

همایش بین المللی روانشناسی و فرهنگ زندگی
International Conference on Psychology and Culture Life
بازنمایی سبک زندگی سلامت محور

زبور سلطانی قهفرخی¹، فاطمه رجایی ریزی²، حسن زارعی محمودآبادی³
1 دانشجوی کارشناسی ارشد، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه یزد، ایران
2 دانشجوی کارشناسی ارشد، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه یزد، ایران
3 استادیار، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه یزد، ایران

چکیده

سبک زندگی سلامت محور یکی از شاخه های سبک زندگی است که می تواند سالم یا ناسالم باشد. سبک زندگی سلامت محور به عنوان یک پدیده چند علتی، چند بعدی و چند دلالتی به الگوهای جمعی رفتار که می توانند برای جلوگیری از مشکلات مربوط به سلامت و تضمین کننده سلامت برای فرد باشد و شامل اعمالی از قبیل رژیم غذایی، مصرف الکل، مدیریت استرس، بهداشت شخصی و دیگر اعمال و رفتارهای مرتبط با سلامت است. جوهره تعریف سبک زندگی سلامت محور انسجام در انجام دادن مجموعه ای از رفتارهای مرتبط با بهداشت و سلامت است. در پژوهش حاضر محقق درصدد است که به بازنمایی تأثیر سبک زندگی سلامت محور در جامعه بپردازد.

کلمات کلیدی: سبک زندگی، سلامت، رفتار

Representation of health-oriented lifestyle

zivar soltani ghahfarrokhi¹, fateme rajaei rizi² Hassan zareei Mahmudabadi³

IMA degree student, Humanities College, Yazd University, Iran

2MA degree student, Humanities College, Yazd University, Iran

3Assistant professor, school of humanities. Yazd University, Iran

Abstract:

Health-oriented lifestyle is a part of lifestyle which can be healthy or unhealthy. Health-oriented lifestyle as a multi-reason, multi-dimensional and multi-indication phenomena behave to behavior collective patterns that can prevent health problems and also ensure the individual's health, it includes: Diet, Alcohol, Stress management, personal hygienic and other action which are related to health.

The essence of the health-oriented lifestyle's definition is the consistency in carrying out a series of health and hygienic related behaviors. in this study, the researcher seeks to represent the impact of health-oriented lifestyle in the community.

Keywords: lifestyle, Health and behavior.