



تأثیرات مثبت دین و معنویت بر سلامت انسان

تحقیقات جدید در دانشگاه ایالتی اورگان (۱) نشان می‌دهد که دینداری و معنویت تأثیر برجسته‌ای بر سلامت دارد.

گلسا نوری: تحقیقات جدید در دانشگاه ایالتی اورگان (۱) نشان می‌دهد که دینداری و معنویت تأثیر برجسته‌ای بر سلامت دارد. به گفته‌ی کارولین آلدوین (۱) استاد علم پیری شناسی (۲) در دانشکده بهداشت عمومی و علوم انسانی در OSU، دینداری موجب منظم شدن رفتارها و عادات (بهداشتی- سلامتی) می‌شود. معنویت نیز هیجانات و احساسات را تنظیم و تعدیل می‌کند. آلدوین و همکارانش مشغول پژوهش و مطالعه به منظور تشخیص و پی بردن به ارتباط سودمند دینداری و معنویت با سلامت هستند.

نتیجه‌ی تحقیقات، مدل نظری نوینی است که دو خط سیر مجزا را مطرح می‌کند. دینداری، از جمله پیوستگی رسمی با مذهب و شرکت در مناسک مذهبی، منجر به شکل‌دهی رفتارها و عادات خوب می‌شود که با سلامت فرد همسو است. معنویت، شامل نماز و نیایش‌های شخصی احساسات و هیجانات را تنظیم و تعدیل می‌کند و تأثیرات فیزیولوژیک خوبی از جمله بهبود فشارخون دارد.

یافته‌های این تحقیقات به تازگی در مجله‌ی روانشناسی دین و معنویت (۴) منتشر شده است. نویسندگان همکار در این پژوهش، کریستال ال پارک از دانشگاه کنتیکت (۵)، و یو جین جونگ و ریتویک نات از OSU بودند.

به گفته‌ی آلدوین: هیچکس تا به حال، تمامی مدل‌های مختلف چگونگی تأثیر مذهب بر سلامت را بررسی نکرده است.

به عقیده‌ی وی، احتمالاً تأثیرات مذهب و معنویت بر سلامت، با هم همپوشانی دارند.

تحقیقات بیشتری برای آزمودن این نظریه و پی بردن به تفاوت‌های آن‌دو، مورد نیاز است.

هدف از این تحقیقات، کمک به محققان برای توسعه و پیشبرد اقدامات بهتر به منظور بررسی ارتباط مذهب، معنویت و سلامت و سپس ارائه مداخلات بالینی ممکن می‌باشد.

منابع:

<http://oregonstate.edu/ua/ncs/archives/2014/mar/religion-spirituality-influence-health-different-complementary-ways> 03/27/2014

[1] Oregon State University

[2] Carolyn Aldwin, PhD

[3] Gerontology

[4] Psychology of Religion and Spirituality

[5] University of Connecticut