The Quarterly Journal of
New Higher Education Research and Knowledge (NHERK)

Vol. 1, Issue 4, Winter 2025, 59-71
E-ISSN: 2981-1228, P-ISSN: 2981-0418

Available Online at: https://www.Nherk.ir/

Research Article

Studying the Impact of Health-Oriented Lifestyle on the Cultural Capital of University Students in Babol

Hoseingholi Tavan [1], Kourosh Ghasemzadeh [2], Seyyedeh Zahra Hoseini Daronkolae [3]

1. PHD of Educational Management, Bab.C. , Islamic Azad University, Babol, Iran.
Email: H.tavan@iau.ac.ir
2. Department of Educational Sciences, Bab.C., Islamic Azad University, Babol, Iran.
Email: Kghasemzadeh@iau.ac.ir
3. Department of Educational Sciences, Bab.C., Islamic Azad University, Babol, Iran.
Email: Zahra.hossini@iau.ac.ir

*** Corresponding Author**: Kghasemzadeh@iau.ac.ir

ARTICLE INFO

Keywords:
Lifestyle
Health-Oriented
Cultural Capital
Students
University.

Received:
25 November 2024
Received in revised form:
15 December 2024
Accepted:
20 January 2025
Published:
February 2025

Pp.59-71

ABSTRACT

Background and Objectives: The aim of the present study is to investigate the effect of a health-oriented lifestyle on the cultural capital of university students in Babol city and to present an explanatory model in this regard.

Methodology: This study is a sequential exploratory study in terms of fundamental-applied purpose and mixed (qualitative-quantitative) method, and the data were collected cross-sectionally. In the qualitative part, using the classical data-driven theorizing method, the data were collected through semi-structured interviews with 10 university professors and administrators until theoretical saturation was reached and analyzed with Maxqda software. In the quantitative part, the research was conducted using a descriptive-survey method and the statistical population included 29,206 university students in Babol city, of whom 379 were selected using the Krejci-Morgan table and stratified random sampling method. The data collection tools included the researcher-made health-oriented lifestyle questionnaire, Sharbatian and Eskandari's cultural capital questionnaire, and Pham and Taylor's academic performance questionnaire, whose validity and reliability were confirmed. Quantitative data were analyzed using SPSS, LISREL, and Smart-PLS software and using factor analysis and structural equation modeling.

Results: The study showed that health-oriented lifestyle has a positive and significant effect on students' cultural capital, and the research model has a good fit.

Conclusion: It indicates that strengthening health-oriented lifestyle can lead to improving students' academic and cultural status by promoting cultural capital. Accordingly, paying attention to health-oriented lifestyle promotion programs in universities can play an effective role in developing cultural capital and improving students' academic performance.

Citation: Tavan, H., Ghasemzadeh, K. & Hoseini Daronkolae, S. Z. (2025). Studying the Impact of Health-Oriented Lifestyle on the Cultural Capital of University Students in Babol. *Knowledge and Research in New Higher Education*, 1(4), 59–71.

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

Authors retain the copyright and full publishing rights. © Authors.
The Article is Published by Alim-e-Noor Publication Center.
This article is an open access article licensed under
The Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0).

فصلنامه

دانش و پژوهش در آموزش عالی نوین

دوره۱، شماره ۴، زمستان ۱۴۰۳، ۵۹-۷۱

E-ISSN: 2981-1228, P-ISSN: 2981-0418

Available Online at: https://www.Nherk.ir/

مقاله پژوهشی

بررسی تاثیر سبک زندگی سلامت محور بر سرمایه فرهنگی دانشجویان دانشگاههای شهرستان بابل

حسینقلی توان [۱]، کوروش قاسم زاده [۲]، سیده زهرا حسینی درونکلائی [۳]

۱. گروه مدیریت آموزشی، واحد بابل، دانشگاه آزاد اسلامی، بابل، ایران.

۲. گروه علوم تربیتی، واحد بابل، دانشگاه آزاد اسلامی، بابل، ایران.

۳. گروه علوم تربیتی، واحد بابل، دانشگاه آزاد اسلامی، بابل، ایران.

نویسنده مسئول: *Kghasemzadeh@iau.ac.ir*

اطلاعات مقاله

واژگان کلیدی:

سبک زندگی سلامت‌محور سرمایه فرهنگی دانشجویان دانشگاه

تاریخ دریافت:
۱۴۰۳/۰۹/۰۵

تاریخ بازنگری:
۱۴۰۳/۰۹/۲۵

تاریخ پذیرش:
۱۴۰۳/۱۱/۰۱

تاریخ انتشار:
۱۴۰۳/۱۲/۰۱

صص. ۵۹-۷۱

چکیده

زمینه و هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر سبک زندگی سلامت‌محور بر سرمایه فرهنگی دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل و ارائه مدلی تبیینی در این زمینه است.

روش پژوهش: این پژوهش از نظر هدف بنیادی–کاربردی و از نظر روش، آمیخته (کیفی–کمی) از نوع متوالی اکتشافی بوده و داده‌ها به‌صورت مقطعی گردآوری شده‌اند. در بخش کیفی، با استفاده از روش نظریه‌پردازی داده‌بنیاد کلاسیک، داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با ۱۰ نفر از اساتید و مدیران دانشگاهی تا رسیدن به اشباع نظری جمع‌آوری و با نرم‌افزار Maxqda تحلیل شدند. در بخش کمی، پژوهش به روش توصیفی–پیمایشی انجام شد و جامعه آماری شامل ۲۹۲۰۶ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل بود که ۳۷۹ نفر با استفاده از جدول کرجسی–مورگان و روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه محقق‌ساخته سبک زندگی سلامت‌محور، پرسش‌نامه سرمایه فرهنگی شربتیان و اسکندری و پرسش‌نامه عملکرد تحصیلی فام و تیلور بود که روایی و پایایی آن‌ها مورد تأیید قرار گرفت. داده‌های کمی با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS، LISREL و Smart-PLS و با بهره‌گیری از تحلیل عاملی و مدل‌سازی معادلات ساختاری تحلیل شدند.

یافته ها: پژوهش نشان داد سبک زندگی سلامت‌محور تأثیر مثبت و معناداری بر سرمایه فرهنگی دانشجویان دارد و مدل پژوهش از برازش مطلوبی برخوردار است.

نتیجه گیری: حاکی از آن است که تقویت سبک زندگی سلامت‌محور می‌تواند از طریق ارتقای سرمایه فرهنگی، به بهبود وضعیت تحصیلی و فرهنگی دانشجویان منجر شود. بر این اساس، توجه به برنامه‌های ارتقای سبک زندگی سلامت‌محور در دانشگاه‌ها می‌تواند نقش مؤثری در توسعه سرمایه فرهنگی و بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان ایفا کند.

استناد: توان، حسینقلی، قاسم زاده، کوروش و حسینی درونکلایی، سیده زهرا. (۱۴۰۳). بررسی تاثیر سبک زندگی سلامت محور بر سرمایه فرهنگی دانشجویان دانشگاههای شهرستان بابل. *دانش و پژوهش در آموزش عالی نوین*، ۱(۴)، ۵۹–۷۱.

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

حق نشر و حقوق کامل انتشار برای نویسندگان محفوظ است. © نویسندگان. این مقاله توسط مرکز انتشارات علیم نور منتشر شده است. این مقاله یک مقاله با دسترسی آزاد است که تحت مجوز Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) منتشر شده است.

مقدمه

دوران دانشجویی یکی از مراحل مهم و تأثیرگذار در چرخه زندگی فردی و اجتماعی انسان به شمار می‌رود که با تغییرات گسترده‌ای در نقش‌ها، مسئولیت‌ها و شیوه زندگی همراه است. در این دوره، دانشجویان با مطالبات تحصیلی، فشارهای روانی، چالش‌های اجتماعی و الزامات جدیدی مواجه می‌شوند که نحوه مواجهه با آن‌ها می‌تواند پیامدهای کوتاه‌مدت و بلندمدتی بر سلامت، کیفیت زندگی و مسیر تحصیلی و حرفه‌ای آنان داشته باشد (احمدی واسکندری ورزلی، ۱۴۰۰، ص۹۵). ازاین‌رو، بررسی عوامل مؤثر بر سلامت و عملکرد تحصیلی دانشجویان همواره یکی از دغدغه‌های اصلی نظام‌های آموزش عالی و پژوهشگران حوزه علوم تربیتی و اجتماعی بوده است. در این میان، سبک زندگی دانشجویان به‌عنوان مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری مرتبط با سلامت جسمی، روانی و اجتماعی، نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری توانمندی‌ها و موفقیت‌های تحصیلی آنان ایفا می‌کند (باسیتی و همکاران، ۱۴۰۲، ص ۲۱۵). در سال‌های اخیر، با افزایش شیوع بیماری‌های مزمن غیرواگیر و مشکلات روانی در میان جوانان، توجه سیاست‌گذاران و پژوهشگران از رویکردهای درمان‌محور به سمت پیشگیری و ارتقای سلامت معطوف شده است (بایتووا و همکاران، ۲۰۲۴، ص ۸۵). شواهد علمی نشان می‌دهد که بخش قابل‌توجهی از مشکلات سلامت، بیش از آنکه ناشی از عوامل زیستی یا ژنتیکی باشد، تحت تأثیر انتخاب‌های رفتاری و سبک زندگی افراد قرار دارد. در این چارچوب، سبک زندگی سلامت‌محور به‌عنوان الگویی رفتاری که بر تغذیه سالم، فعالیت بدنی منظم، خواب کافی، مدیریت استرس و پرهیز از رفتارهای مخاطره‌آمیز تأکید دارد، به یکی از مفاهیم کلیدی در مطالعات سلامت و آموزش تبدیل شده است (رحمانیان کوشککی و همکاران، ۱۴۰۱، ص۳۵۰). این سبک زندگی می‌تواند با تقویت سلامت جسمی و روانی، زمینه لازم برای مشارکت فعال‌تر دانشجویان در فعالیت‌های آموزشی و اجتماعی را فراهم آورد.عملکرد تحصیلی، به‌عنوان یکی از شاخص‌های اصلی موفقیت دانشجویان، همواره تحت تأثیر عوامل متعددی قرار دارد (رستمی کتشالی و همکاران، ۱۴۰۳، ص۲۱۰). اگرچه کیفیت آموزش، ساختار برنامه‌های درسی و توانایی‌های شناختی نقش مهمی در عملکرد تحصیلی ایفا می‌کنند، اما پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که عوامل فردی و سبک زندگی نیز سهم قابل‌توجهی در این زمینه دارند (دونوسو و همکاران، ۲۰۲۳، ص ۲۵۱). سلامت جسمی و روانی مناسب، موجب افزایش تمرکز، بهبود حافظه، کاهش اضطراب و افزایش انگیزه یادگیری می‌شود و از این طریق می‌تواند عملکرد تحصیلی را بهبود بخشد. با این حال، بسیاری از مطالعات انجام‌شده در این حوزه، رابطه بین سبک زندگی و عملکرد تحصیلی را به‌صورت مستقیم بررسی کرده‌اند و کمتر به سازوکارهای میانجی توجه داشته‌اند که می‌تواند چگونگی این تأثیرگذاری را تبیین کند (شربتیان و همکاران، ۱۴۰۲، ص ۲۵).

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

یکی از مفاهیم اساسی که می‌تواند در تبیین این سازوکار نقش مهمی ایفا کند، سرمایه فرهنگی است (محمدی واحمدی، ۱۴۰۱، ص ۲۶۱). سرمایه فرهنگی به مجموعه‌ای از دانش‌ها، مهارت‌ها، نگرش‌ها، ارزش‌ها و توانمندی‌های فرهنگی و شناختی اطلاق می‌شود که افراد در بستر خانواده، نظام آموزشی و تعاملات اجتماعی کسب می‌کنند و از آن برای ارتقای جایگاه آموزشی و اجتماعی خود بهره می‌برند (کاکویی دینکی، ۱۴۰۱، ص ۵۴). در محیط دانشگاهی، سرمایه فرهنگی می‌تواند در قالب مهارت‌های مطالعه، مشارکت در فعالیت‌های علمی و فرهنگی، توانایی برقراری ارتباط مؤثر، نگرش مثبت به یادگیری و آشنایی با هنجارهای آموزشی نمود یابد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که دانشجویان برخوردار از سرمایه فرهنگی بالاتر، معمولاً سازگاری بهتری با محیط دانشگاه دارند و از عملکرد تحصیلی مطلوب‌تری برخوردارند (کوچانی اصفهانی و محمودیان، ۱۳۹۷، ص۱۲). سرمایه فرهنگی پدیده‌ای ایستا و از پیش تعیین‌شده نیست، بلکه تحت تأثیر شرایط زیستی، روانی و اجتماعی افراد شکل می‌گیرد و تقویت می‌شود. در این راستا، سبک زندگی سلامت‌محور می‌تواند یکی از عوامل مؤثر در شکل‌گیری و ارتقای سرمایه فرهنگی دانشجویان باشد. پیروی از سبک زندگی سالم می‌تواند موجب افزایش خودکنترلی، نظم فردی، تمرکز ذهنی و انگیزه یادگیری شود؛ عواملی که همگی از مؤلفه‌های اساسی سرمایه فرهنگی محسوب می‌شوند.از سوی دیگر، سرمایه فرهنگی بالاتر می‌تواند نگرش‌های مثبت‌تری نسبت به سلامت و خودمراقبتی ایجاد کرده و افراد را به انتخاب رفتارهای سالم‌تر سوق دهد (زوسملیا و همکاران، ۲۰۲۳، ص ۱۲۴). این تعامل دوسویه نشان می‌دهد که سبک زندگی سلامت‌محور و سرمایه فرهنگی می‌توانند به‌طور هم‌افزا در بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان نقش داشته باشند.با وجود اهمیت نظری این روابط، مرور ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که مطالعات انجام‌شده عمدتاً به بررسی جداگانه سبک زندگی، سرمایه فرهنگی یا عملکرد تحصیلی پرداخته‌اند. پژوهش‌هایی که این متغیرها را به‌صورت هم‌زمان و در قالب یک چارچوب مفهومی یکپارچه بررسی کرده باشند، محدود هستند. به‌ویژه، نقش میانجی سرمایه فرهنگی در ارتباط بین سبک زندگی سلامت‌محور و عملکرد تحصیلی کمتر مورد توجه قرار گرفته است. این در حالی است که توجه به این سازوکار می‌تواند درک عمیق‌تری از فرآیندهای مؤثر بر موفقیت تحصیلی دانشجویان فراهم آورد و مبنایی برای مداخلات آموزشی و سلامت‌محور مؤثرتر ایجاد کند.

مرادی و همکاران (۱۴۰۳) سبک زندگی سلامت‌محور و ارتکاب جرم سرقت؛ نتایج نشان داد ابعاد سبک زندگی سلامت‌محور به‌طور معنادار بر احتمال ارتکاب جرم سرقت تأثیرگذار است. شربتیان و همکاران (۱۴۰۲) نقش سرمایه فرهنگی بر سبک زندگی سلامت‌محور شهروندان دامغان؛ یافته‌ها حاکی از رابطه مثبت و معنادار سرمایه فرهنگی و تبیین ۳۳٪ از تغییرات سبک زندگی سلامت‌محور بود. شربتیان (۱۴۰۱) اثر سرمایه فرهنگی بر سبک زندگی سلامت‌محور

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

دبیران مشهد؛ نتایج نشان داد سرمایه فرهنگی و ابعاد آن ۳۳٪ از واریانس سبک زندگی سلامت‌محور را تبیین می‌کنند. ذهنی و رخزادی (۱۴۰۰)، سبک زندگی سلامت‌محور و ویژگی‌های دموگرافیک دانشجویان علوم پزشکی کردستان؛ نتایج بیانگر سطح متوسط سبک زندگی سلامت‌محور و ارتباط معنادار آن با جنسیت و تحصیلات مادر بود. لوه و همکاران (۲۰۲۴)، عوامل سازمانی مدارس ارتقای سلامت و سبک زندگی معلمان یافته‌ها نشان داد حمایت مدیریتی و رهبری تحول‌آفرین با سبک زندگی ارتقادهنده سلامت رابطه مثبت دارد. مانیاسی و همکاران (۲۰۲۳) تأثیر سبک زندگی سلامت‌محور بر پیشرفت تحصیلی نوجوانان ایتالیایی نتایج نشان داد رژیم غذایی سالم و حمایت اجتماعی پیش‌بینی‌کننده مثبت و استرس پیش‌بینی‌کننده منفی عملکرد تحصیلی است. سی و هی (۲۰۲۳) در پژوهشی با عنوان سرمایه فرهنگی و پیشرفت تحصیلی نوجوانان چینی نشان داد سرمایه فرهنگی عینی رابطه مثبت و سرمایه فرهنگی تجسم‌یافته رابطه منفی با پیشرفت تحصیلی دارد. گایتنر و واگنر (۲۰۲۲)، در پژوهشی با عنوان سبک زندگی سالمندی و اشکال مختلف سرمایه نشان دادند ارتباط معناداری بین سرمایه فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی با الگوهای سبک زندگی سالمندان وجود دارد. علاوه بر این، بخش عمده‌ای از پژوهش‌های موجود در این زمینه در دانشگاه‌های واقع در کلان‌شهرها انجام شده و زمینه‌های فرهنگی و اجتماعی دانشگاه‌های شهرستان‌ها کمتر مورد توجه قرار گرفته است. دانشگاه‌های شهرستان بابل، به‌عنوان بخشی از نظام آموزش عالی کشور، در بستری فرهنگی و اجتماعی خاص فعالیت می‌کنند که می‌تواند بر سبک زندگی، سرمایه فرهنگی و عملکرد تحصیلی دانشجویان تأثیرگذار باشد. بررسی این متغیرها در چنین زمینه‌ای می‌تواند به شناسایی الگوهای بومی و ارائه راهکارهای متناسب با شرایط محلی کمک کند و از این طریق، به غنای ادبیات پژوهشی موجود بیفزاید.از منظر کاربردی، شناخت روابط میان سبک زندگی سلامت‌محور، سرمایه فرهنگی و عملکرد تحصیلی می‌تواند برای مدیران و برنامه‌ریزان آموزشی اهمیت ویژه‌ای داشته باشد. نتایج چنین پژوهشی می‌تواند مبنایی برای طراحی برنامه‌های ارتقای سلامت، فعالیت‌های فرهنگی و سیاست‌های آموزشی قرار گیرد که به‌صورت هم‌زمان سلامت جسمی و روانی دانشجویان و توانمندی‌های تحصیلی و فرهنگی آنان را تقویت کند. توجه به این موضوع، نه‌تنها به بهبود کیفیت آموزش عالی منجر می‌شود، بلکه می‌تواند در بلندمدت نقش مؤثری در توسعه سرمایه انسانی و فرهنگی جامعه ایفا کند.در مجموع، با وجود تأکید نظری بر اهمیت سبک زندگی سلامت‌محور و سرمایه فرهنگی، هنوز روشن نیست که سبک زندگی سلامت‌محور چگونه و از چه مسیری می‌تواند بر سرمایه فرهنگی دانشجویان تأثیر بگذارد و این تأثیر تا چه اندازه در بهبود عملکرد تحصیلی آنان نقش دارد، به‌ویژه در زمینه دانشگاه‌های شهرستانی مانند بابل. بنابراین، مسئله اصلی پژوهش حاضر آن است که سازوکار تأثیر سبک زندگی سلامت‌محور بر سرمایه فرهنگی و نقش این متغیر در تبیین عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل به‌طور جامع و مدل‌محور بررسی نشده است. بر این اساس، محقق در این پژوهش

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

به دنبال بررسی چگونگی تأثیر سبک زندگی سلامت‌محور بر سرمایه فرهنگی و عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل و تبیین روابط میان این متغیرها در قالب یک چارچوب مفهومی منسجم است.

روش تحقیق

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر سبک زندگی سلامت‌محور بر سرمایه فرهنگی و بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل و ارائه یک مدل تبیینی انجام شده است. از نظر هدف، پژوهش حاضر بنیادی–کاربردی و از نظر نوع کمی است که داده‌ها به‌صورت مقطعی گردآوری شده‌اند. در بخش کمی، روش توصیفی–پیمایشی به کار گرفته شد.جامعه آماری پژوهش در بخش کیفی شامل اساتید دانشگاه و مدیران باسابقه دانشگاه‌های شهرستان بابل بود که با روش نمونه‌گیری هدفمند و تا رسیدن به اشباع نظری، تعداد ۱۰ مصاحبه عمیق نیمه‌ساختاریافته انجام شد. در بخش کمی، جامعه آماری شامل ۲۹۲۰۶ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل بود که بر اساس جدول کرجسی–مورگان، ۳۷۹ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای به‌عنوان نمونه انتخاب شدند.

گردآوری داده‌ها به دو روش اسنادی و میدانی انجام گرفت؛ در بخش کمی، داده‌ها از طریق پرسش‌نامه‌های استاندارد و محقق‌ساخته جمع‌آوری گردید. ابزارهای پژوهش در بخش کمی شامل پرسش‌نامه محقق‌ساخته سبک زندگی سلامت‌محور، پرسش‌نامه سرمایه فرهنگی شربتیان و اسکندری و پرسش‌نامه عملکرد تحصیلی فام و تیلور بود.روایی ابزارها در بخش کمی از طریق روایی ظاهری، محتوایی و سازه (همگرا و واگرا) و پایایی آن‌ها با استفاده از آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی مورد تأیید قرار گرفت. در بخش کمی، داده‌ها با بهره‌گیری از آمار توصیفی و استنباطی، تحلیل عاملی و مدل‌سازی معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزارهایSPSS ، LISRELو Smart-PLS مورد تحلیل قرار گرفت.

یافته

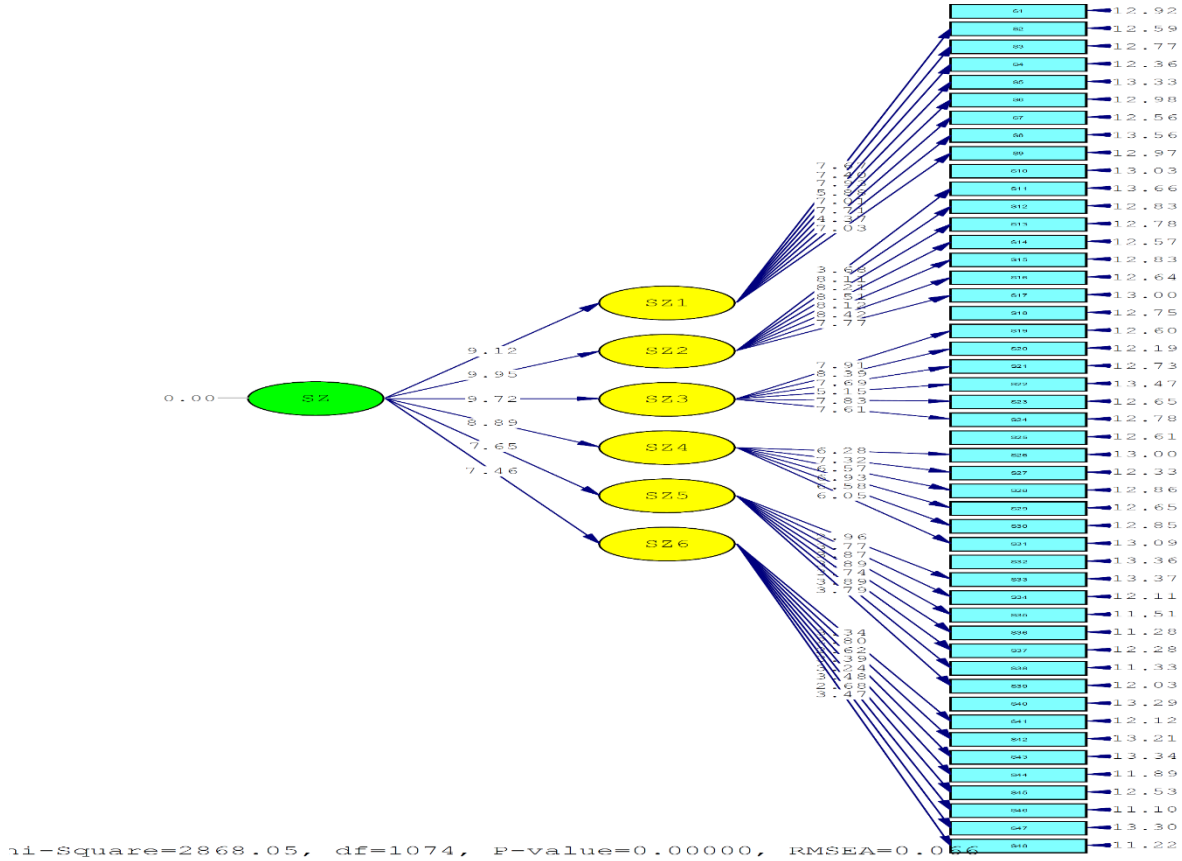
در این بخش به بررسی و تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل از مطالعه و بررسی کمی، توصیفی و استنباطی نمونه آماری مورد نظر پرداخته می‌شود و از طریق تجزیه و تحلیل داده‌ها، کشف، شناسایی و طبقه‌بندی اطلاعات و نتایج انجام می‌گیرد. دراین پژوهش، پژوهشگر داده‌های بدست آمده از طریق پرسش‌نامه را پس از استخراج و طبقه‌بندی از طریق نرم‌افزارهای SPSS-v23، $LISREL_{8.5}$ Smart Pls-v3 و و آزمون‌های آماری کولموگروف–اسمیرنوف، t تک نمونه‌ای، تحلیل عاملی تاییدی، فریدمن و معادلات ساختاری مورد تجزیه و تحلیل قرار داده است. آنچه در ادامه بیان خواهد شد تجزیه و تحلیل دادها بر اساس داده های کمی و استنباطی است.

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

جدول ۱. تجزیه و تحلیل نرمال بودن توزیع داده‌ها

ردیف	متغیر	حجم نمونه	سطح معناداری
۱	سبک زندگی سلامت محور	۳۷۹	۰/۱۳۴
۲	سرمایه فرهنگی		۰/۰۷۱
۳	عملکرد تحصیلی		۰/۱۱۸

براساس داده‌های جدول ۱ چون در سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری ۵٪= α، سطح معناداری برای متغیرهای پژوهش بزرگتر از ۰/۰۵ محاسبه شد (Sig>۰/۰۵)، بنابراین نتیجه آزمون تایید شده است یعنی توزیع داده‌ها نرمال می‌باشد. لذا جهت تجزیه و تحلیل استنباطی داده‌ها، استفاده از آزمون‌های آماری پارامتریک مجاز است.



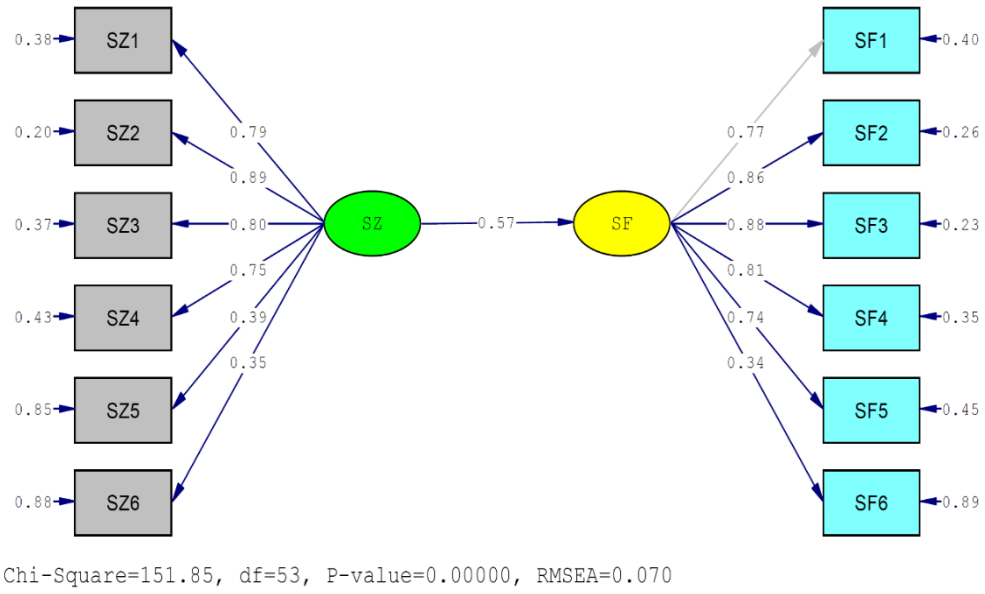
نمودار ۱. برآورد ضرایب آزمون t در مدل

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

جدول ۲. نتایج حاصل از یافته‌های تحلیل عاملی تاییدی در سطح معناداری ۰/۰۵

ردیف	متغیرها	آماره t	ضریب استاندارد
۱	مهارت‌های مدیریت استرس	۹/۱۲	۰/۹۱
۲	برنامه‌ریزی و مدیریت زمان	۹/۹۵	۰/۹۸
۳	مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی	۹/۷۲	۰/۹۳
۴	سلامت جسمانی	۸/۸۹	۰/۸۹
۵	توانمندسازی فردی	۷/۶۵	۰/۸۴
۶	توسعه مهارت‌های ذهنی و معنوی	۷/۴۶	۰/۸۰

نتایج تحلیل عاملی تاییدی مندرج در جدول ۲ نشان می‌دهد که؛ در سطح اطمینان ۹۹٪ مقادیر t-value برای ابعاد سبک زندگی سلامت محور، در خارج بازه‌ی (۲/۵۸، ۲/۵۸-) قرار دارند و میزان ضریب استاندارد برای هر بعد بالاتر از ۰/۷۰ می‌باشد؛ لذا بین متغیر سبک زندگی سلامت محور با همه ابعاد آن رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بالاترین ضریب استاندارد مربوط به بعد برنامه‌ریزی و مدیریت زمان (۰/۹۸) و کم‌ترین ضریب استاندارد مربوط به بعد توسعه مهارت‌های ذهنی و معنوی (۰/۸۰) است.



نمودار ۲. برآورد ضرایب استاندارد در مدل

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

جدول ۳. نتایج حاصل از یافته‌های تحلیل مسیر

ردیف	متغیرها	آماره t	ضریب استاندارد	نتیجه آزمون
۱	تاثیر سبک زندگی سلامت محور بر سرمایه فرهنگی دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل	۷/۸۴	۰/۵۷	تایید

مطابق نمودار۲ و جدول۳، براساس ضرایب استاندارد بین متغیر مکنون برون‌زا (سبک زندگی سلامت محور) با متغیر مکنون درون‌زا (سرمایه فرهنگی) بارعاملی ۰/۵۷ برقرار است. همچنین در سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری ۰/۰۵=α، مقدار t-value بزرگتر از ۱/۹۶ محاسبه شد (t>۱/۹۶)، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که تاثیر سبک زندگی سلامت محور بر سرمایه فرهنگی دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل مثبت و معنادار می‌باشد.

جدول ۴. نتایج حاصل از یافته‌های مدل اندازه‌گیری در سطح معناداری ۰/۰۵

شاخص	مقدار مطلوب	مقدار محاسبه شده	نتیجه آزمون
برآورد نسبت خی‌دو بر درجه آزادی (X^2/DF)	<۳/۰۰	۲/۸۶	تایید
ریشه میانگین مربع خطای برآورد (RMSEA)	<۰/۰۸	۰/۰۷۰	تایید
شاخص نیکویی برازش (GFI)	>۰/۹۰	۰/۹۳	تایید
شاخص برازش مدل (NFI)	>۰/۹۰	۰/۹۱	تایید
شاخص برازش تطبیقی (CFI)	>۰/۹۰	۰/۹۲	تایید
شاخص نیکویی برازش تعدیل شده (AGFI)	>۰/۹۰	۰/۹۴	تایید
شاخص برازش افزایشی (IFI)	>۰/۹۰	۰/۹۳	تایید
شاخص برازش نسبی (RFI)	>۰/۹۰	۰/۹۱	تایید

نتایج آزمون در نمودارهای ۲ و جدول ۴ نشان می‌دهد که، مقدار آماره خی‌دو ۱۵۱/۸۵ و درجه آزادی ۵۳ و برآورد نسبت خی‌دو بر درجه آزادی برابر با ۲/۸۶ می‌باشد. چون در این شاخص مقدار کم‌تر از ۳ نشان دهنده مناسب بودن مدل است، بنابراین مدل مورد نظر، برازش مناسبی را نشان می‌دهد. هم‌چنین تقریب ریشه میانگین مربع خطای برآورد ۰/۰۷۰ است که در این شاخص، مقادیر کم‌تر از ۰/۰۸ بیانگر مناسب بودن مدل است. سایر شاخص‌های خوب بودن مدل شامل: شاخص نیکویی برازش ۰/۹۳، شاخص برازش مدل ۰/۹۱، شاخص برازش تطبیقی ۰/۹۲، شاخص نیکویی برازش تعدیل شده ۰/۹۴، شاخص برازندگی افزایشی ۰/۹۳ و شاخص برازش نسبی ۰/۹۱ می‌باشد. در همه‌ی شاخص‌های ذکرشده، مقادیر بالای ۰/۹ نشان دهنده برازش مناسب مدل هستند. بنابراین مدل ارائه شده، مناسب بوده و ارتباط بین متغیرها با یکدیگر مثبت و معنادار است.

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

نتیجه گیری

دانشجویان به عنوان نماینده قشر جوان، تصمیم‌گیرندگان آینده در سازمان‌ها، جوامع و کشورها هستند. سال‌های دانشگاهی دورانی است که دانشجویان استقلال فزاینده‌ای در مورد شیوه زندگی و عملکردهای بهداشتی کسب می‌کنند. دانشجویان در تلاش برای رسیدن به موفقیت در اهداف علمی و آزادی از محدودیت‌های والدین ممکن است به شیوه زندگی مخاطره‌آمیزی روی آورند. اگر چه برخی از این رفتارهای ناسالم ممکن است گذرا باشند اما برخی عادات می‌توانند تداوم داشته و در دوران میانسالی و پیری ادامه یابند. از این رو، سبک زندگی دانشجویان و رفتارهای پرخطر آن‌ها موجب افزایش نگرانی شده است. سبک زندگی سلامت محور ناظر بر توانمندسازی افراد برای افزایش کنترل و در دست گرفتن عوامل مرتبط با سلامت و در نتیجه ارتقای سلامت آنهاست. بنابراین انتخاب نوع سبک زندگی و رفتارهای مربوط به آن نقش مهمی در سلامت افراد دارد که می تواند بر وضعیت بهزیستی و سلامت جسمانی، سلامت روانی و ذهنی و سلامت اجتماعی آنها مؤثر باشد که این امر می‌تواند موجب بهبود عملکرد تحصیلی آنان شود. بنابراین در این پژوهش، تاثیر سبک زندگی سلامت محور بر سرمایه فرهنگی و بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل مورد بررسی قرار گرفت. یافته پژوهش نشان داد که تاثیر سبک زندگی سلامت محور بر سرمایه فرهنگی دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان بابل مثبت و معنادار می‌باشد. این یافته با نتایج پژوهش‌های شربتیان و همکاران (۱۴۰۲)، مردای و همکاران (۱۴۰۳) و محمدی واحمدی (۱۴۰۱) که نشان دادند بین متغیرهای سرمایه فرهنگی و سبک زندگی سلامت محور رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و ذهنی و رخزادی (۱۴۰۰) و لوه و همکاران (۲۰۲۴) که نشان دادند بین سبک زندگی (سلامت محور) و سرمایه فرهنگی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی رابطه معناداری وجود دارد، همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که؛ سبک زندگی سلامت‌محور به مجموعه‌ای از رفتارها و عادات زندگی گفته می‌شود که با هدف حفظ و ارتقاء سلامت جسمی، روانی و اجتماعی فرد انجام می‌شوند. سبک زندگی سلامت‌محور موجب ارتقای آگاهی و دانش فرهنگی دانشجویان می‌شود. دانشجویانی که به سبک زندگی سلامت‌محور توجه دارند، معمولاً اطلاعات بیشتری در زمینه‌های مختلفی چون تغذیه، ورزش، بهداشت روانی و اجتماعی دارند. این آگاهی‌ها می‌توانند در شکل‌گیری سرمایه فرهنگی آنان نقش مهمی ایفا کنند. از طرفی دانشجویانی که به سلامت روان خود اهمیت می‌دهند، می‌توانند روابط اجتماعی بهتری برقرار کنند که در نهایت بر تقویت سرمایه اجتماعی و فرهنگی آنان تأثیر می‌گذارد. همچنین سبک زندگی سلامت‌محور به دلیل داشتن انرژی جسمی و روانی بیشتر، می‌تواند موجب تقویت خلاقیت و نوآوری در دانشجویان شود که این خود نوعی سرمایه فرهنگی محسوب می‌شود. از طرفی دانشجویانی که از سلامت جسمی و روانی بهتری برخوردارند، معمولاً تمایل بیشتری به شرکت در فعالیت‌های فرهنگی، هنری و اجتماعی دارند. این مشارکت‌ها به توسعه سرمایه فرهنگی

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

آنان کمک می‌کند. بنابراین تاثیر سبک زندگی سلامت محور بر سرمایه فرهنگی دور از انتظار نبود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که سبک زندگی سلامت‌محور نه تنها به بهبود سلامت فردی دانشجویان کمک می‌کند، بلکه از طریق تقویت سرمایه فرهنگی و بهبود عملکرد تحصیلی، زمینه‌ساز موفقیت‌های تحصیلی و اجتماعی آن‌ها می‌شود. بنابراین، تشویق دانشجویان به رعایت اصول سبک زندگی سلامت‌محور می‌تواند موجب ارتقای عمومی کیفیت زندگی، فرهنگ و توانمندی‌های تحصیلی آنان گردد. لذا به مسئولان و مدیران دانشگاه‌های شهرستان بابل پیشنهاد می‌شود که با برنامه–ریزی‌های علمی و منسجم نسبت به ارتقاء سبک زندگی سلامت محور در دانشگاه‌ها همت گمارند تا از این طریق موجب بهبود سرمایه فرهنگی و عملکرد تحصیلی دانشجویان شوند.

سپاسگزاری

پژوهشگر وظیفه خود می‌داند از تمامی دانشجویان دانشگاه‌های بابل که با صبر و حوصله فراوان در زمینه تکمیل پرسش‌نامه‌های این پژوهش همکاری کرده‌اند، کمال تشکر و قدردانی را به عمل آورد.

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

منابع

احمدی، الهام؛ اسکندری ورزلی، نازی. (۱۴۰۰). *سبک زندگی سلامت محور*. تهران: اسپی سی.

بایستی، شهرام؛ شربتیان، محمدحسن ؛ شادلو، ندا. (۱۴۰۲). رابطه سرمایه فرهنگی با سبک زندگی سلامت محور (مورد مطالعه: زنان بالای ۲۰ تا ۴۸ سال شهر دامغان). *فصلنامه علمی برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی*، ۱۴ (۵۷)، ۲۷۰-۲۱۵. doi: https://doi.org/10.22054/qjsd.2023.68621.2373

ذهنی، کامبیز؛ رخزادی، محمد زاهد. (۱۴۰۰). بررسی سبک زندگی سلامت محور و ارتباط آن با ویژگی‌های دموگرافیک دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان. *فصلنامه پرستاری، مامایی و پیراپزشکی*، ۷ (۱)، ۹۵-۸۰. doi: http://sjnmp.muk.ac.ir/article-۱-۳۳۵-fa.html

رحمانیان کوشککی، بهاره؛ روشن روز، محمدرضا؛ قدرت نما، اکبر. (۱۴۰۱). ارائه مدل سبک زندگی سلامت محور با رویکرد فعالیت بدنی در کودکان. *نشریه فرهنگ و ارتقاء سلامت*، ۶ (۴)، ۶۳۷-۶۳۰. doi: 10.22034/6.4.7

رستمی کتشالی، طاهره؛ جعفرزاده پور، فروزنده؛ شفعتی، معصومه؛ آقا سیدمرتضی، عارفه سادات؛ منتظری، علی. (۱۴۰۳). سبک زندگی سالم جوانان: یک مرور نظام مند. *فصلنامه پایش*، ۲۳ (۲)، ۲۲۰-۲۰۹. doi: 10.61186/payesh.23.2.209

شربتیان، محمدحسن. (۱۴۰۱). اثر سرمایه فرهنگی و ابعاد آن بر سبک زندگی سلامت محور (مورد مطالعه: دبیران مقاطع متوسطه ناحیه ۷ شهر مشهد). *دوفصلنامه جامعه شناسی سبک زندگی*، ۸۹ (۱۹)، ۲۱۵-۱۸۹. doi: 10.61186/niyeh.23.3.209

شربتیان، محمدحسن؛ طالبی، محمدعلی؛ کرم زاده، رنگین نگار. (۱۴۰۲). نقش سرمایه فرهنگی بر سبک زندگی سلامت محور (مورد مطالعه: شهروندان ۲۰ تا ۴۹ساله شهر دامغان). *فصلنامه پژوهش‌های جامعه شناسی معاصر*. doi: 10.22084/csr.2023.26680.2139

کاکویی دینکی، عیسی. (۱۴۰۱). *سرمایه فرهنگی و هویت اجتماعی*. تهران: به اندیش.

کوچانی اصفهانی، مسعود؛ محمودیان، حسین. (۱۳۹۷). بررسی تأثیر سرمایهٔ فرهنگی بر سلامت عمومی با میانجی‌گری سبک زندگی سلامت محور (مطالعهٔ موردی: دانش‌آموزان متوسطهٔ دوم شهر شیراز). *فصلنامه جامعه شناسی کاربردی*، ۲۹ (۲)، ۱۶-۱. doi: 10.22108/jas.2017.104156.1109

محمدی، فاتح؛ احمدی، وکیل. (۱۴۰۱). رابطه سرمایه های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی با کیفیت زندگی معلمان بازنشسته در شهرستان جوانرود. *فصلنامه رفاه اجتماعی*، ۲۲ (۸۶)، ۲۶۸-۲۳۵. doi: 10.32598/refahj.22.86.3841.1

مرادی، قاسم؛ شامبیاتی، هوشنگ؛ صفاری، علی؛ کوشا، جعفر. (۱۴۰۳). سبک زندگی سلامت محور در ارتکاب جرم سرقت (مورد مطالعه: مردان زندانی ۲۰ تا ۵۰ ساله استان لرستان). *فصلنامه پژوهش‌های حقوق جزا و جرم شناسی*، ۱۳ (۲۵)، ۲۰-۱. doi: 10.22034/jclc.2024.428280.1952

Baitova, G. M., Kulzhygachov, R. Z., Murzaibragimovna, M. M., & Nayzabekova, S. J. (2024). Problems of medical education in the context of a healthy lifestyle and

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028

rehabilitation of elderly patients. In *BIO Web of Conferences* (Vol. 120, p. 01072). doi: 10.22108/jrs.2024.104156.1109

Chi, D. N., & Vu, N. T. (2023). The Development of Cultural Capital Through English Education and Its Contributions to Graduate Employability. In *English language education for graduate employability in Vietnam* (pp. 141-164). Singapore: Springer Nature Singapore. doi: 10.23408/jalor.2023.104156.1109

Donoso, F., Cryan, J. F., Olavarría-Ramírez, L., Nolan, Y. M., & Clarke, G. (2023). Inflammation, Lifestyle Factors, and the Microbiome-Gut-Brain Axis: Relevance to Depression and Antidepressant Action. *Clinical Pharmacology & Therapeutics*, 113(2), 246-259. doi: 10.22108/jaedy.2023.104156.1109

Geithner, L., & Wagner, M. (2022). Old-age lifestyles: Patterns of participation in leisure activities and their associations with different forms of capital. doi: 10.22108/jewt.2022.104156.1109

Luh, D. L., Huang, H. L., Chiou, S. Y., Lo, K. Y., & Chen, F. L. (2024). The Association between Organizational Factors of Health Promoting Schools. doi: 10.22108/jalor.2024.104156.1109

Maniaci, G., La Cascia, C., Giammanco, A., Ferraro, L., Palummo, A., Saia, G. F., & La Barbera, D. (2023). The impact of healthy lifestyles on academic achievement among Italian adolescents. *Current Psychology*, 42(6), 5055-5061. doi: 10.22108/jers.2023.104156.1109.

Zusmelia, Z., Ansofino, A., Irwan, I., Ronald, J., & Lubis, G. C. (2023). Development Of A Creative Economy Based On Cultural Capital In The Culinary Sector Of West Sumatra Tourism Destinations. *International Journal of Educational Research & Social Sciences*, *4*(4), 697-704. doi: 10.22108/jas.2023.104156.1209.

https://doi.org/10.22034/nherk.2026.586966.1028