

نقش اعتقادات دینی بر سلامت جسمی و روانی: یک مطالعه مروری

حبیبه صالحی عالی^۱، پوران اخوان اکبری^۲

^۱ کارشناس ارشد مامایی، عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، ایران

^۲ دکتری بهداشت باروری، عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، ایران

چکیده

همزمان با تغییر سبک زندگی انسانها از سنتی به مدرنیته، علاوه بر بیماریهای جسمی، بیماریهای روانی بسیاری دامنگیر انسان شده است که از آن جمله خستگی، اضطراب، افسردگی، استرس رامیتوان نام برد. بر اساس نظر سازمان جهانی بهداشت، سلامتی حالتی است که در آن فرد از نظر روانی، جسمی واجتماعی سالم باشد. مطالعات هم نشان داده که هرچقدر باورها و اعتقادات دینی افراد بیشتر باشد، میزان استرس و در نتیجه اختلالات روحی کمتری داشته و از طرفی دیگر این پابندی به اعتقادات مذهبی، نقش مهمی در کاهش انحرافات جنسی، افسردگی و سایر مشکلات روانی دارد و مشخص شده است که اعتقاد به خدا کاهش یافته و باعث حس آرامش و امنیت در فرد میگردد. به دلیل اهمیت موضوع در عصر حاضر، این مطالعه به بررسی اهمیت نقش اعتقادات دینی بر سلامت روانی و جسمی در قالب یک مطالعه مروری پرداخته است. روش جستجو: در مطالعه مروری حاضر از پایگاههای الکترونیکی و پاموتور جستجوگر از جمله Science direct، Google Scholar، PubMed و Scientific Information Database (SID) با کلید واژه های اعتقادات دینی، سلامت روحی، سلامت جسمی مورد بررسی قرار گرفته و بعد از بررسی مقالات متعددی در این زمینه نتایج زیر بدست آمده است. یافته ها: یافته های حاصل از پژوهش های مرزبان و همکاران (۲۰۱۷) نشان داد که سلامت روان خود دارای شاخصه های مختلفی از جمله برخورداری از اراده قوی، عزت نفس، آرامش قلبی و صبر و استقامت می باشد که هر کدام از اینها می تواند فرد را در مقابل اختلالات روانی محفوظ نگه داشته و با توکل بر خدا و ایمان و اعتقاد کامل به عنایت معبود بی همتا، سلامت روان خود را تضمین نماید.

کلیدواژه ها: اعتقاد دینی، سلامت جسمی، سلامت روحی.