

سبک زندگی ، معنویت و سلامت عمومی

مؤلفان

ابراهیم صادق شش پلی

دکتر مجتبی تمدنی



انتشارات نوآوری دانش

سرشناسه	: صادق شش‌پلی، ابراهیم، ۱۳۴۹-
عنوان و نام پدیدآور	: سبک زندگی، معنویت و سلامت عمومی / مولفان ابراهیم صادق شش‌پلی، مجتبی تمدنی.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات نوآوران دانش، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۹ ص.: مصور (رنگی)، جدول.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۷۶-۶۱-۶-۶۲۲-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه:ص. [۱۲۱] - ۱۲۹.
موضوع	: معنویت -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع	: Spirituality -- Iran -- Case studies
موضوع	: بهداشت روانی -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع	: Mental health -- Iran -- Case studies
موضوع	: شیوه زندگی -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع	: Lifestyles -- Iran -- Case studies
شناسه افزوده	: تمدنی، مجتبی، ۱۳۴۰ -
رده بندی کنکر	: ۱۳۰۷ م ۲ ص / BL۲۲۷۰
رده بندی دیویی	: ۶۵۰/۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۴۰۱۸۷۱

سبک زندگی، معنویت و سلامت عمومی
 ابراهیم صادق شش‌پلی - دکتر مجتبی تمدنی

ناظر فنی: حدیث السادات براتی

صفحه آرا: رضا کاوه

نوبت چاپ: اول - پاییز ۱۳۹۷

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۲۰۰،۰۰۰ ریال

کلیه حقوق چاپ و نشر مخصوص و محفوظ ناشر است.

فهرست مطالب

بخش اول: ارتباط معنویت و سلامت عمومی	۱۳
فصل اول: سلامت عمومی	۱۵
۱-۱- تعاریف سلامت عمومی	۱۵
۲-۱- تاریخچه مختصری سلامت عمومی	۱۶
۳-۱- شاخص‌های سلامت عمومی	۱۷
۴-۱- دیدگاه مکاتب مختلف روانشناسی درباره سلامت عمومی	۱۸
۵-۱- اهداف ایجاد سلامت عمومی	۲۸
فصل دوم: معنویت	۲۹
۱-۲- معنویت	۲۹
۲-۲- تعریف معنویت از دیدگاه روان‌شناسان	۳۱
۳-۲- تعریف و الگوی چهار عاملی معنویت از دیدگاه دیوید بی‌کینگ	۳۱
۴-۲- ارتباط روان‌شناسی با موضوع‌های مربوط به معنویت و مذهب	۳۲
۵-۲- معنویت در مکاتب مختلف	۳۴
۶-۲- معنویت با محوریت وجود قدسی و ماورایی	۳۵
فصل سوم: سبک زندگی	۳۷
۱-۳- سبک زندگی	۳۷
۲-۳- سبک زندگی سالم	۴۰
۳-۳- ابعاد سبک زندگی سالم	۴۳
۴-۳- سلامت روانی	۴۷

۴۹..... ۵-۳ سلامت معنوی

۵۱..... ۶-۳ سلامت اجتماعی

۵۲..... ۷-۳ ارزیابی سبک زندگی بر اساس مدل اعتقاد بهداشتی

بخش دوم: مورد مطالعه: دانشجویان دختر و پسر دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه

۵۵..... **آزاد تهران جنوب**

۵۷..... **فصل چهارم: کلیات**

۵۷..... ۱-۴ مقدمه

۵۹..... ۲-۴ بیان مسأله

۶۵..... ۳-۴ اهمیت و ضرورت تحقیق

۶۸..... ۴-۴ اهداف کتاب

۶۸..... ۵-۴ متغیرهای کتاب

۶۹..... ۶-۴ فرضیه‌های کتاب

۶۹..... ۷-۴ تعاریف مفهومی و عملیاتی مت‌ها

۶۹..... ۱-۷-۴ تعاریف مفهومی

۶۹..... ۲-۷-۴ تعاریف عملیاتی

۷۱..... **فصل پنجم: پیشینه**

۷۷..... **فصل ششم: روش‌شناسی کتاب**

۷۷..... ۱-۶ روش پژوهش

۷۷..... ۲-۶ جامعه‌ی آماری حجم نمونه و روش نمونه‌گیری

۷۹..... ۳-۶ ابزار تدوین کتاب

۸۳..... ۴-۶ روش اجرا

۸۴..... ۵-۶ روش‌ها و ابزار تجزیه و تحلیل داده‌ها

۸۷..... **فصل هفتم: تجزیه و تحلیل داده‌ها**

۸۷..... ۲-۷ توصیف

۸۷..... ۳-۷ میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های کتاب

۹۰..... ۴-۷ تحلیل

۱۰۴	۵-۷ خلاصه نتایج.....
۱۰۵	فصل هشتم: بحث و نتیجه گیری.....
۱۰۵	۸-۲ بحث در مورد یافته‌ها.....
۱۱۲	۸-۳ نتیجه‌گیری.....
۱۱۶	۸-۴ محدودیت های کتاب.....
۱۱۷	۸-۵ پیشنهادات کتاب.....
۱۲۱	فهرست منابع.....

www.ketab.ir

سخن مولف

هدف این کتاب بررسی نقش واسطه‌ای سبک زندگی در رابطه بین معنویت و سلامت عمومی روی دانشجویان است. از این رو، از روش تحقیق توصیفی-همبستگی استفاده شد. از جامعه‌ی مورد نظر نمونه‌ای شامل ۲۲۸ نفر (۱۱۳ دختر با میانگین سنی ۲۷ و ۱۱۵ پسر با میانگین سنی ۲۶) با روش نمونه‌گیری دسترس‌پذیر انتخاب شدند و به سه پرسشنامه‌ی سبک زندگی لعلی و همکاران (۱۳۹۱)، معنویت پارسیان و ونیز (۲۰۰۹) و سلامت عمومی (گلدبرگ و دیگران، ۱۹۷۹) پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تحلیل شد. نتایج نشان داد بین نمره معنویت و سبک زندگی با وجود آرایه‌ی سلامت عمومی به ترتیب با ضریب همبستگی $(0/0001)$ در سطح $(0/0001)$ و ضریب همبستگی $(0/0001)$ در سطح $(0/0001)$ رابطه‌ی منفی و معنادار وجود دارد. همچنین بین معنویت و سبک زندگی با ضریب همبستگی $(0/0001)$ در سطح $(0/0001)$ رابطه‌ی مثبت و معنادار وجود دارد. افزون بر این، نتایج نشان داد که سبک زندگی در رابطه‌ی بین معنویت و سلامت عمومی به طور معناداری نقش واسطه‌ای دارد. در نتیجه می‌توان گفت سبک زندگی با توانایی خود می‌تواند به بهبود رابطه‌ی معنویت و سلامت عمومی کمک تأثیرگذاری کند.