

## عنوان مقاله:

دین و روانشناسی مثبت گرا ، شادکامی و خوش بینی

## محل انتشار:

هفتمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در مدیریت، روانشناسی و آموزش و پرورش (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 25

## نویسندگان:

سها احمدی - دانشجوی دکتری آموزش ریاضی، دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی

سامان احمدی - آموزگار پایه ششم، دبستان شهید مفتح، اداره آموزش و پرورش هرمزگان، منطقه رودخانه

سهیلا صادقی - مدیر آموزشگاه، هنرستان نرجس، اداره آموزش و پرورش هرمزگان، منطقه رودخانه

اسما زارعی - آموزگار پایه سوم، دبستان شهید علی رضایی، اداره آموزش و پرورش هرمزگان، ناحیه ۲ بندرعباس

## خلاصه مقاله:

در سال های اخیر حوزه ی روانشناسی شاهد ظهور رویکردی جدید، هرچند با سابقه ای کهن، به نام روانشناسی مثبت گرا بوده است که به جای پرداختن به آسیب ها یا اختلالات روانی، به ابعاد مثبت وجود آدمی نظر دارد. در این میان شادی مفهوم بنیادی این رویکرد محسوب می شود. آرام و شاد زیستن، علاوه بر اینکه یکی از نیازهای اساس روانی است، ضرورت اجتماعی نیز هست. در تعریف روانشناسانه ی شادی، می توان گفت شادی واکنش مثبتی است که در مواجهه با صحنه ها و رویدادهای رضایت بخش پدید می آید و احساس خوشایندی است که بر اثر دستیابی به آنچه آرزو و انتظارش را داریم، پدیدار می گردد. یکی از مهم ترین تحولات در روانشناسی معاصر جنبش روانشناسی مثبت به رهبری مارتین سلیگمن می باشد. این جنبش موجب شد تمرکز علم روانشناسی از آسیب شناسی روانی به سوی موضوعات مثبت مانند شادی، سلامت ذهن، عواطف مثبت، معنویت و مذهب، خلاقیت و فضایل اخلاقی سوق داده شود. یکی از ویژگی های مثبت انسان که هم در رشد و تکامل خود او نقش مهمی دارد خوش بینی است. موضوع پژوهش حاضر بررسی خوش بینی، مولفه ای از روان شناسی مثبت گرا؛ ازدیدگاه قرآن و روان شناسی است. هدف روان شناسی مثبت گرا شناسایی سازه ها و شیوه هایی است که در نهایت باعث بهزیستی انسان و سازگاری هر چه بیشتر افراد با تهدیدهای زندگی می گردد.

## کلمات کلیدی:

روانشناسی مثبت گرا، قرآن، خوش بینی، بدبینی، شادی، آموزه های دینی، مذهب

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1657289>

