

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان

(بررسی رضایت زناشویی در بین زنان متأهل)

مؤلف

زینب مولایی

انتشارات فرزانگان دانشگاه

۱۳۹۸

سروش نامه	: مولایی، زینب، -۱۳۷۱
عنوان و نام پدیدآور	: رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان (بررسی رضایت زناشویی در بین زنان متاهل)/مولف زینب مولایی.
مشخصات نشر	: تهران: فرzanگان دانشگاه، ۱۳۹۸
مشخصات ظاهری	: ۱۱۰ ص: جدول، نمودار.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۳۸-۷۵-۶
وسيع فهرست نويسي	: فبيا
پادداشت	: کتابنامه: ص. ۹۹.
موضوع	: کيفيت زناشویی -- ايران -- نمونهپژوهی
موضوع	: Marital quality -- Iran -- Case studies
موضوع	: زناشویی -- ايران -- ارتباط -- جنبه‌های روان‌شناسی -- نمونهپژوهی
موضوع	: -- Iran -- Psychological aspects -- Case Communication in marriage studies
موضوع	: زناشویی -- اiran -- ارتباط -- جنبه‌های مذهبی -- نمونهپژوهی
موضوع	: -- Iran -- Religious aspects -- Case Communication in marriage studies
ورده بندی کنگره	: ۷۴۲HQ
ورده بندی ديوسي	: ۸۱۰.۹۵۵/۳۰۶
شماره کتابشناسی ملي	: ۵۹۷۹۸۴۵

انتشارات فرzanگان دانشگاه

رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان

(بررسی رضایت زناشویی در بین زنان متأهل)

تأليف: زینب مولایی

ناشر: فرzanگان دانشگاه

ناظرفنی: محسن فاضلی

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸

شمارگان: ۱۱۰۰ جلد

قيمت: ۳۴۰۰۰ تومان

شابک: 978-622-6538-75-6

مرکز پخش: تهران، ميدان انقلاب، خ منيري جاويد، پلاک ۹۲

تلفن: ۶۶۹۷۹۵۲۶ مرکز پخش قانون يار

حاصل آموخته بایم را تقدیم می کنم به آمان که مرآمنی شان آرام بخش آلام زینی است

با استوارترین تکیه گاه، دستان پر محبر پدرم

به بزرترین نگاه نزدیکیم، چنان مادرم

که هرچه آموختم در کتب عشق شما آموختم و هرچه بگویم قدره ای از دیایی بی کران همیان را پاس تو نم بگویم.

امروز هتی ام به امید شاست و فرد اکید باغ بهشم رضای شما آوردی گران گشک تراز این ارزان نداشتم تا بخاک پیمان نشکنم، باشد که حاصل

تلاسم نیم کند غبار حشمتیان را بذایه

بوسه بر دستان پر محبر تان

فهرست مطالب

۱۳.....	فصل اول
۱۳.....	کلیات
۱۳.....	۱- مقدمه
۱۶.....	۲- بررسی ماهیتی و تشریح موضوع
۱۹.....	۳- اهمیت تالیف این کتاب
۲۰.....	۴- اهداف تالیف این اثر علمی
۲۰.....	۴-۱- هدف اصلی پژوهش
۲۰.....	۴-۲- اهداف فرعی
۲۱.....	۵- سؤالات مطروحة مرتبط با موضوع
۲۱.....	۱-۵- سؤال اصلی پژوهش
۲۱.....	۲-۵- سؤال‌های فرعی پژوهش
۲۱.....	۶- تعریف واژه‌ها و اصطلاحات فنی و تخصصی
۲۱.....	۶-۱- تعاریف مفهومی
۲۵.....	فصل دوم
۲۵.....	ادبیات و پیشینه علمی موضوع
۲۵.....	۲- بررسی و شناخت مفاهیم نظری
۲۵.....	۱-۱-۲- مفهوم سبک زندگی
۲۷.....	۱-۱-۱-۲- سبک زندگی از دیدگاه قرآن
۲۸.....	۱-۱-۲- سبک زندگی از دیدگاه مقام معظم رهبری
۳۰.....	۱-۱-۲-۳- سبک زندگی از منظر ائمه اطهار علیهم السلام
۳۲.....	۱-۱-۲-۴- سبک زندگی از دیدگاه نظریه پردازان
۳۶.....	۲-۱-۲- مفهوم دلبستگی
۳۹.....	۳-۱-۲- مفهوم سلامت روانی
۴۲.....	۴-۱-۲- مفهوم رضایت زناشویی
۴۲.....	۴-۱-۴-۱- تعریف رضایت زناشویی

۸/ رابطه سیک زندگی اسلامی با سلامت روان

۴۳.....	۲-۴-۱-۲-نظریه‌های مربوط به رضایتمندي زناشویی
۴۸.....	۲- پیشینه تحقیقاتی موضوع
۴۸.....	۱-۲-۲- پیشینه داخلی تحقیق
۵۳.....	۲-۲-۲- پیشینه خارجی تحقیق
۵۷.....	فصل سوم.....
۵۷.....	روش‌شناسی پژوهش
۵۷.....	۱-۳- مقدمه
۵۷.....	۲-۳- روش‌شناسی علمی این اثر علمی
۵۷.....	۱-۲-۳- روش تحقیق
۵۷.....	۲-۲-۳- جامعه آماری
۵۷.....	۳-۲-۳- روش نمونه‌گیری
۵۸.....	۴-۲-۳- معیارهای ورود به پژوهش
۵۸.....	معیارهای خروج از مطالعه
۵۸.....	ملاحظات اخلاقی
۵۹.....	۵-۲-۳- روش اجرای تحقیق
۵۹.....	۶-۲-۳- ابزار گردآوری داده‌ها
۶۴.....	۷-۲-۳- روش‌ها و ابزار تجزیه و تحلیل داده‌ها
۶۵.....	فصل چهارم.....
۶۵.....	تجزیه و تحلیل پژوهش
۶۵.....	۱-۴- مقدمه
۶۵.....	۲-۴- وضعیت جمعیت شناختی
۸۹.....	۴-۴- پاسخ به سوالات‌های مطروح
۹۱.....	فصل پنجم.....
۹۱.....	جمع بندی پایانی و نتیجه گیری
۹۱.....	۱-۵- نتیجه‌گیری

۹/ فهرست مطالب

۹۴	۲-۵- نتیجه پایانی و دیدگاه مولف
۹۴	۳-۵- پیشنهادها
۹۵	۴-۵- محدودیت های تحقیق
۹۸	منابع و مأخذ

پیشگفتار

این کتاب باهدف بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان، سبک دلبستگی و رضایت زناشویی در بین زنان متأهل انجام گرفته است جامعه آماری کلیه زنان متأهل بود که از میان آنان با استفاده از جدول مورگان ۳۶۸ نفر به روش نمونه‌گیری خوشای انتخاب گردید. و در بین آن‌ها پرسشنامه ۴ پرسشنامه بازنگری شده مقیاس دلبستگی بزرگسالان کولینز و رید، (۱۹۹۰) ۲- پرسشنامه استاندارد سلامت روانی کیز (۲۰۰۲) فرم کوتاه (۱۴ سؤالی) ۳-پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ ۴- پرسشنامه سبک زندگی اسلامی (ILST) توزیع و اجرا شد. اطلاعات جمع‌آوری شده از پرسشنامه‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۹ از طریق محاسبه ضریب همبستگی پیرسون، آزمون رگرسیون خطی چندگانه و آزمون دقیق فیشر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند؛ که نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که بین سبک زندگی اسلامی با سلامت روان و سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه وجود داشته و سبک زندگی اسلامی توان پیش‌بینی سلامت روان، سبک دلبستگی و رضایت زناشویی را در زنان متأهل دارد.

۱-۱- مقدمه

فصل اول

کلیات

اگر مجموعه فرهنگ و تمدن یک جامعه را سبک زندگی بنامیم، سبک زندگی هر جامعه مبتنی بر جهانیتی و تفکری خاص است؛ به عبارت دیگر هر تفکر خاص، فرهنگ و تمدن خاصی (سبک زندگی) را تولید می کند. (جواد پارسایی، ۱۳۹۵: ۲) یکی از مهمترین ویژگی که انسان را از سایر موجودات متمایز می کند، قدرت تفکر است. انسان باعقل خود عالم را مورد تحلیل قرار می دهد و جهانیتی خاصی نسبت به آن پیدا می کند و بر اساس همین نگاهی که به عالم دارد اساس زندگی خود را پی ریزی می کند. به سخن دیگر هر انسانی با توجه به اصول عقلانی خود به یک سری ارزش ها، باید و باید امور اخلاقی و رفتاری معتقد می شود و طبق همین ارزش ها، سخت افزار زندگی خود را می سازد. (جواد پارسایی، ۱۳۹۵: ۳) سبک زندگی اسلامی در سبک زندگی مطلوب و آن نیز در سبک زندگی انسانی و الهی تجلی می یابد. 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. (حسین خطیب و ساجدی، ۱۳۹۲: ۲) سبک زندگی برگرفته از اعتقادات، جهانبینی، طرز تلقی از زندگی، هدفمندی یا بی‌هدفی، مبانی فکری و نگرش‌های فرهنگی است. تفکر یکی از اصول مهم انتخاب سبک زندگی، تغییر در روش‌ها و رفتار است. فکر صحیح منجر به عملکرد خوب در زندگی می‌شود. (غزالی بی‌تا، ۹۵/۱۵ به نقل از فاطمه جوانبخت و همکاران، ۱۳۹۷: ۲) در کشور ما خانواده اهمیت بالایی در مقایسه با سایر گزینه‌ها (کار، مذهب، سیاست) دارد. خانواده بنیادی‌ترین تشکل اجتماعی واصلی‌ترین جزء اجتماع است. دست‌یابی به جامعه سالم درگرو سلامت خانواده و خانواده، سالم درگرو برخورداری افراد از سلامت روانی و داشتن ارتباط مطلوب با یکدیگر است. (سید مجتبی حسینی سهده و علی فتحی آشتیانی، ۱۳۸۹: ۱۲۷)

تشکیل خانواده و ارتباطات زناشویی با ازدواج آغاز می‌شود. ازدواج، پدیده‌ای است که می‌تواند باعث آرامش و سلامت روانی زن و مرد باشد؛ و می‌تواند به جایی برسد که به جای تأمین انرژی روانی زوجین، انرژی زیادی از آنان بگیرد و باعث اختلالات روانی شود. در این صورت، تنها دو راه حل برای زوج درمانده باقی می‌ماند: اول اینکه گرچه زندگی زناشویی آن‌ها آکنده از آشتفتگی‌هاست، آن را تحمل کنند و دومین راه حل، طلاق است؛ راهی که در سال‌های اخیر، بسیاری آن را برمی‌گزینند. (سید مجتبی حسینی سهده و علی فتحی آشتیانی، ۱۳۸۹: ۱۳۲). در سبک زندگی اسلامی، جهانبینی الهی و ارزش‌های کمال‌گرایان و سعادت محورانه حاکم است که در تأمین سلامت روان و رضایت از زندگی نقش مهمی دارند (فریده درب اصفهانی و همکاران، ۱۳۹۷: ۲). سبک زندگی در شکل نوین اوّلین بار توسط «آلفرد

آدلر» در روانشناسی به سال ۱۹۲۹ میلادی ابداع شد. هرچند آدلر آن را ابداع کرد، ولی پیروان کلاسیک او دیگران به تفصیل آن پرداخته‌اند. محققان تعاریف گوناگونی بر اساس بینش و نگرش خاص خود ارائه داده‌اند. جامعه‌شناسان در تعاریف جامعه‌شناسانه، بیشتر بر هنجارها و منش‌های اجتماعی افراد در جامعه تأکیددارند و روانشناسان بیشتر به بعد فردی و شخصیتی می‌پردازند (شریفی و لطفی، ۱۳۹۲: ۲) امروزه جایگاه خانواده در کشورهای پیشرفته دچار تغییراتی شده است. این تغییرات زمینه بسیاری از ناسازگاری‌ها و تعارضات زناشویی را فراهم آورد. در سال‌های اخیر احساس امنیت، آرامش و روابط صمیمانه میان زنان و مردان به سستی گراییده است و خانواده‌ها به گونه‌ای فراینده با نیروهای ویرانگر روبرو شده‌اند. به طور کلی چند عامل بر ساختار کانون ازدواج اثر مستقیم و مهم دارند که عبارت‌اند از: شخصیت طرفین در ازدواج، سبک‌های دلبستگی زن و مرد، هماهنگی و همسانی نیازهای بنیادین زوجین، باورهای ارتباطی، انتظارات غیرمنطقی از یکدیگر. شناخت گرایان و زوج درمانگران تأکید دارند که در میان تمام عوامل، متغیرهای شناختی در رضایت‌مندی و سازگاری زناشویی نقش مهمی ایفا می‌کنند. (سید مجتبی حسینی سهده و علی فتحی آشتیانی، ۱۳۸۹: ۱۲۸) سبک زندگی اسلامی از اصطلاحات علوم اجتماعی بوده، تعاریف متعددی برای آن ارائه شده است که عمدهاً بر رویکرد مادی مبنی هستند. اصطلاح با رویکرد اسلامی، به تازگی و به‌ویژه پس از تأکید مقام معظم رهبری (دام‌ضله العالی) رایج شده و از پیشینه مطالعاتی کهنه برخوردار نیست (حسین خطیب و ساجدی، ۱۳۹۲: ۳) سبک زندگی نتیجه همه گرینش‌ها، ترجیحات و رفتارهایی است که فرد در ارتباط با کالاهای مادی و فرهنگ مصرفی انجام می‌دهد. درنتیجه یکی از پیامدهای مدرنیته و استفاده از رسانه‌های مجازی وسائل ارتباط جمعی، فرآیند همانندسازی و یکی شدن فرهنگ‌هاست که این مسئله بر تمایزات هویتی

مانند ملیت، قومیت ریال و بهویژه دین تأثیر بسیاری دارد و آن را دستخوش تغییر و تحول می‌سازد (سالزمن، ۲۰۰۸: ۳۵) به نقل از مریم مختاری و کورش عیسی خوش، (۱۳۹۶: ۴) امروزه دیدگاه و نگرش روانشناسان و جامعه شناسان عصر حاضر به اصلاح خانواده و تقویت آن می‌باشد در حال می‌توان گفت خانواده درمانی با طیف وسیعی از شیوه‌های درمان در درمان مشکلات متعدد زیستی، روانی و اجتماعی بکار می‌رود. در درون این طیف گسترده و جامع در مورد مشکلاتی که از نظر درمان خانواده مناسب شناخته شده نظریات مختلفی وجود دارد یکی از روش‌ها که نقش بسزایی دارد رضایت زناشویی است و همچنین سلامت روان زوجین می‌باشد که خود مبتنی بر سبک زندگی افراد می‌باشد که با آن رشد نموده و بزرگ‌شده‌اند و به سن ازدواج رسیده‌اند لذا جا دارد که این چند متغیر مورد بررسی قرار گیرد.

۱-۲- بررسی ماهیتی و تشریح موضوع

خانواده به عنوان یکی از نهادهای مهم و کوچک‌ترین واحد اجتماع اساس تشکیل جامعه و حفظ و انتقال ارزش‌ها و عواطف انسانی است. اگرچه امروز در جهان معاصر در کشورهای توسعه یافته یا برخی از کشورهای درحال توسعه بنیاد نهاد خانواده درهم‌شکسته است که این امر متأثر از کمنگ شدن و از بین رفن بسیاری از ارزش‌های دینی و اعتقادی است، اما جهان سرک و بسیاری از کشورهای جنوب بنا به جهان‌بینی‌های اعتقادی و دینی خود مسلط بر ارزش‌های فرهنگی بر ثبات و استمرار نهاد خانواده تأکید می‌ورزند. (خوش‌لهجه صدق و صلیبی، ۱۳۹۴، ۷۶).

خانواده یکی از ارکان اصلی جامعه به شمار می‌آید. دستیابی به جامعه سالم، آشکارا درگرو سلامت خانواده و تحقق خانواده سالم منوط به برخورداری افراد از سلامت روانی و داشتن

روابط مطلوب با یکدیگر از و نیز داشتن سلامت روانی بستگی به سبک زندگی افراد و جامعه دارد (رحیمی و همکاران، ۱۳۹۳، ۲۰) سبک زندگی مدرن آنقدر پیچیده و چالش‌زا است که افراد بیشتر وقت خود را در شباهه‌روز در مواجهه با آن به سر می‌برند. گذراندن بیشتر روز، در محل کار با کارهای تکراری و خسته‌کننده، رفت‌وآمدّهای اداری و نظام بروکراسی برای خرید و فروش، پرداخت و دریافت پول در بانک‌ها، خرید و نصب و تعمیر وسایل، گرفتن جوازها و پروانه‌ها از سازمان‌ها و اداره‌ها و... همچنین تمرکز جمعیت و امکانات مدرن در شهرهای صنعتی، سیستم حمل و نقل و ترافیک و آلودگی جوی و صوتی، سبب شده که افراد ساعت‌ها از عمر خود را در این وضعیت برای رفتن و برگشتن به محل کار خود طی کنند و به خستگی و کسالت شدید دچار شوند و برای فرار از این خستگی روحی به سرگرمی‌های غافل کننده، مثل تماشای فیلم و مسابقات ورزشی و بپردازند، به‌طوری که هیچ‌گاه وقت نمی‌کنند که درباره خود و هدف زندگی خود بی‌اندیشنند و در این سیر تکراری زندگی ماشینی غرق می‌شوند (جواد پارسايی، ۱۳۹۵: ۶).

سبک زندگی از نگاه جامعه‌شناسی پلی است میان انتخاب‌های فرد و عوامل ساختاری محدود کننده و همچنین تجربه‌های افراد در میدان‌های اجتماعی مختلف و مفاهیمی همچون هویت، فرهنگ، سلیقه، مصرف سنت و نوگرایی، فردیت و عمومیت تولید و مصرف، طبقه و قشر، عاملیت و ساختارها و... را شامل می‌شود. به نظر می‌رسد که سبک اظهار داشته که یکی ۵ زندگی نقش تعین کننده‌ای در رضایت زناشویی داشته باشد. ایس از بهترین تعاریف در خصوص رضایت زناشویی عبارت از احساس عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه‌شده در زن یا شوهر موقعي که همه جنبه‌های ازدواج‌شان را در نظر می‌گیرند (زهرا بهاری، ۱۳۹۴، ۳).

به عقیده آدلر همه اشخاص علائمی از عناصر فرهنگ موروث را دارند که مشخصه زیستی ذاتی هستند از اینکه این افراد چطور با جهان ارتباط برقرار می‌کنند این سبک ارتباطی که اشخاص با محیط خودشان دارند رابطه آنها را با خودشان، دیگران و جهان توضیح می‌دهد و این چهار چوب سبک زندگی فردی را می‌سازد (خسرو بهرنگ و همکارن، ۱۳۹۵: ۲). جامعه‌ای نیست که بتواند ادعا کند که دارای سلامت است مگر آنکه دارای خانواده‌هایی سالم باشد و باید بیان کرد که حفظ و سلامت خانواده درگرو تداوم و سلامت بین زن و مرد می‌باشد یا به عبارت دیگر این رضایت زناشویی است که سلامت خانواده را تضمین می‌کند و هرگونه نارسایی در عملکرد خانواده تأثیرات زیان‌بار و مخرب بر رشد روان و اجتماعی فرزندان بجا می‌گذارد (خوش لهجه صدق و صلیبی، ۱۳۹۴، ۷۸).

سلامت عمومی عبارت است از برخورداری از آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو. سلامت روانی به عنوان بخشی از سلامت عمومی عبارت از قدرت تطابق با شرایط محیطی، داشتن عکس العمل مناسب در برابر مشکلات و حوادث زندگی. فرد دارای سلامت روان به نظر آدلر روابط خانوادگی صمیمی و مطلوبی دارد و جایگاه خودش را در خانواده و گروه‌های اجتماعی به خوبی می‌شناسد. بررسی بهداشت روانی زوجین از جمله پدیده‌هایی است که می‌تواند افراد مصمم به ازدواج را در ایجاد تصمیم گیری‌های دقیق به منظور انتخاب زوج و به دنبال آن، سعی در جهت ایجاد و ادامه رابطه صمیمانه با همسر خویش یاری دهد. یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که عوامل و ابعاد شخصیتی بهتر از متغیرهایی مانند سن، تحصیلات یا سابقه جدایی در گذشته کیفیت رابطه زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. یکی از عوامل مهم که در سال‌های اخیر به آن توجه شده است و

بر روی رضایت زناشویی تأثیر دارد تجارت اولیه فرد با والدین و یا نوع رابطه عاطفی فرد با والدین خود در دوران کودکی است. برخی از مطالعات تلاش کرده‌اند به این سؤال پاسخ دهنده که چگونه تجارت اولیه فرد در دوران کودکی می‌تواند هویت وی را در بزرگسالی تحت تأثیر قرار دهد (سیمپسون و رولز، ۱۹۹۸) به نقل از خوش‌لهجه صدق و صلیبی، ۱۳۹۴، ۷۸).

هدف اصلی این پژوهش بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان و سبک دلبستگی و رضایت زناشویی در بین زنان متأهل می‌باشد چنین هدفی ما را بهسوی این پرسش سوق می‌دهد که بین سبک زندگی اسلامی با سلامت روان و سبک دلبستگی و رضایت زناشویی رابطه وجود دارد؟

۱-۳- اهمیت تالیف این کتاب

با توجه به اینکه که خانواده اولین تجلیگاه روابط عاطفی برای افراد است. کنش‌ها و چالش‌هایی که در محیط خانواده صورت می‌گیرد. پایه‌های تربیتی فرزندان را تشکیل می‌دهد، فرهنگ خانواده، شخصیت فرزند را تعیین می‌کند. روابط اطرافیان، تأثیر شگرف در برقراری ارتباط فرزندان با افراد جامعه دارد؛ و تمامی رفتارها و فرهنگ یک خانواده هر دو محور اصلی یعنی زن و شوهر می‌چرخد، چراکه آنان علاوه بر تعیین نوع رابطه و زندگی خود، وظیفه تربیت و ایجاد انگیزه برای زندگی بهتر فرزندان را نیز بر عهده‌دارند. تداوم و بقای خانواده، مستلزم سلامت و بهداشت روانی اعضاء آن است و سلامتی روانی نیز درنتیجه میزان رضایت طرفین از زندگی به وجود می‌آید، خانواده‌ای که دچار اضطراب و کشمکش‌های نابجا نباشد و همه روابط فی‌مایین اصولی باشد، دارای سلامت روانی است؛ و چون افراد خانواده به یکدیگر دلبسته هستند و این دلبستگی تعیین کننده میزان علاقه است، پس تحقیق و مطالعه در این

خصوص اهمیت و ضرورت داشته و خانواده سالم، رضایت بالای زن و شوهر و سطح دلبستگی مثبت و خوب برای یک جامعه بسیاری ضروری است و اینکه افزایش روزافزون آمار طلاق که خود ناشی از ناسازگاری بین زوجین می‌باشد مسئله و دغدغه ذهن پژوهشگر می‌باشد و اینکه آیا سبک زندگی اسلامی با سلام روان و سبک دلبستگی و درنهایت رضایت زناشویی ارتباط دارد ذهن پژوهشگر را به خود مشغول کرده است و با پرداختن به این پژوهش و استفاده کاربردی از آن می‌توان در خصوص تربیت نسل‌های آینده و همچنین اصلاح خانواده‌ها به نتایج مثبتی از کاهش طلاق و رضایت بین زوجین رسید و اگر به موضوع پرداخته نشود باید منتظر آثار زیان‌بار بیش از پیش آن بود و افزایش بیشتر طلاق که درمجموع حاصل نارضایتی بین زوجین می‌باشد.

۱-۴- اهداف تالیف این اثر علمی

۱-۴-۱- هدف اصلی پژوهش:

۱- بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان و سبک دلبستگی و رضایت زناشویی در بین زنان متأهل

۱-۴-۲- اهداف فرعی:

۱- بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان.

۲- بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سبک دلبستگی.

۳- بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با رضایت زناشویی.

۴- پیش‌بینی سلامت روان و رضایت زناشویی و سبک دلبستگی در زنان متأهل براساس سبک زندگی اسلامی.

۱-۵- سؤالات مطروحة مرتبط با موضوع

۱-۵-۱- سؤال اصلی پژوهش:

۱- بین سبک زندگی اسلامی با سلامت روان و سبک دلبستگی و رضایت زناشویی رابطه وجود دارد؟

۱-۵-۲- سؤال‌های فرعی پژوهش:

۱- آیا بین سبک زندگی اسلامی و سلامت روان رابطه‌ای وجود دارد؟

۲- آیا بین سبک زندگی اسلامی و سبک دلبستگی رابطه معناداری وجود دارد؟

۳- آیا بین سبک زندگی اسلامی و رضایت زناشویی رابطه‌ای وجود دارد؟

۴- آیا سبک زندگی اسلامی توان پیش‌بینی سلامت روان و سبک دلبستگی و رضایت زناشویی را دارد؟

۱-۶- تعریف واژه‌ها و اصطلاحات فنی و تخصصی

۱-۶-۱- تعاریف مفهومی:

سبک زندگی: سبک زندگی، عبارت است از الگوی زندگی فردی که در فعالیت‌ها، دلبستگی‌ها و افکار شخصی، خود را نشان می‌دهد (شوشتري زاده، ۱۳۸۲، ۸۴)

سلامت روانی: طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی (WHO)، سلامت روانی یعنی: حالتی از سلامتی است که فرد متوجه توانایی‌های خود می‌شود.

سلامت روان به معنای تعادل و انسجام فراگیر در همه ابعاد جسمانی و نفسانی انسان است که تعقل و اندیشیدن، آگاهی، هدف‌داری، انصاف، عدالت، امانت‌داری، حقیقت‌جویی و تسليم در برابر آن، رشد مستمر و آرامش از جمله علائم آن است. (طاهری، ۱۳۸۸، ۲۵)

سبک دلبستگی: نحوه‌ای که فرد با یک مظهر مراقبت‌کننده رابطه برقرار می‌کند (ریچاردپی - هالجین - سوزان کراس - ترجمه سید محمدی، ۱۳۸۴).

به کسب احساس آرامش و ایمنی که در مجاورت عاشق به معشوق به دست می‌دهد و حساسیت و پاسخگو بودن به نیازهای معشوق اطلاق می‌کرد. (سپاه منصور، ۱۳۸۶).

رضایتمندی زناشویی: میزان رضایت زن و شوهر از چگونگی و کست رابط خود با یکدیگر می‌باشد. (هاشمی، ۱۳۸۶).

به اعتقاد هاپکیتز رضایت از زندگی زناشویی یعنی احساس خوشایند و رضایتمند و لذت تجربه‌ای که به وسیله یک زوج صورت می‌گیرد هنگامی که تمامی جنبه زندگی زناشویی خود را مورد توجه قرار دهدن. (سلیمانیان، ۱۳۷۲).

۱-۶-۲- تعاریف عملیاتی:

سبک زندگی اسلامی: نمره کسب شده در پرسشنامه سبک زندگی اسلامی (ILST) که کاویانی (۱۳۸۸) ساخته و روایی آن را تأیید کرده است ۷۵ آیتم دارد.

سلامت روانی: نمره کسب شده آزمودنی در پرسشنامه سلامت روانی کیز (۲۰۰۲) از فرم بلند پیوستار سلامت روان مشتق شد و شامل ۱۴ سؤال‌ها و ۳ مؤلفه می‌باشد. طراحی شده است و بر اساس طیف شش گزینه‌ای لیکرت به سنجش سلامت روانی می‌پردازد.

سبک‌های دلبستگی: نمره کسب در پرسشنامه مقیاس بازنگری شده دلبستگی بزرگ‌سالان کولینز و رید (۱۹۹۰)

رضایتمندی زناشویی: نمره کسب شده در پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ. فرم ۴۷ سؤالی آن توسط اولسون (۱۹۹۸)، تهیه شد.

