

پژوهش محوری، سلامتی، و شادابی در برنامه های فرهنگی

باشگاه پژوهشگران جوان (۲)

تأکید دین مبین اسلام بر حفظ سلامتی به حدی است که پیامبر خدا (ص) می فرمایند؛ “ لا خیر فی الحیوه الا مع الصحه “ (در زندگی خیری نیست، مگر با سلامتی).

همانگونه که در شماره قبلی خبرنگار به اطلاع عزیزان رسیده است، پژوهش محوری جهت پاسخگویی به نیازهای فرهنگی اعضاء، در باشگاه پژوهشگران جوان آغاز گردیده است و از این پس در هر شماره خبرنگار، با توجه به نظرات و پیشنهادهائی که دریافت شده، مطلبی کوتاه ارائه خواهد شد، از جمله در زمینه های؛ فرهنگی و مذهبی، سلامتی، کیفیت زندگی، مهارتهای فردی و اجتماعی، ابعاد هوشمندی، خلاقیت و نوآوری، اهمیت و نقش یادگیری، مهارتهای ارتباطی، راهنمایی و مشاوره، شادمانه زیستن، مدیریت استرس ها و حل مشکلات روانی-عاطفی، تحصیلی و شغلی جوانان و نوجوانان.

آغازگر این سلسله مطالب، موضوع سلامتی است. تعریف سلامتی از نظر سازمان بهداشت جهانی WHO عبارت است از؛ “ آسایش و بهروزی کامل جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی و نه تنها نبودن بیماری یا معلولیت”. از طرفی بسیاری از پژوهشگران دریافته اند که راز سلامتی در “ تعادل ” نهفته است، تعادلی که بصورت طبیعی در تمامی هستی و موجودات زنده به نحوه شکفت انگیزی با ساز و کارهای مناسب برقرار می شود. در عین حال عوامل مختلف درونی و بیرونی ممکن است این تعادل را بر هم زند و فرد را دچار مشکلات پیچیده و متعددی کند و رشد و تعالی او را مختل نماید. بنابراین کسب مهارت در کنترل این عوامل، نقش مهمی در حفظ، تأمین و ارتقاء سلامت فردی، خانوادگی و اجتماعی و همچنین پیشگیری از آسیب ها دارد. تقویت این توانمندی ها در اعضاء هدفی است که در مجموعه فعالیتهای فرهنگی باشگاه پژوهشگران جوان دنبال می شود. اداره امور فرهنگی و فوق برنامه باشگاه پژوهشگران جوان، همواره منتظر نظرات و پیشنهادهای سازنده شما می باشد.