

عنوان مقاله:

رضایت از زندگی، نگرش مذهبی و سبک زندگی به عنوان مهمترین عوامل موثر بر سلامت روان دانشجویان

محل انتشار:

هفتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسندگان:

میترا خاقانی فرد - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز؛ دانشکده علوم اجتماعی

محمد حکمی - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، دانشکده روان شناسی

خلاصه مقاله:

این پژوهش رضایت از زندگی، نگرش مذهبی و سبک زندگی به عنوان مهمترین عوامل موثر بر سلامت روان دانشجویان دانشگاه پیام نور قم را مورد تحقیق قرار داده است. از میان این جامعه تعداد 961 دانشجو با میانگین سنی 92.11 سال به روش تصادفی ساده انتخاب و از طریق پرسشنامه های سنجش نگرش مذهبی، سبک زندگی میلر و اسمیت، رضایت از زندگی و سلامت روان مورد آزمون قرار گرفتند. نتایج چنین شد که رضایت از زندگی با بتای 734/0، -بیشترین میزان تاثیر را بر متغیر سلامت روان دارد که به خاطر ضریب منفی، دارای تاثیر کاهنده میباشد. براساس این نتیجه، افزایش یک انحراف استاندارد در رضایت از زندگی باعث کاهش آسیبهایی روانی به میزان 734/0 انحراف استاندارد میگردد. همچنین میزان بتای سبک زندگی برابر با 330/0 گردیده است که نشان میدهد افزایش یک واحد استاندارد در متغیر سبک زندگی (نمرات بالای این متغیر یعنی سبک زندگی ناخوشایند و ناسالم) باعث افزایش روانپریشی به میزان 330/0 انحراف استاندارد میشود و بالعکس. متغیر نگرش مذهبی نیز بدلیل آنکه میزان سطح معناداری آن بیشتر از 02/0 گردیده است از مدل حذف میشود. متغیر سبک زندگی با ضریب بتای 741/0 -میزان تاثیر خود را بر متغیر رضایت از زندگی دارد. با توجه به آنکه نمرات بالای سبک زندگی، سبک زندگی ناخوشایند و ناسالم را نشان میدهد لذا با کاهش یک واحد انحراف استاندارد در سبک زندگی ناخوشایند و نامطلوب، میزان رضایت از زندگی دانشجویان به میزان 741/0 انحراف استاندارد افزایش پیدا میکند. همچنین با توجه به عدم معنیداری مقدار آزمون t برای متغیر نگرش مذهبی در سطح خطای کوچکتر از 02/0 این متغیر بر روی رضایت از زندگی تاثیر نداشته است. متغیر نگرش مذهبی با ضریب بتای 120/0 -میزان تاثیر خود را بر متغیر سبک زندگی دارد. با توجه به آنکه نمرات بالای نگرش مذهبی، میزان گرایش بیشتر به مذهب و نمرات بالای سبک زندگی، سبک زندگی ناخوشایند و ناسالم و نمرات بالای رضایت از زندگی را نشان میدهد. لذا با افزایش یک واحد انحراف استاندارد در نگرش مذهبی، میزان سبک زندگی ناخوشایند و ناسالم دانشجویان به میزان 120/0 انحراف استاندارد کاهش پیدا کرده و بالعکس. براساس نتایج در خصوص ضریب کل تاثیر (اعم از مستقیم و غیرمستقیم) میتوان گفت که متغیرهای سبک زندگی، رضایت از زندگی و نگرش مذهبی به ترتیب بیشترین تاثیر را بر سلامت روان دانشجویان داشته است. همچنین عالمت منفی در کنار تاثیر کل متغیرهای رضایت از زندگی و نگرش مذهبی بر روی سلامت روان نشاندهنده این است که افزایش رضایت از زندگی یا نگرش مثبت نسبت به مذهب، باعث کاهش روانپریشی پاسخگویان خواهد شد. از طرفی با تمایل سبک زندگی به سمت ناخوشایند و ناسالم، میزان سلامت روانی پاسخگویان نیز کاهش پیدا میکند.

کلمات کلیدی:

دانشجویان، رضایت از زندگی، سبک زندگی، سلامت روان، نگرش مذهبی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/639096>



