

مروری بر تأثیرات شبکه‌های اجتماعی بر تغییر سبک زندگی مردم

مجید کرامتی مقدم^{۱*}، محسن کرامتی مقدم^۲، لیلا حیدریانی^۳

۱- دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بروجرد

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد علوم ارتباطات، مطالعات فرهنگی و رسانه، دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز

۳- دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی دانشگاه لرستان

چکیده

مطالعه حاضر با هدف مروری بر تأثیرات شبکه‌های اجتماعی بر تغییر سبک زندگی مردم انجام گرفت. در جوامع امروزی، سبک زندگی نقش مهمی در زندگی ایفا می‌نماید، چراکه با مسائل کلیدی و حساسی از جمله الگوی مصرف، هویت (تمایز) فردی و اجتماعی، فعلیت بخشیدن به قدرت تشخیص و انتخاب یا حداقل ایجاد احساس آزادی عمل، پیوند خورده است. با توجه به کارکردهای مثبت و منفی اینترنت و فضای مجازی، نحوه استفاده نوجوانان از این پدیده نوظهور به دلیل قرار گرفتن در مهم‌ترین دوره زندگی‌شان، بروز تغییرات در تمامی جنبه‌ها، شکل‌گیری هویت‌شان و همچنین تأثیر آن بر سبک زندگی و سلامت روانی و اجتماعی نوجوانان بسیار حائز اهمیت است. از جمله آسیب‌هایی که این فضا بر سبک زندگی نوجوانان وارد می‌کند می‌توان به تغییر سبک زندگی ایرانی _ اسلامی و هویت‌شان اشاره کرد.

واژگان کلیدی: شبکه‌های اجتماعی، تغییر، سبک زندگی، مردم

۱- مقدمه

مفهوم «سبک زندگی» از جمله مفاهیم علوم اجتماعی است که اخیراً بسیار مورد توجه قرار گرفته است؛ اما کاربردهای متفاوت و بعضاً متعارض، آن را مفهومی مبهم و از دیدگاه پاره‌ای محققان غیر قابل استفاده کرده است (مهدوی‌کنی، ۱۳۸۷). سبک زندگی روشی است که فرد در طول زندگی انتخاب کرده و از عوامل بسیار مهم در سلامت جسم و روان آدمی به شمار می‌آید و متأثر از فرهنگ، نژاد، مذهب، عوامل جغرافیایی، اقتصادی و اجتماعی، عقاید و باورهاست (استاجی، ۱۳۸۵). سبک زندگی هر فرد معرف بسیاری از ویژگی‌ها از جمله ارزش‌ها محدودیت‌ها قوانین و علاقه‌مندی‌های اوست. در غرب سبک زندگی بخشی از زندگی فرد را شامل می‌شود چیزی شبیه به تحصیلات یا طبقه اجتماعی که جزیی از زندگی هر شخص است (قلمکاریان، دهقان، ۱۳۹۹). یکی از مهم‌ترین راه‌هایی که به انسان کمک می‌کند تا از سلامت روان بیشتری برخوردار باشد، داشتن سبک زندگی سالم است. سبک زندگی روشی است که افراد مسایل زندگی روزانه خود از جمله کار، تفریح و نگرش‌ها را با توجه به شرایط جسمی، روانی، اجتماعی، اقتصادی و ... تنظیم می‌کنند. در داشتن سبک زندگی سالم عوامل متعددی نقش دارد که می‌تواند موجب ارتقای سلامت روان فرد شده و کیفیت زندگی انسان را بهبود ببخشد (سلمانی، کاشف‌نیا، ۱۳۹۹). سبک زندگی به معنی کلی شیوه زندگی و در اشتراک مفهومی با فرهنگ، ساختار، طبقه و گروه مورد بحث قرار گرفته است به دلیل گستردگی فضای مفهومی سبک زندگی، حتی در درون هر یک از رشته‌های تخصصی نیز، تعریف مشترکی از این مفهوم مشاهده نمی‌شود. وجود تعاریف متعدد از این مفهوم در علوم اجتماعی و بویژه جامعه‌شناسی باعث شده که مرز میان فرهنگ، خرده‌فرهنگ، مصرف و سبک زندگی مخدوش شود و در برخی موارد این مفاهیم به جای هم مورد استفاده قرار گیرد. زندگی سالم ابعاد مختلفی دارد. منظور از ارتقا سلامت، فرایندی است که افراد را قادر می‌سازد توانایی و فعالیت خود را بهبود و وضعیت سلامت خود را افزایش دهند. به دنبال پیروی از قواعد و هنجارهای اجتماعی، پیشرفت، موفقیت، فعالیت‌های سالم و برخورداری از سبک زندگی سالم به دست می‌آید (امامی‌زاده‌کلوجه و همکاران، ۱۳۹۹). سبک زندگی از موضوعات حیاتی و مهم اجتماعات بشری است و ابعاد مختلف زندگی بشری را پوشش می‌دهد سبک زندگی در کشور ما در طول تاریخ بارها و بارها دچار تحولاتی شده و وجود روابط سیاسی اقتصادی و فرهنگی با تمدن‌های دیگر تأثیر بسزایی در این تغییر سبک زندگی در کشور ما داشته است. اما مهم‌ترین عاملی هم که تأثیر روزافزونی در سبک زندگی و نحوه زندگی کردن ما انسان‌ها دارد نوع نگرش و تفکر ما است و مشخص است آن سبک زندگی صحیح است که سرشار از سرزندگی و شادی و نظم و هماهنگی و افکار مثبت است (پسندیده، جعفری‌کلیر، ۱۳۹۹). سبک زندگی مفهومی است که منعکس‌کننده‌ی طیف کاملی از ارزش‌ها، عقاید و فعالیت‌های اجتماعی است. این مفهوم، شیوه‌ی نسبتاً ثابت افراد، گروه‌ها و جوامع برای پیگیری اهداف زندگی و حل مشکلات زندگی آن‌هاست (چنانی، ۱۳۹۹). سبک زندگی با همه جوانب زندگی افراد در ارتباط است و اثر مهمی بر شکل‌گیری شخصیت و سلامت روانی افراد دارد. در آموزه‌های اسلامی موارد مختلفی برای سبک زندگی برشمرده شده که جوانب متعدد زندگی را در بر می‌گیرند. سبک زندگی مبتنی بر معنویت یکی از عوامل مهم در پیش‌بینی و ارتقای سلامت روان محسوب می‌شود. دین با فرآیندهای مختلف مانند ایجاد شور و انگیزه، فراهم کردن شبکه‌های عاطفی و اجتماعی، کمک به درک هدف

زندگی و رهایی افراد از پوچی، همچنین با نشان دادن مفهوم پاداش به دنبال تحمل دشواری‌ها می‌تواند در ارتقا سلامت روانی فرد و جامعه نقش بسزایی داشته باشد (سپهری، خامنیا، ۱۳۹۸).

سبک زندگی یکی از عوامل مهم تاثیرگذار بر سلامت انسان‌هاست. امروزه اکثر مشکلات سلامتی مانند چاقی، انواع سرطان‌ها، پرفشاری خون، بیماری‌ها و مرگ و میر ناشی از آن‌ها با سبک زندگی در ارتباط است (عبادی و همکاران، ۱۳۹۳). امروزه متخصصان سلامت، سبک زندگی را یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر سلامتی می‌دانند که می‌توان با شناخت و مدیریت آن با بسیاری از عوامل خطر ساز مرگ و میر مقابله کرد (عطایی و همکاران، ۱۳۹۷). سبک زندگی هر فرد بر سلامت او تاثیر دارد و فعالیت‌های ارتقاء دهنده سلامت و شیوه زندگی بهداشتی، استراتژی‌های اصلی تسهیل و حفاظت از سلامتی هستند. اطلاعات کمی درباره رفتارهای ارتقاء دهنده سبک زندگی در جامعه ایرانی وجود دارد. با توجه به این که سبک زندگی در ایران در حال تحول است و ارتقاء سلامت با توجه به نقش برجسته آن در مراقبت‌های بهداشتی مورد توجه روز افزون است (محمدی‌زیدی و همکاران، ۱۳۹۰). در جوامع امروزی، سبک زندگی نقش مهمی در زندگی ایفا می‌نماید، چراکه با مسائل کلیدی و حساسی از جمله الگوی مصرف، هویت (تمایز) فردی و اجتماعی، فعلیت بخشیدن به قدرت تشخیص و انتخاب یا حداقل ایجاد احساس آزادی عمل، پیوند خورده است. مسائلی که پاره‌ای از بنیادی‌ترین ابعاد انسانی را بیان می‌کند. فضاهای فرهنگی، ورزشی و هنری به عنوان بخشی از فضاهای عمومی در تغییر نگرش و شیوه‌های زندگی مردم تاثیرگذارند (توکلی‌نیا و همکاران، ۱۳۹۵). سبک زندگی بخشی از زندگی است که عملاً در حال تحقق یافتن است و در بردارنده طیف کامل فعالیت‌هایی است که افراد در زندگی روزمره انجام می‌دهند، این فعالیت‌ها و رفتارها شامل عادات غذایی، خواب و استراحت، فعالیت بدنی و ورزش، کنترل وزن، استعمال دخانیات و الکل می‌باشد (امیری و همکاران، ۱۳۹۲). سبک زندگی خانواده در سلامت نوجوانان نقش اساسی دارد و عامل زیربنایی در سلامت آینده جوانان محسوب می‌گردد. سیاست‌گذاران اجتماعی با آموزش الگوهای سبک زندگی مؤثر در خانواده بر اساس شناخت رشد و تکامل فردی سلامت نوجوانان و آینده آن‌ها را در خانواده تضمین می‌کنند (رحیمی، ۱۳۹۹). از نظر محققین، سبک زندگی تأثیر زیادی بر معرفی الگوهای رفتاری، گرایش‌های ذهنی و شیوه زندگی افراد یک جامعه دارد. به عبارتی، مفهوم سبک زندگی به‌طور ویژه معرف کیفیت زندگی افراد یک جامعه است (مهری و همکاران، ۱۳۹۹). سبک زندگی نقش مهمی در سلامت جسمی و روان‌شناختی دارد. استرس و بحران‌ها تأثیر متفاوتی بر سبک زندگی افراد مختلف دارند (محمدی و همکاران، ۱۳۹۹).

۲- مبانی نظری

«سبک زندگی» بیانگر ظهور پارادایم تحلیلی نوین در عرصه علوم اجتماعی است. خاستگاه متفاوت سبک‌های زندگی بشر را می‌توان در باورها، تفکرات، مبانی، پیش فرض‌ها، نوع نگاه به انسان، هستی، اهداف، زندگی، ارزش‌ها و در الگوهای رفتاری بشر جست و جو کرد (اخلاقی و همکاران، ۱۳۹۴). «سبک زندگی» بیانگر ظهور الگوواره‌های نوین در عرصه علوم اجتماعی است. خاستگاه متفاوت سبک‌های زندگی بشر را می‌توان در باورها، تفکرات، مبانی، پیش فرض‌ها، نوع نگاه به انسان، هستی، اهداف، زندگی، ارزش‌ها و در الگوهای رفتاری بشر جست و جو

کرد. بررسی مهم‌ترین «مبانی هستی‌شناختی سبک زندگی از دیدگاه قرآن»، چارچوب کلی و استانداردهای سبک زندگی مومنان و در مرحله متعالی‌تر، سبک زندگی طیبه را تعیین می‌کند و موجب تمایز این نوع سبک زندگی از دیگر سبک‌های زندگی رایج در دنیای مدرن می‌شود. در واکاوی «مبانی هستی‌شناختی»، نوعی جهان‌بینی به دست آمد که نشان می‌دهد نگاه به هستی یا الهی و توحیدی است (یعنی دارای هویت از اویی و به سویی) و یا الحادی و مشرکانه. پذیرش هر یک از این مبانی آثار و تبعاتی دارد و هر کدام الگوهای رفتاری و سبک زندگی متناسب با خود را در بعد فردی و اجتماعی می‌آفریند (اخلاقی و همکاران، ۱۳۹۶). سبک زندگی منعکس‌کننده ترجیحات افراد است که در عرصه‌های مختلف زندگی هم‌چون اوقات فراغت، نوع موسیقی، پوشش، آرایش و ظاهر بروز می‌کند (دانش‌مهر و همکاران، ۱۳۹۸). سبک زندگی، از جمله موضوعاتی است که در دهه‌های اخیر مورد توجه صاحب‌نظران و نظریه‌پردازان علوم انسانی و اجتماعی قرار گرفته است. زیرا توجه به این مساله، برخاسته از تحولات اجتماعی و فرهنگی عمیقی است که سهم زنان و مردان را در عرصه‌های مختلف اجتماعی، فرهنگی و سیاسی در جهان مدرن نمایان کرده است (ابراهیمی، بهنویی‌گنده، ۱۳۸۹). مفهوم سبک زندگی به رغم اهمیت کارکردگرایانه و وجه انضمامی آن، یکی از مهم‌ترین چهارچوب‌های تبیینی در مباحث جامعه‌شناسی و مطالعات فرهنگی در دهه‌های اخیر بوده است. این در حالی است که خاستگاه این مفهوم، فرد، تفاوت‌های فردی، عادات، ذائقه‌ها، رجحان‌ها و به طور کلی تمایز یافتگی افراد و هم‌چنین تفاوت رفتار افراد در فضای کنش با دیگران است که اصولاً امری روان‌شناختی محسوب می‌شود. در این میان، سبک زندگی مفهومی وابسته به زمینه تلقی می‌شود و با طیفی از متغیرهای فردی، فرهنگی، دینی و اجتماعی گره خورده است که در توصیف و تحلیل نیازمند رویکردی میان‌رشته‌ای می‌باشد. به عبارت دیگر تفاوت‌ها و تمایزهای فردی و روان‌شناختی به ویژه در موضوعی مانند، سبک زندگی بر خلاف نظریه‌های کلاسیک روان‌شناختی، امری صرفاً فردگرایانه و شخصیتی محسوب نمی‌شود، بلکه به شدت با ساختار و متن اجتماعی و بافت و سرمایه فرهنگی در تعامل هستند (ابراهیم‌آبادی، ۱۳۹۲). سبک زندگی به مجموعه رفتارها، مدل‌ها و الگوهای کنش‌های هر فرد اطلاق می‌شود که معطوف به ابعاد هنجاری، رفتاری و معنایی زندگی اجتماعی او باشد. فرهنگ زندگی، متأثر از تفسیر ما از زندگی است و هر هدفی را برای زندگی تعیین کنیم، سبک خاصی را به همراه می‌آورد. مفهوم سبک و فرهنگ زندگی به مسائلی نظیر خانواده، ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، تفریحات و اوقات فراغت، کسب و کار، رفتارهای فردی و اجتماعی در محیط‌های مختلف و به عبارت دیگر به همه مسائلی برمی‌گردد که متن زندگی انسان را شکل می‌دهند (صادقی‌ده‌چشمه، شریعت، ۱۳۹۴).

شهرنشینی پایدار رهیافت جدیدی است که به واسطه رشد روزافزون شهرنشینی و تبدیل شدن آن به سبک زندگی رایج انسان‌ها، برای مطالعه تعامل متقابل انسان و محیط طبیعی توسعه یافته است و برای الزام به حفظ منابع طبیعی برای نسل‌های آتی و کاهش پیامدهای منفی ناشی از فعالیت‌های شهری بر محیط زیست سعی دارد با بررسی کنش‌های انسانی در قبال طبیعت، به رفتار انسانی جهت بخشد. منشا این اندیشه آن است که علاوه بر تراکم جمعیت و بهره‌گیری از منابع، عادات مصرف و فناوری‌های به کار گرفته شده در روند توسعه نیز در محیط زیست تاثیر می‌گذارند (حاجیلو و همکاران، ۱۳۹۳). سبک زندگی، فعالیت عادی و معمول روزانه است که افراد آن-ها را در زندگی خود به طور قابل قبول پذیرفته‌اند که بر روی سلامتی افراد تاثیر می‌گذارند (چرکزی و همکاران،

۱۳۸۹). بسیاری از متفکران اجتماعی مانند: وبر، آدلر، گیدنز و بوردیو بر رابطه بین سبک زندگی و هویت و نقش سبک زندگی بر شکل‌گیری هویت پرداخته‌اند (نیازی، ۱۳۹۰). امروز شهرها مهم‌ترین خاستگاه زیستی انسان‌ها هستند و با پدیده‌هایی مدرن نظیر آلودگی هوا، ترافیک، رانندگی‌های پرخطر و تصادف مواجه‌اند که ناشی از ورود به دنیای مدرن است. رانندگی کردن و خطر تصادف احتمالی آن را باید در بافت زندگی افراد جست‌وجو کرد. رفتارهایی که افراد در هنگام رانندگی کردن برمی‌گزینند بازتاب شیوه و سبک زندگی آنان است. سبک زندگی سالم مجموعه‌ای از انتخاب‌های مثبت افراد در درون محدوده‌های ساختاری است (شارع‌پور و همکاران، ۱۳۹۵). سبک‌های زندگی امروزی با توجه به تغییرات فرهنگی داری نوعی آسیب‌پذیری هستند و تاب‌آوری ظرفی یک جامعه یا اجتماع برای مقابله و انطباق با اختلالات و تغییرات است و تاثیر این سبک‌های متفاوت بر میزان تاب‌آوری شهروندان یکی از مهم‌ترین مسائل امروزی است. به طوری که خیلی از مشکلات ریشه در این موضوع دارد (آذرآئین، ۱۳۹۹). فرهنگ‌های جهانی هزاران سال از طریق فرایندهای انباشت، سازگاری، انتشار و جذب با یکدیگر تعامل داشته و از یکدیگر آموخته‌اند. تفاوت این است که این فرایندها و تغییراتی که آن‌ها ایجاد می‌کنند در عصر جهانی شدن بسیار شتاب یافته است. جهانی شدن و فرهنگ رابطه‌ای قوی در مسائلی مانند سبک زندگی، برخوردهای فرافرهنگی، مهاجرت، بحث جهان محلی، موسیقی، فیلم، بازاریابی، مد، غذا، گردشگری و مانند آن دارد. فرایند جهانی شدن با کاهش موانع و مرزها برای سفر به کشورها از دیدگاه گردشگری به ایجاد یک بازار مشترک با توزیع عادلانه نیروی انسانی، مادی و رفاهی برای همه مردم جهان منتهی می‌شود. این به معنای رونق گردشگری است، به گونه‌ای که دورنمای گسترده گردشگری در تغییر ماهیت مصرف و در چارچوب جهانی شدن می‌تواند در برگیرنده این باشد که گردشگران عصر پسمادرین با توجه به بسترهای فراهم آمده بیشتر مایل به مسافرت انفرادی و خانوادگی‌اند. نتایج حاکی از این می‌باشد که سبک زندگی و هویت اجتماعی انسان امروزی تابع خصوصیات تجدد، شده است. جهانی شدن فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی سبب شده است تا مردم نقاط گوناگون از شیوه‌های زندگی، ارزش‌ها و رفتارهای رفتاری سایر مناطق جهان آگاه شوند. این امر می‌تواند به دگرگونی و یا تقویت شیوه‌های زندگی، ارزش‌ها و رفتارها بینجامد (معاون، ۱۳۹۹). تلاش‌های شتاب زده‌ای که در سده‌های اخیر برای گسترش ارتباطات بشری صورت گرفته، اثرات معکوسی بر سلامت همه انسان‌ها داشته و مسائل بهداشتی تازه‌ای را برای آن‌ها به ارمغان آورده است. بین مصرف رسانه‌ای افراد و سبک زندگی سلامت‌محور آن‌ها؛ همچنین بین سبک زندگی سلامت‌محور افراد و پایگاه اجتماعی و اقتصادی آن‌ها، ارتباط معناداری وجود دارد (مهدی زاده، خاشعی، ۱۳۹۷).

فضای اجتماعی ویژگی‌های سبک زندگی پسمادرین از قبیل مد و سلیقه التقاطی، تعامل امر محلی و جهانی، اهمیت سرگرمی و مصرف و نقش حیاتی لذت دیده می‌شود. بررسی فرهنگ این بخش از جوانان ایرانی نشان می‌دهد تا چه میزان سیاست‌گذاری فرهنگی امری حساس، دشوار و پیچیده است و اثرگذاری فرهنگی بر نسل جوان صرفاً از طریق پرداختن صوری و سطحی به ارزش‌ها در سطح نهادهای رسمی ممکن نیست (شالچی، ۱۳۸۷). سبک زندگی به معنی الگوی کنش‌های روزمره مطعوف به مصرف و تولید فرهنگی، اجتماعی و مادی با مفاهیمی نظیر فرهنگ، خرده‌فرهنگ و مصرف همبسته است و با آن‌ها هم‌پوشانی جزئی و یا کلی دارد. سبک زندگی به سه مقوله فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی قابل تفکیک است (حسنی و همکاران، ۱۳۹۶). ظهور جامعه مصرفی از طریق زیاد

شدن کالاهای مادی و دموکراتیزه شدن مصرف، سبب انتخابی شدن زندگی روزمره می‌شود. در این شرایط در حوزه هویت، یکی از مولفه‌های اساسی فعالیت روزمره، انتخاب‌هایی است که به طور عادی انجام می‌دهیم. نوگرایی، فرد را با تنوع پیچیده‌ای از انتخاب‌های ممکن روبرو می‌کند، ولی به او در گزینش‌هایی که باید به عمل آورد، کمک چندانی نمی‌کند. این امر پیامدهای گوناگونی دارد، یکی از این پیامدها اهمیت یافتن سبک زندگی و راهبردهای موثر بر آن است، سرمایه فرهنگی با تعدیل گری قومیت، جنسیت و تاهل، تاثیر متفاوتی بر سبک زندگی دارد (نیازی، ۱۳۹۷). دنیای مدرن دارای متنی فرهنگی است که در آن عناصر فرهنگی به منصف ظهور می‌رسند و تمام تعاملات اجتماعی و کنش‌های افراد در این بستر فرهنگی شکل می‌گیرند، و معنا می‌شوند. بررسی‌ها نشان می‌دهد، به تدریج که محیط و تعاملات اجتماعی انسان از جامعه سنتی فاصله می‌گیرد، سبک زندگی مدرن بیشتر متجلی می‌شود و در جامعه ایران که فرهنگ مذهبی غالب است، الگوی سبک زندگی مدرن و مصرفی موجب تقابل گردیده است و پیامدهایی را به همراه داشته است. در صورتی که با ایجاد تلاش در جهت سبک زندگی دینی و تقویت ایمان مذهبی می‌توان چالش‌ها را تقلیل داد و با رهایی افراد از خود بیگانگی آن‌ها را به هویت دینی خود رهنمون کرد (سیدی، بیرقی، ۱۳۹۱). سبک‌های زندگی در دوران مدرن شکل دهنده هویت شخصی و اجتماعی افراد هستند. با این حال، همین سبک‌ها متأثر از عوامل بسیاری چون اقتصاد، سیاست، فرهنگ و همین‌طور مذهباند (نصرتی، ذوالفقاری، ۱۳۹۱). روند نزولی رشد جمعیت در ایران طی سال‌های اخیر که به دنبال تغییر سبک زندگی رخ داده، متأثر از مدرنیته و مبانی مدرنیستی است. اهمیت بررسی این موضوع زمانی آشکار می‌شود که بدانیم در صورت ادامه این روند، در آینده با پیری جمعیت و مشکلات ناشی از آن مواجه خواهیم بود. اگرچه در پژوهش‌های انجام گرفته، عوامل مختلفی نظیر عوامل اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی برای کاهش جمعیت ذکر شده؛ از تاثیر عامل مهمی به نام مدرنیته به مقدار زیادی غفلت شده است، برشمردن ابعادی از تاثیر مدرنیته در کاهش جمعیت، مثل تغییر بینش اعتقادی، ترویج مصرف‌گرایی، افزایش سن ازدواج و طلاق، تحقیر نقش مادری و... که به دنبال رواج اندیشه‌های مدرنیستی در جامعه رخ داد (جوکار، ۱۳۹۳). جهانی شدن دارای اثرات مختلفی بر زندگی انسانی بوده و این تغییرات در جوامع روستایی ملموس‌تر از شهرها بوده است. لذا به طور کلی می‌توان گفت به دلیل قرار گرفتن روستاهای ایران در شرایط گذار توسعه‌ای از سنت به مدرنیته و حتی پست مدرنیته، سبک زندگی در ابعاد مختلف در حالت درآمیختگی قرار داشته و افراد جوان گرایش به سبک زندگی شهری و افراد مسن گرایش به سبک زندگی بومی روستایی دارند (سجاسی قیداری، ۱۳۹۴). به علت روند سریع تحولات اجتماعی در نیمه دوم قرن بیستم و پس از آن در آغاز هزاره جدید، ماهیت موجودیت‌های اجتماعی به شدت سیال و متحول شده است. در نتیجه جامعه به مفاهیمی جدید برای تحلیل جامعه نیازمند است و مفهوم «سبک زندگی» چنین خصایصی را داراست. مفهوم سبک زندگی را می‌توان در ارتباط با مدرنیته بررسی کرد. مدرنیته با امکانات خود از طریق خلق تنوع، فرد را با انتخاب‌های گوناگون و پیچیده مواجه می‌سازد (ایمان، مرحمتی، ۱۳۹۳).

ظرفیت‌سازی در خانواده، توانمندسازی آن و اصلاح الگوی سبک زندگی در روند دستیابی به سرمایه اجتماعی و جامعه سالم با بهره‌گیری از آموزه‌های دینی می‌تواند راه حل مناسبی برای تمامی مشکلات زندگی سالم در عصر حاضر محسوب گردد. امکان استفاده از این دستورات و توصیه‌های دینی به عنوان یک عامل تاثیرگذار در اصلاح سبک زندگی فعلی مسلمانان وجود دارد. در رویکرد ساختاری، توصیه می‌گردد، که مواردی هم‌چون اقتداربخشی به

خانواده و حمایت از پدر، مادر و همسر مورد توجه قرار گیرد. در تسهیل عملکردهای خانوادگی نیز راه حل‌های سیستمی و تقویت نهادهای هنجارساز خانواده بویژه آموزش و پرورش و رسانه در دستور کار جدی خود قرار گیرند. پیشنهاد می‌گردد که نهادهای مرتبط با تعلیم و تربیت نظیر آموزش و پرورش و آموزش عالی ضمن توجه به فرهنگ کار و تلاش، نوع محتواهای آموزشی و تنوع آموزش خود را در جهت مهارت‌آموزی و توانمند کردن فرزندان این جامعه جهت ایفای نقش خود در زندگی خانوادگی و اجتماعی قرار دهند و آنان را به استفاده از معارف اسلامی تشویق و ترغیب نمایند (دالوندی و همکاران، ۱۳۹۱). اقتضائات متفاوت گروه‌های سنی مختلف از سویی و تفاوت‌های نسلی ناشی از تفاوت تجربه‌های تاریخی از سوی دیگر سبب می‌شود تا گروه‌های سنی مختلف تمایلات، نیازها و گرایش‌های مختلفی در سبک زندگی داشته باشند. از این روی سیاست‌گذاری فرهنگی برای گروه‌های سنی مختلف می‌باید متفاوت باشد و با عطف توجه به این تفاوت‌ها صورت پذیرد. نتایج نشان می‌دهد که تفاوت‌های قابل ملاحظه‌ای به لحاظ گروه‌های سنی وجود دارد از آن جمله نوع ورزش، چگونگی ورزش کردن، میزان ورزش، میزان استفاده از برنامه‌های فرهنگی و اجتماعی، تمایل به مضامین برنامه‌ها، تمایل به مشارکت، میزان رضایت از برنامه‌های فرهنگی و اجتماعی با تغییر نسل تفاوت می‌کند (شالچی، ضیاچی، ۱۳۹۳).

تلفن همراه امروزه جزء جدانشدنی مناسبات و ارتباطات روزمره محسوب می‌شود، و با توجه به پیشرفت‌های روزافزون این وسیله ارتباطی، مطالعه در مورد آن ضروری است (رحمتی، بخشی، ۱۳۹۴). رسانه بخشی از زندگی بشر امروز است و انسان امروز را نمی‌توان لحظه‌ای بدون رسانه تصور کرد. به همین سبب رسانه‌های نقش مهمی در شکل‌گیری سبک زندگی ایفا می‌کنند. عصر رسانه‌های نو فرصت همگرایی رسانه‌ای را ایجاد کرده است و به همین سبب رسانه‌های نو برای دسترسی به مخاطبان بیشتر بهره می‌گیرند. رادیو در عصر حاضر با بهره‌گیری از ظرفیت رسانه‌های نو از قالب پادکست برای ترویج سبک زندگی سالم بهره می‌گیرد. مهم‌ترین موضوعاتی که در پادکست‌های سبک زندگی سالم تولید شده‌اند، عبارتند از ورزش، مصرف دارو، ترک اعتیاد و امید به زندگی. از دیگر سوی حجم تولید پادکست سلامت در شبکه رادیویی سلامت اندک است، لذا بهره گرفتن از ظرفیت پادکست برای تولید برنامه‌های سلامت متناسب با نیاز جامعه و مخاطبان امروزی که غالباً از رسانه‌های نو استفاده می‌کنند، ضروری است (غلام‌نیا، اخگری، ۱۳۹۹). یکی از عوامل اساسی در شکل‌گیری تمدن‌ها و فرهنگ‌ها ایجاد ارتباط بین ملل و اقوام مختلف است که از زمان‌های دور انسان‌ها از طریق برقراری ارتباط با هم به تبادل افکار و اندیشه‌های خود پرداخته و بدین سبب پایه‌های فرهنگ و تمدن را بنا نموده‌اند و علیرغم تحقق این امر، تحول ارتباطات در دهه‌های اخیر، زندگی جوامع را دل‌خوش تحولات عظیمی ساخته و داد و ستد محصولات فرهنگی از طریق رسانه‌های امروزی از جمله ماهواره اگر چه ارتباط آسان جهانیان را ممکن ساخته است اما از سویی تأثیرات عمیقی بر شیوه نگرش، طرز فکر، سبک زندگی و ... افراد داشته است. جهان غرب که اصلی‌ترین رقیب در برابر اسلام است، با استفاده از این رسانه‌هایی مانند ماهواره به عنوان اسلحه‌ای مخفی، در صدد ضربه زدن به جامعه اسلامی و تغییر در سبک زندگی خانواده‌ها به عنوان یکی از ارکان مهم اجتماع و پیشبرد اهداف استعماری خویش است (جناب‌زاده، ۱۳۹۹). امروزه گسترش استفاده از اینترنت و فضای مجازی در تمامی جنبه‌های زندگی بشر، بر هیچ‌کس پوشیده نیست. جذابیت فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی موجب شده بسیاری از نوجوانان برای تعاملات خود از آن‌ها استفاده و بخش قابل توجهی از اوقات فراغت خود را در این شبکه‌ها سپری کنند. با توجه به

کارکردهای مثبت و منفی اینترنت و فضای مجازی، نحوه استفاده نوجوانان از این پدیده نوظهور به دلیل قرار گرفتن در مهم‌ترین دوره زندگی‌شان، بروز تغییرات در تمامی جنبه‌ها، شکل‌گیری هویت‌شان و همچنین تاثیر آن بر سبک زندگی و سلامت روانی و اجتماعی نوجوانان بسیار حائز اهمیت است. از جمله آسیب‌هایی که این فضا بر سبک زندگی نوجوانان وارد می‌کند می‌توان به تغییر سبک زندگی ایرانی _ اسلامی و هویت‌شان اشاره کرد (طیب، زارع‌قنات‌نوئی، ۱۳۹۹). شبکه‌های اجتماعی مجازی در دنیای امروز ما به گونه‌ای نفوذ کرده است که نمی‌توان زندگی بدون آن را تصور کرد. این فضا با توجه به کارکردهای متنوع آن برای ترویج سبک زندگی مبتنی بر اینترنت، مورد استقبال قرار گرفته است. شبکه‌های اجتماعی از پرطرفدارین رسانه‌های اجتماعی هستند که مخاطبان بسیاری به خصوص از قشر جوان و نوجوان دارند. ویژگی‌های تعاملی و بسترسازی برای ایجاد روابط اجتماعی از دلایل مورد استقبال واقع شدن شبکه‌های اجتماعی مجازی است (فتاحی، نیک‌بخت، ۱۳۹۹). امروزه پدیده سبک زندگی از مختصات جهان نوین است و افراد برای توصیف کنش‌های خود و دیگران از مفهوم سبک زندگی استفاده می‌کنند. میزان استفاده از برنامه‌های تلویزیون ملی، رادیو و میزان گرایش شهروندان به سبک زندگی سنتی و بین میزان استفاده از ماهواره، اینترنت و میزان گرایش شهروندان به سبک زندگی مدرن رابطه معنی‌داری وجود دارد و بین میزان گرایش به سبک زندگی سنتی و نحوه استفاده از برنامه‌های تلویزیون ملی، رادیو و بین میزان گرایش به سبک زندگی مدرن و نحوه استفاده از برنامه‌های ماهواره، اینترنت رابطه معنی‌داری وجود دارد و در نهایت نوع سبک زندگی شهروندان بر اساس متغیرهای زمینه‌ای جنسیت، تحصیلات، سن، وضعیت تأهل متفاوت است (موسوی، راد، ۱۳۹۴). سبک زندگی می‌تواند به عنوان یک الگوی شناخته شده در هر محل، منطقه، یا کشور باشد، که البته بر اساس نظر برخی از صاحب‌نظران، نمادی فردی یا اجتماعی است که عوامل گوناگونی بر آن تاثیرگذار هستند. امروزه و با پیشرفت‌های گوناگون علمی و فناوریانه، تجهیزات و فناوری‌های جدیدی در زندگی شخصی و اجتماعی افراد وارد شده و ارتباطات و تبادلات روزمره را دگرگون نموده است. در بین این فناوری‌های نوین، رسانه‌های اجتماعی نقش بسزایی را در بخش‌های گوناگون زندگی ایفا می‌کنند و تاثیرهای زیادی نیز بر افراد و جوامع گذاشته‌اند (بیات، منوچهری، ۱۳۹۴).

سرعت بالای تغییرات اجتماعی و تحولات ارزشی، به ویژه تغییرات در حوزه ارتباطات و رسانه‌ها، پدیده سبک زندگی نیز دچار تحول شده و تحت تاثیر این تغییرات، جنبه‌ها و اشکال متفاوتی به خود گرفته است. سبک زندگی دارای ابعاد مختلف اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و سیاسی است (پرچمی، درخشان، ۱۳۹۹). فضای سایر نقش مهم و اساسی در چگونگی ادراک ما نسبت به دنیای پیرامون ایفا می‌کند و با نمایش روابط حاکم بر زندگی و شیوه جدید زندگی و اندیشیدن را برای مخاطبان خود به ارمغان آورده و بر سبک زندگی مخاطبان تاثیر می‌گذارد. با افزایش تمایل به خوداظهاری و فعالیت در فضای سایبر و حمایت دریافتی بخصوصی عاطفی و اطلاعاتی، کاربران بیشتر از سبک زندگی مدرن و جهانی پیروی می‌کنند (سلطانی‌عرب، ۱۳۹۹). شبکه‌های اجتماعی آمده‌اند تا مردم در سراسر دنیا بتوانند ارتباطی بهتر و راحت‌تر داشته باشند گرچه اساس ایجاد شبکه‌های اجتماعی کارکرد مثبت آن در اطلاع‌رسانی و آگاهی‌بخشی بوده است اما آن‌چه جامعه با آن مواجه است چیزی غیر این است. شبکه‌های اجتماعی تغییرات بنیادین در سبک زندگی و فرهنگ جوامع مختلف ایجاد می‌کنند به شکلی که امروزه اعتیاد در استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی به معضلی برای نهاد خانواده در سراسر جهان تبدیل شده است. این

شبکه‌های می‌توانند بر ادبیات افراد جامعه تأثیر بگذارند، پوشش آن‌ها و همچنین روابط با جنس مخالف را دگرگون کنند. کاربران شبکه‌های اجتماعی از این شبکه‌ها برای بیان رویدادهای زندگی خود، خاطرات، موقعیت اجتماعی و مانند این‌ها استفاده می‌کنند و یا از طریق به اشتراک گذاشتن افکار و عقایدشان با دیگران به گفتگو می‌پردازند و بدین ترتیب احساسات گوناگون خود را به گونه‌ای تخلیه می‌کنند (توکلی‌اله‌آبادی، ۱۳۹۹). در دهه اخیر ابزارهایی که بیشترین پیشرفت فناوریانه را داشته است، توانسته ارتباطات انسانی را تحت تأثیر قرار دهد و این بستر همان رسانه‌های اجتماعی مانند تلگرام، اینستاگرام و واتساپ بوده که بواسطه ویژگی‌های مثبت و چشم‌گیرشان، نه تنها در زندگی بزرگسالان و جوانان که زندگی کودکان را هم تحت‌الشعاع قرار داده‌اند. فضای شبکه‌های اجتماعی برای کودکان بالخص کودکان ناتوان، خطرات جبران‌ناپذیری می‌تواند داشته باشد اما با تهیه شبکه‌های اجتماعی ایمنی مخصوص همین کودکان، آموزش سواد رسانه‌ای به کودکان و والدین و مربیان و همچنین کنترل و نظارت بزرگسالان بر نحوه استفاده کودکان معلول از امکانات فضای مجازی فراهم شده، می‌توان از شبکه‌های اجتماعی مناسب کودکان برای ارتباط با هم سن و سالان و یاد گرفتن درس‌های مختلف با کمترین میزان آسیب بهره‌مند شد (بهرامسری، ۱۳۹۹). فضای سایبرنتیک به عنوان یک فضای مجازی نوپدید، جذاب و فراگیر به سرعت جای خود را در عرصه تعاملات اجتماعی باز می‌کند. عده‌ای با خوش‌بینی مزیت‌های آن را بر می‌شمارند و برخی هم با بدبینی از مضرات آن هشدار می‌دهند، هر دو گروه نیز شواهدی بر مدعای خود دارند (عامری‌خیرآبادی، ۱۳۹۹). دیجیتالی شدن سبک‌های نوین زندگی را به جزئی اساسی و جدایی‌ناپذیر از زندگی انسان تبدیل کرده است. ارتقاء سطح سواد رسانه‌ای در جامعه ایرانی به ویژه برای خانواده‌ها در جهت آگاه‌سازی فرزندان‌شان در استفاده از فضای سایبر، یک نیاز و ضرورت برای فرهنگ، سیاست و امنیت ملی محسوب می‌شود (بختیاری و همکاران، ۱۳۹۹). ورود فناوری‌های جدید به زندگی انسان، در هر عصر و دوره‌ای بر زندگی فردی و به تبع آن بر فرهنگ عمومی و تمام مظاهر زندگی اجتماعی از اقتصاد و سیاست و خانواده تأثیرگذار بوده است. فناوری به همان اندازه که تأثیر مثبت در زندگی ما دارد، می‌تواند تأثیر منفی هم داشته باشد. البته استفاده‌ی زیاد از حد از فناوری بیش از همه ممکن است که در سبک زندگی ما تأثیرگذار باشد (محمد و همکاران، ۱۳۹۹). امروزه اینستاگرام نقش اساسی و مهمی در چگونگی ادراک ما نسبت به دنیای پیرامون ایفا می‌کند و با نمایش حوزه‌های گوناگون روابط اجتماعی می‌تواند شرایط و ضرورت‌های جدیدی از شیوه‌های زندگی اجتماعی را برای مخاطبان خود به تصویر بکشد و آنان را به الگوها و سبک‌های زندگی مدرن دعوت کند (خادمیان، کلهری، ۱۳۹۹). اینستاگرام به عنوان یکی از شبکه‌های اجتماعی، تغییرات بنیادینی در سبک زندگی و فرهنگ ایرانیان ایجاد کرده و در میان سلبریتی‌ها به مثابه الگوی مرجع کنشگران، نقش پررنگی داشته است. نتایج پژوهش حاکی از این است که کنش‌های سلبریتی‌ها بر سبک زندگی کاربران ایرانی (الگوی مصرف، نوع پوشش، اوقات فراغت، مدیریت بدن و روابط میان فردی) تأثیرگذار است و در مجموع ۲۵ درصد از واریانس مربوط به تغییرات سبک زندگی کاربران ایرانی اینستاگرام، از طریق کنش‌های سلبریتی‌ها تبیین می‌شود (عباسی، جعفری، ۱۳۹۹). فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی به همه فضاها، اجتماعی، سازمانی و فردی در جوامع بشری وارد شده و شیوه زندگی روزمره، کار و معرفت افراد را به درجه‌های گوناگون تحت تأثیر قرار داده‌اند. بین شبکه‌های مجازی و سبک زندگی جوانان (سلامت جسمانی، ورزش و تندرستی، وزن و تغذیه، پیش‌گیری از بیماری‌ها، سلامت روان‌شناختی، سلامت معنوی، سلامت اجتماعی، اجتناب از داروها و مواد مخدر و پیش‌گیری از حوادث) رابطه معکوس و معناداری وجود دارد (اکبری و همکاران،

۱۳۹۹). اقبال کاربران به شبکه‌های اجتماعی هر روز بیشتر می‌شود و به نظر می‌رسد دنیا به تسخیر این شبکه‌ها درآمده است. جوانان و نوجوانان، متأثر از شبکه‌های اجتماعی موبایلی دچار دگرگونی در زمینه اعتقادات مذهبی، ارزش‌های اخلاقی، مصرف‌گرایی، مدگرایی و پوشش فردی، هیجان‌خواهی، انزواطلبی و دگرگونی ارتباطات میان‌فردی شده و مواردی هم‌چون مد و آرایش، فراغت مجازی، هواداران مجازی، به اشتراک‌گذاری حریم خصوصی، هیجان‌خواهی، بازی‌های آنلاین، دوست‌یابی، تغییر گرایش‌های دینی، استقلال‌گرایی، سرگرم شدن، تغییر پوشش، دگرگونی روابط خانوادگی و دسترسی آسان به اطلاعات را در سبک زندگی جدید خود به عنوان عوامل هنجارشکن و هنجاربخش برگزیده‌اند (سعادت‌سیرت، فرقانی، ۱۳۹۹). با گسترش شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی، امروزه دیگر مرزهای بین شهرها، کشورها و قاره‌ها به چشم نمی‌آید و همین امر باعث می‌شود تا آداب و رسوم، سنت‌ها و از همه مهم‌تر فرهنگ اقوام دیگر به هر ملتی وارد شده و تأثیرات مثبت یا منفی بر روی هر ملتی بگذارد. که با نگاهی به اطراف و شهر خود می‌توانیم تأثیر شبکه‌های اجتماعی و فضاهای مجازی را بر روی نوع پوشش افراد، طرز آرایش مو، رابطه‌های زناشویی و... ببینیم (مرتضوی و همکاران، ۱۳۹۸). با بررسی علل و عوامل بروز، افزایش و فراوانی بزه‌دیدگی زنان و کودکان در فضای سایبری با تأکید بر سبک زندگی و راهبردهای پیشگیرانه مشخص می‌شود که برای جلوگیری، سلب فرصت و ابزار ارتکاب جرم از مجرم در فضای سایبر با اتخاذ تدابیر صحیح و آموزش‌های سبک زندگی سالم لازم و ضروری است. آن چه در این زمینه باید راهکار پیش‌گیرانه به کار گرفته شود؛ آگاهی‌بخشی به کاربران در قالب برگزاری کلاس‌های آموزشی، قرار دادن واحد درسی با عنوان دانش رایانه‌ای برای دانش‌آموزان، برگزاری کلاس‌های آموزشی برای والدین جهت نظارت بر کودکان، اطلاع‌رسانی برخی از روش‌های پر تکرار ارتکاب جرایم سایبری در رسانه ملی، اخذ تدابیر امنیتی مناسب در محیط سایبر، استفاده از نرم افزارهای امنیتی به روز و آموزش نیروهای تعقیب کننده و پلیس به طور کاملاً سازمان یافته و تخصصی و اعمال شیوه‌های نظارتی از سوی نهادهای مسئول است (عباس‌نژاد، شریفی، ۱۳۹۸).

فضای مجازی- به طور مستقیم و غیر مستقیم- بر سبک زندگی کاربران، تأثیرات بانفوذی دارد؛ چرا که مروج سبک زندگی غربی بوده و هدف اصلی نیز نشانه گرفتن اعتقادات کاربران می‌باشد؛ لذا سبک طراحان اصلی در فضای مجازی، زندگی غربی، علیرغم سیما و سطح مرفه خود، حاوی چالش‌های عمیقی است که آینده روشنی را نمایان نمی‌سازد در این میان، به نظر می‌رسد بسط تفکر توحیدی در فضای مجازی تنها راه ساختارشکنی ریشه‌های فرسوده سبک زندگی غربی است؛ چرا که سبک زندگی الهی و اسلامی بر مدار توحید در فضای مجازی، بستر رشد و تعالی فردی و اجتماعی را آماده ساخته و برای احیا و بازسازی این مهم، تلاش و همت همگان را می- طلبد (احمدی و همکاران، ۱۳۹۸). شبکه‌های اجتماعی مجازی با نمایش روابط حاکم بر زندگی، شیوه جدید زندگی و اندیشیدن را برای مخاطبان خود به ارمغان آورده و بر سبک زندگی مخاطبان تأثیر می‌گذارد. به عبارتی استفاده از شبکه‌های اجتماعی در صورت وابستگی و میزان فعالیت کاربران در شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک و سیاق زندگی آن‌ها تأثیرگذارند و منجر به گرایش آن‌ها به سبک زندگی غربی کاربران می‌شود. بر اساس یافته‌های علمی زنان گرایش بیشتری به سبک زندگی غربی نسبت به مردها دارند و بیشتر کاربران به منظور کسب اطلاعات جدید و به روز از شبکه‌های اجتماعی مجازی استفاده می‌کنند (اکبری و همکاران، ۱۳۹۹). سبک‌های زندگی نقش مهمی در خلق هویت فردی و جمعی دارد و قادرند الگوهای رفتاری افراد در دنیای جدید را شکل دهند. در این میان رسانه‌های جمعی سهم عمده‌ای بر سبک‌های زندگی و الگوهای زندگی روزانه جامعه داشته و به شدت تأثیرگذار

بوده و افراد تحت تاثیر رسانه‌ها به سلايق و ارزش‌های خود شکل می‌دهند (يعقوبی‌دوست و همکاران، ۱۳۹۴). امروزه با پیشرفت ارتباطات، جوامع دست‌خوش تغييرات بسياری شده‌اند. رسانه‌های همگانی مانند تلویزیون، رادیو، اینترنت، ماهواره و... در سطح جامعه جایگاهی را اشغال کرده‌اند که از آن جایگاه به طور فزاینده چه در سطح ملی و چه در سطح بین‌المللی مطرح شده‌اند. از آن‌جا که فرهنگ‌ها از طریق رسانه‌های جمعی جریان می‌یابند، اشکال متفاوت زندگی نیز توسعه می‌یابند. در این رابطه می‌توان گفت که رسانه‌ها بر شیوه زندگی و سلیقه‌های عمومی در سطح جامعه تاثیر می‌گذارند (توکلی، شاهزائی، ۱۳۹۶). با ظهور رسانه‌های متعدد در عصری که به تعبیری عصر دوم رسانه‌ها نام گرفته، اگرچه پیشرفت‌ها و فرصت‌های انکارناپذیری به وجود آمده است، اما ناگزیر چالش‌ها و تغييرات شگرفی نیز در ارکان زندگی انسان‌ها ایجاد شده است. در این راستا به نظر می‌رسد هر مطالعه‌ای در متن زندگی انسان‌ها، ناگزیر باید نگاهی به نقش و تاثیرات رسانه‌ها داشته باشد (گنجی و همکاران، ۱۳۹۸). یافته‌های علمی نشان می‌دهد که استفاده از رسانه‌های نوین تصویری به شکل‌گیری سبک زندگی ویژه‌ای می‌انجامد و در هر یک از جنبه‌های مختلف سبک زندگی، نظام ارزشی و جهان‌بینی متفاوتی را ایجاد می‌کند که منجر به کنش‌های گوناگونی از جانب افراد می‌شود و باعث می‌شود تا افراد در حوزه‌های مختلف زندگی خود از جمله اوقات فراغت و شیوه‌گذران آن، نگرش به ازدواج (شیوه همسرگزینی)، رفتارهای دینی و مدرگرایی از الگوهای متفاوتی پیروی کنند (فتحی، مختارپور، ۱۳۹۳). امروزه در جهان ارتباطات و عصر تبلیغات، رسانه، جایگاه مهمی در ترسیم آرمان‌ها و فرهنگ اجتماعی دارد. شبکه‌های گسترده جهانی در شکل‌دهی به افکار عمومی نقش مهمی دارند. رسانه به دلیل اثرگذاری بر ساحت‌های گوناگون زندگی منطقه خود، نقشی فراتر از تولید برنامه دارد (رازقی و همکاران، ۱۳۹۹). فضای ارتباطاتی اعم از حقیقی و مجازی در پذیرش و دست‌یابی افراد جامعه به ویژه جوانان به الگوهای ذهنی (نگرش‌ها) و عینی (رفتارها) نقش تعیین‌کننده‌ای ایفا می‌کند. در این میان در عرصه مجازی فعالیت رو به گسترش شبکه‌های اجتماعی به عنوان یکی از کارگزاران ایجاد تغييرات اجتماعی، واقعیتی انکارناپذیر است (شاهنوشی، تاجی، ۱۳۹۱). گستردگی و پیچیدگی جامعه انسانی در عصر کنونی، وجود رسانه‌های جمعی را در صحنه مناسبات اجتماعی انسان‌ها امری اجتناب‌ناپذیر نموده است. تصویری که از حقیقت در ذهن خود می‌سازیم نمادی از ادراک و برداشت ما از واقعیت محسوس و ملموس زندگی است. استفاده از ابزارهای نوین فناوری اطلاعاتی و ارتباطی به شکل‌گیری سبک زندگی ویژه‌ای می‌انجامد و در هر یک از جنبه‌های مختلف سبک زندگی، نظام ارزشی و جهان‌بینی متفاوتی را ایجاد می‌کند که منجر به کنش‌های گوناگونی از جانب افراد می‌شود و باعث می‌شود تا افراد در حوزه‌های مختلف زندگی خود از جمله اوقات فراغت و شیوه‌گذران آن، نگرش به ازدواج، رفتارهای اعتقادی و پیروی از مد رفتارهای متفاوتی داشته باشند (نوبخش، ۱۳۹۳). بر اساس آن‌چه مطرح شد، پژوهش حاضر با هدف مروری بر تاثیرات شبکه‌های اجتماعی بر تغيير سبک زندگی مردم انجام شد.

۳- نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر مروری بر تاثیرات شبکه‌های اجتماعی بر تغيير سبک زندگی مردم انجام گرفت. سبک زندگی خانواده در سلامت نوجوانان نقش اساسی دارد و عامل زیربنایی در سلامت آینده جوانان محسوب می‌گردد. سیاست‌گذاران اجتماعی با آموزش الگوهای سبک زندگی موثر در خانواده بر اساس شناخت رشد و تکامل فردی سلامت نوجوانان و آینده آن‌ها را در خانواده تضمین می‌کنند (رحیمی، ۱۳۹۹). از نظر محققین، سبک زندگی تاثیر

زیادتی بر معرفی الگوهای رفتاری، گرایش‌های ذهنی و شیوه زندگی افراد یک جامعه دارد. به عبارتی، مفهوم سبک زندگی به طور ویژه معرف کیفیت زندگی افراد یک جامعه است (مهری و همکاران، ۱۳۹۹). سبک زندگی نقش مهمی در سلامت جسمی و روان‌شناختی دارد. استرس و بحران‌ها تأثیر متفاوتی بر سبک زندگی افراد مختلف بدارند (محمدی و همکاران، ۱۳۹۹). شبکه‌های اجتماعی تغییرات بنیادین در سبک زندگی و فرهنگ جوامع مختلف ایجاد می‌کنند به شکلی که امروزه اعتیاد در استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی به معضلی برای نهاد خانواده در سراسر جهان تبدیل شده است. این شبکه‌های می‌توانند بر ادبیات افراد جامعه تأثیر بگذارند، پوشش آن‌ها و هم-چنین روابط با جنس مخالف را دگرگون کنند. کاربران شبکه‌های اجتماعی از این شبکه‌ها برای بیان رویدادهای زندگی خود، خاطرات، *موقعیت اجتماعی و مانند این‌ها استفاده می‌کنند و یا از طریق به اشتراک گذاشتن افکار و عقایدشان با دیگران به گفتگو می‌پردازند و بدین ترتیب احساسات گوناگون خود را به گونه‌ای تخلیه می‌کنند (توکلی‌اله‌آبادی، ۱۳۹۹). در دهه اخیر ابزارهایی که بیشترین پیشرفت فناوریانه را داشته است، توانسته ارتباطات انسانی را تحت تأثیر قرار دهد و این بستر همان رسانه‌های اجتماعی مانند تلگرام، اینستاگرام و واتس‌آپ بوده که بواسطه ویژگی‌های مثبت و چشم‌گیرشان، نه تنها در زندگی بزرگسالان و جوانان که زندگی کودکان را هم تحت‌الشعاع قرار داده‌اند. فضای شبکه‌های اجتماعی برای کودکان بالخص کودکان ناتوان، خطرات جبران‌ناپذیری می‌تواند داشته باشد اما با تهیه شبکه‌های اجتماعی ایمنی مخصوص همین کودکان، آموزش سواد رسانه‌ای به کودکان و والدین و مربیان و هم‌چنین کنترل و نظارت بزرگسالان بر نحوه استفاده کودکان معلول از امکانات فضای مجازی فراهم شده، می‌توان از شبکه‌های اجتماعی مناسب کودکان برای ارتباط با هم سن و سالان و یاد گرفتن درس‌های مختلف با کمترین میزان آسیب بهره‌مند شد (بهرامسری، ۱۳۹۹). فضای سایبرنتیک به عنوان یک فضای مجازی نوپدید، جذاب و فراگیر به سرعت جای خود را در عرصه تعاملات اجتماعی باز می‌کند. عده‌ای با خوش‌بینی مزیت‌های آن را بر می‌شمارند و برخی هم با بدبینی از مضرات آن هشدار می‌دهند، هر دو گروه نیز شواهدی بر مدعای خود دارند (عامری‌خیرآبادی، ۱۳۹۹). دیجیتالی شدن سبک‌های نوین زندگی را به جزئی اساسی و جدایی‌ناپذیر از زندگی انسان تبدیل کرده است. ارتقاء سطح سواد رسانه‌ای در جامعه ایرانی به ویژه برای خانواده‌ها در جهت آگاه‌سازی فرزندان‌شان در استفاده از فضای سایبر، یک نیاز و ضرورت برای فرهنگ، سیاست و امنیت ملی محسوب می‌شود (بختیاری و همکاران، ۱۳۹۹). ورود فناوری‌های جدید به زندگی انسان، در هر عصر و دوره‌ای بر زندگی فردی و به تبع آن بر فرهنگ عمومی و تمام مظاهر زندگی اجتماعی از اقتصاد و سیاست و خانواده تأثیرگذار بوده است. فناوری به همان اندازه که تأثیر مثبت در زندگی ما دارد، می‌تواند تأثیر منفی هم داشته باشد. البته استفاده‌ی زیاد از حد از فناوری بیش از همه ممکن است که در سبک زندگی ما تأثیرگذار باشد. آن چه در این زمینه باید راهکار پیش‌گیرانه به کار گرفته شود؛ آگاهی‌بخشی به کاربران در قالب برگزاری کلاس‌های آموزشی، قرار دادن واحد درسی با عنوان دانش رایانه‌ای برای دانش‌آموزان، برگزاری کلاس‌های آموزشی برای والدین جهت نظارت بر کودکان، اطلاع‌رسانی برخی از روش‌های پر تکرار ارتکاب جرایم سایبری در رسانه ملی، اخذ تدابیر امنیتی مناسب در محیط سایبر، استفاده از نرم افزارهای امنیتی به روز و آموزش نیروهای تعقیب کننده و پلیس به طور کاملاً سازمان یافته و تخصصی و اعمال شیوه‌های نظارتی از سوی نهادهای مسئول است (عباس-نژاد، شریفی، ۱۳۹۸). فضای مجازی- به طور مستقیم و غیر مستقیم- بر سبک زندگی کاربران، تأثیرات بانفوذی دارد؛ چرا که مروج سبک زندگی غربی بوده و هدف اصلی نیز نشانه گرفتن اعتقادات کاربران می‌باشد؛ لذا سبک

طراحان اصلی در فضای مجازی، زندگی غربی، علیرغم سیما و سطح مرفه خود، حاوی چالش‌های عمیقی است که آینده روشنی را نمایان نمی‌سازد در این میان، به نظر می‌رسد بسط تفکر توحیدی در فضای مجازی تنها راه ساختارشکنی ریشه‌های فرسوده سبک زندگی غربی است؛ چرا که سبک زندگی الهی و اسلامی بر مدار توحید در فضای مجازی، بستر رشد و تعالی فردی و اجتماعی را آماده ساخته و برای احیا و بازسازی این مهم، تلاش و همت همگان را می‌طلبد.

مراجع

- ✓ مهدوی‌کنی، محمدسعید. (۱۳۸۷). مفهوم «سبک زندگی» و گستره آن در علوم اجتماعی. تحقیقات فرهنگی ایران، ۱۱ (پیاپی ۱)، ۱۹۹-۲۳۰.
- ✓ مهدوی‌کنی، محمدسعید. (۱۳۸۷). مفهوم «سبک زندگی» و گستره آن در علوم اجتماعی. تحقیقات فرهنگی ایران، ۱۱ (پیاپی ۱)، ۱۹۹-۲۳۰.
- ✓ استاجی، زهرا، و اکبرزاده، رویا، و تدین‌فر، موسی‌الرضا، و رهنما، فاطمه، و زردشت، رقیه، و نجار، لادن. (۱۳۸۵). بررسی سبک زندگی در ساکنین شهر سبزوار. دانشگاه علوم پزشکی سبزوار (اسرار)، ۱۳ (۳ مسلسل ۴۱)، ۱۳۴-۱۳۹.
- ✓ قلمکاریان، سیدمحمد و دهقان، مرضیه. (۱۳۹۹). مقایسه سبک زندگی اسلامی و سبک زندگی غربی، ششمین کنفرانس بین‌المللی علوم مدیریت و حسابداری، تهران.
- ✓ سلمانی، محمدرضا و کاشف‌نیا، فاطمه. (۱۳۹۹). سبک زندگی سالم و سلامت روانی، پنجمین همایش بین‌المللی افق‌های نوین در علوم تربیتی، روان‌شناسی و آسیب‌های اجتماعی، تهران.
- ✓ امامی‌زاد کلوچه، مریم و امینی‌آذر، ندا و صادقیان، الهه و رنجبری، سمانه. (۱۳۹۹). سبک زندگی سالم، هفتمین همایش ملی علمی پژوهشی روان‌شناسی و علوم تربیتی، شیروان.
- ✓ پسندیده، طاهره و جعفری‌کلبر، فاطمه. (۱۳۹۹). سبک زندگی مدرن در بین نسل مدرن، پنجمین کنفرانس بین‌المللی علوم انسانی، اجتماعی و سبک زندگی.

- ✓ چنانی، زهرا. (۱۳۹۹). سبک زندگی با رویکرد دین و معنویت و مقایسه‌ی آن با نظریه‌های مرتبط در حوزه‌ی علوم اجتماعی، دومین همایش ملی روان‌شناسی و سلامت با محوریت سبک زندگی، شیراز.
- ✓ سپهری، مریم و خامنیا، ژیلا. (۱۳۹۸). تاثیر سبک زندگی اسلامی بر سلامت روان، سومین همایش ملی روان‌شناسی، تعلیم و تربیت و سبک زندگی، قزوین.
- ✓ عبادی، عباس، و شمسی، افضل، و تابانزاد، زینب، و سعید، یاسر. (۱۳۹۳). مقایسه سبک زندگی افراد نظامی و غیرنظامی. طب انتظامی، ۳(۳)، ۱۵۹-۱۶۶.
- ✓ عطایی، زهرا، و اله وردی، اکرم، و دهنوعلیان، عاطفه، و اروجی، آرزو. (۱۳۹۷). ارتباط سبک زندگی و سلامت عمومی در سالمندان شهرستان نیشابور. نشریه پرستاری ایران، ۳۱(۱۱)، ۱۹-۱۰.
- ✓ محمدی‌زیدی، عیسی، و پاک‌پورحاجی‌آقا، امیر، و محمدی‌زیدی، بنفشه. (۱۳۹۰). روایی و پایایی نسخه فارسی پرسشنامه سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران (نامه دانشگاه)، ۳۱(۱) (ویژه نامه)، ۱۰۳-۱۱۳.
- ✓ توکلی‌نیا، جمیله، و مجیدی‌خامنه، بتول، و حیدری، مرتضی. (۱۳۹۵). ارزیابی اثرات فضاهای عمومی در تغییر سبک زندگی، مورد مطالعه منطقه ۱۸ تهران. مطالعات برنامه‌ریزی سکونت‌گاه‌های انسانی (چشم‌انداز جغرافیایی)، ۱۱(۳۶)، ۸۷-۱۰۱.
- ✓ امیری، امین، و رخشانی، فاطمه، و فرمانبر، ربیع‌اله. (۱۳۹۲). تاثیر برنامه آموزشی مبتنی بر مدل بزنف بر سبک زندگی سالم رانندگان تاکسی شهر لنگرود. مجله دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه (طنین سلامت)، ۱(۴)، ۴۵-۵۴.
- ✓ رحیمی، فاطمه. (۱۳۹۹). بررسی سبک زندگی و رابطه آسیب‌پذیری اجتماعی خانواده با هویت جوانان، پنجمین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روان‌شناسی و مطالعات اجتماعی ایران، تهران.
- ✓ مهری، سودابه و سهیلی، جمال‌الدین و ذبیحی، حسین. (۱۳۹۹). تأثیر سبک زندگی بر روابط فضایی خانه‌های اعیان‌نشین دوره قاجار در مازندران.

- ✓ محمدی، ریحانه و محمدی، نواله. (۱۳۹۹). تأثیر استرس ناشی از کووید-۱۹ بر سبک زندگی جوانان، دومین همایش ملی روان‌شناسی و سلامت با محوریت سبک زندگی، شیراز.
- ✓ اخلاقی، حلیمه، و شرف‌الدین، سیدحسین، و صفورایی پاریزی، محمدمهدی، و عزیزی کیا، غلامعلی. (۱۳۹۴). مبانی انسان‌شناختی سبک زندگی طیبیه از دیدگاه قرآن. پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده، ۲(۵)، ۹-۳۷.
- ✓ اخلاقی، حلیمه، و شرف‌الدین، حسین، و صفورایی پاریزی، محمدمهدی، و عزیزی کیا، غلامعلی. (۱۳۹۶). مبانی هستی‌شناختی سبک زندگی طیبیه از دیدگاه قرآن کریم. پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده، ۵(۸)، ۷-۱۲۸.
- ✓ دانش‌مهر، حسین، و محمدی، جمال، و حسن‌خانی، الناز. (۱۳۹۸). پوشش و معنای اجتماعی آن به میانجی سبک زندگی. مطالعات اجتماعی - روان‌شناختی زنان (مطالعات زنان)، ۱۷(۱)، ۹۵-۱۳۰.
- ✓ ابراهیمی، قربانعلی، و بهنویی‌گنده، عباس. (۱۳۸۹). سبک زندگی جوانان: بررسی جامعه‌شناختی سبک زندگی و مولفه‌های آن در بین دختران و پسران شهر بابلسر. مطالعات فرهنگی و ارتباطات، ۱۸(۱)، ۱۳۵-۱۶۰.
- ✓ ابراهیم‌آبادی، حسین. (۱۳۹۲). رویکردی میان رشته‌ای به سبک زندگی؛ با نگاهی به جامعه ایران. مطالعات میان رشته‌ای در علوم انسانی، ۵(۴ (پیاپی ۲۰)، ۳۳-۵۴.
- ✓ صادقی‌ده‌چشمه، ستار و شریعت، سعیده. (۱۳۹۴). سبک زندگی ایرانی اسلامی، اولین کنفرانس پدافند غیرعامل در علوم انسانی، علوم اجتماعی، اقتصاد، مدیریت و توسعه پایدار، قم.
- ✓ حاجیلو، فتنه، و یزدخواستی، بهجت، و علیزاده اقدم، محمدباقر. (۱۳۹۳). بررسی رابطه سبک زندگی مصرفی با شاخص ردپای بوم‌شناختی. محیط‌شناسی، ۴۰(۳ (پیاپی ۷۱)، ۵۸۹-۶۰۲.
- ✓ چرکزی، عبدالرحمان، و کوچکی، قربان محمد، و شهنازی، حسین، و اکرامی، زلیخا، و بهادر، الیاس. (۱۳۸۹). بررسی سبک زندگی معلمان شاغل در شهرستان گرگان در سال ۱۳۸۸.
- تحقیقات نظام سلامت، ۶(۳)، ۵۲۲-۵۳۱.

- ✓ نیازی، محسن. (۱۳۹۰). رابطه بین سبک زندگی و میزان هویت ملی (مطالعه موردی: شهروندان شهر کاشان در سال ۱۳۸۹). مطالعات فرهنگی و ارتباطات، ۷(۲۴)، ۱۲۹-۱۵۷.
- ✓ شارع‌پور، محمود، و ودادهیر، ابوعلی. و قربان‌زاده، سکینه. (۱۳۸۹). تحلیل جنسیتی تصادف با تاکید بر مفهوم سبک زندگی سالم مطالعه موردی: جوانان شهر تهران. زن در توسعه و سیاست (پژوهش زنان)، ۸(۲) (پیاپی ۲۹)، ۶۹-۹۲.
- ✓ آذرائین، شرف. (۱۳۹۹). ارزیابی تاثیر سبک زندگی بر میزان تاب‌آوری شهری به عنوان الگوی برای پیشرفت، سیزدهمین کنگره ملی پیشگامان پیشرفت، تهران.
- ✓ معاون، زهرا. (۱۳۹۹). جهانی شدن فرهنگی، سبک زندگی و گردشگری، چهارمین کنفرانس بین‌المللی علوم انسانی، اجتماعی و سبک زندگی.
- ✓ مهدی‌زاده، سیدمحمد، و خاشعی، رضا. (۱۳۹۷). نقش رسانه‌ها در انتخاب سبک‌های زندگی سلامت‌محور (با تأکید بر مصرف رسانه‌ای شهروندان شهر تهران). پژوهش‌های ارتباطی (پژوهش و سنجش)، ۲۵(۲) (پیاپی ۹۴)، ۵۱-۷۸.
- ✓ شالچی، وحید. (۱۳۸۷). سبک زندگی جوانان کافی‌شاپ. تحقیقات فرهنگی ایران، ۱۱(۱) (پیاپی ۱)، ۹۳-۱۱۵.
- ✓ حسنی، محمدحسین، و ذکایی، محمدسعید، و طالبی، ابوتراب، و انتظاری، علی. (۱۳۹۶). مفهوم‌سازی سبک زندگی فرهنگی. جامعه‌پژوهی فرهنگی، ۸(۱)، ۲۳-۴۵.
- ✓ نیازی، محسن، و افرا، هادی، و نژادی، اعظم، و سخایی، ایوب. (۱۳۹۷). فراتحلیل رابطه سرمایه فرهنگی و سبک زندگی. جامعه‌شناسی کاربردی (مجله پژوهشی علوم انسانی دانشگاه اصفهان)، ۲۹(۴) (پیاپی ۷۲)، ۱-۱۹.
- ✓ سیدی، فرانک، و بیرقی، محمدرحیم. (۱۳۹۱). بررسی تطبیقی روابط اجتماعی سبک زندگی دینی و سبک زندگی مدرن با تاکید بر جامعه ایران. پژوهش دینی، ۳۵(۲)، ۳۵-۶۴.
- ✓ نصرتی، شیماء، و ذوالفقاری، ابوالفضل. (۱۳۹۱). تاثیر میزان دینداری بر سبک زندگی جوانان تهرانی. پژوهش اجتماعی، ۵(۱۴)، ۱۰۱-۱۱۷.

- ✓ جوکار، محبوبه. (۱۳۹۳). مدرنیته، تغییر سبک زندگی و کاهش جمعیت در ایران. پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده، ۲(۲)، ۳۹-۶۹.
- ✓ سجاسی قیداری، حمداله، و صادق لو، طاهره، و شهدادی، علی. (۱۳۹۴). اثرات جهانی شدن بر تغییرات سبک زندگی در نواحی روستایی. مطالعات میان رشته‌ای در علوم انسانی، ۷(۴) (پیاپی ۲۸)، ۱۵۳-۱۸۸.
- ✓ ایمان، محمدتقی، و مرحمتی، ندا. (۱۳۹۳). تبیین جامعه‌شناختی گرایش جوانان به سبک زندگی مدرن در شهر شیراز. جامعه‌شناسی کاربردی (مجله پژوهشی علوم انسانی دانشگاه اصفهان)، ۲۵(۳) (پیاپی ۵۵)، ۱-۲۰.
- ✓ دالوندی، اصغر، و سیدباقرمداح، سادات، و خانکه، حمیدرضا، و بهرامی، فاضل، و پروانه، شهریار، و حسام زاده، علی، و دالوندی، نبوشا، و کیانی، تیم. (۱۳۹۱). تبیین سبک زندگی سلامت محور مبتنی بر فرهنگ اسلامی. تحقیقات کیفی در علوم سلامت، ۱(۴)، ۳۳۲-۳۴۳.
- ✓ شالچی، وحید، و ضیاجی، محدثه. (۱۳۹۳). تفاوت‌های نسلی در سبک زندگی (مطالعه موردی: شهروندان منطقه ۱ تهران). مطالعات توسعه اجتماعی - فرهنگی، ۳(۱)، ۶۹-۹۱.
- ✓ رحمتی، محمد مهدی، و بخشی، سعادت. (۱۳۹۴). سبک زندگی و الگوی مصرف (مورد مطالعه: تلفن همراه). تحقیقات فرهنگی ایران، ۸(۴) (پیاپی ۳۲)، ۱۱۹-۱۴۲.
- ✓ غلام‌نیا، زهرا و اخگری، محمد. (۱۳۹۹). رادیو و استفاده از ظرفیت رسانه‌های نو برای ترویج سبک زندگی سلامت، ششمین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی.
- ✓ جناب‌زاده، سعیده. (۱۳۹۹). بررسی نقش ماهواره در تغییر سبک زندگی بر اساس آیات و روایات، چهارمین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های دینی، علوم اسلامی، فقه و حقوق در ایران و جهان اسلام، کرج.
- ✓ طیب، مرتضی و زارع‌قنات‌نویی، زهرا. (۱۳۹۹). تأثیر فضای مجازی بر سبک زندگی و تغییر هویت نوجوانان، دومین همایش ملی روان‌شناسی و سلامت با محوریت سبک زندگی، شیراز.

- ✓ فتاحی، الهام و نیک‌بخت، علی. (۱۳۹۹). تاثیر فضای مجازی بر سبک زندگی جوانان ۱۸-۳۵ ساله شهرستان سمیرم در ایام همه‌گیری ویروس کرونا، دومین همایش ملی روان‌شناسی و سلامت با محوریت سبک زندگی، شیراز.
- ✓ موسوی، سمیرا، و راد، فیروز. (۱۳۹۴). بررسی رابطه میزان و نحوه استفاده از رسانه‌های جمعی با سبک زندگی شهروندان شهر تبریز. مطالعات جامعه‌شناسی، ۷(۲۸)، ۲۵-۳۹.
- ✓ بیات، محمدرکیم، و منوچهری، روح اله. (۱۳۹۴). نقش رسانه‌های اجتماعی در سبک زندگی اعضای کتابخانه‌های عمومی با تحلیل "سوات" (مطالعه موردی: شهر شیراز). مطالعات رسانه-های نوین، ۱(۳)، ۲۳۳-۲۷۰.
- ✓ پرچمی، داود و درخشان، فاطمه. (۱۳۹۹). سبک زندگی اجتماعی و عوامل موثر بر آن (مطالعه موردی شهر تهران)، چهارمین کنفرانس بین‌المللی علوم انسانی، اجتماعی و سبک زندگی.
- ✓ سلطانی‌عرب، حسین. (۱۳۹۹). نقش فضای سایبر بر سبک زندگی، پنجمین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین حسابداری، مدیریت و علوم انسانی در هزاره سوم، کرج.
- ✓ توکلی‌اله‌آبادی، مهدی. (۱۳۹۹). تاثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک زندگی، ششمین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی.
- ✓ بهرامسری، شیما. (۱۳۹۹). تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی کودکان معلول، هفتمین کنفرانس بین‌المللی دستاوردهای نوین پژوهشی علوم تربیتی، روان‌شناسی و علوم اجتماعی، اصفهان.
- ✓ عامری‌خیرآبادی، غلامحسین. (۱۳۹۹). نقش‌پذیری هویت خانوادگی از فضای سایبر و تاثیر آن بر سبک زندگی خانواده‌های ایرانی، کنفرانس ملی مؤلفه‌های تمدن‌ساز در بیانیه گام دوم انقلاب، مشهد.
- ✓ بختیاری، آمنه و امیرمظاهری، امیرمسعود و نصیری، بهاره. (۱۳۹۹). شناسایی مقوله‌های موثر در سبک زندگی رسانه‌ای خانواده‌ها.

- ✓ محمد، محمد مهدی و داداش‌زاده، جواد و فرزاد، روح‌الله و گرزین، عباس. (۱۳۹۹). تأثیر شبکه اجتماعی اینستاگرام بر ابعاد سبک زندگی کارکنان نظامی (مورد مطالعه: یکی از شهرک‌های نظامی ندامت‌آباد).
- ✓ خادمیان، طلیعه و کلهری، محمدجواد. (۱۳۹۹). رابطه اینستاگرام با گرایش جوانان به سبک زندگی مدرن (مورد مطالعه: جوانان شهر تهران).
- ✓ عباسی، عاطفه و جعفری، علی. (۱۳۹۹). تأثیر کنش‌های اینستاگرامی سلبریتی‌ها بر سبک زندگی کاربران ایرانی.
- ✓ اکبری، تقی و هاشمی، جواد و کاظمی، سلیم و جاویدپور، مرتضی و متولی کسمایی، مریم. (۱۳۹۹). تبیین تأثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک زندگی جوانان (مورد مطالعه: جوانان شهر اردبیل).
- ✓ سعادت‌سیرت، ناهید و فرقانی، محمد مهدی. (۱۳۹۹). شکل‌گیری سبک زندگی نوین در الگوپذیری جوانان از شبکه‌های اجتماعی موبایل‌محور.
- ✓ مرتضوی، سیدشهریار و کامیابی، علی و حسینی‌نژاد، عباس. (۱۳۹۸). تأثیر فضای مجازی بر سبک زندگی، پنجمین کنفرانس دستاوردهای نوین و به روز در علوم مهندسی و فناوری‌های جدید، رشت.
- ✓ عباس‌نژاد، جعفر و شریفی، علی اکبر. (۱۳۹۸). بررسی علل و عوامل بروز، افزایش و فراوانی بزه‌دیدی زنان و کودکان در فضای سایبری با تأکید بر سبک زندگی و راهبردهای پیش‌گیرانه، دومین کنفرانس ملی پدافند سایبری، مراغه.
- ✓ احمدی، مجتبی و جلالیان، امیررضا و هادزاد، فرنود. (۱۳۹۸). تأثیر فضای مجازی بر سبک زندگی انسان‌ها، چهارمین کنفرانس ملی ایده‌های نوین در فنی و مهندسی، رشت.
- ✓ اکبری، شیما و جعفری، علی و سلطانی‌فر، محمد. (۱۳۹۸). نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی بر گرایش شهروندان تهرانی به سبک زندگی غربی، دومین کنفرانس بین‌المللی مطالعات میان رشته علوم انسانی و اسلامی ایران، تهران.

- ✓ یعقوبی دوست، محمود، و شاهون‌وند، بهروز، و جولا، غلامرضا، و مرادی، عزیزعلی. (۱۳۹۴). بررسی رابطه رسانه‌های دیداری و سبک زندگی (مورد مطالعه: جوانان شهر اهواز). جامعه‌شناسی مطالعات جوانان. 6(18), 167-198. (SOCIOLOGICAL STUDIES OF YOUTH)
- ✓ توکلی، مرتضی، و شاهزائی، عبدالمجید. (۱۳۹۶). تحلیل تاثیر قدرت رسانه‌ها بر سبک زندگی روستاییان مرزنشین (زهک) سیستان. مطالعات قدرت نرم، ۷(۱۶)، ۲۰۸-۲۲۸.
- ✓ گنجی، محمد، و نیازی، محسن، و مهربان، زهرا. (۱۳۹۸). گونه‌شناسی سبک زندگی با تاکید بر نقش رسانه در میان زنان شهر شیراز. پژوهش‌های جامعه‌شناسی معاصر، ۸(۱۴)، ۱۵۵-۱۸۹.
- ✓ فتحی، سروش، و مختارپور، مهدی. (۱۳۹۳). بررسی نقش و تاثیر رسانه‌های نوین تصویری در تغییر سبک زندگی (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه علوم و تحقیقات تهران). مطالعات توسعه اجتماعی ایران، ۶(۲) (مسلسل ۲۲)، ۱۰۱-۱۱۸.
- ✓ رازقی، رحمت، و نورایی، محسن، و حسینی، زینب‌سادات، و موسوی، سیدمحسن، و خجسته باقرزاده، حسن. (۱۳۹۹). ترویج سبک زندگی اجتماعی با استناد بر قرآن و سنت و با تاکید بر هنرهای تصویری در رسانه. مطالعات هنر اسلامی، ۱۷(۳۹)، ۱۸۰-۱۹۵.
- ✓ شاهنوشی، مجتبی، و تاجی، محمدرضا. (۱۳۹۱). تاثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی جوانان شهرستان شهرکرد. مطالعات ملی، ۱۳(۳) (۵۱)، ۰-۰.
- ✓ نوابخش، فرزاد. (۱۳۹۳). تغییرات سبک زندگی در فرآیند توسعه ابزارهای نوین فناوری. مطالعات توسعه اجتماعی ایران، ۶(۲) (مسلسل ۲۲)، ۴۵-۶۳.