

## عنوان مقاله:

ارتباط سبک زندگی و تصویر ذهنی- بدنی و تیپ شخصیتی در دختران مقطع متوسطه

## محل انتشار:

فصلنامه خانواده و بهداشت، دوره 9، شماره 3 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

آزاده اقبال منش - پرستاری، گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، علوم پزشکی تهران دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

محمد صاحب الزمانی - دانشیار گروه مدیریت، دانشکده بهداشت، علوم پزشکی تهران دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسنده  
مسئول)، Email: m\_szamani@yahoo.com

## خلاصه مقاله:

مقدمه: اتخاذ رفتارهای مورد قبول از نظر سلامت و دانستن عوامل موثر بر انتخاب سبک زندگی در گروه سنی نوجوانان بسیار حائز اهمیت است. فلذا، مطالعه حاضر با هدف بررسی ارتباط سبک زندگی با تصویر ذهنی - بدنی و تیپ شخصیتی در دانش آموزان دختر ۱۵ تا ۱۸ ساله بوده شاغل به تحصیل هنرستان ها و دبیرستان های روزانه و غیر انتفاعی شهرستان نهاوند؛ انجام شده است. روش پژوهش: این مطالعه از نوع توصیفی- همبستگی بوده و نمونه مورد مطالعه، ۳۰۰ نفر از دانش آموزان دختر بوده که با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شده اند؛ سپس افراد دارای معیار ورود، پرسش نامه های دموگرافیک، پژوهشگر ساخته سبک زندگی، تصور خود از بدن و شخصیت راتوس را تکمیل نموده اند. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۲ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته و ارتباط بین متغیرها با استفاده از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام چندگانه مشخص گردید. یافته ها: براساس نتایج تجزیه و تحلیل داده ها، بین عادات تغذیه ای، الگوی خواب - استراحت، سطح فعالیت های فیزیکی - ورزشی، مقابله با استرس با متغیرهای تصویرذهنی - بدنی و تیپ شخصیتی ارتباط وجود دارد ( $p < 0.05$ ). در هفت بعد مطرح شده، ارتباط معنادار بین بعد استفاده از اینترنت ( $p > 0.05$ ) و ماهواره ( $p > 0.05$ ) با تصویرذهنی - بدنی و تیپ شخصیتی در سطح اطمینان  $P = 0.05$  به دست نیامده است. نتیجه گیری: پی بردن به ارتباط بین مولفه های سبک زندگی با تصویر ذهنی - بدنی و تیپ شخصیتی می تواند در بسیاری از امور مربوط به چگونگی تغییر و ارتقاء سبک زندگی خصوصا در نوجوانان که درمرحله سنی حساس و خاص بلوغ قرار دارند، ما را یاری دهد.

## کلمات کلیدی:

تصویرذهنی، بدنی، تیپ شخصیت، سبک زندگی، عادت تغذیه

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1379533>

