

عنوان مقاله:

واکاوی اثربخشی نماز بر سلامت روانی و کاهش استرس در مدارس ابتدایی

محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

اله قلی شجاعیان فر - کارشناسی امور تربیتی دانشگاه فرهنگیان پردیس شهید بهشتی اقلید

عباس کاظمی فرد - کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد یاسوج

عالم تاج رخشار - کاردانی کودک یاری دانشگاه فنی شیراز

خلاصه مقاله:

نقش مهم و گره گشایی مذهب و عبادات در بهبود سلامت روانی انسان ها از دیرباز مورد توجه قرار گرفته است. یکی از پیشوایان مهم مسلمانان، نماز، به عنوان یکی از عمده عبادات اسلامی، اثرات زیادی بر سلامت روانی فرد افراز می دهد. از سوی دیگر، مدارس به عنوان محیط های اصلی تربیتی کودکان و نوجوانان، مسئولیت بالایی در تسهیل فرآیند رشد و توسعه ذهنی و روانی دانش آموزان دارند. به همین دلیل، تحقیقات متعددی در زمینه ارتباط بین عبادات دینی، از جمله نماز، و سلامت روانی در محیط مدارس انجام گرفته است. هدف این تحقیق، واکاوی اثربخشی نماز بر سلامت روانی و کاهش استرس در دانش آموزان مقطع ابتدایی است. در این راستا، عوامل مختلفی از جمله تاثیر نماز بر ترکیب هورمون ها، تاثیر آرامش و انسجام روانی بر عملکرد تحصیلی، و ارتباط این عبادت با احساس امنیت و رضایت دانش آموزان بررسی خواهد شد. همچنین، این تحقیق به بررسی راهکارهایی برای افزایش فعالیت نماز در مدارس ابتدایی و ترویج آن به عنوان یک ابزار موثر در پشتیبانی از سلامت روانی دانش آموزان خواهد پرداخت. بررسی نقش نماز در مدارس ابتدایی از اهمیت ویژه ای برخوردار است زیرا این دوره از تحصیل، زمانی است که اساسی ترین اصول و ارزش ها در ذهن کودکان شکل می گیرد. این تحقیق به دنبال ارتقاء سطح آگاهی اجتماعی و مسئولیت مدرسان و مدیران مدارس در ارتقاء سلامت روانی دانش آموزان از طریق تسهیل و ترویج عبادات دینی، به ویژه نماز، می باشد.

کلمات کلیدی:

نماز، کاهش استرس، سلامت روانی، دانش آموزان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1894454>

