

عنوان مقاله:

سبک زندگی معنویت محور در امنیت و سلامت روانی بر اساس آموزه های اسلامی

محل انتشار:

دومین کنگره بین المللی توانمندسازی جامعه درحوزه مشاوره، خانواده و تعلیم و تربیت اسلامی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

پروانه قنبرلو - کارشناس تربیت بدنی دانشگاه پردیس فرهنگیان استان زنجان ایران

علی قنبرلو - کارشناس تربیت بدنی دانشگاه پردیس فرهنگیان استان زنجان ایران

خلاصه مقاله:

سبک زندگی، شامل مجموعه ای از رفتارها و الگوهای کنش هر فرد است که معطوف به ابعاد هنجاری و معنایی زندگی اجتماعی باشد، از آنجایی که آموزه های دینی بر شکل گیری و تثبیت باورها، ارزشها و هنجارهای اجتماعی اثرگذار است، می توان گفت که الگوهای رفتاری پذیرفته شده در یک گروه اجتماعی، به میزان زیادی متأثر از آموزه های دینی و گروه های مرجع معرفی شده از سوی دین است. دین اسلام همواره بر اهمیت سلامتی روح و روان و تندرستی تاکید دارد. قرن ها است که مسلمانان ارزش زندگی خوب، آرام و سالم را به رسمیت شناخته اند. سبک زندگی معنویت محور به عنوان یک پدیده چند علتی و چند بعدی مطرح می شود. بسیاری از دانشمندان معاصر غربی تاکید می کنند که مشکل انسان معاصر اساسا نیاز به دین و ارزش های معنوی است زیرا ایمان به خدا نوعی قدرت معنوی به انسان می بخشد که او را در تحمل سختی ها کمک می کند و نگرانی و اضطراب را دور می سازد و قرایت دعا می تواند به عنوان یک نوع درمان تسکینی، محرکی برای ایجاد پاسخ های فیزیولوژیک و سایکو لوژیک در بیمار باشد. از سوی دیگر، نتایج مطالعات متعدد حاکی از نقش اثربخش و تحول آفرین اعتقادات معنوی در پیشگیری و کاهش اختلالات روانی در انسانها است. با التفات به نکات فوق، هدف اساسی این مطالعه، بررسی تبیین سبک زندگی معنویت محور در امنیت و سلامت روانی افراد جامعه بر اساس آموزه های اسلامی است.

کلمات کلیدی:

سبک زندگی، معنویت، سلامت روانی، اسلامی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/679000>

