



# سبک زندگی

## ایرانی - اسلامی در رسانه‌ها

سید میثم موسوی

تصویرگر

میلاذ حبیبی اصل

دانشجوی دانشگاه فرهنگیان یاسوج



اسلامی، ۱۳۹۷: ۱۲).

۲. بین سبک زندگی و آسیب‌های اجتماعی ارتباط دوسویه‌ای وجود دارد. هر قدر سبک زندگی نادرست ترویج پیدا کند، آسیب‌های اجتماعی بیشتر می‌شوند (ایران‌نژاد و منعمی، ۱۳۹۶: ۵۹). یکی از آموزش‌های مهم در سبک زندگی، آموزش مهارت‌های زندگی است که نداشتن شناخت درباره آن‌ها، آسیب‌های اجتماعی فراوانی را به دنبال دارد.

۳. طبق سند تحول بنیادین، هدف نهایی تربیت، رسیدن دانش‌آموزان به حیات طیبه و جامعه صالح، طبق نظام معیار اسلامی، است. (مبانی نظری تحول بنیادین، ۱۳۹۰). برای تحقق این هدف، نیاز است افراد صالح، سبک زندگی منطبق با نظام معیار را رواج دهند. معلمان و دانش‌آموزان در این حوزه بیشترین درگیری را با موضوع هدف غایی دارند و باید به تشکیل جامعه صالح مبادرت ورزند.

اما اکنون چالش اساسی بر سر راه سبک زندگی مطلوب، رسانه و ابزارهای رسانه‌ای است. رسانه شامل رسانه‌های دیداری مثل تلویزیون و کتاب، شنیداری مانند رادیو، ترکیبی از آن دو مانند پویانمایی یا فیلم و رسانه‌های چندحسی (مانند نمایش‌های اسلایدی به همراه فیلم و بازی‌های رایانه‌ای) است. کار رسانه انتقال پیام است و بسته به فرستنده، پیام‌ها با گفتمان و اندیشه‌های خاص در بستری که واقعاً توجه مخاطب را به شکل شگفت‌انگیزی جلب می‌کنند، منتقل می‌شوند. ابزارهای رسانه‌ای نوظهور و فراگیر مانند اینترنت و ماهواره و گوشی‌های هوشمند، امروزه بسیار مورد استفاده قرار می‌گیرند، به طوری که بسیاری از انسان‌ها شب و روز خودشان را به آن‌ها می‌پردازند و این در عصر نوین غیرقابل انکار است. رهبر معظم انقلاب اسلامی در بیانیه گام

سبک زندگی اصطلاحی است که امروزه زیاد به گوشمان می‌خورد و ما سعی داریم آن را برای دسته‌ای از رفتارهای متمایز در زندگی شخصی و اجتماعی خود به کار ببندیم. این اصطلاح قدمت زیادی ندارد، به اوایل قرن بیستم مربوط است و غرب آن را ارائه کرده است (صادق‌زاده قمصری و دیگران، ۱۳۹۷). هر جامعه هم مانند ما انسان‌ها یک سبک زندگی برای خود دارد و این سبک زندگی آن را از سایر جامعه‌ها متمایز می‌کند. ارکان شکل‌دهی به هویت اجتماعی هر جامعه عبارت‌اند از: باورها (جهان‌بینی)، ارزش‌ها (ایدئولوژی) و سبک زندگی (نظام ترجیحات رفتاری) (سبک زندگی بر مبنای آموزه‌های دینی، محتوای ضمن خدمت). در این بین، سبک زندگی لایه رویین و آشکار است (همان). در واقع سبک زندگی نمود عینی ارزش و باورهای جامعه است. اگر ما می‌گوییم سبک زندگی اسلامی به این خاطر است که ما داریم احکام و جهان‌بینی دین اسلام را در جامعه پیاده می‌کنیم و نظامی رفتاری بر مبنای جهان‌بینی توحیدی و ارزش‌های اسلامی تشکیل داده‌ایم. در باب اهمیت و ضرورت تحقیق درباره سبک زندگی سالم و ایرانی اسلامی و اهمیت آن می‌توان به این نکات اشاره کرد:

۱. مقام معظم رهبری در یکی از مهم‌ترین اسناد کشور که بیانیه گام دوم است، به جوانان، توصیه‌هایی با رویکرد امیدافزایی و نگاه به آینده کردند که آخرین آن‌ها سبک زندگی بود. ایشان پرونده آن را باز گذاشتند و فرمودند: «سخن لازم در این باره بسیار است». همین موضوع اهمیت سبک زندگی را می‌رساند. ایشان اشاره کردند که غرب دنبال ترویج سبک زندگی غربی در بین جوانان ماست و این بحران‌های زیادی را گسترش می‌دهد (بیانیه گام دوم انقلاب



آن را تا ۲۲ سالگی هم برآورد کرده‌اند. در این سنین، هویت نوجوانان شکل می‌گیرد و تفکر انتزاعی پیشرفت زیادی دارد. پیامبر خدا (ص) می‌فرماید: «الولد سید سبع سنین و عبد سبع سنین و وزیر سبع سنین: کودک هفت سال آقا و سرور است و هفت سال زیردست و فرمان‌بردار و هفت سال وزیر و مشاور (پدر و مادر) است» (باهر، ۱۳۹۵: ۱۳۱). مشخص است که آن هفت سال سوم دوره نوجوانی است و باید با او مثل یک مشاور برخورد کرد و مانند قیل آمرانه به او دستور نداد و در مسائل و تصمیم‌گیری‌ها از او نظرخواهی کرد (همان). نوجوان به سبب تغییرات رشدی، جسم و روانش متحول می‌شوند. او به بلوغ می‌رسد و تغییرات هورمونی در

دوم (چهل سال دوم انقلاب اسلامی) می‌فرماید: «ابزارهای رسانه‌ای پیشرفته و فراگیر امکان بسیار خطرناکی در اختیار کانون‌های ضدمعنویت و ضداخلاق نهاده‌اند و هم‌اکنون تهاجم روزافزون دشمنان به دل‌های پاک جوانان و نوجوانان و حتی نونهالان با بهره‌گیری از این ابزارها را به چشم خود می‌بینم.» در این میان، سبک زندگی ایرانی‌اسلامی باید در مقابل تهاجم فرهنگی دشمن بایستد و با استفاده از همین رسانه‌ها و به‌خصوص رسانه‌های نوظهور، تأثیر منفی تبلیغات و ناامیدی‌های دشمن بر نوجوانان و جوانان را از بین ببرد و آنان را برای رسیدن به حیات طیبه کمک کند. نوجوانی شامل سنین ۱۲ تا ۱۸ سال است و البته که برخی

او ظاهر می‌شوند. همچنین، رسیدن به سن تکلیف نکته مهم دیگر است.

با ظهور کرونا و گسترش فضای مجازی، استفاده نوجوانان از رسانه‌های ارتباط جمعی افزایش پیدا کرده است. شرایط ایجاب می‌کند رسانه‌های دیداری مانند کتاب‌های درسی بحث سبک زندگی ایرانی اسلامی را بیشتر در محتوای خود پوشش دهند تا این سبک زندگی که هویت جمعی ما را نیز می‌سازد، بتواند به‌درستی کارکرد خودش را ایفا کند. جامعه هدف این مقاله، دانش‌آموزان متوسطه اول است، ولی مؤلفه‌های استخراج‌شده برای متوسطه دوم نیز قابل استفاده و تجزیه و تحلیل هستند. شیوه پژوهش بدین صورت است که با استفاده از منابع کتابخانه‌ای و اینترنتی که غالباً شامل مقالات پیشرفته و معتبر هستند و همچنین کتاب‌های درسی که به‌طور مستقیم به بحث سبک زندگی می‌پردازند، مؤلفه‌هایی را استخراج می‌کنیم و از این مؤلفه‌ها برای تحلیل محتوای کتاب‌های درسی از پایه‌های ابتدایی تا سطوح عالی تحصیلی استفاده می‌کنیم. تحلیل محتوای کتاب‌های درسی به‌عنوان رسانه‌های دیداری به ما کمک می‌کند به لایه‌های عمیق محتوا و پیام‌های پنهان و آشکار دست یابیم و در صورت مشخص شدن کاستی‌ها آن‌ها را برطرف و از نقاط قوت برای بهتر شدن آینده کتاب‌های درسی استفاده کنیم. از مهم‌ترین کتاب‌های درسی که به‌طور مستقیم به سبک زندگی پرداخته‌اند، کتاب‌های «تفکر و سبک زندگی» در پایه‌های هفتم و هشتم متوسطه اول هستند. البته در دوران ابتدایی (پایه ششم) این کتاب را با عنوان «تفکر و پژوهش»، و در دوران متوسطه دوم، پایه دهم، کتاب «تفکر و سواد رسانه‌ای» و در پایه دوازدهم با عنوان «مدیریت خانواده و سبک زندگی ویژه پسران» را داریم.

### توجه همه‌جانبه به ساحت‌های شش‌گانه تربیت با درک رویکرد و اصول هر ساحت

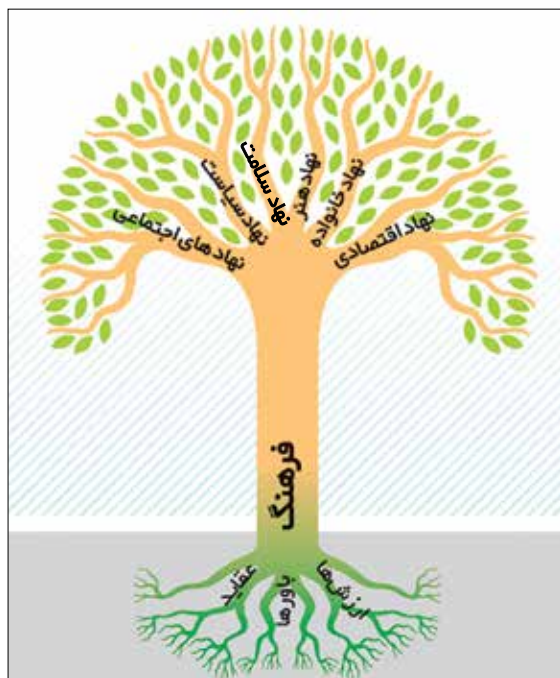
انسان موجودی چندبعدی است که نگرش، مهارت و دانش دارد و باید در همه جنبه‌ها رشد و پرورش یابد. ساحت‌های شش‌گانه عبارت‌اند از: ۱. اعتقادی، عبادی و اخلاقی؛ ۲. اجتماعی - سیاسی؛ ۳. زیستی و بدنی؛ ۴. اقتصادی و حرفه‌ای؛ ۵. علمی و فناوری؛ ۶. زیبایی‌شناختی و هنری.

بهره‌گیری از میراث ارزشمند ادب فارسی برای بسط اصول اخلاقی و فطرت‌مداری و مشارکت همه عوامل اعم از تقسیم کار در خانواده و مسجد و رسانه، از رویکردهای ساحت اعتقادی و عبادی هستند (مبانی نظری تحول بنیادین، ۱۳۹۰: ۳۰۰). تربیت علمی و فناوری از مهم‌ترین قسمت‌هایی است که به بحث رسانه مربوط می‌شود. در اینجا ما باید رسانه دینی را به‌عنوان ابزاری برای توسعه ارزش‌های

اخلاقی در نظر بگیریم. رسانه دینی به دنبال آن است که تعریف جدیدی از رسانه، ساختار و رسالت آن تدوین و عرضه کند و در صدد گسترش اخلاق در حیات جمعی و دستیابی به سعادت حقیقی است (قاسم‌پور، ۱۳۹۰: ۸۳).

### انعطاف‌پذیری و توجه همه‌جانبه به لایه‌های فرهنگ و گسترش فرهنگ اسلامی ایرانی

فرهنگ دارای سه لایه «سور، ارزش و هنجار» به‌عنوان هسته فرهنگ است و سه لایه «نمادها و اسطوره‌ها، آیین‌ها و آداب‌ورسوم، و فناوری‌ها و نوآوری‌ها» لایه‌های پوسته فرهنگ هستند (دهشیری، ۱۳۸۸: ۱۸۲). رسانه به دنبال اندیشه‌سازی، ارزش‌گذاری و هنجارسازی است تا بتواند الگوهای خودش را ارائه دهد. رسانه‌های مکتوب باید فرهنگ ایرانی اسلامی را ارائه دهند. بدین صورت که با جهان‌بینی توحیدی و ارزش‌های اسلامی و سبک زندگی ایرانی اسلامی به ترویج پوسته فرهنگ بپردازند. در قسمت اول پوسته نمادها و اسطوره‌ها، شامل سرود ملی، پرچم سه‌رنگ جمهوری اسلامی ایران، مشاهیر و شخصیت‌های علمی مانند شهیدان و ائمه معصوم و پیامبران. در قسمت دوم پوسته آیین‌ها و آداب‌ورسوم را داریم که از تعریف‌های خود فرهنگ است. برگزاری مراسم اربعین و عاشورا و دهه محرم، روزهداری در ماه رمضان و عید باستانی نوروز در این دسته قرار می‌گیرند. لایه ششم که فناوری، مهارت‌ها و نوآوری است، بر محیط



درخت فرهنگ (کتاب تحلیل فرهنگی پایه دوازدهم انسانی) به ارتباط نزدیک فرهنگ با ساحت‌های شش‌گانه تربیتی توجه کنید.





مهارت‌های زندگی. منبع: سایت مشاوره نوین

#### منابع

۱. ایران‌نژاد، پریسا و منعمی، فاطمه. نیازسنجی برنامه آموزشی بر اساس سبک زندگی اسلامی ایرانی مقطع متوسطه. فصلنامه علمی پژوهشی تربیت اسلامی. سال ۱۲، شماره ۲۵، پاییز و زمستان ۱۳۹۶.
۲. آموزش هدفمند، سازمان یادگیرنده، تحول اداری، محتوای ضمن خدمت، سبک زندگی بر مبنای آموزه‌های دینی.
۳. آیت‌الله خامنه‌ای، سیدعلی. بیانیه گام دوم انقلاب خطاب به ملت ایران. ۱۳۹۷.
۴. باهنر، ناصر (۱۳۹۵). آموزش مفاهیم دینی همگام با روان‌شناسی رشد. تهران: سازمان تبلیغات اسلامی. شرکت چاپ و نشر بین‌الملل.
۵. دلاور، علی؛ باستان، مصطفی؛ فرهنگی، علی‌اکبر. بررسی مؤلفه‌های مؤثر بر مصرف رسانه‌ای جوانان تهرانی با هدف طراحی مدل خلاقانه الگوی مصرف رسانه‌های نوظهور. فصلنامه علمی پژوهشی ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی. دوره هشتم، شماره یک، تابستان ۱۳۹۷.
۶. دهشیری، محمدرضا. رسانه و فرهنگ‌سازی، فصلنامه تحقیقات فرهنگی. دوره دوم، شماره ۸، زمستان ۱۳۸۸.
۷. صادق‌زاده قمصری، علیرضا؛ حیدرپور، حسن؛ سجادی، سیدمهدی. تحلیل تطبیقی راهنمای برنامه درسی دین و زندگی دوره متوسطه دوم با مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی ایرانی. فصلنامه مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی. سال سوم، شماره ۴، پیاپی ۹، زمستان ۱۳۹۷.
۸. قاسم‌پور، حسن. دین و رسانه. مطالعات میان‌رشته‌ای در رسانه و فرهنگ. سال اول، شماره اول، بهار و تابستان. ۱۳۹۰.
۹. مبانی نظری تحول بنیادین در نظام تعلیم و تربیت رسمی عمومی جمهوری اسلامی ایران. دبیرخانه شورای عالی آموزش و پرورش و شورای انقلاب فرهنگی. آدرامه. ۱۳۹۰.
۱۰. عسکری، بهروز و شفیعی: ابر و علی‌محمدی، رضا. مهارت‌های زندگی، مجله پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی. علوم تربیتی و آموزش و پرورش. سال سوم، شماره ۲۲، فروردین ۱۳۹۹.

و فضای نوینی ناظر است که فرهنگ عمومی در بستر آن شکل می‌گیرد و مظهر تعامل و تبادل کنش‌های اجتماعی و الگوهای ارتباطی به‌شمار می‌آید (همان). باید توجه کنیم، این فضا همگرایی خوبی با فرهنگ اسلامی داشته باشد، وگرنه رسانه می‌تواند ضد فرهنگ‌ها و کنش‌های ناهنجار را در جامعه پخش کند و بسط دهد. برای مثال، توجه به بحث پوشش و حجاب به‌عنوان یک ارزش در اسلام، باید از طریق ارائه الگوها و نوآوری به نوجوانان آموزش داده شود. نمونه آن آموزش بلوغ و پوشش در کتاب تفکر و سبک زندگی ویژه دختران پایه هفتم است.

### آموزش مهارت‌های زندگی

از اهداف و ضرورت‌های آموزش مهارت‌های زندگی، ایجاد سلامت روانی در بالاترین سطح خود است که از آسیب‌های اجتماعی جلوگیری می‌کند (عسکری و دیگران، ۱۳۹۹: ۵۱). با توجه به موقعیت‌هایی که رسانه برای افراد به وجود می‌آورد، توانایی تجزیه و تحلیل موقعیت و تصمیم‌گیری درست، حس خودکفایی و اعتماد به نفس و به طور کلی سلامت روانی نوجوان را در برخورد با رسانه‌ها تقویت می‌کند. این مهم با آموزش مهارت‌های زندگی محقق می‌شود و از ضروریات عصر نوین است. ده مهارت اصلی و پایه عبارت‌اند از: خودآگاهی؛ همدلی؛ مقابله با هیجان‌ها؛ مقابله با فشار روانی؛ تصمیم‌گیری؛ حل مسئله؛ ارتباطات اجتماعی و بین‌فردی؛ تفکر خلاق؛ تفکر نقاد (عسکری و دیگران، ۱۳۹۹: ۶۱-۵۷). مهارت‌های زندگی به‌طور مستقیم در کتاب تفکر و سبک زندگی پایه هشتم آموزش داده شده و در کتاب‌هایی نظیر مطالعات و دین و زندگی نیز با ارائه الگوها و سایر موارد ارائه شده‌اند.

### توجه به جایگاه خانواده

خانواده از ارکان سبک زندگی به‌شمار می‌آید (ایران‌نژاد و منعمی، ۱۳۹۶: ۵۸). از عوامل سهیم در بحث تربیت نیز خانواده است و می‌دانیم اولین نهاد تربیتی برای فرد، خانواده است. اساساً خانواده نقشی بزرگ در ایجاد سبک زندگی برای فرزندش دارد. همچنین در بحث رسانه‌ها نیز نقش خانواده بسیار تأثیرگذار است. «یکی از عوامل انتخاب رسانه‌ها از سوی مخاطبان، موضوع اعتماد به رسانه است» (دلاور و دیگران، ۱۳۹۷: ۱۳۴). سبک زندگی ایرانی - اسلامی باید از طریق تکریم جایگاه خانواده و تحکیم نقش خانواده صالح در ایجاد جامعه صالح و نیز از تأثیرگذاری نادرست رسانه بر خانواده‌ها جلوگیری کند تا فرزندان آن خانواده نیز از گزند این موضوع در امان باشند. در کتاب‌های مطالعات اجتماعی متوسطه نیز این موضوعات بیشتر به چشم می‌خورند.