

## تدوین الگوی معنا در زندگی و مقایسه اثربخشی آموزش مبتنی بر الگو با مفاهیم معناداری فرانکل بر ناامیدی و افکار خودکشی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه

امیدعلی باپیری<sup>۱</sup>، مهرداد کلاتری<sup>۲</sup>، حمیدطاهر نشاطدوست<sup>۳</sup>، حمیدرضا عریضی<sup>۴</sup>

### Developing a meaningful model in life and comparing the effectiveness of model-based education with frankel's meaningful concepts on frustration and suicidal thoughts in second-year high school girls

OmidAli Bapiri<sup>1</sup>, Mehrdad Kalantari<sup>2</sup>, HamidTaher Neshatdoost<sup>3</sup>, HamidReza Arizi<sup>4</sup>

#### چکیده

**زمینه:** مطالعات متعددی به اثربخشی آموزش معنادرمانی فرانکل بر ناامیدی و افکار خودکشی پرداخته‌اند. اما پیرامون تدوین الگوی معنا در زندگی و مقایسه اثربخشی آموزش مبتنی بر الگو با مفاهیم معناداری فرانکل بر ناامیدی و افکار خودکشی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شکاف تحقیقاتی وجود دارد. **هدف:** تدوین الگوی معنا در زندگی و مقایسه اثربخشی آموزش مبتنی بر الگو با مفاهیم معناداری فرانکل بر ناامیدی و افکار خودکشی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه بود. **روش:** پژوهش حاضر از نوع همبستگی و نیمه آزمایشی بود. جامعه آماری ۳۵۶ نفر از دانش آموزان پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه دخترانه شهر ایلام در سال ۱۳۹۷ بود. ۳۰ نفر به روش به شیوه خوشه‌ای چند مرحله‌ای به عنوان نمونه انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (۱۵ نفر) جایگزین شدند. ابزارهای پژوهش عبارتند از: پرسشنامه‌های معنای زندگی استگر، فریزر، اویشی و کالر (۲۰۰۶)، خودکارآمدی عمومی شرر (۱۹۸۲)، سبک‌های هویت برزونسکی (۱۹۸۹)، مقیاس ارزش‌های اجتماعی (محقق ساخته، ۱۳۹۷)، مقیاس افکار خودکشی بک (۱۹۶۱)، مقیاس ناامیدی بک (۱۹۸۶) و جلسات آموزشی بر مبنای الگوی تدوین شده و مفاهیم معناداری نظریه فرانکل (محقق ساخته، ۱۳۹۷). تحلیل داده‌ها با روش معادلات ساختاری و تحلیل کواریانس و آزمون تی انجام شد. **یافته‌ها:** هردو شیوه آموزش در کاهش ناامیدی و افکار خودکشی نوجوانان تأثیر معناداری داشتند ( $P < 0/001$ ). بین دو روش از نظر میزان اثرگذاری بر کاهش ناامیدی و افکار خودکشی تفاوت معناداری وجود نداشت. **نتیجه‌گیری:** دانش‌آموزانی که در جلسات آموزشی شرکت داشتند و از الگوی تلفیقی تدوین شده بهره‌مند شدند میزان افکار خودکشی و ناامیدی در آنان کاهش داشت. **واژه کلیدیها:** معنا در زندگی، ناامیدی، افکار خودکشی، نوجوانان دختر

**Background:** Numerous studies have examined the effectiveness of Frankel's semantic therapy on frustration and suicidal thoughts. But there is a research gap in developing a model of meaning in life and comparing the effectiveness of model-based education with Frankel's meaningful concepts of frustration and suicidal thoughts in second-year high school girls. **Aims:** To formulate a model of meaning in life and to compare the effectiveness of model-based education with the meaningful concepts of Frankel on frustration and suicidal thoughts of female high school students. **Method:** The present study was correlational and quasi-experimental. The statistical population was 356 students of the twelfth grade of the second high school for girls in Ilam in 2018. Thirty people were randomly selected as a multi-stage cluster method and randomly assigned to two experimental and control groups (15 individuals). The research tools are: Questionnaires on the meaning of life of Esther, Fraser, Oishi and Kaller (2006), Sherr's general self-efficacy (1982), Brzonski's identity styles (1989), Social Value Scale (Mohaghegh Saz, 2018), Scale Beck's Suicidal Thoughts (1961), Beck's Disappointment Scale (1986) and training sessions based on the model developed and the meaningful concepts of Frankel's theory (researcher, 2018). Data analysis was performed by structural equation method and analysis of covariance and t-test. **Results:** Both teaching methods had a significant effect on reducing adolescent frustration and suicidal thoughts ( $P < 0/001$ ). There was no significant difference between the two methods in terms of the effect of reducing frustration and suicidal thoughts. **Conclusions:** Students who participated in the training sessions and benefited from the integrated compilation model had a lower rate of suicidal ideation and frustration. **Key Words:** Meaning in life, frustration, suicidal thoughts, teenage girls

Corresponding Author: mehrdadk@edu.ui.ac.ir

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۱</sup> Ph.D Student in Psychology, Educational Sciences and Psychology Department University of Isfahan, Isfahan, Iran

<sup>۲</sup> دکتری روانشناسی، عضو هیئت علمی گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup> Ph.D in Psychology, Faculty Member, Department of Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran (Corresponding Author)

<sup>۳</sup> دکتری روانشناسی، عضو هیئت علمی گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۳</sup> Ph.D in Psychology, Faculty Member, Department of Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

<sup>۴</sup> دکتری روانشناسی، عضو هیئت علمی گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۴</sup> Ph.D in Psychology, Faculty Member, Department of Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

پذیرش نهایی: ۹۹/۰۳/۰۶

دریافت: ۹۹/۰۲/۱۵

## مقدمه

تجارب فردی در زندگی است، دیگری مؤلفه انگیزشی که در مورد پیگیری و رسیدن به اهداف ارزشمند است و سومی مؤلفه عاطفی است که در مورد احساس رضایتمندی، تحقق و شادی همراه حصول به هدف است. این تقسیم بندی به سه بخش با صراحت بیشتری در کار هینترلمن و کینگ (۲۰۱۴) که هدف را در جهت مندی و اهمیت را با موضوعات مهم و انسجام را در فهمیدن زندگی فرد می‌دانند، دیده شده است. آنها همچنین استدلال می‌کنند که هر چند این سه جنبه از معنا در زندگی غالباً مترادف هستند، اما به طور بالقوه متمایز می‌باشند برای آنها هدف و اهمیت اجزاء انگیزشی هستند در حالی که انسجام جزء شناختی معنا در زندگی است. علی‌رغم اهمیت معنی در زندگی برای نوجوانان جواب این سؤال که چگونه معنی در زندگی بوجود می‌آید مشکل است. اگرچه اجماع جهانی در مورد چگونگی رسیدن به یک احساس معنا در زندگی وجود ندارد، بعضی‌ها معتقدند که افراد معنا در تجارب روزانه خود را دقیقاً به همان گونه که در زندگی کلی خودشان هست، جستجو می‌کنند و همان عواملی که بر ادراکات کلی از معنا تأثیر می‌گذارند باید بر ادراکات روزانه نیز تأثیر بگذارند (سومر، بومیستر و استیل من، ۲۰۱۳).

امید به عنوان یک نیروی چند بعدی زندگی تعریف شده است که همیشه درجاتی از آن در زندگی فرد وجود دارد. اشنايدر ۲۰۰۰ امید را به عنوان درک مسیرهای مشتق به اهداف مورد نظر و ایجاد کننده انگیزه در فرد برای سازماندهی فکر برای استفاده از یک مسیر تعریف کرده است (نجنفی و مدحی، ۱۳۹۷). امید به عنوان یک سازه روانشناختی مثبت، انگیزشی را در دانش‌آموزان به وجود می‌آورد که آنها را برای رسیدن به موفقیت تشویق می‌کند و سبب افزایش رواندستی آنها می‌شود. امید بر افکار، هیجانات و دستاوردهای افراد تأثیر می‌گذارد و بر مبنای آن جهت‌گیری‌های آینده در واقعیت‌های زمان حال شکل می‌گیرد (فان ۲۰۱۳). اهمیت امید شاید به واسطه پیامدهای عدم وجود امید بهتر مورد فهم قرار گیرد. ناامیدی ک وضع وخیم است که منجر به افزایش یاس، افسردگی و نهایتاً فقدان اشتیاق به زندگی می‌شود (فولکمن، ۲۰۱۳). به عبارت دیگر، ناامیدی با احساس و انتظار منفی پایدار درباره آینده، همچنین فقدان انگیزش تعریف شده است. به نظر می‌رسد که احساس ناامیدی منجر به ارزیابی‌های منفی بیشتری از موقعیت‌های جدید و تأثیرگذاری کمتر راهبردهای کنار آمدن گردد. احساس

معنا در زندگی معمولاً به احساسی از یکپارچگی وجودی اشاره می‌کند که به دنبال پاسخ دادن به چیستی زندگی، پی بردن به هدف و دست یافتن به اهداف ارزنده و در نتیجه رسیدن به حس تکمیل بودن و مفید بودن حاصل می‌شود (یه هو، چیونگ و چیونگ، ۲۰۱۰). فروم ۱۹۴۷ نیاز به مبنای جهت‌گیری را از مهمترین نیازهای آدمی می‌داند و منظور از آن را هدف، معنا و مقصود زندگی تلقی می‌کند. استایگر و فرایزر ۲۰۰۶ معنای زندگی را در احساس سازنده بودن انسان مؤثر دانسته و حتی ادعا می‌کنند که ماهیت انسان و وجود او منوط به دارا بودن چنین مفهومی است. آمز ۱۹۹۲ نیز بیان می‌دارد که هدف‌گرایی بیان‌کننده الگوی منسجمی از باورها، اسانداها و هیجانان فرد است که مقاصد رفتاری فرد را در ارتباط با دیگران تعیین می‌کند و سبب می‌شود تا فرد نسبت به برخی موقعیت‌ها گرایش بیشتری داشته و در آن موقعیت‌ها به گونه‌ای خاص خاص عمل کنند. مدی ۱۹۷۰ معنای زندگی را امری ذاتی برای زندگی می‌داند. به اعتقاد او در ذات زندگی به طبع ذات عالم هستی، معنا یا هدفی نهفته است که انسان باید آن را کشف کند، در واقع مقصود او از معنای زندگی این است که زندگی انسان هدفی داشته باشد و منظور از این هدف طراحی دلایل اساسی و ذاتی برای زندگی است (بهادری خسروشاهی و محمود علیلو، ۱۳۹۱). یکی از راهبردهای درمانی رایج برای کاهش ناامیدی معنادرمانی است. معنادرمانی روشی از رویکرد وجودی است که زمینه فلسفی و نظری عالی برای کار گروهی فراهم آورد. کار گروهی معنا درمانی می‌تواند ساختار مفهومی را برای کمک به مراجعان جهت چالش یافتن معنی در زندگی‌شان آماده کند. نگرش وجودی، رویکردی پویا است که بر روی چهار علاقه که ریشه در هستی یا وجود انسان دارد تأکید می‌کند، مرگ، آزادی، تنهایی و بی‌معنایی. اصول و روش درمانی فرانکل را لوگو تراپی شکل می‌دهد. لوگو تراپی روشی است که در آن مراجع در جهتی راهنمایی می‌شود که معنی زندگی خود را بیابد. بنابراین لوگو تراپی روشی است که در آن مراجع در جهتی راهنمایی می‌شود که معنی زندگی خود را بیابد. بنابراین اصول لوگو تراپی تلاش برای یافتن معنی در زندگی است که اساسی‌ترین نیروی محرکه هر فرد در دوران زندگی است (معین و هوشیار، ۲۰۱۵). رکر و وونگ (۲۰۱۲) سه مؤلفه را برای معنای شخصی پیشنهاد دادند، یکی مؤلفه شناختی که در مورد ساختن معنای

آگاهانه است که به مرگ فرد توسط خود منجر می‌شود. به عبارت دیگر می‌توان آن را یک ناراحتی چند بعدی در انسان نیازمندی دانست که خودکشی را بهترین راه‌حل برای مسئله خاص خود می‌داند (رجبی، رزوان و علی‌زاده، ۱۳۹۳). خودکشی به معنای آسیب رساندن به خود با هدف از بین بردن خویش است (بکر، ورسکی، هلدوی و لوب، ۲۰۱۸). پژوهش‌های مربوط به خودکشی دو پدیده مهم را بررسی می‌کند که شامل افکار خودکشی و اقدام به خودکشی می‌باشد (مورتیر، اورباک، النسو، اکسین، کوپرس و همکاران، ۲۰۱۸). افکار خودکشی طیفی از اندیشه‌های مبهم در مورد امکان خاتمه زندگی تا خودکشی کامل را در بر می‌گیرد (نم، ویلکااک، هیلمایر و دویلدر، ۲۰۱۸). در واقع، افکار خودکشی مفهومی است که بر وقوع هرگونه اندیشه خود تخریبی دلالت دراد (ارن، گارگ و چیون، ۲۰۱۷). شیوع افکار و اقدام به خودکشی در دوران بلوغ به شدت افزایش می‌یابد (ضیایی، ویتاسارا، سواریس، صادقی بازگانی، دستگیری و همکاران، ۲۰۱۷). گرایش به خودکشی به دوره‌ای خاص از زندگی تعلق ندارد، اما به نظر می‌رسد، دانش‌آموزان در لحظه‌هایی از زندگی که با مشکلات شخصی روبرو می‌شوند، بیشتر شکنندگی نشان می‌دهند و این در حالی است که حس می‌کنند راه برگشت ندارند (پن، لو، چن، ونگ و همکاران، ۲۰۱۷). براساس نتایج تحقیقات بین ۶ تا ۱۳ درصد دانش‌آموزان حداقل یکبار اقدام به خودکشی کرده‌اند (محرابی و شیخ‌دارانی، ۱۳۹۲). سوری (۱۳۹۴) نشان داد معنادرمانی گروهی بر نومی و پرخاشگری دانش‌آموزان دبیرستانی پسر تأثیر معنادار داشت. صفاری نیا و درتاج (۱۳۹۶) دریافته‌اند، معنادرمانی گروهی توانسته است باعث افزایش بهزیستی روانی، بهبود مؤلفه‌های امید به زندگی و همچنین بهبود مؤلفه‌های بهزیستی اجتماعی در سالمندان شد. پورحسین، عزتی و غلامعلی لواسانی (۱۳۹۵) دریافته‌اند، روش مرور خویشتن یک تکنیک مؤثر و معنادار در کاهش فراوانی افکار خودکشی دختران بزهکار بود. ریکا و جیاکینگ (۲۰۱۲) دریافته‌اند که معنا در زندگی با افزایش خشنودی، رضایت و کیفیت زندگی رابطه دارد. پسارا و کلفتاراس (۲۰۱۳) به این نتیجه رسیدند آزمودنی‌هایی که زندگی برای آنان معنای بیشتری دارد، علایم افسردگی در آنان کمتر و سلامت‌روان در آنان بیشتر است و بین معنای زندگی و سلامت‌روان نیز رابطه معناداری وجود دارد. هوشیار، هوشیار و شیری (۱۳۹۴) دریافته‌اند، معنادرمانی گروهی بر افزایش

ناامیدی شامل احساس منفی درباره آینده است و ارتباط بسیار نزدیکی با افسردگی و افکار خودکشی دارد. بر اساس فرمول بک ۱۹۸۷ ناامیدی یک شاخصه مرکزی از افسردگی است و به عنوان رابط بین افسردگی و خودکشی عمل می‌کند. همچنین ناامیدی با سایر اختلال‌های روان‌پزشکی مرتبط است و فرد را به رفتار خودکشی مستعد می‌کند (محبت بهار، گلزاری، اکبری و مرادی جو، ۱۳۹۴).

سبک هویتی فرد یکی از متغیرهایی است که بر معنای زندگی تأثیر دارد و می‌تواند در مثبت‌نگری فرد به زندگی نقش مهم داشته باشد. ارائه تعریف جامع و دقیق از هویت کار آسانی نیست. از طرفی یکی از تکالیف مهم تحول انسان، روند شکل‌گیری هویت است و تکوین هویت وفق با معنای زندگی ارتباط مستقیم دارد. هویت جنبه اساسی و درونی است که به کمک آن یک فرد با گذشته خود مرتبط می‌شود و احساس تداوم می‌کند. به اعتقاد مارسیا ۱۹۶۶ هویت عبارت است از سازمان دادن یک خود درونی شامل خودساخت، سیستم باورها، آرزوها، عقاید، مهارت‌ها و تاریخچه فردی که در واقع نتیجه یک بحران است (مهری‌نژاد و رجبی مقدم، ۱۳۹۲).

از دیدگاه بندورا ۲۰۰۱ خودکارآمدی، توانایی فرد در انجام یک عمل دلخواه یا کنار آمدن با یک موقعیت خاص و اساس عاملیت انسان است. باورهای خودکارآمدی بر طرز تفکر افراد، چگونگی رویارویی با مشکلات، سلامت هیجانی، خودنظم‌دهی انگیزش، انتظارات پیامد و در تصمیم‌گیری و مقابله با استرس و افسردگی تأثیر می‌گذارند. احساس خودارزشی، برای افراد که باور کنند آنها به عنوان یک شخص دارای ارزش مثبت هستند ضروری است و این به معنا در زندگی کمک می‌کند مردم دوست دارند احساس کنند که آنها افرادی با ارزشی هستند و هنگامی که دارای تجاربی هستند که تصویر خودشان را به عنوان یک فرد ارزشمند مورد تهدید قرار می‌دهد، احساس معنا در زندگی آنها به هم می‌خورد. تصور می‌شود که عزت‌نفس دید پایدار از جهان و خود را ترفیع می‌بخشد و بنابراین ممکن است به درک از معنا در زندگی کمک کند (لامبرت، استیل من، هیکس و گراهام، ۲۰۱۰).

خودکشی یکی از فوریت‌های روان‌پزشکی و از مسائل مهم روانی - اجتماعی به شمار می‌رود که امروزه با توجه به پیچیده‌تر شدن تعاملات در بیشتر جوامع رو به افزایش است. خودکشی عملی

زندگی را پیش‌بینی می‌کنند؟ آیا بین اثربخشی آموزش معناداری مبتنی بر مدل با مفاهیم معناداری فرانکل بر کاهش افکار خودکشی و ناامیدی دختران دوره دوم متوسطه تفاوت وجود دارد؟

## روش

پژوهش در دو مرحله انجام گرفت. ابتدا به منظور درک منابع معنای زندگی از طریق مطالعه اسنادی و کتابخانه‌ای الگوی نظری تدوین گردید. برای مرحله اول تدوین الگو از روش همبستگی استفاده شد. در این مرحله مجموعه‌ای از معادلات رگرسیون چند متغیری در مدل یابی معادلات ساختاری به گونه همزمان مورد ارزیابی قرار گرفتند. به منظور تبیین معنای زندگی بر پایه مدل‌یابی، مفروضه‌های معادلات ساختاری در مدل مورد مطالعه، مورد بررسی قرار گرفت. در این بخش از پژوهش پس از استخراج متغیرهای مرتبط با منابع معنا در زندگی، پرسشنامه‌های مرتبط با این متغیرها تدوین و روایی و پایایی آنها مورد تأیید قرار گرفتند. با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای، نمونه‌ای به تعداد ۳۵۶ نفر از بین دانش‌آموزان دختر پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه انتخاب و پرسشنامه‌ها بین آنها توزیع شدند. در مرحله دوم برای اجرای تأثیر آموزش مبتنی بر الگو و مقایسه آن با آموزش بر اساس مفاهیم نظریه فرانکل که یک پژوهش نیمه‌تجربی بود، بنا بر توصیه محققین (چراغی، عریضی سامانی و فراهانی، ۱۳۸۷) که معتقدند حجم نمونه در پژوهش نیمه‌تجربی برای هر گروه ۱۵ نفر کفایت می‌کند، چون آموزش گروهی مد نظر است از بین مدارس متوسطه دوم شهر ایلام در سال ۱۳۹۷ یک مدرسه انتخاب و پرسشنامه‌های ناامیدی و افکار خودکشی بین دانش‌آموزان پایه دوازدهم توزیع و بعد از نمره‌گذاری تعداد ۳۰ نفر از دانش‌آموزانی که بالاترین نمره‌ها را در آزمون‌ها داشتند، انتخاب گردیدند و سپس به شیوه تصادفی به دو گروه برای اجرای آموزش تقسیم شدند. محتوای جلسات آموزشی برای هر دو گروه تدوین گردید و به مدت ۸ جلسه آموزش برای هر کدام از گروه‌ها به طور مستقل و به مدت ۹۰ دقیقه انجام گرفت. ملاک ورود به پژوهش عبارت بود از، رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، داشتن سلامت جسمی و روانی. ملاک‌های خروج از پژوهش نیز عدم تمایل به ادامه شرکت در پژوهش و تحت نظر روانپزشک بودن بود. به منظور رعایت اصول اخلاقی پژوهش برای گروه گواه بعد از پژوهش جلسات درمانگری گذاشته شد و همچنین در مورد محرمانه بودن اطلاعات به نمونه‌های

امید افراد اقدام‌کننده به خودکشی تأثیر معنادار داشت. الیزابت، ادوارد و جکی (۲۰۱۶) ارزش‌های فرهنگی پیش‌بینی‌کننده معنا در زندگی را در میان دانشجویان آمریکایی که آسیایی و اروپایی تبار بودند، بررسی کردند نتایج نشان داد مجموعه‌ای از ارزش‌ها به صورتی کلی مقدار قابل توجهی از واریانس معنای زندگی را در میان دانشجویان آسیایی تبار پیش‌بینی کرد. بیومن و اسکامل (۲۰۱۲) در مطالعه‌ای از ۲۷۰ نفر دانشجویان کارشناسی خواستند ابزارهای سبک‌های هویت (اطلاعاتی، هنجاری، و پراکنده - اجتنابی را تکمیل کنند. نتایج نشان داد سبک‌های اطلاعاتی و هنجاری به طور مثبتی با وجود معنا در زندگی مرتبط بودند.

پایین بودن معنا در زندگی با افسردگی و خودکشی همراه است (ولکرت، اسپولز، پروت و اندریس، ۲۰۱۴) در صورتی که معناداری بالا در زندگی عامل حفاظتی در مقابل افکار خودکشی است (هنری، لویگراو، استیگر، چن، گیگلوارو و تامازیک، ۲۰۱۴). معنا در زندگی به عنوان یک عامل حفاظتی در مقابل افکار خودکشی عمل می‌کند (کلیمن و بیور، ۲۰۱۳). مارکو، پرز و آلندت (۲۰۱۶) به بررسی نقش تعدیل‌کننده و ضربه‌گیر معنا در زندگی بین عوامل خطر خودکشی و ناامیدی در یک جمعیت بالینی با خطر بالای خودکشی پرداختند. نتیجه اصلی این مطالعه این بود که معنا در زندگی رابطه بین عوامل خطر خودکشی و ناامیدی را تعدیل می‌کند و می‌تواند یک متغیر مهم در پیشگیری و درمان افراد در معرض خطر خودکشی باشد. مارکو، گیلن و بوتلا (۲۰۱۷) در مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که معنا در زندگی ارتباط بین عوامل خطر خودکشی و ناامیدی را تعدیل می‌کند. داشتن معنا در زندگی مسأله‌ای است که در دوره نوجوانی با توجه به مسائل و مشکلات خاص این دوره اهمیت بیشتری پیدا می‌کند با وجود تحقیقات متعددی که بر روی تجربه معنای زندگی صورت گرفته است، هنوز این سؤال وجود دارد که منابع معنا بخش به زندگی یک نوجوان چیست؟ مطالعات مختلف صورت گرفته در مورد معنای زندگی، منابع و ابعاد آن بندرت به دوره نوجوانی پرداخته‌اند، در حالی که می‌توان ظهور معنا را به شکل واقعی آن در این مرحله از تحول همراه با شکل‌گیری هویت در فرد ردیابی نمود (براسای، پیکو و استجر، ۲۰۱۱). با توجه به مطالب بیان شده هدف پژوهشگران در این پژوهش پاسخ‌گویی به این سؤالات پژوهشی بود، آیا خودکارآمدی، سبک‌های هویت و ارزش‌های اجتماعی معنا در

گرایش‌های افراد و تبیین‌کننده رفتارهای فردی و اجتماعی آنان بوده و انتخاب‌ها بر اساس آنها انجام گرفته و فرد را به عمل وا می‌دارند. پرسشنامه محقق ساخته و دارای ۷ گویه است. گویه‌ها بر اساس آنچه که در مصاحبه با متخصصان و بررسی پیشینه تجربی معنای زندگی به دست آمده بود، انتخاب شدند. گویه‌ها مورد نظر؛ نועدوستی، عدالت، تحصیلات، شغل، خانواده، فرزند و روابط با دوستان بودند. از پاسخ‌گویان خواسته شد تا اهمیت هر کدام از موارد ذکر شده را بر اساس یک طیف هفت درجه‌ای (خیلی کم، کم، کمتر از متوسط، متوسط، بیشتر از متوسط، زیاد، خیلی زیاد) مشخص نمایند. شیوه نمره‌گذاری بر اساس طیف مقیاس از ۱ تا ۷ بود، بدین صورت که به گزینه خیلی کم نمره یک و به گزینه خیلی زیاد بالاترین نمره یعنی ۷ تعلق می‌گرفت. به منظور رواسازی، مقیاس در اختیار اساتید راهنما و مشاور قرار گرفت. پایایی با استفاده از روش باز آزمایی با فاصله زمانی یک هفته ۰/۶۷ به دست آمد. همچنین آلفای کرونباخ محاسبه شده ۰/۷۳ بود. تحلیل عامل تأییدی مرتبه اول برای مقیاس انجام گرفت.

پرسشنامه سبک‌های هویت<sup>۱</sup>: پرسشنامه سبک‌های هویت اولین بار توسط برزونسکی (۱۹۸۹) برای اندازه‌گیری فرآیندهای شناختی - اجتماعی که نوجوانان در برخورد با مسائل مربوط به هویت از آن استفاده می‌کنند، طراحی شد. بر اساس دیدگاه برزونسکی نوجوانان سه جهت‌گیری متفاوت یا سه سبک پردازشی هویتی مختلف را انتخاب می‌کنند. این پرسشنامه سه سبک هویتی شامل اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم / اجتنابی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و شامل ۴۰ سؤال است که ۱۱ سؤال به سبک هویت اطلاعاتی، و ۹ سؤال به سبک هویت هنجاری و ۱۰ سؤال به سبک هویت سردرگم / اجتنابی و ۱۰ سؤال نیز به مقیاس تعهد اختصاص داده شده است. سؤالات بر روی یک مقیاس پنج درجه‌ای (کاملاً مخالف = ۱، مخالف = ۲، تا حدودی موافق = ۳، موافق = ۴، کاملاً موافق = ۵) نمره‌گذاری می‌شوند. سؤالات ۲۰، ۱۴، ۱۱، ۹ به طور معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. آقاجانی حسین‌آبادی، فرزاد و شهراری (۱۳۸۳) پرسشنامه مذکور را هنجاریابی و ضریب آلفای سبک اطلاعاتی را ۰/۶۷، سبک هنجاری را ۰/۵۳ و سبک سردرگم را ۰/۵۴ به دست آورد. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ برای

پژوهش اطمینان داده شد. در تحلیل داده‌های این پژوهش به منظور بررسی آثار مستقیم، غیر مستقیم و کلی هر یک از متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری با نرم‌افزار (AMOS) نسخه ۲۲ برای تجزیه و تحلیل استفاده شده است. به همین منظور ابتدا داده‌ها از طریق نرم‌افزار (SPSS) نسخه ۲۳ وارد گردید و سپس به محیط آموس به منظور مدل‌سازی انتقال یافت. برای مقایسه اثربخشی از آزمون تی وابسته و آزمون کواریانس استفاده شد.

## ابزار

### ابزارهای سنجش در مرحله اول پژوهش

مقیاس معنای زندگی: مقیاس معنای زندگی توسط استگر، فریزر، اویشی و کالر (۲۰۰۶) جهت ارزیابی وجود معنا و تلاش برای یافتن معنا ارائه شده و اعتبار و پایایی و ساختار عاملی آن در پژوهش‌های مختلف با نمونه‌های متفاوت مورد بررسی قرار گرفته است. مقیاس معنای زندگی شامل دو زیر مقیاس است که وجود معنا در زندگی و نیز جستجو برای یافتن معنا را ارزیابی می‌ند. این مقیاس دارای ۱۰ گویه می‌باشد. مجموع نمرات سؤال‌های ۲، ۳، ۷، ۸ و ۱۰ میزان تلاش فرد برای یافتن معنا و مجموع نمرات سؤال‌های ۱، ۴، ۵، ۶، ۹ میزان حضور معنا در زندگی فرد را مشخص می‌کنند. طبق پژوهش‌های استگر و همکاران (۲۰۰۶) اعتبار این مقیاس برای ارزیابی زندگی ۰/۸۶، برای زیر مقیاس وجود معنا و ۰/۸۷ برای زیر مقیاس جستجوی معنا برآورد شده است، و پایایی باز آزمایی با فاصله زمانی یک ماه زیر مقیاس‌های وجود معنا و جستجوی معنا به ترتیب ۰/۷۰ و ۰/۷۳ است (استگر و همکاران، ۲۰۰۶). سازندگان آزمون روایی همگرا با (آزمون‌های رضایت از زندگی، عاطفه مثبت و عوامل شخصیتی برون‌گرایی و توافق‌پذیری) و واگرا با (آزمون‌های افسردگی، عاطفه منفی و نوروگرایی) را بررسی کرده و روایی خوبی برای آن گزارش داده‌اند. همچنین ضریب همسانی درونی هر دو زیر مقیاس وجود و جستجوی معنا به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۷۸ بوده است. روایی پرسشنامه از طریق عامل تأییدی مرتبه دوم صورت گرفت.

مقیاس ارزش‌ها (محقق ساخته، ۱۳۹۷): ارزش‌ها نمایانگر عقاید و اصولی هستند که از نظر فردی یا اجتماعی، نوعی رفتار برتر شمرده می‌شوند و یا به باورهای افراد یک جامعه درباره آنچه خوب، درست و مطلوب است گفته می‌شود. ارزش‌ها، نمایانگر

۱. Identity Styles Inventory



و ۹ سؤال کلید غلط دارد؛ اگر جواب‌های فرد متناسب با کلید باشد، نمره‌ی ۱ و در غیر این صورت نمره‌ی صفر به او تعلق می‌گیرد. بنابراین دامنه‌ی نمره‌ی پاسخگو بین صفر و ۲۰ می‌باشد و هرچه نمره‌ی فرد به ۲۰ نزدیک‌تر باشد، میزان ناامیدی در او بالاتر است. اعتبار و پایایی این آزمون در مطالعات مختلف، به‌ویژه در زمینه‌ی گرایش‌های خودکشی مورد مطالعه قرار گرفته و همبستگی مختلفی با مقیاس افسردگی بک ۰/۵۶، مقیاس‌های بالینی ناامیدی ۰/۷۴، وجود افکار خودکشی ۰/۶۸ نشان داده است (غرابی، ۱۳۷۲)؛ به نقل از محرمی، صبحی قراملکی و ابوالقاسمی، (۱۳۹۵).

مقیاس افکار خودکشی بک: این مقیاس یک ابزار خودسنجی ۱۹ سؤالی می‌باشد که توسط بک (۱۹۶۱) تألیف شده است. این پرسشنامه به منظور آشکار سازی و اندازه‌گیری شدت نگرش‌ها، رفتارها و طرح‌ریزی برای ارتکاب به خودکشی در طی هفته گذشته تهیه شده است. مقیاس بر اساس سه درجه نقطه‌ای از صفر تا دو تنظیم شده است. نمره کلی فرد بر اساس جمع نمرات محاسبه می‌شود که از صفر تا سی و هشت قرار دارد. سؤالات مقیاس مواردی از قبیل آرزوی مرگ، تمایل به خودکشی به صورت فعال و نا فعال، مدت و فراوانی افکار خودکشی، احساس کنترل بر خود، عوامل بازدارنده خودکشی و میزان آمادگی فرد جهت اقدام به خودکشی را مورد سنجش قرار می‌دهد. در آزمون افکار خودکشی بک پنج سؤال غربال‌گری وجود دارد. اگر پاسخ‌ها نشان دهنده‌ی تمایل به خودکشی فعال یا نافع باشد، سپس آزمودنی بایستی چهارده سؤال بعدی را نیز ادامه دهد. بر اساس تحلیل عاملی با بیماران روان‌پزشکی آشکار شد که مقیاس افکار خودکشی بک، ترکیبی از سه عامل می‌باشد، تمایل به مرگ (۵ سؤال)، آمادگی برای خودکشی (۷ سؤال)، تمایل به خودکشی واقعی (۴ سؤال)، دو سؤال مربوط می‌شوند به بازدارنده‌هایی برای خودکشی و یا کتمان خودکشی که در هیچ یک از سه عامل فوق محاسبه نشده‌اند. نمونه‌های مورد مطالعه بک شامل بزرگسالان و نوجوانان با دامنه سنی ۱۲ تا ۱۷ سال بودند. مقیاس افکار خودکشی بک دارای پایایی بالایی است. با استفاده از روش آلفای کرونباخ ضرایب ۰/۸۷ تا ۰/۹۷ و با استفاده از روش آزمون - آزمون مجدد پایایی آن ۰/۵۴ بدست آمده است (انیسی، فتحی آشتیانی، سلطانی‌نژاد و امیری، ۱۳۸۵). شرح جلسات هر دو گروه در جدول‌های ۱ و ۲ به صورت مختصر آمده است.

سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم - اجتنابی به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۷۲، و ۰/۶۶ محاسبه گردید. همچنین روایی پرسشنامه از طریق عامل تأییدی مرتبه اول صورت گرفت.

پرسشنامه خودکارآمدی عمومی<sup>۱</sup>: مقیاس خودکارآمدی عمومی شرر و همکاران دارای ۱۷ گویه است. شرر و همکاران (۱۹۸۲) بدون مشخص کردن عوامل و گویه‌های آنها معتقدند که این مقیاس سه جنبه از رفتار شامل میل به آغازگری رفتار، میل به گسترش تلاش برای کامل کردن تکلیف و مقاومت در رویارویی با موانع را اندازه‌گیری می‌کند. وودروف و کاشمن (۱۹۹۳) در بررسی مقیاس خودکارآمدی عمومی شرر روایی و اعتبار این مقیاس را تأیید کردند. آنها برای مطالعه روایی سازه از روش تحلیل عامل اکتشافی استفاده کرده و وجود سه عامل در این مقیاس را نشان دادند. پاسخ‌گویان در مقابل هر یک از عبارت‌ها یکی از گزینه‌های کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم را انتخاب می‌کنند. شیوه نمره‌گذاری این مقیاس برای سؤالات شماره ۱، ۳، ۸، ۹، ۱۳ و ۱۵ به این صورت است که گزینه کاملاً موافقم، ۵، موافقم، ۴، نظری ندارم، ۳، مخالفم، ۲، و کاملاً مخالفم نمره ۱ تعلق می‌گیرد. برای بقیه سؤالات روش نمره‌گذاری معکوس می‌باشد. در نهایت به منظور محاسبه میزان خودکارآمد فرد پاسخ دهنده، امتیاز تک تک سؤالات را با هم جمع نموده و به عنوان نمره خودکارآمدی فرد در نظر می‌گیریم، هرچه امتیاز بالاتر باشد نشان دهنده خودکارآمدی بالاتر خواهد بود. پایایی مقیاس از طریق محاسبه آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد. تحلیل عامل تأییدی مرتبه دوم برای مقیاس صورت گرفت.

ابزارهای پژوهش در بخش مقایسه تأثیر آموزش با روش نیمه تجربی

مقیاس ناامیدی بک<sup>۲</sup>: مقیاس ناامیدی بک (۱۹۸۶) براساس نظریه‌ی شناختی بک جهت بررسی و اندازه‌گیری میزان انتظارات منفی فرد درباره‌ی حوادث آینده ساخته شده است. در این مقیاس دیدگاه فرد درباره‌ی دنیا، آینده و تجربه‌های خودش و نحوه‌ی تفسیر این سه بعد بررسی می‌شود. پرسشنامه شامل ۲۰ عبارت است که آزمودنی باید با کلمات صحیح و غلط به آنها جواب دهد. این آزمون دارای ۲۰ عبارت است که ۱۱ سؤال آن دارای کلید صحیح

۱. General Self-Efficacy Questionnaire

۲. Beck Hopelessness Scale

جدول ۱. آموزش مبتنی بر مفاهیم نظریه فرانکل محقق ساخته (۱۳۹۷)			
جلسات	اهداف	شرح مختصر جلسه	تکلیف
اول	آشنایی و برقراری ارتباط با اعضا بیان قواعد و اهداف گروه، طرح موضوع معنا در زندگی	تعریف و بیان معنای زندگی، ضرورت و تأثیرات آن، زندگی برای هر فردی معنایی دارد، زندگی هرگز عاری از معنا نیست.	توضیح مختصر در باره زندگی نامه فرانکل، ذکر موقعیت‌های مشکل آفرین در زندگی توسط اعضا و چگونگی مقابله با آنها
دوم	آشنایی با مفاهیم بنیادی (آزادی اراده، معناجویی، مسئولیت‌پذیری)	تعریف آزادی معنوی، حق انتخاب، تسلیم نشدن، مقابله کردن، ظرفیت منحصر به فرد انسان برای آزادی در انتخاب جایگاه در هر شرایطی	فکر کردن در مورد مشکلاتی که برای اعضا پیش آمده و چه چیزی باعث ادامه زندگی شده
سوم	آگاهی از مسئولیت‌پذیری	رابطه بین آزادی و مسئولیت شخصی، توجه به احساس مسئولیت در مقابل انتخاب‌های خود، خطا کردن حق انسان است اما انسان مسئول است که بر خطاهای خود چیره شود.	بیان تجارب اعضا در مورد فعالیت‌های خود، شکست‌ها و موفقیت‌ها، ذکر نمونه‌هایی از انتخاب‌های خود
چهارم	معناجویی در زندگی	ایجاد انگیزه و توانمندسازی افراد در مبارزه با مشکلات شخصی و پیگیری معنا، بهره‌گیری از ظرفیت‌های شخصی برای معنایابی.	ذکر حوادث و رویدادهایی منفی و یافتن معنای آنها، توانایی تفسیر مجدد و کمک به تغییر دیدگاه افراد در خصوص موقعیت‌های دشوار زندگی
پنجم	شناخت ارزش‌های سه‌گانه	راه‌های معنا بخشی زندگی که با سه نظام ارزشی بیان می‌شود، تعریف ارزش‌های تجربی، خلاق و نگرشی.	بحث گروهی در خصوص ارزش‌های سه‌گانه و ذکر نمونه‌هایی از آنها در زندگی اعضا
ششم	معنایابی از طریق ارزش‌ها	بیان ارزش‌های تجربی، مجذوب شدن در زیبایی طبیعت و هنر، موقعیت‌هایی که دوری گزیدن یا دگرگون ساختن آنها در اختیار ما نیست و یافتن معنای جدید در آنها.	ادامه بحث در مورد مصادیق ارزش‌های سه‌گانه در زندگی افراد
هفتم	بررسی معنای رنج	هدف زندگی گریز از درد نیست، معنا دادن به رنج، لذت و قدرت هدف زندگی نیست، رسیدن به هدف همراه خود نیز لذت را دارد.	پذیرش رنج، بیان اهداف زندگی توسط اعضا و بحث در مورد این که رسیدن به هدف می‌تواند لذتبخش نیز باشد.
هشتم	خلاصه و جمع‌بندی جلسات و اجرای پس آزمون	مرور مفاهیم عمده جلسات اول تا هفتم به صورت خلاصه و اجرای پرسشنامه‌های ناامیدی و افکار خودکشی	توضیح خلاصه جلسات توسط اعضا و بیان دقیق‌تر آنها توسط آموزشگر و توزیع پرسشنامه‌ها

جدول ۲. آموزش مبتنی بر مدل برازش شده پژوهش محقق ساخته (۱۳۹۷)			
جلسات	اهداف	شرح مختصر جلسه	تکلیف
اول	آشنایی و برقراری ارتباط با اعضا بیان قواعد و اهداف گروه، طرح موضوع هويت در زندگی	در مورد اهداف جلسه آموزشی و شیوه مشارکت اعضا بحث شد. تعریف هويت، اهمیت و ضرورت آن در زندگی بیان شد.	از طریق بحث گروهی اعضا نظرات خود را در مورد تعریف هويت و اهمیت آن در زندگی بیان نمودند
دوم	عوامل مؤثر بر شکل‌گیری هويت	در خصوص نقش خانواده، همسالان، نهادهای مذهبی، گروه‌های اجتماعی در شکل‌گیری هويت بحث شد.	اعضای گروه به صورت مصادیقی به بیان تأثیر عوامل شکل دهنده هويت پرداختند.
سوم	پردازش‌های سه‌گانه هويتي	توضیح هويت اطلاعاتی، هنجاری و اجتنابی	مشخص کردن تأثیرات و پیامدهای سه‌گانه پردازش هويتي در زندگی فرد. هدفمندی و جهت‌یابی زندگی و رابطه آن با احساس هويت
چهارم	تعریف ارزش و انواع ارزش‌ها	ضمن توضیح ارزش بوسیله شرکت‌کنندگان در خصوص ارزش‌های دینی، اجتماعی، اقتصادی و سیاسی بحث شد.	مصادیق ارزش‌ها بوسیله شرکت‌کنندگان مشخص گردیدند.
پنجم	تعریف ارزش‌های اجتماعی و اهمیت آنها در زندگی	انواع ارزش‌های اجتماعی نظیر: خانواده، نوع‌دوستی، تحصیل، ازدواج و شغل مطرح شدند.	نقش ارزش در زندگی و هدفمند نمودن حیات بوسیله فراگیران توضیح داده شد.
ششم	تعریف خودکارآمدی، ویژگی‌های افراد خودکارآمد	تعریف خودکارآمدی و رابطه آن با اعتماد به نفس، فهرست ویژگی‌های افراد خودکارآمد	نظرخواهی از افراد در مورد ویژگی‌های شخصی
هفتم	عوامل مؤثر بر خودکارآمدی	در مورد تجارب مسلط، تجارب جانشینی و قانع‌سازی کلامی بحث شد.	در باره روش‌های افزایش خودکارآمدی بحث شد. فهرست نقاط قوت خود و مشخص کردن منبع شکل‌گیری آنها
هشتم	خلاصه و جمع‌بندی جلسات و اجرای پس آزمون	مرور مباحث عمده جلسات اول تا هفتم به صورت خلاصه و اجرای پرسشنامه‌های ناامیدی و افکار خودکشی	توضیح خلاصه جلسات توسط اعضا و بیان دقیق‌تر آنها توسط آموزشگر و توزیع پرسشنامه‌ها

## یافته‌ها

در این پژوهش از تکنیک الگوسازی معادلات ساختاری برای تحلیل داده‌ها استفاده شد. متغیرهای مستقل و وابسته پژوهش به صورت متغیرهای مکنون و در قالب مدل‌های مرتبه اول وارد مدل شدند. مفروضه‌های معادلات ساختاری در مدل مورد مطالعه، مورد بررسی قرار گرفت. به خصوص هم‌پوشانی متغیرهای مستقلی که واریانس متغیر وابسته را تبیین می‌کنند. یک شاخصی که در این مورد استفاده شده همبستگی بین متغیرهای موجود در مدل بوده که در جدول ۱ آورده شده است. همبستگی پایین و متوسط بین متغیرها نشان می‌دهد که هم‌خطی پایین است. همچنین از تکنیک

خودگردان سازی که نیاز به پیش فرض‌های توزیعی ندارد برای تعیین معناداری و فاصله اطمینان اثرات مستقیم، غیر مستقیم، کل و میانجی استفاده گردید.

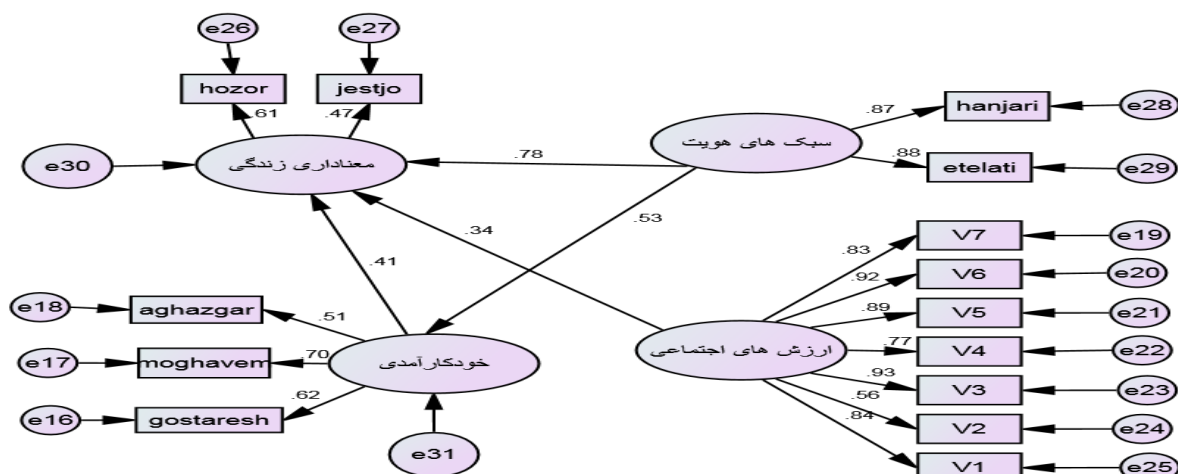
متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار
معنا در زندگی	۳۵۶	۵۶/۷۶	۸/۴۲
خودکارآمدی	۳۵۶	۵۴/۴۳	۹/۲
هویت اطلاعاتی	۳۵۶	۳۱/۴۲	۴/۷۸
هویت هنجاری	۳۵۶	۲۶/۷۲	۴/۳
ارزش‌های اجتماعی	۳۵۶	۴۰/۳۶	۷/۲۳

ردیف	متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
۱	معنا در زندگی					
۲	خودکارآمدی	**۰.۴۴				
۳	هویت اطلاعاتی	**۰.۶۸	**۰.۳۶			
۴	ارزش‌های اجتماعی	**۰.۵۷	**۰.۳۰	**۰.۶۱		
۵	هویت هنجاری	**۰.۶۴	**۰.۳۷	**۰.۳۵	**۰.۵۳	۱

\*\* p < ۰/۰۱

مدل شدند. برآوردهای مربوط به پارامترهای اصلی در شکل ۱ آمده است.

به منظور بررسی فرضیه‌های پژوهش از رویکرد مدل‌سازی معادله ساختاری استفاده گردید. متغیرهای پژوهش به صورت متغیرهای مکنون و در قالب مدل‌های عاملی مرتبه اول و دوم وارد



نمودار ۱. مدل تجربی پژوهش رابطه متغیرهای ارزش‌های اجتماعی، سبک‌های هویت و خودکارآمدی با معنا در زندگی

شاخص‌های برازش	CFI	NFI	GFI	IFI	CMIN/DF	PCFI	RMSEA
مقدار به دست آمده	۰/۹۲۶	۰/۹۰۶	۰/۹۰۳	۰/۹۲۷	۴/۱۶	۰/۷۴۳	۰/۰۹۵
مقدار قابل قبول	بیش از ۰/۹۰	بیش از ۰/۹۰	بیش از ۰/۹۰	بیش از ۰/۹۰	کمتر از ۵	بیش از ۰/۵۰	کمتر از ۰/۰۸



بیانگر این است که داده‌های پژوهش، مدل تدوین شده را حمایت می‌کنند و به عبارت دیگر برازش داده‌ها به مدل برقرار است. همه شاخص‌ها در دامنه مطلوب و دلالت بر مطلوبیت مدل دارند.

زمانی که از الگوی معادلات ساختاری استفاده می‌شود، یک مؤلفه مهم تحلیل، ارزیابی چگونگی برازش مدل فرضیه‌ای با داده‌های مشاهده شده است. شاخص‌های ارزیابی کلیت مدل در جدول ۵ با مد نظر قرار دادن دامنه مطلوب این شاخص‌ها، در مجموع

جدول ۶. اثرات مستقیم، غیر مستقیم و کل متغیرهای پژوهش				
معنی‌داری	حد پایین	حد بالا	وزن رگرسیونی	اثرات متغیرها
۰/۰۰۰	۰/۵۰۸	۰/۶۸۴	۰/۷۷۵	اثر مستقیم هویت ← معنا در زندگی
۰/۰۰۱	۰/۱۷۹	۰/۶۷۸	۰/۴۱۳	اثر مستقیم خودکارآمدی ← معنا در زندگی
۰/۰۰۰	۰/۱۸۹	۰/۵۲۳	۰/۳۳۸	اثر مستقیم ارزش‌های اجتماعی ← معنا در زندگی
۰/۰۰۰	۱/۰۴	۰/۳۹۹	۰/۵۲۹	اثر مستقیم هویت ← خودکارآمدی
۰/۰۰۱	۰/۳۱۰	۰/۰۷۵	۰/۲۱۸	اثر غیرمستقیم هویت ← معنا در زندگی
۰/۰۰۰	۱/۲۰۴	۰/۸۰۲	۰/۹۹۳	اثر کل هویت ← معنا در زندگی

خودکارآمدی عمومی در رابطه بین سبک‌های هویت و معنا در زندگی نقش میانجی کامل را ندارد چون همه اثرات متغیر سبک‌های هویت از طریق متغیر ارزش‌های اجتماعی منتقل نمی‌شود. در این مطالعه متغیر سبک‌های هویت دارای بیشترین میزان تأثیر بر متغیر وابسته بوده است.

برای پاسخ به سؤال دوم پژوهش "آیا بین اثربخشی آموزش مبتنی بر الگوی تلفیقی معنا در زندگی با اثربخشی آموزش مبتنی بر مفاهیم معناداری فرانکل بر کاهش افکار خودکشی و ناامیدی دختران نوجوان تفاوت وجود دارد؟" ابتدا از بین مدارس دوره دوم متوسطه دخترانه یک مدرسه به صورت تصادفی انتخاب شد. پرسشنامه ناامیدی و افکار خودکشی بین دانش‌آموزان دختر پایه دوازدهم توزیع گردید. بعد از نمره‌گذاری پرسشنامه‌ها تعداد ۳۰ نفر از افراد واجد شرایط در طرح پژوهش بودند. بعد از مشخص شدن افراد با استفاده از شیوه نمونه‌گیری تصادفی ساده در دو گروه جایگزین شدند. هر کدام از گروه‌ها به مدت ۸ جلسه و در زمان ۹۰ دقیقه‌ای آموزش را دریافت نمودند. بعد از اتمام جلسات پرسشنامه‌های ناامیدی و افکار خودکشی به عنوان پس‌آزمون روی هر دو گروه اجرا شد.

همان‌گونه که در جدول ۷ آمده است سطح معنی‌داری برای هر دو متغیر از ۰/۰۵ کمتر است و صفر نیز در محدوده فاصله اطمینان قرار ندارد، پس می‌توان فرض صفر را رد کرد. بنابراین فرض خلاف پذیرفته می‌شود و نتیجه می‌گیریم بین میانگین نمره پیش

برآوردهای مربوط به پارامترهای اصلی مدل در جدول ۶ گزارش شده است. یافته‌ها نشان می‌دهند که اثر مستقیم متغیرهای هویت، ارزش‌های اجتماعی و خودکارآمدی بر متغیر معنا در زندگی از لحاظ آماری معنادار است. نتایج روش بوت استراپ با تعداد نمونه‌گیری (۵۰۰۰) نشان می‌دهد که در فاصله اطمینان ۰/۹۵ نتایجی که در میان نمونه آماری مشاهده می‌شود در جامعه آماری هم وجود دارد. با مد نظر قرار دادن ضرایب تأثیر مربوط به هر یک از این متغیرها می‌توان گفت که افزایش میزان آنها، افزایش معنا در زندگی را به دنبال دارد. برای بررسی اثر میانجی باید ابتدا روابط متغیرهای مستقل و وابسته را بررسی کرد. بدون حضور متغیر میانجی تأثیر سبک‌های هویت و ارزش‌های اجتماعی بر متغیر معنا در زندگی معنادار بود. با ورود متغیر میانجی یعنی ارزش‌های اجتماعی به مدل اثر سبک‌های هویت کاهش یافت. کاهش اثرات متغیرهای مستقل روی متغیر وابسته شرایط را برای انجام محاسبات میانجی مهیا نمود. یافته‌های جدول ۳ در رابطه با اثر غیرمستقیم سبک‌های هویت بر معنا در زندگی در صورتی که متغیر خودکارآمدی میانجی باشد، نشان می‌دهد که اثر غیرمستقیم به لحاظ آماری معنادار است. نتایج روش بوت استراپ نشان می‌دهد که در فاصله اطمینان ۰/۹۵ صفر بین دو حد بالا و پایین این دو متغیر قرار نمی‌گیرد، بنابراین اثر غیرمستقیم معنادار بوده و متغیر خودکارآمدی عمومی در رابطه بین سبک‌های هویت با معنا در زندگی نقش میانجی دارد. با توجه به این که متغیر سبک‌های هویت و ارزش‌های اجتماعی به طور مستقیم دارای اثر معنادار بر متغیر معنا در زندگی هستند، در نتیجه متغیر

آزمون و پس آزمون تفاوت معنی داری وجود دارد و آموزش مبتنی بر مدل توانسته نمرات ناامیدی و افکار خودکشی را کاهش دهد.

جدول ۷. آزمون T وابسته برای مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون متغیرهای ناامیدی و افکار خودکشی در گروه آموزش مبتنی بر مدل						
متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	آماره t	درجه آزادی	سطح معناداری	فاصله اطمینان
ناامیدی	۴/۸۷	۱/۷۳	۱۰/۹۲	۱۴	۰/۰۰۰	۳/۹۱ - ۵/۸۲
افکار خودکشی	۴/۲۷	۲/۸۱	۵/۸۷	۱۴	۰/۰۰۰	۲/۷۱ - ۵/۸۲

جدول ۸. آزمون T وابسته برای مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون متغیرهای ناامیدی و افکار خودکشی در گروه آموزش مبتنی بر مفاهیم نظریه فرانکل						
متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	آماره t	درجه آزادی	سطح معناداری	فاصله اطمینان
ناامیدی	۴/۸۷	۲/۱۷	۸/۷۰	۱۴	۰/۰۰۰	۳/۶۷ - ۶/۰۶
افکار خودکشی	۳/۹۳	۲/۰۸	۷/۳۰	۱۴	۰/۰۰۰	۲/۷۸ - ۵/۰۸

هر یک از متغیرهای وابسته را تحت تأثیر قرار داده است از تحلیل کواریانس تک متغیری استفاده شده است. برای استفاده از آزمون کواریانس تمام پیش فرض‌های آن از جمله؛ تصادفی بودن نمونه‌ها، مستقل بودن آنها، نرمال بودن داده‌ها، شیب خط رگرسیون و همگنی واریانس‌ها مد نظر قرار گرفت. و با استفاده از آزمون لوین فرض همگنی واریانس‌ها نیز تأیید شد.

اطلاعات جدول ۸ نشان می‌دهد سطح معنی داری برای هر دو متغیر از ۰/۰۵ کمتر است و صفر نیز در محدوده فاصله اطمینان قرار ندارد، پس می‌توان فرض صفر را رد کرد. بنابراین فرض خلاف پذیرفته می‌شود و نتیجه می‌گیریم بین میانگین نمره پیش آزمون و پس آزمون تفاوت معنی داری وجود دارد و آموزش مبتنی بر مفاهیم نظریه فرانکل توانسته نمرات ناامیدی و افکار خودکشی را کاهش دهد. برای روشن شدن این مطلب که مداخله آزمایشی به چه نحوی

جدول ۹. نتایج تحلیل کواریانس برای مقایسه میانگین پس آزمون ناامیدی با کنترل پیش آزمون در گروه‌های آموزشی						
منبع تغییرات	DF	میانگین مجزورات	F	مجذور اتا	توان آزمون	sig
پیش آزمون * ناامیدی	۱	۴۲/۸۹	۳۵/۲۶	۰/۵۷	۱	۰/۰۰۰
تفاوت گروه‌ها	۱	۰/۰۴۳	۰/۰۳۵	۰/۰۵۴	۰/۰۰۱	۰/۸۵
پیش آزمون * افکار خودکشی	۱	۳۰/۰۲۳	۳۵/۱۷۷	۰/۵۷	۱	۰/۰۰۰
تفاوت گروه‌ها	۱	۰/۴۳۷	۰/۵۱۲	۰/۰۱۹	۰/۱۰۶	۰/۴۸۱

نوجوانان را تبیین می‌کنند. در این مدل معنا در زندگی تحت تأثیر اثرات مستقیم و غیر مستقیم، سبک‌های هویت، ارزش‌های اجتماعی و خودکارآمدی عمومی است. نتایج نشان می‌دهد که سبک‌های هویت اطلاعاتی و هنجاری با معنا در زندگی رابطه معنی دار دارند سبک هویت به صورت مستقیم و غیر مستقیم بر معنا در زندگی تأثیر دارد. وزن رگرسیونی این متغیر به صورت مستقیم ۰/۷۷ و به صورت غیر مستقیم از طریق خودکارآمدی ۰/۲۲ می‌باشد. این نتایج با پژوهش‌های (محرابی و شیخ‌دارانی، ۱۳۹۲)، سوری (۱۳۹۴)، صفاری نیا و درتاج (۱۳۹۶) پورحسین و همکاران (۱۳۹۵)، ربیکا و جیاکینگ (۲۰۱۲)، پسارا و کلفتاراس (۲۰۱۳)، هوشیار و همکاران (۱۳۹۴)، الیزابت و همکاران (۲۰۱۶) و بیومن و اسکامل (۲۰۱۲) همسو می‌باشد. یافته‌های به دست آمده از این پژوهش با نظریه برزونسکی (۲۰۰۳) که بر یک دیدگاه شناختی در

پس از کنترل اثر پیش آزمون، تأثیر آموزش بر نمرات پس آزمون دو گروه در متغیر ناامیدی و افکار خودکشی بررسی شد. همانطوری که داده‌های جدول ۹ نشان می‌دهد، بین میانگین دو گروه در کاهش نمرات ناامیدی و افکار خودکشی تفاوت معنی داری وجود ندارد. با توجه به آزمون‌های انجام شده آموزش مبتنی بر مدل همانند آموزش مبتنی بر مفاهیم نظریه فرانکل توانسته در کاهش افکار خودکشی و ناامیدی مؤثر باشد اما بین هردو شیوه آموزش در کاهش متغیرهای وابسته تفاوت معناداری مشاهده نشد.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تدوین الگوی معنا در زندگی بود، بر اساس بررسی پیشینه و ادبیات موضوع، مدل نظری پژوهش تدوین و برازش مدل نشان می‌دهد که متغیر سبک‌های هویت، ارزش‌های اجتماعی و خودکارآمدی بخش مهمی از واریانس معنا در زندگی

رشد هویت تأکید دارد، هم خوان است. پژوهش‌های برونسکی نشان داده است که افراد دارای سبک هویت اطلاعاتی و هنجاری تعهدات قوی‌تری داشته و این تعهد نشانگر قدرت و روشنی معیارها و باورهای فرد است. افرادی که معیار روشنی از خود و دنیا ندارند، از خود و دنیا تصویری پر آشوب و پیش بینی نشده دارند. افراد دارای هویت اطلاعاتی، وظیفه‌شناس و دارای هدف‌های مشخص و روشن هستند. افراد دارای سبک هویت هنجاری بیش از دیگران اقدام به همنوایی با گروه‌های مرجع و دیگران مهم زندگی‌شان می‌کنند، و به طور خودکار باورها و گرایش‌های این گروه‌ها و افراد را بدون ارزیابی درونی کرده و از آنها تبعیت می‌کنند. هر چند افراد با سبک‌های هویتی هنجاری و اطلاعاتی به دوشیوه مختلف آموزه‌های دینی را کسب کرده‌اند، اما هر دو نسبت به این آموزه‌ها متعهد هستند. بر اساس مدل برازش شده بین سبک‌های هویت هنجاری و اطلاعاتی با معنای زندگی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. سبک هویتی فرد می‌تواند در مثبت نگری فرد به زندگی نقش مهمی داشته باشد. از طرفی یکی از تکالیف مهم تحولی انسان، روند شکل‌گیری هویت است و تکوین هویت موفق با معنای زندگی ارتباط مستقیم دارد. هویت جنبه اساسی و درونی است که به کمک آن یک فرد با گذشته خود مرتبط می‌شود و احساس تداوم و یکپارچگی می‌کند. در پژوهش حاضر ارزش‌های اجتماعی روی معنا در زندگی تأثیر داشتند. وزن رگرسیونی این متغیر ۰/۳۴ می‌باشد. ارزش‌های اجتماعی مورد مطالعه شامل خانواده، ازدواج، تحصیل، کار، نوع دوستی، روابط اجتماعی بوده است. خانواده در بیشتر پژوهش‌ها به عنوان اولین منبع معنا بخش به زندگی گزارش شده است (الیزابت، ادوارد و جکی، ۲۰۱۶، لامبرت و همکاران، ۲۰۱۰). در برخی از پژوهش‌ها نیز ارتباطات را به عنوان یکی از حوزه‌های معنابخش در زندگی ذکر کرده‌اند و خانواده به عنوان زیر مجموعه‌ای در این طبقه قلمداد می‌گردد. توجه به ارزش‌های زندگی مانند نوع دوستی، همکاری، مسئولیت‌پذیری بخشی از واقعیت‌های زندگی انسان می‌باشند، و پایبندی به آنها فرد را به سمت داشتن زندگی شایسته و با معنا سوق می‌دهند.

از جمله ارزش‌های اجتماعی خانواده است که از نظر هیجانی و اقتصادی نوجوان را حمایت کرده و حسی از هویت و تعلق در او ایجاد می‌کند. در واقع خانواده بنیادی‌ترین زمینه را برای رشد روانی - اجتماعی نوجوانان ایجاد کرده و روابط خانوادگی یک عامل

حفاظتی قوی برای او به شمار می‌رود. لامبرت و همکاران (۲۰۱۰) نشان دادند که روابط خانوادگی نسبت به سایر روابط اجتماعی کمک بیشتری به معناداری زندگی افراد می‌کند و منبع چشم‌گیری برای معناداری در زندگی هست. طرد کردن بین فردی اغلب باعث حالت واسازی و احساس بی‌معنایی زندگی است، در حالی که بودن در روابط نزدیک منجر به افزایش احساس معنا می‌شود (استجر و همکاران، ۲۰۰۶). در میان ارزش‌های اجتماعی، ارزش دیگری که در این پژوهش به آن پرداخته شده است نوع دوستی می‌باشد که نسبت به سایر ارزش‌ها نقش کمتری در تبیین متغیر پنهان داشته است. این ارزش خود را در قالب رفتارهای مختلفی نظیر کمک به دیگران، انجام فعالیت‌های داوطلبانه، شرکت در انجمن‌ها و مؤسسات غیر دولتی و عام‌المنفعه نشان می‌دهد. در قالب فعالیت‌های مختلف که جنبه عمومی دارد و به نوعی در خدمت دیگران و کمک به هموعان خوانده می‌شود زندگی انسان رنگ و معنای دیگری پیدا می‌کند. و می‌تواند یک منبع معنابخش به زندگی برای نوجوان قلمداد شود. فرد در ابتدای فرآیند تشکیل معنا و در سنین پایین‌تر بیشتر ارزش‌های فرد گرایانه را ارجح می‌نهد و با حرکت در چرخه تحول رو به سوی ارزش‌های انسان‌گرایانه می‌گذارد. از موارد دیگری که می‌تواند یک منبع معنابخش به زندگی برای نوجوان باشد کار است. کار از دغدغه‌های مربوط به آینده برای نوجوان می‌باشد. دغدغه‌ها و انتظارات مرتبط با آینده در این دوره تحولی شایع می‌باشد و اندیشیدن در این خصوص و شکل‌دهی به ادراکاتی از خود در چارچوب آینده می‌تواند نقش بسیار مهمتری در نوجوانی در مقایسه با دیگر مراحل تحول داشته باشد. چگونگی تفکر نوجوان در خصوص آینده شیوهی ادراک او از موقعیت‌های کنونی و نحوه رفتار او را در آنها شکل می‌دهد (نگرو، سابتريکا و اوپر، ۲۰۱۱). شغل اغلب تمام زندگی فرد را تغییر می‌دهد و تا حدی طرز فکر فرد را مشخص می‌نماید، کار نقش فرد و موقعیت اجتماعی او را مشخص می‌کند. کار فرد را با واقعیت اجتماعی و اقتصادی نزدیک‌تر می‌سازد، شخص بیکار خود را بیرون از جمع احساس می‌کند، تعهد برای انجام کار معنا و جهت حیات را کامل می‌کند. کار کردن وسیله‌ای برای ایجاد روابط اجتماعی با دیگران است، با کارکردن فرد به ارزیابی توانایی‌ها، مهارت‌ها و کشف محدودیت‌های خویش نائل می‌گردد، فرد را جزئی از جامعه می‌کند و با کار فرد می‌تواند نقش سازنده‌ی خود را در جامعه ایفاء

این موجب تضعیف در تفکر آنان شده و به کاهش عملکرد آنان می‌انجامد. باورهای افراد درباره توانایی‌هایشان با همان خودکارآمدی در این که آنها در موقعیت‌های تهدیدکننده چه مقدار تنیدگی و افسردگی را تجربه کنند تأثیر بسزایی دارد. در واقع به واسطه تفکر ناکارآمد، افراد احساس استیصال و درماندگی کرده و سطح اضطراب و افسردگی در آنها افزایش می‌یابد. دانش آموزشی که از خودکارآمدی پایینی برخوردار هستند در مورد توانایی‌های خود دچار تردید هستند. آموزش خودکارآمدی به این افراد کمک می‌کند تا باورهای منفی خود را تغییر داده و هدفمند به زندگی نگاه کنند. اهداف قابل دسترسی برای آینده خویش ترسیم نموده، و با دست‌یابی به اهداف قابل حصول خویش میزان امید در آنها افزایش یابد. افرادی که دارای باورهای خودکارآمدی واضح، خوب تعریف شده، هماهنگ و با ثبات هستند از سلامت روانی بیشتری برخوردار هستند. این افراد در مورد خود به دیدگاه روشنی رسیده‌اند و کمتر تحت تأثیر وقایع روزانه و ارزیابی‌های این وقایع قرار می‌گیرند. افراد دارای خودکارآمدی بالا از لحاظ احساس شایستگی، انگیزش درونی، قدرت انتخاب و تعهد به اهداف و پشتکار در برابر تکالیف چالش‌انگیز در سطح بالاتری از افراد دارای خودکارآمدی پایین قرار می‌گیرند. افرادی که احساس خودکارآمدی بالایی دارند، معتقدند که می‌توانند به نحو مؤثری با وقایع و موقعیت‌ها برخورد کنند. این افراد در کارها استقامت بیشتری به خرج می‌دهند و اغلب در سطح بالایی عمل می‌کنند. هم چنین مشکلات را به جای تهدید، چالش می‌دانند و فعالانه در جستجوی موقعیت‌های تازه هستند. احساس خودکارآمدی بالا ترس از شکست را کاهش می‌دهد، سطح آرزوها را بالا می‌برد، توانایی حل مسئله و تفکر تحلیلی را بهبود می‌بخشد. ناامیدی نیز یک وضعیت وخیم است که منجر به افزایش یأس، افسردگی و نهایتاً فقدان اشتیاق به زندگی می‌شود. به عبارت دیگر، ناامیدی با احساس و انتظار منفی پایدار درباره آینده، همچنین فقدان انگیزش تعریف شده است. به نظر می‌رسد که احساس ناامیدی منجر به ارزیابی‌های منفی بیشتری از موقعیت‌های جدید و تأثیرگذاری کمتر راهبردهای کنارآمدن گردد. احساس ناامیدی شامل احساس منفی درباره آینده است و ارتباط بسیار نزدیکی با افسردگی و افکار خودکشی دارد. بر اساس فرمول بک ناامیدی یک شاخصه مرکزی از افسردگی است و به عنوان رابط بین افسردگی و خودکشی عمل می‌کند. همچنین

کند. این ارزش‌ها زمانی اثرگذار می‌شوند که در افراد درونی شده و در زندگی روزمره تجلی پیدا کنند. فعالیت‌هایی نظیر خدمت به دیگران، شرکت در کارهای خیر، ایثار و فداکاری که تحت عنوان "نوع‌دوستی" از آنها یاد می‌شود، به زندگی بسیاری از انسان‌ها معنا می‌بخشد این باور که بخشش، سودمند بودن برای دیگران و زیباتر کردن زندگی برای آنها کار خوبی است، نه تنها در سنت مذهبی ریشه دارد بلکه به عنوان یک حقیقت بنیادی از سوی کسانی که هرگونه اعتقاد به خدا را رد می‌کنند، پذیرفته شده است. نوع‌دوستی به عنوان نمونه‌ای از تعهد اجتماعی منبعی معنابخش در زندگی است و در کنار عواملی چون کمک به دیگران، مفید بودن و کار داوطلبانه می‌تواند به معنا در زندگی کمک کند ویژگی‌هایی که ذکر شد به نوعی در تحول بهنجار انسانی به صورت تدریجی اتفاق می‌افتند. می‌توان چنین گفت همانطوری که افراد رشد می‌کنند از ارزش‌های فردی به سمت ارزش‌های اجتماعی چون کمک به دیگران و پیوند با آنها حرکت می‌کند.

بامیستر چهار نیاز برای معنا در زندگی مشخص کرد: هدف، ارزش‌ها، احساس کارآمدی و ارزش خود. اشخاصی که این نیازها را شناسایی کرده‌اند احتمالاً احساس معنای بالاتری در زندگی دارند (بامیستر و وهس، ۲۰۰۲). بامیستر نتیجه گرفت، این‌ها چهار الگوی انگیزشی را به وجود می‌آورند و نشان می‌دهند چگونه مردم سعی می‌کنند به زندگی خود معنی بدهند. افرادی که تمام این چهار نیاز را برآورده کنند، احتمال بیشتری وجود دارد که زندگی خود را معنی‌دار گزارش کنند. بامیستر معتقد است زندگی که هدف و ارزش داشته باشد، اما کارآمد نباشد، ناگوار خواهد بود. انسان ممکن است بداند چه چیز مطلوب است، اما با چنین دانشی نتواند کاری انجام دهد. تا حدودی روشن است که انسان در جستجوی کنترل بر محیط خویش و بر خویشتن است. فقدان کنترل عمیق می‌تواند منجر به بحران‌های شخصی جدی شود و در نتیجه تأثیر منفی بر سلامت جسمی و روانی خواهد داشت. افرادی که فاقد خودکارآمدی هستند ممکن است زندگی خود را درک نکردنی تلقی کرده، در مواجهه با مشکلات تسلیم شده و از تلاش برای حفظ سلامت و بهزیستی روانشناختی خود منصرف شوند (بندورا، ۱۹۹۴). خودکارآمدی بالا با ایجاد احساس آرامش در رویارویی با تکالیف دشوار کمک می‌کند و برعکس افراد با خودکارآمدی پایین در موقعیت‌های دشوار دچار استرس و اضطراب و افسردگی می‌شوند و

محرابی، حسینعلی و شیخ دارانی، هما (۱۳۹۲). نقش عوامل مؤثر در گرایش به خودکشی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۱۴(۳)، ۱۰۰-۹۱.

محرمی، جعفر؛ صبحب قراملکی، ناصر و ابوالقاسمی، عباس (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر ناامیدی و بی‌لذتی دانشجویان مبتلا به افسردگی. *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ۳، ۴۴۰-۴۴۳.

مهری‌نژاد، ابوالقاسم و رجبی‌مقدم، سارا (۱۳۹۲). بررسی اثربخشی معنا درمانی بر ارتقای هویت افراد. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۵، ۱-۱۶.

نجفی، محمود و مدحی، صفری (۱۳۹۷). رابطه روان‌درستی معنوی و امید با کیفیت زندگی و شادکامی در سالمندان. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۷(۶۵)، ۹۴-۷۸.

هوشیار، فاطمه؛ هوشیار، جواد و شیر، کاووس (۱۳۹۴). *اثربخشی معنا درمانی بر افزایش امید افراد اقدام‌کننده به خودکشی شهرستان پاسارگاد*. دومین کنفرانس ملی و اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در علوم انسانی، تهران، مؤسسه مدیران ایده پرداز پایتخت ویرا. [https://www.civilica.com/paper-MRHCONF02-MRHCONF02\\_136.html](https://www.civilica.com/paper-MRHCONF02-MRHCONF02_136.html)

Arun, P., Garg, R. & Chavan, B.S. (2017). Stress and suicidal ideation among adolescents having academic difficulty. *Industrial Psychiatry Journal*, 26(1), 64-70.

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An generic perspective. *Annual Review of psychology*, 52, 1-26.

Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2002). *The pursuit of meaningfulness in life*. In C. R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 608-618). New York: Oxford University Press.

Beaumont, S., & Scammel, J. (2012). Patterns of Spirituality and meaning in life related to identity. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 12, 345-367

Becker, S.P., Dvorsky, M.R., Holdaway, A.S. & Luebbe, A.M. (2018). *Sleep problems and suicidal behaviors in college students*.

Berzonsky, M. D & Kuk, L. (2005). Identity style, psychosocial maturity, an academic performance. *Personality and Individual Differences*, 39, 235-247.

Brassai, L., Piko, B. F., & Steger, M. F. (2011). Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health? *International Journal of Behavioral Medicine*, 18, 44-51.

Elizabeth, Yu.A., Edward, C.C & Jachie, K.H.J. (2016). Asian American culturally relevant values as predictors of meaning in life in Asian and European American college students: Evidence for

ناامیدی با سایر اختلال‌های روان‌پزشکی مرتبط است و فرد را به رفتار خودکشی مستعد می‌کند. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به مقطعی بودن پژوهش و عدم امکان کنترل متغیرهایی مثل ویژگی‌های فرهنگی و شخصیتی گروه مورد مطالعه اشاره کرد.

## منابع

انیسی، جعفر؛ فتحی‌آشتیانی، علی؛ سلطانی‌نژاد، عبدالله و امیری، ماندانا (۱۳۸۵). بررسی شوع افکار خودکشی و عوامل مرتبط با آن در میان سربازان. *مجله طب نظامی*، ۸(۳)، ۱۱۸-۱۱۳.

آقاجانی حسین‌آبادی، محمد حسن؛ فرزاد، ولی‌الله و شهرارای، مهرناز (۱۳۸۳). مطالعه ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه سبک هویت. *طب و ترکیه*، ۵۳، ۱۹-۹.

بهادری خسروشاهی، جعفر و محمود علیلو، مجید (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین سبک‌های هویت با معنای زندگی در دانشجویان. *مطالعات روانشناختی*، ۸(۲)، ۱۶۴-۱۴۳.

پورحسین، رضا؛ عزتی، نسیم و غلامعلی لواسانی، مسعود (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی روش مرور خویشتن بر افکار خودکشی و رنجش در نوجوانان دختر بزهکار. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۵(۵۷)، ۱۹-۶.

چراغی، مونا؛ عربی‌سامانی، سید حمیدرضا و فرهانی، حجت‌الله (۱۳۸۷). بررسی اعتبار، روایی، تحلیل عوامل و هنجاریابی پرسشنامه هدف در زندگی گرامباف و ماهولیک. *مجله روانشناسی*، ۱۲(۴)، ۴۱۳-۳۹۶.

رجبی، اعظم؛ رزوان، زینب و علی‌زاده، عزیزه (۱۳۹۳). اثربخشی الکترو شوک بر افکار خودکشی. *مجله پزشکی ارومیه*، ۲۵(۸)، ۷۴۱-۷۳۳.

سوری، حسین (۱۳۹۴). تأثیر آموزش معنادرمانی گروهی بر ناامیدی و پرخاشگری دانش‌آموزان پسر دبیرستان. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۱۱(۵۹)، ۱۲۵-۱۱۸.

صفاری‌نیا، مجید و درتاج، افسانه (۱۳۹۶). اثربخشی معنادرمانی گروهی بر امید به زندگی و بهزیستی روانی و اجتماعی سالمندان زن ساکن در آسایشگاه‌های شهر دی. *سالمند*، ۱۲(۴)، ۴۹۲-۴۸۲.

محبت بهار، سحر؛ گلزاری، محمود؛ اکبری، محمد اسماعیل و مرادی جو، محمد (۱۳۹۴). اثربخشی معنادرمانی به شیوه گروهی در کاهش ناامیدی زنان مبتلا به سرطان پستان. *فصلنامه بیماری‌های پستان ایران*، ۸(۱)، ۵۹-۵۰.



- Psarra, E., Kleftras, G. (2013). Adaptation to physical disabilities: The role of meaning in life and depression. *The European Journal of Counselling Psychology*, 2(1), 79-99. doi: 10.5964/ejcop. v2i1.7
- Rebecca, P., Jiaqing, O. (2012). Association between care 10.1007/s11205011-9891-9 giving, meaning in life, and life satisfaction beyond 50 in an Asian sample: Age as a moderator. *Social Indicators Research*, 108(3), 25-34.
- Reker, G. T. (2000). Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning. In G. T. Reker & K. Chamberlain (Eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (pp. 39-55). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Sherer, M., Maddux, J.E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B. and Rogers, R.W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671
- Sommer, K. L., Baumeister, R. F., & Stillman, T. F. (2013). The construction of meaning from life events: Empirical studies of personal narratives. In P. T. P. Wong (Ed.), *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (2nd ed., pp. 143-161). New York: Routledge.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
- Volkert, J., Schulz, H., Brütt, A.L., Andreas, S. (2014). Meaning in life: relationship to clinical diagnosis and psychotherapy outcome. *J. Clin. Psychol*, 70(6), 528-535.
- Woodruff, S., & Cashman, J. (1993). Task, domain, and general efficacy: A reexamination of the self-efficacy scales. *Psychological Reports*, 72, 423-432.
- Y ee Ho, M., Cheung, F. M., Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well - being. *Personality and Individual Differences*, 658- 66.
- Ziaei, R., Viitasara, E., Soares, J., Sadeghi-Bazarghani, H., Dastgiri, S. & et al. (2017). Suicidal ideation and its correlates among high school students in Iran: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 17, 147
- Cultural Differences?. *Asian American Journal of Psychology*, 18, 2016, No Pagination Specified.
- Heintzelman, S. J., & King, L. A. (2014). Life is pretty meaningful. *American Psychologist*, 69, 561-574.
- Henry, K.L., Lovegrove, P.J., Steger, M.F., Chen, P.Y., Cigularov, K.P., Tomazic, R.G. (2014). The potential role of meaning in life in the relationship between bullying victimization and suicidal ideation. *J. Youth Adolesc*, 43, 221-232.
- Kleiman, E. M., & Beaver, J. K. (2013). A meaningful life is worth living: Meaning in life as a suicide resiliency factor. *Psychiatry Research*, 210, 934-939.
- Lambert, N. M., Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Fincham, F. D., Hicks, J. A., & Graham, S. M. (2010). Family as a salient source of meaning in young adulthood. *Journal of Positive Psychology*, 5, 367-376.
- Marco, J., Guillen, V., & Botella, C. (2017). The buffer role of meaning in life in hopelessness in women with borderline personality disorders. *Psychiatry Research*, 247, 120-124.
- Marco, J.S., Perez, S., & Alandete-Garcia, J. (2016). Meaning in Life Buffers the Association Between Risk Factors for Suicide and Hopelessness in Participants With Mental Disorders. *Journal of Clinical Psychology*, 72(7), 689-700.
- Mascaro, N., & Rosen, D. H. (2006). The role of existential meaning as a buffer against stress. *Journal of Humanistic Psychology*, 46(2), 168-190.
- Moein, L., Houshyar, F. (2015). THE EFFECT OF LOGOTHERAPY ON IMPROVING SELF-ESTEEM AND ADJUSTMENT IN PHYSICALLY DISABLED PEOPLE. *GESJ: Education Science and Psychology*, 5(37), 3-13.
- Mortier, P., Auerbach, R.P., Alonso, J., Axinn, W.G., Cuijpers, P. & et al. (2018). Suicidal thoughts and behaviors among college students and same-aged peers: results from the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 53(3), 279-288. -
- Nam, B., Wilcox, H.C., Hilimire, M. & DeVlyder, J.E. (2018). Perceived need for care and mental health service utilization among college students with suicidal ideation. *Journal of American College Health*, 31, 1-8. -
- Negru, O; Subțirică, A; Opre, A. (2011). The dynamics of aspirations in emerging adulthood. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 12, 205-210.
- Pan, Y.J., Juang, K.D., Lu, S.R., Chen, S.P., Wang, Y.F. & et al. (2017). Longitudinal risk factors for suicidal thoughts in depressed and non-depressed young adolescents. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 51(9), 930-937.
- Phan, H. P. (2013). Examination of self-efficacy and hope: a developmental approach using latent growth modeling. *The Journal of Educational Research*, 106(2), 93-104.