

## شناسایی موضوعات اساسی مورد نیاز سبک زندگی دانشجویی از منظر صاحب‌نظران اسلامی

محمدحسین افشار<sup>1</sup>  
سید جواد قندیلی<sup>2</sup>  
محمود سعیدی رضوانی<sup>3</sup>

### چکیده

**هدف:** هدف این پژوهش، شناسایی موضوعات اساسی مورد نیاز سبک زندگی دانشجویی برای اثربخش‌تر شدن آنها، با توجه به دیدگاه صاحب‌نظران اسلامی بود. **روش:** روش پژوهش از نوع آمیخته اکتشافی متوالی بود. در بخش کیفی از روش تحلیلی-استنتاجی و در بخش کمی از روش پیمایش پرسشنامه‌ای و انجام آزمونهای آماری استفاده شد. جامعه آماری اول، کلیه منابع مرتبط با سبک زندگی دانشجویی با توجه به دیدگاه صاحب‌نظران اسلامی و جامعه دوم، شامل تعدادی از اساتید حوزه علمیه مشهد و استادان معارف اسلامی دانشگاه فردوسی مشهد در سال 93-1392 بود. در جامعه اول از آنجا که کلیه منابع و مدارک موجود استفاده شد، نمونه‌گیری صورت نپذیرفت و در جامعه دوم، از 52 نفر با استفاده روش نمونه‌گیری هدفمند (نمونه‌گیری گلوله‌برفی) استفاده شدند. **یافته‌ها:** ارائه چارچوب مفهومی سبک زندگی دانشجویی در پنج مؤلفه کلی، که عبارتند از: فعالیتهای آموزشی، فعالیتهای اوقات فراغت، فعالیتهای عبادی، بهداشت و تغذیه و فعالیتهای سیاسی. **نتیجه‌گیری:** دوره دانشجویی به لحاظ قرار گرفتن در طیف وسیعی از مشکلات عاطفی، روانی، اجتماعی، اقتصادی و تحصیلی، دوره‌ای حساس و نیازمند آموزشهای خاص و دریافت اطلاعات مفید در جهت پیشگیری و حل مشکلات است؛ بنابراین، توجه به چارچوب مفهومی سبک زندگی دانشجویی برای کلیه دانشجویان پیشنهاد می‌شود.

**واژگان کلیدی:** سبک زندگی، زندگی اسلامی، زندگی دانشجویی، دیدگاه صاحب‌نظران اسلامی.

این مقاله مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد برنامه‌ریزی درسی که با حمایت مالی پژوهشکده مطالعات اسلامی دانشگاه فردوسی انجام شده است.

دریافت مقاله: 95/05/15؛ تصویب نهایی: 96/02/02.

1. کارشناس ارشد برنامه‌ریزی درسی دانشگاه فردوسی مشهد. (نویسنده مسئول) / نشانی: مشهد؛ میدان آزادی، دانشگاه فردوسی مشهد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی / نامبر: 051-38805000 / Email: [hossainafshar5@gmail.com](mailto:hossainafshar5@gmail.com)
2. دکترای برنامه ریزی درسی، استادیار گروه برنامه ریزی درسی دانشگاه فردوسی مشهد.
3. دکترای برنامه ریزی درسی، دانشیار گروه برنامه ریزی درسی دانشگاه فردوسی مشهد.

## الف) مقدمه

موضوع سبک زندگی از جمله موضوعات جدیدی است که محققان زیادی در حال پژوهش در خصوص مباحث مربوط بدان می‌باشند. یکی از مباحث عمده در سبک زندگی، توجه به اختلاف ماهوی نگاه غربی و اسلامی به چیستی آن است. در بحث سبک زندگی، تضاد جدی بین فرهنگ غرب و فرهنگ خودی وجود دارد؛ تعریف فرهنگ اسلامی- ایرانی از زندگی خوب و بد، بر اساس آخرت‌گرایی که هدف اصلی و زندگی واقعی است، در نقطه مقابل فرهنگ غربی قرار دارد که مبتنی بر مکتب اومانیزم و لذت‌گرایی است. (شریفی، 1391؛ نقل از: امین پور و امین پور، 1392)

سبک زندگی در بین اقشار و گروه‌های مختلف به گونه‌ای متفاوت است که نشان‌دهنده ارزشها، هنجارها، خواسته‌ها، تمایلات و... افراد است و نقش مهمی در سرنوشت و آینده مردم ایفا می‌کند (مهدوی کی، 1387). افراد جامعه، بسته به جایگاه‌شان در جامعه، از رفتارها و نگرشها، شیوه‌های تربیتی، فرصتهای زندگی، عادات و اوقات فراغت خاص برخوردارند (احمدی، و همکاران، 1391). آگاهی و شناخت درست از سبک زندگی صحیح، یکی از مهم‌ترین چالشهای پیش روی جوامع امروزی است؛ زیرا سرمایه و میراث فرهنگی یک جامعه، ارتباط مستقیمی با چگونگی سبک زندگی افراد آن جامعه دارد. (رحمت‌آبادی و آقابخشی، 1385)

دسترسی گسترده‌تر آنسل امروز به رسانه‌های گروهی، اینترنت و... منجر به آشنایی وسیع آنها با سبک زندگی و فرهنگ بیگانه شده، هویت دینی و نظام ارزشی آنان را دگرگون ساخته است (لطف‌آبادی و نوروزی، 1383). تربیت فرزندان از انحصار کامل خانواده و مدرسه خارج شده است. فرهنگ مصرف‌گرایی، تمام شئون زندگی را تغییر داده و شیرینی کاذب و مجازی برای آن تصویر کرده است که برای هویت انسانی، نوعی آفت محسوب می‌شود. (کاوایانی، 1392)

یکی از ابزارهای سازنده و تأثیرگذار بر سبک زندگی جوامع، دین است (طلایی و همکاران، 1392). در این میان، دین اسلام و به خصوص مذهب تشیع دارای برنامه مدون و منسجمی پیرامون سبک زندگی است (حسن‌دوست و همکاران، 1392). لذا اسلام به عنوان کامل‌ترین مکتب زندگی، جامع‌ترین و در عین حال زیباترین سبک زندگی را مطابق با خواست فطری بشر، بیان و دستورالعمل‌هایی برای تمام جزئیات زندگی فردی و اجتماعی ارائه کرده است. (آجیلی و یکی، 1392)

دانشگاهیان، قشر فرهیخته و اثرگذار جامعه‌اند. امروزه در کشورمان بخش اعظم منابع انسانی جوان و مشتاق علم، در دانشگاه‌ها حضور دارند و زندگی دانشجویی را تجربه می‌کنند. جوانی، پویایی و پرشور و نشاط بودن و در معرض تفکرات و فرهنگهای مختلف قرار داشتن، از جمله انگاره‌های این نوع سبک زندگی است (کریمی و جمالی‌زاد، 1387). از آنجا که دوره دانشجویی، دوره‌ای حساس به لحاظ قرار گرفتن در طیف وسیعی از مشکلات عاطفی، روانی، اجتماعی، اقتصادی، تحصیلی است، واضح است آموزشهای

## 253 شناسایی موضوعات اساسی مورد نیاز سبک زندگی ...

خاص و اطلاعات مفید در جهت پیشگیری و حل مشکلات را می‌طلبد. مشاهدات و بررسی‌های گوناگون نشان می‌دهد که عوامل نامساعدی همچون: فشارهای روانی، اضطراب، احساسات متعارض، ناپایداری هیجانی، تشویش و نگرانی، موفقیت و پیشرفت تحصیلی دانشجویان را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. مشکلات دانشجو به صورت ضعف عملکرد، در امتحانات، مشروط شدن‌های متوالی و عدم کارایی سازنده فرد حین تحصیل بوده و منجر به انصراف از تحصیل می‌شود. (همان)

با این تفاسیر درباره سبک زندگی و پیامدهای آن، انتظار داریم که سبک زندگی دانشجویان، نقش بسیار مهمی در آماده کردن ایشان برای پذیرش نقش‌های مورد انتظار از خروجی‌های دانشگاه جدید، داشته باشد. بهره‌گیری از نظریه‌های سبک زندگی و نظریه‌های موجود درباره نقش‌های دانشگاه جدید، نشان می‌دهد سبک زندگی دانشجویان، مهم‌ترین عامل تعیین‌کننده ویژگی‌ها و قابلیت‌های اساسی، از جمله داشتن روحیه علم‌آموزی و پژوهشگری آنان است. (گیدنز،<sup>1</sup> 1378)

مهدوی کنی (1378) معتقد است که سبک زندگی در مطالعات فرهنگی، به مجموعه رفتارها و الگوهای کنش هر فرد اطلاق می‌شود که معطوف به ابعاد هنجاری، رفتاری و معنایی زندگی اجتماعی او بوده و نشان‌دهنده کم و کیف نظام باورها و ارزش‌های فرد و جامعه باشد. سوپل<sup>2</sup> معتقد است سبک زندگی، به مجموعه‌ای از رفتارهای قابل مشاهده و آشکار در میان افراد گویند. گیدنز<sup>3</sup> سبک زندگی را مجموعه‌ای نسبتاً هماهنگ از همه رفتارها و فعالیت‌های یک فرد معین و حالتها و سلیقه‌ها، مانند طرز لباس پوشیدن و طرز آرایش، دکور منزل و نحوه گذران اوقات فراغت در جریان زندگی روزمره می‌داند (گیدنز، 1378). آدلر<sup>3</sup> از جمله روان‌شناسانی است که نسبت به مقوله سبک زندگی، نه فقط نگاه توصیفی، بلکه نگاه تجویزی دارد و فرایندی را با عنوان درخت زندگی ترسیم کرده که ریشه‌های آن، ریشه‌های مقوله سبک زندگی است که شکل‌گیری آن را بیان می‌کند و ساقه این درخت، در بر گیرنده اعتقادات و نگرش‌های کلی افراد است. شاخه‌ها و سرشاخه‌های آن نیز وظایف افراد نسبت به زندگی‌اند. (کویانی، 1392)

در همین راستا می‌توان ادعا کرد که سبک زندگی دینی، مجموعه‌ای از رفتارهای منبعث از دین و بر مبنای دین است که به صورت عملی در رفتارهای زندگی روزمره نمود پیدا می‌کند. عموم ادیان دارای نظام معنایی، آموزه‌ها، نهادها و ساختارهایی‌اند که پیروانشان را در ایجاد سبک زندگی مبتنی بر آنها توانمند می‌کند. این‌گونه سبک زندگی ناشی از فرهنگ دینی را می‌توان سبک زندگی دینی نامید. (مهدوی کنی، 1387)

1. Giddens

2. Suoble

3. Audler

رفتارهایی که دین اسلام دربارهٔ سبک زندگی ارائه می‌دهد، با علوم اجتماعی و روان‌شناسی پیوند برقرار می‌کند. سبک زندگی اسلامی چند سالی است در مجامع علمی در ایران مطرح شده و بیش از هر کس، رهبر فرزانهٔ انقلاب به گفتمان‌سازی در این موضوع مهم اهتمام داشته‌اند:

«سبک زندگی اسلامی، بخش حقیقی و اصلی تمدن است که مصادیقی دارد؛ مانند مسئلهٔ خانواده، سبک ازدواج، نوع مسکن، الگوی مصرف، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات، مسئلهٔ خط، زبان، کسب و کار، رفتارهای ما در محل کار، مدرسه، دانشگاه، رفتار ما در فعالیتهای سیاسی، ورزشی، رفتار ما در رسانه‌های که در اختیار ماست، رفتار ما با پدر و مادر، با همسر، با فرزند، با رئیس، با مرنوس، با پلیس، با مأمور دولت، سفرهای ما، نظافت و طهارت ما، رفتار ما با دوست، با دشمن، با بیگانه و... اینها بخشهای اصلی تمدن است که متن زندگی انسان است.» (خامنه‌ای، 1391)

در همایش ملی سبک زندگی اسلامی (1390)، مؤلفه‌های سبک زندگی در مقیاس فردی، شامل: 1. فرد و عبادت، 2. فرد و قرآن، 3. فرد و تحصیلات، 4. فرد و ساعت فراغت معرفی شد. جوادی آملی (1391) در خصوص سبک زندگی اسلامی در مقیاس فردی، بیشتر به: تفکر و تدبیر، یادگیری و دانش‌اندوزی، نظافت و بهداشت، خوردن و آشامیدن، تفریحات سالم و ورزش پرداخته است.

بابایی (1389) طی پژوهشی نشان داد که متوسط گروه دانشجویان؛ از نظر سبک زندگی ضعیف، کنترل تنش، فعالیت فیزیکی، عادات غذایی و ایمنی در سطح پایینی قرار دارند.

احمدی، اسمعیلی طویل و رسولی (1391) در پژوهشی نشان داده‌اند که بین موفقیت تحصیلی دانشجویان و دانش‌آموختگان، با علاقه به شغل و موفقیت شغلی آنها همبستگی مثبت وجود دارد. تحقیقات دیگری نیز تأثیر علاقه به شغل یا رشته بر موفقیت تحصیلی را تأیید کرده است.

طغیانی و کجباف (1392) به این نتیجه دست یافتند که بین سبک زندگی اسلامی و نگرشهای ناکارآمد، رابطهٔ منفی و معنادار وجود دارد. حسن‌دوست و همکاران (1392) به موضوع «بررسی الگوی آرمانی سبک زندگی از دیدگاه مکتب اسلام» پرداخته‌اند.

رحمت آبادی و آقا بخشی (1385) در پژوهشی با عنوان «ارتباط سبک زندگی با سلامت عمومی دانشجویان»، دریافتند که رابطهٔ سبک زندگی (در ابعاد ورزش، تغذیه، سیگار کشیدن، رعایت اصول ایمنی و کنترل استرس) بر سلامت عمومی معنادار است. یافته‌های پژوهش آنان نشان می‌دهد که وضعیت سلامت عمومی دانشجویان به علت کم تحرکی و عدم رعایت برنامهٔ غذایی مناسب و نداشتن کنترل استرس و کشیدن سیگار، مطلوب نیست. مطالعهٔ استوک (1998) در جمعیت دانشجویان، نشان داد که بین عدم فعالیت فیزیکی و بروز ناراحتی جسمی و روانی، ارتباط وجود دارد. (همان)

در راستای بررسی‌های انجام شده در خصوص پیشینه این پژوهش، این نتیجه به دست آمد که سبک زندگی اسلامی موضوع جدیدی نیست، اما در این زمینه و به خصوص در حوزه آموزش عالی و برنامه‌داری، تحقیقات و پژوهش‌های اندکی انجام گرفته است. همچنین آنچه مستقیم به سبک زندگی دانشجویی از منظر صاحب‌نظران اسلامی پرداخته باشد، فراوان نیست؛ بلکه بیشتر به برخی مؤلفه‌های سبک زندگی؛ مثل تغذیه، ورزش و اوقات فراغت مربوط است. بنا بر آنچه گذشت، هدف اصلی این پژوهش، شناسایی موضوعات اساسی در زمینه «سبک زندگی دانشجویی» بر اساس نظر صاحب‌نظران اسلامی است.

## ب) روش و ابزار

پژوهش حاضر، از حیث هدف، از نوع پژوهش‌های کاربردی و روش آن، از نوع طرح تحقیق آمیخته اکتشافی تحولی است. در این روش، داده‌های کیفی در مرحله اول گردآوری می‌شوند و به دنبال آن، تحلیل داده‌های کمی در مرحله دوم که خود بر اساس نتایج کیفی مرحله اول بنا نهاد شده‌اند مشخص می‌شود. در قسمت روش کیفی، از روش تحلیلی استنتاجی استفاده شد؛ به این صورت که با بررسی منابع و ادبیات موضوع و شناسایی کلمات و عبارات مرتبط با سبک زندگی دانشجویی، مؤلفه‌ها و ریزمؤلفه‌هایی استخراج شد. در قسمت کمی نیز برای بررسی دیدگاه استادان حوزه و دانشگاه، از روش پیمایش پرسشنامه‌ای (پرسشنامه محقق ساخته) استفاده شد.

### 1. جامعه آماری

جامعه آماری در بخش کیفی، کتابها و مقالات علمی فارسی و عربی مرتبط با سبک زندگی طلبگی و دانشجویی بود. از آنجا که از کلیه منابع در دسترس و مدارک موجود استفاده شده است، نمونه‌گیری نیز صورت پذیرفته است. جامعه آماری در بخش کمی، کلیه استادان حوزه علمیه و استادان هیات دانشگاه فردوسی مشهد بود. روش نمونه‌گیری برای هر دو گروه استادان حوزه و دانشگاه، به صورت نمونه‌گیری هدفمند بود. منطق این نوع نمونه‌گیری، استفاده از افراد غنی از اطلاعات در مورد موضوع است. در واقع؛ حجم نمونه تحقیقات کیفی، رابطه مستقیم با تصمیم‌گیری و قضاوت محقق دارد و قواعد از قبل تعیین شده‌ای وجود ندارد (دلاور، 1385). بنابر این، از گروه اساتید هیات، 23 نفر و از گروه اساتید حوزه، 29 نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند.

### 2. فرایند گردآوری داده‌ها

برای گردآوری داده‌های تحقیق (کیفی و کمی)، مراحل ذیل انجام شد:

- مرحله شناسایی و بررسی منابع مربوط به موضوع؛ در این قسمت که سؤال اول پژوهش است، اسناد و مدارک، کتابها، مقالات داخلی و خارجی در حوزه مورد بررسی، با انتخاب کلیدواژه‌های متناسب با موضوع، شناسایی و جمع‌آوری شدند.
- استخراج و شناسایی استانداردهای اساسی؛ در این مرحله تا حد امکان پیشینه و ادبیات موضوع با تأکید بر منابع اسلامی بررسی شد. بدین صورت که تمام عبارات، کلمات و جملاتی مرتبط با سبک زندگی دانشجویی، استخراج شد.
- برای نظرسنجی استادان از پرسشنامه محقق ساخته که به صورت طیف لیکرت و بسته پاسخ تدوین شده بود، استفاده شد. در این مرحله، هر یک از مؤلفه‌ها نیز تعریف شدند؛ بدین صورت که هر یک از آنها در حد یک یا دو خط و ترجیحاً به صورت مصدری تعریف شدند تا منظور و مقصود از هر مؤلفه مشخص شود.
- برای سنجش روایی سؤالات پرسشنامه مؤلفه‌های سبک زندگی تحصیلی، از روایی محتوایی استفاده شد. برای این منظور، نقطه نظرات و دیدگاههای چهار نفر از اساتید گروه علوم تربیتی، یک نفر از اساتید گروه روان شناسی و سه نفر از اساتید گروه الهیات در این خصوص جمع‌آوری و بر اساس نظرات اساتید، اصلاحات مختصری در برخی از مؤلفه‌ها و عناصر شناسایی شده، اعمال شد. برای بررسی پایایی داده‌های به دست آمده از پرسشنامه، ابتدا آزمون مقدماتی روی 10 نفر از اعضای نمونه تحقیق اجرا شد و پایایی آن بر اساس ضریب آلفای کرائباخ برابر 93. به دست آمد.
- با توجه به داده‌های در خصوص نتایج ضریب به دست آمده در هر یک از مؤلفه‌ها و عناصر پرسشنامه (هم در اجرای آزمایشی و هم در اجرای نهایی) می‌توان ادعا کرد که عناصر پرسشنامه از پایایی بالایی برخوردارند و نتایج ضریب آلفا، قابل قبول و پذیرفتنی است. پس از گردآوری داده‌ها به وسیله پرسشنامه و ورود داده‌ها به نرم‌افزار SPSS، با استفاده از شاخصهای آمار توصیفی، نظیر میانگین و انحراف معیار و آمار استنباطی نظیر تحلیل واریانس اندازه‌گیری انجام شدند.

### ج) یافته‌ها

با توجه به هدف تحقیق، تا حد امکان ادبیات و آرای صاحب‌نظران و منابع علمی مختلف (کتابها و مقالات معتبر داخلی و خارجی ...) از سالهای دور تا عصر حاضر، بررسی و نظریات آنها در مورد موضوعات اساسی سبک زندگی دانشجویی استخراج شد. هدف از این مرحله، دستیابی به فهرست جامعی از مؤلفه‌ها و موضوعات اساسی سبک زندگی دانشجویی بود که در نهایت فهرستی مشتمل بر 95 مؤلفه گردآوری شد. در ادامه برای جمع‌بندی و تلخیص مؤلفه‌ها و همچنین توضیح روشن و شفاف هر یک از آنها، در 20 مؤلفه طبقه‌بندی شدند.

شناسایی موضوعات اساسی مورد نیاز سبک زندگی ... 257

جدول 1: استانداردهای استخراج شده از منابع و تلفیق موارد مشترک و مرتبط در قالب مؤلفه

مؤلفه‌های اصلی	برخی ریزمؤلفه‌های سبک زندگی دانشجویی
تکریم و بزرگداشت علم	مداومت بر تحرک و کوشش علمی، گسیختن علائق مادی از خویش، علو همت و کوشش در پویایی از مقام بالای علمی، رعایت مدارج علوم و دانشها از لحاظ اهمیت، برنامه‌ریزی ساعات شبانه‌روز برای مطالعه و اشتغالات علمی، داشتن روحیه پرسشگری و حضور فعال در کلاس درس، استمرار و تداوم در کسب علم و عمل به آن، اخلاص در راه کسب علم، نشر و ترویج علم و عمل به آن، پرهیز از تکبر و غرور، استفاده از نیروی فکر و عمل در راه کسب علم، ممارست در مطالعه و درس، استمداد و طلب یاری از خداوند برای فهم مسائل علمی.
داشتن ارتباط خوب و مناسب	داشتن ارتباط مؤثر و مناسب با دیگران، ارتباط با دانشجویان مبتنی بر اعتماد متقابل باشد؛ استفاده از کاتالهای مختلف ارتباطی با استادان و سایر دانشجویان؛ رعایت ارزشهای اخلاقی در ارتباطات؛ توانایی حل تعارض با دیگران.
رعایت مقام و منزلت استاد	باید از استاد با احترام یاد کرد، تحمل تندروی‌های استاد، باید در انتظار استاد و شرفیابی او به سر برده، رعایت ادب و نزاکت برای ورود به مجلس خصوصی استاد، آراستن و پیراستن برون و آمادگی درون به هنگام ورود بر استاد، آمادگی روحی و ذهنی شاگرد برای درس، عدم ایجاد مزاحمت برای اشتغالات استاد، مانع استراحت استاد نشود، وقت تدریس را نباید بر استاد تحمیل کرد، تنظیم کیفیت جلوس شاگرد در محضر استاد، شاگرد باید مراقب حرکات و رفتار و حالات خود در محضر استاد باشد.
انجام وظایف نسبت به خود	اهمیت تفکر و اندیشه به عنوان بالاترین عبادت، خلوص نیت و محاسبه و مراقبه نفس، رعایت عفاف و پوشش صحیح و مناسب، شکرگذاری و صبر بر مشکلات، مذمت پرخوری و خواب زیاد، حفظ تن و حرمت اضرار به نفس، تصفیه و پالایش دل از آلودگی‌ها، برحذر بودن از معاشرتهای نادرست، غنیمت شمردن فرصتها، تنظیم وقت خواب و استراحت، پرداختن به تفریحات سالم و نشاطبخش، شرکت در محافل عبادی و خودسازی، پرهیز از پرخوری کردن، پرهیز از بظالت وقت به حرفها و کارهای بیهوده
وظایف دانشجویی نسبت به مسائل سیاسی کشور	فاش کردن خیانتها و جنایتهای استعمارگران و بیرون بیی فرهنگ آنها، آگاه کردن ملتها، شناسایی اسلام، آموزش تعالیم مقدسه قرآن، نشر و تبلیغ و معرفی اسلام، تأکید بر روابط دوستانه طلاب علوم دینی و دانشجویان، هوشیاری نسبت به مسائل روز، تأیید فتح لانه جاسوسی بعنوان عملی انسانی و پاک، پیروی از راه انبیا، هوشیاری در قبال مسائل دانشگاه، مقابله با منحرفین، مخالفت با استبداد و استعمار، به اهتزاز در آوردن پرچم اسلام، روی آوردن به مکتب مترقی اسلام، تحصیل علم با کمال جدیت، التزام به احکام اسلام، تزکیه نفس، خشتی کردن توطئه‌های عناصر فاسد، خودیابی و خودباوری و مطالعه بر روی مبانی اسلام، کوشش در جهت اعتلای کشور، دخالت در امور سیاسی، قیام شجاعانه در مقابل انحرافات
داشتن روحیه مشارکت و همکاری	مشارکت در بحثهای مربوط به کلاس و خارج از آن، همکاری با افراد حرفه‌ای در زمینه علمی، انجام کارهای پژوهشی مشترک با سایرین، همکاری با سازمانهای مختلف در زمینه حرفه‌ای دانش و تخصص خود؛ همکاری علمی و پژوهشی با دیگر دانشجویان با هدف ارتقای سطح علمی خود و دیگران.
توجه به اوقات فراغت	اختصاص دادن زمان به تفکر و تدبیر در آفرینش و خلقت پروردگار، 2. مطالعات غیر درسی، 3. دیدار و مصاحبت با پدران دینی، 4. رفتن به دامن طبیعت و کوه، 5. انجام فعالیتهای فرهنگی هنری، 6. انجام فعالیتهای ورزشی (شنا، ترمش و...)، 7. شرکت در اردوهای جهادی، 8. رفتن به سفر.
خوشرویی، فروتنی و مهربانی	فروتنی و نرمی و اخلاق خوش داشته باشد؛ همیشه بشاش و متبسم باشد؛ سادگی و بی‌آلایشی در رفتار و کردار، مدار شفقت و مهربانی با هموع؛ خوشرویی و لحن مناسب بیان با دیگران.
انجام اعمال عبادی	1. اقامه نماز و تلاوت قرآن و ادعیه و گرفتن روزه، 2. خلوص نیت و محاسبه و مراقبه نفس، 4. رعایت قناعت و پرهیز از اسراف و ولخرجی، 7. رعایت عفاف و پوشش اسلامی، 8. انفاق و بخشش، 9. توکل بر خدا در کارها و توسل به ائمه اطهار(ع)، 10. شکرگذاری و صبر بر مشکلات، 11. شرکت در محافل و مجالس مذهبی، 13. امر به معروف و نهی از منکر.
عدالت‌محوری	رعایت عدالت و انصاف در نقد کردن (عدالت‌ورزی در بیان، عدم خرده‌گیری‌های بی‌مورد)؛ تمهید به برابری و احترام به تفاوت‌های نژادی قومی و فرهنگی و...؛ حقیقت‌جویی و حق‌پذیری و دفاع از مظلوم.
رعایت برنامه‌های بهداشتی	رعایت برنامه صحیح غذایی (اعتدال در خوردن و استفاده بجا از غذاهای سالم)، 2. انجام فعالیتهای جسمانی، 3. رعایت نظافت و پاکیزگی، 4. کنترل استرس و فشارهای عصبی، 5. کنترل و تعدیل میل جنسی، 6. تنظیم ساعات خواب و بیداری، 7. حفظ تن و حرمت اضرار به نفس (خودداری از استعمال دخانیات و مواد مخدر و...)
صداقت و درستکاری	صداقت در گفتار و کلام و اعتماد عمومی؛ قابل اطمینان بودن و درستکاری در عمل اخلاقی؛ صداقت در ارائه گزارشهای تحصیلی به گروه آموزشی و دانشکده؛ صداقت با اساتید و سایر دانشجویان در موضوعات علمی و غیره.
ویژگی‌های ظاهری	پوشش لباس مناسب (پوشیدن لباسهای آشکار، یا لباسهای با شعارهای توهین آمیز و غیراخلاقی نمونه‌ای از ویژگی‌های پوشش نامناسب هستند)؛ ظاهر مناسب و آراسته (رعایت مسائل بهداشتی، استفاده از عطر برای خوشبویی و...).
وظایف نسبت به	رعایت ادب و نزاکت نسبت به حاضران در جلسه، نباید محل جلوس دیگران را اشغال کرد، شاگرد باید در رده حلقه درس قرار بگیرد،

کلاس درس	نیاید به هنگام جلوس میان دو فرد مانوس جدائی انداخت، رعایت آسایش دیگران، عدم مداخله در درس دیگران، عدم مداخله و مشارکت در سخن دیگران، رعایت نوبت در درس، کسب اجازه از محضر استاد و خواندن دعا به هنگام قرائت درس، اهتمام به مذاکره و تکرار و اعاده سخنان استاد، حفظ حرمت استاد به هنگام مباحثه و اعاده درس، رعایت موازین اخلاقی در نحوه مذاکرات علمی (همان).
آشنایی با سبکها و شیوه‌های یادگیری	داشتن پیش مطالعه، یادداشت برداری از مطالب مهم در حین درس، مطالعه درس پس از تدریس استاد، مباحثه و مرور مطالب درس با دیگر دانشجویان، نتیجه‌گیری و خلاصه برداری از مطالب مهم.
التزام عملی به سیاستها و قوانین آموزشی دانشگاه	آگاهی از انتظارات، قوانین، سیاستها و چارچوبهای انضباطی سازمان دانشگاه و رعایت آنها؛ آشنایی با قوانین آموزشی دانشکده؛ پایبند بودن به قوانین و مقررات آموزشی.
روحیه پژوهش‌محوری	انجام کارهای پژوهشی مشترک با سایر دانشجویان؛ همکاری با سازمانهای مختلف در زمینه حرفه‌ای خود؛ به اشتراک گذاری منابع علمی بین خود و سایر پژوهشگران.
امانتداری	امانتداری نسبت به علم آموزشی و ترویج آن، رازداری و امانتداری نسبت به دیگران در همه امور. امانتداری در وسایل و اموال دیگران.
نظم و انضباط	رعایت نظم و انضباط در امور شخصی و آموزشی، التزام به قوانین و مقررات، حضور به موقع در کلاس درس، انجام به موقع تکالیف و پروژه‌های درسی.
خلاقیت و داشتن تفکر حل مسئله	نظم‌بخشی به افکار و اذهان خود؛ توانایی تشخیص، تجزیه و تحلیل مسائل و مشکلات. توانایی ترکیب و بازپروری مسائل. توانایی تولید اندیشه‌ها و افکار نو و نگاهی کنجکاو و کاوشگر نسبت به موضوعات علمی. نگاهی نقادانه نسبت به مسائل علمی، ابداع و نوآوری در فهم و استنباط مسائل و موضوعات متعدد.

از آنجا که تعدادی از مؤلفه‌ها و ریزمؤلفه‌ها با همدیگر همپوشانی دارند، در نتیجه برای تلخیص، 20 مؤلفه اولیه را با توجه به نظر کارشناسان و اساتید مربوطه از جهت اهمیت و اولویت‌بندی مؤلفه‌های سبک زندگی دانشجویی در پنج مؤلفه اصلی: 1. فعالیتهای آموزشی، 2. فعالیتهای اوقات فراغت، 3. فعالیتهای عبادی، 4. بهداشت و تغذیه، 5. فعالیتهای سیاسی سازماندهی شده است.

**جدول 2: مؤلفه‌های استخراج شده از منابع در رابطه با سبک زندگی دانشجویی از منظر صاحب نظران**

فعالیت‌های آموزشی	1. برنامه‌ریزی ساعات شبانه‌روز برای مطالعه و اشتغالات علمی، 2. استفاده از مهارت‌ها و فنون یادگیری در حفظ و تثبیت مطالب، 3. استفاده از فکر و اندیشه و داشتن روحیه نقادانه و خردورزانه نسبت به موضوعات و مسائل علمی، 4. داشتن روحیه پرسشگری و حضور فعال در محافل علمی، 5. نظم‌پذیری و التزام به مقررات آموزشی، 6. آشنایی با آداب تعلم و علم‌آموزی (نحوه ارتباط با اساتید و حضور در جلسه درس)، 7. استمرار و تداوم در کسب علم و عمل به آن، 8. صداقت و راستی در فراگیری علم و خودداری از تقلب و دروغ.
فعالیت‌های اوقات فراغت	1. اختصاص دادن زمان به تفکر و تدبیر در آفرینش و خلقت پروردگار، 2. مطالعات غیر درسی، 3. دیدار و مصاحبت با برادران دینی، 4. رفتن به دامن طبیعت و کوه، 5. انجام فعالیت‌های هنری، 6. شرکت در اردوهای جهادی، 7. رفتن به سفر.
فعالیت‌های عبادی	1. اقامه نماز و تلاوت قرآن و ادعیه و گرفتن روزه، 2. خلوص نیت و محاسبه و مراقبه نفس، 3. رعایت قناعت و پرهیز از اسراف و ولخرجی، 4. رعایت عفاف و پوشش اسلامی، 5. انفاق و بخشش، 6. توکل بر خدا در کارها و توسل به ائمه اطهار(ع)، 7. شرکت در محافل و مجالس مذهبی، 8. امر به معروف و نهی از منکر.
بهداشت و تغذیه	1. رعایت برنامه صحیح غذایی (اعتدال در خوردن و استفاده بجا از غذاهای سالم)، 2. انجام فعالیت‌های جسمانی، 3. رعایت نظافت و پاکیزگی، 4. کنترل استرس و فشارهای عصبی، 5. کنترل و تعدیل میل جنسی، 6. تنظیم ساعات خواب و بیداری، 7. حفظ تن و حرمت اضرار به نفس (خودداری از استعمال دخانیات و مواد مخدر و...)،
فعالیت‌های سیاسی	1. ولایت‌پذیری، 2. تعهد به آرمانهای انقلاب اسلامی، 3. ارتقای سطح دانش و بینش سیاسی، 4. قیام هوشیارانه و شجاعانه در مقابل انحرافات و کج‌روی‌ها، 5. دفاع از مظلوم و مقابله با ظالم، 6. داشتن روحیه ایثار و شهادت، 7. حضور فعال در مسائل و سرنوشت کشور(انتخابات و راهپیمایی‌ها و...)، 8. آگاهی نسبت به مسائل روز و اتخاذ موضع درست نسبت به آن.



شناسایی موضوعات اساسی مورد نیاز سبک زندگی ... 259

سؤال 1: چه موضوعات اساسی در زمینه «سبک زندگی دانشجویی» بر اساس نظر صاحب نظران اسلامی، ضرورت و اولویت دارد؟

جدول 3: یافته‌های توصیفی مصاحبه مربوط به مؤلفه‌های سبک زندگی دانشجویی

رتبه اهمیت	انحراف معیار	میانگین	مؤلفه‌های سبک زندگی دانشجویی
3	000.	36,00	برنامه‌های آموزشی
5	.899	34,76	اوقات فراغت
2	.70	36,11	فعالیت‌های عبادی
4	.31	34,98	بهداشت و تغذیه
1	3,74	36,51	سیاسی

همان طور که جدول 3 نشان می‌دهد، میانگین بین مؤلفه‌ها بسیار به هم نزدیک است. اولویت اول به مؤلفه سیاسی با میانگین 36,51 تعلق دارد. اولویت دوم، مؤلفه فعالیت‌های عبادی با میانگین 36,11 است. اولویت سوم تعیین شده مربوط به مؤلفه برنامه‌های آموزشی با میانگین 36,00 است. در میان پاسخها، اولویت چهارم به مؤلفه بهداشت و تغذیه تعلق گرفت که دارای میانگین 34,98 است. اولویت پنجم هم با میانگین 34,76 به مؤلفه اوقات فراغت اختصاص یافت.

سؤال 2: چه موضوعات اساسی در زمینه «برنامه‌های آموزشی» بر اساس سبک زندگی دانشجویی، ضرورت و اولویت دارد؟

در جدول 4، فقط به اولویت‌های که بیشترین میانگین را به خود اختصاص داده‌اند (به ترتیب) اشاره شده است.

جدول 4: خلاصه یافته‌های توصیفی مصاحبه مربوط به مؤلفه برنامه‌های آموزشی

اولویتها	رتب مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف معیار	کل مشاهدات
اول	صداقت و راستی در فراگیری و عمل به علم و خودداری از تقلب و دروغ	6,15	2,02	52
دوم	برنامه‌ریزی ساعات شبانه‌روز برای مطالعه و اشتغال علمی	5,78	2,58	52
سوم	آشنایی با آداب تعلم و علم‌آموزی (نحوه ارتباط با اساتید و حضور در جلسه درس)	4,92	2,04	52
چهارم	استفاده از فکر و اندیشه و داشتن روحیه نقادانه و خردورزانه نسبت به موضوعات و مسائل علمی	4,50	2,15	52

## 260 ♦ مطالعات معرفتی در دانشگاه اسلامی 71

همان طور که جدول 4 نشان می‌دهد، اولویت اول به ریزمؤلفه صداقت و راستی در فراگیری و عمل به علم و خودداری از تقلب و دروغ با میانگین 6,15 تعلق دارد. اولویت دوم، ریزمؤلفه برنامه‌ریزی ساعات شبانه‌روز برای مطالعه و اشتغالات علمی با میانگین 5,78 است. اولویت سوم تعیین شده مربوط به ریزمؤلفه آشنایی با آداب تعلم و علم‌آموزی (نحوه ارتباط با اساتید و حضور در جلسه درس) با میانگین 4,92 است. در میان پاسخها، اولویت چهارم به ریزمؤلفه استفاده از فکر و اندیشه و داشتن روحیه نقادانه و خردورزانه نسبت به موضوعات و مسائل علمی تعلق گرفت که دارای میانگین 4,50 است.

برای مقایسه بین دو گروه اساتید دانشگاه و اساتید حوزه در مؤلفه آموزشی نیز از آزمون تحلیل واریانس استفاده شد که نتیجه آزمون به قرار ذیل است:

جدول 5: نتایج آزمون تحلیل واریانس (manova)

شاخص	میانگین	مجموع مجدورات	فراوانی	میانگین مربع	درجه آزادی	سطح معناداری
برنامه‌ریزی ساعات شبانه‌روز برای مطالعه و اشتغالات علمی	5,78	8,007	1,204	8,007	1	.278
استفاده از مهارتها و فنون یادگیری در حفظ و تثبیت مطالب	4,17	.081	.029	.081	1	.864
استفاده از فکر و اندیشه و داشتن روحیه نقادانه و خردورزانه نسبت به موضوعات و مسائل علمی	4,5	1,579	.355	1,579	1	.565
داشتن روحیه پرسشگری و حضور فعال در کلاس درس	3,84	14,289	3,564	14,289	1	.065
نظم‌پذیری و التزام به مقررات آموزشی	2,48	3,575	2,683	3,575	1	.111
آشنایی با آداب تعلم و علم‌آموزی (نحوه ارتباط با اساتید و حضور در جلسه درس)	4,92	18,085	4,623	18,085	1	.036
صداقت و راستی در فراگیری و عمل به علم و خودداری از تقلب و دروغ	6,15	12,256	3,118	12,256	1	.084
استمرار و تداوم در کسب علم و عمل به آن	4,13	11,047	2,16	11,047	1	.152

با توجه به جدول 5 و سطح معناداری متغیرها، فقط ریزمؤلفه آشنایی با آداب تعلم و علم‌آموزی (نحوه ارتباط با اساتید و حضور در جلسه درس) با سطح معناداری 0,036 که کمتر از 0,005 است، اختلاف معنادار بین دو گروه اساتید دانشگاه و حوزه وجود دارد.

**سؤال 3: چه موضوعات اساسی در زمینه «اوقات فراغت» بر اساس سبک زندگی دانشجویی، ضرورت و اولویت دارد؟**

در جدول 6، به اولویتهایی که بیشترین میانگین را به خود اختصاص داده‌اند (به ترتیب) اشاره شده است.

شناسایی موضوعات اساسی مورد نیاز سبک زندگی ... 261

جدول 6: خلاصه یافته‌های توصیفی مصاحبه مربوط به مؤلفه برنامه‌های اوقات فراغت

اولویتها	ریز مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف معیار	کل مشاهدات
اول	رفتن به دامن طبیعت و کوه	6,59	1,25	52
دوم	اختصاص دادن زمان به تفکر و تدبیر در آفرینش و خلقت پروردگار	6,44	2,37	52
سوم	دیدار برادران دینی	5,09	1,03	52
چهارم	شرکت در اردوهای جهادی	4,84	1,64	52

ریز مؤلفه رفتن به دامن طبیعت و کوه، با میانگین 6,59 اولویت اول، ریز مؤلفه اختصاص دادن زمان به تفکر و تدبیر در آفرینش و خلقت پروردگار با میانگین 6,44 اولویت دوم و ریز مؤلفه دیدار برادران دینی با میانگین 5,09 اولویت سوم است. ریز مؤلفه شرکت در اردوهای جهادی با میانگین 4,84 نیز در اولویت چهارم قرار دارد.

برای مقایسه بین دو گروه اساتید دانشگاه و حوزه در مؤلفه اوقات فراغت نیز از آزمون تحلیل واریانس استفاده شد که با توجه به سطح معناداری متغیرها فقط ریز مؤلفه مطالعات غیر درسی با سطح معناداری 008 که کمتر از 05 است، اختلاف معنادار بین دو گروه اساتید دانشگاه و اساتید حوزه وجود دارد.

**سؤال 4: چه موضوعات اساسی در زمینه «فعالیت‌های عبادی» بر اساس سبک زندگی دانشجویی ضرورت و اولویت دارد؟**

در جدول 7، به اولویت‌هایی که بیشترین میانگین را به خود اختصاص داده‌اند (به ترتیب) اشاره شده است.

جدول 7: خلاصه یافته‌های توصیفی مصاحبه مربوط به مؤلفه برنامه‌های عبادی

اولویتها	ریز مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف معیار	کل مشاهدات
اول	خلوص نیت و محاسبه و مراقبه نفس	7,36	.97	52
دوم	اقامة نماز و تلاوت قرآن و ادعیه و گرفتن روزه پروردگار	6,40	1,51	52
سوم	رعایت عفاف و پوشش اسلامی	4,65	1,76	52
چهارم	توکل بر خدا و توسل بر ائمه معصومین (ع)	4,28	1,71	52

ریز مؤلفه خلوص نیت و محاسبه و مراقبه با میانگین 7,36 اولویت اول را دارد. ریز مؤلفه اقامه نماز و تلاوت قرآن و ادعیه با میانگین 6,40 در اولویت دوم و ریز مؤلفه‌های رعایت عفاف و پوشش اسلامی با میانگین 4,65 اولویت سوم هستند. ریز مؤلفه توکل بر خدا و توسل بر ائمه معصومین (ع) نیز با میانگین 4,28 اولویت چهارم است.

262 ♦ مطالعات معرفتی در دانشگاه اسلامی 71

برای مقایسه بین دو گروه اساتید دانشگاه و حوزه در مؤلفه عبادی از آزمون تحلیل واریانس استفاده شد که بین دو گروه اساتید دانشگاه و اساتید حوزه هیچ تفاوت معناداری بین ریزمؤلفه‌ها مشاهده نشد.

**سؤال 5: چه موضوعات اساسی در زمینه «بهداشت و تغذیه» بر اساس سبک زندگی دانشجویی ضرورت و اولویت دارد؟**

در جدول 8، به اولویتهایی که بیشترین میانگین را به خود اختصاص داده‌اند (به ترتیب) اشاره شده است.

**جدول 8: خلاصه یافته‌های توصیفی مصاحبه مربوط به مؤلفه برنامه‌های بهداشت و تغذیه**

اولویتها	ریز مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف معیار	کل مشاهدات
اول	رعایت برنامه صحیح غذایی (اعتدال در خوردن و استفاده از غذاهای سالم)	6,92	1,89	52
دوم	انجام فعالیتهای ورزشی	6,36	1,10	52
سوم	رعایت نظافت و پاکیزگی	5,23	1,81	52
چهارم	کنترل استرس و فشارهای عصبی	5,01	1,81	52

همچنان که جدول 8 نشان می‌دهد، اولویتهای تعیین شده در مؤلفه بهداشت و تغذیه، تقریباً به هم نزدیک است. ریزمؤلفه رعایت برنامه صحیح غذایی (اعتدال در خوردن و استفاده از غذاهای سالم)، با میانگین 6,92 اولویت اول را دارد. ریزمؤلفه انجام فعالیتهای ورزشی با میانگین 6,36 در اولویت دوم و ریزمؤلفه رعایت نظافت و پاکیزگی با میانگین 5,23 در اولویت سوم قرار دارد. ریزمؤلفه‌های کنترل استرس و فشارهای عصبی نیز با میانگین 5,01 اولویت چهارم است.

برای مقایسه بین دو گروه اساتید دانشگاه و حوزه در مؤلفه بهداشت و تغذیه، از آزمون تحلیل واریانس استفاده شد که بین دو گروه اساتید دانشگاه و اساتید حوزه تفاوت معناداری بین ریزمؤلفه‌ها مشاهده نشد.

**سؤال 6: چه موضوعات اساسی در زمینه «سیاسی» بر اساس سبک زندگی دانشجویی ضرورت و اولویت دارد؟**

در جدول 9، به اولویتهایی که بیشترین میانگین را به خود اختصاص داده‌اند (به ترتیب) اشاره شده است.

جدول 9: خلاصه یافته‌های توصیفی مصاحبه مربوط به مؤلفه سیاسی

اولویتها	ریز مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف معیار	کل مشاهدات
اول	ولایت‌پذیری	6,50	2,39	52
دوم	تعهد به آرمانهای انقلاب اسلامی	5,63	1,79	52
سوم	ارتقای سطح دانش و بینش سیاسی	4,84	1,77	52
چهارم	قیام هوشیارانه و شجاعانه در مقابل انحرافات و کج‌روی‌ها	4,76	2,43	52

همچنان که جدول 8 نشان می‌دهد، ریز مؤلفه ولایت‌پذیری با میانگین 6,50 و انحراف معیار 2,39 اولویت اول را دارد. ریز مؤلفه تعهد به آرمانهای انقلاب اسلامی نیز با میانگین 5,63 و انحراف معیار 1,79 اولویت دوم است. ریز مؤلفه ارتقای سطح دانش و بینش سیاسی با میانگین 4,84 و انحراف معیار 1,77 در اولویت سوم و ریز مؤلفه قیام هوشیارانه و شجاعانه در مقابل انحرافات و کج‌روی‌ها با میانگین 4,76 و انحراف معیار 2,43 در اولویت چهارم قرار دارند.

برای مقایسه بین دو گروه اساتید دانشگاه و حوزه در مؤلفه سیاسی، از آزمون تحلیل واریانس استفاده شد که بین ریز مؤلفه‌های ولایت‌پذیری و قیام هوشیارانه و شجاعانه در مقابل انحرافات و کج‌روی‌ها و حضور فعال داشتن در مسائل و سرنوشت کشور (انتخابات و راهپیمایی‌ها و...) بین دو گروه اساتید دانشگاه و حوزه اختلاف معنادار وجود دارد.

#### د) بحث و نتیجه‌گیری

غفلت از سبک زندگی اسلامی می‌تواند خسارتهای جبران‌ناپذیری بر پیکره جامعه وارد کند؛ زیرا وقتی مردم نتوانند بین شیوه زندگی خود و باورها و ارزشهایشان ارتباط برقرار کنند، بعد از مدتی ممکن است دست از باورها و ارزشهای خود نیز بشویند و آنها را ناکارآمد تلقی کنند و برای اینکه توجیهی برای سبک زندگی غیر اسلامی خود داشته باشند، باورها و ارزشهای اسلامی را زیر سؤال ببرند و بدین ترتیب، از اساس دست از اسلام و باورهای خود بشویند. علل این گسست و شکاف میان ارزشها و سبک زندگی، در جای خود قابل بررسی است؛ اما به نظر می‌رسد مهم‌ترین عامل آن، عامل شناختی است؛ یعنی چون بسیاری از افراد جامعه آگاهی لازم را از آداب و سبک زندگی اسلامی ندارند، در شیوه رفتاری و سبک سلوکی خود آنها را به کار نمی‌گیرند (شریفی، 1391). با توجه به یافته‌های پژوهشی و اظهارات مسئولان و متخصصان، یقیناً یکی از عوامل مهم در ایجاد کاستی‌ها و ضعفهای نظام آموزش رسمی و غیر رسمی در تربیت دینی - اخلاقی دانشجویان، عدم توجه کافی به نیازهای واقعی دانشجویان و شرایط جامعه در انتخاب برنامه درسی است (همان) که بدیهی است برای پیشگیری و حل مشکلات موجود، نیاز به آموزشهای خاص و ارائه

اطلاعات مفید هست. بنابر این، یکی از وظایف مهم دانشگاهها، آماده‌سازی جوانان برای زندگی در دوره دانشجویی است و طرح موضوعاتی همچون: تنظیم برنامه زمانی برای مطالعه، نحوه گذران اوقات فراغت، نحوه مرادده با استاد و همکلاسی‌ها و دیگر مسائل حیاتی که لازمه زندگی دانشجویی است، بایستی در برنامه درسی آموزش عالی مدنظر قرار گیرد. (کریبی، 1375)

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که اولویت اول به مؤلفه سیاسی با میانگین 36,51 تعلق دارد. اولویت دوم، مؤلفه فعالیت‌های عبادی با میانگین 36,11 و اولویت سوم تعیین شده، مربوط به مؤلفه برنامه‌های آموزشی با میانگین 36,00 است. در میان پاسخها، اولویت چهارم با میانگین 34,98 به مؤلفه بهداشت و تغذیه و اولویت پنجم هم با میانگین 34,76 به مؤلفه اوقات فراغت اختصاص یافت.

با توجه به یافته‌های نظرسنجی و مصاحبه با صاحب‌نظران دینی در خصوص اهمیت و اولویت طرح مؤلفه‌های زندگی دانشجویی، اولویت اول در مؤلفه «برنامه‌های آموزشی»، به ریزمؤلفه صداقت و راستی در فراگیری علم و خودداری از تقلب و دروغ با میانگین 6,15 تعلق دارد و اولویت دوم، ریزمؤلفه برنامه‌ریزی ساعات شبانه‌روز برای مطالعه و اشتغالات علمی با میانگین 5,78 است. در مؤلفه «اوقات فراغت»، ریزمؤلفه رفتن به دامن طبیعت و کوه با میانگین 6,59 اولویت اول و ریزمؤلفه اختصاص دادن زمان به تفکر و تدبیر در آفرینش و خلقت پروردگار با میانگین 6,44 اولویت دوم را دارد. در مؤلفه «فعالیت‌های عبادی»، ریزمؤلفه خلوص نیت و محاسبه و مراقبه با میانگین 7,36 اولویت اول و ریزمؤلفه اقامه نماز و تلاوت قرآن و ادعیه با میانگین 6,40 اولویت دوم را دارد. در مؤلفه «بهداشت و تغذیه»، ریزمؤلفه رعایت برنامه صحیح غذایی (اعتدال در خوردن و استفاده از غذاهای سالم) با میانگین 6,92 اولویت اول و ریزمؤلفه انجام فعالیت‌های ورزشی با میانگین 6,36 اولویت دوم را دارد. در مؤلفه «سیاسی»، ریزمؤلفه ولایت‌پذیری با میانگین 6,50 اولویت اول و ریزمؤلفه تعهد به آرمانهای انقلاب اسلامی نیز با میانگین 5,63 اولویت دوم را دارد.

نتایج به دست آمده در این پژوهش با نتایج پژوهش بابایی، (1389) همخوانی بسیاری دارد. نتیجه پژوهش وی نشان می‌دهد که متوسط گروه دانشجویان از نظر سبک زندگی ضعیف، کنترل تنش، فعالیت فیزیکی، عادات غذایی و ایمنی در سطح پایینی قرار دارند. پژوهش دیگری که نتایج آن با نتایج این پژوهش شباهت دارد، پژوهشی است که توسط کججاف و بهرام پور (1392) انجام شد. نتایج پژوهش وی نشان می‌دهد که سبک زندگی اسلامی و شادکامی، با رضایت از زندگی دانشجویان همبستگی مثبت و معناداری دارد. نتایج پژوهش آجیلی و بیگی (1392) نیز با نتایج پژوهش حاضر همخوانی‌های بسیاری دارد. نتایج این پژوهش نشان داده‌اند که بین موفقیت تحصیلی دانشجویان و دانش‌آموختگان با علاقه به شغل و موفقیت شغلی آنها همبستگی مثبت وجود دارد. تحقیقات دیگری نیز تأثیر علاقه به شغل یا رشته بر موفقیت تحصیلی را تأیید کرده‌اند.

## شناسایی موضوعات اساسی مورد نیاز سبک زندگی ... ❖ 265

با توجه به آنچه بیان شد، می‌توان نتیجه گرفت که موضوع سبک زندگی دانشجویی بر اساس سبک زندگی اسلامی، از مباحث مهم و ضروری است که باید در برنامه درسی آموزش عالی مورد توجه قرار گیرد؛ زیرا امروزه مشکلات بسیاری از دانشجویان، به علت عدم آگاهی و شناخت از صحیح سبک زندگی اسلامی است و در این دوره زمانی است که می‌توان سبک زندگی خاصی را در افراد نهادینه کرد.

### پیشنادهای پژوهشی

- با توجه به گسترده بودن قلمرو سبک زندگی دانشجویی، پیشنهاد می‌شود پژوهشهای دیگری در خصوص دیگر مؤلفه‌های سبک زندگی دانشجویی، مثلاً مؤلفه اجتماعی انجام شود.
- نظر به اینکه در این پژوهش فقط از کارشناسان نظرسنجی شده است، پیشنهاد می‌شود در پژوهشهایی از این قسم، نظرسنجی از خود دانشجویان نیز صورت گیرد.
- در این پژوهش به این مسئله پرداخته شد که چه موضوعاتی از سبک زندگی دانشجویی در اسلام، ضرورت دارد؛ یعنی پاسخ به چه چیزی. پیشنهاد می‌شود در پژوهشهای دیگر به این موضوع پرداخته شود که چگونه و با چه کیفیتی این مباحث مطرح شود که کاربرد و کارایی بیشتری داشته باشد؛ یعنی پاسخ به چگونگی‌ها.

### پیشنادهای کاربردی

- با توجه به اهمیت بحث زندگی دانشجویی در اسلام، پیشنهاد می‌شود برنامه‌ریزان درسی با قراردادن مطالب جدید در محتوای دروس آموزشی دروه کارشناسی، به آماده‌سازی جوانان در امور مرتبط با زندگی دانشجویی، کمک کنند.
- پیشنهاد می‌شود در برنامه‌های فرهنگی و فوق برنامه آموزش عالی، به موضوع زندگی دانشجویی از منظر اسلام، توجه بیشتری شود و برنامه‌هایی در این خصوص پیش‌بینی شود.



## منابع

- آجیلی، هادی و مهدی بیکی (1392). «کالبدشکافی سبک زندگی در جامعه سرمایه‌داری». فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی (ویژه‌نامه سبک زندگی)، سال چهارم، ش 13: 81-110.
- احمدی، عزت‌الله؛ یونس اسمعیلی طویل و زهره رسولی (1391). «بررسی سبک زندگی و عوامل مرتبط با آن در بین دانشجویان مرکز جامع علمی - کاربردی زندان تبریز». جامعه‌شناسی اقتصادی و توسعه، ش 2 (پاییز و زمستان): 1-31.
- امین پور، فاطمه؛ امین پور، معصومه. (1392). آداب گفتاری حاکم بر سبک زندگی اسلامی از دیدگاه قرآن. معرفت. سال 22، شماره 185: 43-56.
- بابایی، محمدباقر (1389). نقش فرهنگ در اقتدار ملی از دیدگاه امام علی علیه السلام. فصلنامه تحقیقات فرهنگی، دوره سوم، شماره 9: 39-75.
- جوادی آملی، عبدالله (1391). مفاتیح الحیاة. قم: اسراء.
- حسن دوست فرخانی، هادی؛ امید رضایی و داوود حسن دوست فرخانی (1392). «بررسی الگوی آرمانی سبک زندگی از دیدگاه مکتب اسلام». معرفت، سال بیست و دوم، ش 186: 23-35.
- خامنه‌ای، سید علی (1391). «بیانات در جمع دانشجویان خراسان شمالی».
- رحمت آبادی، الهام و آقابخشی، حبیب (1385). «سبک زندگی و هویت اجتماعی جوانان». رفاه اجتماعی، سال پنجم، ش 20: 235.
- دلاور، علی (1385). روش‌های تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی. تهران: دانشگاه پیام نور.
- شریفی، احمدحسین (1391). سبک زندگی به عنوان شاخصی برای ارزیابی سطح ایمان. معرفت فرهنگی اجتماعی، سال سوم، شماره سوم: 49-62.
- طغیانی، مجتبی؛ محمدباقر کججاف و مهدی بهرام‌پور (1392). «رابطه سبک زندگی اسلامی با نگرش‌های ناکارآمد در دانشجویان». دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، سال چهاردهم، ش 4 (54): 35-43.
- طولابی، زهرا؛ صمدی، سهیل و مطهری نژاد، فاطمه (1392). بررسی نقش میانجی عزت نفس و خودکارآمدی در رابطه بین سبک زندگی اسلامی و سازگاری اجتماعی جوانان شهر مشهد. فصلنامه مطالعات جامعه‌شناختی جوانان، 9: 115-132.
- کاویانی، محمد (1392). سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- کریمی، جعفر و جمالی‌نژاد، مهدی (1387). اوقات فراغت از دیدگاه اسلام. شماره 28. تهران: انتشارات معاونت تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران.



267 ◆ شناسایی موضوعات اساسی مورد نیاز سبک زندگی ...

- لطف‌آبادی، حسین و وحیده نوروزی(1383). «بررسی چگونگی تکرش دانش‌آموزان دبیرستانی و پیش‌دانشگاهی ایران به جهانی‌شدن و تأثیر آن بر ارزشها و هویت دینی و ملی آنان». نوآوری‌های آموزشی، سال سوم، ش 9: 88-119.
- گیدنز، آلبرت(1378). «تجدد تشخص: جامعه و هویت شخصی در عصر جدید». ترجمه ناصر موفقیان، نشر نی. مؤسسه پژوهش و برنامه‌ریزی آموزش عالی.
- مصوبه شورای انقلاب فرهنگی(1390). «سند دانشگاه اسلامی». بازیابی شده از: <http://www.dnva.ir/bylaw?nid=5>
- مهدوی کنی، محمدسعید(1378). دین و سبک زندگی(مطالعه موردی شرکت‌کنندگان در جلسات مذهبی). تهران: دانشگاه امام صادق(ع).
- Ahmadi, Ezzatollah; Yoones Ismaeili-Tavil & Zohreh Rasouli (2012). "The Study of Lifestyle and the Related Factors among the Students of Applied Science Center of Tabriz Prison". *Economic Sociology & Development Journal*, 2nd N Fall & winter: 1-31.
- Ajili, Hadi & Mehdi Beiki (2013). "Dissection, Lifestyle in the Bourgeoisie Society". *The Culture of Consultation and Psychotherapy Journal*, The Special Lifestyle Edition, year 4. 13: 81-110.
- Aminpour, fatemeh; Aminpour masoomeh( 2013). "Dialogue habitudes in Islamic Lifestyle from Quran's view". *marefat*, Year 22, N.185:43-56.
- Babae, mohammad bagher (2010). "The role of culture in national authority from view point of Imam Ali". *Cultural researches quarterly*, N.9:39-75.
- Chiny-Buntse (1996). "Rethinking MBA accounting module teaching assessment and curriculum
- Cultural revolution council measure (2011). "Islamic university document", retrieved from <http://www.dnva.ir/bylaw?nid=5>
- Giddens, Albert (1999). "Modernity and self Identity: self and Society in the late modern age". Translated by Naser Movafaqian, Ney Publication. Higher education planning & Research institute.
- Hasandoost Farkhani, Hadi; Omid Rezaei & Davood Hasandoost Farkhani, (2013). "The Study of the Idealistic Pattern of Lifestyle from the Viewpoint of Islamic School". *Ma'refat Journal*, Year 22. 186: 23-35.
- Javadi Amoli, Abdallah (2012). *Mafatih al-Hayat*. Qom: Asra Publications.
- Karimi, Jafar & Jmalinejad, Mahdi (2008). *Free time from Islam's view*. Tehran: Tehran university Sport sciences deputy publication.
- Kaviyani, Mohammad (2013). *Islamic Lifestyle and the Tools to Measure it*. Qom: The Seminary and University Research Center.
- Khamenei, Seyed Ali (2012). "The Statements in Students Public in Northern Khorasan".

- Lotf Abadi, Hossein & Vahideh Norouzi (2004). "A Research on Iranian High School & Preuniversity Students' Insight to become Universalized and The Influence on their Values, Religious and National Identity". *Academic Innovations Journal*, Year 3, N. 9: 88-119.
- Mahdavi Kani, Mohammad Saeed (2008). **Religion and Lifestyle** (The Study Case of the Participants in Religious Meetings). Tehran: Imam Sadeq (A.S) University.
- Rahmat Abadi, Elham & Habib Aghabakhshi (2006). "Lifestyle & Young Social Identity". *Social welfare & Scientific Research Journal*, Year 5, 20: 235.
- Sharifi , ahmad hossin (2012). "Lifestyle as a criterion for evaluating the faith". *Social & cultural marefat Journal*, Year 3, N.3: 49-62.
- Toqyani, Mojtaba; Mohammad Baqer Kajbaf & Mahdi Bahram Pour (2013). "The Relation of Islamic Lifestyle with Inefficient Insights among the Students". *Knowledge & Research in Applied Psychology*, Year 14, 4 (54): 35-43.
- Toolae, Zahra; Samadi , Soheil & Motahhari nejad , Fatemeh (2013). "The Relation between mediating role of self-esteem and self-efficacy in relation with Islamic Lifestyle and social adjustment of Mashhad youth". *Youth social studies quarterly*, N.9:115-132.