

رابطه سبک زندگی اسلامی بر هویت و بهداشت روانی دانشجویان دانشگاه اراک

زینب صفدری^۱، علیرضا بهرامی^۲

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، کارشناس امور فرهنگی دانشگاه اراک

۲- دانشیار، دکترای تخصصی روانشناسی ورزش، دانشگاه اراک، دانشکده علوم ورزشی

چکیده

بهداشت و سلامت روانی یکی از مقوله های خاص دانش روان شناسی است که در دهه های اخیر به آن توجه خاصی مبدول شده است. این امر در سازمان های اجتماعی و خصوصا سازمان های آموزشی به لحاظ وجود عوامل انسانی متعدد که در یک راستا و برای رسیدن به اهداف سازمانی مجتمع شده اند از اهمیت ویژه ای برخوردار است همچنین تعیین هویتی که با توانایی ها، انتظارات و توقعات فرد ناسازگار باشد، سبب ایجاد بحران می شود و فرد را با مشکلاتی در زندگی اجتماعی روبه رو می سازد. دین نقش اساسی در تکوین هویت دارد. گرایش های مذهبی به عنوان یک پایگاه هویتی پر قدرت می تواند مسیر تکامل را به جوانان نشان دهد. هدف این پژوهش شناسایی رابطه سبک زندگی اسلامی بر هویت و بهداشت روانی می باشد. بدین منظور، به روش توصیفی- همبستگی نمونه ای شامل ۳۸۴ نفر با استفاده از نمونه گیری تصادفی، از میان دانشجویان دانشگاه اراک در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ انتخاب شد. داده ها از طریق پرسش نامه سبک زندگی اسلامی کاویانی، پرسش نامه سلامت عمومی گلدبرگ و پرسش نامه بحران هویت احمدی استفاده شد. داده های به دست آمده با شاخص های آماری توصیفی، با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۱۸، آزمون t، همبستگی و رگرسیون گام به گام، تجزیه و تحلیل گردید. نتایج نشان داد که سلامت روان، رابطه مثبت و معناداری با زندگی اسلامی و هویت دارد. این یافته ها، نشان می دهد که با تقویت جهت گیری دینی و هویت، می توان سلامت روان بیشتری برای افراد جامعه فراهم نمود. نتایج این مطالعه نشان می دهد، بین سبک زندگی اسلامی با بحران هویت و وجود نشانگان مرضی، در جوانان، رابطه معکوس معنادار وجود دارد. همچنین هویت اخلاقی به طور معناداری در رابطه بین عمل به باورهای دینی و بهداشت روانی، نقش میانجی ایفا می کند و تفاوت معناداری بین دانشجویان دختر و پسر از جهت عمل به باورهای دینی و هویت وجود داشت.

واژگان کلیدی: سبک زندگی اسلامی، هویت، بهداشت روانی.