

عنوان مقاله:

مقاله روانشناسی سلامت

محل انتشار:

چهارمین همایش بین المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسنده:

محسن عظیمی مقدم

خلاصه مقاله:

وجود افراد سالم، از شرایط مهم و اساسی برای رشد یک جامعه است. جامعه ای که به سلامت جسم و روان اعضای خود توجه کند، ضمن عدم صرف هزینه های سرسام آور درمانی، انسان هایی سالم نیز پرورش می دهد که خود ضامن رشد فردی و اجتماعی آن جامعه است. دوره جوانی از مه مترین و حساس ترین دوره های زندگی انسان به شمار می رود؛ زیرا در این دوره جوانان به دنبال یافتن هویت خویش، در مسیر شکل دادن به شخصیتی متکی به خود گام برمی دارند. داشتن امنیت روحی و روانی در این دوره تاثیر به سزایی در هویت یابی جوانان دارد. همه انسانها در تمام عمر، خصوصا دوران پر مخاطره جوانی نیازمند احساس امنیت و آرامش اند، اما بیشتر آنان نمی دانند که چگونه باید آن امنیت روحی و روانی را به دست آورند. از جمله راه های بسیار مهم و موثر در احساس امنیت روحی و روانی و کسب آرامش، ارتباط مستقیم و بی واسطه با پروردگار است. افراد متدین هرگز دچار اضطراب ناشی از گناه نمی شود، احساسی که بسیاری از جوانان بی دین از آن رنج می برند این عدم اضطراب نتیجه و ثمره ارتباط او با خالق مهربان اوست که باعث می شود که همواره احساس آرامش و امنیت روحی و روانی نموده، در مقابل افت و خیزهای غیر منتظره زندگی دچار ترس و اضطراب نشوند، و در نتیجه به حذف آن گروه از تغییرات هیجانی که سبب بهم خوردن امنیت روحی و روانی آنان است، از زندگی خود بپردازند. در این مقاله سعی شده است راهکارهای قرآن (مثل ازدواج، روزه، دعا و نیایش و...) که سبب سلامت روحی و روانی می شود و هزینه های سرسام آور درمانی برای بیماری روانی را کاهش می دهد بیان گردد

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/885287>

