



Explaining Employed Women`s Quality of Life in Rasht City Based on the Changes and Consequences of Modern Lifestyle

Ashraf Al-Sadat PeiroNaziri*¹

(Receipt: 2021.11.29- Acceptance:2022.11.09)

Abstract:

The present article was done to investigate the effect of Changes of modern lifestyle consequences on women`s quality of life. The method of this research was survey analytic correlation and the statistical society was all employed women over the age of 30 who were at least in B.A/B.S educational level; among them 384 women were selected in random classified method through Coockran formula. The instrument of present study was researcher`s self-made questionnaire. The validity of research was content validity and the reliability was estimated through Cronbach`s alpha technique which was approved for all variables. Research`s hypothesis were analyzed by SPSS software and the obtained results of multiple regression test revealed; due to the changes; personal, family and social consequences can determine the quality of life of employed women in Rasht city. Personal consequences had the main effect and family consequences in second place and social consequences had the least effect. Overall, personal, family and social consequences can predict 30% of employed women`s quality of life in Rasht city. In sum, women`s quality of life in subjective and objective dimensions would be based on their utilization of modern life style in individual- family and social dimensions.

KeyWords: Modern Lifestyle Consequences, Quality of Life, Women.

1. Assistant Professor, Department of Social Sciences, Farhangian University of Rasht, Gillan, Iran.

*.Corresponding Author dr.a.peyronaziri@gmail.com



10.30495/jscc.2022.1945591.1944



تبیین کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت از روی تغییرات و پیامدهای ناشی از سبک زندگی مدرن

اشرف‌السادات پیروندیزی^۱

(دریافت: ۱۴۰۰/۰۹/۰۸ - پذیرش نهایی: ۱۴۰۱/۰۸/۱۸)

چکیده

مقاله حاضر با هدف تأثیر تغییرات ناشی از سبک زندگی مدرن بر کیفیت زندگی زنان انجام شد. روش تحقیق به صورت پیمایشی از نوع همبستگی و تحلیلی بود. جامعه آماری شامل زنان شاغل بالای ۳۰ سال دارای حداقل مدرک تحصیلی لیسانس بودند که با استفاده از فرمول کوکران ۳۸۴ نفر به روش تصادفی طبقه‌ای انتخاب و مورد مطالعه قرار گرفتند. ابزار اندازه‌گیری متغیرها پرسشنامه محقق ساخته بود. جهت سنجش اعتبار ابزار از اعتبار محتوایی و جهت سنجش پایایی از آلفای کرون باخ استفاده و همگی مورد تایید قرار گرفتند. آزمون فرضیه‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS انجام پذیرفت و نتایج رگرسیون چندگانه نشان داد: تغییرات حاصل شده؛ پیامدهای فردی، پیامدهای خانوادگی و پیامدهای اجتماعی کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت را تبیین نمودند. پیامدهای فردی بالاترین تأثیر و پس از آن پیامدهای خانوادگی در مرحله دوم و پیامدهای اجتماعی کمترین تأثیر را در تبیین کیفیت زندگی زنان مورد مطالعه برجای گذارد. در مجموع پیامدهای فردی، خانوادگی و اجتماعی به میزان ۳۰٪ کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت را تبیین نمودند. در نتیجه کیفیت زندگی زنان در ابعاد ذهنی و عینی می‌تواند در گرو بهره‌گیری مناسب از سبک‌های زندگی مدرن در ابعاد فردی - خانوادگی و اجتماعی باشد.

واژه‌های کلیدی:

پیامدهای سبک زندگی مدرن، کیفیت زندگی، زنان.

۱. استادیار گروه علوم اجتماعی، دانشگاه فرهنگیان، رشت، ایران.
* نویسنده مسئول: dr.a.peyronaziri@gmail.com

مقدمه

قرن‌هاست که مردم به‌طور ذاتی به دنبال یک زندگی خوب بوده و هستند و در این راستا برای بهبود شرایط زیستی خود سعی کرده‌اند تا از استعدادهای، توانمندی‌ها و ظرفیت‌های خود حداکثر بهره‌برداری را بنمایند. از این رو همواره دغدغه اصلی مردم این بوده که چگونه به یک زندگی مطلوب و با کیفیت دست یابند. امروزه با توسعه جوامع و بهبود سطح زندگی، موضوع کیفیت زندگی^۱ اهمیت قابل ملاحظه‌ای یافته است و نیز به‌عنوان رویکردی نوین در مطالعات و تحقیقات اجتماعی و پزشکی مطرح شده است (ژائو، لی، وو، ژوو، با، گوو و همکاران، ۲۰۰۹). بالا بودن کیفیت زندگی در هر کشور نشانه توسعه پایدار و همه‌جانبه در آن جامعه است و نیز در نظر گرفتن نقش زنان در برنامه‌های توسعه و تلاش برای بهبود وضعیت زندگی آن‌ها مسأله‌ای است که برای رسیدن به پیشرفت همه‌جانبه نباید آن را نادیده گرفت (جانجانی و مؤمنی و کرمی، ۱۳۹۳). با توجه به اینکه زنان بخش عظیمی از جامعه را تشکیل می‌دهند؛ این بخش به‌عنوان سرمایه مطرح هستند و مهمترین نقش را برای ساختن فردای جامعه بر عهده دارند؛ لذا توجه به کیفیت زندگی زنان می‌تواند در تربیت فرزندان و ساختن فردای بهتر تأثیر بسزایی داشته باشد.

امروزه در پی حضور مدرنیته^۲ و گسترش فناوری‌های ارتباطی و تکنولوژیکی؛ زندگی فردی و اجتماعی افراد جوامع در دهه‌های اخیر موجب تغییرات و تحولات عدیده‌ای شده و ارزش‌ها نیز دچار تغییر شده‌اند. این تغییرات در ارزش‌ها موجب ایجاد سبک‌های نوین در زندگی شده است که با شیوه‌های زندگی سنتی متفاوت است. سبک زندگی مدرن^۳ در بین زنان بیش از مردان مورد توجه قرار گرفته و در کیفیت زندگی آن‌ها تأثیرگذار می‌باشد.

جامعه ایران نیز در سده اخیر شاهد دگرگونی‌های اجتماعی و فرهنگی گوناگونی بوده است. ظهور جامعه مصرفی به‌واسطه فزونی کالاهای مادی از یک‌سو و دموکراتیزه‌شدن مصرف یا عمومیت یافتن آن از سوی دیگر، به انتخابی‌شدن زندگی روزمره می‌انجامد و همین امر نشان‌دهنده اهمیت روزافزون سبک زندگی در جامعه معاصر است. سبک زندگی مجموعه‌ای نسبتاً هماهنگ از همه رفتارها و فعالیت‌های هر فرد معین در جریان زندگی روزمره است که مستلزم مجموعه‌ای از عاداتها و جهت‌گیری‌هاست (باینگانی و ایراندوست و احمدی، ۱۳۹۲). همچنین مجموعه‌ای از ارزش‌ها، باورها، شیوه‌های رفتاری و سلیقه‌هاست که در زندگی روزمره افراد پذیرفته شده است و متأثر از عناصر مختلفی چون دین، تحصیلات، نژاد، سن، سرمایه اجتماعی، فرهنگی و عوامل اقتصادی و

-
1. The Quality of Life
 2. Zhao, Li, Wu, Zhou, Ba, Gu et al
 3. Modernity
 4. Modern Life Style

باورهای سیاسی و... است (زارع شاه‌آبادی و طاهر، ۱۳۹۵). نتایج پژوهش‌های نیازی، نوروزی و عسگری کویری (۱۳۹۴) نشان می‌دهد که سرمایه فرهنگی، میزان تحصیلات و سرمایه اجتماعی تأثیر معنی‌داری بر انتخاب و نوع سبک زندگی زنان دارد.

در دیدگاه چنی^۱ پدیده سبک زندگی تلاشی در جهت نمایش هویت فردی و تعریف ویژگی مدرنیته بوده است (خادمیان، ۱۳۸۸). سبک‌های زندگی الگوهای متمایز کنش در میان مردم است و مردم در زندگی روزانه از مفهوم سبک زندگی بی‌آنکه توضیح منظور خود را ضروری ببینند، استفاده می‌کنند. زیرا این مفهوم به توضیح رفتار افراد، علل آن و معنایی که این رفتار برای آن‌ها دارد، کمک می‌کند (چنی، ۱۹۹۶). انتخاب سبک زندگی در طی فرآیند جامعه‌پذیری، از طریق جامعه، خانواده، گروه همسالان و وسایل اطلاعاتی و ارتباطی از قبیل رسانه‌ها و... با توجه به شرایط متفاوت محیط زندگی رخ می‌دهد که همین موجب شکل‌گیری سبک‌های متفاوت زندگی و تمایز افراد از یکدیگر می‌شود و گاه فرهنگ رسمی جامعه را به چالش می‌کشد (زارع شاه‌آبادی و طاهر، ۱۳۹۵). سفیری، جبارنژاد و حاتمی (۱۳۹۴) در مطالعه خود نشان دادند که بیش از نیمی از زنان، گرایش بالایی به زندگی مدرن از خود نشان داده‌اند که خود بیان‌کننده این حقیقت است که در آینده، سبک‌های زندگی متفاوت‌تری را تجربه خواهند نمود. در همین رابطه اکبری و تیموری (۱۳۹۷) طی نتایج تحقیق خود نشان دادند که در جوامع کنونی استفاده بیشتر از رسانه‌های ماهواره‌ای، سبک زندگی افراد به سمت مدرنیته گرایش بیشتری پیدا کرده است. جوامع مدرن کنونی مناسبات خانوادگی و نحوه گذراندن اوقات فراغت را در بین افراد جامعه دستخوش تغییر قرار داده است.

به گفته تورن^۲ (۱۳۸۲) دگرگونی در وضعیت زنان یکی از مؤلفه‌های مهم فرآیند مدرنیزاسیون در جامعه ایرانی است. دگرگونی در نقش و پایگاه زنان ایرانی، مقطعی و کم‌دامنه نیست و با اندکی تأمل می‌توان گستردگی آن را مشاهده کرد. این دگرگونی‌ها عبارت است از رواج تحصیلات دانشگاهی، افزایش اشتغال، مشارکت اجتماعی گسترده (از جمله فعالیت گسترده در اینترنت و شبکه‌های اجتماعی)، کاهش موالید (کم شدن حجم خانواده) و... امروزه زنان بیشتر از قبل وارد دانشگاه می‌شوند، بیشتر بیرون از خانه کار می‌کنند و مشارکتی گسترده و فعال در دنیای مجازی دارند (لطفی‌زاده و زاهدی و گلابی، ۱۳۹۷)؛ در نتیجه سبک زندگی مدرن در زندگی زنان ایرانی بالأخص در شهرهای بزرگ مشاهده می‌شود. در همین زمینه غرفاتی، فرید و مدینی (قورفاتی، فرید و مدینی، ۲۰۱۵) در مطالعه خود نشان دادند که در جوامع کنونی با توجه به تغییر سبک زندگی زنان

1. Chaney
2. Alen Tourn
3. Ghorfati, Frid & Medini

و افزایش دیدگاه‌های فمینیستی، تحولات چشمگیری در موقعیت و نقش زنان صورت پذیرفته است. به طوری که از حقوق اجتماعی، سیاسی و اقتصادی بیشتری نسبت به گذشته برخوردار شده‌اند. همچنین علی، نواز و حسن^۱ (۲۰۱۴) به این نتیجه دست یافتند که حضور رسانه‌های الکترونیک در جوامع کنونی سبک زندگی زنان را دچار تغییرات شگرفی نموده است. در چنین شرایطی زنان سبک زندگی مدرن را بر سبک سنتی ترجیح می‌دهند.

امروزه مصرف و تلاش برای تغییر سبک زندگی به اساسی‌ترین مفهوم جامعه تبدیل شده است؛ به گونه‌ای که بر کیفیت زندگی افراد جامعه تأثیر می‌گذارد. انتخاب سبک زندگی مختص به خود در زنان به حق تصمیم به ازدواج با تأخیر، عدم فرزندآوری، اشتغال در بیرون از خانه، بالا رفتن سطح تحصیلات و... می‌انجامد. در نتیجه سبک زندگی انتخاب زنان در سال‌های اخیر، کیفیت زندگی آن‌ها دستخوش تغییرات فراوانی شده است. بنابه تعریف سازمان بهداشت جهانی، کیفیت زندگی درک افراد از موقعیت خود در زندگی از نظر فرهنگ، انتظارات، استانداردها و اولویت‌هایشان است (سازمان جهانی بهداشت، ۲۰۰۶). سبک زندگی نقش عمده‌ای در کیفیت زندگی ایفا می‌کند. بنابراین هرگونه اقدامی در جهت بهبود سبک زندگی، ارتقاء بیشتر کیفیت زندگی را در پی خواهد داشت (جانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). به اعتقاد شولتز و وینستد^۲ (۲۰۱۲) کیفیت زندگی یک درک کاملاً ذهنی و شخصی است که بر رضایت فرد از عوامل مؤثر بر رفاه جسمی، عاطفی و اجتماعی او مبتنی است و هدف از سنجش آن ارتقاء یا حفظ توانایی فرد برای بهترین عملکرد به‌رغم وجود توانایی است (جانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). در یک پژوهش کیفی، زنان سوئدی داشتن شغل با درآمد مناسب را عامل رفاه و سلامت زنان در سنین بعدی و حتی دوره سالخوردگی ذکر کرده‌اند (آنیکا و گانیلا^۳، ۲۰۰۷). در همین رابطه؛ مطابق برآورد سازمان جهانی بهداشت، حدود ۶۰٪ عوامل دخیل در سلامت افراد به سبک زندگی آن‌ها ارتباط داشته و میلیون‌ها نفر در دنیا سبک زندگی ناسالم دارند (فرهود، ۱۳۹۴). در همین زمینه؛ بهاتی و رابیا^۴ (۲۰۱۵) به این نتیجه دست یافتند که در جوامع مدرن، سلامت عاملی بسیار مهم در تعیین سبک زندگی زنان به‌شمار می‌رود و ممکن است با تغییر سبک زندگی کنونی و حضور فعال زنان در عرصه‌های اجتماعی و نیز انجام امور مربوط به منزل و خانواده، فرصت کافی برای آنان جهت رسیدگی به میزان سلامتی فردی‌شان به‌دست نیایند؛ در نتیجه این امر موجب بروز مشکلات جسمانی و عدم رضایتمندی آنان و در نتیجه پایین آمدن سبک زندگی‌شان خواهد شد. با توجه به مباحث مطروح؛ برخی از مصادیق سبک زندگی مدرن زنان موجب افزایش

1. Ali, Nawaz & Hassan
2. Shultz & Winstead
3. Annika & Gunilla
4. Bhatti & Rabia

کیفیت زندگی ذهنی و عینی زنان شده و به گونه‌ای احساس رضایت از زندگی در آن‌ها افزایش یافته است. اما تداخل نقش‌های اجتماعی در این نوع سبک زندگی در گذر زمان موجب کاهش کیفیت زندگی آن‌ها شده است. بروز چنین تغییرات وسیع و تعارضات در نوع سبک زندگی زنان ایرانی پیامدهای مثبت و منفی فراوانی را به دنبال دارد که می‌تواند در افزایش یا کاهش کیفیت زندگی آن‌ها تأثیرگذار باشد. با توجه به روند افزایش حضور زنان در عرصه‌های مختلف اجتماعی، انتظار می‌رود گرایش به سبک زندگی مدرن بیش از پیش افزایش یابد. لذا پژوهش‌های بیشتر به منظور شناسایی ابعاد گرایش‌های سبک زندگی نوین و تأثیر آن در کیفیت زندگی زنان لازم و ضروری است. با وجود چنین اهمیتی درباره پیامدهای سبک زندگی نوین زنان ایرانی در کیفیت زندگی آن‌ها اطلاعات دقیقی در این زمینه وجود ندارد. در نتیجه این تحقیق در پی پاسخ به این سؤال است آیا تغییرات و پیامدهای سبک زندگی مدرن در کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت تأثیر دارند؟

در نظریه کنش اجتماعی پارسونز^۱ جامعه‌شناس کارکردگرای آمریکایی تلاش کرده است تا نشان دهد هر کنشی اعم از کنش بهنجار و نابهنجار توسط صور خاصی از ساختارهای اجتماعی ساخته و تولید می‌شوند. از این رو کیفیت زندگی نیز توسط فرد در چارچوب شرایط و ساختار اجتماعی و وسایل و مسیرهایی جهت نیل به اهداف قابل تبیین می‌باشد. پارسونز اختیار و اراده انسانی را در انجام افعال و کردار خود انکار نکرده و در عین حال نقش و تأثیرات ساختاری را نیز در کنش آدمی نادیده نمی‌انگارد. از این منظر کیفیت زندگی در چارچوب شرایط و ساختار اجتماعی و وسایل و مسیرهایی جهت حصول به اهداف فرهنگی قابل تبیین است (مختاری و نظری، ۱۳۸۹).

در آرای زیمل^۲ به صورت مشخص به کیفیت زندگی توجه نشده است. اما مفاهیمی را در آثار خود به کار برده است که با استفاده از آن‌ها می‌توان مفهوم کیفیت زندگی را تبیین کرد. زیمل در مقاله کلان‌شهر خود به بحث از شرایطی می‌پردازد که در آن روابط انسانی رو به افول می‌گذارند. او در تحلیل خود به از میان رفتن روابط عاطفی و صمیمانه و تسلط روابط حسابگرانه توجه دارد. به نظر زیمل کلان‌شهر جایگاه عقل است. انسان کلان‌شهری بیش از آن که به عاطفه و قلب خود مراجعه کند؛ به عقل خود مراجعه می‌کند. این ویژگی با اقتصاد پولی کاملاً عجین شده است. زیمل به ما می‌گوید که کلان‌شهر فرهنگ ذهن است نه قلب. از دیدگاه زیمل می‌توان در مورد کیفیت زندگی دو گونه قضاوت کرد، اولاً از آنجایی که زندگی شهری جایگاه عقلانیت است و به قول او کلان‌شهر جایگاه عقل است و احساس و روابط عاطفی جایگاهی در آن ندارد. لذا رفتار معقولانه و حسابگرانه می‌تواند به کیفیت زندگی فرد بها داده و از این منظر فرد کیفیت زندگی بالاتری را تجربه کند. ثانیاً از

1. Parsons
2. Simmlle

رویکرد دیگر و از آنجایی که یکی از ابعاد مهم کیفیت زندگی توجه به احساسات و روابط عاطفی افراد در جامعه است. بنابراین این ویژگی در کلان‌شهرها طبق نظر زیمل گم شده است، پس در نتیجه این جنبه دارای آثار منفی بر روی کیفیت زندگی است (مختاری و نظری، ۱۳۸۹). زیمل یکی از ویژگی‌های اصلی جهان امروز را احساس تنهایی می‌داند؛ به نظر او در گذشته‌ها تعاملات از طریق روابط چهره‌به‌چهره صورت می‌گرفت و افراد احساس صمیمیت و آشنایی بیشتری با یکدیگر داشتند؛ اما در شهرها روابط اجتماعی صمیمانه نیست و انسان در معرض تنهایی قرار دارد. از نظر زیمل با اینکه انسان شهرنشین در طی روز با افراد زیادی سروکار دارد، که قابل مقایسه با تعداد افرادی که یک روستایی در روز می‌بیند نیست، اما تنها و جدا افتاده است. درباره رضایت از زندگی و ارتباط آن با احساس تنهایی می‌توان گفت: از آنجایی که یکی از ابعاد مهم رضایت از زندگی توجه به احساسات و روابط عاطفی افراد در جامعه است و طبق نظر زیمل این ویژگی در کلان‌شهرها گم شده است و افراد ارتباط عاطفی بسیار کمی با هم دارند، در نتیجه احساس تنهایی می‌تواند آثاری منفی بر رضایت از کیفیت زندگی داشته باشد (مختاری و نظری، ۱۳۸۹).

دیوید فیلیپس^۱ نیز کیفیت زندگی را در ابعاد فردی و جمعی مورد بررسی قرار می‌دهد که در سطح فردی مؤلفه‌های عینی و ذهنی را شامل می‌شود. لازمه کیفیت زندگی فردی در بعد عینی، تأمین نیازهای اساسی و برخوردار از منابع مادی جهت برآوردن خواست‌های اجتماعی شهروندان است و در بعد ذهنی به داشتن استقلال عمل در:

- ۱- افزایش رفاه ذهنی شامل لذت‌جویی، رضایتمندی، هدفداری در زندگی و رشد شخصی.
- ۲- رشد و شکوفایی در مسیر سعادت و دگرخواهی.
- ۳- مشارکت در سطح گسترده‌ای از فعالیت‌های اجتماعی مربوط می‌شود.

سبک زندگی: در ادبیات جامعه‌شناسی از مفهوم سبک زندگی دو برداشت و مفهوم‌سازی وجود دارد؛ یکی مربوط به دهه ۱۹۲۰ است که سبک زندگی معرف ثروت و موقعیت اجتماعی افراد و غالباً به‌عنوان شاخص تعیین طبقه اجتماعی به‌کار رفته است (مجددی و صدرنبوی و بهروان و هوشمند، ۱۳۸۹) و دوم به‌عنوان شکل اجتماعی نوینی که تنها در متن تغییرات مدرنیته و رشد فرهنگ مصرف‌گرایی معنا می‌یابد (مجددی و همکاران، ۱۳۸۹) و در این معنا، سبک زندگی راهی است برای تعریف ارزش‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای افراد که اهمیت آن برای تحلیل‌های اجتماعی روزبه‌روز افزایش می‌یابد (اباذری و چاوشیان، ۱۳۸۱).

1. David Philips

با توجه به جهانی شدن و پیشرفت تکنولوژی در دهه‌های اخیر؛ سبک زندگی با انتخابی شدن زندگی روزمره معنا می‌یابد. برخلاف جوامع سنتی، در جامعه معاصر به واسطه اهمیت خود و مسئولیت شخصی و ظهور جامعه مصرفی در زندگی قدرت انتخاب نیز بیشتر شده است. بنابراین، پدیده اجتماعی سبک‌های زندگی از اجزای سازنده تحولات مدرنیته تلقی می‌گردد؛ زیرا سبک‌های زندگی باز نمودی از جستجوی هویت و انتخاب فردی است. به علاوه این موضوع از چنان قابلیت برخوردار است که می‌تواند ابعاد مختلف مدرنیته را معرفی نماید. دارایی‌های اقتصادی و فرهنگی، فعالیت‌های فرد و الگوی مصرف؛ اصلی‌ترین مؤلفه‌های سبک زندگی هستند. سبک زندگی ارزش‌ها، نگرش‌ها، تفاوت‌های جنسی و شغل را نیز در برمی‌گیرد (ویل؛ ۲۰۰۱).

ماکس وبر واژه سبک زندگی را جهت اشاره به شیوه‌های رفتار، لباس پوشیدن، سخن گفتن، اندیشیدن و نگرش‌هایی که مشخص‌کننده گروه‌های منزلتی متفاوت بودند به کار گرفت (رستمی و اردشیرزاده، ۱۳۹۲). وبر در تحلیل چند بعدی به سه مفهوم سبک زندگی یا سبک‌مند شدن زندگی، تدبیر زندگی و بخت زندگی اشاره می‌کند. وی ویژگی اصلی سبک زندگی را انتخابی بودن آن می‌داند که محدود به برخی از تنگناهای ساختاری است و این محدودیت‌ها، اقتصادی و اجتماعی هستند. وبر کارکرد دوگانه‌ای براساس سبک زندگی قائل است. از یک سو موجب تفاوت بین گروهی می‌شود و به برتری‌های منزلتی و طبقاتی مشروعیت می‌بخشد و از سوی دیگر، موجب انسجام بخشی درون-گروهی می‌شود. به نظر او سبک زندگی بیش از آنکه بر تولید استوار باشد، بر شباهت الگوهای مصرف استوار است (فاضلی، ۱۳۸۲) که امروزه عمدتاً متأثر از پدیده جهانی شدن می‌باشد.

گیدنز^۲ شیوه زندگی را در سطح خود مورد مطالعه قرار می‌دهد. برای وی شیوه زندگی به مجموعه‌ای کم‌وبیش جامع از عملکردها تعبیر می‌شود که فرد آن‌ها را هم به کار می‌گیرد. چون نه تنها نیازهای جاری او را برآورده می‌سازند؛ بلکه روایت ویژه‌ای هم که وی برای هویت شخصی خود برگزیده است در برابر دیگران مجسم می‌سازد. به نظر گیدنز یکی از پیامدهای وضعیت تجدد برای فرد در زندگی روزمره این است که شیوه زندگی برای فرد در شرایط ما بعد سنت اهمیت می‌یابد. در نتیجه؛ شیوه‌ی زندگی با مفهوم خویش پیوند می‌خورد. همه انتخاب‌های افراد تصمیم‌هایی هستند که آن‌ها نه فقط درباره چگونگی عمل کردن؛ بلکه درباره چگونه بودن خویش به مرحله اجرا می‌گذارند. هر چه وضع و حال جامعه و محیطی که فرد در آن به سر می‌برد بیشتر به دنیای مابعد سنتی تعلق داشته باشد؛ شیوه زندگی او بیشتر با هسته واقعی شخصی‌اش سروکار خواهد داشت. فردی که نسبت به الگوی ویژه‌ای احساس تعهد می‌کند، سایر الگوها و اجزای آن‌ها را خارج از موازین و معیارهای

1. Veal

2. Giddens

رفتاری خویش می‌بیند. این امر سبب می‌شود که وی در کنش متقابل با کسانی قرار گیرد که نسبت به انتخاب وی دارای عقیده مشترکی هستند. به باور گیدنز گزینش یا ایجاد شیوه‌های زندگی تحت تأثیر فشارهای گروه و مدل‌های رفتاری آن‌ها و همچنین زیر نفوذ اوضاع و احوال اجتماعی و اقتصادی صورت می‌گیرد (محمدی، ۱۳۹۳).

گیدنز نیز همچون وبر معتقد به وجود ابعاد مثبت و منفی بار مدرنیته است، از نظر وی مدرنیته شمشیری دو لبه یا دو دم است که از یک سو تکامل نهادهای اجتماعی مدرن و گسترش جهانی آن‌ها، فرصت‌ها و موقعیت‌های عظیم‌تر و گسترده‌تری را برای انسان‌ها فراهم ساخته تا بتوانند از حیاتی مطمئن، سالم و امن بهره گیرند، اما از سوی دیگر دارای وجه تاریک و غم‌انگیزی نیز هست که در قرن حاضر آشکار گردیده و عبارت است از عواقب تحقیر برانگیز و تنزل‌دهنده بار کار صنعتی انسان‌ها، دغدغه‌ها و نگرانی‌های محیط شناختی، پدیده صنعتی‌شدن جنگ و نقش قدرت نظامی در زمانه مدرن (داریاپور، ۱۳۸۲).

گیدنز (۱۳۸۲) معتقد است؛ هر چه وضع و حال جامعه و محیطی که فرد در آن به سر می‌برد، بیشتر به دنیای مابعد سنتی تعلق داشته باشد، سبک زندگی او نیز بیشتر با هسته واقعی هویت شخصی‌اش و ساخت و همچنین با تجدید ساخت آن سروکار خواهد داشت.

بوردیو^۱ سبک زندگی را نتیجه قابل رویتی از ابزار عادت می‌داند. از نظر او، همه چیزهایی که انسان را احاطه کرده‌اند؛ مثل مسکن، اسباب و اثاثیه، کتاب‌ها، سیگارها، عطرها، لباس‌ها و غیره بخشی از سبک زندگی او را تشکیل می‌دهند. او سبک زندگی را فعالیت‌های نظام‌مندی می‌داند که از ذوق و سلیقه فرد ناشی می‌شوند و بیشتر جنبش عینی و خارجی دارند و در عین حال به صورت نمادین به فرد هویت می‌بخشند و میان اقشار مختلف اجتماعی تمایز ایجاد می‌کنند (مه‌دوی کتی، ۱۳۸۶). از نظر وی مصرف؛ قابل مشاهده‌ترین و ملموس‌ترین رفتار انسان مدرن است و مصرف مفهومی اساسی است که می‌توان با آن به فهم جامعه‌مدرن دست یافت. در چنین وضعیتی مفهوم «مصرف» و مفاهیم همبسته آن مثل «سبک زندگی» انعطاف‌پذیرتر هستند. زیرا برخلاف مفهوم طبقه، محتوا و منطقی یا منشأ این سبک‌های زندگی را از پیش تعیین نمی‌کنند (آزاد ارمکی و چاوشیان، ۱۳۸۱).

طبق نظر برایان ترنر^۲ کنترل منظم بدن یکی از ابزارهای اساسی است که شخص به وسیله‌ی آن روایت معینی از هویت شخصی را محفوظ می‌دارد و در عین حال خود نیز به طرز کمی‌بیش ثابت از ورای همین روایت در معرض تماشای دیگران قرار می‌گیرد (گیدنز، ۱۳۸۲). بنابراین این

1. Bourdieu

2. Brayan Turner

ویژگی‌ها و خصوصیات ظاهری علاوه بر آن که به محملی برای کسب هویت تبدیل شده به وسیله‌ای برای کسب منزلت و پرستیژ نیز مبدل گشته و در نتیجه نمایش خود به جلوه‌ای عادی از زندگی روزمره تبدیل می‌شود. ترنر توجه تجاری و مصرفی در جوامع مدرن و پسا صنعتی در نظر می‌گیرد که این خود به توجه زیبایی بدن، بر انکار بدن سالخورده، طرد مرگ و بر اهمیت ورزش و ارزش متناسب بودن بدن در جوامع منجر شده است. ترنر معتقد است؛ تغییراتی چون صنعتی شدن، فردگرایی و مدرنیته سبب توجه به بدن شده و بدن در این دوران با هویت و با مفهوم خود ارتباط یافته است و البته ظهور خود مدرن کاملاً با توسعه مصرف‌گرایی و مصرف مرتبط است (محمدی، ۱۳۹۳).

زیمل در تحلیل مصرف‌گرایی جامعه مدرن، بر مقوله‌ای همچون مد تأکید دارد. به نظر وی، مصرف کالاها و ایجاد سبک‌های زندگی از سویی برای فرد هویت‌بخش بوده و از سوی دیگر متمایزکننده است. زیمل در مقاله مد، دلایل تعدد را تغییر مد (همچون پوشاک، آشپزی، هنر، معماری و موسیقی) در فرهنگ مدرن را بررسی می‌کند و نتیجه می‌گیرد، مردم سریع‌تر به مدهای جدید و متفاوت جذب می‌شوند؛ زیرا می‌خواهند به هویت شخصی متمایز خود شکل دهند. به نظر زیمل، در جوامع اولیه افراد هویت خود را از گروه می‌گرفتند. از این رو بسیاری همگن بودند؛ اما در جوامع مدرن فرایند هویت‌یابی فردی شده است. به نظر زیمل در شهرهای بزرگ شخص مصرف می‌کند تا هویتی را که دوست دارد برای خود بسازد (باکاک؛ ۱۳۸۱).

وبلن از جمله جامعه‌شناسانی بود که به موضوع مصرف و نقش زنان در این مورد توجه نموده بود. به عقیده وبلن در طبقه مرفه جدید، نوعاً زنان هستند که زندگی اجتماعی را سازماندهی می‌کنند. آن‌ها ابزارهایی هستند برای مردان تا از طریق مصرف نیابتی، ثروت خود را به نمایش بگذارند (فاضلی، ۱۳۸۲). وبلن یکی از اولین نظریه‌پردازان حوزه مصرف است که مفهوم مد را نیز در قالب مقوله مصرف توضیح می‌دهد. اندیشه‌های وی راهگشای تحلیل تغییرات اجتماعی بر مبنای تحلیل الگوهای مصرف می‌باشد (باکاک، ۱۳۸۱). وبلن در پی این مسأله بود که افراد چگونه منزلت اجتماعی کسب می‌کنند. به نظر وی، ثروت مهمترین عامل کسب منزلت است که باید نمود خارجی داشته باشد و بهترین نمود آن مصرف تظاهری و نمایشی است. برای نمونه، افراد با نوع پوشش، آرایش و زیورآلات، خود و طبقه خود را از دیگران متمایز می‌کنند. وبلن با تأکید بر کارکرد نمایشی مصرف، آن را راهکاری برای کسب منزلت اجتماعی می‌داند. وی اضافه می‌کند که در هر مرتبه اجتماعی، معیار تجمل در مصرف از راه به‌کار بستن معیار آن‌هایی که از لحاظ اعتبار در یک سطح بالاتر هستند، اعمال می‌شود. این جریان به‌ویژه در جوامعی که تمایز طبقاتی تا حدودی نامعلوم است تا جایی ادامه

پیدا می‌کند که تمام استانداردهای مصرف از طرز تفکر بالاترین طبقه تأثیر می‌گیرد. پس به‌طور کلی این طبقه برتر است که تعیین می‌کند جامعه کدام شیوه زندگی را به‌عنوان سبک زندگی آرمانی بشناسد (وبلن، ۲۰۰۴).

در نظر بودریا ارزش نمادین مصرف مهمتر از خود آن است. دنیای کالاها، دنیایی برای مبادله پیام است. در چنین وضعیتی، خریدار کالا را به نمایش می‌گذارد و به نحو فعالی حس هویت برای خود می‌آفریند. بر این اساس وی برداشتی فعال از مصرف‌کننده دارد. مصرف‌کننده مخاطب منفعل تبلیغات نیست. مصرف‌کننده از طریق به‌عنوان عضوی از جامعه در آن مشارکت می‌کند. نکته مهمتر این است که افراد بر اساس هویت قومی، طبقاتی یا جنسی خود مصرف نمی‌کنند، بلکه خرید کردن را برای بیان هویتی که دوست دارند به‌کار می‌گیرند. در سرمایه‌داری غرب، پرسش من کیستم پرسشی است که هم بر مبنای نقش کاری فرد قابل پاسخ گفتن است و به همان اندازه بر حسب الگوهای مصرف پاسخ داده می‌شود. در نظر بودریا محرک مصرف اهمیت زیادی دارد. میل مفهوم محوری در این زمینه است. ارضای نیازهای مادی محرک مصرف‌گرایی مدرن نیست. تخیل مصرف و میل به ارضاء کردن این تخیل است که مصرف‌گرایی را می‌آفریند. از آن‌جا که خیال مصرف هرگز به انتها نمی‌رسد مصرف‌گرایی نیز پایانی ندارد (فاضلی، ۱۳۸۲).

همانگونه که در سطور بالا بیان شد و در نظریه‌های جامعه‌شناسان نیز مطرح گردید؛ بهره‌گیری از نوع سبک زندگی بالأخص با تغییراتی که در سبک زندگی خانواده‌های ایرانی و زنان حاصل شده در دستیابی به کیفیت زندگی افراد بالاخص زنان تأثیر مستقیمی دارد. در همین زمینه؛ اردکانی فرد و بخشی (۱۳۹۶) به این نتیجه دست یافتند که با سبک زندگی مدرن در جوامع کنونی، زنان جوان بیشتر اوقات فراغت خود را شبکه‌های اجتماعی و در تعامل با سایر افراد سپری می‌نمایند. همچنین محمدی و ملکی (۱۳۹۵) در پژوهش خود نشان دادند که با مدرنیته شدن سبک زندگی دانشجویان، به مراتب میزان استفاده از رسانه‌های ارتباط جمعی افزایش یافته است که این میزان بیشتر از همه از رسانه ماهواره و کمتر از رادیو بوده است.

رودریگز و فرناندز^۳ (۲۰۱۷) در پژوهشی که انجام داده‌اند به این نتیجه دست یافتند که میزان شیوع بیماری و سلامتی زنان در تعیین شاخص کیفیت زندگی، با توجه به سبک زندگی ایشان (سنتی یا مدرن)، اثربخش بوده است. پلومبا و همکاران^۴ در بررسی خود نشان داده‌اند که انتخاب نوع سبک

-
1. Veblen
 2. Baudrillard
 3. Rodrigues & Fernandes
 4. Palomba et al

زندگی زنان با میزان کیفیت زندگی و سلامت ایشان رابطه مستقیم دارد که خود به طور گسترده با تغییر در میزان باروری و نوع بارداری ایشان همراه بوده است.

همچنین امیرعابدی زاده و شریف زاده و مودی (۲۰۱۶) در مطالعه خود نشان داده اند که کیفیت زندگی زنان میانسال با شیوه زندگی سالم آنها همبستگی مثبت و معنی داری دارد. به طوری که هر چقدر زنان مورد مطالعه سبک زندگی سالمی را داشته باشند، شاخص کیفیت زندگی ایشان نیز به طور چشمگیری افزایش خواهد یافت. همین طور حقیقتیان و بیات (۱۳۹۷) در مطالعه خود نشان داده اند که بین سبک زندگی افراد با رضایت جنسی و متعاقباً کیفیت زندگی افراد رابطه مستقیم و معنی دار وجود دارد. خان محمدی و پرتوی (۱۳۹۶) در مطالعه خود نشان دادند که میزان رضایت زناشویی زنان با توجه به سبک زناشویی مدرن و سنتی (میزان پایبندی به دین) ایشان دارای تفاوت معنی داری می باشد. همچنین، موقعیت اجتماعی- اقتصادی، به ویژه در جوامع مدرن کنونی، نیز تأثیر بسزایی بر میزان رضایت زنان می گذارد. نیازی و قبائی آرانی و عسگری کویری (۱۳۹۵) نیز در پژوهشی که انجام داده اند به این نتیجه دست یافتند که بین سبک زندگی با کیفیت زندگی شهروندان آران و بیدگل و کاشان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد و متغیر سبک زندگی پیش بینی کننده مناسبی برای کیفیت زندگی شهروندان می باشد.

در برخی تحقیقات نیز به پیامدهای مثبت سبک زندگی مدرن در افزایش کیفیت زندگی زنان ایرانی و خارجی دست یافته اند. در همین رابطه مهرداد و تحریری زنگنه (۲۰۱۵) در پژوهشی که انجام داده اند به این نتیجه دست یافتند که با توجه به تغییر سبک زندگی زنان در جوامع مدرن، حضور ایشان در محیط شغلی و برخورد با دیگران، خلاقیت، مسئولیت پذیری و عملکرد ایشان در محیط های اجتماعی باعث افزایش کارایی و نیز کیفیت زندگی ایشان می گردد. نتایج پژوهش های پروینیان و رستمعلی زاده و حبیبی (۱۳۹۷) نیز نشان می دهد که با تغییر سبک زندگی جوامع از حالت سنتی به شیوه مدرن، زنان برای رفع نابرابری های موجود خود و دستیابی به نیازهای فردی و اجتماعی تلاشی مضاعف می نمایند. در همین زمینه میرزایی و آقایاری هیر و کاتبی (۱۳۹۳) در مطالعه خود نشان داده اند که در جوامع مدرن، زنان شاغل دارای سطح کیفیت زندگی بهتری نسبت به زنان خانه دار می باشند. همچنین هر چه میزان تحصیلات زنان، درآمد و تحصیلات همسرشان افزایش یابد، سطح کیفیت زندگی ایشان نیز افزایش می یابد. همچنین امیرعابدی زاده و همکاران (۲۰۱۶) به این نتیجه دست یافتند که کیفیت زندگی زنان به طور معنی داری تحت تأثیر سبک زندگی ایشان قرار دارد؛ به صورتی که سبک های فردی و خانوادگی سالم، میزان رضایت مندی و در نهایت کیفیت زندگی آنان را افزایش می دهد.

اما برخی تحقیقات نیز به پیامدهای منفی سبک زندگی مدرن در کاهش کیفیت زندگی زنان ایرانی و خارجی دست یافته‌اند. در همین رابطه آکیندوتایر و اولانیپکان^۱ (۲۰۱۷) در تحقیق خود نشان دادند که سبک زندگی مدرن در عصر کنونی مسأله خطرناکی به‌شمار رفته و میزان سلامتی جسمانی و بهداشت اجتماعی ایشان را به خطر انداخته است. عدم انجام فعالیت‌های جسمانی منجر به کاهش طول عمر و کیفیت زندگی افراد نیز می‌گردد. نتایج بررسی‌های چادوری، منانی، پیتهدایا، ماسرام، جاشی و راتھیا^۲ (۲۰۱۵) نشان داد که سبک زندگی مدرن، به‌دلیل تغییر سبک زندگی افراد در میزان استفاده از الکل، قهوه، سیگار و... منجر به کاهش توانایی جنسی و جسمی و نیز متعاقباً کاهش سطح کیفیت زندگی افراد گشته است. مظفری‌نیا و قاسمی‌پور (۱۳۹۶) نیز در مطالعه خود نشان داده‌اند که سبک زندگی متأثر از فضای مجازی منجر به کاهش کیفیت زندگی و نهایتاً افزایش طلاق عاطفی همسران می‌گردد. در همین زمینه حاجی‌زاده میمندی، مداحی، کریمی، حدت و غروری (۱۳۹۵) طی نتایج تحقیق خود نشان دادند که سبک زندگی مدرن و استفاده از فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی، منجر به از بین رفتن شور و اشتیاق، صمیمیت و تعهد زوجین به یکدیگر شده و در نتیجه کیفیت زندگی ایشان به میزان چشمگیری کاهش می‌یابد. همین‌طور احمدی (۱۳۹۵) در مطالعه خود نشان داده است که بین سبک زندگی دختران و میزان باورهای دینی و در نتیجه کیفیت زندگی ایشان رابطه معنی‌داری وجود دارد؛ به‌طوری‌که کیفیت زندگی دختران را می‌توان از روی سبک زندگی ایشان و باورهای دینی آنان پیش‌بینی نمود. هر چند، با توجه به سبک زندگی مدرن در جوامع کنونی میزان باورهای دینی نیز به‌طور محسوسی کاهش یافته و در نتیجه کیفیت زندگی ایشان نیز پایین‌تر می‌باشد.

با توجه به مباحث مطروح فرضیه پژوهش حاضر به شرح زیر تدوین گردید:

کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت از روی تغییرات و پیامدهای فردی - خانوادگی - اجتماعی سبک زندگی مدرن قابل تبیین است.

روش تحقیق

تحقیق حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر ماهیت و شیوه جمع‌آوری اطلاعات از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل زنان شاغل دارای مدرک حداقل لیسانس و بالای ۳۰ سال در شهر رشت در سال ۱۳۹۸ می‌باشد که با استفاده از فرمول کوکران و روش تصادفی طبقه‌ای ۳۸۴ نفر انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری به‌صورت پرسشنامه محقق ساخته و در قالب ۴۵ گویه در مقیاس ۵

1. Akindutire & Olanipekun

2. Chaudhary, Manani, Pithadiya, Masram, Joshi & Rathia

گزینه‌ای طیف لیکرت برای پیامدهای سبک زندگی مدرن برگرفته از نظریه گیدنز و زیمل و ۴۱ گویه برای تعیین کیفیت زندگی برگرفته از نظریه فیلیپس طراحی شد که گویه‌ها و شاخص‌های هر متغیر طبق اطلاعات جداول (۱) و (۲) عملیاتی شد.

جدول (۱): تعریف عملیاتی پیامدهای سبک زندگی مدرن زنان از منظر جامعه‌شناسی و شاخص‌های آن‌ها

متغیر	بعد	مفهوم (شاخص)	سطح سنجش	شماره گویه‌های
سبک زندگی مدرن زنان (۴۵ گویه)	خانوادگی	۱- توانایی ایفای نقش	فاصله‌ای	۹
		۲- آگاهی جنسیتی	فاصله‌ای	۴
		۳- ارزش‌های فرهنگی	فاصله‌ای	۴
		۴- استقلال	فاصله‌ای	۵
اجتماعی	مشارکت اجتماعی	۱- مدیریت بدن	فاصله‌ای	۱۰
		۲- ویژگی‌های روحی - روانی	فاصله‌ای	۳
اجتماعی	عناصر هویتی مدرن	۳- اعتماد بنفس	فاصله‌ای	۴
		۴- آگاهی جنسیتی	فاصله‌ای	۴
۸ گویه	مشارکت اجتماعی	فاصله‌ای	۴	۴

جدول (۲): تعریف عملیاتی وضعیت کیفیت زندگی زنان از منظر جامعه‌شناسی و شاخص‌های آن‌ها

متغیر	بعد	مفهوم (شاخص)	سطح سنجش	شماره گویه‌های
کیفیت زندگی زنان (۴۱ گویه)	کیفیت زندگی	۱- لذت‌جویی	فاصله‌ای	۶
		۲- رضایتمندی	فاصله‌ای	۶
		۳- هدف‌گذاری در زندگی و رشد شخصی	فاصله‌ای	۳
		۴- رشد و شکوفایی در مسیر سعادت و دگرخواهی	فاصله‌ای	۵
		۵- مشارکت در سطح گسترده‌ای از فعالیت‌های اجتماعی	فاصله‌ای	۴
کیفیت زندگی زنان (۴۱ گویه)	کیفیت زندگی	۱- منابع اجتماعی درون گروه‌ها و ثبات و پایداری محیط فیزیکی و اجتماعی	فاصله‌ای	۶
		۲- امنیت	فاصله‌ای	۴
		۳- مناسبات و پیوندهای مشترک در زمینه عدالت توزیعی	فاصله‌ای	۲
		۴- ترجیحات ارزشی (مطلوبیت اجتماعی)	فاصله‌ای	۵

تعاریف نظری و عملیاتی

تعریف نظری و عملیاتی کیفیت زندگی: کیفیت زندگی در بعد جمعی آن بر ثبات و پایداری محیط فیزیکی و اجتماعی، منابع اجتماعی درون گروه‌ها و جوامعی که در آن زندگی می‌کنند شامل انسجام مدنی، همکوشی و یکپارچگی، روابط شبکه‌ای گسترده و پیوندهای موقتی در تمامی سطوح

جامعه، هنجارها و ارزش‌هایی اعم از اعتماد، نوع‌دوستی و رفتار دگرخواهانه، انصاف، عدالت اجتماعی و برابری طلبی تأکید دارد (غفاری و امید، ۱۳۸۸). در پژوهش حاضر طبق جدول (۱) کیفیت زندگی زنان در دو بعد فردی (۲۴ گویه) و جمعی (۱۷ گویه) در پرسشنامه محقق‌ساخته‌ای در مقیاس ۵ گزینه‌ای طیف لیکرت سنجیده شد.

تعریف نظری و عملیاتی سبک زندگی: سبک زندگی راهی است برای تعریف ارزش‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای افراد که اهمیت آن برای تحلیل‌های اجتماعی روزبه‌روز افزایش می‌یابد (اباذری و چاوشیان، ۱۳۸۱). در پژوهش حاضر طبق جدول (۱) سبک زندگی مدرن در سه بعد فردی (۲۰ گویه) و خانوادگی (۱۷ گویه) و اجتماعی (۸ گویه) در پرسشنامه محقق‌ساخته‌ای در مقیاس ۵ گزینه‌ای طیف لیکرت سنجیده شد.

اعتبار پرسشنامه‌ها با استفاده از اعتبار محتوایی و پایایی نیز از طریق آلفای کرونباخ در بین ۳۰ نفر از زنان نمونه به صورت تصادفی ساده مورد سنجش و برای همه متغیرها بالای ۰/۷ به دست آمد و مورد تأیید قرار گرفت. جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات از آزمون رگرسیون چندگانه استفاده شد.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی نشان می‌دهد که وضعیت کیفیت زندگی زنان شهر رشت در سطح بالا می‌باشد. همچنین تغییرات و پیامدهای سبک زندگی مدرن و مولفه‌های آن در بعد فردی، خانوادگی و اجتماعی نیز در سطح بالا می‌باشد.

جدول (۳): توزیع پراکندگی کیفیت زندگی و سبک زندگی مدرن و مولفه‌آن در بین زنان شاغل شهر رشت

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	میزان (به درصد)
کیفیت زندگی	170.81	17.27	83%
تغییرات و پیامدهای فردی سبک زندگی مدرن	81.03	6.55	81%
تغییرات و پیامدهای خانوادگی سبک زندگی مدرن	60.78	6.75	72%
تغییرات و پیامدهای اجتماعی سبک زندگی مدرن	30.09	5.85	75%
تغییرات و پیامدهای سبک زندگی مدرن	171.9	14.56	76%

یافته‌های استنباطی:

فرضیه تحقیق: کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت از روی تغییرات و پیامدهای فردی - خانوادگی - اجتماعی سبک زندگی مدرن قابل تبیین است.

نتایج حاصل از آزمون رگرسیون چندگانه به روش گام به گام در جدول (۴) نشان می‌دهد کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت از روی پیامدهای فردی، خانوادگی و اجتماعی سبک زندگی مدرن آن‌ها قابل تبیین است ($p < 0/05$). نتایج حاصل نشان داد که ضریب همبستگی چندگانه پیامدهای فردی، خانوادگی و اجتماعی سبک زندگی مدرن زنان در تبیین کیفیت زندگی آن‌ها برابر $R = 0/55$ و ضریب تعیین برابر $R^2 = 0/31$ و ضریب تعیین خالص برابر $\bar{R}^2 = 0/30$ می‌باشد. در نتیجه کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت از روی پیامدهای (فردی - خانوادگی - اجتماعی) سبک زندگی مدرن به میزان ۳۰٪ قابل تبیین است و ۷۰ درصد از واریانس کیفیت زندگی زنان توسط متغیرهای دیگری قابل تبیین می‌باشد.

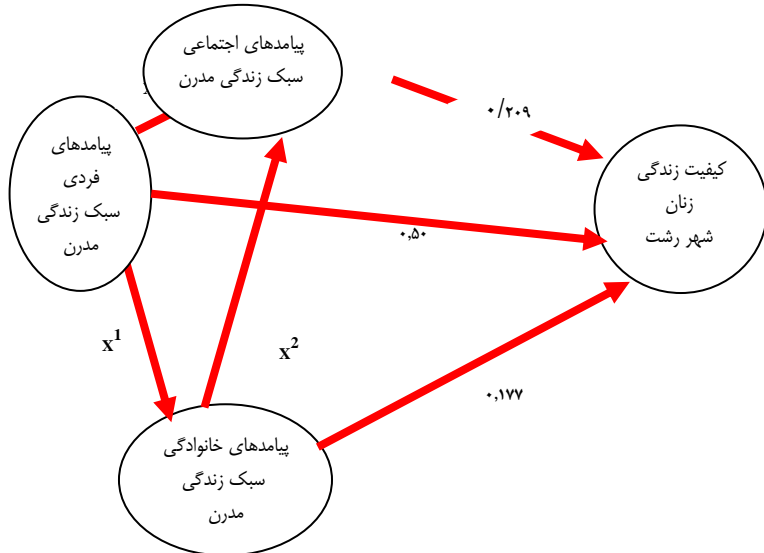
جدول (۴): تبیین کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت از روی پیامدهای سبک زندگی مدرن

ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تبیین	ضریب تبیین خالص
۰/۵۵	۰/۳۱	۰/۳۰

در ادامه و جهت ترسیم تحلیل مسیر و تعیین اثر ضرایب مستقیم و غیرمستقیم تغییرات و پیامدهای فردی، خانوادگی و اجتماعی سبک زندگی مدرن بر کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت و همچنین ارائه مدل؛ ابتدا از رگرسیون چندگانه برای مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم به تفکیک برای هر سه عامل مورد محاسبه و سنجش قرار گرفت که یافته‌های حاصل در جداول شماره (۵) و همچنین شکل شماره (۱) قابل مشاهده است. در مجموع تغییرات و پیامدهای فردی به صورت مستقیم اثر متوسط و به صورت غیرمستقیم از طریق تغییرات و پیامدهای خانوادگی و اجتماعی اثر بیشتری بر کیفیت زندگی زنان را نشان داد. تغییرات و پیامدهای خانوادگی نیز به صورت مستقیم اثری متوسط؛ اما به صورت غیرمستقیم از طریق تغییرات و پیامدهای اجتماعی اثری کمتر در کیفیت زندگی زنان شهر رشت را نشان داد. تغییرات و پیامدهای اجتماعی نیز به صورت مستقیم اثر ضعیفی در کیفیت زندگی زنان برجای گذاشت.

جدول (۵): محاسبه اثرات مستقیم و غیرمستقیم تغییرات و پیامدهای فردی (X1) و تغییرات و پیامدهای خانوادگی (X2) و تغییرات و پیامدهای اجتماعی (X3) بر کیفیت زندگی زنان (Y)

مسیر	نوع اثر
$X1 \rightarrow Y = -0.311$	اثر مستقیم X1
$X1 \rightarrow X2 \rightarrow Y = (-0.428)(-0.228) = 0.097$	اثرات غیرمستقیم X1 از طریق X2
$X1 \rightarrow X2 \rightarrow X3 \rightarrow Y = (-0.428)(-0.11)(-0.177) = -0.083$	مجموع اثرات غیرمستقیم X1 از طریق X2
$-0.097 - 0.083 = 0.087$	اثرات غیرمستقیم X1 از طریق X3
$X1 \rightarrow X3 \rightarrow Y = (-0.575)(-0.177) = 0.101$	مجموع اثرات غیرمستقیم X1
$-0.087 + 0.101 = 0.189$	مجموع اثرات مستقیم و غیرمستقیم X1
$-0.311 + 0.189 = -0.122$	اثر مستقیم X2
$X2 \rightarrow Y = 0.228$	اثرات غیرمستقیم X2 از طریق X3
$X2 \rightarrow X3 \rightarrow Y = (-0.11)(-0.177) = 0.019$	مجموع اثرات مستقیم و غیرمستقیم X2
$0.228 - 0.019 = 0.209$	اثر مستقیم X3
$X3 \rightarrow Y = 0.177$	مجموع اثرات مستقیم و غیرمستقیم X3
0.177	



مدل (۱): تبیین کیفیت زندگی زنان شهر رشت بر اساس تغییرات و پیامدهای فردی، خانوادگی و اجتماعی سبک زندگی مدرن

جدول (۶): تأثیر متغیرهای مستقل تغییرات و پیامدهای فردی، خانوادگی و اجتماعی سبک زندگی مدرن بر متغیر کیفیت زندگی زنان رشت از طریق تحلیل مسیر

متغیرها	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل
تغییرات و پیامدهای فردی سبک زندگی مدرن	۰/۳۱۱	۰/۱۸۹	۰/۵۰
تغییرات و پیامدهای خانوادگی سبک زندگی مدرن	۰/۲۲۸	-۰/۰۱۹	۰/۲۰۹
تغییرات و پیامدهای اجتماعی سبک زندگی مدرن	۰/۱۷۷	-	۰/۱۷۷

نتایج حاصل از تحلیل مسیر نشان در جدول شماره (۶) نشان می‌دهد؛ ضریب بتا با مقدار ۰/۵۰ برای تغییرات و پیامدهای فردی سبک زندگی مدرن، ۰/۲۰۹ برای تغییرات و پیامدهای خانوادگی سبک زندگی مدرن و ۰/۱۷۷ برای تغییرات و پیامدهای اجتماعی سبک زندگی مدرن می‌باشد و نشان‌دهنده تأثیر پیامدهای فردی، خانوادگی و اجتماعی سبک زندگی مدرن در کیفیت زندگی زنان شهر رشت می‌باشد که پیامدهای فردی بیشترین میزان اثر؛ پیامدهای خانوادگی دومین میزان اثر و پیامدهای اجتماعی کمترین اثر را در کیفیت زندگی زنان داشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به اینکه مقاله حاضر با هدف «تبیین کیفیت زندگی زنان شاغل شهر رشت از روی تغییرات و پیامدهای سبک زندگی مدرن» با روش پیمایشی از نوع همبستگی و تحلیلی انجام پذیرفت که نتایج به‌دست آمده محقق با توجه به نظریه‌های جامعه‌شناسان و نتایج پژوهش‌های داخلی و خارجی در ارتباط با تأثیر سبک زندگی مدرن در کیفیت زندگی زنان؛ نشان می‌دهد که تغییرات و پیامدهای سبک زندگی مدرن در ابعاد فردی، خانوادگی و اجتماعی در مجموع ۳۰٪ کیفیت زندگی زنان شهر رشت را تبیین می‌کنند که پیامدهای فردی سبک زندگی مدرن شامل مدیریت بدن، ویژگی‌های روحی - روانی، اعتماد به نفس و دارا بودن استقلال با ضریب بتای ۰/۵ کیفیت زندگی آن‌ها را تبیین می‌کند. با توجه به نوع سبک زندگی‌ای که زنان در خانواده و جامعه انتخاب می‌کنند و با توجه به هویتی که در دوران مدرنیته در اثر بالا رفتن سطح تحصیلات و استقلال مالی در پی اشتغال به‌کار در جامعه کسب می‌کنند؛ می‌توانند کیفیت زندگی بالاتری در بعد ذهنی و عینی داشته باشند. یکی از مهمترین پیامدهای مثبت سبک زندگی مدرن برای زنان ایرانی؛ توجه ویژه به مدیریت بدن شامل بهداشت فردی و سلامت جسمانی و رژیم غذایی با مشاور تغذیه، مراجعه مداوم به پزشک زنان و زایمان، توجه به ظاهر آراسته و خوش‌پوشی است. در واقع با حضور مدرنیته و سبک نوین زندگی؛ زنان ایرانی توجه به بهداشت فردی را بیش از پیش مورد توجه قرار داده‌اند. همچنین

دستیابی به حداقل نیاز مالی و استقلال شغلی زنان نیز در بهبود سلامت روانی آنها یکی از دستاوردهای سبک زندگی نوین می‌باشد که اعتماد به نفس را در بین زنان ایرانی افزایش داده است. به گونه‌ای که زنان شاغل؛ آمادگی خود را برای دستیابی به پست‌های مدیریتی نشان می‌دهند و به گونه‌ای سازمان‌های دولتی و غیردولتی می‌توانند از تخصص و توانمندی‌شان بهره‌گیرند. در نتیجه در صورت کاربرد صحیح مولفه‌های ذکر شده پیامدهای فردی توسط زنان می‌توان شاهد بالا رفتن کیفیت زندگی آنها در زندگی شود.

نتایج دیگر تحقیق نشان داد پیامدهای خانوادگی سبک زندگی مدرن نیز وقتی در کنار پیامدهای فردی مورد توجه زنان قرار گیرند؛ با ضریب بتای $0/۲۰۹$ کیفیت زندگی‌شان افزایش خواهد یافت. عمده‌ترین مصادیق پیامدهای خانوادگی سبک زندگی مدرن شامل ایفای نقش در خانواده، آگاهی‌های جنسیتی و ارزش‌های فرهنگی می‌باشد. در نتیجه علاوه بر توانمندی زنان در بعد فردی سبک زندگی مدرن؛ در بعد خانوادگی نیز سبک زندگی مدرن موجب بهبود کیفیت زندگی زنان در خانواده شده است. ایفای نقش‌های مختلف همزمان در خانه به‌عنوان مادر، همسر و زن و توانایی تقسیم وظایف؛ برنامه‌ریزی برای انجام کارهای منزل و توانایی ایجاد امنیت در خانواده می‌باشد که توازن بین وظایف خانه و وظایف خارج از خانه در شغل خود را برقرار می‌کند. آگاهی‌های جنسیتی نیز یکی دیگر از پیامدهای مثبت سبک زندگی مدرن در بهبود کیفیت زندگی زنان ایرانی می‌باشد. آگاهی‌های جنسیتی نظیر روابط جنسی قبل و بعد از ازدواج در انتخاب صحیح همسر با شناخت قبلی، برقراری ارتباط عاطفی با همسر (روابط زناشویی) در طول زندگی و درک متقابل جنسیتی و برآوردن نیازهای جنسی همسر می‌تواند از بروز مشکلات عاطفی بین زن و شوهر و طلاق ممانعت کند. همچنین توجه به ارزش‌های فرهنگی یکی دیگر از پیامدهای مثبت خانوادگی سبک زندگی مدرن در افزایش کیفیت زندگی زنان می‌باشد. توانایی زنان در برقراری روابط صمیمی خانوادگی، دیدگاه مثبت به ازدواج و انتخاب معیارها و ارزش‌های ازدواج در هم سطح‌گزینی و همچنین دارا بودن ظرفیت زن در مراجعه به مشاور روانشناس در صورت وجود مشکل با همسر در زندگی نیز موجب افزایش کیفیت زندگی زنان می‌گردد. در نتیجه بهره‌گیری از پیامدهای خانوادگی و با پشتیبانی اعضای خانواده بالأخص پدر، برادر و یا همسر زنان می‌تواند موجب ارتقاء کیفیت زندگی زنان گردد. اما پیامدهای اجتماعی سبک زندگی مدرن نیز در کنار پیامدهای فردی و خانوادگی می‌تواند در تبیین کیفیت زندگی زنان هر چند کم ولی اثرگذار باشد. نتیجه دیگر تحقیق نشان داد؛ پیامدهای اجتماعی سبک زندگی مدرن نیز وقتی در کنار پیامدهای فردی و خانوادگی مورد توجه زنان قرار گیرند؛ با ضریب بتای $0/۱۷۷$ کیفیت زندگی‌شان افزایش خواهد یافت. عمده‌ترین مصادیق پیامدهای اجتماعی سبک زندگی مدرن شامل عناصر هویتی مدرن و مشارکت اجتماعی زنان در مسائل جمعی می‌باشد.

در نتیجه بعد اجتماعی سبک زندگی مدرن در زنان ایرانی نیز شامل افزایش مشارکت اجتماعی و مشارکت در امور فرهنگی و حضور فعال در جامعه شغلی می‌باشد. در نتیجه زنان در این سبک زندگی؛ خود را به‌عنوان یک فرد با حق تصمیم‌گیری و فعال در جامعه دانسته و در تصمیم‌گیری‌های مهم اجتماعی شرکت می‌کنند. نتایج به‌دست آمده این تحقیق همسو با نتایج پژوهش‌های مهرداد و تحریری زنگنه (۲۰۱۵)، پروینیان و همکاران (۱۳۹۷)، میرزایی و همکاران (۱۳۹۳) و امیرعابدی‌زاده و همکارانش (۲۰۱۶) می‌باشد. اما هر یک از پیامدهای مثبت سبک زندگی مدرن در بالا تبیین شدند؛ می‌توانند در صورت عدم توانایی زنان در انجام هر یک از آن‌ها و عدم همکاری مردان در جامعه مردسالار نتیجه عکس برجای گذارند. به عنوان نمونه استفاده مداوم و بی‌رویه از ابزارآلات تکنولوژیکی نظیر اینترنت و فضاهای مجازی و برنامه‌ها و تبلیغات رسانه‌های غربی در ماهواره‌ها موجب مصرف‌گرایی در بین زنان ایرانی شده و با توجه به انتخاب مدهای جدید غربی و الگوپذیری از آن‌ها توجه به ظاهر بدن خود را فارغ از مسائل بهداشتی آن؛ یکی از شاخص‌های کیفیت زندگی بالا برای خود در نظر می‌گیرند که می‌تواند اثرات مخربی بر جسم و روح آن‌ها در گذر زمان بگذارد. در نتیجه طبق نظر گیدنز مدرنیته و استقرار سبک نوین در زندگی افراد و زنان همچون شمشیر دولبه است که می‌تواند اثرات مثبت و منفی را در کیفیت زندگی زنان برجای گذارد. بودریا نیز در نظریه مصرف‌گرایی بر همین امر صحنه گذارد. زیمل نیز در همین رابطه و در پی الگوپذیری سبک زندگی مدرن در بین زنان؛ انزوا و تنهایی را در پی استفاده مداوم از شبکه‌های مجازی و کاهش روابط رو در رو و کاهش مشارکت اجتماعی را در کیفیت زندگی پایین افراد جوامع مدرن دخیل می‌داند. همان‌گونه که نتایج تحقیقات آکیندوتایر و اولانیپکان (۲۰۱۷)، چادوری و همکاران (۲۰۱۵)، مظفری‌نیا و قاسمی-پور (۱۳۹۶) و حاجی‌زاده و همکاران (۱۳۹۵)، اردکانی فرد و بخشی (۱۳۹۶) و محمدی و ملکی (۱۳۹۵) نشان داد.

با توجه به مطالعاتی که محقق در طول تحقیق حاضر انجام داد و نتایج حاصل از یافته‌ها با مشاهده زنان ایرانی در دو دهه گذشته بالاخص زنان شاغلی که دارای تحصیلات بالا و به تبع آن دارای اعتماد به نفس بالا می‌باشند و با افزایش آگاهی‌های جنسیتی و ارزش‌ها و هویت‌های جدید فرهنگی ابتدا افزایش کیفیت زندگی در ابعاد ذهنی و عینی را مشاهده می‌کنیم. اما با سرعت گرفتن و گسترش استفاده بی‌رویه از این شاخص‌های سبک زندگی مدرن؛ مسائل و مشکلاتی برای زنان پیش می‌آید که به نوعی کیفیت زندگی و رضایت از زندگی آن‌ها را کاهش می‌دهد. به‌عنوان مثال در ده پانزده سال اخیر ادامه تحصیل و شاغل شدن زنان؛ بالارفتن سن ازدواج و عدم باروری و یا باروری کم آن‌ها؛ استقلال مالی و زندگی مجردی؛ شرکت در باشگاه‌های تناسب اندام و مراجعه به دکتر رژیم غذایی و دکتر پوست و... به‌عنوان یک سبک زندگی مدرن و قابل پسند برای زنان مطرح بود. اما با

گذشت زمان؛ به ترتیب تعارضاتی در نقش‌های جدید زنان مشاهده شد که با عدم همکاری مردان در خانه و جامعه با تکیه بر جامعه پدرسالاری موجب عدم رضایت از کیفیت زندگی در آن‌ها شده است. اکنون که زنان با دارا بودن درآمد مناسب و شغلی در خور پسند جامعه دارای هویت جدید فردی و اجتماعی شده‌اند؛ پس از اشباع در این زمینه، احساس خستگی و تنهایی می‌کنند. زنی که در خارج از خانه مشغول به کار می‌باشد؛ بالاجبار نقش‌های زنانگی، مادری و همسری را نیز در خانه همچنان برعهده دارد و مجبور است ساعات بیشتری از روز را صرف کارهای خانه و بیرون از خانه خود کند. در نتیجه با مشکلات جسمی و روانی مواجه شده و کیفیت زندگی پایینی خواهد داشت. از سویی دیگر بهره‌گیری از شبکه‌های مجازی، متأسفانه در بین مردم ایران رواج بسیاری داشته است و آمار نشان می‌دهد اکثر ایرانیان ساعات بسیاری از روز را به استفاده از موبایل و شبکه‌های مجازی اختصاص می‌دهند، از طریق این شبکه‌ها؛ ارتباط با دوستان؛ دسترسی به اخبار جدید؛ خرید لوازم و پوشاک مورد نیاز و... را انجام می‌دهند و تحرک‌شان نسبت به قبل کاهش چشمگیری داشته است. همچنین از توجه به فرزندان، همسر و خانواده دور شده و طبق نظر زیمل تنهایی و انزوا در بین آن‌ها گسترش یافته است. بنابراین دچار عدم رضایت از کیفیت زندگی شده‌اند. بنابراین شاخص‌های سبک زندگی مدرن در ابتدای امر با هدف کمک به بهبود کیفیت زندگی مردم طراحی شده‌اند و در صورت استفاده صحیح و دقیق در بهره‌گیری از آن‌ها می‌توانند موجب بهبود کیفیت زندگی افراد جامعه گردند. اما اگر مردم بالأخص زنان در استفاده از آن‌ها زیاده‌روی و یا کم‌کاری کنند و یا توسط مردان جامعه مورد حمایت قرار نگیرند؛ اثر سوء داشته و موجب کاهش کیفیت زندگی آن‌ها می‌گردد. در نتیجه با توجه به نتایج تحلیلی مقاله حاضر برگرفته از مطالعات کتابخانه‌ای شامل مبانی نظری و پیشینه‌های تجربی داخلی و خارجی عنوان شده پیشنهاد می‌شود؛ همزمان با حضور یک پدیده مسئولین دولتی و سازمان‌های آموزشی موظف گردند؛ آموزش‌های لازم در جهت چگونگی بهره‌گیری از شاخصه‌های آن پدیده را به مردم در برنامه‌ریزی‌های کوتاه مدت و بلند مدت تدارک ببینند و همچنین در قالب برنامه‌های آموزشی؛ برنامه‌های مستند و میزگردهای فرهنگی - اجتماعی در رسانه‌های ملی بالأخص تلویزیون در خصوص فواید آن تبلیغات کنند و نتایج سوء ناشی از استفاده غلط از آن پدیده را در قالب سریال‌های تلویزیونی و کتاب‌های درسی و غیردرسی معرفی نمایند. در نتیجه مردم نیز که بهره‌وران شاخصه‌های این پدیده هستند؛ می‌بایست خود نیز با مطالعه بیشتر و بهره‌گیری از دانش لازم توانایی بهره‌گیری از آن را یاد گیرند.

منابع و مأخذ:

- آزاد ارمکی، تقی؛ چاوشیان، حسن (۱۳۸۱)، بدن به مثابه رسانه هویت، مجله جامعه‌شناسی ایران، ۴(۴)، ۷۵-۵۷.
- اباذری، یوسف؛ چاوشیان، حسن (۱۳۸۱)، از طبقه اجتماعی تا سبک زندگی: رویکرد نوین در تحلیل جامعه‌شناسی هویت اجتماع، فصلنامه علوم اجتماعی، ۲۰، ۲۷-۳.
- احمدی، محمدسعید (۱۳۹۵)، رابطه باورهای دینی و سبک زندگی با کیفیت زندگی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر زنجان، زن و مطالعات خانواده، ۳۰، ۲۰-۷.
- اکبری، حسین؛ تیموری، محمود (۱۳۹۷)، فراتحلیل پژوهش‌های سبک زندگی با تأکید بر میزان اثرپذیری از شبکه‌های ماهواره‌ای فارسی زبان، فصلنامه پژوهش‌های ارتباطی، ۲(پیاپی ۹۴)، ۲۸-۹.
- اردکانی فرد، زهرا؛ بخشی، حامد (۱۳۹۶)، سبک زندگی جوانان ایرانی در شبکه اجتماعی فیس بوک، راهبرد فرهنگ، ۴۰، ۱۵۸-۱۲۹.
- باکاک، رابرت (۱۳۸۱)، مصرف، ترجمه خسرو صبری، تهران: نشر و پژوهش شیرازه (۲۰۰۱).
- باینگانی، بهمن؛ ایراندوست، سیدفهمیم؛ احمدی، سینا، (۱۳۹۲)، سبک زندگی از منظر جامعه‌شناسی، ماهنامه مهندسی فرهنگی، ۷۷، ۷۴-۵۶.
- پروینیان، فریبا؛ رستمعلی‌زاده، ولی‌اله؛ حبیبی، رضا (۱۳۹۷)، تأثیر سبک زندگی امروزی زنان بر میزان فرزندآوری؛ مطالعه موردی شهر قزوین، فصلنامه علمی - پژوهشی زن و جامعه، ۴، ۷۲-۳۹.
- تورن، آلن (۱۳۸۲)، ایران در جریان فرآیند مدرنیزاسیون قرار دارد، روزنامه همشهری، ویژه‌نامه نوروز ۱۳۸۲.
- جانجانی، پریسا؛ مؤمنی، خدامراد؛ جهانگیر، کرمی (۱۳۹۳)، رابطه امنیت اجتماعی و سبک زندگی با کیفیت زندگی و شادکامی زنان شهر کرمانشاه، مجله تحقیقات بالینی در علوم پیراپزشکی، ۴، ۲۵۶-۲۴۷.
- حاجی‌زاده میمندی، مسعود؛ مداحی، جواد؛ کریمی، یزدان؛ وحدت، الهه؛ غروری، ملینا (۱۳۹۵)، بررسی عوامل اجتماعی مرتبط با طلاق عاطفی (مطالعه موردی: متأهلین شهر شیراز)، فصلنامه شورای فرهنگی اجتماعی زنان و خانواده، ۷۱، ۱۵۷-۸۵.
- حقیقتیان، منصور؛ بیات، فاطمه (۱۳۹۷)، جهانی‌شدن فرهنگ و سبک زندگی با رضایت جنسی زنان متأهل شهر زنجان، زن در فرهنگ و هنر، ۱۰(۴)، ۴۷۱-۴۵۱.
- خادمیان، طلیعه (۱۳۸۸)، سبک زندگی و مصرف فرهنگی، تهران: مؤسسه فرهنگی - هنری دنیای کتاب.
- خان‌محمدی، فاطمه؛ پرتوی، لطیف (۱۳۹۶)، بررسی رضایت از زندگی زناشویی در میان زوجین دارای سبک‌های سنتی و مدرن و عوامل اجتماعی - فرهنگی مرتبط با آن در شهر میاندوآب، مطالعات جامعه‌شناسی، ۳۴، ۱۲۶-۱۰۹.
- داریاپور، زهرا (۱۳۸۲)، جایگاه سنت و مدرنیته در نظام ارزشی جوانان و بزرگسالان شهر تهران، تهران: دبیرخانه شورای فرهنگ عمومی.
- رستمی، احسان؛ اردشیرزاده، مرجان (۱۳۹۲)، نگاهی به نظریه‌های سبک زندگی، فصلنامه مطالعات سبک زندگی، ۳.
- زارع شاه‌آبادی، اکبر؛ طاهر، مریم (۱۳۹۵)، مطالعه بین نسلی سبک زندگی دختران و مادران شهر یزد، مطالعات اجتماعی - روانشناختی زنان، ۳، ۳۶-۷.
- سفیری، خدیجه؛ جبارزاد، سمیرا؛ حاتمی، علی (۱۳۹۴)، بررسی رابطه گرایش به مدرنیته با سبک زندگی زنان جوان؛ زنان ۱۵ تا ۲۹ ساله تبریزی، فصلنامه برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، ۲۴، ۴۴-۱.

- غفاری، غلامرضا؛ امید، رضا (۱۳۸۸)، کیفیت زندگی، شاخص توسعه اجتماعی، تهران: نشر شیرازه.
- فاضلی، محمد (۱۳۸۲)، مصرف و سبک زندگی، تهران: پژوهشگاه وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- فروود، داریوش (۱۳۹۴)، تأثیر سبک زندگی بر سلامت، مجله سلامت ایران، ۱۴۴۴-۱۴۴۲.
- گیدنز، آنتونی (۱۳۸۲)، تجدد و تشخص (جامعه و هویت شخصی در عصر جدید)، چاپ دوم، تهران: نشر نی.
- لطفی‌زاده، عباس؛ زاهدی، محمدجواد؛ گلایی، فاطمه (۱۳۹۷)، مدرن شدن زنان و صمیمیت زناشویی (مطالعه سه نسل از زنان تبریز)، مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران، ۷(۲)، ۲۲۷-۲۵۳.
- مجددی، علی‌اکبر؛ صدرنوبی، رامپور؛ بهروان، حسین؛ هوشمند، محمود (۱۳۸۹)، سبک زندگی جوانان ساکن مشهد و رابطه آن با سرمایه فرهنگی و اقتصادی، مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۶۱-۱۳۱.
- محمدی، فاطمه؛ ملکی، محمدامین (۱۳۹۵)، بررسی ارتباط رسانه‌ها با سبک زندگی دانشجویان، پنجمین کنفرانس الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت، ۲۹ و ۳۰ اردیبهشت ۱۳۹۵، ۱۸-۱.
- محمدی، لعلیا (۱۳۹۳)، بررسی تأثیر مدرنیته بر روی سبک زندگی، اولین کنفرانس بین‌المللی اقتصاد، مدیریت، حسابداری و علوم اجتماعی، رشت ۳۱ خرداد ۱۳۹۳.
- مختاری، مرضیه؛ نظری، جواد (۱۳۸۹)، جامعه‌شناسی کیفیت زندگی، تهران: انتشارات جامعه‌شناسان.
- مظفری‌نیا، سهراب؛ قاسمی‌پور، مریم (۱۳۹۶)، بررسی رابطه بین سبک زندگی متأثر از فضای مجازی و طلاق عاطفی در شهر ایلام، فصلنامه علمی - ترویجی فرهنگ ایلام، ۱۸(۵۶ و ۵۷)، ۱۹۱-۱۷۱.
- مهدوی کنی، محمد سعید (۱۳۸۶)، مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی، تحقیقات فرهنگی، ۱.
- میرزایی، حسین؛ آقایی هیر، توکل؛ کاتبی، مهناز (۱۳۹۳)، بررسی کیفیت زندگی زنان متأهل در چارچوب نهاد خانواده، فصلنامه جامعه‌شناسی نهادهای اجتماعی، ۱(۳)، ۷۱-۹۳.
- نیازی، محسن؛ قیابی آرانی، محدثه؛ عسگری کویری، اسماء (۱۳۹۵)، بررسی عوامل اجتماعی و فرهنگی مؤثر بر کیفیت زندگی (با تأکید بر سبک زندگی و فرهنگ شهروندی) مطالعه موردی: شهروندان شهرهای آران و بیدگل و کاشان، فصلنامه جامعه‌شناسی سبک زندگی، ۶(۲۳۲-۲۰۱).
- نیازی، محسن؛ نوروزی، میلاد؛ عسگری کویری، اسماء (۱۳۹۴)، فراتحلیلی بر مطالعات سبک زندگی در ایران با تأکید بر مطالعه زنان و جوانان، فصلنامه جامعه‌شناسی سبک زندگی، ۳(۲۴۵-۲۰۷).

References

- Akindutire, Isaac Olusola & Olanipekun, Johnson Adetunji. (2017). Sedentary Life-Style as Inhibition to Good Quality of Life and Longevity. Journal of Education and Practice, Vol. 8, No. 13. Pp: 39.43.
- Ali, Arshad & Nawaz, Anam & Hassan Seyyed Ali. (2014). Impact of cable/TV on modern lifestyle: A study of women", Research on humanities and social sciences, 4(13), 85-93.

- Amirabedizadeh, Zahra & Sarifzadeh, Gholamreza & Moodi, Mitra. (2016). Middle- Aged women`s quality of life and health- Promoting lifestyle, Mod Care Journal. 2016 July, 13(3), 11597.
- Annika, Fransis & Gunilla, Carry. (2007). Health- promoting Aspects of a paid Job: Findings in a qualitative Interview Study with Elderly Women in Sweden. Health Care for Women International, 28, 10, 909-929.
- Bhatti, Aisha & Rabia, Ali (2015). Lifestyle of working women in modern organization: Implications on health. International journal for intersectional feminist studies, 1, 5-28.
- Chaney, David. (1996). Life Style. London: Routledge.
- Chaudhary, Suhas & Manani, Yagshesh & Pithadiya, Archana & Masram, Pravin & Joshi, Krutika & Rathia, Satyavati. (2015). Modern life-style: A threat for the fertility. International Journal of Herbal Medicine, 3(5): 47-51.
- Ghorfati Amina & Frid, Daoudi & Medini, Rabha. (2015). Feminism and its impact on women in the modern society, Dissertation Submitted to the Department of Foreign Languages as a Partial Fulfillment of the 'Master' Degree in Anglo Saxon Literature and Civilization
- Mehrad, Aida. & TahririZanganeh, Mohammad Hadi. (2015). Women in Modern Society and Job Difficulties. Journal of Educational, Health and Community Psychology. 4(2), 81-85.
- Mitter, Swasti. (2004). "Globalization, ICTs, and economic empowerment: a feminist critique". Gender Technology and Development, 8(1), 5-29.
- Rodrigues, Margarete Maria. & Fernandes, Rosa Áurea Quintella. (2017). Quality of life and self- reported morbidity of productively active women. Enfermería Global, 46, 270-280.
- Veal, Anthony J. (2001). Leisure, culture and lifestyle. Loisir ET Société / Society and Leisure. 24 (2), 359-376.
- Veblen, Thomas. (2004). The theory of the leisure class, translated by farhang Arshad, Tehran: nashreney. (in Persian).

- WHOQOL SRPB Group. (2006). A Cross-cultural Study of Spirituality, Religion, and Personal
- Zhao, I & Li, Y & Wu, Y & Zhou, I & Ba, L & Gu, X et al. (2009). Impact of different contraceptive methods on quality of life in rural women of the Jiangsu province in China. *Contraception*, 80(2):180-6.