

پنجمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت نگر



پندرعیاس - دانشگاه نورمغان

عنوان مقاله : نقش بهزیستی ذهنی مادر در کیفیت زندگی فرزندان

نویسنده اول : ام البنین حامل

دانشگاه : پیام نور اوز ، ایمیل نویسنده اول : hamel8585@gmail.com

چکیده

داشتن یک زندگی مطلوب همواره آرزوی بشر بوده و هست. بهزیستی ذهنی مادر، به عنوان رکن کلیدی نظام خانواده می تواند نقش بسزایی در میزان کیفیت زندگی فرزندان داشته باشد و زمینه ساز تحقق یکی از مهم ترین آرزوی بشر باشد. و عدم بهزیستی ذهنی مادر می تواند عاملی خطرناک برای سبک زندگی سالم، شاد و غنی از سلامت روان و در یک کلام انحراف از رسالت خانواده باشد.

هدف اصلی مقاله حاضر بررسی وضعیت بهزیستی ذهنی مادر، وضعیت کیفیت زندگی فرزندان و رابطه بین این دو متغیر می باشد. لازم به ذکر است که هر دو متغیر مورد بحث، سازه ای تک بعدی نبوده و تحت تأثیر عوامل متعددی تنزل یا ارتقاء می یابد.

روش مطالعه مروری بوده که کلیه مقالات منتشر شده در زمینه مرتبط با عنوان مقاله، از طریق جستجو با استفاده از ترکیبات مختلف کلیدواژه های کیفیت زندگی، و بهزیستی ذهنی از پایگاه اطلاعاتی ویراساینس صورت گرفته است. با ارزیابی فراتحلیلی پژوهش های محققان به نظر می رسد که امروزه گسترش روان شناسی مثبت نگر سبب شده تا نگرش درباره بهزیستی ذهنی، از چارچوب پزشکی و مدل تک عاملی خارج شده و نازل بودن سطح کیفیت زندگی را به حساب سبک زندگی معیوب گذاشت.

در این راستا نویسنده کوشیده است ضمن معرفی عوامل موثر در حفظ و تداوم بهزیستی ذهنی مادر، به معرفی « درمان مبتنی بر کیفیت زندگی » که ترکیبی است از رویکرد شناختی آرون تی بک در حوزه بالینی، تئوری فعالیت میهالی با روانشناسی مثبت سلیگمن، بپردازد.

امید که گامی هر چند کوچک در راستای دستیابی به بینش مثبت به زندگی از طریق مداخلات سلامت محور برای کسب بهزیستی ذهنی مادر و به موازات آن ارتقای کیفیت زندگی فرزندان باشد.

واژگان کلیدی: بهزیستی ذهنی، کیفیت زندگی، مادر، فرزندان