مجله علوم پزشکی رازی دوره ۲۹، شماره ۸، آبان ۱۴۰۱ http://rjms.iums.ac.ir

مقاله پژوهشی

تأثیر ذهن‌پروری بر خلاقیت و سلامت عمومی کارآفرینان

حمیدرضا یوسفی: گروه کارآفرینی، واحد علی‌آباد کتول، دانشگاه آزاد اسلامی، علی‌آباد کتول، ایران

روح الله سمیعی: گروه مدیریت، واحد علی‌آباد کتول، دانشگاه آزاد اسلامی، علی‌آباد کتول، ایران (* نویسنده مسئول) Roohalla.samiee@gmail.com

فریدون آزما: گروه مدیریت، واحد علی‌آباد کتول، دانشگاه آزاد اسلامی، علی‌آباد کتول، ایران

محمدرضا صفاریان طوسی: گروه علوم تربیتی، واحد مشهد، دانشگاه آزاد اسلامی، مشهد، ایران

چکیده

زمینه و هدف: سلامت عمومی یکی از م سائل مهم در جوامع امروزی می‌با شد. هدف از انجام تحقیق حا ضر تعیین تاثیر ذهن پروری بر خلاقیت و سلامت عمومی کار آفرینان طراحی بود.

روش کار: جامعه آماری تحقیق کاربری و پیمایِ شی حا ضر را کارآفرینان ا ستان گلـ ستان ت شکیل دادند که تعداد دقیقی از آنان دردسترس نبود. بر حسب انتخاب در دسترس با توجه به فرمول حجم نمونه کوکران در شرایط نامشخص بودن جامعه تعداد ۳۸۴ نفر به عنوان نمونه تحقیق مشـخص شـدند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسـشـنامه ۲۸ سـوالی سـلامت عمومی (۴ مؤلفه نشـانه‌های جسمانی، اضطراب و بی‌خوابی، نارسا کنش‌وری اجتماعی و افسردگی)، پرسشنامه ۳۰ سوالی خلاقیت رندسیپ (۱۹۷۹) (۴ مولفه ترغیب ذهنی، نفوذ آرمانی، انگیزش الهام بخش و ملاحظه فردی) و پرسـشـنامه ۱۵ سـوالی ذهن پروری اناسـوری و همکاران (۲۰۲۰) که پایایی آنها به ترتیب به ترتیب میزان ۰/۸۱، ۰/۸۳ و ۰/۸۶ به دسـت آمد بین افراد نمونه توزیع شـد که در نهایت ۳۵۱ پرسشنامه جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که ذهن پروری بر سلامت عمومی تأثیری به میزان ۰/۵۹۷ و بر خلاقیت تأثیری به میزان ۰/۷۶۱ دارد.

نتیجه‌گیری: نتایج نشـان دهنده تأثیر ذهن پروری بر سـلامت عمومی و خلاقیت بوده و توصـیه می‌شـود جهت ارتقا سـلامت عمومی و خلاقیت به ذهن پروری توجه ویژه‌ای شود.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

کلیدواژه‌ها

ذهن پروری،

خلاقیت،

سلامت عمومی،

کارآفرینان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۶/۱۲

تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۰۸/۱۴

شیوه استناد به این مقاله:

Yousefi H, Samiee R, Azma F, Saffarian Toosi MR. The Effect of Mindfulness on Creativity and General Health of Entrepreneurs. Razi J Med Sci. 2022;29(8):61-68.

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 3.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

Razi Journal of Medical Sciences. 2022;29(8):61-68. http://rjms.iums.ac.ir

Original Article

The Effect of Mindfulness on Creativity and General Health of Entrepreneurs

Hmaidreza Yousefi: Department of Entrepreneurship, Aliabad Katoul Branch, Islamic Azad University, Aliabad Katoul, Iran
Roohallah Samiee: Department of Management, Aliabad Katoul Branch, Islamic Azad University, Aliabad Katoul, Iran (* Corresponding author) Roohalla.samiee@gmail.com
Fereydoon Azma: Department of Management, Aliabad Katoul Branch, Islamic Azad University, Aliabad Katoul, Iran
Mohammad RezaSaffarian Toosi: Department of Educational Sciences, Mashhad Branch, Islamic Azad University, Mashhad, Iran

Abstract

Background & Aims: Public health as a key variable has caused most of the international activities and planning to focus on itself. Such a way that improving people's general health level has always been considered a concern. Researchers have found that improving public health can have positive effects in all individual and group areas and ultimately lead to improved people performance. The functions of public health have caused the improvement of its level to be taken seriously as an important issue. However, there are also problems in the way of improving public health, which has caused the development process of public health not to be taken seriously. One of the things that have always attracted the attention of researchers and doctors about health and are used as a method to overcome problems and diseases and raise the level of health is improving the way of thinking and using the mind (mindfulness). Mindfulness is highlighting the importance of mental and intellectual work. The importance of mental training is so much that cognitive scientists consider the achievement of people in special abilities through mind training based on a theory and changes in brain function, mental health, and future professional behavior. On the other hand, the mind includes a wide range of stories, hopes, fears, expectations, desires, imaginations, etc., and three of these states are the main ones in how to interpret and predict people's behavior. These three are desire (which specifies one's goals), belief (based on which we predict what a person believes to be the true state of the world), and pretense (because people do not always act as they are). But to what extent mindfulness affects public health and entrepreneurs who are constantly facing stress and work pressures is a question that needs more research. Another thing that seems to be related to the mindset and problems of entrepreneurs is creativity. Creativity is one of the important and basic key concepts in psychology. In today's world, the ability to adapt and manage changes is the main element of success and survival of every individual, and acquiring these abilities requires people to pay attention to creativity and variety. Successful people are people whose creativity and creativity form the arrowhead of their movement. Improving creativity as one of the key factors in people's success has caused it to seriously affect people's performance. The effort to improve creativity as a necessity in educational systems has always been considered and the process of developing creativity as an important issue has started from a young age. Creativity is one of the characteristics of a human being who can create many things with divine talent. If we remove creativity and innovation from the scene of human life, we have shot a blank arrow at the movement, dynamism, survival, and vitality of human life because stagnation and humiliating repetition of life is equal to death and destruction. Efforts to improve creativity cause innovative activities to be created, and as a result, while enjoying the benefits of innovation; lead to improving the mental state of individuals and groups. Although the effort to improve creativity and public health has been considered an important issue, there is a need for variables that influence the process

Keywords
Mindfulness,
Creativity,
Public Health,
Entrepreneurs

Received: 03/09/2022
Published: 05/11/2022

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

of improving creativity and public health; Examined. Mindfulness, as one of the key variables, plays an important role in the process of improving people's mental performance, and this mental performance can provide the basis for improving creativity and general health. Cultivating the mind is one of the important issues that cause the proper mental preparation to be formed in people, which leads to improving the functional status of people. Although mindfulness plays an important role in improving the mental state of people, the lack of comprehensive research on its functions in some areas, including creativity and public health, has led to insufficient scientific evidence regarding the role of mindfulness in creativity and the general health of entrepreneurs. Not be On the other hand, this research gap has caused executive activities to improve creativity and public health as an important issue not to be taken seriously. This issue has led to the formation of a research gap in this field. According to the above material, the researcher is trying to answer the question, does mindfulness affect the creativity and general health of entrepreneurs?

Methods: The statistical population of the current user research and survey was formed by the entrepreneurs of Golestan province, whose exact number was not available. According to the selection available according to Cochran's sample size formula, 384 people were identified as the research sample in the conditions of uncertainty of the population. To collect data, a 28-question general health questionnaire (4 components of physical symptoms, anxiety, insomnia, insufficient social activity, and depression), a 30-question creativity questionnaire by Rendsip (1979) (4 components of mental persuasion, ideal influence, inspirational motivation, and individual consideration) and the 15-question questionnaire of Anasori et al.'s (2020) whose reliability was obtained as 0.81, 0.83 and 0.86, respectively, were distributed among the sample, and finally, 351 questionnaires were collected.

Results: The results showed that mindfulness has a 0.597 effect on general health and a 0.761 effect on creativity.

Conclusion: Improving mindfulness by improving the level of creativity and general health can have positive effects. According to the results of the present research, it is suggested that holding training courses to improve the skills of entrepreneurs regarding mental cultivation, while increasing the level of their mental cultivation, will lead to the improvement of public health and creativity of these people. According to the results of the present research, it is suggested to hold brainstorming sessions, while increasing the level of creativity of entrepreneurs, to promote the general health and creativity of these people. Finally, because the exact statistics of the number of entrepreneurs were not available, it is not possible to generalize the obtained results to society. Also, the mental condition of the subjects could not be controlled when completing the questionnaires, which is one of the limitations of the present research. In general, the results of this research showed that mindfulness has a significant effect on the general health and creativity of entrepreneurs. Considering the role of the two components of health and creativity in the work progress of entrepreneurs on the one hand and the effect of mindfulness on these components, on the other hand, it is recommended that the officials and those involved in raising the level of general health and creativity of entrepreneurs to mind. To have visa attention.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:

Yousefi H, Samiee R, Azma F, Saffarian Toosi MR. The Effect of Mindfulness on Creativity and General Health of Entrepreneurs. Razi J Med Sci. 2022;29(8):61-68.

*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

مقدمه

سلامت عمومی به عنوان یکی از مسائل مهم مورد توجه جدی محققان مختلف قرار گرفته است (۱). سلامت عمومی یکی از مسائل مهم در جوامع امروزی بوده و عبارت است از اینکه فرد چه احساسی نسبت به دنیای اطراف، محل زندگی، اطرافیان مخصوصا با توجه به مسئولیتی که در مقابل دیگران دارد. چگونگی سازش وی با درآمد خود و تفاوت موقعیت مکانی و زمانی خویشتن (۲). علم سلامت عمومی شاخه‌ای از علم بهداشت است که با پیشگیری از اختلال‌های روانی و حفظ شیوه‌های بهینه زندگی و بهداشت عاطفی سر وکار دارد. علم سلامت روان فرایند همیشگی است که از بدو تولد تا هنگام مرگ ادامه می‌یابد. این علم با چهار هدف شکوفایی توان بالقوه، شادکامی، رشد و تحولی هماهنگ، و زندگی مؤثر و کارآمد سعی می‌کند از طریق آموزش به کارکنان بهداشت روانی، پیشگیری، درمان اختلال‌های روانی و حفظ و تداوم بهداشت روانی در اشخاص سالم شرایطی ایجاد کند که شهروندان جامعه بتوانند در خانه، مدرسه، جامعه، محیط‌های کاری و نهایتاً با خویش سازگار شوند (۳). توجه در جهت بهبود سلامت عمومی به عنوان یکی از دغدغه‌های مهم و کلیدی نقش مهم و اساسی در روند توسعه و گسترش عملکرد روانی افراد دارد (۴). بهبود سلامت عمومی به عنوان یکی از دغدغه های همیشگی افراد سبب گردیده است تا نقش مهمی در روند بهبود و گسترش وضعیت کلی افراد دارد و به نوعی بازگو کننده وضعیت کلی افراد می باشد (۵).

سلامت عمومی به عنوان یک متغیر کلیدی سبب گردیده است تا عمده فعالیت‌ها و برنامه ریزی‌های بین المللی را معطوف به خود نماید. به صورتی که بهبود سطح سلامت عمومی افراد به عنوان یک نگرانی همواره مدنظر بوده است (۶). محققان دریافته‌اند که بهبود سلامت عمومی می‌تواند دارای آثار مطلوبی در تمامی حوزه‌های فردی و گروهی داشته باشد و در نهایت منجر به بهبود عملکرد افراد گردد (۷). کارکردهای سلامت عمومی سبب گردیده است تا بهبود سطح آن به عنوان یک مساله مهم مورد توجه جدی قرار گیرد. هرچند در مسیر بهبود سلامت عمومی مشکلاتی نیز وجود دارد که این مساله سبب گردیده است تا روند توسعه سلامت عمومی به صورت جدی مورد توجه قرار نگیرد (۸).

یکی از مواردی که همیشه در رابطه با سلامت مورد توجه محققین و پزشکان بوده و به عنوان روشی برای غلبه بر مشکلات و بیماری‌ها و بالا بردن سطح سلامت مورد استفاده قرار می‌گیرد بهبود طرز تفکر و استفاده از ذهن (ذهن پروری) می‌باشد (۹). ذهن پروری، برجسته کردن اهمیت کار ذهن و فکری است. اهمیت ذهن پروری به اندازه‌ای است که دانشمندان علوم شناختی دست یابی افراد را در توانمندی های خاص از طریق آموزش ذهن مبتنی بر یک نظریه و تغییرات عملکرد مغز، سلامت ذهن و حرفه‌ای رفتاری آتی می‌دانند. از طرفی ذهن دربرگیرنده دامنه وسیعی از قصه ها، امیدواری ها، ترس ها، انتظارات، امیال، تصور ها و... می‌باشند که سه مورد از این حالت‌ها در چگونگی تعبیر و تفسیر و پیش‌بینی رفتار افراد، اصلی هستند. این سه مورد عبارت‌اند از: میل (که مشخص‌کننده اهداف فرد است)، باور (که براساس آن ما آنچه را که یک فرد حالت درستی از جهان می‌داند پیش‌بینی می‌کنیم) و وانمود (چرا که مردم همیشه آن‌گونه که هستند، عمل نمی‌کنند) (۱۰). اما اینکه ذهن پروری تا چه اندازه بر سلامت عمومی و آن هم در کارآفرینان که بطور مداوم با استرس و فشارهای کاری روبرو هستند سوالی است که نیازمند است تا تحقیقات بیشتری در رابطه با آن انجام شود (۵).

یکی دیگر از مواردی که به نظر می‌رسد با ذهن‌پروری و مسائل کارآفرینان در ارتباط می‌باشد، خلاقیت است. خلاقیت یکی از مفاهیم مهم و اساسی و کلیدی در روان شناسی است (۱۱). در دنیای امروز، توان سازگاری و اداره کردن تغییرات، عنصر اصلی موفقیت و بقای هر فردی است و کسب این توانایی‌ها خود، مستلزم توجه افراد به خلاقیت و نوع آوری است. افراد موفق، افرادی هستند که خلاقیت و نوع آوری نوک پیکان حرکت آنها را تشکیل می‌دهد (۱۲). بهبود خلاقیت به عنوان یکی از عوامل کلیدی در موفقیت‌های افراد سبب گردیده است تا روند عملکردی افراد را به صورت جدی تحت تاثیر قرار دهد (۱۳). تلاش جهت بهبود خلاقیت به عنوان یک ضرورت در سیستم‌های آموزشی همواره مورد توجه بوده است و روند توسعه خلاقیت به عنوان یک مساله مهم از سنین پایین شروع شده است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

خلاقیت، یکی از ویژگی‌های انسان است که با استعداد الهی می‌تواند بسیاری از چیزها را خلق نماید. چنانچه خلاقیت و نوآوری را از صحنه زندگی بشر کنار بگذاریم، در واقع تیر خلاص به حرکت، پویایی، بقا و حیات زندگی بشر زده‌ایم زیرا رکود و تکرار حقیرانه زندگی مساوی مرگ و نابودی است (۱۱). تلاش در جهت بهبود خلاقیت سبب می‌گردد تا فعالیت‌های نوآورانه ایجاد گردد و در نتیجه ضمن برخورداری از فواید مربوط به نوآوری؛ منجر به ارتقا وضعیت ذهنی افراد و گروه‌ها گردد (۸).

اگرچه تلاش جهت بهبود خلاقیت و سلامت عمومی به عنوان یک مساله مهم مورد توجه بوده است اما نیاز است تا متغیرهایی که سبب تأثیرگذاری بر روند بهبود خلاقیت و سلامت عمومی می‌گردد؛ مورد بررسی قرار گیرد. اگرچه ذهن پروری نقش مهمی در بهبود وضعیت ذهنی افراد دارد اما نبود تحقیقات جامع از کارکردهای آن در برخی حوزه‌ها از جمله خلاقیت و سلامت عمومی سبب گردیده است تا شواهد علمی کافی در خصوص نقش ابعاد ذهن پروری بر خلاقیت و سلامت عمومی کارآفرینان در دسترس نباشد. از طرفی این خلا تحقیقاتی سبب گردیده است تا فعالیت‌های اجرایی در جهت بهبود خلاقیت و سلامت عمومی به عنوان یک مساله مهم مورد توجه جدی قرار نگیرد. این مساله منجر به شکل‌گیری خلاء تحقیقاتی در این حوزه شده است. با توجه به مطالب فوق محقق در صدد پاسخگویی به این سوال است که آیا ذهن پروری بر خلاقیت و سلامت عمومی کار آفرینان تاثیر دارد؟

روش کار

روش تحقیق حاضر پیشمایشی می‌باشد که به صورت میدانی انجام گردید که در کمیسیون کد اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری با کد اخلاق IR.IAU.SARI.REC.1401.126 به تصویب رسید. تحقیق حاضر از جمله تحقیقات کاربردی می‌باشد. جامعه آماری تحقیق حاضر شامل کارآفرینان استان گلستان بودند که تعداد دقیقی از آنان درد سترس نبود. بر حسب انتخاب دردسترس با توجه به فرمول حجم نمونه کوکران در شرایط نامشخص بودن جامعه تعداد ۳۸۴ نفر به عنوان نمونه تحقیق مشخص شدند. در نهایت پس از پخش و جمع آوری پرسشنامه‌های تحقیق، تعداد ۳۵۱ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ابزار تحقیق حاضر شامل سه پرسشنامه ۲۸ سوالی سلامت عمومی (۴ مولفه نشانه های جسمانی، اضطراب و بی‌خوابی، نارسا کنش‌وری اجتماعی و افسردگی هر مولفه ۷ سوال)، پرسشنامه ۳۰ سوالی خلاقیت رندسیپ (۱۹۷۹) (۴ مولفه ترغیب ذهنی (سوالات ۱-۸)، نفوذ آرمانی (سوالات ۹-۱۷)، انگیزش الهام بخش (سوالات ۱۸-۲۴) و ملاحظه فردی (سوالات ۲۵-۳۰)) و پرسشنامه ۱۵ سوالی ذهن پروری اناسوری و همکاران (۲۰۲۰) بود. میزان پایایی این پرسشنامه ها به ترتیب میزان ۰/۸۳، ۰/۸۰ و ۰/۸۵ گزارش شده بود. در تحقیق حاضر میزان پایایی این پرسشنامه‌ها پس از محاسبه آلفای کرونباخ به ترتیب میزان ۰/۸۱، ۰/۸۳ و ۰/۸۶ مشخص گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی، آزمون کالموگروف اسمیرنوف و تی با استفاده از نرم افزارها SPSS استفاده شد.

یافته‌ها

نتایج توصیفی تحقیق نشان داد، ۷۳/۲ در صد (۲۵۷ نفر) از افراد شرکت کننده در تحقیق مرد و ۲۶/۸ درصد (۹۴ نفر) زن می‌باشند. نتایج توصیفی همچنین نشان داد که ۲۸/۸ درصد (۱۰۱ نفر) از افراد شرکت کننده در تحقیق دارای سطح تحصیلی کارشناسی و پایین‌تر، ۵۵ درصد (۱۹۳ نفر) کارشناسی ارشد و ۱۶/۲ درصد (۵۷ نفر) دکتری بودند. جدول شماره ۱، توصیف متغیرهای پژوهش را نشان می دهد.

نتایج آزمون تی در جدول شماره ۲ نشان داد که ذهن پروری بر سلامت عمومی تأثیری به میزان ۰/۵۹۷دارد. همچنین نتایج تحقیق نشان داد که ذهن پروری بر خلاقیت تأثیری به میزان ۰/۷۶۱ دارد.

سلامت عمومی به عنوان یکی از مسائل مهم مورد توجه جدی محققان مختلف قرار گرفته است (۱). سلامت عمومی یکی از مسائل مهم در جوامع امروزی

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

جدول ۱- توصیف متغیرهای پژوهش

متغیرها	انحراف معیار	میانگین	حداکثر	حداقل	نمونه
ذهن پروری	۰/۵۲۶	۲/۴۷	۵	۱	۳۵۱
خلاقیت	۰/۵۹۳	۲/۳۹	۵	۱	۳۵۱
سلامت عمومی	۰/۴۰۷	۲/۴۰	۵	۱	۳۵۱

جدول ۲- نتایج آزمون تی

روابط	تأثیر	t	سطح معناداری
ذهن پروری بر سلامت عمومی	۰/۵۹۷	۷/۱۷۵	۰/۰۰۱
ذهن پروری بر خلاقیت	۰/۷۶۱	۱۸/۶۴۵	۰/۰۰۱

بوده و عبارت است از اینکه فرد چه احساسی نسبت به دنیای اطراف، محل زندگی، اطرافیان مخصوصا با توجه به مسئولیتی که در مقابل دیگران دارد. چگونگی سازش وی با درآمد خود و تفاوت موقعیت مکانی و زمانی خویشتن (۲). علم سلامت عمومی شاخه‌ای از علم بهداشت است که با پیشگیری از اختلال‌های روانی و حفظ شیوه‌های بهینه زندگی و بهداشت عاطفی سر وکار دارد. علم سلامت روان فرایند همیشگی است که از بدو تولد تا هنگام مرگ ادامه می‌یابد. این علم با چهار هدف شکوفایی توان بالقوه، شادکامی، رشد و تحولی هماهنگ، و زندگی مؤثر و کارآمد سعی می‌کند از طریق آموزش به کارکنان بهداشت روانی، پیشگیری، درمان اختلال های روانی و حفظ و تداوم بهداشت روانی در اشخاص سالم شرایطی ایجاد کند که شهروندان جامعه بتوانند در خانه، مدرسه، جامعه، محیط های کاری و نهایتاً با خویش سازگار شوند (۳). توجه در جهت بهبود سلامت عمومی به عنوان یکی از دغدغه های مهم و کلیدی نقش مهم و اساسی در روند توسعه و گسترش عملکرد روانی افراد دارد (۴). بهبود سلامت عمومی به عنوان یکی از دغدغه های همیشگی افراد سبب گردیده است تا نقش مهمی در روند بهبود و گسترش و ضعیت کلی افراد دارد و به نوعی بازگو کننده وضعیت کلی افراد می باشد

بحث

سلامت عمومی به عنوان یکی از متغیرهای کلیدی و مهم نقش تعیین کننده‌ای در شرایط کلی افراد دارد. سلامت عمومی بازگو کننده وضعیت کلی افراد می‌باشد و تبیین کننده وضعیت کلی جامعه از منظر ذهنی و جسمی می‌باشد (۱). بهبود و ارتقا سطح سلامت عمومی به عنوان یک نگرانی و دغدغه همیشگی توانسته است تا سیاست‌ها و برنامه‌های جوامع مختلف را تحت تأثیر خود قرار دهد. از طرفی بهبود خلاقیت به عنوان یکی از مسائل مهم نقش تأثیرگذاری در پیشبرد اهداف فردی و ملی دارد. این مساله منجر به بهبود ضرورت توجه به خلاقیت به عنوان یکی از مسائل ضروری مشخص شده است. با این توجه بهبود سلامت عمومی و خلاقیت به عنوان یکی از شاخص‌های مهم کشورهای توسعه یافته مشخص می‌باشد که می بایستی به صورت مناسب در تمامی نقاط بین المللی ارتقا یابد (۳). این مساله سبب گردیده است تا تحقیق حاضر با هدف تاثیر ذهن پروری بر خلاقیت و سلامت عمومی کار آفرینان طراحی و اجرا گردد. تحقیق حاضر نشان داد که ذهن پروری سبب بهبود میزان سلامت عمومی می‌گردد. به عبارتی افزایش میزان ذهن پروری منجر به ارتقا سطح سلامت عمومی می‌گردد. این مساله نشان می‌دهد که تلاش در جهت بهبود ذهن پروری می‌تواند آثار مثبتی در خصوص بهبود شرایط سلامت عمومی کارآفرینان داشته باشد. نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیقات بامبی (Bambi) و همکاران (۲۰۱۷) (۱۰) و نریمانی و خلیل (Khalil) و همکاران (۲۰۱۹) (۹) همسو می‌باشد. بامبی (Bambi) و همکاران (۲۰۱۷) در تحقیق خود مشخص نمودند که ذهن پروری می‌تواند سبب تأثیرگذاری بر سلامت فردی شود (۱۰). به نظر می‌رسد ذهن پروری به واسطه بهبود

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

آگاهی های محیطی و همچنین ارتقا سطح آمادگی ذهنی افراد سبب می گردد تا میزان سلامت عمومی افراد تحت تاثیر قرار گیرد و در این راستا خلیل (Khalil) و همکاران (۲۰۱۹) نیز به کارکردهای مناسب ذهن پروری در جهت بهبود سلامت عمومی اشاره داشتند (۹). ذهن پروری همچنین به واسطه بهبود تمرکز افراد و همچنین ارتقا اعتماد فردی می‌تواند به بهبود سلامت عمومی افراد و کاهش مشکلات روانی و جسمانی آنان منجر گردد (۵).

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که ذهن پروری سبب بهبود میزان خلاقیت می‌گردد. به عبارتی افزایش میزان ذهن پروری منجر به ارتقا سطح خلاقیت می‌گردد. این مساله نشان می‌دهد که تلاش در جهت بهبود ذهن پروری می‌تواند آثار مثبتی در خصوص بهبود خلاقیت کارآفرینان داشته باشد. کاپورسو (Capurso) و همکاران (۲۰۱۴) اشاره داشتند که ذهن پروری و پرورش ذهن سبب بهبود میزان خلاقیت و نوآوری افراد می‌گردد (۱۲). خامیسا و همکاران (۲۰۱۶) نیز اشاره داشتند که در مسیر بهبود خلاقیت نیاز است تا جنبه‌های ذهنی مدنظر قرار گیرد (۸). ذهن پروری سبب پرورش ذهن در میان افراد و ارتقا آمادگی ذهنی آنان در جهت حضور در جامعه دارد. به عبارتی تلاش در جهت بهبود ذهن پروری می‌تواند آثار مثبتی ذهنی را در میان کارآفرینان داشته باشد که این مساله ضمن ارتقا تمرکز ذهنی و ایده‌پردازی آنان سبب ارتقا سطح خلاقیت فردی می‌گردد. به عبارتی تلاش جهت ذهن پروری می‌تواند منجر به بهبود خلاقیت افراد در میان کارآفرینان گردد (۱۰).

بهبود ذهن پروری به واسطه ارتقا سطح خلاقیت و سلامت عمومی، می‌تواند آثار مثبتی را در پی داشته باشد. با توجه به نتایج تحقیق حاضر پیشنهاد می‌گردد تا با برگزاری دوره های آموزشی به ارتقا مهارت کارآفرینان در خصوص پرورش ذهن، ضمن افزایش میزان ذهن پروری آنان به ارتقا سلامت عمومی و خلاقیت این افراد منجر گردد. با توجه به نتایج تحقیق حاضر پیشنهاد می‌گردد تا با برگزاری جلسات طوفان مغزی، ضمن افزایش میزان ذهن پروری کارآفرینان به ارتقا سلامت عمومی و خلاقیت این افراد اقدام گردید.

نهایتاً اینکه با توجه به اینکه آمار دقیقی از تعداد کارآفرینان در اختیار نبود بنابراین نمی‌توان به طور قطع نتیجه به دست آمده را به جامعه تعمیم داد. همچنین شرایط روحی آزمودنی‌ها هنگام تکمیل پرسشنامه‌ها قابل کنترل نبود که از محدودیت‌های تحقیق حاضر می‌باشند.

نتیجه‌گیری

به طور کلی نتایج تحقیق حاضر نشان داد ذهن‌پروری بر سلامت عمومی و خلاقیت کارآفرینان تاثیر معناداری دارد. با توجه به نقش دو مولفه سلامت و خلاقیت در پیشرفت کاری کارآفرینان از یک طرف و تأثیر ذهن‌پروری بر این مولفه‌ها از طرف دیگر توصیه می‌شود مسولین و دست‌اندرکاران جهت بالا بردن سطح سلامت عمومی و خلاقیت کارآفرینان به ذهن‌پروری توجه ویژه‌ای داشته باشند.

References

1. McEwen SA, Collignon PJ. Antimicrobial Resistance: a One Health Perspective. Microbiol Spectr. 2018;6(2).
2. Frank J, Abel T, Campostrini S, Cook S, Lin VK, McQueen DV. The Social Determinants of Health: Time to Re-Think? Int J Environ Res Public Health. 2020;17(16):5856.
3. Heneghan C, Mahtani KR. Is it time to end general health checks? BMJ Evid Based Med. 2020;25(3):115-116.
4. Fabbian F, Zucchi B, De Giorgi A, Tiseo R, Boari B, Salmi R, et al. Chronotype, gender and general health. Chronobiol Int. 2016;33(7):863-82.
5. Blom V, Kallings LV, Ekblom B, Wallin P, Andersson G, Hemmingsson E, et al. Self-Reported General Health, Overall and Work-Related Stress, Loneliness, and Sleeping Problems in 335,625 Swedish Adults from 2000 to 2016. Int J Environ Res Public Health. 2020;17(2):511.
6. Tatullo M, Gentile S, Paduano F, Santacroce L, Marrelli M. Crosstalk between oral and general health status in e-smokers. Medicine (Baltimore). 2016;95(49):e5589.
7. Karatza C, Zyga S, Tziaferi S, Prezerakos P. Workplace bullying and general health status among the nursing staff of Greek public hospitals. Ann Gen

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

Psychiatry. 2016;15:7.
8. Khamisa N, Peltzer K, Ilic D, Oldenburg B. Work related stress, burnout, job satisfaction and general health of nurses: A follow-up study. Int J Nurs Pract. 2016;22(6):538-545.
9. Khalil R, Godde B, Karim AA. The Link Between Creativity, Cognition, and Creative Drives and Underlying Neural Mechanisms. Front Neural Circuits. 2019;13:18.
10. Bambi S, Guazzini A, De Felippis C, Lucchini A, Rasero L. Preventing workplace incivility, lateral violence and bullying between nurses A narrative literature review. Acta Biomed. 2017;88(5S):39-47.
11. Zhang D, Lee EKP, Mak ECW, Ho CY, Wong SYS. Mindfulness-based interventions: an overall review. Br Med Bull. 2021;138(1):41-57.
12. Roth B, Robbins D. Mindfulness-based stress reduction and health-related quality of life: findings from a bilingual inner-city patient population. Psychosom Med. 2004;66(1):113-23.
13.س Capurso V, Fabbro F, Crescentini C. Mindful creativity: the influence of mindfulness meditation on creative thinking. Front Psychol. 2014;4:1020.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]