

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه آزاد اسلامی  
واحد تهران مرکزی  
دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی ، گروه روانشناسی  
پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد (M.A)  
گرایش: روانسنجی (سنجش و اندازه گیری)

عنوان :

بررسی عملی بودن، روایی ، و نرم یابی آزمون سبکهای زندگی و رابطه آن با  
حمایت اجتماعی ادراک شده بر روی دانشجویان شاهد زنجان

استاد راهنما  
دکتر ریتا لیاقت

استاد مشاور  
دکتر مژگان سپاه منصور

پژوهشگر  
علی اسماعیلی

زمستان ۱۳۹۰

## تقدیم به :

تمامی از جان گذشتگان میهن عزیزمان ایران که در دوران انقلاب و هشت سال دفاع مقدس از خاک و شرف اسلامی دفاع نمودند بویژه ارواح مقدس و پاک پدرم و پدر همسرم شهید اسماعیلی و شهید شهبازی

تقدیم به مادر مهربانم  
که جای خالی تکیه گاه را زیر سایه او پر می کنم

## و تقدیم به

همسر عزیزم که همیشه مشوق ، راهنما و یاورم در فراز و نشیب های زندگی بود  
و همچنین امید فرداهایم

محمد و حسین

## سپاسگزارى:

سپاس به درگاه ایزدمنان که به لطف و رحمت خود به مخلوقاتش قدرت اندیشه و تفحص بخشید و راه ترقی و پیشرفت را فراسوی آنان گشود و با اعطای برکات خود توفیق چیدن خوشه ای از خرمن علم را به بنده حقیرش عطا فرمود.

ضمن قدردانی و سپاس از زحمات بی شائبه سرکار خانم دکتر ریتا لیاقت و سرکار خانم دکتر مژگان سپاه منصور که با راهنمایی های ارزشمند و پر ارج آموخته های خویش را چون چراغی فرا روی من نهادند.

## تعهد نامه اصالت پایان نامه کارشناسی ارشد

اینجانب **علی اسماعیلی** دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته به شماره دانشجویی ۸۷۰۰۰۸۸۲۰۰ در رشته روانشناسی گرایش روانسنجی در تاریخ ۱۳۹۰/۱۱/۳۰ از پایان نامه خود تحت عنوان " بررسی عملی بودن، روایی و نرم یابی آزمون سبکهای زندگی و رابطه آن با حمایت اجتماعی ادراک شده بر روی دانشجویان شاهد زنجان " با کسب نمره ۱۸ و درجه عالی دفاع نموده ام بدینوسیله متعهد می شوم :

۱- این پایان نامه حاصل تحقیق و پژوهش انجام شده توسط اینجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی دیگران ( اعم از پایان نامه ، کتاب ، مقاله و ...) استفاده نموده ام ، مطابق رویه های موجود ، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آن را در فهرست ذکر و درج کرده ام.

۲- این پایان نامه قبلاً برای دریافت هیچ مدرک تحصیلی (هم سطح ، پایین تر یا بالاتر) در سایر دانشگاهها و موسسات آموزش عالی ارائه نشده است .

۳- چنانچه بعد از فراغت از تحصیل ، قصد استفاده و هر گونه بهره برداری اعم از چاپ کتاب ، ثبت اختراع و ... از این پایان نامه داشته باشم ، از حوزه معاونت پژوهشی واحد مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم.

۴- چنانچه در هر مقطع زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود ، عواقب ناشی از آن را بپذیرم و واحد دانشگاهی مجاز است با اینجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی ام هیچگونه ادعایی نخواهم داشت .

نام و نام خانوادگی: **علی اسماعیلی**

تاریخ و امضاء

## بسمه تعالی

در تاریخ: ۱۳۹۰/۱۱/۳۰

دانشجوی کارشناسی ارشد آقای علی اسماعیلی از پایان نامه خود دفاع نموده و با

نمره ۱۸ به حروف هجده و با درجه عالی مورد تصویب قرار گرفت.

امضاء استاد راهنما

بسمه تعالی

دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران مرکزی

دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی

(این چکیده به منظور چاپ در پژوهش نامه دانشگاه تهیه شده است)

|   |                                   |                                       |
|---|-----------------------------------|---------------------------------------|
| نام واحد دانشگاهی: تهران مرکزی  | کد واحد: ۱۰۱                      | کد شناسایی پایان نامه: ۱۰۱۲۰۷۰۸۸۹۱۰۱۵ |
| عنوان پایان نامه: بررسی عملی بودن، روایی و نرم یابی آزمون سبکهای زندگی و رابطه آن با حمایت اجتماعی ادراک شده بر روی دانشجویان شاهد زنجان  |                                   |                                       |
| نام و نام خانوادگی دانشجو: علی اسماعیلی   | تاریخ شروع پایان نامه: ۸۹/۱۲/۱    | تاریخ اتمام پایان نامه: ۱۳۹۰/۱۱/۳۰    |
| شماره دانشجویی: ۸۷۰۰۰۸۸۲۰۰  | رشته تحصیلی: روانشناسی - روانسنجی |                                       |
| استاد / استادان راهنما: دکتر ریتا لیاقت   |                                   |                                       |
| استاد / استادان مشاور: دکتر مژگان سپاه منصور  |                                   |                                       |
| آدرس: زنجان - خداینده کوچه سینای غربی ۳ پلاک ۴۶ تلفن: ۰۲۴۲۴۲۱۰۱۳۴   |                                   |                                       |
| <p>چکیده پایان نامه (شامل خلاصه، اهداف، روشهای اجرا و نتایج به دست آمده):</p> <p>پژوهش حاضر به بررسی عملی بودن اعتبار و روایی پرسشنامه سبک های زندگی و رابطه آن با حمایت اجتماعی ادراک شده دانشجویان شاهد استان زنجان می پردازد. برای همین امر از بین دانشجویان شاهد که در مقطع کارشناسی دردانشگاههای استان زنجان درسه شهرزنجان، ابهر، خداینده، که دردانشگاههای آزاد، پیام نورو دانشگاه زنجان و علوم پزشکی مشغول به تحصیل درسال تحصیلی ۹۰-۸۹ می باشند، تعداد ۳۱۶ نفر به شیوه تصادفی طبقه ای برای گروه نمونه انتخاب گردید و با استفاده از سبک های زندگی ۲۰ ماده ای و پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده ۱۲ سوالی، داده ها جمع آوری گردید که در نهایت اعتبار کلی برای پرسشنامه سبک های زندگی ۰/۸۳ درصد و برای هر کدام از یک ابعاد سبک زندگی به ترتیب ۰/۷۶ برای توجه به محیط زیست و برای توجه به بعد سلامتی ۰/۸۷ و در تحلیل عاملی برای پرسشنامه کفایت نمونه برداری به مقدار ۰/۸۲۶ بدست آمد و دو عامل که دارای ارزش ویژه بالای ۱ بودند در تحلیل عاملی در جدول تبیین واریانس بر دو بعد سبک های زندگی تاکید کردند. و برای بررسی رابطه ابعاد سبک های زندگی با استفاده ازابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده در بعد توجه به سلامتی بعد خانواده مقدار همبستگی ۰/۱۸ درصد در سطح ۰/۰۵ معنا داری را ارائه می دهد. و برای بررسی رابطه ابعاد سبک های زندگی با استفاده ازابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده در بعد توجه به محیط زیست بعد خانواده از ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده مقدار همبستگی ۰/۱۱ درصد را در سطح ۰/۰۵ معنا داری را ارائه می دهد که دارای رابطه می باشد</p> |                                   |                                       |

ریخ و امضا:

مناسب است

نظر استاد راهنما برای چاپ در پژوهش نامه دانشگاه

مناسب نیست

## فهرست مطالب

| صفحه | عنوان   |
|------|---|
|      | <b>فصل اول: کلیات تحقیق</b>   |
| ۲    | ۱-۱: مقدمه  |
| ۳    | ۲-۱: بیان مسأله   |
| ۵    | ۳-۱: اهمیت و ضرورت تحقیق  |
| ۷    | ۴-۱: اهداف و پرسش های تحقیق   |
| ۷    | ۱-۴-۱: اهداف کلی  |
| ۷    | ۲-۴-۱: اهداف جزئی   |
| ۷    | ۵-۱: پرسش های پژوهش   |
| ۸    | ۶-۱: تعریف متغیرها  |
| ۸    | ۱-۶-۱: تعریف نظری   |
| ۸    | ۲-۶-۱: سبک های زندگی  |
| ۸    | ۳-۶-۱: حمایت اجتماعی ادراک شده  |
| ۸    | ۴-۶-۱: روایی  |
| ۸    | ۵-۶-۱: روا سازی   |
| ۸    | ۶-۶-۱: روایی سازه   |
| ۹    | ۷-۱: تعریف عملیاتی  |
| ۹    | ۱-۷-۱: سبک های زندگی  |
| ۹    | ۲-۷-۱: حمایت اجتماعی ادراک شده  |
|      | <b>فصل دوم: چارچوب نظری تحقیق</b>   |
| ۱۱   | ۱-۲: بررسی تعاریف موجود در زمینه سبک زندگی  |
| ۱۸   | ۱-۱-۲: شاخص های سبک زندگی از دیدگاههای متفاوت   |
| ۲۰   | ۲-۱-۲: واحدهای اندازه گیری سبک زندگی  |
| ۲۱   | ۳-۱-۲: ویژگی های سبک زندگی  |
| ۲۲   | ۴-۱-۲: عناصر سازنده سبک زندگی   |
| ۲۲   | ۵-۱-۲: پایگاه اقتصادی - اجتماعی و سبک زندگی   |
| ۲۵   | ۲-۲: بررسی تعاریف حمایت اجتماعی ادراک شده   |
| ۲۸   | ۳-۲: مروری بر پیشینه تحقیق سبک زندگی  |
| ۲۸   | ۱-۳-۲: طراحی پرسشنامه سنجش سبک زندگی در سالمندان  |
| ۳۳   | ۲-۳-۲: رواسازی و بررسی اعتبار پرسشنامه سبک زندگی موثر بر وزن  |
| ۳۵   | ۳-۳-۲: مفهوم زندگی «سبک زندگی» و گستره ای آن در علوم اجتماعی  |
| ۳۶   | ۴-۳-۲: تبیین مفهوم سبک زندگی در نوجوانان پسر  |
| ۳۷   | ۴-۲: مروری بر تحقیقات خارجی در مورد سبک زندگی   |
| ۴۱   | ۵-۲: نقد و بررسی  |
| ۴۳   | ۶-۲: تحقیقات انجام شده در مورد حمایت اجتماعی  |
| ۴۳   | ۱-۶-۲: بررسی نقش حمایت اجتماعی در رضایتمندی از زندگی، سلامت عمومی و احساس تنهایی در بین سالمندان بالاتر از ۶۰ سال |
| ۴۳   | ۲-۶-۲: بررسی رابطه بین ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده و ابعاد بهزیستی در دانشجویان دختر و پسر                      |
| ۴۵   | ۳-۶-۲: بررسی رابطه میان رضایت از زندگی و حمایت اجتماعی با سلامت روان در دانشجویان                                 |
| ۴۷   | ۷-۲: مبانی نظری تحقیق   |
| ۴۸   | ۱-۷-۲: نظریه میشل سوبل و سبک زندگی - ساختار اجتماعی   |
| ۴۹   | ۲-۷-۲: روش تجربی کیفی داگلاس هالت   |
|      | <b>فصل سوم: روش شناسی پژوهش</b>   |
| ۵۳   | ۱-۳: روش پژوهش  |
| ۵۳   | ۲-۳: جامعه آماری  |



|    |   |
|----|---|
| ۵۴ | ..... ۳-۳ : روش نمونه گیری پژوهش  |
| ۵۴ | ..... ۴-۳ : حجم نمونه   |
| ۵۶ | ..... ۴-۳ : ابزار پژوهش   |
| ۵۷ | ..... ۵-۳ : روش گردآوری داده ها   |
| ۵۸ | ..... ۶-۳ : روش تجزیه و تحلیل داده ها   |
|    | <b>فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها</b>   |
| ۶۰ | ..... ۴-۱ : داده های توصیفی تحقیق   |
| ۶۳ | ..... ۴-۲ : پرسش اول: بررسی اعتبار ابعاد پرسشنامه سبک های زندگی   |
| ۶۳ | ..... ۴-۲-۱ : اعتبار یابی عامل اول  |
| ۶۳ | ..... ۴-۲-۲ : اعتبار یابی عامل دوم  |
| ۶۳ | ..... ۴-۲-۳ : اعتبار یابی کلی پرسشنامه  |
| ۶۴ | ..... ۴-۳ : پرسش دوم: بررسی روائی پرسشنامه سبک های زندگی  |
| ۶۸ | ..... ۴-۴ : پرسش سوم بررسی رابطه سبک زندگی با حمایت اجتماعی ادراک شده   |
|    | ..... ۴-۴-۱ : آیا بین ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده بامقیاس توجه به سلامتی و توجه به محیط زیست سبک زندگی رابطه وجود دارد؟ |
|    | <b>فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری</b>   |
| ۷۱ | ..... ۵-۱ : خلاصه پژوهش   |
| ۷۲ | ..... ۵-۲ : بحث و نتیجه گیری  |
| ۷۲ | ..... ۵-۳ : پرسش اول، پرسشنامه سبک های زندگی دارای اعتبار است   |
| ۷۳ | ..... ۵-۴ : پرسش دوم، بررسی روائی آزمون   |
| ۷۳ | ..... ۵-۵ : پرسش سوم، بررسی پیش بینی ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده با سبک های زندگی                                       |
|    | ..... ۵-۵-۱ : آیا بین ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده بامقیاس توجه به سلامتی و توجه به محیط زیست سبک زندگی رابطه وجود دارد؟ |
| ۷۴ | ..... ۵-۶ : پیشنهاد های پژوهش   |
| ۷۵ | ..... منابع و مأخذ  |
|    | <b>پیوست ها</b>   |
| ۷۸ | ..... پرسشنامه سبک های زندگی  |
| ۷۹ | ..... پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده  |
| ۸۰ | ..... چکیده انگلیسی   |

## فهرست جداول

| صفحه | عنوان   |
|------|---|
| ۵۰   | جدول ۱-۲ مشخصات تحقیقات مطالعه شده در باره رابطه سبک زندگی به لحاظ روش‌شناسی.....       |
| ۶۰   | جدول ۴-۱ داده های آماری.....  |
| ۶۱   | جدول ۴-۲ تعداد آزمودنی ها به تفکیک جنسیت.....   |
| ۶۲   | جدول ۴-۳ داده های توصیفی میزان تحصیلات آزمودنی ها.....                                  |
| ۶۳   | جدول ۴-۱۵ اعتبار بعد اول پرسشنامه سبک زندگی حمایت از سلامتی.....                        |
| ۶۳   | جدول ۴-۱۶ اعتبار کلی پرسشنامه سبک زندگی.....  |
| ۶۴   | جدول ۴-۷ کفایت نمونه برداری و آزمون بار تلت.....  |
| ۶۵   | جدول ۴-۸ بررسی روائی پرسشنامه سبک های زندگی جدول واریانس تبیین شده.....                 |
| ۶۷   | جدول ۴-۹ ماتریس داده ها بعد از چرخش.....  |
| ۶۸   | جدول ۴-۱۰ ابعادحمایت اجتماعی ادراک شده به مقیاس توجه به سلامتی و توجه به محیط زیست..... |

## فهرست نمودارها

| صفحه | عنوان                                     |
|------|---|
| ۶۱   | نمودار ستونی ۴-۱ برای تفکیک جنسیت         |
| ۶۲   | نمودار ستونی ۴-۲ برای تفکیک میزان تحصیلات |
| ۶۶   | نمودار ۴-۳ شیب کتل                        |

## چکیده :

پژوهش حاضر به بررسی عملی بودن اعتبار و روایی پرسشنامه سبک های زندگی و رابطه آن با حمایت اجتماعی ادراک شده دانشجویان شاهد استان زنجان می پردازد. برای همین امر از بین دانشجویان شاهد که در مقطع کارشناسی در دانشگاه های استان زنجان در سه شهر زنجان، ابهر، خدابنده، که در دانشگاه های آزاد، پیام نورو دانشگاه زنجان و علوم پزشکی مشغول به تحصیل در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ می باشند، تعداد ۳۱۶ نفر به شیوه تصادفی طبقه ای برای گروه نمونه انتخاب گردید و با استفاده از سبک های زندگی ۲۰ ماده ای و پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده ۱۲ سوالی، داده ها جمع آوری گردید که در نهایت اعتبار کلی برای پرسشنامه سبک های زندگی ۰/۸۳ درصد و برای هر کدام از یک ابعاد سبک زندگی به ترتیب ۰/۷۶ برای توجه به محیط زیست و برای حمایت از سلامتی ۰/۸۷ و در تحلیل عاملی برای پرسشنامه کفایت نمونه برداری به مقدار ۰/۸۲۶ بدست آمد و دو عامل که دارای ارزش ویژه بالای ۱ بودند در تحلیل عاملی در جدول تبیین واریانس بر دو بعد سبک های زندگی تاکید کردند. و برای بررسی رابطه ابعاد سبک های زندگی با استفاده از ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده در بعد توجه به سلامتی بعد خانواده مقدار همبستگی ۰/۱۸ درصد در سطح ۰/۰۵ معنا داری را ارائه می دهد. و برای بررسی رابطه ابعاد سبک های زندگی با استفاده از ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده در بعد توجه به محیط زیست بعد خانواده از ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده مقدار همبستگی ۰/۱۱ درصد را در سطح ۰/۰۵ معنا داری را ارائه می دهد که دارای رابطه می باشد.

# فصل اول

## کلیات تحقیق

## ۱-۱ : مقدمه

هر اصطلاح از اصطلاحات علوم انسانی (مانند سایر علوم) در فضای مفهومی آن قابل درک است. «سبک زندگی<sup>۱</sup> و حمایت اجتماعی ادراک شده<sup>۲</sup>» نیز به عنوان دو اصطلاح از اصطلاحات علوم انسانی، پیوند مستقیم و نزدیکی با مجموعه ای از مفاهیم علوم انسانی دارد؛ مفاهیمی مانند: عینیت و ذهنیت، فرهنگ و جامعه، فرهنگ عینی و ذهنی، صورت (شکل) و محتوا، رفتار و معنا (نگرش، ارزش و هنجار)، اخلاق و ایدئولوژی، سنت و نوگرایی، شخصیت و هویت (فردی و جمعی) وراثت و محیط، فردیت و عمومیت خلاقیت و باز تولید، تولید و مصرف، طبقه و قشر (بندی) اجتماعی، زیبایی شناسی (سلیقه) و نیاز، منزلت و مشروعیت و بدون شناخت این روابط، درک درستی از «سبک زندگی» و نظریه های مربوط به آن به دست نخواهد آمد. کاربردهای «سبک زندگی» اغلب آن را به همان گویی و کلی گویی کشانده و از آن برای همه چیز و هیچ چیز استفاده شده است به گونه ای که گاهی به اشتباه آن را معادل فرهنگ و یا طبقه در نظر می گیرند. بدین لحاظ، هر محقق که می خواهد در این حوزه به مطالعه بپردازد، موظف به روشن کردن معنای دقیقی است که از «سبک زندگی» را با سایر پدیده ها و مفاهیم هم جوار نشان می دهد. آیا مفهوم «سبک زندگی» ترکیبی از معنای دو واژه «سبک» و «زندگی» است یا اصطلاحی خاص در علوم اجتماعی است و در ضمن حمایت اجتماعی ادراک شده از نظر جامعه آماری ما به چه شکلی می باشد.

## ۲-۱ : بیان مسأله

سبک زندگی به طور عام، مجموعه اعمال و طرز فکرهای تلقی هایی هستند که در پهنه های خاصی معنی می دهد. ایجاد و استقرار سبک زندگی قبل از هر چیز مستلزم امکانات اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی حاصل از محیطها و پایگاههای اقتصادی - اجتماعی است. داشتن سبک زندگی در دیدی به سطح خرد و کلان به وجود چهار ابزار ضروری نیاز دارد: ۱. قدرت خرید ۲. قدرت تشخیص (علم و مهارت زندگی) ۳. توزیع مناسب فرصت های اجتماعی ۴. آزادی های مدنی (حق و مسئولیت شهروندی). به نسبت در اختیار داشتن ضروریات فوق، امکان ظهور سبک زندگی به وجود می آید. این ضرورتها نشان می دهد که سبک زندگی از یک طرف، با نوع جامعه (سنتی، در حال گذار، صنعتی - مدرن، پست مدرن) و ساختار اجتماعی آن، و از طرف

<sup>1</sup>- Lifestyle

<sup>2</sup>-Multidimensional scale of perceived social support

دیگر، با پایگاه اقتصادی - اجتماعی و محیطی که فرد در آن زندگی می‌کند ارتباط دارد. (بابایی، ۱۳۸۰)

در ادبیات مربوطه، از مفهوم سبک زندگی دو برداشت و دو گونه مفهوم‌پردازی متفاوت به عمل آمده است. در فرمول‌بندی نخست - که سابقه آن به دهه‌ی ۱۹۲۰ باز می‌گردد - سبک زندگی، معرف ثروت و موقعیت اجتماعی افراد و غالباً به عنوان شاخصی برای تعیین طبقه اجتماعی به کار رفته است، در فرمول‌بندی دوم سبک زندگی، نه راهی برای شناسایی طبقه اجتماعی، بلکه شکل اجتماعی نوینی دانسته می‌شود که تنها در متن تغییرات فرهنگی مدرنیته و رشد فرهنگ مصرف‌گرایی معنا می‌یابد.» (اباذری و چاوشیان: ۱۳۸۱) با این وجود فاضلی، تعاریف موجود در زمینه سبک زندگی را به دو گروه کلی تقسیم می‌کند. «گروه اول، مجموعه تعاریفی هستند که سبک زندگی را از جنس رفتار می‌دانند و ارزش‌ها، نگرش‌ها و جهت‌گیری‌های ذهنی افراد را از دایره این مفهوم بیرون می‌گذارند. جهت‌گیری دوم، ارزش‌ها و نگرش‌ها را نیز بخشی از سبک زندگی می‌دانند.» (فاضلی: ۱۳۸۲)

سبک زندگی را معمولاً مجموعه‌ی منسجمی از عقاید، رفتار و آداب زندگی روزمره می‌دانند که فرد، کانون انسجام آن بوده و او را از دیگران جدا می‌کند. سبک زندگی خود، زیر مجموعه نظام فرهنگ بوده و دارای عناصری از قبیل پوشش (استفاده از انواع مد لباس)، مدیریت بدن (آرایش صورت و موی سر، وزن و تناسب اندام)، انگاره خانواده، شبکه روابط و... است که در کل، حول فرد یا تا حدودی خانواده، انسجام می‌یابد. با توجه به تعاریف مختلف، می‌توان سبک زندگی را دوشکل ۱ - توجه به سلامتی و ۲ - توجه بر محیط زیست تقسیم کرد. (مقیمی، ۱۳۹۰)

جامعه بشری در مسیر حرکت خود با پدیده‌های طبیعی و غیرطبیعی گوناگونی مواجه است که بخشی از آن مربوط به طبیعت انسانی و بخش دیگر مربوط به حوادث طبیعی، عملکرد نظام‌های اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و یا عملکرد افراد است. این حوادث و پدیده‌ها یکی از عمده‌ترین عوامل برهم زنده امنیت انسان‌اند و نیاز به امنیت و جست و جوی بی‌وقفه آنها همواره یکی از خصوصیات ذاتی بشر بوده است. در این راستا حمایت اجتماعی ادراک شده مفهومی است که در سه بعد یا شکل حمایت خانواده، حمایت دوستان و حمایت افراد مهم ورد بررسی قرار گرفته شده است (سمیت<sup>۳</sup> و همکاران ۱۹۸۸).

یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های سلامت روان، حمایت اجتماعی ادراک شده است. مفهوم حمایت اجتماعی ادراک شده به حمایت از منظر ارزیابی شناختی فرد از محیط و روابطش با دیگران می‌نگرد. نظریه پردازان حمایت اجتماعی ادراک شده بر این امر اذعان دارند که تمام روابطی که فرد با دیگران دارد حمایت اجتماعی محسوب نمی‌شوند. به بیان دیگر روابط منبع حمایت اجتماعی نیستند، مگر آن که فرد آن‌ها را به عنوان منبعی در دسترس یا مناسب برای رفع نیاز خود ادراک کند. شواهدی در دست است مبنی بر این که گاهی کمک‌هایی که به فرد می‌شود نامناسب و بد موقع است یا این که خلاف میل خود فرد است، لذا نه خود حمایت که بیشتر ادراک

<sup>3</sup> - zimet

فرد از حمایت است که مهم است. مقیاس های حمایت اجتماعی ادراک شده نیز بر روی ارزیابی شناختی فرد از محیطش و سطح اطمینان فرد به این که در صورت لزوم، کمک و حمایت در دسترس خواهد بود متمرکز هستند.

یکی از تبعات حمایت اجتماعی ادراک شده مطلوب، سلامت روان و جسم است. رابطه حمایت اجتماعی و نوع سبک زندگی به صورت محدودی مورد بررسی قرار گرفته است. تحقیقات بسیاری نشان از آن دارند که نوع سبک زندگی فرد را بر برخورداری از حمایت اجتماعی مطلوب و در نهایت به سلامت جسمی و بهزیستی روانی هدایت می کند (کورنمان و همکاران، ۲۰۰۳)<sup>۴</sup>

با موارد یاد شده هدف اصلی تحقیق حاضر بررسی اعتبار و روایی پرسشنامه سبک زندگی و چگونگی ارتباط این دو مقیاس (یعنی نوع سبک زندگی و حمایت اجتماعی ادراک شده) در بین دانشجویان شاهد استان زنجان می باشد.

### ۳-۱ : اهمیت و ضرورت تحقیق

فرض اصلی این است که سبک های زندگی ویژگی های دنیای مدرن هستند یا به عبارت دیگر ویژگی مدرنیته است. در جهان امروز هر که زندگی می کند یک سبک زندگی دارد که کنش خودش و دیگران را توصیف می کند. سبک زندگی الگوهای کنش هستند که افراد را از هم متمایز و متفاوت می کند. در جهان مدرن سبک زندگی به توصیف ارزش و طرز تلقی ها کمک میکند و ثروت و موقعیت اجتماعی افراد را نشان می دهد.

سبک های زندگی در زندگی روزمره مردم مهم است زیرا پیچیدگیهای وسیع هویت افراد را نشان می دهد. سبک زندگی بر سازمان اجتماعی نوع مصرف افراد نیز بنا نهاده شده است. پس بطور خلاصه شواهد یا قرائن نشان می دهد که اهمیت فزاینده سبک زندگی از ارزیابی مجدد فرهنگ مادی صورت می گیرد که این مساله جدای از ارزش پولی اشیاء است، بلکه این ارزیابی مجدد معطوف به ارزش فرهنگی و اجتماعی اشیاء در جامعه مدرن است.

اما در کنار این امر موضوع سنجش سبک زندگی و رابطه آن با حمایت اجتماعی درک شده از دو جنبه نظری و کاربردی حائز اهمیت است؛ هم تحقیقی بنیادی است و موجب بسط شناخت منظم رشته علوم تربیتی و روان شناسی اجتماعی می شود و هم کاربردی است و می توان از نتایج آن در عمل (سیاستگذاری و برنامه ریزی) سود جست.

بعد نظری: سنجش نوع سبک زندگی و رابطه آن با حمایت اجتماعی ادراک شده همچون سایه مولفه های اساسی در حوزه روانشناسی اجتماعی، آزمون پاره ای از نظریه های این حوزه است که به طور صریح و یا تلویحی به این دو مفهوم می پردازند.

بعد کاربردی: با توجه به اینکه جامعه ما به اصطلاح یک جامعه " در حال گذار و روبه توسعه " می باشد و استان زنجان نیز به عنوان یک بخشی از این جامعه بزرگ است، پس هر روز شاهد

<sup>4</sup>-kornman



تغییر و تحولات زیادی می‌باشد که این تغییرات می‌توانند در ساخت اجتماعی جامعه مؤثر باشند، از این رو باید با شناخت متغیرهای مداخله‌گر در فرایند تغییر به عواملی که روی نوع سبک زندگی و حمایت اجتماعی ادراک شده تأثیر می‌گذارند، پرداخت.

در این راستا باید خاطر نشان ساخت همانطور که "ازکمپ"<sup>5</sup> تأکید می‌کند: این دست مطالعات از مهم‌ترین ابزارهای تصمیم‌گیریهایی دولتی است (ازکمپ، ۱۳۷۳: ۶۶). در جوامع پیشرفته صنعتی که دولت از جمله اهداف خود را ارتقاء کیفیت زندگی مردم و فراهم آوردن زمینه‌هایی به‌روزی مردم می‌خواند چنین تحقیقاتی لازمه ارزیابی دولت از عملکرد خود و وقوف بر عوامل نارضایتی مردم و تلاش برای زدودن یا کاهش آنهاست. از همین رو از اواسط دهه ۱۹۶۰ که بررسی نوع زندگی مردم در این جوامع پا گرفته است دولت‌ها قویاً از انجام مرتب این سنجش‌ها چه به صورت مقطعی و چه به صورت طولی و سالانه حمایت کرده، در سیاست‌گذاری‌ها و برنامه‌ریزی‌های اجتماعی خود به یافته‌ها و نتایج آن تحقیقات تمسک می‌جویند.

۴-۱: اهداف و پرسش‌های تحقیق:

۱-۴-۱: اهداف کلی:

بررسی عملی بودن اعتبار و روایی پرسشنامه‌های سبک‌های زندگی و رابطه آن با حمایت اجتماعی ادراک شده دانشجویان شاهد استان زنجان

۲-۴-۱: اهداف جزئی:

- بررسی اعتبار پرسشنامه سبک‌های زندگی

- بررسی روایی پرسشنامه سبک‌های زندگی

- بررسی رابطه سبک‌های زندگی و میزان حمایت اجتماعی ادراک شده دانشجویان شاهد

۵-۱: پرسش‌های پژوهش

۱- آیا پرسشنامه سبک‌های زندگی دارای اعتبار کافی در جامعه مورد نظر است؟

۲- آیا پرسشنامه سبک‌های زندگی دارای روایی کافی در جامعه مورد نظر است؟

۳- آیا بین ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده با مقیاس توجه به سلامتی و توجه به محیط زیست سبک زندگی رابطه وجود دارد؟

<sup>5</sup> - Azcamp

۶-۱ : تعریف متغیرها

۱-۶-۱ : تعریف نظری:

۲-۶-۱ : سبک های زندگی :

سبک زندگی راهی است برای تعریف ارزش ها و نگرش ها رفتاری افراد که اهمیت آن برای تحلیل های اجتماعی روز به روز افزایش می یابد.

۳-۶-۱ : حمایت اجتماعی ادراک شده :

مفهوم حمایت اجتماعی ادراک شده به حمایت از منظر ارزیابی شناختی فرد از محیط و روابطش با دیگران تعریف می شود

۴-۶-۱ : روایی<sup>۶</sup> :

مقصود از روایی آن است که وسیله اندازه گیری به واقع بتواند خصیصه مورد نظر را اندازه بگیرد نه خصیصه دیگری را ، روایی یعنی مناسب بودن ، با معنا بودن و مفید استنباطهای خاصی است که از روی نمره های تست به عمل می آید. (هومن ، ۱۳۸۴)

۵-۶-۱ : رواسازی<sup>۷</sup> :

در فرهنگ روان سنجی به فرایند گردآوری شواهدی که مقصود از آن استنباطهای معین درباره نمره تست های است، که به آن رواسازی می گویند ( هومن ، ۱۳۸۶)

۶-۶-۱ : روایی سازه<sup>۸</sup> :

منظور از روایی سازه این است که آزمون تا چه اندازه سازه نظری یا صفت مورد نظر را اندازه می گیرد .

۷-۱ : تعریف عملیاتی:

۱-۷-۱ : سبک های زندگی:

بر اساس پرسشنامه ۲۰ سوالی که دارای ۲ مقیاس توجه به سلامتی و محیط زیست بدست می آید.

۲-۷-۱ : حمایت اجتماعی ادراک شده :

بر اساس پرسشنامه ۱۲ سوالی که ۳ مقیاس خانواده ، دوستان و افراد مهم بدست می آید.

---

<sup>6</sup>-Validity

<sup>7</sup>-Validation

<sup>8</sup> - construct validity

# فصل دوم

چارچوب نظری تحقیق

## ۱-۲: بررسی تعاریف موجود در زمینه سبک زندگی

نخستین بار در سال ۱۹۶۳ سبک زندگی<sup>۹</sup> بر اساس الگوی خرید کالا تعریف شد شیوه ای که بدان طریق مصرف کننده خرید می کند و شیوه ای که بدان طریق کالای خریداری شده مصرف می شود، بازتاب دهنده سبک زندگی مصرف کننده در جامعه است» سوبل نیز تأکید می کند که الگوی مصرف مشاهده شونده ترین و بهترین شاخص سبک زندگی است (سوبل، ۱۹۸۱) <sup>۱۰</sup> لامونت<sup>۱۱</sup> و همکارانش نیز ضمن تأکید بر شیوه سازمان دادن زندگی شخصی، الگوی تفریح و مصرف را بهترین شاخص سبک زندگی می دانند (لامونت و همکاران: ۳۲، ۱۹۹۶). دیوید چینی<sup>۱۲</sup> سبک های زندگی را «سازمان اجتماعی مصرف» (چینی، منتشر نشده: ۸۹) می خواند. به اعتقاد وی «سبک زندگی راه الگومند مصرف، درک یا ارج نهادن به محصولات فرهنگ مادی است» (پیشین: ۷۱). با عنایت به تعاریف فوق، سبک زندگی، حول محور «مصرف» سامان می یابد. با این توضیح، سبک زندگی فرهنگی مجموعه ای از رفتارهای مصرف و فعالیت فرهنگی است که روی هم رفته دارای انسجام اند و در گروه مشخصی از افراد قابل تشخیص دادنی است. بسته به این که مصرف مادی یا فرهنگی افراد مد نظر باشد، می تواند از سبک زندگی مادی یا فرهنگی سخن گفت.

سبک زندگی- فرهنگی یا مادی- پیامد های گسترده ای برای زندگی فردی و اجتماعی دارد. سبک زندگی ممکن است عامل بهره برداری بهتر از انرژی یا از هم پاشیدن خانواده، تولید الگوهای مهاجرت، میزان جرم و جنایت، بهداشت و توزیع رفتارهای بهداشتی باشد (سوبل، ۱۹۸۱: ۱۶۹). این سوال هم به لحاظ نظری و هم دلایل کاربردی مهم است که سبک زندگی چه کار کردهایی برای فرد، گروه یا جامعه دارد و پی آمد هر سبک زندگی در سطوح سه گانه مذکور چیست؟ مباحث متعددی درباره پیامدهای سبک زندگی مطرح شده است که ایده های مندرج در برخی از آن ها را در ادامه بررسی می کنیم.

سبک زندگی نقش مهمی در خلق هویت فردی و جمعی دارد توالی ایده ها از زیمل تا گیدنز و یقیه محققان، دال بر آن است که سبک زندگی ها قادرند مشخصه های هویتی و الگوی انتخاب های رفتاری افراد (گیدنز، ۱۳۷۸: ۱۱۹-۱۲۹)<sup>۱۳</sup>، هویت های سیاسی (روبرتز و فاگان، ۱۹۹۹: ۵)<sup>۱۴</sup>، جنبه هایی از حافظه تاریخی و نگرش افراد درباره مصرف در دنیای جدید را

<sup>9</sup>- lifestyle

<sup>10</sup>- soble

<sup>11</sup>- Lamont

<sup>12</sup>-David Chaney

<sup>13</sup>- Giddenes

<sup>14</sup>- Roberts &Fagan