

عنوان مقاله:

اوقات فراغت و تفریح بر اساس نظریه رضایت از زندگی

محل انتشار:

دومین همایش بین المللی و سومین همایش ملی نیمه مجازی اوقات فراغت (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

علی بسطامی - دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی، دانشگاه غیر دولتی- غیرانتفاعی ایوان کی، ایران

مهیار رسولی - دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی، دانشگاه غیر دولتی- غیرانتفاعی ایوان کی، ایران

نرجس سریار - دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی، دانشگاه غیر دولتی- غیرانتفاعی ایوان کی، ایران

مهدی حیدری - دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی، دانشگاه غیر دولتی- غیرانتفاعی ایوان کی، ایران

خلاصه مقاله:

فراغت و رضایت از زندگی به شکلی است که به تندرستی ذهنی کمک می کند. در این مقاله نظریه ای از تندرستی اوقات فراغت را با توجه به دیدگاه های بین المللی توسعه می دهیم که توضیح می دهد که چگونه فعالیت های اوقات فراغت به تندرستی اوقات فراغت و در نهایت کیفیت زندگی کمک می کند. تمرکز در این مقاله استفاده از نظریه رضایت از زندگی از پایین به بالا برای ساختن یک تئوری تندرستی مطلق است. فعالیت اوقات فراغت با برآوردن مجموعه ای از نیازهای اساسی (مزایای مرتبط با نیازهای ایمنی، سلامتی، اقتصادی، حسی، رهایی، و یا احساس / تحریک) به تندرستی اوقات فراغت کمک می کند و نیازهای رشد (مزایای مرتبط به نیازهای نمادین، زیبایی شناختی، اخلاقی، تسلط، ارتباط و / یا تمایز). این تأثیرات هنگامی تقویت می شوند که مزایای فعالیت های اوقات فراغت با ویژگی های شخصی مطابقت داشته باشد، یعنی آگاهی از ایمنی، آگاهی از سلامتی، حساسیت به قیمت، لذت گرایی، رهایی، هیجان خواهی، جایگاه آگاهی، زیبایی شناسی، حساسیت اخلاقی، رقابت پذیری، جامعه پذیری و نیاز به متمایز بودن. در نتیجه تئوری فواید بهزیستی در مورد اوقات فراغت تأثیرات مدیریتی زیادی دارد. این تئوری باعث می شود تا متخصصان مجرب به انجام این موارد بپردازند: هرگونه فعالیت تفریحی باید برای ارائه مزایای مربوط به نیازهای اساسی برنامه ریزی شود، علاوه بر این، فعالیت اوقات فراغت نیز باید برای ارائه مزایای مربوط به نیازهای رشد برنامه ریزی شود، علاوه بر تضمین مزایای مربوط به نیازهای اولیه و رشدی حامی، فعالیت تفریحی نیز باید برنامه ریزی شود تا اطمینان حاصل شود که تأثیر رضایت از مزایای ذاتی مربوط به نیازهای اساسی و رشدی از طریق تطبیق فعالیت اوقات فراغت تقویت می شود.

کلمات کلیدی:

اوقات فراغت، تفریح، رضایت از زندگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1691932>

