

عنوان مقاله:

خرم زیستی؛ شادکامی خردمندان در گستره روان شناسی مبتنی بر شاهنامه فردوسی

محل انتشار:

فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، دوره 15، شماره 57 (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 27

نویسندگان:

فضل الله حسونند - دانشجوی دوره دکتری روان شناسی تربیتی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی

کامران شیوندی - استادیار گروه روانشناسی تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی

فریبرز درتاج - گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

علی دلاور - استاد دانشگاه علامه طباطبائی

اسماعیل سعدی پور - دانشیار گروه روان شناسی تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی

خلاصه مقاله:

شادکامی یکی از عوامل مهم در گستره روانشناسی مثبت گرا است که درک دقیق تعریف آن نیازمند بررسی دقیق در بافت فرهنگی هر جامعه است. از این رو، این پژوهش با هدف بازتعریف مفهوم شادکامی در ایران تحت عنوان خرم زیستی یا شادکامی خردمندان مبتنی بر شاهنامه فردوسی انجام گرفت. این تحقیق از نظر هدف، بنیادی و بر اساس ماهیت، کیفی مبتنی بر روش داده-بنیاد بود. جامعه آماری شامل متن شاهنامه فردوسی تصحیح جلال خالقی مطلق بود. تجزیه و تحلیل مبتنی بر فرایند کدگذاری باز، کدگذاری محوری و مولفه سازی در نرم افزار MAXQUDA نسخه ۲۰۱۸ انجام شد. اعتبار مدل بر اساس دیدگاه متخصصان و پایداری کدگذاری بر اساس شاخص کاپا برابر با ۸۹/۰ به دست آمد. یافته ها نشان داد که خرم زیستی یا شادکامی خردمندان در شاهنامه فردوسی مشتمل بر ۱۲ خرده مولفه بود که خرم زیستی مبتنی بر اصول اخلاقی، توان پذیرش دشواری های غیرقابل تغییر، یادگیری هدفمند، برخورداری از اندیشه های منطقی و رهایی از اندیشه های آشفته ساز، تمرکز بر زمان حال، فضای ارتباطی مثبت، تنظیم هیجان و کنترل تکانشگری، ارتباط معنوی با پروردگار، رویارویی شجاعانه و تاب آورانه با دشواری ها و رنج های زندگی، امید به آینده و خوشبینی در شرایط دشوار، فعالیت جسمی و دوری از سستی و تامین نیازهای مادی اولیه زندگی به ترتیب دارای بیشترین کدهای آزاد استخراج شده بودند. در نتیجه، به سبب جامعیت تعریف خرم زیستی، توصیه می شود با ساخت پرسشنامه های استاندارد و مداخلات آموزشی متمرکز بر این مفهوم، ضمن وضعیت سنجی سطح خرم زیستی در جامعه، اقدامات لازم متمرکز بر راهبردهای برگرفته از فرهنگ ایرانی انجام شود.

کلمات کلیدی:

شادکامی خردمندان، خرم زیستی، خرد، شاهنامه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2045564>

