

9th International Conference on Humanities, Social Sciences and Lifestyle



مختصات سبک زندگی سالم در بافت خانواده

(با تکیه بر سازه های معنویت، مدیریت و مهارت و الگو پذیری)

بهمن اکبری*

حمیده سرخسی**

چکیده

بی تردید خانواده یکی از قدرتمندترین ریخت ها و بافت های جامعه می باشد؛ همچنین به عنوان هسته ی اصلی و سلول بنیادینی است که بافت های جامعه را ترمیم و ایجاد می کند، این بافت دارای رسالتی است که در شکل گیری تمدن اسلامی به عنوان هدف نهایی نقش اساسی را ایفا می کند. لذا توجه به ساختار خانواده و برخورداری از سبک زندگی سالم و مهارتی کردن سازه های تأثیرگذار در آن می تواند در شکل گیری خانواده های تولیدزا و فعال و توسعه نیروی متعهد و متخصص برای بافت های جامعه انکارناپذیر باشد. از آنجا که اقتدار و امنیت جامعه، و نیروی تولید و ابعاد فرهنگی و اجتماعی و اقتصادی و سلامت روانی اجتماع متأثر از بافت خانواده است، توجه به شکل گیری خانواده سالم و بهنجار و از طرفی تأکید بر سازه هایی که در تحکیم و بنیان و ایمن سازی خانواده نقش محوری دارند؛ می تواند، بنحو راهبردی و کاربردی در بدنه جامعه بشکل ترمیمی و جایگزینی و توسعه ای در ابعاد مزبور اثرگذار باشد. از سویی این روند وقتی مطلوب جلوه می کند که خانواده در نقش پذیری از الگوها، و برخورداری از اعتقاد و معنویت (هوش معنوی) و توجه به مدیریت سالم و تقویت و تثبیت مهارت های کلیدی؛ زمینه های رشد و بالندگی خود و بالتبع آن در بالندگی و اقتدار و توسعه جامعه اثرگذار باشد. در این پژوهش ما سعی کرده ایم برای سامانی یک خانواده مطلوب و اثرگذار در بافت جامعه، ضمن تبیین ابعاد خانواده سالم و ناسالم به بررسی ابعاد محوری چون تأثیر معنویت و اعتقاد و مدیریت، و الگوپذیری خانواده با تقویت مهارت ها برای رسیدن به یک سبک زندگی سالم که یکی از سازه های شکل گیری تمدن نوین اسلامی و ایرانی است؛ پرداخته شود؛ چراکه ترسیم خانواده سالم نیازمند توجه وافر به مؤلفه های سخت افزاری و نرم افزاری اثرگذار در این قدرتمندترین بافت جامعه می باشد که نهایت خروجی آن شکل گیری جامعه ی سالم و پی ریزی یک تمدن اسلامی است که مورد تأکید مقام معظم رهبری نیز بوده است.

کلید واژه ها: بافت خانواده، سازه های سبک زندگی سالم، معنویت، مدیریت و مهارت، الگوپذیری، جهت گیری مذهبی و سلامت روانی،

* نویسنده مسؤؤل: عضو هیأت علمی گروه معارف اسلامی، دانشگاه پیام نور، ص.ب. ۴۶۹۷-۱۹۳۹۵، تهران، ایران.

** کارشناسی حقوق، دانشگاه پیام نور، مرکز