

عنوان مقاله:

بررسی رابطه سلامت روان و سبک زندگی در جهت بهبود و ارتقای کیفیت زندگی افراد و اثربخشی آن در برخورد با بیماری کرونا

محل انتشار:

دومین کنگره تازه یافته ها در حوزه خانواده، بهداشت روان، اختلالات، پیشگیری و آموزش (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 22

نویسندگان:

علی بابائی آغمیونی - گروه آموزش مشاوره و راهنمایی، دانشکده تخصصی، پردیس علامه طباطبائی اردبیل (برادران)، دانشگاه فرهنگیان، اردبیل، ایران

محمد عظیمی - استادیار، گروه آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

احسان آزر می سه ساری - گروه آموزش مشاوره و راهنمایی، دانشکده تخصصی، پردیس علامه طباطبائی اردبیل (برادران)، دانشگاه فرهنگیان، اردبیل، ایران

خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف بررسی رابطه سلامت روان و سبک زندگی در جهت بهبود و ارتقای کیفیت زندگی افراد و اثربخشی آن در برخورد با بیماری کرونا انجام گرفت. یافته های پژوهش در پنج محور ارزش ها و عقاید، وضعیت سیاسی-اقتصادی-اجتماعی، سواد فرهنگی- رسانه ای، ارتباط با دیگران و تعارضات و تمایلات شخصی مورد تحلیل و تفسیر قرار گرفتند. روش پژوهش، کیفیاز نوع توصیفی تحلیلی است. تجزیه و تحلیل اطلاعات نیز با استفاده از روش تحلیل محتوای کیفی، استدلال های قیاسی و استقرایی، عقل و منطق صورت گرفت. براساس یافته های پژوهش برای عملکرد مطلوب در زندگی باید با خودآگاهی، معنویت، واقع بینی و نگرش مثبت برای زندگی برنامه ریزی شده و اهداف مشخص شده باشند در جامعه قانون مدار، مسئولیت پذیر، برخوردار از اقتصاد مقاومتی و حمایت ها و امکانات اجتماعی، پیشرفت های علمی صورت می گیرد و وضعیت سیاسی، اجتماعی و اقتصادی مطلوبی حاکم می شود. با توجه به جایگزین شدن تربیت رسانه ای به جای تربیت خانوادگی، نیاز به تقویت سواد رسانه ای از اهمیت بیشتر برخوردار شده است. برقراری ارتباط صحیح با دیگران نیازمند عزت نفس و توجه غیر مشروط و احترام متقابل است. نگرش و تلقین های مثبت کلید گشایشی برای کنترل موقعیت های زندگیست. بیماری کرونا پنج محور ذکر شده را تحت تاثیر قرار داده و سبک زندگی جدیدی ایجاد کرده است که مدیریت آن راهکارهای مدیریتی و مقابله ای را می طلبد.

کلمات کلیدی:

ارزشها و عقاید، وضعیت سیاسی-اقتصادی-اجتماعی، سواد فرهنگی- رسانه ای، ارتباط با دیگران، تعارضات و تمایلات شخصی، کرونا

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1038198>

