

عنوان مقاله:

بررسی و تحلیل مثبت اندیشی و تاب آوری در نهج البلاغه

محل انتشار:

هفتمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی، روانشناسی و مشاوره ایران (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسنده:

سیده راضیه حسینی بلداجی - کارشناسی ارشد روانشناسی اسلامی، گرایش مثبت گر، دانشگاه پیام نور نطنز، اصفهان، ایران

خلاصه مقاله:

رویکرد روانشناسی مثبت، به دنبال افزایش احساسات مثبت، از طریق افزایش شادکامی، تعامل در زندگی و بهزیستی روان شناختی است و به افراد کمک می کند تا توانمندی ها و شایستگی های خود را پرورش دهند و به سلامت روان دست یابند. به عبارتی روانشناسی مثبت از نظر اهمیت و ارزش بالای تفکر و اندیشه مثبت بر روی سلامتی و آسایش روح و روان و جامعه، مبحث از اهمیت و جایگاه والایی برخوردار است. در کنار مهارت های مثبت اندیشی و مثبت نگری، یکی دیگر از زمینه های موثر رشد تاب آوری افراد و از جمله متغیرهای تأثیرگذار و یکی از عوامل درون فردی تاب آوری و بهزیستی روانشناختی که در اکثر تحقیقات مورد بی توجهی قرار گرفته است عامل اعتقادات و ارزشهای دینی و مذهبی می باشد. از طرفی با توجه به اهمیت روانشناسی مثبت از دیدگاه نهج البلاغه و گسترش جنبش روانشناسی مثبت نگر و ارتباط آن با مولفه های روانشناسی مثبت به منظور دسترسی به زندگی و جامعه ایده آل و تحقق سبک زندگی اسلامی، این پژوهش با هدف بررسی و تحلیل مثبت اندیشی و تاب آوری در نهج البلاغه در قالب یک مطالعه مروری کتابخانه ای انجام گرفته است. برای گردآوری اطلاعات و داده های لازم نیز علاوه بر مراجعه به کتابخانه و بهره گیری از کتب تخصصی تفسیری و روایی، از مجموعه مقالات و نظریات دانشمندان اسلامی و صاحب نظران حوزه روانشناسی نیز استفاده شد. بر طبق یافته های پژوهش، روانشناسی مثبت می تواند در زمینه های فردی و اجتماعی آثار خیرات و برکات بسیاری از قبیل حسن ظن، امید، همدلی، شادی و غیره می تواند در راستای فراگیر شدن مثبت نگری و مثبت اندیشی در جامعه و تحقق اهداف آن کمک بسیار موثری باشند. نتایج پژوهش نشان می دهد آثار و نتایج روانشناسی مثبت در فرد و جامعه از جمله: دستیابی به آرامش و کاهش ترس اضطراب و حزن و اندوه و دستیابی به موفقیت و نیز موانعی خوش بینی و مثبت اندیشی ضرورت اجتناب از سوء ظن حسد و بخل تبیین گشته و مورد تاکید قرار گرفته است. و همچنین مطالعه در حوزه مولفه های روانشناسی مثبت سبب افزایش انگیزه مثبت نگری و مثبت اندیشی و کاهش دیدگاه منفی در جامعه می شود در نتیجه با توکل و امید به خدا می توان از آسیب ها و موانع مثبت اندیشی و مثبت نگری از قبیل غفلت ها، تنگ نظری و سوسه های شیطانی دوری جست.

کلمات کلیدی:

مثبت اندیشی، تاب آوری، روانشناسی مثبت، نهج البلاغه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1140447>

