



واکاوی روانشناسی مثبت نگر

زهرا هاشمی پور پتکوئی^۱

۱- کارشناسی ارشد علوم اجتماعی، گرایش جامعه شناسی

چکیده

روانشناسی مثبت گرا بخشی از دانش روانشناسی است که به جای جستجوی بیماران و تلاش برای بهبود آن‌ها، برای بهبود انسان‌های سالم تلاش می‌کند. افزایش شادی، سلامت و رضایت از زندگی، از جمله هدف‌هایی است که در روانشناسی مثبت گرا مورد توجه قرار می‌گیرد. این پژوهش با استفاده از روش توصیفی - تحلیلی و بهره‌گیری از منابع کتابخانه‌ای بر آن است تا به بررسی روانشناسی مثبت نگر بپردازد. نتایج حاکی از آن بود که متغیرهای معنویت، دینداری، امیدواری، عزت نفس، رابطه مستقیم معناداری با رضامندی زندگی دارند. هم‌چنین بین متغیرهای معنویت و دینداری به واسطه متغیرهای امیدواری، خوش بینی، عزت نفس، و خودکارآمدی با رضامندی زندگی رابطه غیرمستقیم معنی‌داری به دست آمد. در نهایت در پژوهش حاضر نقش سازه‌های روانشناسی مثبت گرا در رضامندی زندگی تأیید شد که این یافته بیان‌گر اهمیت سازه‌های روانشناسی مثبت گرا در رضامندی زندگی است.

واژگان کلیدی: روانشناسی، مثبت نگر، امید، دینداری