

## چالش‌های سبک زندگی در خانواده ناشی از ناآشنایی با حقایق اسلامی\*

□ خدیجه دروگر<sup>۱</sup>

### چکیده

خانواده و مباحث مرتبط با آن موضوعی بسیار گسترده است که در ده‌ها کتاب و رساله نمی‌توان به طور کامل به آن پرداخت. در این مجال آنچه مورد مذاقه قرار گرفته است، پی‌گیری پاسخ به این پرسش است که چرا با وجود محتوای غنی اسلامی و با وجود دسترسی به حقایق مسلم دینی، در زمینه سبک‌های زندگی، امروزه گاهی شاهد نابسامانی در عمل به آنها در حوزه زندگی فردی و اجتماعی هستیم. این نوشتار ابتدا نگاهی گذرا به مفهوم سبک زندگی از دیدگاه علوم اجتماعی و روان‌شناختی داشته، سپس به مسأله چالش‌های سبک زندگی می‌پردازد. در پایان به ارائه راه کارهایی متکی بر آموزش جهت کاهش این چالش‌ها پرداخته است. ره‌آورد این پژوهش این است که خلأ وجود قالب‌های نو و به روز، که بتوان محتوای غنی اسلامی را در پوشش آن به خانواده و جوانان ارائه کرد، همچنان باقی است. **واژگان کلیدی:** سبک زندگی، خانواده، محتوای اسلامی، قالب‌های فرهنگی.

جامعه اسلامی ما بیش از پیش نیاز به تقویت و تحکیم نظام خانواده دارد. در جوامعی مانند جامعه ما هر نوع پرورش اخلاقی و تربیت اجتماعی را باید از خانواده آغاز کرد. چنانچه به هر دلیلی نتوانیم زیر بنای جامعه اسلامی را مستحکم کنیم، نخواهیم توانست معیارها و ارزش‌های والای انسانی را به نسل‌های بعد منتقل کنیم. اگر بخواهیم نابسامانی‌های اخلاقی و اجتماعی را تنها از راه قوانین و مجازات‌های فردی مانند زندان، جریمه و... برطرف سازیم، خواه ناخواه بزه کاری، انحراف و تخلف از قوانین، قابل کنترل نخواهد بود. گرچه در مواردی نیز جامعه در به کار بردن این روش‌ها ناگزیر خواهد بود. تأثیر و تأثر خانواده و جامعه بر یکدیگر از دیرباز مورد توجه ادیان، متفکران و در قرن اخیر، علم بوده است. این مهم در علوم اجتماعی، به خصوص جامعه‌شناسی و روان‌شناسی، دغدغه‌ای دیرینه محسوب می‌شود. چنان که در سال ۱۸۹۴ در مکتبی که به نام جامعه‌شناسی شیکاگو تشکیل شده بود، یکی از فرضیات اصلی آن چنین عنوان شد: ما خانواده و رشد اثرات صنعتی و تمدن را بر روی آن درک می‌کنیم و آنچه باید انجام دهیم حل مشکلات حاصله از این تمدن و تقویت خانواده است. در بین سال‌های ۱۹۲۰ تا ۱۹۵۰ بررسی خانواده و تعاملات و پویایی‌های آن یکی از مسائل اصلی علم جامعه‌شناسی گردید. از سال ۱۹۵۰ تاکنون نیز در حوزه علوم اجتماعی و روان‌شناختی فعالیت‌های پژوهشی و تئوری‌پردازی در حوزه خانواده گسترش چشم‌گیری یافته است (سیف، ۱۳۷۷). با نگاهی هر چند اجمالی به سبک و سیاق زندگی اسلاف‌مان و مقایسه آن با زندگی کنونی خویش به سهولت می‌توان دریافت که در تمامی حوزه‌های زندگی خانوادگی تغییراتی رخ داده است. تغییرات در آمارهای ازدواج و طلاق، تعداد زاد و ولد، مشکلات خانوادگی و تغییر در الگوهای ازدواج، سن ازدواج، تغییرات الگوی تحصیلات و اشتغال، مخصوصاً در زنان، تغییرات در الگوهای ارتباطی، تغییر در اندازه خانواده و تعداد فرزندان، افزایش سن ازدواج و افزایش

تجرد، افزایش طلاق، روابط فرازنشویی و گرایش به مدگرایی و مددوستی را می‌توان به عنوان نمونه‌هایی از تغییرات گسترده‌ای که در سبک زندگی خانواده‌های ایرانی به وجود آمده است، ذکر کرد.

همزمان با این تغییرات، که در سطح خانواده‌ها ایجاد شده است، پیشرفت‌های شگرف تکنولوژی، و فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات نیز در سطح جامعه ایجاد شده است. نوآوری‌های تکنولوژی خواه ناخواه بر عواملی که برشمردیم تأثیرات عمیقی دارد. بعضی از تغییراتی که مطرح گشت، در جهت هدف‌غایی و نهایی انسان، یعنی رسیدن به کمال، می‌باشد و جامعه و به تبع آن افراد را در نیل به آن یاری می‌رساند؛ مانند افزایش سطح تحصیلات، اشتغال و...، اما بعضی تغییرات که در سبک زندگی امروز جامعه ما ایجاد شده است، بدون توجه به ساختارهای فرهنگی - هویتی موجود وارد سبک زندگی‌های جامعه شده است و چون بعضی از آنها مانند افزایش سن ازدواج، تجرد، روابط و آمیختگی‌های افراطی در روابط زن و مرد و... با پیشینه فرهنگی، دینی و هویتی و ارزشی خانواده‌های ایرانی در تناقض است، می‌رود تا به آسیب‌های جبران‌ناپذیری تبدیل شود.

نهادهای اجتماعی ما اعم از خانواده و نهادهای فرهنگی - آموزشی نتوانسته است افراد خود را در مقابل این آسیب‌ها مصون نماید. سؤال اساسی که مطرح می‌شود، این است چرا با وجود پیشینه غنی فرهنگی و متنی و محتوای غنی اسلامی و ایرانی، آن گونه که شایسته است، این حقایق اسلامی در متن خانواده و سبک زندگی فردی و اجتماعی جامعه ما به کاربرد نرسیده است. به عبارت دیگر جامعه نتوانسته است ره‌آوردهای تکنولوژی و فن‌آوری را با ساختارهای ارزشی موجود درآمیزد و در قالبی اثربخش در اختیار خانواده قرار دهد. چرا در دهه‌های اخیر شاهد رشد فزاینده بی‌اخلاقی در ارتباطات انسانی، نقض حقوق شهروندی، بی‌اعتنایی به قانون و احیاناً بی‌انگیزگی در گرایش به دین و کشش به سمت فرهنگ‌های غیراسلامی، مخصوصاً در بین جوانان یا نوجوانان هستیم؟ امروزه در بعضی خانواده‌ها و حتی سیستم اجتماعی شاهد سبک‌های رفتاری و اعتقادی نیمه

اسلامی نیمه غربی هستیم که عموماً با هم در تعارض اند و افراد خانواده، مخصوصاً جوانان را دچار گم‌گشتگی هویت و سرگردانی می‌نماید. به عنوان نمونه‌ای از این تعارض می‌توان به افزایش سن ازدواج اشاره کرد. سن ازدواج به دلایلی همچون مدل‌سازی از الگوهای غربی، مسائل مالی، رسم و رسوم سخت‌گیرانه، تغییر نگرش جوان و خانواده و... تا مرز ۳۰ سالگی افزایش می‌یابد، در حالی که همزمان در اثر محرک‌های تبلیغاتی موجود در شبکه‌های تلویزیونی، ماهواره‌ای، اینترنت و...، سبک‌های تربیتی ناصحیح، تغییر الگوهای تغذیه و بهداشت و... بلوغ جسمی و جنسی نوجوانان شتاب می‌گیرد و به اصطلاح بلوغ زودرس حاصل می‌گردد و اینک در فاصله سال‌های بلوغ تا ازدواج، هیچ راه حلی جهت کنترل یا رفع نیازهای جسمی و عاطفی به جوان آموزش داده نشده است. در این وضعیت یا جوان به روابط نامشروع روی می‌آورد، یا پنهان از خانواده به ازدواج موقت اقدام می‌کند، و یا با کشمکش‌های شدید روحی و روانی مواجه می‌شود، که همه این موارد سیستم خانواده و سلامت روان فرد را به خطر می‌اندازد. این مورد جهت نمونه مطرح گردید تا آشکار شود که هر تغییر به ظاهر کوچکی که در سطح فردی و خانوادگی برای افراد جامعه رخ می‌دهد، چه آثار دامنه‌داری در سطح خانواده و اجتماع در پی خواهد داشت. در این نوشتار قصد داریم به بررسی چالش‌هایی از این دست که در سبک زندگی امروز در جامعه ما به وجود آمده است، پردازیم و بدین منظور ابتدا باید مقصودمان از مفهوم سبک زندگی را روشن نماییم. بدین دلیل اگر بخواهیم به چالش‌های سبک زندگی تیزبینانه بنگریم، باید ابتدا روشن نماییم که در حوزه نظری مورد پژوهش ما این مفهوم چه تعاریف و کاربردهایی دارد. در این رهگذر ابتدا نگاهی به تعاریف سبک زندگی از نگاه علوم اجتماعی و نظریه پردازان این حوزه خواهیم داشت. سپس تاریخچه ظهور این مفهوم در علوم اجتماعی به ویژه روان‌شناسی را مورد توجه قرار می‌دهیم. در ادامه به چالش‌هایی که خانواده در جامعه کنونی ایران با آن دست به گریبان است، نگاهی اجمالی می‌اندازیم

وسپس راه‌های برون رفت از این چالش‌ها را مورد بحث قرار می‌دهیم.

### مفهوم سبک زندگی (Life Style) و مصادیق آن

مفهوم «سبک زندگی» از جمله مفاهیم علوم اجتماعی و علم جامعه‌شناسی و مردم‌شناسی است که در این علوم قدمت قابل توجهی دارد، اما در سال‌های اخیر، به خصوص در ایران کاربرد پژوهشی و عملیاتی بیشتری یافته است. کاربردهای متفاوت و گاه متعارض آن را به مفهومی مبهم تبدیل کرده است. از آنجا که مفاهیم مورد استعمال در علوم مختلف را باید در فضای مفهومی آن علم مورد مذاقه و بررسی قرار داد و این مفاهیم در ساختار مفهومی مورد استعمال برای مخاطبان قابل درک خواهد بود. برای یک مفهوم ثابت بسته به کاربرد و حوزه مورد استعمال آن ممکن است تعاریف و مصادیق بسیار متفاوتی وجود داشته باشد. چنان که در خصوص مفهوم سبک زندگی، که در این نوشتار مورد توجه ماست، مهدوی کنی (۱۳۸۶) به نقل از هندری می‌گوید: کاربردهای سبک زندگی اغلب آن را به همان گویی و کلی گویی کشانده و از آن برای همه چیز و هیچ چیز استفاده شده است به گونه‌ای که گاهی آن را به اشتباه حتی معادل فرهنگ در نظر می‌گیرند.

### تعاریف سبک زندگی از نگاه علوم جامعه‌شناختی

از نگاه جامعه‌شناختی شیوه زندگی یا سبک زیستن منعکس کننده گرایش‌ها، تمایلات، رفتارها، عقاید و ارزش‌های یک فرد یا جامعه است و مجموعه‌ای از طرز تلقی‌ها، عادت‌ها، نگرش‌ها، سلیقه‌ها، معیارهای اخلاقی و سطح اقتصادی، در کنار یکدیگر طرز زندگی کردن فرد یا گروهی را می‌سازند. سبک زندگی، گاهی برای توصیف شرایط زندگی انسان استفاده می‌شود.

جوانس و همکاران (۲۰۰۵) سبک زندگی را به صورت مجموعه‌ای از الگوها شامل فعالیت‌ها، باورها، مهارت‌ها، و روابط بین فردی تعریف می‌کنند. آنها

معتقدند سبک زندگی توسط عواملی همچون سن، جنس، نژاد و مخصوصاً سطح اقتصادی - اجتماعی فرد تحت تأثیر قرار می‌گیرد.

سبک‌های زندگی مجموعه‌ای از طرز تلقی‌ها، ارزش‌ها، شیوه‌های رفتار، حالت‌ها و سلیقه‌ها در هر چیزی را در برمی‌گیرد. موسیقی عامه، تلویزیون، آگهی‌ها، همه و همه تصویرها و تصویرهایی بالقوه از سبک زندگی فراهم می‌کنند. سبک زندگی مفهومی بسیار مهم است که اغلب برای بیان روش زندگی مردم توأم با طیف کاملی از ارزش‌ها، عقاید و فعالیت‌های اجتماعی به کار می‌رود. می‌توان گفت سبک زندگی از الگوهای فرهنگی، رفتاری و عاداتی شکل می‌گیرد و افراد به طور روزمره آنها را در زندگی فردی و اجتماعی خود به کار می‌گیرند. افراد به واسطه کنش‌های اجتماعی متقابل خود با والدین، دوستان، هم‌سالان، آشنایان و رسانه‌های جمعی الگوهای رفتاری را می‌آموزند. به عبارتی سبک زندگی شامل فعالیت‌های معمول و روزانه است که شخص آنها را در زندگی خود به کار می‌گیرد. این البته به معنای عام و کلی این مفهوم است.

سبک زندگی به عنوان مجموعه‌ای از ذائقه‌ها، باورها و کردارهای نظام‌مندی که یک طبقه یا بخشی از یک طبقه معین را مشخص می‌کند نیز تعریف شده است. در این راستا، برای مثال سبک زندگی شامل، عقاید سیاسی، باورهای فلسفی، اعتقادات اخلاقی، ترجیحات زیبایی شناختی و نیز اعمال جنسی، غذایی، پوشاکی و فرهنگی و غیره می‌شود؛ چرا که مفهوم سبک زندگی در نگاه جامعه شناختی زیمیل آن را نماد فردیت برتر، و بلن نماد ساز و کار روحی و عادات فکری، و بر این مفهوم را نماد منزلت اجتماعی می‌داند و جمعی دیگر از اندیشمندان سبک زندگی را نماد هویت فردی و اجتماعی می‌دانند.

گستره و حوزه مفهوم سبک زندگی خالی از مناقشات بی‌پایان اصحاب علوم اجتماعی نبوده است. برخی تلاش کرده‌اند تا با قرار دادن سبک زندگی، ذیل مفهوم طبقه اجتماعی، پویایی و غنای بیشتری بدان «طبقه» بخشند. اما در مقابل عده بیشتری سبک زندگی را مفهومی در عرض طبقه و امری و رای تقسیمات

طبقاتی قلمداد کرده‌اند. این که آیا سبک زندگی فقط رفتار و نمودهای بیرونی فرد را شامل می‌شود یا ذهنیت و نگرش او را نیز دربرمی‌گیرد، محل نزاع دیگری بوده است. اغلب قلمرو این مفهوم آن چنان گسترده تعریف شده است که همه چیز، از الگوی مصرف، نوع پوشش، دکوراسیون خانه و محل کار، ژست‌های رفتاری، نحوهٔ صحبت، فعالیت‌های اوقات فراغت تا نگرش‌های سیاسی و اجتماعی و علاقه‌مندی‌های شخصی را دربرمی‌گیرد. با این وجود بخش اعظم کارهای تجربی که در آن از سبک زندگی به عنوان یک ابزار تحلیلی استفاده شده، این مفهوم را در نسبت با دو مقوله مورد استفاده قرار می‌دهد؛ مصرف و گذران اوقات (مک کی ۱۹۶۹).

مصادیق و مؤلفه‌های سبک زندگی: عناصری که در مجموع توسط محققین به عنوان سبک زندگی نگریسته می‌شود، عبارتند از شیوهٔ تغذیه، خودآرایی (نوع پوشاک و پیروی از مد)، مسکن، وسیلهٔ حمل و نقل، گذران اوقات فراغت، تفریح، رفتارها، احساسات و هدف‌گزینی‌ها، نگرش‌ها و علاقه‌ها و... لوید و وارنر، در بررسی خود از سبک زندگی، علاوه بر فاکتورهای فوق به تفاوت‌های دینی چشم‌اندازهای اخلاقی، ارزش‌های سیاسی، الگوهای زندگی خانوادگی و روابط زناشویی و تربیت کودک هم اشاره کرده‌اند (مک کی، ۱۹۶۹).

### سبک زندگی در اسلام

فطرت اصلی‌ترین سرمایه و برترین توشه‌ای است که خداوند به انسان عطا کرده است، تا راه رشد و شکوفایی و کمال را پیدا کند. بر این اساس فطرت می‌تواند پایهٔ محکم سبک زندگی انسان قرار گیرد، تا در پرتو این حقیقت ثابت، پایدار و همگانی که در نحوهٔ هستی و خلقت آدمی است، سبکی از زندگی را رقم بزند که به «زندگی فطری» منتهی شود؛ و بر ارزش‌های فطری همچون حق‌طلبی، مطلق خواهی، زیبایی دوستی و... پای‌بند باشد.

سبک زندگی اسلامی، فعل و انفعال فرد را در اسلام به عنوان کامل‌ترین

مکتب زندگی، جامع‌ترین و در عین حال زیباترین سبک زندگی که مطابق با خواست فطری بشر نیز می‌باشد، مطرح کرده است، و برای تمامی جزئیات زندگی فردی و اجتماعی، براساس زیربنای فطری و وجودی انسان دستورالعمل ارائه نموده است. از جمله توجه اسلام به موارد ریز و درشت سبک زندگی و ارائه راه کارهای عملیاتی برای آن. از جمله این ساحت‌ها می‌توان به مواردی همچون سیمای ظاهر، نحوه سکونت و محل آن، کار، مرکب، کالاهای مصرفی، خوراک، ارتباط زن و مرد، روابط اجتماعی، مشورت خواهی و موارد بسیار دیگر اشاره کرد، که همگی در یک مسیر هماهنگ شکل گرفته‌اند و انسان را به سمت سعادت رهنمون می‌شود (طه/۱۳۲؛ کهف/۴۶ و ابراهیم/۴۰) ... از آنجا که اسلام بر فطرت الهی انسان استوار است. لذا این سبک زندگی نیز فطرت - پایه است.

در این نگاه، سبک زندگی فطری، مجموعه رفتارها و کنش‌هایی است که مبتنی بر ارزش‌های فطری انسان بنا شده است، تا گام به گام او را در مسیر سعادت و تعالی قرار دهد. از این رو، این طرز تلقی از سبک زندگی ریشه‌ای عمیق در وجود و هویت حقیقی آدمی دارد، که بر زندگی و حیات سایه می‌افکند و زندگی روزمره او را معنایی متعالی می‌بخشد و انسان را از روزمرگی خسته کننده و تکرار مکررات نجات می‌دهد.

در این سبک، ظواهر و روبناهای زندگی (مانند شیوه پوشش، تنوع غذایی، نوع خودرو، سبک معماری منزل، میزان و تنوع مصرف، انواع سرگرمی و نیز رفتارهای اجتماعی مانند عادات و رسوم، شیوه برخورد و سخن گفتن، شیوه برپایی مراسم و جشن‌ها و بسیاری از موارد دیگر) نیز با فطرت هماهنگ می‌شوند و سمت و سوی حیات آدمی را فطری می‌کنند. لذا انسان دچار تضاد درونی و تعارض دنیا و آخرت؛ لذت و حکمت؛ شهوت و معنویت و معیشت و ابدیت نخواهد شد. زندگی فطری در تعادل و تعامل سالم جنبه زمینی انسان با بعد ملکوتی و فرشته خویی او شکل می‌گیرد و رشد و شکوفایی همه جانبه بر



زندگی انسان سایه می‌افکند. یعنی همه ابعاد وجودی انسان و همه قوای آن به میزان ضروری و لازم یکدیگر را برای رساندن به سعادت یاری می‌رسانند. (مهدوی کنی، ۱۳۸۶). چنان که پژوهش‌های بسیاری که در حوزه روان‌شناسی دین انجام گرفته است، بر این امر صحنه می‌گذارد (ر.ک: یزدانی و غضنفری، ۱۳۸۵؛ شاکری نیا، ۱۳۸۸ و یاسمی‌نژاد، ۱۳۹۰). جامعه ایران جامعه‌ای اسلامی است. اصولی که بر فرهنگ، آموزش و روابط یا به تعبیری زندگی اجتماعی حاکم است، اصولی مبتنی بر قوانین اسلامی است. سبک زندگی نمی‌تواند جدای از باورهای حاکم بر فرد و خانواده باشد. اگر فرد باورهایش با سبک زندگی‌اش هم‌جهت نباشد، دچار سردرگمی می‌شود. دین یکی از پارامترهای تأثیرگذار و ارزش‌مند در سبک زندگی به ویژه سبک زندگی اسلامی - ایرانی است و در هر کجا که شکل بگیرد می‌تواند به کمک فرهنگ و آداب و رسوم بیاید. یک مدل رفتاری اگر در قالب دینی درست و صحیح ارائه شود، می‌تواند تأثیرات مثبتی بر جای گذارد. لذا وجود دین در حوزه مسائل خانواده و نقش مؤثر آن در سبک زندگی بسیار با ارزش است. سبک زندگی دینی مبتنی بر باور دینی است: سبک زندگی دینی ارتباط خیلی نزدیک و محکمی با اعتقاد به خدا یا اعتقادات دینی هر فردی دارد. سبک زندگی خدا‌باورانه در مسائلی همچون قناعت، عدم حرص، خیرخواهی برای دیگران و نوع دوستی و بسیاری از منافع اجتماعی و فردی مؤثر است؛ چنان که دین اسلام در آموزه‌های خود از طریق آیات و احادیث بر این مسائل بسیار تأکید کرده است. با توجه به قدرت دین در جامعه و وجود روش زندگی سعادت‌مند در دین اسلام لازم است عالمان ما با توجه به شرایط موجود برای مردمی که می‌خواهند دین‌دار و سالم زندگی کنند باید سبک زندگی اسلامی - ایرانی را در جامعه ترویج نمایند و مردم را با مؤلفه‌های این نوع زندگی آشنا سازند. اگر سبک زندگی مبتنی بر جامعه اسلامی با سبک زندگی جامعه مسیحی و هر دو با سبک زندگی سکولار متفاوت هستند، به دلیل تفاوت نظام اجتماعی این جوامع است و این تفاوت به تبع تفاوت در باورها و جهان‌بینی‌ای

است که آن جوامع دارند. اگر می‌خواهیم که جامعه‌ای سالم و خانواده‌ای مناسب داشته باشیم، لازم است بدانیم که با چه سبکی زندگی می‌کنیم و براساس کدام الگوها، معیارهای خودمان را به وجود می‌آوریم. دین اسلام به دلیل غنایی که دارد می‌تواند منبع خوبی برای تدوین یک سبک زندگی باشد تا انسان با رعایت اصول این سبک خود را به کمال رهنمون سازد.

### سبک زندگی در روان‌شناسی

روان‌شناسی و علوم شناختی از ابتدای پیدایش و شاید بتوان گفت در فلسفه پیدایش خود توجه به انسان، نیازها، پویایی‌ها و رفتارهای انسان را به عنوان یک موضوع محوری با خود همراه داشته است. آن زمان که رفتارگرایان انسان را تنها برون‌داد رفتاری او می‌دانستند و معتقد بودند که فقط آنچه قابل مشاهده است در انسان ارزش بررسی دارد. می‌گفتند محرکی در محیط وجود دارد و پاسخی را در ارگانیزم موجود زنده برمی‌انگیزد و تنها همین رفتار قابل مشاهده ارزش بررسی دارد. زمانی دیگر روان‌شناسی از این نگاه مکانیکی به انسان روی گرداند و با رویکردهای درون‌نگرانه‌تر انسان را مورد مشاهده قرار داد و او را مقهور نیازهای درونی‌اش دانست و سال‌های اولیه کودکی را در تعیین سرنوشت زندگی بزرگ‌سالی‌اش مهم ارزیابی کرد. اکنون که آن نگاه‌های افراطی جای خود را به دیدگاه‌های چند وجهی در موضوع انسان داده است، همواره انسان، پویایی‌های او و سبک‌های کنش و واکنش او با جهان بیرون و به تعبیر دیگر سبک زندگی انسان، اعم از سبک زندگی روانی خانوادگی و اجتماعی او موضوع محوری در این علم بوده است.

اما تاریخچه مفهوم سبک زندگی به طور مشخص در متون روان‌شناختی به نظریات آلفرد آدلر در دهه‌های اول قرن بیستم بازمی‌گردد.

آدلر به خلاف هم عصران خود، انسان را قربانی تعارضات و غرایز و یا موجودی که به وسیله نیروهای زیستی و تجربیات کودکی خود محکوم باشد، و

یا ماشینی که به وسیله محیط برنامه‌ریزی شده باشد نمی‌دانست. او رویکرد خود را روان‌شناسی فردنگر (individual psychology) خواند، زیرا بر بی‌نظیر بودن هر فرد تأکید داشت و عمومیت انگیزه‌ها و اهداف را، که زیگموند فروید به انسان نسبت داد، قبول نداشت و نگاه ماشینی و مکانیکی محیط‌گرایان را نیز مطرود می‌دانست.

آدلر معتقد بود هدف نهایی همه انسان‌ها برتری و کمال است. اما افراد از طریق رفتارهای خاص بسیار متنوعی سعی می‌کنند به آن برسند. هر فرد الگوی منحصر به فردی از ویژگی‌ها، رفتارها و عادت‌ها را پرورش می‌دهد که به آن سبک زندگی می‌گویند. او معتقد بود هر کاری که انجام می‌دهیم به وسیله سبک زندگی بی‌نظیر ما شکل گرفته و توصیف می‌شود. سبک زندگی تعیین می‌کند که ما به کدام جنبه‌های محیط‌مان توجه نموده یا آن را نادیده بگیریم و یا چه نگرش‌هایی را حفظ کنیم سبک زندگی از تعامل‌هایی که در سال‌های اولیه زندگی رخ می‌دهد آموخته می‌شود. به نظر او سبک زندگی چارچوبی برای هدایت و راهنمایی کل رفتار بعدی است. او به اثر قابل توجه تعاملات اجتماعی مخصوصاً در داخل خانواده و ماهیت روابط والد - فرزندی و نقش آن در شکل‌گیری تیپ شخصیتی فرد و به تبع آن سبک زندگی او بسیار معتقد بود.

او چهار سبک زندگی اساسی را که هر فرد می‌تواند داشته باشد شرح داد:

**تیپ سلطه‌گر (dominant type):** نگرشی سلطه‌گر یا حاکم را با آگاهی اجتماعی کم نشان می‌دهد. چنین شخصی بدون توجه به دیگران رفتار می‌کند. نوع افراطی این تیپ به دیگران حمله می‌کند و آزارگر، بزه‌کار و جامعه‌ستیز می‌شود. نوع کم‌تر خطرناک این تیپ، الکلی و معتاد به مواد مخدر می‌شود یا خودکشی می‌کند؛ آنها معتقدند که با حمله کردن به خودشان به دیگران آسیب می‌رسانند.

**تیپ گیرنده (getting type):** کسانی که در سبک زندگی خود به این تیپ گرایش دارند، انتظار دارند خوشنودی دیگران را جلب کنند و از این رو به آنان

وابسته می‌شوند. این تیپ به نظر آدلر از همه رایج‌تر است.

تیپ اجتناب‌کننده (*avoiding type*): برای رو به رو شدن با مشکلات زندگی تلاش نمی‌کند. این اشخاص با اجتناب کردن از مشکلات، از هرگونه احتمال شکست دوری می‌کنند.

این سه تیپ برای مواجه شدن با مشکلات روزمره زندگی آمادگی لازم را ندارند. آنها قادر به همکاری با دیگران نیستند و برخورد بین سبک زندگی آنها و دنیای واقعی موجب رفتار نابهنجار در آنها می‌شود که به صورت روان رنجوری و روان‌پریشی، تعارض با اجتماع، نقض حقوق دیگران و... آشکار می‌شود. آنها فاقد علاقه اجتماعی هستند.

تیپ سودمند اجتماعی (*socially useful type*): کسانی که این سبک را برای زندگی برگزیده‌اند یا به تعبیری بهتر در این سبک طبقه‌بندی می‌شوند، با دیگران همکاری می‌کند و طبق نیازهای آنها عمل می‌نماید. این گونه اشخاص در چارچوب علاقه اجتماعی کاملاً رشد یافته‌ای با مشکلات کنار می‌آیند. به دیگران مهر می‌ورزند، مشکلات را با کمک کردن و کمک گرفتن از دیگران مرتفع می‌کنند. آدلر باور داشت که رابطه داشتن با دیگران، اولین تکلیفی است که انسان در زندگی با آن مواجه است. سطح سازگاری اجتماعی فرد، که بخشی از سبک زندگی او است، بر برخورد او با تمام مشکلات زندگی تأثیر دارد. در این رابطه او مفهوم علاقه اجتماعی را مطرح کرد که آن را به صورت استعداد فطری فرد برای همکاری کردن با دیگران جهت دستیابی به هدف‌های شخصی و اجتماعی تعریف کرد. او معتقد بود انسان‌ها به وسیله علاقه اجتماعی برانگیخته می‌شوند و کسانی که علاقه اجتماعی ندارند، ممکن است روان رنجور بزه‌کار یا مجرم شوند (شولتز و شولتز، ۱۳۸۷).

### عوامل مؤثر در شکل‌گیری سبک زندگی

در شکل‌گیری سبک زندگی از نگاه روان‌شناسی فردی عواملی نقش دارند که

مهم‌ترین آنها عبارتند از:

۱. چگونگی برخورد مراقبین اولیه با کودک: والدین سرد، خشن، بی‌محبت، یا به عکس، بیش‌حمایت‌کننده و نگران، فرزندانی بی‌مهارت و ناتوان می‌پروراند، که قادر به گزینش سبک‌های سودمند زندگی نیستند. به عکس، والدین گرم، پذیرا و معتدل در تربیت و تنبیه، فرزندانی توان‌مند پرورش می‌دهند که سبک‌های مفید و سالم زندگی را در پیش می‌گیرند.

۲. فهم فرد از ویژگی‌های روانی خود، به خصوص ضعف‌ها، احساسات حقارت و ناتوانی‌هایش و روش‌های مؤثر مواجهه با آنها: افرادی که ویژگی‌هایی همچون انعطاف‌پذیری، خودآگاهی و قدرت خود ارزیابی و به طور کلی خودشناسی مناسبی دارند، سبک‌های رفتاری مناسب‌تری را برمی‌گزینند و یا در صدد اصلاح خود برمی‌آیند.

۳. مفهوم و تعریف فرد از خودش، جهان اطراف‌اش و آینده و سرانجام زندگی‌اش: افرادی که نگاهی بدبینانه به جهان، آینده و خود دارند و به اصطلاح منفی‌گرا هستند، کم‌تر در جستجوی تغییر و بهینه‌سازی سبک زندگی خود برمی‌آیند. اما افراد خوشبین و مثبت‌نگر انگیزه بیشتری برای به‌زیستن دارند.

۴. ایده‌آل‌ها، آرزوها و ادراک‌های او: بسیاری از انسان‌ها سبک زندگی خود را براساس آرزوها و ایده‌آل‌هایی که برای زندگی خود دارند، طرح‌ریزی می‌نمایند. مثلاً آنهایی که آرزوهای دنیوی دور و درازی دارند، سبکی مادی در رفتار و اعتقاد انتخاب می‌کنند. در مقابل کسانی مسائل غیر مالی مثل ارتباطات، معنویت و... دغدغه آنهاست، سبک‌های زندگی غیر مادی را انتخاب می‌کنند. این عامل گرچه در بسیاری موارد برای فرد فوایدی دارد، خطراتی نیز در پی دارد، مانند سوء برداشت‌ها یا بدفهمی‌هایی که از قوانین یا ارزش‌ها می‌شود. براوان (۲۰۰۴) (به نقل از داویر ۲۰۰۰) در تحقیق خود بیان می‌دارد که قوانین و دستورات اسلام در زمینه خانواده و ازدواج سخت‌گیرانه نیست، ولی در بعضی موارد مورد بدفهمی و سوءاستفاده قرار می‌گیرد، که عدم دانش کافی و فقر

فرهنگی دلیل آن است.

۵. اخلاقیات، یعنی درست‌ها و نادرست‌ها، بایدها و نبایدها: سیستم ارزشی و باورهای زیربنایی فرد در گزینش سبک تعامل او با دنیای اطرافش بسیار مؤثر است، که این سیستم ارزشی نیز در تعامل با خانواده و اجتماع در فرد شکل می‌گیرد.

هدف از طرح این نظریه در این جا این بود که بیان گردد به لحاظ نظری و علمی، سودمندترین سبک زندگی از لحاظ روان‌شناختی چیست و تأکید بر این نکته که زندگی خانوادگی و تربیت اولیه در خانواده در تعیین تیپ شخصیتی فرد و در نهایت سبک زندگی چه تأثیر شگرفی دارد. چنان که بسیاری از پژوهش‌ها به نقش انکارناپذیر خانواده و تربیت در شکل‌گیری شخصیت صحنه گذاشته‌اند (ر.ک: برومند نسب و همکاران، ۱۳۷۶؛ یلسم، ۱۹۹۸ و گامبیر، ۲۰۰۳).

### سبک زندگی امروزی

امروزه در زندگی خانواده‌های ایرانی شاهد تغییراتی در نگرش‌ها، باورها، رفتارها و شاید ساختار خانواده هستیم. با کمی دقت و توجه به پویایی‌های درون خانواده‌ها، روابط بین فردی، درون فردی و فعل و انفعالات رایج در اجتماع به راحتی می‌توان فهمید این تحولات که در خانواده‌ها در جریان است، از روندی مثبت پیروی نمی‌کند. سبکی کاملاً اسلامی با ساختاری ارزشی و منسجم نیست. در بسیاری موارد روشی تقلیدی است که اصولی غیر اسلامی بر آن حاکم است. اصولی که حاکم بر سبک زندگی جوامع مدرن بوده و اکنون در حال وارد شدن به زندگی‌های جامعه ماست. اگر روند مداخله آن در زندگی خانواده‌های ایرانی هم چنان که روبه گسترش است، ادامه یابد، خسارات جبران‌ناپذیری به ساختار خانواده و مخصوصاً تربیت نسلی کارآمد خواهد زد.

## زندگی‌های مدرن

اصولی که بر زندگی‌های مدرن، به خصوص از دهه ۸۰ به بعد حاکم گشته است، بر محور فردگرایی است. جهان مدرن، اساساً فردنگر است. عالم فردانگار عالمی است که تعلقات اجتماعی و خانوادگی را کم‌تر می‌پذیرد، سبک زندگی مدرن، سبکی است که اقتصاد و پول، مسأله اصلی انسان می‌شود. بدین معنا که سبک زندگی مدرن پول محور است؛ همان‌طور که می‌توان گفت در عالم مدرن، انسان در ذیل پول تعریف می‌شود.

فردانگاری موجب می‌شود که انسان به تدریج پیوندهای خانوادگی را کم‌تر کند. لذا در ابتدای امر، فرد از خانواده گسترده دور شده و به سوی خانواده هسته‌ای می‌آید، سپس از خانواده هسته‌ای نیز به تدریج دور شده و به سمت تجرد سیر می‌کند. آمارهای ازدواج که در دهه‌های اخیر، بسیار دست‌خوش تغییر و کاهش بوده است، این امر را به وضوح نشان می‌دهد، تا آن‌جا که در جامعه ما به عنوان یکی از خطرات جدی، نظام خانواده را تهدید می‌کند.

دیگر ویژگی انسان مدرن و این سبک زندگی، مصرف‌گرایی شدید است. اساساً این خصیصه مربوط به نیمه دوم قرن بیستم است. چون سرمایه‌داری وارد فاز تولید انبوه شد، از اوایل قرن بیستم به بعد فرهنگ مصرف، جانشین فرهنگ امساک شد. و این به جزئی از سبک زندگی در جامعه مدرن تبدیل شده است. افزایش شدید در واردات کالاهای مصرفی (پوشاک، وسایل برقی و...) که در سال‌های اخیر در کشور شاهد آن بوده‌ایم حاکی از گسترش این ویژگی در جامعه است.

دسته دیگری از عوامل مربوط به اضطراب زمان و شتاب در زندگی‌های کنونی است، که به روابط، حالتی مکانیکی می‌بخشد. عناصری مانند پول، اشتغال، اضطراب زمان، خانواده‌گریزی و فردگرایی ویژگی اصلی و اساسی سبک زندگی مدرن است. در این‌جا مقصود پرداخت دقیق و مبسوط به سبک‌های زندگی رایج در جوامع مدرن و ره‌آوردهای فردی و اجتماعی آن

نیست و منظور از بیان آن، به نقد در آوردن سبک زندگی غربی نیست. چرا که اگر بخواهیم سبک‌های زندگی رایج در جوامع مدرن و غربی را مورد بررسی قرار دهیم، باید طی تحقیقی مفصل از همه جنبه‌ها به دلایل ظهور و عوامل بقا و تزیید این سبک‌ها در زندگی مردمان آن پردازیم.

مهدوی کنی (۱۳۸۶) بیان می‌کند که به چند دلیل واضح، سبک زندگی مدرن غربی در جهان گسترش می‌یابد. نخست این که عالم غربی جهانی شده و بدین دلیل فرهنگ مدرن در جهان گسترش پیدا کرده است. دوم آن که اقتصاد سرمایه‌داری مدرن بر تمامی مناسبات اقتصاد جهانی چیرگی یافته است. در عالم غرب مدرن، اقتصاد رکن اصلی است، لذا انسان مدرن در ذیل پول تعریف می‌شود. پس با این وجود، انسانی مدرن است که ذیل پول باشد. بنابراین وقتی عالم مدرن در جایی محقق شود به میزان، درجه و مرتبه‌ای که حاصل شود، با خودش سبک زندگی مدرن را نیز خواهد آورد. دلیل دیگر که با نگاهی روان‌شناسانه آمیخته است، این است که همیشه انسان به سمتی حرکت می‌کند که برایش جذاب‌تر و پر زرق و برق‌تر است، انسان ناخودآگاه به قالب‌های جدید و نوآوری‌ها و چیزهای ناشناخته و تجربه نشده گرایش دارد، از آنجا که سبک زندگی غربی به خاطر آمیختگی شدیدش با تبلیغات پر زرق و برق می‌نماید، طبعاً توجه بیشتری را هم به خود جلب می‌کند و به سبکی طرفدار تبدیل می‌شود که باز خود آن طرفداران زیاد، تبلیغی بیشتر برای سایر افراد جامعه می‌شوند، چنان که فراوان در کار آموزشی و بالینی از مردم عادی شنیده‌ایم اگر فلان چیز بد است و یا مضر است، چرا آن همه طرفدار دارد!

## چالش‌های پیش روی خانواده‌های ایرانی

### ۱. تعارضات ارزشی و هویتی

وقتی سبک‌های وارداتی، بدون توجه به زمینه‌های فرهنگی - اجتماعی موجود، ارزش‌های اعتقادی - هویتی و شرایط اقتصادی جامعه ما وارد عمل می‌شود، در



بسیاری موارد با آموزه‌های دینی، سبک‌های تربیتی و نیازهای جامعه ما هماهنگ نیست، در نتیجه شاهد تخریب سازه‌های موجود و عدم توانایی ایجاد سازه‌های کارآمد جدید هستیم. نتیجه این روند پرورش خانواده‌ها و به تبع آن افرادی است که فاقد هویتی منسجم و غنی در رفتار و زندگی است. اشاره‌ای که گذشت از باب تأثیری که این سبک‌ها و مدل‌ها بر زندگی‌های جامعه ما دارد، کافی است تا ما را یاری دهد که نگاهی نقادانه‌تر بر آن چه که بر ما در حال گذر است داشته باشیم. کاهلی و عقب رفت نهادهای مبلغ سبک زندگی اسلامی، این جا نمایان می‌شود که حتی کودکان ما عکس قهرمانان قصه‌های چینی و یا ژاپنی را بر روی کیف مدرسه خود می‌پسندند. این جا خلأ بزرگ فرهنگی ما نمایان می‌شود، که چه خانواده و چه نهادهای اجتماعی و فرهنگی ما نتوانسته‌اند ارزش‌های والای زندگی اسلامی را با نیازهای مردمان‌شان همگن نموده و در قالبی جذاب و کارآمد به افراد و به ویژه جوانان، ارائه نمایند. در همکاری این دو عامل مهم، یعنی تبلیغات پر قدرت سبک زندگی غربی و رهاشدگی و تنها ماندگی سبک زندگی اسلامی، خانواده اسلامی در دو راهی متناقض و چالش عظیم بین ارزش‌های اعتقادی از یک طرف و رفتارهای غیر ارزشی مصرفی و دنیوی از سوی دیگر گرفتار می‌گردد و در این تنگنای جان‌فرسا به اضمحلال کشیده می‌شود.

## ۲. تغییر در ساختار قدرتی خانواده و رواج فردگرایی

به نظر می‌رسد یکی دیگر از عوامل مهمی که خانواده ایرانی را تهدید می‌کند، ظهور و بروز نوعی «فردگرایی» است. این فردگرایی در غرب وجود دارد و با ساختارهای خانوادگی و اجتماعی آنها هماهنگ است. در جامعه ما این فردگرایی، خانواده را دچار بحران کرده است. خانواده‌ها دیگر مانند گذشته از اعضای خود حمایت نمی‌کنند و اعضای خانواده نیز خود را متعهد به سیستم ارزشی و اخلاقی خانواده نمی‌بینند. خانواده‌های امروزی تعاملاتی را که قبلاً با

دیگر خانواده‌های فامیل گسترده داشتند از دست داده‌اند. روابط فامیلی، کمک و پشتیبانی در مشکلات، اکنون در بین فامیل و همسایگان به فراموشی سپرده شده است و عملاً خانواده از داشتن یک سیستم حمایتی قوی محروم گشته است، در حالی که سبک زندگی مدرن هیچ جایگزین مناسبی برای آن ارائه نداده است.

تغییراتی که در درون خانواده‌های کنونی هم اتفاق افتاده است، باعث شده است که ساختار قدرتی که پیش از این بر خانواده حاکم بود، مانند جایگاه مدیرانه و تصمیم‌ساز پدر، جایگاه مربیانه و مدبرانه مادر، دیگر نه از جانب خود والدین و نه از جانب فرزندان به رسمیت شناخته نشود.

روابط افراد خانواده، فردگرایانه‌تر شده است، بدون این که زیرساخت‌های لازم برای این سبک زندگی تعبیه شده باشد. به عنوان مثال فرزند جوان و نوجوان در سبک لباس پوشیدن، تعاملات و دوست‌گزینی، تحصیل و رفتار و حتی همسرگزینی، فردگرا شده و خودش تصمیم‌گیرنده است. اما در زمینه مالی و تهیه‌های محتاج سبک زندگی فردگرایانه‌اش وابسته به پدر و اقتصاد خانواده می‌ماند و این جا عملاً جایگاه والدین تنزل یافته و تبدیل به جایگاهی خدمات‌دهنده می‌شود. در این روش والد از هیچ حقی بر فرزند برخوردار نیست و این خود نه تنها احساس رضایت را در والدین کاهش می‌دهد که با آموزه‌های دینی و مذهبی و اخلاقی جامعه اسلامی نیز در تعارض آشکار است. این تعارضات به بحران هویت و نقش در اعضای خانواده دامن می‌زند.

### ۳. ضعف ارزش‌های فرهنگی و اخلاقی به کمک رسانه‌ها

در گذشته منبع آموزشی مهم برای کودکان، نوجوانان و والدین، مساجد، مکتب خانه‌ها و مدارس دینی و گردهمایی‌های خانوادگی و فامیلی بود، و این سبک آموزش باعث می‌شد که فرزندان ارزش‌های والدین و خانواده را درون‌سازی کنند. اما امروزه مهم‌ترین منبع فرهنگ‌آموزی به کودکان و نوجوانان، رسانه‌ها، تلویزیون، روزنامه‌ها، مجلات، شبکه‌های اینترنتی و ماهواره‌ای، بازی‌های

رایانه‌ای و شرکت‌های بزرگ تبلیغاتی هستند، که در اغلب موارد هم سود مادی و اقتصادی خود را در اولویت قرار می‌دهند و در جهت تبلیغ ارزش‌های مادی و اقتصادی فعالیت می‌کنند. در چنین وضعیتی خانواده‌ها در معرض حجم عظیمی از منابع غیرارزشی قرار می‌گیرند و ارزش‌های فرهنگی آنها به مرور در معرض آسیب قرار می‌گیرد. به عنوان مثال می‌توان گفت، رسانه‌ها روابط آزاد زن و مرد را تبلیغ می‌کنند؛ در قالب فیلم‌ها و کلیپ‌های جذاب و دقیق اختلاط و نزدیکی بدون مرز در روابط را عادی سازی می‌کنند، در حالی که این مدل ارتباط با آموزه‌های دینی و باورهای اعتقادی جامعه اسلامی در تعارض آشکار است. این در حالی است که جامعه و نهادهای فرهنگی، دستورالعمل مشخصی در دستور کار آموزشی خود برای افراد جامعه ندارند، تا به افراد ارائه کنند و افراد بتوانند رفتار و سبکی متعادل و سالم را در این زمینه برگزینند.

#### ۴. رواج فرزند پروری نا کارآمد

در گذشته سبک‌های فرزندپروری حاکم بر خانواده سبک‌های سخت‌گیرانه و همراه با خشونت بوده است که اطاعت بی‌چون و چرای فرزندان را می‌طلبد و البته آسیب‌های روانی و جسمی فراوانی را نیز در پی داشت. امروزه در اثر افزایش سطح سواد والدین، کاهش تعداد فرزندان در خانواده، تبلیغات رسانه‌ها، گسترش نهادها و سازمان‌های حمایت از کودک و افزایش سطح هوش مندی و آگاهی فرزندان روش‌های سخت‌گیرانه تربیتی گذشته حذف شده است. گرچه این پدیده تغییری مثبت است، اما متأسفانه هیچ سبک کارآمد و اثربخشی جایگزین آن نشده است. امروزه پدر و مادر به دلیل درگیری زیاد با مسائل شغلی و مالی، ساعت‌های زیادی را در خارج از خانه به سر می‌برند، وقت کمی را به فرزندان خود اختصاص می‌دهند و معمولاً تربیت کودکان به مهد کودک و مدرسه و مادر بزرگ‌ها و پرستاران سپرده می‌شود و یا کودک ساعت‌های طولانی را به تماشای تلویزیون و کار با رایانه می‌گذرانند. در این صورت کودک

با یک رویکرد رفتاری و ارزشی ثابت روبرو نیست و در طول روز برای یک رفتار ثابت ممکن است، چندین پیام متناقض دریافت کند و به مرور زمان با سبکی مغشوش و متعارض پرورش یابد. جوانان ما هم نه از طریق مدرسه و دانشگاه و رسانه‌ها و نه در خانواده برای والد شدن و پدر و مادری کردن مهارتی نمی‌آموزند. وقتی نقش‌های والدینی را می‌پذیرند با افراط و تفریط در محبت و خدمات‌دهی بیش از حد نیاز به کودکان آنها را نازپرورده، ناتوان و بی‌هدف می‌پروراند. ادامه این روند به پرورش نسلی بی‌هدف، نازپرورده و بی‌تعهد می‌انجامد که آسیبی جدی برای نظام خانواده و نظام اجتماعی است.

### ۵. رواج مصرف‌گرایی

سادگی در مقابل مصرف‌گرایی، یکی دیگر از ارزش‌های سبک زندگی اسلامی است. اما امروزه مصرف‌گرایی به یکی از چالش‌های سبک زندگی اسلامی تبدیل شده و پیامدهای بسیار وخیمی دارد.

رواج مصرف‌گرایی و پیروی از سبک‌های زندگی مصرف‌گرایانه غربی، تنوع زیاد در پوشش، زیاده‌خواهی در کسب مال، رواج فخرفروشی و رقابت طلبی، باعث شده است که وقت و انرژی زیادی از خانواده صرف این رقابت‌ها شود. رقابت در مدل ماشین، جشن‌ها و ازدواج‌های مجلل، منزل لوکس و... امروزه دیگر از اولویت‌های ارزشی خانواده‌ها شده است. کم‌ترین پیامد این پدیده ناتوانی جوانان در امر ازدواج، نارضایتی زوجین و مخصوصاً زنان از وضعیت زندگی و امکانات‌شان و دامن زدن به اختلافات خانوادگی و نزاع‌های زن و شوهری، هدر رفت بخش عظیمی از درآمد خانواده جهت خرید لوازم غیرضروری و در نهایت افزایش بار مالی فراوان برای اقتصاد کشور جهت وارد کردن این کالاهای غیرضروری است. رضایی (۱۳۸۹) در بررسی خود در مورد چالش‌های هویتی جامعه می‌گوید با رواج مصرف‌گرایی، ساخت‌های اجتماعی جامعه را دیگر نمی‌توان فقط براساس مفاهیمی همچون طبقات اجتماعی،

جنسیت، قومیت و سن درک کرد، بلکه باید آن را براساس هویت متزلزلی شناخت که اشخاص از سبک‌های گوناگون زندگی یعنی نوع تلقی‌ها، ارزش‌ها، شیوه‌های رفتار، حالات و سلیقه‌ها نسبت به هر موضوع و کالاهایی همچون موسیقی، هنر، لباس و... کسب می‌کنند؛ امری که در کنار جذابیت‌های فراوان و چشم‌گیر سبک‌های زندگی مصرف‌گرایانه غربی برای افراد جامعه از آینده‌ای در خور تأمل و پرفراز و نشیب برای حوزه فرهنگی کشور حکایت می‌کند.

### راه‌کارهای برون رفت از این چالش‌ها

۱. جوزف میکوچی (۱۹۹۸) بیان می‌دارد که قدرت‌مندترین وسیله برای کمک به فرد تغییر روابطی است که فرد با دیگران دارد. مهم‌ترین روابطی که فرد از ابتدای زندگی شروع می‌کند، روابط در خانواده است. کار بر روی سیستم خانواده، تقویت روابط احترام‌آمیز بین اعضای خانواده، به ویژه روابط والد - فرزندی، تأثیر شگرفی بر روی اصلاح الگوهای سبک زندگی خواهد داشت. در خانواده‌هایی که روابط والد - فرزندی و خواهر - برادری توأم با احترام، محبت و مسؤولانه است، جهت‌گیری‌های ارزشی و اخلاقی فرزندان هم‌راستا با خانواده و سیستم ارزشی والدین است، اما اگر روابط درون خانواده آمیخته به تعارض و دشمنی باشد و الگوهای ارتباطی مغشوش و آشفته باشد، کودک و نوجوان جذب گروه‌های بیرون از خانواده شده و سیستم‌های ارزشی آنها را درون سازی می‌کند و سیستم ارزش و رفتاری را در پیش می‌گیرد که با خانواده در تعارض است.

۲. از مهم‌ترین راه‌کارها، بهره‌گیری مناسب از تکنولوژی روز و آمیختن سنت‌های غنی اسلامی و ارزشی با آن و ارائه آن به خانواده در قالب‌های خلاقانه و جدید و جوان‌پسند امروزی است. امروزه شبکه‌های متنوع و قدرت‌مند تبلیغاتی و رسانه‌ای، برنامه‌های جذاب، دقیق، پرهزینه و پر زرق و برقی را تهیه می‌کنند، که سبک زندگی تجمل‌گرا و مصرفی و غیراسلامی را تبلیغ می‌کند. آنچه به

عنوان سبک معمول زندگی در این تبلیغات نمایش داده می‌شود در اغلب موارد با آموزه‌های اعتقادی و ارزشی اسلامی در تقابل است. از طرفی برنامه‌های آموزشی ما از قبیل یک برنامه سخنرانی یا گفتگوی تلویزیونی خسته کننده که یک مجری با کارشناسی مذهبی روبروی دوربین نشسته و بدون هیچ تحرکی در صحنه و صدا، به طور یکنواخت و خسته کننده از لزوم زندگی ساده و فواید ساده زیستی و سبک زندگی ارزشی، احترام به والدین، حفظ احترام در روابط، حرمت روابط زن و مرد و... صحبت می‌کنند، نمی‌تواند در جذب مخاطب و درونی سازی ارزش‌های سبک زندگی اسلامی، هرگز با برنامه‌های تبلیغاتی قدرت مند یاد شده برابری کند.

راه کار این مشکل میدان دادن به برنامه سازان خلاق، فیلم سازان و هنرمندان آگاه در کنار دانشمندان تکنولوژی آموزشی و خانواده است، تا بتوانند محتوای ارزشی را در قالب‌هایی نو و جذاب و امروزی به خانواده ارائه دهند.

در بسیاری از اوقات مشکل این است که رسانه‌های ما سیستمی یک پارچه و هم جهت در ارزش آموزی و آموزش الگوی صحیح به خانواده‌ها در پیش نمی‌گیرند. به عنوان مثال، ممکن است برنامه‌ای در راستای آموزش سبک ارتباطی توأم با احترام به پدر تلاش کند و بلافاصله بعد از آن برنامه‌ای دیگر در قالب طنز یا سریال، پخش شود که توهین به پدر، مسخره کردن او و بی‌اعتبار کردن جایگاه او در خانواده را عادی نشان می‌دهد. در حالی که نه تنها در آموزه‌های دینی و سنتی، پدر در خانواده جایگاه بسیار ارزش مند و اثربخشی در جهت دهی به خانواده دارد، که در تحقیقات روان‌شناختی نیز مشخص گردیده است که پدر منبع انگیزشی مهمی در خانواده است (ر.ک: صالحی، ۱۳۸۷). ارائه این پیام‌های متضاد به خانواده، نه تنها در مورد جایگاه پدر، که به عنوان مثال در این جا ارائه گردید، بلکه در مورد سایر ارزش‌ها سبک مناسبی از الگوهای خانوادگی ارائه نمی‌کند، حتی در پاره‌ای از اوقات سبکی که خود خانواده نیز بدان رسیده است را دچار آسیب می‌نماید.

۳. از دیگر راه کارهای برون رفت خانواده از این چالش‌ها آموزش پایه است، به این معنا که همان آموزش خلاقانه و جدید که ذکر شد را از پایه‌ای‌ترین مراحل سنی و آموزشی شروع کنیم. طبق مطالعات روان‌شناسی یادگیری، آموزش در سنین پایین‌تر پایه‌ای‌تر و اثربخش‌تر است. تهیه محتوای مناسب در قالب‌های جدید و علمی، به کارگیری مربیان و معلمان کارآمد در سنین پایه و تربیت نسلی متعهد، به یقین می‌تواند خانواده را از دام چالش‌های ارزشی و نوسان در گردباد تبلیغات نجات دهد.

۴. تأکید و توجه بر کاربردهای عملی دستورات دینی در بعد زندگی خانوادگی؛ دین اسلام، به عنوان آخرین و کامل‌ترین دین الهی، بخش عمده‌ای از قوانین و توصیه‌های خود را به خانواده اختصاص داده است و آداب فراوانی برای سبک زندگی ارائه داده است؛ ازدواج و خانواده را محبوب‌ترین و عزیزترین نهاد بشری نزد خداوند نامیده است. با نگاه به منابع و متون دینی و اسلامی، از قرآن که سرآمد همه کتب دینی است گرفته تا کتب احادیث، روایات، زندگی‌نامه‌ها و پژوهش‌های دینی و... به راحتی می‌توان فهمید که ما در بخش محتوا بسیار غنی و سرشار هستیم. اما خلأ بزرگ ما ارائه این محتوای غنی در قالب یک سبک زندگی سالم و قدرت‌مند که بتواند در مقابل سبک‌های تبلیغاتی و وارداتی مقاومت نماید است. در این نوشتار مقصود انتقاد از نهادهای فرهنگی یا نادیده انگاشتن تلاش‌ها و توان‌مندی‌های آنان نیست، چرا که تاکنون آنها در حد بضاعت خود در این مهم کوشیده‌اند، اما هدف از طرح این موضوع تأکید بر لزوم توان‌مندسازی این نهادها و تجهیز آنها به ابزارهای آموزشی روزآمد دنیاست، تا بتوانند با تبلیغات ضد ارزشی وارداتی و غیر اسلامی در نهانه کردن ارزش‌ها برابری کنند. نهادهای اجتماعی و فرهنگی ما، چه آموزش و پرورش، چه دانشگاه‌ها و چه صدا و سیما و دیگر تصمیم‌سازان فرهنگی، شاید تاکنون نتوانسته‌اند به خوبی این محتوای غنی را در قالب‌های مناسب تکنولوژیک و روزآمد دنیا گنجانیده و به نسل‌های تشنه یادگیری بیاموزند و اگر

هر چه سریع‌تر به این مهم نپردازیم، بیم آن می‌رود که در جامعه با رواج سبک‌هایی در زندگی خانواده‌ها و به تبع آن در اجتماع روبرو شویم، که نه به ارزش‌های اجتماعی پای‌بند است و نه به ارزش‌های دینی.

### نتیجه‌گیری

ظرفیت‌سازی در خانواده، توانمندسازی آن و اصلاح الگوی سبک زندگی در روند دستیابی اجتماع و جامعه‌ای سالم با بهره‌گیری از آموزه‌های دینی می‌تواند راه حل مناسبی برای مشکلات زندگی سالم در عصر حاضر محسوب گردد. این دستورات و توصیه‌های دینی به عنوان یک عامل تأثیرگذار در اصلاح سبک زندگی فعلی مسلمانان وجود دارد. مشکل شیوهٔ ارائهٔ آن است که به روز و جدید، و نیازها و تغییرات روانی که در نسل‌های جدید ایجاد شده است در آن لحاظ نگردیده است. پیشنهاد می‌گردد که مواردی همچون اقتدار بخشی به خانواده و احترام به پدر، مادر و همسر به سبکی نوین آموزش داده شود. در تسهیل عملکردهای خانوادگی نیز راه‌حل‌های سیستمی و تقویت نهادهای هنجارساز خانواده به ویژه آموزش و پرورش و رسانه مورد توجه قرار گیرند. پیشنهاد می‌گردد که نهادهای مرتبط با تعلیم و تربیت نظیر آموزش و پرورش و آموزش عالی، ضمن توجه به فرهنگ کار و تلاش، نوع محتواهای آموزشی و تنوع آموزش خود را در جهت مهارت‌آموزی و توانمند کردن فرزندان این جامعه جهت ایفای نقش خود در زندگی خانوادگی و اجتماعی قرار دهند و آنان را به استفاده از معارف اسلامی تشویق و ترغیب نمایند (دالوندی و همکاران، ۱۳۹۹). تعهدآموزی به فرزندان از سنین پایه و آشنا کردن آنها با سبک‌های زندگی ارزشی می‌تواند در اصلاح الگوهای سبک زندگی خانوادگی کمک کند.



## منابع و مأخذ

۱. برومندنسب، مسعود؛ شکرکن، حسین و نجاریان، بهمن (۱۳۷۶)، بررسی رابطه نگرش‌های فرزندپروری والدین و جایگاه مهار در دانش‌آموزان مقطع راهنمایی شهرستان دزفول، مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، سال چهارم، شماره ۱ و ۲، صص ۱۰۵-۱۲۶.
۲. دالوندی سادات، اصغر؛ مداح، سید باقر و خانکه، حمید رضا (۱۳۹۰)، تبیین سبک زندگی سلامت محور مبتنی بر فرهنگ اسلامی، صص ۳۳۲-۳۴۳.
۳. رضایی، مصطفی (۱۳۸۹)، سبک‌های زندگی و چالش‌های هویتی، مجله زمانه، سال نهم، شماره ۹۵.
۴. سیف، سوسن (۱۳۷۷)، تئوری‌های معاصر خانواده، تهران، انتشارات اینشتین.
۵. شاکری‌نیا، ایرج (۱۳۸۸)، رابطه هویت دینی، نگرش مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روان در نخبگان بسیجی، مجله علوم انسانی دانشگاه امام حسین (ع)، تعلیم و تربیت اسلامی (۹)، سال ۱۷، شماره ۷۸، صص ۷۴-۵۳.
۶. شولتز، داوون؛ شولتز، سیدنی الن (۱۳۸۷)، نظریه‌های شخصیت، ترجمه سید یحیی محمدی، تهران، انتشارات.
۷. یاسمی‌نژاد، پریسا؛ گل محمدیان، محسن و فعلی، بهنام (۱۳۹۰)، بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی و سرسختی روان‌شناختی در دانشجویان، پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی، سال نوزدهم، شماره ۱۲، صص ۱۱۹-۱۳۷.
۸. یزدانی، فضل‌الله و غضنفری، احمد (۱۳۸۵)، ابعاد و کارکردهای روان‌شناختی نگرش دینی، مجله علوم انسانی دانشگاه امام حسین (ع)، شماره ۶۲.
۹. مهدوی کنی، محمد سعید (۱۳۸۶)، مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی، فصلنامه تحقیقات فرهنگی، سال اول، شماره ۱، پاییز ۸۶، صص ۱۹۹-۲۳۰.
۱۰. میکوچی، جوزف (۱۳۸۳)، خانواده درمانی نوجوان، تهران، نشر ققنوس.
11. Gumbiner, J. (2003), *Adolescent Assessment*, New Jersey: Jun wiely and sons.
12. Higgins, E. T. & Bargh, J. A. (1992), *Social cognition and social perception: Annual Review of Psychology*, 38, 639-425.
13. Yelsma, P. Hovestadt, A. J. Nilsson, J. E & Paul, B. D. (1998), *Clins Positive and negative expressiveness with their families and alexithymia*, Psychological Report. 82, 563-69.
14. Joannes El. Chliaoutakis, Sofia Koukouli, Timo Lajunen, (2005), *Georgia Tzamalouka, Lifestyle traits as predictors of driving behavior in urban areas of Greece*, Transportation Research Part F, 8, 413-428.
15. Mckee, J. B. (1969), *I ntroduction to Sociology*, Holt Rinehart & Winston Inc.

16. Msn Encarta Dic, www. Msn. com (2004).
17. Brown Katherine (2006), *Realising Muslim women's rights*, The role of Islamic identity.
18. Among British Muslim women Women's Studies International Forum 29, 417-430.