

عنوان مقاله:

بررسی رابطه سبک های ناسازگارانه و عزت نفس

محل انتشار:

پنجمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسنده:

علی جلیلیان - کارشناس ادبیات فارسی

خلاصه مقاله:

مقدمه: عزت نفس، یکی از نیازهای اصلی انسانی است که برای سازگار شدن انسان ضرورت دارد و در رسانیدن او به موفقیت نقش مهمی ایفا میکند. هر چه این نیاز کمتر مرتفع شود؛ امکان فاصله گرفتن از موقعیت و رشد و تعالی کاهش پیدا میکند. روش تحقیق: روش پژوهشی در این مقاله به صورت توصیفی-تحلیلی میباشد، به این صورت که مطالب مربوط به ادبیات موضوع از طریق مطالعات کتابخانه ای نظیر کتب، مجلات، پایان نامه های دکتری و کارشناسی ارشد، بررسی اسناد و مدارک، منابع پژوهش الکترونیکی مانند اینترنت و غیره جمع آوری شده است. یافته ها: هنگامی که عزت نفس پایینی داریم در سختی ها زود کنار می کشیم و دست از تلاش بر میداریم و همچنین نتایج خوبی حاصل کار ما نمی شود و ... و اما هنگامی که عزت نفس بالایی داریم علی رغم تمامی مشکلات تلاش خود را می کنیم و عزت نفس خود را مدام تقویت می کنیم و همچنین به نتایج بهتری نیز خواهیم رسید. نتیجه گیری: باید بپذیریم که حتی افرادی هم که از عزت نفس بالایی برخوردارند، روزانه به واسطه رویدادها و وقایع پیش بینی نشده های مانند پذیرفته نشدن در دانشگاه، اخراج از کار یا رد درخواست کار و یا تحقیر شدن از سوی اطرافیان، در خطر از دست دادن اعتماد به نفس خود هستند. اما این نکته را نیز باید مورد توجه قرار دهیم که این عوامل موقتی و گذرا هستند و نباید اجازه دهیم که این تزلزل، دایمی شود.

کلمات کلیدی:

سبک های دلبستگی، عزت نفس، کیفیت زندگی، استرس

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/815212>

