

## بررسی نقش پیش بینی کنندگی معنای زندگی در افسردگی دانشجویان

غلامرضا احمدی<sup>۱</sup>، فرامرز سهرابی<sup>۲</sup>، فرید براتی سده<sup>۳</sup>، محمد قادری<sup>۴</sup>

### چکیده

زمینه و هدف: معنای زندگی یکی از سازه‌های اساسی محسوب می‌شود که در ادبیات پژوهشی اخیر به عنوان یکی از عوامل مرتبط با سلامتی و بهزیستی روان‌شناختی شناخته می‌شود؛ افسردگی نیز اختلال شایع و شناخته شده‌ای است که می‌تواند پیامدهای متعدد ناخوشایندی را در پی داشته باشد. بنابراین پژوهش حاضر با هدف تعیین سهم معنای زندگی در پیش‌بینی افسردگی یک نمونه غیربالینی انجام شد. روش: در یک مطالعه توصیفی - ۲۵۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علامه طباطبایی به پرسشنامه‌های معنای زندگی (استیگر، ۲۰۰۶)، افسردگی بک (۱۹۶۱) و پرسشنامه متغیرهای جمعیت شناختی پاسخ دادند. داده‌های پژوهش به کمک شاخص‌های توصیفی، آزمون تی مستقل، همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان دهنده آن است که بین وجود معنادار زندگی و افسردگی رابطه منفی معناداری وجود دارد ( $P < 0/001$ )؛ همچنین نتایج حاصل از الگوی رگرسیون گام به گام به نشان دهنده آن است که عدم وجود معنادار زندگی و جنسیت در دو گام ۳۶٪ از واریانس افسردگی را پیش‌بینی می‌کند ( $P < 0/001$ ). نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که وجود معنا در زندگی از سازه‌های مهمی محسوب می‌شود که توان پیش‌بینی و تبیین بخشی از تغییرات افسردگی را بطور معناداری دارد.

**واژه‌های کلیدی:** وجود معنادار زندگی، جستجوی معنا، افسردگی، دانشجویان.

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبایی تهران. (نویسنده مسئول): Gholamrezaahmadi10@yahoo.com

<sup>۲</sup> دانشیار روان‌شناسی بالینی، دانشگاه علامه طباطبایی تهران. Asmar567@yahoo.com

<sup>۳</sup> دکتری تخصصی روان‌شناسی و مدیر گروه روان‌شناسی دانشگاه قران و حدیث، قم. F.baratishedeh@gmail.com

<sup>۴</sup> مدرس دانشگاه فرهنگیان، پردیس خواجه نصرالدین طوسی کرمان. Mohammad-ghaderi@yahoo.com

## مقدمه

افسردگی به عنوان یکی از شایع‌ترین اختلالات روانی شناخته می‌شود که پیامدهای ناخوشایند متعددی را برای اقشار مختلف در پی دارد. بر اساس آخرین ویرایش راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (DSM-5)، میزان شیوع دوازده ماهه افسردگی به طور تقریبی ۷ درصد، همچنین میزان شیوع این اختلال برای گروه سنی ۱۸-۲۹ سه برابر گروه سنی ۶۰ سال و بالاتر گزارش شده است (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۱۳). و با توجه به اینکه نمونه مورد مطالعه را دانشجویانی تشکیل می‌دهند که در دامنه سنی ذکر شده قرار دارند؛ همچنین به علت شیوع نسبتاً بالای افسردگی در این قشر (احمدی، موسوی، براتی سده، ۱۳۹۳) که امروزه بخش قابل توجهی از جمعیت هر کشوری را تشکیل می‌دهند. و با در نظر گرفتن نقش اساسی افسردگی در افت تحصیلی (نجفی پور و یکتا طلب، ۱۳۸۱) و خودکشی دانشجویان (پور شریفی و همکاران، ۱۳۹۱) به عنوان فاجعه بارترین نتیجه افسردگی، همبودی بالای افسردگی با برخی اختلالات و عوامل آسیب‌زا از قبیل وابستگی به الکل، سوء مصرف مواد، برخی بیماری‌های طبی (سادوک<sup>۱</sup> و سادوک<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷، ترجمه رضاعی، ۱۳۹۲، ج ۲، ص ۱۰۹) و سایر پیامدهای ناخوشایند آن در سلامت افراد، شناسایی عوامل مرتبط با افسردگی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

در بررسی علل افسردگی سبب‌شناسی‌های متعددی مطرح شده است که یکی از عوامل مرتبط با افسردگی در جوامع امروزی، فقدان حسی از معنا در زندگی است (هدایتی و خزایی، ۲۰۱۴؛ وو<sup>۳</sup> و برون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳؛ کوهن<sup>۵</sup> و کایرنس<sup>۶</sup>، ۲۰۱۲؛ کلفتراس<sup>۷</sup> و پسارا<sup>۸</sup>، ۲۰۱۲؛ استیگر<sup>۹</sup>، من<sup>۱۰</sup>، میشلز<sup>۱۱</sup> و کوپر<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۹؛ اوونس<sup>۱۳</sup>، استیگر، وایت‌سل<sup>۱۴</sup>، هریرا<sup>۱۵</sup>، ۲۰۰۹). همچنین برخی مطالعات انجام شده بر روی دانشجویان نشان دهنده آن است که بسیاری از آنها جهان بینی دوران کودکی و دیدگاه‌های مذهبی قبلی خود را با اتمام تحصیلات دانشگاهی ترک می‌کنند، بدون آن که یک چهار چوب جایگزینی برای نگرستن به دنیا یافته باشند (آرنت<sup>۱۶</sup>، جنسون<sup>۱۷</sup>، ۲۰۰۲؛ ریف‌من<sup>۱۸</sup>، آرنت و کولول<sup>۱۹</sup>،

1-Saddock	2-Saddock	3-Woo	4-Brown	5-Cohen
6-Cairns	7-Kleftaras	8-Psarra	9-Steger	10-Mann
11-Machels	12-Cooper	13-Owens	14-Whitesell	15-Herrera
16-Arnett	17-Jensen	18-Reifman	19-Cowell	20-Well-being
21-Doğan	22-Sapmaz	23- Dilek tel	24-Temizel	25-galan
26-Magno	27-Paterson	28-Roldan	29-Kashdan	

۲۰۰۵؛ نقل از وو و بران، ۲۰۱۳)؛ که این مسئله می تواند حس بیشتری از فقدان معنا در زندگی را برای دانشجویان رقم زند، یا علتی احتمالی برای شیوع بالای افسردگی در این قشر از جامعه باشد.

از منظر روان‌شناختی معنای زندگی یکی از مفاهیمی است که در ادبیات پژوهشی اخیر به عنوان یکی از عناصر مهم بهزیستی<sup>۲۰</sup> روان‌شناختی محسوب می‌شود (دوگان<sup>۲۱</sup>، سپمز<sup>۲۲</sup>، دالکتل<sup>۲۳</sup> و تمیزل<sup>۲۴</sup>، ۲۰۱۲؛ گالان<sup>۲۵</sup>، مگنو<sup>۲۶</sup>، پترسون<sup>۲۷</sup> و رولدان<sup>۲۸</sup>، ۲۰۱۱؛ استیگرو کاشدان<sup>۲۹</sup>، ۲۰۰۷؛ غلامعلی‌لواسانی، اژه‌ای و مصیری، ۱۳۹۲) که وجود آن با شادکامی، رضایت از زندگی (احمدی، قادری، براتی‌سده، ۱۳۹۴؛ براتی‌سده، ۱۳۸۸؛ کوهن و کایرنس؛ ۲۰۱۲؛ استیگر و کاشدان، ۲۰۰۷)، سلامت عمومی (طالب‌زاده‌شوشتری، پورشافعی، ۱۳۹۰)، حمایت اجتماعی (استیگر و همکاران، ۲۰۰۹)، شاکر بودن و عزت نفس رابطه مثبت و همچنین با افسردگی، اضطراب، استرس پس از آسیب و ماده‌گرایی رابطه معکوس دارد (نقل از اسکلونبرگ<sup>۱</sup>، استراک<sup>۲</sup> و باچانان<sup>۳</sup>، ۲۰۱۱). بر خلاف وجود معنا در زندگی، فقدان وجود معنادر زندگی، یا سطوح پایین آن، با برخی از عوامل فشارزایی روانی نظیر افسردگی (هدایتی و خزایی، ۲۰۱۴؛ وو و برون، ۲۰۱۳؛ کوهن و کایرنس، ۲۰۱۲؛ کلفتراس و پيسارا، ۲۰۱۲؛ استیگر و همکاران، ۲۰۰۹؛ اوونس و همکاران، ۲۰۰۹) اضطراب (دهداری و همکاران، ۱۳۹۲؛ استیگر و همکاران، ۲۰۰۹)، استرس پس از آسیب و احساس گناه (اوونس و همکاران، ۲۰۰۹)، پرخاشگری و ناامیدی (براسای<sup>۴</sup>، پیکو<sup>۵</sup>، استیگر، ۲۰۱۲)، رابطه مستقیم دارد. علاوه بر این، مطالعه انجام شده بر سلامت روان‌شناختی نوجوان نشان دهنده آن است که سطوح پایین معنا در زندگی با سطوح بالای مصرف داروها و مسکن، روابط جنسی ناایمن، فقدان ورزش و کنترل برنامه غذایی رابطه دارد (براسای، پیکو، استیگر، ۲۰۱۱).

با بررسی تعاریف متعدد ارائه شده از جانب صاحب نظران می‌توان گفت که تعریف واحد و جامعی از معنای زندگی که مورد قبول همگان باشد وجود ندارد. به باور فرانکل<sup>۶</sup> «معنای زندگی از انسانی به - انسان دیگر و از روزی به روز دیگر و از ساعتی به ساعت دیگر متفاوت است» (فرانکل، ۱۹۵۹؛ ترجمه صالحیان و میلانی، ۱۳۹۱، ص ۱۶۷). تعریف ارائه شده با وجود اینکه توسط یکی از پیشگامان این حوزه مطرح شده، بیشتر شبیه هدف است و جنبه فردی دارد، اما در اثری دیگری از وی جنبه فردی و شخصی معنا رنگ باخته و بیشتر وجهه کیهانی و اجتماعی پیدامی کند که بقای بشر را مشروط به آن می‌داند (

1-Schulenberg  
6-Frankel

2-Strach  
7-Seligman

3-Buchanan  
8-yee-Hoo

4-Brassai  
9-Cheunge

5-Piko  
10-Cheunge

فرانکل، ۱۹۷۸؛ ترجمه تبریزی و علویان، ۱۳۹۲، ص ۳۱). از نظر سلیگمن<sup>۷</sup> زندگی بامعنا زمانی ایجاد می‌شود که انسانها از برترین توانندهایشان برای پیوستن و خدمت کردن به چیزی بزرگتر از خود استفاده کنند (سلیگمن، ۲۰۰۲، ص ۲۶۳). شاید بتوان تعاریف متعدد ذکر شده را با تعریف یه‌هو<sup>۸</sup>، چانگ<sup>۹</sup> و چانگ<sup>۱۰</sup> (نقل از علیلو، خسروشاهی، ۱۳۹۱) جمع‌بندی کرد؛ به باور آنها، معنای زندگی به احساسی از یکپارچگی وجودی اشاره می‌کند که به دنبال پاسخ دادن به چیستی زندگی، پی‌بردن به هدف زندگی و دست یافتن به اهداف ارزنده و در نتیجه رسیدن به حس کامل بودن و مفید بودن حاصل می‌شود.

مطابق با نظریه فرانکل و برخی یافته‌های پژوهشی، افسردگی به عنوان یکی از نشانه‌های خلاء وجودی یا به عبارتی فقدان معنا در زندگی است محسوب می‌شود؛ فرانکل از افسردگی، پرخاشگری و اعتیاد به عنوان مثلث نشانه شناسی خلاء وجودی یاد می‌کند (فرانکل، ۱۹۷۸، ترجمه تبریزی و علویان، ۱۳۹۲، ص ۲۱).

با وجود نقش اساسی معنای زندگی در افسردگی، شیوع بالا و پیامدهای ناخوشایند آن بر بهزیستی و سلامت افراد؛ پژوهش‌های محدود و متناقضی در رابطه با متغیرهای پژوهش وجود دارد. طوری که در مطالعه انجام شده توسط دهداری و همکاران (۱۳۹۲) که بر روی دانشجویان خوابگاهی انجام شده است رابطه‌ای بین معنای زندگی و افسردگی دیده نشد؛ این در حالی است که براتی‌سده (۱۳۸۸) در مطالعه‌ای بر روی یک نمونه ایرانی پی برد که عدم وجود معنا در زندگی ۳۹٪ پراکنش افسردگی را تبیین می‌کند؛ اما از آنجایی که اغلب افراد نمونه بررسی براتی‌سده افرادی با ویژگی‌های خاص بودند (عمدتاً از افراد تحت پوشش سازمان بهزیستی کشور)، لذا ضرورت دارد تا این بررسی در نمونه‌های عمومی‌تر و نیز گروه‌های که میزان شیوع بالایی از افسردگی در آنها گزارش شده است، به بوته بررسی و تحقیق گذاشته شود. که یکی از این گروه‌ها دانشجویان هستند؛ بنابراین با توجه به اظهارات فوق، پژوهش حاضر با هدف تعیین سهم معنای زندگی در افسردگی دانشجویان و پاسخ به فرضیه‌های زیر انجام شده است.

- بین وجود معنادرزندگی و افسردگی رابطه معناداری وجود دارد.

- بین جستجوی معنادرزندگی و افسردگی رابطه معناداری وجود دارد.

- بین معنای زندگی (وجود و جستجوی معنا در زندگی) در دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد.

- بین سن و معنای زندگی (وجود و جستجوی معنا در زندگی) در دانشجویان کارشناسی رابطه معناداری وجود دارد.

## روش اجرا، جامعه و نمونه پژوهش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی است که در قالب پیش بینی انجام گرفته است. جامعه آماری مطالعه حاضر را کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد تشکیل می دهد که در سال ۹۳ در دانشگاه علامه طباطبائی مشغول به تحصیل بودند. نمونه مورد مطالعه شامل ۲۵۰ دانشجو می باشد که از دانشکده ادبیات فارسی و زبان های خارجه، روان شناسی و علوم تربیتی، حقوق و علوم سیاسی، به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. روند نمونه گیری نیز به این صورت بود که با مراجعه به کلاس ها و قبل از حضور اساتید، اهداف مطالعه برای پاسخ دهندگان تشریح و رضایت آنها جلب می شد، سپس پرسشنامه ها برای پاسخ گویی در اختیار آنها قرار می گرفت. از ۲۵۰ پرسشنامه ارائه شده ۲۲۰ نفر از دانشجویان (۹۸ پسر و ۱۲۲ دختر) به پرسشنامه های افسردگی بک<sup>۱</sup> (فرم کوتاه)، معنادرزندگی<sup>۲</sup> استیگر (۲۰۰۶) و پرسشنامه متغیرهای جمعیت شناختی پاسخ کامل دادند. داده های بدست آمده نیز از طریق آزمون های آماری رگرسیون گام به گام، همستگی پیرسون، آزمون t مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

## ابزارهای پژوهش

### پرسشنامه معنادرزندگی (MLQ)

پرسشنامه معنادرزندگی (استیگر، فرازر<sup>۳</sup>، اوشی<sup>۴</sup> و کالر<sup>۵</sup>، ۲۰۰۶) دارای ده گویه است که هر یک از گویه ها بر روی مقیاس لیکرت هفت درجه ای از ۱ «کاملا نادرست» تا ۷ «کاملا درست» دو خرده مقیاس وجود معنا (PML) و جستجومعنا (SML) درزندگی را اندازه می گیرد، به استثنایی گویه ۹

1-Beck depression short inventory(BDI-s)

2-Meaning in life Questionnaire

3-Frazier

4- Oishi

5- Kaler

که نمره دهی معکوسی دارد، سایر گویه ها نمره دهی معمولی دارند گویه‌های وجود معنا عبارتند از ۱، ۴، ۵، ۶، ۹ و سایر گویه‌ها جهت سنجش جستجوی معنا مورد استفاده قرار می‌گیرد. براساس گزارش استیگر و همکاران (۲۰۰۶) *MLQ* از پایایی و روایی بالایی برخوردار است، همسانی درونی هر دو مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ بالا گزارش شده است (ضریب آلفا برای *PML* ۰/۸۱، این ضریب برای *SML* ۰/۸۴). در بررسی براتی سده (۱۳۸۸) نیز خرده مقیاس‌ها دارای ضرایب بالایی بودند. روایی سازه و تشخیصی *MLQ* در ایران توسط مصرآبادی، استوار و جعفریان (۱۳۹۲) مورد بررسی قرار داده و روایی سازه‌ای قابل قبولی را نیز گزارش کرده‌اند.

### پرسشنامه افسردگی بک - فرم کوتاه (*BDI-S*)

آزمون افسردگی بک یکی از شناخته شده ترین و پرکاربرد ترین آزمون ها در سنجش افسردگی است که نخستین بار در سال ۱۹۶۱ از سوی بک و وارد معرفی گردید که کاربرد پژوهشی و بالینی بسیار بالایی دارد. در این پژوهش از فرم ۱۳ سوالی آزمون که توسط منصور و دادستان (۱۳۸۰) ترجمه و گزارش شده است استفاده شد (نقل از علی محمدی و جان بزرگی، ۱۳۸۷). رجبی (۱۳۸۴) ویژگی های روانسنجی فرم کوتاه را مورد بررسی قرار داده و ضریب آلفای کرونباخ و دو نیم کردن را به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۲ و همبستگی فرم کوتاه و بلند را ۰/۶۷ گزارش می‌کند. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای (*BDI-S*) ۰/۹۰ بود. همچنین از طریق پرسشنامه محقق ساخته متغیرهای جمعیت شناختی، داده های جمعیت شناختی مرتبط با پژوهش جمع آوری گردید.

### یافته‌های پژوهش

نتایج بدست آمده از مجموع ۲۲۰ دانشجوی به عنوان گروه نمونه با میانگین سنی ۲۲/۶۸ و دامنه سنی ۱۹-۳۶، ۴۴/۵٪ پسر و ۵۵/۵٪ دختر، ۸۵٪ مجرد، ۱۵٪ متاهل، ۶۴/۱٪ کارشناسی، ۳۵/۹٪ کارشناسی ارشد، ۵۲/۳٪ خوابگاهی و ۴۷/۷٪ غیر خوابگاهی با میانگین افسردگی ۵/۹۹ و انحراف استاندارد ۶/۸۴ نشان دهنده وجود رابطه بین متغیرهای پژوهش حاضر است. پس از بررسی داده ها و پیش فرض های مربوط به اجرای آزمون های آماری یافته های زیر حاصل شد.

نتایج شاخص های آمار توصیفی به تفکیک جنسیت در جدول ۱ گزارش شده است که در آن تفاوت چشمگیری بین مقیاسهای معنا در زندگی بین دو جنس وجود ندارد، اما میانگین افسردگی در دانشجویان دختر نسبت به پسران زیاد است. نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون (جدول ۲) نشان

داد که بین وجود معنا در زندگی ( $PML$ ) و افسردگی رابطه منفی معنادار وجود دارد ( $P < 0.01$ ). همچنین بین سن با وجود معنا رابطه منفی و با جستجوی معنا رابطه مثبت در دانشجویان کارشناسی وجود دارد، در حالی که این رابطه در دانشجویان ارشد معکوس می باشد.

به منظور تعیین قویترین پیش بینی های افسردگی از بین متغیرهای مستقل (وجود معنا در زندگی، جستجوی معنادار زندگی، جنسیت، سن، وضعیت تاهل، مقطع تحصیلی و وضعیت اسکان) رگرسیون گام به گام مورد استفاده قرار گرفت. نخست داده های پرت با استفاده از نمودارهای مربوطه شناسایی (نمودارهای ساقه و برگ و جعبه ای) و حذف شد. پس از تایید مفروضه نرمال بودن، مفروضه هم خطی با دوشاخ ضریب تحمل و عامل تورم واریانس ( $VIF$ ) مورد بررسی قرار گرفت که نشان دهنده عدم هم خطی بین متغیرهای پیش بین و قابل اعتماد بودن خروجی مدل رگرسیون می باشد (جدول ۳). خروجی حاصل از مدل رگرسیون نشان دهنده آن است که بین وجود معنادار زندگی و جنسیت با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد ( $R=0.60$ ) و این دو متغیر در مجموع  $0.36$  واریانس افسردگی را تبیین می کنند. در صورتی که بخواهیم مقدار بدست آمده را به جامعه واقعی نسبت دهیم وجود معنا در گام نخست  $0.34$  و پس از ورود جنسیت باهم توان تبیین  $0.35$  از پراکنش افسردگی را دارد ( $R^{Adj} = 0.354$ ). با بررسی ضرایب استاندارد شده رگرسیون می توان دریافت که وجود معنا در زندگی بخش قابل توجهی از متغیر ملاک را نسبت به متغیر دوم تبیین می کند ( $B^1 = -0.585$ ).

$(B^2 = 0.123)$

جدول ۱: شاخص های توصیفی معنای زندگی و افسردگی بر حسب جنسیت و مقایسه آنها

متغیر	زن M(SD)	مردان M(SD)	کل M(SD)	سطح معناداری
وجود معنادار زندگی (PML)	۲۷/۱۲ (۶/۱۶)	۲۷/۵۴ (۶/۵۹)	۲۷/۳۱ (۶/۳۴)	۰/۶۲
جستجوی معنادار زندگی (SML)	۲۸/۷۵ (۵/۸۷)	۲۷/۸۲ (۶/۵۹)	۲۸/۳۴ (۶/۱۲)	۰/۲۶
کل مقیاس PML+SML	۵۵/۸۸ (۹/۲۷)	۵۵/۳۶ (۱۰/۶۵)	۵۵/۶۵ (۹/۸۹)	۰/۶۹
افسردگی	۶/۸۰ (۷/۵۸)	۴/۹۸ (۵/۶۵)	۵/۹۹ (۶/۸۴)	۰/۰۴

جدول ۲: ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش به طور کلی و به تفکیک مقطع تحصیلی

متغیر	۱	۲	۳	۴	کارشناسی (ارشد)
۱- افسردگی	-				۲
۲- وجود معنادر زندگی (PML)	-.۵۸*	-			۱
۳- جستجوی معنادر زندگی (SML)	-.۰۹	-.۲۵*	-		۰/۱۲ (۰/۴۹*)
۴- PML+SML	-.۴۳*	-.۸۰*	-.۷۸	-	۰/۰۶ (۰/۰۶)
۵- سن	-.۰۳۵	-.۰۱۳	-.۰۴۷	-.۰۳۷	۰/۱۸** (-۰/۰۸)

P>.۰/۰۱\* \_ P>.۰/۰۵\*\*

جدول ۳: توصیف تحلیل رگرسیون گام به گام در پیش بینی افسردگی

متغیر پیش بین	گام	B	SEB	(ضریب استاندارد) B	تولرنس (VIF)	تعدیل R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup>	R	P
وجود معنادر زندگی	اول	-.۰۶۳	۰/۰۵۸	-.۰۵۸۵	(۱/۰۰) ۰/۹۹	۰/۳۴۴	۰/۳۴۷	۰/۵۸۹	۰/۰۰۱
جنسیت	دوم	۰/۰۶۸	۰/۷۴۴	۰/۱۲۳	(۱/۰۰) ۰/۹۹	۰/۳۵۴	۰/۳۶۴	۰/۰۶۰۲	۰/۰۰۱

## بحث و نتیجه گیری

نتایج مطالعه حاضر نشان دهنده همبستگی  $-۰/۵۸$  بین وجود معنادر زندگی با افسردگی می باشد؛ همچنین براساس خروجی رگرسیون نبود معنا در زندگی توان تبیین  $۰/۳۴$  از پراکنش افسردگی را دارد، بنابراین فرضیه اصلی پژوهش تایید شد. یافته پژوهش حاضر با غالب گزارش های ارائه شده در گروه ها و مکان های مختلف همخوانی دارد؛ به طوری که در بررسی کلفتراس و پسارا (۲۰۱۲)، اوونس و همکاران (۲۰۰۹) و استیگر و همکاران (۲۰۰۹) همبستگی بین زندگی معنی دار با افسردگی به ترتیب  $۰/۶۳$ ،  $-۰/۶۰$ ،  $-۰/۶۰$  گزارش شده است. وو و بران (۲۰۱۳) نیز در بررسی خود دریافتند که معنای زندگی توان پیش بینی و تبیین افسردگی در دو گروه از افراد افسرده را (افسرده های در معرض تروما و افسردگان بدون تجربه تروما) دارد. براساس مطالعه کوهن و کایرنس (۲۰۱۳) نیز بین وجود معنا در زندگی با افسردگی رابطه منفی معناداری وجود دارد که این یافته نیز با مطالعه حاضر همسو می باشد. مطالعه براتی سده (۱۳۸۸) نیز نشان دهنده آن است که، عدم وجود معنا در زندگی توان تبیین و پیش بینی  $۳۹\%$  از پراکنش افسردگی را دارد؛ در حالی که در بررسی دهداری و همکاران (۱۳۹۲) رابطه ای بین وجود معنا در زندگی با افسردگی یافت نشد که این تناقض می تواند ناشی از به کارگیری خرده مقیاس برای سنجش افسردگی در مطالعه ذکر شده باشد.



در تبیین یافته های فوق، می توان گفت که وجود معنادر زندگی می تواند چهارچوبی برای پاسخگویی و پردازش آسیب ها و رنج های زندگی فراهم کند؛ بررسی اوونس و همکاران (۲۰۰۹) نیز نشان دهنده آن است که سطوح بالای وجود معنادر زندگی با سطوح پایین افسردگی در افراد در معرض تروما رابطه دارد؛ در حالی که افراد با سطح پایین معنای زندگی که در معرض تروما بوده اند، سطح بالاتری از افسردگی را گزارش کرده اند؛ بنابراین وجود معنا در زندگی می تواند به عنوان ضربه گیری در مقابل افسردگی و سایر فشارزاهای روانی عمل کند؛ در حالی که بر اساس نظریه فرانکل و یافته های پژوهشی، افسردگی می تواند به عنوان یکی از نشانه ها و پیامدهای فقدان حسی از وجود معنادر زندگی باشد. نیاز به معنا نیازی بنیادین محسوب که فراتر از جنسیت افراد است که در همه انسان ها وجود دارد؛ از این رو همسو با سایر پژوهش ها تفاوت معناداری بین وجود معنا در گروه مردان و زنان یافت نشد (براسل و همکاران، ۲۰۱۱؛ دهداری و همکاران، ۱۳۹۲؛ طالب زاده شوشتری، پورشافعی، ۱۳۹۰). یافته دیگر مطالعه حاضر نشان دهنده تفاوت معنی دار بین افسردگی در دو جنس می باشد که با سایر پژوهش ها و منابع رسمی هماهنگ است (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۱۳). از دیگر یافته های مطالعه حاضر این است که با افزایش سن در دانشجویان کارشناسی، وجود معنا در زندگی کاهش و جستجوی معنا افزایش می یابد، این رابطه در دانشجویان مقطع ارشد بالعکس می باشد که معنادار نیست. یافته فوق را شاید بتوان این گونه تبیین کرد که، با شروع جریان تحصیلات آکادمیک، جهان بینی و باورهای مذهبی قبلی مورد تردید قرار گرفته و یا فراموش می شوند، بدون اینکه جایگزین مناسبی در پایان آموزش رسمی برای باوره های قبلی خود یافته باشند (آرنت، جنسون، ۲۰۰۲؛ ریف من، آرنت و کولول، ۲۰۰۵؛ نقل از وو و بران، ۲۰۱۳)؛ بنابراین ممکن است دانشجویان در این مقطع از زندگی با چالش های در رابطه با معنای زندگی روبرو شوند که آنها را به جستجوی معنایی برای زندگی برانگیزاند؛ که این جستجو نیز می تواند پیامدهایی را در پی داشته باشد.

به لحاظ نظری (فرانکل، ۱۹۶۳ و مدی<sup>۱</sup>، ۱۹۷۰ به نقل از استیگر و همکاران، ۲۰۰۸) جستجو برای معنای زندگی به عنوان نیروی انگیزشی نخستین انسان و نشانه ای از سلامت روانی محسوب می شود؛ اما امروزه برخی از یافته های پژوهشی همسو با این نظریه ها نیست. براساس برخی از یافته های پژوهشی اخیر، جستجوی معنای زندگی، از جمله متغیرهای مرتبط با فشارزاهای روانی محسوب می شود که با بهزیستی روان شناختی نیز رابطه معکوس دارد. کوهن و کایرنس (۲۰۱۲) نشان دادند که وجود معنا با

1-maddi  
5-Kawabata

2-Sullivan  
6- Shimai

3-Lorentz  
7-Otake

4- Rumination

شادکامی رابطه مثبت و با افسردگی رابطه منفی دارد، در حالی که این رابطه در جستجوی معنا بالعکس است، یعنی با افزایش جستجوی معنای زندگی، شادکامی کاهش و افسردگی افزایش می یابد. همچنین یافته‌های پژوهشی حاکی از آن است که جستجوی معنا با افسردگی، اضطراب، غمگینی و ترس رابطه مثبت و با وجود معنا رابطه منفی دارد (نقل از اسکولونبرگ و همکاران، ۲۰۱۱). کاشدان، استیگر، سالیوان<sup>۱</sup> و لورنتس<sup>۲</sup> (۲۰۰۸) نیز رابطه بین جستجوی معنا در زندگی با پذیرش خود را منفی گزارش می کنند. در تبیین این که چرا امروزه جستجوی معنا با فشارهای روانی تداعی شده است، برخی بر این باورند که جستجوی معنا ممکن است به عنوان شکلی از نشخوار<sup>۳</sup> باشد (وو و بران، ۲۰۱۳). یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین وجود معنا با افسردگی رابطه منفی وجود دارد؛ که با سایر پژوهش‌ها همخوان بود، ولی رابطه بین جستجوی معنا با افسردگی با سایر پژوهش همسو نیست؛ که می تواند ناشی از تفاوت های فرهنگی باشد؛ همانطور که مطالعات بین فرهنگی نشان می دهد که ژاپنی ها جستجوی معنا و آمریکایی ها از وجود معنای بالاتری برخوردار بودند. همچنین جستجوی معنا با وجود معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی در ژاپنی ها رابطه منفی دارد که این رابطه در آمریکایی ها بالعکس می باشد (استیگر، کاواباتا<sup>۴</sup>، شیمای<sup>۵</sup> و اوتاکی<sup>۶</sup>، ۲۰۰۸).

باتوجه به یافته‌ها می توان نتیجه گرفت که وجود معنادر زندگی از سازه های مهمی محسوب می شود که نبود آن در زندگی با افسردگی رابطه دارد و می تواند به عنوان یکی از فاکتورهای باشد که سهم قابل ملاحظه‌ای در پیش بینی و تبیین بخشی از پراکنش افسردگی، به ویژه در نمونه های غیربالیینی را دارد. مصرآبادی و همکاران (۱۳۹۲) نیز در بررسی ویژگی های روانسنجی پرسشنامه معنای زندگی به این نتیجه می رسند که روایی تشخیصی این ابزار در تشخیص افراد سالم بسیار دقیق تر از افراد در معرض خطر است.

باتوجه به محدودیت های روش شناختی مطالعه حاضر تعمیم یافته ها به سایر افراد وموقعیت ها باید با احتیاط صورت گیرد. از جمله محدودیت های مطالعه حاضر عدم تفکیک دانشجویان بر اساس تعداد ترم و سال های تحصیل بود که امکان مقایسه معنای زندگی (وجود و جستجوی معنا) را در سطوح مختلف فراهم نداشت. بنابراین پیشنهاد می شود، پژوهش های آتی پاسخ گویی به سوال های زیر را مورد

توجه قرار دهند. آیا با ورود به دانشگاه (به ویژه در سطح کارشناسی)، جهان بینی و معنای زندگی دوران قبل از دانشگاه، کم رنگ شده یا رنگ می بازد؟ در صورتی که پاسخ به سوال ذکر شده مثبت باشد، آیا این مسئله می تواند زمینه را برای کاهش وجود معنا و در پی آن افزایش جستجوی معنای زندگی مهیا کند؟ و در نهایت اینکه، آیا دانشجویان در پایان آموزش رسمی (فارغ التحصیلی) به حسی از وجود معنا در زندگی دست می یابند یا خیر؟ امید است که تحقیقات آینده برای سوالات فوق پاسخ علمی فراهم کنند

## تقدیر و تشکر

پژوهش حاضر با همکاری صمیمانه دانشجویان دانشگاه علامه طباطبایی انجام شده است که کمال تقدیر و تشکر را از این عزیزان داریم.

## منابع

- احمدی، غلامرضا؛ قادری، محمد؛ براتی سده، فرید. (۱۳۹۴). بررسی نقش زندگی معنادار، زندگی - متعهدانه و برخی متغیرهای دموگرافیک در شادکامی. مجله روان شناسی معاصر (ویژه نامه)، ۴۶-۴۹.
- احمدی، غلامرضا؛ موسوی، الناز؛ براتی سده، فرید. (۱۳۹۳). ارتباط متغیرهای جمعیت شناختی و شادکامی بامیزان شیوع افسردگی در دانشجویان. مجموع مقالات هفتمین سمینار بهداشت روانی دانشجویان، ص ۲۱-۲۵.
- براتی سده، فرید. (۱۳۸۸). بررسی اثر بخشی مداخلات روان شناسی مثبت گرا در افزایش شادی و نشاط و معنادار زندگی و کاهش افسردگی، پایان نامه در بافت دکتری تخصصی در روان شناسی؛ دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی.
- بهادری خسروشاهی، جعفر؛ محمودعلیلو، مجید. (۱۳۹۱). بررسی سبک های هویت با معنای زندگی در دانشجویان. مجله مطالعات روان شناختی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، دوره ۸، شماره ۲.
- پورشریفی، حمید؛ حبیبی، مجتبی؛ زرانی، فریبا؛ عاشوری، احمد؛ حفاظی، میترا؛ حاجبی، میترا؛ بوالهروی، جعفر. (۱۳۹۱). نقش افسردگی، استرس، شادکامی و حمایت اجماعی در شناسایی افکار خودکشی. مجله روانپزشکی و روان شناسی بالینی ایران، سال هجدهم، شماره ۲، ۱۰۷-۹۹.

دهداری، طاهره؛ یاراحمدی، رسول؛ تقدیسی، محمد حسین؛ دانشور، ریحانه؛ احمدپور، جمال. (۱۳۹۲). ارتباط بین داشتن معنا در زندگی با وضعیت استرس و افسردگی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران در سال ۱۳۹۲. فصلنامه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، سال اول، ش ۳.

علی محمدی، کاظم؛ جان بزرگی، مسعود. (۱۳۸۷). بررسی رابطه میان شادکامی با جهت‌گیری مذهبی و شادکامی روانشناختی و افسردگی در دانش‌پژوهان موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی قم در سال تحصیلی ۱۳۸۶-۱۳۸۶. فصلنامه روانشناسی در تعامل با دین، سال اول، ش ۲، ص ۱۴۷-۱۶۴.

غلامعلی لواسانی، مسعود؛ اژه‌ای، جواد؛ محمدی مصیری، فرهاد. (۱۳۹۲). رابطه معنای زندگی با خوش‌بینی و بهزیستی. مجله روانشناسی، سال هفدهم، ش ۱.

نجفی پور، صدیقه؛ یکتا طلب، شهرزاد (۱۳۸۷). بررسی میزان شیوع افسردگی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی جهرم و ارتباط آن با افت تحصیلی. فصلنامه علوم پزشکی جهرم، ۶ (۲).

فرانکل، ویکتور. (۱۳۹۱). انسان در جستجوی معنی. ترجمه نهضت صالحیان و میهن میلانی، انتشارات درسا.

فرانکل، ویکتور. (۱۳۹۱). فریاد ناشنیده برای معنی. برگردان دکتر مصطفی تبریزیو علی علوی نیا، انتشارات فراروان.

بنیامین جیمز، سادوک؛ ویرجینیا آلکورت، سادوک (۱۳۹۲). کاپلان و سادوک-خلاصه روانپزشکی-علوم رفتاری/ روانپزشکی بالینی، ج ۲، ترجمه فرزین رضاعی، تهران: انتشارات ارجمند.

طالب زاده شوشتری، لیلا؛ پورشافعی، هادی. (۱۳۹۰). رابطه معنای زندگی بت سلامت عمومی کارکنان دانشگاه بیرجند در سال ۹۰-۱۳۸۹. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۱۸ (۱)، ص ۵۵-۶۱.

مصراآبادی، جواد؛ استوار، نگار؛ سکینه، سکینه، جعفریان. (۱۳۹۲). بررسی روایی سازه و تشخیصی پرسشنامه معنادر زندگی در دانشجویان. مجله علوم رفتاری، دوره ۷ شماره ۱، ص ۸۳-۹۰.

رجبی، غلامرضا. (۱۳۸۴). ویژگیهای روانسنجی ماده های فرم کوتاه پرسشنامه افسردگی بک. فصلنامه روانشناسی تحولی، ش ۴.

Brassai, L. Piko, B. F. & Steger, M. F. (2012). Existential Attitudes and Eastern European

Adolescents' Problem and Health Behaviors: Highlighting The role OF The Search For Meaning In Life. *The Psychological Record*, 62, 719–734.

Brassai, L. Piko, B F. & Steger, M F. (2011). Meaning in Life: Is It a Protective Factor for Adolescents' Psychological Health? *Int. J. Behav. Med*, 18, 44.

Cohen, K. & Cairns, D. (2011). Is searching for meaning in life associated with reduced subjective wellbeing? Confirmation and possible moderators. *Journal of Happiness Studie*, 13(2), 313-331.

Doğan, t. Sapmaz, f. Fatma, d. Sapmaz. s. Temizel, s. (2012). Meaning in Life and Subjective Well- Being among Turkish University Students. *Social and Behavioral Sciences*, 55, 612 – 617.

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed) Washington, DC.

Galan, M.A. Magno, A. Paterson, V.C. Roldan, A.E. (2011). Meaning in life, flow, and subjective well-Being: A perspective on Filipino High school students. *Philippine journal of counseling psychology*, 1(13), 29-45.

Hedayatjal, M & Khazaei, M. (2014). An Investigation of the relationship between depression, meaning in life and adult hope. *Social and Behavioral Sciences*, 144, 589-601.

Owens, G. P. Steger, M.F. Whitesell, A. A. Herrera, C. J. (2009). Posttraumatic Stress Disorderer, Guilt, Depression , and Meaning in Life Among Military Veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 22(6), 654–657.

Kleftaras, G. & psarra, E. (2012). Meaning in Life, Psychological Well-Being and Depressive Symptomatology: A Comparative Study. *Social Resech*, 13(4), 337-345.

Steger, M. F. Mannb, J.R. Michelsb. P, Cooperc, T. C. (2009). Meaning in life, anxiety, depression, and general health among smoking cessation patients, *Journal of Psychosomatic Research*, 67, 353- 358.

Steger, M. F. Kashdan, T. B. Sallivan, B.A. Lorentz, D. (2008) Understanding the Search for Meaning in Life: Personality, Cognitive Style, and the Dynamic Between Seeking and Experiencing Meaning. *Journal of Personality*, 76(2).

Steger, M. f. Kawabata, Y. Shimai, S. Otake, K. (2008). The meaningful life in Japan and the United States: Levels and correlates of meaning in life, *Journal of Research in Personality*, 42, 660–678.

Steger, M. f. Kashdan, t.b. (2007) Stability and specificity of meaning in life satisfaction over one year. *Journal of Happiness Studie*,8,161-179.

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, 80–93.

Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.

Schulenberg, S. E. Strack, K. M. Buchanan, E. M. (2011)The Meaning in Life Questionnaire: Psychometric Properties With Individuals With Serious Mental Illness in an Inpatient Setting, *Journal of Clinical psychology*, 67(12), 1210-1219.

Woo, C.S & Brown E. j. (2013). Role of Meaning in the Prediction of Depressive Symptoms Among Trauma-Exposed and Non trauma-Exposed Emerging Adults, *journal of Clinical psychology*, 69(12), 1269–1283.