

عنوان مقاله:

مروری بر عوامل مرتبط با خرسندی و آرامش در زندگی

محل انتشار:

ششمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

فرهاد شیرکرمی - کارشناسی ادبیات فارسی، آموزگار آموزش و پرورش

جواد شیرکرمی - دانشجوی دکترای فلسفه تعلیم و تربیت، دانشگاه آزاد اسلامی اراک

خلاصه مقاله:

مفهوم خرسندی و رضایت خاطر از زندگی، شامل فرایندهایی قضاوتی است، که افراد کیفیت زندگی خود را بر پایه معیارهایی که مد نظر دارند، ارزیابی می کنند. امروزه با وجود پیشرفت علم و رفاه بشر، انسان های بسیاری نسبت به زندگی خود احساس رضایت و آرامش خاطر ندارند؛ سوالی که مطرح می شود، این است که مشکل کجاست و چگونه می توان این روند را بهبود بخشید راه برون رفت از شرایطی که انسان را با وضعیت تعارض آمیز مواجه ساخته است، چیست انسان می تواند زندگی خود را بر مدل های مختلفی منطبق کند، اما در این بین، چه شیوه ای مطلوبیت بیشتری دارد آنچه مسلم به نظر می رسد، و در متون علمی و دینی مورد تاکید قرار گرفته و نیز در پژوهش ها ثابت شده است، این است که عواملی نظیر رضای بودن از خود و خانواده، دوستان و محیط زندگی، جنسیت و تحصیلات، وضع تاهل، وضع سکونت، همچنین نگاه واقع بینانه به دنیا داشتن و توجه به ایجاد سازگاری بین انتظارات و واقعیات، عزت مندی و احساس بی نیازی از غیر، در احساس خرسندی، رضایتمندی و آرامش انسان موثر هستند، که در این بین نقش مشخصه های توکل و امید به خداوند، مهر و محبت، تشکیل خانواده و قناعت بارزتر و برجسته تر از سایر عوامل است.

کلمات کلیدی:

آرامش خاطر، رضایتمندی، عوامل و مشخصه ها، مبانی نظری، متون دینی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/577356>

