



## نقش میانجی کیفیت زندگی در رابطه بین معنایابی زندگی و احساس انسجام با اضطراب مرگ در سالمندان شهر اهواز

مهان محمودی کوهی<sup>۱</sup>  
زهرا دشت بزرگی<sup>۲</sup> ✉

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۱/۳۰ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۳/۳۰

### چکیده

هدف از انجام این پژوهش، بررسی نقش میانجی کیفیت زندگی در رابطه بین معنایابی زندگی و احساس انسجام با اضطراب مرگ در سالمندان شهر اهواز بود. طرح پژوهش، همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل کلیه سالمندان شهر اهواز بود. به این منظور ۱۰۸ سالمند به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های اضطراب مرگ تمپلر (۱۹۷۰)، معنایابی زندگی استیگر و اوشی (۲۰۰۴)، احساس انسجام فلسنبرگ-مدسن، ونتگوت و مریک (۲۰۰۶) و کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی (۱۹۶۶) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها به روش ضریب همبستگی پیرسون و مدلیابی معادلات ساختاری انجام شد ( $p < 0/05$ ). نتایج نشان داد تمامی مسیرهای مستقیم به جز مسیر احساس انسجام به اضطراب مرگ معنادار شدند ( $p > 0/05$ ). همچنین، بین معنایابی زندگی با اضطراب مرگ از طریق کیفیت زندگی و نیز بین احساس انسجام با اضطراب مرگ از طریق کیفیت زندگی رابطه غیرمستقیم وجود داشت. بنابراین، با آگاه‌سازی و به‌کارگیری تدابیری جهت توانمندسازی سالمندان در زمینه کیفیت زندگی در رابطه بین معنایابی زندگی و احساس انسجام نقش به‌سزایی در کاهش اضطراب مرگ در سالمندان ایفا کرد.

**واژگان کلیدی:** اضطراب مرگ، احساس انسجام، سالمندان، کیفیت زندگی و معنایابی زندگی.

۱. کارشناسی ارشد- گروه روان‌شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران  
Mahmoodi6043@gmail.com  
۲. نویسنده مسئول: استادیار گروه روان‌شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران  
zahradb2000@yahoo.com

## مقدمه

در نگاه اجتماعی مردم از پیری می‌ترسند و در افکار عمومی سالمندی با تنهایی، بیماری، ناتوانی در راه رفتن و از کار افتادگی همراه است (رونثال<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). البته، تجارب افراد کهنسال همیشه این امر را تأیید نمی‌کند. افراد مسن به طور معمول دیدگاهی مثبت نسبت به سلامتی خود دارند و تنها یک سوم آن‌ها شرایط سلامت خود را متوسط یا بد گزارش می‌کنند.

اضطراب مرگ<sup>۲</sup> را به عنوان احساسی منفی تعریف می‌کنند که یک فرد درباره مرگ و مردن تجربه می‌کند. اضطراب مرگ به ترس و اضطراب مربوط به انتظار و آگاهی از مرگ، مرگ و نیستی اشاره دارد. معمولاً شامل مؤلفه‌های عاطفی، شناختی و انگیزشی است که با توجه به مرحله رشد و تجارب زندگی اجتماعی-فرهنگی فرد متفاوت است (نیمایر و ون برانت، ۲۰۱۸). ابعاد شناختی اضطراب مرگ می‌تواند آگاهی از برجستگی مرگ و انواع باورها، نگرش‌ها، تصاویر و افکار در مورد مرگ، مردن و اتفاقات پس از مرگ را شامل شود. مجموعه این تغییرات و نزدیک شدن به روزهای پایانی زندگی و مرگ، نگرانی و استرس‌های خاصی بر افراد سالمند تحمیل می‌کند (ربابه، حیاجنه و بنی عیسی<sup>۳</sup>، ۲۰۲۱) و موجب افزایش اضطراب مرگ در آن‌ها می‌شوند. اضطراب مرگ در دوران سالمندی به علت احساس نزدیکی بیشتر به این پدیده، ترس از مرگ و ازدست دادن دوستان با واقعیت مرگ محکم‌تر گره می‌خورد و گویی نوعی انتظار مردن و مرگ در سالمندان ایجاد می‌شود (مختاری، مویدی و گلی طالب، ۲۰۲۰). با این‌که مشکلات سلامتی در سنین پیری افزایش می‌یابد، اما معنویت عامل مهمی در سلامت روان سالخوردگان به‌شمار می‌رود (کماری و سانگوان<sup>۴</sup>، ۲۰۲۰).

دغدغه معنا و دستیابی به زندگی معنا دار، اساسی‌ترین دغدغه وجودی آدمی است. احساس معنا<sup>۵</sup> از طریق برآورده شدن نیازهای اولیه فرد در مؤلفه‌های هدفمندی، کارآمدی و خودارزشمندی تحقق می‌یابد (مک کوئین<sup>۶</sup>، ۲۰۲۰). عدم معنا و ناامیدی در افراد به انزوا، گوشه‌گیری، کم تحرکی، افسردگی (وزاوا داسیلوا<sup>۷</sup>، ۲۰۲۰؛ داتو<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۹) و اضطراب (مارکو و آلونسو<sup>۹</sup>، ۲۰۱۹) رابطه مستقیم دارد. کیم، تایر و موون<sup>۱۰</sup> در سال ۲۰۱۹، نشان دادند افرادی که دارای معنی بیشتری در زندگی بودند، رابطه بهتری با خداوند داشته و علائم افسردگی و اضطراب کمتری نشان دادند. همچنین در پژوهش‌های کیم و همکاران (۲۰۱۹)، مهدوی و همکاران (۱۳۹۸) یافته‌ها بیانگر آن بود که بین سلامت وجودی با اضطراب آشکار و افسردگی رابطه معکوس و معناداری وجود دارد. سالمندان ارزش زیادی برای معنویت و باورهای مذهبی قائل هستند. اما معنایابی در زندگی به تنهایی عاملی

<sup>1</sup> Ronthal

<sup>2</sup> death anxiety

<sup>3</sup> Rababa, Hayajneh and Bani-Iss

<sup>4</sup> Kumari and Sangwan

<sup>5</sup> Sense of meaning

<sup>6</sup> MacQueen

<sup>7</sup> Ozawa-de Silva

<sup>8</sup> Datu

<sup>9</sup> Marco and Alonso

<sup>10</sup> Kim, Thyer and Munn

برای کاهش اضطراب مرگ نبود. پژوهش‌های متعددی از تأثیرگذاری احساس انسجام بر اضطراب مرگ روایت می‌کردند (پوستولیکا<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۹).

به گفته آنتونوفسکی، مفهوم احساس انسجام منعکس‌کننده منابع و جهت‌گیری افراد است، که به آن‌ها این امکان را می‌دهد تا با مدیریت محیط پیرامونی و داخلی خود تنش را به شیوه ارتقاءدهنده سلامت حل کنند. آنتونوفسکی اذعان کرد که افراد دارای احساس انسجام قوی معمولاً تمایل قوی برای غلبه بر چالش‌ها دارند و بنابراین، آن‌ها تمایل دارند استراتژی مقابله‌ای را انتخاب کنند که مناسب‌ترین پاسخ به استرس‌های خاصی است که در حال حاضر با آن‌ها روبرو هستند. یکی از این تنش‌ها اضطراب مرگ است که پژوهش‌های عینی و همکاران (۱۳۹۹)، و نیکویک و همکاران (۲۰۲۱) نشان دادند که اگر فردی از احساس انسجام بالاتری برخوردار باشد، احتمال کمتری وجود دارد که اضطراب مرگ را تجربه کند. انسجام نشان داده است که می‌تواند سبب ارتقاء کیفیت زندگی افراد شود که این مسأله در پژوهش‌های عسگری و شفیع (۱۳۹۷)، تاجیکی و همکاران (۱۳۹۸) مشاهده می‌شود.

کیفیت زندگی مفهوم گسترده‌ای است که دارای معانی گوناگونی برای افراد و گروه‌های مختلف است. برخی آن را به عنوان قابلیت زیست‌پذیری یک ناحیه، برخی دیگر به عنوان سنج‌های برای میزان جذابیت و برخی به عنوان رفاه عمومی، بهزیستی اجتماعی، شادکامی، رضایت‌مندی و... تفسیر کرده‌اند (هارالدستاد<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). کیفیت زندگی در برگیرنده ابعاد روانی است که شاخص‌هایی همچون رضایت، شادمانی و امنیت را در بر می‌گیرد. در برخی موارد رضایت‌های اجتماعی نیز نامیده می‌شود. همچنین ابعاد محیطی که در برگیرنده سنج‌هایی همچون مسکن، دسترسی به خدمات و امنیت محیطی است. جنبه‌های دیگر در برگیرنده توجه به فرصت‌های اجتماعی، امیدهای اشتغال، ثروت و اوقات فراغت است (پکونو<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). معنایابی در زندگی متغیر دیگری است که می‌تواند بر کیفیت زندگی تأثیر بگذارد (قدم‌پور و همکاران ۱۳۹۷). احساس انسجام به دلیل اینکه می‌تواند در شرایط استرس و فشار به ما جهت رفع این مشکلات کمک کند در رابطه با کیفیت زندگی می‌تواند مؤثر باشد. در ادامه پژوهش‌های مجیدی و همکاران (۱۳۹۸)، بالا و ماهشواری<sup>۴</sup> (۲۰۱۹) نشان داد که افرادی که از اضطراب مرگ پایین‌تری برخوردار هستند، از کیفیت زندگی بالاتری بهره می‌برند. به طور کلی هدف از انجام این پژوهش نمایان کردن الگویابی نقش میانجی کیفیت زندگی در رابطه بین معنایابی زندگی و احساس انسجام با اضطراب مرگ در سالمندان شهر اهواز است.

## روش

پژوهش حاضر همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آن سالمندان بالای ۶۰ ساله شهرستان اهواز در سال ۱۴۰۰ بودند. جامعه آماری شامل کلیه سالمندان شهر اهواز بود. به این منظور ۱۰۸ سالمند به روش

1. Postolică

2. Haraldstad

3. Pequeno

4. Bala and Maheshwari

نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. در این پژوهش برای تعیین حجم نمونه با توجه به تعداد متغیرهای مشاهده شده (۴ متغیر مشاهده شده) و تخصیص ضریب ۲۰ برای هر متغیر، و با احتساب احتمال وجود پرسشنامه‌های ناقص ۱۰۸ سالمند به عنوان حجم نمونه به روش دردسترس انتخاب شدند. در این پژوهش با کسب مجوز از پژوهش دانشگاه و با مراجعه محقق به ۳ سرای سالمندان شهرستان اهواز و کسب رضایت و هماهنگی با مسئولان سرای سالمندان و همچنین سالمندان و با رعایت پروتکل‌های بهداشتی، توضیحات لازم از سوی محقق راجع به اهمیت موضوع، نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها به سالمندان باسواد ارائه شد و آزمودنی‌ها اقدام به تکمیل پرسشنامه‌ها کردند. در پایان از همکاری سالمندان و مسئولان سرای سالمندان تقدیر و تشکر به عمل آمد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها در این تحقیق از روش‌های آماری توصیفی و معادلات ساختاری و آزمون بوت استرپ استفاده شد، همچنین از نسخه بیست و پنج نرم افزار «SPSS» و نسخه بیست و پنج نرم افزار Amos استفاده شد. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از:

**پرسشنامه اضطراب مرگ:** این پرسشنامه را در سال ۱۹۷۰ تمپلر ساخت و متشکل از ۱۵ سؤال بلی-خیر است که دامنه تغییرات مرگ را دربر می‌گیرد. تمپلر ضریب بازآزمایی پرسشنامه اضطراب مرگ را ۰/۸۳ به دست آورده است. در پژوهش احمدی (۱۳۹۷)، مقدار آلفای کرونباخ و روش تصنیف پرسشنامه اضطراب مرگ برابر ۰/۷۶ و ۰/۸۲ به دست آمد. در پژوهش حاضر برای بررسی همسانی درونی پرسشنامه اضطراب مرگ از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب آلفای کرونباخ کل سؤالات ۰/۸۳ به دست آمده است.

**پرسشنامه معنایابی زندگی:** پرسشنامه معنایابی زندگی را استگر و اوشی (۲۰۰۶) در قالب ۱۰ سؤال طراحی کرده‌اند؛ که معنای حاضر در زندگی و جستجوی معنا در زندگی را می‌سنجد. پاسخ به هر سؤال با میزان موافقت یا مخالفت با یک عبارت در یک طیف ۷ درجه‌ای سنجیده می‌شود. در پژوهشی (جعفری، ۱۳۹۶) پایایی پرسشنامه بر اساس روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه با استفاده از نرم‌افزار SPSS به دست آمده است و در نهایت بر روی گروه نمونه آماری اصلی به اجرا گذاشته شد. شایان ذکر است چنانچه ضریب آلفای کرونباخ بیش از ۰/۷ محاسبه شود، پایایی پرسشنامه مطلوب ارزیابی می‌شود.

**پرسشنامه احساس انسجام:** فلنسبرگ-مدسن<sup>۱</sup> و همکارانش (۲۰۰۶) این پرسشنامه را به منظور استفاده در پژوهش‌ها بر اساس نسخه اولیه آنتونوسکی، تجدیدنظر کرده‌اند. این پرسشنامه یک آزمون ۳۵ سؤالی که به صورت ۳ یا ۵ گزینه‌ای طراحی شده است. گزینه‌های سؤالات ۱ تا ۲۴ به صورت مقیاس سه درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند به این صورت که به گزینه بله=۳، نمی‌دانم=۲ و خیر=۱ نمره تعلق می‌گیرد و سؤالات ۲۵ تا ۳۵ که به صورت ۵ درجه‌ای طراحی شد. دامنه نمرات این پرسشنامه نیز بین ۳۵ تا ۱۰۵ در نوسان است. در پژوهشی (بابایی و همکاران، ۱۳۹۳) روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسشنامه مناسب ارزیابی شده است. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش بابایی برای این پرسشنامه بالای ۰/۷ برآورد شد.

**پرسشنامه کیفیت زندگی:** پرسشنامه فرم کوتاه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی دارای ۲۶ سؤال است و ۴ بعد سلامت جسمانی، روانی، اجتماعی و محیط فیزیکی را می‌سنجد که به عنوان یک پرسشنامه جامع از آن

۱. Flensburg-medsen

استفاده می‌شود و در مجموع شامل کیفیت زندگی کلی و سطوح سلامت عمومی است. این پرسشنامه را در سال ۱۹۹۶ گروهی از کارشناسان سازمان بهداشت جهانی و با تعدیل گویه‌های فرم ۱۰۰ سؤالی ساخته‌اند. سؤالات پرسشنامه ۵ گزینه‌ای هستند که اصلاً برابر با ۱ و خیلی زیاد برابر با ۵ نمره‌گذاری می‌شود. شایان ذکر است که سؤالات ۳ و ۴ و ۲۶ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. حداقل نمره در این مقیاس ۲۶ و حداکثر نمره ۱۳۰ است. در نتایج گزارش شده توسط گروه سازندگان مقیاس کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی، ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۳ تا ۰/۸۹ برای خرده مقیاس‌های ۴ گانه و کل مقیاس گزارش شده است. پایایی مقیاس کیفیت زندگی را عربی و باقری (۱۳۹۶) سنجیده و ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰/۸۲ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر برای بررسی همسانی درونی پرسشنامه از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب آلفای کرونباخ کل سؤالات ۰/۸۴ به‌دست آمده است.

### یافته‌ها

در جدول ۱ اطلاعات توصیفی برای متغیرهای پژوهش گزارش شده است. این اطلاعات شامل، میانگین و انحراف معیار است.

جدول ۱: یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای تحقیق برای کل آزمودنی‌ها

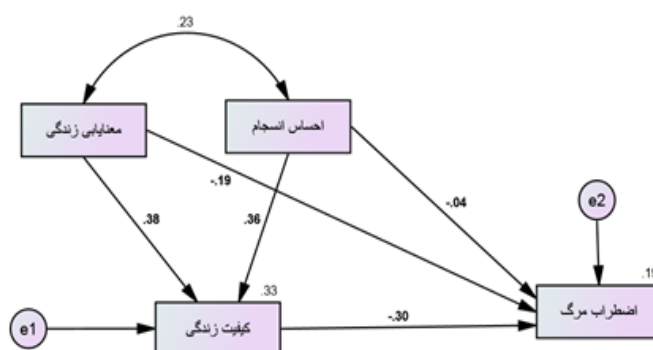
متغیر	M	SD
اضطراب مرگ	۸/۴۱	۱/۹۳
معنایابی زندگی	۳۸/۹۷	۹/۶۶
احساس انسجام	۶۶/۶۸	۲۰/۳۲
کیفیت زندگی	۵۹/۱۲	۲۷/۱۸

جدول ۲. ضرایب همبستگی ساده بین متغیرهای تحقیق در کل آزمودنی‌ها

		شاخص‌های آماری متغیرها	
			۱- اضطراب مرگ
	۱	-۰/۳۶۹	۲- معنایابی زندگی
	۱	-۰/۴۴۲	۳- احساس انسجام
۱	۱/۶۳۲۰	-۰/۳۰۷	۴- کیفیت زندگی

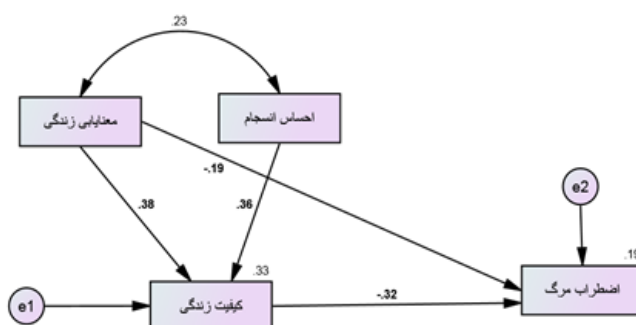
در پژوهش حاضر ضرایب همبستگی بین همه متغیرهای پژوهش در سطح  $p \leq 0/01$  معنادار هستند.

برای ارزیابی مدل پیشنهادی این پژوهش از روش معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزار AMOS و به روش حداکثر درست نمایی مدل استفاده شده است که در نمودار ۱ آن را مشاهده می‌کنید. مدل پیشنهادی اولیه‌ای برای تبیین اضطراب مرگ بر اساس معنایابی زندگی، احساس انسجام و کیفیت زندگی به دست آمده است که در نمودار ۱ آن را مشاهده می‌کنید.



نمودار ۱: مدل اولیه در حالت استاندارد

با توجه به داده‌ها شاخص جذر برآورد واریانس خطای تقریب  $RMSEA = 0/327$  نشان می‌دهد که مدل پیشنهادی برازش ندارد و نیاز به اصلاح دارد. برای اصلاح مدل، رابطه احساس انسجام به اضطراب مرگ حذف شده است و مدل نهایی به صورت زیر به دست آمده است.



نمودار ۲: مدل نهایی در حالت استاندارد

فرضیه‌های مستقیم با در نظر گرفتن ضرایب مسیر به دست آمده در مدل اولیه و نهایی بررسی می‌شود.

جدول ۳. ضرایب مسیر اثرات مستقیم بین متغیرهای پژوهش در مدل اولیه و نهایی

مدل نهایی			مدل اولیه			مسیرها
P	ضرایب مسیر (استاندارد $\beta$ )	نوع مسیر	P	ضرایب مسیر (استاندارد $\beta$ )	نوع مسیر	
۰/۰۱۶	-۰/۱۹۲	مستقیم	۰/۰۱۷	-۰/۱۹۰	مستقیم	معنایابی زندگی - اضطراب مرگ
۰/۰۰۱	۰/۳۷۹	مستقیم	۰/۰۰۱	۰/۳۷۹	مستقیم	معنایابی زندگی - کیفیت زندگی
-	-	مستقیم	۰/۵۹۳	-۰/۰۴۲	مستقیم	احساس انسجام - اضطراب مرگ
۰/۰۰۱	۰/۳۵۷	مستقیم	۰/۰۰۱	۰/۳۵۷	مستقیم	احساس انسجام - کیفیت زندگی
۰/۰۰۱	-۰/۳۱۵	مستقیم	۰/۰۰۱	-۰/۲۹۷	مستقیم	کیفیت زندگی - اضطراب مرگ

مطابق جدول ۳ ضریب مسیر بین معنایابی زندگی و اضطراب مرگ  $\beta = -0.192$  است که در سطح  $p < 0.05$  از لحاظ آماری معنادار است و بین معنایابی زندگی با اضطراب مرگ در سالمندان رابطه مستقیم وجود دارد. در مقایسه بعدی ضریب مسیر بین معنایابی زندگی و کیفیت زندگی  $\beta = 0.379$  است که در سطح  $p < 0.01$  از لحاظ آماری معنادار است و بین معنایابی زندگی با کیفیت زندگی در سالمندان رابطه مستقیم وجود دارد. در مقایسه بعدی بین ضریب مسیر بین احساس انسجام با اضطراب مرگ  $\beta = -0.042$  است که در سطح  $p < 0.05$  از لحاظ آماری معنادار نبود و می‌توان گفت بین احساس انسجام با اضطراب مرگ در سالمندان رابطه مستقیم وجود ندارد. در مقایسه بعدی ضریب مسیر بین احساس انسجام و کیفیت زندگی  $\beta = 0.357$  است که در سطح  $p < 0.01$  از لحاظ آماری معنادار است و می‌توان گفت که بین احساس انسجام با کیفیت زندگی در سالمندان رابطه مستقیم وجود دارد. از طرفی ضریب مسیر بین کیفیت زندگی و اضطراب مرگ در سطح  $\beta = -0.315$  است که در سطح  $p < 0.01$  از لحاظ آماری معنادار است. بنابراین، بین کیفیت زندگی با اضطراب مرگ در سالمندان رابطه مستقیم وجود دارد.

در پژوهش حاضر، دو مسیر غیرمستقیم وجود دارد. در ادامه فرضیه‌های غیرمستقیم بررسی می‌شود. یافته‌های مربوط به برآورد ضرایب مسیر در جدول ۴ ارائه شده است. با توجه به این یافته‌ها، فرضیه‌های پژوهش بررسی می‌شود. برای آزمون روابط واسطه‌ای از آزمون بوت استرپ ماکرو پریچر و هیز استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر مشاهده می‌شود. این جدول نشان می‌دهد که نتایج آزمون بوت استرپ برای تمامی مسیرهای واسطه‌ای در سطح  $p < 0.05$  معنادار است. فاصله اطمینان ۰/۹۵ و تعداد نمونه‌گیری مجدد بوت استرپ ۵۰۰۰ است. با توجه به اینکه در تمامی مسیرها صفر بیرون از فاصله اطمینان قرار می‌گیرد، تمامی روابط واسطه‌ای مفروض، معنادار هستند.

مطابق جدول ۴، ضریب مسیر بین معنایابی زندگی با اضطراب مرگ از طریق کیفیت زندگی  $\beta = -0.170$  است که در سطح  $p = 0.05$  از لحاظ آماری معنادار است و می‌توان برداشت کرد که بین معنایابی زندگی با اضطراب مرگ از طریق کیفیت زندگی در سالمندان رابطه غیرمستقیم وجود دارد. در مرحله بعدی ضریب مسیر بین احساس

انسجام با اضطراب مرگ از طریق کیفیت زندگی  $\beta = -0.049$  است که در سطح  $p = 0.05$  از لحاظ آماری معنادار است و بدین ترتیب بین احساس انسجام با اضطراب مرگ از طریق کیفیت زندگی در سالمندان رابطه غیرمستقیم وجود دارد.

جدول ۴: نتایج آزمون بوت استرپ ماکرو پریچر و هیز برای تمامی مسیرهای واسطه‌ای

روابط غیر مستقیم						
مدل نهایی		مدل اولیه		متغیر وابسته	متغیر واسطه‌ای	متغیر مستقل
P	بوت استرپ	P	بوت استرپ			
0/010	-0/170	0/010	-0/160	اضطراب مرگ	کیفیت زندگی	معنایابی زندگی
0/010	-0/049	0/010	-0/046	اضطراب مرگ	کیفیت زندگی	احساس انسجام

### بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه فرآیند سالمندی، به درک و کنترل همه عواملی اختصاص دارد که در پایان‌پذیری زندگی فردی نقش دارند. و این عامل مهمی برای پژوهش در این دوره از زندگی است. اتفاقات مهمی در دوره سالمندی رخ می‌دهد که بررسی آن از اهمیت بسیاری برخوردار است، اما همان‌طور که گوشه‌ای از هدف علم روان‌شناسی پیدا کردن روشی برای بهبود کیفیت زندگی و افزایش سلامت روان است، لازمه آن جست و جو و پیدا کردن رابطه بین عوامل مختلف برای بهبود آن است، به طور مثال ما در تمام طی زندگی به دنبال اهداف و پیدا کردن معنی برای زندگی خود هستیم، اما تا زمانی که عوامل مؤثر بر آن را ندانیم نمی‌توانیم روشی مفید برای افزایش حس معنایابی در زندگی پیشنهاد دهیم. در اهداف فرعی این پژوهش، بعد از بررسی‌های آماری، داده‌ها نشان داد که بین معنایابی زندگی با کیفیت زندگی رابطه مثبت و معناداری برقرار است که با پژوهش‌های قدم‌پور و همکاران (۱۳۹۷) همسو است. این داده به ما این پیام را می‌رساند که سالمندان دارای بینش معنا در زندگی از کیفیت زندگی بالاتری برخوردارند. در پژوهش میدانی سال‌مندی که زندگی را معنادار در نظر می‌گرفتند، عمیقاً به این مسئله باور داشتند تمامی اتفاقاتی که برای آن‌ها رخ می‌دهد دلیلی دارد و در پی آن هدفی وجود دارد. بنابراین، ذهن خود را درگیر پیچیدگی‌های آن نمی‌کردند. آن‌ها باور داشتند اتفاقات بد و شکست‌هایی که برای آن‌ها رخ می‌دهد، بی دلیل نیست. این مسئله که زندگی را بیهوده نمی‌دیدند باعث می‌شد بعد از شکست‌ها دچار تشویش و ناامیدی نشوند در مشکلات مضطرب نشود و باعث می‌شد کیفیت زندگی بالاتری را تجربه کنند. در میان دیگر فرضیه‌ها رابطه بین معنایابی بر اضطراب مرگ بررسی و مشخص شد که بین معنایابی زندگی و اضطراب مرگ یک رابطه منفی برقرار است که با پژوهش‌های کیم و همکاران (۲۰۱۹)، مهدوی و همکاران (۱۳۹۸) همسو است. در مراجعه ما به خانه سالمندان با سالمندانی مواجه شدیم که از مرگ هراس و اضطرابی نداشتند و پس از گفت و گو با آن‌ها تأثیر معنادار بودن زندگی را در آن‌ها پیدا می‌کردیم؛ آن‌ها معتقد بودند که هر اتفاقی می‌تواند دریچه‌ای جدید از هدفمند بودن زندگی باشد، تجربه آن‌ها در طول زندگی، شکست‌ها و موفقیت‌هایشان همگی پیرو خط مشی بود که آن‌ها بدان معنا داده بودند، سالمندانی که زندگی را معنادار می‌خواندند این توانایی را دارند که به مشکلات



فشارهای روانی فقدان‌های روانی، ناتوانایی‌های جسمی و آسیب‌پذیری روان‌شناختی و مهم‌تر از همه فقدان‌های طبیعی نظیر مرگ همسر و افراد نزدیک که در چرخه زندگی رخ می‌دهند، معنا بدهند و از طریق مقابله با این مشکلات از بار روانی آن بکاهند. در این پژوهش رابطه بین اضطراب مرگ و احساس انسجام را بررسی کرده و مطابق داده‌ها بین این دو متغیر رابطه برقرار است. این پژوهش با نتایج پژوهش‌های عینی و همکاران (۱۳۹۹) و نیکویک و همکاران (۲۰۲۱) هماهنگ و همسو است. احساس انسجام در افراد این باور را به وجود می‌آورد که درست است نتیجه اهمیت دارد، ولی فارغ از آن من تلاشم را خواهم کرد. این نگرش در زندگی باعث می‌شود که این دید را در فرد به‌وجود آورد که فارغ از نتیجه می‌توان از مسیر لذت برد. در سالمندانی که از احساس انسجام بالاتری برخوردار بودند، این عقیده وجود داشت که درست است در انتها مرگ وجود دارد، اما می‌توان از زندگی بدون ترس و اضطراب از رسیدن مرگ لذت برد. افراد دارای احساس انسجام، حسی از اعتماد دارند مبنی بر اینکه تجارب زندگی قابل فهم، قابل مدیریت کردن و معنادارند که بالا بودن این مؤلفه‌ها در احساس انسجام، موجب می‌شود که افراد وظایف خود را در روابط به درستی انجام دهند. از این‌رو، از سالمندان با احساس انسجام بالا انتظار می‌رود که در مواجهه با بیماری و نزدیک شدن به مرگ میزان اضطراب مرگ در آن‌ها کمتر باشد. اضطراب مرگ به طور کلی باعث کاهش احساس آرامش (مرادی پور و همکاران، ۱۳۹۷) و لذت بردن از زندگی می‌شود به همین دلیل بررسی رابطه این متغیر بر کیفیت زندگی بسیار حائز اهمیت است. رابطه بین اضطراب مرگ و کیفیت زندگی بررسی شد. داده‌ها از یک رابطه منفی میان این دو متغیر خبر دادند که با پژوهش‌های مجیدی و همکاران (۱۳۹۸)، بالا و ماهشواری (۲۰۱۹) همسو است. داده‌های میدانی ما نشان داد سالمندانی که کیفیت زندگی بالاتری داشتند توانسته بودند که بر مشکلات و استرس‌های زندگی فائق بیایند. این افراد نشان دادند که درست است که در این سن به مرگ نزدیک هستند، اما این نباید عاملی باشد که بر زندگی آن‌ها تأثیر منفی بگذارد. در مصاحبه با آن‌ها رضایت از زندگی به طور محسوسی بالا بود و اذعان می‌کردند که مرگ نزدیک است، اما مرگ یک سفر است و می‌تواند یک دریچه به زندگی دیگری باشد. کیفیت زندگی بالا در این سالمندان نشان‌دهنده احساس رضایت‌مندی و آرامش است و تجارب آن‌ها در فائق آمدن به مشکلات باعث کاهش سطح اضطراب از مرگ در میان این سالمندان می‌شد. در میان مطالب گفته شده در بحث احساس انسجام نتایج ما نشان داد که میزان بالای احساس انسجام در سالمندان باعث می‌شود که اضطراب مرگ کمتری را تجربه کنند، در ادامه تأثیر احساس انسجام بر کیفیت زندگی بررسی شد؛ داده‌ها نشان داد که ضریب مسیر بین احساس انسجام و کیفیت زندگی از لحاظ آماری معنادار است که با پژوهش‌های عسگری و شفیعی (۱۳۹۷)، تاجیکی و همکاران (۱۳۹۸) همسو است. داده‌ها به ما نشان دادند که سالمندان دارای احساس انسجام بالا از کیفیت زندگی بالاتری برخوردارند، زیرا زمانی که دیدگاه فرد این باشد که مشکلات چه درونی و چه بیرونی بر او اثر نمی‌گذارد، این فرد از یک اعتماد به نفس بالایی برخوردار است که می‌تواند بر مشکلات، فشارها و انواع استرس‌ها فائق بیاید. دور بودن و توانایی غلبه کردن بر استرس‌ها خود عامل موفقی بر افزایش کیفیت زندگی است. نکته حائز اهمیت دیگر اینکه احساس انسجام روانی قدرت تعقل، استفاده بهینه از منابع موجود و استفاده از راهبردهای مقابله‌ای سازگار را افزایش می‌دهد و این امر از طریق کاهش فشار و تنش باعث افزایش رضایت و کیفیت زندگی می‌شود. در ادامه رابطه بین معنایابی زندگی با اضطراب مرگ از

طریق کیفیت زندگی بررسی شد؛ نتایج آن نشان داد بین معنایابی زندگی با اضطراب مرگ از طریق کیفیت زندگی در سالمندان رابطه غیرمستقیم وجود دارد. این داده به ما نشان داد که رابطه بین اضطراب مرگ و معنایابی زندگی از طریق افزایش کیفیت زندگی موجب کاهش اضطراب مرگ در سالمندان شده است. وجود معنایابی زندگی بالا در سالمندان در کاهش تنش و فشارهای محیط یا حوادث فشارزا اثرگذار بوده و موجب می‌شود کیفیت زندگی بهتری داشته باشند و از این طریق اضطراب مرگ در آن‌ها کاهش می‌یابد. بدین ترتیب می‌توان نتیجه گرفت، کیفیت زندگی به درستی نقش میانجی را در رابطه بین معنایابی زندگی با اضطراب مرگ ایفا کرده است. همچنین رابطه بین احساس انسجام با اضطراب مرگ را از طریق کیفیت زندگی در سالمندان بررسی شد که نتایج نشان می‌داد بین احساس انسجام با اضطراب مرگ از طریق کیفیت زندگی در سالمندان رابطه غیرمستقیم وجود دارد. نتایج قبلی نشان داد که بین احساس انسجام با اضطراب مرگ رابطه معنادار وجود ندارد. در حالی که در فرضیه غیرمستقیم نشان داده شد احساس انسجام از طریق افزایش کیفیت زندگی موجب کاهش اضطراب مرگ در سالمندان می‌شود. از سالمندان با احساس انسجام بالا انتظار می‌رود که در مواجهه با بیماری و نزدیک شدن به مرگ که یک رویداد استرس زا تلقی می‌شود، رفتاری واضح و مرتبط از خود نشان دهند و میزان اضطراب مرگ در آن‌ها کمتر باشد. در این پژوهش داده‌های ما نشان داد که برای کاهش این اضطراب باید سالمندان از احساس انسجام بالایی بهره‌مند بوده و نگرش معناداری به زندگی داشته باشند. علاوه بر آن مشخص شد که یکی از راه‌های کاهش اضطراب مرگ در سالمندان افزایش سطح کیفیت زندگی است.

### تشکر و قدردانی

در انتها لازم است که از همه شرکت‌کنندگان و مجموعه کادر سرای سالمندان برای ایجاد بستر مناسب برای انجام این پژوهش تشکر و قدردانی شود.

## فهرست منابع

- بابایی، عقيله (۱۳۹۳). نقش کارکرد خانواده و احساس انسجام در ایجاد انگیزه پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر، پایان نامه اخذ مدرک کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.
- تاجیکی، شهربانو، صفروپور دهکردی، سپیده و رزاقی، سعید (۱۳۹۸). ارتباط احساس انسجام روانی و سلامت اجتماعی با کیفیت زندگی در زنان با جراحی پستان. نشریه علمی روان‌شناسی اجتماعی، ۷(۵۱)، ۲۳-۳۲.
- جعفری، فاطمه (۱۳۹۶). اثربخشی درمان با کیفیت زندگی در شفقت به خود و آینده نگری زنان یائسه. تحقیقات روان‌شناسی مثبت‌گرا. ژوئن ۲۲؛ ۳(۲): ۵۰-۳۷.
- رجبی، غلامرضا، و بحرانی، محمود (۱۳۸۰). تحلیل عاملی سؤال‌های مقیاس اضطراب مرگ. مجله روان‌شناسی، ۴۵(۲۰)، ۳۳۱-۳۴۴.
- طلب نوازسوقه، حسانه و برادران، مجید (۱۳۹۸). رابطه کیفیت زندگی با اضطراب مرگ در سالمندان، سومین همایش ملی روان‌شناسی و آسیب‌های اجتماعی، چابهار.
- عربی، الهام و باقری، معصومه (۱۳۹۶). نقش میانجی‌گری راهبردهای تنظیم هیجان بین شدت درد و کیفیت زندگی در بیماران مبتلا به اختلال درد مزمن. روان‌شناسی سلامت، ۶(۲۲)، ۷۲-۸۷.
- عسگری، شهناز و شفیع، حسن (۱۳۹۶). پیش‌بینی کیفیت زندگی سالمندان بر اساس انسجام درونی، ذهن‌آگاهی و هوش معنوی. پژوهش‌نامه روان‌شناسی مثبت، ۳(۳)، ۶۱-۷۴.
- عینی، ساناز، عبادی، متینه و ترابی، نغمه (۲۰۲۰). تدوین مدل اضطراب کرونا در دانشجویان براساس خوش‌بینی و تاب‌آوری: نقش میانجی حمایت اجتماعی ادراک شده. ابن‌سینا، ۲۲(۱)، ۱۷-۲۸.
- قامتی، مریم و خانقایی، راشین (۱۳۹۷). رابطه احساس انسجام روانی با اضطراب مرگ سالمندان شهر گناباد، ششمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی، روان‌شناسی و مشاوره/ایران، تهران.
- قدمپور، عزت‌اله، حیدریانی، لیلا و رادمهر، فرناز (۱۳۹۷). بررسی رابطه معنای زندگی و عزت‌نفس با کیفیت زندگی سالمندان ساکن منزل و مقیم سرای سالمندان. مجله مراقبت پرستاری و مامایی ابن‌سینا، ۲۶(۵)، ۳۱۵-۳۲۲.
- مجیدی، سامیه، بلورچی فرد، فریبا، اسمعیلی، رقیه و ذوالقدر، زهرا (۱۳۹۸). بررسی ارتباط بین اضطراب مرگ با کیفیت زندگی و توانایی خودمراقبتی در سالمندان مبتلا به بیماری انسدادی مزمن ریه مراجعه کننده به بیمارستان مسیح دانشوری دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی شهر تهران در سال ۱۳۹۷. فصلنامه نفس، ۶(۱)، ۱۱-۲۱.
- مرادی‌پور، سمیرا، و، سلیمانی، محمدعلی، مافی، مریم و شیخی، محمدرضا (۱۳۹۷). بررسی تأثیر تکنیک آرام‌سازی بنسون بر اضطراب مرگ بیماران مبتلا به سرطان سینه. حیات، ۲۴(۴)، ۳۶۷-۳۵۵.
- مهدوی، عابد، جن‌آبادی، حسین، مساوی مقدم، سید رحمت‌اله، لنگری، سیده سمانه، غلامی لواسانی، مسعود و مدنی، یاسر (۱۳۹۸). رابطه سلامت روانی، وجودی و مذهبی و اضطراب مرگ در زنان مبتلا به سرطان سینه. آرشیو سرطان سینه.

یزدانی، صفورا (۱۳۹۸). اضطراب مرگ بر اساس حس انسجام و باور به جهان عادل، چهارمین کنفرانس بین المللی دستاوردهای نوین پژوهشی در علوم اجتماعی، علوم تربیتی و روان‌شناسی، اصفهان، دانشگاه جامع علمی کاربردی - سازمان همیاری شهرداری‌ها و مرکز توسعه خلاقیت و نوآوری علوم نوین.

- Arabic, E. and Bagheri, M. (2017). The mediating role of emotion regulation strategies between pain intensity and quality of life in patients with chronic pain disorder. *Health Psychology*, 6 (22), 87-72.
- asgari, S. and Shafiee, H. (2017). Prediction of elderly quality of life based on internal coherence, mindfulness and spiritual intelligence. *Positive Psychology Research*, 3(3), 61-74.
- Aurang, S, Hashemi Razini, H., Ramshini, M. and Aurang, i. (2018). Investigating the meaning of life and psychological well-being of young people, adults, and the elderly (comparative study in terms of age). *Elderly*, 13 (2), 182-197.
- Babaei, A. (2014). *The Role of Family Function and Sense of Cohesion in Motivating Academic Achievement of Female Students* [Thesis for Obtaining a Master's Degree]. Ferdowsi University of Mashhad.
- Bala, R. and Maheshwari, S. K. (2019). Death anxiety and death depression among elderly. *International Journal of Psychiatric Nursing*, 5(1), 55-59.
- Derckx, P., Bos, P., Lacleulle, H. and Machielse, A. (2020). Meaning in life and the experience of older people. *International Journal of Ageing and Later Life*, 14(1), 37-66.
- Datu, J. A. D., King, R. B., Valdez, J. P. M. and Eala, M. S. M. (2019). Grit is associated with lower depression via meaning in life among Filipino high school students. *Youth & Society*, 51(6), 865-876.
- Eyni, S., & Ebadi, M. and Torabi, N. (2020). Developing a model of corona anxiety in students based on optimism and resilience: the mediating role of the perceived social support. *EBNESINA*, 22(1 (70)), 17-28.
- Emami Rad, A. and Amiri, H. (2018). The relationship between spiritual health and meaning in life with death anxiety in the elderly. *Psychology of Aging*, 4 (3), 251-261.
- Ghadampour, E. Heidaryani, L. Radmehr, F. (2018). Investigating the Relationship Between the Meaning of Life and Self-Esteem with the Quality of Life of the Elderly Living in the Home and Living in the Nursing Home. *Avicenna J Nurs Midwifery Care*. 2018; 26 (5) :315-322
- Ghamati, M. and Khaneghaei, R. (2018). The relationship between psychological cohesion and death anxiety in the elderly of Gonabad, the 6th National Conference on New Studies and Research in the field of educational sciences, psychology and counseling in Iran, Tehran.
- Flensburg-medens, T., Ventegodt S. and Merrick J. (2006). Sense of Coherence and Physical Health. Testing Antonovsky's Theory. *TSW Holistic Health & medicine*, 1: 248-255.
- Haraldstad, K., Wahl, A., Andenæs, R., Andersen, J. R., Andersen, M. H., Beisland, E. and Helseth, S. (2019). A systematic review of quality of life research in medicine and health sciences. *Quality of life Research*, 28(10), 2641-2650.
- Jafari, F. (2017) The effectiveness of Quality of Life Therapy in Self-Compassion and Future Time Perspective in menopausal women. *Positive Psychology Research*. 2017 Jun 22;3(2):37-50.
- Kakabraei, S. Moazinejad, M. (2016). The relationship between age and meaning in life with death anxiety in elderly men and women is retired. *Psychology of Aging*, 2 (1): 47-37.
- Kim, H., Thyer, B. A. and Munn, J. C. (2019). The relationship between perceived ageism and depressive symptoms in later life: understanding the mediating effects of self-perception of aging and purpose in life, using structural equation modeling. *Educational Gerontology*, 45(2), 105-119.
- Kumari, A. and Sangwan, S. (2020). Importance of spirituality in the life of elderly. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 11(4-6), 173-175.
- MacQueen, J. (2020). Sense and Meaning. In *The Flow of Organizational Culture* (pp. 41-50). Palgrave Macmillan, Cham.

- Mahdavi, A., Jenaabadi, H., Mosavimoghadam, S. R., Langari, S. S. S., Lavasani, M. G. and Madani, Y. (2019). Relationship Between Mental, Existential, and Religious Well being and Death Anxiety in Women With Breast Cancer. *Archives of Breast Cancer*
- Majidi, s. bloorchi Fred, F. Ismaili, R. and Zolghadr, Z (2020). The relationship between death anxiety and quality of life and self-care ability in the elderly with chronic obstructive pulmonary disease referred to Masih Daneshvari Hospital of Shahid Beheshti University of Medical Sciences in Tehran in 2018. *Nafs Quarterly*, 6 (1).
- Marco, J. H. and Alonso, S. (2019). Meaning in life buffers the association between clinical anxiety and global maladjustment in participants with common mental disorders on sick leave. *Psychiatry Research*, 271, 548-553.
- Mokhtari, R., Moayedi, S. and Golitaleb, M. (2020). COVID-19 pandemic and health anxiety among nurses of intensive care units. *International journal of mental health nursing*, 29(6), 1275.
- Moradipour, S., SOLEIMANI, M., MAFI, M. and SHEIKHI, M. (2019). Effect of Benson' s relaxation technique on death anxiety among patients with breast cancer. *HAYAT*, 24(4 ), 355-367.
- Nikčević, A. V., Marino, C., Kolubinski, D. C., Leach, D. and Spada, M. M. (2021). Modelling the contribution of the Big Five personality traits, health anxiety, and COVID-19 psychological distress to generalised anxiety and depressive symptoms during the COVID-19 pandemic. *Journal of affective disorders*, 279, 578-584.
- Ozawa-de Silva, C. (2020). In the eyes of others: Loneliness and relational meaning in life among Japanese college students. *Transcultural Psychiatry*, 57(5), 623-634.
- Pequeno, N. P. F., de Araújo Cabral, N. L., Marchioni, D. M., Lima, S. C. V. C. and de Oliveira Lyra, C. (2020). Quality of life assessment instruments for adults: a systematic review of population-based studies. *Health and quality of life outcomes*, 18(1), 1-13.
- Postolică, R., Enea, V., Dafinoiu, I., Petrov, I. and Azoiică, D. (2019). Association of sense of coherence and supernatural beliefs with death anxiety and death depression among Romanian cancer patients. *Death studies*, 43(1), 9-19.
- Rajabi, G. and Bahrani, M. (1380). Factor analysis of death anxiety scale questions. *Journal of Psychology*, 5 (4) 331-344.
- Rosalini, M. H. P., Probst, L. F., Cunha, I. P. D., Gondinho, B. V. C., Cortellazzi, K. L., Possobon, R. D. F., and Guerra, L. M. (2019). Quality of life, cohesion and adaptability in beneficiary families of the "Bolsa Família" Program. *Ciencia & Saúde Coletiva*, 24, 307-314.
- Sarmad, Z. Hejazi, E., Bazargan, A. (2011). *Research Methods in Behavioral Sciences*. Tehran: Agah Publications. 2011.
- 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.
- Tajik, S. h. Safarpour Dehkordi, S. Razaghi, S. (2019). The relationship between sense of mental cohesion and social health with quality of life in women with breast surgery. *Scientific Journal of Social Psychology*, 7 (51): 23-32.
- Talab Nawaz Soogheh, H and Baradaran, M, 2019, Relationship between quality of life and death anxiety in the elderly, Third National Conference on Psychology and Social Injuries, Chabahr, Ronthal, M. (2019). Gait disorders and falls in the elderly. *Medical Clinics*, 103(2), 203-213.
- Yazdani, S. (2019). Death Anxiety based on a sense of cohesion and belief in a just world, *4th International Conference on New Research Achievements in Social Sciences, Educational Sciences and Psychology, Isfahan*, Comprehensive University of Applied Sciences - Municipalities Cooperation Organization and Center for Development of Creativity and Innovation of New Sciences