

أسلوب حياة قائم على أساس الحياة الليلية

مهرنجيز شعاع كاظمي^١

مريم كوردلو^٢

الملخص

من الممكن اليوم رؤية أهمية نمط الحياة وأثر السلوكيات المتعلقة به في أفكار ووعي وأذواق أفراد في المجتمع. فمن جهة يتعلق بالأنشطة اليومية ونمط الحياة، فإن وتيرة الحياة الحضرية قد تسارعت بحيث استشعر ضيق الوقت، الأمر الذي أدى في النهاية إلى تدمير التعاملات الاجتماعية، وخاصة العلاقات الأسرية، ومن هنا أصبحت حاجة ضرورية إلى إدارة الوقت بأسلوب جديد، حتى يمكن الاستفادة من الوقت المتبقي للتعاملات الاجتماعية. تهدف هذه الدراسة الحالية إلى تقديم آراء كبار المنظرين وبيان العوامل المؤثرة في الحياة الليلية للبحث في أبعاد ومكونات نمط الحياة القائم على الحياة الليلية، وهو نوع جديد من الحياة في العالم المعاصر وإيران. وهذه الدراسة الحالية من حيث الأسلوب هو من النوع التطبيقي ومن حيث طريقة جمع البيانات، هو منهج وصفي تحليلي من نوع المسح، وقد استخدم الباحث استبانة لجمع المعلومات ولاستخراج وفحص مجموعة من العوامل التي تفسر العلاقة بين نمط الحياة العام والحياة الليلية. وتم اختيار العينة الإحصائية المكونة من (134) زوجاً من ثلاث مناطق في طهران يقضون أغلب أوقاتهم خارج المنزل في أنشطة مختلفة. وتم استخدام هذه الاستبانة حسب الغرض من البحث. وهو الاستبيان الحيوي الليلي، الذي كان عبارة عن وسيلة من إعداد الباحث وقد تضمنت (14) سؤالاً، ودرجة اعتبارها بين 75% و 80%، كان له معامل ألفا لكرونباخ بنسبة 74%. ونتائج البحث تحكي رضا الزوجين عن نمط الحياة المبني على أساس الحياة الليلية، وأن هذا النمط ألقى بظلاله وأثر على أبعاد حياة عينة المجموعة المنتخبة، في نمط الحياة الجسمية والنفسية والمعنوية والاجتماعية، وكان الأخيرين أقل ارتباطاً بنمط الحياة الليلية.

الكلمات الرئيسية: أسلوب الحياة، الحياة الليلية، أوقات الفراغ، الحياة الإسلامية، الأسرة

١. محاضر فريق دراسات الأسرة والنساء، جامعة الزهراء، طهران، إيران (الكاتب المسئول).

٢. طالب ماجستير دراسات النساء، جامعة الزهراء، طهران، إيران.

تم اقتباس هذا المقال من رسالة ماجستير دراسات النساء في جامعة الزهراء عام ٢٠٢١.