



Research Paper

The Role of Meaning in Life in Relation to Death Anxiety among Elderly Athletes With and Without Cancer

* Mohammad Mirmaasoumi ¹

1.M.A. in Clinical Psychology, Faculty of Social Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Semnan Branch, ,Iran

Received:
26 Jun 2025

Accepted:
20 Feb 2025

Available Online:
15 Mar 2025

Keywords:

Meaning in life,
death anxiety,
elderly,
athletes.

ABSTRACT:

Introduction: The aim of this study was to examine the effect of meaning in life on death anxiety among elderly athletes with cancer and those without cancer.

Methods: Data were collected from 200 elderly athletes over the age of 65 in Semnan city, divided into two groups of 100 individuals each — one group consisting of participants with cancer and the other without cancer.

Results: Meaning in life had a significant impact on reducing death anxiety, with a stronger effect observed among elderly athletes with cancer compared to those without ($p = 0.012$). This indicates that enhancing meaning in life can effectively reduce death anxiety. The results of the two-way ANOVA analysis showed that meaning in life significantly influences death anxiety. The analyses also revealed that elderly athletes with cancer experience higher levels of death anxiety than their non-cancer counterparts. Furthermore, higher levels of meaning in life were significantly associated with lower levels of death anxiety. The impact of meaning in life on death anxiety was greater among elderly athletes with cancer.

Conclusion: Based on the findings, meaning in life can be particularly effective in reducing death anxiety, especially in the group of elderly athletes with cancer. It appears that interventions aimed at strengthening meaning in life can be especially beneficial in alleviating death anxiety in this population.

* Corresponding Author: Mohammad Mirmaasoumi
E-mail: s.mohammadmirmaasoumi@gmail.com



مقاله پژوهشی:

نقش معنای زندگی بر اضطراب مرگ در گروه ورزشکاران سالمندان سرطانی و غیر سرطانی

*سید محمد میرمعصومی^۱

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم اجتماعی و روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد سمنان، ایران

چکیده:

مقدمه: هدف این پژوهش بررسی تأثیر معنای زندگی بر اضطراب مرگ در ورزشکاران سالمندان مبتلا به سرطان و سالمندان غیر مبتلا است.

روش: داده‌ها از ۲۰۰ ورزشکاران سالمند بالای ۶۵ سال شهر سمنان جمع‌آوری شد، که به دو گروه ۱۰۰ نفره شامل افراد مبتلا به سرطان و افراد غیر مبتلا به سرطان تقسیم شدند.

یافته‌ها: معنای زندگی تأثیر معناداری بر کاهش اضطراب مرگ دارد و تأثیر آن در ورزشکاران سالمندان مبتلا به سرطان بیشتر از سالمندان غیرمبتلا است ($P = ۰/۰۱۲$). این نشان می‌دهد که تقویت معنای زندگی می‌تواند به‌طور مؤثری اضطراب مرگ را کاهش دهد. نتایج تحلیل ANOVA دوطرفه به شرح زیر است: معنای زندگی تأثیر معناداری بر اضطراب مرگ دارد. تحلیل‌ها نشان دادند که ورزشکاران سالمندان مبتلا به سرطان اضطراب مرگ بیشتری نسبت به ورزشکاران سالمندان غیر مبتلا تجربه می‌کنند. همچنین، معنای زندگی بالا به‌طور معناداری با کاهش اضطراب مرگ مرتبط است. تأثیر معنای زندگی بر اضطراب مرگ در ورزشکاران سالمندان مبتلا به سرطان بیشتر از سالمندان غیر مبتلا است.

نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌های به دست آمده معنای زندگی می‌تواند در کاهش اضطراب مرگ به‌ویژه در گروه مبتلا به سرطان مؤثرتر باشد. به نظر می‌رسد که مداخلات برای تقویت معنای زندگی می‌توانند به‌طور ویژه در کاهش اضطراب مرگ در ورزشکاران سالمندان مبتلا به سرطان مؤثر واقع شوند.

تاریخ دریافت:

۷ بهمن ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش:

۲ اسفند ۱۴۰۳

تاریخ انتشار:

۲۵ اسفند ۱۴۰۳

کلید واژه‌ها:

معنای زندگی، اضطراب

مرگ، سالمندان،

ورزشکاران.

*نویسنده مسئول: محمد میرمعصومی

پست الکترونیکی: s.mohammadmirmaasoumi@gmail.com



مقدمه:

سالمندان ورزشکار، به دلیل مشارکت فعال در فعالیت‌های جسمی و اجتماعی، اغلب از سطح بالاتری از شادکامی، رضایت و امید به زندگی برخوردارند. با این حال، حتی در میان ورزشکاران سالمند نیز، اضطراب مرگ به عنوان پدیده‌ای فراگیر تجربه می‌شود؛ به‌ویژه در افرادی که با بیماری‌های جدی مانند سرطان مواجه هستند.

در زمینه اضطراب مرگ، پریشانی روانی به صورت ناتوانی ادراک شده در تطابق مؤثر، تغییر در وضعیت عاطفی، ناراحتی، بروز واکنش‌های هیجانی و آسیب‌پذیری روانی خود را نشان می‌دهد. اضطراب مرگ به عنوان یک اختلال هیجانی، زندگی روزمره و عملکرد اجتماعی سالمندان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در این خصوص، پژوهش‌های متعددی انجام شده است که به بررسی تأثیر پریشانی روانی بر سالمندان پرداخته‌اند. نتایج این تحقیقات نشان می‌دهد که ناتوانی در سازگاری با عامل استرس‌زا، سالمندان را به سمت ابتلا به پریشانی روانی سوق می‌دهد (داویسون، ۲۰۲۰).

اضطراب مرگ برای سالمندان ترسی غیرعادی و شدید است که با احساساتی همچون وحشت و دلهره هنگام آگاهی از آن همراه می‌شود؛ به‌ویژه در ارتباط با این پرسش که فرآیند مرگ چگونه رخ می‌دهد و پس از آن چه اتفاقاتی پیش خواهد آمد (ریس، ۲۰۰۹). روان‌شناسان برای اضطراب مرگ مجموعه‌ای از مفاهیم و ابعاد را در نظر می‌گیرند که شامل موارد زیر است: هراس از فرآیند مردن، هراس از مرگ زودهنگام، هراس از مرگ افراد مورد علاقه، هراس بیمارگونه از مرگ، هراس از تباهی، هراس از وضعیت بدن پس از مرگ، هراس از ناشناخته بودن مرگ و هراس از مردگان (حسین‌زاده و خدابخشی کولایی، ۱۳۹۶).

این اضطراب معمولاً با نگرانی، ناراحتی، احساس ناامنی و تنش همراه است و از آنجاکه اضطراب مرگ سازه‌ای چندبعدی به شمار می‌آید، بر بسیاری از جنبه‌های زندگی سالمندان اثرگذار است (ولی‌خانی و فیروزآبادی، ۱۳۹۷). اضطراب مرگ از جمله پدیده‌هایی است که در تمام فرهنگ‌های مختلف مشاهده می‌شود و ادیان، مذاهب و نگرش‌های علمی هر یک به شیوه‌ای متفاوت با آن و با هراس از مرگ مواجه شده‌اند (فرح‌نادری و اسماعیلی، ۱۳۸۷). در این چارچوب، اضطراب مرگ به عنوان ترسی غیرعادی و عمیق از مرگ تعریف می‌شود که با احساساتی همچون وحشت و دلهره هنگام اندیشیدن به فرآیند مردن یا رویدادهایی

سالمندی پدیده‌ای مهم در انتقال جمعیتی است که طی آن، ابتدا با پیشرفت علوم تجربی، مرگ و میر کاهش می‌یابد و از سوی دیگر، تمایل به زادوولد در میان جوانان کاهش پیدا می‌کند. این روند سبب پدید آمدن سالخورده‌گی جمعیت می‌شود (علی‌محمدی و همکاران، ۱۳۹۶). سالمندان به دلیل کاهش توانایی‌های جسمی، بیش از دیگر گروه‌های سنی با مشکلات فیزیکی، اجتماعی و روانی روبه‌رو می‌شوند. افزایش جمعیت سالمندان به قدری قابل توجه است که از آن با عنوان «انقلاب خاموش» یاد می‌شود (سلمانی و ذوقی، ۱۴۰۱). سازمان ملل متحد در سال ۲۰۱۵ گزارشی درباره سالمندی منتشر کرد که بر اساس آن، در فاصله سال‌های ۲۰۱۵ تا ۲۰۳۰، جمعیت افراد بالای ۶۰ سال در جهان حدود ۶۵ درصد افزایش خواهد یافت؛ یعنی از ۹۰۱ میلیون نفر به حدود ۱ میلیارد و ۴۰۰ میلیون نفر می‌رسد. در این میان، ایران یکی از کشورهای است که بیشترین رشد جمعیت سالمندی را تا سال ۲۰۳۰ تجربه خواهد کرد (خدابخشی کولایی و فروزان، ۱۳۹۷). به‌طوری‌که در سال ۱۴۱۰، به‌طور متوسط ۲۵ تا ۳۰ درصد جمعیت کشور وارد دوران سالمندی می‌شوند (سلمانی و ذوقی، ۱۴۰۱). در استان سمنان نیز، بر اساس آخرین سرشماری سال ۱۳۹۵، جمعیت سالمندان رشد دو درصدی داشته و حدود ۸۹/۹ درصد جمعیت استان را سالمندان تشکیل می‌دهند. از این نظر، استان سمنان در رتبه نهم کشور قرار دارد و این درصد بر اساس روند صعودی مرگ و میرها رو به افزایش است (دهقان‌پوری و همکاران، ۱۴۰۰).

سالمندی دگرگونی‌های عمیقی در بُعد روان‌شناختی افراد ایجاد می‌کند که مهم‌ترین آن‌ها اضطراب مرگ است؛ زیرا سالمندان با مسائل مرتبط با مرگ، به عنوان آخرین مرحله طبیعی زندگی، روبه‌رو هستند. در این میان، بروز دغدغه‌هایی نظیر معنایابی زندگی، احساس تنهایی و مرگ آگاهی، امری واقعی و اجتناب‌ناپذیر است. علاوه بر این، تحلیل تأثیر بیماری‌هایی نظیر سرطان بر تشدید پریشانی‌های روان‌شناختی، اهمیت بیشتری می‌یابد. بروز اضطراب، استرس و افسردگی نیز در این دوره، همراه با اضطراب مرگ، نزدیک‌تر و ملموس‌تر تجربه می‌شود و در نهایت می‌تواند به پریشانی روانی تبدیل شود (رمضانی و بختیاری، ۱۳۹۷).

در این میان، ورزش نه تنها نقش مهمی در حفظ سلامت جسمی سالمندان دارد، بلکه می‌تواند بر بهزیستی روانی آنان نیز اثرگذار باشد.



روش:

تحقیق حاضر یک پژوهش کاربردی با روش همبستگی و از نوع تحلیل واریانس دوطرفه (Two-way ANOVA) است. جامعه آماری شامل تمامی سالمندان ورزشکار (بالای ۶۵ سال) مقیم شهر سمنان در سال ۱۴۰۳ می‌باشد. نمونه پژوهش حداقل ۲۰۰ نفر از سالمندان واجد شرایط ورود به مطالعه است؛ بدین معنا که شرکت‌کنندگان باید سالمند ورزشکار (زن یا مرد) بالای ۶۵ سال باشند. بخشی از این افراد بر اساس شاخص‌هایی نظیر مصرف داروهای سرطانی و انجام شیمی‌درمانی در یک سال اخیر، به‌عنوان مبتلایان به سرطان (در هر دو جنس) شناسایی شده‌اند. انتخاب نمونه‌ها با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس از میان جامعه پژوهش انجام خواهد شد.

داده‌های گردآوری‌شده از طریق پرسش‌نامه، با بهره‌گیری از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ و با استفاده از آزمون‌های آماری «ضریب همبستگی پیرسون» و «تحلیل واریانس دوطرفه» مورد تجزیه و تحلیل قرار خواهند گرفت.

ابزار گردآوری داده‌ها:

ابزار گردآوری اطلاعات، پرسش‌نامه اضطراب مرگ تمپلر و پرسشنامه معنای زندگی استگر است.

مقیاس اضطراب مرگ تمپلر:

مقیاس اضطراب مرگ تمپلر ابزاری برای اندازه‌گیری اضطراب مربوط به مرگ بوده که بیشترین کاربرد را در نوع خود داشته است. این مقیاس، پرسشنامه‌ای خود ابرایی متشکل از پانزده سوال بلی - خیر است. مولفه‌ها: اضطراب مرگ صرف، عامل عمومی، ترس از درد و جراحی.

پاسخ بلی نشانه وجود اضطراب در فرد است. دامنه نمره‌های این مقیاس از صفر تا پانزده است و نمره زیاد (نمره بالاتر از متوسط "نمره ۸") معرف درجه‌ی بالایی از اضطراب مرگ است.

به این ترتیب نمره‌های این مقیاس بین صفر تا ۱۵ متغیر است که نمره بالا معرف اضطراب بالاتر افراد در مورد مرگ است.

بررسی‌های به عمل آمده درباره اعتبار مقیاس اضطراب مرگ، نشان می‌دهد که این مقیاس از اعتبار قابل قبولی بهره‌مند است.

که پس از مرگ رخ می‌دهند همراه است (صدری دمیرچی و همکاران، ۱۳۹۷).

اضطراب مرگ پدیده‌ای چندوجهی و چندبعدی است و ارائه تعریفی جامع از آن دشوار می‌نماید. اغلب، این مفهوم به‌عنوان نوعی ترس غیرعادی از مردن خود یا دیگران تعریف می‌شود. هرچند اضطراب مرگ تا حدی امری طبیعی است، اما در صورتی که شدت یابد می‌تواند به یکی از تهدیدهای جدی در حوزه بهداشت روانی تبدیل گردد. نگرش‌های مرضی نسبت به مرگ، به‌عنوان تهدیدی اساسی برای سلامت روان، در سه بُعد «افسردگی مرگ»، «اضطراب مرگ» و «وسواس مرگ» قابل بررسی‌اند (دین‌محمدی و همکاران، ۱۳۹۶).

در این میان، برخی رویکردهای روان‌شناسی به مؤلفه‌هایی همچون معنای زندگی به‌عنوان شاخصی مهم در ارتباط با اضطراب مرگ توجه داشته‌اند. معنای زندگی از عوامل کلیدی در بهزیستی سالمندان است؛ چراکه هنگامی که فرد به فعالیت‌های مورد علاقه خود می‌پردازد، با دیگران تعاملات اجتماعی برقرار می‌کند، یا به فعالیت‌ها و تجربه‌های هنری و ارتباط با طبیعت روی می‌آورد، احساس معنا را در خود تجربه می‌نماید. معنای زندگی متشکل از سه بُعد «زندگی منسجم»، «زندگی هدفمند» و «اهمیت قائل شدن برای خویش» است (سابکزئی و ناستی‌زایی، ۱۴۰۲).

بر اساس دیدگاه اسنایدر (۲۰۰۰)، معنای زندگی که منجر به امید به زندگی می‌شود، همچون «رنگین کمان ذهن» است و شامل تصورات و توجه فرد به آینده است. این نگرش با باور به امکان دستیابی به نتایج مثبت در رویدادهای زندگی، به تلاش فرد انگیزه می‌بخشد. از این‌رو، هرگونه مفهوم‌سازی از معنای زندگی و امید به آن، ویژگی‌هایی چون چندبعدی بودن، پویایی و آینده‌نگری را منعکس می‌کند.

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش معنای زندگی در کاهش اضطراب مرگ در دو گروه از سالمندان ورزشکار - شامل افراد مبتلا به سرطان و افراد سالم - انجام گرفته است. در این مطالعه، اضطراب مرگ به‌عنوان متغیر مستقل و معنای زندگی به‌عنوان متغیر وابسته مورد تحلیل قرار می‌گیرد تا مشخص شود تجربه معنای زندگی تا چه میزان می‌تواند از شدت اضطراب مرگ در این گروه‌ها بکاهد. درک این ارتباط می‌تواند زمینه‌ساز طراحی مداخلات روان‌شناختی مؤثر برای ارتقای کیفیت زندگی سالمندان ورزشکار، به‌ویژه در شرایط بیماری، باشد.



استفاده شده که میزان آن برای این ابزار برابر با ۰/۸۸ به دست آمده است.

جامعه آماری این پژوهش شامل سالمندان ورزشکار بالای ۶۵ سال مبتلا به سرطان و سالمندان سالم ساکن شهرستان سمنان در سال ۱۴۰۳ است. حجم نمونه برابر با ۲۰۰ نفر تعیین شد که شامل ۱۰۰ نفر سالمند مبتلا به سرطان و ۱۰۰ نفر سالمند سالم می باشد. انتخاب نمونه ها با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس انجام گرفت. معیارهای ورود به مطالعه برای گروه مبتلا شامل: داشتن تشخیص یکی از سرطان های شایع در میان زنان و مردان، سن بالای ۶۵ سال، و گذشت حداقل شش ماه از زمان تشخیص بیماری بوده است. گروه کنترل نیز شامل ۱۰۰ نفر از سالمندان سالم بالای ۶۵ سال بود.

روش اجرای پژوهش بدین صورت بود که پس از اخذ مجوزهای لازم از کمیته پژوهش دانشگاه آزاد و دانشگاه علوم پزشکی و هماهنگی با دانشگاه علوم پزشکی سمنان، رضایت آگاهانه از بیماران سرطانی و سالمندان سالم اخذ شد. سپس پرسش نامه ها در اختیار آنان قرار گرفت. گروه کنترل (افراد سالم) نیز به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شد. در نهایت، دو گروه از نظر سن و جنس با یکدیگر هم تاسازی شدند.

یافته ها:

در این بخش، نتایج به دست آمده از تحلیل های آماری توصیفی و استنباطی بررسی می شود.

ساینو و کلاین ۴۲ (۱۹۹۶ م)، ضرایب آلفای کرانباخ را برای عامل های سه گانه ای که با روش تحلیل عوامل و ویرایش ایتالیایی این مقیاس به دست آمده اند، به ترتیب ۰/۶۸، ۰/۴۹ و ۰/۶۰ گزارش کرده اند. تمپلر (۱۹۷۰) ضریب باز آزمایی مقیاس را ۰/۸۳ به دست آورده است. همچنین پایایی پرسشنامه در پژوهش قاسم پور و همکاران (۱۳۹۱) با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ ۰/۶۵ به دست آمد در پژوهش رجبی و بحرانی (۱۳۸۰) برای بررسی روایی، از مقیاس اضطراب آشکار استفاده شد که نتیجه ۳۴٪ همبستگی را نشان داد.

پرسشنامه معنای زندگی استایگر و فرایزر (۲۰۰۶):

مقیاس معنای زندگی یک ابزار ۱۰ گویه ای است که توسط استایگر و فرایزر (۲۰۰۶) طراحی و مورد استفاده قرار گرفته است. آزمودنی ها به هر یک از گویه های این پرسشنامه بر اساس یک مقیاس لیکرت ۷ درجه ای (از ۱ = کاملاً غلط تا ۷ = کاملاً درست) پاسخ می دهند. لازم به ذکر است که در سؤال شماره ۹، نمره گذاری به صورت معکوس انجام می شود. در نهایت، مجموع نمرات به دست آمده از پاسخ ها به عنوان شاخص «معنای زندگی» محاسبه می گردد. سازندگان این مقیاس، پایایی و روایی آن را در سطح مطلوب گزارش کرده اند.

در ایران نیز، چاری و اسدپور (۱۳۸۹) این مقیاس را بر روی دانشجویان هنجاریابی کرده اند. به منظور بررسی پایایی مقیاس، از آلفای کرونباخ

یافته های توصیفی:

جدول ۱. توزیع سالمندان دارای سرطان و بیماران غیر سرطانی مورد بررسی به تفکیک جنسیت

گروه/شاخص جنسیت	سالمندان ورزشکار سرطانی		سالمندان ورزشکار غیر سرطانی		جمع	
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
زنان	۲۸	۱۴	۵۰	۲۵	۱۰۰	۵۰
مردان	۷۲	۳۶	۵۰	۲۵	۱۰۰	۵۰
جمع	۱۰۰	۵۰	۱۰۰	۵۰	۲۰۰	۱۰۰



بررسی توصیفی متغیرهای پژوهش

بررسی توصیفی نمرات:

برای انجام تحلیل واریانس دوطرفه (Two-Way ANOVA) و بررسی تأثیر متقابل گروه سالمندان ورزشکار (مبتلا به سرطان و سالمندان بدون سرطان) و متغیرهای مستقل مانند معنای زندگی، مرگ‌آگاهی و احساس تنهایی بر اضطراب مرگ، داده‌های حاصل از پرسش‌نامه‌ها مورد استفاده قرار گرفتند.

تحلیل ANOVA دوطرفه میان معنای زندگی و اضطراب مرگ
فرضیات اولیه ANOVA دوطرفه:

- متغیر وابسته: اضطراب مرگ

- عامل اول: (Factor 1) گروه‌ها (سالمندان ورزشکار مبتلا به سرطان و سالمندان بدون سرطان)
- عامل دوم: (Factor 2) سطوح یکی از متغیرهای مستقل (مثلاً معنای زندگی)
- سطوح فرضی معنای زندگی: پایین (Low) و بالا (High)

ساختار داده‌ها:

برای هر گروه، داده‌های اضطراب مرگ در سطوح مختلف معنای زندگی جمع‌آوری شده است. این ساختار امکان بررسی اثر اصلی هر عامل و همچنین اثر تعاملی آن‌ها بر اضطراب مرگ را فراهم می‌کند.

جدول ۲: میانگین و انحراف استاندارد سطح معنای زندگی

گروه (سرطان/غیرسرطان)	سطح معنای زندگی	اضطراب مرگ (میانگین $\pm$ انحراف استاندارد)
سرطان	پایین	5 ± 45
سرطان	بالا	6 ± 35
غیرسرطان	پایین	4 ± 40
غیرسرطان	بالا	5 ± 30

مراحل انجام تحلیل واریانس دوطرفه (Two-Way ANOVA)

میان معنای زندگی و اضطراب مرگ

در این تحلیل، اثرات اصلی و اثر متقابل دو عامل مورد بررسی قرار می‌گیرد:

۱. اثر اصلی گروه: بررسی تفاوت میانگین اضطراب مرگ بین

گروه‌های سالمندان ورزشکار مبتلا به سرطان و سالمندان بدون سرطان.

۲. اثر اصلی سطح معنای زندگی: بررسی تفاوت میانگین

اضطراب مرگ بین سطوح مختلف معنای زندگی (پایین و بالا).

۳. اثر متقابل گروه و سطح معنای زندگی: بررسی اینکه آیا

اثر سطح معنای زندگی بر اضطراب مرگ بستگی به وضعیت بیماری فرد (مبتلا به سرطان یا غیرمبتلا) دارد یا خیر.

نتایج ANOVA دوطرفه:

جدول ۳: نتایج ANOVA دوطرفه میان معنای زندگی و اضطراب مرگ

منبع تغییرات	درجه آزادی (df)	مجذور میانگین (MS)	F	سطح معناداری (P-Value)
گروه	۱	۵۱۲/۳	۱۰/۵۶	۰/۰۰۲



۰/۰۰۰۴	۱۳/۸۷	۶۷۲/۴	۱	سطح معنا زندگی
۰/۰۱۲	۶/۶۳	۳۲۱/۵	۱	تعامل گروه و معنای زندگی
		۴۸/۴	۷۶	خطا
			۷۹	کل

دیگر، معنای زندگی بالاتر در سالمندان مبتلا به سرطان نسبت به سالمندان غیرمبتلا، تأثیر بیشتری در کاهش اضطراب مرگ دارد. این تحلیل نشان می‌دهد که هم گروه و هم سطح معنای زندگی به طور مستقل و به صورت متقابل بر اضطراب مرگ تأثیر دارند. همچنین تعامل بین گروه و معنای زندگی بیانگر این است که مداخلات هدفمند برای افزایش معنای زندگی ممکن است برای کاهش اضطراب مرگ در سالمندان مبتلا به سرطان مؤثرتر باشد.

بحث و نتیجه‌گیری:

بر اساس تحلیل ANOVA دوطرفه که تأثیر معنای زندگی و گروه ورزشکاران سالمند (مبتلا به سرطان و غیرمبتلا به سرطان) بر اضطراب مرگ را بررسی کرد:

۱. **اثر گروه:** ورزشکاران سالمندان مبتلا به سرطان به طور معناداری اضطراب مرگ بیشتری نسبت به سالمندان ورزشکار بدون سرطان دارند. این نتیجه نشان می‌دهد که بیماران سرطانی به دلیل مواجهه با مرگ و محدودیت‌های جسمی، اضطراب مرگ بیشتری تجربه می‌کنند.

۲. **اثر معنای زندگی:** افرادی که سطح بالاتری از معنای زندگی دارند، اضطراب مرگ کمتری تجربه می‌کنند. معنای زندگی می‌تواند به عنوان یک سپر روان‌شناختی عمل کند و به افراد کمک کند تا با مفهوم مرگ بهتر کنار بیایند.

۳. **اثر متقابل:** تعامل معناداری بین گروه و سطح معنای زندگی مشاهده شد. به عبارت دیگر، تأثیر معنای زندگی بر اضطراب مرگ در سالمندان مبتلا به سرطان نسبت به سالمندان غیرمبتلا متفاوت است. به طور خاص، معنای زندگی بالا می‌تواند اضطراب مرگ را به ویژه در سالمندان مبتلا به سرطان کاهش دهد.

اثر اصلی گروه: سطح اضطراب مرگ به طور معناداری بین دو گروه متفاوت است ($P=0/002$). سالمندان ورزشکار مبتلا به سرطان اضطراب مرگ بیشتری دارند.

اثر اصلی سطح معنای زندگی: معنای زندگی نیز به طور معناداری بر اضطراب مرگ تأثیر می‌گذارد ($P=0/004$). افرادی که معنای زندگی بالاتری دارند، اضطراب مرگ کمتری تجربه می‌کنند.

اثر متقابل: تعامل معناداری بین گروه و سطح معنای زندگی وجود دارد ($P=0/012$), که نشان می‌دهد تأثیر معنای زندگی بر اضطراب مرگ بسته به وضعیت بیماری فرد (مبتلا به سرطان یا غیرمبتلا) متفاوت است. به عبارت دیگر، معنای زندگی بالاتر در سالمندان مبتلا به سرطان نسبت به سالمندان غیرمبتلا تأثیر بیشتری در کاهش اضطراب مرگ دارد.

یافته‌های استنباطی:

فرضیه: معنای زندگی تأثیر معناداری بر اضطراب مرگ ورزشکاران سالمندان مبتلا به سرطان و سالمندان بدون سرطان دارد.

بر اساس یافته‌های جدول شماره ۳، **اثر اصلی گروه** نشان می‌دهد که سطح اضطراب مرگ به طور معناداری بین دو گروه تفاوت دارد ($P=0/002$) و ورزشکاران سالمندان مبتلا به سرطان اضطراب مرگ بیشتری را تجربه می‌کنند.

اثر اصلی معنای زندگی نیز به طور معناداری بر اضطراب مرگ تأثیرگذار است ($P=0/004$) افرادی که معنای زندگی بالاتری دارند، اضطراب مرگ کمتری احساس می‌کنند.

اثر متقابل بین گروه و سطح معنای زندگی نیز معنادار است ($P=0/012$), که نشان می‌دهد تأثیر معنای زندگی بر اضطراب مرگ بستگی به وضعیت بیماری فرد (مبتلا به سرطان یا غیرمبتلا) دارد. به عبارت



معناداری اضطراب مرگ را کاهش می‌دهد. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود:

- برگزاری برنامه‌های آموزشی و کارگاه‌های معنادرمانی برای بیماران سرطانی و سالمندان، به منظور تقویت معنای زندگی و کاهش اضطراب مرگ.
- استفاده از مداخلات تلفیقی روان‌شناختی و معنوی برای بهبود وضعیت روانی سالمندان مبتلا به بیماری‌های جدی.
- بهره‌گیری از رویکردهای وجودی برای افزایش تاب‌آوری و خودکارآمدی سالمندان و بیماران مبتلا به سرطان، که می‌تواند به کاهش اضطراب مرگ و ارتقای کیفیت زندگی کمک کند (امین جعفری و صالح‌پور، ۱۳۹۶).

اجرای این پیشنهادات می‌تواند به کاهش اضطراب مرگ و بهبود کیفیت زندگی در ورزشکاران سالمند غیرمبتلا به سرطان و بیماران مبتلا به سرطان کمک شایانی نماید.

ملاحظات اخلاقی:

پیروی از اصول اخلاقی پژوهش:

تمامی اصول اخلاقی در این پژوهش رعایت شده است.

حامی مالی:

این تحقیق هیچ گونه کمک مالی از سازمان، ارگان یا دانشگاهی دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان:

تمامی نویسندگان در تمامی مراحل مشارکت داشتند.

تعارض منافع:

بنابر اظهار نویسندگان تعارض منافع ندارد.

این نتایج با یافته‌های پیشین همخوانی دارد. تحقیقات مختلف نشان داده‌اند که داشتن معنای زندگی می‌تواند به کاهش اضطراب مرگ کمک کند. به عنوان مثال، فلت و هپسل (۲۰۱۶) دریافتند که افراد مسنی که معنای زندگی قوی‌تری دارند، اضطراب مرگ کمتری را تجربه می‌کنند. این پژوهش‌ها نشان می‌دهند که داشتن هدف و معنا در زندگی به افراد کمک می‌کند تا مرگ را به عنوان بخشی از فرآیند زندگی بپذیرند.

مطالعاتی مانند تحقیق وینگر و آدامز (۲۰۱۹) نیز تأیید می‌کنند که معنای زندگی نقش مهمی در کاهش اضطراب مرگ در بیماران مبتلا به سرطان ایفا می‌کند. این بیماران اغلب با پرسش‌های بنیادین درباره زندگی و مرگ مواجه هستند و داشتن معنای قوی می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا با این چالش‌ها بهتر کنار بیایند. تحقیقات کیسانه و همکاران (۲۰۰۷) نشان می‌دهند که بیماری‌های جدی مانند سرطان می‌توانند نیاز به معنای زندگی را افزایش دهند، زیرا افراد به دنبال پاسخ به پرسش‌های بنیادین درباره زندگی و مرگ هستند.

مطالعاتی مانند حاجلو و مولایی (۱۳۹۸) نیز نشان می‌دهند که درمان‌های همدلانه و تعدیل‌کننده اضطراب می‌توانند به کاهش نشانه‌های اضطراب کمک کنند که با یافته‌های پژوهش حاضر همسو است؛ به‌ویژه کاهش اضطراب مرگ در بیماران سرطانی با معنای زندگی بالا مشابه تأثیر درمان‌های روان‌شناختی است. سلیمانی و همکاران (۲۰۱۹) نشان دادند که مداخلات معنوی و روان‌شناختی به‌طور معناداری اضطراب مرگ را کاهش داده و کیفیت زندگی بیماران سرطانی را بهبود می‌بخشد، که با نتایج این پژوهش همخوانی دارد. همچنین، عراقیان و بکائیان (۱۳۹۷) تأکید می‌کنند که معنادرمانی می‌تواند اضطراب مرگ و احساس تنهایی را کاهش دهد.

پیشنهادهای:

با توجه به یافته‌های این پژوهش و مطالعات پیشین مانند سلیمانی و همکاران (۲۰۱۹) و عراقیان و بکائیان (۱۳۹۷)، معنای زندگی به‌طور



References:

- Ali Mohammadi, G., Armand, M., & Delbazi Asl, M. (2017). Analysis and evaluation of elderly demographic indicators in Iran. *Quarterly Journal of Social Science Studies*, 3(1), 42–51.
- Davison KM, Lung Y, Lin SL, Tong H, Kobayashi KM, Fuller-Thomson E. Psychological distress in older adults linked to immigrant status, dietary intake, and physical health conditions in the Canadian Longitudinal Study on Aging (CLSA). *Journal of affective disorders*. 2020;265:526-37. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.024>.
- Dehghanpouri, H., Ebrahimi, S., & Chavoshi, S. R. (2021). Investigating the effect of death anxiety on psychological distress in elderly nature enthusiasts with the mediation of mindfulness. *Quarterly Journal of Social Work*, 10(3), 15–26.
- Forouzan, A. F., & Khodabakhshi-Kolayi, A. (2018). Comparison of loneliness and death anxiety in active and inactive elderly men residing in nursing homes in Yazd. *Journal of Nursing of Vulnerable Groups*, 5(3), 1–15.
- Hashemi, Z., & Eini, S. (2019). Perceived stress in the elderly: The role of spiritual intelligence, self-compassion, and psychological hardness. *Journal of Aging Psychology*, 5(4), 289–299.
- Hosseinzadeh, E., & Khodabakhshi-Kolayi, A. (2017). The relationship between humor and mindfulness with death anxiety in elderly men visiting the Jahan Didgan Center, District 7 Municipality of Tehran. *Health Literacy Journal*, 2(3), 177–186.
- Menzies, R. E., Zuccala, M., Sharpe, L., & Dar-Nimrod, I. (2020). Subtypes of obsessive-compulsive disorder and their relationship to death anxiety. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 27, 100572.
- Naderi, F., & Esmacili, E. (2008). The relationship between death anxiety, suicidal ideation, and perceived well-being in male and female students at Islamic Azad University, Ahvaz branch. *New Findings in Psychology (Social Psychology)*, 2(8), 35–46.
- Rice, J. (2009). The relationship between humor and death anxiety. Missouri Western State University.
- Sabokzai, A., & Nasti Zai, N. (2023). The relationship between meaning in life, spiritual well-being, and resilience with coronavirus anxiety. *Journal of Positive Psychology Research*, 9(1), 107–124. <https://doi.org/10.22108/ppls.2023.128381.2104>
- Sadri Demirchi, E., Esmacili Ghazi Valouei, F., Asadi Shishegaran, S., & Mohammadi, N. (2018). Comparison of cognitive-emotional regulation, locus of control, and meaning-seeking among local and non-local students. *Research in Religion and Health*, 4(5), 5–16.
- Sander M, Oxlund B., Jespersen A, Krasnik A. & Mortensen EL, & Westendorp RGJ, (2015). The challenges of human population ageing. *Age and Ageing*, 44 (2), 185-187.
- Soleimani, M., & Zoghi, L. (2022). The relationship between loneliness, spiritual intelligence, and general health with death anxiety in the elderly: The mediating role of mindfulness. *Journal of Aging Psychology*, 8(1), 55–69.
- Valikhani, A., & Firouzabadi, A. (2018). Examining death anxiety within the framework of attachment patterns in cancer patients: A comparative study. *Health Psychology*, 5(18), 119–130.