در عصر حاضر که برآمده از ضعف ایمان مذهبی است، افزایش بیماری های روانی و عصبی است. خداوند در قرآن کریم می فرماید: الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ. (رعد: ۲۸) آنها که به خدا ایمان آورده اند، دل هاشان به یاد خدا آرام می گیرد. آگاه باشید