



جستارهایی در سبک زندگی (جلد سوم)

مفاهیم هم بسته

به کوشش: امیر قربانی

نویسندگان: مجید کافی، مهرانگیز شعاع کاظمی، عبدالرضا آتشین صدف، محمد خیری، سید حسین شرف الدین، امیر قربانی، مهدی فدایی، محمد جواد مهدی آسا، محمد جواد شعبانی، مهرباب صادق نیا، سید مرتضی میرتبار، امین جان بزرگی، مسعود جان بزرگی، مهدی عباسی، رحیم ناروئی نصرتی، سید کامران قریشی، نادیه قربانی، الهه حجازی، محسن منطقی

فهرست

هدفمندی و آرمان‌گرایی در سبک زندگی اسلامی ۱۵

مجید کافی

سبک زندگی، تعهد زناشویی و مسئولیت‌پذیری در زنان ۴۷

مهرانگیز شعاع‌کاظمی

بررسی فلسفی رابطه سبک زندگی، پول و مد از منظر جورج زیمل ۷۵

عبدالرضا آتشین‌صدف / محمد خیری

رویکردی روان‌شناختی به سرگرمی و فراغت ۹۹

سید حسین شرف‌الدین

مقابله دینی با ناملایمات زندگی: تبیین و بررسی نظریه پارگامنت ۱۳۱

امیر قربانی

آسیب‌شناسی فردی مصرف کاربران حوزوی در شبکه‌های اجتماعی ۱۶۷

مهدی فدایی / محمدجواد مهدی آسا

بررسی مؤلفه «امید» در سبک زندگی دینی و نقش رسانه دیداری تلویزیون در گسترش

امیدآفرینی دینی ۲۰۷

محمدجواد شعبانی / مهرباب صادق نیا / سیدمرتضی میرتبار

تنظیم درمان‌گرانه سبک زندگی: یک مداخله کوتاه‌مدت برای پیشگیری و درمان اضطراب

بر اساس درمان چندبعدی معنوی خداسو ۲۴۷

امین جان بزرگی / مسعود جان بزرگی

مؤلفه‌های لذت‌بری سعادت‌نگر بر اساس منابع اسلامی: تدوین یک مدل مفهومی ۲۷۱

مهدی عباسی / رحیم نارویی نصرتی / مسعود جان بزرگی / سیدکامران قریشی

بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان زنان هیئت علمی دانشگاه‌های شهر

تهران ۳۱۷

نادیه قربانی / مهرانگیز شعاع‌کاظمی / الهه حجازی

مدیریت خانواده و کار در سبک زندگی اسلامی ۳۴۳

محسن منطقی

اوقات فراغت در سبک زندگی خانوادگی ۳۷۱

مجید کافی

مصرف‌گرایی در سبک زندگی مدرن و دینی ۴۰۱

سید حسین شرف‌الدین

دیباچه

اصطلاح سبک زندگی^۱ را گویا نخست بار ماکس وبر^۲ به کار برد و آلفرد آدلر^۳ آن را در حوزه روانشناسی مفهوم سازی^۴ کرد. کاربرد گسترده این واژه بیانگر تلقی خاصی از زندگی و انسان است. زندگی در این کاربرد، به خلاف تصور جبرانگاران و مکانیکی، هدفمند، کل نگرانه و نظام مند است.

اصطلاح سبک زندگی در دهه های اخیر اهمیت بیشتری یافته است. هرچند این اصطلاح ریشه در نظریه های جامعه شناسی و روان شناسی دارد، بیشتر در پژوهش های تجربی توسعه یافته است و در رشته های گوناگون کاربرد یافته است. از اوایل دهه ۸۰ میلادی، سازمان بهداشت جهانی^۵ مفهوم سبک زندگی را به رسمیت شناخت. این سازمان «سبک زندگی» را الگوهایی از انتخاب های رفتاری از میان گزینه های گوناگون و برحسب شرایط اجتماعی و اقتصادی و سهولت تعریف کرد.

این مفهوم با مجموعه قابل توجهی از مفاهیم همچون فرهنگ، منزلت، رفتار، سلیقه و مُد پیوندی گسست ناپذیر دارد و گستره آن ابعاد فردی و اجتماعی زندگی

1 Life style

2 Max Weber

3 Alfred Adler

4 Conceptualization

5 World Health Organisation (WHO)

آدمیان را دربرمی‌گیرد. به باور برخی، سبک زندگی در دامان علوم انسانی غربی رشد کرده و بالنده شده است. فارغ از داوری در این باب، آنچه مهم است دنبال کردن نحوه پدیدآیی این مفهوم، پیشینه آن، رهیافت‌های مختلف به سبک زندگی و مفاهیم همبسته با آن در علوم ناظر به این مبحث است. این مهم بدون مطالعه آثار صاحب‌نظران و اندیشمندان این حوزه میسر نخواهد شد.

پژوهشکده سبک زندگی اسلامی برای پرکردن خلأ تولید اندیشه و علم در حوزه مباحث سبک زندگی از سال ۱۳۹۴ «پژوهش‌نامه سبک زندگی» را منتشر کرد. این دوفصل‌نامه، جدیدترین یافته‌ها در حوزه سبک زندگی اسلامی-ایرانی را قالب مقالات علمی-پژوهشی بازتاب می‌دهد. هدف از انتشار این نشریه، ایجاد فرصت برای تبادل نظر و نقد مباحث مرتبط با سبک زندگی، ارتقای سطح پژوهش‌های بنیادین علوم مرتبط با این حوزه و کیفیت آن؛ طرح مسائل جدید علمی و کمک به مسئله‌یابی و حل مسائل علمی و فنی درباره تنگناهای توسعه فرهنگی و اجتماعی کشور بود. جلد سوم از این مجموعه، حاوی ۱۳ اثر منتخب از پژوهش‌نامه سبک زندگی است که با هدف واکاوی مهمترین مفاهیم همبسته با سبک زندگی به رشته تحریر درآمده است. در ادامه مروری اجمالی بر این آثار خواهیم داشت.

۱. هدفمندی و آرمان‌گرایی در سبک زندگی اسلامی؛ مجید کافی (عضو هیئت علمی گروه جامعه‌شناسی پژوهشگاه حوزه و دانشگاه)

هدف نویسنده کشف و استنباط آرمان و اهداف سبک زندگی از قرآن و نشان دادن تفاوت میان هدف‌ها و آرمان زندگی است. در این نوشتار با روش تحلیل متن سه عنصر زندگی پاکیزه، عبودیت و عبادت به عنوان آرمان زندگی در قرآن معرفی می‌شود.

۲. سبک زندگی، تعهد زناشویی و مسئولیت‌پذیری در زنان؛ مهرانگیز شعاع کاظمی (دانشیار گروه مطالعات خانواده و زنان، دانشگاه الزهرا(س)، تهران)

این اثر با روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی، به بررسی رابطه سه عنصر یادشده در زنان متأهلی می‌پردازد که به تحصیل در دانشگاه‌های شهر تهران مشغولند. براساس نتایج به دست آمده از جامعه نمونه، بین سبک زندگی و تعهد زناشویی و همچنین مسئولیت‌پذیری و بین تعهد زناشویی و مسئولیت‌پذیری رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. برپایه یافته‌های این پژوهش، می‌توان با تقویت سبک زندگی اسلامی میزان تعهد و مسئولیت‌پذیری را افزایش داد و از این راه به استحکام خانواده کمک کرد.

۳. بررسی فلسفی رابطه سبک زندگی، پول و مد از منظر جورج زیمل؛ عبدالرضا آتشین صدف (دانشجوی دکتری فلسفه علوم اجتماعی، دانشگاه باقرالعلوم، قم) و محمد خیری (استادیار گروه فلسفه، دانشگاه مفید، قم)

جورج زیمل در آثار خود از واژگان سبک زندگی، سبک‌داری، سبک‌آفرینی و عینیت سبک زندگی سخن به میان آورده و در این بین، تحلیل فلسفی مد و پول از برجستگی قابل توجهی برخوردار است. نویسندگان این مقاله با مروری بر آثار محوری جورج زیمل، در مرحله گردآوری اطلاعات با استفاده از روش کتابخانه‌ای اسنادی و تحلیل متن در مرحله دآوری به تبیین نظرگاه زیمل در سبک زندگی پرداخته‌اند.

۴. رویکردی روان‌شناختی به سرگرمی و فراغت؛ سیدحسین شرف‌الدین (دانشیار گروه علوم اجتماعی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، قم)

نویسنده با طرح این مدعا که نیاز به سرگرمی و پرکردن اوقات فراغت از جنبه‌های گوناگونی برخوردار است و نحوه تعامل با این نیاز و ارضای آن به مرور زمان و به تبع تغییرات محیطی، دستخوش تغییر شده است، به صورت نظری و با بهره‌گیری از روش اسنادی، ابعاد روان‌شناختی فراغت را با تأمل در نظریه‌های ارائه شده واکاوی و تحلیل می‌کند.

۵. مقابله دینی با ناملایمات زندگی: تبیین و بررسی نظریه پارگامنت؛ امیر قربانی

(دکترای دین پژوهی دانشگاه ادیان و مذاهب، قم)

کنت پارگامنت با تلقی دین به مثابه تأمین‌کننده معنا، به طراحی نظریه مقابله دینی پرداخته است، مقاله حاضر با روش توصیفی - تحلیلی، مروری بر مبانی، روش و پیامدهای عملی این دارد. نویسنده از خلال آراء پارگامنت به سه الگوی مقابله دینی و پنج کارکرد عمده برای آن دست یافته است.

۶. آسیب‌شناسی فردی مصرف‌کاربران حوزوی در شبکه‌های اجتماعی؛ مهدی فدایی (استادیار گروه اخلاق و تربیت دانشگاه باقرالعلوم، قم) محمدجواد مهدی آسا (کارشناسی ارشد دانشگاه معارف اسلامی، قم)

در این تحقیق، به بررسی آسیب‌های کنشگری کاربران حوزوی در شبکه‌های اجتماعی در بعد فردی پرداخته می‌شود. روش پژوهش حاضر کیفی بوده و نویسندگان با ابزار مصاحبه عمیق، به تحلیل مسئله پرداخته‌اند. در این مقاله، با ۱۶ متخصص و کارشناس رسانه و سبک زندگی مصاحبه عمیق به صورت هدفمند انجام شده است. ارائه مصادیق و نمونه‌خوانی کنشگری در رسانه اجتماعی از سوی کاربران حوزوی، به عنوان نوآوری این تحقیق قلمداد شده است.

۷. بررسی مؤلفه «امید» در سبک زندگی دینی و نقش رسانه دیداری تلویزیون در گسترش امیدآفرینی دینی؛ محمدجواد شعبانی (دکتری مطالعات تطبیقی ادیان، دانشگاه ادیان و مذاهب، قم)، مهرباب صادق‌نیا (استادیار گروه ادیان ابراهیمی، دانشگاه ادیان و مذاهب)، و سیدمرتضی میرتبار (دکتری مطالعات تطبیقی ادیان، دانشگاه ادیان و مذاهب)

نویسندگان مقوله امیدواری را از پیش‌شرط‌های سبک زندگی اسلامی و از مقولات مهم تعلیم و تربیت اسلامی و نیز از ضروریات تبلیغ دینی در جامعه قلمداد می‌کنند. در این نوشتار، ابعاد مختلف ارتباط بین امیدآفرینی دین و رسانه تلویزیون بررسی شده است. علاوه بر مطالعه منابع کتابخانه‌ای و اسنادی، روش تحقیق در این پژوهش با رویکرد کیفی و به شیوه تحلیل مضمون از نوع

مقایسه‌ای است.

۸. تنظیم درمان‌گرانه سبک زندگی: یک مداخله کوتاه‌مدت برای پیشگیری و درمان اضطراب بر اساس درمان چندبعدی معنوی خداسو؛ امین جان‌بزرگی (کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی تهران) و مسعود جان‌بزرگی (استاد گروه روانشناسی پژوهشگاه علوم رفتاری حوزه و دانشگاه، قم)

هدف نویسندگان، معرفی روش مداخله برای تنظیم سبک زندگی است که بر اساس تجربه بالینی حاصل شده است. طبق یافته‌های این مقاله، پروتکل تنظیم سبک زندگی در قالب یک روش درمان گروهی برای اضطراب، هم از نظر کارشناسان و هم از نظر بالینی، اعتبار لازم را دارد و می‌تواند در سطح بالایی، بعد معنوی سبک زندگی را در افراد فعال کند.

۹. مؤلفه‌های لذت‌بری سعادت‌نگر بر اساس منابع اسلامی: تدوین یک مدل مفهومی؛ مهدی عباسی (دانشجوی دکتری روان‌شناسی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی)، رحیم نارویی نصرتی (استادیار گروه روان‌شناسی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی)، مسعود جان‌بزرگی (استاد گروه روان‌شناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه) و سیدکامران قریشی (دانشیار و مدیر گروه آمار، دانشگاه قم)

این پژوهش با هدف تدوین مدل مفهومی لذت‌بری سعادت‌نگر بر اساس متون اسلامی انجام شده است. نویسندگان از روش تحلیل محتوا و به‌منظور تبیین ساختار مفهومی لذت‌بری سعادت‌نگر از روش معناشناسی زبانی استفاده جسته‌اند. نویسندگان در این مقاله، درصد شناسایی مؤلفه‌های ساختار مفهومی لذت‌بری سعادت‌نگر بر اساس متون اسلامی برآمده‌اند.

۱۰. بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان زنان هیئت علمی دانشگاه‌های شهر تهران؛ نادیه قربانی (کارشناس ارشد مطالعات زنان دانشگاه الزهرا)، مهرانگیز شعاع‌کاظمی (دانشیار گروه مطالعات زنان دانشگاه الزهرا) و

الهه حجازی (دانشیار گروه روان‌شناسی تربیتی و مشاوره دانشگاه تهران)

بررسی سبک زندگی اسلامی و رابطه آن با بهداشت روانی زنان هیئت علمی دانشگاه‌های شهر تهران بحث محوری این مقاله است و روش آن، مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است. طبق یافته‌ها، بین سبک زندگی اسلامی و نمره سلامت روان زنان هیئت علمی رابطه منفی و معناداری وجود دارد و از بین شاخص‌های سبک زندگی اسلامی، دو شاخص اخلاقی و عبادی بیشترین تأثیر را بر سلامت روان داشتند.

۱۱. مدیریت خانواده و کار در سبک زندگی اسلامی؛ محسن منطقی (استادیار

مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی)

هدف از این تحقیق، یافتن سبک متعادلی از زندگی است که بتواند بین زندگی خانوادگی و کاری، سازگاری ایجاد کند. در این پژوهش تلاش شده است که یافته‌های ترکیبی بر مبنای تحلیل عقلی و اجتهادی به دست آیند و با استفاده از شیوه توصیفی-تحلیلی ارزیابی شوند. تلاش مستمر، قناعت، اعتدال، توکل و دعا از مهم‌ترین راهکارها برای تقویت سبک تعادل‌مدار در زندگی معرفی شده‌اند.

۱۲. اوقات فراغت در سبک زندگی خانوادگی؛ مجید کافی (استادیار و مدیر

گروه جامعه‌شناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه)

نویسنده با مروری بر ادبیات و نظریه‌های اوقات فراغت خانوادگی و متن پژوهشی، به این پرسش‌ها پاسخ می‌دهد که «بازتعریف اوقات فراغت خانواده در سبک زندگی جدید و وجه سازگاری آن با آموزه‌های دینی چیست؟» و «چگونه باید اوقات فراغت را با گزاره‌های دینی، که به ظاهر نگرش منفی به اوقات فراغت دارند، جمع کرد؟». این پژوهش دو نوع از اوقات فراغت (استفاده بردن از لذت‌ها و فرصت اضافه پس از اتمام کار و استراحت) را معرفی و تحلیل میکند.

۱۳. مصرف‌گرایی در سبک زندگی مدرن و دینی؛ سیدحسین شرف‌الدین

(عضو هیأت علمی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی)

در این مقاله جایگاه مصرف در سبک زندگی غالب و رایج کنونی، از ابعاد مختلف و با رویکرد غالب مطالعات فرهنگی، تحلیل میشود و خطوط عام الگوی مصرف از دیدگاه اسلام نیز معرفی شده است. روش پژوهش در مقام گردآوری اطلاعات اسنادی و در مقام بررسی آنها، تفسیری، تعلیلی و تحلیلی است.

در پایان بر خود لازم می‌دانم مراتب سپاسگزاری صمیمانه خود را از جناب آقای دکتر محمدتقی فعالی، ریاست محترم پژوهشکده سبک زندگی، بابت پشتیبانی معنوی و علمی از این پروژه اعلام دارم. از همکاران عزیز گروه سبک زندگی به ویژه آقایان حامد عبداللهی، سیدعلی آقایی و سیداکبر موسوی قدردانی و سپاسگزاری می‌کنم. امیدوارم که این اثر گامی سودمند در مسیر غنابخشی به ادبیات علمی سبک زندگی باشد و مقبول طبع پژوهشگران و اندیش‌وران نکته‌سنج واقع شود.

امیر قربانی