



## Predicting Family Efficiency through the Dimensions of Islamic Lifestyle in Teachers of Qaen City

Ahmad Movahed<sup>1</sup>

Zohreh Abbasi<sup>2</sup>

Ahmad Akbarzadeh<sup>3</sup>

Received: 24/12/2019

Accepted: 21/11/2020

### Abstract

The present study has been carried out to investigate the prediction of family efficiency through the dimensions of Islamic lifestyle in teachers of Qaen City. This research is considered a descriptive-correlational study. In this study, one-stage cluster random sampling method was used. Thus, among the teachers of Qaen city, 250 people were randomly selected. Necessary data were collected using Kaviani Islamic Lifestyle Questionnaire (2009) and Houshyari, Taghian and Safouraei Family Efficiency Questionnaire (2016) and the results were analyzed through SPSS software using Pearson correlation coefficient and regression test. The findings suggested that there is a positive and significant relationship between the four dimensions, social, intrinsic, devotional, and altruistic characteristics with family efficiency, and a negative and significant relationship between the four dimensions of worldliness, committing sin, hedonism, and lack of ambition with family efficiency and finally, there is no significant relationship between the negative intellectual dimension and family efficiency. The results of regression analysis showed that three dimensions of social, intrinsic and altruistic characteristics can predict the efficiency of the family ( $R^2_{adj} = 0.32$ ).

### Keywords

Lifestyle, Islamic lifestyle, dimensions of Islamic lifestyle, family, family efficiency, teachers.

---

1. Instructor, Department of Psychology, Payam Noor University, Tehran, Iran. A.movahed@pnu.ac.ir

2. M.A. in Psychology and Education of Exceptional Children, Islamic Azad University, Qayenat Branch, Iran (Author in charge). Z.abasi29@gmail.com

3. Assistant Professor of Theology, Payam Noor University, Tehran, Iran. A\_akbarzadeh@pnu.ac.ir

---

Movahed, A. & Abbasi, Z. & Akbarzadeh, A. (2020). Predicting Family Efficiency through the Dimensions of Islamic Lifestyle in Teachers of Qaen City. *The Quarterly Journal of Islam and Social Studies*, 8(30), pp. 192-221. Doi:10.22081/jiss.2020.56361.1591

---



## پیش‌بینی کارآمدی خانواده از طریق ابعاد سبک زندگی اسلامی

### در فرهنگیان شهر قاین

احمد موحد<sup>۱</sup>      زهره عباسی<sup>۲</sup>      احمد اکبرزاده<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱۰/۰۲      تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۹/۰۱

#### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی پیش‌بینی کارآمدی خانواده از طریق ابعاد سبک زندگی اسلامی در فرهنگیان شهر قاین صورت گرفته است. این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی به شمار می‌آید. در این پژوهش، از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای تک‌مرحله‌ای استفاده شد؛ به این صورت که از بین فرهنگیان شهر قاین تعداد ۲۵۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند. اطلاعات لازم با استفاده از پرسش‌نامه سبک زندگی اسلامی کاویانی (۱۳۸۸) و پرسش‌نامه کارآمدی خانواده هوشیاری، تقیان و صفورایی (۱۳۹۵) جمع‌آوری گردید و نتایج به کمک نرم‌افزار SPSS و با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که بین چهار بعد اجتماعی، ویژگی‌های درونی، عبادی و نوع دوستی با کارآمدی خانواده، رابطه مثبت و معنادار و بین چهار بعد دنیاخواهی، گنه‌کاری، لذت‌خواهی و کم‌همتی با کارآمدی خانواده، رابطه منفی و معنادار وجود دارد و بین بعد روشن‌فکری منفی با کارآمدی خانواده، رابطه معنادار وجود ندارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد سه بعد اجتماعی، ویژگی‌های درونی و نوع دوستی، توان پیش‌بینی کارآمدی خانواده ( $R^2_{adj}=0.32$ ) را دارند.

#### کلیدواژه‌ها

سبک زندگی، سبک زندگی اسلامی، ابعاد سبک زندگی اسلامی، خانواده، کارآمدی خانواده، فرهنگیان.

۱. مربی گروه روان‌شناسی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. A.movahed@pnu.ac.ir
۲. کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قاینات، ایران (نویسنده مسئول). Z.abasi29@gmail.com
۳. استادیار گروه الهیات دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. A\_akbarzadeh@pnu.ac.ir

\* موحد، احمد؛ عباسی، زهره؛ اکبرزاده، احمد. (۱۳۹۹). پیش‌بینی کارآمدی خانواده از طریق ابعاد سبک زندگی اسلامی در فرهنگیان شهر قاین. فصلنامه اسلام و مطالعات اجتماعی، ۸(۳۰)، صص ۱۹۲-۲۲۱.

Doi:10.22081/jiss.2020.56361.1591

## ۱. مقدمه

سازمان بهداشت جهانی، سبک زندگی را الگویی مشخص و قابل تعریف می‌داند که از تعامل بین ویژگی‌های شخص، برهم‌کنش روابط اجتماعی و موقعیت‌های محیطی و اجتماعی - اقتصادی حاصل می‌شود (کرا<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰م؛ به نقل از طغیانی و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۳۶). سبک زندگی در هر جامعه‌ای، شخصیت و هویت فردی و جمعی را نمایان می‌سازد؛ به طوری که می‌توان تمایز فرهنگی و تمدنی جوامع را با یکدیگر بر اساس سبک زندگی آنان تشخیص داد. این نگرش و باورها در هر جامعه‌ای متأثر از عوامل متفاوتی است؛ از جمله در جامعه دینی، برآمده از مجموعه عوامل تمدنی است که یکی از اساسی‌ترین آنها باورداشتن به آموزه‌های دینی است. اهمیت مفهوم سبک زندگی در این است که سطحی‌ترین لایه‌های زندگی را به عمیق‌ترین لایه‌های آن پیوند می‌زند (مهدوی کنی، ۱۳۸۷، ص ۱۸).

سبک زندگی اسلامی یعنی در زندگی هر فرد، چه شخصی، چه خانوادگی و چه اجتماعی، قواعد و الگوها و قالب‌ها و ملاک‌های اسلامی نقش مهمی ایفا نموده و روش‌ها را بر اساس آنچه اسلام گفته و خواسته به کار می‌گیرد (نیکوکار و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۲۰۰). در این سبک از زندگی، انسان به‌طور طبیعی مدلی را در زندگی فردی و اجتماعی خود مطلوب می‌داند که بیشترین هماهنگی را برای دستیابی به قرب الهی دارا است و تقرب به خدا و لقاءالله را هدف خود می‌بیند؛ از این رو همه شئون زندگی خود را، از نماز و عبادت تا کسب و کار، تحصیل، تفریح، معاشرت، بهداشت، خوراک، معماری، هنر، سخن‌گفتن، تولید، مصرف، آراستگی ظاهری و امثال آن، در مسیر این هدف قرار می‌دهد (شریفی، ۱۳۹۱ الف، ص ۳۵).

خانواده در سبک زندگی اسلامی، رکن اساسی نظام اجتماعی و معرف سبک و نوع زندگی است. صاحب‌نظران تعریف‌های متعددی برای خانواده مطرح کرده‌اند و هر تعریف نیز به بعدی از ابعاد خانواده نظر داشته است. می‌توان خانواده را با نظر به

1. Kerr

ویژگی‌های انسانی آن چنین تعریف کرد: «خانواده از عمومی‌ترین سازمان‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج بین یک مرد و یک زن شکل می‌گیرد، در آن مناسبات خونی یا اسنادیافته (پذیرش فرزند) به چشم می‌خورد، معمولاً دارای نوعی اشتراک مکانی است و کارکردهای گوناگونی را بر عهده دارد» (سالاری‌فر، ۱۳۸۵، ص ۱۳).

کارکردها و در نهایت کارآمدی خانواده، کانون توجه آموزه‌های دینی است؛ چرا که رابطه متقابلی با تحکیم و تقویت خانواده دارد؛ به گونه‌ای که هر گاه کارکردهای خانواده در راستای قوانین اسلام تقویت شود، به تحکیم خانواده منجر می‌شود (هوشیاری و صفورایی پاریزی، ۱۳۹۳، ص ۷۹). از آنجا که دو نهاد دین و خانواده بر ارزش‌های مشابهی تأکید دارند و برای تقویت اجتماعی شدن به هم وابسته‌اند، پژوهش‌گران رابطه نزدیک بین آن دو را پیش‌بینی می‌کنند. این جهت‌گیری منجر به عباراتی از این قبیل گردید که دین‌داری می‌تواند روابط زناشویی را تقویت و استحکام بخشد (Call & Heaton, 1997, p. 384). نگرش دینی می‌تواند در ارتباط زناشویی مؤثر باشد، زیرا دین شامل رهنمودهایی برای زندگی و ارائه‌دهنده سامانه باورها و ارزش‌ها است که این ویژگی‌ها می‌تواند زندگی زناشویی را متأثر سازد (Hunler & Gencoz, 2005, p. 126).

اغلب پژوهشگران بر این باورند که وجود عقاید مذهبی تأثیر بسزایی در استحکام خانواده دارد. عدم ایمان به خدا موجب می‌شود که فرد انسجام و آرامش نداشته باشد، و همین امر موجب ضعف و منشأ اختلاف بسیاری در زندگی خانوادگی می‌شود (Donahue, 1995, p. 148). به‌طور کلی زوج‌هایی که مذهبی‌تر هستند، از دیگر زوج‌ها شادتر و ازدواج پایدارتری دارند (Sullivan, 2001; Call & Heaton, 1997; Glenn & Supancic, 1984) به‌نقل از (Orathinkal & Vansteenwegen, 2006, p. 501).

کارآمدی خانواده عوامل گسترده‌ای از جمله عوامل روانی و معنویت دارد که هر یک می‌توانند به‌نوعی آن را تقویت یا تضعیف نمایند. فرهنگ دینی و معنویت به‌واسطه تأثیر عمیقی که بر افراد باایمان دارد، موجب می‌شود نگرش‌ها و ارزش‌های آنان به هم نزدیک‌تر شود. معنویت و باورهای دینی، به‌عنوان یک نگرش اصلی به‌طور مستقیم و غیرمستقیم بر همه ابعاد شخصیت فرد، از جمله هدف زندگی، ابعاد اجتماعی، فرهنگی و

دیدگاه‌های افراد درباره شغل، ازدواج، تحصیل و حتی جنبه‌های جزئی‌تر، مانند علائق، تأثیرگذار است (هوشیاری و همکاران، ۱۳۹۴، ص ۷۴). بنابراین، بحث از سبک زندگی در عرصه زندگی خانوادگی از مباحث بسیار ضروری است. با توجه به آنچه گفته شد به نظر می‌رسد که سبک زندگی مبتنی بر آموزه‌های دینی می‌تواند نقش مهمی در کارآمدی خانواده داشته باشد. لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش ابعاد سبک زندگی اسلامی در پیش‌بینی کارآمدی خانواده انجام شد تا سؤال زیر مورد بررسی قرار گیرد:

آیا سبک زندگی اسلامی توان پیش‌بینی کارآمدی خانواده را دارد؟

## ۲. مبانی مفهومی و نظری

### ۲-۱. سبک زندگی اسلامی

سبک در لغت عربی به معنای گداختن زر و سیم یا مانند آن و در قالب ریختن آنها است و سبیکه، پاره زر و سیم گداخته شده است (ابن منظور، ۱۴۱۴ق، ج ۱۰، ص ۴۳۸؛ ابن فارس، ۱۴۰۴ق، ج ۳، ص ۱۲۹؛ به نقل از جوانبخت و همکاران، ۱۳۹۷) و در فارسی به معنای طرز، شیوه و روش خاصی است که هنرمند، ادراک و احساس خود را بیان می‌کند (معین، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۶۱۷). سبک زندگی واژه‌ای است که امروزه برای گونه و روشی برای زندگی به کار می‌رود. سبک زندگی از جمله مفاهیم نوپدید است که در حوزه‌های گوناگون مطرح شده و برخی از آن به شیوه و اسلوب زندگی نیز تعبیر کرده‌اند. این واژه نخستین بار توسط «آلفرد آدلر»، روانشناسی آلمانی، به کار گرفته شد و در جامعه‌شناسی، حاصل بسط تأملات «ماکس وبر» درباره گروه‌های منزلت است که آن را عامل انسجام گروهی می‌داند. در مجموع، تعاریف موجود درباره سبک زندگی را می‌توان به دو گروه کلی تقسیم کرد:

الف. تعاریفی که سبک زندگی را از جنس «رفتار» دانسته و ارزش‌ها، نگرش‌ها و جهت‌گیری‌های ذهنی افراد را از دایره این مفهوم بیرون می‌دانند؛ این رویکرد در جامعه‌شناسی غالب است.

ب. تعاریف دیگری که افزون بر رفتار، ارزش‌ها و نگرش را نیز بخشی از سبک زندگی به حساب می‌آورند؛ این رویکرد که وجه فردی آن غالب است و بیشتر نوعی نظریه‌پردازی درباره شخصیت آدمی است (فاضلی، ۱۳۸۲، صص ۶۷-۷۲) در حوزه روان‌شناسی مطرح می‌شود و متأثر از دیدگاه آدلر است که بر اساس آن، سبک زندگی را می‌توان همه رفتارها، افکار و احساسات آدمی در راستای نیل به اهدافش دانست (علینی، ۱۳۹۳، ص ۷۸).

سبک زندگی اسلامی، یعنی برخورداری از حیات طیبه، مشروط به متخلق شدن به ادب و آداب توحیدی. در واقع جوهره تعریف سبک زندگی اسلامی در انجام دادن مجموعه‌ای از رفتارها مبتنی بر اسلام و آموزه‌های اسلامی است. زندگی انسان در سبک زندگی اسلامی، زندگی دنیایی و آخرتی است؛ به این معنا که دنیا و آخرت را در کنار یکدیگر دارد، و این دو مکمل یکدیگرند (شریعتی، ۱۳۹۲، ص ۶)، لذا غایت آموزه‌های دینی در سبک زندگی اسلامی، رهایی از سبک زندگی غیراسلامی و رسیدن به حیات طیبه است. آنچه سبک زندگی اسلامی و سایر سبک‌های زندگی را از هم متمایز می‌کند، چهارچوب کلی سبک زندگی انسانی است که آدمی بر اساس آن، مسیر خویش به سوی هدف نهایی و سعادت پایدار را تعقیب می‌نماید. در واقع این چهارچوب کلی از سوی پروردگار ترسیم شده که خالق آدم و آگاه به ابعاد وجودی او است و از آنجا که خداوند کریم، مدون این سبک زندگی و آگاه به رازورمزهای درونی او، و واقف به نیازها و خواسته‌های او است، پس حکمت خداوند حکیم اقتضا می‌کند که نیازهای انسان در تمام ابعاد در این سبک زندگی لحاظ شده باشد. از این رو، سبک زندگی در دیدگاه اسلام زمینه‌ساز اهداف و راه و روش بشر در زندگی به شمار می‌آید (سلم‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۴، ص ۵۰).

امروزه سبک زندگی اسلامی مورد توجه بسیاری از صاحب‌نظران و پژوهش‌گران علوم اسلامی قرار گرفته است و اشاره به شیوه و سبکی از زندگی دارد که منبع اصلی استخراج آن کتاب الهی است و یا به تعبیر علامه مجلسی، زندگی اسلامی در زندگی قرآنی معنا می‌یابد (مجلسی، ۱۴۰۴ق، به نقل از خطیبی و ساجدی، ۱۳۹۲، ص ۱۴).

## ۲-۲. کارآمدی خانواده

خانواده، نخستین گروه طبیعی و شالوده اصلی جامعه، و یک سیستم اجتماعی چندسطحی با روابطی بسیار به هم وابسته است. گروه‌های زوجین، والدین و فرزندان، و فرزندان با هم، در شبکه‌ای از وابستگی‌های متقابل قرار دارند و یک خانواده را تشکیل می‌دهند (Bandura, 2011, p. 430). خانواده همچون آینه‌ای، عناصر اصلی جامعه را در بر دارد و به عنوان مهم‌ترین نظام در جوامع بشری، منظومه‌ای مناسب برای تأمین تمام نیازهای اعضا، و بستر مناسبی برای پرورش نسلی سالم، کارآمد، معتقد به ارزش‌ها و زمینه‌ساز تأمین نیازهای اساسی بشر است. در سال‌های اخیر، نظام خانواده به علت تحولات فرهنگی، اجتماعی، صنعتی، علمی و ارزشی، با مشکلات و چالش‌های متعددی روبرو شده است. تزلزل بسیاری از سنت‌ها، اخلاقیات، آداب و باورهایی که عامل تقویت، استحکام و تعادل خانواده بوده‌اند، کارآمدی خانواده را به صورت جدی تهدید کرده است؛ در حالی که می‌توان گفت تحقق جامعه سالم و کارآمد در پرتو خانواده سالم و کارآمد امکان‌پذیر است (عامری و همکاران، ۱۳۸۲، ص ۲۲۵).

کارآمدی به معنای موفقیت در اهداف و کارکردها بر اساس امکانات و محدودیت‌ها معنا شده است (هوشیاری و صفورایی پاریزی، ۱۳۹۴، ص ۷۸). کارآمدی خانواده شامل روابط محبت‌آمیز، احترام و تکریم، ایفای نقش و انجام وظایف مشخص اعضا، مدارا و انعطاف‌پذیری در برابر همدیگر، صبر در مشکلات، آرامش‌بخشی، و ارتقای معنوی همدیگر می‌شود. چنین رفتاری در خانواده پدید نمی‌آید مگر آنکه بنیادهای اعتقادی و بینشی پایدار فراهم شود. پشتوانه محکم برای ویژگی‌های فوق، دارا بودن ایمان به خداوند متعال است که رفتار فرد را در جهت مطلوب سامان می‌دهد. همیشه اعتقادات دینی مهم‌ترین حامی خانواده بوده و به تشکیل و تداوم خانواده کمک کرده است. آموزه‌ها و اعتقادات دینی زمینه رضایت‌مندی خانواده را فراهم نموده و امکان رشد و بالندگی آن را مهیا ساخته است (محمدی و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۹۱).

خانواده سه کارکرد کلی دارد که عبارت‌اند از:

الف. کارکردهای برآیندی: در مورد خانواده، مقصود از کارکردهای ناشی از

برآیند، کلیه نتایجی است که به محض تشکیل خانواده حاصل می‌شود؛ از جمله تشکیل گروه جدید، رفع نیازهای فیزیولوژیک و روان‌شناختی به شیوه‌های متفاوت و بنیادی، برانگیختگی و انگیزش زوجین در حیطه‌های نو مانند فرزندداری و فرزندپروری.

ب. کارکردهای وظیفه‌ای: کارکردهای وظیفه‌ای خانواده شامل کلیه باید‌ها و نبایدها، هنجارها و ناهنجارهایی است که اعضای خانواده، به‌ویژه زوجین، موظف به انجام و رعایت آنها هستند.

ج. کارکردهای مأموریتی یا بحرانی: نقش‌آفرینی خانواده در شرایط بحرانی، اعم از جنگ، حوادث غیرمترقبه، بحران‌های اقتصادی و اجتماعی، وجود بیماری‌ها و حوادث خاص، از جمله کارکردهای مأموریتی خانواده است (احمدی، ۱۳۹۰؛ به نقل از هوشیاری و صفورایی پاریزی، ۱۳۹۴، ص ۷۸).

این سه کارکرد کلی در حیطه‌های مختلف، از جمله کارکرد زیستی، روانی، تربیتی، فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و... ظهور و بروز پیدا می‌کند. از جمله کارکردهای زیستی می‌توان تأمین رشد بهنجار جسمانی، اعتدال در تأمین نیازهای جسمانی و ابعاد شخصیتی انسان را نام برد. ارضای نیازهای عاطفی، تکامل و رشد شخصیت، تکامل معنوی، گسترش روابط و استفاده از تجارب دیگران، از کارکردهای روانی خانواده است (افروز، ۱۳۸۰؛ به نقل از: هوشیاری و صفورایی پاریزی، ۱۳۹۴، ص ۷۸).

### ۳. پیشینه پژوهش

تحقیقات دولاهایت و مارکز<sup>۱</sup> (۲۰۰۵م) نشان می‌دهد که باورها و رفتارهای معنوی و مذهبی در شکل‌گیری رفتار مناسب در خانواده نقش دارد. این محققان با ۷۲ خانواده بسیار مذهبی مسلمان، مسیحی و یهودی، مصاحبه‌های مبسوط، عمیق و تحلیلی را انجام دادند. آنگاه به این نتیجه رسیدند که این خانواده‌ها عواملی مانند توکل به خدا، حل تعارضات روحی با دعا، انجام اعمال و مراسم مذهبی، بخشیدن یکدیگر، پرهیز از گناه و

1. Dollahite & Markes



همچنین ایثار و فداکاری را از مسائل مهم در رشد معنوی فرزندان دانسته‌اند. این دو محقق، کودکان و نوجوانان ۱۰ تا ۲۰ ساله این خانواده‌ها را نیز مورد سنجش و سؤال قرار دادند. نتایج نشان داد که رفتارهای مذهبی و عادات مثبت در کودکان و نوجوانان خانواده‌های مذهبی بیشتر از کودکان و نوجوانان خانواده‌های غیرمذهبی است (به نقل از محمدی، ۱۳۹۲، ص ۹۴). رضایی و همکاران در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که آموزش سبک زندگی اسلامی خانواده‌محور بر تعهد و صمیمیت زوجین شهر اراک تأثیر دارد (رضایی و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۷۹). نتایج پژوهش کجیاف بیانگر آن بود که سبک زندگی اسلامی رابطه معناداری با رضایت از زندگی دارد (کجیاف و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۶۱). هدی و همکاران<sup>۱</sup> نشان دادند که افراد مذهبی رضایت بیشتری از زندگی دارند، و بالعکس، افرادی که از نظر مذهبی ضعیف‌ترند، رضایت کمتری از زندگی دارند (Headey, & Schupp & Tucci & Wagner, 2010, p. 73). هوشیاری و همکاران در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که بین کارآمدی خانواده با بهزیستی معنوی، همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد (هوشیاری و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۸۷).

#### ۴. روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی - همبستگی است. از آنجا که موضوع پژوهش، موضوعی اجتماعی، فرهنگی، خانوادگی است، نیاز به جامعه‌ای همگن به لحاظ فرهنگی و اجتماعی دارد و به لحاظ تعداد، اکثر گروه‌های اجتماعی کفایت جامعه پژوهش را نمی‌نماید؛ لذا از جامعه فرهنگیان متأهل که گروهی نسبتاً همگن و با تعداد بالا هستند، به عنوان جامعه پژوهش استفاده شد. با استناد به جدول کرجسی و مورگان<sup>۲</sup> ۲۵۰ نفر به عنوان نمونه پژوهش مورد بررسی قرار گرفتند. روش نمونه‌گیری استفاده‌شده، نمونه‌گیری خوشه‌ای تک مرحله‌ای بود؛ بدین صورت که ابتدا با مراجعه به اداره

1. Headey, Schupp, Tucci & Wagner

2. Krejcie & Morgan

آموزش و پرورش قاین، فهرست و آدرس مدارس گرفته شد و از بین آنها ۱۵ مدرسه به طور تصادفی انتخاب شد و پرسش نامه‌ها بین تمام معلمان این مدارس توزیع شد. از ۲۵۰ پرسش نامه توزیع شده، در مجموع ۱۹۴ نفر از فرهنگیان پرسش نامه‌ها را تکمیل کردند و تحویل دادند که از بین این پرسش نامه‌ها تعداد ۳۶ پرسش نامه به دلیل کامل نبودن کنار گذاشته شد و در نهایت یافته‌های حاصل از ۱۵۸ پرسش نامه به عنوان داده‌های پژوهش مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ابزار گردآوری داده‌ها شامل دو پرسش نامه سبک زندگی اسلامی کایوانی (۱۳۸۸) و کارآمدی خانواده هوشیاری و همکاران (۱۳۹۵) بود.

#### الف. پرسش نامه سبک زندگی اسلامی کایوانی (۱۳۸۸)

منظور از سبک زندگی، مجموعه الگوهای انسان در اعمال، احساسات، عواطف و افکار است که در اموری همچون لباس پوشیدن، غذا خوردن، تفریحات، روابط با یکدیگر، طلاق و ازدواج، معیشت و کسب و کار، معماری و شهرسازی، هنر و ادبیات به آنها تأسی می‌شود (موسوی گیلانی، ۱۳۹۲، صص ۱۲۳-۱۲۴). سبک زندگی از دیدگاه اسلام، به مجموعه‌ای از موضوعات مورد قبول اسلام در عرصه زندگی اشاره دارد که بر اساس آن، معیار رفتار ما باید مبتنی بر اسلام و آموزه‌های اسلامی باشد. خدامحوری و حاکمیت ارزش‌های اسلامی در زندگی، از مهم‌ترین معیارهای سبک زندگی مورد تأیید اسلام است؛ در واقع در این سبک زندگی، زندگی فردی و اجتماعی افراد باید مبتنی بر اسلام و رهنمودهای قرآنی باشد (مصباح یزدی، ۱۳۹۲، ص ۵).

شاخص‌هایی برای سنجش سبک زندگی اسلامی وجود دارد که تمام وظایف زندگی را پوشش می‌دهد و عبارت است از: ۱. روشن‌فکری منفی: افراد دارای روشن‌فکری منفی، توکل به خدا را کارساز نمی‌دانند و تابع چارچوب‌های دینی نیستند و زیارت اماکن مقدس را بی‌فایده قلمداد می‌کنند، ۲. ویژگی‌های درونی: به امانت‌داری، پاکیزگی، پایبندی به عهد و پیمان، مسئولیت‌پذیری در انجام کارهای محوله، مهربانی و رئوف بودن با دیگران، متواضع بودن، و خوش برخورد بودن با دیگران

اشاره دارد، ۳. عبادی: به وظایفی اشاره دارد که رابطه بین فرد و خداوند را به عنوان عبد و مولا نشان می‌دهد و اعم است از عبادات مشخص، مثل نماز، روزه، تلاوت قرآن، ذکرهای مستحبی، حج و... و رفتارهایی که رسماً نام عبادت ندارند اما فرد به نیت اطاعت از خداوند آن را انجام می‌دهد، ۴. دنیاخواهی: افراد دنیاخواه به ثروت‌اندوزی و سود و زیان دنیوی علاقه زیاد دارند و سعادت خود را در راحتی و آسایش دنیوی می‌دانند، ۵. اجتماعی: به وظایفی اشاره دارد که فرد در ارتباط با دیگران، فراتر از خود و خانواده هسته‌ای خود انجام می‌دهد، ۶. گنه‌کاری: افراد گنه‌کار، میل به آزار رساندن به دیگران و اسراف دارند، و گرفتار گناهان زبانی مانند غیبت، دروغ، تمسخر، و منت‌گذاری هستند، ۷. نوع‌دوستی: افراد نوع‌دوست برای رفع مشکلات دیگران تلاش می‌کنند، در حد امکان محرومان را در زندگی خود سهیم می‌کنند و برای ایجاد وحدت و دوستی تلاش دارند، ۸. لذت‌خواهی: افراد لذت‌خواه در هماهنگ‌کردن خواسته‌های شخصی و دینی ناتوان‌اند و درگیر بخل و حرص هستند و انجام فعالیت‌های لذت‌بخش به‌طور انفرادی و بدون برنامه، برای آنها در اولویت است، ۹. کم‌همتی: افراد کم‌همت برای عبادت خداوند احساس کسالت دارند و در راه اصلاح خود از بدی‌ها کم‌همت‌اند (کاویانی، ۱۳۹۲؛ به نقل از اسدی و همکاران، ۱۳۹۴، ص ۳۶).

جهت سنجش این متغیر از پرسش‌نامه کاویانی (۱۳۸۸) استفاده شد. این پرسش‌نامه ۷۵ گویه و ۹ بعد دارد. «روشن‌فکری منفی» با ۹ گویه از شماره ۱ تا ۹، «ویژگی‌های درونی» با ۱۱ گویه از شماره ۱۰ تا ۲۰، «عبادی» با ۱۰ گویه از شماره ۲۱ تا ۳۰، «دنیاخواهی» با ۹ گویه از شماره ۳۱ تا ۳۹، «اجتماعی» با ۹ گویه از شماره ۴۰ تا ۴۸، «گنه‌کاری» با ۶ گویه از شماره ۴۹ تا ۵۴، «نوع‌دوستی» با ۹ گویه از شماره ۵۵ تا ۶۳، «لذت‌خواهی» با ۶ گویه از شماره ۶۴ تا ۶۹ و «کم‌همتی» با ۶ گویه از شماره ۷۰ تا ۷۵، و هر گویه در مقیاس چهاردرجه‌ای لیکرت از خیلی کم = ۱ تا خیلی زیاد = ۴ سنجیده می‌شود. کجیاف و همکاران، ضریب آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه را ۰.۷۸ گزارش کردند (کجیاف و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۶۷). در پژوهش مرحمتی و یوسفی نیز برای تعیین روایی، همبستگی زیر مقیاس‌ها با نمره کل مقیاس محاسبه شد که در دامنه‌ای از ۰.۶۷ تا ۰.۷۳ قرار داشت

و نیز ضریب آلفای کرونباخ آن ۰.۷۰ به دست آمد (مرحمتی و یوسفی، ۱۳۹۵، ص ۳۳۴). در پژوهش حاضر، پایایی این آزمون با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های روشن‌فکری منفی، ویژگی‌های درونی، عبادی، دنیاخواهی، اجتماعی، گنه‌کاری، نوع‌دوستی، لذت‌خواهی و کم‌همتی به ترتیب ۰.۷۵، ۰.۸۷، ۰.۷۸، ۰.۷۶، ۰.۷۳، ۰.۷۶، ۰.۵۷، ۰.۷۸ و ۰.۴۷ به دست آمد.

### ب. پرسش‌نامه کارآمدی خانواده هوشیاری و همکاران (۱۳۹۵)

کارآمدی به معنای موفقیت در اهداف و کارکردها بر اساس امکانات و محدودیت‌ها معنا شده است (هوشیاری و صفورایی پاریزی، ۱۳۹۴، ص ۷۸). کارآمدی خانواده شامل روابط محبت‌آمیز، احترام و تکریم، ایفای نقش و انجام وظایف مشخص اعضا، مدارا و انعطاف‌پذیری در برابر همدیگر، صبر در مشکلات، آرام‌بخشی و ارتقای معنوی همدیگر می‌شود (محمدی و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۹۱).

جهت سنجش این متغیر از پرسش‌نامه هوشیاری و همکاران (۱۳۹۵) استفاده شد. پرسش‌نامه ۷۹ سؤالی سنجش کارآمدی خانواده توسط صفورایی در سال ۱۳۸۸ طرح‌ریزی و هنجاریابی شد. در سال ۱۳۹۵ پرسش‌نامه کارآمدی خانواده توسط هوشیاری، تقیان و صفورایی هنجاریابی مجدد شد. نتایج به‌دست آمده از پژوهش نشان داد که قدرت تمیز و میزان آگاهی ۱۹ پرسش به اندازه کافی نیست. گزینه‌هایی که نشان‌دهنده کارآیی «بسیار کم» و «کم» هستند، نمی‌توانند پاسخگویان را از هم تفکیک کنند. از این رو این دو گزینه را با هم ترکیب و پرسش‌نامه را اصلاح کرد و در نهایت پرسش‌نامه کارآیی خانواده با ۶۰ سؤال تهیه گردید. جهت نمره‌گذاری پرسش‌نامه به گزینه‌های «بسیار زیاد» نمره ۳، «زیاد» نمره ۲ و «کم یا بسیار کم» نمره ۱ تعلق می‌گیرد. سؤالات ۳۶ و ۴۱ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. برای بررسی روایی کل پرسش‌نامه کوتاه‌شده و مؤلفه‌های آن، از همبستگی بین نمرات حاصل از کل مقیاس و مؤلفه‌ها در دو فرم اولیه و کوتاه‌شده استفاده شد. برای کل مقیاس، همبستگی بین دو فرم ۰.۹۹ است؛ به عبارت دیگر، ۹۸ درصد واریانس فرم اولیه با استفاده از فرم

کوتاه شده قابل تبیین است (هوشیاری و همکاران، ۱۳۹۵، صص ۱۱۰-۱۱۱). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰.۹۶۳ به دست آمد.

داده‌ها توسط شاخص‌های گرایش مرکزی، شاخص‌های پراکنندگی، ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش‌بینی کارآمدی خانواده توسط ابعاد و زیرمقیاس‌های سبک زندگی اسلامی و با کمک نرم‌افزار SPSS (نسخه ۲۳) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### ۵. یافته‌های پژوهش

در این قسمت ابتدا میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش و سپس ضرایب همبستگی و رگرسیون به شیوه گام به گام ارائه شده است.

جدول شماره ۱: میانگین و انحراف معیار ابعاد سبک زندگی اسلامی و کارآمدی خانواده

متغیر	نمره حداقل	نمره حداکثر	میانگین	انحراف معیار
روشن فکری منفی	۹	۲۷	۱۱/۴۳	۳/۱۸۲
ویژگی‌های درونی	۲۲	۴۴	۴۹/۳۹	۴/۱۳
عبادی	۱۵	۴۰	۲۷/۲۸	۴/۸۴
دنیاخواهی	۹	۳۲	۱۸/۲۱	۴/۴۲
اجتماعی	۱۸	۳۶	۲۸/۲۷	۳/۵۰
گنه کاری	۶	۲۲	۱۱/۰۷	۳/۱۷
نوع دوستی	۱۸	۳۵	۲۷/۱۵	۳/۴۲
لذت خواهی	۶	۲۰	۱۱/۴۵	۳/۴۰
کم‌همتی	۶	۱۷	۱۰/۶۳	۲/۵۰
کارآمدی خانواده	۹۴	۱۸۰	۱۴۸/۶۹	۲۰/۳۷

با توجه به جدول شماره ۱ مشخص می‌شود که بعد ویژگی‌های درونی که جزو ابعاد مثبت سبک زندگی اسلامی است، با میانگین ۴۹/۳۹، بیشترین، و بعد کم‌همتی که جزو ابعاد منفی سبک زندگی اسلامی است، با میانگین ۱۰/۶۳، کمترین مقدار را به خود اختصاص داده‌اند.

جدول شماره ۲: ضرایب همبستگی بین نمرات سبک زندگی اسلامی و کارآمدی خانواده

ابعاد سبک زندگی اسلامی									متغیر
کم‌همتی	لذت‌خواهی	نوع دوستی	گنه‌کاری	اجتماعی	دنياخواهی	عبادی	ویژگی‌های درونی	روشن‌فکری منفی	کارآمدی خانواده
-۰/۲۴۴	-۰/۲۹۵	۰/۴۳۶	-۰/۲۲۱	۰/۵۱۰	-۰/۱۷۰	۰/۳۲۱	۰/۴۰۷	-۰/۱۲۵	ضریب همبستگی
۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۳	۰/۰۰۱	۰/۰۲۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۸۸	سطح معناداری

با توجه به جدول شماره ۲ می‌توان گفت که بین چهار بعد اجتماعی، ویژگی‌های درونی، عبادی و نوع دوستی با کارآمدی خانواده، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و بین چهار بعد دنیاخواهی، گنه‌کاری، لذت‌خواهی و کم‌همتی با کارآمدی خانواده، رابطه منفی و معنادار وجود دارد و بین بعد روشن‌فکری منفی با کارآمدی خانواده، رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول شماره ۳: نتایج رگرسیون گام به گام نمره کارآمدی

خانواده بر اساس ابعاد سبک زندگی اسلامی

مراحل	متغیرها	منابع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	معناداری سطح	R	R2
گام اول	اجتماعی	رگرسیون	۱۵۱۲۹/۷۴۹	۱	۱۵۱۲۹/۷۴۹	۵۲/۰۳۴	۰/۰۰۱	۰/۴۹۹	۰/۲۴۹
		باقی مانده	۴۵۶۵۰/۱۳/۰	۱۵۷	۲۹۰/۷۶۴				
گام دوم	اجتماعی و ویژگی های درونی	رگرسیون	۱۷۸۵۷/۹۱۰	۲	۸۹۲۸/۹۵۵	۳۲/۴۵۲	۰/۰۰۱	۰/۵۴۲	۰/۲۹۴
		باقی مانده	۴۲۹۲۱/۸۵۱	۱۵۶	۲۷۵/۱۴۰				
گام سوم	اجتماعی، ویژگی های درونی و نوع دوستی	رگرسیون	۱۹۴۷۳/۸۴۷	۳	۶۴۹/۲۸۲	۲۴/۳۵۸	۰/۰۰۱	۰/۵۶۶	۰/۳۲۰
		باقی مانده	۴۱۳۰۵/۹۱۴	۱۵۵	۲۶۶/۴۹۰				

داده های جدول های ۳ و ۴ نشان می دهد که پیش بینی کارآمدی خانواده آزمودنی ها بر اساس سبک زندگی اسلامی فقط در مورد ابعاد اجتماعی، ویژگی های درونی و نوع دوستی معنادار است. این سه متغیر در مجموع ۰/۳۲ از کارآمدی خانواده

آزمودنی‌ها را پیش‌بینی می‌کند ( $R^2=0/320$ ). ضریب تأثیر این سه زیرمقیاس به ترتیب « $B=1/756$ »، « $B=1/926$ » و « $B=1/153$ »، و ضریب رگرسیون این سه زیرمقیاس مثبت است. بر این اساس می‌توان گفت با افزایش نمره این سه مؤلفه، میزان کارآمدی خانواده افزایش می‌یابد، و بالعکس، با کاهش نمره این سه مؤلفه، میزان کارآمدی خانواده کاهش می‌یابد. بیشترین سهم در پیش‌بینی کارآمدی خانواده را بعد اجتماعی و پس از آن ویژگی‌های درونی و در نهایت نوع دوستی دارد.

جدول شماره ۴: ضرایب رگرسیون گام به گام میزان کارآمدی خانواده

بر اساس ابعاد سبک زندگی اسلامی

متغیر	ضریب B	خطای معیار	ضریب بتا	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	۳۱/۸۹۹	۱۴/۱۲۹	-	۲/۲۵۸	۰/۰۲۵
اجتماعی	۱/۷۵۶	۰/۴۷۳	۰/۳۰۵	۳/۷۱۴	۰/۰۰۱
ویژگی‌های درونی	۰/۹۲۶	۰/۳۷۶	۰/۱۹۹	۲/۴۷۲	۰/۰۱۵
نوع دوستی	۱/۱۵۳	۰/۴۶۸	۰/۱۹۱	۲/۴۶۲	۰/۰۱۵

### ۶. بحث و نتیجه‌گیری

سبک زندگی بر اساس رویکرد دین‌شناسانه، مجموعه‌ای از رفتارهای سازمان‌یافته است که متأثر از باورها، ارزش‌ها و نگرش‌های پذیرفته‌شده و همچنین متناسب با امیال و خواسته‌های فردی و وضعیت محیطی، وجهه غالب رفتاری یک فرد، یا گروهی از افراد، شده است و فرهنگ جامعه بر اساس آن ارزیابی می‌شود (شریفی، ۱۳۹۱، ب، ص ۵۲). اصلاح سبک زندگی در خانواده، نخستین گام برای تحقق سبک زندگی اسلامی در جامعه به شمار می‌رود.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که از بین ابعاد سبک زندگی اسلامی، شاخص‌های ویژگی‌های درونی، عبادی، اجتماعی و نوع دوستی دارای رابطه مثبت و



معنادار با کارآمدی خانواده است؛ بدین معنی که هر چه بیشتر به ابعاد ویژگی‌های درونی، عبادی و اجتماعی و نوع دوستی سبک زندگی اسلامی پای‌بند باشند و عمل کنند، کارآمدی خانواده بیشتر می‌شود و شاخص‌های دنیاخواهی، گنه‌کاری، لذت‌خواهی و کم‌همتی با کارآمدی خانواده رابطه منفی و معنادار دارند، لذا هر چه دنیاخواهی، گنه‌کاری، لذت‌خواهی و کم‌همتی بیشتر باشد، به همان اندازه کارآمدی خانواده کمتر می‌شود.

یافته‌های دیگر پژوهش نشان داد که سه بعد اجتماعی، ویژگی‌های درونی و نوع دوستی در سبک زندگی اسلامی توانستند کارآمدی خانواده را به نحو مثبت و معناداری پیش‌بینی کنند. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های ماهونی (۱۹۹۹م)، رضایی و همکاران (۱۳۹۲)، کجباف و همکاران (۱۳۹۰)، کجباف (۱۳۹۲)، محمدی و همکاران (۱۳۹۲)، هدی و همکاران (۲۰۱۰م) و حیرت (۱۳۹۳) همخوانی دارد.

بعد اجتماعی سبک زندگی به وظایفی اشاره دارد که فرد در ارتباط با دیگران و فراتر از خود و خانواده هسته‌ای خود انجام می‌دهد (کاویانی، ۱۳۹۰، ص ۳۰). سبک زندگی، امری اجتماعی است و عرصه بروز سبک زندگی، جامعه است. خانواده مبنای جامعه انسانی است، درست مثل سلول که مبنای پیکره انسانی است، همچنان که بدن انسان از سلول‌هایی تشکیل شده که نابودی و فساد و بیماری سلول‌ها به‌طور قهری و طبیعی، به معنای بیماری بدن است و اگر توسعه پیدا کند به جاهای خطرناکی برای کل بدن انسان منتهی می‌شود، همین‌طور جامعه هم از سلول‌هایی تشکیل شده که این سلول‌ها خانواده‌اند. هر خانواده یکی از سلول‌های پیکره اجتماع و بدنه جامعه است که وقتی سالم باشند و رفتار درستی داشته باشند، بدنه جامعه، یعنی پیکره جامعه سالم خواهد بود (حدادی، ۱۳۸۸، ص ۳۵). از طرفی اگر رفتارهای اجتماعی اعضای خانواده درست و مناسب باشد، تعامل خانواده به‌عنوان عنصر اولیه اجتماع را با جامعه بزرگ‌تری که در آن محدود است مناسب‌تر می‌سازد و این امر به تقویت کارکرد خانواده منجر شده و باعث بهبود کارآمدی آن می‌گردد.

در تبیین پیش‌بینی کارآمدی خانواده از طریق مؤلفه ویژگی‌های درونی سبک زندگی اسلامی، می‌توان گفت که ویژگی‌های درونی افراد دارای سبک زندگی اسلامی

به امانت‌داری، پاکیزگی، پای‌بندی به عهد و پیمان و مسئولیت‌پذیری در انجام کارهای محوله، مهربانی و رئوف‌بودن با دیگران، متواضع‌بودن و خوش‌برخوردبودن با دیگران اشاره دارد (احمدی و خبیری، ۱۳۹۷، ص ۱۲). بنابراین به نظر می‌رسد داشتن چنین ویژگی‌هایی در سبک زندگی منجر به افزایش رضایت در زندگی و کارآمدی خانواده می‌شود.

آن قدر که اسلام به تحکیم بنیان خانواده اهمیت داده و در دستورات خود آن را گام‌به‌گام دنبال نموده است، مکتب‌های دیگر به استقرار خانواده بها نداده‌اند. اسلام بیش از همه به دنبال آن است که فضای عاطفی و محبت‌آمیز در محیط خانواده پدید آید و روابط بین اعضای آن بیش از پیش پایدار گردد. خانواده‌ای موفق است که دوستی، صداقت و وفاداری بر فضای آن حاکم باشد؛ زیرا شیرازه خانواده، با اختلاف، بدبینی و خودمحوری از هم می‌پاشد.

یافته دیگر پژوهش نشان داد که بُعد نوع دوستی می‌تواند کارآمدی خانواده را به‌طور مثبت و معناداری پیش‌بینی کند. نوع دوستی اساساً یک ارزش والای اجتماعی و یک تکلیف اخلاق اجتماعی است. بشر در تمام جوامع در طول تاریخ، احتیاج مبرمی به مسائل نوع‌دوستانه داشته است؛ این روحیه بشر دوستانه یکی از عملکردهای طبیعت اجتماعی انسان است. او به‌طور غریزی برای اقوام و آشنایان خود احساس دلتنگی و دلواپسی می‌کند (زنجانی‌زاده اعزازی و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۶۸). افراد نوع‌دوست برای رفع مشکلات دیگران تلاش می‌کنند، محرومان را در حد امکان در زندگی خود سهم می‌کنند و برای ایجاد وحدت و دوستی تلاش دارند.

همه انسان‌ها نیازمند دوستی و محبت هستند و دوست دارند محبوب دیگران باشند. وقتی فرد بداند محبوب دیگران نیست، خود را تنها و بی‌یار و یاور می‌داند و نمی‌تواند استعدادهای خود را شکوفا سازد و در راه رسیدن به کمال قدم بردارد. این احساس غریزی در زن و مردی که با هم تشکیل خانواده داده‌اند و از «من» بیرون آمده و به «ما» رسیده‌اند، بیشتر احساس می‌شود. پیش از ازدواج، هر یک از زن و مرد از محبت‌های فراوان پدر و مادر خود برخوردار بوده‌اند و آن‌گاه که با هم پیمان ازدواج می‌بندند، انتظارات آنان برای دریافت محبت تغییر می‌کند و منتظرند تا از طریق رشته دوستی

جدید نیز محبت دریافت کنند. هر یک از زن و مرد انتظار دارند طرف مقابل او را از صمیم قلب دوست داشته باشد و علاقه‌مندی و محبتی دوطرفه برقرار شود. در این میان زن که موجودی عاطفی و کانون محبت است، بیشتر نیاز به محبت همسرش دارد. زندگی او وابسته به عشق و علاقه است و هر چه محبوب‌تر باشد، شاداب‌تر خواهد بود و برای به‌دست آوردن محبوبیت تلاش می‌کند، اما اگر احساس کند محبوب همسرش واقع نشده، خود را شکست‌خورده و بی‌اثر می‌پندارد. محبت دوطرفه، زن و مرد را به زندگی دلگرم و کانون خانواده را استوار، مستحکم و کارآمد می‌سازد (صفورایی پاریزی، ۱۳۸۸، صص ۱۰۱-۱۰۲).

تکامل زوجین و رسیدن به سعادت اخروی از مهم‌ترین اهداف ازدواج از دیدگاه اسلام است. اینکه در منابع دینی تصریح شده است که فرد با ازدواج نیمی از دین خود را کامل می‌کند، بدین جهت است که ازدواج عامل رشد، به‌ویژه رشد شخصیت و کمال معنوی افراد است و کمال مهم‌ترین و عالی‌ترین هدف در زندگی انسان و به‌خصوص تشکیل خانواده است. علاوه بر این، در تشکیل خانواده رشدی است که هیچ چیز جایگزین آن نمی‌شود (مطهری، ۱۳۹۰، ص ۲۷۶).

در مجموع می‌توان گفت که در حال حاضر بسیاری از مکاتب درمانی از آموزه‌های مذهبی استفاده می‌کنند. آموزش‌ها و درمان‌های معنوی در سلامت افراد و خانواده‌ها مؤثر است و معنویت بخش مهمی از زندگی انسان‌ها در فرهنگ ملل و قومیت‌های مختلف به شمار می‌رود و تأثیر بسزایی بر سلامت و بهزیستی افراد و خانواده‌ها دارد (محمدی و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۱۰۱).

با توجه به نتایج پژوهش، پیشنهاد می‌شود با آموزش سبک زندگی اسلامی، بحث و تبادل نظر در مورد ارائه و کاربرد آن و درونی کردن اعتقادهای مذهبی، جهت داشتن زندگی بهتر و رضایت‌بخش و خانواده کارآمد اقدام شود. خانواده سالم و کارآمد همواره مهم‌ترین عامل حفظ هنجارها و مقاوم‌ترین سد در مقابل تهاجم فرهنگ‌های بیگانه در قالب سبک زندگی بوده و است؛ از این رو بر تمام مسئولان و مربیان و مبلغان لازم است که از ظرفیت‌های خانواده برای ساخت جامعه‌ای با فرهنگ اسلامی که نمود عینی آن در سبک زندگی آنان است، استفاده شود.

## فهرست منابع

۱. ابن فارس، احمد بن فارس. (۱۴۰۴ق). معجم مقاییس اللغة (ج ۳). قم: مکتب الاعلام الاسلامی.
۲. ابن منظور، محمد بن مکرم. (۱۴۱۴ق). لسان العرب (ج ۱۰). بیروت: دار الفکر.
۳. احمدی، سعادت. (۱۳۹۰). رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده و بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان با نقش واسطه‌گری سبک پردازش هویت. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد مرودشت.
۴. احمدی، سمیرا؛ و خیرری، محمد. (۱۳۹۷). همبستگی سبک زندگی اسلامی با شادکامی ورزش کاران. مجله سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت، ۳(۹)، صص ۹-۱۳.
۵. اسدی، مسعود؛ براتی‌مقدم، بهروز؛ و نقوی کلجاهی، مهسا. (۱۳۹۴). رابطه ابعاد سبک زندگی اسلامی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه خوارزمی. نشریه اسلام و سلامت، ۲(۱)، صص ۳۳-۳۸.
۶. افروز، غلامعلی. (۱۳۸۰). مبانی روان‌شناختی ازدواج. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
۷. جوانبخت، فاطمه؛ پهلوان، منصور؛ و طارمی‌راد، حسن. (۱۳۹۷). نقش اندیشه‌ورزی در سبک زندگی اسلامی از منظر نهج‌البلاغه. پژوهش‌های نهج‌البلاغه، ۱۷(۵۶)، صص ۶۵-۸۴.
۸. حدادی، محمدرضا. (۱۳۸۸). بروید با هم بسازید: توصیه‌های رهبر انقلاب به زوج‌های جوان. تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۹. حیرت، عاطفه؛ فاتحی‌زاده، مریم‌السادات؛ احمدی، سید احمد؛ اعتمادی، عذرا؛ و بهرامی، فاطمه. (۱۳۹۳). نقش ابعاد سبک زندگی زوجی در پیش‌بینی سازگاری زناشویی. فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه، ۵(۲)، صص ۱۴۵-۱۵۸.
۱۰. خطیبی، حسین؛ و ساجدی، ابوالفضل. (۱۳۹۲). مروری بر شاخص‌های سبک زندگی. ماهنامه معرفت، ۲(۲)، صص ۱۳-۲۵.

۱۱. رضایی، جواد؛ احمدی، سید احمد؛ اعتمادی، عذرا؛ رضایی، مریم؛ آبادی، حسین؛ و شهردوست، مریم. (۱۳۹۲). تأثیر آموزش سبک زندگی اسلام محور با تأکید بر نظام خانواده بر صمیمیت زوجین اراک. مطالعات روان‌شناختی دانشگاه علوم تربیتی و روان‌شناسی الزهراء، ۹(۳)، صص ۷۹-۱۰۶.
۱۲. زنجانی‌زاده اعزازی، هما؛ عظیمی هاشمی، مژگان؛ و موققی، بهاره. (۱۳۹۳). نوع دوستی جوانان در سطح دوستان (مطالعه موردی شهر مشهد). فصلنامه مطالعات جامعه‌شناختی جوانان، ۵(۱۴)، صص ۶۷-۸۶.
۱۳. سالاری‌فر، محمدرضا. (۱۳۸۵). خانواده در اسلام و روان‌شناسی. تهران: سمت.
۱۴. سلم آبادی، مجتبی؛ اسماعیلی، معصومه؛ مهدی‌زاده، ایرج؛ و یوسفی‌نژاد، احمد. (۱۳۹۴). نقش سبک زندگی اسلامی و منبع کنترل در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی کارکنان بیمارستان بوعلی قزوین. دانشگاه علوم پزشکی بابل، نشریه اسلام و سلامت، ۱(۴)، صص ۴۹-۵۶.
۱۵. شریعتی، صدرالدین. (۱۳۹۲). درآمدی بر سبک زندگی اسلامی در آیات و روایات. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۴(۱۳)، صص ۱-۱۰.
۱۶. شریفی، احمدحسین. (۱۳۹۱ الف). اخلاق و سبک زندگی اسلام. قم: دفتر نشر معارف.
۱۷. شریفی، احمدحسین. (۱۳۹۱ ب). سبک زندگی به‌عنوان شاخصی برای ارزیابی سطح ایمان. معرفت فرهنگی-اجتماعی، ۳(۳)، صص ۴۹-۶۲.
۱۸. صفورایی پاریزی، محمدمهدی. (۱۳۸۸). اثربخشی رعایت آموزه‌های اخلاق اسلامی در کارآمدی خانواده. معرفت اخلاقی، ۱(۱)، صص ۹۱-۱۱۸.
۱۹. صفورایی پاریزی، محمدمهدی. (۱۳۸۸). شاخص‌های خانواده کارآمد از دیدگاه اسلام و ساخت پرسش‌نامه آن (استاد راهنما: احمد احمدی). رساله دکتری. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
۲۰. طغیانی، محمد؛ کجیاف، محمدباقر؛ و بهرام‌پور، مهدی. (۱۳۹۲). رابطه سبک زندگی اسلامی با نگرش‌های ناکارآمد در دانشجویان. دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۴(۵۴)، صص ۳۵-۴۴.

۲۱. عامری، فریده؛ نوربالا، احمدعلی؛ اژه‌ای، جواد؛ و رسول‌زاده طباطبایی، سید کاظم. (۱۳۸۲). بررسی تأثیر مداخلات خانواده‌درمانی راهبردی در اختلالات زناشویی. مجله روان‌شناسی، ۷(۳)، صص ۲۱۸-۲۳۲.
۲۲. علینی، محمد. (۱۳۹۳). بررسی کارکردهای خانواده در شکل‌گیری سبک زندگی اسلامی. فصلنامه اسلام و مطالعات اجتماعی، ۱(۴)، صص ۷۷-۱۰۷.
۲۳. فاضلی، محمد. (۱۳۸۲). مصرف و سبک زندگی. قم: صبح صادق.
۲۴. کاویانی، محمد. (۱۳۸۸). طرح نظریه سبک زندگی اسلامی بر اساس دیدگاه اسلام و ساخت آزمون سبک زندگی اسلامی و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی آن (استادان راهنما: محمدباقر کجباف، حسین مولوی). پایان‌نامه دکتری، دانشگاه اصفهان، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی.
۲۵. کاویانی، محمد. (۱۳۹۰). کمی‌سازی و سبک زندگی اسلامی. روان‌شناسی و دین، ۴(۲)، صص ۲۷-۴۴.
۲۶. کاویانی، محمد. (۱۳۹۲). سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۲۷. کجباف، محمدباقر؛ سجادیان، پریناز؛ کاویانی، محمد؛ و انوری، حسن. (۱۳۹۰). رابطه سبک زندگی اسلامی با شادکامی در رضایت از زندگی دانشجویان شهر اصفهان. روان‌شناسی و دین، ۴(۱۶)، صص ۶۱-۷۴.
۲۸. کجباف، محمدباقر. (۱۳۹۲). رابطه سبک زندگی اسلامی با شادکامی و رضایت از زندگی. ماهنامه علمی-تخصصی صدای جمهوری اسلامی ایران، ۱۱(۷۰)، صص ۲۲-۲۹.
۲۹. مجلسی، محمدباقر. (۱۴۰۴ق). بحارالانوار. بیروت: موسسه الوفاء.
۳۰. محمدی، رحمت‌الله؛ احمدی، سید احمد؛ اعتمادی، عذرا؛ فاتحی‌زاده، مریم؛ و عابدی، احمد. (۱۳۹۲). بررسی رابطه ساده و چندگانه بین سبک زندگی با تعالی خانواده. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۳(۱)، صص ۹۰-۱۰۴.
۳۱. مرحمتی، زهرا؛ و یوسفی، فریده. (۱۳۹۵). رابطه ابعاد سبک زندگی اسلامی با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۵(۳)، صص ۳۲۹-۳۴۶.

۳۲. مصباح یزدی، محمدتقی. (۱۳۹۲). سبک زندگی اسلامی، ضرورت و کاستی‌ها. ماهنامه معرفت، ۲۶(۱۸۵)، صص ۵-۱۲.
۳۳. مطهری، مرتضی. (۱۳۹۰). تعلیم و تربیت در اسلام (چاپ هفتادوسوم). قم: انتشارات صدرا.
۳۴. معین، محمد. (۱۳۷۸). فرهنگ فارسی. تهران: سپهر.
۳۵. موسوی گیلانی، سید رضی. (۱۳۹۲). چیستی و چرایی سبک زندگی و نسبت آن با دین و مهدویت. فصلنامه علمی-پژوهشی مشرق موعود، ۷(۲۵)، صص ۱۲۳-۱۳۸.
۳۶. مهدوی کنی، محمدسعید. (۱۳۸۷). دین و سبک زندگی. تهران: انتشارات دانشگاه امام صادق (ع).
۳۷. نیکوکار، غلامحسین؛ خیری، علیرضا؛ تابان، محمد؛ و صیدی، فریده. (۱۳۹۳). تأثیر سبک زندگی اسلامی بر موفقیت تحصیلی. دوفصلنامه علمی-پژوهشی مدیریت اسلامی، ۲۲(۱)، صص ۱۹۷-۲۱۱.
۳۸. هوشیاری، جعفر؛ صفورایی پاریزی، محمدمهدی؛ و نیوشا، بهشته. (۱۳۹۳). رابطه کارآمدی خانواده با بهزیستی معنوی در دانشجویان و طلاب. دوفصلنامه علمی-پژوهشی مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ۸(۱۵)، صص ۸۷-۱۰۲.
۳۹. هوشیاری، جعفر؛ و صفورایی پاریزی، محمدمهدی. (۱۳۹۴). رابطه کارآمدی خانواده با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان و طلاب. پژوهش‌نامه زنان و خانواده، ۲(۸)، صص ۷۷-۹۱.
۴۰. هوشیاری، جعفر؛ صفورایی پاریزی، محمدمهدی؛ و نیوشا، بهشته. (۱۳۹۴). مقایسه بهزیستی معنوی، بهزیستی روان‌شناختی و کارآمدی خانواده در میان دانشجویان و طلاب. روان‌شناسی و دین، ۸(۳۱)، صص ۷۱-۹۲.
۴۱. هوشیاری، جعفر؛ تقیان، حسن؛ و صفورایی پاریزی، محمدمهدی. (۱۳۹۵). هنجاریابی مجدد پرسش‌نامه سنجش کارآمدی خانواده با استفاده از نظریه سؤال-پاسخ. مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ۱۰(۱۹)، صص ۹۹-۱۱۷.

42. Bandura, Albert. Gian Vittorio Caprara, and Claudio Barbaranelli, Camillo Regalia and Eugenia Scabini. (2011). Impact of Family efficacy Beliefs on Quality of Family Functioning and Satisfaction with Family life. *applied psychology: an international review*, 60(3), pp. 421–448.
43. Call, V. R, Heaton, T. B. (1997). Religious influence on marital stability. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36(3), pp. 382–392.
44. Dollahite, D. C., & Marks, L. D. (2005). How highly religious families strive to fulfill sacred purposes. In V. L. Bengtson, D. Klein, A. Acock, K. Allen, & P. Dilworth-Anderson (Eds.), *Sourcebook of family theory and research*, pp. 533-541. Thousand Oaks, CA: Sage.
45. Donahue, M. J., & Benson, P. L. (1995). Religion and the well-being of adolescents. *Journal of Social Issues*, 51(2), pp. 145-160.
46. Glenn, N. D., & Supancic, M. (1984). The social and demographic correlates of divorce and separation in the US: An update and reconsideration. *Journal of Marriage and Family*, (46), pp. 563–585.
47. Headey, B. Schupp, J. Tucci, I. Wagner, G. G. (2010). Authentic happiness theory supported by impact of religion on life satisfaction: A longitudinal analysis with data for germany. *The Journal of Positive Psychology*, 1(73), pp. 73-82.
48. Hunler, O. S., & Gencoz, T. I. (2005). The effect of religiousness on marital satisfaction: testing the mediator role of marital problem solving between religiousness and marital satisfaction Relationship. *Contemporary Family Therapy*, 27(1), pp. 123-136.
49. Kerr, J. (2000). *Community health promotion: challenge for practice*. Birmingham: Tindhal press.
50. Mahoney, A., Pargament, I., Jewell, T., Swank, A. B., Scat, E., Emery, e., & Rye, M. (1999). Marriage and the spiritual relam: the role of proximal and distol religious constructs in maital functioning. *Journal of Family Psychology*, 13, pp. 321-338.



51. Orathinkal, J., & Vansteenwegen, A. (2006). Religiosity and marital satisfaction. *Contemporary family therapy*, 28(4), pp. 497-504.
52. Sullivan, K. T. (2001). Understanding the relationship between religiosity and marriage: An investigation of the immediate and longitudinal effects of religiosity on newlywed couples. *Journal of family psychology*, 15(4), pp. 26-61.

## References

1. Afrooz, Gh. A. (1380 AP). *Psychological foundations of marriage*. Tehran: University of Tehran Press.
2. Ahmadi, S. (1390 AP). *The relationship between family communication patterns and adolescents' psychological well-being with the mediating role of identity processing style* (Master's Thesis, Islamic Azad University, Marvdasht). [In Persian].
3. Ahmadi, S., & Kheibari, M. (1397 AP). Correlation of Islamic lifestyle with happiness of athletes. *Islamic life*, 3(9), pp. 9-13. [In Persian].
4. Amereii, F., Noorbala, A. A., Ezhei, J., & Rasoulzadeh Tabatabaei, S. K. (1382 AP). Evaluation of the effect of family interventions راه strategic therapy in marital disorders. *Psychology*, 7(3), pp. 218-232.
5. Asadi, M., Barati Moqadam, B., & Naghavi Kaljahi, M. (1394 AP). The Relationship between Dimensions of Islamic Lifestyle and Happiness among University Students. *Islam and Health*, 2(1), pp. 33-38. [In Persian].
6. Bandura, Albert. Gian Vittorio Caprara, and Claudio Barbaranelli, Camillo Regalia and Eugenia Scabini. (2011). Impact of Family efficacy Beliefs on Quality of Family Functioning and Satisfaction with Family life. *Applied psychology: an international review*, 60(3), pp. 421-448.
7. Call, V. R., Heaton, T. B. (1997). Religious influence on marital stability. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36(3), pp. 382-392.
8. Dollahite, D. C., & Marks, L. D. (2005). How highly religious families strive to fulfill sacred purposes (V. L. Bengtson, D. Klein, A. Acock, K. Allen, & P. Dilworth-Anderson, Eds.). *Sourcebook of family theory and research*, pp. 533-541. Thousand Oaks, CA: Sage.
9. Donahue, M. J., & Benson, P. L. (1995). Religion and the well-being of adolescents. *Journal of Social Issues*, 51(2), pp. 145-160.
10. Ellini, M. (1393 AP). Investigating the functions of the family in shaping the Islamic lifestyle. *Islam and Social Studies*, 1(4), pp. 77-107.

11. Fazeli, M. (1382 AP). *Consumption and lifestyle*. Qom: Sobh-e Sadiq. [In Persian].
12. Glenn, N. D., & Supancic, M. (1984). The social and demographic correlates of divorce and separation in the US: An update and reconsideration. *Journal of Marriage and Family*, (46), pp. 563–585.
13. Haddadi, M. R. (1388 AP). *Go and build together: The Supreme Leader's advice to young couples*. Tehran: Islamic Culture Publishing Office. [In Persian].
14. Headey, B. Schupp, J. Tucci, I. Wagner, G. G. (2010). Authentic happiness theory supported by impact of religion on life satisfaction: A longitudinal analysis with data for Germany. *The Journal of Positive Psychology*, 1(73), pp. 73-82.
15. Heirat, A., Fatehizadeh, M., Ahmadi, S. A., Etemadi, O., & Bahrami, F. (2016). The Study of Islamic Lifestyle Factors on Predicting Marital Adjustment. *Woman and Society*, 5(2), pp. 145-158. [In Persian].
16. Houshyari, J., & Safouraei Parizi, M. M. (1394 AP). The Relationship between Family Efficiency and Psychological Well-Being among University and Hawzah Students. *Women and Family*, 2(8), pp. 77-91. [In Persian].
17. Houshyari, J., & Safouraei Parizi, M. M., & Newsha, B. (1394 AP). Comparison of spiritual well-being, psychological well-being and family efficiency among students. *Psychology and Religion*, 8(31). pp. 71-92. [In Persian].
18. Houshyari, J., Safouraei Parizi, M. M., & Newsha, B. (1393 AP). The Relationship between the Efficiency of Family and Spiritual Well-Being among University and Hawzah Students. *Studies in Islam and Psychology*, 8(15), pp. 87-102. [In Persian].
19. Houshyari, J., Taqiyani, H., & Safouraei-Parizi, M. M. (1395 AP). Renormalizing the Questionnaire of Family Efficiency Measurement Using Item Response Theory. *Studies in Islam and Psychology*, 10(19), pp. 99-117. [In Persian].

20. Hunler, O. S., & Gencoz, T. I. (2005). The effect of religiousness on marital satisfaction: testing the mediator role of marital problem solving between religiousness and marital satisfaction Relationship. *Contemporary Family Therapy*, 27(1), pp. 123-136.
21. Ibn Faris. (1404 AH). *Mu'jam maqayis al-lughah* (Vol. 3). Qom: Islamic Media School. [In Arabic].
22. Ibn Manzur. (1414 AH). *Lisan al-Arab* (Vol. 10). Beirut: Dar al-Fikr. [In Arabic].
23. Javanbakht, F., Pahlawan, M., & Taromi rad, H. (1397 AP). The role of thinking in Islamic lifestyle from the perspective of Nahj al-Balagha. *Nahj al-Balagha Research*, 17(56), pp. 65-84. [In Persian].
24. Kajbaf, M. B. (1392 AP). The relationship between Islamic lifestyle and happiness and life satisfaction. *The Voice of the Islamic Republic of Iran*, 11(70), pp. 22-29. [In Persian].
25. Kajbaf, M. B., Sajjadiyan, P., Kaviyani, M., & Anwari, H. (1390 AP). The relationship between Islamic lifestyle and happiness in life satisfaction of students in Isfahan. *Psychology and Religion*, 4(16), pp. 61-74. [In Persian].
26. Kaviani, M. (1390 AP). Quantification and Islamic lifestyle. *Psychology and Religion*, 4(2), pp. 27-44. [In Persian].
27. Kaviani, M. (1392 AP). *Islamic lifestyle and its measuring tools*. Qom: Research Institute of Hawzah and University. [In Persian].
28. Kaviyani, M. (1388 AP). *Designing an Islamic lifestyle theory based on the Islamic perspective and constructing an Islamic lifestyle test and examining its psychometric properties* (Doctoral thesis, Educational Sciences and Psychology, Department of Psychology, University of Isfahan, Isfahan). [In Persian].
29. Kerr, J. (2000). *Community health promotion: challenge for practice*. Birmingham: Tindhal press.

30. Khatibi, H., & Sajedi, A. (1392 AP). An overview of lifestyle characteristics. *Ma'rifat*, (2), pp. 13-25. [In Persian].
31. Mahdavi Kani, M. S. (1387 AP). *Religion and lifestyle*. Tehran: Imam Sadiq (PBUH) University Press. [In Persian].
32. Mahoney, A., Pargament, I., Jewell, T., Swank, A. B., Scat, E., Emery, e., & Rye, M. (1999). Marriage and the spiritual realm: the role of proximal and distal religious constructs in marital functioning. *Journal of Family Psychology*, (13), pp. 321-338.
33. Majlesi, M. B. (1404 AH). *Bihar al-Anwar*. Beirut: al-Wafa Institute.
34. Marhamati, Z., & Yousefi, F. (1395 AP). The relationship between the dimensions of Islamic lifestyle and psychological well-being in students. *Journal of Applied Psychology*, 10(3), pp. 329-346. [In Persian].
35. Mesbah Yazdi, M. T. (1392 AP). Islamic lifestyle, necessities and shortcomings. *Ma'rifat*, 22(185), pp. 5-12. [In Persian].
36. Moein, M. (1378 AP). *Persian Dictionary*. Tehran: Sepehr. [In Persian].
37. Motahhari, Morteza (1390 AP). *Education in Islam* (73<sup>rd</sup> ed.). Qom: Sadra. [In Persian].
38. Mousavi Gilani, S. R. (1392 AP). What and why lifestyle and its relationship with religion and Mahdism. *Mashreq Mo'oud*, 7(25), pp. 123-138. [In Persian].
39. Mohammadi, R., Ahmadi, S. A., Etemadi, O., Fatehizadeh, M., & Abedi, A. (1392 AP). Investigating the simple and multiple relationship between lifestyle and family excellence. *Family Counseling and Psychotherapy*, 3(1), pp. 90-104. [In Persian].
40. Nikokar, Gh. H., Kheiri, A., Taban, M., & Seidi, F. (1393 AP). The effect of Islamic lifestyle on academic success. *Islamic Management*, 22(1), pp. 197-211. [In Persian].

41. Orathinkal, J., & Vansteenwegen, A. (2006). Religiosity and marital satisfaction. *Contemporary family therapy*, 28(4), pp. 497-504.
42. Rezaei, J., Ahmadi, S. A., Etemadi, O., Rezaei, M., Abadi, H., & Shahdoost, M. (1392 AP). The Effect of Training of Islamic Lifestyle with Emphasis on Family system on Marital Intimacy in Arak. *Psychological Studies*, 9(3), pp. 79-106. [In Persian].
43. Safouraei Parizi, M. M. (1388 AP). *Characteristics of an efficient family from the perspective of Islam and its questionnaire* (Doctoral thesis, Imam Khomeini (Ra) Educational and Research Institute, Qom).
44. Safouraei Parizi, M. M. (1388 AP). The effectiveness of observing the teachings of Islamic ethics in family efficiency. *Ma'rifat-i Akhlaqi*, 1(1), pp. 91-118.
45. Salarifar, M. R. (1385 AP). *Family in Islam and Psychology*. Tehran: Samt. [In Persian].
46. Salmabadi, M., Ismaeili, M., Mehdizadeh, I., & Yousefinejad, Ahmad. (1394 AP). The role of Islamic Lifestyle and Locus of Control in the Prediction of Psychological Well-being of the Staff of Qazvin Bu-Ali Hospital. *Islam and Health*, 1(4), pp. 49-56. [In Persian].
47. Shariati, S. (1392). Introduction to Islamic lifestyle Verses. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 4(13), pp. 1-10. [In Persian].
48. Sharifi, A. H. (1391 AP a). *Ethics and lifestyle of Islam*. Qom: Ma'arif Publishing Office.
49. Sharifi, A. H. (1391 AP b). Lifestyle as an indicator to assess the level of faith. *Ma'rifat-i Farhangi Ejtemaii*, 3(3), pp. 49-62.
50. Sullivan, K. T. (2001). Understanding the relationship between religiosity and marriage: An investigation of the immediate and longitudinal effects of religiosity on newlywed couples. *Journal of family psychology*, 15(4), pp. 26-61.

51. Toghiani, M., Kajbaf, M. B., & Bahrapour, M. (1392). The Relationship of Islamic Life Style with Dysfunctional Attitudes in University Students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 4(54), pp. 35-44. [In Persian].
52. Zanzanizadeh E'zazi, H., Azimi Hashemi, M., & Movvafaqi, B. (1393 AP). A Study on the Altruistic Attitude among the Youth in Mashhad. *Sociological Studies of Youth*, 5(14), pp. 67-86. [In Persian].