

## عنوان مقاله:

بررسی نقش روانشناختی باورهای دینی در مدیریت و غلبه بر ترس و نگرانی ناشی از کرونا

## محل انتشار:

هشتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسنده:

حامد میرزاخان

## خلاصه مقاله:

هدف پژوهش بررسی نقش روانشناختی باورهای دینی در مدیریت و غلبه بر ترس و نگرانی ناشی از کرونا است. اعتقاد به امدادهای الهی، توکل به خداوند متعال و یقین داشتن موفقیت در کاهش اضطراب و نیل به مدیریت ترس و نگرانی تاثیر مثبت دارد. التزام عملی به دین از جمله نماز خواندن و راز و نیاز با خداوند و صبر پیشه کردن در مدیریت و بهبود سلامت روانی نقش مثبت داشته و آن را افزایش میدهد. باورهای مذهبی نقش حیاتی در ارتقای سلامت روانی و مدیریت استرس و نگرانی ایفا میکنند؛ زیرا به باور محقق فطرت آدمی همواره خواستار اتصال به یک منبع بیرونی برای هدایت است؛ و این تکیه گاه که از آسیبهای روحی و روانی متعددی پیشگیری میکند به طور حتم بر سلامت روان افراد تاثیرگذار است. یافته های پژوهش نشان میدهد که راهبردهای معنوی و مذهبی در افزایش کیفیت زندگی و مدیریت بر ترس و نگرانی تاثیر بسزایی دارد؛ که در پی آن سلامت روان افزایش می یابد.

## کلمات کلیدی:

باورهای دینی، روانشناسی، مدیریت استرس، ویروس کرونا

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1202668>

