

بررسی میزان اثر بخشی حمایت اجتماعی و رسانه بر سبک زندگی جوانان ساکن استان کردستان

فواد بابایی^۱، ادريس سلطانی^۲، نیشتمان حداد^۳

^۱ کارشناس ارشد مشاوره، مدرس دانشگاه پیام نور - مرکز سقز

^۲ دکترای جامعه شناسی، مدیر روابط عمومی معاونت حقوقی و امور مجلس وزارت بهداشت

^۳ کارشناس ارشد مددکاری اجتماعی، مدرس دانشگاه علمی کاربردی - مرکز بوکان

نویسنده مسئول:

فواد بابایی

چکیده:

هدف: با توجه اهمیت نحوه زندگی مدرن امروزی و به ویژه در بین جوانان هدف کلی از این پژوهش بررسی میزان اثر بخشی حمایت اجتماعی و رسانه بر سبک زندگی جوانان ساکن استان کردستان تعیین شده است.

روش پژوهش: روش انجام این کار، روشی توصیفی و نوع علی - رابطه ای می باشد. جامعه آماری در پژوهش حاضر شامل کلیه جوانانی می شود که در سال ۹۶ در استان کردستان ساکن بوده و در آنجا زندگی می کنند و در محدوده سنی ۳۵ - ۱۸ سال قرار دارند. در این پژوهش از دو پرسش نامه برای اندازه گیری متغیرها استفاده گردید؛ پرسشنامه حمایت اجتماعی فیلیپس که برای بررسی و اندازه گیری مولفه های حمایت اجتماعی و هم چنین پرسشنامه سبک زندگی میلر - اسمیت که برای اندازه گیری ابعاد سبک زندگی مورد استفاده قرار گرفت. هم چنین در این پژوهش برای تحلیل داده ها از t مستقل، تحلیل واریانس یک طرفه، ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون و آزمون تعقیبی شفه استفاده گردید.

یافته ها: یافته های به دست آمده و حاصله از ضریب همبستگی پیرسون در ارتباط با متغیرها و مولفه های آنان حاکی از آن است ارتباط معنا دار بین متغیرهای تحقیق حاضر دیده می شود؛ ارتباط مستقیم و معنادار بین حمایت اجتماعی و انتخاب سبک زندگی درست وجود دارد هم چنین نتایج مطالعات نشان دهنده تاثیر گذاری رسانه بر انتخاب نوع سبک زندگی در بین جوانان شهر سقز می باشد. مضافاً بعضی از مولفه های دیگر تحقیق پیش بینی کننده سبک زندگی می باشند.

بحث و نتیجه گیری: انتخاب رسانه های مناسب و متناسب با سنین مختلف و هم چنین نوع حمایت اجتماعی شایسته و بجا در انتخاب سبک زندگی جوانان بسیار تاثیر گذار است. با توجه به اهمیت جوانان و تاثیر گذاری آنان بر روی آینده کشور آموزش های علمی و اصولی برای خانواده ها، فراهم کردن بسترهای مناسب برای حمایت اجتماعی و نیز کمک در جهت فرهنگ سازی مناسب برای انتخاب رسانه های سازگار با جامعه اسلامی - ایرانی می تواند منجر به شکل گیری سبک زندگی سازنده و کارکرد گرایانه جوانان باشد.

واژگان کلیدی: جوانان، حمایت اجتماعی، رسانه، سبک زندگی

مقدمه :

عصر کنونی را بسیاری از دانشمندان عصر انقلاب اطلاعات و ارتباطات نامیده اند. عصری که در واقع می توان گفت وسایل ارتباط جمعی پیچیده ترین ابزار القای اندیشه و کارآمدترین سلاح ها برای تسخیر آرام جوامع هستند. گستردگی و پیچیدگی جامعه انسانی در عصر کنونی، وجود رسانه ها را در صحنه مناسبات اجتماعی انسانها امری اجتناب ناپذیر نموده است (شاه محمدی، ۱۳۸۵)، به نقل از خوشنویس (۱۳۸۸). گستره طلبی رسانه ها در قرن حاضر و به طور خاص در دهه اخیر منزلت خاصی به آنها بخشیده است. بسیاری از اندیشمندان عصر ما وسایل ارتباط جمعی را مدار "اندیشه" خود می دانند. مک لوهان معتقد بود که هر کسی این وسایل ارتباط جمعی را در اختیار داشته باشد حتی فرهنگ عام را نیز تحت نفوذ دارد و اگر ارشمیدوس نقطه اتکایی می خواست تا جهان را دگرگون کند، من رسانه ها را می خواهم تا جوامع را دگرگون سازم (سارو خانی، ۱۳۷۸؛ به نقل از فروزان و امینی، ۱۳۹۲). قدرت رسانه ها توانایی افراد یا گروه ها را برای پدید آوردن معانی و ساخت شیوه های زندگی است که برای احساسات، عواطف و اندیشه های خود و دیگران جذابیت دارد. این قدرت به چیزی همانند است که گیدنز آن را "سیاست زندگی، سیاست گزینش سبک و تصمیم گیری های زندگی می خواند" (لال، ۱۳۷۹؛ به نقل از فروزان و امینی، ۱۳۹۲). گیدنز در این زمینه می نویسد: "ظهور تلویزیون بر الگوهای زندگی روزانه به شدت تاثیر گذارده است، زیرا بسیاری از مردم فعالیت های دیگر را پیرامون برنامه های تلویزیونی معینی تنظیم می کنند" (گیدنز، ۱۳۸۸) تا جایی که جامعه شناسان اعتقاد دارند رسانه های همگانی مانند تلویزیون، ماهواره و روزنامه ها و ... به چنان قدرتی دست پیدا کرده اند که بر شیوه های زندگی و سلیقه های عمومی نیز در جامعه تاثیر می گذارند (سارو خانی، ۱۳۷۸، به نقل از خوشنویس، ۱۳۸۸).

حمایت اجتماعی از مهمترین متغیر هایی بوده که مورد توجه روان شناسان اجتماعی و جامعه شناسان بوده است و با عنوان جستجوی حس تعلق و پذیرش از سوی دیگران معنی شده است. فروم (۱۳۶۶) بر اثرات قطع حمایت اجتماعی، احساس تنهایی و کناره گیری اجتماعی بسیار تاکید می ورزید و بسیاری از نا بسامانی های روانی - اجتماعی را معلول آن می دانست (رستمی و احمد نیا، ۱۳۹۰). حمایت اجتماعی با عنوان "معرفتی که باعث می شود فردی باور کند که مورد احترام و علاقه دیگران بوده، عنصری ارزشمند و دارای شان به شمار آمده و به یک شبکه روابط و تعهدات متقابل تعلق دارد" معنی شده است (کوب، ۱۹۷۶؛ به نقل از استانسفلد، ۱۳۸۷؛ به نقل از دلپسند و همکاران، ۱۳۹۱). حمایت اجتماعی ما در هیجان های دردناک، اندوه، نا آرامی و تردید به خود که با تنهایی همراهند، محافظت می کند (دانلسون آر فور سایت، ۱۳۸۶). راتوس معتقد است که حمایت اجتماعی اثرات نامطلوب اجتماع را از طریق ۵ مولفه تعدیل و تضعیف می کند که نهایتاً منجر انتخاب رفتار مناسب از سوی فرد می گردد:

(۱) توجه عاطفی: شامل گوش دادن به مشکلات افراد و ابراز احساسات و همدلی، مراقبت، فهم و قوت قلب دادن. (۲) یاری رسانی: یعنی ارائه حمایت و یاری در جنبه های مختلف که منجر به رفتار انطباقی می شود. (۳) ارائه اطلاعات: ارائه راهنمایی و توصیه های سازنده جهت افزایش توانایی و دانایی. (۴) ارزیابی: ارائه پسخوراند مناسب از سوی دیگران در زمینه کیفیت عملکرد که منجر به تصحیح عملکرد می شود. (۵) جامعه پذیری: دریافت حمایت اجتماعی معمولاً به واسطه جامعه پذیری به وجود می آید در نتیجه اثرات سودمندی به دنبال دارد (راتوس، ۱۹۹۰).

باز بودن زندگی اجتماعی امروزی و هم چنین به علت تکرر زمینه های عمل و تنوع انتخاب افراد، سبک زندگی بیش از پیش در ساخت هویت شخصی و فعالیت روزمره اهمیت یافته است (گیدنز، ۱۳۸۸). اصطلاح سبک زندگی از دو واژه استایل و لایف تشکیل شده است. در مورد معنای ترکیب سبک زندگی نیز چنین آمده است: "الگوهای مشخص نسبی کنش و فرهنگ که مردم را از یکدیگر تمایز می دهند" (کمبریج، ۲۰۰۶، به نقل از باینگانی و همکاران، ۱۳۹۲). سبک زندگی برای توصیف و بیان تلقی فرد از زندگی یا زندگی ایده آل که معمولاً در فعالیت ها، علاقه ها و نگرش هایش منعکس می شود، به کار می رود. اما در مفهومی ساده تر و کلی تر می توان سبک زندگی را "شیوه زندگی" یا به نحو دقیق تر "الگوها و شیوه های زندگی روزمره" تعریف کرد که نه تنها شامل الگوهای فردی

مطلوب از زندگی، بلکه شامل تمام عادات و روش هایی می شود که فرد یا اعضای یک گروه به آن خو کرده اند یا عملاً با آن ها سر و کار دارند (فاضلی، ۱۳۸۵).

سبک زندگی زندگی به عنوان ملاک اصلی درک افراد از هویتشان، بیش از آن که ماهیتی ذاتی داشته باشد، مقوله ای با ریشه های قوی اجتماعی و فرهنگی است. کنشگران اجتماعی برای شناساندن خود به دیگران و کسب اعتبار و منزلت و توفیق در تعاملاتشان، اهمیت زیادی به سبک زندگی می دهند. بدین سان امروزه برنامه ریزی برای زندگی و داشتن سبک زندگی دلخواه، رفته رفته به صورت طرحی مرکزی در باب حمایت اجتماعی افراد درآمده است (بهنویی گنده، ۱۳۹۱). دیگر در دنیای امروز بدون سبک زندگی متمایز، یعنی بدون چهارچوب مشخصی که شباهت ها و تفاوت ها را آشکار می کند، افراد یک جامعه امکان برقراری ارتباط معنادار و پایداری میان خود نخواهند داشت (ذکایی، ۱۳۸۶).

پژوهش "دختران مای اسپیس، رسانه ای جدید برای تمرین ادبیات جنسیتی و شکل گیری هویتی" نشان داده است که عضویت در مای اسپیس چگونه سبب تغییر سبک زندگی اعضای شبکه های اجتماعی می شود. نتایج این مطالعه نشان می دهد میان عضویت و حضور در شبکه های اجتماعی با نوع پیام ها و عکس هایی که توسط اعضا منتشر می شود ارتباط وجود دارد (المجلد، ۲۰۰۸). هم چنین در پژوهش دیگری که با عنوان "بررسی تاثیر ارتباطات در تمایل به تغییر سبک زندگی روستایی" انجام گرفته است نتایج حاکی از آن است که گسترش استفاده از تلویزیون و ویدیو به تغییر نگرش روستاییان به زندگی شهری، تمایل به مهاجرت و تغییر سبک زندگی آنان منجر شده است (رضوی زاده، ۱۳۸۳، به نقل از زارع و فلاح، ۱۳۹۱). در تحقیق هیلبرمن که با عنوان جوانان و شبکه های اجتماعی انجام گرفته است نشان می دهد که فعالیت در شبکه های اجتماعی در برگیرنده همه ی ابعاد زندگی است (هیلبرمن، ۲۰۰۹). بیر یوکوف (۱۹۷۷) محقق روسی در اثر محققانه اش "تلویزیون و دکترین های آن در غرب" ضمن بر شمردن خصوصیات متمایز کننده تلویزیون از دیگر رسانه ها تصریح می کند: این خواست طبیعی مردم است که تلویزیون را به عنوان آیین زندگی حقیقی آخرین اخبار اطلاعات عینی و واقعی، آورنده فرهنگ و هنر به آستانه خانه ها و یاری که می توان با او به رایزنی نشست، مورد نظر قرار داد و به آن به منزله یک دوست بنگرند. لکن سیاست بازان و ایدئولوگ های غربی، به تلویزیون نه تنها به عنوان وسیله ای مهم در شکل دادن افکار عمومی مردم کشورشان، بلکه به مثابه موثرترین رسانه، برای تبلیغ سیاست برون مرزی خود می نگرند. کشورهای امپریالیستی برآند تا با استفاده از برنامه های تلویزیون و از راه آنچه که آنها پخش مستقیم می نامند در کشورهای بیگانه نفوذ و انتخاب های آنان را تحت تاثیر قرار دهند (بیریوکوف، ۱۹۷۷؛ به نقل از مسعودی، ۱۳۸۸). بشیر و افراسیابی (۱۳۹۱) در تحقیق خود ارتباط میان عضویت در شبکه های اجتماعی اینترنتی و سبک زندگی جوانان را نشان دادند. نتایج پژوهش نظری (۱۳۹۰) نشان می دهد که برای مخاطبان جوان تماشای برنامه های ماهواره ای و استفاده از شبکه های اجتماعی، با هدف کسب لذت، تفریح، شادی و تخلیه عاطفی همراه است. همچنین از دلایل مخاطبان برای تماشای برنامه های ماهواره ای می توان به کسب اطلاعات سیاسی، فرار از واقعیات زندگی، الگو گرفتن برای سبک زندگی و ... اشاره کرد (به نقل از گیویان و همکاران، ۱۳۹۲). یافته های پژوهش گیویان و همکاران که براساس روش کیفی مردم نگاری بر روی ۲۱ نفر انجام گرفته، حاکی از آن است که سبک زندگی در سریال های ماهواره ای شبکه GEM طیفی از رفتارهای مادی و فرهنگی را شامل می شود و این نوع سبک زندگی در بعد مادی آن در اکثر موارد مورد پسند افراد مورد مطالعه در این پژوهش قرار گرفته است، حتی به گونه ای که مخاطبان مورد نظر تمایل داشته اند آن را وارد زندگی خود کنند (گیویان و همکاران، ۱۳۹۲).

وانگ، وو و لی (۲۰۰۳) با روش فراتحلیلی ۱۸۲ پژوهش را در این زمینه بررسی کرده، دریافته اند که حمایت اجتماعی پیش کننده قوی سلامت در زندگی است. حمایت اجتماعی احتمال بیمار شدن را کاهش می دهد، بهبودی را تسریع و مرگ و میر را کم می کند (به نقل از علی پور، ۱۳۸۵). نتایج پژوهش های مختلف نشان داده است که برخورداری از حمایت اجتماعی به ویژه هم سالان در انتخاب شیوه زندگی مناسب و هم چنین در رضایت از زندگی تاثیر گذار است (وان لیون، پست، وان اسپیک، واندروود و گروت و همکاران، ۲۰۱۰؛ به نقل از جدیدی فیکان و همکاران، ۱۳۹۴). ادوارد و لوپز (۲۰۰۶) در بررسی خود، رابطه قوی و مثبت بین حمایت اجتماعی از طرف والدین و دوستان صمیمی و انتخاب شیوه زندگی را در نوجوانان گزارش کرده اند. در تحقیق زواره ای و همکاران (

۲۰۰۲) نشان داده اند که عدم حمایت اجتماعی از سوی والدین از جمله: عدم توجه والدین به فرزندان، رهایی از تنبه والدین و کسب محبت به طور متوسط روزانه ۴۹ مورد فرار از منزل به مرکز سازماندهی کودکان و نوجوانان فراری وابسته به شهرداری تهران گزارش می شود، که نهایتاً سبک زندگی آنان وارد چرخه زندگی خیابانی می شود (زواره ای، ۲۰۰۲؛ به نقل از مسود نیا و فلاح، ۱۳۹۳). حمایت اجتماعی به عنوان یک متغیر مستقل و یک متغیر پیش بینی کننده برای تمام ابعاد سلامت و رفاه انسان، کیفیت زندگی، روحیه و رضایت از زندگی معرفی شده است (سوکی ساوا، ۱۹۹۳). در پژوهشی که با عنوان "عوامل تاثیر گذار بر سبک زندگی سالم از دیدگاه سالمندان: مطالعه کیفی" انجام گرفته است نتایج بیانگر آن است که چگونگی اتخاذ سبک زندگی سالم در سالمندان تحت تاثیر عوامل متعددی قرار دارد؛ در این راستا ابعاد سبک زندگی سالم، عوامل تسهیل گر و حمایت اجتماعی (که شامل: خانواده، دوستان، مسئولان و رسانه می شود) از مهم ترین مولفه های تاثیر گذار در ارتباط هستند (تقدیسی و همکاران، ۱۳۹۱). مطالعه انجام شده توسط کیم (۲۰۰۰) در کره جنوبی حاکی از آن است که حمایت اجتماعی افراد مهم و آرای پرستیژ، خود کارآمدی، موانع درک شده و کنترل درونی شده از سلامت در اتخاذ رفتارها و سبک زندگی سالم موثر است (به نقل از تقدیسی و همکاران، ۱۳۹۱). با توجه به اهمیت و ضرورت مبحث سبک زندگی در جامعه کنونی، با مراجعه به آمار و ارقام موجود در مورد استفاده از رسانه ها (شبکه های اجتماعی، تلویزیون، ماهواره و ...) در جهان می توان به این واقعیت پی برد که آنها بیشترین سهم را در گذراندن اوقات فراغت افراد دارد. از آن جایگاه، فرهنگ جریان یافته و اشکال متفاوت سمبلیک و نمادین ریشه دوانیده و توسعه می یابد. در این رابطه می توان گفت که رسانه ها بر شیوه رفتاری، نحوه سلوک و سلیقه عمومی در جامعه و بر هنجارها اثر می گذارند (مهرداد، ۱۳۷۶؛ به نقل از فروزان و امینی، ۱۳۹۲).

روش:

روش انجام این پژوهش، علی - مقایسه ای است. هدف از روش علی - مقایسه ای یافتن علت های احتمالی یک الگوی رفتاری است؛ بر این اساس آزمودنی هایی که دارای رفتار مورد مطالعه هستند با آزمودنی هایی که این رفتار در آنها مشاهده نمی شود مقایسه می شوند (دلاور، ۱۳۹۰).

با توجه به متغیرهای پژوهش می توان فرضیه های زیر را برای آن مطرح کرد:

۱. بین حمایت اجتماعی با نوع سبک زندگی جوانان رابطه وجود دارد.
۲. بین حمایت اجتماعی خانواده با نوع سبک زندگی جوانان رابطه وجود دارد.
۳. بین حمایت اجتماعی دوستان و همسالان با نوع سبک زندگی جوانان رابطه وجود دارد.
۴. بین حمایت اجتماعی سایر افراد با نوع سبک زندگی جوانان رابطه وجود دارد.
۵. بین رسانه های جمعی با نوع سبک زندگی رابطه وجود دارد.

جامعه آماری: جامعه آماری در پژوهش حاضر شامل کلیه ی جوانانی می باشند که در محدوده سنی بین ۱۸ تا ۳۵ سال در پاییز ۹۶ در استان کردستان زندگی می کردند.

نمونه و روش نمونه گیری: با توجه به جامعه آماری، تعداد ۱۵۰ نفر (۷۵ نفر مرد و ۷۵ نفر زن) از جوانان برای نمونه انتخاب شدند. پرسشنامه با توجه به شهرستان های استان، محله ها، چهار راهها، دانشگاه ها و خیابان های شهر مختلف تقسیم بندی و برای مشخص شدن نمونه معرف، شیوه های نمونه گیری خوشه ای تصادفی و تصادفی ساده انجام گرفت.

ابزار های پژوهش:

الف) مقیاس حمایت اجتماعی فیلیپس: این مقیاس ۲۳ سؤال دارد که برخورداری افراد از محبت و توجه اعضای خانواده، دوستان و سایر افراد را مورد سنجش قرار می دهد. ب) نمره گذاری پرسشنامه براساس طیف لیکرت است. هر پرسش دارای پنج پاسخ (همیشه = ۱،

اغلب=۲، گاهی اوقات=۳، به ندرت=۴ و هرگز=۵) می باشد. بالاترین نمره ۱۱۵ و پایین ترین نمره ۲۳ می باشد. فلیپس حمایت اجتماعی را در سه بعد تقسیم بندی کرده است:

۱. حمایت اجتماعی خانواده: برخوردار از محبت و همراهی اعضای خانواده (مادر، پدر، برادر و ...).
۲. حمایت اجتماعی دوستان: برخوردار از همراهی و کمک دوستان و همسالان.
۳. حمایت اجتماعی سایر افراد: برخوردار از حمایت اجتماعی افراد مهم دیگر (استاد، نماینده مجلس، معلم و ...) (راضی، ۱۳۸۶).

پایایی و روایی: ضرایب پایایی این پرسش نامه را از دو روش آلفای کرونباخ و تصنیف به ترتیب ۰/۷۲ و ۰/۷۰ محاسبه کرده است (عسگری، ۱۳۸۸)؛ به نقل از نظری چگنی و همکاران، ۱۳۹۲). در پژوهش نظری چگنی و همکاران نیز ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه حمایت اجتماعی ۰/۶۷ به دست آمده است.

در پژوهش نظری چگنی و همکاران بررسی روایی این پرسشنامه با استفاده از محاسبه ی همبستگی ساده با یک سؤال که به نظر می رسد معرف این پرسش نامه است، همبسته شده اند. نتایج نشان داد که رابطه مثبت معنی داری بین حمایت اجتماعی با سؤال مورد نظر ۰/۵۳ وجود دارد و در سطح ($p < 0/01$) معنی دار است (نظری چگنی و همکاران، ۱۳۹۲).

ب) مقیاس سبک زندگی میلر - اسمیت: این پرسشنامه دارای ۲۰ سؤال است. نمره گذاری پرسشنامه براساس طیف لیکرت است. هر پرسش دارای پنج پاسخ (همیشه = ۱، اغلب=۲، گاهی اوقات=۳، به ندرت=۴ و هرگز =۵) می باشد. نمره های بالاتر نشان دهنده ی سبک زندگی ناخوشایند و ناسالم است. نمره بین ۲۰-۴۵ نشاندهنده سبک زندگی پایین، نمره بین ۴۶-۷۵ نشانگر سبک زندگی متوسط و نمره بین ۷۶-۱۰۰ نشانگر سبک زندگی بالا است. میلر و اسمیت سبک زندگی را در سه مولفه به شرح زیر توصیف کرده است:

۱. سبک زندگی پایین: نشان دهنده انتخاب شیوه زندگی معیوب و غیر سازنده است.
۲. سبک زندگی معمولی: نشان دهنده سبک زندگی متوسط است.
۳. سبک زندگی بالا: نشان دهنده سبک زندگی کارکرد گرایانه و سالم است (میلر و اسمیت، ۱۹۹۱)؛ به نقل از فاضل و همکاران، ۱۳۹۰).

پایایی و روایی: پایایی این پرسشنامه در یک مطالعه پابلوت در مورد ۲۰ بیمار مبتلا به بیماری ریه ۰/۸۶ و آلفای کرونباخ تک تک پرسش ها بالاتر از ۰/۵۰ به دست آمد. همچنین در این پژوهش به منظور به دست آوردن پایایی، پرسشنامه ی سبک زندگی در مورد ۳۰ نفر از پرستاران با فاصله ی دو هفته اجرا شد و پایایی آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمده است. روایی پرسشنامه یاد شده پس از ترجمه به روش باز ترجمه به وسیله ی اعضای هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان تایید شده است (کشاورز و همکاران، ۱۳۹۰).

یافته های پژوهش:

در این بخش یافته های حاصل از توصیف داده ها، شامل میانگین و انحراف استاندارد نمرات سبک زندگی و حمایت اجتماعی ارائه می شود.

شاخص متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین نمره	بیشترین نمره
سبک زندگی	۴۸/۹۸	۱۳/۵۹۹	۲۳	۸۴
حمایت اجتماعی	۶۱/۰۳	۱۷/۷۳۷	۳۱	۱۰۲
حمایت خانواده	۲۳/۵۵	۷/۷۰۱	۹	۳۹
حمایت دوستان و همسالان	۱۹/۹۱	۶/۲۶۸	۹	۳۳
حمایت سایر افراد	۱۷/۶۸	۶/۳۷۱	۸	۳۶
استفاده از رسانه جمعی	۳/۳۸	۱/۶۷۴	۱	۶

جدول (۲): میانگین صرف وقت جهت استفاده از رسانه جمعی به تفکیک جنسیت

شاخص متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
مردان	۲/۷۶	۱/۵۱۴
زنان	۴	۱/۶۰۲

یافته های جدول فوق نشان می دهد میانگین استفاده از رسانه جمعی در زنان ۴ ساعت در روز و در مردان ۲/۷۶ ساعت در روز می باشد.

جدول (۳): نتایج ضریب همبستگی بین سبک زندگی و حمایت اجتماعی

ارتباط	سبک زندگی			متغیرها	فرضیه ها
	تعداد	سطح معناداری	ضریب همبستگی		
معنادار - رابطه مستقیم	۱۵۰	۰/۰۰۰	۰/۶۴۱**	حمایت اجتماعی	فرضیه اول
معنادار - رابطه مستقیم	۱۵۰	۰/۰۰۰	۰/۵۹۴**	حمایت خانواده	فرضیه دوم
معنادار - رابطه مستقیم	۱۵۰	۰/۰۰۰	۰/۶۰۶**	حمایت دوستان	فرضیه سوم
معنادار - رابطه مستقیم	۱۵۰	۰/۰۰۰	۰/۴۸۳**	حمایت سایر افراد	فرضیه چهارم
معنادار - رابطه منفی و معکوس	۱۵۰	۰/۰۰۰	-۰/۵۵۵**	استفاده از رسانه جمعی	فرضیه پنجم

** همبستگی در سطح معناداری ۰/۰۱

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون :

پس از بررسی نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون، نتایج حاصل از بررسی تحلیل آماری رگرسیون گام به گام ارائه می شود.

جدول(۸): نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره سبک زندگی از روی متغیرهای حمایت اجتماعی و استفاده از رسانه های جمعی

گام	شاخص منابع تغییرات	مجموع مجزورات	درجات آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
گام ۱ (حمایت اجتماعی)	رگرسیون	11260.471	1	11260.471	103.291	.000a
	باقی مانده	16134.469	148	109.017		
	کل	27394.940	149			
گام ۲ (استفاده از رسانه جمعی)	رگرسیون	13343.664	2	6671.832	69.799	.000b
	باقی مانده	14051.276	147	95.587		
	کل	27394.940	149			

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون در جدول ۸ نشان می دهد که، رگرسیون مولفه سبک زندگی از روی متغیرهای حمایت اجتماعی و استفاده از رسانه جمعی، از لحاظ آماری در سطح $\alpha=/.000$ معنادار است و این مولفه ها بخشی از واریانس سبک زندگی را تبیین می کنند.

جدول(۹): نتایج مربوط به ضریب تعیین سبک زندگی از روی متغیرهای حمایت اجتماعی و استفاده از رسانه جمعی

گام	پیش بین	R	R^2	ضرایب بتا
گام ۱	حمایت اجتماعی	.641a	.411	.641
گام ۲	حمایت اجتماعی	.698b	.487	.485
	رسانه جمعی			-.317

با توجه به میزان ضریب تعیین (R^2) موجود در جدول ۹ می توان نتیجه گرفت که، حمایت اجتماعی در حدود ۴۱٪ از واریانس سبک زندگی را در گام اول تبیین می کند. به عبارت دیگر نتایج تحلیل رگرسیون نشان دهنده این امر است که، در زمینه پیش بینی سبک زندگی، متغیر حمایت اجتماعی نقش تبیین کننده تری نسبت به استفاده از رسانه جمعی دارد.

جدول(۱۰): نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره سبک زندگی از روی حمایت خانواده، دوستان و سایر افراد

گام	شاخص منابع تغییرات	مجموع مجزورات	درجات آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
گام ۱ (حمایت دوستان)	رگرسیون	10067.238	1	10067.238	85.987	.000a
	باقی مانده	17327.702	148	117.079		
	کل	27394.940	149			
گام ۲ (حمایت خانواده)	رگرسیون	11479.490	2	5739.745	53.014	.000b
	باقی مانده	15915.450	147	108.268		
	کل	27394.940	149			

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون در جدول ۱۰ نشان می دهد که، رگرسیون مولفه سبک زندگی از روی متغیرهای حمایت دوستان و حمایت خانواده، از لحاظ آماری در سطح $\alpha=/.000$ معنادار است و این مولفه ها بخشی از واریانس سبک زندگی را تبیین می کنند. به

عبارت دیگر این یافته نشان می دهد که، ضرایب رگرسیون معنادار است و شواهد کافی برای تأیید فرضیه وجود دارد. به این معنا که حمایت دوستان و حمایت خانواده، سبک زندگی را پیش بینی می کند.

جدول (۱۱): نتایج مربوط به ضریب تعیین سبک زندگی از روی متغیر های حمایت اجتماعی و استفاده از رسانه جمعی

گام	پیش بین	R	R ²	ضرایب بتا
گام ۱	حمایت دوستان	.606a	.367	.606
گام ۲	حمایت دوستان	.647b	.419	.371
	حمایت خانواده			.327

با توجه به میزان ضریب تعیین (R²) موجود در جدول ۱۱ می توان نتیجه گرفت که، حمایت دوستان در حدود ۳۶٪ از واریانس سبک زندگی را در گام اول تبیین می کند. به عبارت دیگر نتایج تحلیل رگرسیون نشان دهنده این امر است که، در زمینه پیش بینی سبک زندگی، متغیر حمایت دوستان نقش تبیین کننده تری نسبت به حمایت خانواده دارد، به طوری با یک واحد تغییر در واریانس حمایت دوستان، به اندازه ۶۰۶٪ در واریانس سبک زندگی تغییر ایجاد می گردد. در گام دوم نیز با افزودن مولفه حمایت خانواده، میزان تبیین کنندگی به ۴۱۹٪ افزایش می یابد. در خصوص پیش بینی سبک زندگی از روی حمایت سایر افراد نیز رابطه معناداری بدست نیامد.

یافته های جانبی :

آیا بین میانگین سبک زندگی و حمایت اجتماعی افراد به تفکیک میزان استفاده از رسانه جمعی (کم، متوسط، زیاد) تفاوت معناداری وجود دارد .

جدول (۱۲): نتایج تحلیل واریانس یکراهه برای مقایسه میانگین حمایت اجتماعی و سبک زندگی به تفکیک میزان استفاده از رسانه جمعی

با توجه به نتایج به دست آمده در جدول ۱۲ مقدار F در مولفه های حمایت اجتماعی و سبک زندگی در سطح ۰/۰۱=α معنادار است،

		مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
حمایت اجتماعی	بین گروهی	13144.430	2	6572.215	28.641	.000
	درون گروهی	33732.403	147	229.472		
	جمع	46876.833	149			
سبک زندگی	بین گروهی	8921.441	2	4460.721	35.495	.000
	درون گروهی	18473.499	147	125.670		
	جمع	27394.940	149			

بنابراین بین میانگین حمایت اجتماعی و سبک زندگی افراد به تفکیک میزان استفاده از رسانه جمعی از کم تا متوسط و زیاد تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول (۱۳): نتایج آزمون تعقیبی شفه برای مقایسه سبک زندگی و حمایت اجتماعی به تفکیک میزان استفاده از رسانه جمعی

متغیر	گروه	اختلاف میانگین	انحراف معیار	سطح معناداری
سبک زندگی	استفاده کم (۱ تا ۲ ساعت)	7.518*	2.288	.005
	استفاده زیاد (۵ تا ۶ ساعت و بیشتر)	18.144*	2.159	.000
حمایت اجتماعی	استفاده کم (۱ تا ۲ ساعت)	2.030	3.092	.806
	استفاده زیاد (۵ تا ۶ ساعت و بیشتر)	20.466*	2.917	.000

نتایج آزمون تعقیبی شفه (جدول ۱۳) نشان می دهد که بین میانگین سبک زندگی افرادی که کمتر از رسانه جمعی استفاده می کنند با سایر افراد که به طور متوسط و یا زیاد از رسانه های جمعی استفاده می کنند تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین یافته ها نشان داد بین حمایت اجتماعی افرادی که از رسانه جمعی کم استفاده می کنند با افرادی که زیاد استفاده می کنند تفاوت وجود دارد. اما بین میانگین حمایت اجتماعی گروه استفاده کنندگان کم با گروه متوسط تفاوت معناداری یافت نشد.

جدول (۱۴): نتایج حاصل از تحلیل t مستقل برای مقایسه میانگین سبک زندگی، حمایت اجتماعی و استفاده از رسانه به تفکیک جنسیت

شاخص		تعداد	میانگین	انحراف معیار	T	df	Sig
حمایت اجتماعی	مرد	۷۵	65.61	19.094	-4.871	148	.000
	زن	۷۵	56.45	15.046			
سبک زندگی	مرد	۷۵	51.16	14.957	1.988	148	.049
	زن	۷۵	46.80	11.699			
استفاده از رسانه	مرد	۷۵	2.76	1.514	3.263	148	.001
	زن	۷۵	4.00	1.602			

نتایج جدول فوق نشان می دهد بین میانگین حمایت اجتماعی زنان و مردان با مقدار $t = (-4.871)$ و میانگین سبک زندگی زنان و مردان با مقدار $t = (1.988)$ و همچنین میزان استفاده از رسانه جمعی در دو گروه مردان و زنان با مقدار $t = (3.263)$ با درجه آزادی ۱۴۸ تفاوت معناداری وجود دارد.

نتیجه گیری :

جوانان به منزله گروههای اجتماعی، درگیر رقابت بر سر کنترل میدان های اجتماعی معین، از سرمایه های اندوخته خود جهت کنترل این میدانها استفاده می کنند زیرا در این فضای اجتماعی، مردم همان قدر که بر مبنای توان تولیداتشان مورد قضاوت قرار می گیرند از جهت توان مصرف و سبک زندگی نیز مورد داوری هستند. یافته ها نشان می دهد در شرایط حاضر جوانان به جای این که صرفاً دنباله روی سبک های زندگی از پیش تعیین شده در نظام اجتماعی باشند، تا حدودی انتخابها و موقعیت ها را خود تعیین می کنند؛ البته خاستگاه اجتماعی و خانواده به عنوان بستری مهم که جوانان در آن بزرگ می شوند، همچنان اهمیت خود را حفظ کرده است. اما سبک زندگی عرصه خاصی از تجربه افراد است که امتیاز آن در اعطای انتخاب، خلاقیت، رضامندی و لذتی است که خود لذت و شادی بیشتری را به دنبال دارد.

اولویت های حاصل از شاخص های پژوهش نشان می دهد که اطلاعات و ارتباطات رسانه ای و الکترونیکی در دهه ی اخیر، سبک های زندگی جوانان را به شیوه جدید زندگی دیجیتال پیوند زده است و فرهنگ های جوانان را به فرهنگ های جهانی نزدیک کرده است. تهیه برنامه و سریال های تلویزیونی و ماهواره ای یکی از اهداف اساسی و اصلی برنامه سازان و دست اندرکاران این ابر رسانه به رسانه به شمار می آید و در واقع یکی از روش هایی می باشد که می توانند از طریق آن به نوعی منواری چون: مسائل سیاسی، اجتماعی، فرهنگی و اعتقادی را به طور غیر مستقیم به مخاطب ارائه نموده و آموزش هایی را در این زمینه ها داشته باشد. آموزش هایی که توسط متصدیان امر ارائه شده است، می تواند در زمینه تغییر روش و سبک زندگی مخاطبان باشد و طبق تحقیقات به عمل آمده در بعضی از موارد موفقیت نیز داشته اند و مثمر ثمر بوده اند.

حمایت اجتماعی به عنوان یک مولفه اثر گذار بر سلامت روانی و روحیه جوانان می تواند منبعی ارزان قیمت و به عنوان یک سرمایه اجتماعی در راستای پویایی سبک زندگی و به تبع آن بهبود کیفیت زندگی جوانان مورد توجه قرار گیرد. با توجه به این که حمایت های خانوادگی تاثیر بیشتری بر روی روحیه و رفاه جوانان دارد بایستی ضمن توجه دادن خانواده ها به این امر، حمایت های دولتی و غیر دولتی (دوستان، سایر افراد مهم و ...) به سمت جوانان سوق داده شود تا هر چه بیشتر جوانان تحت حمایت خانواده که تاثیر گذارترین منبع حمایتی می باشد، قرار گیرند که در نهایت منجر به انتخاب سبک زندگی مطابق با استانداردها و عرف های جامعه ایرانی - اسلامی باشد.

فهرست منابع :

- باینگانی، بهمن؛ ایراندوست، سید فهیم؛ احمدی، سینا " سبک زندگی از منظر جامعه شناختی : مقدمه ای بر شناخت و واکاوی مفهوم سبک زندگی " ، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، سال هشتم، شماره ۷۷، پاییز ۱۳۹۲، صص ۷۴ - ۵۷
- بشیر، حسن؛ افراسیابی، محمد صادق " شبکه های اجتماعی اینترنتی و سبک زندگی جوانان : مطالعه موردی بزرگترین جامعه مجازی ایرانیان "، فصلنامه تحقیقات فرهنگی، دوره پنجم، شماره ۱، بهار ۱۳۹۱، صص : ۶۲ - ۳۱.
- بهنویی گدنه، عباس " جوانان، سبک زندگی، و هویت اجتماعی "، فصلنامه مطالعات سبک زندگی، سال اول، شماره ۱، پاییز ۱۳۹۱، صص ۱۰۶ - ۸۷
- تقدیسی، محمد حسین؛ دشمن گیر، پری ناز؛ دهداری، طاهره؛ دشمن گیر، لیلا؛ " عوامل تاثیر گذار بر سبک زندگی سالم از دیدگاه سالمندان : مطالعه کیفی "، مجله سالمندی ایران، سال هفتم، شماره بیست و هفت، زمستان ۱۳۹۱.
- جدیدی فیقان، مهناز؛ صفری، سهیلا؛ فرامرزی، سالار؛ جمالی پاقلعه، سمیه؛ جدیدی فیقان، مریم؛ " مقایسه اضطراب اجتماعی و حمایت اجتماعی مادران کودکان با نیازهای خاص و مادران کودکان سالم "، نشریه دانش و پژوهش در روان شناسی کاربردی، سال شانزدهم، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۴، صص : ۵۲ - ۴۳.
- خوشنویس، ناهید؛ " بررسی تاثیر برنامه های تلویزیونی بر سبک زندگی مردم "، ماهنامه علمی - تخصصی انجمن روابط عمومی ایران، شماره ۶۹، آذر ماه ۱۳۸۸.
- دلاور، علی (۱۳۹۰): " مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی "، تهران، انتشارات رشد.
- ذکایی، محمد سعید (۱۳۸۶)، " جامعه شناسی جوانان ایران، تهران، نشر آگه.
- راضی، اشرف (۱۳۸۶)، " بررسی رابطه حمایت اجتماعی و سلامت روانی جوانان (مطالعه موردی دانشجویان دانشگاه تهران) "، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه تهران.
- رستمی، صباح؛ احمدنیا، شیرین، " تعیین سهم مولفه های حمایت اجتماعی ادراک شده در پیش بینی سازگاری اجتماعی دانش آموزان دختر مقطع دبیرستان شهر جواهرود سال ۸۹ "، فصل نامه پژوهش اجتماعی، سال چهارم، شماره ۱۱، تابستان ۱۳۹۰، صص : ۱۴۷ - ۱۲۹.
- زارع، بیژن؛ فلاح، مهدی، " بررسی سبک زندگی جوانان در شهر تهران و عوامل موثر بر آن "، فصلنامه تحقیقات فرهنگی، دوره پنجم، شماره ۴، زمستان ۱۳۹۱، صص : ۱۰۵ - ۷۵.
- دلپسند، کامل؛ ایار، علی؛ خانی، سعید؛ محمدی، پریخان؛ " حمایت اجتماعی و جرم : مطالعه تطبیقی جوانان مجرم و عادی شهر ایلام "، فصلنامه مطالعات و تحقیقات اجتماعی، دوره اول، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۱، صص : ۱۲۰ - ۸۹.
- علی پور، احمد؛ " ارتباط حمایت اجتماعی با شاخص های ایمنی بدن در افراد سالم : بررسی مدل تاثیر کلی "، مجله اندیشه و رفتار، دوره ۱۲، شماره ۲، تابستان ۱۳۸۵، صص : ۱۳۹ - ۱۳۴.
- فاضل، امین الله؛ حق شناس، حسن؛ کشاورز، زهرا، " قدرت پیش بینی ویژگی های شخصیتی و سبک زندگی بر رضایت مندی زوجی زنان پرستار شهر شیراز "، فصلنامه علمی - پژوهشی زنان، سال دوم، شماره سوم، پاییز ۱۳۹۰، صص : ۱۶۲ - ۱۳۹.

فاضلی، نعمت الله؛ " جوانان و انقلاب در سبک زندگی "، نشریه رشد آموزش علوم اجتماعی، دوره نهم، شماره ۴، تابستان ۱۳۸۵، صص ۳۱-۲۲. گیدنز، آنتونی (۱۳۸۸)؛ " تجدد و تشخیص؛ جامعه و هویت شخصی در عصر جدید "، ترجمه ناصر موفقیان، تهران، نشر نی.

فروزان، حامد؛ امینی، حجت الله، " آسیب شناسی سبک زندگی در برنامه های تلویزیون و راهکارهای ارتقای آن در ایران امروز "، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی (ویژه نامه سبک زندگی) سال چهارم، شماره ۱۳، بهار ۱۳۹۲.

فورسایت، دانلسون آر (۱۳۸۶). " پویایی گروه "، ترجمه مهرداد فیروز بخت و منصور قنادان، چاپ چهارم، تهران، موسسه فرهنگی خدماتی رسا.

کشاوری، زهرا؛ حق شناس، حسن؛ فاضل، امین الله " قدرت پیش بینی ویژگی های شخصیتی و سبک زندگی بر رضایت مندی زوجی زنان پرستار شهر شیراز "، فصلنامه علمی - پژوهشی جامعه شناسی زنان، سال دوم، شماره سوم، پاییز ۱۳۹۰، صص ۱۶۲-۱۳۹.

گیویان، عبدالله؛ جعفری بالابند، مجتبی؛ خیرخواه، ملیحه؛ " نظر مخاطبان جوان تهرانی در مورد تمایل به پذیرش سبک های زندگی به نمایش درآمده در سریال های فارسی زبان ماهواره ای و علل جذابیت آنها "، فصلنامه مطالعات سبک زندگی، سال دوم، شماره ۴، تابستان ۱۳۹۲، صص: ۵۶-۳۱.

مسعودی، امید علی " شبکه های تلویزیونی به مثابه عوامل موثر بر فرهنگ عمومی "، نشریه پژوهش فرهنگی، سال دهم، دوره سوم، شماره هفتم، صص: ۲۰۵-۱۷۳.

مسعود نیا، ابراهیم؛ فلاح، مرضیه؛ گ بررسی عوامل اجتماعی - خانوادگی موثر بر فرار دختران از منزل در شهر یزد، فصلنامه علمی - پژوهشی زن و جامعه، سال پنجم، شماره اول، بهار ۱۳۹۳.

نظری چگنی، اکرم؛ بهروزی، ناصر؛ مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ هاشمی شیخ شبانی، اسماعیل " رابطه سبک دلبستگی ایمن، خوشبینی و حمایت اجتماعی با رضایت از زندگی در دانشجویان دختر "، سال چهارم، بهار ۱۳۹۲، صص: ۵۷-۴۵.

منابع انگلیسی:

Almajled . J . M (2008) , " The girls of myspace : new media as gendered literacy practice and identity construction " , College of bowling Green State University .

Edwards . L . M , Lopez . S . J (2006) . " Perceived family support , acculturation and life satisfaction in Mexican – American youth : A mixed – method exploration " , journal of counseling psychology , 53 (3) , pp : 279 – 287 .

Hilberman . J (2009) . " Young people are social networking in droves " . retrived in [http : //iipdigital . usembassy.gov/st/](http://iipdigital.usembassy.gov/st/)

Moreno . E . S (2004) . " Collectivize social support ? Element for reconsidering the social dimension in the study of social support " , The panish Journal of psychology , 7 (2) , pp : 124 – 134 .

Roussu .N (2002) . " Television , cultural . identity and Youth lifestyle in Cyprus : secure muurings in a shifting world ? " European journal of communication . age publication .

Rathus . S . A (1990) . " psychology , holt , Rinehart and Winston "

Suquisawa . H (1993) . " Difference in impact of social support on morale and medical utilization between elderly with low activity of daily and elderly with high activity of daily living , Nihon Koshu 1393 , 40 (3) , pp : 80 – 171 .