



## The Role of the Islamic Lifestyle in Preventing Emerging Social Harms among University Students

Siyamak Baharvand<sup>1</sup>, Seyfoddin Bazvand<sup>2</sup>

### Abstract

**Field and Aims:** Given the rapid expansion of emerging social harms in university environments, this study was conducted to elucidate the role of the Islamic lifestyle as an active and empowering preventive system in addressing these challenges. The primary focus of the research was on proposing practical strategies for institutionalizing this lifestyle among university students.

**Method:** This article was written using a descriptive \_ analytical approach.

**Findings and Conclusions:** This study, drawing on an analysis of theoretical foundations and existing research evidence, demonstrated that the Islamic lifestyle grounded in components such as trust in God, piety, modesty, and social responsibility, and accompanied by practical strategies provides the basis for the formation of a network of internal and external safeguards. The findings indicate that, on the one hand, this lifestyle addresses identity crises by endowing life with meaning, and on the other hand, by offering concrete indicators, it presents a practical model for an elevated and purposeful way of living. The results emphasize the necessity of moving from restrictive and prohibitive approaches toward affirmative and constructive strategies, and regard success in this process as contingent upon cooperation among three key institutions: the family, the university, and the media. Families, by shifting their role toward that of guidance and counseling; universities, by transforming into comprehensive educational and formative centers; and the media, by providing role models in virtual spaces, can all play an effective role in institutionalizing this lifestyle. Overall, by integrating spirituality with practice, the Islamic lifestyle has the capacity to transform the university into an environment conducive to nurturing a committed and future-oriented generation and to preventing social harms. Nevertheless, the realization of this potential requires coherent planning and further applied research.

**Keyword:** Lifestyle, Social Harm, Prevention, Students, University, Family.

\* Citation (APA): Baharvand,S. and Bazvand,S. (2025). The Role of the Islamic Lifestyle in Preventing Emerging Social Harms among University Students. *Applied criminology research*, 3(10), 155-177.

[https://www.qacr.ir/article\\_732991.html?lang=en](https://www.qacr.ir/article_732991.html?lang=en)

1. Associate Professor, Department of Geology, Khorramabad Branch, Islamic Azad University, Khorramabad, Iran. (Corresponding Author). Email: siamak.baharvand@iau.ac.ir

2. Lecturer, Department of Law, Shahriyar Branch, Islamic Azad University, Iran. Email: Yahosein10104748@gmail.com



## نقش سبک زندگی اسلامی در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی نوظهور در میان دانشجویان

سیامک بهاروند<sup>۱</sup>، سیف‌الدین بازوند<sup>۲</sup>

## چکیده

**زمینه و هدف:** با توجه به گسترش فزاینده آسیب‌های اجتماعی نوظهور در محیط‌های دانشگاهی، این پژوهش با هدف تبیین نقش سبک زندگی اسلامی به عنوان یک نظام پیشگیرانه فعال و توانمندساز در مقابله با این چالش‌ها انجام شد و تمرکز اصلی بر ارائه راهکارهای عملی برای نهادینه‌سازی این سبک زندگی در میان دانشجویان بود.

**روش:** این مقاله به روش توصیفی-تحلیلی نگارش یافته است.

**یافته‌ها و نتایج:** این مطالعه، با اتکا به تحلیل مبانی نظری و شواهد پژوهشی موجود، نشان داد که سبک زندگی اسلامی مبتنی بر مؤلفه‌هایی همچون توکل، تقوا، حیا و مسئولیت‌پذیری اجتماعی و همراه با راهبردهای عملی، زمینه‌ساز شکل‌گیری شبکه‌ای از مصونیت‌های درونی و بیرونی است. یافته‌ها حاکی از آن است که این سبک زندگی از یک‌سو با معنابخشی به زندگی، بحران‌های هویتی را هدف می‌گیرد و از سوی دیگر با ارائه شاخص‌های عینی، الگویی عملی برای زیستن متعالی ارائه می‌دهد. نتایج پژوهش بر ضرورت گذار از رویکردهای سلبی به راهبردهای ایجابی تأکید دارد و موفقیت در این مسیر را منوط به همکاری سه نهاد خانواده، دانشگاه و رسانه می‌داند. خانواده با تغییر نقش به مشاور، دانشگاه با تبدیل شدن به کانون تربیتی همه‌جانبه و رسانه با الگوسازی می‌توانند در نهادینه‌سازی این سبک زندگی نقش‌آفرینی کنند. در مجموع، سبک زندگی اسلامی با تلفیق معنویت و عمل، ظرفیت تبدیل دانشگاه به محیطی برای پرورش نسلی متعهد و آینده‌ساز را دارد و می‌تواند از آسیب‌های اجتماعی پیشگیری نماید و البته تحقق آن مستلزم برنامه‌ریزی منسجم و پژوهش‌های کاربردی بیشتر است.

**کلیدواژه‌ها:** سبک زندگی، آسیب اجتماعی، پیشگیری، دانشجویان، دانشگاه، خانواده.

\*استناددهی (APA): بهاروند، سیامک، و بازوند، سیف‌الدین. (۱۴۰۴). نقش سبک زندگی اسلامی در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی نوظهور در میان دانشجویان. *پژوهش‌های جرم‌شناسی کاربردی*، ۳(۱۰)، ۱۷۷-۱۵۵.

[https://www.qacr.ir/article\\_732991.html](https://www.qacr.ir/article_732991.html)

۱. دانشیار گروه زمین‌شناسی، واحد خرم‌آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، خرم‌آباد، ایران. (نویسنده مسئول).

رایانامه: [siamak.baharvand@iau.ac.ir](mailto:siamak.baharvand@iau.ac.ir)

۲. مدرس گروه حقوق، واحد شهریار، دانشگاه آزاد اسلامی، شهریار، ایران.

رایانامه: [Yahosein10104748@gmail.com](mailto:Yahosein10104748@gmail.com)

## مقدمه

زندگی دانشجویی یکی از مراحل پرچالش و تحول‌آفرین در مسیر زیست فردی و اجتماعی جوانان است. این دوران با شکل‌گیری مسئولیت‌های جدید، استقلال نسبی و تجربه‌های متنوع فرهنگی و اجتماعی همراه است که موجب بروز تعارضاتی در ابعاد روانی، تحصیلی، خانوادگی و اجتماعی می‌شود (علیزاده و عطایی، ۱۴۰۴، ص ۲۱۷). امروزه وارد شدن به دانشگاه، گذاری مهم و حساس در زندگی جوانان محسوب می‌شود و غالباً تغییرات زیادی در نگرش‌ها، انتظارات و روابط به همراه دارد. دانشجویان از اقشار برگزیده جامعه محسوب می‌شوند که ممکن است با مشکلاتی روبه‌رو شوند (حاجی‌آقازاد، ۱۴۰۱، ص ۱). این مشکلات می‌تواند به علل و دلایل مختلفی صورت پذیرد که مشکلات خانوادگی، سابقه افسردگی، وجود گروه همسالان و دوستان و دور بودن از خانواده، مهم‌ترین فاکتورهای تاثیرگذار بر بروز آسیب‌های اجتماعی در دانشجویان معرفی شدند (شیرینی و همکاران، ۱۳۹۹، ص ۸۳).

حساسیت این دوره را می‌توان در چند عامل کلیدی جستجو کرد: نخست، فاصله گرفتن از کانون حمایتی خانواده و مواجهه با استقلال عمل ناگهانی که گاه بدون کسب مهارت‌های لازم زندگی صورت می‌پذیرد؛ دوم، شکل‌گیری گروه مرجع جدید در میان همسالان و دوستان که ارزش‌ها و هنجارهای آن می‌تواند بر باورهای پیشین دانشجو غلبه کند؛ سوم، فشارهای روانی ناشی از محیط آکادمیک مانند استرس امتحانات، رقابت‌ها و نگرانی از آینده شغلی که زمینه را برای جستجوی راه‌های نامتعارف تخلیه فشار فراهم می‌سازد. این ترکیب عوامل، دانشجو را در موقعیتی قرار می‌دهد که به‌طور طبیعی برای پذیرش رفتارها و گرایش‌های جدید مستعدتر است. در گذشته، آسیب‌های اجتماعی موجود در محیط دانشگاه عمدتاً به مواردی سنتی مانند اعتیاد به مواد مخدر محدود می‌شد؛ اما در عصر حاضر، با گسترش فناوری‌های دیجیتال و پیچیده‌تر شدن روابط اجتماعی، شاهد بروز و شیوع آسیب‌های اجتماعی نوظهور هستیم. این آسیب‌ها که ماهیتی زیرپوستی و اغلب مجازی دارند، شامل پدیده‌هایی چون اعتیاد به فضای مجازی و بازی‌های آنلاین، انزوای اجتماعی - عاطفی، اختلالات هویتی ناشی از زندگی دوگانه در فضای واقعی و مجازی، کاهش مهارت‌های ارتباطی حضوری، و مواجهه با حجم عظیمی از محتوای غیراخلاقی و ضد ارزشی می‌شوند. سرعت انتشار، نامحسوس بودن و جذابیت کاذب این آسیب‌ها، مبارزه با آنها را به چالشی جدی برای نهادهای فرهنگی و خود دانشجویان تبدیل کرده است. در چنین شرایطی، که دانشجو به عنوان سرمایه انسانی جامعه در محیطی پرمخاطره قرار گرفته، تنها هشدار و محدودیت‌سازی نمی‌تواند راهکار مناسبی باشد. آنچه ضروری می‌نماید، تجهیز دانشجویان به سپر مصونیت‌بخش درونی است؛ مجموعه‌ای از باورها، ارزش‌ها و مهارت‌هایی که بتواند در مواجهه با آسیب‌ها، نقش یک نظام خودکنترلی و راهنما را ایفا کند.

تقویت باورهای دینی در جوانان می‌تواند از طریق افزایش تعهد اجتماعی و احترام به قانون، به پیشگیری از بروز آسیب‌های نوظهور (مانند جرایم سایبری یا گرایش به مواد مخدر جدید) کمک کند (احمدی، ۱۴۰۰، ص ۹۷). اینجاست که سبک زندگی اسلامی با دارا بودن منظومه‌ای کامل از آموزه‌های فردی و اجتماعی، نه به عنوان یک عامل محدودکننده، بلکه به عنوان یک الگوی توانمندساز و پیشگیرانه می‌تواند مورد توجه قرار گیرد. این مقاله در پی آن است تا با واکاوی نقش این سبک زندگی، راهکارهایی برای ایمن‌سازی جامعه دانشجویی در برابر طوفان آسیب‌های نوظهور ارائه نماید.

### ۱. مفهوم سبک زندگی اسلامی

برای ورود به بحث و تبیین بهتر موضوع پژوهش ضرورت دارد تا ماهیت و مفهوم سبک زندگی اسلامی بیان گردد که در ادامه به بررسی آن پرداخته می‌شود.

#### ۱-۱. تعریف سبک زندگی در نگاه دینی و اجتماعی

سبک زندگی از مفاهیم مهم جامعه‌شناسی معاصر به‌شمار می‌آید، چراکه نه فقط زیستن، بلکه چگونه زیستن نیز دارای اهمیت است. دین اسلام نیز هنجارها و ارزش‌های فراوانی در راستای چگونه زیستن مسلمانان به همراه دارد (مظاهری و همکاران، ۱۴۰۴، ص ۹). سبک زندگی، بازتابی از نگرش‌ها، انتخاب‌ها و الگوهای رفتاری فردی و اجتماعی می‌باشد که تحت تأثیر جهانی‌شدن قرار گرفته دچار تحولات ساختاری شده و در ابعاد گوناگونی مانند هنجارهای مصرف، تعاملات اجتماعی، مدیریت بدن و شکل‌گیری هویت فردی تغییر کرده است. در واقع جهانی‌شدن، علاوه بر تغییر در شیوه‌های زیست و رفتارهای اجتماعی، موجب تحول الگوهای فرهنگی و ظهور سبک‌های زندگی جدید شده است. این تغییرات نه تنها بر انتخاب‌های فردی تأثیر گذاشته، بلکه بر شیوه‌های ارتباطی، نقش فناوری و رسانه‌ها و تعاملات بین فرهنگی نیز اثرگذار بوده است (نیازی و پورعسکری، ۱۴۰۳، ص ۱). سبک زندگی، ترجمان اعتقادات قلبی و ارزش‌های ثابت و حیانی در قالب الگوهای رفتاری، عادت‌ها و مناسک روزمره است. این نگاه، سبک زندگی را از حاشیه به متن حیات معنادار انسانی منتقل می‌کند و آن را به «عباده»‌ای پیوسته تبدیل می‌نماید که هدف نهایی آن، کسب رضایت الهی و تقرب به اوست؛ بنابراین، در این دیدگاه، میان سبک زندگی فردی و اجتماعی، اقتصاد و اخلاق، عبادت و معاشرت تفکیکی وجود ندارد و همه این حوزه‌ها تحت حاکمیت یک نظام ارزشی واحد، جهت‌گیری و معنادار می‌شوند<sup>۱</sup>.

۱. مؤلفه‌هایی مانند تقوا، اخلاص، عفت و امر به معروف که ریشه در باورهای اصیل دینی دارند، شالوده این سبک زندگی را تشکیل می‌دهند.

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که از بین عوامل مؤثر بر سبک زندگی اسلامی دانشجویان متغیرهای جنسیت، وضعیت تأهل، محل تحصیل، دین‌داری و سرمایه فرهنگی بر سبک زندگی اسلامی دانشجویان تأثیر داشته و سبک زندگی اسلامی نیز بر شادکامی، سلامت اجتماعی و رضایت از زندگی دانشجویان تأثیر مستقیم دارد (مظاهری و همکاران، ۱۴۰۴، ص ۹). بر این مبناء سبک زندگی، که نمود نگرش‌ها و الگوهای رفتاری افراد است، در اثر روند جهانی شدن تغییرات قابل توجهی یافته است. از دیدگاه دینی، سبک زندگی اسلامی تجلی اعتقادات در تمامی ابعاد زندگی به صورت عملی است و هدف آن دستیابی به رضایت الهی محسوب می‌شود. بر این اساس، می‌توان اظهار داشت که عوامل متعددی بر شکل‌گیری سبک زندگی اسلامی دانشجویان تأثیر می‌گذارند و این سبک زندگی به نوبه خود تأثیر مستقیمی بر شادکامی و سلامت اجتماعی آنان دارد.

## ۱-۲. مؤلفه‌های اصلی سبک زندگی اسلامی

مفهوم سبک زندگی اسلامی بر ارتباط افراد به انتخاب شیوه زیست دینی (اسلامی) دلالت دارد. گرچه سبک زندگی وجه قابل مشاهده زندگی (رفتار) افراد را شامل می‌شود، ولی مبنای این کنش‌های قابل مشاهده در سبک زندگی اسلامی، نگرش و باورها و عقاید درونی است. با توجه به این نکته، سبک زندگی اسلامی بر معنای زندگی دلالت داشته و متأثر از آن است. دین یکی از مهم‌ترین نظام‌های معنایی بی‌بدیلی است که در سبک زندگی نقش تعیین‌کننده دارد (جعفرزاده، چیت ساز و اسکندریان، ۱۴۰۳، ص ۵۷). باید گفت جهت‌گیری مذهبی از طریق افزایش تعهد اجتماعی و قانون‌گرایی، به عنوان عوامل محافظتی، جوانان را از رفتارهای پرخطر و آسیب‌های اجتماعی بازمی‌دارد (احمدی، ۱۴۰۰، ص ۹۵). سبک زندگی اسلامی، شیوه‌های برگرفته از منابع اسلامی است که هر مسلمانی از طریق آن از سرمایه‌های فردی اجتماعی برای استحکام نظام ارتباطی و گذران امور زندگی به صورت مطلوب استفاده می‌کند. واقعیت آن است که پایبندی به ارزش‌های مذهبی برآمده از سبک زندگی اسلامی با تصحیح رفتارها و الگوهای حاکم بر زندگی به‌سان چتر حمایتی در برابر آسیب‌های اجتماعی برای افراد مورد مطالعه عمل کرده است و این پتانسیل را دارد تا نوع رفتارها و کنش‌های جوانان و نوجوانان را در قبال مسائل اجتماع تغییر داده و دارای کارکرد مثبت در جهت کاهش آسیب‌های اجتماعی عمل کند (شجاعی، حجازی و ایدر، ۱۴۰۳، ص ۱۸۶). مؤلفه‌های اصلی سبک زندگی اسلامی ریشه در جهان‌بینی توحیدی دارد و بر پایه ایمان و باور به خداوند به عنوان محور اصلی زندگی استوار شده است. این مؤلفه بنیادین، به صورت عملی در قالب تقوا تجلی می‌یابد. این دو رکن، به عنوان سیستم نظارتی درونی عمل می‌کنند که تمام انتخاب‌ها و رفتارهای فرد را در عرصه‌های مختلف تحت تأثیر قرار می‌دهند. بر این اساس، مؤلفه‌های اخلاقی مانند صداقت،

امانت‌داری، عفت و حیا نه تنها روش‌هایی برای بهتر زیستن اجتماعی، بلکه به عنوان عبادتی برای تقرب به خداوند قلمداد می‌شوند و به زندگی روزمره معنایی فرا مادی می‌بخشند. در سطح عینی و رفتاری، سبک زندگی اسلامی در قالب مؤلفه‌های مشخصی در ابعاد فردی، اجتماعی و اقتصادی نمود پیدا می‌کند. در بُعد فردی، مدیریت رعایت حجاب، پاکیزگی و سلامت جسم، با اولویت دادن به عبادات واجب مانند نماز اول وقت و علم‌آموزی به عنوان یک ارزش، از شاخص‌های بارز هستند. در بُعد اجتماعی، صلح‌رحم و احترام به والدین، امر به معروف و نهی از منکر به عنوان مسئولیت اجتماعی و رعایت حقوق همسایه و سایر اعضای جامعه جایگاه ویژه‌ای دارند. در بعد اقتصادی نیز مؤلفه‌هایی مانند قناعت، پرهیز از اسراف و حلال‌خواری، الگویی اقتصادی را ترویج می‌کنند که در تضاد با مصرف‌گرایی افراطی جامعه مدرن است. این مؤلفه‌ها در کنار هم شبکه‌ای یکپارچه و هدفمند را تشکیل می‌دهند که راهنمای عمل فرد مسلمان در مواجهه با موقعیت‌های مختلف زندگی است.

### ۳-۱. سبک زندگی اسلامی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی

اصلی‌ترین مؤلفه سبک زندگی اسلامی ایمان به خدا است و ایمان به خدا سبب نگرش مثبت در انسان می‌گردد و این نگرش مثبت، انسان را به انجام اعمال شایسته تشویق و از زشتی و ناپسندی بازمی‌دارد. ثمره ایمان به خدا: صداقت، عدالت، اخلاص، ایثار، فداکاری و گذشت است و این ویژگی‌ها باعث خودکنترلی فرد می‌شود. دین با ایجاد یک سامانه کنترل درونی قوی در انسان‌ها، آنها را از انجام کارهای خلاف بازمی‌دارد. در سال‌های اخیر دین، به‌منزله یکی از عمده‌ترین عوامل مؤثر بر اعمال و حالات روانی، مورد توجه بسیاری از متخصصان علوم رفتاری قرار گرفته است تا جایی که برخی دین را عامل اساسی در بهداشت فردی و اجتماعی معرفی کرده‌اند (جزینی، عباسی کسانی و پناهی، ۱۳۹۹، ص ۹۷). در ادبیات علمی معاصر، نیز «سبک زندگی اسلامی» به عنوان چارچوب رفتاری و ارزشی تعریف می‌شود که مسلمانان را در شیوه‌های عملی زندگی روزمره هدایت می‌کند، از جمله مصرف، تعامل اجتماعی، اخلاق و بهداشت فردی، و این چارچوب مبتنی بر آموزه‌های شریعت اسلامی است که نه تنها جزئیات عبادی، بلکه رفتارهای اخلاقی، اجتماعی و فرهنگی را نیز در برمی‌گیرد (Riegel & et al, 2024, p. 1). سبک زندگی اسلامی شامل «اعتدال، میانه‌روی و پرهیز از افراط» است که از انحرافات شخصی و اجتماعی جلوگیری می‌کند و به ایجاد توازن روحی و بدنی می‌انجامد (Pusparini & et al, 2024, p. 1). با بررسی مطالعات سبک زندگی اسلامی می‌توان دید که ابزارهای دینی نوین می‌توانند انگیزه و تعهد به رفتارهای ارزش‌محور را تقویت کنند و بهبود تعامل اجتماعی و کاهش تنش‌های هویتی را موجب شود. این مسأله در نهایت پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی را تسهیل می‌کند (Kabir & et al, 2025, p2).

همچنین الگوهای اخلاقی و آموزشی در ترویج سبک زندگی اسلامی، رابطه مثبت و معنی‌داری با تقویت اخلاق فردی و اجتماعی دارند، به‌گونه‌ای که با افزایش این الگوها، گرایش به رفتارهای اجتماعی سالم و جهت‌مند افزایش می‌یابد (Hamedi, 2023, p.145). از دیدگاه سلامت عمومی، توجه به چارچوب «حلال و طیب» در سبک زندگی اسلامی با کاهش عوامل خطرناک برای بیماری‌ها و بهبود سلامت روانی و جسمی ارتباط دارد، که به نوبه خود از آسیب‌های اجتماعی مانند بیماری‌های مزمن و اختلالات روانی پیشگیری می‌کند (Astiwara, 2025, p. 71). در نتیجه، سبک زندگی اسلامی نه فقط مجموعه‌ای از قواعد فردی، بلکه الگوی کلان اجتماعی است که با تکیه بر ارزش‌های معنوی، اخلاقی و اجتماعی، می‌تواند پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی را از طریق تقویت همبستگی اجتماعی، ترویج رفتارهای سالم و اخلاق‌محور و کاهش بی‌ثباتی‌های هنجاری تحقق بخشد.

#### ۱-۴. سبک زندگی اسلامی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی نوظهور

آسیب‌های نوپدید اجتماعی در عصر دیجیتال و زندگی مدرن شامل مقوله‌هایی مانند؛ افزایش مصرف‌گرایی دیجیتال، اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی، فروپاشی هنجارهای اخلاقی و افزایش خشونت سایبری است. بر همین اساس پژوهشگران اسلامی تلاش کرده‌اند که نشان دهند سبک زندگی اسلامی می‌تواند بستر پیشگیری و کنترل این آسیب‌ها را فراهم کند. در گام اول، پژوهش‌ها درباره «اخلاق رسانه‌ای و مسئولیت‌پذیری در استفاده از رسانه‌های دیجیتال» تأکید می‌کنند که آموزه‌های اسلامی مانند صداقت، احترام و احتیاط در نشر اطلاعات می‌تواند رفتارهای مخرب آنلاین را کاهش دهد و به کاربران چارچوب اخلاقی روشن بدهد تا از نشر اطلاعات غلط و افترا جلوگیری کنند (Raza, Ali, Anwar & Imran, 2024, p. 214). جدیداً نیز مفهوم سواد دیجیتال اسلامی که بر اصول اسلامی در تعاملات آنلاین تأکید دارد می‌تواند آموزش دهد چگونه در فضای مجازی با اعتدال و آگاهی عمل شود و از افراط‌گرایی رفتاری، تجارب آسیب‌زا و مصرف بی‌رویه جلوگیری شود (Setiawan & et al, 2025, p. 245). از طرف دیگر، وقتی سبک زندگی اسلامی در خانواده و جامعه افزایش یابد، ارزش‌های اخلاقی و معنوی تقویت می‌شوند که این خود پیش‌شرط مهمی برای مقابله با آسیب‌هایی مانند خشونت سایبری و انزوای اجتماعی در دانشجویان و جوانان است (Islam, 2019, p. 96).

در عرصه عملی، پژوهش‌های جدید نیز نشان داده‌اند که چارچوب اخلاقی اسلام نه فقط به صورت نظری، بلکه در قالب راهبردهای پیشگیرانه مانند تنظیم استفاده از تکنولوژی، توجه به سلامت روان و حفظ هنجارهای اجتماعی می‌تواند تأثیرگذار باشد؛ زیرا تعالیم اسلامی ارزش حفظ عزت نفس، حفظ عقاید و جلوگیری از گمراهی اخلاقی را برجسته می‌کند

1). (Uriawan & et al, 2025, p.1). در نهایت، ادبیات اخیر همچنين نشان می‌دهد که پیام‌های دینی و هدایت اخلاقی که از طریق رسانه‌های دیجیتال ترویج می‌شود، می‌تواند به ایجاد فضای مجازی سالم‌تر کمک کند و از افزایش رفتارهای آسیب‌زا در جوامع فردی و دانشگاهی جلوگیری نماید.

## ۲. آسیب‌های اجتماعی نوظهور در میان دانشجویان

دوره دانشجویی، به عنوان مرحله‌ای حساس از تحول فردی و اجتماعی، با چالش‌ها و آسیب‌های نوظهور متعددی روبه‌رو است که شناخت آن‌ها برای برنامه‌ریزی پیشگیرانه ضروری می‌نماید. در گذشته، آسیب‌های اجتماعی عمدتاً محدود به مسائلی همچون اعتیاد به مواد مخدر بود، اما امروزه با پیشرفت فناوری‌های دیجیتال و تغییرات سریع فرهنگی، شاهد ظهور آسیب‌هایی هستیم که ماهیتی پیچیده‌تر دارند و غالباً در فضای مجازی نمود می‌یابند. این آسیب‌ها که از جمله می‌توان به اعتیاد به فضای مجازی، انزوای اجتماعی-عاطفی، اختلالات هویتی، کاهش مهارت‌های ارتباط حضوری و مواجهه با محتوای غیراخلاقی اشاره کرد، به دلیل سرعت انتشار بالا، نامحسوس بودن و جذابیت کاذب، مبارزه با آن‌ها را به چالشی جدی تبدیل کرده‌اند.

## ۲-۱. گونه‌شناسی آسیب‌های نوین

هر گونه تغییر و دگرگونی در شرایط زندگی ما انسان‌ها با افزایش سطح تنش و فشار روانی یا همان استرس همراه خواهد بود. هر ساله دانشجویان زیادی خانه را به قصد دانشگاه ترک می‌کنند این امر به همان اندازه که برای فرد فرصت‌های جدید به همراه می‌آورد وی را با چالش‌ها و آسیب‌های زیادی روبه‌رو می‌کند (قاسم‌پور و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۱). محیط دانشگاهی با ترکیبی از عوامل تکنولوژیک، روان‌شناختی و ساختاری، بستری مستعد برای گسترش آسیب‌های نوظهور فراهم می‌کند. از یک‌سو، دسترسی بی‌قید و شرط به فضای مجازی و فناوری‌های دیجیتال، دانشجویان را به‌طور مداوم در معرض حجم عظیمی از اطلاعات، شبکه‌های ارتباطی و محتوای متناقض با ارزش‌های بومی قرار می‌دهد. این مواجهه بی‌امان، زمینه‌ساز اعتیادهای رفتاری، کاهش مهارت‌های ارتباط حضوری و ایجاد تعارض هویتی شده است. از سوی دیگر، دوران دانشجویی همراه با فشارهای روانی ناشی از دوری از خانواده، رقابت‌های علمی و ناطمینانی نسبت به آینده شغلی است. این فشارها، دانشجو را برای یافتن پناهگاه و مکانیزم‌های مقابله‌ای ناسالم، به سمت فضای مجازی و انزوا سوق می‌دهد. علاوه بر این عوامل، محدودیت‌ها و کاستی‌های محیط دانشگاه نیز نقش تسهیل‌گر دارند. ضعف در برنامه‌ریزی‌های فرهنگی، ورزشی و مشاوره‌ای مؤثر در بسیاری از دانشگاه‌ها، خلأ قابل توجهی

در مدیریت اوقات فراغت و پاسخگویی به نیازهای عاطفی و روانی دانشجویان ایجاد کرده است. همچنین، اختلاف نسلی میان اساتید و دانشجویان و ناکامی سیستم آموزشی در ارائه الگوهای جذاب و کارآمد برای زندگی سالم، باعث می‌شود دانشجویان به دنبال راهکارهای خود در فضاهای غیررسمی و غالباً آسیب‌زا باشند. این ترکیب عوامل، محیطی پرمخاطره می‌آفریند که درک آن برای طراحی راهکارهای پیشگیرانه ضروری است.

## ۲-۲. عوامل مؤثر در گسترش آسیب‌ها در محیط‌های دانشگاهی

کاربرد فناوری‌های نوین ارتباطی، در میان نوجوانان رشد فزاینده‌ای یافته است که در کنار مزایای آن، خطرهایی نیز به همراه دارد. از جمله این خطرات، آسیب‌های اجتماعی نوپدید هستند که آسیب‌های مرتبط با فناوری جدید را نیز شامل می‌شوند (رنجدوست، ۱۳۹۸، ص ۸۳). گسترش آسیب‌های نوظهور در محیط‌های دانشگاهی را می‌توان نتیجه ترکیب عوامل کلان اجتماعی و عوامل خرد مرتبط با فضای دانشگاه دانست. در بُعد کلان، هجوم بی‌امان فرهنگ‌های جهانی از طریق رسانه‌های دیجیتال و فضای مجازی، دانشجویان را در معرض ارزش‌ها، سبک‌های زندگی و هنجارهای متعارض با فرهنگ بومی قرار داده است.

در سال‌های اخیر موضوعی با عنوان آسیب‌های نوظهور اجتماعی به‌ویژه آسیب‌های ناشی از اینترنت، تلفن همراه، ماهواره و بازی‌های رایانه‌ای از سوی مسئولان و کارشناسان ذی‌ربط مورد توجه قرار گرفته است و بر لزوم برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری در حوزه پیشگیری از این آسیب‌ها تأکید می‌شود. اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مربوط به آن، علی‌رغم اینکه فایده‌های زیادی برای انسان‌ها دارد، می‌تواند آسیب‌زا و مشکلاتی را برای کاربران علی‌الخصوص کودکان و نوجوانان ایجاد کند و یکی از انواع این مشکلات اعتیاد به اینترنت و سایر سبک‌ها می‌باشد (سلیمانی، ۱۴۰۱، ص ۱). مهم‌ترین قوت این شبکه‌ها اخذ اطلاعات و تقویت روحیه انتقادی کاربران و ضعف آن بی‌توجهی کاربر به رعایت اصول ایمنی در عضویت شبکه‌هاست. مهم‌ترین فرصت‌ها نیز می‌تواند تأسیس و راه‌اندازی شبکه‌های بومی با محوریت حمایت از فرهنگ اسلامی ایرانی باشد. در حالی‌که تغییر سبک زندگی و ترویج جدایی خانواده به مثابه مهم‌ترین تهدید نهاد اجتماعی در فرهنگ اسلامی و ایرانی است. مهم‌ترین راهبردها نیز بهره‌گیری از ظرفیت کمی و کیفی بالای کاربران ایرانی برای تولید و اشاعه محتوای دینی، فرهنگی و اخلاقی در دو سطح داخلی و خارجی و همگرایی نهادهای فعال دولتی و غیردولتی در افزایش سواد رسانه‌ای و اطلاعاتی کاربران برای حضور در شبکه اجتماعی است (خجیر، ۱۳۹۹، ص ۱۸۳). بر این اساس می‌توان گفت که فناوری‌های نوین ارتباطی در عین فراهم آوردن فرصت‌های بی‌نظیر، بستری برای بروز آسیب‌های اجتماعی نوپدید خصوصاً در میان نسل جوان ایجاد کرده‌اند. این آسیب‌ها ریشه در تقابل ارزش‌های فرهنگی جهانی با مبانی

هویتی بومی دارد. مقابله با این چالش‌ها مستلزم عبور از رویکردهای صرفاً سلبی و اتخاذ راهبردهایی هوشمندانه است که بر دو محور تولید محتوای جذاب و هویت‌ساز مبتنی بر فرهنگ اسلامی- ایرانی و ارتقای سواد رسانه‌ای و تفکر انتقادی استوار باشد. تنها از طریق چنین برنامه‌ریزی فعالانه‌ای می‌توان از تهدیدات فضای مجازی کاست و از فرصت‌های آن برای تقویت سرمایه‌های فرهنگی و اجتماعی بهره برد.

### ۳. کارکردهای سبک زندگی اسلامی در دانشگاه

همبستگی مثبت و معنادار بین جهت‌گیری مذهبی و تعهد اجتماعی نشان می‌دهد که افراد مذهب‌گرا احتمال کمتری برای نقض هنجارهای اجتماعی یا درگیر شدن در رفتارهای پرخطر دارند (احمدی، ۱۴۰۰، ص ۸۹). جویندگان دانش در جامعه کنونی بیشتر با آسیب‌های اجتماعی چون بزهکاری و ناهنجاری‌های اخلاقی ناشی از غفلت یاد خدا در حوزه معرفت، علم‌زدگی در حوزه اخلاق، شتاب‌زدگی در حوزه رفتار و مدرک‌گرایی در حوزه علمی روبه‌رو هستند که می‌تواند روند تولید نیروی کارآمد، مخلص، متعهد، متخصص، وظیفه‌شناس و تولید دانش مؤثر برای خدمت به جامعه اسلامی را کند یا دچار اختلال کند (افراسیابی و همکاران، ۱۴۰۲، ص ۵۸). لذا در مواجهه با چالش‌های پیچیده محیط دانشگاهی، پرسش اساسی این است که سبک زندگی اسلامی چگونه می‌تواند به دانشجویان در مقابله با آسیب‌های نوظهور یاری رساند. رویکرد اسلامی در این حوزه، نه یک سری محدودیت‌های سلبی، بلکه یک نظام توانمندساز و پیشگیرانه را ارائه می‌دهد که هم بر بعد فردی و هم بر بعد اجتماعی زندگی دانشجویان تأکید دارد. هدف این بخش، تبیین این موضوع است که چگونه مؤلفه‌هایی مانند توکل، تقوا، حیا و مسئولیت‌پذیری اجتماعی می‌توانند همچون سپری مصونیت‌بخش، دانشجویان را در برابر طوفان آسیب‌های نوپدید مقاوم سازند و دانشگاه را به محیطی برای رشد و تعالی تبدیل کنند.

### ۳-۱. تقویت پیوندهای اجتماعی و روابط سالم

سبک زندگی اسلامی با تأکید بر ارزش‌هایی مانند صلح‌رحم، احترام به والدین، حق‌الجوار و امر به معروف و نهی از منکر، به صورت فعالانه به تقویت سرمایه اجتماعی و شبکه‌های حمایتی می‌پردازد. در محیط دانشگاه که دانشجویان اغلب با احساس غربت و تنهایی دست‌به‌گریبان است، این آموزه‌ها او را به برقراری ارتباطات مبتنی بر احترام و مسئولیت‌پذیری متقابل سوق می‌دهد. مشارکت در فعالیت‌های گروهی اسلامی، دیدارهای دوستانه با انگیزه‌های خیر و توصیه به رعایت حقوق دیگران، باعث ایجاد یک سرمایه اجتماعی قوی می‌شود که همچون سپاهی در برابر آسیب‌هایی مانند انزوای اجتماعی و بی‌تعهدی عمل می‌کند. این پیوندها، احساس تعلق خاطر را افزایش داده و نیاز به جستجوی پذیرش در گروه‌های ناسالم یا فضای مجازی را

کاهش می‌دهد. در بعد روابط بین‌فردی، سبک زندگی اسلامی با ترویج عفت و حیا در روابط، مرزهای سالم و محترمانه‌ای را تعریف می‌کند که از بروز بسیاری از آسیب‌های عاطفی و اخلاقی پیشگیری می‌نماید.

حیا و عفت یکی از فضایل اخلاقی است که در تعالیم اسلامی از جمله آیات و روایات بر آن تأکید فراوان شده است که اثرات بسیاری بر فرد و جامعه دارد. حیا و عفت شامل مؤلفه‌هایی از قبیل: نوع پوشش، راه رفتن، صحبت کردن، برخورد با نامحرم و غیره است (موسوی، ۱۴۰۴، ص ۱۳۳). در بخش انسان‌شناختی، کرامت ذاتی و اکتسابی انسان به عنوان زیربنای عفت مورد توجه می‌باشد. در بخش اجتماعی، نقش حیا و عفت در سلامت و پویایی جامعه و پیشگیری از جرایم حائز اهمیت بوده و در بخش ایمانی، حیا و عفت به عنوان شاخه‌ای از ایمان و نیروی بازدارنده درونی معرفی می‌شود. بر این مبنا می‌توان خودکنترلی درونی و مبانی پیشگیرانه را به عنوان دو مؤلفه اصلی سبک زندگی عفیفاً عنوان نمود که حیا و عفت می‌توانند به عنوان یک نیروی درونی، انسان را از ارتکاب معاصی بازدارند و جامعه را از آسیب‌های اخلاقی و اجتماعی مصون نگه دارند (جعفرزاد، ۱۴۰۳، ص ۱۱۳). این چارچوب، نه به معنای انزوا، بلکه به معنای ارتقای کیفیت روابط است، روابطی که بر پایه اخلاص و شخصیت شکل می‌گیرند، نه ظواهر یا هیجانات زودگذر. چنین روابط پایدار و سالمی، سلامت روانی دانشجو را تضمین کرده و انرژی ذهنی او را به‌جای درگیری‌های عاطفی مخرب، بر روی اهداف اصلی تحصیلی و رشد شخصیتی متمرکز می‌سازد. در واقع، دانشگاهی که با این اصول اداره شود، به جامعه‌ای کوچک، اما قدرتمند تبدیل می‌شود که هر عضو در قبال دیگری احساس مسئولیت می‌کند. موارد بیان شده به‌وضوح نشان می‌دهد که سبک زندگی اسلامی با محوریت ارزش‌هایی مانند عفت و حیا و تعهدات اجتماعی، یک سیستم پیشگیرانه فعال را در محیط دانشگاه ایجاد می‌کند. این سیستم از دو منظر عمل می‌نماید، نخست، در سطح درونی با تقویت خودکنترلی بر پایه ایمان و کرامت انسانی، فرد را از درون در برابر انحرافات مصون می‌دارد؛ دوم، در سطح بیرونی با تقویت سرمایه اجتماعی و روابط سالم، یک شبکه حمایتی طبیعی به وجود می‌آورد که احساس تعلق و مسئولیت‌پذیری متقابل را جایگزین انزوا و بی‌تعهدی می‌کند. در نتیجه، این سبک زندگی نه تنها یک راهبرد دفاعی، بلکه یک الگوی توانمندساز است که با کانالیزه کردن انرژی‌های دانشجویان به سمت رشد شخصیتی و علمی، سلامت روان و پویایی جامعه دانشگاهی را تضمین می‌نماید.

### ۲-۳. ارتقاء سلامت روان و کاهش اضطراب‌های نوپدید

سلامت روانی یکی از شاخه‌های اصلی بهداشت روانی می‌باشد که هدف آن تأمین حفظ و ارتقای سلامت روان افراد، شناخت عاطفی و آگاهی دادن به افراد در زمینه توانایی‌های خود در

مقابل دیگران می‌باشد؛ زیرا افراد با داشتن سلامت کامل روانی و کیفیت زندگی متناسب می‌توانند بر استرس‌های زندگی فائق بیایند و کارهای روزانه را پر بارتر و سودمندتر گردانند، از زندگی‌شان لذت ببرند و با افراد خانواده و محیط خود ارتباط مناسب برقرار نموده و فرد مفیدی برای جامعه باشند (مهرآبادی و رضانی، ۱۴۰۳، ص ۱). مطالعات نشان می‌دهد که تمرین‌هایی مانند نماز و دعا، استغفار و توبه، تلاوت و تدبیر در قرآن و سپاسگزاری که همگی ریشه در آموزه‌های دینی دارند، نقشی بسزا در تقویت ارتباط با خداوند و کاهش اضطراب دارند و در شکل‌گیری نگرش توکل کمک‌کننده هستند. این تمرین‌ها می‌توانند در چهارچوب مداخلات درمانی برای افزایش تاب‌آوری، آرامش درونی و امید مورد استفاده قرار گیرند (شکوهی تبار، ۱۴۰۴، ص ۵). لذا با این وصف باید عنوان نمود که آموزه‌های دینی اسلام، هم در بُعد نظری و هم در بُعد عملی، ظرفیت قابل توجهی برای ارتقای سلامت روان و مقابله با اضطراب‌های نوپدید در جوامع دانشجویی دارند. در سطح نظری، مفاهیمی چون توکل، قناعت و سپاسگزاری، با ارائه چارچوب معنایی منسجم، به فرد کمک می‌کنند تا در مواجهه با فشارهای زندگی، تفسیری کاهش‌دهنده از استرس ارائه دهد. در سطح عملی، مناسک و عبادات منظم مانند نماز به مثابه تمرینات مستمر ذهن‌آگاهی و مراقبه عمل کرده، با ایجاد وقفه‌ای آگاهانه در چرخه افکار منفی، آرامش درونی و تاب‌آوری فرد را افزایش می‌دهند. این دو بُعد در کنار هم سبک زندگی متوازنی را شکل می‌دهند که از طریق تنظیم روال روزانه، مدیریت اولویت‌ها و مصون‌سازی در برابر مصرف‌گرایی، به پیشگیری از سردرگمی و آشفتگی روانی که بستر بسیاری از آسیب‌های نوظهور است می‌انجامد.

#### ۴. راهکارهای عملی برای نهادینه‌سازی سبک زندگی اسلامی در میان دانشجویان

نهادینه‌سازی سبک زندگی اسلامی در میان دانشجویان، امری تک‌بعدی نبوده و نیازمند عزمی جامع و مشارکت تمام نهادهای مؤثر است. این راهکارها باید به گونه‌ای طراحی شوند که بتوانند به صورت هماهنگ و در سه سطح خانواده به عنوان پایه‌گذار شخصیت، دانشگاه به عنوان محیط کانونی زندگی دانشجویی و رسانه به عنوان فضای تأثیرگذار جدید عمل نمایند. در این بخش، نقش هر یک از این ارکان به تفکیک بررسی خواهد شد.

##### ۴-۱. نقش خانواده و محیط تربیتی

اهمیت خانواده و توجه به نقش کلیدی آن در پیشرفت و توسعه جامعه در دین مبین اسلام و نیز فرهنگ اصیل ایرانی همواره مورد توجه و تأکید بوده است. چیزی که پیشرفت‌های فناورانه، جهان غرب را با توهم بی‌نیازی از آن مواجه ساخت و سبب شد با وجود رشد گسترده و شتابان علم و نوآوری و حتی ابرقدرت شدن در سطح جهانی، همواره با مشکلات و اختلالات روحی از جمله

افسردگی، خشونت و بزهکاری افراد جامعه خود دست و پنجه نرم کنند و بتوانند جامعه‌های بالنده به لحاظ معنوی داشته باشند (کرامتی معز و میرخلیلی، ۱۳۹۹، ص ۸-۹). هر جامعه باید رفاه خانواده و رفع نیازهای اعضای آن را در اولویت اصلی خود قرار دهد. بدین سان، دولت‌ها باید تدابیری اتخاذ کنند که انسجام و هماهنگی خانوادگی را ترویج دهند (عبداللهی، ۱۳۹۹، ص ۱۴۰).

خانواده به عنوان نخستین و بادوام‌ترین نهاد تربیتی، نقش بی‌بدیلی در شکل‌گیری زیرساخت‌های فکری و عاطفی سبک زندگی اسلامی در دانشجو دارد. پیش از ورود به دانشگاه، خانواده با ایجاد محیطی آکنده از محبت، تعامل سالم و پایبندی عملی به ارزش‌های دینی، مصونیت اولیه را در فرد نهادینه می‌کند. این سرمایه تربیتی، همچون قدرت درونی عمل می‌کند که دانشجو را در مواجهه با چالش‌ها و جریان‌های فکری متنوع محیط دانشگاه، توانمند و واکنش‌دهنده می‌سازد. تقویت باورهای دینی نه به صورت تحکمی، بلکه از طریق گفت‌وگو، الگودهی و مشارکت دادن نوجوان در فعالیت‌های مذهبی، سبب می‌شود سبک زندگی اسلامی به انتخابی آگاهانه و درونی‌شده برای وی تبدیل گردد.

دین اسلام به عنوان یک مکتب انسان‌ساز، بیشترین عنایت را به تکریم، تنزیه و تعالی خانواده دارد و این نهاد مقدس را کانون تربیت و مهد محبت و رحمت می‌شمرد و سعادت و شقاوت جامعه انسانی را منوط به صلاح و فساد این بنا می‌داند و هدف از تشکیل خانواده را تأمین نیازهای مادی، عاطفی و معنوی انسان از جمله دستیابی به سکون و آرامش برمی‌شمارد. از نظر دین اسلام هیچ بنایی محبوب‌تر از خانواده در نزد خداوند نیست (مجلسی، ۱۴۰۳، ص ۲۲۲). در واقع خانواده اسلامی، خانواد‌های است که محل امنیت، آرامش و سکون است و اضطراب، تشویش و بی‌اعتمادی برای تأمین معاش خانواده، از مهم‌ترین الگوهای سبک زندگی اسلامی در خانه و خانوادهاست. پاک‌سازی محیط خانواده و جامعه از آلودگی‌ها، تشویق به ازدواج و تشکیل خانواده، تبیین روابط سالم و سازنده میان همسران و دیگر اعضای خانواده و تأکید ویژه بر تربیت فرزند، از جمله برنامه‌هایی است که اسلام برای حفاظت از کانون مقدس خانواده به آن توجه کرده است (ابراهیمی، ۱۳۹۴، ص ۱). لذا خانواده به‌عنوان نخستین و پایدارترین نهاد اجتماعی و تربیتی، نقش محوری در شکل‌گیری زیرساخت‌های فکری، عاطفی و اخلاقی سبک زندگی اسلامی دانشجویان دارد. این نهاد با فراهم کردن محیطی آکنده از محبت، تعامل سالم و پایبندی عملی به ارزش‌های دینی، مصونیت اولیه فرد را ایجاد می‌کند و او را در مواجهه با چالش‌های دانشگاه توانمند می‌سازد. دین اسلام نیز خانواده را کانون تربیت، امنیت، آرامش و محبت می‌داند و سعادت جامعه را به صلاح و سلامت این نهاد پیوند می‌دهد؛

بنابراین، تقویت باورهای دینی، روابط سالم و توجه به تربیت فرزندان، از عناصر کلیدی سبک زندگی اسلامی در محیط خانواده محسوب می‌شوند.

#### ۴-۲. مسئولیت دانشگاه‌ها و تشکل‌های دانشجویی

دانشگاه‌ها به عنوان کانون اصلی تربیت نسل آینده‌ساز، مسئولیتی فراتر از آموزش صرف دروس تخصصی بر عهده دارند. آنان می‌بایست با تدوین و اجرای برنامه‌ریزی فرهنگی منسجم و آینده‌نگر، محیط دانشگاه را از حالت یک محیط آموزشی صرف به یک محیط زندگی سالم و الهام‌بخش ارتقا دهند. این مهم از طریق تقویت خدمات مشاوره‌ای تخصصی برای مقابله با آسیب‌های نوپدید، گنجاندن واحدهای درسی مرتبط با سبک زندگی اسلامی و مهارت‌های زندگی در سرفصل‌های درسی و غنی‌سازی اوقات فراغت با برگزاری اردوهای فرهنگی، کرسی‌های آزاداندیشی و جشنواره‌های علمی-دینی محقق می‌شود. همچنین، توانمندسازی و حمایت جدی از تشکل‌های دانشجویی مذهبی و انجمن‌های اسلامی به عنوان بازوان فرهنگی دانشگاه، امری ضروری است.

تشکل‌های دانشجویی در عرصه‌های اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و رفاهی حضوری به نسبت فعال دارند. این فعالیت از راه کارکردهای گوناگون در عرصه‌های مزبور صورت می‌گیرد که از آنها می‌توان با عنوان‌های کارکردهای فردی، سیستمی، سیاسی، رفاهی، اجتماعی و فرهنگی یاد کرد (ابوالحسنی، ۱۳۸۸، ص ۱). تشکل‌های دانشجویی به عنوان نزدیک‌ترین نهاد به بدنه دانشجویی، نقش بی‌بدیلی در الگوسازی و ترویج غیرمستقیم سبک زندگی اسلامی ایفا می‌کنند. این تشکل‌ها با ایجاد فضای صمیمی و به دور از رسمیت، می‌توانند به پل ارتباطی مؤثری بین دانشگاه و دانشجو تبدیل شوند. سازمان‌دهی جلسات پرسش و پاسخ با شخصیت‌های علمی و دینی محبوب، تشکیل گروه‌های مطالعاتی حول مضامین دینی و اخلاقی، و اجرای برنامه‌های جذاب و نوین مانند پویش‌های فرهنگی در فضای مجازی، از جمله اقداماتی است که این نهادها می‌توانند برای نهادینه‌سازی ارزش‌ها انجام دهند. حضور فعال و اثرگذار این تشکل‌ها، سبک زندگی اسلامی را از یک مفهوم انتزاعی به یک الگوی ملموس و جذاب در محیط دانشجویی تبدیل می‌کند. لذا باید گفت این بخش با نگاهی راهبردی، نقش دانشگاه را از محض آموزش به تربیت همه‌جانبه ارتقا می‌دهد و بر ضرورت برنامه‌ریزی فرهنگی فعال به‌جای واکنش منفعلانه تأکید دارد. نقطه قوت متن، ارائه راهکارهای عملیاتی مشخص مانند گنجاندن واحدهای درسی و تقویت مشاوره تخصصی است که از کلی‌گویی فاصله می‌گیرد. همچنین با استناد به کارکردهای متنوع تشکل‌ها، نقش کاتالیزوری آنها در تبدیل مفاهیم انتزاعی به الگوهای ملموس به‌خوبی تشریح شده است. پیوند هوشمندانه این دو نهاد- دانشگاه به

عنوان پشتیبان و تشکلهای به عنوان مجری - یک مدل هم افزا ارائه می‌دهد که موفقیت برنامه‌ها را تضمین می‌کند.

## ۳-۴. بهره‌گیری از رسانه و فضای مجازی برای الگوسازی

فضای مجازی به عنوان یک بستر نوین برای تعاملات و ارتباطات اجتماعی، تحولاتی بنیادین در نحوه برقراری روابط انسانی ایجاد کرده است. این فضا با ویژگی‌های دیجیتالی، تعاملی، غیرمتمرکز و داشتن حافظه مجازی، نسبت به رسانه‌های سنتی متمایز است و امکان ارتباط بی‌مرز جغرافیایی را برای کاربران فراهم می‌سازد (باغبان و زارع زردینی، ۱۴۰۳، ص ۳۹). در عصر حاضر که فضای مجازی به بخش جدایی‌ناپذیر زندگی دانشجویان تبدیل شده است، رویکرد سلبی و مقابله‌جویانه کارآمد نیست و ضرورت دارد با یک استراتژی فعال و هوشمند، از همین فضا برای ترویج سبک زندگی اسلامی استفاده نمود. این امر مستلزم تولید و انتشار محتوای جذاب، باکیفیت و متناسب با ذائقه نسل جوان در قالب‌های مدرنی چون کلیپ‌های کوتاه، موشن‌گرافی، پادکست و اینفوگرافی است که مضامین ارزشی مانند معنویت، اخلاق، ازدواج آسان و مسئولیت‌پذیری اجتماعی را به زبان روز و غیرمستقیم انتقال دهند. معرفی الگوهای جوان و موفق که بتوانند سبک زندگی اسلامی را در عین برخورداری از علم، نشاط و مهارت‌های مدرن تجسم بخشند، از مؤثرترین راهکارهای الگوسازی به‌شمار می‌رود.

البته در این خصوص نقش اینفلوئنسرها یا همان کاربران پرنفوذ دارای اهمیت می‌باشد. کاربران پرنفوذ به عنوان یکی از عناصر مهم در شبکه‌های اجتماعی از یک‌سو و از سوی دیگر تصویری که از داده‌های منتشر شده این کاربران از یک سازمان شکل می‌گیرد در تصویرسازی کل آن سازمان در شبکه‌های اجتماعی و افکار عمومی نقش بسزایی دارد (فینی‌زاده و همکاران، ۱۴۰۳، ص ۲). علاوه بر تولید محتوا، ایجاد و تقویت شبکه‌های اجتماعی داخلی و گروه‌های مجازی هدفمند تحت مدیریت نهادهای فرهنگی و تشکلهای دانشجویی، امکان ایجاد محیط‌های امن و کنترل‌شده‌ای را فراهم می‌آورد که دانشجویان بتوانند در آن به تبادل نظر، پرسش و پاسخ و تعامل سالم بپردازند. حضور فعال و اثرگذار مربیان، اساتید و شخصیت‌های محبوب دینی در این فضاها به صورت غیررسمی و دوستانه، می‌تواند به تصحیح باورهای نادرست و ارائه راهنمایی‌های کاربردی بینجامد. هدف اصلی، تغییر فضای مجازی از یک تهدید به یک فرصت فرهنگی است که در آن، گفتمان سبک زندگی اسلامی به صورت طبیعی و داوطلبانه در میان دانشجویان جریان یابد. بر این اساس باید گفت که فضای مجازی با ویژگی‌های منحصربه‌فرد خود، به بستری اجتناب‌ناپذیر در زندگی دانشجویان تبدیل شده و رویکردی هوشمندانه می‌طلبد که از ظرفیت‌های آن برای الگوسازی سبک زندگی اسلامی بهره‌برداری شود. این امر مستلزم تولید محتوای جذاب و به‌روز در قالب‌هایی مانند موشن‌گرافی

و پادکست، با مضامین معنوی و اخلاقی است که از سویی با ذائقه نسل جوان همخوانی داشته باشد و از سوی دیگر، توسط اینفلوئنسرها و شخصیت‌های اثرگذار دینی به صورتی غیرمستقیم ترویج گردد. همچنین، ایجاد شبکه‌ها و گروه‌های مجازی امن تحت مدیریت نهادهای فرهنگی، زمینه تعامل سازنده، پرسش و پاسخ و تصحیح باورها را در فضایی صمیمی فراهم می‌آورد. هدف نهایی این است که با چنین اقداماتی، فضای مجازی از حیثه‌ی تهدید به عرصه‌ای برای تبدیل گفتمان سبک زندگی اسلامی به یک جریان زنده و داوطلبانه در میان دانشجویان مبدل شود. در نهایت باید گفت در رویکردی پیشگیرانه و فعال، سبک زندگی اسلامی به عنوان یک سامانه مصون‌ساز جامع عمل می‌کند که پیش از وقوع آسیب، با ایجاد سرمایه معنوی و اخلاقی در فرد و تقویت شبکه‌های حمایتی در جامعه، امکان شکل‌گیری و نفوذ آسیب‌های نوظهور را محدود می‌سازد. این سبک زندگی با نهادهای سازنده مؤلفه‌هایی چون توکل به منزله عامل کاهش اضطراب آینده، تقوا به عنوان مرزبان درونی، حیا به منزله تنظیم‌کننده روابط سالم و مسئولیت‌پذیری اجتماعی به عنوان تقویت‌کننده تعلق جمعی، دانشجو را در برابر عوامل مخاطره‌آمیز واکسینه می‌کند. چنین رویکردی، با تبدیل ارزش‌های دینی به مهارت‌های عملی زندگی، نه تنها در سطح فردی که در سطوح خانوادگی، دانشگاهی و رسانه‌ای نیز یک محیط حفاظتی چندلایه ایجاد می‌کند و دانشگاه را از محل درمان آسیب‌ها به فضایی پیشگیرانه، پویا و مصون تبدیل می‌نماید.

### تحلیل یافته‌ها

یافته‌های اسنادی نشان می‌دهد «سبک زندگی اسلامی» یک نظام یکپارچه معنایی- رفتاری است که ریشه در جهان‌بینی توحیدی دارد و با تکیه بر ایمان، تقوا و معنابخشی به حیات، کنش‌های فردی و اجتماعی را هدایت می‌کند. این سبک زندگی صرفاً مجموعه‌ای از رفتارهای ظاهری نیست، بلکه بر زیرساخت‌های اعتقادی، نگرشی و اخلاقی استوار است و از طریق سازوکار «کنترل درونی» عمل می‌کند. ایمان به خدا به عنوان مؤلفه بنیادین، زمینه‌ساز شکل‌گیری خودکنترلی، مسئولیت‌پذیری، صداقت، عدالت، عفت و اخلاص می‌شود و همین ویژگی‌ها کارکرد پیشگیرانه در برابر انحرافات فردی و اجتماعی دارند. در بُعد فردی، شاخص‌هایی چون التزام به عبادات، علم‌آموزی، پاکیزگی، مدیریت مصرف و سلامت جسم و روان برجسته‌اند. در بُعد اجتماعی، صلح‌رحم، احترام به والدین، رعایت حقوق دیگران و امر به معروف، به تقویت سرمایه اجتماعی و همبستگی جمعی می‌انجامد. در بُعد اقتصادی، قناعت، پرهیز از اسراف و حلال‌محوری، الگوی مصرف متعادل و مسئولانه‌ای را شکل می‌دهد که در برابر مصرف‌گرایی افراطی ایستادگی می‌کند. این شبکه به هم‌پیوسته از مؤلفه‌ها، یک الگوی زیست منسجم ایجاد می‌کند که در مواجهه با موقعیت‌های متغیر زندگی، چارچوب

تصمیم‌گیری اخلاقی فراهم می‌آورد. به‌طور کلی مطالعات نشان می‌دهد سبک زندگی اسلامی با تقویت نگرش مثبت، امید، تاب‌آوری و تعهد اجتماعی، احتمال بروز رفتارهای پرخطر را کاهش می‌دهد. آموزه‌های دینی همچون توکل، قناعت و شکرگزاری، چارچوبی معنایی برای تفسیر فشارهای روانی فراهم می‌کنند و از شدت اضطراب‌های نوپدید می‌کاهند. همچنین مناسک منظم دینی (نماز، دعا، تلاوت قرآن) نقش تمرین‌های مستمر تنظیم هیجان و ذهن‌آگاهی را ایفا می‌کنند و در ارتقای سلامت روان مؤثرند.

در مواجهه با آسیب‌های اجتماعی نوظهور به‌ویژه در عصر دیجیتال سبک زندگی اسلامی رویکردی پیشگیرانه و توانمندساز ارائه می‌دهد. اخلاق رسانه‌ای مبتنی بر صداقت، مسئولیت‌پذیری و احتیاط در نشر محتوا می‌تواند از اشاعه خشونت سایبری، افترا و اطلاعات نادرست جلوگیری کند. مفهوم «سواد دیجیتال اسلامی» نیز با تأکید بر اعتدال، آگاهی و مرزبندی اخلاقی در استفاده از فناوری، از افراط‌گرایی رفتاری، اعتیاد رسانه‌ای و مصرف بی‌رویه پیشگیری می‌کند. در محیط دانشگاه، دانشجویان با فشارهای روانی (دوری از خانواده، رقابت علمی، ابهام شغلی) و مواجهه گسترده با فرهنگ‌های متعارض روبه‌رو هستند. ضعف برنامه‌ریزی فرهنگی و کمبود حمایت‌های مشاوره‌ای می‌تواند زمینه‌ساز گرایش به فضاهای ناسالم شود. در این بستر، سبک زندگی اسلامی همچون «سامانه مصون‌ساز چندلایه» عمل می‌کند. نهادینه‌سازی این سبک زندگی نیازمند هم‌افزایی سه نهاد کلیدی شامل خانواده، دانشگاه و رسانه است. خانواده زیرساخت‌های اعتقادی و عاطفی را شکل می‌دهد؛ دانشگاه با برنامه‌ریزی فرهنگی، آموزش مهارت‌های زندگی و حمایت از تشکلهای دانشجویی، بستر عملی آن را فراهم می‌کند؛ و رسانه و فضای مجازی با تولید محتوای جذاب و الگوسازی هوشمندانه، گفتمان آن را ترویج می‌کنند. نتیجه نهایی، تبدیل دانشگاه از محیطی واکنشی در برابر آسیب‌ها به محیطی پیشگیرانه و تعالی‌بخش است. کل یافته‌های این پژوهش در جدول زیر خلاصه شده است.

## جدول ۱- جمع‌بندی نظام‌مند یافته‌ها

حوزه اصلی	مؤلفه‌ها	سازوکار اثرگذاری	کارکرد پیشگیرانه	سطح مداخله
مبانی نظری	ایمان، توحید، تقوا	ایجاد کنترل درونی و معنابخشی به زندگی	کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر	فردی
اخلاق فردی	صداقت، عدالت، عفت، اخلاص	تقویت خودکنترلی و کرامت انسانی	پیشگیری از انحرافات اخلاقی و هویتی	فردی - بین فردی
بعد عبادی	نماز، دعا، ذکر، شکرگزاری	تنظیم هیجان، افزایش تاب‌آوری	کاهش اضطراب و اختلالات روانی	فردی
بعد اجتماعی	صله‌رحم، احترام، مسئولیت اجتماعی	تقویت سرمایه اجتماعی و احساس تعلق	کاهش انزوا و گرایش به گروه‌های ناسالم	اجتماعی
بعد اقتصادی	قناعت، پرهیز از اسراف، حلال‌محوری	تنظیم الگوی مصرف و کنترل تمایلات	مقابله با مصرف‌گرایی و بحران‌های مالی-هویتی	فردی - اجتماعی
فضای دیجیتال	اخلاق رسانه‌ای، سواد دیجیتال اسلامی	مرزبندی اخلاقی در استفاده از فناوری	کاهش اعتیاد و رسانه‌های و خشونت سایبری	فردی - رسانه‌ای
دانشگاه	آموزش مهارت‌های زندگی، مشاوره، تشکل‌ها	الگوسازی و حمایت ساختاری	پیشگیری سازمان‌یافته از آسیب‌ها	نهادی
خانواده	تربیت دینی، گفت‌وگوی ارزش‌محور، الگوپردازی	نهادینه‌سازی باورها پیش از ورود به دانشگاه	ایجاد مصنوعیت اولیه در برابر انحراف	نهادی - تربیتی
رسانه	تولید محتوای جذاب ارزشی، الگوسازی نوین	تغییر گفتمان از سلبی به ایجابی	تبدیل تهدید مجازی به فرصت فرهنگی	اجتماعی - رسانه‌ای

بر اساس یافته‌های اسنادی، سبک زندگی اسلامی یک الگوی جامع، پیشگیرانه و توانمندساز است که با تکیه بر ایمان، اخلاق و اعتدال، سازوکاری درونی برای خودتنظیمی فرد ایجاد می‌کند و همزمان با تقویت سرمایه اجتماعی، شبکه‌ای حمایتی در سطح جامعه می‌سازد.

این سبک زندگی در مواجهه با آسیب‌های نوظهور به‌ویژه در محیط دانشگاه و فضای دیجیتال نه صرفاً رویکردی محدودکننده، بلکه مدلی فعال برای ارتقای سلامت روان، انسجام اجتماعی و هویت پایدار ارائه می‌دهد. نهادهای سازنده آن از طریق هم‌افزایی خانواده، دانشگاه و رسانه می‌تواند دانشگاه را به محیطی مصون، پویا و تعالی‌بخش تبدیل کند که در آن پیشگیری مقدم بر درمان و رشد معنوی هم‌زمان با پیشرفت علمی دنبال می‌شود.

## بحث و نتیجه‌گیری

سبک زندگی اسلامی، با قابلیت‌های ساختاری منحصربه‌فرد خود، نه تنها یک سپر دفاعی کارآمد، بلکه یک نظام پیشگیرانه فعال و توانمندساز محسوب می‌شود که پاسخی هماهنگ و چندبعدی به ریشه‌های این چالش‌ها ارائه می‌دهد. تحلیل مبانی نظری و شواهد پژوهشی مؤید آن است که سبک زندگی اسلامی با ایجاد یک چارچوب معنابخش یکپارچه، از سوئی بحران‌های هویتی و معنوی را که زمینه‌ساز بسیاری از کج‌روی‌هاست، هدف می‌گیرد و از سوی دیگر، با ارائه شاخص‌های عینی در حوزه رفتارهای فردی و اجتماعی، الگویی عملی برای زیستن متعالی پیش پای دانشجوی قرار می‌دهد. این پژوهش نشان می‌دهد که مؤلفه‌هایی چون توکل، تقوا، حیا و مسئولیت‌پذیری اجتماعی، در کنار راهبردهای عملی مانند مدیریت بدن و اقتصاد قناعت‌محور، شبکه‌ای از مصونیت‌های درونی و بیرونی ایجاد می‌کند که فرد را در مواجهه با آسیب‌هایی چون انزوای اجتماعی، اعتیادهای رفتاری و مصرف‌گرایی افراطی مقاوم می‌سازد. نتایج این مطالعه بر ضرورت گذار از رویکردهای صرفاً سلبی به راهبردهای ایجابی تأکید می‌ورزد. موفقیت در این مسیر، منوط به عزم جدی و همکاری سه نهاد کلیدی خانواده، دانشگاه و رسانه است. خانواده با تغییر نقش از ناظر به مشاور، دانشگاه با تحول از محیط آموزشی صرف به کانون تربیتی همه‌جانبه و رسانه با تبدیل تهدید فضای مجازی به فرصتی برای الگوسازی، می‌توانند در نهادهای سازنده این سبک زندگی نقش‌آفرینی کنند. همچنین می‌توان گفت که سبک زندگی اسلامی، با تلفیق معنویت و عمل، فرد و جامعه و سنت و نوآوری، ظرفیت آن را دارد که دانشگاه را از بستر بروز آسیب‌های نوپدید به محیطی برای پرورش نسلی متعهد، سالم و آینده‌ساز تبدیل کند. تحقق این امر مستلزم برنامه‌ریزی منسجم، سرمایه‌گذاری فرهنگی و انجام پژوهش‌های کاربردی بیشتر در این عرصه است. در جمع‌بندی نهایی می‌توان گفت که سبک زندگی اسلامی یک راهبرد دفاعی منفعل نیست، بلکه یک الگوی پویا و پیشرو است که با ارائه معنایی عمیق به زندگی، تقویت بنیان‌های درونی و اجتماعی و ارائه راهکارهای عملی برای نهادهای مؤثر، قابلیت آن را دارد که دانشگاه را از کانون آسیب‌های نوپدید به محیطی برای پرورش نسلی متعهد، سالم و آینده‌ساز تبدیل نماید. غلبه بر آسیب‌های نوظهور تنها از طریق تبدیل سبک زندگی اسلامی از یک گفتمان به یک الگوی

عملیاتی فراگیر میسر خواهد بود. این الگو نیازمند طراحی سازوکارهای اجرایی مشخص در سه عرصه خانواده، دانشگاه و رسانه است. موفقیت این مدل، وابسته به ایجاد هماهنگی ساختاری بین نهادهای یاد شده، تدوین برنامه‌های عملیاتی با قابلیت ارزیابی و تخصیص منابع کافی در حوزه فرهنگی است. در این صورت، دانشگاه نه تنها به کانون پیشگیری اولیه و ثانویه تبدیل می‌شود، بلکه با پرورش نسلی توانمند، مسئول و معنویت‌محور، زمینه‌ساز جامعه‌ای مقاوم در برابر چالش‌های پیچیده عصر فناوری خواهد شد. موفقیت در این مسیر مستلزم عزمی جدی، برنامه‌ریزی منسجم و همکاری همه‌جانبه نهادهای خانواده، دانشگاه و رسانه است. به نظر می‌رسد ادامه پژوهش‌ها در قالب مطالعات میدانی برای سنجش میزان تأثیرگذاری هر یک از این راهکارها می‌تواند گام بعدی در غنی‌سازی این عرصه باشد.

## پیشنهادها

نهادینه‌سازی سبک زندگی اسلامی موفق نیازمند یک برنامه جامع، گام‌به‌گام و همه‌جانبه‌نگر است که نهادهای مختلف را به صورت هماهنگ درگیر نماید. این راهکارها در قالب پیشنهاد شامل موارد زیر می‌باشد:

- ۱) طرح درس مهارت‌های زندگی بر اساس آموزه‌های اسلامی؛
- ۲) ادغام مضامین اخلاق حرفه‌ای در دروس تخصصی؛
- ۳) ایجاد مرکز مشاوره سبک زندگی و آسیب‌های نوپدید؛
- ۴) برگزاری کارگاه‌های دوره‌های مهارت‌افزایی.

## منابع

- ابراهیمی، محمدحسن. (۱۳۹۴). بررسی تأثیر نقش خانواده بر سبک زندگی اسلامی. کنفرانس سراسری دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روانشناسی ایران، تهران.  
<https://civilica.com/doc/467882/>
- احمدی، امیر. (۱۴۰۰). تأثیر جهت‌گیری مذهبی در ایجاد تعهد اجتماعی و قانون‌گرایی در بین جوانان شهر اسلام‌آباد غرب. *انتظام اجتماعی*، ۱۳(۳)، ۶۷-۹۸.  
<https://www.sid.ir/paper/1153162/fa>
- ابوالحسنی، سیدرحیم. (۱۳۸۸). کارکردهای تشکلهای دانشجویی. سیاست، ۳۹(۴)، ۱-۳۳.  
[https://jppq.ut.ac.ir/article\\_20218.html](https://jppq.ut.ac.ir/article_20218.html)
- افراسیابی، فاطمه، حسینی‌نیا، سید محمدرضا، و محمدی انویق، مجتبی. (۱۴۰۲). آسیب‌شناسی اجتماعی دانشجویان دانشگاه با رویکرد اسلامی شدن آن از منظر قرآن و حدیث. *قرآن و علوم اجتماعی*، ۳(۲)، ۵۸-۸۵.  
[https://arq.quran.ac.ir/article\\_181941.html](https://arq.quran.ac.ir/article_181941.html)
- باغبان ابرقوئی، ابوالفضل، و زارع زردینی، پریسا. (۱۴۰۳). آسیب‌های اجتماعی فضای مجازی در جامعه امروز. *یازدهمین همایش ملی تحقیقات میان‌رشته‌ای در علوم مهندسی و مدیریت*.  
<https://civilica.com/doc/2324223/>
- جعفرنژاد، محمد. (۱۴۰۳). مبانی و مؤلفه‌های سبک زندگی عقیقانه (۲). *حبل‌المتین*، ۱۲(۴۸)، ۱۱۳-۱۲۸.  
<http://noo.rs/GhioG>
- جزینی، علیرضا، عباسی کسان، علی، و پناهی، محسن. (۱۳۹۹). تأثیر سبک زندگی اسلامی در پیشگیری از جرم و آسیب‌های اجتماعی (با تأکید بر نقش نماز). *مطالعات اسلامی آسیب‌های اجتماعی*، ۲(۱)، ۹۳-۱۰۴.
- جعفرزاده، فروزنده، چیت‌ساز، محمدجواد، و اسکندریان، غلامرضا. (۱۴۰۳). ویژگی‌ها و شاخص‌های سبک زندگی اسلامی؛ یک فراتحلیل. *مطالعات ملی*، ۲۵(۱۰۰)، ۵۷-۸۰.  
[https://www.rjnsq.ir/article\\_210596.html](https://www.rjnsq.ir/article_210596.html)
- حاجی آقائزاد، یاسر، بنده خدا، محمدعلی، و بنده خدا، پریسا. (۱۴۰۱). مروری بر عوامل آسیب‌های اجتماعی در دانشجویان. *ششمین کنفرانس بین‌المللی مطالعات جهانی در علوم تربیتی، روانشناسی و مشاوره*، تهران.
- خجیر، یوسف. (۱۳۹۹). آسیب‌شناسی استفاده شبکه اجتماعی در جامعه ایرانی و ارائه راهبردهای استفاده بهینه از آن. *مجلس و راهبرد*، ۲۷(۱۰۲)، ۱۸۳-۲۱۱.  
<https://civilica.com/doc/1630519/>
- خنجیر، یوسف. (۱۳۹۹). آسیب‌شناسی استفاده شبکه اجتماعی در جامعه ایرانی و ارائه راهبردهای استفاده بهینه از آن. *مجلس و راهبرد*، ۲۷(۱۰۲)، ۱۸۳-۲۱۱.  
[https://nashr.majles.ir/article\\_376.html](https://nashr.majles.ir/article_376.html)
- رنجدوست، شهرام. (۱۳۹۸). نقش سبک زندگی اسلامی در کاهش آسیب‌های نوظهور اجتماعی. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۳(۲)، ۸۳-۹۰.  
[https://www.islamiilife.com/article\\_189511.html](https://www.islamiilife.com/article_189511.html)

- شعجاعي، ليلا، حجازي، سيد ناصر، و ايدر، نبي اله. (۱۴۰۳). تبين جامعه‌شناختي اثرپذيري نگرش به آسيب‌هاي اجتماعي بر اساس مؤلفه‌هاي سبک زندگي اسلامي (مطالعه موردی: دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر بيرجند). *اسلام و مطالعات اجتماعي*، ۱۲(۴۶)، ۱۸۴-۲۲۴.  
[https://jiss.isca.ac.ir/article\\_76517.html](https://jiss.isca.ac.ir/article_76517.html)
- شکوهي تبار، محمود. (۱۴۰۴). چگونه توکل به خدا را تمرين کنيم؟ (بخش اول). *دانش سلامت و دين*، ۷(۸۳)، ۵-۸.  
<http://noo.rs/Y6nDZ>
- شيريني، خسرو، نظريور، فريبا، سليماني، سميرا، کاظمي، مهرداد، کاظمي، مقداد، حاتمي، وحيد، و تاب، مهشيد. (۱۳۹۹). بررسي ريسک فاکتورهاي مؤثر بر بروز آسيب‌هاي اجتماعي در بين دانشجويان ساکن خوابگاه در دانشگاه‌هاي دولتي شهر ايلام در سال ۱۳۹۴. *مجله علمي دانشگاه علوم پزشکي ايلام*، ۲۸(۲)، ۸۳-۹۳.  
<https://sid.ir/paper/401071/fa>
- عبدالهي، سامان. (۱۳۹۹). امکان سنجي اجرائي مدل پيشگيري رشد مدار کانادا در ايران. *مطالعات پيشگيري از جرم*، ۱۵(۵۴)، ۱۳۷-۱۷۰.  
[http://cps.jrl.police.ir/article\\_94499.html](http://cps.jrl.police.ir/article_94499.html)
- عزيزاده منامن، عيسي، و عطائي، مصطفي. (۱۴۰۴). حل تعارضات در سبک زندگي دانشجويي؛ راهکارها و رويکردهاي علمي. *علوم انساني و اسلامي در هزاره سوم*، ۹(۱)، ۲۱۷-۲۲۴.  
<https://hijournal.ir/fa/downloadpaper.php?pid=596&rid=49&p=A>
- فيني‌زاده بيدگلي، محسن، خجسته باقرزاده، حسن، فرهنگي، علي اکبر، و مظفري، افسانه. (۱۴۰۳). نقش و ويژگي‌هاي اينفلونسرهاي تويتر در تصوير يک سازمان (مطالعه موردی: دانشگاه آزاد). *علوم خبري*، ۱۳(۲)، ۸۰-۹۵.  
<https://ensani.ir/fa/article/583246>
- قاسم‌پورخوشرودي، الهه، قاسم‌پورخوشرودي، الهام، و قاسم‌پورخوشرودي، عرفانه. (۱۳۹۵). آسيب‌شناسي فرهنگ دانشجويي در خوابگاه‌ها. *چهاردهمين همایش انجمن مطالعات برنامه درسي ايران*.
- کرامتي معز، هادي و ميرخليلي، سيد محمود. (۱۳۹۹). پيشگيري رشد مدار از بزه ديدگي کودکان در شبکه‌هاي اجتماعي مجازي (مطالعه موردی معلمان منطقه پنج شهر تهران). *مطالعات پيشگيري از جرم*، ۱۵(۵۶)، ۱-۲۲.  
[http://cps.jrl.police.ir/article\\_95006.html](http://cps.jrl.police.ir/article_95006.html)
- مظاهري، حسين، فتحي، شهرام، و ابراهيم‌پور، جمشيد. (۱۴۰۴). بررسي ميزان بهره‌مندی از سبک زندگي اسلامي، عوامل مؤثر و پيامدهاي آن در ميان دانشجويان دانشگاه پيام نور مراکز فارسان و سامان. *دومين کنفرانس بين‌المللي تحقيقات پيشرفته در مديريت و علوم انساني مونيخ، آلمان*.  
<https://isnac.ir/SA/XECD-GGGCH>
- مهرآبادي، معصومه، و رضائي، جواد. (۱۴۰۳). سلامت روان، كيفيت زندگي و ابزارهاي اندازه‌گيري آن. *هفدهمين همایش ملي پژوهش‌هاي مديريت و علوم انساني در ايران، تهران*.  
<https://civilica.com/doc/2017290/>

- موسوی، مریم. (۱۴۰۴). راهکارهای نهادینه‌سازی حیا و عفت در جامعه اسلامی. *مطالعات راهبردی علوم انسانی و اسلامی*، ۶(۷۱)، ۱۳۳-۱۵۱.

<http://noo.rs/sQK8Y>

- نیازی، محسن، و پورعسگری، محمدیاشین. (۱۴۰۳). جهانی شدن و اثرات آن بر سبک زندگی. *بیست و یکمین همایش ملی پژوهش‌های مدیریت و علوم انسانی در ایران*.

<https://civilica.com/doc/2326594/>

- Astiwara, E. M. (2025). Healthy living in Islam: The principle of halal and its implications for health. *Endless: International Journal of Future Studies*, 8(1), 71-85.

<https://endless-journal.com/index.php/endless/article/view/324>

- Hamedi, A. (2023). The Role of Ethical and Educational Models in Promoting the Islamic Lifestyle. *Biannual Journal of Education Experiences*, 500(1), 145-159.

<https://sanad.iau.ir/Journal/jec/Article/991531>

- Raza, A., Ali, Z., Anwar, M. I., & Imran, M. (2024). Islamic Perspective on Social Media Ethics and Responsible Usage. *Al-Mahdi Research Journal (MRJ)*, 5(5), 214-221.

<http://ojs.mrj.com.pk/index.php/MRJ/article/view/450>

- Kabir, M., Kabir, M. R., & Islam, R. (2025). Islamic lifestyle applications: Meeting the spiritual needs of modern Muslims. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 1-29.

<https://arxiv.org/abs/2402.02061>

- Islam, M. T. (2019). The impact of social media on muslim society: From islamic perspective. *International Journal of Social and Humanities Sciences*, 3(3), 95-114.

<https://dergipark.org.tr/en/pub/ijshs/article/661414>

- Puspardini, M. D., Herianingrum, S., Bahari, Z., & Furqani, H. (2024). Scrutinizing a frugal lifestyle in spiritual dimensions: an Islamic ethical consumption framework. *International Journal of Ethics and Systems*.

<https://www.emerald.com/ijoes/article-abstract/doi/10.1108/IJOES-01-2024-0027/1251253>

- Riegel, U., Engel, D., Penthin, M., & Pirner, M. L. (2024). Measuring Muslim Lifestyle Using a Halal Scale. *Religions*, 15(11), 1346, 1-16.

<https://www.mdpi.com/2077-1444/15/11/1346>

- Setiawan, I., Chalim, A., & Amalia, A. R. (2025). Building digital ethics in the perspective of islamic religious education. *Journal of Research in Islamic Education*, 7(1), 245-255.

<https://doi.org/10.25217/jrie.v7i1.5929>

- Uriawan, W., Ijazi, M. S., Arraudy, N. R., Wibowo, O. S. P., & Santoso, R. D. (2025). A Comparative Analysis of Instagram and TikTok as Islamic da'wah Media in the Digital Era. *arXiv preprint arXiv*. <https://arxiv.org/abs/2512.17646>