

فصلنامه جامعه‌شناسی سبک زندگی، سال دوم، شماره هفتم، پاییز ۹۵، صفحات ۱۲۷-۸۷

تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۰۹/۰۶ تاریخ پذیرش نهایی: ۱۳۹۵/۰۹/۱۴

تأثیر آموزش مبتنی بر تربیت اسلامی بر سبک زندگی اسلامی و جهت‌گیری مذهبی نوجوانان

ستاره موسوی^۱

چکیده

هدف این پژوهش بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر تربیت اسلامی بر سبک زندگی اسلامی و جهت‌گیری مذهبی نوجوانان دختر شهرضا بود. جامعه آماری این پژوهش شامل نوجوانان دختر ۱۸-۱۴ سال شهرضا اصفهان در سال ۱۳۹۲ بود. روش پژوهش آزمایشی از نوع نیمه تجربی با استفاده از پیش‌آزمون- پس‌آزمون- پیگیری بود. ۳۰ نوجوان دختر از دانش‌آموزان مقطع دبیرستان شهر شهرضا به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ زوج) و گروه گواه (۱۵ زوج) جایگزین شدند. متغیر وابسته در این پژوهش سبک زندگی اسلامی بود که توسط پرسشنامه محقق ساخته سبک زندگی اسلامی ارزیابی شدند. نتایج نشان داد که تأثیر آموزش مبتنی بر تربیت اسلامی بر بهبود ابعاد سبک زندگی اسلامی (آرامش و معناداری زندگی، روابط بین فردی و ویژگیهای رفتاری) در هر دو مرحله پس‌آزمون و پیگیری تأیید شد. همچنین تأثیر آموزش مبتنی بر تربیت اسلامی بر بهبود سطوح جهت‌گیری مذهبی (عقاید مناسب و اخلاق) در هر دو مرحله پس‌آزمون و پیگیری تأیید شد.

کلیدواژه‌ها: تربیت اسلامی، جهت‌گیری مذهبی، سبک زندگی اسلامی.

۱- دکتری برنامه‌ریزی درسی دانشگاه اصفهان، آموزشگار ابتدایی (نویسنده مسئول) setarehmousavi@gmail.com

مقدمه

دین از عوامل مهم و تأثیرگذار در سلامت روان است. دین چهره جهان را در نظر فرد دیندار دگرگون می‌سازد و طرز تلقی او را از خود، خلقت و رویدادهای پیرامون تغییر می‌دهد. فرد دیندار خود را تحت حمایت و لطف همه جانبه خداوند، بزرگترین نیروی موجود می‌بیند و بدین ترتیب احساس اطمینان و آرامش و لذت معنوی عمیقی به وی دست می‌دهد. چنین فردی به واسطه ناملایمات و ناکامی‌های زندگی دچار ناامیدی و اضطراب نمی‌گردد، زیرا خداوند را حامی خویش می‌داند (کروزه، ۲۰۰۳: ۱۶۱). یکی از مهم‌ترین دوره‌هایی که فرد با بحران‌ها و چالش‌هایی روبه رو می‌شود، دوره نوجوانی است.

در گذر از این دوران زیربنای نگرشی و رفتاری زندگی بزرگسالی فرد پی‌ریزی شده و در صورت عدم توجه لازم ممکن است بسیاری از مشکلات روانی، نگرشهای غلط و رفتارهای نادرست، بیماری‌های عفونی، ازدواج‌های ناموفق و بارداری‌های زودرس و مخاطره‌آمیز اتفاق بیفتد. در این راستا، روانشناسی بهداشت در سال‌های اخیر اهمیت زیادی برای نقش سبک زندگی به خصوص در دوران نوجوانی و جوانی در چگونگی نگرش و توانمندی‌های شناختی- روانی آن قائل شده است. سبک‌های زندگی می‌توانند حوزه‌های مختلفی از قبیل طرز تلقی‌ها، ارزش‌ها، شیوه‌های رفتار، حالت‌ها و سلیقه‌ها را در هر چیزی دربرگیرند. در بیشتر مواقع، مجموعه عناصر سبک زندگی در یک جا جمع می‌شوند و افراد را در یک سبک زندگی مشترک می‌کنند. گروه‌های اجتماعی اغلب با انتخاب یک نوع سبک زندگی، سبکی خاص

را تشکیل می‌دهند. سبک زندگی، شیوه و روش زندگی فرد در حوزه‌های مختلف زندگی اعم از فردی و اجتماعی است (فاضلی، ۱۳۸۲: ۲۴-۱۶). به عبارت دیگر، سبک زندگی سالم عبارت است از ارائه راه‌هایی که از طریق آن افراد می‌توانند زندگی‌شان را سالم‌تر و بهتر نمایند. برخی از این رفتارها و الگوها عبارتند از تغذیه مناسب و متعادل، فعالیت‌های جسمانی از قبیل ورزش منظم، استراحت و خواب کافی، داشتن روابط اجتماعی مناسب و استفاده از مهارت‌های مناسب جهت مقابله با استرس و مشکلات زندگی دین مبین اسلام از قبل از تشکیل نطفه تا آخرین مراحل زندگی، دستورالعمل‌های روشن و قابل اجرا دارد. همچنین با توجه به اینکه جامعه ما جوان است و تهدیدهای فرهنگی داخلی و خارجی که وجود دارد، پرداختن به مسائل و موضوعات اعتقادی مربوط به آنها، اهمیت ویژه‌ای می‌یابد.

کوئینگ^۱ در تبیین نگرش مذهبی شهروندان و مؤلفه‌های اجتماعی بیان می‌دارد: (۱) مذهب سبب نگرش مثبت نسبت به دنیا در فرد می‌شود؛ (۲) مذهب به زندگی فرد معنا و هدف می‌دهد؛ (۳) افراد مذهبی با حوادث تروماتیک^۲ زندگی که قابل پذیرش نیستند، راحت‌تر سازگار می‌شوند؛ (۴) مذهب باعث ایجاد امید در فرد می‌شود؛ (۵) افراد مذهبی احساس آزادی شخصی بیشتری نسبت به دیگران می‌کنند؛ (۶) احساس کنترل در افراد مذهبی به واسطه دعا کردن ایجاد می‌شود؛ (۷) افراد مذهبی از الگوی تصمیم‌گیری‌های مفید و سازنده برای خود و دیگران بهره می‌گیرند و این امر تا حدی از شدت اضطراب‌های زندگی می‌کاهد؛ ۸. مذهب باعث برخورداری فرد از حمایت

۱ Koenig

۲ Traumatic

اجتماعی بیشتر می‌شود (کوئینگ، ۱۹۹۸: ۲۲۰).

مهمترین نوآوری در مفهوم سبک زندگی اسلامی این است که به آموزه‌های اسلامی و کلیت اسلام نگاه شده است. سبک «زندگی اسلامی» عنوانی است شناخته شده در اکثر علوم انسانی در سطح بین‌المللی، بطوری که از زاویه‌های متعدد به آن نگاه می‌شود و مورد مطالعه قرار می‌گیرد. سبک زندگی اسلامی، با تمام زندگی افراد و ابعاد آن مرتبط است. سبک زندگی اسلامی، از جهتی با دیگر سبک‌های زندگی متفاوت است. در جامعه‌شناسی، مدیریت، علوم پزشکی و روان‌شناسی بالینی و... نیز بحث از سبک زندگی مطرح است، اما در این قلمروها فقط به رفتاری خاص می‌پردازند و با شناخت‌ها و عواطف ارتباط مستقیم برقرار نمی‌کنند. اما سبک زندگی اسلامی، از آن جهت که اسلامی است، نمی‌تواند بی‌ارتباط با عواطف و شناخت‌ها باشد. براین اساس، هر رفتاری که بخواهد مبنای اسلامی داشته باشد، باید حداقل‌هایی از شناخت و عواطف اسلامی را پشتوانه خود قرار دهد.

در سبک زندگی از دیدگاه روان‌شناختی، جامعه‌شناختی و علوم پزشکی تنها به رفتار نگریسته می‌شود، اما در هیچیک نیت افراد، شناخت‌ها و عواطف آنان محسوب نمی‌شود. سبک زندگی اسلامی، نمی‌تواند بی‌توجه به نیت‌ها باشد. مانند نماز، که اگر اعتقاد به خداوند و معاد را پشتوانه خود نداشته باشد، رفتار اسلامی محسوب نمی‌شود (کاویانی، ۱۳۸۸: ۲).

برای معرفی سبک زندگی اسلامی، می‌توان به «درخت سبک زندگی» اشاره نمود.

آدلر^۱ و پیروانش سبک زندگی هر فرد را از شکل‌گیری تا پیامدها و آثارش به یک درخت تشبیه کرده‌اند: (کاویانی، ص ۳).

شیوه‌های ترویج سبک زندگی اسلامی آموزه‌های شناختی رفتاری هستند که انسان به منظور کنترل نیازهای رفاهی درونی و بیرونی فشار آور به کار می‌گیرد. یکی از شیوه‌های که اخیراً روند رو به گسترش پیدا کرده است شیوه مقابله تربیت مذهبی و اسلامی است که موجب آرامش و سلامت فرد می‌شود. یافته‌های اخیر نشان داده‌اند از آنجائی که این نوع آموزش‌ها هم منبع حمایت عاطفی و هم وسیله‌ای برای تفسیر مثبت حوادث زندگی هستند می‌توانند مقابله‌های بعدی را تسهیل کنند بنابراین بکارگیری آن برای اکثر افراد سلامت ساز است (آکونر و همکاران^۲، ۲۰۰۳؛ بیرمن^۳، ۲۰۰۶؛ پارلین^۴، ۲۰۰۰؛ به نقل از اسکات و همکاران^۵، ۲۰۰۶: ۲۲۵).

بنابراین، بشر سرگشته قرن بیست و یکم که خود را در مقابل انبوهی از معضلات و مشکلات فراوان می‌بیند بدنبال برنامه‌ای است که وی را به سرمنزل مقصود و آرامش برساند. در این راستا تربیت اسلامی که داعیه کامل‌ترین و جامع‌ترین برنامه سعادت و خوشبختی انسان را دارد می‌بایست ارائه دهنده مباحث نظری و عملی در تربیت، مطابق با نیازهای اساسی و امروزی باشد. با ورود تعلیم و تربیت جدید و ظهور پیش درآمدهای اجتماعی و اقتصادی مقتضی آموزش و پرورش نوین که مشتمل بر نقد و

^۱ Adler

^۲ O'Conner.. Daryle, Cobb. O'Conner.

^۳ Bierman

^۴ Parlioni

^۵ Scott and et all

خرده گیری بر تربیت سنتی و از جمله تربیت اسلامی بود، تربیت اسلامی با چالش‌ها و تکانه‌های اساسی مواجه شد (علم الهدی، ۱۳۹۱) و تردیدهایی در باب ضرورت، امکان و کارآمدی تربیت اسلامی بوجود آمد (باقری، ۱۳۹۰). از این رو می‌توان گفت که دین اسلام دارای سبک زندگی است. سبک زندگی اسلامی بر اساس هدف اهل بیت (ع) باید متناسب با مقتضیات زمان تبیین شود و میزان اثر بخشی آن بر سلامت بررسی شود. بنابراین، بررسی موضوع تأثیر تربیت اسلامی بر سبک زندگی اسلامی موضوع این مقاله می‌باشد.

امروزه جوانان در سطح جهان با تئوری‌های ضد مذهبی رو به رو و شاهد ترویج باروها و ارزش‌ها سست و ناپایدار هستند. نتیجه این برخورد در جهان، باعث نوعی بی‌اعتقادی و پوچ‌گرایی و گرایش به راه‌هایی شده که گاه شخصیت انسانی آنان را مسخ کرده است. اما نقش مذهب در حفظ و بقای نظام اجتماعی و نیز در تقویت هم‌بستگی بین اعضای جامعه سبب توجه جامعه‌شناسان و روان‌شناسان به آن شده است. دین و مذهب در جامعه ایرانی نیز به علت بافت مذهبی‌اش، جایگاه والایی دارد و جزء جدانشدنی زندگی مردم است؛ تا حدی که هر گونه اقدامی که سبب تضعیف مذهب و کاهش دینداری مردم شود، نظام اجتماعی را با اختلال رو به رو خواهد کرد. با توجه به اینکه یکی از ویژگی‌های جمعیت ما، جوان بودن آن است؛ بنابراین، اهمیت مذهب و خطر کاهش دینداری نسل جوان و پیامدهای آن برای نظام اجتماعی، از انگیزه‌های اصلی این تحقیق به شمار می‌رود، چرا که نسل جوان بدون باور دینی و اعتقادات مذهبی به آسانی قابل نفوذ است و زمینه‌های انحراف در او ایجاد می‌شود. بنابراین با توجه به اهمیت سبک زندگی اسلامی و جهت‌گیری مذهبی و نقش حیاتی تعلیم و

تربیتدر این زمینه از یک سو و همچنین فقدان توجه کافی به ارتباط و تأثیر تربیت اسلامی بر سبک زندگی اسلامی و جهت گیری مذهبی (اکثر پژوهش ها تربیت اسلامی را به صورت کیفی مورد بررسی قرار دادند و کمتر پژوهشی به صورت مداخله ای تأثیر تربیت اسلامی را بر مولفه های سبک زندگی و جهت گیری مذهبی سنجیده است) در این راستا پژوهش حاضر به بررسی آموزش مبتنی بر تربیت اسلامی بر سبک زندگی اسلامی و جهت گیری مذهبی پرداخته است، قابل ذکر است علت انتخاب شهر رضا به عنوان جامعه آماری ۱- گرایش فراوان جامعه به مذهب و باورهای مذهبی و ۲- فقر پژوهشی در این زمینه.

پیشینه

نایب پور و موسوی (۱۳۹۵) در مقاله ای بر اساس روش تحقیق توصیفی- کتابخانه ای و بررسی منابع، آموزش به عنوان راهکار پیشنهادی برای پیشگیری از آسیب های فضای سایبری معرفی نمودند. اما برای اینکه آموزش دارای بیشترین اثرگذاری باشد، باید بر اساس اصول و قواعد تعلیم و تربیت ارائه شود. چنین به نظر می رسد به سامان رساندن آموزش با استفاده از اصول اساسی تعلیم و تربیت اسلامی می تواند موجب ورود علاقه مندان به حوزه فناوری بر پایه اندیشه های اسلامی و پیشگیری بهتر از آسیب پذیری شود که بهترین شکل این فرآیند در همکاری بین حوزه علمیه، والدین و رسانه های تبلیغاتی با آموزش و پرورش صورت می گیرد.

سام آرام و همکاران (۱۳۹۲) نشان دادند که مجموع نظرات مربوط به معنویت را می توان در دو رویکرد کلی جمع بندی نمود؛ الف) معنویت به عنوان مفهوم عام معنایابی. ب) معنویت به عنوان به هم پیوستگی با خدا/ الوهیت. پژوهش کیفی با روش

کتابخانه‌ای و تفسیری از قرآن، کتب حدیثی، اخلاقی، و نرم‌افزارهای تخصصی گنجینه روایات نور، جامع تفاسیر نور و کتابخانه اهل بیت و با رویکردی علمی - دینی؛ مولفه‌های توکل و حسن ظن به خدا، ایمان و توجه به رضایت الهی، انگیزه و نیت خالص، شکرگزاری، تواضع و فروتنی، صبر، تقوا، عدالت، نماز، ذکر خدا، توبه، تفکر و تعقل، تفکر، شناخت نفس و اعتقاد درست به زندگی پس از مرگ را به‌عنوان برخی از مولفه‌های سلامت معنوی مبتنی بر آموزه‌های اسلام به دست آورد.

شریفی و لطفی (۱۳۹۲) در صدد بررسی سبک خانوادگی در قرآن و سنت پیشوایان معصوم (ع) در ابعاد تشکیل خانواده و ازدواج، محیط خانواده و اداره آن و همسرپروری می‌باشد. از منظر قرآن کریم و سنت پیشوایان معصوم (ع)، باورها و اعتقادات نقشی اساسی در خانواده دارند و ازدواج را امر مقدسی می‌داند و همگان را به این امر فرا خوانده است و به آن تشویق می‌نمایند و معیارهای تقوا، عقل، اخلاق نیک و همتایی در انتخاب همسر را مورد توجه قرار می‌دهند و مدیریت خانواده را به مرد و لزوم مسئولیت‌پذیری اعضای خانواده نسبت به یکدیگر مخصوصاً مسئولیت تربیت دینی پدر نسبت به فرزندان و همکاری زن و شوهر در خانه را ضروری می‌دانند و تأکید به رفتار شایسته با همسران و محبت و مهرورزی نسبت به آنان می‌نمایند.

حسن‌زاده (۱۳۹۰) در پژوهش خود به تحلیل و بررسی تعالیم دینی و عمل با اخلاص به آنها پرداخته و آن را یگانه عامل در درمان بیماری‌های اخلاقی و روانی معرفی کرده است و راهکارهایی را مطرح کرده است و هدف تعلیم و تربیت اسلامی را ساختن افراد اسلامی دانسته است. وی در ادامه به معرفی الگوی کامل در دین مبین اسلام و به‌ویژه پیامبر اکرم پرداخته است.

تمدنی (۱۳۸۵) در پژوهشی نشان داد که بین نگرش دینی و سازش‌یافتگی اجتماعی فقط در دختران رابطه منفی معنادار ($P < 0/0$) وجود داشت و نگرش دینی دانشجویان دختر قوی‌تر از پسران بود؛ در حالی که در همسازی اجتماعی تفاوتی از لحاظ جنس به دست نیامد.

در پژوهش صادقی و مظاهری (۱۳۸۶)، رابطه تصور از خدا با تصور از والدین، خود و دیگران مهم در دختران و پسران دانشجو طراحی و اجرا شد. نتایج تجزیه و تحلیل داده‌های تحقیق نشان داد که متغیرهای تصور از والدین و تصور از خود نسبت به متغیر تصور از دیگران مهم پیش‌بینی‌کننده‌های معتبرتری برای تصور از خدا هستند و بیشترین سهم واریانس در پیش‌بینی تصور از خدا، ابتدا تصور از والدین و سپس تصور از خود است. همچنین نتایج تحلیل داده‌ها با به کارگیری آزمون t نشانگر تفاوت میانگین نمره‌های تصور از خدا، والدین، خود و دیگران مهم در دختران و پسران به گونه‌ای معنادار است؛ اما به طور کلی، تصور دختران از موضوع‌های رابطه والدین، خود و خدا نسبت به پسران بهتر و مثبت‌تر است.

تنهایی و خرمی (۱۳۸۸) در پژوهش نشان دادند بین سبک زندگی و باورهای دینی رابطه معنی‌داری وجود دارد (به نقل از فاضل قانع، حمید، ۱۳۹۲). ساک و همکاران^۱ (۲۰۰۶) در ۱۸ کشور جهان به منظور مشاهده چگونگی رابطه معنویت، مذهب و باورهای شخصی با کیفیت زندگی پژوهش انجام دادند نتایج همبستگی بالایی را بین این مولفه‌ها با همه خرده‌مقیاس‌های کیفیت زندگی نشان داد (بورن و همکاران،^۲

^۱ sak et all

^۲ Bourne, P.A. Morris, C. Eldemire-Shearer, D

(۳۱۲:۲۰۱۰).

رضایی (۱۳۸۹) در تحقیق خود به این نتیجه رسید که آموزش سبک زندگی اسلامی خانواده‌محور بر تعهد و صمیمیت زوجین شهر اراک تأثیر دارد (پسندیده، ۱۳۸۹: ۲۶).

تحقیقات نشان داده است که فعالیت‌های دینی با سلامت و بهزیستی افراد رابطه دارند (مسلکو و کوبزانسکی^۱؛ ۲۰۰۶؛ هادیانفر، ۱۳۸۴؛ نیکوی، ۱۳۸۵). مسلکو و کوبزانسکی (۲۰۰۶) فعالیت‌های عمومی دینی را در مردان، پیش‌بینی کننده سلامت و بهزیستی دانسته‌اند و در بین زنان نیز، فعالیت‌های عمومی دینی و تجارب معنوی را با سلامت و بهزیستی مرتبط دانسته‌اند (ص ۲۸۴۹).

مک کلاگ^۲ و ویلوگی^۳ (۲۰۰۹) ارتباط بین دینداری و سلامت روانی و بهزیستی را با استفاده از تئوری خود تنظیمی کاور و شیرر^۴ (۱۹۹۸) در افزایش خود کنترلی و خود تنظیمی ناشی از مذهب می‌دانند.

در تحقیقات لوپزو همکارانش^۵ (۲۰۰۱) با روش توصیفی پیمایشی نشان می‌دهد که بزرگسالان حاضر در جلسات گروهی آموزش سبک زندگی احساس شادمانی بیشتری در مقایسه با زمانی که در جلسات حضور نداشته اعلام نمودند با توجه به تحقیقات فوق مسئله اساسی این تحقیق عبارتست از بررسی اثربخشی آموزش گروهی

^۱ Maselko J, Kubzansky

^۲ McCullough, M.

^۳ Willoughby, B. L. B.

^۴ Carver and Scheier's Theory of Self-Regulation

^۵ Lopez

سبک زندگی بر میزان امید به زندگی بزرگسالان به عبارت دیگر در این پژوهش محقق به دنبال بررسی این موضوع است که آیا آموزش گروهی سبک زندگی دانشجویان می‌تواند منجر به افزایش سطح امید و شادکامی آنها گردد و در صدد است براساس سیره معصومین و آیات و روایات و تحقیقات دینی به بررسی تأثیر مداخله آموزشی سبک زندگی اسلامی بپردازد و یک قالب کاربردی در زمینه مشاوره ارائه دهد.

مبانی نظری

سبک زندگی اسلامی

سبک زندگی یک نظامی خاص از زندگی است که به یک فرد، خانواده یا جامعه اختصاص دارد. این نظام، هندسه کلی رفتار بیرونی است که افراد، خانواده‌ها و جوامع را از هم متفاوت می‌سازد. فرهنگ به کاربرده شده در کشور ما یک فرهنگ اسلامی و دینی است. بنابراین تربیت ما، یک تربیت دینی خواهد بود (باقری، ۱۳۸۰: ۳۹) و در زندگی خود سبک زندگی اسلامی برمی‌گزینیم. سبک زندگی اسلامی را می‌توان شیوه زندگی فردی و اجتماعی دانست که همه یا بیشتر معتقدان به اسلام یا قشر مؤثری از جامعه اسلامی به آن عمل می‌کنند و در رفتارشان منعکس می‌شود (مصباح، ۱۳۹۲؛ شریفی، ۱۳۹۱: ۲۸؛ مهدوی کنی؛ ۱۳۸۷: ۴۶-۷۸).

دین اسلام به‌عنوان دین پیشرو و کامل‌ترین دین، سبک ویژه‌ای برای همسران در همه حوزه‌ها از جمله حوزه عاطفی دارد (موسایی پور و هوشنگی، ۱۳۹۲: ۱۶۳) مفهوم سبک زندگی^۱ به مجموعه رفتارها، مدل‌ها و الگوهای کنش‌های هر فرد

اطلاق می‌شود که معطوف به ابعاد هنجاری، رفتاری و معنایی زندگی اجتماعی او باشد و نشان‌دهنده کم و کیف نظام باورها و کنش‌ها و واکنش‌های فرد و جامعه است. به عبارتی، سبک زندگی دلالت بر ماهیت و محتوای روابط، تعاملات و کنش‌های اشخاص و آحاد مردم در هر جامعه دارد (کاویانی، ۱۳۹۱: ۱۹۷).

برای شناخت کامل نظام تربیتی اسلام، باید قرآن و سیره پیامبر اکرم (ص) و ائمه طاهران را محور مطالعه و تحقیق قرار دهیم. امامان شیعه، اسوه و الگوی فکری، عملی، اعتقادی، اخلاقی و تربیتی محسوب می‌شوند و راه نجات در پیروی از سیره و روش آنان است. همان‌طور که امام علی (ع) می‌فرمایند: انظروا اهل البیت نبیکم فالزموا سمتهم و اتبعوا اثرهم (محمدی ری شهری، ۱۳۸۴: ۱۹۲).

قطعاً هر پدیده، زمانی می‌تواند اسلامی باشد یا از مصادیق سبک زندگی اسلامی به شمار رود که در معارف و سنت اسلامی ریشه داشته باشد. در واقع، سبک زندگی اسلامی، آن بخش از رفتارهایی است که افزون بر آنکه نباید با فقه و شریعت مخالف باشد، باید منظومه فکری، معرفت‌شناسی و هستی‌شناسی مسلمانان برآید. بی‌تردید، برای بی‌همتایی و منحصر به فرد سبک زندگی اسلامی، نیازمند ویژگی‌های مشترک موجود در همه سرزمین‌های اسلامی یا بخشی از آن‌ها هستیم که بر مبانی و سنت یکپارچه مسلمانان متکی باشد. این ویژگی‌ها فراتر از زمان‌ها و مکان‌های گوناگون به هویت خاصی از فرهنگ اسلامی می‌انجامد (مهدوی کنی، ۱۳۸۶: ۲۲۱).

از این رو در سال‌های اخیر پیرو تأکیدات مکرر مقام معظم رهبری تلاش‌هایی به منظور تحقیق و پژوهش در زمینه سبک زندگی اسلامی و ابعاد آن صورت گرفته است. حجه الاسلام کاویانی (۱۳۹۰)، طبق مطالعات خود برای سبک زندگی

اسلامی ده مؤلفه تعیین کرده است که عبارت اند از: اجتماعی، عبادی، باورها، اخلاق، مالی، خانواده، سلامت، تفکر، علم و شاخص زمان شناسی.

شریعتی (۱۳۹۲: ۱)، در پژوهش خود به سه نوع سبک زندگی تارک دنیایی، دنیاطلبانه و سبک زندگی اسلامی اشاره و در نهایت، 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 فرضیه ساز 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)

تربیت اسلامی

اگرچه می‌توان اهمیت تعلیم و تربیت در اسلام را از جایگاه والای انسان و کرامت او در این مکتب جستجو کرد اما در این نوشتاری به آیات و روایاتی که مستقیماً ناظر به تعلیم و تربیت است توجه می‌شود.

۱- فلسفه بعثت پیامبر (ص) مکارم اخلاق است:

رسول گرامی اسلام (ص): انما بعثت لاتمم مکارم الاخلاق (میزان الحکمه، ج ۳:

تعبیر انما بیانگر حصر است یعنی فقط برای تمام کردن مکارم اخلاق مبعوث شدم و در جای دیگر فرمودند: علیکم بمکارم الاخلاق نان الله بعثنی بها (سوره بقره، آیه ۳۱) بچسبید به مکارم اخلاق زیرا خداوند مرا به آن مبعوث کرده است.

۲- علم ملائک بر تری آدم بر فرشتگان است: علم اگر علم الهی باشد و به اسما الله تعلق بگیرد فرشتگان هم در مقابل آن خاضع می‌شوند:

وَ عَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ ابْنُونِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ (میزان الحکمه، ج ۳: ۱۴۹)... و اذ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ أَبَى وَاسْتَكْبَرَ (سوره بقره، آیه ۳۱) و خداوند اسما را به آدم تعلیم داد سپس آنها را بر فرشتگان عرضه نمود و فرمود مرا از این اسما با خبر کنید اگر راستگو هستید ... و آنگاه گفتیم به فرشتگان که به آدم سجده کنید پس همه سجده کردند جز ابلیس که سرپیچی کرد و استکبار ورزید.

همین که شیطان در مقابل علم الهی سجده نمی‌کند دلیل دیگری بر اهمیت تعلیم و تربیت اسلامی است.

۳- خدا برای تعیین معلم و مربی بر ما منت گذاشته است:

قرآن برای نعمت‌های جزئی منت خداوند را مطرح نمی‌کند بلکه بندگان را از کمک کردن‌های توأم با منت نهی می‌فرماید (مثل آیه ۲۶۲ از سوره بقره) حتی پاداش ایمان و عمل صالح که بسیار بزرگ است را پاداش بی‌منت معرفی می‌کند (لهم اجر غیرممنون: فصلت ۸).

نعمت‌هایی که در قرآن توأم با منت خداوند از آنها یاد شده عبارتند از:

۴- معیار بزرگواری تقوا است:

قران مجید معیار برتری و بزرگواری انسان‌ها را میزان تقوای آنان می‌داند:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ (سوره حجرات، آیه ۱۳).

ای مردم ما شما را از مرد و زنی آفریدیم و به شعبه‌ها و قبیله‌هایی تقسیمتان کردیم تا همدیگر را بشناسید، همانا گرامی‌ترین شما نزد خدا با تقواترین شما است. برآستی که خداوند دانای باخبر است.

تقوا نتیجه‌ی تعلیم و تربیت صحیح است و میوه‌ی تقوا عاقبت بخیری است و سرافرازی در جهان آخرت:

تِلْكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُغُلًا فِي الْأَرْضِ وَلَا فُسَادًا وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ (سوره قصص، آیه ۸۳).

آن خانه‌ی آخرت را اختصاص داده‌ایم به آنان که کوچکترین برتری طلبی و فسادی را در زمین نمی‌خواهند و عاقبت خوب و ویژه‌ی با تقوایان است.

در ذیل این آیه گفته شده که حتی اگر به واسطه بند کفشی احساس برتری کند اراده‌ی علو کرده است!

و امر اهلک بالصلاه واصطبر علیها لانسالک رزقا نحن نرزوک و العاقبه للتقوی (سوره طه، آیه ۱۳۲) و خانواده‌ات را امر به نماز کن و بر آن شکیباش ما از تو رزقی نمی‌طلبیم بلکه خودمان روزی تو را تأمین می‌کنیم و پایان * * اختصاص به تقوا دارد.

۵- هدایت، کاری خدایی است:

هدایت که تعبیر دیگری از تعلیم و تربیت اسلامی است آن قدر حائز اهمیت است که خداوند آن را از سنخ زنده کردن مرده و بینا کردن کور دانسته و آن را فقط به خدا نسبت می‌دهد:

إِنَّ عَلَيْنَا لَلْهُدَىٰ (سوره بقره، آیه ۱۲۰) براستی که هدایت فقط بر عهده ما است.
 قُلْ إِنْ هَدَىٰ اللَّهُ هُوَ الْهُدَىٰ (سوره نمل، آیه ۸۱ و دوم، ۵۳) بگو براستی تنها هدایت خدا هدایت است.

مَا أَنْتَ بِهَادِيِ الْحُمَىٰ عَنْ ضَلَالَتِهِمْ تُوْنِيسْتِي هِدَايْتِ كَنْدَهُ كُورَانِ از گمراهی آنان.

۶- هدایت یک انسان یعنی هدایت تمام انسان‌ها:

... وَ مَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّهَا أَخِيَا النَّاسِ جَمِيعاً (سوره مائده، آیه ۳۲)

و هر کسی انسانی را زنده کند، گویی همه مردم را زنده کرده است.

در ذیل این آیه، زنده کردن به هدایت تفسیر شده است. این آیه در اهمیت داده به تعلیم و تربیت اسلامی بسیار رسا است، کما اینکه گمراهی یک نفر را هم با گمراهی تمام انسان‌ها یکی دانسته است.

نوجوان برای شکل‌دهی و اصلاح نگرش و رفتار خود نیازمند تربیت است. تربیت نوعی مراقبت از رشد در مسیر طبیعی انسان به سوی کمال است که در آن عمل عمدی فردی رشد یافته (مریی) دارای اهمیت است (ابراهیم زاده، ۱۳۶۸: ۵۴). تربیت دارای دو نقش مهم آموزش و پرورش است که در یکی اهتمام به آموزش فنون، مهارت‌ها و

توانایی‌های لازم برای رفع نیازهای جامعه است و در دیگری پرورش حس دینی و مذهبی کودک که به صورت فطری در نهاد او به ودیعه گذاشته شده است، مورد توجه است (احسانی، ۱۳۷۸: ۳۲).

(گانو و مور، ۲۰۰۲؛ به نقل از صادقی و همکاران، ۱۳۸۶: ۱۲) بیان کردند میزان مذهبی بودن افراد ناشی از آموزش‌های دوران کودکی، مدارس مذهبی، تحول شناختی، نیازهای روان شناختی، نوع فرزندپروری، چرخه زندگی خانواده و زمینه دموگرافیکی آنها است (موران، ۲۰۰۳). نیز اعتقاد دارد که در دوره نوجوانی و جوانی و بعد از آنکه تفکر مذهبی حالتی به خود می‌گیرد، افراد به طرح پرسش‌هایی درباره عادت‌ها، رفتارها و وظایفی می‌پردازند که قبلاً آنها را به‌عنوان راه روشن زندگی یافته‌اند. در این دوره فرد برحسب طبیعت و تربیت پیشین خود به قسمت خاصی از ارزش‌ها روی می‌آورد و مسلم است که وضعیت وی در این ارزش‌ها مبتنی بر تربیت قبلی اوست (صادقی و همکاران، ۱۳۸۶: ۱۴).

یکی از مسئولیت‌های والدین، تربیت و تادیب فرزندان است. این مسئولیت به اندازه‌ای بااهمیت است که پیامبر (ص) می‌فرماید: «لان یودب احدکم ولده خیر له من ان یتصدق بنصف صاع کل یوم» ۲ «اگر هر یک از شما به تربیت فرزند خود پردازد برای او نیکوتر از آن است که هر روز نیم صاع گندم یا جو یا... در راه خدا صدقه دهد». بنابراین، والدین در شکل‌گیری شخصیت نوجوان و رشد و بهبود نگرش و رفتار او نقش اساسی دارند. اما نکته قابل توجه اینست که والدین نیازمند یک برنامه و

۲ Ganno&Moore

۴ Moran

الگوی جهت تربیت نوجوان هستند این برنامه یا الگو باید متناسب با ابعاد وجود انسان باشد. دین، الگو، کیش و طرحی نظام‌واره است از آموزه‌های فکری، بینشی، معرفتی (لعلهم یتفکرون... یعقلون... یبصرون... یفقهون و...) آموزه‌های انگیزشی (هدی للمومنین... ایاک نعبد...) و نیز آموزه‌های رفتاری (افعل الخیر... یقیمون الصلوه... ینفقون...). واژه «دین» نیز در اصطلاح، عبارت است از: مجموعه اصول و قواعد بنیادی و احکام و دستوراتی که از سوی خدا به انسان داده شده است. بهتر است شروع تربیت دینی از محور شناخت باشد تا با اعطای بینش به مرتبی نسبت به مفاهیم و ارزش‌های دینی در وی انگیزه ایجاد کند تا خود با گرایش قلبی به سوی عمل رود (احسانی، ۱۳۷۸). طبق این توضیح، یکی از راه‌های ارتقاء و رشد نگرش و رفتار نوجوان آموزش تربیتی اسلام محور به والدین است (ص ۲۰).

شرافت هر علم به شرافت موضوع آن بستگی دارد، از این رو علم خداشناسی که موضوع آن ذات مقدس واجب الوجود و صفات و افعال او می‌باشد، اشرف علوم است. پس از اصول عقاید، دانش تربیت و اخلاق با مفهوم اسلامی‌اش، از نظر شرافت و جایگاه در صدر علوم و فنون قرار دارد، زیرا موضوع آن روح و نفس انسانی، یعنی «نفخه آسمانی» (سوره حج، آیه ۲۹) است که در کالبد خاکی دمیده شده و تکامل و شایستگی آن برای حمل بار امانت الهی عهده داری مقام «خليفة اللهی» (بقره، آیه ۲۰) در پرتو اتصاف به «صفات خدایی» (بحار الانوار، ج ۶۸: ۴۲۳) و پالایش آن از آلودگی‌ها میسر است. هرگاه بدین حقیقت بنگریم که خلقت انسان به منظور تکامل و رشد معنوی اوست و هدف از بعثت انبیا به ویژه رسالت خاتم پیامبران (صلی الله علیه وآله) تکمیل فضایل اخلاقی و فراهم کردن تجهیزات این رشد و کمال است، جایگاه

تربیت و اخلاق و مقصد نهایی آن مبرهن می‌گردد. در این دیدگاه، شخصیت اخلاقی، عنصر اساسی و جوهره اصلی وجود انسان را تشکیل می‌دهد که هدف شرائع و برنامه‌های انسان‌سازی است، از این رو تربیت اخلاقی در صدر تعالیم و تکالیف دینی و در کنار عقاید و شرائع قرار دارد (اصول کافی، ج ۱: ۳۲) و حتی برخی محققان آن را «فقه اکبر» خوانده و برخی طب روحانی نامیده‌اند و روایات از جایگاه بلند اخلاق و تربیت سخن گفته است. هنگامی که پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) «مُعَاذِبِنِ جَبَل» را جهت ابلاغ رسالت اسلام به یمن اعزام فرمود بدو توصیه کرد: «کتاب خدا را به آنان بیاموز و به اخلاق خجسته تربیتشان کن». «عَلَّمَهُمْ كِتَابَ اللَّهِ وَأَحْسِنُ أَدَبَهُمْ عَلَى الْأَخْلَاقِ الصَّالِحَةِ» (تحف العقول، ص ۲۵) و نیز در روایت آمده است: مؤمن با حسن اخلاق به درجه شب زنده داران و روزه داران می‌رسد و «چیزی در ترازوی عمل سنگین‌تر از حسن اخلاق نیست» و «بر شما باد به حسن اخلاق، زیرا خلق نیکو بی‌چون و چرا جایگاهش بهشت است و از خوی بد پرهیزید که خوی بد به ناچار جایگاهش دوزخ است.» و «محبوب‌ترین شما نزد خدا کسانی هستند که اخلاق‌شان نیکوتر و انعطاف پذیرتر و الفت پذیرتر باشند و منفورترین شما نزد خدا کسانی هستند که سخن چینی می‌کنند و در میان برادران جدایی می‌افکنند و از برای بی‌گناهان لغزش‌ها می‌تراشند.» (مجمع البیان، ج ۱۰: ۳۳۳؛ به نقل از اسکندری و کیانی، ۱۳۸۶). به‌طور خلاصه: متون و منابع اسلامی گواه بر این است که برنامه‌های اخلاقی و تربیتی از عمده‌ترین برنامه‌های این آیین انسان‌ساز است و اخلاق در معارف اسلامی از رتبه والایی برخوردار می‌باشد. حضرت امام (رحمه الله) با اشاره به جایگاه اخلاق برای تهذیب در اسلام می‌فرماید: مکتب اسلام یک مکتب مادی نیست، بلکه مکتب مادی-معنوی است. اسلام مادیات را در پناه معنویت قبول دارد، معنویات، اخلاق، تهذیب

نفس، اسلام برای تهذیب آمده است، برای انسان سازی آمده است، همه مکتب‌های توحیدی برای انسان‌سازی آمده‌اند. مقصد اسلام و مقصد همه انبیا این است که انسان درست بشود، اگر انسان تربیت شد همه مسائل حل است...» (صحیفه نور، ج ۷: ۱۶؛ به نقل از اسکندری کیانی، ۱۳۸۶: ۳۲).

جدول ۱: تبیین مبانی و اصول تربیت اسلامی در سبک زندگی اسلامی

مبنا	اصول	روش‌های تربیتی
۱- خداجویی	تقوی و زهد	- مراقبه و محاسبه نفس - مجاهده و تحمیل بر نفس - پرهیز از معاصی
۲- اندیشه‌ورزی و عقلانیت	اعتدال	- روش اعتدال بیم و امید - میانه‌روی و اعتدال در کارها و عبادات
	تذکر	- امر به معروف و نهی از منکر - یادآوری نعمت‌ها - عبرت‌آموزی
۳- کرامت	عزت	- تکریم شخصیت - عیب‌پوشی
۴- ضعف	سعه صدر	- انعطاف‌پذیری - صبر
	مسامحت	- مرحله نمودن تکالیف - تجدیدنظر در تکالیف
۵- هدایت‌پذیری انسان	تبلیغ و ارشاد	- مناظره و مباحثه - موعظه
	تعلیم	- توأم کردن علم و عمل - ایجاد عادات مطلوب - روش الگویی
۶- جذبه حسن و احسان	فضل	- عفو و گذشت - محبت - توبه
	تواضع	- خوش‌خلقی و خوش‌سلوکی - اعتراف به تقصیر

- آراستن ظاهر- تزیین کلام	آراستگی	
---------------------------	---------	--

جهت گیری مذهبی

به نظر می‌رسد، مذهب برای افراد نقش سپر دفاعی را بازی کرده و مجموعه وسیعی از آثار مثبت روان شناختی را در افراد ایجاد می‌کند (حسینی قمی و سلیمی بجزستانی، ۱۳۹۰). از جمله مفاهیمی که در حوزه روان شناسی دین مورد نگرش پژوهشگران قرار گرفته، انگیزه‌های مذهبی یا جهت گیری مذهبی بوده است (البرزی و جوکار، ۱۳۸۴). در حوزه روان‌شناسی، آلپورت نخستین محقق است که جهت گیری مذهبی را مورد بررسی قرار داده است. مقصود اصلی آلپورت از جهت گیری مذهبی، ترکیبی از باورهای مذهبی، رفتارها و انگیزه بود (مک کرمیک، ۲۰۰۹: ۲۲-۲۴)

به‌طور کلی دینداری، یا میزان درگیری و تعهد فرد به مسائل دینی را یک پدیده چند بعدی با ارتباطات مشخص و متمایز روانی- اجتماعی در نظر می‌گیرند (بارگین، ۱۹۹۱ و اسپیلکا، ۲۰۰۰). آلپورت و راس^۲ (۱۹۶۷) دو نوع جهت گیری مذهبی درونی^۳ و بیرونی^۴ را مورد بررسی قرار داده‌اند. جهت گیری درونی مذهبی^۵ که در آن فرد مذهب را به‌عنوان یک غایت در نظر می‌گیرد، با مرکز کنترل درونی، خود

۱ McCormick

۲ Allport & Ross

۳ Intrinsic

۴ Extrinsic

۵ Intrinsic religious orientation

برانگیختگی، عملکرد تحصیلی و حساسیت هیجانی همبستگی مثبت دارد. در مقابل، جهت‌گیری بیرونی مذهبی^۱ که فرد از مذهب به‌عنوان ابزاری برای به دست آوردن اهداف شخصی و اجتماعی استفاده می‌کند، با آن چه ذکر شد همبستگی منفی دارد (مسترز^۲ و برگینز، ۱۹۹۲) علاوه بر جهت‌گیری مذهبی، شاخص‌های رفتار مذهبی مانند شرکت در مراسم مذهبی با سلامت روانی، بزهکاری، سوء‌مصرف مواد، طلاق، خودکشی، و افسردگی همبستگی دارد (باتسون^۳ و همکاران، ۱۹۹۳؛ رایت^۴ و همکاران، ۱۹۹۳).

آلپورت (۱۹۵۰) اولین کسی بود که ادعا کرد انگیزه‌های زیربنایی دینداری می‌تواند به جهت‌گیری‌های مذهبی «درونی» و «بیرونی» تقسیم شوند. در جهت‌گیری درونی، هدف از دینداری، خود دینداری است که می‌تواند انگیزه فردی و معنای زندگی باشد.

در مقابل، جهت‌گیری بیرونی، دینداری به‌عنوان «ابزاری» برای رسیدن به اهداف شخصی مانند رسیدن به یک جایگاه اجتماعی مورد استفاده قرار می‌گیرد (آلپورت و راس، ۱۹۶۷).

سبک زندگی، از اصطلاحات علوم اجتماعی بوده، تعاریف متعددی برای آن ارائه شده که عمدتاً بر رویکرد مادی مبتنی هستند. پرداختن به این اصطلاح با رویکرد

۱ Extrinsic religious orientation

۲ Masters

۳ Batson

۴ Wright

اسلامی، به تازگی و به ویژه پس از تأکید مقام معظم رهبری (دام ظلّه العالی) رایج شده و از پیشینه مطالعاتی کهنی برخوردار نیست. مقاله حاضر، علاوه بر داشتن رویکرد اسلامی، با رویکرد خاص تربیتی به این مقوله نگریسته، که به نوبه خود در تعلیم و تربیت اسلامی تازگی داشته، مشکل فقر پیشینه را دوچندان می کند. با توجه به این دو رویکرد، عمده منابع قابل استفاده در این گونه تحقیقات، پس از واکاوی معنای اصطلاحی سبک زندگی در علوم اجتماعی، جامعه‌شناختی و مردم‌شناختی و بازخوانی آن در رویکرد اسلامی، عبارت از آیات، روایات و تفاسیر اندیشمندان مسلمان بر آنها بوده، این منابع را می توان پیشینه عامی برای توصیف سبک زندگی اسلامی و یافتن شاخص‌ها و راه کارهای تحقق آن به شمار آورد، در این راستا پژوهش حاضر به بررسی فرضیه‌های زیر است.

فرضیه‌های پژوهش

فرضیه اول: آموزش مبتنی بر تربیت اسلامی بر ابعاد سبک زندگی اسلامی تأثیری معنادار است.

فرضیه دوم: آموزش مبتنی بر تربیت اسلامی بر ابعاد جهت‌گیری مذهبی تأثیری معنادار است.

روش تحقیق

پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی همراه با پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه است.

جامعه آماری این پژوهش شامل نوجوانان دختر ۱۸-۱۴ سال شهر شهرضا اصفهان در سال ۱۳۹۲ بود که تعداد آنها ۴۹۴۹ نفر بود.

نمونه این پژوهش شامل ۳۰ نوجوان (دانش آموزان دختر مقطع دبیرستان) بود که به صورت تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. سپس، ۳۰ نفر از دانش آموزان که دارای پایین‌ترین نمره در پرسشنامه‌های جهت‌گیری مذهبی و سبک زندگی اسلامی انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گماشته شدند. در این پژوهش برای جمع‌آوری اطلاعات از ابزارهای زیر استفاده شد.

پرسشنامه جهت‌گیری مذهبی

پرسشنامه جهت‌گیری مذهبی توسط آذربایجانی، (۱۳۸۵) تهیه شد. این پرسشنامه شامل ۷۰ سؤال بود که پس از بررسی پایایی اولیه چهار سؤال (۲، ۳، ۱۷، ۱۹) حذف شد و ۶۶ ماده باقیمانده نیز از جهت همگونی براساس آلفای کرونباخ به دو زیر مقیاس تقسیم شد. زیر مقیاس نخست مشتمل بر ۴۱ ماده دارای ضریب آلفای ۰/۹۴ به وسیله ۳۰۲ نفر آزمودنی پاسخ داده شد و عامل «عقاید-مناسک» (R_1) را می‌سنجد. مقیاس دوم مشتمل بر ۲۵ ماده با ضریب آلفای ۰/۷۹ به وسیله ۳۲۱ نفر آزمودنی پاسخ داده شد و عامل «اخلاق» (R_2) را می‌سنجد. و شامل عامل کلی «جهت‌گیری مذهبی اسلامی» (R) است که از جمع نمرات دو مقیاس قبلی بدست می‌آید. نمرات مقیاس R_3 بین ۶۶-۲۶۴ است. مقیاس R_1 ۴۱-۱۶۴ و R_2 ۲۵-۱۰۰ است. روایی محتوایی پرسشنامه از طریق ۱۵ نفر کارشناس مباحث اسلامی بررسی شد. برای بررسی اعتبار سازه میانگین نمره‌های آزمودنی‌ها در سه گروه مستقل حوزه علمیه قم (گروه ۱)، دانشگاه تهران (گروه ۲)، دانشگاه آزاد (۳) درمورد هر یک از سه عامل باهم مقایسه شدند. که از روش تحلیل واریانس یکطرفه استفاده شد. درمورد عامل R_1 ، هر سه گروه دو به دو

تفاوت معنادار دارند ($P = 0/000$). در مورد عامل R_2 تفاوت معناداری مشاهده نشد. در مورد عامل R_3 نیز تفاوت معنادار وجود دارد ($P = 0/000$). برای تفکیک معناداری سه گروه، بصورت متمایز از آزمون مقایسه‌های چندگانه شفه استفاده شد. در مورد مقیاس R_1 ، میان هر سه گروه تفاوت معنادار وجود دارد ($P = 0/044$). در مورد مقیاس R_2 هیچ گونه تفاوت معناداری مشاهده نمی‌شود. و در مورد مقیاس R_3 در میان گروه‌های ۱ و ۲، ۲ و ۳ تفاوت معنادار وجود دارد. اما میان گروه‌های ۱ و ۲ و ۳ تفاوت معنادار مشاهده نمی‌شود (آذربایجانی، ۱۳۸۵). سوالات مربوط به مقیاس R_1 و R_2 به شرح زیر است:

R_1 : ۱-۵-۷-۸-۹-۱۱-۱۳-۱۴-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۶-۲۷-۲۸-۲۹-۳۰-۳۳-
۳۵-۳۷-۳۸-۳۹-۴۰-۴۶-۴۷-۴۹-۵۲-۵۷-۵۸-۵۹-۶۰-۶۲-۶۳-۶۴-۶۵-۶۷-۶۹-۷۰
 R_2 : ۴-۶-۱۰-۱۲-۱۵-۱۶-۱۸-۲۵-۳۱-۳۲-۳۴-۳۶-۴۱-۴۳-۴۴-۴۵-۴۸-۵۰-
۵۱-۵۴-۵۵-۵۶-۶۱-۶۶-۶۸

پرسشنامه محقق ساخته سنجش سبک زندگی اسلامی

در پژوهش حاضر پرسشنامه محقق ساخته با هدف ارزیابی اندازه‌گیری سبک زندگی اسلامی بر اساس آموزه‌های اسلامی و سیره معصومین (ص) ساخته شد. پرسشنامه سبک زندگی دارای ۴۷ سؤال در طیف لیکرت است که به صورت اغلب (۳)، معمولاً معمولاً (۲)، گاهی (۱) و هرگز (۰) می‌باشد. عوامل پرسشنامه سبک زندگی عبارتند از آرامش و معنا در زندگی، روابط بین فردی، ویژگی‌های رفتاری می‌باشد روایی محتوایی این پرسشنامه توسط ۱۰ نفر از متخصصان تأیید شد.

جدول ۲: ضریب پایایی مولفه‌های سبک زندگی اسلامی

گویه	ضریب پایایی
------	-------------

۰/۶۱	آرامش و معنا در زندگی
۰/۸۲	روابط بین فردی
۰/۸۵	ویژگی‌های رفتاری
۰/۸۱۲	کل

تعاریف مفهومی

جهت‌گیری مذهبی: الکینز، هیوگز، لیف و ساندرز^۱ (۱۹۹۸)، معنویت را به معنای زندگی یا «روشی برای بودن» و «تجربه کردن» می‌دانند که با آگاهی یافتن از یک بعد غیرمادی به وجود می‌آید و ارزش‌های قابل تشخیص، آن را معین می‌سازد. این ارزش‌ها به دیگران، خود، طبیعت و زندگی مربوط هستند و به هر چیزی که فرد به‌عنوان غایی قلمداد می‌کند، اطلاق می‌شوند.

سبک زندگی اسلامی: سبک زندگی اسلامی در سبک زندگی مطلوب و آن نیز در سبک زندگی انسانی و الهی تجلی می‌یابد. سبک زندگی، چه در سطح انسانی و چه در رتبه الهی آن، از دو منظر قابل بررسی است: یکی، از منظر ایجاد و نهادینه ساختن آن در اجتماع؛ چراکه سبک زندگی اسلامی ساختنی است، نه یافتنی. دوم، از منظر ارزیابی وضع موجود و تعیین فاصله تا وضعیت مطلوب. استخراج شاخص‌های سبک زندگی اسلامی، تأمین‌کننده هر دو منظر و هر دو منظور خواهد بود؛ چه شاخص، از یک جهت ترسیم‌کننده وضعیت مطلوب و از جهت دیگر، نشانگر فاصله وضع موجود با وضعیت مطلوب است (خطیبی و ساجدی، ۱۳۹۲: ۱۴).

منبع اصلی استخراج سبک زندگی اسلامی کتاب الهی بوده، زندگی اسلامی در زندگی قرآنی معنا می‌یابد (مجلسی، ۱۴۰۴ق، ج ۸۹: ۱۹). قرآن کریم و عدل آن

^۱ Elkins, Hedstorm, Hughes, Leaf & Saunders

(همان، ج ۲: ۱۷۳)، همان گونه که در علم اصول، مرجع ارزیابی علوم شناخته شده‌اند، در علم اخلاق نیز، مرجع ارزیابی اعمال به‌شمار می‌روند (ر.ک: جوادی آملی، ۱۳۸۹).

یافته‌ها

توصیفی

۲۰ درصد از آزمودنی‌های گروه کنترل اول دبیرستان بودند، ۴۶/۷ درصد از آزمودنی‌های گروه کنترل و ۵۳/۳ درصد از گروه آزمایش دوم دبیرستان و ۳۳/۳ درصد از آزمودنی‌های گروه کنترل و ۴۶/۷ درصد از آزمودنی‌های گروه آزمایش سوم دبیرستان بودند.

فرضیه اول: تربیت اسلامی بر ابعاد سبک زندگی اسلامی (آرامش و معنا در زندگی، روابط بین فردی و ویژگی‌های فردی) نوجوان مؤثر است.

فرض تساوی واریانس‌های نمرات، با استفاده از آزمون لوین سنجیده می‌شود و در تمام ابعاد سبک زندگی اسلامی تأیید شده است.

با توجه به نتایج جدول ۱، مشخص می‌شود که در بعد آرامش و معنا در زندگی تفاوت مشاهده شده در دو گروه آزمایش و کنترل در مراحل پس آزمون و پیگیری معنادار است. در نتیجه تأثیر تربیت اسلامی بر بهبود سطح آرامش و معنادار زندگی نوجوان در هر دو مرحله ارزیابی تأیید شد. همچنین نتایج نشان می‌دهد؛ روابط بین-فردی تفاوت مشاهده شده بین دو گروه آزمایش و کنترل در مراحل پس آزمون و پیگیری معنادار است ($P=0/014$ و $P=0/033$). در نتیجه تأثیر تربیت اسلامی بر بهبود روابط بین فردی نوجوان در هر دو مرحله ارزیابی تأیید شد. در بعد ویژگی‌های رفتاری، تفاوت مشاهده شده بین دو گروه آزمایش و کنترل در پس آزمون معنادار

بود ($P=0/000$) اما در مرحله پیگیری معنادار نبود ($p=0/177$). لذا تربیت اسلامی بر بهبود ویژگی‌های رفتاری نوجوان در پس آزمون در سطح معناداری ($P<0/05$) مؤثر است.

جدول شماره ۱- نتایج تحلیل مانوا در مورد ابعاد سبک زندگی اسلامی

شاخص آماری نوع متغیر	نوع آزمون	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضریب اتا	توان آماری
آرامش و معنا در زندگی	پس آزمون	۲۴/۴۲۹	۱	۲۴/۴۲۹	۱۲/۵۷۶	۰/۰۰۷	۰/۱۲۴	۰/۵۱۳
	پیگیری	۳۳/۵۷۶	۱	۳۳/۵۷۶	۱۰/۸۲۵	۰/۰۰۴	۰/۱۴۳	۰/۵۲۴
روابط بین فردی	پس آزمون	۲۵/۶۰۹	۱	۲۵/۶۰۹	۱۴/۲۱۹	۰/۰۰۱	۰/۳۲۸	۰/۸۶۳
	پیگیری	۴۲/۹۲۲	۱	۴۲/۹۲۲	۱۱/۸۲۳	۰/۰۰۳	۰/۲۴۴	۰/۸۵۶
ویژگی‌های رفتاری	پس آزمون	۸۵/۶۵۲	۱	۸۵/۶۵۲	۲۶/۳۴۳	۰/۰۰۰	۰/۳۱۴	۰/۹۵۹
	پیگیری	۴/۷۴۳	۱	۴/۷۴۳	۱/۲۲۸	۰/۱۲۷	۰/۰۲۶	۰/۳۶۵

فرضیه دوم: تربیت اسلامی بر ابعاد جهت‌گیری مذهبی (عقاید- مناسک و اخلاق) نوجوانان دختر است. نتایج آزمون لوین را در مورد ابعاد جهت‌گیری مذهبی اجرا شده است و نتایج نشان می‌دهد که پیش فرض تساوی واریانسها در مورد تمامی ابعاد جهت‌گیری مذهبی تأیید شده است ($p>0/05$). لذا از تحلیل مانوا برای تعیین میزان تأثیر متغیر مستقل بر ابعاد جهت‌گیری مذهبی استفاده می‌کنیم.

نتایج نشان می‌دهد، تفاوت مشاهده شده بین دو گروه آزمایش و کنترل در بعد عقاید- مناسک در پس آزمون ($p=0/000$) و پیگیری ($P=0/005$) معنادار است. در نتیجه فرضیه پژوهش مبنی بر اینکه تربیت اسلامی بر بهبود عقاید- مناسک مؤثر است، تأیید می‌شود. تفاوت مشاهده شده بین دو گروه آزمایش و کنترل در بعد اخلاق در

مرحله پس آزمون ($p=0/019$) معنادار است. اما در مرحله پیگیری معنادار نبود ($P=0/114$). لذا تربیت اسلامی بر بهبود اخلاق در پس آزمون مؤثر بود.

جدول شماره ۲- نتایج آزمون تحلیل مانوا مربوط به ابعاد جهت گیری مذهبی

شاخص آماری / متغیرها	نوع آزمون	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضریب اتا	توان آماری
عقاید- مناسک	پس آزمون	۲۴/۵۰۲	۱	۲۴/۵۰۲	۲۶/۴۵۲	۰/۰۰۱	۰/۴۷۲	۰/۹۲۷
	پیگیری	۱۵/۳۴۴	۱	۱۵/۳۴۴	۹/۲۲۴	۰/۰۰۳	۰/۲۵۵	۰/۸۳۴
اخلاق	پس آزمون	۱۰/۳۴۸	۱	۱۰/۳۴۸	۶/۱۳۲	۰/۰۲۰	۰/۱۷۷	۰/۶۸۰
	پیگیری	۶/۰۴۵	۱	۶/۰۴۵	۲/۳۶۰	۰/۱۲۴	۰/۰۸۰	۰/۴۵۱

بحث و نتیجه گیری

انسان امروزی گرفتار بحران‌های مختلفی می‌باشد که مهم‌ترین آن‌ها خلا امنیت معنوی و روحی بخصوص در قشر جوان و نوجوان می‌باشد. بهترین راه برای پرکردن این خلا، تربیت است و از میان انواع تربیت؛ تربیت اسلامی تأثیرگذارترین روش می‌باشد بنابراین مقاله حاضر به بررسی تأثیر تربیت اسلامی بر سبک زندگی اسلامی و جهت‌گیری مذهبی پرداخته است. **تربیت اسلامی بر ابعاد سبک زندگی اسلامی نوجوانان دختر مؤثر است.** این فرضیه در سطح معناداری ($p < 0/01$) در پس آزمون و پیگیری تأیید شد.

این نتیجه با نتایج پژوهش‌های اسمیت و فاریس (۲۰۰۲)؛ به نقل از اسکات و همکاران، (۲۰۰۶)، سینها و گل‌س، (۲۰۰۷)، بال و همکاران (۲۰۰۳)، و آقاملکی (۱۳۷۶)؛ به نقل از آذربایجانی، (۱۳۸۵) فکوری و همکاران (۱۳۹۴) همسو بود.

پژوهش اسمیت و فاریس^۱ (۲۰۰۲)، به نقل از سینها و گل‌س^۲ (۲۰۰۷) نشان داد که مذهب باعث رفع اختلال‌های روانشناختی یا کاهش رفتارهای خطرناک از طریق شکل‌گیری هنجارهای جامعه پسند و قبول نقش و اجتناب از محیط‌های خطرناک شود.

نتایج پژوهش انجام شده توسط سینها و گل‌س، (۲۰۰۷)، نشان داد، ارزش‌های مذهبی و مشارکت در فعالیت‌های مذهبی با احتمال کاهش ارتکاب برخی از رفتارهای خطرناک رابطه دارد.

در مورد دلایل احتمالی تأثیر تربیت اسلامی بر سبک زندگی اسلامی و ابعاد آن می‌توان گفت، تأکید آموزه‌های دینی به والدین بر تشویق و تمجید نوجوان در جمع، حفظ احترام و اهمیت دادن به نظرات او در تصمیم‌گیری‌های مهم زندگی، یادآوری و تأکید بر موفقیت‌های گذشته و صفات مثبت، عملکرد خوب و قابلیت‌های او بجای توجه به شکست‌ها و صفات منفی گذشته‌اش موجب رشد اعتماد به نفس و افزایش آگاهی او نسبت به توانمندی‌هایش می‌شود. همچنین، پرهیز از بیان مکرر اشتباهات، دادن فرصت اظهار نظر به نوجوان در جمع و فراهم آوردن شرایطی برای نشان دادن خود و کسب تجربیات موفقیت‌آمیز و مطلوب به نوجوان جهت رشد و تقویت سبک

^۱ Smith & Faris

^۲ Sinha. j, Gulles. R

زندگی اسلامی کمک می‌کند. همچنین، تسهیل سبک زندگی اسلامی برای رشد و بهبود دیگر متغیرها ضروری بود.

تربیت اسلامی بر ابعاد جهت‌گیری مذهبی (شامل: عقاید - مناسک، اخلاق) نوجوانان دختر مؤثر است.

این فرضیه در سطح معناداری ($p < 0/01$) در پس‌آزمون و پیگیری تأیید شد.

این نتیجه به صورت مستقیم و غیر مستقیم با نتایج پژوهش‌های اسمیت و دنتون^۱ (۲۰۰۵؛ به نقل از بارنز^۲، ۲۰۰۸)، زیمر و ملانی^۳ (۲۰۰۸)، اسکوت جی. ار و همکاران^۴ (۲۰۰۶)، آدای^۵ (۲۰۰۰) و گارنر^۶ (۲۰۰۰)؛ به نقل از بارنز، ۲۰۰۸)، آگادجانیان (۲۰۰۱)؛ به نقل از بال و همکاران^۷ (۲۰۰۳)، همسو بود.

پژوهش آدای، (۲۰۰۰)، به نقل از تاکی^۸ (۲۰۰۳) نشان داد، زنانی که به گروه‌های مذهبی آزاداندیش (منظور پروتستان‌ها و کاتولیک) وابسته هستند نسبت به زنانی که در گروه‌های مذهبی محافظه‌کارانه عضویت دارند، تمایل بیشتری به بی‌توجهی به اخلاق دارند.

فورو و واگنر، (۲۰۰۰)، به نقل از سینها و گلس، (۲۰۰۷) گزارش دادند، در

^۱ Denton

^۲ Barnes, P

^۳ Zimmer, G, Melanie. H

^۴ Scott Jr and aet all

^۵ Aday

^۶ Garner

^۷ Ball, J., Armistead, I & Austin, b – J

^۸ Takyi

نوجوانان مذهبی تر ۱۲-۶ ساله افزایش مهار و کاهش رفتارهای خطرناک و رعایت موازین اخلاقی و مذهبی بیشتر بود.

طبق نظر شهید مطهری (۱۳۸۱) معنویت و آزادی معنوی انسان صرفاً از طریق نبوت، دین و کتاب‌های آسمانی تأمین می‌شود. لذا کلام خدا و حدیث بهترین منبع برای تدوین محتوا در فرایند تربیت اسلامی است. علاوه بر این، روش‌ها و فعالیت‌های مربوط به پرورش معنویت و اسلامی، باید مبتنی بر تعالیمی باشد که به‌طور عمده به واقعیت جهان هستی، انسان، جایگاه انسان در جهان، آفریدگار جهان و انسان، مبداء و مقصد آفرینش و غیره مربوط شود. از این رو به نظر می‌رسد نوعی از تربیت که شامل فرصت‌ها و فعالیت‌های آموزشی مربوط به اسلامی است، لزوماً به نقش وجود شناختی آنها در جهان هستی معطوف است. چنین برنامه‌ای یادگیرندگان را برای تماشای جلوه‌های متنوع هستی که آیه‌های علم، قدرت، عزت، لطف، عدالت و دیگر اسمای حق است، آماده می‌کند. بنابراین محتوای چنین برنامه‌ای علاوه بر بخش مبانی نظری که ترکیبی از اصول عقاید، عرفان نظری، تفسیر متون دینی، احکام عبادی، اخلاق، تاریخ و ادبیات است، یک بخش مقدماتی مربوط به آمادگی برای تحصیل دانش مفهومی و یک بخش مکمل مربوط به فعالیت‌های سلبی و ایجابی تهذیب نفس نیز در بر دارد. هدف اجرای چنین محتوایی، تعالی روح انسانی متربیان از طریق فعالیت‌های مربوط به تزکیه است.

درواقع، تأکید آموزه‌های اسلامی در تعاملات اجتماعی بر محور قراردادن خدا در تمام امور و روابط اجتماعی و انجام کار به نیت الهی تا با واکنش منفی مخاطب دچار دلسردی و تضعیف رابطه نشود. شناسایی افکار و باورها، انگیزه‌ها و خواسته‌ها و

نیازهای افراد و بکارگیری آن در روابط میان فردی بصورت ترجیح دادن نیازها و خواسته‌های دیگران بر نیازها و خواسته‌های خود و توجه به ویژگی‌هایی شخصیتی افراد و رعایت نکاتی که موجب رضایت یا عدم رضایت آنان می‌شود. علاوه بر این، رویکردهای تدریس در نظام‌های تعلیم و تربیت، می‌تواند بهترین موقعیت را برای تبلور و رشد معنویت در افراد فراهم نماید. برنامه‌درسی قلب نظام آموزشی است که می‌تواند شرایط، فرصت‌های مناسب، محتوا و نیز روش‌های مفیدی را برای پرورش و اعتلای وجود همه جانبه افراد تدارک دهد.

بنابراین، آشنایی نوجوانان با کاربردهای گوناگون مذهب در زندگی مانند کمک به تغییر نگرش نسبت به خود، تقویت رفتار مسئولانه، بهبود تعاملات اجتماعی با آموزش مهارت‌های لازم، نظر آنان را راجع به کارکرد تک بعدی و مربوط به حوزه‌های خاص را تغییر می‌دهد. همچنین، تغییر رابطه و طرز برخورد والدین با نوجوان، بهبود ارتباطات کلامی و غیرکلامی در رابطه والد-فرزندی و سالم‌سازی فضای خانواده موجب تغییر نگرش نوجوان نسبت به مذهب می‌شود. لازم به یادآوری است، مواردی مانند احترام گذاشتن و رعایت حقوق فرزندان، نظرخواهی از او، وفاداری به قول‌ها و وعده‌ها، استفاده از کلام مناسب از سوی والدین برخی از نکات اخلاقی را به نوجوان آموزش می‌دهد.

از آنجا که دین اسلام به طور عام و جامعه اسلامی ما به مثابه یک جامعه علمی اسلامی به منابع اسلامی و دینی در همه رشته‌های علمی توجه می‌نماید بنابراین منابع و مرجع‌های تدوین محتوای برنامه‌های درسی برای همه متخصصان و اساتید موجود می‌باشد و آموزش عالی کشورمان به برترین محتوای آموزشی در زمینه برنامه‌های

درسی معنوی مجهز می‌باشد. در واقع استادان و معلمان روند توسعه و رشد سبک زندگی اسلامی و جهت‌گیری مذهبی فراگیران را با بهره‌برداری از آموزه‌های تربیت اسلامی مانند؛ آموزش مباحث تربیت اسلامی به فراگیران؛ تغییر محتوای تربیت اسلامی متناسب با نیازهای متحول معاصر؛ کاربردی آموزه‌های مناسب پرورش مهارت‌های تفکر فراگیران بر اساس آموزه‌های تربیت اسلامی را امکان‌پذیرتر می‌نمایند.

بر اساس یافته‌های حاصله در پژوهش به برخی نکات اجرایی اشاره می‌گردد:

۱- آنگونه که به واسطه تحلیل برنامه درسی موجود مورد بررسی مشخص شد جهت‌گیری غالب در دوره نوجوانی کشور، مبتنی بر بعد دینی است، به منظور تحقق اهداف رشد و تعالی همه جانبه دانش آموزان لازم است که برنامه‌های درسی تربیت معنوی مورد تجدید نظر قرار گیرد تا تعادل برقرار گردد.

۲- با عنایت به طرح پیشنهادی حاضر، وزارت آموزش و پرورش و سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی، برنامه‌های درسی دوره دوران مختلف را مورد تجدید نظر قرار دهند و در تکمیل و ارتقای آنها تلاش نمایند. تلفیق آموزه‌های تربیت اسلامی در ابعاد اهداف، محتوا و روش‌ها و رهنمودهای تدریس و ارزشیابی می‌تواند در برنامه درسی تربیت اسلامی لحاظ گردند.

۳- طراحان و برنامه‌ریزان درسی، نگاه متعادل به ابعاد شناختی، عاطفی و عملکردی بر مبنای آموزه‌های تربیت اسلامی را به منظور رشد همه جانبه شخصیت یادگیرنده در دستور کار قرار دهند.

۴- به دانش‌آموزان فرصت داده شود که در هدف‌های یادگیری خود حق انتخاب داشته باشند و معلم فعالیت مطلوب را به نمایش گذارد و به دانش‌آموزان آموخته شود که به کمک هم فعالیت و تمرین کنند.

۵- طراحی برنامه درسی مورد نیاز جامعه و تلفیق با برنامه‌های درسی متفاوت با یکدیگر، تا زمینه‌های تحکیم معنویت در ابعاد اجتماعی، دینی، و اخلاقی در نظام آموزشی فراهم گردد.

۷- در تربیت اسلامی به وسیله توجه به نظرات، عقاید، نگرشها، رفتارها برنامه درسی تنظیم گردد و عملکرد آنها در ارزشیابی مورد توجه قرار گیرد.

۸- زمینه بحث و تبادل نظر پیرامون مسائل و مشکلات معنوی، تجزیه و تحلیل موقعیتی در هویت ملی و جهانی در برنامه‌های درسی ارائه گردد.

۹- برنامه‌ریزان و دست‌اندر کاران برنامه‌ریزی و تألیف لازم است ضمن مبادله اطلاعات با کشورهای دیگر از نتایج و دستاوردهای روزآمد سایر کشورها با توجه به شرایط ملی، فرهنگی، اعتقادی کشورمان استفاده نمایند.

منابع

- قرآن
- ابراهیم زاده، عیسی (۱۳۶۸)، *فلسفه تربیت*، چاپ ششم، تهران: دانشگاه پیام نور.
- ابن شعبه، حسن بن علی (۱۳۸۲)، *تحف العقول*، (مترجم: صادق حسن زاده)، قم: آل علی.
- احسانی، محمد (۱۳۷۸)، *تربیت دینی خانواده، نشریه معرفت*، شماره ۳۲، بهمن.
- اسکندری، حسین؛ کیانی، ژاله (۱۳۸۶)، *تأثیر داستان بر افزایش مهارت فلسفه ورزی و پرسش‌گری دانش‌آموزان فصلنامه مطالعات برنامه‌درسی*، دوره ۲، ش ۷، صص ۳۶-۱.
- آذربایجانی، محمد (۱۳۸۵)، *مقیاس سنجش دینداری تهیه و ساخت آزمون جهت گیری مذهبی یا تکیه بر اسلام*، چاپ دوم، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- باقری، خسرو (۱۳۹۰)، *نگاهی دوباره به تربیت اسلامی*، جلد ۲، تهران: انتشارات مدرسه.
- پسندیده، عباس (۱۳۸۹)، *کانون مهرورزی، عوامل پایدار خانواده در اسلام*، تهران، مرکز امور مشارکت زنان ریاست جمهوری.
- پورافکاری، نصرت‌الله (۱۳۸۵)، *خلاصه روانپزشکی کاپلان و سادوک*، تبریز: انتشارات شهرآب.
- حسینی، سید ابودر (۱۳۹۲ش)، *روش‌های تأمین بهداشت روان فردی از دیدگاه قرآن و احادیث*، دانشگاه علوم اسلامی رضوی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد.
- سام آرام، عزت‌الله؛ هزار جریبی، جعفر؛ فداکار، محمدمهدی؛ کرمی، محمدتقی؛

- شمسایی، محمدمهدی (۱۳۹۲)، سلامت معنوی؛ چارچوب، محدوده و مؤلفه‌های مبتنی بر آموزه‌های اسلام، *فصلنامه برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی*، شماره ۱۴: ۱-۲۳.
- شریفی، عنایت‌الله؛ لطفی، مهر علی (۱۳۹۲)، *سبک زندگی خانوادگی در قرآن و سنت پیشوایان معصوم (ع)*، پژوهشنامه معارف قرآنی، شماره ۱۴، ص ۸۱-۹۰.
- صادقی، منصوره، مظاهری، محمدعلی و حیدری، محمود (۱۳۸۶)، بررسی رابطه سبک‌های تربیتی و تربیت دینی با میزان مذهبی بودن والدین، *مطالعات اسلام و روانشناسی*، سال اول، شماره ۱، صص ۱۱-۳۲.
- علم‌الهدی، جمیله (۱۳۹۱)، ضرورت تبیین تعلیم و تربیت اسلامی، *فصلنامه روش‌شناسی علوم انسانی*، حوزه و دانشگاه، شماره ۳۲، صص ۳۳-۴۹.
- فاضل‌قانع، حمید (۱۳۹۲)، *سبک زندگی بر اساس آموزه‌های اسلامی*، قم: مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما.
- فکوری، الهام؛ پیله‌ورزاده، مطهره؛ شمسی، افضل؛ قادری، مصعب (۱۳۹۴)، ارتباط باورهای مذهبی با عزت نفس در دانشجویان، *مجله علوم پزشکی زانکو*، صص ۵۰-۶۰.
- کاویانی ارانی، محمد (۱۳۸۸)، *نظریه سبک زندگی بر اساس دیدگاه اسلام و ساخت آزمون سبک زندگی اسلامی و بررسی ویژگی‌های روانسنجی آن*، پایان‌نامه دکتری، دانشگاه اصفهان.
- کلینی، محمد بن یعقوب (۱۳۶۹)، *اصول کافی*، تهران: اسلامیه.
- کاویانی، محمد (۱۳۸۸)، *تربیت اسلامی گذر از اهداف کلی به اهداف رفتاری*، مجله پژوهش‌های میان رشته‌ای قرآن کریم، شماره ۳، ص ۲.
- مجلسی، محمدباقر (بی‌تا)، *بحارالانوار*، بیروت: اسلامیه.

- خطیبی، حسین؛ ساجدی، ابوالفضل (۱۳۹۲)، مروری بر شاخص‌های سبک زندگی اسلامی، معرفت، سال ۲۲، شماره ۱۸۵، صص ۱۳-۲۳.
- جوادی آملی، عبدالله (۱۳۷۹)، *تفسیر تسنیم*، چ دوم، قم، اسراء.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۴ق)، *بحار الانوار*، بیروت، مؤسسه الوفاء.
- کاویانی، محمد (تابستان ۱۳۹۰)، کمی‌سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی، *مجله روانشناسی و دین*، ۴(۲)، صص ۲۷-۴۴.
- مهدوی کنی، محمدسعید (بهار ۱۳۸۷)، مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی، *مجله تحقیقات فرهنگی ایران*، ۱(۱)، صص ۱۹۹-۲۳۰.
- محمدی ری شهری، محمد (۱۳۸۴)، *منتخب میزان الحکمه*، حمیدرضا شیخی، مترجم. قم: انتشارات دارالحدیث.
- هوشنگی، حسین؛ امین ناجی، محمد هادی؛ جمشیدی راد، محمدصادق و موسایی پور محبوبه (تابستان و پاییز ۱۳۹۳)، اهمیت و جایگاه عشق بین همسران در سبک زندگی اسلامی، *دو فصلنامه علمی- پژوهشی مطالعات قرآن و حدیث*، ۷(۱۴)، صص ۱۶۳-۲۳۴.
- شریعتی، سیدصدرالدین (۱۳۹۲)، درآمدی بر سبک زندگی اسلامی در آیات و روایات، *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، س ۴، ش ۱۳.
- باقری، خسرو (۱۳۸۰)، تربیت دینی در برابر چالش قرن بیست و یکم، *نشریه: علوم سیاسی، بازتاب اندیشه*، شماره ۱۵.
- کاویانی، محمد (۱۳۹۱)، *سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن*، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

- مهدوی کنی، محمدسعید (۱۳۸۷)، *دین و سبک زندگی*، تهران: دانشگاه امام صادق (ع)، چاپ دوم.
- مصباح، محمدتقی (۱۳۹۲)، «سبک زندگی اسلامی، ضرورت‌ها و کاستی‌ها»، *ماهنامه معرفت*، قم (مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، شماره ۱۸۵، ص ۶).
- مهدوی کنی، محمدسعید؛ (۱۳۸۶)، «مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی»، *فصلنامه تحقیقات فرهنگی*. سال ۱، شماره ۱، ص ۲۰۱، ۵۷.
- شریفی، احمدحسین؛ (۱۳۹۱)، *اخلاق و سبک زندگی اسلامی؛ همیشه بهار*، قم: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها، دفتر نشر معارف.
- مظاهری، اکرم (۱۳۸۲)، *بررسی تأثیر آموزش گروهی عزت نفس به شیوه رفتاری و رفتاری- شناختی بر سازگاری اجتماعی دانشجویان ساکن خوابگاه دانشگاه اصفهان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
- نایب پور، علی؛ موسوی، محمدرضا (۱۳۹۵)، تبیین نقش آموزش مبتنی بر تعلیم و تربیت اسلامی در پیشگیری از آسیب‌های فردی- روانی فضای سایبری، *فصلنامه پژوهش‌های اطلاعاتی و جنایی*، شماره ۴۹، صص ۹-۳۹.
- نیکوی، مریم، سیف، سوسن (۱۳۸۴)، بررسی رابطه دینداری با رضایتمندی زناشویی. *نازه‌های پژوهش*، دوره ۴، شماره ۱۳، صص ۶۱-۷۹.
- هادیانفرد، حبیب (۱۳۸۴)، *احساس ذهنی بهزیستی و فعالیت‌های مذهبی در گروهی از مسلمانان*. اندیشه و رفتار، ۱۱ (۲): ۲۲۴-۲۳۲.
- حسینی قمی، طاهره و حسین سلیمی بجستانی (۱۳۹۰)، «رابطه جهت‌گیری مذهبی و تاب‌آوری در بین مادران دارای فرزندان مبتلا به بیماری»، *روان‌شناسی و دین*، سال چهارم، ش ۳، ص ۶۹-۸۲.

- البرزی، محبوبه و بهرام جوکار (۱۳۸۴)، «مقایسه خودگردانی مذهبی دانش‌آموزان تیزهوش با دانش‌آموزان عادی در شهرستان شیراز»، *مطالعات روان‌شناختی*، ش ۲ و ۳، ص ۸۴-۹۶.
- فاضلی، محمد (۱۳۸۲)، *کتاب مصرف و سبک زندگی*، چاپ اول، ناشر صبح صادق.
- McCormick, J. (2009), Religious orientation and locus of control, Presented at the Australian Association for Research in Education Annual Conference, 4-7 December, Sydney, p. 22-24.
- Ball, J., Armistead, I & Austin, b – J. (2003), The relationship between religiosity and adjustment among African – American, females, urban adolescents. *Journal of adolescence*. 26. pp,431-446.
- Ball, J., Armistead, I & Austin, b – J. (2003), The relationship between religiosity and adjustment among African – American, females, urban adolescents. *Journal of adolescence*. 26. pp,431-446.
- Barnes, P. (2008), Michael hand, is religious education possible?. *Stud philos educ*. 27. 63-7.
- Barnes, P. (2008), Michael hand, is religious education possible?. *Stud philos educ*. 27. 63-70.
- Elkins, D.N., Hedstorm, L.J., Hughes, L.L., Leaf, J.A. and Saunders, C. (1988), Towards A Humanistic-phenomenological Spirituality: Definition, Description, and Measurement, *Journal of Humanistic Psychology*, 28(4):5-18.
- Koenig H. (1998), The role of religion in medical rehabilitation outcomes: A longitudinal study. *International Journal of Psychiatry*. 1998; 13: 213-224.
- Krause N. (2003), Religious meaning and subjective well-being in late life. *The Journal of Gerontology*. 2003; (58) 160-170.

- Lopez, S.J. and Kerr, B.A. (2006), An open source approach to creating positive psychological practice: a comment on Wong's strengths centered therapy. *Psychotherapy: theory, research, practice, training*, 43, 2, 147-150.
- Lopez, S.J., and Snyder, C.R. (Eds). (2003a), *Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Maselko J, Kubzansky LD. (2006), Gender differences in religious practices, spiritual experiences and health: results from the US General Social Survey. *Social Science & Medicine*. 2006; 62: (11) 2848- 2860.
- Maselko J, Kubzansky LD. (2006), Gender differences in religious practices, spiritual experiences and health: results from the US General Social Survey. *Social Science & Medicine*. 2006; 62: (11) 2848- 2860.
- McCullough M, Willoughby B. (2009), Religion, self-regulation, and self-control: Associations, explanations and implications. *Psychological Bulletin*. 2009; 135: (1) 69- 93.
- Scott Jr I, Munson. M, Curtis M. J, O'Neil M. (2006), Religious involvement and its association to risk behaviors among older youth in foster care. *AmJ community psychol.* 38. PP, 223-236.
- Scott Jr I, Munson. M, Curtis M. J, O'Neil M. (2006), Religious involvement and its association to risk behaviors among older youth in foster care. *AmJ community psychol.* 38. PP, 223-236.
- Sinha. J, Guller. R. (2007), Adolescent risk behaviors and religion: Finding from a national study. *Journal of adolescence*. 30. pp, 231-249.
- Takyi. B. (2003), Religion and women's health in Ghana: Insights into HIV/AIDS preventive and protective behavior. *Social Science & Medicine* 56 pp, 1221-1234.
- Zimmer. G, Melanie. H. (2008), Ten years of longitudinal research on U.S. adolescent sexual behavior: Developmental correlates of

sexual intercourse, and the importance of age, gender and ethnic background. *Developmental Review*. 28. pp, 153-224.

- Allport. G. W., and Ross, J.M. (1967), Personal religious orientation and prejudice, *Journal of Personality and Social Psychology* 5, pp. 432-443.
- Batson. Et al. (1993), Religion and the individual. A social-psychological perspective, Oxford University Press, Oxford.
- Wright et al. (1993), Church attendance, meaningfulness of religion, and depressive symptomatology among adolescents, *Journal of Youth and Adolescence* 22 (5), pp.559-568.