

**The Relationship between General Self-Efficacy, Belonging and Love and Meaning in Life through the Mediating of Social Values among Secondary school Girls**

**رابطه خودکارآمدی عمومی، تعلق و عشق و معنا در زندگی با میانجی‌گری ارزش‌های اجتماعی در دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه**

**Omid Ali Bapiri Ph.D student**

Psychology University of Isfahan, Isfahan, Iran.

**Mehرداد Kalantari. Ph.D.**

Department of Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

**Hamid Taher Neshat Dost**

Department of Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

**Hamid Reza Oreyzi. Ph.D.**

Department of Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

امیدعلی باپیری

دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

مهرداد کلانتری\*

عضو هیئت‌علمی گروه روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

حمیدطاهر نشاط‌دوست

عضو هیئت‌علمی گروه روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

حمیدرضا عریضی

عضو هیئت‌علمی گروه روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

**Abstract**

The purpose of this study was to investigate the relationship between general self-efficacy, belonging and love with meaning in life by mediating of social values in girls adolescent through structural equations modelling. This is a correlation study using causal modeling. The statistical population of the study was 4476 students in the third year of high school. A sample of 200 people was selected through multistage cluster random sampling. Measurement tools included a Self-Efficacy Questionnaire (Sherer and Maddox, 1982), Belonging and Love Scale, Social Values Scale, and Meaning in Life Questionnaire (Steger et al, 2006). Data were analyzed using structural equation modeling approach. The findings indicated that the direct relationship of the variables of general self-efficacy, belonging, love and social values on the meaning variable in life was significant ( $P < 0.05$ ). Also, the indirect relationship of self-efficacy variable and belonging and love on a meaning in life is significant if the variable of social values is mediator ( $P < 0.05$ ).

**Keywords:** meaning in life, general self-efficacy, belonging and love, social values.

**چکیده**

هدف این پژوهش، بررسی رابطه خودکارآمدی عمومی، تعلق و عشق با معنا در زندگی با میانجی‌گری ارزش‌های اجتماعی در نوجوانان دختر از طریق الگوسازی معادلات ساختاری بود. این مطالعه از نوع همبستگی با استفاده از مدل‌یابی علی و جامعه آماری دانش‌آموزان دختر سال سوم دوره دبیرستان به تعداد ۴۴۷۶ نفر بودند. نمونه آماری ۲۰۰ نفر بود که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزارهای اندازه‌گیری شامل پرسشنامه خودکارآمدی عمومی (Sherer & Maddox, 1982) مقیاس تعلق و عشق، مقیاس ارزش‌های اجتماعی و پرسشنامه معنا در زندگی (Steger et al, 2006) بود. داده‌ها با رویکرد مدل‌سازی معادله ساختاری بررسی شد. یافته‌ها بیانگر معناداری رابطه مستقیم متغیرهای خودکارآمدی عمومی، تعلق و عشق و ارزش‌های اجتماعی با متغیر معنا در زندگی بود ( $p < 0.05$ ). همچنین رابطه غیرمستقیم متغیر خودکارآمدی و تعلق و عشق با متغیر معنا در زندگی در صورتی که متغیر ارزش‌های اجتماعی میانجی باشد، معنادار است ( $p < 0.05$ ).

**واژه‌های کلیدی:** معنا در زندگی، خودکارآمدی عمومی، تعلق و عشق، ارزش‌های اجتماعی.

\*. نویسنده مسئول: mehrdadk@edu.ui.ac.ir

## مقدمه

معنا در زندگی یک سازه اساسی در زندگی بشر و هسته جنبش روان‌شناسی مثبت است (Schulenberg & Melton, 2010). تنها با تأسیس روان‌شناسی مثبت‌گرا نبود که رابطه بین معنی دادن به زندگی و سلامت مورد تحقیق قرار گرفت (Schnell, 2009). فرانکل (Frankel, 1959) با بیان عبارت میل جهانی به معنی یافتن، فرض کرد که یافتن معنی در زندگی، علاقه ذاتی اشخاص است. وی همچنین بیان داشت که ناامیدی از رسیدن به این موضوع می‌تواند به علائم و مشکلاتی نزدیک به مشکلات اساسی روانی منجر شود. تعاریف متعددی از معنا در زندگی نظیر انسجام در زندگی و احساس تحقق (fulfillment)، خودشکوفایی، جهت‌گیری هدف (goal directedness)، احساس آرمان (sense of purpose) و زندگی معتبر به عمل آمده است (Przepiorka, 2012).

مارتلا و استجر (Martela & Steger, 2016) نیز سه جنبه معنا را با هدف تعریف دقیق و اشاره به تفاوت‌ها و ارتباط بین آنها به صورت نظری مورد بررسی قرار داده‌اند. آنها یک جنبه معنا را انسجام در نظر گرفته‌اند و آن را جزء شناختی معنا در زندگی می‌دانند، زمانی زندگی منسجم است که افراد قادر به تشخیص الگوهای قابل فهمی برای زندگی شان باشند؛ به عبارت دیگر انسجام زمانی دیده می‌شود که تجارب فردی که افراد خود در زندگی، آنها را به دست آورده اند قابل درک و فهم باشد. هدف نیز جنبه دوم معنا در زندگی است و این بُعد را شایع‌ترین تفسیر از معنا در زندگی می‌دانند و اعتقاد دارند معنا زمانی رخ می‌دهد که مردم یک هدف روشن در زندگی داشته باشند، هدف به طور خاص به داشتن مقاصد آینده گرا و جهت‌دار در زندگی اشاره دارد. بُعد سوم معنا در زندگی را اهمیت می‌دانند که بر ارزش، اعتبار و مهم بودن تمرکز دارد. به طور کلی این جنبه از معنا به عنوان ارزیابی زندگی تعریف شده است و به دنبال این سؤال است که در کل زندگی فرد چقدر مهم و ارزشمند است.

مطالعات نشان دادند که داشتن معنا در زندگی به طور مثبتی با شادکامی و رضایت از زندگی مرتبط بودند (Cohen & Kairns, 2012., Park.N., Park.M., & Petron, 2010., Steger, Oishi & Kashdan, 2009). به علاوه، این احساس که زندگی یک شخص با معنا آمیخته است، به عنوان یک

سپر در مقابل تجربه افسردگی عمل می‌کند (Mascaro & Rosen, 2006., Steger, Kashdan, Sullivan & Lorentz, 2008). بومیستر (Bumeister, 1991) به چهار عامل؛ هدف، ارزش، خودکارآمدی و خودارزش برای درک مردم از معنا در زندگی اشاره کردند. هرگاه این چهار نیاز ضروری برآورده شوند احساس معنا ایجاد می‌شود.

ارزش‌ها نیز که مورد توجه فرانکل (Farankel, 1959) بودند چهارچوبی برای شخص فراهم می‌کند که به وسیله آن اعمالشان را به گونه‌ای که احساس درستی و اخلاقی بودن رفتارشان را تقویت کند سازمان‌دهی و توجیه می‌کند (Bumister & Newman, 1994). یکی از شرایط لازم برای دستیابی به سلامت روان، برخورداری از یک نظام ارزشی است و همان‌طور که چاهن (Chahen) می‌گوید بهره‌مندی از یک سلسله ارزش‌های شخصی و فلسفه‌ای مبتنی بر باورها و آرمان‌هایی که با سعادت و تحقق خود و اطرافیان فرد پیوندی نزدیک دارد، شرط لازم برای دستیابی به سلامت روان است (Honarparvaran, 2006). توجه به ارزش‌های زندگی مانند نوع دوستی، همکاری، مسئولیت‌پذیری و تعامل با دیگران، بخشی از واقعیت‌های زندگی انسان می‌باشند و پای بندی به آنها فرد را به سمت داشتن زندگی شایسته و با معنا سوق می‌دهند. این ارزش‌ها زمانی اثرگذار می‌شوند که در افراد درونی شده و در زندگی روزمره تجلی پیدا کنند.

علاوه بر ارزش‌ها افراد باید باور داشته باشند که آنها بر وقایع زندگی خود کنترل دارند. خودکارآمدی از قبل به عنوان نیازی برای معنی در زندگی شناسایی شده است (Bumeister, 1991). این دیدگاه که هر کس می‌تواند به اهداف برسد با درک نوجوان از توانایی و ضرورت دنبال کردن هدف زندگی مرتبط است. اگرچه خودکارآمدی در محیط‌های جدا هم چون مدرسه و محیط کار ارزیابی می‌شود؛ اما خودکارآمدی کلی مهم‌تر است، چون هدف زندگی وسیع و پیچیده است و به یک حیطه ختم نمی‌شود؛ بنابراین خودکارآمدی کلی، زیربنایی را می‌سازد که به نوجوان اعتمادبه‌نفس برای رسیدن به اهداف زندگی را می‌دهد؛ و تجارب پیشرفت یک منبع مهم خودکارآمدی و معنای شخصی است (McDonald, Wong & Gingras, 2012). بندورا (Bandura, 1994) خودکارآمدی را یکی از فرایندهای شناختی می‌داند که از طریق آن بسیاری از

بود نتایج نشان داد که وجود معنا به وسیله متغیرهای روابط بین فردی و خانوادگی و جستجوی معنا توسط متغیرهای رشد شخصی و دین‌داری به‌طور مثبتی پیش‌بینی می‌گردد. ون تونجرن، گرین، هوک، دویس و دویس، راموس ( Van Tongeren, Green, Hook, Davis.D.E., Davis.J.L & Ramos, 2015) روابط نزدیک را یک منبع مهم معنا در زندگی می‌دانستند. احمدی، حیدری، باقریان و کشفی (Ahmadi, Heidari, Bagherian & Kashfi, 2016) پژوهشی را بر روی نوجوان ۱۲ تا ۱۸ ساله انجام دادند. نتایج حاکی از این بود که از میان منابع معنا مطابق با برنامه ارزیابی معنای زندگی به ترتیب، خانواده با ۹۱/۳٪، ارتباطات اجتماعی ۵۳/۴٪ و کار و تحصیل ۵۳٪. حوزه‌هایی هستند که با بیشترین فراوانی از سوی نوجوانان به‌عنوان منابع معنا بخش به زندگی گزارش شده بودند.

لامبرت و همکاران (Lambert et al, 2012) نشان دادند که روابط خانوادگی نسبت به سایر روابط اجتماعی کمک بیشتری به معناداری زندگی افراد بزرگسال می‌کند و منبع چشم‌گیری برای معناداری در زندگی هست. تفاوت‌هایی در مورد چگونگی دسته‌بندی منابع معنا میان مطالعات وجود دارد. با وجود تحقیقات متعددی که بر روی تجربه معنای زندگی صورت گرفته است، هنوز این سؤال وجود دارد که منابع معنابخش به زندگی یک نوجوان چیست؟ مطالعات مختلف صورت گرفته در مورد معنای زندگی، منابع و ابعاد آن بندرت به دوره نوجوانی پرداخته‌اند، درحالی‌که می‌توان ظهور معنا را به شکل واقعی آن در این مرحله از تحول همراه با شکل‌گیری هویت در فرد ردیابی نمود ( Brassai, Piko & Steger, 2012).

داشتن معنا در زندگی مسئله‌ای است که در دوره نوجوانی با توجه به مسائل و مشکلات خاص این دوره اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. در پژوهش‌های قبلی روی مجموعه‌ای از متغیرها به‌صورت مجزا کار شده است و بیشتر روابط دوجانبه را بررسی نموده‌اند. مطالعه حاضر مجموعه‌ای از متغیرها را با هم آزمون می‌کند. این پژوهش درصدد ارائه مدل و آزمون آن در پیش‌بینی معنا در زندگی بر اساس متغیرهای خودکارآمدی، عشق و تعلق و ارزش‌های اجتماعی در دانش‌آموزان دختر سال سوم دوره متوسطه است و ارزش‌های اجتماعی به‌عنوان یک متغیر میانجی بین

رفتارهای اجتماعی خود و بسیاری از خصوصیات شخصی را گسترش می‌دهیم. باورهای خودکارآمدی بر انتخاب تکلیف، تلاش، استقامت، امتناع و پیشرفت افراد تأثیر می‌گذارد.

تجربه معنا اساساً منحصربه‌فرد بوده و بازتابنده زمینه زندگی یک شخص است، هرچند تاریخ، فرهنگ، ویژگی‌های جمعیت شناختی - اجتماعی، مراحل رشدی، ارزش‌ها و اعتقادات تأثیر می‌گذارند و ماهیت معنا را شکل می‌دهند (Parager, 1996). مردم به تنهایی وجود ندارند. آنها خانواده دارند، در جوامع زندگی می‌کنند و در نژاد، جنسیت و پیش‌زمینه‌های حرفه‌ای شریک هستند که معناهای خاصی را ایجاد می‌کنند. در نتیجه، معنایی که افراد ایجاد می‌کنند تحت تأثیر این متغیرهاست. برخی تحقیقات نشان داده‌اند که تعلق یک پیش‌بینی‌کننده مهم معنی‌داری زندگی است. دلیل کلیدی که باعث شده روابط خانوادگی با معناداری بالاتر در زندگی مرتبط باشد به ظرفیت بی‌همتای خانواده برای ارضای نیاز به تعلق برمی‌گردد (Lambert, Stillman, Baumeister, Finchman, Hicks & Graham, 2010). جنبه‌ای از روابط یعنی حمایت اجتماعی، به‌طور مثبت با معنا در زندگی در طول عمر ارتباط دارد (Steger et al, 2008).

حوزه‌هایی از زندگی که معنا از آنها گرفته می‌شود را منابع معنا می‌نامند. منابع معنا بر اساس ارزیابی‌های مختلف به روش‌های متفاوتی در دسته‌های بزرگ قرار داده شده‌اند. زانگ، سانگ، چان، تنگ، لئو، یو و تین (Zhang, Sang, Chan, Teang, Liu, Yu & Tian, 2016) کشف ساختار معنا در میان دانشجویان چینی مطالعه‌ای را انجام دادند. در این بررسی آنها در ابتدا پاسخ‌های ۱۷۱ دانشجوی را به این سؤال "چه چیزی باعث معناداری زندگی تان می‌شود" تحلیل محتوا کرده و ۷۴ ایده را استخراج نمودند. سپس بر اساس این ایده‌ها پرسشنامه‌ای را تدوین نموده و آن را به نمونه‌ای از دانشجویان به تعداد ۵۲۳ نفر دادند. در مطالعه دوم از طریق روش تحلیل عامل اکتشافی هفت بعد اساسی معناداری (رشد شخصی، تعهد اجتماعی، روابط بین فردی، شغل باثبات، تجربیات در زندگی، مدنیت، استقلال) شناسایی شد.

گرویدن و جوز (Grouden & Jose, 2015) نمونه‌ای شامل ۲۴۷ نفر از افراد ۳۰ تا ۶۹ سال را در نیوزیلند بررسی نمودند. هدف آنها مشخص کردن منابع پیش‌بینی‌کننده معنا

میزان تلاش فرد برای یافتن معنا و مجموع نمرات سؤال‌های ۱، ۴، ۵، ۶ و ۹ میزان حضور معنا در زندگی فرد را مشخص می‌کنند. طبق پژوهش‌های استجر و همکاران (Steger et al, 2006) پایایی بازآزمایی با فاصله زمانی یک ماه زیر مقیاس‌های وجود معنا و جستجوی معنا به ترتیب ۰/۷۰ و ۰/۷۳ است. 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 نوروژ گرای) را بررسی کرده و روایی خوبی برای آن گزارش داده‌اند. همچنین ضریب همسانی درونی هر دو زیرمقیاس وجود و جستجوی معنا در این مطالعه به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۷۸ بوده است. روایی پرسشنامه از طریق مدل عامل تأییدی مرتبه اول صورت گرفت. نمونه‌ای از سؤالات این پرسشنامه عبارت است از: زندگی من یک هدف روشن دارد.

#### مقیاس ارزش‌های اجتماعی (Social Values Scale):

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 گرایش‌های افراد و تبیین‌کننده رفتارهای فردی و اجتماعی آنان بوده و انتخاب‌ها بر اساس آنها انجام گرفته و فرد را به عمل وامی‌دارند. این مقیاس محقق ساخته است. بر اساس آنچه در مصاحبه با متخصصان و بررسی پیشینه تجربی معنای زندگی به دست آمده بود به مواردی نظیر، نوع دوستی، عدالت، تحصیلات، شغل، خانواده، فرزند و روابط با دوستان اشاره شده بود در تدوین پرسشنامه از پاسخ‌گویان خواسته شد تا اهمیت هر کدام از موارد ذکر شده را بر اساس یک طیف هفت‌درجه‌ای (خیلی کم، کم، کمتر از متوسط، متوسط، بیشتر از متوسط، زیاد، خیلی زیاد) مشخص نمایند. 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 نیز انجام گرفت. نمونه‌ای از گویه‌های این مقیاس به این شرح است: اهمیت تحصیلات در زندگی شما به چه میزان است؟

#### مقیاس عشق و تعلق (Belonging and Love Scale):

پرسشنامه نیازسنجی که بر اساس نظریه گلاسر (Glaser) تدوین شده است دارای ۵ بخش است یکی از بخش‌های این

خودکارآمدی و عشق و تعلق با معنا در زندگی در نظر گرفته شده است.

با توجه به مبانی نظری موجود که به آنها پرداخته شد، فرضیات این پژوهش به صورت زیر مطرح می‌شوند؛

فرضیه اول: مدل مفروض درباره رابطه خودکارآمدی عمومی، تعلق و عشق و معنا در زندگی با میانجی‌گری ارزش‌های اجتماعی با داده‌های حاصل از نمونه منطبق است.

فرضیه دوم: خودکارآمدی با معنا در زندگی رابطه دارد.

فرضیه سوم: تعلق و عشق با معنا در زندگی رابطه دارد.

فرضیه چهارم: ارزش‌های اجتماعی با معنا در زندگی رابطه دارد.

فرضیه پنجم: ارزش‌های اجتماعی رابطه خودکارآمدی و معنا در زندگی را میانجی‌گری می‌کند.

فرضیه ششم: ارزش‌های اجتماعی رابطه تعلق و عشق و

معنا در زندگی را میانجی‌گری می‌کند.

#### روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: طرح پژوهش، رابطه‌ای از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل همه دانش‌آموزان دختر سال سوم دوره متوسطه دوم شهر ایلام به تعداد ۴۴۷۶ نفر بودند که در ۲۰ آموزشگاه به تحصیل اشتغال داشتند. با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای، نمونه‌ای به تعداد ۲۰۰ نفر انتخاب و پرسشنامه‌ها در بین آنها توزیع شد. رشته تحصیلی آنها علوم تجربی، ریاضی، ادبیات و علوم انسانی، دامنه سنی بین ۱۷ تا ۱۸ سال و در دبیرستان‌های عادی به تحصیل اشتغال داشتند.

#### ابزار سنجش

پرسشنامه معنای زندگی (Meaning in Life

Questionnaire): مقیاس معنای زندگی توسط استجر،

فریزر، اویشی و کالر (Steger, Frazier, Oishi &

Kaler, 2006) به منظور 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 می‌کند. مجموع نمرات سؤال‌های ۲، ۳، ۷، ۸ و ۱۰

### روش اجرا و تحلیل داده‌ها

بعد از انتخاب تصادفی نمونه، به کلاس‌ها مراجعه و با ارائه توضیحاتی مقدماتی در مورد پژوهش، به آزمودنی‌ها اطمینان لازم در خصوص محرمانه ماندن اطلاعات داده شد. سپس پرسشنامه‌ها در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت. اجرا به صورت گروهی بود و جهت پاسخگویی به سؤالات محدودیت زمانی وجود نداشت. در تحلیل داده‌های این پژوهش به منظور بررسی آثار مستقیم، غیرمستقیم و کلی هر یک از متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری با نرم‌افزار اموس ۲۲ استفاده شده است. به همین منظور ابتدا داده‌ها از طریق نرم‌افزار SPSS<sup>23</sup> وارد گردید و سپس به محیط اموس به منظور مدل‌سازی انتقال یافت.

### 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. برقراری شرط بهنجاری بودن چند متغیره (multivariate normality) از پیش فرض‌های اصلی در استفاده از روش برآورد حداکثر درست‌نمایی (multivariate normality) در مدل‌سازی معادله ساختاری است. از این رو برای بررسی برقراری یا عدم برقراری بهنجاری بودن چندمتغیره از ضریب مردیا (Mardia, K. v) استفاده شد. نسبت بحرانی ۱/۷۶ و مقدار کشیدگی ۶/۷ به دست آمد. با توجه به نسبت بحرانی ضریب مردیا در سطح اطمینان ۹۵ درصد پیش فرض هنجاری بودن چند متغیره برقرار است. از مفروضه‌های دیگر هم خطی پایین متغیرهای مستقلی است 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 شماره ۱ آورده شده است. همبستگی پایین و متوسط بین متغیرها نشان می‌دهد که هم خطی پایین است. همچنین از تکنیک خودگردان‌سازی (Bootstrapping) برای تعیین معناداری و فاصله اطمینان اثرات غیرمستقیم و کل استفاده گردید.

پرسشنامه خرده‌مقیاس عشق و تعلق است که دارای ۶ آیتم بوده و از پاسخ‌گو می‌خواهد هر کدام از سؤالات را بر اساس مقیاس پنج‌درجه‌ای (بسیار کم، کم، متوسط، زیاد و بسیار زیاد) درجه‌بندی نماید. پزینه به ترتیب از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری می‌شوند. بدین ترتیب حداقل نمره در این مقیاس ۶ و حداکثر ۳۰ است. آلفای محاسبه شده برای این مقیاس ۰/۷۵ است. تحلیل عامل تأییدی مرتبه اول برای مقیاس انجام گرفت (GFI=.98 IFI=.98 CFI=.98 RMSEA=.05). یک نمونه از سؤالات مقیاس به این شرح است: چه مقدار نیاز دارید که دیگران شما را پذیرفته و دوستتان بدانند؟

### پرسشنامه خودکارآمدی عمومی (General Self-Efficacy Questionnaire)

مقیاس خودکارآمدی عمومی شرر و همکاران دارای ۱۷ گویه است. شرر و همکاران (Sherer et al, 1982) 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 (Woodruff & Cashman, 1993) 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 است. در نهایت به منظور محاسبه میزان خودکارآمد فرد پاسخ‌دهنده، امتیاز تک‌تک سؤالات را با هم جمع نموده و به عنوان نمره خودکارآمدی فرد در نظر می‌گیریم، هر چه امتیاز بالاتر باشد نشان‌دهنده خودکارآمدی بالاتر خواهد بود. پایایی مقیاس از طریق محاسبه آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد. تحلیل عامل تأییدی مرتبه اول برای مقیاس صورت گرفت و برازش قابل قبولی را نشان داد (GFI=.90 IFI=.90 CFI=.90 RMSEA=.07). نمونه‌ای از سؤالات این پرسشنامه عبارت است از: وقتی طرحی می‌ریزم، مطمئن هستم می‌توانم آن را انجام دهم.

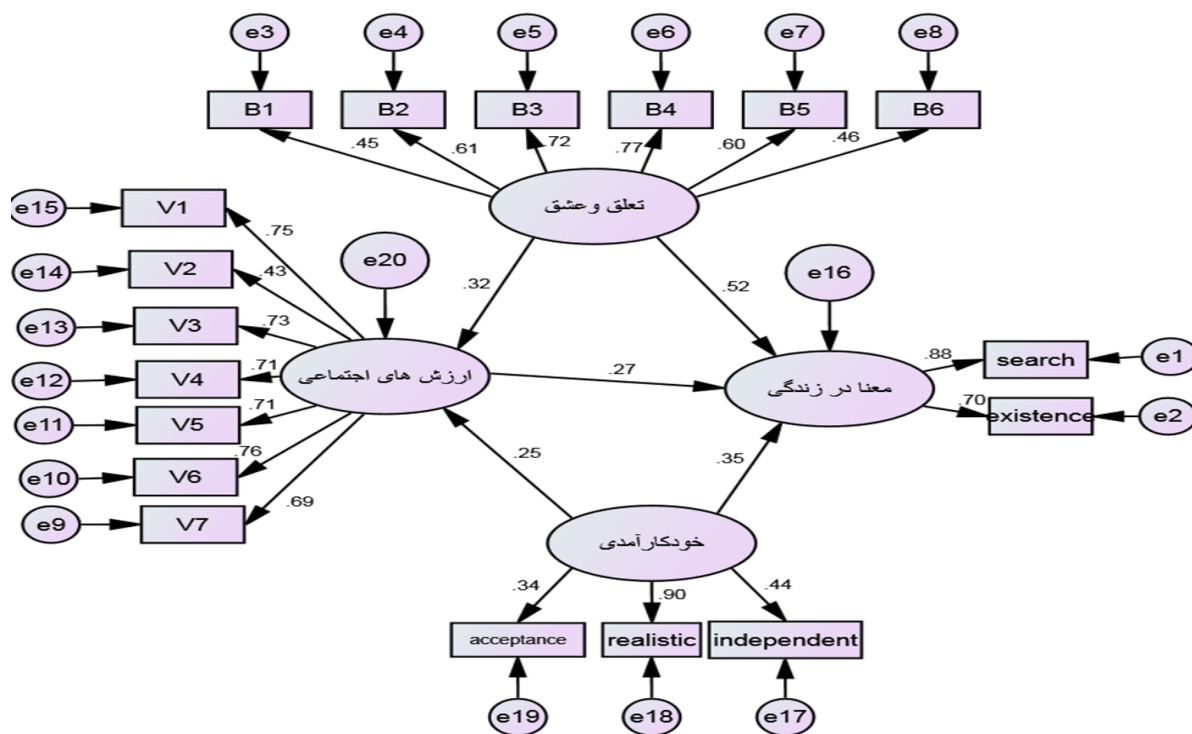
جدول ۱. همبستگی درونی متغیرهای پژوهش

ردیف	متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
۱	جستجوی معنا	-				
۲	حضور معنا	.۶۳**				
۳	خودکارآمدی	.۱۸**	.۲۵**			
۴	تعلق و عشق	.۵۳**	.۴۴**	.۰۱۷		
۵	ارزش‌های اجتماعی	.۴۷**	.۳۲**	.۱۵*	.۳۳**	

\*\*p< 0.01 \*p< 0.05

عاملی مرتبه اول وارد مدل شدند. برآوردهای مربوط به پارامترهای اصلی در نمودار شماره یک آمده است.

به‌منظور بررسی فرضیه‌های پژوهش از رویکرد مدل‌سازی معادله ساختاری استفاده گردید. متغیرهای پژوهش به‌صورت متغیرهای مکنون و در قالب مدل‌های



نمودار ۱. مدل تجربی پژوهش رابطه متغیرهای خودکارآمدی عمومی و تعلق و عشق با معنا در زندگی مبتنی بر میانجی‌گری ارزش‌های اجتماعی

جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل

شاخص‌های برازش	ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد (Root Mean Square of Error Approximation)	برآزش تطبیقی مقتصد ( Parsimony comparative ) (Fit Index)	برآزش تطبیقی ( Comparative Fit ) (Index)	کای اسکویر نسبی	درجه آزادی	خی دو	مدل
شاخص برازش افزایشی (Incremental Fit Index)	۰/۰۶	۰/۷۷۳	۰/۹۱	۱/۸۸۲	۱۲۴	۲۳۳/۴۰۲	شاخص‌های برازش مدل

داده‌های پژوهش، مدل تدوین شده را حمایت می‌کنند و به عبارت دیگر برازش داده‌ها به مدل رد نشده است. همه شاخص‌ها در دامنه مطلوب و دلالت بر مطلوبیت مدل دارند؛ بنابراین فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود.

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 شماره ۲ با مد نظر قرار دادن دامنه مطلوب این شاخص‌ها، در مجموع بیانگر این است که

جدول ۳. اثرات مستقیم متغیرهای پژوهش

سطح معنی داری	نسبت بحرانی	برآورد		ضریب تعیین	متغیر وابسته	متغیر مستقل
		استاندارد	غیراستاندارد			
۰/۰۰۰۱	۳/۹۵	۰/۳۴۹	۰/۹۷۲			خودکارآمدی
۰/۰۰۹	۳/۵	۰/۲۷۳	۱/۹۲	۰/۶۱	معنا در زندگی	ارزش‌های اجتماعی
۰/۰۰۰۱	۴/۷۹	۰/۵۲۲	۵/۲۷			تعلق و عشق
۰/۰۰۱	۳/۲۷	۰/۳۱۵	۰/۴۵۲	۰/۱۶	ارزش‌های اجتماعی	تعلق و عشق
۰/۰۰۵	۲/۷۹	۰/۲۵	۰/۰۹۹			خودکارآمدی

در زندگی تأیید می‌گردند. نتایج روش خودگردان‌سازی 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؛ بنابراین می‌توان رابطه‌ای که در نمونه به دست آمده است را در جامعه آماری نیز مشاهده نمود. با مد نظر قرار دادن مقدار رابطه مربوط به هر یک از این متغیرها می‌توان گفت که افزایش میزان آنها، افزایش معنا در زندگی را به دنبال دارد.

چنان‌که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، رابطه مستقیم متغیرهای خودکارآمدی عمومی، تعلق و عشق و ارزش‌های اجتماعی با متغیر معنا در زندگی از لحاظ آماری معنادار است و توانسته‌اند ۰/۶۱ از واریانس این متغیر را تبیین کنند. همچنین رابطه متغیرهای تعلق و عشق و خودکارآمدی با ارزش‌های اجتماعی معنادار بوده و ۰/۱۶ از واریانس این متغیر را تبیین نموده‌اند؛ بنابراین فرضیه‌های دوم، سوم و چهارم پژوهش مبنی بر رابطه مستقیم متغیرهای فوق با معنا

جدول ۴. اثرات غیرمستقیم و کل متغیرهای پژوهش

معنی داری	کران پایین	کران بالا	وزن رگرسیونی	اثرات متغیرها
۰/۰۰۲	۰/۰۳۲	۰/۱۶۸	۰/۰۸۶	رابطه غیرمستقیم تعلق و عشق ← معنا در زندگی
۰/۰۰۷	۰/۰۲۰	۰/۱۵۳	۰/۰۶۸	رابطه غیرمستقیم خودکارآمدی ← معنا در زندگی
۰/۰۰۱	۰/۴۲۰	۰/۷۵۷	۰/۶۰۸	رابطه کل تعلق و عشق ← معنا در زندگی
۰/۰۰۴	۰/۲۴۷	۰/۵۹۶	۰/۴۱۸	رابطه کل خودکارآمدی ← معنا در زندگی

آزمون رابطه میانجی باید ابتدا روابط متغیرهای مستقل و وابسته را بررسی کرد. بدون حضور متغیر میانجی رابطه متغیر خودکارآمدی روی معنا در زندگی ۰/۴۳ و متغیر تعلق و عشق ۰/۶۱ بود. با ورود متغیر میانجی یعنی ارزش‌های اجتماعی به مدل اثر خودکارآمدی به ۰/۳۵ و تعلق و عشق

برای بررسی معناداری رابطه غیرمستقیم و کل از تکنیک خودگردان‌سازی در اموس استفاده شد. در اینجا کران بالا و پایین حداکثر و حداقل ضریب تعیین در جامعه را مشخص می‌کند و چون صفر در این دامنه قرار نمی‌گیرد به این نتیجه می‌رسیم که دارای تفاوت معنی داری با صفر است. برای

کارآمدی با افزایش معنا در زندگی همراه است. این نتایج با نظریات بامیستر (Bumister, 1994) و براسای، پیکو و استجر (Brassai, Piko & Steger, 2013) هماهنگ است. 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 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 بدانند 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 خود کارآمدی 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 (Bandura, 1994). 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 (Hicks, King & Arndt, 2013). مردم دوست دارند احساس کنند که آنها افرادی با ارزش 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 عزت نفس دید پایدار از جهان و خود را ترفیع می‌بخشد و بنابراین ممکن است به درک از معنا در زندگی کمک کند.

یافته دیگر این پژوهش نشان می‌دهد که بین تعلق و عشق با معنا در زندگی رابطه وجود دارد. این نتایج با یافته‌های زانگ و همکاران (Zhang et al, 2016)، گروندن و جوز (Grouden & Jose, 2015)، لامبرت و همکاران (Lambert et al, 2012) و ون تونجرن و همکاران (Van

به ۰/۵۲ کاهش یافت. کاهش میزان رابطه متغیرهای مستقل روی متغیر وابسته شرایط را برای انجام محاسبات میانجی مهیا نمود. یافته‌های جدول ۴ در مورد رابطه غیرمستقیم متغیرهای خودکارآمدی و تعلق و عشق با معنا در زندگی در صورتی که متغیر ارزش‌های اجتماعی میانجی باشد، نشان می‌دهد که رابطه غیرمستقیم خودکارآمدی و تعلق و عشق با معنا در زندگی به لحاظ آماری معنادار است؛ بنابراین فرضیه‌های پنجم و ششم پژوهش نیز تأیید می‌شوند. نتایج روش خودگردان‌سازی نشان می‌دهد که در فاصله اطمینان ۰/۹۵ صفر بین حد بالا و پایین قرار نمی‌گیرد، بنابراین رابطه غیرمستقیم معنادار بوده و متغیر ارزش‌های اجتماعی در رابطه بین خود کارآمدی، تعلق و عشق و معنا در زندگی نقش میانجی دارد. با توجه به اینکه متغیرهای خودکارآمدی و تعلق و عشق به‌طور مستقیم دارای رابطه معنادار با متغیر معنا در زندگی هستند، در نتیجه متغیر ارزش‌های اجتماعی در رابطه بین خودکارآمدی و تعلق و عشق با معنا در زندگی نقش میانجی کامل را ندارد چون همه اثرات این دو متغیر از طریق متغیر ارزش‌های اجتماعی منتقل نمی‌شود. در این مطالعه اثرات کل متغیرهای مستقل یعنی خودکارآمدی و تعلق و عشق بر متغیر معنا در زندگی معنادار بود. به‌طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که متغیر میانجی انتقال‌دهنده کلیه اثرات متغیرهای مستقل نبوده و تنها بخشی از اثرات این متغیرها را منتقل می‌کند بنابراین فرضیه اصلی پژوهش مبنی بر رابطه متغیرهای خودکارآمدی و تعلق و عشق بر معنا در زندگی با میانجی‌گری ارزش‌های اجتماعی مورد تأیید است.

### بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین نقش میانجی‌گری ارزش‌های اجتماعی در رابطه بین خودکارآمدی و تعلق و عشق با معنا در زندگی انجام گرفت. یافته‌های پژوهش از نقش میانجی ارزش‌های اجتماعی بین خودکارآمدی و تعلق و عشق با معنا در زندگی حمایت کردند. در مجموع سه متغیر عشق و تعلق، خودکارآمدی عمومی و ارزش‌های اجتماعی ۰/۶۱ از واریانس متغیر وابسته یعنی معنا در زندگی را تبیین می‌کنند.

خود کارآمدی به‌عنوان یک متغیر مستقل به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم از طریق ارزش‌های اجتماعی با معنا در زندگی رابطه دارد؛ به‌عبارت‌دیگر افزایش میزان خود



از بلوغ رو به تکامل به پدیده خاص انسانی به نام عشق تبدیل می‌شود که ماهیتاً با میل جنسی تفاوت دارد. معشوق در مفهوم عشق، ابزاری برای کاهش تنش جنسی نبوده و رابطه جنسی صرفاً بیان فیزیکی یک رابطه روحانی به نام عشق است. در این رابطه، معنا و مفهومی نهفته است که از طریق ایثار و دریافت عشق، کشف می‌شود.

در پژوهش حاضر ارزش‌های اجتماعی هم به‌عنوان متغیر مستقیم وهم به‌عنوان متغیر میانجی با معنا در زندگی رابطه دارند. ارزش‌های اجتماعی مورد مطالعه شامل خانواده، ازدواج، تحصیل، کار، نوع دوستی، روابط اجتماعی بوده است. خانواده در بیشتر پژوهش‌ها به‌عنوان اولین منبع معنا بخش به زندگی گزارش شده است (Elizabeth et al, 2016., Lambert et al, 2010., Ahmadi et al, 2016, در برخی از پژوهش‌ها نیز ارتباطات را به‌عنوان یکی از حوزه‌های معنا بخش در زندگی ذکر کرده‌اند و خانواده به‌عنوان زیرمجموعه‌ای در این طبقه قلمداد می‌گردد (Zhang et al, 2016., VanTongereren et al, 2015., Grouden & Jose, 2008, Steger et al, 2015.). خانواده اساسی‌ترین عاملی 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.

در میان ارزش‌های اجتماعی دیگری که در این پژوهش به آن پرداخته شده است نوع دوستی است 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 غیردولتی و عام‌المنفعه و... نشان می‌دهد. در قالب فعالیت‌های مختلف که جنبه عمومی دارد و به نوعی در خدمت دیگران و کمک به هم نوعان خوانده می‌شود زندگی انسان رنگ و معنای دیگری پیدا می‌کند؛ و می‌تواند یک منبع معنا بخش به زندگی برای نوجوان قلمداد شود. فرد در ابتدای فرآیند تشکیل معنا و در سنین پایین‌تر بیشتر از ارزش‌های فردگرایانه را ارج می‌نهد و با حرکت در چرخه تحول رو به سوی ارزش‌های انسان‌گرایانه می‌گذارد.

(Tongern et al, 2015) هماهنگ است. همه این محققین روابط نزدیک را یک منبع مهم معنا در زندگی می‌دانند. اساساً انسان به‌عنوان یک موجود اجتماعی در روابط نزدیک رشد می‌کند. روابط نزدیک این قابلیت را دارد که به مردم این احساس را بدهد که آنها بخشی از دنیای بزرگ‌تر از خودشان هستند و این کل از مجموع اجزاء بزرگ‌تر است. علاوه بر این شرکت در روابط متقابل که در آن افراد از طریق اقداماتشان تأثیر می‌گذارند و از دیگران نزدیک به خود تأثیر می‌پذیرند، یکی از راه‌های است که مردم احساس می‌کنند که زندگی‌شان مهم و معنادار است. از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان، وجود تعامل‌های سالم و سازنده میان انسان‌ها و برقرار بودن عشق به هم نوع و ابراز صمیمیت و همدلی به یکدیگر است. انسان موجودی چندبعدی است که بخش مهمی از ماهیت پیچیده او را میل به زندگی جمعی و پیوند جویی با هم نوع تشکیل می‌دهد. در عشق ورزیدن، یک شخص به رشد و سعادت دیگری علاقه‌مند است، به نیازهای دیگری پاسخ می‌دهد و معشوق را محترم می‌دارد و او را چنان‌که واقعاً هست، می‌شناسد.

فرانکل معانی کشف‌شده زندگی انسان را در قالب سه نظام ارزشی طبقه‌بندی کرده و به این ترتیب، معیار و راهکار مشخصی در اختیار انسان معناجو قرار می‌دهد. او می‌گوید: معنای زندگی از سه طریق محقق می‌شود و هر طریق، متناظر با یکی از ارزش‌هاست. بدین معنا که هر یک از این راه‌ها می‌تواند ارزشی را محقق ساخته و شکوفا کند. یکی از راه‌های تحقق معنا کسب تجربه‌های والا است که از آن طریق «ارزش‌های تجربی» شکوفا می‌شوند. معنایابی از طریق ارزش‌های تجربی؛ یعنی برداشت و دریافت تجربه‌های ارزشمند از رهگذر غور در زیبایی‌های عالم طبیعت، هنر، فرهنگ، روابط بین فردی و تعامل با دیگران در قالب عشق به آنهاست. درک زیبایی هنر و طبیعت و برقراری رابطه صمیمانه با دیگران، یکی از راه‌های دست‌یابی به معنای زندگی است. به نظر فرانکل، حتی یک لحظه اوج ارزش تجربی می‌تواند سراسر زندگی را سرشار از معنا سازد، زیرا آنچه مهم است شدت و عمق تجربه‌های لذت‌بخش است، نه تعداد یا مدت زمان دوام آنها. عشق، پدیده‌ای کاملاً انسانی و متفاوت از گزینه جنسی است. آنچه در گونه‌های پست‌تر موجودات به شکل رابطه جنسی دیده می‌شود، در مرحله‌ای

- of Meaning in Life in Adolescent Boys and Girls. *Quarterly Clinical Psychology Studies*, 6(23), 149-177. [Persian]
- Brassi, L., Piko, B. F., Steger, M. F. (2012). Individual and parental factors related to meaning in life among Hungarian minority adolescents from Romania. *International Journal of Psychology*, Vol. 48, No. 3, 308-315.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New York, NY: Guilford Press.
- Baumeister, R. F., & Newman, L. S. (1994). How stories make sense of personal experiences: Motives that shape autobiographical narratives. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 676-690.
- Bandura, A. (1994). Regulative function of perceived self-efficacy. In M. Rumsey, C. Walker, & J. Harris (Eds.), *Personnel selection and classification* (pp. 261-271). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cohen, K., & Cairns, D. (2012). Is searching for meaning in life associated with reduced subjective wellbeing? Confirmation and possible moderators. *Journal of Happiness Studies*, 13, 313-331.
- 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 Cultural Differences? *Asian American Journal of Psychology*, Feb 18, 2016, No Pagination Specified.
- Frankl, V. E. (1959). *Man's search for meaning*. Boston: Beacon Press.
- Honarparvaran, N. (2006). *Essential of mental health*. Tehran: Boshra Press. [Persian]
- Grouden, M. E., & Jose, P. E. (2015). Do sources of meaning differentially predict search for meaning, presence of meaning, and wellbeing? *International Journal of Wellbeing*, 5 (1), 33-52.
- 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.
- Mascaro, N., & Rosen, D. H. (2006). The role of existential meaning as a buffer against stress. *Journal of Humanistic Psychology*, 46(2), 168-190.
- McDonald, M. J., Wong, P. T., & Gingras, D. T. (2012). Meaning-in-life measures and development of a brief version of the Personal Meaning Profile. In P. T. P. Wong (Ed.), *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (2nd ed., pp. 357-382). New York: Routledge.
- Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, vol. 11.
- Prager, E. (1996). Exploring personal meaning in an age-differentiated Australian sample: Another look at the Sources of Meaning Profile (SOMP). *Journal of Aging Studies*, 10(2), 117-136.
- Park, N., Park, M., & Peterson, C. (2010). When is the search for meaning related to life satisfaction?

از موارد دیگری که می‌تواند یک منبع معنا بخش به زندگی برای نوجوان باشد، کار است. کار از دغدغه‌های مربوط به آینده برای نوجوان است. دغدغه‌ها و انتظارات مرتبط با آینده در این دوره تحولی شایع است 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 (Ahmadi et al., 2016). 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 کار کردن فرد به ارزیابی توانایی‌ها، مهارت‌ها و کشف محدودیت‌های خویش ناآل می‌گردد، فرد را جزئی از جامعه می‌کند و با کار فرد می‌تواند نقش سازنده خود را در جامعه ایفاء کند.

با تکیه بر یافته‌های این مطالعه و به کمک ابزار معادلات ساختاری که عناصر خطا در سنجش متغیرهای آشکار را لحاظ کرده است می‌توان پیش‌بینی قابل اعتمادی برای معنا در زندگی در دوره نوجوانی ارائه کرد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود که مدارس در برنامه‌های آموزشی و تربیتی خود برای دانش‌آموزان روی شیوه‌های پرورش احساس خودکارآمدی، تعلق و عشق و ارزش‌های اجتماعی تمرکز نمایند. به دلیل اینکه این متغیرها سهم مهمی از معناداری زندگی در دوره نوجوانی را تبیین می‌نمایند و به تبع احساس معنا در زندگی، امید به آینده، تلاش و کوشش جایگزین یاس و ناامیدی خواهد شد و نتیجه این فعالیت کمک به ارتقاء سطح بهداشت روانی نوجوانان است. محدودیت این پژوهش گستره جغرافیایی و فرهنگی آن و همچنین محدود شدن نمونه آماری به دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه است.

## منابع

- Ahmadi, S., Heidari, M., Bagherian, F. & Kashfi, A. (2016). Adolescence and Development of Meaning: Comparing the Sources and Dimensions

- Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2(1), 1–13.
- Przepiorka, A. (2012). The relationship between attitude toward time and the presence of meaning in life. *International Journal of Applied Psychology*, 2, 22–30.
- Schulenberg, S. E., & Melton, A. M. (2010). A confirmatory factor-analytic evaluation of the Purpose in Life Test: Preliminary psychometric support for a replicate two-factor model. *Journal of Happiness Studies*, 11, 95–111.
- Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483–499.
- Schlegel, R. J., Hicks, J. A., King, L. A., & Arndt, J. (2011). Feeling like you know who you are: Perceived true self-knowledge and meaning in life. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(6), 745–756.
- 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
- Scannell, E. D., Allen, F. C. L., & Burton, J. (2002). Meaning in life and positive and negative well-being. *North American Journal of Psychology*, 4(1), 93–112.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, 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, 199-228.
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the lifespan: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *Journal of Positive Psychology*, 4, 43–52.
- 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.
- VanTongeren, D.R., Green, J.D., Hook, J.N., Davis, D.E., Davis, J.L. & Ramos, M. (2015). Forgiveness increases meaning in life. *Social Psychological and Personality Science* 2015, Vol. 6(1) 47-55
- Woodruff, S., & Cashman, J. (1993). Task, domain, and general efficacy: A reexamination of the self-efficacy scales. *Psychological Reports*, 72, 423-432.
- Zhang, H., Sang, Z., Chan, D.K.S., Teng, F., Liu, M., Yu, S., & Tian, Y. (2016). Sources of meaning in life among Chinese university students. *J Happiness Study*, 1473–1492.
- Woodruff, S., & Cashman, J. (1993). Task, domain, and general efficacy: A reexamination of the Self-efficacy Scale. *Psychological Reports*, 72, 423-432.