

Comparison of Psychological Development's Students in Perceptions of Meaning of life

MohammadAli Nadi. Ph.D

Islamic Azad University, Khorasgan Branch, Isfahan

Ilnaz Sajjadian. Ph.D.

Islamic Azad University, science & research Isfahan Branch

Abstract

The aim of this research was to make a comparison between university students' concerning meaning in life based on demographic variables. The research methodology was ex post facto. Research statistical population included Khorasgan university students, Medical science university and Isfahan university students in all educational stages, from whom 400 persons on the basis of Cohen et al., (2000) formula for determining sample size were selected using cluster random sampling. The instrument was Morgan & Farsides (2009) questionnaire. After data collection, they were analyzed with the use of one sample T test, Independent t-test, one way ANOVA and Tukey with confidence interval of 95%. The results revealed that the meaning of life subscales scores mean of students were significantly higher than the average of 3 ($P < 0.001$) with the exception of meaningful life subscale. The findings indicated that gender, marriage, educational year, university type and living place ($P < 0.001$) did not have any effect on meaning of life generally and not for other subscales, but age groups and major affected meaning of life. Also, the results indicated that meaning of life was not independent and by increasing the age of students, their meaning of life decreased.

Key words: Meaning of life, Students, Purposeful, Meaning

مقایسه تحول شناختی دانشجویان در ادراک از معناداری در زندگی

محمدعلی نادی*

دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، اصفهان

ایلناز سجادیان

دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات اصفهان

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی تحول شناختی در ادراک دانشجویان از معناداری در زندگی براساس ویژگی‌های جمعیت شناختی بود. روش پژوهش علی-مقایسه‌ای و جامعه آماری تمامی دانشجویان دختر و پسر همه دوره‌های تحصیلی دانشگاه‌های آزاد اسلامی واحد خوراسگان، علوم پزشکی اصفهان و دانشگاه اصفهان در سال تحصیلی ۹۰-۱۳۸۹ بود. از بین دانشجویان این سه دانشگاه و با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای و برحسب فرمول تعیین کوهن و همکاران (۲۰۰۰)، ۴۰۰ نفر به‌عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه معناداری در زندگی مورگان و فارسیدز (۲۰۰۹) بود. پس از جمع‌آوری داده‌ها، با استفاده از آزمون t تک‌نمونه‌ای، t نمونه‌های مستقل، تحلیل واریانس یک‌راهه و آزمون تعقیبی توکی، پرسش‌های پژوهش بررسی شد. نتایج نشان داد که میانگین همه مؤلفه‌های معناداری در زندگی دانشجویان بجز مؤلفه زندگی معنادار، بالاتر از حد متوسط است ($P < 0.05$)، ولی جنسیت، تأهل، سال تحصیل و نوع دانشگاه بر معناداری دانشجویان تأثیری نداشته است. گروه‌های سنی و رشته تحصیلی بر معناداری دانشجویان مؤثر بوده است. همچنین نتایج نشان داد که معناداری در زندگی یک سازه مستقل نیست و بالا رفتن سن باعث کاهش معناداری در زندگی دانشجویان می‌شود. **واژه‌های کلیدی:** معناداری در زندگی، دانشجویان، هدفمندی و معنا.

* نویسنده مسؤول: اصفهان، ارغوانیه، بلوار دانشگاه، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی mnadi@khuif.ac.ir

وصول ۹۰/۱۰/۱۴ پذیرش ۹۱/۳/۲۰

مقدمه

به شرایط خاصی همچون سلامتی، محیط فیزیکی، وضعیت اقتصادی-اجتماعی، میراث فرهنگی یا هرگونه شرایط خاص انسان مدرن امروزی وابسته نیستند. یافتن معنا یک صفت محسوب می‌شود و نه حالت و می‌توان آن را در هر موقعیتی کشف کرد.

ونگ^{۱۲} (۱۹۹۸) معنا را به‌عنوان یک سازه فردی و فرهنگی مبتنی بر نظام شناختی تعریف کرده است که انتخاب‌های فردی، فعالیت‌ها و اهداف را تحت تأثیر قرار می‌دهد و زندگی را وقف هدفمندی، ارزش‌های فردی و رضایت‌مندی می‌کند. بنابراین نقش معنا در زندگی یک نوجوان ممکن است مرکز ثقل انتقال موفقیت وی در دوره بزرگسالی باشد و البته فرد ممکن است معنا را از منابع مختلفی کسب کند. براساس نظریه نیمرخ معنای شخصی ونگ (۱۹۹۸) این منابع ممکن است از طریق ارتباطات، دین، تعالی فردی، پذیرش شخصی، صمیمیت و رفتار منصفانه تحقق یابد. پارک و آی^{۱۳} (۲۰۰۶) خاطرنشان ساختند که تحت شرایط عادی (شرایط غیرضربه‌زا^{۱۴} در زندگی)، افراد به سمت یافتن «معنای کلی یا جهانی» گرایش پیدا می‌کنند. با وجود این هنگامی که ضربه‌هایی در زندگی وارد می‌شوند، رها ساختن این معنای کلی ضرورت می‌یابد و معناسازی براساس آنچه رکر (۲۰۰۰) بیان می‌کند، احساس خواهد شد. به علاوه این رهاسازی یادآور این سخن نیچه است که «کسی که چربایی زندگی را بداند، تقریباً می‌تواند هر چیزی را تحمل کند»؛ به‌عبارت دیگر این جمله یادآور معناسازی به رغم شرایط ناگواری است که فرد با آن دست و پنجه نرم می‌کند.

نمونه‌ها و مثال‌های مربوط به رنج‌ها و دردهای انسانی و اهمیت یافتن معنا در متون روان‌شناسی مثبت موجود است. فرانکل (۱۹۹۲) در کتاب *انسان در جست‌وجوی معنا* به ذکر پاره‌ای از تجارب خود در یک اردوگاه کار اجباری در آلمان پرداخته است. او در این کتاب کوشیده است تا خوانندگان را از زندگی آرام و مرفه به مکانی بکشاند که در آن معنا می‌تواند و باید با وجود رنجی دشوار ایجاد گردد (پیرتل و پلاتا، ۲۰۰۸). مطالعات مربوط به بازماندگان نبردهای گوناگون و مبتلا به اختلال استرس پس از ضربه^{۱۵} (ساوت‌ویک، گیلمارتین، مکدونوف و مورسیسی^{۱۶}، ۲۰۰۶)، بازماندگان بیماری سرطان

از لحظه تولد به انسان فرصت‌های زیادی داده می‌شود، اما صرفاً فرصت و نه ضمانت یا حقی. تولد انسان مهر تأییدی بر سلامتی، ثروتمندی و یا شادی او نیست و هیچ منشور حقوقی به سند تولد انسان ضمیمه نشده است و زندگی چنین قولی به او نمی‌دهد (پیرتل و پلاتا^۱، ۲۰۰۸). فرانکل^۲ (۱۹۹۲) بر این باور است که به جوهر هستی انسان زمانی توجه می‌شود که او با زندگی دست و پنجه نرم می‌کند و زندگی به او شادی نمی‌دهد، بلکه فرصت فهم معنا را می‌دهد. در حقیقت او معتقد است که جست‌وجوی انسان برای معنا اولین انگیزه او در زندگی است و البته این معنا ممکن است براساس مقتضیات کیفیت زندگی انسان تحقق یابد (گرابر^۳، ۲۰۰۴؛ راتی و راستوجی^۴، ۲۰۰۷). این معنای منحصر به فرد و خاص می‌تواند به وسیله وی ارضا و تنها پس از آنکه او معنا را به‌دست آورد، راضی‌اش نماید (نادی، سجادیان و سجادیان، ۱۳۹۰). فگ، برندستاتر، کرامر، کاکلر، هرمن - دوییتکوت و همکار^۵ (۲۰۱۰) بر این باورند که علاقه به سازه معناداری در زندگی در کار روان‌شناسان بالینی رو به افزایش و به‌عنوان یک موضوع علمی مهم در حال بررسی است. معنا در زندگی به اشکال گوناگون تعریف شده است؛ به‌عنوان مثال معنا مترادف با برخورداری از هدف در زندگی (کرومباف و ماهولیک^۶، ۱۹۶۴؛ ریف^۷، ۱۹۹۵)، تلفیقی از تقاضاهای بیرونی فرد در رابطه با دنیای درونی‌اش (یالوم^۸، ۱۹۸۰) و یا به‌عنوان ادراکی از همبستگی و انسجام در نظر گرفته شده است (آنتونوفسکی^۹، ۱۹۸۷؛ پیرتل و پلاتا، ۲۰۰۸). با این حال به‌طور کلی به‌رغم قابل قبول بودن استفاده از واژه‌های معنا و هدف به جای یکدیگر، به نظر می‌رسد تعریف رکر^{۱۱} (۲۰۰۰) یکی از کامل‌ترین تعریف‌ها در این زمینه باشد: «ادراک نظم، انسجام و هدف در هستی و دنبال کردن اهداف ارزشمند و نیل به آنها همراه با حس رضایت‌مندی». با توجه به تعریف رکر (۲۰۰۰) می‌توان به ماهیت موقتی این سازه پی برد. فرصت برای یافتن معنا از تولد تا مرگ در خلال گستره‌ای از موقعیت‌های منحصر به فرد زندگی رخ می‌دهد (گرابر، ۲۰۰۴). این موقعیت‌های زندگی فرصت‌هایی را برای یافتن «معنا در لحظه^{۱۱}» فراهم می‌سازند و

- | | |
|---|---|
| 1. Pirtle & Plata | 2. Frankl |
| 3. Graber | 4. Rathi & Rastogi |
| 5. Fegg, Brandstätter, Kramer, Kögler, Haarmann-Doetkotte & et al | 7. Ryff |
| 6. Crumbaugh & Maholick | 9. Antonovsky |
| 8. Yalom | 11. meaning-of-the-moment |
| 10. Reker | 13. Park & Ai |
| 12. Wong | 15. Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) |
| 14. non-traumatic | |
| 16. Southwick, Gilmartin, Mcdonough, & Morrissey | |

به‌منظور انتقال موفق در چرخه‌های عمر از اهمیت فراوانی برخوردار بوده است و صرف نظر از ویژگی‌های قومی - نژادی یا فرهنگی یک مؤلفه ضروری در زندگی بشر قلمداد می‌شود.

گذار از دوره نوجوانی (دوره دبیرستان) به ابتدای دوره بزرگسالی (دانشگاه) بسیار قابل بحث و مهم است. برآورد مرکز ملی آمارهای آموزش و پرورش آمریکا نشان می‌دهد که تقریباً ۲/۷ میلیون دانش‌آموز در سال ۲۰۰۵ از دبیرستان و ۳/۲ میلیون دانش‌آموز دیگر در سال ۲۰۰۷-۲۰۰۶ فارغ‌التحصیل شده‌اند (شتل، رویی، موردیکا، پرکینز، نورد و همکاران^{۱۳}، ۲۰۰۷). به این ترتیب ۱۲ سال آموزش اجباری این دانش‌آموزان به اتمام رسیده و زمان انتقال یافتن به فعالیت‌های معنادارتر (از جمله استخدام) که با آموزش عالی بی‌ارتباط هستند، فرا می‌رسد. اما برای برخی دیگر دوران آزادی پس از فراغت از دبیرستان کوتاه است و پس از یک تعطیلات تابستانی روانه دانشگاه می‌شوند که با توجه به اینکه از هر ده شغل، هفت شغل مستلزم برخورداری از تحصیلات بعد از دبیرستان است، این اقدام تضمین‌کننده و خردمندانه محسوب می‌شود (رالی^{۱۴}، ۲۰۰۷؛ بجو^{۱۵}، ۲۰۰۵). ولی با وجود ارزش اقتصادی یک مدرک دانشگاهی، باید هشدار داد که تمامی دانش‌آموزان دبیرستانی که وارد دانشگاه می‌شوند، این مدرک را اخذ نمی‌کنند (براکستون، میل و سالیوان^{۱۶}، ۲۰۰۰). چشم‌انداز تحصیلی این دانش‌آموزان به چهار سال تحصیل در دانشگاه محدود شده است و از این‌رو لازم است که ادراک آنها به‌گونه‌ای دستخوش تغییر شود تا آموزش عالی را هدفی معنادار به حساب آورد.

با وجود اهمیت کشف معنا و هدف در زندگی، مطالعات بسیار اندکی برای بررسی این سازه در میان دانشجویان انجام شده است. کوفیلد و باکالیو^{۱۷} (۱۹۸۶) با بهره‌گیری از آزمون هدف در زندگی (کرومباف و ماهولیک، ۱۹۷۶) به بررسی معنا در زندگی در میان رشته‌های مختلف دانشگاهی پرداختند که به دلیل وجود مشکلات روش‌شناختی از به عمل آوردن هرگونه نتیجه معنادار باز ماندند. گیگر، وین‌اشتاین و جونز^{۱۸} (۲۰۰۴) با تکرار پژوهش کوفیلد و باکالیو بین نمرات

(گرینشتاین و بریت‌بارت^۱، ۲۰۰۰)، اعضای گروه‌های الکلی گمنام^۲ (کایروز و دویی^۳، ۲۰۰۰) و بیماران مبتلا به ویروس ایدز (واگان و کینیر^۴، ۱۹۹۶) همگی ناظر بر اهمیت یافتن معنا و هدف در زندگی در خلال بروز رنج‌ها و محنت‌هاست، هرچند نیاز به یافتن معنا صرفاً به انسان‌های در حال رنج منحصر نمی‌شود. جهت‌گیری هدفمند یا معنا محور مزایای بسیاری دارد و از مرزهای فرهنگی و مراحل چرخه‌های عمر در طول زندگی می‌گذرد. به‌عنوان مثال کاناهاارا^۵ (۲۰۰۱) در ژاپن دریافت کودکانی که از احتراز از مدرسه رنج می‌بردند به مداخلات مربوط به معنا و هدف پاسخ خوبی می‌دادند. یی‌هو، چی‌یانگ و چی‌یانگ^۶ (۲۰۱۰) در بررسی نقش معناداری در زندگی و خوش‌بینی در ارتقای بهزیستی نوجوانان هنگ‌کنگی دریافتند که معناداری در زندگی و خوش‌بینی، به‌طور معناداری با ابعاد چند بعدی رضایت از زندگی و ساختار چند بعدی مسائل روان‌شناختی آنها رابطه دارد. مک‌ماهان و رنکن^۷ (۲۰۱۱) در پژوهشی با عنوان ادراک اخلاقی از بهزیستی، معناداری در زندگی و بهزیستی خود گزارش شده بر روی بزرگسالان داوطلب دریافتند که ابعاد مفهوم اخلاق با معناداری در زندگی و بهزیستی ارتباط مثبت دارد. همچنین مطالعات شیک^۸ (۱۹۹۹) در مورد نوجوانان هنگ‌کنگی نشان داده است که سطوح بالای معنا و هدفمندی با میزان بالای رضایت از زندگی و عزت‌نفس رابطه دارد. فیتزجرالد^۹ (۲۰۰۵) به کشف شباهت‌های میان دوران نوجوانی و وجودگرایی پرداخته است. در مکتب وجودگرایی یافتن معنا و هدف در زندگی از اهمیتی فوق‌العاده برخوردار است. به نظر فیتزجرالد جست‌وجوی معنا و هدف یکی از مؤلفه‌های مهم تحول عادی در دوره نوجوانی محسوب می‌شود. همچنین وی اذعان می‌دارد که جست‌وجوی معنا می‌تواند در بسیاری از نوجوانان حس اضطراب و خلأ فردی روزافزون به وجود آورد. دیکسون^{۱۰} (۲۰۰۷) در مطالعه‌ای که درباره سلامتی ادراک شده^{۱۱} و اهمیت داشتن برای دیگران^{۱۲} در بین افراد سالمند ۷۰ سال به بالا انجام داد، دریافت که در میان سالمندان، قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده سلامتی، میزان هدفمندی آنها در زندگی بوده است. بنابراین یافتن معنا

1. Greenstein & Breitbart

3. Kairouz & Dube

5. Kanahara

7. McMahan & Renken

9. Fitzgerald

11. Perceived wellness

13. Shettle, Roey, Mordica, Perkins, Nord & et al

15. Bejou

17. Coffield & Buckalew

2. alcoholics anonymous

4. Vaughan & Kinnier

6. Yee Ho, Cheung & Cheung

8. Shek

10. Dixon

12. mattering to others

14. Raley

16. Braxton, Milem & Sullivan

18. Geiger, Weinstein & Jones

روش

روش پژوهش، جامعه آماری، نمونه؛ جامعه آماری پژوهش حاضر را همه دانشجویان دختر و پسر دانشگاههای اصفهان (۱۳۶۷۰) و آزاد اسلامی واحد خوراسگان (۱۳۳۰۰) تشکیل داده‌اند که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده و براساس جدول تعیین حجم نمونه کوهن و مانیون و وریسون (۲۰۰۰) (به نقل از نادى و سجادیان، ۱۳۸۹؛ حسن‌زاده ۱۳۸۵) و با استناد به خطای ۰/۰۵، ۴۰۰ دانشجوی به‌عنوان نمونه انتخاب شدند که از این تعداد، ۳۷۸ پرسشنامه معادل ۹۴/۵ درصد بازگشت داده شد. برای تکمیل پرسشنامه‌های پژوهش، پرسشگران به دانشگاههای مورد مطالعه در یک هفته (به این معنا که از ابتدا تا انتهای هفته در دانشگاهها حاضر بودند) مراجعه کردند و در قسمت ورودی دانشکده‌ها پرسشنامه‌ها به دانشجویان تحویل داده شد. فقط پرسشنامه‌هایی بازگردانده شد که دانشجویان تمایل به همکاری داشتند و به دلیل حفظ اصول اخلاقی پژوهش، هیچ اعمال فشاری برای پر کردن پرسشنامه‌ها از طرف دانشگاه یا دانشکده‌ها و پرسشگران بر دانشجویان تحمیل نشد و آنها در تکمیل کردن یا نکردن فرم‌ها آزاد بودند. از این تعداد ۱۷۳ نفر (۴۵/۸ درصد) دانشجوی دانشگاه اصفهان و علوم پزشکی اصفهان و ۲۰۵ نفر (۵۴/۲ درصد) دانشجوی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان بودند. همچنین به لحاظ جنسیت، ۵۳ نفر (۱۴ درصد) پسر و ۳۲۵ نفر (۸۶ درصد) دختر و دامنه سنی آنها از ۱۸ تا ۲۹ متغیر بود. میانگین سنی گروه نمونه پژوهش حاضر ۲۱/۸ با انحراف استاندارد ۱/۷۶ بود و از نظر وضعیت تأهل، ۳۲۱ نفر (۸۴/۹ درصد) مجرد و ۵۷ نفر (۱۵/۱ درصد) متأهل بودند. میانگین نمرات معناداری در زندگی در بین دانشجویان دانشگاه اصفهان و خوراسگان ۲۱/۸۹ با انحراف استاندارد ۵/۴۳، زیرمقیاس زندگی مهیج با میانگین ۴/۱۳ و انحراف استاندارد ۱/۳۵، زندگی کمال‌یافته با میانگین ۴/۶۵ و انحراف استاندارد ۱/۲۳، زندگی اصولی با میانگین ۴/۹۰ و انحراف استاندارد ۱/۴۴، زندگی هدفمند با میانگین ۵/۱۷ و انحراف استاندارد ۱/۳۶، زندگی ارزشمند با میانگین ۵/۲۹ و انحراف استاندارد ۱/۵۰ بود. ترکیب ترم دانشجویان از ۱ تا ۱۲ متغیر بوده است. دانشجویان پرسشنامه این پژوهش را به‌صورت انفرادی پاسخ دادند. برای هر فرد ابتدا توضیح کلی در مورد نحوه پاسخگویی پرسشنامه ارائه شد، سپس پرسشنامه در اختیار آنها قرار گرفت تا پاسخ دهند. زمان پاسخگویی برای

هدفمندی در زندگی دانشجویان رشته‌های مختلف کالج، تفاوت معناداری نیافتند، اما دریافتند که نمرات هدفمندی در زندگی دانشجویان غیرسنتی^۱ در قیاس با دانشجویان سنتی بالاتر بوده است. این یافته مؤید فرضیه کوفیلد و باکالیو مبنی بر آن است که هدف در زندگی کارکردی مربوط به سن است؛ یعنی اینکه حس هدفمندی و معنا در زندگی با بالاتر رفتن سن افزایش می‌یابد. در مطالعه دیگری بوگز^۲ (۲۰۰۷) به مقایسه نمرات هدفمندی در زندگی دانشجویان با پیشینه فرهنگی مختلف پرداخت، اما نتوانست تفاوت معناداری در میان آنها بیابد. از لحاظ وضعیت نژادی و قومی نیز گیگر، وین‌اشتاین و جونز (۲۰۰۴) در خصوص آرایش قومی نمونه خود معناداری خاصی به‌دست نیاوردند. محمد، ابررزاک و موتیو^۳ (۲۰۱۱) بر این باورند که معناداری در زندگی پدیده‌ای روان‌شناختی است که تاکنون به‌عنوان رویکردی غربی درک شده و لازم است در مورد این مفهوم درک اسلامی نیز حاصل شود. بر این اساس آنها در یک پژوهش کیفی دریافتند که درک دانشجویان مسلمان در مالزی رابطه نزدیکی با خداوند دارد و این مفهوم به درک آنها از زندگی معنادار کمک می‌کند. هرچند بزرگترین محدودیت آن پژوهش، تعمیم‌دهی نتایج قلمرو فرهنگی و مذهبی آن بود.

با در نظر گرفتن دستاوردهای نظری و پژوهشی درباره معناداری در زندگی، در جهان و خلأ پژوهشی در کشور و با توجه به تعداد انبوه فارغ‌التحصیلان دوره دبیرستان و متقاضیان دانشگاه که در سالهای اخیر بالغ بر ۱۳۰۰۰۰۰ نفر می‌شوند و علاقه‌مندی شدید جوانان برای ورود به دانشگاه، این پژوهش با هدف بررسی تحول‌شناختی در ادراک دانشجویان از معناداری در زندگی در پنج بعد زندگی مهیج، زندگی کمال‌یافته، زندگی اصولی، زندگی هدفمند و زندگی ارزشمند انجام گرفت. در این راستا و به‌منظور بررسی ادراک از معنای زندگی دانشجویان، پرسش‌های زیر مطرح شد:

- ۱- کدام‌یک از مؤلفه‌های معناداری در زندگی بیشترین نقش را در معنادار شدن زندگی دانشجویان دارند؟
- ۲- آیا تفاوتی بین نمرات معناداری در زندگی در بین دانشجویان با توجه به جنسیت، وضعیت تأهل، محل سکونت، سن و رشته تحصیلی وجود دارد؟
- ۳- تا چه اندازه نوع دانشگاه بر تحول ادراکی معناداری در زندگی دانشجویان مؤثر است؟

پرسشنامه معناداری زندگی به همراه پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بین ۵ تا ۱۰ دقیقه به صورت میانگین بوده است.

ابزار سنجش

پرسشنامه معنا در زندگی^۱ (MLM): این پرسشنامه شامل ۲۳ سؤال است و مورگان و فارسیدز^۲ (۲۰۰۹) تهیه و اعتباریابی کرده‌اند. مقیاس پاسخگویی این پرسشنامه هفت درجه‌ای (کاملاً مخالفم=۱، کاملاً موافقم=۷) است و حداقل نمره‌ای که پاسخگو در این پرسشنامه کسب می‌کند، ۲۳ و حداکثر ۱۶۱ است. این ابزار برای اولین بار در ایران و در این پژوهش ترجمه و آماده اجرا شده است. در ترجمه ابتدا فرم انگلیسی آن به فارسی برگردانده شد، سپس در اختیار سه نفر از استادان روان‌شناسی مسلط به زبان انگلیسی قرار داده شد تا متن ترجمه را با متن اصلی تطبیق دهند. بعد با استفاده از نظر این استادان، پرسشنامه ترجمه شده اصلاح و بازبینی گردید. ابزار مورد نظر بازبینی شد و در اختیار چند نفر غیرمتخصص (حدود ۴۰ دانشجو) قرار گرفت تا در مورد قابل فهم و روان بودن گویه‌ها اظهار نظر کنند، سپس گویه‌های مبهم که فهم آنها دشوار بود، ویرایش ادبی شد. در نهایت یکبار دیگر برای اطمینان واژه‌ها و اصطلاحات مورد استفاده در ترجمه گویه‌ها به لحاظ معنی و مفهوم با واژه‌های انگلیسی به دقت تطبیق داده شد تا اصطلاحات ترجمه شده باعث برهم خوردن مفهوم گویه نشود. مورگان و فارسیدز (۲۰۰۷) آلفای کرونباخ ۰/۸۷ و شاخص

همسانی ۰/۸۷ تا ۰/۸۸ را برای این پرسشنامه گزارش کرده‌اند. ضرایب پایایی این پرسشنامه برحسب آلفای کرونباخ برای ۵ زیرمقیاس این پرسشنامه؛ زندگی مهیج ۰/۸۸، زندگی کمال‌یافته ۰/۸۷، زندگی اصولی ۰/۸۶، زندگی هدفمند ۰/۸۵ و زندگی ارزشمند ۰/۸۸ به دست آمد. روایی سازه این پرسشنامه با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی و به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس، ۵ خرده‌مقیاس مورد نظر سازندگان اولیه را تأیید کرد. دو نمونه از پرسش‌های این پرسشنامه عبارت‌اند از: «تاکنون با هر چیزی که در زندگی به دست آورده‌ام، خوشحال شده‌ام». «من یک فلسفه زندگی دارم که واقعاً به زندگی من معنا می‌دهد».

روش اجرا و تحلیل: پرسشنامه پژوهش به شیوه خودگزارش‌دهی و در فاصله زمانی ۵ تا ۱۰ دقیقه پاسخ داده شد. برای بررسی اهمیت نقش خرده‌مقیاس‌های معناداری در زندگی دانشجویان از آزمون تی (T) تک‌نمونه‌ای و در راستای مقایسه معناداری در زندگی دانشجویان به لحاظ نوع دانشگاه، محل سکونت و تأهل، از تی (T) نمونه‌های مستقل و برحسب سن و رشته تحصیلی از تحلیل واریانس یک‌راهه مستقل (با استفاده از نرم‌افزار آماری در علوم اجتماعی SPSS16) استفاده شد.

یافته‌ها

نتایج مربوط به سؤال‌های پژوهش در زیر ارائه شده است:

جدول ۱- میانگین، انحراف استاندارد و آزمون تی تک‌نمونه‌ای (MLM) مربوط به زیرمقیاس‌های زندگی معنادار

شاخص‌های آماری عوامل	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	خطای انحراف از میانگین	آماره t	df	p	میانگین تفاوت‌ها
زندگی مهیج	۳۷۸	۴/۱۳	۱/۳۵	۰/۰۷	۱/۸۷	۳۷۷	۰/۰۶۲	۰/۱۳
زندگی کمال‌یافته	۳۷۵	۴/۶۵	۱/۲۳	۰/۰۶	۱۰/۲۰*	۳۷۴	۰/۰۰۰	۰/۶۵
زندگی اصولی	۳۷۵	۴/۹۰	۱/۴۴	۰/۰۷	۱۲/۰۶*	۳۷۴	۰/۰۰۰	۰/۹۰
زندگی هدفمند	۳۷۶	۵/۱۷	۱/۳۶	۰/۰۷	۱۶/۷۰*	۳۷۵	۰/۰۰۰	۱/۱۷
زندگی ارزشمند	۳۷۳	۵/۲۹	۱/۵۰	۰/۰۸	۱۶/۶۱*	۳۷۲	۰/۰۰۰	۱/۲۹
معناداری کلی در زندگی	۳۷۸	۲۱/۸۹	۵/۴۳	۰/۲۸	۶۴/۱۰*	۳۷۷	۰/۰۰۰	۱۷/۸۹

*P<۰/۰۵ T value=ξ

در زندگی گویای آن است که زنان در مؤلفه هدفمندی در زندگی میانگین بالاتری نسبت به مردان دارند (۵/۲۴) در مقابل (۴/۷۵) و این تفاوت در سطح $P < 0/05$ معنادار است ($t = 2/34$) و همچنین در ارتباط با نوع دانشگاه نیز این تفاوت از میان زیرمقیاس‌های معناداری در زندگی، دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان در زیرمقیاس هدفمندی در زندگی، میانگین بالاتری نسبت به دانشجویان دانشگاه اصفهان داشتند (۵/۳۳) در مقابل (۴/۹۹) و این تفاوت در سطح $P < 0/05$ معنادار است ($t = -2/41$ و $P = 0/016$). به علاوه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان در زیرمقیاس ارزشمندی در زندگی نیز میانگین بالاتری نسبت به دانشجویان دانشگاه اصفهان داشتند (۵/۴۶) در مقابل (۵/۰۹) و این تفاوت در سطح ($P < 0/05$) معنادار است ($t = -2/34$ و $P = 0/019$).

جدول ۲ نشان می‌دهد که بین میانگین نمرات معناداری در زندگی دانشجویان برحسب گروه‌های سنی آنها تفاوت وجود دارد. در همین راستا و به‌منظور تعیین تفاوت میانگین در گروه‌های سنی از آزمون تعقیبی توکی استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ آمده است.

یافته‌های جدول ۱ نشان می‌دهد که از بین زیرمقیاس‌های زندگی معنادار، زندگی مهیج دارای کمترین میانگین در بین زیرمقیاس‌های زندگی معنادار است و آماره تی تک‌نمونه‌ای آن نیز در سطح $P < 0/05$ تأیید نشده است. همچنین نتایج نشان می‌دهد که میانگین نمرات دانشجویان در بعد کمال‌یافتگی، زندگی اصولی، زندگی هدفمند و زندگی ارزشمند بالاتر از سطح متوسط مورد تأیید قرار گرفته است.

نتایج آزمون‌های تی نمونه‌های مستقل و تحلیل واریانس یکراهه مربوط به سؤال دوم پژوهش نیز گویای آن بود که معناداری کلی در زندگی با توجه به متغیرهای جمعیت‌شناختی، جنسیت ($t = 1/15$ و $P = 0/25$)، وضعیت تأهل ($t = -0/513$) و محل سکونت (خوابگاهی و غیرخوابگاهی) ($P = 0/61$)، سال تحصیل ($F = 1/52$ و $P = 0/18$) و نوع دانشگاه (دولتی و آزاد) برحسب نمره کل معناداری تفاوتی نداشت. اما رشته تحصیلی ($F = 6/14$ و $P = 0/00$) و گروه‌های سنی ($F = 4/23$ و $P = 0/016$) بر معناداری زندگی مؤثر بوده‌اند که این یافته‌ها در جدول ۲ و ۳ آمده است. اگرچه تفاوتی بین دانشجویان زن و مرد در معناداری کلی در زندگی وجود نداشت، اما نتایج t نمونه‌های مستقل در ارتباط با مؤلفه‌های

جدول ۲- میانگین، انحراف استاندارد و آزمون تحلیل واریانس مربوط به تأثیر سطوح سنی بر معناداری زندگی دانشجویان

شاخص‌های آماری عوامل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	آماره اتا	سطح معناداری
بین گروهی	۱۴۲/۹۴۲	۴	۱۱۷/۵۷			
درون گروهی	۱۰۵۶۳/۵۷۷	۳۵۹	۲۷/۷۸	۴/۲۳	۰/۰۱۳	۰/۰۱۶
کل	۱۰۷۰۶/۵۱۹	۳۶۳	-			

* $P < 0/05$

جدول ۳- مقایسه تأثیر گروه‌های سنی بر معناداری زندگی دانشجویان براساس آزمون تعقیبی توکی

شاخص‌های آماری گروه‌های سنی	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	سطح سنی مورد مقایسه	فاصله اطمینان ۹۵ درصد
گروه اول	۰/۹۶	۰/۸۷	گروه دوم	۲/۶۸ - ۰/۷۶
گروه دوم	۰/۹۶*	۰/۸۷	گروه سوم	۱۷/۸۴ - ۲/۹۹
گروه سوم	۰/۹۶*	۰/۸۷	گروه اول	۰/۷۶ - ۲/۶۸
گروه اول	۰/۹۶*	۰/۸۷	گروه سوم	۱۶/۹۵ - ۱/۹۶
گروه دوم	۰/۹۶*	۰/۸۷	گروه اول	-۲/۹۹ - ۱۷/۸۴
گروه سوم	۰/۹۶*	۰/۸۷	گروه دوم	-۱/۹۶ - ۱۶/۹۵

* $P < 0/05$

جدول ۴- میانگین، انحراف استاندارد و آزمون تحلیل واریانس مربوط به تأثیر رشته تحصیلی بر معناداری در زندگی دانشجویان

شاخص‌های آماری عوامل	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	آماره F	آماره اتا	سطح معناداری
بین گروهی	۵۲۹/۴۵۲	۳	۱۷۶/۴۸			
درون گروهی	۱۰۰۲۷/۳۱	۳۴۹	۲۸/۷۳	۶/۱۴	۰/۰۵۰	۰/۰۰۰
کل	۱۰۵۵۶/۷۶	۳۵۲	-			

جدول ۵- مقایسه تأثیر رشته تحصیلی بر معناداری در زندگی دانشجویان براساس آزمون تعقیبی توکی

شاخص‌های آماری رشته تحصیلی	معناداری	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	سطح معناداری	فاصله اطمینان ۹۵ درصد
مورد مقایسه رشته‌های تحصیلی	میانگین	خطای استاندارد	سطح معناداری	حد پایین	حد بالا
علوم پایه	۱/۲۱	۱/۰۵	۰/۲۵	-۰/۸۶	۳/۲۸
فنی - مهندسی	۱/۸۹*	۰/۹۲	۰/۰۴	-۳/۷۱	-۰/۰۷
علوم پزشکی	۳/۲۷*	۰/۹۱	۰/۰۰	-۵/۰۷	-۱/۴۸
انسانی	۱/۲۱	۱/۰۵	۰/۲۵	-۳/۲۸	۰/۸۶
فنی - مهندسی	۳/۱۰*	۱/۳۱	۰/۰۲	-۵/۶۹	-۰/۵۲
علوم پزشکی	۴/۴۹*	۱/۳۱	۰/۰۰۱	-۷/۰۶	-۱/۹۱
علوم انسانی	۱/۸۹*	۰/۹۲	۰/۰۴	۰/۰۷	۳/۷۱
علوم پایه	۳/۱۰*	۱/۳۱	۰/۰۲	۰/۵۲	۵/۶۸
علوم پزشکی	۱/۳۸	۱/۲۱	۰/۲۵	-۳/۷۵	۰/۹۹
انسانی	۳/۲۷*	۰/۹۱	۰/۰۰	۱/۴۸	۵/۰۷
علوم پایه	۴/۴۹*	۱/۳۱	۰/۰۰۱	۱/۹۱	۷/۰۶
فنی - مهندسی	۱/۳۸	۱/۲۱	۰/۲۵	-۰/۹۹	۳/۷۶

یافته‌های جدول ۵ نشان می‌دهد که دانشجویان رشته علوم انسانی با رشته فنی - مهندسی و پزشکی، دانشجویان رشته‌های علوم پایه با رشته فنی - مهندسی و پزشکی، دانشجویان رشته‌های فنی - مهندسی با رشته علوم انسانی و علوم پایه و دانشجویان علوم پزشکی با رشته علوم انسانی و علوم پایه در میانگین نمره معناداری در زندگی متفاوت هستند.

بحث

یکی از بزرگترین نعمت‌هایی که به انسان عنایت شده است، فرصت جست‌وجوی اهداف منحصر به فرد در زندگی است.

یافته‌های جدول ۳ گویای آن است که از بین گروه‌های سنی صرفاً گروه سنی ۱۸-۲۱ با ۲۹-۲۶ به لحاظ معناداری در زندگی با گروه‌های دیگر متفاوت است و بقیه گروه‌ها تفاوت معناداری در سطح $P < 0/05$ با یکدیگر ندارند. نکته بسیار مهم کاهش قابل ملاحظه سطح معناداری در سال آخر تحصیلات دانشگاهی است.

اطلاعات جدول ۴ نشان می‌دهد که بین میانگین نمره معناداری دانشجویان برحسب رشته تحصیلی تفاوت معنادار وجود دارد ($P < 0/001$). به این معنا که رشته تحصیلی دانشجویان بر معناداری آنها در زندگی مؤثر است.

می‌شود، بنابراین بررسی این ادراکات در طول تحصیلات دانشگاهی به‌طور واضحی میزان معناداری زندگی آنها را در خلال تحصیلات دانشگاهی نشان می‌دهد. این پژوهش اولین بررسی در ایران در ارتباط با دانشجویان دانشگاه است. این پژوهش به‌منظور پاسخگویی به این پرسش‌ها طراحی و اجرا گردید که درک از معنا در زندگی در بین دانشجویان دانشگاه‌های آزاد اسلامی واحد خوراسگان، علوم پزشکی اصفهان و دانشگاه اصفهان چگونه است؟ آیا تفاوتی بین نمرات معناداری در زندگی در بین دانشجویان با توجه به جنس، سن، ترم، رشته تحصیلی و تأهل وجود دارد؟ در راستای اندازه‌گیری و پاسخ به این پرسش‌ها، از پرسشنامه معنا در زندگی مورگان و فارسیدز (۲۰۰۷) استفاده گردید. نتایج نشان‌دهنده معناداری ۴ مؤلفه از ۵ مؤلفه معناداری در زندگی (کمال‌یافتگی، زندگی اصولی، زندگی هدفمند و زندگی ارزشمند بالاتر از سطح متوسط) در بین دانشجویان بود، اگرچه باید در نظر داشت که بالاترین میانگین مربوط به ارزشمندی در زندگی دانشجویان بود ($P < 0.01$). به‌عبارت دیگر شاید یکی از دلایل مصمم شدن آنها برای قبولی در کنکور همین حس ارزشمندی باشد. میانگین کل دانشجویان در معناداری برابر با ۲۱/۸۹ بود که نمونه ایرانی در مقایسه با مطالعه کرومباف و ماهولیک (۱۹۷۶) و بوگز (۲۰۰۷) بالاتر و در مقایسه با پیرتل و پلاتا (۲۰۰۸) میانگین کمتری به‌دست آورده است. هیچ تفاوتی در ادراک دانشجویان از معنای زندگی برحسب جنسیت، ترم تحصیلی و تأهل به‌دست نیامد. هرچند گروه‌های مختلف سنی دانشجویان و رشته تحصیلی آنها معناداری‌شان را در زندگی تحت تأثیر قرار می‌داد و این تفاوت در دو گروه یک (۲۱-۱۸) و سه (۲۹-۲۶) به لحاظ سنی و رشته‌های انسانی با فنی - مهندسی و پزشکی و علوم پایه مشهود و معنادار بود. نکته جالب آنکه دانشجویان مسن‌تر دارای میانگین پایین‌تری نسبت به دانشجویان کم‌سن و سال‌تر هستند. اینکه آیا فقط عامل دانشگاه باعث این نوع تحول شده، قابل تردید است، ولی این تفسیر که در زمان ورود دانش‌آموزان به دانشگاه هدفمندی و کمال‌گرایی بیشتری در آنها وجود دارد، چیزی نیست که در این پژوهش به‌سادگی بتوان از آن گذشت. این نتایج با یافته‌های گیگر، وینشتاین و جونز (۲۰۰۴) و کوفیلد و باکالیو (۱۹۸۶) ناهمخوان است. اما اینکه چرا زندگی دانشگاهی برای آنها مهیج نیست، اساساً بسیار خطرناک است. مهیج بودن زندگی به‌عنوان یکی از سازه‌های معناداری با شاخص‌های سلامت روان در افراد مرتبط است و کاهش آن احتمال افزایش علایمی چون افسردگی و انزوا را افزایش خواهد داد. بنابراین

زندگی خود تضمینی برای یافتن واقعیت معنا نیست، بلکه روش و تصویری از معناست که باید منتظر کشف آن بود. گرابر (۲۰۰۴) اذعان می‌دارد که همیشه مقتضیات کیفیت زندگی و هستی انسان در چیزهایی فراتر از خود آنها که انسان با آن روبه‌رو می‌شود، تحقق می‌یابد. بنابراین می‌توان دریافت که ظرفیت درک معنا در هر شرایطی (چه مثبت و چه منفی) و در سراسر زندگی و برای همه انسانها میسر است. گرچه جست‌وجوی معنا از روند شرایط زندگی انسان غیرقابل تفکیک است، ولی تعداد محدودی از پژوهشگران، این موضوع را در بین جمعیت‌های دانشجویی بررسی کرده‌اند که البته این بررسی‌ها بر روی جمعیت‌های دانشجویی خاصی نبوده است (کرومباف و ماهولیک، ۱۹۶۴؛ کوفیلد و بوکالیو، ۱۹۸۶؛ گیگر، وینشتاین و جونز، ۲۰۰۴؛ بوگز، ۲۰۰۷). ممکن است تمرکز بر روی موفقیت‌ها فرد را از اهمیت تمرکز بر معنا دور کند، با این حال بخش مهمی از مطالعات موجود، نقش معنا در زندگی را در ارتباط با درد و رنج‌ها یا موقعیت‌های تهدیدزای زندگی بررسی کرده‌اند (گرینشتاین و بریت بارت، ۲۰۰۰؛ کاپروز و دویی، ۲۰۰۰؛ پارک و آی، ۲۰۰۰؛ ساوت ویک، گیلمارتین، مکدونوف و موریسی، ۲۰۰۶؛ واگان و کینیر، ۱۹۹۶). درک از معنا و هدف در زندگی به‌طور خاصی برای کسانی که دوره آموزشی جدیدی را آغاز می‌کنند از اهمیت چشمگیری برخوردار است. انتقال از دبیرستان به دانشگاه، گرچه نوعاً زندگی فرد را تهدید نمی‌کند، اما ممکن است چالش‌انگیز، ناراحت‌کننده و اضطراب‌آور و گاهی اوقات دردآور باشد، به‌خصوص برای دانش‌آموزانی که به خانواده وابستگی افراطی دارند. به‌علاوه درک معنای زندگی برای کسانی که تصمیم می‌گیرند بعد از ازدواج به دانشگاه وارد شوند، ممکن است با اضطراب‌های ناراحت‌کننده و چالش‌برانگیز در مسؤلیت‌های خانوادگی همراه شود. در خلال دوره انتقال از دبیرستان، محیط کار یا دیگر محیط‌های غیرآموزشی به دانشگاه، کاملاً طبیعی است که فرد در فکر فرو رود و در واقع نوعی تحول را در شناخت خویش ادراک کند که این در خودفرورفتگی، ریشه در نقش حساس آموزش عالی دارد. تعریف تجدیدنظر شده رکر (۲۰۰۰) از معنای زندگی به‌عنوان آگاهی از نظم، انسجام و هدفمندی در زندگی، تعقیب و تحقق اهداف ارزشمند همراه با رضایت‌مندی، نظرها را به سمت اهداف ارزشمند و رضایت‌مندی به‌خصوص در رابطه با دانشجویان دانشگاه جلب می‌کند. دانشجویان قبل از ورود به دانشگاه معتقدند که تجربیات ارزشمندی پس از ورود کسب خواهند کرد و این خود هدف ارزشمندی برای ورود آنها به دانشگاه محسوب

می‌شوند و سپس با معناداری ضعیف‌تری دانشگاه را ترک می‌کنند. محتوای آموزشی و درسی نیز به این انگیزه و علاقه نداشتن می‌افزاید و زمینه را برای ورود دانشجویان به عرصه‌های جذاب‌تر، ولی کاذب همچون اعتیاد و جذب شدن در گروه‌های انحرافی هموار می‌کند. مهمترین محدودیتی که در پژوهش حاضر باید به آن توجه شود تعمیم‌دهی با احتیاط یافته‌ها به دانشگاه‌ها و دانشجویان شهرهای دیگر است، هرچند نباید از محدودیت اصلی روش مطالعه غافل شد. در صورت امکان به‌منظور مرتفع کردن این محدودیت، بهتر است یک گروه از دانشجویان در ابتدای ورود و در هر نیمسال در قالب یک مطالعه طولی بررسی شوند و در سالهای مختلف و با بررسی و شناسایی تمامی متغیرها اندازه‌های معناداری در زندگی دانشجویان مقایسه شود.

منابع

حسن‌زاده، ر. (۱۳۸۵). روش تحقیق در علوم رفتاری. چاپ دوم، تهران: نشر ساولان.

نادی، م.ع. و سجادیان، ا. (۱۳۹۰). تحلیل روابط بین معنای معنوی با بهزیستی معنوی، شادی ذهنی، رضایت از زندگی، شکوفایی روان‌شناختی، امید به آینده و هدفمندی در زندگی دانشجویان دانشگاه اصفهان و آزاد اسلامی خوراسگان. فصلنامه طلوع بهداشت، ۳۲، ص ۶۸-۵۴.

نادی، م.ع. و سجادیان، ا. (۱۳۸۹). مقدمه‌ای بر روش تحقیق کاربردی در علوم انسانی. چاپ اول، اصفهان: انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.

Antonovsky, A. (1987). Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. 1st Ed. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Bejou, D. (2005). Treating students like customers. *BizEd*, 4(3), 44-47. Retrieved December 11, 2007, from EBSCO host database. March/April.

Boggs, J. (2007). Application of Logo theory to persistence among first-time-in-college students at a community college. *The International Forum for Logotherapy*, 30(2), 83-85.

Braxton, J.M., Milem, J.F., & Sullivan, A.S. (2000). The influence of active learning on the college student departure process. *The Journal of Higher Education*, 71(5), 569-590. Retrieved December 1. (2007). from Wilson Education Abstracts database. (Document ID: 59809687).

Coffield, K.E. & Buckalew, L.W. (1986). Student apathy: An analysis of relevant variables. *College Student Journal*, 20, 211-214.

Crumbaugh, J.C., & Maholick, L.T. (1976). *The purpose in life test*. Murfreesboro, TN: Psychometric Affiliates.

کشف علل این پدیده حتی در سطح کلی جامعه اجتناب‌ناپذیر است. همچنین در ارتباط با رشته تحصیلی و ارتباط آن با معناداری در زندگی نیز مشخص گردید که دانشجویان علوم پایه پایین‌ترین میانگین در معناداری را دارند و این یافته با یافته‌های گیگر، وینشتاین و جونز (۲۰۰۴) همخوان است. از طرفی رابطه‌ای بین معدل تحصیلی و محل سکونت نیز به دست نیامد و حتی زمانی که نمرات معناداری در زندگی دانشجویان برحسب محل سکونت هم بررسی شد، نتایج معناداری حاصل نشد. حقیقت این یافته گویای نقش کم‌رنگ محل زندگی در معنا یافتن زندگی است و شاید یکی از دلایل آن دل‌بستگی ضعیف گروه نمونه به خانواده بوده باشد که البته به‌طور همزمان در این پژوهش بررسی نشد و لازم است در مطالعات آتی بررسی گردد. این یافته با نتایج مطالعه پیرتل و پلاتا (۲۰۰۸) همخوان است و به این معناست که احتمالاً عوامل فرهنگی و نژادی تأثیر زیادی بر روی این موضوع در بین دانشجویان نداشته است، هر چند مطالعه آنها در آمریکا انجام شده است. البته شاید بتوان با قاطعیت ادعا کرد که دین و عوامل معنوی، آن‌گونه که پیرتل و پلاتا (۲۰۰۸) معتقدند بر معناداری زندگی مؤثر است که البته در این پژوهش این موضوع بررسی نشد و دلیل اصلی آن هم تجربه پژوهشگران در باب صحت پاسخ‌های آزمودنی‌ها در ارتباط با مسائل مذهبی است. تقاضا برای زندگی هدفمند و با معنا، به شدت در حال افزایش است (گرابر، ۲۰۰۴) و انتقال معنای زندگی به افراد از دوران کودکی روند تحول و شکل‌گیری این مفهوم را غنی‌تر می‌کند. در اختیار داشتن سریع پاسخ‌ها، نگرانی از بابت سختی کشیدن فرد از والدین، نداشتن تفکر و حل مسأله و نداشتن درک مفاهیم و معنای آنها از جمله دشواری‌های پیش روی زندگی معنادار است. بنابراین در اختیار گذاشتن فرصت تجربیات معنادار و آموزش زندگی هدفمند شاید از بهترین راهکارهای حرکت به سمت معناداری باشد که البته هیچ‌کدام از موارد گفته شده جزء آموزه‌های درسی در دانشگاه‌های کشور نیست. شرایط نامناسب اشتغال و انتقال این شرایط به دانشجویان در حین تحصیل به‌خصوص در ارتباط با رشته‌هایی که وضعیت خنثی‌تری نسبت به بقیه دارند، باعث شده است تا دانشجویان علوم پایه و علوم انسانی از میانگین پایین‌تری در معناداری در زندگی برخوردار باشند و با افزایش سن و درک موقعیت خود در آینده به زندگی خویش کمتر امیدوار باشند. شاید نتیجه‌گیری دقیقی امکان‌پذیر نباشد، چرا که همه متغیرها در این پژوهش بررسی نشد، ولی واقعیت آن است که دانش‌آموزان با هدفمندی و معناداری بسیار زیاد وارد دانشگاه

- Crumbaugh, J.C., & Maholick, L.T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology, 20*, 200-207.
- Dixon, A.L. (2007). Mattering in the later years: Older adults' experiences of mattering to others, purpose in life, depression, and wellness. *Adulthoodspan, 6*(2), 83-95.
- Fabry, J.B. (1968). *The pursuit of meaning*. Boston, MA: Beacon Press.
- Fegg, M.J., Brandstätter, M., Kramer, M., Kögler, M., Haarmann-Doetkotte, S., & Borasio, G.D. (2010). Meaning in Life in Palliative Care Patients. *Journal of Pain and Symptom Management, 40*(4), 502-509.
- Fitzgerald, B. (2005). An existential view of adolescent development. *Adolescence, 40*(160), 793-799. Retrieved February 11, 2008, from Psychology and Behavioral Sciences Collection database.
- Frankl, V.E. (1992). *Man's search for meaning*. Boston, MA: Beacon Press.
- Graber, A.V. (2004). *Viktor Frankl's logotherapy: Methods of choice in ecumenical pastoral psychology*. 2nd e.d. Lima, OH: Wyndham Hall Press.
- Greiger, J.F., Weinstein, L., & Jones, C.S. (2004). Differences in meaning in life in students: The effect of nontraditional status and region of country. *College Student Journal, 38*(4), 569-572.
- Greenstein, M. & Breitbart, W. (2000). Cancer and the experience of meaning: A group psychotherapy for people with cancer. *American Journal of Psychotherapy, 54*(4), 486-501. Retrieved February 8, (2008), from EBSCO host database.
- Kairouz, S., & Dube, L. (2000). Abstinence and well-being among members of alcoholics anonymous: Personal experience and social perceptions. *Journal of Social Psychology, 140*(5), 565-579. Retrieved February 8, 2008, from Psychology and Behavioral Sciences Collection database.
- Kanahara, S. (2001). School avoidance and Logotherapy in Japan. *The International Forum for Logotherapy, 24*, 25-29.
- Man Yee Ho, Fanny M. Cheung, Shu Fai Cheung. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences, 48*(5), 658-663
- McMahan, E. A., & Renken, M. D. (2011). Eudaimonic conceptions of well-being, meaning in life, and self-reported well-being: Initial test of a mediational model. *Personality and Individual Differences, 51*(5), 589-594.
- Mohamad, M., AbdRazak, A., & Mutiu, S. (2011). Meaning in Life Among Muslim Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 30*, 743-747.
- Morgan, J & Farsides T. (2009). Measuring Meaning in Life. *Journal of Happiness Studies, 10*(2), 197-214.
- Park, C.L., & Ai, A.L. (2006). Meaning making and growth: New directions for research on survivors of trauma. *Journal of Loss and Trauma, 11*, 389-407. Retrieved February 8, 2008, from EBSCO host database.
- Rathi, N. & Rastogi, R. (2007). Meaning in Life and Psychological Well-Being in Pre-Adolescents and Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 33*(1) 31-38.
- Pirtle, T. & Plata, M. (2008). *Meaning in life among Latino university students perceptions of Meaning in life among first-semester Latino university students*. Department of Professional Programs Texas A & M International University Laredo, Texas 78041: U.S.
- Raley, Y. (2007). Why We Quit. *Scientific American Mind, 18*(4), 74-79. Retrieved December 1, 2007, from Academic Search Complete database.
- Reker, G.T. (2000). *Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning*. In G.T. Reker & K. Chamberlain, K. (Eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (pp. 39-55). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Ryff, C.D. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 719-727.
- Shek, D.T.L. (1999). *Meaning in life and adjustment amongst early adolescents in Hong Kong*. The International Forum for Logo therapy, 22, 36-43.
- Shettle, C., Roey, S., Mordica, J., Perkins, R., Nord, C., Teodorovic, J., Brown, J., Lyons, M., Averett, C., Kastberg, D. (2007). *The Nation's Report Card: America's High School Graduates* (NCES 2007-467). U.S. Department of Education, National Center for Education Statistics. Washington, D.C. U.S. Government Printing Office.
- Southwick, S.M., Gilmartin, R., Mcdonough, P., & Morrissey, P. (2006). *Logotherapy as an adjunctive treatment for chronic combat-related PTSD: A meaning-based intervention*. *American Journal of Psychotherapy, 60*(2), Retrieved December 1, 2007, from Psychology and Behavioral Sciences database.
- Vaughan, S.M., & Kinnier, R.T. (1996). Psychological effects of a life review intervention for persons with HIV disease. *Journal of Counseling & Development, 75*(2), Retrieved February 8, 2008, from Psychology and Behavioral Sciences Collection.
- Wong, P. (1998). *Implicit Theories of Meaningful Life and the Development of the Personal Meaning Profile*. In P. Wong & P. Fry (Eds.) (1998). *The human quest for meaning: a handbook of psychological research and clinical applications*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Yalom, I.D. (1980). *Existential psychotherapy*. 1st Ed. New York, Basic Books.
- Yee Ho, M., Cheung, F.M. & ShoFai Cheung, S.F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences, 48*(5), 658-663.