

رابطه سبک زندگی اسلامی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان

در سال ۱۳۹۴

مطهره صفی^۱، شهرزاد نوری^۱، سپیده زارع^۱، محسن آزاد^۲

^۱ کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، بندرعباس، ایران، ^۲ گروه آمار زیستی، دانشکده پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، بندرعباس، ایران.

مجله طب پیشگیری سال چهارم شماره اول بهار ۹۶ صفحات ۵۱-۴۴

چکیده

مقدمه: سبک زندگی اسلامی یکی از سبک های مثبت زندگی انسان است. از طرفی شادکامی برای همه ی افراد در جوامع بشری یک هدف نهایی است اما در میان افراد و فرهنگ ها متفاوت است. لذا مطالعه حاضر با هدف تعیین رابطه سبک زندگی اسلامی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهر بندر عباس در سال ۱۳۹۴ انجام شد.

روش کار: این مطالعه توصیفی-تحلیلی بر روی ۱۱۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهر بندر عباس در سال ۱۳۹۴ انجام شد. ابزار گردآوری داده ها پرسش نامه ای محقق ساخته روا و پایا شده بود. اطلاعات جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار آماری SPSS16 و آزمون های آماری توصیفی و تحلیلی شامل آزمون تی مستقل، آنالیز واریانس یک طرفه و آزمون همبستگی پیرسون مورد تجزیه تحلیل قرار گرفت.

نتایج: میانگین سنی افراد مورد مطالعه ۲۱/۴۲ (SD = ۲/۱۸) بود. بر اساس تجزیه و تحلیل حاصل از آزمون پیرسون بین خودکارآمدی و سبک زندگی اسلامی رابطه معنی دار با همبستگی مثبت وجود داشت ($P < 0/001$ و $r = 0/412$). همچنین بین جنسیت و سبک زندگی اسلامی ارتباط معنی داری وجود داشت ($P = 0/033$).

نتیجه گیری: نتایج پژوهش حاضر بر طراحی و اجرای برنامه ها و کارگاه های آموزشی با تأکید بر سبک زندگی در افزایش شادکامی از طریق ارتقا رضایت از زندگی، گسترش فرهنگ مثبت اندیشی و خوش بینی، افزایش آگاهی در زمینه معارف دینی و حضور در اماکن مذهبی، روش های ارتقا بهداشت روانی و جسمانی تأکید دارد.

کلیدواژه ها: سبک زندگی اسلامی، شادکامی، دانشجویان، بندرعباس.

نویسنده مسئول:

مطهره صفی

کمیته تحقیقات دانشجویی،

دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان،

بندرعباس، ایران.

تلفن: ۹۸ ۹۱۷۱۲۵۸۳۷۱

پست الکترونیکی:

mtsafi1993@gmail.com

نوع مقاله: پژوهشی

دریافت مقاله: ۹۵/۷/۱۱ پذیرش مقاله: ۹۵/۱۲/۱۷

ارجاع: صفی مطهره، نوری شهرزاد، زارع سپیده، آزاد محسن. رابطه سبک زندگی اسلامی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان در سال ۱۳۹۴. طب پیشگیری.

۴۴-۵۱: (۱) ۱۳۹۵

مقدمه:

اسلامی تفاوتها و برتری هایی نیز وجود دارد که عبارتاند از:

۱- تعریف کهنتری و مهتری واقعی ۲- معیارهای احساس کهنتری و مهتری ۳- مبتنی بودن و نبودن بر دین ۴- جایگاه اراده در شکل گیری سبک زندگی ۵- توجه کافی و صحیح به نگرش معنویت ۶- کیفیت عمل کردن به سبک زندگی و غیره. در مفهوم

اولین بار آلفرد آدلر و پیروانش مفهوم سبک زندگی در روانشناسی را مطرح کردند. از آنجایی که نگاه آدلر بر روانشناسی، نگاهی توصیفی و ارزشی است، شباهتهایی با رویکرد اسلامی در آن قابل مشاهده می باشد؛ اما در سبک زندگی

نیز معتقد است که شادکامی در واقع بخش قابل توجهی از مفهوم رفاه ذهنی را تشکیل می‌دهد (۱۳). در حال حاضر یک حیطه‌ی کلی از علم روانشناسی با عنوان روانشناسی مثبت، اختصاص به درک فرآیند شادکامی در انسان دارد. درباره رابطه‌ی ابعاد مختلف سبک زندگی و شادکامی افراد، پژوهش‌های مختلفی انجام شده است. در اکثر مطالعات انجام شده، بین دین، مذهب و شادکامی رابطه مثبت و معناداری گزارش شده است. در پژوهش‌هایی رابطه مثبت و معنادار دین‌داری و میزان شادکامی (۱۴)، همبستگی مثبت و معنادار سبک زندگی اسلامی و شادکامی دانشجویان (۱)، رابطه مثبت و معنادار سبک زندگی اسلامی و سلامت روان دانشجویان (۱۵)، رابطه نگرش مذهبی و شادکامی (۱۶) گزارش شده است. Lima و Putnam در مطالعه خود گزارش نمودند افراد مذهبی رضایت بیشتری از زندگی دارند (۱۷). Headey و همکاران عنوان کردند افراد مذهبی رضایت بیشتری از زندگی دارند و بالعکس افرادی که از نظر مذهبی ضعیف‌ترند، رضایت کمتری از زندگی دارند (۱۸). با وجود آنکه شادکامی برای همه‌ی افراد در جوامع بشری یک هدف نهایی است اما در میان افراد و فرهنگ‌ها و حتی قشرهای مختلف، متفاوت است (۱۹). از سوی دیگر پژوهش‌هایی که در زمینه ارتباط ابعاد مختلف سبک زندگی اسلامی با شادکامی انجام شده است بسیار اندک است، لذا پژوهش حاضر به منظور بررسی رابطه‌ی سبک زندگی اسلامی و شادکامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بندرعباس در سال ۱۳۹۴ انجام گرفت.

روش کار:

پژوهش حاضر مطالعه‌ای توصیفی تحلیلی است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان دانشکده پرستاری، مامایی و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی در سال ۱۳۹۴ تشکیل دادند. حجم نمونه با توجه به نظر مشاور آماری و فرمول، ۱۱۰ نفر برآورد گردید. روش نمونه‌گیری به صورت طبقه‌ای نسبتی بود. بر اساس روش نمونه‌گیری صورت گرفته ۱۹ نفر از دانشجویان در رشته هوشبری، ۱۲ نفر در رشته رادیولوژی، ۳۹ نفر در

سبک زندگی اسلامی به آموزه‌های اسلامی و کلیت اسلام توجه شده است و تمام زندگی افراد و ابعاد آن با سبک زندگی اسلامی مرتبط است (۱). در علوم دیگر از قبیل علوم پزشکی، روان‌شناسی بالینی، مدیریت و ... مفهوم سبک زندگی مطرح می‌شود؛ اما در این قلمروها با شناخت‌ها و عواطف ارتباط مستقیم برقرار نمی‌شود و فقط به رفتاری خاص پرداخته می‌شود (۴، ۲). از آنجایی که سبک زندگی اسلامی مستلزم داشتن مبنای اسلامی است؛ نیت افراد، شناخت‌ها و عواطف در آن دخیل هستند. به عنوان مثال در نماز خواندن اگر اعتقاد به خداوند و معاد پشتوانه قرار داده نشود رفتار اسلامی محسوب نخواهد شد (۵).

سبک زندگی اسلامی یکی از سبک‌های مثبت زندگی انسان است و در واقع عهد و پیمانی بین انسان و خداوند وجود دارد که درهای روح را گشوده و انسان را به زندگی اسلامی و مدرن راهنمایی می‌کند تا او را به شادی در زندگی هدایت کند (۶). سبک زندگی اسلامی از ده شاخص اجتماعی، عبادی، باورها، اخلاق، مالی، خانواده، سلامت، تفکر و علم، دفاعی - امنیتی و زمان‌شناسی تشکیل شده است و نبود هر کدام باعث می‌شود که سبک زندگی اسلامی ناقص باشد، همچنین مرز هر کدام از این شاخص‌ها قابل شناسایی است و البته وجود همه آن‌ها در کنار هم نتیجه‌ای فراتر از حاصل جمع ساده آن‌ها به دست می‌دهد (۷). یکی از ابعاد که سبک زندگی بخصوص سبک زندگی اسلامی می‌تواند بر آن تأثیرگذار باشد شادکامی است. شادی در حوزه روانشناسی یک هیجان مثبت و احساسی است که شخص به کمک آن زندگی خود را معنادار و باارزش می‌داند (۹، ۸). لاما و کاتلر مهم‌ترین هدف زندگی را رسیدن به شادی می‌دانند زیرا انسان با هر مذهبی برای رسیدن به شادی تلاش می‌کند (۱۰). آرگایل در تعریف شادکامی آن را حالت خوشی یا سرور (هیجان مثبت)، راضی بودن از زندگی و فقدان افسردگی و اضطراب (هیجان منفی) معرفی می‌کند (۱۱). وین هون (۲۰۱۰) خاطرنشان می‌کند، شادکامی و به تعبیری، رضایت از زندگی از عناصر اصلی رفاه ذهنی محسوب می‌شود (۱۲). کومینز (۱۹۹۸)

رشته مامایی، ۷ نفر در رشته HIT (فناوری اطلاعات سلامت)، ۵ نفر در رشته پرستاری، ۱۹ نفر در رشته اتاق عمل و ۸ نفر در رشته علوم آزمایشگاهی مشغول به تحصیل وارد مطالعه شدند... ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه‌ای محقق ساخته مشتمل بر سه بخش بود. بخش اول را اطلاعات دموگرافیک از قبیل سن، جنس، محل سکونت، وضعیت تأهل و رشته تحصیلی را تشکیل داد. بخش دوم پرسشنامه سبک زندگی اسلامی بود. این بخش از پرسشنامه مشتمل بر ۱۴ سؤال بر اساس مقیاس لیکرت خیلی کم تا خیلی زیاد بود به گزینه خیلی کم امتیاز صفر، کم امتیاز یک، متوسط امتیاز دو، زیاد امتیاز سه، خیلی زیاد امتیاز چهار تعلق گرفت. برای شاخص روایی محتوای پرسشنامه طراحی شده را در اختیار ۵ نفر از اعضاء هیئت علمی قرار داده شد تا میزان مربوط بودن ساده بودن، مربوط بودن، واضح بودن هر یک از عبارات موجود در پرسشنامه را تعیین نمایند. برای تعیین پایایی ابزار از آزمون - باز آزمون استفاده گردید. بدین منظور پرسشنامه دو بار و به فاصله زمانی ده روز در اختیار یک گروه ۳۰ نفره از افراد مورد مطالعه قرار داده شد. داده‌های حاصل از دو آزمون برای تعیین ضریب همبستگی با همدیگر مقایسه گردید. این مقدار ۰/۸۱ به دست آمد.

بخش سوم پرسشنامه شادکامی بود. این پرسشنامه شامل ۶ سؤال و بر اساس مقیاس لیکرت خیلی کم تا خیلی زیاد بود. روایی پرسشنامه توسط پانل خبرگان و پایایی آن به وسیله Test-Retest مورد تأیید قرار گرفت.

روش کار بدین صورت بود که محقق پس از اخذ معرفی‌نامه از معاونت پژوهشی دانشگاه و هماهنگی با رئیس دانشکده‌ها و ارائه توضیحاتی مختصر درباره تحقیق و محرمانه بودن اطلاعات بی‌نام بودن پرسشنامه، همچنین کسب رضایت دانشجویان برای همکاری، شروع به جمع‌آوری داده‌ها کرد. داده‌ها پس از جمع‌آوری وارد SPSS نسخه ۱۶ گردید و با استفاده از آزمون‌های آماری توصیفی شامل فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار و آزمون‌های تحلیلی تی مستقل، آنالیز واریانس

یک‌طرفه و آزمون همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. سطح معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ از نظر آماری معنی‌دار تلقی گردید.

نتایج:

میانگین سنی افراد مورد مطالعه ۲۱/۴۲ (SD = ۲/۱۸) بود. از ۱۱۰ نفر مورد مطالعه ۴۱ نفر (۳۷/۳ درصد) مرد، ۶۳ نفر (۵۷/۳ درصد) ساکن خوابگاه و ۸۹ نفر (۸۰/۹ درصد) مجرد بودند. میانگین نمره سبک زندگی اسلامی در افراد مورد مطالعه ۶/۳۸ ± ۳۷/۸۶ و میانگین نمره خودکارآمدی ۳/۹۰ ± ۱۶/۹۱ بود. نمره سبک زندگی در مردان ۳۶/۵۰ ± ۶/۴۱ و در زنان ۳۸/۶۵ ± ۶/۲۷، نمره شادکامی در مردان ۱۵/۹۷ ± ۴ و در زنان ۱۷/۴۷ ± ۳/۷۷ بود.

بر اساس تجزیه و تحلیل حاصل از آزمون پیرسون بین خودکارآمدی و سبک زندگی اسلامی رابطه معنی‌دار با همبستگی مثبت وجود داشت (p < ۰/۰۰۱) و P = ۰/۴۱۲ (یعنی با افزایش سبک زندگی اسلامی، شادکامی در دانشجویان افزایش پیدا می‌کند).

بر اساس نتایج حاصل از آزمون تی مستقل بین سبک زندگی اسلامی با متغیرهای محل سکونت وضعیت تأهل ارتباط معناداری وجود نداشت (p > ۰/۰۵)؛ اما میانگین نمره سبک زندگی اسلامی در افراد غیر خوابگاهی و متأهلین بیشتر بود.

بر اساس نتایج حاصل از آزمون آنالیز واریانس یک‌طرفه، بین سبک زندگی اسلامی و رشته تحصیلی (p = ۰/۱۷۳) و شادکامی و رشته تحصیلی (p = ۰/۲۰۴) ارتباط معناداری مشاهده نشد. بین جنسیت و سبک زندگی اسلامی ارتباط معنی‌داری وجود داشت (p = ۰/۰۳۳)؛ و میزان نمره سبک زندگی اسلامی در جنس مؤنث بیشتر از جنس مذکر بود (جدول ۱).

جدول ۱- ارتباط بین سبک زندگی اسلامی با متغیرهای جمعیت شناختی در افراد مورد مطالعه

متغیر	گروه	سبک زندگی اسلامی	
		انحراف معیار	± میانگین
جنسیت	مذکر	۳۵/۵۰±۶/۴۱	۰/۰۳۳
	مؤنث	۳۹/۶۵±۶/۲۷	
محل سکونت	خوابگاهی	۳۷/۲۶±۶/۲۱	۰/۲۶۳
	غیر خوابگاهی	۳۸/۶۷±۶/۵۸	
وضعیت تأهل	مجرد	۳۷/۸۲±۶/۲۳	۰/۸۹۶
	متأهل	۳۸/۰۵±۷/۱۷	

بر اساس نتایج حاصل از آزمون تی مستقل بین شادکامی با متغیرهای جنسیت وضعیت تأهل ارتباط معناداری وجود نداشت ($p > 0.05$)؛ اما میانگین نمره شادکامی در گروه مؤنث و مجردها بیشتر بود (جدول ۱)؛ اما بین شادکامی و محل سکونت ارتباط معنادار بود ($p < 0.001$) افراد غیر خوابگاهی میانگین نمره بالاتری را در زمینه شادکامی به خود اختصاص داده بودند (جدول ۲).

جدول ۲- ارتباط بین شادکامی با متغیرهای جمعیت شناختی در افراد مورد مطالعه

متغیر	گروه	شادکامی	
		انحراف معیار	± میانگین
جنسیت	مذکر	۱۴/۹۷±۴/۰۰	۰/۰۵۵
	مؤنث	۱۸/۴۷±۳/۷۷	
محل سکونت	خوابگاهی	۱۵/۸۲±۴/۱	<0.001
	غیر خوابگاهی	۱۸/۳۸±۳/۲۷	
وضعیت تأهل	مجرد	۱۶/۹۶±۳/۸۵	۰/۸۰۴

بحث و نتیجه‌گیری:

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه سبک زندگی اسلامی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهر بندر عباس در سال ۱۳۹۴ انجام شد. براساس تجزیه و تحلیل حاصل از نتایج، بین شادکامی و سبک زندگی اسلامی رابطه معنی دار با همبستگی مثبت وجود داشت. نتایج پژوهش حاضر یا یافته های بیرامی و همکاران، کجباف و همکاران، اسدی و همکاران، قمری، کورف (۲۰۰۶)، بورن و همکاران (۲۰۱۰)، مجتبی عقیلی و ونتاش کومار (۲۰۰۸)، هولدر و همکاران، کلارک و لکنز (۲۰۰۹)، نشاط دوست و همکاران همراستا بود (۱، ۸، ۱۱، ۱۴، ۱۵، ۱۹-۲۳). تحقیقات در این زمینه نشان داده است که دین با افسردگی، خودخوری مخالف و با خوش رفتاری، امیدواری و نشاط موافق است و بسیاری از آموزه های اسلامی و موارد مطرح شده در زمینه شادی در یک جهت عنوان کرده، و افراد با باورهای مذهبی بالاتر از سلامت عمومی بیشتری برخوردار بودند (۲۴، ۲۵). اینگهارت در یک مطالعه فراتحلیل از ۱۴ کشور اروپایی دریافت که ۸۵ درصد کسانی که گفته بودند هفته ای یک بار یا بیشتر به کلیسا می روند، در مقایسه با ۸۲ درصد کسانی که گاهی به کلیسا می رفتند و ۷۷ درصد کسانی که اصلاً به کلیسا نمی رفتند، احساس رضایت بیشتری از زندگی می کردند (۲۶). در تبیین پیشبینی پذیری شادکامی از طریق مؤلفه عبادی سبک زندگی اسلامی میتوان گفت که اولاً سبک زندگی اسلامی می تواند به عنوان چهارچوبی مناسب برای رشد و تعالی انسان و هدایت افراد به سمت زندگی سالم عمل کند. در ثانی مؤلفه عبادی به وظایفی اشاره دارد که رابطه بین فرد و خداوند را نشان می دهد و اعم است از عبادات مشخص، مثل نماز، روزه، تلاوت قرآن، نکرهای مستحبی و حج، و رفتارهایی که رسماً نام عبادت ندارند، اما فرد به نیت اطاعت از خداوند آن را انجام می دهد (۷، ۶). بنابراین افرادی که در این مؤلفه از سبک زندگی اسلامی غنی هستند، انتظار می رود در ابعاد اجتماعی و

فردی مانند سلامت روان و شادی بهتر عمل کنند و از شادی و سلامت روان بیشتری برخوردار باشند.

لذا با توجه به گروه هدف مورد مطالعه به عنوان یک قشر حیاتی، در سطح نظری، توجه به رابطه ابعاد سبک زندگی اسلامی و شادکامی چندان مورد توجه پژوهشگران داخلی قرار نگرفته است؛ به همین دلیل انجام این پژوهش میتواند به عنوان شروع، توجه پژوهشگران داخلی را به این متغیرها جلب نماید. در سطح عملی معاونت های فرهنگی دانشگاه ها با همکاری مراکز مشاوره دانشگاه ها می توانند با برگزاری همایش، کارگاههای آموزشی، جلسات سخنرانی مرتبط، دانشجویان را با ابعاد سبک زندگی اسلامی و شادکامی آشنا نموده و آگاهی آنها را در این زمینه افزایش دهند. همچنین با ارائه دستاوردها و پیامدهای مثبت به کارگیری سبک زندگی اسلامی در ابعاد مختلف زندگی، دانشجویان را به اتخاذ و یا غنی سازی سبک زندگی اسلامی سوق دهند.

نتایج حاصل از مطالعه رابطه معنا داری را بین جنسیت و سبک زندگی اسلامی نشان داد. نتایج پژوهش حاضر با مطالعه چراغی و مولوی، Kanek Keshi و حسن، سلم آبادی و همکاران همراستا بود (۲۹، ۲۷: ۶). تفاوت در سبک زندگی دختران و پسران میتواند ناشی از عوامل گوناگون مانند تفاوت در ویژگیهای شخصیتی دختران و پسران، بافت اجتماعی نمونه های مورد مطالعه و طبقات اقتصادی-اجتماعی باشد.

نتایج مطالعه نشان داد که رابطه معنی داری بین شادکامی و جنسیت وجود ندارد. چنین نتیجه ای با یافته های Koivumaa-Honkanen، علی پور، صیامیان و همکاران همراستا بود (۳۲، ۳۰). همچنین مطالعه علوی تفاوت معنی داری را بین دانشجویان دختر و پسر دانشگاه های ایران به لحاظ شادکامی به دست نیاورد (۳۳).

یافته های حاصل از مطالعه ارتباط معنا داری را بین شادکامی و وضعیت تاهل نشان نداد. اما میانگین نمره در افراد متاهل بیشتر از افراد مجرد بود. نتایج مطالعه حاضر با مطالعه صیامیان و

همکاران همراستا بود (۳۲). اما با پژوهش Mastekaasa و عابدی و همکاران مغایرت دارد. آنان دریافتند که افراد متاهل در مقایسه با افراد مجرد و افراد متارکه کرده از شادکامی بیشتری برخوردارند، هم چنین متأهلان دارای فرزند، شادتر از متأهلان بدون فرزند هستند (۳۴، ۳۵). این تفاوت در مطالعه با مطالعات مغایر می تواند ناشی نوع ابزار جمع آوری اطلاعات و وضعیت اجتماعی گروه هدف باشد. با توجه به اینکه گروه هدف دانشجویان می باشند و از آن جا که ممکن است این گروه حداقل به اندازه تامین نیازهای اساسی زندگی، در آمد داشته باشند، بنابراین کم بودن میزان شادکامی آن ها می تواند تحت تاثیر این عامل باشد.

نتایج پژوهش حاضر بر طراحی و اجرای برنامه ها و کارگاه های آموزشی با تاکید بر سبک زندگی در افزایش شادکامی از طریق ارتقا رضایت از زندگی، گسترش فرهنگ مثبت اندیشی و خوش بینی، افزایش آگاهی در زمینه معارف دینی و حضور در اماکن مذهبی، روش های ارتقا بهداشت روانی و جسمانی تاکید دارد. همچنین از آنجایی که ابعاد سبک زندگی اسلامی به صورت کارآمد برای اکثر افراد جامعه ناشناخته است لذا پیشنهاد می گردد افزایش سطح آگاهی در این زمینه متناسب با پیشرفت های جامعه از راه های ارتباطی جدیدی همچون فضای مجازی برای عموم افراد به خصوص قشر جوان دانشجو صورت پذیرد تا بتوان میزان تاثیر سبک زندگی اسلامی بر شادکامی را به نحو موثرتری ارزیابی کرد.

محدودیت ها:

پژوهش حاضر تنها به بررسی نقش سبک زندگی اسلامی و شادکامی در بین دانشجویان پرداخته است، بنابراین نتایج فقط در جهت شناسایی تأثیر سبک زندگی اسلامی و شادکامی در بین دانشجویان حائز اهمیت هستند و از این جهت تعمیم نتایج به سایر گروه ها با محدودیت مواجه است و این یکی از محدودیت های این مطالعه است. همچنین این مطالعه سبک زندگی

اسلامی را به‌طور کلی مورد ارزیابی قرار داده است و به بررسی ابعاد سبک زندگی اسلامی پرداخته است؛ بنابراین انجام مطالعاتی که به بررسی دقیق‌تر ابعاد سبک زندگی اسلامی در دانشجویان بپردازد پیشنهاد می‌گردد. همچنین برای قضاوت دقیق‌تر پیرامون نقش ابعاد سبک زندگی اسلامی و شادکامی در بین دانشجویان و پیش‌بینی پذیری شادکامی از روی ابعاد سبک زندگی اسلامی و تعمیم نتایج، انجام پژوهش‌های جامع‌تر و با نمونه‌های بیشتر پیشنهاد می‌گردد.

سپاسگزاری:

از تمامی دانشجویان عزیز دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان و همچنین نظرات ارزشمند همکاران محترم که در اجرای این پژوهش ما را یاری نمودند تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

References

1. Kajbaf M, Sajjadiyan P, Kaviyani M, Anvari H. The relationship between Islamic life style and happiness about life satisfaction among University students in Isfahan. *Psychology and Religion*. 2012;4(4):61-74.
2. Dadipoor S, Haghighi H, Madani A, Ghanbarnejad A, Shojaei F, Hesam A, et al. Investigating the mental health and coping strategies of parents with major thalassemic children in Bandar Abbas. *Journal of education and health promotion*. 2015;4.
3. dadipoor S, Rajaei M, Ahmadi Kani Golzar A, Karimi T, Eghbali R, Hesam A, et al. Investigating the degree of mother-infant attachment among the visitors of Bandar Abbas hospitals. 2014;12 (2):17-23.
4. Dadipoor S, Ghiaspour T, Ramazankhani A, Aghamolaei T, Safari-Moradabadi A. Correlation of Smoking and Students' General Health at Bandar Abbas University of Medical Sciences. *Health Education & Health Promotion*. 2016;4(4):7-17.
5. Toghiani M. The Relationship of Islamic Life Style with Dysfunctional Attitudes in University Students. *JSR*. 2014;14(54):35-43.
6. Salmabadi M, Javan R, Rajabi A, Ebrahimi N. The Comparison of Islamic Lifestyle Factors and Perfectionism in Secondary School Teachers in Birjand. *Academic Journal of Psychological Studies*. 2015;4(2).
7. Kaviani M. Quantification and measurement of Islamic lifestyle. *Ravanshenasi-va- Din*. 2011;4(2):27-44.
8. Asadi M, Baratimoghdam B. The relationship between dimensions of islamic lifestyle and happiness among the student of Kharazmi University... *Islamic and Health Journal*. 2015;2(1):33-8.
9. Pour RMM, Ahadi H, Asgari P, Bakhtiyarpour S. Effectiveness Of Fordyce Happiness Training On Female Students' coping Strategies, Quality Of Life And Optimism. *journal of women & socitey*. 2015;6(23):25-40.
10. Azarbaijani M, Feyzi M. A Critique of Lifestyle from the Perspective of Dalai Lama Marefat Adyan. 2014;5(3):111-36.
11. Bayrami M, Hashemi T, Alaie P, Abdollahi AAV. Demographic Factors, Relying On The Islamic Religion And Family Functioning In Prediction Of Students' happiness In Tabriz University Of Medical Sciences, Iran. *Tahghight olum fanavari*. 2011;9(1):33-4.
12. Veenhoven R. Greater happiness for a greater number. *Journal of happiness studies*. 2010;11(5):605-29.
13. Cummins RA. The second approximation to an international standard for life satisfaction. *Social Indicators Research*. 1998;43(3):307-34.
14. Ghamari M. explore the relationship between religion and happiness between university students according to Gender and marital status... *Ravanshenasi-va- Din*. 2010;3(3):75-91.

15. Salmabadi M, Farahbakhsh K, Zolfaghari S, Sadeghi M. Evaluation of the relationship between islamic lifestyle and students' mental health at Birjand University. *Journal of Religion and Health*. 2015;3(1):1.
16. Aghili M, Venkatesh Kumar G. Relationship between religious attitude and happiness among professional employees. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. 2008;34:66-9.
17. Lim C, Putnam RD. Religion, social networks, and life satisfaction. *American sociological review*. 2010;75(6):914-33.
18. Headey B, Schupp J, Tucci I, Wagner GG. Authentic happiness theory supported by impact of religion on life satisfaction: A longitudinal analysis with data for Germany. *The Journal of Positive Psychology*. 2010;5(1):73-82.
19. Tobgay T, Dophu U, Torres CE, Na-Bangchang K. Health and Gross National Happiness: review of current status in Bhutan. *Journal of multidisciplinary healthcare*. 2011;4:293.
20. Gamary M. Reviewing the Relationship between Religiosity and Happiness Levels, among Students, with the Separation of Sex and Marital Situation. *Psychology and Religion*. 2010;3(3):75-91.
21. Korff S. Religious orientation as a predictor of life satisfaction within the elderly population. 2005.
22. Bourne PA, Morris C, Eldemire-Shearer D. Re-testing theories on the correlations of health status, life satisfaction and happiness. *North American journal of medical sciences*. 2010;2(7):311.
23. Holder MD, Coleman B, Wallace JM. Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8–12 years. *Journal of Happiness Studies*. 2010;11(2):131-50.
24. Clark AE, Lelkes O. Let us pray: religious interactions in life satisfaction. 2009.
25. Neshatdoust HT, Kalantari M, Mehrabi HA, Palahang H, Nouri N, Soltani I. Predicting factors of happiness in Mobarekeh steal Company personnel. *Journal of Applied Sociology* 2009;20(1):105-18.
26. Mirian A, Bagheri H, Berarikohi S. Study of Happiness and Excitement in Islam & Testaments View Culture in Islamic University. 2012;1(2):52-80.
27. Rajaei A, Bayazi MH, Habibipour H. Basic religious beliefs, Identity crisis and general health in young adults. *Journal of Developmental psychology*. 2010;6:97-107.
28. Inglehart R. *Culture shift in advanced industrial society*: Princeton University Press; 1990.
29. Cheraghi M, Mawlavi H. The relationship between different aspects of religiousness and mental health in students of Isfahan University. *Educational and Psychiatric Researches*. 2006;2(2):1-22.
30. Kanek Keshi A, editor *The relationship of practical belief in religious believers and mental health and finding entity in male and female students of Islamic Azad University*. Behbahan branch The international conference on psychology and its application in society Tehran, Iran; 2008.
31. Hassan SA, Shabani J, Ahmad A, Baba M. Moderating influence of gender on the link of spiritual and emotional intelligences with mental health among adolescents. 2011.
32. Koivumaa-Honkanen H, Kaprio J, Honkanen RJ, Viinamäki H, Koskenvuo M. The stability of life satisfaction in a 15-year follow-up of adult Finns healthy at baseline. *BMC psychiatry*. 2005;5(1):4.
33. Alipoor a, Noorbala aa. A preliminary evaluation of the validity and reliability of the Oxford happiness questionnaire in students in the universities of Tehran. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 1999;5(1):55-66.
34. Siamian H, Naeimi OB, Shahrabi A, Hassanzadeh R, Abazari MR, Khademloo M, et al. The status of happiness and its association with demographic variables among the paramedical students. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*. 2012;21(86):159-66.
35. Alavi HR. Correlatives of happiness in the university students of Iran (a religious approach). *Journal of Religion and Health*. 2007;46(4):480-99.
36. Mastekaasa A. Marital status, distress, and well-being: An international comparison. *Journal of Comparative Family Studies*. 1994:183-205.
37. Abedi MR, Mirshah Jafari E, Liaghatdar MJ. Standardization of the oxford happiness inventory in students of isfahan university. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2006;12(2):95-100.

Correlation of Islamic life-style and students' happiness in Bandar Abbas University of medical sciences in 2015

Motahareh Safi¹, Shahrzad Noori¹, Sepideh Zare¹, Mohsen Azad²

Student Research Committee, Hormozgan University of Medical Sciences, Bandar Abbas, Iran¹, Department of Biostatistics, Faculty of Para-Medicine, Hormozgan University of Medical Sciences, Bandar Abbas, Iran².

(Received 1 Nov, 2016

Accepted 7 Feb, 2017)

Original Article

Abstract

Introduction: Islamic life style adopts a positive approach to human life and is concerned with Islamic instructions and deals with all aspects of human life. On the other hand, happiness is a goal pursued in all human communities, but it differs across individuals and cultures. Therefore, the present research aimed to investigate the correlation between happiness and Islamic life style in the students of Bandar Abbas University of medical sciences in 2015.

Methods: The present descriptive-analytical research was conducted on 110 students affiliated with the nursing, midwifery and paramedical faculties of Bandar Abbas University. The data collection instrument was a questionnaire developed by the researchers. The validity of the questionnaire was confirmed by a panel of experts and its reliability was checked and confirmed through the test-retest method. The data were statistically analyzed using SPSS ver.16.

Results: The average age of the participants was 42.21 ± 8.2 years. Pearson's correlation test revealed a significant positive correlation between self-efficacy and Islamic life style ($p < .001$, $r = .412$). Similarly, a statistically significant correlation was found between sex and Islamic life style ($p = 0.033$).

Conclusion: This study showed that Islamic life style can enhance the happiness. The findings of this study emphasize on the need for conducting educational programs and workshops regarding the effect of Islamic life style on happiness, life satisfaction, optimism, and mental health.

Key words: Islamic life style, happiness, students, Bandar Abbas

Citation: Safi M, Noori Sh, Zare S, Azad M. Correlation of Islamic life-style and students' happiness in Bandar Abbas University of medical sciences in 2015. *Journal of Preventive Medicine* 2016; 4(1):44-51.

Correspondence:

Motahareh Safi,

Student Research Committee,

Hormozgan University of

Medical Sciences, Bandar

Abbas, Iran

Tel: +9891713586717

Email:

mtsafi1993@gmail.com