



أنماط الحياة في المجتمعين السعودي والصيني: دراسة تحليلية مقارنة

الباحث الرئيسي: د/عبد الله بن علي الشهري

جامعة بيشة كلية التربية

الباحث المساعد: أ/ سلطان بن محمد الشهري

كلية أبن رشد للعلوم الإدارية بأبها

أنماط الحياة في المجتمعين السعودي والصيني: دراسة تحليلية مقارنة

د/ عبد الله بن علي الشهري ، أ/ سلطان بن محمد الشهري

المُلخَص

تسعى الدراسة إلى التعرف على أنماط الحياة داخل المجتمعين السعودي والصيني، كتقافتين متفاعلتين ومتباينتين؛ في ظل التغيرات التي يشهدها المجتمعين من تقدم علمي وتكنولوجي، والاهتمام بالجانب الترفيهي، بالإضافة إلى العلاقات السياسية والثقافية المتفاعلة بين المجتمعين، وذلك باستخدام التحليل الوصفي المقارن، حيث تم تحليل الدراسات والبحوث السابقة التي تم جمعها من خلال البحث في قواعد البيانات العربية (المكتبة الرقمية السعودية، دار المعرفة الرقمية)، وقواعد البيانات الأجنبية (Science Direct, Eric, ResearchGate, Scopus, Wiley Online Books)، وقد تم تقديم إطار نظري يوضح معالم أنماط الحياة بالمجتمعين السعودي والصيني، في إطار ما تم استعراضه من ملامح لأنماط الحياة بالمجتمعين؛ يرى الباحثان أن النمط الإسلامي هو نمط الحياة المسيطر على المجتمع السعودي، وعلى الرغم من ذلك فإن أنماط الحياة خصوصاً بين الشباب قد تأثرت بكثير من العوامل منها: الانفتاح عبر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي أو عبر التفاعل مع ثقافات أخرى سواء أثناء السفر أو الاستقطاب؛ حيث ظهر النمط الاستهلاكي، والذي انعكس في انتشار زيادة الوزن والسمنة، والإصابة بمرض السكري؛ نتيجة تناول الوجبات السريعة، وتناول المكولات والمشروبات ذات السرعات الحرارية العالية، وفي المقابل فإن نمط الحياة بالمجتمع الصيني هو النمط الرأسمالي، القائم على التخطيط الاستراتيجي، وتحديد الأولويات، والعمل بروح الفريق؛ بما ينعكس في النمو الاقتصادي على المستويين الفردي، والمجمعي، ويؤكد ذلك؛ ما قدمته الصين من نموذج فريد لتحقيق التنمية خلال فترة زمنية وجيزة؛ حيث تخلص مئات الملايين من الفقر المدقع انطلاقاً من أسس متواضعة، الأمر الذي جعل التجربة الصينية في التقدم والصعود كقوة اقتصادية كبرى ذات أهمية عالمية ومغزى خاص للدول النامية، كما حدد الباحثان أوجه التشابه والاختلاف بين أنماط الحياة بالمجتمعين لعل منها: تتسم أنماط الحياة بالمجتمعين بأنها تعكس الثقافة العامة السائدة في المجتمع، تلك الثقافة المستمدة في جذورها من التعاليم الدينية في كل المجتمعين، ورغم ذلك فإن الثقافة السعودي هي ثقافة تعكس القيم والعادات والتقاليد والأخلاقيات المستمدة من الدين الإسلامي، حيث يتسم المجتمع السعودي في طبيعته بالتدين الإسلامي في المظهر وعادات الأكل والملبس، في حين تتسم الثقافة الصينية بأنها ثقافة متعددة الأديان واللغات، وهي ثقافة ذات مرجعية شيوعية رأسمالية، هادفة إلى تحقيق العائد المادي والاقتصادي على المستويين الفردي والجماعي، كما قدمت الدراسة مجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

الكلمات المفتاحية: أنماط الحياة، المجتمع الصيني، المجتمع السعودي، دراسة تحليلية مقارنة

Lifestyles in Saudi and Chinese Societies: A Comparative Analytical Study

Abstract

The study aimed to identify the lifestyles within the Saudi and Chinese societies, as two interaction cultures; considering: scientific and technological changes within two societies, in addition to the interacting political and cultural. The Research using comparative descriptive Approach, where previous studies and research were analyzed that were collected through searching in Arab databases (Saudi Digital Library, Dar Al-Maarifa Al-Raqmiyya), and foreign databases (Science Direct, Eric, ResearchGate, Scopus, Wiley Online Books). A theoretical framework was presented that explains the features of lifestyles in both societies, the research finding that the Islamic style is the dominant lifestyle in Saudi society, and despite that, lifestyles, especially among youth, have been affected by many factors as: openness through the use of social media or through interaction with other cultures, whether during travel or polarization; where the consumerist style appeared, which was reflected in the spread of overweight and obesity, and diabetes; as a result of eating fast food, and eating foods and drinks with high calories, In contrast, the lifestyle in Chinese society is capitalist, based on strategic planning, identifying priorities, and working in a team spirit; which is reflected in economic growth. This is confirmed by what China has presented as a unique model for achieving development in a short period of time; where hundreds of millions have been freed from extreme poverty starting from modest foundations, which has made the Chinese experience in progress and rise as a major economic power of global importance and special significance for developing countries. The researchers also identified the similarities and differences between the lifestyles of two societies, including: The lifestyles of the two societies are characterized by reflecting the general culture prevailing in the society, a culture that is rooted in religious teachings in both societies. Despite this, Saudi culture is a culture that reflects values, customs, traditions and ethics derived from the Islamic religion, as Saudi society is characterized by its nature of Islamic religiosity in appearance, eating habits and clothing, while Chinese culture is characterized by being a multi-religious and multi-lingual culture, and it is a culture with a communist capitalist reference, aiming to achieve material and economic returns on the individual and collective levels. The study also presented a set of recommendations and research proposals.

Keywords: Lifestyles; Chinese society; Saudi society; Comparative analytical study.

مقدمة

إن دراسة أنماط الحياة الصحية والممارسات المرتبطة بها لمن الأهمية؛ لتأثيرها الإيجابي على شعور بالفرد بالرفاهية بأشكالها المختلفة: النفسية والاجتماعية والبدنية مقارنة بممارسات نمط الحياة غير الصحية.

ويؤكد (Mak, et al., 2018, Velten, et al. 2018, Zheng, et al., 2024) أن أنماط الحياة ذات تأثيرات في الصحة العامة للفرد وللمجتمع، بما في ذلك: معدلات الوفيات، والإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، والتدهور المعرفي، والشعور بجودة الحياة، والشعور بالرفاهية. ويرى (Kang & Sui, 2024) أن ممارسة أنماط الحياة الصحية المتمثلة في: إتباع نظام غذائي صحي، وممارسة الرياضة خصوصاً للشباب والمراهقين؛ يساعد على الوقاية من أخطار السمعة وأمراض الجهاز التنفسي خصوصاً الربو. كما أنها تقي من مخاطر الإصابة بمرض السكري (ii) بنسبة تصل إلى (٩٠٪) (Lv, et al; 2017).

وتشير منظمة الصحة العالمية (WHO, 2013) أن إتباع الفرد لتلك الأنماط الصحية تقيه من بعض الأمراض المزمنة كأمراض القلب والأوعية الدموية، والسرطان، والسكري وغيرهم.

وفي المقابل: يرتبط نمط الحياة القائم على ممارسة العادات غير الصحية كالتدخين، والعادات الغذائية السيئة؛ بزيادة خطر الوفاة (Zhang, et al., 2021)؛ كما أن لتلك الممارسات آثاراً سلبية على الصحة البدنية والنفسية والعقلية للشباب (Mokdad, et al., 2016).

كما يُعد نمط الحياة أحد العوامل المساهمة في شعور الفرد بالحالة الصحية غير المثلى suboptimal health status؛ تلك الحالة التي تُمثل وسيطاً بين الشعور بالمرض، والتمتع بالصحة، حيث تنخفض خلالها الوظائف الحيوية، والقدرة على التكيف (Bi, et al., 2014).

ويعكس نمط الحياة عادات المجتمعات وتقاليدهم، كما أنه بمثابة علاقة ارتباطية بين حياة الجماعة وتاريخها وثقافتها (وفاء سماحة، ٢٠١٤)؛ فالثقافة تعتبر بمثابة المُشكل الأساسي لأنماط الحياة داخل المجتمعات المتباينة (Li, et al., 2023)؛ بل أن عادات الأكل وتفضيلات الأطعمة التي تعكس أنماط الحياة داخل المجتمعات؛ تتأثر بالعادات والتقاليد السائدة في المجتمع، تلك التي يتوارثها الأبناء على الآباء والأجداد، كما تختلف العادات الغذائية باختلاف المستويات الاقتصادية والاجتماعية والثقافية (معالم المعلم، ٢٠١٩).

كما يؤكد تقرير الجمعية الوطنية الصينية للتغذية (Chinese Nutrition Society, 2022) أن التوسع الحضري الذي تشهده الصين أعاد تشكيل أنماط حياة الصينيين؛ ففي المناطق الريفية: تم استبدال المهن التي تتطلب عمالة كثيفة كالزراعة، وتربية الحيوانات؛ بأخرى تتطلب جهداً بدنياً منخفضاً كما في: التصنيع والخدمات، مما أدى إلى زيادة الوزن والسمنة. ومن الجانب الثقافي تتميز ثقافة المملكة العربية السعودية بارتباطها بالتراث الإسلامي، والتقاليد العربية ذات التاريخ الإنساني الإسلامي، كما ترتبط الثقافة بالمركز التجاري القديم للمملكة، ذلك أن المملكة تمثل محور تجاري قديم، فمنذ أكثر من (٣٠٠٠) عام قبل الميلاد، حيث كان التجار العرب يشكلون جزءاً من شبكة تجارية كبيرة امتدت من جنوب آسيا حتى البحر المتوسط، وشكل هؤلاء التجار حلقة وصل حيوية بين الهند والشرق الأقصى من جانب، والأراضي البيزنطية والبحر المتوسط من جانب آخر، كما شكل الإسلام في القرن (١٧) الميلادي حضارة المنطقة بأكملها، كما شكل مظاهر الحياة الثقافية، والعلمية، والفلسفية، والفنية، ومنذ عام (١٩٣٢)م كرس الملك عبدالعزيز -رحمة الله- جهوده للحفاظ على التقاليد والثقافة العربية الإسلامية، وسار أبناؤه على المنوال ذاته (مشروع سلام للتواصل الحضاري، ٢٠٢٠: ٩-١٠).

كما أن المجتمع السعودي عاش مرحلة ما قبل اكتشاف النفط؛ على مجموعة من القيم والملاحم الخاصة لحياة اجتماعية تتسم بالبساطة، وكانوا يمتنون مهنة يدوية مثل: الزراعة، والرعي، ولكن باكتشاف النفط تغيرت تلك الصورة، وتغيرت معها الكثير من ملاحم الحياة الاجتماعية، وقد شمل التغيير المساكن، ووسائل النقل، والملابس ونوعية الطعام، بالإضافة إلى تغيير الكثير من العادات والتقاليد والقيم المرتبطة بالحياة الاجتماعية (ناصر الزهراني، ٢٠١٧). مما سبق يمكن القول أن الثقافة المجتمعية تمثل أحد أهم المحددات للأنماط الحياتية داخل المجتمع الواحد، وبين المجتمعات المتباينة ثقافياً، وتأتي أهمية البحث الحالي في دراسة أنماط الحياة داخل المجتمعين السعودي والصيني، كثقافتين متفاعلتين ومتباينتين؛ في ظل التغيرات العالمية المصاحبة؛ والعلاقات السياسية والثقافية بين المجتمعين.

مشكلة البحث

في ظل التغيرات التي يشهدها العالم من تقدم علمي وتكنولوجي، والاهتمام بالجانب الترفيهي، بالإضافة إلى الثورة التكنولوجية في استخدام الإنترنت، والتواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي ما بين ثقافات وأنماط حياته متباينة، قد دفع إلى إحداث تغيرات هائلة في أشكال وطبيعة الأنماط الحياتية داخل المجتمعات، كما حث على ضرورة إجراء دراسات مقارنة للتعرف على أنماط الحياة في ظل الثقافات المتباينة (Liu, et al., 2019, Duan, et al., 2021).

وتأتي الثقافتين السعودية والصينية كمحددتين لأنماط حياة كلا الشعبين، فعلى الرغم من أن الدولتين تقعان في قارة واحدة -قارة آسيا- إلا أن ماهية ومكونات الثقافتين متباينتين؛ فالثقافة السعودية تستمد ماهيتها من تعاليم الدين الإسلامي؛ فهي ثقافة غنية في شكلها وتراثها الإسلامي ودورها التاريخي وفي تقاليدها، فعلى مدى العقود الماضية شهد المجتمع السعودي تطوراً، حيث اتخذ قيمه وتقاليداً وعاداته وكرم ضيافته وحتى أسلوب لباسه، وقام بتكييفها بما يتماشى مع العادات والقيم الإسلامية (رانيا دعيبس، وداليا عيسى، ٢٠٢٤)، ومن منطلق الحفاظ على الموروث الثقافي الأصيل انطلقت رؤية المملكة (٢٠٣٠م)، لتحقيق هدف تسمو إليه للاعتزاز بالهوية الوطنية من خلال الفخر بالتراث الثقافي والتاريخ السعودي، ومن جانب آخر يتسم نمط الحياة الصيني الشيوعي؛ بالجماعية والتفاعلات والعلاقات الاجتماعية، وهو ما يظهر جلياً في الشركات العائلية؛ التي أنتجت نوعاً جديداً من الرأسمالية؛ كما أن حسن إدارة الوقت يُمثل قيمة صينية خاصة بالنزعة الجماعية للمجتمع؛ تقوم على الإفراط في احترام التسلسل الهرمي داخل العائلة الواحدة، وكذا الإذعان للسلطة العليا رغم النزاعات والاختلافات، واستغلال الفرص المتاحة في وقتها دون التركيز على الصراعات الداخلية (أفراح ملياني، ٢٠٢١).

وقد تأثر نمط الحياة لدى المجتمع السعودي بعملية التعلم، ودورها في ترسيخ قيم المواطنة في المناهج الدراسية (محمد الشريف، ٢٠٢٤)، كما تؤكد (رانيا دعيبس، وداليا عيسى، ٢٠٢٤) أن القهوة السعودية كموروث ثقافي يعكس نمط حياة لدى الشباب السعودي، وفي ذات الوقت تأثرت تصاميم الملابس السعودية، وشكلها العام كمظهر لأنماط الحياة بالتراث الثقافي الموروث (رانيا دعيبس، وداليا عيسى، ٢٠٢٤)، ومن الناحية المجتمعية وبالأخص ما يهم عنصر المرأة في المجتمع شكلت المتغيرات الثقافية والآليات المجتمعية المرتبطة بتمكين المرأة في

المجالات (الاجتماعية، الاقتصادية، السياسية، المهنية والوظيفية، الأكاديمية والمعرفية)، نمط حياة جديدة للمرأة السعودية (عائض الشهراني، أحمد فرغلي، ٢٠٢٣، أماني أفغاني، وسمحاء محمد)

وفي إطار المجتمع الصيني؛ سعت دراسة (Xing, et al., 2024) إلى تناول أنماط الحياة الصحية في علاقتها بالإصابة بالأمراض المزمنة، في حين سعت دراسة (Li, et al., 2024) إلى دراسة نمط الحياة الصحي في علاقته بالوظيفة التنفيذية ومعدل الوفيات كما وقد قام (Cui, et al., 2024) بدراسة هدفت إلى التعرف على تأثير الاستخدام الرقمي للتكنولوجيا على نمط حياة كبار السن الصينيين وتبنيهم لأنماط سلوكية جديدة، وهدفت دراسة (Wang, et al., 2024) إلى تقييم العلاقات بين نمط الحياة المستقرة وانتشار هشاشة العظام. ويتضح من تلك الدراسات التي تناولت أنماط الحياة في ظل الثقافة الصينية، أن تلك الدراسات قد تناولت نمط الحياة الصحي الذي يعكس الثقافة الرأسمالية، وتوظيف المستجدات التكنولوجية واستخدامها.

وفي إطار ما أطلع عليه الباحثان من دراسات وبحوث سابقة؛ لا توجد دراسة سعت إلى مقارنة أنماط الحياة بين الثقافتين السعودية والصينية، وهو ما تسعى إليه الدراسة الحالية من بحث أنماط الحياة بالمجتمعين في إطار دراسة وصفية مقارنة، وتتحدد مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

ما الأنماط الحياتية المميزة للمجتمع السعودي في إطار ما تم تقديمه من أطر ودراسات وبحوث سابقة؟

ما الأنماط الحياتية المميزة للمجتمع الصيني في إطار ما تم تقديمه من أطر ودراسات وبحوث سابقة؟

ما طبيعة الفروق في الأنماط الحياتية بين المجتمعين السعودي والصيني في ضوء الدراسات والبحوث السابقة؟

أهداف الدراسة

سعت الدراسة إلى:

التعرف على الأنماط الحياتية المميزة للمجتمع السعودي في إطار ما تم تقديمه من أطر ودراسات وبحوث سابقة.

التعرف على الأنماط الحياتية المميزة للمجتمع الصيني في إطار ما تم تقديمه من أطر ودراسات وبحوث سابقة.

التعرف على طبيعة الفروق في الأنماط الحياتية بين المجتمعين السعودي والصيني في ضوء الدراسات والبحوث السابقة.

أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة في الآتي:

الأهمية النظرية: وتتمثل فيما قدمته الدراسة من إطار نظري ودراسات وبحوث سابقة، وما قدمته من استنتاجات متعلقة بأنماط الحياة بالمجتمعين السعودي والصيني.

الأهمية التطبيقية: وتتمثل في:

ما قدمته الدراسة من توصيات ومقترحات بحثية للباحثين والمهتمين بدراسة العلاقات الثقافية والاجتماعية السعودية الصينية.

ما أسفرت عنه من نتائج يمكن تطبيقها في مجال البحث العلمي، وتقديم مزيد من الاستجلاء للثقافتين الصينية والسعودية، وتأثيراتهما على الأنماط الحياتية للمجتمعين.

ما تتضمنه من استنتاجات يمكن أن تفيد الباحثين والطلاب والمبتعثين للدراسة بجمهورية الصين، وكذلك للمهتمين بالمجال الثقافي والاقتصادي بين المجتمعين.

مصطلحات الدراسة

نمط الحياة Lifestyle: ويعرفه الباحثان تعريفاً إجرائياً بأنه: توجه نحو الحياة يتسم بالثبات النسبي، ويتشكل في إطار ثقافي مجتمعي، ويُحدد من خلاله: عاداته الصحية، والنفسية، وعادات الغذاء، والشكل العام للملابس وتصميمها، وطريقة التفاعل والتعايش بين الأفراد داخل المجتمع الواحد.

المجتمع السعودي Saudi Society: ويعرفه الباحثان تعريفاً إجرائياً بأنه: مفهوم يعكس طبيعة الثقافة بالمملكة العربية السعودية، وما تتضمنه من عادات وتقاليد وأخلاقيات وقيم، مستمدة في أصولها من التراث الإسلامي، وما صاحب من انفتاح، واختلاط بالثقافات الأخرى.

المجتمع الصيني Chines Society: ويعرفه الباحثان تعريفاً إجرائياً بأنه: مفهوم يعكس طبيعة الثقافة بجمهورية الصين الشعبية، وما تتضمنه من عادات وتقاليد وأخلاقيات وقيم، مستمدة في

أصولها من الفكر الشيوعي الرأسمالي، وما تشهده من تطور قائم على توظيف الوسائط التكنولوجية سواء في مجال العمل أو الحياة اليومية.

دراسة تحليلية مقارنة Descriptive-Comparative Study: ويعرفها Baroni & Couto (2011) تعريفاً نظرياً بأنها: منهج بحثي يتضمن وصف ومقارنة جوانب أو خصائص مختلفة لموضوع أو ظاهرة ما، بهدف تحليل تلك الظاهرة وفهمها من خلال تحديد أوجه التشابه والاختلاف، بما يمكن من تقديم رؤى واستخلاص استنتاجات.

حدود الدراسة: وتمثل في الآتي:

الحدود الموضوعية: وتتحدد في متغيرات الدراسة وهي: أنماط الحياة (المتغير المستقل)، المجتمعين السعودي والصيني (المتغير التصنيفي).

الحدود المكانية: وتتحدد في قواعد البيانات التي استعان بها الباحثان في جمع الدراسات والبحوث السابقة وهي: قواعد بيانات عربية (المكتبة الرقمية السعودية، دار المعرفة الرقمية)،

وقواعد البيانات الأجنبية: Science Direct, Eric, ResearchGate, Scopus.

الحدود الزمانية: وتتحدد في الفترة الزمانية التي استغرقها البحث، والممتدة من مارس وحتى أغسطس (٢٠٢٤) م.

الحدود البشرية: وتمثل في جميع أفراد المجتمعين السعودي والصيني ممن تضمنتهم الدراسات والبحوث السابقة.

الإطار النظري والدراسات والبحوث السابقة

أولاً: ماهية نمط الحياة

يسعى الباحثان من خلال الجزء التالي إلى استجلاء مفهوم نمط الحياة كما يلي:

المعني اللغوي: ويتضمن الكشف عن المعني اللغوي كما يلي:

تُعرف موسوعة Encyclopedia Britannica (Chisholm, 1922) نمط الحياة على أنه:

الأسلوب/ الطريقة التي يعيش بها الفرد، وهو يتشكل في مرحلة الطفولة المبكرة.

وتناول مجمع اللغة العربية (٢٠٠٤) كلمة (نمط) على أنها: طريقة الفرد أو أسلوبه الذي يستخدمه.

ويعرفه قاموس الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA Dictionary of Psychology, 2018) الطريقة النمطية للحياة أو أسلوب العيش الذي يميز الفرد أو المجموعة، ويتم التعبير عنه في صورة مجموعة من السلوكيات والمواقف والاهتمامات.

ويعرفه قاموس (American Heritage Roget's Thesaurus, 2020) على أنه: مفهوم يتضمن طريقة/ أسلوب حياة ومعيشة الفرد أو المجموعة، وهو أسلوب غير تقليدي يعكس ثقافة المجتمع وعاداته وتقاليده

مما سبق يمكن استنتاج: أن المعنى اللغوي لنمط الحياة إنما يتمثل في طريقة الفرد وأسلوبه وتوجه نحو الحياة، ويبدأ تشكله خلال مرحلة الطفولة؛ حيث يعكس ثقافة المجتمع.

المعنى النفسي والاصطلاحي:

ويتضمن من خلال استعراض جهود الباحثين السابقين في تناولهم لمفهوم نمط الحياة، حيث تُعرفه منظمة الصحة العالمية (World Health Organization, 1999) بأنه: ممارسة النشاط البدني بانتظام، والإقلاع عن التدخين، والحد من استهلاك الكحوليات، وتناول الطعام الصحي، والحفاظ على الوزن، وهو ما ينعكس في الشعور بالصحة النفسية والبدنية، وتناوله (Mosak, 2005: 46) بأنه: توجه الفرد نحو الحياة، وطريقته المميزة في تحقيق أهدافه، والشعور بذاته وبالأخرين، ويعرفه (Pender et al., 2006: 56) على أنه: الطريقة التي يعيش بها الأفراد، والتي تظهر في صورة مجموعة من السلوكيات المُعززة للصحة العامة والنفسية، وتتضمن: المسؤولية الصحية، والنشاط البدني، والتغذية، والعلاقات الاجتماعية، والنمو الروحي، وإدارة التوترات والإجهادات، ويعرف (Bygren, et al. 2009) نمط الحياة الصحي على أنه: ممارسة الأنشطة الثقافية والمعرفية؛ في حين يعرف (Bi, et al., 2014) أنماط الحياة المُعززة للصحة Health-promoting lifestyles على أنها: نمط متعدد الأبعاد من الأفعال والتصورات التي يبادر بها الفرد بصورة ذاتية، من أجل الحفاظ على ما يشعر به من تعافي، وتحقيق للذات، والسعادة، وتناول (لى جين هوي، عبدالرحمن العثمان، ٢٠٢٤: ٨١) نمط الحياة الصحية بأنه: نظام حياة متكامل ومتوازن، يشمل على مزيج من الأنشطة البدنية، والعقلية، والنفسية، والعاطفية، والروحية؛ التي تساهم في أن يحيا الفرد برضا ورفاهية، وأفضل جودة ممكنة للحياة .

ومن العرض السابق: أمكن للباحثين استنتاج الآتي:

تباينت الدراسات والبحوث السابقة في تناولها لمفهوم نمط الحياة؛ حيث تناولتها منظمة الصحة العالمية (WHO, 1999) في إطار مجموعة من السلوكيات التي ترتبط بالصحة البدنية والعامه للفرد؛ من خلال ممارسة الأنشطة البدنية، وعدم التدخين، والحد من استهلاك الكحوليات، وتناول الطعام الصحي، والحفاظ على الوزن، في حين تناوله (Mosak, 2005) على أنه طريقة الفرد المميزة، وتوجهاته الفرد نحو الحياة بما يُمكنه من تحقيق أهدافه، والشعور بذاته وبالأخرين، كما تناوله (Pender et al., 2006) في إطار مجموعة من السلوكيات الإيجابية، المتضمنة: المسؤولية الصحية، والنشاط البدني، والتغذية، والعلاقات الاجتماعية، والنمو الروحي، وإدارة التوترات والإجهادات،

تباينت الدراسات والبحوث السابقة في تناولها لأنواع أنماط الحياة؛ حيث تناوله البعض (WHO, 1999, Bi, et al., 2014) من منظور صحي على اعتبار أن نمط الحياة يعكس ما يتمتع به الفرد من صحة بدنية وعامه، وخلوه من الأمراض العضوية، في حين تناوله البعض الآخر (Mosak, 2005) من منظور نفسي على اعتبار أنه يعكس ما يشعر به من صحة نفسية ورفاهية وسعادة وجودة حياة، كما تناوله كل من: (Pender et al., 2006)، لي جين هوي، عبدالرحمن العثمان، (٢٠٢٤) في إطار مجموعة من السلوكيات المعززة لكل من: الصحة العامة والصحة النفسية، ومن جهة أخرى: يقسم (Ranga & Majra, 2020) أنماط الحياة إلى شكلين أساسيين هما: نمط الحياة الصحي في مقابل نمط الحياة غير الصحي؛ في حين تناول (Abbasi & Karamad, 2024) نمط الحياة العفيف A chaste lifestyle الذي يعكس تمسك الفرد بالقيم والأخلاقيات السائدة في المجتمع، من: عدم التباهي، وتجنب العوامل المثيرة، وإشباع الحاجات الجنسية في سياقات العفة، والتأزر من أجل تحقيق النجاح مع الالتزام بالعفة، والحفاظ على الممتلكات العامة وحمايتها، والحد من السلوكيات الخاطئة المناهضة للعفة، والسيطرة على الخوف والقلق، والتطلع إلى مستقل أفضل، والتوبة عن الأخطاء، والحماس نحو تحقيق التطور، والشعور بالسعادة والرضا عن الحياة، والمودة، وحب الله، والتفائل والأمل، الحياء.

ومن جانب آخر يقسم (wheeler, et al., 1983) أنماط الحياة إلى (٩) أنماط هي: المنتمي، والضحية، والباحث عن الاستحسان، والمسيطر، وغير الكفو، والمدلل، والمنتم، والمؤذي، والمذعن، كما تناول (Arulumani, et al., 2024) أنماط الحياة في إطار ثلاث فئات هي:

فئة نمط الحياة غير الصحي، وفئة نمط الحياة الصحي المعتدل، وفئة ممارسي أنماط الحياة الصحية، كما صنف (Kern, et al., 1996) أنماط الحياة إلى: النمط المنتمي، والنمط المدعن، والنمط المسيطر، والنمط الباحث عن الشهرة، والنمط الحذر، وقسمها (Horne & Ostbirg, 1976) إلى نوعين هما: النمط الصباحي: الذي يتميز صاحبة بالميل إلى الاستيقاظ مبكرًا، لممارسة الأنشطة والمهام المنوط به أداؤها، وفي مقابل ذلك النمط المسائي: الذي ينشط ليلاً لممارسة الأنشطة والمهام المختلفة.

يعكس نمط الحياة البيئة الثقافية وما يمتلكه الفرد من خبرات ومعارف سابقة، ومن عادات وتقاليد (Bygren, et al. 2009, American Heritage Dictionry, 2020).

تتفق كل من التعريفات اللغوية، والاصطلاحية في تناول نمط الحياة على أنه: توجه أو طريقة أو أسلوب للحياة، بما يُمكن الفرد من تحقيق أهدافه، والعيش برفاهية.

أختلف مفهوم نمط الحياة بأبعاده المختلفة وفقًا لطبيعة الدراسات والبحوث السابقة، وأهدافها، واهتماماتها، وتتناول الدراسة الحالية نمط الحياة على أنه: أسلوب للحياة يتسم بالثبات النسبي، تُحدده ثقافة المجتمع الذي يعيش فيه الفرد، ويعكس خبراته السابقة وتوجهاته؛ ويظهر في عادات الغذاء، والشكل العام للملابس وتصميمها، وطريقة التفاعل والتعايش داخل المجتمع.

ثانيًا: ملامح أنماط الحياة داخل المجتمع السعودي:

يتناول الباحثان أنماط الحياة داخل المجتمع السعودي في إطار عدة ملامح هي: الطبيعة الأنثروبوجية للمجتمع (الطبيعة الجغرافية والسكانية): تقع المملكة العربية السعودية في أقصى الجنوب الغربي من قارة آسيا، تشغل مساحة تقدر بنحو (٢) مليون كيلومتر مربع، وتتنوع تضاريس المملكة نظراً لاتساع مساحتها، ما بين مناطق ساحلية، ومناطق جبلية ومناطق صحراوية، كما يوجد بها صحراء الربع الخالي التي تشكل الجزء الجنوبي الشرقي من المملكة (الهيئة العامة للإحصاء، ٢٠١٩)؛ هذا التنوع الجغرافي المترامي الأطراف للمملكة، صاحبة العديد من العادات والتقاليد، والتي أدت إلى تبني أنماط حياتيه مختلفة على سبيل المثال ما ذكر في دراسة (إجلال محمد، ٢٠٢١) أن منطقة عسير الواقعة في جنوب المملكة العربية السعودية يتسم أهلها بممارسة بعض العادات الغذائية الغير صحية بالإضافة إلى قلة النشاط البدني؛ ويرجع ذلك إلى الطبيعة الجغرافية والتضاريسية للمنطقة، حيث ينتشر بها الجبال

مثل: سلسلة جبال عسير، وهو ما يحد من مقدرة أهلها على الحركة أو لأسباب بشرية تتعلق بسلوك الفرد مثل: الخمول، وعدم الرغبة في الحركة.

كما أظهر تقرير التعداد السكاني (٢٠٢٢)م الصادر عن الهيئة العامة السعودية للإحصاء حول التعداد أن مجموع عدد سكان المملكة (٣٢.١٧٥.٢٢٤) مواطناً ومواطنة بمتوسط عمر زمني (٢٩) سنة، وأن نسبة السعوديين إلى غير السعوديين (٥٨.٤%) سعوديين إلى (٤١.٦%) غير سعوديين، وأن نسبة الذكور إلى الإناث بلغت (٦١.٢%) من الذكور إلى (٣٨.٨%) من الإناث، وأن متوسط أطفال الأسرة السعودية (٤.٨) طفل، وأن إجمالي الأسر السعودية (٨.١٧٤.٦٧٤) أسرة، بمعدل حجم الأسرة (٤) أفراد.

مما سبق يمكن القول أن الطبيعة الجغرافية والتضاريسية والسكانية للمملكة يُمثل عاملاً نحو تباين الأنماط الحياتية.

الطبيعة الثقافية للمجتمع السعودي: تناولت دراسة (حسن ال عامر ٢٠٢١) النقلة النوعية في الحراك الثقافي الوطني كأحد أهم مظاهر التحول التنموي والحضاري الكبير، الذي تشهده المملكة منذ إطلاق رؤيتها الطموحة " المملكة ٢٠٣٠ " .

وبعد أن كان تطوير واستثمار المواقع الأثرية الضاربة في عمق التاريخ وفتحها للسياح من جميع دول العالم، إضافة إلى وجود معاهد وأكاديميات للفنون بخبرات عالمية ودور سينما بأحدث التقنيات ودعم المواهب الشابة من خلال التبرني والابتعاث للدراسة المختصة ، من الأحلام والأمنيات التي تراود المبدعين والمبدعات في مختلف المجالات، أصبحت اليوم حقائق على أرض الواقع ، جعلت السعودية تحتل موقعا ثقافيا متقدما بين نظيراتها في دول العالم. بدأت الانطلاقة في الثاني من يونيو عام ٢٠١٨ بميلاد وزارة الثقافة بأمر ملكي ليتهايتها صاحب السمو الأمير بدر بن عبدالله بن فرحان كأول وزير لها، بحيث تعنى بالمشهد الثقافي على الصعيدين المحلي والدولي، وتحرص على الحفاظ على التراث التاريخي للمملكة مع السعي لبناء مستقبل ثقافي غنيّ تزدهر فيه مختلف أنواع الثقافة والفنون ومن جانب آخر: تم الكشف عن رؤية وتوجهات وزارة للثقافة التي تحدّد ٣ تطلعات رئيسية؛ هي: تكريس الثقافة نمط حياة، والثقافة من أجل النمو الاقتصادي، والثقافة من أجل تعزيز مكانة المملكة الدولية. كما تضمنت الإعلان عن ٢٧ مبادرة لتحقيق هذه التطلعات، التي تعد أول حزمة من المبادرات. ومن أبرز المبادرات المعلنة: تأسيس مجمع الملك سلمان العالمي للغة العربية، وإنشاء صندوق

«نمو» الثقافي، وإطلاق برنامج الابتعاث الثقافي، وتطوير المكتبات العامة، وإقامة مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي. وتنتمي هذه المبادرات الـ ٢٧ إلى ١٦ قطاعاً ثقافياً تخدمها الوزارة وهي: اللغة، والتراث، والكتب والنشر، والموسيقى، والأفلام والعروض المرئية، والفنون الأدائية، والشعر، والفنون البصرية، والمكتبات، والمتاحف، والتراث الطبيعي، والمواقع الثقافية والأثرية، والطعام وفنون الطهي، والأزياء، والمهرجانات والفعاليات، والعمارة والتصميم الداخلي، التي تُشكّل في مجموعها كل المسارات الثقافية التي تنشط فيها المواهب السعودية في مختلف مناطق المملكة وعلى صعيد العادات الاجتماعية تناول فاضل العماني في استطراده للعادات القيمة في المجتمع السعودي والتي خص منها عدد من العادات الكريمة مثل : الشهامة والعنفوان، أو ما يُطلق عليه محلياً بالفرزة والحمية. وهذه عادة متأصلة في بنية هذا المجتمع، خاصة في أجياله الشابة. وهي خصلة عربية عمية تحدرت في الأجيال منذ القدم .

الثانية، وهي الحضور القوي للعائلة في مجتمعنا، حيث مازالت العائلة تُمثل القيمة الكبرى التي يُحافظ عليها المجتمع بشكل لا مثيل له.

الثالثة، وهي الكرم بشتى ألوانه ومستوياته، سواء للضيف أو الغريب أو المحتاج. الكرم هو أحد العنواين البارزة في المجتمع السعودي.

ومن جانب بعض العادات الثقافية تناولت دراسة (رانيا دعبس، وداليا عيسى، ٢٠٢٤) القهوة السعودية كنمط حياة لدى الشباب السعودي؛ فمشروب القهوة مستهلك عالمياً؛ خضع لبحوث مكثفة لاستكشاف آثاره على صحة الإنسان وأدائه. وفيما يتعلق بطلاب التعليم العالي على وجه التحديد، اكتسب تأثير استهلاك القهوة على الأداء الأكاديمي اهتماماً. وزعمت أوراق بحثية مختلفة أن تناول القهوة بصورة معتدلة يُمكن أن يحسن بشكل إيجابي الأداء الأكاديمي للطلاب من خلال تحسين الوعي والقدرة الإدراكية. ومع ذلك، فإن الاستهلاك المفرط للقهوة السعودية يمكن أن يؤدي إلى نتائج سلبية على الأداء الأكاديمي للطلاب، بما في ذلك اضطرابات القلق، والقدرة المحدودة على الانتباه، وسوء جودة النوم. وفي المملكة العربية السعودية، انتشر استهلاك القهوة السعودية إلى ما هو أبعد من الممارسات الثقافية والاجتماعية؛ فهي عادة شائعة بين طلاب الجامعات. وتتجذر ثقافة تناول القهوة بعمق في نمط حياة الطلاب اليومي. وبالنسبة للعديد من الطلاب، يوفر هذا المشروب المعتاد الراحة من الضغوط الأكاديمية التي قد يواجهونها، وهو بمثابة أداة لطلاب الجامعات لتشكيل الروابط مع أقرانهم في الجامعة وإجراء

محادثات مفيدة. إن ممارسة صنع القهوة السعودية ومشاركتها تدل على العلاقات وتلعب دوراً رئيسياً في حياة الطلاب الجامعيين. في حين أن استهلاك القهوة متأصل إلى حد كبير في الثقافة السعودية، فإن تأثيرها المحتمل على الأداء الأكاديمي لطلاب الجامعات يظل مجالاً للنقاش. تهدف الدراسة الحالية إلى سد هذه الفجوة من خلال التحقيق في تأثير الدوافع (أي التعزيز المعرفي، وتخفيف التأثير السلبي، والتأثير المعزز، والتحكم في الوزن) لاستهلاك القهوة السعودية على الأداء الأكاديمي لطلاب الجامعات البالغ عددهم (٦٢٠) طالب من سنوات دراسية مختلفة، ومن تخصصات وكليات متباينة بجامعة الملك فيصل.

النظام التعليمي: يُعد النظام التربوي والتعليمي بالمملكة بمثابة الموجه لمسار التنمية وتشكيل أنماط الحياة بما يحقق المواطنة الصحية لجميع أفراد المجتمع وقد أسهمت جهود وزارة التعليم لتطوير التعليم العام في تحسين نتائج التعلم، وتعزيز قدرة قطاع التعليم العام في المملكة على المنافسة عالمياً، إلى جانب تحقيق العديد من المنجزات خلال العام ٢٠٢٢، ومواصلة التقدم في مؤشرات الأداء العالمية في مجال التعليم، وذلك في ظل الاهتمام والدعم اللامحدود من قبل خادم الحرمين الشريفين وسمو ولي عهده الأمين -حفظهما الله- لقطاع التعليم.

واحتلت المملكة المركز الثالث في مؤشر إجمالي الإنفاق على التعليم، بحسب تقرير التنافسية العالمي لعام ٢٠٢٢م، حيث وصل إجمالي ميزانية وزارة التعليم للعام المالي الماضي ما يزيد على ١٨٥ مليار ريال، بما يشكّل ١٩.٤٪ من مخصصات القطاعات في ميزانية الحكومة عام ٢٠٢٢، ويعكس رؤية القيادة الرشيدة -أيدها الله- في الاهتمام بالتعليم ودوره في بناء الإنسان وتنمية الوطن.

وتقدمت المملكة خمس مراتب في مؤشر التنمية البشرية (HDI) الصادر عن تقرير برنامج الأمم المتحدة الإنمائي ٢٠٢٢، كما سجل التعليم السعودي نتائج متقدمة في عدد من المؤشرات الدولية لقطاع التعليم، حيث تقدّم في ١٦ مؤشراً من مؤشرات التنافسية العالمية في قطاع التعليم، وفق الكتاب السنوي للتنافسية العالمية ٢٠٢٢.

وواصلت وزارة التعليم مشاريعها وبرامجها التطويرية خلال هذا العام، حيث تم تنفيذ وتدشين ١,١٤٨ مشروعاً تعليمياً في المناطق والمحافظات، تستوعب ٧٠٦,٥٠٧ طلاب وطالبات، كما تم التوسع في مشروع الطفولة المبكرة وقبول الأطفال بمرحلة رياض الأطفال بإتاحة أكثر من

٤٠٠ ألف مقعد للتسجيل في الروضات هذا العام، وتقديم ١١٥٤٧ وظيفة تعليمية جديدة؛ كأضخم عدد للوظائف في القطاع الحكومي منذ الجائحة. وأثمرت جهود الوزارة في مجال التعليم المستمر ومحو الأمية عن خفض نسبة الأمية الأبجدية إلى ٣.٧٪، كما تم اعتماد منظمة اليونسكو مدينة ينبع الصناعية مدينة تعلم دولية، كثاني مدن المملكة بعد الجبيل الصناعية، ووصل عدد المتطوعين في قطاع التعليم إلى أكثر من ١٥٨ ألف متطوع.

وحظي النموذج السعودي في إتاحة التعليم عن بُعد وأدوات التعليم الإلكتروني للطلاب والطالبات في جميع المراحل الدراسية بإشادات دولية عديدة، وأحدثها الدراسة الصادرة عن البنك الدولي، وكذلك إشادة منظمة اليونسيف لدول الخليج العربية، إضافةً إلى اختيار توثيق نموذج منصة "مدرستي" ضمن أفضل أربعة نماذج عالمية في التعليم عن بُعد من قبل اليونسكو، إلى جانب حصول طالبة المملكة على ٨٨ جائزة وميدالية في الأولمبياد والمسابقات الدولية.

واقع المرأة داخل المجتمع السعودي: سعت دراسة (فوزية البكر، ٢٠٢٢) إلى رصد أوضاع المرأة السعودية في إطار رؤية المملكة (٢٠٢٣)م، حيث تشهد المملكة نهضة في مجالات عدة شملت: المجال الاقتصادي، والمجال الاجتماعي، والمجال الثقافي، والمجال السياسي؛ حيث نصت وثيقة سياسة التعليم في مادتها رقم (١٥٣) على أن تعليم الفتاة، وتربيتها تربية صحيحة إسلامية بما يُمكنها من أداء مهامها في الحياة؛ فتكون ربه بيت ناجحة، وزوجة مثالية، وأماً صالحة، ولإعدادها للقيام بما يناسب فطرتها كالتدريس والتمريض والتطبيب، كما تضمنت المادة (١٥٤) الاهتمام بتعليم البنات، وتوفير الإمكانيات اللازمة ما أمكن، لاستيعاب جميع من يصل منهن إلى سن التعليم، وإتاحة الفرصة لهن في أنواع التعليم الملائمة لطبيعة المرأة.

وقد اصدرت الهيئة العامة للإحصاء (٢٠٢٣) تقريراً خاصاً عن المرأة السعودية عبر موقعها الرسمي على شبكة الإنترنت www.stats.gov.sa، وتكمن أهميته في عدد وتنوع المؤشرات الإحصائية المتعلقة بالمرأة السعودية من عمر ١٥ سنة فأكثر في مختلف المجالات كالتعليم والصحة والرياضة والتقنية، وعدد من الإحصاءات الأخرى .

واعتمد التقرير على حزمة من المؤشرات الإحصائية الخاصة بالمرأة السعودية للفئة العمرية (١٥ سنة فأكثر) استناداً إلى نتائج مجموعة من المسوح التي تنفذها الهيئة العامة للإحصاء، بالإضافة إلى البيانات السجلية، ونتائج تعداد ٢٠٢٢؛ وتم الرجوع إلى كل مصادر البيانات هذه

والاستناد إليها بهدف الوصول إلى إحصاءات متنوعة عن المرأة في مختلف المجالات الاجتماعية، والاقتصادية، والتعليمية، والصحية، والثقافية، والترفيهية. وأظهرت نتائج (تقرير المرأة السعودية ٢٠٢٢م) الصادر من الهيئة العامة للإحصاء أن الفئات العمرية الشابة من النساء تمثل أعلى عدد من بين الفئات العمرية الأخرى، حيث بلغ عدد النساء في الفئة العمرية (١٥ - ١٩) (٩١٦,٤٣٩)، كما بلغ عدد النساء في الفئة العمرية (٢٠ - ٢٤) (٨٥٠,٧٨٠).

من ناحية أخرى أوضحت نتائج التقرير الجهود التي بُذلت لتمكين المرأة السعودية في سوق العمل، حيث انخفضت معدلات بطالة المرأة، وكان من نتائج ذلك أن حقق معدل البطالة بين النساء السعوديات انخفاضاً ملحوظاً في الربع الرابع من عام ٢٠٢٢م ليصل إلى ١٥.٤٪ مقارنة بالأعوام السابقة (٢٠١٩ و ٢٠٢٠ و ٢٠٢١م)، وذلك تزامناً مع التوسع في المشاركة الاقتصادية للنساء وزيادة معدلات توظيفهن في مختلف المجالات، حيث ارتفع معدل المشتغلات من النساء إلى السكان في الربع الرابع من عام ٢٠٢٢م ليصل إلى ٣٠.٤٪، مرتفعاً عما كان عليه في الربع الرابع من عام ٢٠٢١م إذ كان المعدل ٢٧.٦٪، فيما بلغ معدل مشاركة النساء في سوق العمل ٣٦٪ مرتفعاً عما كان عليه في الربع الرابع من عام ٢٠٢١م حيث كان ٣٥.٦٪.

وأظهرت نتائج التقرير تزايد مشاركة المرأة السعودية في العمل الحر، حيث وصل عدد وثائق العمل الحر الصادرة للنساء في عام ٢٠٢١م (٩٦١,١٨٩) وهو أعلى عدد وثائق مشاركة في العمل الحر مقارنة بالوثائق التي صدرت خلال عام ٢٠٢٠م حيث كانت (١٠٥,٥١٨) بينما في عام ٢٠١٩م كان عدد وثائق العمل الحر (٧,٩٩٧) هذا وقد شهد سوق الأسهم إقبلاً كبيراً من النساء في الآونة الأخيرة، حيث بلغ عدد المستثمرات السعوديات في سوق الأسهم في عام ٢٠٢١م (١,٥١٦,٩٩٥) وهو أعلى من العامين السابقين ٢٠١٩ و ٢٠٢٠م.

على صعيد آخر أوضحت نتائج التقرير أن نسبة ممارسة النساء (١٥ سنة فأكثر) للنشاط البدني لمدة ٣٠ دقيقة على الأقل في الأسبوع بلغت ٣٨.٧٪ في عام ٢٠٢١م، وهي النسبة الأعلى مقارنة بعامي: ٢٠١٨م، و ٢٠١٩م، كما أن أعلى فئة عمرية من النساء تمارس النشاط البدني لمدة ٣٠ دقيقة على الأقل في الأسبوع كانت الفئة العمرية (٢٠-٢٤) وذلك بنسبة (٤٣.١٣٪)، يليها الفئة العمرية (٢٥-٢٩) بنسبة (٤٢.٨٨٪).

ولقد تبنت رؤية المملكة العربية السعودية (٢٠٣٠م) مبدأ تمكين المرأة السعودية كهدف من أهداف التنمية المستدامة باعتبارها شريك مجتمعي بجانب الرجل في إحداث التنمية والتطور، ووجهت إلى الالتزام بتطوير مواهبها واستثمار طاقاتها وتمكينها من إيجاد الفرص التي تساعد في بناء مستقبلها والمشاركة في تنمية مجتمعها (أماني أفغاني، سمحاء محمد، ٢٠٢٣).

العوامل الصحية: وتتضمن العادات الغذائية، وتصميم الملابس.

سعت دراسة (مستورة السمري، وآخرون، ٢٠٢٤) إلى تحليل اتجاهات الموضة لأزياء الرجال في كأس السعودية، وهو حدث محلي لسباق الخيل، والتنبؤ باتجاهات الأزياء التقليدية الرجالية المستقبلية في المملكة العربية السعودية بشكل عام وفي المناسبات الوطنية بشكل خاص، واستخدام البحث المنهج النوعي بأسلوب تحليل المحتوى المرئي للصور المنشورة عن فعالية كأس السعودية (Content analysis) خلال الثلاث سنوات الأخيرة لتحديد عناصر التصميم والاتجاهات السائدة في الأزياء الرجالية للتوصل إلى استنتاجات حول الاتجاهات المستقبلية. وشملت عينة الدراسة الصور المنشورة على مواقع التواصل الاجتماعي على الحساب الرسمي لفعالية كأس السعودية والحسابات المهمة بالموضة والأزياء بالإضافة إلى القنوات الرسمية التي غطت الفعالية. وتُظهر نتائج الدراسة التزام الموضة الرجالية بخطوط الأزياء التقليدية والصورة التقليدية للثوب السعودي، وعدم الابتعاد عنها بشكل كبير مما يدل على التزام قوي بالتراث الثقافي. كما وجدت الدراسة أن الأزياء في كأس السعودية تتأثر بالأحداث الثقافية والاجتماعية والسياسية في المملكة، حيث ظهر اللون البنفسجي في أزياء الرجال التقليدية بشكل كبير وهو لون مستلهم من زهور الخزامى البرية وتم اعتماده في سجاد المراسم الملكية. بالإضافة إلى ذلك، تسلط الدراسة الضوء على هيمنة الأزياء التقليدية للمنطقة الوسطى والشرقية، وبروز اللون الأسود على أزياء غالبية الحضور. وأوصت الدراسة بالاستفادة من أدوات الذكاء الصناعية لتطوير خوارزميات تُساعد على تحليل مجموعة أكبر من الأزياء التراثية وضمان دقة البيانات وتوثيق التفاصيل الدقيقة لتحديد اتجاهات الموضة للأزياء التقليدية ودراسة تطور الأزياء السعودية التقليدية. وذكرت الباحثتان وفاء ناصر السحيباني، الفت شوقي منصور (٢٠٢٤).

وضع معايير لتصميم ملابس الرجال المعاصرة المستلهمة من زخارف التراث السعودي، المجلة العربية الدولية للفن والتصميم الرقمي، ١٠٥ (١)، ٣٣٢ - ٣٧٦.

وأتت دراسة (وفاء السحيباني، ألفت منصور، ٢٠٢٤) لدراسة متطلبات تصميم ملابس الرجال المعاصرة، خصائص زخارف التراث السعودي، ووضع معايير للتصميم (الزخرفي/ البنائي) لملابس الرجال المعاصرة المستلهمة من زخارف التراث السعودي، وابتكار تصميمات (زخرفية/ بنائية) لملابس الرجال المعاصرة المستلهمة من زخارف التراث السعودي وفقاً للمعايير الموضوعية. وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي مع التطبيق. وضمت عينة الدراسة مجموعة الشباب السعوديين الذي يتراوح أعمارهم ما بين (٢٠-٣٥) سنة وعددهم (٣١) شاب، كما ضمت مجموعة من المتخصصين في مجال تصميم الأزياء وعددهم (١٥) متخصص، واشتملت الأدوات على استبانة لقياس درجة قبول المستهلكين تجاه التصميمات المقترحة، واستبانة لقياس درجة قبول المتخصصين تجاه التصميمات المقترحة، وأظهرت النتائج الدراسة تقبل المتخصصين لتصميمات ملابس الرجال المستلهمة من زخارف التراث السعودي.

وفي إطار العادات الغذائية: هدفت دراسة (سهير الديب، ٢٠١٩) إلى التعرف على العادات الغذائية وأسلوب الحياة المعيشية وعلاقتها بالإصابة بالسمنة لدى عينة من السيدات السعوديات بمدينة عفيف، بلغ عددهن (١٢٠) سيدة من المترددات على دور تحفيظ القرآن الكريم بمحافظة عفيف، وقد تم اختيارهن بطريقة عشوائية، وقد تراوحت أعمارهن ما بين (٢٥-٥٥) سنة؛ بمتوسط عمر زمني (٤٠) سنة، حيث جمعت بياناتهن الوصفية ومقاييسهن الجسمية وعاداتهن الغذائية ونمط المعيشة بموجب استبانة أعدت خصيصاً لذلك، وأوضحت النتائج أن نسبة إصابة المتزوجات منهن بالسمنة بلغت ٨٠.٩ % مقارنة بغير المتزوجات ٤٥.٥ %، و كانت أعلى نسبة للإصابة بالسمنة من ذوات التعليم العالي ٦٠.٠ %، كما أظهرت نتائج مؤشر كتلة الجسم للعينة أن ٧٠.٥ % كان مؤشر الكتلة لديهم أعلى من ٢٤,٩ كجم/متر^٢، أي أنهم مصابون بزيادة وزن وسمنة، وأن نسبة ٣٦.٦ % من السيدات قد سبق لهن اتباع حميات غذائية، ولقد أوضحت الدراسة أيضاً أن أعلى نسبة للإصابة بالسمنة كانت في السيدات في المرحلة العمرية من ٤٥ - ٥٥ سنة حيث بلغت ٩٣.٣ %، أيضاً كانت نسبة إصابة ربات البيوت هي أعلى النسب حيث بلغت ٧٨.٣ %، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين عدد مرات تناول الاطعمة السريعة والاصابة بالسمنة، ولقد لوحظ من الدراسة أيضاً زيادة نسبة المصابات بالسمنة عند طهي الخادمة للطعام، وأن المصابات بالسمنة أكثر ميلاً لاستهلاك الغذاء من غير المصابات بالسمنة وخاصة للشكولاتة والمشروبات الغازية.

وفي ذات الإطار: هدفت دراسة (محمد الأحمد، ٢٠١٩) إلى التعرف على العادات الغذائية لدى فئة الشباب بالمملكة العربية السعودية، وقد بلغ عددهم (١٠٠) شاب سعودي ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٥-١٨) سنة، من طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية بمجمع الملك سعود بمدينة الرياض، حيث تم استخدام استبانة قياس العادات الغذائية الصحية وغير الصحية، وتضمنت الاستبانة العادات الغذائية الصحية (تناول وجبة الإفطار، والخضراوات، والفاكهة، والحليب)، والعادات الغذائية الغير صحية (تناول الكعك، والحلوى والشوكولاتة، ومشروبات الطاقة والمشروبات المحلاة بالسكر، والوجبات السريعة)، وأظهرت النتائج أن ٢١٪ من الشباب يتناولون وجبة الإفطار بشكل يومي، وبنسبة (٢٠٪) لا يتناول البعض الآخر على الاطلاق لوجبة الإفطار بصورة يومية، كما أن نسبة الشباب الذين يتناولون الخضراوات (٥٣٪)، ونسب من يتناولون الفاكهة (٢٩٪)، كما بلغت نسبة الشباب الذين يقبلون على الوجبات السريعة (٤٠٪)، وتشير أيضاً النتائج أن (٥٠٪) من عينة الدراسة تقبل على تناول المشروبات الغازية والسكرية، كما أن (٥٥٪) يتناولون مشروبات الطاقة مرة في الاسبوع على الأقل، ومن ثم فغالبية الشباب السعودي يمارسون عادات غذائية غير صحية.

وبسبب انتشار احد اهم امراض العصر الناتجة عن السلوكيات الغذائية غير الصحية وهو مرض السكري قام (إجلال محمد، ٢٠٢١) بدراسة للتعرف على نمط الحياة لدى مرضى السكري بمنطقة عسير بالمملكة العربية السعودية لعام (٢٠٢٠م)، على اعتبار أن مرض السكري من الأمراض المزمنة المنتشرة بالمملكة على وجه العموم، ولدى قاطني منطقة عسير، وقد بلغ أفراد عينة الدراسة (٢٠٠) مواطن سعودي؛ تم تطبيق استبانة صممت للتعرف على نمط الحياة لدى مرضى السكري، في إطار ثلاثة أبعاد هي: العادات الغذائية، والنشاط البدني، والسلوك الصحي، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وقد أظهرت النتائج أن أفراد العينة يتسمون بنمط غير صحي في عادات الغذاء؛ حيث يتم تناول الأرز الأبيض ثلاث وجبات يوميًا، وعدم تناول الخضراوات والفواكه بصورة يومية، وتناول الحلوى بصورة يومية، أما فيما يتعلق بنمط الحياة المتعلق بالنشاط البدني؛ فيمارس أفراد العينة رياضة المشي أو الجري يوميًا لمدة (٣٠) دقيقة، أما فيما يتعلق بالسلوكيات الصحية، فيميل أفراد العينة إلى متابعة الطبيب المعالج بصورة دورية ومستمرة، وممارسة أنشطة ترفيهه مع العائلة، والتعرض للشمس يوميًا ما لا يقل عن (٢٠) دقيقة.

وتستمر جهود وزارة الصحة في نشر الوعي والتثقيف الصحي لدى افراد المجتمع السعودي للوصول الى نمط حياة صحي يساهم من خلاله الى تحقيق مستهدفات رؤية المملكة ٢٠٣٠ في تحسين جودة الحياة الصحية للمجتمع السعودي.

التطور الاقتصادي والتكنولوجي والمعرفي:

تناول تقرير أفاق المستقبل التقني للمملكة العربية السعودية (٢٠٢٠) المستقبل التقني للمملكة باعتبارها التطبيق العملي للتقدم العلمي والمعرفي الذي يشهده العالم، بما يُمكن من حل المشكلات المجتمعية المختلفة، وقد تطرق التقرير إلى مدينة الملك عبدالعزيز للعلوم والتقنية، ودورها في تعزيز جهود الاستشراف التقني في المملكة؛ بالإشارة إلى استراتيجية البحث والتطوير والابتكار التي أعدتها المدينة كأحدى ممكنات برنامج تطوير الصناعة الوطنية والخدمات اللوجستية، بجانب استراتيجية الثورة الصناعية الرابعة بما يُمكن من التطور الصناعي بالمملكة، فضلاً عن مركز الاستشراف التقني الصناعي؛ بما يُمكن من إجراء الدراسات الاستشرافية حول التقنيات الصناعية المرتبطة بقطاعات التنمية الاستراتيجية، وزيادة الفرص الاستثمارية في إطار مجالات رؤية المملكة (٢٠٣٠)م

وأشارت مقالة (معتز سلامة، ٢٠٢٣) أنه رغم حداثة التركيز على الأهمية الاستراتيجية للذكاء الاصطناعي، فقد استشرفت المملكة وعملت على الاستعداد له مبكراً، باقتحام عالم الرقمنة والاتصالات وتجهيز البنية التحتية الرقمية، ودعم الاعتماد على البيانات والذكاء الاصطناعي كأحد المحفزات للتطور السريع. وكانت المملكة قد أقرت مبلغ ٢٠ مليار دولار للاستثمار في هذا المجال حتى عام ٢٠٣٠، في إطار خطة طموحة تهدف إلى تنويع الاقتصاد وتقليل الاعتماد على النفط، خاصة إثر ظهور وباء كوفيد عام (٢٠٢٠)، ولم يكن تركيز السعودية على الذكاء الاصطناعي سوى تجسيد لـ "رؤية ٢٠٣٠"، التي وضعت كأساس لكل تخطيط أو استراتيجية حكومية، ومنذ إطلاق الرؤية في إبريل ٢٠١٦ تعيش المملكة حالة من الانتعاش التقني في كافة القطاعات الحكومية والخاصة، بسبب التبني الواضح والقوي لاستراتيجيات التحول الرقمي، حيث تسعى الحكومة السعودية لتعزيز القدرات وتجهيز البنية التحتية وتدريب الفرق العاملة، لتكون لديها المقدرة لمواكبة وإدارة المنتجات الناشئة عن تطبيقات الذكاء الاصطناعي والتحول الرقمي.

وهدفت دراسة (أميرة جادو، ٢٠٢٣) إلى التعرف على دور التكنولوجيا الرقمية في تنمية سوق العمل بالمملكة، من خلال التعرف على البنية التحتية الرقمية، والوقوف على العلاقة بين تطور التكنولوجيا الرقمية وسوق العمل، وتقييم الوع الراهن والمستقبلي، وباستخدام الأسلوب الوصفي التحليلي، أظهرت النتائج وجود نمو مضطرد في طاقة مؤشرات البنية التحتية الرقمية السعودية؛ مما يدل على حرص المملكة على تطوير بنيتها التحتية الرقمية، وكذلك أظهرت البيانات الدور الرائد لاستراتيجيات التعليم والتدريب في دعم العلاقات بين التكنولوجيا الرقمية وسوق العمل، ومن المتوقع أن التكنولوجيا الرقمية ستؤدي دورًا إيجابيًا في خفض معدلات البطالة خلال عام (٢٠٢٦م)، إلى الحد الطبيعي للبطالة البالغ (٦٪).

مما سبق يمكن الإشارة إلى النهضة التكنولوجية والعلمية التي تشهدها المملكة في المجال التقني والذكاء الاصطناعي، وتوظيفها في المجالات المختلفة وفق رؤية المملكة (٢٠٣٠م)، تلك النهضة التي أثر على طبيعة أنماط الحياة داخل المجتمع السعودي؛ حيث دفعت إلى استحداث العديد من الجامعات لكلا الجنسين للتعلم في مجالات علمية حديثة كالهندسة، والبرمجة، وتطبيقات الذكاء الاصطناعي، وهو ما انعكس في مزيد من الاهتمام بقطاعات الصناعة، والزراعة والصحة والتعليم.

استنتاج عام على بعض ملامح أنماط الحياة بالمجتمع السعودي:
تعد الثقافة بمثابة المحدد الأول لأنماط الحياة السعودية، بما تتضمنه من عادات وتقاليد وأخلاقيات مستمدة من الدين الإسلامي، ويظهر ذلك في طبيعة الملابس، وعادات تناول الطعام، كما أن القواعد المنظمة للعمل بالمهن المختلفة، هي قواعد وقوانين تتفق مع المبادئ والتعاليم المستمدة من الدين الإسلامي، ومن الموروثات الثقافية المشكلة لنمط الحياة داخل المجتمع السعودي؛ تناول القهوة السعودية، والاعتقاد السائد بين الشباب خاصةً بانها ذات تأثير إيجابي في الأداء الأكاديمي؛ من خلال تحسين الوعي والقدرة الإدراكية، كما أنها ترتبط بتحقيق الراحة من الضغوط الأكاديمية التي قد يواجهونها، وهو بمثابة أداة لتشكيل الروابط مع الآخرين، كما أن ممارسة صنع أكواب القهوة السعودية ومشاركتها تدل على العلاقات وتلعب دورًا رئيسيًا في الحياة الاجتماعية، كما أنها تُعد المشروب الساخن الأكثر استهلاكًا في البلاد (AI- Mssallem & Brown, 2013)؛ وتعمل القهوة كعامل تحفيز، حيث توفر استراحة من الضغوط وتعزز الشعور بالمجتمع (Aljarboa et al., 2018)، كما يعتبر تحضير القهوة

السعودية ومشاركتها رمزاً للصدقة والود، مما يعزز أهمية الروابط الاجتماعية بين الأقران والأغرب (AL-Asmari et al., 2020).

لقد تأثرت أنماط الحياة بالمجتمع السعودي بالانفتاح على الثقافات والمجتمعات الأخرى؛ سواء عبر وسائل التواصل الاجتماعي أو الابتعاث للخارج لاستكمال الدراسة والحصول على أعلى الشهادات العلمية أو السفر خصوصاً فترة العطلات لمزيد من الترفيه والاستجمام أو عبر وسائل الإعلام خصوصاً المشاهد منها؛ من خلال ما تعرضه من أفلام ومسلسلات قد تحمل في طياتها العديد من القيم والثقافات الجديدة على المجتمع السعودي؛ حيث أسفر ذلك الانفتاح عن بعض التأثيرات السلبية حيث ظهر النمط الاستهلاكي؛ خصوصاً في ظل توافر بطاقات الائتمان للقيام بعمليات الشراء عبر الإنترنت،

أسفر الانفتاح الثقافي عن بعض التأثيرات الإيجابية من خلال إتاحة الفرص التي من شأنها أن ترتقي بنمط الحياة الإسلامية، وتزيد من الرفاهية الاقتصادية والاجتماعية للفرد والمجتمع.

في ظل ما تشهده المملكة من تطور فكري وثقافي وتكنولوجي، دفع بالمرأة السعودية إلى العمل في بعض المهن؛ منها المهن الطبية، ومهنة التعليم والتدريس، كما دفع الاهتمام بتعليم المرأة في كافة المراحل الدراسية إلى مزيد من التنوير الفكري والعقلي، وهو ما دفع إلى تضمين المرأة في القرار الشرائي للعائلة السعودية، بل وفي المشاركة في صناعة القرارات المجتمعية، بل ووضعت العديد من الآليات لتمكين المرأة وفتح آفاق جديدة لمجالات عمل المرأة وتلبية الاحتياجات الوطنية، وتدعيم الرؤية الوطنية الشاملة لجميع حقوق المرأة وواجباتها في ضوء الشريعة الإسلامية والقوانين والتشريعات، في ظل النهضة الكبيرة التي تشهدها المملكة العربية السعودية، حيث عنيت رؤية ٢٠٣٠ بإنصافها، وتمكينها، حيث خطت خطوات عملاقة باتجاه المشاركة الفاعلة علمياً وعملياً لخدمة نهضة المجتمع السعودي.

تمثل تغير الأنماط الحياتية إلى إصابة المتزوجات السعوديات بالسمنة بنسبة بلغت ٨٠.٩ % مقارنة بغير المتزوجات ٤٥.٥ %، وكانت أعلى نسبة للإصابة بالسمنة من ذوات التعليم العالي ٦٠.٠ %، وأن أعلى نسبة للإصابة بالسمنة كانت في السيدات في المرحلة العمرية من ٤٥ - ٥٥ سنة حيث بلغت ٩٣.٣ %، ويرجع ذلك إلى تناول الاطعمة السريعة، والاعتماد على الخادمة في إعداد الطعام، وتناول المأكولات ذات السعرات الحرارية العالية مثل: للشكولاتة والمشروبات الغازية.

من العادات الغذائية غير الصحية التي ظهرت مصاحبة لتغير أنماط الحياة خصوصًا بين الشباب، عدم تناول وجبة الإفطار بشكل يومي، وعدم الاهتمام بتناول الخضراوات، والفواكه، والإقبال على الوجبات السريعة، وتناول المشروبات الغازية والسكرية ومشروبات الطاقة. تُعد جائحة كورونا من العوامل التي أدت إلى إحداث تغييرات في أنماط الحياة السعودية: (العادات والتقاليد، والقيم الاجتماعية، والسلوك الاجتماعي)؛ حيث ظهر التغير في: تقليص دعوات الزواج، والغاء فكرة السفر خارج المملكة، وتقليص زيارات الأقارب والجيران، كما حدث تغير في القيم الاجتماعية تمثلت في: زيادة قيمة الحرص والاحتراز، وزيادة الاهتمام بقيمة الحفاظ على الصحة العامة، والاهتمام بالنظافة الشخصية، كما تمثلت التغييرات الحادثة في السلوك الاجتماعي في: ارتداء الكمامة، وزيادة الاهتمام بسلوك النظافة، وسلوك الخوف.

ثالثًا: ملامح أنماط الحياة داخل المجتمع الصيني:

يتناول الباحثان أنماط الحياة داخل المجتمع الصيني في إطار عدة ملامح هي:

الطبيعة الأنثروبوجية للمجتمع (الطبيعة الجغرافية والسكانية): يبلغ عدد سكان الصين (1,418) مليار نسمة حتى شهر أغسطس (2024)م وفقًا لتقديرات شعبة السكان التابعة للأمم المتحدة، بما يعادل (١٧.٣٩٪) من إجمالي عدد سكان العالم، وهي تحتل المرتبة الثانية عالميًا عقب الهند من حيث عدد السكان، ويبلغ عدد سكان الحضر (٦٦.٤٪) من إجمالي عدد السكان، وتبلغ نسبة الوفيات بين الرضع (٦.٤٪)، وحتى سن (٥) سنوات (٨٪)، ومتوسط عمر الفرد (٧٢.٥٨) سنة (Worldometer, 2024)، كما تبلغ المساحة الجغرافية نحو (9.572) مليون كم^٢، مُحتملة بذلك المرتبة الرابعة عالميًا من حيث المساحة؛ بعد روسيا وكندا والولايات المتحدة، وللصين حدود قارية يبلغ طولها نحو ١٥ ألف كم، في حين تمتد حدودها البحرية مسافة ١١ ألف كم، وتتميز بطبيعة تضاريسية متميزة (محمد الحمادي، ٢٠٢٤)

الطبيعة الثقافية للمجتمع الصيني: إن صعود دولة الصين وقدرتها على إدارة الشؤون الدولية؛ يعطيها مكانة مهمة بين بالمؤسسات السياسية العالمية؛ خاصة لدى هيئة الأمم المتحدة؛ انطلاقًا من أفكارها وايدولوجيتها وتصوراتها، وتوجهاتها السلمية والدبلوماسية؛ في ظل تضارب المصالح بين القوى الكبرى والصراع الدولي، وكذلك انطلاقًا مما حققته من تقدم على المستوى الاقتصادي والسياسي والثقافي (صافا يمينة، ٢٠٢١)، كما يتسم نمط الحياة الصيني بالجماعية، وهو ما يظهر جليًا في الشركات العائلية؛ التي أنتجت نوعًا جديدًا من الرأسمالية؛ كما أن حسن إدارة

الوقت يُمثل قيمة صينية خاصة بالنزعة الجماعية للمجتمع الصيني (أفراح ملياني، ٢٠٢١)، وتتسم الصين بتعدد الديانات، ومنها: الكونفوشيوسية، والطاوية، والبوذية، والمسيحية، والإسلامية، حيث تركز الديانات الصينية القديمة على طبيعة الإنسان وحدة، دون ربطه بالإله الخالق، والحياة الأخروية، ويقدم الصينيون المنتمون إلى تلك الديانات أرواح الأموات من الآباء والأجداد والأبطال، وهذا التقديس يدفع بهم إلى تقديم القرابين لهذه الأرواح ليس من أجل سعادة هؤلاء الأموات؛ بل لما يجلب لهم من منافع مادية في الحياة الدنيا، ومنذ عام (١٩٤٩م) عندما بدأ الحكم الشيوعي بالصين، وتغلغل في جميع جوانب الحياة، واستحكم بعقول عامة الصينيين، ومن ثم أصبح هناك العداء للدين ولأداء الشعائر الدينية (يونس الصيني، ٢٠١٩).

ويذكر علي الجرباوي (٢٠٢٣) صورة الصين لذاتها حيث نهلت الثقافة الصينية عبر تاريخ حضارة مديد من عده منابع، أهمها الفكر الكونفوشي، والطاوي، والماركسي ذو النفحة الماوية. من ضمن ما استندت إليه من الكونفوشية أن البناء الهرمي التراتبي للعلاقات الإنسانية يُمثل الحالة الطبيعية المقبولة، وأن المنعة أمام التدخلات الخارجية في الشأن الداخلي لبلد تكمن في ضرورة المحافظة على وحدته وتوازنه الداخلي من جهة، وسلميته وتناغمه ذاتياً وخارجياً، من جهة أخرى. أما بشأن تنظيم العلاقة مع الغير، فقد أخذت هذه الثقافة من الطاوية لها مرتكزاً في مبدأ اعتماد النفس الطويل، الهادئ، وغير المواجه، والذي يركز على أهمية تحقيق الهدف بصبر وتؤدة، ولكن بصلابة وثبات. وعززت الماركسية في هذه الثقافة مبادئ مقبولة مركزية الحكم وتراتبية السلطة، والطاعة، وأهمية التعاون وتحمل الصعاب.

ترسخ الثقافة الصينية القناعة بأن الصين تمثل «المملكة الوسطى»، أي «حضارة كل ما تحت السماء»، التي أنتجت «العالم المتحضر» المنفوق على غيره، ولكن من دون نزعة عدوانية أو توسعية، فهي لا تؤمن بالحرب ولا تروج لها، ولا تسعى للمخاطرة بلا سبب، بل تُفضل «كسب المعركة من دون قتال». أما منظومة الحكم فنقوم على مبدأ «التفويض السماوي» الذي يقوم على أساس الاشتراكية التبادلية بأن يقبل المحكوم بالحكم المستمر للحاكم وفق تراتبية هرمية مطاعة، طالما قام الحاكم بتصريف شؤون الحكم بما يؤمن للمحكوم العدل والأمان. وتنتشر الثقافة الصينية أن هذا النوع من الحكم هو الضامن لمنعة الصين، والكفيل بتجنيبها خطر التجزئة من جراء التدخلات الخارجية، كما حصل لها خلال ما يُعرف بـ «قرن الإذلال» (1839-1949).

رَسخت هذه الثقافة لدى الصينيين ضرورة الحفاظ على خصوصية كينونتهم. كما وشحنتهم أيضًا باعتقاد أن عليهم واجب تحسين وضع العالم، بقيادة مشروع سلمي تشاركي تتلاقى فيه الثقافات، وتتلاقح ضمنه الحضارات، ليحقق الرخاء والأمان للجميع.

العوامل الاجتماعية: يتسم نمط الحياة الصيني بالجماعية، وهو ما يظهر جليًا في الشركات العائلية؛ التي أنتجت نوعًا جديدًا من الرأسمالية؛ كما أن حسن إدارة الوقت يُمثل قيمة صينية خاصة بالنزعة الجماعية للمجتمع؛ تقوم على الإفراط في احترام التسلسل الهرمي داخل العائلة الواحدة، وكذا الإذعان للسلطة العليا رغم النزاعات والاختلافات، واستغلال الفرص المتاحة في وقتها دون التركيز على الصراعات الداخلية التي تنشي العامل عن أداء عمله، كذلك القدرة على إدارة الأولويات وصولًا إلى الأهداف؛ من خلال أقل وقت وجهد (أفراح ملياني، ٢٠٢١).

كما ذكرت تسنيم الفقيه ٢٠٢٣ بعضًا من العادات الاجتماعية لدى المجتمع الصيني والتي ترتبط ببعض المواسم والاعياد المقدسة اجتماعيا لدى المجتمع الصيني مثل عيد الربيع وهو المهرجان الأكبر في الصين، ويكون عند بداية الأعياد القمرية، كما اعتيد على الاحتفال به في على مدار ١٥ يوماً في الفترة بين منتصف يناير إلى منتصف فبراير تكريمًا للأجداد.

ومن العادات الاجتماعية لدى المجتمع الصيني أيضا عادات الطعام حيث يعتقد الصينيون بأن للطعام أهمية عظيمة في إيجاد التناغم والانسجام بين الأفراد، لذا لا بدّ من الاستمتاع به دائماً، كما يميل معظمهم إلى تسوّق الأطعمة الطازجة يوميًا للطهي، وجزت العادة لديهم أن يكون الاهتمام الأكبر بمذاق ورائحة ومظهر الطعام، حتى لو كان ذلك على حساب قيمته الغذائية.

النظام التعليمي: لقد اهتمت دولة الصين بالمنظومة التعليمية بوجه عام؛ من خلال الربط بين العملية التعليمية والتدريب المهني، خصوصًا التعليم بالمرحلة الثانوية؛ والذي يحدد الطالب فيه مساره الوظيفي، فيقدم له فيه إرشادًا مهنيًا مكثفًا يساعده على اختيار المناهج الدراسية التي تتلاءم وقدراته واحتياجاته، ومن ثم يساعده فيما بعد على اختيار الجامعة التي تساعده على تحقيق رغباته الوظيفية، ويمكنه من تحقيق الإنجاز في المجال الوظيفي الذي اختاره، بل وتحقيق أعلى معدلات الرضا عن ذات (Medin, 2011: 11)، كما يعطي القائمين على العملية التعليمية بالصين أهمية كبيرة لتعلم التكنولوجيا، وعمليات التحول الرقمي؛ وعمليات البرمجة، والمهارات الهندسية والرياضية، بما يُمكن الطالب من مواجهة مستجدات القرن الحادي والعشرين (Kargiban & Kaffash, 2020).

وأتت دراسة (Xie, 2023) بهدف دراسة نظام التعليم الصيني القائم على التفاعل الذكي، وهو نظام يتغلب على المشكلات التقليدية داخل حجرات الدراسية مثل: كثافة الفصول الدراسية، عدم الاستيعاب الكاف من جانب الطالب، عدم مراعاة المعلم للفروق الفردية بين طلابه، كما أنه نظام يعطي الفرصة للطلاب للتفاعل الحي مع المعلم عبر تقنيات تكنولوجية تفاعلية قائمة على تقنيات الذكاء الاصطناعي، كما أنه يتضمن إنشاء بيئات للتعلم افتراضية تُمكن الطالب من الممارسة العملية للمعارف والمعلومات المكتسبة، كما أنه يجعل الطالب أكثر نشاطاً أثناء تعلمه، كما يعطي فرصة للمعلم لتعديل أفكاره وتحسين أسلوبه في التدريس.

وفي ذات الإطار: تؤكد المنظمة الوطنية للعلوم والهندسة بالولايات المتحدة (National Science Foundation, science & engineering indicators, 2018) نشر أكثر من مليوني ونصف مليون مقالة علمية، كان النصيب الأكبر منها للصين ثم الولايات المتحدة، كما أظهر التقرير أن عدد الأبحاث العلمية والهندسية الصينية المنشورة في مجلات عالمية عام (٢٠١٨م) كان (528.263) بحث مقارنة بالأبحاث العلمية الأمريكية البالغة (٤٢٢.٨٠٨) بحث أمريكي.

العوامل الصحية: وهي تلك العوامل التي تتعلق بالجوانب الصحية وهي تُمثل عوامل وقائية من الأمراض المختلفة، وفي ذات الوقت تُمكن الفرد من أداء وممارسة أعماله على أفضل وجه، ومن تلك العوامل: عادات غذائية، وممارسة الأنشطة البدنية، وتناول الكحوليات والتدخين، ويتميز النظام الغذائي الصيني بتناول كميات كبيرة من الأطعمة النباتية، وكميات قليلة من البروتين الحيواني. قامت دراسة (Chen, et al., 2023) على مسلمة مؤداها: أن السمنة تُعد من المشكلات الصحية المنتشرة بالصين، وهي تعكس عادات غذائية غير صحية، ومن ثم فقد سعت الدراسة إلى تقييم الأنماط الغذائية المتعلقة بخطر الإصابة بالسمنة؛ من خلال قياس مؤشر كتلة الجسم، وتغير الوزن خلال (٥) سنوات الأخيرة، وضمت الدراسة (٦٦٧٧) صيني ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٨ - ٦٥) عام، حيث تم تحديد الأنماط الغذائية الخاصة بهم، وأظهرت النتائج ارتباط النمط الغذائي الغربي بزيادة مخاطر الإصابة بالسمنة مثل تناول الوجبات الغربية السريعة، والمأكولات عالية السكريات والسعرات الحرارية، والمشروبات الغازية، وقد ظهر هذا النمط الغذائي في المناطق الجنوبية من الصين.

وهدفت دراسة (Ma, et al., 2022) إلى التعرف على طبيعة العلاقات الارتباطية بين أنماط الحياة وزيادة الوزن لدى عينة من المراهقين الصينيين، بلغ عددهم (١٣٦٧٠) مراهق ومراهقة، منهم (٦٩١١) مراهق، ومنهم (٦٧٥٩) مراهقة ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٣-١٨) سنة، من عدة مناطق إدارية صينية، حيث أظهرت النتائج أنه يمكن تقسيم المراهقين الصينيين إلى (٦) فئات بناء على أنماط حياتهم على النحو التالي: (١) مجموعة منخفضة الوعي والنشاط البدني "low consciousness-low physical activity" class، وهي تتسم بسلوك صحي سلبي، وذات وعي منخفض بأهمية التمارين الرياضية، وغير منتظمي في عادات النوم، ولديهم عادت أكل غير صحية، (٢) مجموعة ممارسي الأنشطة الرياضية بشكل متوازن moderate balanced class exercise؛ حيث يميلون إلى سلوكيات صحية إيجابية ولكنهم يمارسون الأنشطة الرياضية بشكل غير منتظم، (٣) مجموعة منخفضة ممارسة التمارين الرياضية، وذوي نظام غذائي عالي السعرات الحرارية "low exercise- high calorie diet" class؛ حيث يميلون إلى ممارسة سلوكيات صحية سلبية، ويميلون إلى تناول المشروبات الغازية، وتناول الوجبات السريعة، (٤) مجموعة منخفضة الوعي؛ وغير صحية low consciousness- class "unhealthy"؛ حيث يميلون إلى ممارسة سلوكيات صحية سلبية في كافة العوامل، (٥) مجموعة سلوك النظام الغذائي المنخفض "low diet behavior" class؛ حيث يميلون إلى إتباع سلوكيات صحية سلبية في النظام الغذائي فقط، (٦) مجموعة ممارسي التمارين الرياضية بشكل كبير، مع إتباع نظام غذائي عالي السعرات الحرارية high exercise-high calorie "diet" class؛ حيث يميلون إلى ممارسة سلوكيات صحية إيجابية، كما يميلون إلى تناول الوجبات السريعة، والمشروبات الغازية.

وهدفت دراسة (Yang, et al., 2023) إلى التعرف على طبيعة العلاقات الارتباطية بين أنماط الحياة وتعدد الأمراض (ويقصد به التعايش بين مرضين أو أكثر لدى الفرد الواحد) لدى عينة من الصينيين المقيمين في ماكاو Macau، بلغ عددهم (١٤٤٣) صيني، منهم (٥٥.٢%) من الإناث، ومنهم (٥١.٨%) من الذكور، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٨) عام فأكثر، حيث تم تطبيق استبيان للتعرف على أنماط الحياة، وتقييم مؤشر كتلة الجسم، والنشاط البدني، وحالة شرب الكحوليات، وحالة التدخين، وجودة النوم، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين تعدد الأمراض النمط السلبي للحياة.

وسعى (Liang, et al., 2024) إلى دراسة العلاقات الارتباطية بين نمط الحياة والحالة النفسية والإصابة بمرض السكري لدى عينة من كبار السن الصينيين، بلغ عددهم (٩٦٩٥) صينيًا ممن تزيد أعمارهم عن (٦٠) عامًا، وأظهرت النتائج أنه يمكن التنبؤ بالإصابة بمرض السكري من خلال عوامل نمط الحياة (التدخين، شرب الكحوليات، والنشاط البدني، والنوم)، كما أدي الشعور بالاكنتاب دورًا وسيطًا في مسار العلاقات السببية بين أنماط الحياة ومستوى التعليم والمستوى الاجتماعي والاقتصادي والإصابة بداء السكري.

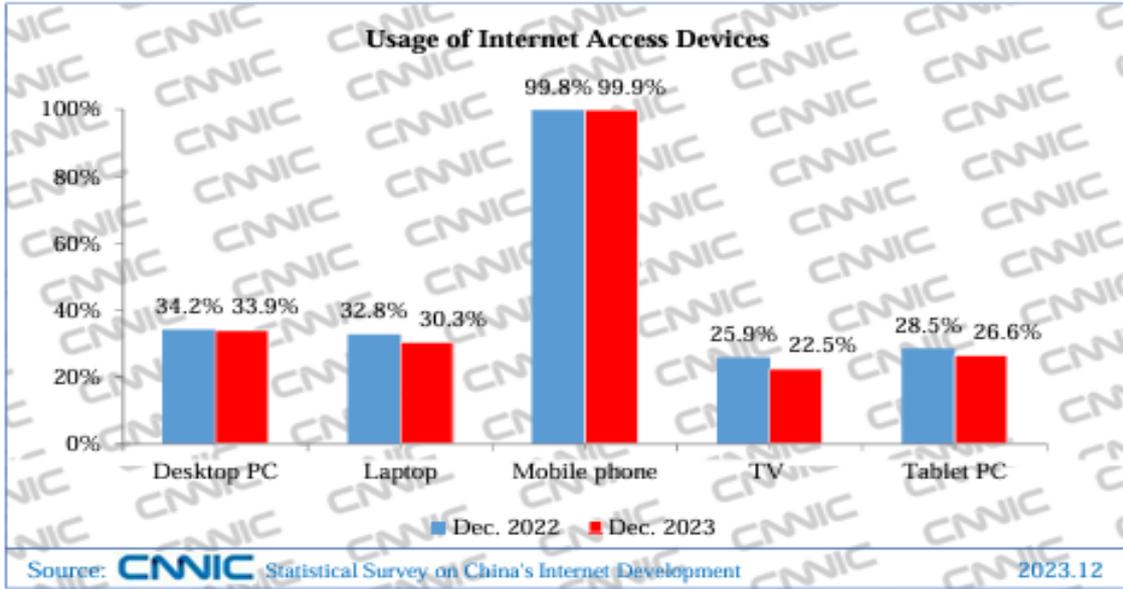
وقد قام (Xing, et al., 2024) بدراسة طولية تناولت تعدد الأمراض ونمط الحياة الصحي والاضطراب المعرفي لدى كبار السن الصينيين، وقد ضمت عينة الدراسة (٦١١٦) مشارك ممن تزيد أعمارهم عن (٦٥) عامًا، حيث تم تحديد ثلاثة حالات لأنماط الحياة هي: نمط صحي، ونمط معتدل، ونمط غير صحي، وذلك بناءً على درجتهم على مقياس أنماط الحياة، وهو مقياس يتناول عدة أبعاد هي: التدخين، وشرب الكحوليات، ومؤشر كتلة الجسم، وممارسة الأنشطة البدنية، والنمط الغذائي، وأظهرت النتائج أن هناك ارتباط موجب وثيق بين أنماط الحياة غير الصحية والتدهور المعرفي والإصابة بالأمراض المزمنة لدى كبار السن الصينيين، فنمط الحياة بمثابة عامل وقائي من التدهور المعرفي.

التطور الاقتصادي والتكنولوجي والمعرفي

وفقًا للتقرير الإحصائي (٥٣) حول تطور الإنترنت الصادر عن مركز معلومات شبكة الإنترنت الصيني (China Internet Network Information Center, 2024) أن عام (٢٠٢٣) يُمثل بداية التنفيذ الفعلي لتوصيات المؤتمر الوطني العشرين للحزب الشيوعي الصيني، كما أن ذلك العام يُمثل عامًا بارزًا في تاريخ التنمية الصناعية في جمهورية الصين، حيث حقق تطور الإنترنت في الصين تطورًا كبيرًا، وهو ما يوفر دعمًا قويًا لتعزيز عمليات التصنيع، ومساهمة في الدخل القومي؛ من خلال التكامل التكنولوجي الرقمي والاقتصاد الصيني، حيث تم دمج تطبيقات الجيل الخامس في (٧١) من أصل (٩٧) فئة رئيسية في الاقتصاد الوطني، كما بلغت قيمة الإيرادات التجارية نتيجة إدخال تطبيقات الجيل الخامس بما يزيد عن (١.٧٤٨٣) تريليون يوان صيني، بزيادة سنوية مقدارها (٦.٨٪).

ويوضح الشكل (1) نسب مستخدمي الإنترنت الصينيين عبر التطبيقات المختلفة خلال عامي (٢٠٢٢، ٢٠٢٣) م على النحو التالي:

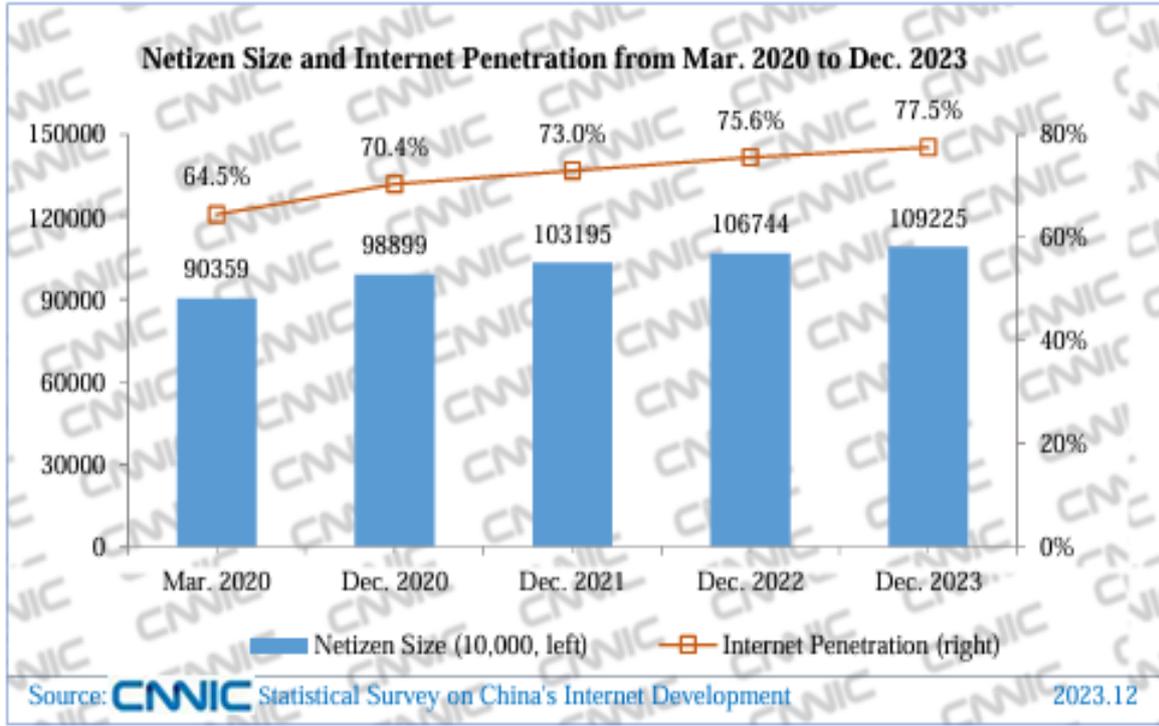
شكل (1). نسب مستخدمي الإنترنت الصينيين عبر التطبيقات المختلفة خلال عامي (٢٠٢٢)، (٢٠٢٣)م (نقلاً عن: للتقرير الإحصائي (٥٣) حول تطور الإنترنت (China Internet Network Information Center, 2024:12).



ومن الشكل (1) يتضح ، كما بلغت نسبة مستخدمي الإنترنت الصينيين الذين يصلون إلى الإنترنت من خلال الهواتف المحمولة وأجهزة الكمبيوتر المكتبية وأجهزة الكمبيوتر المحمولة وأجهزة التلفزيون وأجهزة الكمبيوتر اللوحية ٩٩.٩% و ٣٣.٩% و ٣٠.٣% و ٢٢.٥% و ٢٦.٦% على التوالي حتى نهاية ديسمبر لعام (٢٠٢٣)م، وهو ما يُعد مؤشراً على تزايد استخدام الإنترنت بين الصينيين عبر الهاتف المحمول مقارنة بالتطبيقات الأخرى.

كما بلغ إجمالي مستخدمي الإنترنت الصينيين اعتباراً من ديسمبر (٢٠٢٣)م مقدار (١.٠٩٢) مليون مستخدم للإنترنت؛ بزيادة مقدارها (٢٤.٨٠) مليون عن نظيرتها بديسمبر (٢٠٢٢)م، وبلغ معدل انتشار الإنترنت (٧٧.٥%) بزيادة مقدارها (١.٩%) عن ديسمبر (٢٠٢٢)م (China Internet Network Information Center, 2024:17)، ويوضح الشكل (2) حجم مستخدمي الإنترنت من مارس (٢٠٢٠)م وحتى ديسمبر (٢٠٢٣)م على النحو التالي:

شكل (2) حجم مستخدمي الإنترنت من مارس (٢٠٢٠)م وحتى ديسمبر (٢٠٢٣)م (نقلًا عن: (China Internet Network Information Center, 2024:17)



ومن الشكل (2) يتضح أن عدد مستخدمي الإنترنت في الصين عام (٢٠٢٣)م بلغ (١٠٩١) مليون صيني بزيادة مقدارها (٢٥.٦٢) مليون عن عام (٢٠٢٢)م، كما بلغت نسبة استخدام الإنترنت بصورة عامة بين الصينيين (٧٧.٥٪) بزيادة تفوق الأعوام الماضية. وقامت دراسة (Chen, et al., 2023) على مسلمات مؤداها: إن الاقتصاد الرقمي أصبح قوة دافعة لتحويل الثروة الاقتصادية ومجالات التنمية المحلية إلى قوة واقعية تقود حركات التنمية بالمجتمع، وقد سعت الدراسة إلى مراجعة (٢١) دراسة خلال الفترة من (٢٠١٠: ٢٠١٩)م بالتحليل تناولت الاقتصاد الرقمي الصيني، حيث تم وضع مؤشر للحكم على جودة الاقتصاد الرقمي اعتماداً على طريقة entropy method وأظهرت النتائج تطوير الاقتصاد الرقمي الصيني بشكل ملحوظ، وهو ما انعكس إيجابياً على التوسع في الانتشار المكاني، وزيادة مستوى التنمية المحلية والدعم الحكومي، والبنية التحتية الصناعية، ومستوى الانفتاح على العالم. وهدفت دراسة (Chen, et al., 2023) إلى تقديم نموذج صيني للرعاية الذكية للمسنين

بما يُمكن من تلبية احتياجاتهم الأساسية ، واعتمدت الدراسة على أسلوب دلفي، وأظهرت النتائج كفاءة وفعالية توظيف التقنيات التكنولوجية في مجال رعاية المسنين وتقديم الخدمات الصحية والتعليمية والترفيهية لهم، وذلك بالاستعانة بالروبوتات الذكية، وتقنيات الذكاء الاصطناعي، وتوفير تطبيقات تتيح التفاعل الرقمي بين المسنين بعضهم البعض، وبينهم وبين أقاربهم من جانب آخر، وفي ذات الوقت تقدم جوانب ترفيهية لهم تشعرهم بجودة حياتهم وبتقدير ذاتهم، كما تم توظيف تقنيات الواقع الافتراضي المُعزز في تحسين الصحة العامة وعادات الغذاء لدى المسنين، وهو ما أنعكس بالشعور بالرضا والراحة، ومقدرتهم على البقاء والاستمرار والعطاء .

ومن العرض السابق لبعض ملامح أنماط الحياة بالمجتمع الصيني: تقدير واهتمام المجتمع الصيني بالروابط الاجتماعية والأسرية فيما بينهم وتقديس الكثير من العادات الاجتماعية التي تمثل هوية المجتمع الصيني الممتدة عبر العصور حتى الجيل الحالي ويهتم المجتمع الصيني حكومة وشعباً بالنواحي التعليمية والاقتصادية والثقافية والتي جعلت من الصين دولة ذات قوة اقتصادية وثقافية وصناعية هائلة على مستوى العالم كما يميل المجتمع الصيني إلى الاهتمام باستخدام المستحدثات التكنولوجية والرقمية سواء في التواصل مع الثقافات والمجتمعات الأخرى عبر مواقع التواصل الاجتماعي أو أثناء العمل؛ ومن تلك المستحدثات تطبيق WeChat، كما يتسم الأفراد ذوي النمط الصحي بالوعي بالمعرفة الصحية الإلكترونية المستمدة من مصادر رقمية موثقة بها.

مناقشة عامة

يسعى الباحثان من خلال الجزء التالي إلى تقديم مجموعة من الاستنتاجات حول أنماط الحياة بالمجتمعين السعودي والصيني، بما يتيح المقارنة بينهما على النحو التالي:

في إطار ما تم استعراضه من ملامح لأنماط الحياة بالمجتمع السعودي؛ يرى الباحثان أن النمط الإسلامي هو نمط الحياة العام في المجتمع السعودي، وعلى الرغم من ذلك فإن أنماط الحياة خصوصاً بين الشباب قد تأثرت بكثير من العوامل منها: الانفتاح عبر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي أو عبر التفاعل مع ثقافات أخرى سواء أثناء السفر أو الاستقطاب؛ حيث ظهر النمط الاستهلاكي، والذي عكس عدد من السلوكيات الجديدة على المجتمع مع حرص المملكة وبذلها لجهود كبيرة للحفاظ على الهوية الوطنية، ونمط الحياة الإسلامي؛ سواء من خلال المنظومة التعليمية؛ الهادفة إلى تنمية قيم المواطنة بين المتعلمين خلال مراحل التعلم المختلفة

أو من خلال عقد الندوات والمؤتمرات وورش العمل لتعزيز الثقافة الإسلامية بالجامعات أو بدور العبادة (المساجد)، كما تبنت رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ مبدأ تمكين المرأة السعودية كهدف من أهداف التنمية المستدامة باعتبارها شريك مجتمعي بجانب الرجل في إحداث التنمية والتطور، ووجهت إلى الالتزام بتطوير مواهبها واستثمار طاقاتها وتمكينها من إيجاد الفرص التي تساعدها في بناء مستقبلها والمشاركة في تنمية مجتمعها.

وفي إطار ما تم تقديمه من ملامح عامة حول أنماط الحياة الصينية يمكن التأكيد على: يتسم الشعب الصيني والمؤسسات الصينية المختلفة بحسن التنسيق، والقدرة على تحديد الأولويات، والجودة في التخطيط الآني، والعمل بروح الفريق وفي مجموعات؛ مع نبذ القيادة الفردية، وإدارة جيدة للمعرفة من خلال استغلال الثقافة الصينية وتطويرها، كما تتسم الحياة الاجتماعية الصينية بالجماعية، ويتمثل ذلك في: الشركات العائلية، والتفاعلات الاجتماعية بين أفراد العائلة الواحدة بما يُمكن من تحقيق الأولويات والأهداف في أقل وقت وجهد، وفي ذات الوقت: تهتم الصين بالتعليم والتعلم بدرجة كبيرة، ويظهر ذلك من خلال الربط بين العملية التعليمية والتدريب المهني، خصوصاً خلال مرحلتي التعليم الثانوي، والتعليم الجامعي، والاهتمام بمجالات التحول الرقمي واستخدام التكنولوجيا في التعليم، والتدريب على مهارات القرن الحادي والعشرين ضمن البرامج التعليمية المقدمة للطلاب، كما أهتمت بمجال البحث العلمي، وهو ما يظهر من خلال عدد الأبحاث العلمية والهندسية الصينية المنشورة في مجلات عالمية عام (٢٠١٨م)، والبالغ عددها (528.263) وفقاً لتقرير المنظمة الوطنية للعلوم والهندسة بالولايات المتحدة (National Science Foundation, science & engineering indicators, 2018)، كما أن

الثقافة الصينية المتمركزة على الفكر الشيوعي الرأسمالي ذات تأثير في تشكيل نمط الحياة الصحي لدى الصينيين؛ ذلك النمط الذي يأتي في إطار التمسك بالعادات والتقاليد والأخلاقيات الدينية المصبوغة بصبغة رأسمالية، وهو نمط حياة جماعي؛ يظهر في صورة مجموعة من السلوكيات منها: عادات التغذية، والنشاط البدني، وغيرها من السلوكيات الهادفة إلى تحقيق الصحة العامة، بما يُمكن من تحقيق المنافع المادية والاقتصادية على الفرد والمجتمع، وتُعد مشكلة السمنة وزيادة الوزن من المشكلات الصحية والمجتمعية التي تواجه المجتمع الصيني؛ فمن المتوقع أن يصل العدد إلى (٥٨٩) مليون بحلول عام (٢٠٣٠م)، تلك المشكلة التي تتعلق بالعادات الغذائية غير الصحية، وزيادة معدلات الهجرة الداخلية من الريف إلى الحضر،

وقد اتخذت الحكومة الصينية مجموعة من التدابير والسياسات الوطنية المتعلقة بالسمنة منها: أ) إجراءات لتعزيز النشاط البدني كأنشطة الرياضات المشمسة Sunshine Sports، والمشي، وبرنامج (١٠) دقائق سعادة Happy 10 Minutes، ب) التغذية والإجراءات المدرسية: مثل يوم التغذية للطلاب الصينيين، وبرنامج التغذية الوطني بالجامعات، وإجراءات التنقيف الصحي للطلاب، ج) إجراءات شاملة مثل الخطة الوطنية لأسلوب الحياة الصحي والمتضمن التخفيضات الثلاثة Three Reductions: الملح والسكر والزيت، كما يمكن القول أن نمط حياة المرأة الصينية يتأثر ب(٩) مجالات تشكل في مجملها نمط الحياة وهي: دور المرأة وتصوراتها، والتوجه الأسري، ونظافة المنزل، والوعي بالعلامة التجارية، والوعي بالأسعار، والثقة بالنفس، وإدمان الشراء، والوعي الصحي، والوعي البيئي، وفي ذات الوقت تؤدي التغيرات الثقافية والتكنولوجية الناتجة عن الانفتاح الثقافي واستخدام الوسائط التكنولوجية في التواصل مع المجتمعات الأخرى، دورًا كبيرًا في تشكيل نمط حياة المرأة الصينية، والتي أصبحت أكثر تأثرًا بالقيم الجديدة والأفكار الغربية، وفي ذات الوقت يمكن تقسيم أنماط الحياة داخل المجتمع الصيني إلى (١) نمط حياة وسطي قائم على ممارسة النشاط البدني، وانخفاض الوعي بأهمية التمارين الرياضية (٢) نمط حياة إيجابي بين ممارسة الأنشطة الرياضية والعادات الغذائية المناسبة (٣) نمط حياة سلبي، يتضمن ممارسة التمارين الرياضية على فترات زمنية متباعدة، وإتباع نظام غذائي عالي السرعات الحرارية، بل إن نمط الحياة أصبح بمثابة معيار تبنته الشركات الصينية لتقسيم الأسواق، وتحديد احتياجاتها، وطبيعة المنتجات التسويقية بتلك الأسواق؛ حيث ترتبط أنماط الحياة إيجابيًا بالتفضيلات الاستهلاكية.

ومن ثم يمكن القول إن نمط الحياة بالمجتمع الصيني هو النمط الرأسمالي، القائم على التخطيط الاستراتيجي، وتحديد الأولويات، والعمل بروح الفريق؛ بما ينعكس في النمو الاقتصادي على المستويين الفردي، والمجتمعي، ويؤكد ذلك؛ ما قدمته الصين من نموذج فريد لتحقيق التنمية خلال فترة زمنية وجيزة؛ حيث تخلص مئات الملايين من الفقر المدقع انطلاقًا من أسس متواضعة، الأمر الذي جعل التجربة الصينية في التقدم والصعود كقوة اقتصادية كبرى ذات أهمية عالمية ومغزى خاص للدول النامية؛ كونها مثالاً يحتذى به، حيث اتخذت الصين سياسة الإصلاح والانفتاح على العالم الخارجي منذ عام (١٩٧٨م)، حيث كانت تقع تحت براثن الفقر الذي خلفته الثورة الثقافية الكارثية؛ كما توقفت عجلة الحياة الاقتصادية بشكل شبه كامل،

وأصبح الاقتصاد الوطني على حافة الانهيار، ووصل نصيب الفرد من الناتج المحلي الإجمالي إلى أقل من (٢٠٠) دولار فقط في العام، وهو ما دفع بالقيادة الصينية على رأسها السيد دينغ شياو بينغ إلى اتخاذ قرارًا حاسمًا غير الصين والعالم في نهاية عام (١٩٧٨)م، للبدء في الإصلاحات الزراعية وفتح الأبواب أمام الاستثمار الأجنبي، حيث أخذ الاقتصاد الصيني ينمو بوتيرة متسارعة وبلغ متوسط النمو السنوي (١٠٪)، خلال الأربعة عقود المنصرمة ما أدى إلى إحداث تحول شامل وبعيد المدى في المجتمع الصيني وتحقيق نهضة اقتصادية غير مسبوقه، ونهضة تنموية بما يعد أعظم إنجاز تنموي عرفه تاريخ البشر؛ فتبوأ الصين ثاني أكبر اقتصاد في العالم بعد الولايات المتحدة الأمريكية، إذ بلغ الناتج المحلي الإجمالي للصين ١٤.٧ تريليون دولار عام (٢٠٢٠)م، كما أصبحت أكبر دولة في العالم من حيث حجم التجارة الخارجية وأكبر مصدر، وثاني أكبر مستورد، حيث بلغ إجمالي حجم الصادرات والواردات الصينية ٤.٦٥ تريليون دولار عام (٢٠٢٠)م. وياتت الصين "مصنع العالم"، وتغزو منتجاتها الصناعية أسواق العالم وأصبحت الصين أكبر شريك تجاري لـ ١٣٠ دولة على مستوى العالم (دينغ لونغ، ٢٠٢٢).

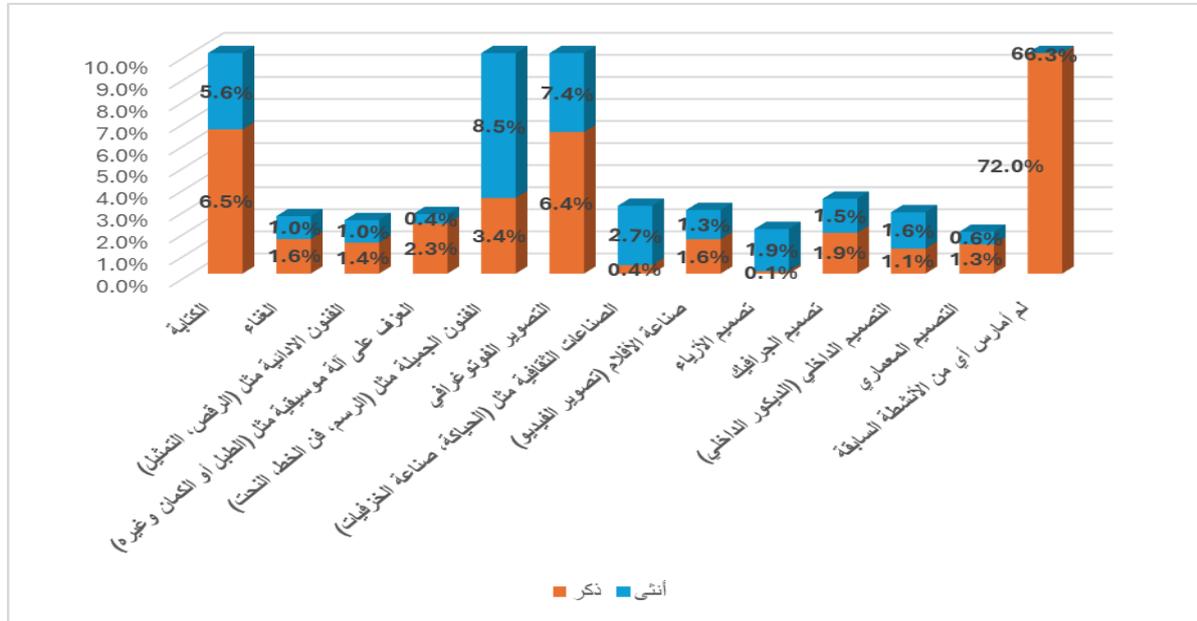
ومن هنا يرى الباحثان أن هناك أوجه للتشابه وأوجه للاختلاف بين أنماط الحياة في المجتمعين السعودي والصيني؛ يمكن توضيحها في الآتي:

تتسم أنماط الحياة بالمجتمعين بأنها تعكس الثقافة العامة السائدة في المجتمع، تلك الثقافة المستمدة في جذورها من التعاليم الدينية في كلا المجتمعين، ورغم ذلك فإن الثقافة السعودي هي ثقافة تعكس القيم والعادات والتقاليد والأخلاقيات المستمدة من الدين الإسلامي، حيث يتسم المجتمع السعودي في طبيعته بالتدين الإسلامي في المظهر وعادات الأكل والملبس، في حين تتسم الثقافة الصينية بأنها ثقافة متعددة الأديان واللغات، وهي ثقافة ذات مرجعية شيوعية رأسمالية، هادفة إلى تحقيق العائد المادي والاقتصادي على المستويين الفردي والجماعي.

لقد تأثرت أنماط الحياة في كلا المجتمعين بالتغيرات العالمية، وما صاحبها من ثورات تكنولوجية وعلمية ومعرفية، تمثلت في الانفتاح على العالم المحيط سواء عن طريق استخدام الوسائط التكنولوجية عبر مواقع التواصل الاجتماعي أو السفر للخارج سواء للعمل أو للترفيه، ذلك الانفتاح الذي ظهر في صورة مجموعة من الأنماط الحياتية غير الصحية، والتي تمثلت في مجموعة من السلوكيات منها: عدم تناول وجبه الإفطار، والميل إلى تناول الوجبات

السريعة، وإن كان ذلك التأثير ظهر بشكل أكثر وضوحًا في المجتمع الصيني في تناول المخدرات والكحوليات، ويوضح الشكل (3) التوزيع النسبي لأنواع الأنشطة الثقافية التي تمت ممارستها خلال الفترة من منتصف (٢٠٢٢) م إلى منتصف (٢٠٢٣) م للأفراد السعوديين ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٥) سنة فأكثر على النحو التالي:

شكل (3). التوزيع النسبي لأنواع الأنشطة الثقافية التي تمت ممارستها خلال الفترة من منتصف (٢٠٢٢) م إلى منتصف (٢٠٢٣) م للأفراد السعوديين ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٥) سنة فأكثر (نقلًا عن: الهيئة العامة للإحصاء، ٢٠٢٣)



ومن الشكل (٣) يتضح أن أكثر من (٥٠٪) من أفراد المجتمع السعودي لا يمارسون الأنشطة الثقافية والترفيه، ولا يختلف في ذلك الذكور عن الإناث تأثرت أنماط الحياة في كل المجتمعين السعودي والصيني بالطبيعة الاقتصادية لكلا المجتمعين، ويتضح ذلك في طبيعة العلاقات السعودية الصينية؛ تلك العلاقات القائمة على المصالح المتبادلة والمزايا التكاملية، فهي ليست مجرد شراكة هامشية بل شراكة استراتيجية شاملة؛ حيث شهد الاستثمار الصيني المباشر في المملكة نموًا سريعًا منذ إطلاق مبادرة الحزام والطريق عام (٢٠١٣)م، إلا أن هذا الاستثمار تراجع عامي (٢٠١٦ - ٢٠١٧)م بسبب الاضطرابات العالمية في سوق النفط، وإطلاق الإصلاحات الاقتصادية السعودية، والتغييرات التنظيمية التي تؤثر

على استثمارات الصين في الخارج، وقد وصلت تدفقات الاستثمار الأجنبي المباشر من الصين بالمملكة عام (٢٠١٩م) إلى (٦٥٤) مليون دولار، كما بلغت صادرات الصين من المنتجات الصناعية إلى المملكة عام (٢٠٢٠م) نحو (٢٨) مليار دولار، كما بلغت صادرات المملكة من النفط الخام إلى الصين عام (٢٠١٣م) نحو (٣٦٤) مليون برميل، لتصل عام (٢٠٢٠م) نحو (٦٢٢) مليون برميل، كما بلغت القيمة الإجمالية للمشاريع المتعاقد عليها التي أنجزتها الشركات الصينية في المملكة في الفترة من (٢٠١٤ - ٢٠١٩م) نحو (٤٠) مليار دولار (دونمي تشين، ٢٠٢١).

في إطار حرص المملكة في الحفاظ على الهوية الدينية السعودية ذات الصبغة الإسلامية، ومن منطلق الحفاظ على التراث العربي الأصيل، انطلقت رؤية المملكة (٢٠٣٠م)، لتحقيق هدف تسمو إليه المملكة للاعتزاز بالهوية الوطنية من خلال الفخر بالتراث الثقافي والتاريخ السعودي، وإحياء مواقع التراث الوطني، كما صدرت لائحة الذوق العام؛ والتي تعرف الذوق العام؛ وفقاً للائحة المحافظة على الذوق العام (١٤٤٠هـ) الصادرة بناء على قرار مجلس الوزراء رقم (٤٤٤) بتاريخ (٤/٨/١٤٤٠هـ) على أنه: مجموعة السلوكيات والآداب التي تعبر عن قيم المجتمع ومبادئه وهويته، بحسب الأسس والمقومات المنصوص عليها في النظام الأساسي للحكم، كما تنص المادة الثالثة من اللائحة على أنه: يجب على كل من يكون في مكان عام احترام القيم والعادات والتقاليد والثقافة السائدة في المملكة، كما نصت المادة الرابعة: لا يجوز الظهور في مكان عام بزي غير محتشم أو ارتداء زي أو لباس يحمل صوراً أو أشكالاً أو علامات أو عبارات تسيء إلى الذوق العام، كما تنص المادة السادسة: لا يسمح في الأماكن العامة بأي قول أو فعل فيه إيذاء لمرتاديه أو إضرار بهم أو يؤدي إلى إخافتهم أو تعرضهم للخطر.

ومن جانب آخر: وفي إطار حرص المجتمع الصيني على الحفاظ على الهوية الرأسمالية من خلال تفعيل الشراكات العائلية؛ داخل العائلة الواحدة بما يضمن تحقيق العائد المادي والاقتصادي، وهو ما يتوافق مع ثقافة المجتمع الشيوعية، وفي ذات الوقت تم تعظيم الاستفادة من تقنيات الإنترنت، والمستحدثات التكنولوجية في مجال الصناعة، والتواصل مع العملاء سواء داخل أو خارج المجتمع الصيني.

توصيات الدراسة

في إطار ما تم استعراضه من نتائج لدراسات وبحوث سابقة، وما تم تقديمه من استنتاجات يمكن تقديم التوصيات التالية:

تمثل الهوية الوطنية النابعة من الثقافة المحلية للمجتمع، وما تتضمنه من قيم وأخلاقيات وعادات تقاليد، الأساس في الحفاظ على وحدة المجتمع وتراثه الثقافي والحضاري، وهنا يأتي دور الجمعيات الأهلية الخدمية، والمؤسسات الحكومية التربوية مثل الجامعات في نشر الثقافة بين أفراد المجتمع، كما يأتي دور وسائل الإعلام باختلاف أشكالها سواء المسموعة أو المقروءة أو المرئية في الحفاظ على الهوية المجتمعية من خلال ما يتم تناقله من أخبار ومعلومات، كما يأتي دور العبادة في زيادة وعي أفراد المجتمع بالقيم والأخلاقيات الدينية التي تمثل في مجملها جزءاً كبيراً من ثقافة المجتمع.

الاهتمام باستخدام شبكة الإنترنت الدولية، ومواقع التواصل الاجتماعي بحذر، من خلال انتقاء المعلومات من مصادرها الأصلية، ومن مصادر رسمية موثوق بها، وليس مجرد معلومات أو بيانات عامة يتم تداولها عبر مواقع التواصل الاجتماعي أو عبر المنتديات العامة، كما يجب التمسك بالهوية الوطنية ضد التيارات الفكرية المناهضة، خصوصاً تلك التيارات الهادفة للجانب العقائدي المتعلق بهوية المجتمع.

الاهتمام بممارسة العادات الصحية مثل: إتباع نظام غذائي صحي، وممارسة الأنشطة البدنية والرياضية، وتناول الوجبات السريعة، والمشروبات الغازية عالية السعرات الغذائية، والاهتمام بتناول وجبة الإفطار خصوصاً بين الأطفال والمراهقين، والاهتمام بجودة النوم من خلال النوم ليلاً وبعده ساعات كاف.

الاهتمام بتطوير المنظومة التعليمية، من خلال تعظيم الاستفادة من الوسائط التكنولوجية الرقمية، والوسائل التعليمية، واستخدام المنصات التعليمية، والتعلم الإلكتروني المبرمج، والاهتمام بتقنيات الذكاء الاصطناعي والتحول الرقمي، والتبادل الثقافي مع المجتمعات الأخرى، كالتبادل بين المجتمعين الصيني والسعودي في مجال التدريب والتعليم، والحصول على الشهادات الدراسية، ودراسات الماجستير والدكتوراة، والاهتمام بتنمية الكفاءة الرقمية لكل من المتعلم والمعلم، بما يؤهلهم لممارسة مهارات القرن الحادي والعشرين.

المقترحات البحثية

في ضوء ما تم استعراضه يُقدم الباحثان مجموعة من البحوث المقترحة على النحو التالي:

العادات الصحية، وعادات العقل: دراسة مقارنة بين المجتمعين السعودي والصيني.

دراسة تحليلية لاتفاقات الشراكة والمعاهدات التجارية بين المجتمعين السعودي والصيني.

دراسة عبر ثقافية Cross-Cultural بين المجتمعين السعودي والصيني لكل من عادات العقل، ومهارات التفكير، ومهارات اتخاذ القرار.

التحقق من المؤشرات السيكومترية لمقياس نمط الحياة الصحية على عينتين: سعودية وأخرى صينية في إطار نظرية القياس الحديثة بما يضمن أداة للقياس متحررة من أثر الثقافة.

مراجع الدراسة

- إجلال عوض الله محمد (٢٠٢١). نمط الحياة لدى مرضي السكري بمنطقة عسير عام ٢٠٢٠م: دراسة في الجغرافيا الطبية، مجلة مركز البحوث الجغرافية والكارتوجرافية، كلية الآداب، جامعة المنوفية، ٣٢(١)، ٤٤٢ - ٤٦٠.
- الهيئة العامة للأحصاء بالمملكة العربية السعودية ٢٠٢٣. المنصة الوطنية الموحدة .
- أحمد ناصر آل مقبل (٢٠٢١). تغير نمط الحياة الاجتماعية في الأسرة السعودية في ظل جائحة كورونا: دراسة مطبقة على الأسرة السعودية بمنطقة الرياض. مجلة مسالك للدراسات الشرعية واللغوية والإنسانية، ١٠(٢)، ٤٠٧ - ٤٥٨.
- أفراح ملياني (٢٠٢١). منطلقات ثقافة إدارة الوقت في الفكر الدولي والمحلي: الصين واليابان والجزائر أنموذجًا، مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي، ٨(٣)، ٤١ : ٥٢.
- أماني أفغاني، وسماء محمد (٢٠٢٣). تمكين المرأة السعودية والتنمية المستدامة: دراسة للاتجاهات والتحديات، المجلة العربية لعلم الاجتماع، ١٦(٣٢)، ١٨٣ - ٢٤٦.
- إياد عبد الفتاح النسور (٢٠١٨). درجة تضمين المرأة في القرار الشرائي للعائلة السعودية. مجلة العربية للإدارة، ٣٨(٤)، ٢٣١ - ٢٥٢.
- دونمي تشين (٢٠٢١). مبادرة الحزام والطريق الصينية والرؤية السعودية ٢٠٣٠: مراجعة الشراكة تحقيقًا للاستدامة. الرياض: مركز الملك عبد الله للدراسات والبحوث البترولية (كاريسارك).
- رانيا سعد أحمد، هيفاء عبد الله الجاسر (٢٠٢٢). وضع المواصفات الفنية لتصميم ملابس الزفاف للنساء في ضوء العادات والتقاليد بالمملكة العربية السعودية، مجلة بحوث التربية النوعية بالمنصورة، ٦٥(١)، ١٢٦ - ١٦٧.
- رانيا مصطفى دعيبس، داليا عمر عيسى (٢٠٢٤). إعداد ملف الرسم التقني لأزياء الرجال مستوحاة من التراث التقليدي السعودي، المجلة العربية الدولية للفن والتصميم الرقمي، ٣(٣)، ٦٧ - ٩٢.
- سحر صالح السديري (٢٠١٩). دور الحملات الإعلامية في التأثير على السلوكيات الوقائية للأسرة السعودية، المجلة العربية لبحوث الإعلام والاتصال، ٢٥(٣)، ٣١٦ - ٣٤٤.

سعد عبد الله الراشد (٢٠١٩). بحوث تطبيقات الشبكات الاجتماعية في الصين: دراسة نوعية لدراسات تطبيق WeChat، مجلة البحوث الإعلامية بجامعة الأزهر، ٥١(١)، ٢٢٥:٢٦٠.

سعود بن عيسى النايف (٢٠٢١). تسويق البحوث العلمية في جمهورية الصين الشعبية وإمكانية الإفادة منها في المملكة العربية السعودية، مجلة العلوم الإنسانية لجامعة حائل، ٩(٢)، ٢٥١:٢٧٠.

سهير محسوب الديب (٢٠١٩). العادات الغذائية ونمط المعيشة المرتبط بالإصابة بالسمنة لدى بعض السيدات السعوديات بمدينة عفيف بالمملكة العربية السعودية، مجلة المصرية لبحوث التغذية، xxxiv(3)، 209-235.

صافا يمينة (٢٠٢١). مكانة الصين في المؤسسات السياسية الدولية، مجلة القانون الدستوري والمؤسسات السياسية، ٥(٢)، ١٦٢-١٨٣.

صالح عبد الله العقيل (٢٠١١). دور الحراك الثقافي في التغيير الاجتماعي وحماية الأمن الفكري، مجلة بحوث التربية النوعية بالمنصورة، ٢١(٢)، ٨٧-١٤٣.

عبد الحميد محمد شبيان، فيوليت فؤاد إبراهيم، محمود رامت يوسف (٢٠١٦). اختلاف أنماط الحياة وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج، مجلة البحث العلمي في التربية، ١٧(٢)، ٢٧٩:٣٠٢.

عويس أمين، مومني إسماعيل (٢٠٢١). استشراف تكنولوجيا الثورة الصناعية الرابعة وضبط آثارها على نمط الحياة الإسلامية، مجلة التمويل والاستثمار والتنمية المستدامة، ٦(٢)، ٣٥٤-٣٧٠.

فوزية بكر البكر (٢٠٢٢). تمكين المرأة السعودية في ظل رؤية ٢٠٣٠: الفرص والتحديات، المجلة الدولية لدراسات المرأة والطفل، ٢(٣)، ١-١٢.

لى جين هوي، عبدالرحمن العثمان (٢٠٢٤). أنماط الحياة الصحية لدى المسلمين الصينيين والطب التقليدي: دراسة مقارنة من وجهة نظر إسلامية، مجلة الإسلام في آسيا، ٢١(١)، ٧٩-١٠٨.

مجمع اللغة العربية (2004). المعجم الوسيط، الطبعة الرابعة، القاهرة: مكتبة الشروق الدولية.

محمد حارب الشريف (٢٠٢٤). درجة تضمين معايير المواطنة الصحية في كتب الدراسات الاجتماعية في المملكة العربية السعودية، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٨ (١)، ٤٦٥-٥٠٨.

محمد الحمادي (٢٠٢٤). الصين (الجمهورية الشعبية)، الموسوعة العربية، المجلد (١٢)، متاح على شبكة الإنترنت على الموقع: <https://arab-ency.com.sy/ency/details/6351/12>

محمد على الأحمدى (٢٠١٩). العادات الغذائية الصحية وغير الصحية لدى الشباب السعودي من (١٥ - ١٨) سنة، مجلة علوم الرياضة، ٣٢ (١٥)، ٨٥ - ١١١.

مشروع سلام للتواصل الحضاري (٢٠٢٠). التنوع الثقافي في المملكة العربية السعودية، سلسلة المواد التثقيفية للبرامج، الرياض: فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية.

معالم حسن المعلم (٢٠١٩). دراسة العادات الغذائية لاستهلاك الأسماك بين السعوديين والمقيمين بمحافظة الدمام بجامعة الأمير سلطان بن عبدالعزيز، مجلة العلوم الطبية والصيدلانية، ٣ (٣)، ١٦-٣٤.

منال عمار مزيو (٢٠٢٠). دور مواقع التواصل الاجتماعي في تنمية الوعي الثقافي لدى الشباب السعودي، مجلة كلية التربية جامعة الأزهر، ١٨٨ (٣)، الجزء (٢)، ١٧٨-٢٠٤.

ناصر عوض الزهراني (٢٠١٧). واقع تحقيق الأسرة السعودية لمفهوم الاستهلاك المستدام: دراسة ميدانية مطبقة على عينة من الأسر السعودية. مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية، ١٠ (١)، ١١٧ - ١٩٩.

الهيئة العامة للإحصاء (٢٠١٩). الكتاب الإحصائي السنوي، متاح على الموقع التالي: <https://www.stats.gov.sa/ar/page/259>

الهيئة العامة للإحصاء (٢٠٢٢). تقرير التعداد السكاني، متاح على الموقع التالي: <https://portal.saudicensus.sa/portal>

وفاء محمد سماحة (٢٠١٤). الاستفادة من التراث الشعبي العسيري لإثراء التصميم الزخرفي للمفروشات، مجلة بحوث التربية النوعية بالمنصورة، ٣٦ (٢)، ٢٨٢-٣٠٩.

- يونس عبدالله الصيني (٢٠١٦). الدين في عيون الصينيين المعاصرين وضرورة دعوتهم إلى الإسلام، مجلة الإسلام في آسيا، ١٦(١)، ١-٢٧.
- Abbasi, M.& Karamad, H. (2024). Behavioral and Emotional Components of Chaste Lifestyle, *Islamic Education*, 18(45), 131-152
- American Heritage Roget's Thesaurus. (2020). Leadership. Available at: <https://www.thefreedictionary.com/lifestyle>.
- APA Dictionary of Psychology (2018), available at: <https://dictionary.apa.org/lifestyle>.
- Arulumani, G.; Samundeeswari, A. and Sharadha, R. (2024). School Children and Their Lifestyle Practices, *Purakala*, 32(2), Ugc Care Approved Journal, 1680- 1691.
- Bi J, Huang Y, Xiao Y, et al (2014). Association of lifestyle factors and suboptimal health status: a cross-sectional study of Chinese students, *BMJ Open*, 4: e005156, doi:10.1136/bmjopen-2014-005156.
- Baroni, B.& Couto, W. (2011). Descriptive-comparative study of aerobic performance parameters between soccer and futsal athletes, *Brazilian Journal of Kin anthropometry and Human Performance*, 13(3), 170-176
- Bygren, O.; Weissglas, G.; Wikström, M.; Konlaan, B.; Grijbovski, A. Karlsson, B, et al. (2009). Cultural participation and health: a randomized controlled trial among medical care staff, *Psychosomatic Medicine*, 71(4):469-473.
- China Internet Network Information Center (CNNIC) (2024). The 53rd Statistical Report on China's Internet Development, available at: <https://www.cnnic.com.cn/IDR/ReportDownloads/>.
- Chinese Nutrition Society. (2022). *Dietary Guidelines for Chinese Resident*. Beijing: Chinese Nutrition Society.
- Chisholm, H. (1922). *Encyclopedia Britannica*. HarperCollins Publishers: London.
- Collins English Dictionary, (2020). Leadership, available at: <https://www.thefreedictionary.com/lifestyle>.
- Cui, K.; Zou, W.; Ji, X. and Zhang, X. (2024). Does digital technology make people healthier: the impact of digital use on the lifestyle of

- Chinese older adults, Cui et al. BMC Geriatrics (2024) 24:85, <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04651-1>
- Duhigg, C. (2012). *The Power of Habit: Why We Do What We Do in Life and Business*, Publisher: Random House, New York.
- Hao, M.; Yang, J.; Xu, S.; Yan, W.; Yu, H. and Wang, Q. (2023). The relationship between body dissatisfaction, lifestyle, and nutritional status among university students in Southern China, BMC Psychiatry, 23:705. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05215-8>.
- Horne, K. & Ostbirk, A. (1976) A self-assessment questionnaire to determine morningness-eveningness, International Journal of Chronobiology, 4(2), 97-100
- Kang, X.& Sui, X. (2024). Association between adherence to a lifestyle behavior and the risk of asthma in overweight and obese adolescents, Kang and Sui BMC Pediatrics, 24:489.
- Li, J.; Qu, W. and Ge, Y. (2023). Which lifestyle affects how people drive in chinese culture?, Current Psychology, 42:26812–26823, <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03691-x>.
- Liang, Z.; Qin, B.; Cheng, C. and Zou,T. (2024). A Study on the Association between Lifestyle, Psychological State, and Diabetes Mellitus among Chinese Elderly, BIO Web of Conferences 111, 03011, <https://doi.org/10.1051/bioconf/202411103011>.
- Liu D, Zhao, L.; Yu, D.; Ju, L., Zhang, J.; Wang, J. and Zhao, W. (2019). Dietary patterns and association with obesity of children aged 6–17 years in medium and small cities in China: findings from the CNHS 2010–2012. Nutrients.11:3. doi:10.3390/nu11010003.
- Lv, J.; Yu, C.; Guo, Y.; et al., (2017). Adherence to a healthy lifestyle and the risk of type 2 diabetes in Chinese adults, International Journal of Epidemiology, 46(5), 1410- 1420.
- Mak, Y.; Kao, A.; Tam, L.; Tse, V.; Tse, D. and Leung, D. (2018). Health promoting lifestyle and quality of life among Chinese nursing students. Primary Health Care Research & Development ,19(1), 629–636.
- Medin, J. (2011). *Career and Vocational Guidance at Beijing Normal University: A Minor Field Study*, Hong Kong: Pedagogiska Institution.

- Mokdad, H.; Forouzanfar, H.; Daoud, F.; et al. (2016). Global burden of diseases, injuries, and risk factors for young people's health during 1990–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *Lancet*. 387: 2383-2401.
- Mosak, H. (2005), *Adlerian Psychotherapy*, Belmont, CA: Books/ C/ Thomson Learning.
- National Bureau of Statistics. (2023). The total of Chinese population has slightly decreased, and the level of urbanization continues to increase. Available at: http://www.stats.gov.cn/sj/sjtd/202302/t20230202_1896742.html.
- National Science Foundation, Science & Engineering Indicators (2018), National Center for Science and Engineering Statistics (NCSES) Alexandria, VA, Organization for Economic Co-operation
- Nie, XY., Wang, ZT., Dong, XX. et al. (2024). Health burden associated with unhealthy lifestyle behaviors in the general Chinese population. *Public Health*, <https://doi.org/10.1007/s10389-024-02328-6>
- Odegaard, A.; Koh, W.; Gross, M.; Yuan, J. and Pereira, M. (2011). Combined Lifestyle Factors and Cardiovascular Disease Mortality in Chinese Men and Women: The Singapore Chinese Health Study, *Circulation*, December 20/27, 2847- 2854
- oxford learner's dictionary, (2019). London: Oxford University Press, available at: <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/>.
- Pender, N.; Murdaugh, L. and Parsons, A. (2006) *Health promotion in nursing practice*, fifth edition. Upper Saddle River, NJ: Pearson/Prentice Hall
- Ranga, A.& Majra, JP. (2020). Determinants of Personal Hygiene among School Children: A Community Based Cross-Sectional Study from Sonipat, Northern India. *Global Journal of Medicine & Public Health*.9(4):1-8
- Ren, Y.; Wu., J.; Wang,Y.; et al., (2023). Lifestyle patterns influence the composition of the gut microbiome in a healthy Chinese population, *Scientific Reports*, 13:14425, <https://doi.org/10.1038/s41598-023-41532-4>.
- Rostami-Kateshali, T.; Pour, F.; Shafati, M.; Morteza, A. and Montazeri, A. (2023). Healthy lifestyle in young people: a systematic, review,

- Iranian Institute for Health Sciences Research. available at: c5ed2ecda18c415982139240371ee4b0.
- Shi, Z.; Zhang, T.; Byles, J.; Martin, S.; Avery, J. and Taylor, A. (2015). Food Habits, Lifestyle Factors and Mortality among Oldest Old Chinese: The Chinese Longitudinal Healthy Longevity Survey (CLHLS), *Nutrients*, 7(1), 7562-7579
- Sun, Q.; Yu, D.; Fan, J.; Yu, C. et al., (2022). Healthy lifestyle and life expectancy at age 30 years in the Chinese population: an observational study, *Lancet Public Health*, 7: e994–1004
- Tai, S.& Tam, J. (1997). A Lifestyle Analysis of Female Consumers in Greater China, *Psychology & Marketing*, 4(3):287–307
- Tian, H. & Chen, J. (2022). The association and intervention effect between eHealth literacy and lifestyle behaviors among Chinese university students. *Rev Esc Enferm USP*. 56: e20220147. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2022-0147en>
- Kargiban, Z.& Kaffash, H. (2020). ICT Curriculum in Secondary School: A Comparison of Information and Communication Technology in the Curriculum among England, America, Canada, China, India, and Malaysia, *International Journal of Computer Application*, 2(1), 77- 99.
- Kern, R.; Froerer, K.; Summers, Y.; Curlette, W., and Matheny, A. (1996). Lifestyle, personality, and stress coping. *Individual psychology*. 52(1), 42-52.
- Yang, Q.; Zhang, Q.; Ngai, W.; Wang, S.; Zhang, D.; Gao, Y.; Hao, C.; Wang, H.; Nogueira, L.; Liu, M.; et al. (2023). The Multimorbidity and Lifestyle Correlates in Chinese Population Residing in Macau: Findings from a Community-Based Needs Assessment Study. *Healthcare*, 11, 1906. <https://doi.org/10.3390/healthcare11131906>.
- Velten, J.; Bieda, A.; Scholten, S.; Wannemüller, A. and Margraf, J. (2018). Lifestyle choices and mental health: a longitudinal survey with German and Chinese students, *BMC Public Health*, 18, Article number: 632, <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5526-2>.
- Xing, X.; Yang, X.; Chen, J.; Wang, J.; Zhang, B.; Zhao, Y. and Wang, S. (2024). Multimorbidity, healthy lifestyle, and the risk of cognitive impairment in Chinese older adults: a longitudinal

- cohort study. *BMC Public Health*, 24:46, <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17551-1>.
- Watts, R. (2015). Adler's Individual Psychology: The Original Positive Psychology, *Revista de psicoterapia*, 26(102), 123-13.
- Wang X, Wu Y, Shi X, Chen Y, Xu Y, Xu H, Ma Y and Zang S (2023) Associations of lifestyle with mental health and well-being in Chinese adults: a nationwide study. *Front. Nutr.* 10:1198796, doi: 10.3389/fnut.2023.1198796.
- Wheeler, M., Kern, R. and Curlette, W. (1986), Factor Analytic Scales Designed to Measure Adlerian Lifestyle Themes, *Individual Psychology, Adlerian Theory, Research and Practice*, 42(1), 1-16.
- World Health Organization. (1999). What is a healthy lifestyle? 1–24, Available at: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/108180/1/EUR_ICP_LVN_G_01_07_02.pdf.
- World Health Organization (WHO) (2013) Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020. Geneva: World Health Organization
- Worldometer. (2024) . China population, available at: <https://www.worldometers.info/world-population/china-population/>
- Zheng, YB., Huang, YT., Gong, YM. et al. (2024). Association of lifestyle with sleep health in general population in China: a cross-sectional study. *Transl Psychiatry* 14, 320 (2024). <https://doi.org/10.1038/s41398-024-03002-x>.
- Zhu, N.; Yu; Guo Y, et al. (2019). Adherence to a healthy lifestyle and all-cause and cause-specific mortality in Chinese adults: a 10-year prospective study of 0.5 million people, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 16: 98, doi: 10.1186/s12966-019-0860-z.