

عنوان مقاله:

رویکرد روانشناسی مثبت نگر در سلامت ، بهداشت و مراقبت روانی سالمندان

محل انتشار:

ششمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت نگر (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسنده:

محمود دهنوی - دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی،

خلاصه مقاله:

هدف از این پژوهش بررسی رویکرد روانشناسی مثبت نگر در سلامت ، بهداشت و مراقبت های روانی سالمندان بوده است. روش پژوهش از نوع پژوهش های مروری می باشد که با بررسی و گردآوری پژوهش های داخلی و خارجی در ده سال گذشته بر روی موضوع مورد مطالعه و جمع بندی توسط پژوهشگر ارائه شده است. یافته های این پژوهش نشان داد که آموزش مهارت های مثبت اندیشی بر بهداشت و مراقبت های روانشناختی سالمندان موثر می باشد. بر اساس این نتایج می توان گفت که چگونگی واکنش فرد در مقابل تغییرات جسمانی و روانی از جمله عواملی است که به طور مستقیم بر سلامتی سالمند اثر می گذارد. سلامت و بهداشت روانی در سالمندان به دلیل کهولت سن و کاهش توانایی هایشان و همچنین آسیب پذیر بودن دستخوش تغییر می شود. مهارت های مثبت اندیشی و تمهید برنامه های حمایتی که بتوان توانایی های سازگاران و مهارت های زندگی را در این قشر تقویت کرد دارای اهمیت است و با توجه به تأثیر مثبت اینگونه برنامه ها در جهت سازش با موقعیت و کاهش فشارهای روانی می تواند مفید واقع شود. روانشناسی مثبتنگر عمدتاً به تقویت کردن توانایی ها و شایستگی های فرد توجه دارد. لذا اینگونه نتیجه گیری شد که رویکرد مثبت نگر با استفاده از دیدگاه مثبت اندیشی بر مولفه های مرتبط با سلامت و بهداشت سالمندان می تواند موثر باشد. و می توان از آن در جهت ارتقاء بهداشت روانی و سلامت سالمندان استفاده کرد.

کلمات کلیدی:

روان شناسی مثبت نگر ، سلامت سالمندان ، بررسی مروری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1119956>

