



شورای عالی حوزه علمیه قم  
مرکز مدیریت حوزه های علمیه خواهران  
مدرسه علمیه الزهرا (سلام الله عليها) تهران  
تحقیق پایانی سطح دو (کارشناسی)

عنوان

# تأثیر توکل بر صحت روان فرد (با تکیه بر آیات قرآن کریم)

استاد راهنما

سرکار خانم رضایتی

استاد داور

جناب آقای دکتر روحی

پژوهشگر

فروزان جدی

مرداد 1393

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



شورای عالی حوزه علمیه قم  
مرکز مدیریت حوزه های علمیه خواهران  
مدرسه علمیه الزهرا (سلام الله عليها) تهران  
تحقیق پایانی سطح دو ( کارشناسی)

عنوان

# تأثیر توکل بر صحت روان فرد (با تکیه بر آیات قرآن کریم)

استاد راهنما

سرکار خانم رضایتی

استاد داور

جناب آقای دکتر روحی

پژوهشگر

فروزان جدی

مرداد 1393

تحمیدیه

**الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى مَا أُنْعَمَ وَ لَهُ الشُّكْرُ عَلَى مَا أُلْهِمَ**

حمد و ستایش خدای را بر نعمت‌هایی که ارزانی داشت و شکر و سپاس او را بر

اندیشه‌ی نیکویی که در دل نکاشت

سپاس و ستایش بی‌کران پروردگار یکتا را که هستی‌مان بخشید و به طریق علم و دانش

رهنمونمان شد و به هم‌نشینی رهروان علم و دانش، مفتخرمان نمود و خوشه‌چینی از علم

و معرفت را روزی‌مان ساخت

آن حمد و ستایشی که تا بلندترین جایگاه‌ها برود و در نامه‌ی اعمال نوشته شود و

نزدیکان بارگاه الهی بر آن گواهی دهند

## تقدیم به :

محضر مبارک حضرت صدیقہ کبری فاطمہ زہرا سلام اللہ علیہا، او کہ با بذل جان خود و

اولاد پاکش، قلم آموز بشریت شد

## مقالات

- ۱- ابوالقاسمی، شهنام، "تأثیر شعائر دینی بر بهداشت روان جوانان"، فصلنامه اندیشه و رفتار، سال دوم، شماره اول، ۱۳۸۹.
- ۲- آذربایجانی، مسعود، "مناسبت‌های دین و روانشناسی"، فصلنامه پژوهش و حوزه، سال هفتم، شماره ۲۵.
- ۳- باقری‌پور، سیدمحمد، "مقالات بهداشت و سلامت از منظر اسلام"، موسسه هدی یارانه.
- ۴- بخشایش، علیرضا، "بررسی رابطه توکل بر خدا، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان"، فصلنامه روان‌شناسی دین، سال چهارم، شماره دوم، ۱۳۹۰.
- ۵- پهلوانی و همکاران، "بررسی رابطه بین به‌کارگیری مقابله‌های مذهبی و سلامت روانی"، مجموعه مقالات اولین همایش نقش دین در بهداشت روان، دفتر نشر نوید اسلام، ۱۳۷۶.
- ۶- پیشیاره، ابراهیم، "تأثیر توکل در قالب آموزه‌های دینی بر اضطراب از دیدگاه قرآنی"، اولین همایش ملی سلامت از دیدگاه قرآن کریم، تهران: انتشارات جهاد دانشگاهی دانشگاه تهران، ۱۳۹۰.
- ۷- جلیلود و همکاران، "مطالعه رابطه نماز و اضطراب در دانش‌آموزان تهران"، مجموعه مقالات اولین همایش نقش دین در بهداشت روان، دفتر نشر نوید اسلام، ۱۳۷۶.
- ۸- جوادی آملی، عبدالله، "فطرت در آئینه قرآن"، مجموعه مقالات انسان‌پژوهی، مجتمع آموزشی عالی شهید محلاتی نمایندگی ولی فقیه در سپاه، ۱۳۸۹.

- ۹- حسینی، سیدابوالقاسم، "مفاهیم و اهداف بهداشت روانی"، فصلنامه اصول بهداشت روانی، شماره اول، ۱۳۷۸.
- ۱۰- حسینی، سیدحسن، "نگاهی اجمالی به مبانی و فلسفه بهداشت روانی در اسلام"، مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز، دوره پانزدهم، شماره ۱، ۱۳۷۸.
- ۱۱- حسینی، سیدعباس، "یاد خدا و نقش آن در بهداشت روان از منظر قرآن کریم"، مجله پیوند، شماره ۳۵۷-۳۵۹، ۱۳۸۸.
- ۱۲- حقانی زنجانی، حسین، "توکل از دیدگاه قرآن"، مجله درس‌هایی از مکتب اسلام، شماره ۲۷۷، ۱۳۶۳.
- ۱۳- خداریحیمی، سیامک و جعفری، سیدغلامرضا، "نقش مذهب بر بهداشت روانی، روان‌درمانی و روان‌شناسی بالینی"، فصلنامه اصول بهداشت روانی، شماره چهارم، سال اول، ۱۳۷۸.
- ۱۴- خدایار، دادخدا و قائمی، مهدی، "نگاهی قرآنی به کارکردهای تربیتی توکل و نقش آن در سلامت معنوی"، فصلنامه اخلاق پزشکی، سال ششم، شماره ۲۲، ۱۳۹۱.
- ۱۵- خدایاری‌فرد، محمد، "دین‌درمانی و کاربرد مثبت‌نگری اسلامی در روان‌درمانگری"، ۱۶- دیزانی‌ها، مجتبی و قدس، عباس، "راهکارهای قرآن در عصر اضطراب"، خلاصه مقالات برتر نخستین جشنواره ملی قرآن‌پژوهی و طب، انتشارات رسانه‌ی تخصصی، ۱۳۹۱.
- ۱۷- شاه‌فضل قمصری، ابوالفضل، "روابط فردی و اجتماعی در قرآن"، خلاصه مقالات برتر نخستین جشنواره ملی قرآن‌پژوهی و طب، انتشارات رسانه‌ی تخصصی، ۱۳۹۱.

- ۱۸- شفیع آبادی، عبدالله و همکاران، "بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های مقابله‌ای اسلام برگرفته از آیات قرآن در کاهش اضطراب دختران دبیرستان‌های اهواز"، فصلنامه روان‌شناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، سال اول، شماره ۳، ۱۳۸۹.
- ۱۹- صادقیان، احمد، "قرآن و بهداشت روان"، مجله قرآن و علم، شماره دوم، ۱۳۸۷.
- ۲۰- صدری، محمدرضا و همکاران، "نقش دین در بهداشت روانی"، فصلنامه تازه‌های روان‌درمانی، سال دهم، شماره ۳۷ و ۳۸.
- ۲۱- عاصمی، زهرا، "تأثیر مذهب در بهداشت روانی دانشجویان واحد تربت جام"، فصلنامه روان‌شناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، سال اول، شماره ۳، ۱۳۸۹.
- ۲۲- علیجانی احمدآبادی، محمد، "آموزه‌های قرآنی و سلامت روان"، خلاصه مقالات برتر نخستین جشنواره ملی قرآن‌پژوهی و طب، انتشارات رسانه‌ی تخصصی، ۱۳۹۱.
- ۲۳- علی‌نوری، علیرضا، "راهکارهای معرفتی قرآن برای تامین بهداشت روانی"، خلاصه مقالات برتر نخستین جشنواره ملی قرآن‌پژوهی و طب، انتشارات رسانه‌ی تخصصی، ۱۳۹۱.
- ۲۴- غباری بناب، باقر، "نقش دین در بهداشت روانی"، اولین همایش بین‌المللی بهداشت روان، تهران: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف، ۱۳۸۲.
- ۲۵- \_\_\_\_\_، "توکل به خدا"، فصلنامه قبسات، سال سوم، شماره دوم، ۱۳۷۷.
- ۲۶- \_\_\_\_\_، "توکل به خدا به عنوان راهبرد حل مشکلات زندگی"، انتشارات مرکز مشاوره دانشجویی دانشگاه تهران، ۱۳۸۸.
- ۲۷- غباری بناب، باقر، "نقش دین در بهداشت روانی"، فصلنامه تازه‌های روان‌درمانی، سال دهم، شماره ۳۷ و ۳۸، ۱۳۷۷.

۲۸- قدیمی‌فر، ابوالفضل و شهیرودی، احسان، "آرامش از دیدگاه قرآن"، خلاصه مقالات

برتر نخستین جشنواره ملی قرآن‌پژوهی و طب، انتشارات رسانه‌ی تخصصی، ۱۳۹۱.

۲۹- کوثری، یدالله، "نقش باورهای دینی در بهداشت روانی"، مجله مریبان، سال ششم،

شماره ۱۹.

۳۰- لواسانی، سیدمحمدرضا و آذربایجانی، مسعود، "الگوی اعتماد به نفس در اخلاق

اسلامی"، فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات اسلام و روان‌شناسی، سال ششم، شماره ۱۰، ۱۳۹۱.

۳۱- موسوی اصل، سیدمهدی، "فقر و بهداشت روانی از دیدگاه دین و روان‌شناسی"،

پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۷.

۳۲- \_\_\_\_\_، "نقش رفتارهای دینی در بهداشت روانی ۱ و ۲"، فصلنامه تخصصی

روان‌شناسی در تعامل با دین، سال اول، شماره اول و دوم، ۱۳۸۷.

۳۳- ولدخانی، نیره، "درجات خوشبختی و بدبختی"، سایت تبیان.

## پایان‌نامه

۱- خان‌بیگی، حمزه، پیامدهای مثبت توکل در زندگی فردی، دانشگاه تربیت معلم

آذربایجان، تبریز، ۱۳۷۹.

۲- نجاتی، رضا، بررسی رابطه توکل بر خدا و سطح اضطراب در دانشجویان دانشگاه

علوم پزشکی بیرجند، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۱۳۸۵.

## نرم افزارها

- ۱- جامع التفاسیر نور، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی.
- ۲- گنجینه نور، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی.
- ۳- مجموعه آثار شهید مطهری، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی.
- ۴- نورالحکمة ۳، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی.
- ۵- مکتبه اهل البیت، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی.

## سایت

- ۱- دانشنامه موضوعی قرآن، [www.maarefquran.org](http://www.maarefquran.org)
- ۲- نظر اسلام درباره بهداشت روان، [www.boshraa.ir](http://www.boshraa.ir)
- ۳- آمنة اسفندیاری، اهداف بعثت پیامبران، [www.tebyan.net](http://www.tebyan.net)
- ۴- محمودرضا هاشم‌ورزی، از صحت روان بیشتر بدانیم، [www.rawanonline.com/mentalhealth](http://www.rawanonline.com/mentalhealth)
- ۵- حمیدرضا ملک‌نیا، باورهای دینی و بهداشت روانی، [www.mika2eel.com](http://www.mika2eel.com)