

عنوان مقاله:

رابطه جهت گیری هدف با رضایت زندگی در دانش آموزان

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم اجتماعی و علوم انسانی (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسنده:

فروزان رجبی - دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک

خلاصه مقاله:

رضایت از زندگی، دست یافتنی است اگر راه آن را بدانیم. بی گمان، موفقیت در زندگی در گرو داشتن سواذ زندگی و مهارت های زندگی است. بسیاری از ناکامی های زندگی، به دلیل برخوردار نبودن از دانش و مهارت های لازم برای زندگی است. کسانی که از این دانش و مهارت برخوردارند، می توانند برای رسیدن به آن هدف متعالی، امیدوار باشند. یکی از عوامل تأثیرگذار در رضایت از زندگی داشتن هدف و جهت گیری مثبت به زندگی می باشد، هدف این پژوهش بررسی رابطه ی جهت گیری زندگی و اهداف پیشرفت با رضایت از زندگی است. یافته ها نشان داد که به جز متغیر تلقی بدبینانه رابطه منفی معنادار با متغیر رضایت از زندگی دارد، بقیه متغیرها رابطه مثبت معناداری با رضایت از زندگی دارند. افزون بر آن یافته ها نشان داد که تلقی خوش بینانه، هدف پیشرفت عملکرد- اجتناب، تلقی بدبینانه و هدف پیشرفت تسلط- رویکرد به ترتیب بیشترین سهم را در پیش بینی رضایت از زندگی دارد. به طور کلی نتایج پژوهش نشان داد که جهت گیری زندگی و اهداف پیشرفت می توانند به عنوان عامل پیش بینی کننده رضایت زندگی شمرده شود. از آنجا که تعیین هدف در زندگی مسئله ای حیاتی به شمار میرود پس انسان موظف است برای رسیدن به کمال وجودی خود، قدم هایی در راستای تعیین هدف در زندگی بردارد تا از بیهوده زیستی در امان باشد. از آنجا که نقطه نظرات و ایده آل های ذهنی، در هر فردی متفاوت است، اهداف و خواسته های هر فردی متفاوت خواهد بود. حتما در زندگی روزمره خود، با افرادی برخورد خواهید نمود که دارای سبک زندگی مطلوبی هستند، اما بر خلاف تصور رایج، ممکن است این افراد در درون خود احساس رضایت نداشته باشند. به طور کلی میزان رضایت از زندگی در هر فردی متغیر خواهد بود. هر شخصی در زندگی خصوصی خود، زمانی رضایت از زندگی را حس خواهد نمود که بتواند احساس درونی مثبت و پایداری را در جنبه های مختلف زندگی شخصی خود تجربه کند

کلمات کلیدی:

اهداف، رضایتمندی، ایده آل های ذهنی، احساس مثبت، جهت گیری مثبت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1171188>

