

عنوان مقاله:

ذهن آگاهی، بخشودگی بی فردی و بهزیستی معنوی در رضایت از زندگی سالمندان

محل انتشار:

ششمین کنگره انجمن روانشناسی ایران (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

مریم عابدینی - گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور واحد رشت، رشت، ایران

سامره اسدی مجزه - گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت، رشت، ایران

عباس میربلوک بزرگی - گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور مرکز تالش، تالش، ایران

خلاصه مقاله:

رضایت از زندگی به عنوان جامع ترین ارزیابی افراد از شرایط زندگی خود در دوران سالمندی حایز اهمیت فراوان است. پژوهش حاضر باهدف تعیین نقش ذهن آگاهی، بخشودگی بین فردی و بهزیستی معنوی در پیشبینی رضایت از زندگی سالمندان انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. شرکت کنندگان تعداد 150 نفر از سالمندان زن و مرد ساکن در شهرستان تالش در سال 1396 بودند که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس رضایت از زندگی، فرم کوتاه مقیاس بهزیستی معنوی، فرم کوتاه مقیاس ذهن آگاهی فرایبرگ و مقیاس بخشودگی بین فردی را بودند. یافته های به دست آمده از روش های آماری ضریب همبستگی پیرسون و روش رگرسیون گام به گام حاکی از همبستگی مثبت و معنادار ذهن آگاهی، بخشودگی بین فردی و بهزیستی معنوی با رضایت از زندگی سالمندان بودند و این متغیرها 23 درصد از تغییرات رضایت از زندگی سالمندان را پیش بینی کردند. بر اساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت که ذهن آگاهی، بخشش و معنویت سهم به سزایی در رضایت از زندگی بالادر سالمندان دارند.

کلمات کلیدی:

بخشودگی، بهزیستی، ذهن آگاهی، رضایت از زندگی، سالمندی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/732571>

