



بررسی میزان رعایت سبک زندگی اسلامی زناشویی در زوجین شهرکرد

دکتر محمد ربیعی^۱

طیبه خسروی علیا^۲

چکیده:

هدف: پژوهش حاضر به بررسی رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی در زوجین شهرکرد می‌پردازد.
روش: نفر فرد متاهل به صورت تصادفی در دسترس به سوالات پرسش نامه محقق ساخته سبک زندگی زناشویی اسلامی که بر اساس آیات و روایات مربوط به روابط زناشویی تنظیم شده، پاسخ دادند.
یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که ۱۴ درصد پاسخگویان یا اصلاً سبک زندگی زناشویی اسلامی را رعایت نمی‌کنند و یا خیلی کم اصول سبک زندگی زناشویی اسلامی را رعایت می‌کنند و ۵۶ درصد تا حدودی رعایت می‌کنند و حدود ۱۴ درصد نیز زیاد یا خیلی زیاد سبک زندگی زناشویی اسلامی را رعایت می‌کنند.
نتیجه‌گیری: یافته‌های این پژوهش نشان داد که زنان نسبت به مردان بیشتر سبک زندگی اسلامی را رعایت می‌کنند و همچنین افراد شاغل نیز نسبت به افراد بیکار بیشتر سبک زندگی زناشویی اسلامی را رعایت می‌کنند.
کلیدواژه‌ها: سبک زندگی، سبک زندگی اسلامی، روابط زناشویی

۱. استادیار گروه مشاوره دانشگاه شهرکرد، ایمیل mohammad51r@yahoo.com

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه بندر عباس jamandeazkuch@gmail.com



مقدمه

ازدواج یک امر مهم و مدنی است که در تمام جوامع و در طول تاریخ بشر وجود داشته است. در واقع ازدواج از قدیمی‌ترین پیوندهای انسانی است، که ارضا کننده و رشد دهنده شخصیت آدمی بوده است و اکثر افراد حداقل یکبار در زندگی خود دست به انتخاب می‌زنند (سیف و همکاران، ۱۳۸۷). ازدواج، رابطه‌ای انسانی، پیچیده، ظریف و پویاست که از ویژگی‌های خاصی برخوردار است و توجه به کانون خانواده، محیط سالم و سازنده، روابط گرم و میان فردی صمیمی که می‌تواند سبب رشد و پیشرفت افراد گردد، از جمله اهداف و نیازهای ازدواج محسوب می‌گردد. اهمیت ازدواج در حدی است که خداوند رحمان و رحیم در سوره‌ها و آیه‌های متعدد از جمله سوره روم، آیه ۲۱، ازدواج را مورد تاکید قرار داده است. از منظر روانشناسی اسلامی نیز اهمیت و تاثیر ازدواج و تشکیل خانواده در رشد و تعالی فرد و جامعه به حدی است که پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «هیچ بنیاد اسلامی نزد خدا پسندیده‌تر از بنای ازدواج و خانواده نیست». پژوهشگران نیز به این نتیجه دست یافته‌اند که ازدواج در سلامت عمومی زوجها نقش مهمی ایفا می‌کند. افراد متاهل از فواید حمایت اجتماعی و اقتصادی حاصل از ازدواج لذت می‌برند. "بارت" نیز به قدرت ازدواج در کاهش بروز نشانه‌های افسردگی، اضطراب و سوء مصرف مواد پس از ۱۲ ماه اشاره کرد. "سیمون" نیز در مطالعه خود تاکید کرد که ازدواج برای زنان و مردان منافع روانی بسیاری دارد (دانش، ۱۳۸۹). کسی که ازدواج می‌کند انتظار دارد زندگی او با خوشبختی و رضایت همراه باشد و از هر لحظه زندگی خود لذت ببرد. بنابراین، موفقیت در ازدواج، از اهمیت فوق العاده‌ای برخوردار است. با آنکه تمامی جوامع، ازدواج را یکی از عوامل بهداشت روانی جامعه می‌دانند، چنانچه زندگی زناشویی شرایطی نامساعد را برای ارضای نیازهای روانی همسران ایجاد کند، نه تنها بهداشت روانی تحقق نمی‌یابد، بلکه اثری منفی و گاه جبران‌ناپذیر را به جا خواهد گذاشت. بر این اساس بهداشت روانی جامعه و سلامت فیزیکی و عاطفی، در گرو سلامت روابط زناشویی و تداوم و بقای ازدواج است (درویزه و کهکی، ۱۳۸۷). اما متأسفانه شواهد فراوانی گویای آن هستند که زوجها در جامعه امروزی برای برقراری و حفظ رابطه صمیمی و دوستانه، به مشکلات شدید و فراگیری دچارند. در حقیقت معضل پریشانی زناشویی، بیش از هر طبقه تشخیصی روانپزشکی دیگر، دلیل مراجعه افراد به مراکز بهداشت روانی است (برنشتاین به نقل از خسروی، ۱۳۹۰). همچنین در کشور ما، آمارها بیان‌کننده آن است که میزان طلاق افزایش یافته است (سودانی و همکاران، ۱۳۹۱). ساتیر می‌گوید: خانواده‌های دارای مشکل، افراد دارای مشکل می‌سازند. بنابراین با بی‌ارزش دانستن خود با جرم، بیماری ذهنی، الکلیسم، اعتیاد، فقر، جوانان فرار، تروریسم و بسیاری از مشکلات اجتماعی نسبت دارد (کالیل، ترجمه صالحی و همکاران، ۱۳۹۲). به هر حال ناسازگاری و اختلاف زن و شوهرها با یکدیگر چه به طلاق بیانجامد و چه به صورت فرسایشی کشمکشهای طاقت فرسایی را به بار آورد، آثار روانی- اجتماعی آن هم برای زن و شوهر و هم برای فرزندان آنها به صورت افسردگی، احساس پوچی، ناامیدی و از خود بیگانگی تجربه می‌شود و ضربات مهلکی بر پیکر جامعه وارد می‌آورد (دانش، ۱۳۸۳). به همین جهت است که شناخت و درمان اختلاف‌های زناشویی برای هر جامعه‌ای با هر ایدئولوژی و مکتبی در درجه اول اهمیت قرار دارد. در میهن اسلامی ما نیز، به رغم تمام مزایایی که ازدواج و تشکیل خانواده بر زندگی فرد و جامعه دارد، بر اساس داده‌های موجود، نرخ کلی ازدواج افراد کاهش یافته است. اکنون نسبت به ده سال قبل افراد کمتری به ازدواج مایل هستند. از سوی دیگر آمارها بیان‌کننده آن است که نه تنها میانگین سن ازدواج، بلکه میزان طلاق نیز در کشور ما در حال افزایش است. بنابراین با وجود خوشایند بودن پیوند ازدواج پژوهش‌ها حکایت از آن دارد که رضایت زوجها به آسانی به دست نمی‌آید. در نتیجه قوی‌ترین پیوند انسانی یعنی ازدواج در مستحکم‌ترین قرارگاه آن یعنی سامانه خانواده در معرض خطر جدی قرار دارد (دانش، ۱۳۸۹). سوال اساسی این است که افزایش میزان طلاق و از هم گسیختگی خانواده‌ها و تاثیرات سوء این جدایی‌ها بر افراد و جامعه را، به چه مسائلی می‌توان نسبت داد؟ با این امید که بتوان با کشف عوامل تاثیرگذار در مسائل خانواده و زوجین، در مسیر بهبود این وضعیت گامی برداشت. انسان همواره در جست و جوی معنایی برای زندگی خود است. یکی از معانی که انسان‌ها همواره در پی آن بوده‌اند و برای دستیابی به آن تلاش می‌کنند، معنویت است (آقا محمدیان و



همکاران، ۱۳۹۱) اهمیت معنویت و رشد معنوی در انسان در چند دهه گذشته، به صورتی روز افزون توجه روانشناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است. پیشرفت علم روانشناسی از یک سو و ماهیت پویا و پیچیده جوامع نوین از سوی دیگر موجب شده است که نیازهای معنوی بشر در برابر نیازها و خواسته‌های مادی اهمیت بیشتری بیابند. یکی از ضرورتها در عرصه انسان شناسی، توجه به بعد معنوی انسان از دیدگاه دانشمندان، به ویژه کارشناسان سازمان بهداشت جهانی است که اخیرا انسان را موجودی زیستی، روانی، اجتماعی و معنوی تعریف می‌کند. ضرورت دیگر این موضوع، ظهور دوباره کشش معنوی و نیز جست و جوی درک روشنتر از ایمان و کاربرد آن در زندگی روزمره می باشد. امروزه مردم جهان بیش از پیش به معنویت و مسائل معنوی گرایش دارند. به همین دلیل بررسی علمی معنویت، یکی از مباحث مهم و رایج در بهداشت جسمی و روانی شده است. البته باید به این نکته توجه کرد، که موضع‌گیری‌ها در زمینه تاثیر مذهب در بهتر زندگی کردن، متفاوت است. برخی اعمال دینی را نا بهنجار دانسته‌اند و از آن تحت عنوان نوروهای وسواسی نام برده‌اند (فروید و ایس، به نقل از آقامحمدیان شعر باف و همکاران، ۱۳۹۱) اما برخی دیگر، دین را موجب بهبود سلامت روان و نقش آن را غیر قابل انکار دانسته‌اند (آرکیلو و همکاران به نقل از آقامحمدیان شعر باف و همکاران، ۱۳۹۱) پژوهش‌ها حاکی از آن است که معنویت رابطه مثبت با سلامت جسمانی و روانی دارد (حسن دخت و همکاران، ۱۳۹۲). جذابیت ارتباط بین معنویت و سلامت روانی در بسیاری از مسیرها کشف شده است. محققان در طیف وسیعی از رشته‌ها از جمله روانشناسی، روانپزشکی، الهیات، پرستاری و علم پیری شناسی در حال بررسی ارتباط بین عناصر مختلف این دو حوزه زندگی بشر هستند. کاربران خدمات و بازماندگان و نیز افراد در جوامع مذهبی مختلف با شواهد و شناسایی راه‌هایی که معنویت می‌تواند به سلامت روان و تندرستی، بیماری‌های روانی و بهبود آن کمک کند، هم صدا می‌شوند. "سونیتون" استدلال می‌کند که «معنویت یک تجربه درونی و فرا انسانی است که به وسیله تجارب فردی و جامعه‌ای که اشخاص در آن عمر خود را سپری می‌کنند، شکل و جهت داده می‌شود. به عبارت دیگر علائم باطنی، گروهی، اجتماعی و متعالی از معنویت وجود دارد (کرنه، ۲۰۰۶). رابطه بین دو نهاد مذهب و خانواده مثبت است. چون هر دو به ارزش‌های مشابهی تاکید می‌کنند. بنابراین مذهب می‌تواند روابط زناشویی را تقویت کند و استحکام بخشد. نگرش مذهبی می‌تواند در ارتباط زناشویی موثر باشد. زیرا مذهب شامل رهنمودهایی برای زندگی و ارائه دهنده سامانه باورها و ارزشهاست که این ویژگی‌ها می‌توانند زندگی زناشویی را تحت تاثیر قرار دهند. این که افراد ازدواج را به عنوان مسولیتی برای تمام عمر، مهرورزی به یکدیگر، فراهم آوردن اسباب آرامش همدیگر، وفاداری و تعهد به همسر، را چگونه برمبنای مذهب تفسیر می‌کنند، تاثیر پذیری روابط زناشویی از مذهب را نشان می‌دهد. " سولیوان (۲۰۰۴)، رتینگال و سورتیوجن (۲۰۰۶) " نشان دادند افرادی که در سطح بالاتری از مذهبی بودن قرار دارند نسبت به افراد دارای سطح مذهبی پایین‌تر، ثبات زناشویی بیشتری دارند و از ازدواج خود راضی‌ترند. چندین مطالعه نشان دادند که مورد توجه قرار دادن باورهای مذهبی در طی درمان می‌تواند در بهبود روابط زن و شوهر ناسازگار مفید باشد. بدین صورت که هرگاه تعارض خانوادگی بر سر موضوعی خاص شکل می‌گیرد، مذهب می‌تواند از طریق مفاهیم معنوی و ارزشهای مذهبی مشترک، اختلاف نظر بین زوج‌ها را تعدیل کند. به این دلیل درمانگران می‌توانند به نقش باورهای مذهبی و بعد متعالی رابطه زناشویی طی فرایند حل اختلاف زناشویی توجه کنند (دانش، ۱۳۸۴) ممکن است خانواده‌های معنوی گوناگون، از درمان " تجسم خدا به عنوان عضوی از سیستم خانواده" بهره‌مند گردند و ممکن است از نقش‌گذاری روانی استفاده شود تا تأثیر قابل مشاهده شدن خداوند در سیستم خانواده ایجاد شود (ولد و اریکسن، ۲۰۰۶) بنابر مطالب و نتایج تحقیقات فوق می‌توان گفت: در واقع یکی از عرصه‌هایی که مذهب و معنویت از طریق آن در زندگی زناشویی و سازگاری زوجین اعمال نفوذ و تاثیر می‌کند، سبک زندگی می‌باشد. مفهوم "سبک زندگی" ابتدا توسط آدلر و پیروانش مطرح شد. آدلر بر خلاف بسیاری از روانشناسان، علاوه بر نگاه توصیفی، نگاهی ارزشی و تجویزی هم به روانشناسی داشت (کج باف و همکاران، ۱۳۹۰). به عقیده " آدلر " «همه اشخاص علایمی از عناصر فرهنگی موروث را دارند که مشخصه زیستی- ذاتی هستند از اینکه این افراد چطور با جهان ارتباط برقرار می‌کند. این سبک ارتباطی که اشخاص با



محیط خودشان دارند، رابطه آنها را با خودشان، دیگران و جهان توضیح می‌دهد و این چهارچوب سبک زندگی فردی را می‌سازد « (سزر، یوسل ایسگر، رگیپ ازپلات، ۲۰۱۲) فرهنگ لغت انگلیسی آکسفورد سبک زندگی را به عنوان طریقه‌ای که یک نفر زندگی می‌کند، تعریف می‌کند. "ویل" تعریف جامع از سبک زندگی را به صورت «الگوی مشخص - از- ویژگی رفتار شخصی و اجتماعی یک فرد یا گروه» توسعه داد. "شیاو تاکیس" سبک زندگی را به صورت «الگوهای جمعی از شیوه زندگی که به وسیله دامنه‌ای از ویژگی‌های ممتاز منسوب به نگرش‌ها، فعالیتها، اعتقادات، رسوم، ارزشها یا شیوه‌های هدایت میان فردی قابل تشخیص می‌شود» تعریف می‌کند. تعریف مذکور به نظر می‌رسد که حداقل به ۴ مساله اشاره دارد. اولاً سبک زندگی می‌تواند به وسیله مرزهای روانشناختی، اجتماعی، فرهنگی و جسمانی تعریف می‌شود. ثانیاً سبک زندگی همچنین به وسیله ارتباطش با مکان، پدیده یا مساله مشخص قابل توصیف است. سوماً در مطالعات بسیاری سبک زندگی اغلب با رجحان و یا انتخاب مرتبط می‌شود. چهارماً سبک زندگی همچنین اتحاد افراد یا گروه‌ها را می‌رساند. این دیدگاه عمدتاً به وسیله "کلاپام" حمایت (تقویت/تایید) می‌شود. تعریف مذکور همچنین اشاره می‌کند که سبک زندگی یک مفهوم پیچیده و عظیم است. این بازبینی، در تلخیص این تعاریف، کشف کرد که سبک زندگی در کل، حداقل به ۲ موضوع مرتبط می‌شود: در یکی از مطالعات نشان داده شد، سبک زندگی با انتخاب و ترجیح همزمان با گرایش‌های رفتاری ساخته شده است (مگات عبدالله، سانی احمد و انور محمود، ۲۰۰۹) افراد علاوه بر سبک زندگی فردی، نوعی سبک زندگی مشترک در زندگی زناشویی نیز دارند که می‌تواند در جهت اهداف مشترک یا اهداف خودخواهانه قرار گیرد. از سوی دیگر مفهوم سبک زندگی، مفهومی تولید پذیر و باز تولید پذیر است و این انعطاف بالا نکته بسیار کلیدی در کارآمدی بسیار دانش سبک زندگی است. از این رو اگر بتوان اولاً اجزا و ارکان اصلی این مفهوم را شناسایی نمود و ثانیاً شاخصه‌های کنترل و هدایت تولید و بازتولید آن را شناخت، یک دانش بسیار مهم در مدیریت اجتماعی ساخته شده است که بدیل بسیاری از ابزارهای تحول اجتماعی سنتی خواهد شد. به این موضوع مهم، نرم بودن فرایند تولید این دانش را بیافزایید. یعنی سبک زندگی، یک ابزار نرم و فرهنگی برای مدیریت اجتماعی محسوب می‌شود و در صورتی که دانش آن به درستی تدوین گردد بسیاری از ابزارهای "سخت" مدیریت اجتماعی دیگر لازم نخواهد بود و حتی جای بسیاری از منازعات سخت در تاریخ را پر خواهد کرد (مهدی زاده، ۱۳۹۰) حال جا دارد تا به چند شاخصه‌ی مهم که امروزه در مطالعات سبک زندگی مورد توجه قرار می‌گیرند اشاره گردد. شاخصه‌های علمی در مطالعات سبک زندگی را می‌توان به دو دسته تقسیم کرد: اول، شاخصه‌هایی که بیشتر در مباحث نظری مفید هستند و دوم، شاخصه‌هایی که کارآمدی و اثر بخشی عینی دارند و می‌توانند به عنوان شاخصه‌های عینی قلمداد شوند. با مطالعه‌ی آنچه امروزه در دانش سبک زندگی که خواستگاه غربی دارد به دست می‌آید، به نظر می‌آید که اصلی‌ترین شاخصه‌ها همین چهار شاخصه باشند و شاخصه‌ی کمی و ملموس آن نیز همان الگوی مصرف باشد. اما سوال این است که آیا جوامعی که زیست متفاوتی از غرب دارند نیز می‌توانند تنها به همین الگو تکیه کنند؟ جامعه‌ای که بیش از ماده به ماوراء ماده و عالم غیب تکیه کرده است، آیا نباید شاخصه‌های ملموسی برای این سطح از سبک زندگی خود شناسایی کند؟ اصولاً سبک زندگی در جامعه‌ای که در آن ایمان به غیب به وضوح نمایان است، به وسیله چه شاخصه‌هایی مطالعه پذیر و پس از آن مدیریت پذیر می‌شود؟ آیا در این جامعه نیز شاخصه‌های عینی، الگوی مصرف و الگوی تفریح را برآیند عینی همان شاخصه‌های نظری‌تر می‌دانیم؟ آیا واقعا این شاخصه‌ها کفایت میکنند؟ آیا نباید چیزی بر آن‌ها افزود؟ یا نباید این نظام شاخصه‌ها را دستخوش تحول قرار داد؟ اساساً هویت ما چیست و سبک زندگی بیرون آمده از دل آن‌ها کدام است؟ این‌ها سوالاتی است که باید برای آن‌ها پاسخ مناسب پیدا کرد (مهدی زاده، ۱۳۹۰). سبک زندگی، با رویکرد اسلامی، مبتنی بر معنا و فلسفه زندگی اسلامی است نه معنا و فلسفه زندگی مادی و سکولار. با توجه به تفاوت فلسفه و معنای زندگی در رویکرد مادی و اسلامی، مفاهیمی همچون حیات طیبه، سنت انسانی، سبک زندگی،

¹ - Sezer, Yucel Isgor, Ragip, & Ozpolat



الگوی پیشرفت، باید با در نظر گرفتن فلسفه و معنای زندگی در اسلام معنا شود (خطیبی و ساجدی، ۱۳۹۲). سبک زندگی از دهه ۱۹۹۰ مورد اقبال و توجه بیشتری قرار گرفت و آثار و مقالات مختلفی با رویکردهای متمایز در این زمینه به رشته تحریر در آمده است. برخی آثار قلمی فارسی نیز در این زمینه منتشر شده است. از آن جمله می‌توان به کتاب «دین و سبک زندگی» نوشته محمد سعید مهدوی کنی اشاره کرد که به تاثیر دین در سبک زندگی پرداخته و معتقد است دین در شکل دهی به تمایلات و ترجیحات مورد توجه قرار می‌گیرد. رویکرد این اثر بر محور انسان شناسی - جامعه شناسی استوار است (فیضی، ۱۳۹۲). همچنین سبک زندگی موضوعی است که مقام معظم رهبری در سال ۱۳۹۲ مطرح فرمود و توجه همگان را به سبک و شیوه زندگی رایج و میزان انطباق آن با معارف دینی جلب کرد. ایشان در این زمینه بیان می‌کنند که :

« از نظر معنویت - که هدف انسان، رستگاری و فلاح و نجات است - باید به سبک زندگی اهمیت دهیم؛ اگر به معنویت و رستگاری معنوی هم اعتقاد نداشته باشیم، برای زندگی راحت و زندگی برخوردار از امنیت روانی و اخلاقی، پرداختن به سبک زندگی مهم است. بنابراین مسئله، مسئله اساسی و مهمی است. بحث کنیم درباره‌ی اینکه در زمینه‌ی سبک زندگی چه باید گفت؟ چه می‌توان گفت؟ این سرآغاز و سرفصل یک بحث است» (آزادی، ۱۳۹۲).

هر اصطلاح علوم اجتماعی، مانند سایر علوم در فضای مفهومی آن قابل درک است. اصطلاح سبک زندگی نیز به عنوان یکی از اصطلاحات علوم اجتماعی، پیوند مستقیم و وثیقی با مجموعه‌ای از مفاهیم آن دارد. مفاهیمی مانند عینیت و ذهنیت، فرهنگ و جامعه، فرهنگ عینی و ذهنی، شکل و محتوا، رفتار و معنا، اخلاق و ایدئولوژی و... سبک زندگی اموری را شامل می‌شود که به زندگی انسان، اعم از بعد فردی، اجتماعی، مادی و معنوی او مربوط می‌شود. اموری نظیر بینش‌ها (ادراک‌ها و معتقدات) و گرایش‌ها (ارزش‌ها، تمایلات و ترجیح‌ها) که اموری ذهنی یا رفتار درونی هستند و رفتارهای بیرونی (اعم از اعمال هوشیارانه و غیر هوشیارانه، حالات و وضعیت جسمی) و وضع‌های اجتماعی و دارایی‌هایی که امور عینی هستند. سبک زندگی به عنوان تجلی عینی اندیشه‌ها و عقاید، تاثیر فراوانی نیز بر عقاید و اندیشه‌ها و به خصوص صفات انسانی دارد و از این رو شکل‌گیری خلق و خو و نگرش‌ها عموماً بسیار متأثر از سبک زندگی است (سعدآبادی، ۱۳۸۹). اهمیت مفهوم سبک زندگی در این است که سطحی‌ترین لایه‌های زندگی (از آرایش مو و لباس گرفته تا حالات بیانی و ژست صورت و بدن) را به عمیق‌ترین لایه‌های آن پیوند می‌زند (مهدوی کنی، به نقل از فیضی، ۱۳۹۲). این مقوله با ورود به حوزه‌ها و علوم مختلف از موقعیت ممتازی برخوردار گردیده و تمامی نگاه‌ها را در همه سطوح به خویش معطوف کرده است.

رویکرد آدلر به روانشناسی با آنچه ما آن را "رویکرد اسلامی" می‌نامیم، چند مشابهت دارد. بعضی از مشابهت‌ها عبارتند از: ۱. توجه به ارزش‌ها / ۲. کل نگر / ۳. غایت گرایی / ۴. جهت یابی فردی / ۵. خود خلاق / ۶. جبر گرایی ملایم / ۷. نظریه میدان اجتماعی / ۸. تلاش برای برتری / ۹. اولویت دادن به هشیاری / ۱۰. معیارهای آسیب‌شناسی و درمان / ۱۱. تاکید بر پیش‌گیری / ۱۲. کارکردهای سبک زندگی (کجباغ و همکاران، ۱۳۹۰). اما در اسلام و سبک زندگی آن، تفاوت‌ها و برتری‌هایی نیز وجود دارد. مثل: ۱. توجه و عدم توجه به دوره جنینی؛ ۲. تعریف کهنتری و مهتری واقعی؛ ۳. معیارهای احساس کهنتری و مهتری؛ ۴. تعداد و جایگاه نگرش‌های کلی حاکم بر زندگی؛ ۵. مبتنی بودن نبودن بر دین؛ ۶. جایگاه اراده در شکل‌گیری سبک زندگی؛ ۷. عدم توجه کافی و صحیح به نگرش معنویت؛ ۸. کیفیت عمل کردن به سبک زندگی و... (کجباغ و همکاران، ۱۳۹۰). به تعبیر مقام معظم رهبری :

« سبک زندگی تابع تعریف ما از زندگی است... هر هدفی که ما برای خودمان ترسیم کنیم، برای زندگی معین کنیم، به طور طبیعی متناسب با خود یک سبک زندگی به ما پیشنهاد می‌شود »

با توجه به تعاریفی که بیان شد شیوه زندگی یا سبک زیستن، منعکس کننده گرایش‌ها، تمایلات، رفتارها، عقاید و ارزش‌های یک فرد یا جامعه است و مجموعه‌ای از طرز تلقی‌ها، عادات، نگرش‌ها، سلیقه‌ها، معیارهای اخلاقی و سطح اقتصادی، در کنار یکدیگر سبک زندگی فرد یا گروهی را می‌سازند. بر این اساس سبک زندگی دینی عبارت است از: زیست فردی و یا اجتماعی انسان‌ها بر



مبنای باورهای دینی (اصغری، ۱۳۹۲). بنابر اعتقاد ما، اسلام سبک خاصی از زندگی را ارائه کرده و مدعی تامین سعادت و کمال انسان در دنیا و آخرت است (فولادی، ۱۳۹۲). از طرفی دیگر، در پژوهش‌های بسیاری معلوم شده است که اعتقادات و تقیدات مذهبی می‌تواند در ارتباط زناشویی موثر باشد. زیرا مذهب شامل رهنمودهایی برای زندگی و ارائه دهنده سامانه باورها و ارزشهاست که این ویژگی‌ها می‌توانند زندگی زناشویی را متاثر کنند (حسین دخت و همکاران، ۱۳۹۲). در این پژوهش تلاش شده است تا با توجه به تاثیرگذار بودن سبک زندگی و مذهب بر چگونگی زندگی افراد، به بررسی سبک زندگی اسلامی افراد پرداخته شود.

روش پژوهش و نتایج آماری

پژوهش حاضر به منظور بررسی سبک زندگی زناشویی اسلامی زوجین شهر شهرکرد انجام شد. اعضای نمونه این پژوهش که جمعا ۱۶۲ نفر می‌باشند، که به صورت تصادفی در دسترس انتخاب شدند و به پرسش‌نامه محقق ساخته پژوهش که دارای ۵۷ سوال در زمینه سبک زندگی زناشویی اسلامی است، پاسخ دادند. برای ساخت پرسشنامه ابتدا آیات قرآنی مربوط به روابط زن و شوهر و همچنین روایات معتبر مربوط به زناشویی استخراج شده و بر اساس آن‌ها، سوالات اولیه پرسشنامه طرح شد و به این شکل روایی محتوایی پرسشنامه لحاظ گردید. سپس پرسشنامه به تایید متخصصان رسید. جهت پایایی پرسش نامه از آلفای کربنباخ استفاده شد که پایایی ۰/۸۸ محاسبه شد که قابل قبول می‌باشد. اعضای نمونه از دو گروه زن و مرد تشکیل شده اند که ۵۱/۹ درصد (۸۴ نفر) این نمونه خانم‌ها و ۴۸/۱ (۷۸ نفر) آقایان هستند.

یافته‌های پژوهش

چند درصد پاسخگویان، سبک زندگی زناشویی اسلامی را رعایت می‌کنند؟

میزان رعایت سبک زندگی اسلامی	فراوانی	درصد
اصلا رعایت نمی‌کنند	5	3/6
خیلی کم رعایت می‌کنند	17	10/3
کم رعایت می‌کنند	27	16/4
تا حدودی رعایت می‌کنند	93	56/4
زیاد رعایت می‌کنند	16	9/7
خیلی زیاد رعایت می‌کنند	6	3/6

نتایج جدول نشان می‌دهد که بیشتر پاسخگویان (که حدود ۵۶/۴ درصد می‌باشند) تا حدودی سبک زندگی زناشویی اسلامی را رعایت می‌کنند. ۳/۶ درصد از اعضای نمونه، اصلا سبک زندگی زناشویی اسلامی را رعایت نمی‌کنند و ۳/۶ درصد نیز، سبک زندگی اسلامی را خیلی زیاد رعایت می‌کنند.

۱- میزان رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی در بین زنان و مردان متفاوت است

جنسیت	میانگین	t	درجه آزادی	سطح معنی داری
زن	165	2/03	162	0/04
مرد	160			



نتایج جدول نشان می دهد که زنان به شکل معنی داری سبک زندگی زناشویی اسلامی را بیشتر رعایت می نمایند.
۲. میزان رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی با توجه به وضعیت اقتصادی متفاوت است.

شاخص آماری	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
بین گروهی	150/42	3	50/14	176	0/912
درون گروهی	44062	155	284/2	-	-
کل	44	158	-	-	-

نتایج تحلیل واریانس نشان می دهد که وضعیت اقتصادی تاثیری بر رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی ندارد و فرضیه پژوهش رد می گردد.

سایر یافته های پژوهش نشان دادند که :

۱. بین میزان تحصیلات و رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی رابطه معنی داری وجود ندارد.
۲. بین تعداد فرزندان و رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی رابطه معناداری وجود داشته و خانواده هایی که دارای ۴ فرزند بوده اند، کمتر سبک زندگی زناشویی اسلامی را رعایت می نمایند.
۳. بین اشتغال و بیکاری و رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی رابطه معنادار وجود دارد و افراد بیکار کمترین میزان رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی را داشتند.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر به منظور بررسی "سبک زندگی زناشویی اسلامی" در شهرکرد انجام شد. تحقیقات متعدد نشان دادند که زنان و مردان دارای جهت گیری ارزشی نسبتاً متفاوتی هستند (صیادی و همکاران، ۱۳۹۱) نتایج این پژوهش نیز نشانگر این بود که زنان به شکل معنی داری سبک زندگی زناشویی اسلامی را بیشتر رعایت می کنند. در تحقیق شرفخانی (۱۳۸۱) نیز مشخص شد که دختران در مقایسه با پسران اهمیت بیشتری به عوامل مذهبی در انتخاب همسر می دهند (آرمین و همکاران، ۱۳۹۱). براساس یافته های این پژوهش، بین میزان تحصیلات و وضعیت اقتصادی افراد با رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی، ارتباط معنادار وجود ندارد. اما تعداد فرزندان و وضعیت اشتغال افراد، از عوامل موثر بر رعایت اصول سبک زندگی زناشویی اسلامی می باشند. بین اشتغال و بیکاری و رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی رابطه معنادار وجود دارد و افراد بیکار کمترین میزان رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی را داشتند. کار و تلاش در نگرش دینی برای تامین نیازهای فردی و اجتماعی ضرورتی اجتناب ناپذیر است که تمامی لحظات زندگی را در برمی گیرد. از این رو در آموزه های دینی از آن در راستای تامین معاش از راه حلال به عنوان وظیفه و تکلیف یاد شده است. پیامبر عظیم الشان اسلام (ص) در این باره می فرماید: «طلب کردن روزی حلال بر هر مرد و زن مسلمان واجب است». همچنین امام باقر (ع) در کلامی این گونه نقل می کند که موسی بن عمران از خداون سبحان کرد: پروردگارا از کدام یک از بندگانت بیشتر نفرت داری؟ خداوند فرمود: آن کس که شب هنگام همچون مردار است و روز بی کار به تعبیر امام باقر (ع)، کاهلی و تنبلی به دین و دنیای انسان آسیب می رساند (اصغری، ۱۳۹۲). اهمیتی که دین به کسب درآمد حلال می دهد و برای آن نقش اساسی و بنیادی در سبک زندگی دینی قائل است، راه را بر هرگونه اهمال کاری، کم کاری و سهل انگاری می بندد. احادیث و مسائل مذکور و همچنین نتیجه این پژوهش که نشان داد بی کاری با کاهش میزان رعایت سبک زندگی زناشویی اسلامی ارتباط دارد، اهمیت مسئله اشتغال را می رساند.

از محدودیت های این پژوهش می توان به فقدان پژوهش پیرامون سبک زندگی اسلامی اشاره کرد. پیشنهاد می گردد که پژوهش هایی پیرامون سبک زندگی اسلامی در گروه های مختلف اجرا گردد.



تدوین سبک زندگی اسلامی را می‌توان گامی اساسی در اسلامی‌سازی علوم انسانی ارزیابی کرد. باید با مراجعه به قرآن، احادیث موجود و آموزه‌های اسلامی، سبک زندگی را استخراج و تدوین نمود و پس از پیرایش آن از تعارض‌ها و تزاخم‌ها تلاش کرد تا به علوم انسانی مبتنی بر اقتضات این سبک زندگی دست یافت. هدف نهایی از اسلامی‌سازی علوم انسانی، دست‌یابی به سبک زندگی اسلامی، به ویژه و با ایجاد این امر خطیر و ایجاد شادمانی این امر در قالب فرهنگی به معنای واقعی تحقق پذیر است.

منابع

- آزادی، پرویز (۱۳۹۲). «سبک زندگی در کلام مقام معظم رهبری»، آموزش معارف اسلامی، شماره ۹۰، صص. ۲۰ تا ۲۰.
- خسروی، زهرا (۱۳۹۰). «بررسی تاثیر آموزش مولفه های عشق/استرنبرگ بر میزان صمیمیت زوجین فرهنگی زرقان»، پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه الزهرا
- دانش، عصمت (۱۳۸۴). «تاثیر همانندی/تضاد در ویژگی های شخصیتی درونگرایی/برونگرایی بر رضایت زناشویی»، دو ماهنامه علمی پژوهشی دانشور رفتار، سال دوازدهم دوره جدید، شماره ۱۰
- دانش، عصمت (۱۳۸۹). «افزایش سازگاری زناشویی زوج های ناسازگار با مشاوره از چشم انداز اسلامی»، مطالعات روانشناختی دانشگاه الزهرا، دوره ۶، شماره ۲
- دانش، عصمت (۱۳۸۳). «تاثیر خودشناسی اسلامی در افزایش سازگاری زناشویی»، پژوهش های مشاوره، شماره ۱۱ صص. ۸ تا ۳۰
- درویزه، کهکی؛ زهرا، فاطمه (۱۳۸۷) «بررسی رابطه سازگاری زناشویی و به زیستی روانی»، مطالعات زنان، سال ۶، شماره ۱
- سعد آبادی، حسن (۱۳۸۹). «زندگی به سبک آسمان، سبک زندگی در دفاع مقدس»، سوره اندیشه، شماره ۴۶، صص. ۷۶ تا ۷۷
- سودانی، منصور (۱۳۹۱). «تاثیر آموزش های اسلامی خانواده بر افزایش رضایت زناشویی»، اندیشه های نوین تربیتی، شماره ۳۱، صص. ۹ تا ۳۰
- سیف، سوسن؛ اسلامی، معصومه (۱۳۸۷) «نقش باورهای ارتباطی در کارکرد خانواده و سازگاری زناشویی»، اندیشه های نوین تربیتی دانشگاه الزهرا، دوره ۴، شماره ۱ و ۲
- فیضی، مجتبی (۱۳۹۲). «درآمدی بر سبک زندگی اسلامی»، معرفت، شماره ۱۸۵، صص ۲۷ تا ۴۲
- کالیل، کارولین (۱۳۹۲). «برای یافتن کاری که دوست دارید رنگ های واقعی تان را دنبال کنید، ترجمه صالحی، رضوان و همکاران، تبریز، انتشارات دریای سخن
- مهدی زاده، حسین (۱۳۹۰). «سبک زندگی، قسمت اول: پیشینه دانش سبک زندگی»، سوره اندیشه، شماره ۵۰، صص. ۵۷ تا ۵۹.