

رابطه بین بهزیستی روانشناختی با سلامت معنوی، امید به زندگی و معنای زندگی دانشجویان پزشکی

عذری میرزایی (کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد واحد گرمسار)

علیرضا پیرخانی (دانشیار روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار نویسنده مسئول، ایمیل

(apirkhaefi@gmail.com)

چکیده

پیش زمینه و هدف: اهمیت و نقش دانشجویان به عنوان مهم ترین و با ارزش ترین سرمایه ها و نیروهای متخصص آینده هر کشور که باعث پویایی و قدرت سازمان ها شده بر کسی پوشیده نیست. حال بهزیستی روانشناختی دانشجویان متغیری است که می تواند بر روند تحصیلی آنها تاثیر گذار باشد. سلامت معنوی، امید به زندگی و معنای زندگی متغیرهایی هستند که می تواند بر روی بهزیستی روانشناختی تاثیر گذار باشد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین بهزیستی روانشناختی با سلامت معنوی، امید به زندگی و معنای زندگی دانشجویان پزشکی بود.

مواد و روش کار: این مطالعه از نوع همبستگی بود. تعداد ۲۵۵ نفر از دانشجویان پزشکی که در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۹۷، به روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی انتخاب شدند. افراد نمونه پرسشنامه های مقیاس ارزشمندی زندگی باتیستا و آلموند، پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف، پرسشنامه سلامت معنوی پالوتزبان و الیسون و پرسشنامه امید به زندگی میلر، را تکمیل نمودند و داده ها با آزمون های آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته ها: نتایج نشان داد بین بهزیستی روانشناختی و مولفه های سلامت معنوی، امید به زندگی و معنای زندگی رابطه وجود دارد. همچنین نتایج رگرسیون نشان داد که سلامت معنوی، امید به زندگی و معنای زندگی بهزیستی روانشناختی را پیش بینی می کند.

بحث و نتیجه گیری: یافته های پژوهش از اهمیت متغیرهای سلامت معنوی، امید به زندگی و معنای زندگی در پیش بینی بهزیستی روانشناختی در دانشجویان حمایت می کند. در نتیجه می توان گفت که داشتن امید، معنا و معنویت باعث بهبود بهزیستی روانشناختی در دانشجویان می شود.

کلیدواژه‌ها: بهزیستی روانشناختی، سلامت معنوی، امید به زندگی، معنای زندگی، دانشجویان پزشکی

مقدمه

اهمیت و نقش دانشجویان به عنوان مهم ترین و با ارزش ترین سرمایه‌ها و نیروهای متخصص آینده هر کشور که باعث پویایی و قدرت سازمان‌ها شده بر کسی پوشیده نیست. پژوهش‌های بسیاری درباره دغدغه‌های رهبران و مدیران جوامع و سازمان‌های کوچک و بزرگ جهت افزایش کارایی، تعهد سازمانی، مسئولیت پذیری، رضایت شغلی و... صورت گرفته است، اما کمتر کسی به بررسی ارتباط متغیرهای مرتبط با ابعاد هویت، انگیزش درونی و مسئولیت پذیری در دانشجویان، به عنوان آینده سازان و تصدی گران کرسی‌های مدیریتی، اجرایی و خدماتی هر جامعه‌ای پرداخته است (رسولی نژاد، شیبانی و محرمی، ۱۳۹۳).

روانشناسی قرن بیستم بیشتر بر هیجانات منفی نظیر افسردگی و اضطراب تمرکز یافته است تا بر هیجانات مثبت نظیر شادی و بهزیستی. هدف مطالعه روانشناختی بیشتر آن بوده است که بیماری‌های روانی را مورد بحث و گفتگو قرار دهد و درمان آنها هدف اصلی بوده است. به عبارتی دیگر، تعریف سلامت مترادف با فقدان بیماری‌های روانی و علائم بیمارگونه تلقی شده است، درحالی که از دهه ۱۹۸۰ به بعد در تعریف سلامت تغییر و تحول بسیاری پدید آمده است. متون مرتبط با روانشناسی سلامت، تنها به جنبه‌های منفی و رفع آثار منفی در افراد محدود نمی‌شود، همانطور که در تعریف سازمان بهداشت جهانی به سلامت از جنبه مثبت تأکید شده است و فردی واجد سلام شناخته می‌شود که به لحاظ زیستی، روانی و اجتماعی از شرایط مطلوبی برخوردار باشد (کیس، ۲۰۰۷).

در چند دهه اخیر با ظهور حوزه جدید روانشناسی مثبت، در تحقیقات روانشناختی تغییرات بسیاری صورت گرفته است. این شاخه جدید روانشناسی اساساً بر فهم و تبیین شاد زیستی، بهزیستی ذهنی و پیش‌بینی عوامل تأثیرگذار بر آن تمرکز دارد (سلیگمن و سیکزنت میهالی، ۲۰۰۰). بهزیستی ذهنی به معنای احساس انسجام و پیوستگی در زندگی، تعادل عاطفی و رضایت کلی از زندگی مشخص می‌گردد (لانگر، ۲۰۰۲). بهزیستی ذهنی از سه مولفه تشکیل شده که عبارتند از رضایت از زندگی، عاطفه منفی و عاطفه مثبت. مولفه اصلی و شناختی بهزیستی ذهنی، رضایت از زندگی است که به عنوان ارزیابی شناختی فرد از زندگی به عنوان یک کل تعریف می‌شود (دایتر، اویشی و لوکاس، ۲۰۰۳). بهزیستی روانشناختی یک