

عنوان مقاله:

سبک زندگی سالم در دوران پسا کرونا

محل انتشار:

اولین همایش بین المللی مشاوره، مددکاری اجتماعی و تعلیم و تربیت با رویکرد نگاهی به آینده (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

شفق صمد زاده - کارشناسی ارشد الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه پیام نور مرکز تهران، تهران، ایران

نورآفاق صمدزاده - کارشناسی مهندسی کشاورزی علوم و صنایع غذایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ماکو، ماکو، ایران

صمدزاده سلمان زاده - کارشناسی علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور واحد ماکو، ماکو، ایران

شیوا مهدی زاده - کارشناسی آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان واحد سلماس، سلماس، ایران

راحیل کاووسی - کارشناسی مدیریت بازرگانی، دانشگاه پیام نور واحد ماکو، ماکو، ایران

خلاصه مقاله:

ویروس کرونا و بیماری کووید ۱۹ دنیا را درنوردید و مشکلات عدیده ای برای جوامع توسعه یافته و توسعه نیافته بوجود آورد و سیستم ها و ساختارهای نظم موجود از جمله سبک زندگی انسان ها را تغییر داد. سبک زندگی را به دو دوره متمایز پیش و پس از آن پدیده می توان تقسیم کرد. از این منظر کلمه پسا کرونا به معنی آغاز دوره ای جدید و متفاوت از جهان در نظر گرفته می شود. در این تحقیق، با روش توصیفی تحلیلی و با کمک منابع اسنادی و کتابخانه ای سعی می شود به بررسی ابعاد شیوه های زندگی سالم در دوران پسا کرونا پرداخته شود. متعاقب آنچه که پیشتر در بحث یافته ها بدان اشاره کردیم؛ عادات و اموری از سبک زندگی مردم که در دوران پاندمی کرونا، بصورت شبانه روزی تکرار شد و نیز، با در نظر گیری موارد و نصایحی که مکررا در همه جا و در خصوص شیوه ی زندگی کرونایی، گوش زد می گردید؛ می توان گفت، سبک زندگی قابل انتظار در آینده ای نه چندان دور، برای افراد به سمت و سویی خواهد رفت که در آن، اولاً اشخاص، احتمالاً بیشتر از فضاهای مجازی استفاده خواهند کرد؛ چرا که بستر آشنایی و بهره گیری بعضاً اجباری از این فضا، در دوران قرنطینه، مهیا شد؛ ایضا در سبک زندگی جدید، توجه به امر پیشگیری و اعتقاد بیشتر به جمله ی معروف "پیشگیری بهتر از درمان است" افزایش می یابد، زیرا مردم در دوران این پاندمی، به طور واضحی مشاهده کردند که بهترین شیوه و راه در امان ماندن از ویروس کرونا، پیروی از دستورات بهداشتی و رعایت چند نکته ی پیشگیرانه می باشد؛ همچنین دریافتیم، قرنطینه ی خانگی می تواند تأثیرات زیادی بر آن قسمتی از شیوه ی زندگی افراد بگذارد که بشدت مرتبط با سلامت جسم و روان اشخاص است؛ بنابراین خوب است تهیه و تدوین یک برنامه ی از پیش تعیین شده، که استاندارد های مطلوبی را رعایت کرده و مربوط به سبک زندگی افراد، در هنگام رخ داد اپیدمی های گوناگون باشد، در دستور کار روانشناسان، جامعه شناسان و دیگر افراد صلاحیت دار، بویژه برای اقشار آسیب پذیر جامعه که نیازمند تسهیلاتی هستند، قرارگیرد.

کلمات کلیدی:

کرونا و ویروس، سبک زندگی سالم، پسا کرونا، سلامت، نوجوانان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1797340>



