

## عنوان مقاله:

ارتباط اوقات فراغت فردی و میزان افسردگی در بازنشستگان آموزش و پرورش

## محل انتشار:

سومین همایش ملی سلامت روان و تندرستی (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

مهری فیروزه - گروه پرستاری، دانشکده علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان، سمنان، ایران

زینب پارسانیا - گروه پرستاری، دانشکده علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان، سمنان، ایران

## خلاصه مقاله:

در نظام های متعارف و معمول بازنشستگی زمانی فرا می رسد که فرد از شغل خود جدا می شود. این امر برای سازمان ، فرد بازنشسته و خانواده بازنشسته نا مطلوب است. رویارویی با مسایل مبتلابه بازنشستگی از جمله نحوه گذراندن اوقات فراغت و چگونگی حفظ سلامت روانی بازنشستگان امری ضروری است، لذا این پژوهش با هدف تعیین ارتباط اوقات فراغت فردی و میزان و افسردگی در بازنشستگان آموزش و پرورش انجام گردید. روش بررسی در این پژوهش توصیفی - مقطعی، 259 نفر از بازنشستگان آموزش و پرورش ساکن در شهر بجنورد در سال 90-89 باروش نمونه گیری احتمالی از نوع تصادفی انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده ها ، پرسشنامه ای محقق ساخته، نوع سوالات به شکل بسته واز طریق فرم مصاحبه ای تکمیل گردید. پرسشنامه شامل سه بخش بود ، در بخش اول مشخصات فردی ، در بخش دوم جنبه های مختلفی از اوقات فراغت فردی ، و در بخش سوم از سوالات مقیاس افسردگی بک Beck جهت ارزیابی افسردگی استفاده شد. تجزیه و تحلیل اطلاعات با آمار استنباطی که نظیر آزمون کای دو واز نرم افزار ورژن 16 SPSS انجام شد. یافته های بیشترین تعداد واحدهای مورد پژوهش در ارتباط با گذراندن اوقات فراغت فردی به تماشای تلویزیون پرداخته اند %41/5 و کمترین تعداد د (8/5%) گرایش به رفتن سینما و تاتر داشتند. از لحاظ آماری در بین آیتم های اوقات فراغت فردی، مورد گوش دادن به رادیو با میزان افسردگی ارتباط معنی داری وجود داشت  $P < 0/05$  بحث و نتیجه گیری: اغلب سالمندان بعد از بازنشستگی دقت بیشتری برای مشغولیت های اوقات فراغت فردی خویش دارند. آنها مشغولیت هایی را انتخاب می کنند که امکان ابراز وجود و یا تعامل اجتماعی لذت بخش را تامین کنند. این عوامل به سلامت روان و پیشگیری از افسردگی آنها کمک میکند.

## کلمات کلیدی:

اوقات فراغت، میزان افسردگی ، بازنشستگان ، سالمندی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/716460>

