

تأثیر آوای قرآن بر شادکامی دانش آموزان دختر مقطع راهنمایی شهرستان بروجن

راضیه میرزائیان^{۱،۲}، مریم میرزائیان^۳، مریم امیدی^۱، معصومه علیدوستی^۴، سیده لیلا دهقانی^۴

چکیده

مقدمه: نشاط و شادی در بین دانش آموزان می‌تواند بازدهی مدرسه را افزایش دهد. این مطالعه با هدف تعیین تأثیر آوای قرآن بر شادکامی دانش آموزان دختر مقطع راهنمایی در شهرستان بروجن انجام شد.

روش‌ها: در این پژوهش نیمه تجربی، دانش آموزان دختر مقطع دوم راهنمایی نمونه دولتی شهرستان بروجن، به صورت سرشماری وارد مطالعه شدند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات، پرسشنامه شادکامی آکسفورد بود که توسط دانش آموزان تکمیل شد. سپس به مدت یک هفته آیات سوره مبارکه حشر با صدای استاد محمود منشاوی پخش گردید و مجدداً پرسشنامه‌ها تکمیل شد. داده‌ها وارد نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۵ و با استفاده از آزمون تی زوج تجزیه و تحلیل شدند.

نتایج: در کل ۹۲ دانش آموز وارد مطالعه شدند. میانگین سن دانش آموزان $۱۳/۵۷ \pm ۰/۴۹$ سال بود. میانگین نمره شادکامی قبل و بعد از شنیدن آیات قرآن به ترتیب $۶۰/۳۹ \pm ۱۰/۶۹$ و $۶۷/۵۸ \pm ۱۴/۳۰$ بود و افزایش نمره شادکامی از نظر آماری معنی‌دار بود ($P < ۰/۰۰۱$).

بحث و نتیجه‌گیری: یافته‌ها حاکی از این بود که آوای قرآن احتمالاً سبب افزایش شادکامی در دانش آموزان شده است. لذا می‌توان با برنامه‌ریزی‌ها در جهت انس بیشتر با قرآن در مدارس، نشاط و انرژی این سرمایه‌های ملی را افزایش داد.

واژگان کلیدی: شادکامی، آوای قرآن، دانش آموزان

مقدمه

یکی از مباحث اصلی و همیشگی در زندگی بشر، موضوع سلامت می‌باشد و کارکردهای فردی و اجتماعی جامعه، مشروط به سلامت همه جانبه اعضای آن در بافت‌های مختلف است. پیچیدگی دنیای امروزی و گسترش روزافزون مشکلات باعث شده است که سلامت و بهداشت روان افراد بیش از پیش مورد تهدید قرار گیرد (۱). مهم‌ترین عامل در آرامش و سلامت روان در آیه ۱۲۸ سوره رعد آمده که می‌فرماید، "یاد خدا آرامش دهنده قلب‌ها است." بهداشت روانی به معنای سالم نگه داشتن روان از

هرگونه آسیب روانی است و هدف اصلی آن پیشگیری از به وجود آمدن ناراحتی‌های روانی می‌باشد. به عبارت دیگر بهداشت روانی، علمی است برای بهزیستی و رفاه اجتماعی که تمام زوایای زندگی از محیط خانه گرفته تا مدرسه، دانشگاه، محیط کار و غیره را در بر می‌گیرد (۲) و در این میان نشاط و شادی برای سلامت روان مفید بوده و اساسی‌ترین بحث انسانی برای تمام نسل‌ها است و مرکزی‌ترین محرک اهداف بشری می‌باشد (۳). نشاط یک مفهوم جدید روان‌شناسی است که تاکنون کمتر مورد توجه قرار گرفته است. تعریف مفهوم نشاط علی‌رغم

۱- کارشناس، معاونت تحقیقات و فناوری، دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد، شهرکرد، ایران

۲- دانشجو دکتری، دانشکده مدیریت و اطلاع‌رسانی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

۳- دبیر دینی و عربی، مدرسه نمونه راهنمایی شهرستان بروجن، بروجن، ایران

۴- مربی، گروه بهداشت عمومی، دانشکده علوم پزشکی بهبهان، بهبهان، ایران

Email: m_alidosti@hlth.mui.ac.ir

نویسنده‌ی مسئول: معصومه علیدوستی

آدرس: بهبهان، دانشکده علوم پزشکی بهبهان، گروه بهداشت عمومی تلفن: ۰۶۱۵۲۸۸۷۲۰۲ فاکس: ۰۶۱۵۲۸۸۷۲۰۱

قالب آیات متعددی از جنبه‌های گوناگون به مسأله سلامت روان توجه و تأکید داشته است و به نظر می‌رسد تلاوت آیاتی که بشارت دهنده هستند، می‌تواند تأثیر به‌سزایی در سلامت روان افراد و افزایش شادکامی داشته باشد.

از آنجا که احساس می‌شود نظام آموزشی کشور، از کمبود شادکامی و نشاط رنج می‌برند. لذا در این مطالعه به بررسی تأثیر شنیدن آیات قرآن بر شادکامی دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی مدرسه نمونه دولتی شهرستان بروجن پرداخته شده است.

مواد و روش‌ها

پژوهش نیمه تجربی حاضر در نیم‌سال اول سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ انجام شد. جامعه پژوهش دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی شهرستان بروجن بودند. از آنجا که دانش‌آموزان مدارس نمونه دولتی به دلیل موفقیت در آزمون ورودی، همگن‌تر می‌باشند، مدارس نمونه مدنظر قرار گرفت. پس از انجام هماهنگی لازم با مسئولین، چون در این شهرستان فقط یک مدرسه راهنمایی دخترانه نمونه دولتی وجود داشت این مدرسه برای نمونه‌گیری انتخاب شد. دانش‌آموزان مقطع اول به دلیل دلتنگی‌ها و عدم سازگاری با محیط جدید در بدو ورود و دانش‌آموزان مقطع سوم به دلیل سنگینی دروس از مطالعه خارج شدند. دانش‌آموزان مقطع دوم که تمایل به شرکت در مطالعه داشتند به صورت سرشماری پس از رضایت وارد مطالعه شدند.

ابزار جمع‌آوری اطلاعات، پرسشنامه شادکامی آکسفورد بود. این پرسشنامه توسط دانشگاه آکسفورد تهیه و روایی و پایایی آن محاسبه گردید (۱۰). این پرسشنامه توسط محققین داخلی نیز مورد تأیید قرار

آن که ساده به نظر می‌رسد، دشوار است. با وجود این بسیاری از روان‌شناسان بر این عقیده‌اند که نشاط یک هیجان مثبت است که حاوی سه عنصر اساسی لذت، خرسندی و رضایت از زندگی است (۴). شادکامی، نوعی ارزشیابی است که فرد از خود و زندگی‌اش به عمل می‌آورد و مواردی از قبیل رضایت از زندگی، هیجان و خلق مثبت، فقدان افسردگی و اضطراب را شامل می‌شود و جنبه‌های مختلف آن نیز به شکل شناخت‌ها و عواطف است (۵). شاید به جرأت بتوان گفت همه تلاش هر انسان در جهت یافتن شادی، نشاط و خوشبختی در آینده است. نشاط در زندگی، ترکیبی است از شرایط فردی و اجتماعی و در واقع خود نشانه‌ای از نگرش‌های مثبت نسبت به جهان و محیطی که فرد در آن زندگی می‌کند، می‌باشد. سطح پایین نشاط اجتماعی به گرایش‌های منفی نسبت به جامعه مربوط می‌شود (۶).

در آیات قرآن کریم اشاره شده است انسانی که همواره از آینده مبهم و نامعلومی در رنج باشد، آسایش و آرامش از وی سلب می‌شود؛ در حالی که ایمان به آینده او را امیدوار و توانایی بهره‌گیری از لذت‌های حال را در او افزایش می‌دهد. چنین امیدوی سبب آرامش فکری و تأمین سلامت روانی و بالطبع سلامت جسمی را فراهم خواهد کرد (۷). قرآن از محکم‌ترین متون اسلامی می‌باشد. حضرت علی (ع) همنشینی با قرآن را سبب هدایت و نجات انسان می‌داند (۸). در حقیقت در ابتدای قرآن، این کتاب آسمانی، به عنوان یک راهنما و دستورالعمل در زندگی بشر معرفی شده است (۹).

باید اذعان کرد که قرآن در بسیاری از آیه‌ها و عبارات تأکیدات فراوانی بر موضوع سلامت از جنبه‌های مختلف فردی و اجتماعی داشته است و در

از آزمون تی زوجی، پیرسون و آنالیز واریانس یک طرفه استفاده شد.

نتایج

همه دانش‌آموزان مقطع دوم که ۹۲ نفر بودند، وارد مطالعه شدند. مشخصات دموگرافیک بررسی شده در افراد مورد پژوهش در جدول ۱ آمده است. همه دانش‌آموزان دختر و از کلاس دوم راهنمایی و متعلق به یک مدرسه بودند. ۳۹ نفر (۴۲/۴٪) ۱۳ سال و ۵۳ نفر (۵۷/۶٪) ۱۴ سال سن داشتند و میانگین سن دانش‌آموزان ۱۳/۵۷±۰/۴۹ بود.

جدول ۱: توزیع فراوانی مشخصات دموگرافیک افراد مورد پژوهش

متغیر	تعداد (درصد)
وضعیت اقتصادی	عالی (۴/۴)
	خوب (۲۷/۲۹/۳)
	متوسط (۴۵/۴۸/۹)
	ضعیف (۱۶/۱۷/۴)
تحصیلات پدر	ابتدایی (۱۰/۱۰/۹)
	راهنمایی (۲۲/۲۳/۹)
	متوسطه (۴۹/۵۳/۲)
	دانشگاهی (۱۱/۱۲)
تحصیلات مادر	ابتدایی (۷/۷/۷)
	راهنمایی (۱۹/۲۰/۶)
	متوسطه (۴۷/۵۱/۱)
	دانشگاهی (۱۹/۲۰/۶)
کل	۹۲(۱۰۰)

وضعیت شادکامی دانش‌آموزان براساس مشخصات دموگرافیک در جدول ۲ آمده است و نتایج حاکی از آن است که میانگین نمره شادکامی هم قبل و هم بعد از تلاوت قرآن در گروه سنی ۱۳ سال به طور معنی داری بیشتر از گروه سنی ۱۴ سال بود، اما نمره شادکامی دانش‌آموزان برحسب وضعیت اقتصادی و تحصیلات والدین تفاوت معنی‌داری با هم نداشت (جدول ۲). میانگین نمره شادکامی قبل از شنیدن

گرفته است (۱۱). در این پژوهش نیز جهت تعیین روایی- محتوایی از نظرات اساتید راهنما و افراد صاحب نظر در موضوع پژوهش استفاده و اصلاحات لازم انجام شد و پس از یک مطالعه مقدماتی و تعیین واریانس سؤالات با استفاده از آلفای کرونباخ، ضریب پایایی ۰/۸۹ به دست آمد. پرسشنامه دارای ۲۹ سؤال می‌باشد و چهار عبارتی است. نحوه نمره گذاری آن به ترتیب ۰ - ۱ - ۲ - ۳ می‌باشد، بنابراین، هر چقدر فرد نمره بالاتری در این آزمون به دست آورد، نشان دهنده احساس شادکامی بالاتر وی است. در نهایت نمرات به درصد تبدیل شد و کمترین نمره ۰ و بالاترین نمره ۱۰۰ به دست آمد.

در ابتدای مطالعه پرسشنامه توسط دانش‌آموزان تکمیل شد. سپس به مدت یک هفته هر روز صبح قبل از شروع کلاس آیات سوره مبارکه حشر به مدت ۷ دقیقه برای دانش‌آموزان پخش گردید و دانش‌آموزان به صوت دلنشین استاد محمود منشاوی گوش فرا می‌دادند در انتها نیز معانی آیات توسط یکی از دانش‌آموزان قرائت می‌شد. سوره حشر پنجاه و نهمین سوره قرآن کریم است که در مدینه منوره نازل شده و ۲۴ آیه دارد. اسم اعظم خداوند اسمی است که با ذکر آن بسیاری از مشکلات مادی و معنوی آسان می‌گردد و به بسیاری از مقامات می‌توان دست یافت و نبی مکرم اسلام صلی‌الله علیه و آله وسلم فرموده‌اند: اسم اعظم خدا در شش آیه آخر سوره حشر است. همچنین امنیت‌یابی و آسایش از خواص قرائت و کتابت این سوره عظیم‌الشان ذکر شده است (۱۲)، بعد از این دوره مجدداً دانش‌آموزان پرسشنامه شادکامی را تکمیل نمودند.

پس از جمع‌آوری اطلاعات داده‌ها وارد نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۵ شد و جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها

شادکامی پس از شنیدن آیات قرآن از نظر آماری معنی‌دار بود ($P < 0/001$).

آیات قرآن $60/39 \pm 10/69$ و پس از شنیدن آیات قرآن $67/58 \pm 14/30$ بود و افزایش میانگین نمره

جدول ۲: مقایسه میانگین نمره شادکامی دانش‌آموزان برحسب وضعیت اقتصادی و تحصیلات والدین

متغیر	شادکامی قبل از تلاوت قرآن	شادکامی بعد از تلاوت قرآن
	انحراف معیار \pm میانگین	انحراف معیار \pm میانگین
گروه سنی		
۱۳ سال	$68/13 \pm 7/68$	$72/7 \pm 11/54$
۱۴ سال	$54/69 \pm 8/89$	$63/8 \pm 15/05$
معنی‌داری آزمون تی مستقل	۰/۰۰	۰/۰۲
وضعیت اقتصادی		
عالی	$62/18 \pm 10/73$	$68/67 \pm 6/97$
خوب	$61/23 \pm 9/75$	$66/92 \pm 15/62$
متوسط	$60/12 \pm 10/65$	$69/82 \pm 13/63$
ضعیف	$59/27 \pm 13/02$	$62/09 \pm 14/69$
معنی‌داری آزمون آنووا	۰/۹۲	۰/۳۲
تحصیلات پدر		
ابتدایی	$64/62 \pm 11/3$	$70/72 \pm 14/49$
راهنمایی	$57/97 \pm 8/11$	$66/89 \pm 13/82$
متوسطه	$60/31 \pm 10/86$	$68/82 \pm 14/19$
دانشگاهی	$61/74 \pm 13/73$	$62/55 \pm 16/24$
معنی‌داری آزمون آنووا	۰/۴۱	۰/۵۷
تحصیلات مادر		
ابتدایی	$63/11 \pm 11/87$	$67/82 \pm 15/68$
راهنمایی	$58/44 \pm 8/6$	$64/34 \pm 11/99$
متوسطه	$60/62 \pm 10/7$	$68/98 \pm 14/48$
دانشگاهی	$60/77 \pm 12/54$	$67/24 \pm 16/01$
معنی‌داری آزمون آنووا	۰/۷۷	۰/۷

را شادتر توصیف می‌کنند که شاید به دلیل درگیری کمتر با مسائل و مشکلات خانوادگی مانند دخل و خرج خانواده یا تربیت فرزندان و ... باشد و در این رابطه Bradburn نیز براساس تحقیقی در شهر شیکاگو دریافت که ۲۶ درصد افراد در ۲۱ سالگی، خود را بسیار شاد توصیف می‌کنند و تنها ۸ درصد افراد در بیست سالگی، به طور نسبی شاد نیستند (۱۴).

در مطالعه حاضر کل جامعه آماری را دختران تشکیل داده بودند، لذا تأثیر جنسیت بر شادکامی قابل تعیین نبود. هرچند که در مطالعه صیامیان و همکاران (۱۳) علوی (۱۶) و Koivumaa-Honkanen و همکاران (۱۵) بین میزان شادکامی افراد مذکر و مؤنث تفاوت معناداری گزارش داده نشد.

بحث

مطالعه حاضر در نوع خود مطالعه جدیدی است و با جستجو در منابع و سایت‌های معتبر علمی مطالعه مشابه مطالعه حاضر یافت نشد. لذا در این قسمت به سایر مطالعات در زمینه تأثیرات آوای قرآن اشاره خواهد شد.

یافته‌های پژوهش نشان داد که میانگین نمره شادکامی قبل از شنیدن آیات قرآن در حد متوسط به بالا بوده است. این مطلب با تحقیق صیامیان و همکاران که با هدف تعیین وضعیت شادکامی و ارتباط آن با برخی متغیرهای جمعیت‌شناختی در دانشجویان پیراپزشکی مازندران انجام شده بود همخوانی داشت (۱۳). این مطلب را چنین می‌توان توجیه نمود که افراد در سنین نوجوانی و جوانی خود

و نتایج نشان داد که میانگین نمره استرس درک شده پس از استماع آوای قرآن کاهش یافته است (۲۱). مجیدی نیز در مطالعه خود نشان داده که گوش دادن به آوای قرآن سبب کاهش اضطراب موقعیتی و شخصیتی شده است (۲۲).

تحقیقات فوق مؤید آن است که شنیدن آوای قرآن اثرات مثبتی بر سلامت افراد دارد. در این زمینه سایر تحقیقات هم نشان داده است که پابندی به معنویات مانند؛ دعا، نیایش و ذکر اذکار مستحبی هم بر روح اثر دارد و هم سلامت جسمانی را تقویت می‌کند و از طرفی باعث ارتقاء سازگاری فرد با موقعیت‌های بحرانی می‌شود (۲۳). در قرآن نیز در آیات ۶۲ تا ۶۴ سوره یونس آمده است دوستان خدا هیچ ترس و اندوهی به دل ندارند. آن‌ها اهل ایمان و خدا ترسند و به آینده امیدوارند و منطقی است که ایمان به خدا و امید به آینده سبب آرامش بشود. وقتی انسان همواره از آینده مبهم و نامعلومی در رنج باشد آسایش و آرامش وی از بین می‌رود، همان‌گونه که در آیه ۳۰ سوره فصلت اشاره شده است آنان که به واقع به خدا ایمان آوردند دیگر ترسی از آینده و اندوهی نسبت به گذشته نخواهند داشت.

از محدودیت‌های مطالعه حاضر نبود گروه شاهد برای مقایسه نتایج، تک جنسی بودن جامعه مورد پژوهش و درگیر شدن دانش‌آموزان از یک مقطع و همسن بود، لذا پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده نمونه‌گیری از مدارس پسرانه، در گروه‌های سنی متنوع و با حضور گروه شاهد انجام گیرد.

نتیجه‌گیری

یافته‌ها حاکی از این بود که آوای قرآن سبب افزایش شادکامی در دانش‌آموزان شده است. از آنجا که

از یافته‌های اصلی مطالعه حاضر این بود که پس از شنیدن آوای قرآن میانگین نمره شادکامی به طور معنی‌داری افزایش یافته بود و شنیدن قرآن اثر مثبتی در شادکامی افراد داشت. این موضوع مؤید آن است که انس با قرآن و دین‌باوری علاوه بر این که به زندگی انسان‌ها معنا می‌دهد، آرامش روانی انسان را در پی دارد. این یافته مشابه تحقیق قربانی و همکاران می‌باشد که نشان می‌دهد شنیدن، قرائت، توجه و تفکر در آیات قرآن هر کدام به نوعی می‌تواند انرژی بخش و روح‌افزای انسان باشد و انسان را از مشکلات موجود در زندگی، اضطراب و درگیری‌های روانی رهایی بخشد (۱۷). در مطالعه حیدری و شهبازی که با هدف تعیین تأثیر آوای قرآن بر میزان اضطراب امتحان در دانشجویان پرستاری و فوریت‌های پزشکی در دانشکده پرستاری بروجن انجام شد نیز نتایج حاکی از آن بوده که سطح اضطراب آشکار و پنهان دانشجویان در زمان امتحان با پخش آوای قرآن کاهش یافته است (۱۸). در مطالعه حسن پوردهکردی و همکاران که با هدف تعیین تأثیر آرام سازی پیش‌رونده عضلانی و آوای قرآن، ذکر خدا، بر سطح اضطراب آشکار دانشجویان پرستاری در بدو ورود به کارآموزی در دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد انجام شد نیز آوای قرآن و ذکر خدا سبب کاهش سطح اضطراب آشکار شده است (۱۹)، همچنین در مطالعه کاظمی و همکاران نتایج نشان داده که آوای قرآن سبب افزایش میانگین نمره بهداشت روان شده است (۲). انصاری جابری و همکاران نیز در تحقیق خود تأثیر مثبت آوای قرآن کریم بر افسردگی را بیان کردند (۲۰). شمسی و همکاران نیز مطالعه‌ای را با هدف تعیین تأثیر آوای قرآن کریم بر استرس درک شده کارکنان دانشگاه علوم پزشکی اراک انجام دادند

تشکر و قدردانی

بدین وسیله نویسندگان این مقاله، مراتب تشکر و قدردانی خود را از حمایت مالی دانشکده علوم پزشکی بهبهان و دانشگاه علوم پزشکی شهکرد و همچنین همکاری مسئولین اداره آموزش پرورش شهرستان بروجن و کلیه دانش‌آموزان عزیز که بدون کمک آنان انجام این تحقیق ممکن نبود، اعلام می‌دارند.

سازمان آموزش و پرورش به دلیل تربیت نسل آینده از سازمان‌های مهم به حساب می‌آیند، از مسئولین، مدیران و مربیان مدارس درخواست می‌شود که با در نظر گرفتن نتایج مطالعه حاضر اقداماتی اتخاذ نمایند تا سبب افزایش علاقه نوجوانان و جوانان برای نزدیکی بیشتر با کتاب آسمانی شود و با برنامه‌ریزی‌های مناسب در جهت ترویج فرهنگ انس با قرآن گام بردارند تا این سرمایه‌های ملی با نشاط و انرژی بیشتری مقاطع تحصیلی را بگذرانند و از برکات قرآن در موفقیت تحصیلی بهره‌گیرند.

References

1. Pursardar F, Amanelahfard A, Bahamni G, Charkhab N. Comparison of mental health, quality of life, intimacy and religious attitudes in forgiving and unforgiving married employees in Abdanan health and therapeutic centers. *J Ilam Univ Med Sci*. 2011;19(3): 57-65. Persian.
2. Kazemi M, Ansari A, Allah Tavakoli M, Karimi S. The effect of the recitation of holy quran on mental health in nursing students of Rafsanjan University of Medical Sciences. *J Rafsanjan Univ Med Sci*. 2004; 3(1):52-7. Persian.
3. Street H, Nathan P, Durkin K, Morling J, Azahar Dzahari M, Carson J, et al. Understanding the relationships between wellbeing, goal-setting and depression in children. *Aust N Z J Psychiatry*. 2004;38(3):155-61.
4. Farhadi A, Javaheri F, Gholami YB, Farhadi P. The amount of Mirthfulness and its relation with self-reliance in Students of Lorestan University of Medical Sciences. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2005; 25-26(7): 57-62. Persian.
5. Malekpor T, Raeisi M, Alidosti M, Mirzaeian R. Investigation of students' attitudes toward some effective factors on social vitality in Shahrekord University of Medical Sciences. *International Journal of Psychology and Behavioral Research*. 2014; 1(3):134-8.
6. Hezarjaribi J, Astinfeshan P. Hezarjaribi J, Astinfeshan P. Review of influential factors in social bliss (Emphasis on Tehran Province). *Journal of Applied Sociology*. 2009; 20(1): 119-46. Persian.
7. Khadem M. Quran is the eternal miracle: Sura of "noor" and the miracle of Epidemiology; 2010. [cited 2013 Jan 13]. Available from: <http://www.alvadosadegh.com/fa/best-article>
8. Yavari M, Azizi M, Ghanee Ezabadi B, Rigazadeh M. Knowledge attitude and practice of people aged 25 and older in Yazd regarding foods mentioned in Quran and Hadiths. *Tolooe Behdasht*. 2007; 6(1): 26-35. Persian.
9. Esmaili A, Rezaeian M, Vazirinejad R, Tabatabai SZ, Salem Z, Mahdian F. Protecting living environments in Islam. *J Rafsanjan Univ Med Sci*. 2008;6(1):55-60. Persian.
10. Joseph S, Lewis CA. The Depression–Happiness Scale: Reliability and validity of a bipolar self-report scale. *Journal of Clinical Psychology*. 1998; 54(4): 537–44.
11. Alipoor A, Nori N. A study on reliability and validity of the depression-happiness scale in justice's staff of Isfahan city. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2006; 8(31): 87-96.
12. Ashtiani M, Mousavi SM. Quran mental and physical therapeutic, virtue and properties of the Sura Hashr Qur'an. [cited 2014 Aug 1]. Available from: <http://www.Quran.anhar.ir/node/1616>
13. Siamian H, Naeimi OB, Shahrabi A, Hassanzadeh R, Âbazari MR, Khademloo M, et al. The status of happiness and its association with demographic variables among the paramedical students. *J Mazandaran Univ Med Sci*. 2012; 21(86):159-66. Persian.
14. Bradburn NM. *The Structure of Psychological Well-Being*. 1th ed. Chicago: Aldine; 1969.
15. Koivumaa-Honkanen H, Kaprio J, Honkanen RJ, Viinamäki H, Koskenvuo M. The stability of life satisfaction in a 15-year follow-up of adult Finns healthy at baseline. *BMC Psychiatry*. 2005;5:4.

16. Alavi HR. Correlatives of happiness in the university students of Iran (a religious approach). *J Relig Health*. 2007; 46(4): 480- 99.
17. Ghorbani F, Ghorbani Z, Avazeh A. The effect of listening to the Holy Quran on the level of pre-Exam anxiety of secondary school students in Zanjan City, in 2011. *J Zanjan Univ Med Sci*. 2014; 22(90): 89-96. Persian.
18. Heidari M, Shahbazi S. An assessment of the effect of recitation of the Quran on exam anxiety in Nursing and emergency Medicine students. *Strides in Development of Medical Education*. 2015; 12 (1):56-63. Persian.
19. Hasan Poor Dehkordi A, Jafari A, Solati SK. Comparison of relaxation and Quran tone, God mention effect on anxiety among nursing students in entering to training in Shahrekord Medical Sciences University. *Teb va Tazkiyeh*. 2008; 17(3): 56-64. Persian.
20. Ansari Jaber A, Negahban Bonabi T, Sayadi Anari AR, Agha Mohamad Hasani P. The effect of the Koran Reciting on the depressed patients in psychiatry department of Moradi hospital in Rafsanjan. *J Kurdistan Univ Med Sci*. 2005; 36(10): 42-8. Persian.
21. Shamsi M, Bayati A, Jahani F, Farhangnia L. The effect of Holy Quran recitation on perceived stress among personnel of Arak University of Medical Sciences. *Daneshvar Med*. 2011; 19(95):1-11. Persian.
22. Majidi SA. Recitation effect of holy Quran on anxiety of patients before undergoing coronary artery angiography. *J Guilan Univ Med Sci*. 2004; 49(13): 67-70. Persian.
23. Hasanpour-Dehkordi A, Khodadi K, Khaledifar A, Salehi S. The effect of recommended recitals on the severity of perceived pain in hospitalized patients undergoing surgery: a randomized clinical trial. *J Shahrekord Univ Med Sci*. 2015; 16 (6):111-8. Persian.

The Effect of Listening to the Quran Verses on the Happiness of Girl Students of Junior High School in Borujen

Razieh Mirzaeian^{1,2}, Maryam Mirzaeian³, Maryam Omidi¹, Masoumeh Alidosti⁴,
Seyedeh Leila Dehghani⁴

Abstract

Background: Happiness among students can enhance school performance. The aim of this study was to investigate the effect of listening to the Quran verses on the happiness of female students of a junior high school in Borujen, Iran.

Methods: In this semi-experimental study, all students of the 2nd grade of the Distinct Governmental Junior High School in Borujen, Iran, were included by census sampling method. Data were collected by the Oxford Happiness Questionnaire completed by the students. Then, the verses of Hashr sura recited by Mahmoud Minshavi were replayed for one week. After this, the questionnaires were completed by the students again. Finally, the data were analyzed by paired t-tests using SPSS 15.

Results: In this study, 92 girl students of Junior High School with an average age of 13.57 ± 0.49 were included. The average score of happiness before and after listening to the Quran verses were 60.39 ± 10.69 and 67.58 ± 14.30 , respectively. The scores of happiness significantly increased ($P < 0.001$).

Conclusion: The findings show that Quran recitation probably increases the happiness of the students. Therefore, by planning to have Quran recitation in schools, the level of students' happiness can be increased.

Keywords: Happiness, Quran Recitation, Students

1- Research Officer, Deputy of Research and Technology, Shahrekord University of Medical Sciences, Shahrekord, Iran
2- PhD Student, Department of Health Information Management, Faculty of Health Management and Information Sciences, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
3- Teacher of Religious Sciences and Arabic, Boroujen Junior High School, Boroujen, Iran
4- Lecturer, Department of Public Health, Behbahan Faculty of Medical Sciences, Behbahan, Iran
Corresponding Author: Masoumeh Alidosti **Email:** m_alidosti@hlth.mui.ac.ir
Address: Department of Public Health, Behbahan Faculty of Medical Sciences, Behbahan, Iran
Tel: 06152887202 **Fax:** 06152887201