

## پیش‌بینی رضامندی زناشویی اسلامی بر اساس مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی در دانشجویان متأهل

سجاد مطهری\*، دکتر کیومرث فرح‌بخش\*\*  
دکتر عبدالله سلطانی نژاد\*\*\*، محمدرضا نوری\*\*\*\*

تاریخ دریافت: ۹۴/۰۶/۰۴

تاریخ پذیرش: ۹۴/۱۲/۱۲

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی رضامندی زناشویی اسلامی بر اساس مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی در جمعیت دانشجویان متأهل انجام شد. جامعه آماری پژوهش، تمام دانشجویان متأهل مقطع کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری دانشگاه علامه طباطبایی (ره) و امام حسین(ع) بودند. از جامعه پژوهش بر اساس فرمول کوکران تعداد ۴۰۰ دانشجوی (۲۰۰ مرد و ۲۰۰ زن) به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. دانشجویان به پرسش‌نامه رضامندی زناشویی اسلامی جدیری و جان بزرگی و پرسش‌نامه سبک زندگی اسلامی کاویانی پاسخ دادند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و آزمون رگرسیون چندگانه هم‌زمان استفاده شد. یافته‌های این پژوهش نشان داد که از ده مؤلفه سبک زندگی اسلامی، مؤلفه‌های اجتماعی، عبادی، خانواده، سلامت و باور سبک زندگی اسلامی ( $P < 0/05$ ) دارای توان پیش‌بینی‌کنندگی رضامندی زناشویی اسلامی در دانشجویان متأهل هستند و مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی ۵۷ درصد از واریانس رضامندی زناشویی اسلامی را تبیین می‌کنند. با توجه به این یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که با افزایش مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی میزان رضامندی زناشویی در دانشجویان متأهل افزایش می‌یابد.

**کلیدواژه‌ها:** رضامندی زناشویی اسلامی، سبک زندگی اسلامی، خانواده، دانشجویان.

\* - نویسنده مسئول: کارشناسی ارشد مشاوره توان‌بخشی دانشگاه علامه طباطبایی sajad\_motahhari67@yahoo.com

\*\* - دانشیار دانشگاه علامه طباطبایی

\*\*\* - استادیار دانشگاه امام حسین(ع)

\*\*\*\* - دانشجوی دکتری مدیریت رهبری آموزشی دانشگاه جامع امام حسین(ع)

## مقدمه

خانواده به عنوان واحدی اجتماعی کانون بیشترین و عمیق‌ترین مناسبات انسانی است. علاوه بر اینکه منبع اولیه نیازهای اساسی فرد محسوب می‌شود، موقعیت‌های متعددی را برای یادگیری و شکل‌گیری نگرش‌ها و تشکیل باورهای فرد فراهم می‌آورد. خانواده در کنار مسئولیت آموزشی و تربیتی، در رفع نیازهای جسمانی، روانی و انتقال ارزش‌های اجتماعی نیز نقش بسیار مؤثری دارد (مصلحی، ۱۳۹۱: ۱). همچنین، اولین جوانه‌های ارتباط بین انسان‌ها در حریم خانواده پدیدار می‌شود و بهترین خاستگاه روابط سالم، خانه و خانواده است. رابطه خوشایند و آرام‌بخش زن و شوهر نه تنها مناسب‌ترین بستر رشد و شکوفایی و تعالی شخصیت آنها را فراهم می‌کند، بلکه چنین رابطه‌ای از نیازهای ضروری فرزندان نیز به شمار می‌رود و به نوبه خود در رشد و تعالی آنها بسیار مؤثر است (امینی، ۱۳۸۳: ۱۳). زندگی انسان امروزی ابعاد پیچیده‌ای دارد که در عین حال با یکدیگر در ارتباط هستند. هر یک از این ابعاد به نوعی با نیازهای فرد سر و کار دارد. خشنودی در هر یک از حوزه‌های زندگی عملکرد فرد را در سایر ابعاد مؤثر می‌سازد، همان گونه که نارضایتی در یک زمینه، کارکرد فرد را در سایر زمینه‌ها با چالش مواجه می‌سازد. عدم یا کاهش امنیت در خانواده و بی‌توجهی به نیازهای عاطفی اعضا می‌تواند زمینه‌ساز اضطراب، افسردگی، بیماری‌های جسمی، عدم اعتماد به نفس و احساس بی‌کفایتی، افزایش جرم و جنایت، انحرافات اخلاقی و سرانجام اعتیاد و خودکشی شود (نظری، ۱۳۸۸: ۲۳).

از سوی دیگر، سبک زندگی از جمله عواملی است که ممکن است بر افزایش یا کاهش ایجاد تعارض در خانواده تأثیرگذار باشد. سبک زندگی به نوعی برنامه زندگی، تحرک و پویایی زندگی، راهبردی برای زیستن و نقشه راه زندگی را تشکیل می‌دهد. هر مکتب و مذهب، سبک زندگی برای بشریت می‌آورد و مدعی است جامعه مطلوب و زندگی سالم در نتیجه پیروی از روش زندگی است که آنان ارایه می‌دهند. مکتب اسلام نیز با بهره‌گیری از کتاب آسمانی قرآن و زندگی ائمه اطهار و معصومین سبک زندگی خاص خود را عرضه می‌کند. در همین زمینه، سبک زندگی اسلامی که برخاسته از متون اسلامی، احادیث و روایات است، می‌تواند روش خوب و سالمی برای زندگی افراد باشد. علاوه بر این، به‌تازگی سبک زندگی اسلامی به عنوان یک رویکرد اساسی و فعال در میان کشورهای اسلامی به مثابه یک موضوع رقابت‌برانگیز، مورد توجه

قرار گرفته است. از آنجایی که سبک زندگی اسلامی یکی از محورهای توسعه پایدار برای اهداف فرهنگی کشورهای اسلامی تلقی می‌شود، یکی از ابزارهای تبلیغ و ترویج دین اسلام است که امروزه توجه بسیاری از دانشمندان را به خود معطوف داشته است (مهدوی‌کنی، ۱۳۸۷: ۵). اهمیت این رویکرد اساسی با توجه به چالش‌های جدی که بشریت امروز به واسطه ترویج و توسعه فرهنگ غرب با آن مواجه شده، به‌ویژه در بخش خانواده بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته است.

### طرح مسأله

مطابق با یافته‌ها حدود یک‌سوم ازدواج‌ها در پنج سال اول با شکست مواجه می‌شوند. متأسفانه افزایش روزافزون طلاق در دنیای کنونی و پیامدها و آثار بد این جدایی روی افراد خانواده، نیاز به رسیدگی و رفع این مشکل را دوچندان کرده است. امروزه تلاش برای ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری، به سمت خانواده سوق یافته است و نقش خانواده در توسعه اجتماعی غیرقابل چشم‌پوشی است. لذا اگر جامعه‌ای از خانواده‌های سالم و متعادل برخوردار نباشد، نمی‌تواند ادعای سلامتی کند. از نظر درمان و پیشگیری، درک عوامل متعدد به‌وجودآورنده آشفتگی در روابط زناشویی و علل ازهم‌پاشیدگی خانواده نکته‌ای با اهمیت است.

از طرف دیگر، در عصر پست‌مدرن، تبدیل شدن خانه‌ها به خوابگاه‌ها، ایجاد فاصله میان نسل‌ها، فرار دختران و پسران از خانه، کاهش امید به زندگی، رشد مصرف داروهای روان‌گردان و اعتیاد به مواد مخدر، ظهور و رشد پدیده تکنوپولی به معنای عقب‌نشینی فرهنگ از برخی ارزش‌هایش در مقابله با فناوری، سلطه تربیت رسانه‌ای، بحران هویت رشد، میزان افسردگی، خیانت زناشویی و تعارضات بین زوجین و نظایر آن، نتایج بررسی اجمالی است که فضل مشترک غالب پدیده‌های مذکور، دور شدن از معنویت است (شرفی، ۱۳۹۰: ۱۳). طبق آیه ۸۵ سوره آل عمران آموزه‌های اسلام جهان‌شمول است و به همه زمان‌ها، مکان‌ها و شرایط تعلق دارد. لذا باید این آموزه‌ها را به صورت اصول زندگی درآورد و از آنها بهره برد. این آموزه‌ها برای تمام ابعاد زندگی بشر، به‌ویژه خانواده، برنامه ارائه کرده است و رهنمودهای ارزشمندی برای هدایت سبک زندگی انسان دارد.

هیل و پارگامنت (۲۰۰۳) خاطرنشان می‌کنند که آثار بسیار زیادی وجود دارد که مذهب و معنویت را با سلامت جسمی و روانی در ارتباط می‌داند. در حقیقت، این مطالعه در تلاش است، تا حد ممکن بین مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی به عنوان متغیر پیش‌بینی‌کننده، با تمرکز روی رضامندی زناشویی اسلامی به عنوان متغیر پیش‌بینی‌شونده، پیوند برقرار کند. با توجه به اهمیت رضامندی زناشویی اسلامی این پژوهش به دنبال این است که بدانند سهم هر یک از مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی در پیش‌بینی رضامندی زناشویی اسلامی چقدر است.

## ادبیات پژوهش

«سبک زندگی» از اصطلاحات به نسبت جدید علمی است که با رویکردهای گوناگون تعریف شده است. در یک دسته‌بندی کلی، از سه رویکرد کلان می‌توان نام برد: رویکرد جامعه‌شناسانه؛ رویکرد روان‌شناسانه که متأثر از آراء و اندیشه‌های آلفرد آدلر است و رویکرد دین‌شناسانه که رویکرد مورد پذیرش ما در این تحقیق است. براساس رویکرد دین‌شناسانه می‌توان سبک زندگی را به این صورت تعریف کرد: «مجموعه‌ای از رفتارهای سازمان‌یافته که متأثر از باورها، ارزش‌ها و نگرش‌های پذیرفته‌شده، و همچنین متناسب با امیال و خواسته‌های فردی و وضعیت محیطی، و وجه غالب رفتاری یک فرد یا گروهی از افراد شده‌اند (مهدوی‌کنی، ۱۳۸۷: ۱۲۶). از نظر شهید مطهری، ایدئولوژی اسلام یعنی طرح اسلام درباره اینکه انسان چگونه باید باشد، چگونه باید زندگی کند، چگونه باید خود و جامعه خود را بسازد، چگونه به حرکت خود ادامه دهد و با چه چیزهایی باید نبرد کند و بستیزد، و خلاصه، چه راهی را انتخاب کند، چگونه برود، چگونه بسازد و چگونه زندگی کند را شامل می‌شود (مطهری، ۱۳۸۷: ۲۷).

از این رو، در سال‌های اخیر پیرو تأکیدات مکرر مقام رهبری تلاش‌هایی به‌منظور تحقیق و پژوهش در زمینه سبک زندگی اسلامی و ابعاد آن صورت گرفته است. حجه‌الاسلام کاویانی (۱۳۹۰)، طبق مطالعات خود برای سبک زندگی اسلامی ده مؤلفه تعیین کرده است که عبارت‌اند از: اجتماعی، عبادی، باورها، اخلاق، مالی، خانواده، سلامت، تفکر، علم و شاخص زمان‌شناسی. همچنین کجباف و همکاران (۱۳۹۰)، در پژوهش خود رابطه سبک زندگی اسلامی را با شادکامی و احساس رضایت از زندگی در بین دانشجویان مورد تحقیق قرار دادند. نتایج نشان

داد که سبک زندگی اسلامی از یک سو، با شادکامی دانشجویان رابطه مثبت و معناداری دارد و از سوی دیگر، با میزان احساس رضایت از زندگی دانشجویان رابطه مستقیم و معناداری دارد به شکلی که با افزایش سبک زندگی اسلامی میزان شادکامی و رضایت از زندگی نیز در بین دانشجویان افزایش می‌یابد. افشانی و همکاران (۱۳۹۳)، به بررسی رابطه بین سبک زندگی اسلامی با سلامت اجتماعی مردم شهر یزد پرداختند. براساس نتایج این پژوهش، بین سبک زندگی اسلامی و سلامت اجتماعی و ابعاد آن رابطه مستقیم و معناداری دیده شد. به عبارت دیگر، تقویت و گسترش سبک زندگی اسلامی در جامعه به افزایش سلامت اجتماعی منجر خواهد شد. طولایی، صمدی و مطهری‌نژاد (۱۳۹۲) در پژوهشی به بررسی نقش میانجی عزت نفس و خودکارآمدی در رابطه بین سبک زندگی اسلامی و سازگاری اجتماعی جوانان شهر مشهد پرداختند. نتایج حاکی از آن بود که سبک زندگی اسلامی اثر مثبت و معناداری بر عزت نفس و خودکارآمدی دارد، عزت نفس و خودکارآمدی اثر مثبت و معناداری بر سازگاری اجتماعی دارد.

غفوری، گل‌پرور و زندگانی (۱۳۸۸)، در پژوهش خود زوجینی را که جهت‌گیری مذهبی یکسان و مشابهی داشتند، نسبت به آنهایی که در این باره دارای اختلاف عقیده بودند، از لحاظ میزان رضایت زناشویی مورد بررسی قرار دادند. نتایج این پژوهش نشان داد زوجینی که جهت‌گیری مذهبی یکسان و مشابهی داشتند؛ در زندگی خود رضایت‌مندی زناشویی بالاتری را گزارش کردند. شریعتی (۱۳۹۲)، در پژوهش خود به سه نوع سبک زندگی تارک دنیایی، دنیاطلبانه و سبک زندگی اسلامی اشاره می‌کند که سبک زندگی اسلامی را مناسب‌ترین سبک زندگی برای استحکام و رضایت زناشویی و تربیت صحیح فرزندان معرفی می‌کند. رضایی و همکاران (۱۳۹۲)، تأثیر آموزش سبک زندگی اسلام‌محور را با تأکید بر نظام خانواده بر صمیمیت زوجین اراک مورد بررسی قرار دادند. نتایج این پژوهش حاکی از آن بود که آموزش سبک زندگی اسلام‌محور به صورتی معنادار صمیمیت بین زوجین را افزایش می‌دهد و در نتیجه، موجب بالا رفتن رضامندی زناشویی می‌شود. استجابی و همکاران (۱۳۹۲) نیز، رابطه سبک‌های تفکر در زندگی را با رضایت زناشویی و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان متأهل مورد بررسی قرار دادند. طبق نتایج این تحقیق می‌توان سبک تفکر اسلامی را با افزایش رضامندی زناشویی و بالا رفتن بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان متأهل مرتبط دانست.

## رضامندی زناشویی اسلامی

ازدواج را می‌توان یک قرارداد اجتماعی مبنی بر توافق و سازش بین زن و مرد برای دوام جامعه دانست که براساس قانون و شرع انجام می‌پذیرد. متخصصان روان‌شناسی خانواده غالباً معیار خود را در بررسی کیفیت روابط زناشویی زوجین، سطح رضایت زناشویی آنها قرار می‌دهند. رضایت زناشویی یکی از مهم‌ترین عوامل پیشرفت و دستیابی به اهداف زندگی است که تحت تأثیر عوامل بیرونی و درونی قرار دارد (پسندیده، ۱۳۸۹: ۲۷). رضایت زناشویی، حالتی از رضامندی در ازدواج است که به وسیله ادراک درون فردی (واکنش درونی) یا یک ادراک بین شخصی (یعنی سازش بین انتظارات یکی و رفتار دیگری) تعریف می‌شود. تمرکز رضایت زناشویی احتمالاً بر رضایت‌مندی از فرصت‌ها، تصمیم‌گیری، درآمد، سبک زندگی، ارتباط، رابطه جنسی یا دوستان است (باقریان و بهشتی، ۱۳۹۰: ۷۵).

به عبارت دیگر، برقراری ارتباط مؤثر با طرف مقابل، عدم عصبانیت، حفظ استقلال فردی زن و مرد ضمن مشارکت با هم، ارزش قائل شدن به خواسته‌ها و علایق همسر، همراهی و همدلی، داشتن اهداف و آرمان مشترک، قبول سختی‌ها و آمادگی برای مواجهه با مشکلات زندگی و کنار هم بودن در روزهای خوشی و سختی و تأکید و توجه بر نکات مثبت شخصیت همسر، ابراز دوستی و اهمیت دادن به یکدیگر را از عوامل استمرار زندگی مشترک و رضایت زن و مرد دانسته‌اند (صافی، ۱۳۷۴: ۸۴).

از منظر دینی، رضامندی زناشویی حالتی است که در آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و با هم بودن، احساس طمأنینه و آرامش داشته باشند (روم/ ۲۱). از مهم‌ترین مؤلفه‌ها برای رضامندی زناشویی، ایفای نقش و انجام وظایف توسط زن و شوهر است. آموزه‌های دینی، مهم‌ترین وظیفه مرد را قوام‌بخشی به زندگی در دو حوزه معیشت زندگی و حسن معاشرت و ارضای نیازهای عاطفی همسران می‌داند (نساء: ۳۴، ۴۴، ۱۹). در آیین اسلام، شوهر نه تنها باید مهریه زن را به او بپردازد، بلکه باید نفقه او را در طول زندگی نیز بدهد. نفقه نیز هر آن چیزی است که زن به آن احتیاج دارد؛ مانند: غذا، پوشاک، پرده و سکونت دادن؛ اما کیفیت و کمیت آن را عرف و عادت تعیین می‌کند. افزون بر ضروریات زندگی، مرد باید بکوشد رفاه و آسایش بیشتری برای اهل و عیال خود به ارمغان آورد و بخل نرزد تا محبوب خانواده خود شود (بهشتی، ۱۳۸۶: ۴۶).

آموزه‌های دینی، افزون بر تبیین وظایف و نقش‌های مردان، وظایف و نقش‌هایی را نیز برای زنان بیان کرده است. این آموزه‌ها نقش اصلی زن را در زندگی، مهرورزی به شوهر و خانواده می‌داند. «ودود» به زنی می‌گویند که محبت خود را به شوهر علنی می‌کند و او را بسیار دوست می‌دارد و محبتش در عمل ظاهر می‌شود (مشکینی، ۱۳۶۶: ۸۹). آموزه‌های دینی به زن توصیه می‌کند تا آنجا که امکان دارد به تمکین کامل از شوهر تن دهد؛ حتی اگر در شرایط نامساعد قرار گرفته باشد. همچنین به زنان امر شده است در زمان‌های مناسبی از شبانه‌روز خود را به شوهر عرضه کنند و به بهانه عبادت از این روابط سر باز نزنند. یکی از حقوق مسلم شوهران، اطاعت همسر از ایشان است که در روایات مختلفی به این امر اشاره شده و از زنانی که از شوهرشان اطاعت نمی‌کنند، به بدی یاد شده است. این اطاعت در موارد خاصی در آموزه‌های دینی تصریح شده است. برای مثال، زن باید برای خروج از منزل از شوهر اجازه بگیرد و از گفته او اطاعت کند و از گرفتن روزه مستحبی و صدقه دادن بدون اجازه او نیز دوری کند. این اجازه گرفتن، نشانه فروتنی و تواضع زن نسبت به شوهر و نوعی مهرورزی است که می‌تواند رضامندی زناشویی را تقویت کند (بستان، ۱۳۹۱: ۲۶).

### سبک زندگی اسلامی

سبک زندگی ریشه‌های جامعه‌شناختی طولانی داشته و اینک در فرمایشات مقام معظم رهبری با رویکرد اسلامی و تمدنی به شکلی جدید و کاربردی مطرح شده است. ایشان در بیانات خود در دیدار با جوانان خراسان شمالی بر اهمیت سبک زندگی اسلامی پیرامون نهاد خانواده، این گونه تأکید می‌کنند: «مدیریت خانواده باید به گونه‌ای باشد که زن هم کرامت و عزت خانوادگی‌اش حفظ شود و هم بتواند وظایف اجتماعی خود را انجام دهد، حقوق متقابل زن و شوهر و فرزندان در خانواده‌ها به طور کامل رعایت شود، الگویی برای ایجاد تفریح سالم خانواده مهیا شود، الزامات آپارتمان‌نشینی رعایت شود، در خانواده صداقت تقویت شود، طرح لباس منطقی و عقلانی باشد و نظام خانواده در برابر آفت تهاجم فرهنگی به نحو احسن توانمند شود» (بیانات مقام معظم رهبری در دیدار با جوانان خراسان شمالی، ۱۳۹۱/۰۷/۲۳).

از سوی دیگر، یکی از آموزه‌های مشترک همه ادیان الهی این است که در متون دینی از

یک سو، سبک زندگی غیر الهی مذمت و تخطئه شده و آسیب‌شناسی درخوری از سبک زندگی آنان به عمل آمده است. این نکته، هم ناظر به ساحت فردی انسان و هم ناظر به ساحت جمعی آدمی است. برخی از آیات قرآن، وضع موجود انسان را مورد مذمت قرار می‌دهند، مانند: سوره‌های عصر / ۲؛ احزاب / ۷۲؛ ابراهیم / ۳۴؛ علق / ۶؛ معارج / ۱۹ و ۲۰؛ اسراء / ۱۱، ۶۷ و ۱۰۰؛ حج / ۶۶؛ شوری / ۴۸ و زخرف / ۱۵. همچنین آياتی از قرآن، بخشی از ساحت جمعی انسان‌ها را نکوهش می‌کنند، مانند: سوره‌های عنکبوت / ۲ و ۳؛ انفال / ۲۵؛ ابراهیم / ۴۲ و اعراف / ۹۴ و ۹۵.

از سوی دیگر، در برخی از آیات، سبک زندگی مورد تأیید اسلام بیان شده است، تا انسان‌ها با سبک زندگی مطلوب اسلامی و نیز ویژگی‌ها و آثار آن آشنا شوند و بدانند رسیدن به آن، ممکن است. غایت آموزه‌های دینی، رهایی از وضع موجود سبک زندگی غیر اسلامی و رسیدن به «حیات طیبه» است: «وَلَا تَشْتَرُوا بِعَهْدِ اللَّهِ ثَمَنًا قَلِيلًا إِنَّمَا عِنْدَ اللَّهِ هُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ وَلَنَجْزِيَنَّ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ: پیمان خدا را به بهای ناچیزی نفروشید؛ زیرا آنچه نزد خدا است، اگر بدانید، قطعاً برای شما بهتر است. آنچه نزد شماست، تمام می‌شود و آنچه نزد خداست پایدار. و قطعاً کسانی را که صبوری و شکیبایی ورزیدند، به بهتر از آنچه عمل می‌کردند، پاداش خواهیم داد. هر کس از مرد یا زن، کار شایسته کند و مؤمن باشد، قطعاً او را با زندگی پاکیزه‌ای، حیات می‌بخشیم و مسلماً به آنان بهتر از آنچه انجام می‌دادند، پاداش خواهیم داد» (نمل / ۹۵، ۹۶ و ۹۷). این آیه، مبدأ نظام آفرینش را به گونه‌های مختلف بیان کرده و نیز مبدأ آفرینش خود انسان و پایان زندگی دنیوی او را ترسیم کرده‌است. همچنین دو نوع سبک زندگی الهی و غیرالهی را بیان می‌کند و ویژگی‌ها و آثار هر دو را به شکل واضح آشکار می‌سازد.

شریعتی (۱۳۹۲: ۱)، در پژوهش خود به سه نوع سبک زندگی تارک دنیایی، دنیاطلبانه و سبک زندگی اسلامی اشاره و درنهایت، سبک زندگی اسلامی را مناسب‌ترین سبک زندگی برای استحکام و سازگاری زناشویی و تربیت صحیح فرزندان معرفی می‌کند. سبک زندگی اسلامی با رها کردن جامعه، مردم و زندگی جمعی موافق نیست. در این نگرش، زندگی انسان یک زندگی دنیا و آخرتی است، به این معنا که دنیا و آخرت را با هم و در کنار یکدیگر دارد و یکی مکمل



دیگری و یکی فرضیه‌ساز دیگری است. این نوع سبک زندگی باورش این است که تا دنیا را درست انجام ندهد به آخرت نخواهد رسید و اگر آخرت آباد می‌خواهد، باید دنیای آبادی داشته باشد و نیز اگر می‌خواهد انسان شایسته‌ای در پیشگاه خدا باشد، باید جمع بین دنیا و آخرت را داشته باشد (شریعتی، ۱۳۹۲: ۶).

## روش‌شناسی پژوهش

### ۱. نوع و روش تحقیق

این پژوهش، نوعی پژوهش کاربردی است. از نظر میزان کنترل پژوهشگر بر متغیرهای پژوهش، از نوع پژوهش‌های غیرآزمایشی است. در واقع، با توجه به ماهیت موضوع و اهداف مورد نظر پژوهش از نوع پیش‌بین و همچنین پس‌رویدادی است که در راستای آن، تغییرات متغیر ملاک (رضامندی زناشویی اسلامی) بر اساس متغیر پیش‌بین (سبک زندگی اسلامی همراه با مؤلفه‌هایش) پیش‌بینی می‌شود.

### ۲. جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش، دانشجویان متأهل پسر و دختر دوره کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری دانشگاه علامه طباطبایی (ره) و امام حسین (ع) در سال تحصیلی ۹۳-۹۲ بودند. از جامعه آماری مورد اشاره بر اساس فرمول کوکران دست‌کم، حجم نمونه ۳۶۱ نفر تعیین شد. در فرمول فوق مقادیر عددی شاخص‌ها  $p = 0/20$  و  $q = 0/80$  و  $d2 = 0/02$  و  $z2 = 1/96$  در نظر گرفته شد. نظر به تجارب پژوهشگران قبلی در جمع‌آوری داده‌ها در محیط‌های نظامی و دانشگاهی و به منظور پیشگیری از افت نمونه، این تعداد به ۴۰۰ نفر افزایش یافت و ۴۰۰ نفر (۲۰۰ مرد و ۲۰۰ زن) به عنوان نمونه برای شرکت در این پژوهش از طریق نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل: متأهل بودن، حداقل تحصیلات دانشجوی مقطع لیسانس، عدم سابقه اختلال روانی، دارای عقد دائم و بازگشت پرسش‌نامه‌ها مطابق با توضیحات ارائه‌شده در زمان تحویل، و معیارهای خروج شامل: سابقه اختلال روانی، دور بودن زوج‌ها از یکدیگر، سابقه اعتیاد و عدم تکمیل و بازگرداندن پرسش‌نامه‌های پژوهش بوده است.

### ۳. روش اجرای پژوهش

برای انجام پژوهش که انتخاب نمونه به صورت نمونه گیری در دسترس بود، برای انتخاب آزمودنی‌ها به خوابگاه‌های دانشجویی ویژه متأهلین و برخی دانشکده‌های دانشگاه علامه طباطبایی (ره) و امام حسین (ع) مراجعه شد، ضمن دادن اطمینان به آزمودنی‌ها، برای محرمانه ماندن اطلاعات پژوهشی و به کار بردن برخی ضروریات اخلاقی پژوهش و جلب همکاری و مشارکت آزمودنی‌ها، پرسش‌نامه‌های گردآوری داده‌ها در اختیار آزمودنی‌ها قرار گرفت و توضیحاتی در مورد شیوه پاسخ‌دهی به پرسش‌نامه‌ها داده شد. زمان اجرا هیچ محدودیتی نداشت. برای خنثی کردن آثار سوگیری جنس، پرسشگر مرد (دستیار پژوهشگر) برای آزمودنی‌های مرد و پرسشگر زن، برای آزمودنی‌های زن در نظر گرفته شد. برای اطمینان آزمودنی‌ها، پرسش‌نامه‌های پژوهش به شیوه‌ای طراحی شده بود که لازم نبود آزمودنی‌های پژوهش نام و نام خانوادگی را بنویسند. بعد از گردآوری پرسش‌نامه‌ها، داده‌های پژوهش برای انجام تجزیه و تحلیل آماری وارد نرم‌افزار آماری SPSS-۱۸ شد.

### ۴. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای تحلیل آماری اطلاعات ابتدا از شاخص‌های گرایش‌های مرکزی میانگین و انحراف معیار و سپس برای پیش‌بینی تغییرات متغیر ملاک از روش «رگرسیون چندگانه هم‌زمان» استفاده شد.

### ۵. ابزارهای سنجش

#### الف) پرسش‌نامه سبک زندگی اسلامی

پرسش‌نامه سبک زندگی اسلامی توسط حجه الاسلام کاویانی در سال ۱۳۸۸ ساخته شد. این مقیاس دارای دو فرم بلند (۱۳۵ سؤالی) و فرم کوتاه (۷۵ سؤالی) است که در این پژوهش، از فرم کوتاه آن استفاده شده است. پاسخ‌گویان باید با توجه به وضعیت فعلی زندگی خود، به هر کدام، در یک طیف ۴ درجه‌ای «از خیلی کم تا خیلی زیاد» پاسخ دهند. نمره کل آزمودنی، حداقل ۱۴۱ و حداکثر ۵۷۰ خواهد بود. آزمون سبک زندگی اسلامی از ده خرده‌مقیاس تشکیل شده است: ۱.

شاخص اجتماعی با ۱۶ سؤال؛ ۲. شاخص عبادی با ۱۴ سؤال؛ ۳. شاخص باورها با ۱۷ سؤال؛ ۴. شاخص اخلاق با ۲۰ سؤال؛ ۵. شاخص مالی با ۱۹ سؤال؛ ۶. شاخص خانواده با ۱۲ سؤال؛ ۷. شاخص سلامت با ۱۰ سؤال؛ ۸. شاخص تفکر و علم با ۱۱ سؤال؛ ۹. شاخص دفاعی امنیتی با ۱۰ سؤال و ۱۰. شاخص زمان‌شناسی با ۶ سؤال. ضریب پایایی کل این آزمون ۰/۷۱ است. نتایج تحلیل عوامل نیز روایی و ساختار عاملی مناسبی را برای آن نشان داده است. روایی هم‌زمان آن با آزمون جهت‌گیری مذهبی، ۰/۶۴ (کاویانی، ۱۳۸۸) و ضریب پایایی آزمون نیز ۰/۷۸ به‌دست آمده است.

### ب) مقیاس رضامندی زناشویی اسلامی

پرسش‌نامه رضامندی زناشویی اسلامی، توسط جدیری و جان بزرگی (۱۳۸۸) ساخته شده است. این پرسش‌نامه مقیاس رضامندی زناشویی براساس معیارهای دینی است. این آزمون ده مؤلفه و پنجاه پرسش دارد که سهم هر یک از مؤلفه‌ها پنج پرسش به شرح زیر است: ۱. ارتباط کلامی (پرسش‌های ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵)؛ ۲. پای‌بندی‌های مذهبی (پرسش‌های ۶ تا ۱۰). ۳. حل تعارض (پرسش‌های ۴، ۱۱، ۱۲، ۱۳ و ۱۴)؛ ۴. مدیریت مالی (پرسش‌های ۱۶ تا ۲۰)؛ ۵. روابط جنسی (پرسش‌های ۲۱ تا ۲۵)؛ ۶. فعالیت‌های اوقات فراغت (پرسش‌های ۲۶ تا ۲۹ و ۳۴)؛ ۷. مسائل شخصیتی (پرسش‌های ۳۰ تا ۳۳ و ۳۵)؛ ۸. فرزندان و فرزندپروری (پرسش‌های ۳۶ تا ۴۰)؛ ۹. نقش مرد و زن (پرسش‌های ۴۱ تا ۴۵) و ۱۰. صله ارحام (پرسش‌های ۴۶ تا ۵۰). نمره بالا در این مقیاس، نشان‌دهنده نگرش مثبت به این‌گونه روابط و احساس رضایت از آن است (جدیری و جان بزرگی، ۱۳۸۸). برای اعتبار پرسش‌نامه رضامندی زناشویی از طریق دونیمه‌سازی و ثبات درونی (آلفای کرونباخ) اقدام شده است که عدد ۰/۸۷ به دست آمد که نشان می‌دهد پرسش‌نامه اعتبار نسبتاً بالایی دارد (جدیری و جان بزرگی، ۱۳۸۸). از دو روش روایی محتوایی و روایی وابسته به ملاک از نوع هم‌زمان، برای برآورد روایی این آزمون اقدام شده است که نتایج نشان می‌دهد پرسش‌نامه روایی بالایی دارد. روایی محتوایی آزمون با استفاده از روش همبستگی اسپیرمن در حدود ۰/۹۰ به دست آمد که در سطح ( $P < ۰/۰۰۰۱$ ) معنادار بود. همچنین روایی وابسته به ملاک از نوع هم‌زمان نیز با استفاده از تست معادل به دست آمد. برای بررسی این نوع روایی، ضریب همبستگی میان نمره کل آزمون مذکور با نمره کل پرسش‌نامه رضامندی زناشویی انریچ محاسبه

شد که ضریب همبستگی بین این دو پرسش نامه ۰/۷۲۶ در سطح معناداری کمتر از ۰/۰۱ است (جدیری و جان بزرگی، ۱۳۸۸).

## یافته‌های پژوهش

اکثر دانشجویان حاضر در مطالعه دارای تحصیلات کارشناسی ارشد (۴۹/۷۵٪) و در گروه سنی ۲۶ تا ۳۰ سال (۴۰/۵٪) قرار داشتند. کل اعضای نمونه پژوهش حاضر را ۵۰٪ مرد و ۵۰٪ زن تشکیل می‌دادند. مدت زمان ازدواج اکثر شرکت کنندگان بین ۱ الی ۵ سال (۵۵/۷۵) بود و ۶۱/۲۱ درصد از همسران شرکت کنندگان شاغل و ۳۸/۷۵ درصد فاقد شغل بودند. یافته‌های توصیفی داده‌ها می‌تواند اطلاعات ارزشمندی درباره نمونه‌های مورد بررسی ارائه کند. بنابراین، در این بخش داده‌های به دست آمده از نمونه بررسی در قالب آمارهای مناسب به صورت جدول، خلاصه و دسته‌بندی و توصیف شده است. در این زمینه، یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهشی در جدول (۱) ارائه شده است.

جدول ۱- یافته‌های توصیفی خرده‌مقیاس‌های تحقیق

انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	مقیاس	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	شاخص آماری / مقیاس
۲/۴۳	۴۰/۸	۴۰۰	مدیریت مالی	۳/۴۴	۲۶/۹۷	۴۰۰	اجتماعی
۱/۷۶	۲/۹۷	۴۰۰	فعالیت‌های اوقات فراغت	۳/۸۳	۲۶/۰۱	۴۰۰	عبادی
۱/۸۰	۳/۰۱	۴۰۰	ارتباط کلامی	۴/۷۰	۳۰/۳۷	۴۰۰	خانواده
۲/۳۵	۳/۳۶	۴۰۰	فرزندان و فرزندپروری	۳/۹۹	۲۳/۷۱	۴۰۰	سلامت
۲/۴۸	۳/۶۸	۴۰۰	صله ارحام	۵/۱۱	۳۴/۱۰	۴۰۰	باور
۲/۱۱	۳/۵۰	۴۰۰	پای‌بندی به اصول مذهبی	۴/۰۶	۲۱/۴۷	۴۰۰	مالی
۱/۹۰	۳/۷۳	۴۰۰	نقش مرد و زن	۲/۷۸	۱۷/۷۴	۴۰۰	اخلاقی
۱/۶۵	۳/۲۰	۴۰۰	حل تعارض	۳/۹۹	۲۷/۱۹	۴۰۰	تفکر و علم
۱/۹۷	۲/۸۸	۴۰۰	روابط جنسی	۲/۲۹	۱۶/۸۷	۴۰۰	امنیتی
۲/۲۱	۳/۴۱	۴۰۰	مسائل شخصیتی	۱/۶۸	۸/۳۸	۴۰۰	زمان‌شناسی
۱۵/۲۲	۱۸۵/۹	۴۰۰	رضامندی زناشویی اسلامی	۲۳/۵۳	۲۳۲/۸۰	۴۰۰	سیک اسلامی

برای بررسی این پرسش که کدام‌یک از ابعاد سبک زندگی اسلامی می‌تواند نقش مؤثرتری در پیش‌بینی رضامندی زناشویی اسلامی ایفا کند، از روش رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد. بدین ترتیب پس از تأیید پیش‌فرض‌های رگرسیون، از این روش برای پاسخ به این سؤال که آیا مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی می‌توانند رضامندی زناشویی اسلامی را پیش‌بینی کنند، استفاده شد (جدول ۲).

جدول ۲- نتایج رگرسیون عوامل سبک زندگی اسلامی بر رضامندی زناشویی اسلامی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> <sub>adj</sub>	sig
رگرسیون	۱۵۰۶۲۵/۶۵	۱	۱۵۰۶۲۵/۶۵	۹۷/۴۸	۰/۷۵	۰/۵۷	۰/۵۶	۰/۰۰۰
باقی‌مانده	۱۱۱۵۸۵/۲۷	۳۹۶	۲۸۱/۷۸۱					
کل	۲۶۲۲۱۰	۳۹۷						

همان‌طور که در جدول (۲) مشاهده می‌شود، مقدار sig کمتر از ۰/۰۵ شده است و نشان از معنی‌دار بودن مدل رگرسیون است، یعنی حداقل یکی از متغیرهای پیش‌بین بر متغیر ملاک تأثیر معنادار دارد.

شاخص R<sup>2</sup> (ضریب تعیین چندگانه): این شاخص مشخص می‌کند که چند درصد از تغییرات متغیر ملاک توسط متغیرهای پیش‌بین تبیین می‌شوند. به عبارت دیگر متغیرهای پیش‌بین چند درصد توانایی برازش متغیر وابسته را دارند. در این پژوهش مقدار R<sup>2</sup> برابر ۰/۵۷ شده است، به این معنا که عوامل سبک زندگی اسلامی ۵۷ درصد توانایی پیش‌بینی رضامندی زناشویی اسلامی را دارند و ۴۳ درصد باقی‌مانده مربوط به سایر عوامل است.

شاخص R<sup>2</sup><sub>adj</sub> (ضریب تعیین تصحیح‌شده): این شاخص توانایی پیش‌بینی متغیر وابسته را توسط متغیرهای پیش‌بین در جامعه بررسی می‌کند. در واقع با کمی تعدیل، نمونه را به تمام جامعه بسط می‌دهد. مقدار این ضریب در این پژوهش ۰/۵۶ شده است. به عبارت دیگر، براساس این شاخص هم، مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی ۵۶ درصد توانایی پیش‌بینی رضامندی زناشویی اسلامی را دارند.

جدول (۳)، خروجی اصلی آزمون تحلیل رگرسیون هم زمان است، به طوری که ضرایب استاندارد نشده، ضرایب استاندارد شده، خطای معیار، آزمون t و سطح معنی داری هر یک از مؤلفه‌های متغیر پیش‌بین محاسبه شده است. نتایج جدول نشان می‌دهد که مؤلفه‌های اجتماعی، عبادی، خانواده، سلامت و باور در سطح ۵۷ درصد پیش‌بینی کننده‌های معنادار رضامندی زناشویی اسلامی هستند و مثبت بودن این ضریب در واقع نشان‌دهنده این است که با افزایش این عوامل، میزان رضامندی زناشویی اسلامی نیز افزایش می‌یابد.

جدول ۳- ضرایب استاندارد، غیراستاندارد و آماره تی متغیرهای وارد شده در معادله رگرسیون

سطح معناداری	sig	مقدار خطا	t آماره	ضرایب رگرسیون		متغیر پیش‌بین
				استاندارد شده	استاندارد نشده	
۰/۰۵	۰/۰۰۱	۴/۸۱	۱۱/۲۳	-	۵۳/۱۳	مقدار ثابت
۰/۰۵	۰/۰۳	۰/۱۴	۱/۸۴	۰/۱۵	۰/۲۰	اجتماعی
۰/۰۵	۰/۰۱	۰/۱۵	۲/۳۸	۰/۱۷	۰/۱۹	عبادی
۰/۰۵	۰/۰۱	۰/۱۹	۲/۲۰	۰/۱۴	۰/۲۲	خانواده
۰/۰۵	۰/۰۲	۰/۲۱	۲/۳۹	۰/۱۳	۰/۱۸	سلامت
۰/۰۵	۰/۰۳	۰/۱۶	۲/۱۷	۰/۱۶	۰/۲۱	باور

همان‌طور که نتایج جدول (۳) نشان می‌دهد، سبک‌های اجتماعی، عبادی، خانواده، سلامت و باور بر رضامندی زناشویی اسلامی در سطح ۵ درصد تأثیر معنادار دارد و مثبت بودن این ضریب در واقع نشان‌دهنده این است که با افزایش این عامل، میزان رضامندی زناشویی اسلامی نیز افزایش می‌یابد.

## بحث

یافته‌های پژوهش نشان دادند که رابطه مثبت معناداری بین مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی با رضامندی زناشویی اسلامی به عنوان متغیر پیش‌بینی شونده در بین زوجین مشغول به تحصیل در دانشگاه وجود دارد و عوامل سبک زندگی اسلامی ۵۷ درصد توانایی پیش‌بینی رضامندی زناشویی اسلامی را دارند. براساس نتایج این پژوهش، از میان ده مؤلفه سبک زندگی اسلامی؛ مؤلفه‌های اجتماعی، عبادی، خانواده، سلامت و باور به صورت معناداری رضامندی زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند.

از آنجایی که دو نهاد مذهب و خانواده ارزش‌های مشابهی را مورد تأکید قرار می‌دهند، پژوهشگران رابطه نزدیکی بین آن دو پیش‌بینی می‌کنند. این جهت‌گیری منجر به این نگرش شده است که مذهب می‌تواند روابط زناشویی را تقویت کند و استحکام بخشد. مذهب و پای‌بندی به آن، به‌ویژه در جامعه اسلامی ما از موضوعاتی است که می‌تواند ذهن پژوهشگران را به این موضوع معطوف دارد که رضامندی از زندگی زناشویی در سایه تعالیم الهی و پای‌بندی به آن چگونه است؟ آیا پای‌بندی به مذهب می‌تواند تأثیری در سطح رضایت از زندگی زناشویی داشته باشد یا نه؟ از منظر دینی، رضامندی زناشویی حالتی است که در آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و با هم بودن، احساس طمأنینه و آرامش داشته باشند (روم/ ۲۱). طبق آیه ۸۵ سوره آل عمران آموزه‌های اسلام جهان‌شمول بوده، به همه زمان‌ها، مکان‌ها و شرایط تعلق دارد و باید این آموزه‌ها را به صورت اصول زندگی درآورد و از آنها بهره‌برد. این آموزه‌ها برای تمام ابعاد زندگی بشر، به‌ویژه خانواده، برنامه ارائه کرده و رهنمودهای ارزشمندی برای هدایت سبک زندگی انسان دارد. در آموزه‌های دینی بر تعدادی از عواملی که می‌توانند در رضامندی زناشویی اسلامی نقش مؤثری داشته باشند، تأکید شده است.

یکی از مؤلفه‌های رضامندی زناشویی اسلامی روابط جنسی بین زن و شوهر است. زوجین نسبت به یکدیگر حقوقی دارند که رعایت آنها برای داشتن روابط بهتر و زندگی مستحکم ضروری است. دسته‌ای از آن حقوق، حقوق جنسی است که به سهم خود نقش بسزایی در تداوم زندگی زناشویی دارند. در دین مبین اسلام نیز این حقوق مورد توجه قرار گرفته است. با نگاهی فقهی برای حق جنسی شوهر قوانینی در نظر گرفته شده که یکی از آنها حق تمکین است. طبق این

حق، زن بدون عذر شرعی نمی تواند از نزدیکی کردن شوهر جلوگیری کند. از سوی دیگر، با بررسی های فقهی می توان به این نتیجه رسید که اسلام ارضای جنسی زنان را نیز نادیده نگرفته و برای زن هم به نوعی حق جنسی قائل شده است. به عبارت دیگر، همان گونه که شوهر حق تمکین دارد و هر موقع اراده کرد بر زن واجب است در صورت نداشتن عذر شرعی مخالفت نکند، در مورد زن نیز شوهر نمی تواند بیش از چهار ماه نزدیکی با او را ترک کند و باید شرایط کاری و جسمی خود را به گونه ای تنظیم کند که بیش از چهار ماه بین رابطه جنسی خود با همسرش فاصله ایجاد نشود (رساله امام خمینی (ره): ۲۶۳). ارضای جنسی یک نیاز طرفین است که هر چه بهتر برآورده شود، سطح رضامندی زندگی را افزایش می دهد. بنابراین، چنانچه زن و شوهر حقوق جنسی یکدیگر را به صورت کامل رعایت کنند، از یک سو، زمینه برای بروز انحرافات جنسی کم می شود و از سوی دیگر، رابطه جنسی مناسب به عنوان واسطه ای عمل می کند که بر رضامندی و تعهد زناشویی می افزاید (شادسیاه، ۱۳۸۸: ۲۳۵).

یکی دیگر از مؤلفه های رضامندی زناشویی اسلامی پای بندی به اصول مذهبی است. سبک زندگی اسلامی بر ابعاد مختلف زندگی زناشویی تأثیر می گذارد، مثل: بعد فکری که مشتمل بر اطلاعات و دانسته های مبنایی در مورد معتقدات هر دین است که پیروان آن دین باید آنها را بدانند؛ «بعد اعتقادی» شامل باورهایی که انتظار می رود زوجین پیرو یک دین به آنها اعتقاد داشته باشند، مانند اعتقاد به وجود خداوند و وجود عالم آخرت؛ «بعد مناسکی» که مبتنی بر اعمالی می شود که پیروان ادیان مختلف انجام می دهند (نماز، روزه، حج و ...). «بعد تجربی» که مربوط به عواطف، احساسات و تأثیراتی است که در ارتباط فرد با واقعیتی غایی همچون خداوند است مانند احساس نزدیکی به خدا و آرامش در اماکن مذهبی؛ و در نهایت «بعد پیامدی» که ناظر بر آثار باورها و اعمال، تجربه ها و دانش بر زندگی و اعمال روزمره پیروان هر آیین است، مانند دقت در حلال و حرام و کمک به مستمندان. به عبارت دیگر، زندگی زناشویی زمانی شیرین و آرامش بخش است که فرد از خداوند و یادش غافل نباشد، نعمت هایش را فراموش نکند و همواره در طلب رضای الهی باشد (مجلسی، ۱۳۶۲: ۵۴). در چنین زندگی هایی خداوند به سبب عمل صالح زن و شوهر، آنها را با حیات طیبه زنده می کند (نحل / ۹۷). بنابراین، می توان گفت پای بندی



به مذهب و بنا نهادن زندگی بر پایه آموزه‌های مذهبی از عواملی است که در رضامندی زناشویی نقشی معنادار دارد.

از دیگر مؤلفه‌های تأثیرگذار در رضامندی زناشویی اسلامی مؤلفه مالی و مسائل مربوط به الگوی مصرف خانواده است. اسلام دین اعتدال و میانه‌روی است؛ از طرفی، امر به اصلاح مال و صرف آن در مصارف شخصی در حد کفاف و شئون افراد کرده و از طرف دیگر، از رفتارهای نابهنجار اسراف، تبذیر، اتراف، کنز و ثروت‌اندوزی برحذر داشته است (محمدی‌ری شهری، ۱۳۸۸: ۳۶). در اسلام حفظ مال و تباه نکردن آن امری واجب و مورد تأکید است. این امر اهمیت فراوانی دارد و برای همین اسلام حفظ مال و قدر دانستن آن را باعث بقای اسلام و مسلمانان می‌داند. امام صادق (ع) می‌فرماید: «از [عوامل] بقای مسلمانان و اسلام این است که اموال در دست افرادی قرار گیرد که قدر آن را می‌دانند و آن را به صورت پسندیده مصرف می‌کنند و از اموری که به نابودی اسلام و مسلمانان می‌انجامد، این است که اموال در دست افرادی قرار گیرد که قدر آن را نمی‌شناسند و به صورت پسندیده مصرف نمی‌کنند» (حر عاملی، ۱۳۶۷). پیامبر اکرم (ص) نیز در این باره می‌فرماید: «مِنَ الْمُرُوَّةِ اسْتِصْلَاحُ الْمَالِ از نشانه‌های مردانگی، نگهداری درست از مال است» (مجلسی، ۱۳۶۲: ۴۸). واضح است که مصرف بی‌رویه و به جا خرج نکردن یکی از مصادیق استفاده نادرست و هدر دادن اموال است که از دید آموزه‌های اسلامی صحیح نیست و در بسیاری از موارد موجب ایجاد تنش و اختلاف در روابط زناشویی می‌شود.

در روابط زناشویی «روابط کلامی» از جمله متغیرهای مهم در ایجاد رضامندی زناشویی است. در سبک زندگی اسلامی نیز به این موضوع توجه ویژه‌ای شده است و زنان و مردان مؤمن به پرهیز از استهزاء، عیب‌جویی و استفاده از القاب زشت توصیه شده‌اند. در آیه ۱۱ سوره حجرات آمده است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِاللُّقَابِ بِئْسَ الْأِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ: ای کسانی که ایمان آورده‌اید، هرگز گروهی (از مردان شما) گروه دیگر را مسخره نکنند، شاید آن گروه (مسخره‌شدگان) بهتر از آنان باشند، و نه زنانی زنان دیگر را، شاید آن گروه بهتر از آنان باشند، و از یکدیگر عیب‌جویی نکنید، و همدیگر را به لقب‌های زشت مخوانید و بد نام‌گذاری است (باد کردن مؤمن به) فسق پس از ایمان (مؤمن را به

نام مرتکب گناهان خواندن)، و آنان که توبه نکنند آنها را ستمکارند». در اینجا مخاطب مؤمنان هستند، اعم از مردان و زنان؛ قرآن به همه هشدار می دهد که از استهزاء و مسخره کردن بپرهیزند، زیرا اینها از خودبرتربینی و غرور سرچشمه می گیرد و بیشتر از ارزش های ظاهری و مادی ایجاد می شود و موجب بروز کدورت و سردی رابطه بین زن و شوهر می شود. برای مثال، عباراتی مانند: «وضع مالی خانواده ما بهتر از شما بوده است!»، «فرهنگ خانواده ما از شما بالاتر است!»، «زن ها یا مردهای دیگر نسبت به تو با محبت تر و زیباترند!» و غیره. سپس در دومین مرحله می فرماید: «و یکدیگر را مورد لعن و عیب جویی قرار ندهید». «لا تلمزوا» از ماده «لمز» به معنی عیب جویی و طعنه زدن است. بالاخره در مرحله سوم می افزاید: «و یکدیگر را به القاب زشت و ناپسند یاد نکنید» (مکارم شیرازی، ۱۳۷۷: ۸۱). همچنین با مطالعه حدیث شریف کساء می توان الگویی جامع و عالی از چگونگی ارتباط و روابط کلامی میان خانواده مشاهده کرد که یک الگوی عالی رفتاری به حساب می آید.

از سوی دیگر، «برخورداری از تمایلات مذهبی» یکی از خصوصیات زندگی خیل عظیمی از خانواده ها در سراسر دنیا است. درگیر شدن در بعد مذهبی یا روحانی زندگی، به نحوی در ارتباط با جنبه کلی سلامت و بهزیستی خانوادگی است. براساس تحقیقات به عمل آمده، دین داری و معنویت به طور متعارف نقش عمده تری در زندگی برخی از گروه ها ایفا می کند. زوجینی که هم مذهب هستند یا جهت گیری مذهبی یکسان و مشابهی دارند، نسبت به آنهایی که در این باره اختلاف عقیده دارند، از روابط خود با یکدیگر بیشتر ابراز رضایت می کنند و زوجینی که دین و آیین متفاوتی نسبت به همسر یا خانواده خود دارند، از ازدواج و روابط خانوادگی خود کمتر ابراز رضایت می کنند (غفوری، گل پرور و زندگانی، ۱۳۸۸)؛ به خصوص که اگر این دین مشترک اسلام باشد؛ زیرا دین اسلام به عنوان یک دین همه جانبه و کامل به همه جنبه های فردی و اجتماعی زندگی زناشویی توجه دارد و برای آن برنامه و سبک زندگی مدون معرفی کرده است. به عبارت دیگر، سبک زندگی اسلامی که برخاسته از متون اسلامی، احادیث و روایت است، می تواند روشی خوب و سالم برای زندگی زناشویی افراد باشد. در همین زمینه، پژوهش هایی انجام شده که نتایج آن با مطلب بیان شده همسو است. شریعتی (۱۳۹۲)، در پژوهش خود به سه نوع سبک زندگی تارک دنیایی، دنیا طلبانه و سبک زندگی اسلامی اشاره می کند که سبک زندگی اسلامی

را مناسب‌ترین سبک زندگی برای استحکام و رضایت زناشویی و تربیت صحیح فرزندان معرفی می‌کند. همچنین پژوهشگران معتقدند که سبک زندگی اسلامی باعث افزایش شادکامی، سلامت روان و صمیمیت بین زوجین می‌شود (رضایی و همکاران، ۱۳۹۲؛ کجباف و همکاران، ۱۳۹۰ و استجابی و همکاران، ۱۳۹۲).

## نتیجه‌گیری

در انسان‌شناسی‌های جدید شکل گرفته در غرب، انسان را بیشتر موجودی با ابعاد مادی می‌شناسند و کمتر به گرایش‌های فطری او توجه می‌کنند. براساس این دیدگاه، به طور کلی انسان موجودی است که بعد مادی آن تحت بررسی است و این نقطه اختلاف بین اسلام و غرب درباره انسان است. با توجه به نقدهایی که بر وضعیت علوم انسانی در کشور ما می‌شود، می‌توان گفت ضرورت دارد این علوم مطابق با نیازها و اقتضات جامعه ایرانی - اسلامی باشد. در میان این نیازها و اقتضات آنچه بیش از همه جلب توجه می‌کند، ربط و نسبت آنها با آموزه‌های اسلام است. اسلام یک دین اجتماعی است، یعنی براساس انسان‌شناختی خاصی که ارائه می‌کند، نه تنها برای حیات فردی انسان، بلکه برای عرصه‌های مختلف حیات اجتماعی وی نیز برنامه دارد. علوم انسانی جدید نیز براساس مبانی انسان‌شناختی خود، مدعی ارائه برنامه برای تمامی عرصه‌های حیات انسان هستند. به عبارت دیگر، سبک زندگی اسلامی هدف را برای فرد روشن می‌کند و مایه تسلی او در شرایط دردناک و تهدیدکننده می‌شود.

بنابراین با اهتمام به این موضوع که سبک زندگی اسلامی بر همه جنبه‌های زندگی، اعم از: اجتماعی، عبادی، خانواده، سلامت و باور تأکید دارد، می‌توان پیش‌بینی کرد که زوجین با رعایت و به کارگیری آموزه‌های اسلامی می‌توانند در جنبه‌های مرتبط با رضامندی زناشویی شامل: پای‌بندی مذهبی، نقش زن و مرد، حل تعارض، روابط جنسی و مسائل شخصیتی بهترین الگو را پیش روی خود داشته باشند و بالاترین میزان رضامندی زناشویی را تجربه کنند. بنابراین، این ضرورت احساس می‌شود و محققان و پژوهشگران متعهد به دین اسلام و نظام جمهوری اسلامی ایران بیش از باید پیش عزم خود را جزم کنند و تلاش خود را برای کشف، چارچوب‌دهی و معرفی سبک زندگی اسلامی و فواید آن در زندگی روزمره بشر و سعادت کلی آن به کار بگیرند.

همچنین پیشنهاد می‌شود معارف دینی با مدل‌های جدید آموزشی و یک چارچوب مدون راهبردی از سطوح اولیه آموزش تا عالی‌ترین سطوح در سازمان‌های مختلف آموزش داده شود. ضروری است ارتباط تعریف‌شده‌ای میان مراکز آموزش عالی و حوزه‌های علمیه در راستای تدوین نقشه راه شیوه‌های آموزش و متون و محتوای آموزش معارف دینی در سطوح مختلف برقرار شود؛ استادان عالم، با اخلاص و علاقه‌مند در سطوح مختلف آموزش سبک زندگی اسلامی تربیت و تقویت شوند و ائمه جماعت و مساجد با بهره‌گیری از روش‌های جدید در برقراری تعامل اجتماعی با جوانان و خانواده‌ها تقویت شوند.

## فهرست منابع

۱. قرآن کریم (بی‌تا). ترجمه ناصر مکارم شیرازی، تهران: دارالقرآن الکریم.
۲. افشانی، سیدعلیرضا؛ سید پویا رسولی‌نژاد؛ محمد کاویانی و حمیدرضا سمیعی (۱۳۹۳). «بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت اجتماعی مردم شهر یزد». *دوفصلنامه علمی و پژوهشی مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، س ۸، ش ۱۴.
۳. استجابی، معصومه؛ حامد برماس و هادی بهرامی (۱۳۹۲). «رابطه سبک‌های تفکر با رضایت زناشویی و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان متأهل». *مطالعات روان‌شناختی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه الزهراء*، دوره ۹، ش ۲.
۴. امینی، ایمان (۱۳۸۳). *پیمان ازدواج و خانواده اخلاقی*. چاپ نوزدهم. تهران: انتشارات تفکر اسلامی.
۵. باقریان، مهرانوش و سعید بهشتی (۱۳۹۰). «بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی زناشویی مبتنی بر آموزه‌های اسلام بر رضایت زناشویی زوجین». *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، س ۲، ش ۶.
۶. بستان، حسین (۱۳۹۱). *اسلام و تفاوت‌های جنسیتی*. تهران: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، وزارت کشور، دفتر امور بانوان.
۷. بهشتی، احمد (۱۳۸۶). *خانواده در قرآن*. قم: مؤسسه بوستان کتاب.
۸. پسندیده، عباس (۱۳۸۹). *تحکیم خانواده از نگاه قرآن و حدیث*. ج ۲، قم: دارالحدیث.
۹. جدیری، جعفر و مسعود جان بزرگی (۱۳۸۸). «ساخت و اعتبار یابی مقیاس رضامندی زناشویی اسلامی». *روان‌شناسی و دین*، س ۲، ش ۴.
۱۰. حرّ عاملی، محمد بن حسن (۱۴۰۹ ق). *وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه*. قم: مؤسسه آل‌النبی (ع).
۱۱. خمینی، سیدروح الله. *توضیح المسائل*، با حواشی سید عبدالکریم موسوی اردبیلی.
۱۲. رضایی، جواد؛ سیداحمد احمدی؛ عذرا اعتمادی؛ مریم رضایی و مریم شهردوست (۱۳۹۲). «تأثیر آموزش سبک زندگی اسلام محور با تأکید بر نظام خانواده بر صمیمیت زوجین»

- اراک». مطالعات روان شناختی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه الزهراء، دوره ۹، ش ۳.
۱۳. شادسیاه، مرضیه؛ فاطمه بهرامی و سیامک محبی (۱۳۸۸). «بررسی رابطه رضایت جنسی و تعهد زناشویی زوجین شهرستان شهرضا». *مجله اصول بهداشت روانی*. س ۱۱، ش ۳.
۱۴. شرفی، محمد رضا (۱۳۹۰). *مهارت‌های خانوادگی - همسرمداری در سیره رضوی*. مشهد: مؤسسه قدس رضوی.
۱۵. شریعتی، سیدصدرالدین (۱۳۹۲). *درآمدی بر سبک زندگی اسلامی در آیات و روایات*. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، س ۴، ش ۱۳.
۱۶. صافی، احمد (۱۳۷۴). *خانواده متعادل*. چاپ دوم. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان جمهوری اسلامی ایران.
۱۷. طولایی، زینب؛ سعید صمدی و فاطمه مطهری‌نژاد (۱۳۹۲). «بررسی نقش میانجی عزت نفس و خودکارآمدی در رابطه با سبک زندگی اسلامی». *مجله مطالعات جامعه‌شناختی جوانان*، ۴(۱۱۵): ۹-۳۲.
۱۸. کاویانی، محمد (۱۳۸۸). «گمی‌سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی». *روان‌شناسی و دین*. س ۴، ش ۲.
۱۹. کجیاف، محمد باقر؛ پریناز سجادیان؛ محمد کاویانی و حسن انوری (۱۳۹۰). «رابطه سبک زندگی اسلامی با شادکامی در رضایت از زندگی دانشجویان شهر اصفهان». *فصلنامه روان‌شناسی و دین*، س ۴، ش ۴.
۲۰. مجلسی، محمدباقر (۱۳۶۲). *بحارالانوار الجامعه لدرر اخبار الائمه الاطهار(ع)*. بیروت: مؤسسه الوفاء، چاپ دوم. محمد محمدی‌ری‌شهری (۱۳۸۸). *الگوی مصرف از نگاه قرآن و حدیث*، قم: دارالحدیث، چاپ اول.
۲۱. مشکینی، علی (۱۳۶۶). *ازدواج در اسلام*. قم: انتشارات الهادی.
۲۲. مصلحی، جواد (۱۳۹۱). *رابطه همانندی/تضاد ویژگی‌های شخصیتی و رضایت زناشویی با توجه به پای‌بندی مذهبی زوجین*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، روان‌شناسی، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره).
۲۳. مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۷۷). *تفسیر نمونه*، ج ۲۰. تهران: انتشارات دارالکتب اسلامی.

۲۴. مهدوی کنی، محمدسعید (۱۳۸۷)، دین و سبک زندگی. تهران: دانشگاه امام صادق (ع).
۲۵. نظری، علی محمد (۱۳۸۸). مبانی زوج درمانی و خانواده درمانی. چاپ دوم، تهران: علم.
26. Hill, P.c., & pargament, K.I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality. **American psychologist**, 58(1).
27. Ghafouri varnoosfarani, MR., Golparvar, M., Mahdi Zadegan, I. (2009). A study of Attachment styles and religious Attitudes as predictors of success of failure of Marital relationship. **Journal of Research in Behavioural Sciences**; 7(2).

Archive of SID