

بررسی رابطه‌ی معنای زندگی و امیدواری در دانشجویان دانشگاه شیراز

نوروز بهروزی^۱، دکتر نوراله محمدی^۲

مقدمه

علت بسیاری از اختلال‌های روانی، احساس یوچی و بی‌هدفی است. اهداف انسان در زندگی سطح توانایی‌های او را به آزمون کشیده و ذهنش را به آینده متصل می‌سازند. فرانکل (۱۳۶۳) معتقد بود که انسان معنای زندگی خود را شکل می‌دهد. چه معناجویی، مهمترین انگیزه‌ی انسان است که او را از دیگر موجودات متمایز می‌سازد. معنای زندگی می‌تواند با تزریق مسؤولیت به زندگی، توان مقابله با مشکلات زندگی را افزایش دهد.

سیندر (۱۹۸۹) نشان داد که امیدواری به دو مفهوم مهم «تعیین جهت‌گیری هدفمند و موفق» و «برنامه‌ریزی موفقیت‌آمیز» که دسترسی به اهداف را ممکن سازد، پوشش می‌دهد. نتایج تحقیق میلر و پاور (۱۹۸۸) نشان داد که معنای زندگی در کنار سایر عوامل مانند توانایی مقابله، بهداشت روانی و توانش فردی، تعیین‌کننده‌ی مهم امیدواری به عنوان نوعی پیش‌بینی آینده‌ی بهتر به حساب می‌آید.

نتایج تحقیقات متعددی (یانگ، ۱۹۹۴ و پوستر، ۲۰۰۱) نشان داد که امیدواری سهم مهمی در بهبودی بیماری‌های مختلف روانی دارد. ماسکارو و روزن (۲۰۰۵) با انجام یک تحقیق روی دانشجویان دانشگاه نشان دادند که معنای وجودی نقش بسیار مهمی در افزایش امیدواری دارد. علاوه بر این، آنها در این تحقیق نشان دادند که معنای وجودی در پیش‌گیری از بروز نشانه‌های افسردگی، نقش مهمی ایفا می‌کند.

نتایج تحقیقات متعددی نیز نشان داد که امیدواری که نوعی احساس امکان‌پذیر بودن یک رویداد یا رفتار مطلوب در آینده است، عامل مهم درمانی در روان‌درمانگری فردی (آدامز و پارتی، ۱۹۹۸ و بلیر، ۲۰۰۴) و گروه‌درمانگری (کوری و کوری، ۱۳۸۲) به حساب می‌آید. هدف عمده‌ی این پژوهش، بررسی ارتباط معنای زندگی و امیدواری در دانشجویان دانشگاه شیراز است. علاوه بر این، سعی بر این است که تأثیر جنس و رشته‌ی تحصیلی بر معنای زندگی و امیدواری مورد بررسی قرار گیرد.

روش

این تحقیق در چارچوب یک طرح تحقیق همبستگی انجام شد. گرچه فرضیه‌ی دوم و سوم در چارچوب تحقیق‌های مقایسه‌ای انجام شد، اما جامعه‌ی آماری تحقیق، به دانشجویان رشته‌های علوم پایه و علوم انسانی دانشگاه شیراز در سال تحصیلی ۸۵-۸۴ پوشش می‌داد. بدین منظور یک گروه نمونه‌ی ۱۰۰ نفری (۵۰ پسر و ۵۰ دختر) از دانشجویان دانشکده‌های علوم و ادبیات، به تصادف انتخاب شدند. آزمونی‌ها به پرسش‌نامه‌ی معنای زندگی و مقیاس خصیصه‌ای امیدواری پاسخ دادند. میزان همسانی درونی مقیاس معنای زندگی ۰/۷۲ است (بهروزی، ۸۵). مقیاس امیدواری نیز دارای همسانی درونی (۰/۸۴) مناسبی است (جهانی‌تابش، ۱۳۸۱).

۱. کارشناس روانشناسی بالینی

۲. عضو هیئت علمی بخش روانشناسی بالینی دانشگاه شیراز

یافته ها

فرضیه ی اول: بین معنای زندگی و امیدواری رابطه ی معناداری وجود دارد.

جدول ۱: جدول همبستگی بین معنای زندگی و امیدواری وعوامل آن

متغیر	امیدواری	معنای زندگی	تفکرعامل	تفکر رهیاب	هدف
امیدواری	۱				
معنای زندگی	۰/۳۶	۱			
تفکرعامل	۰/۷۲	۰/۴۲	۱		
تفکر رهیاب	۰/۶۵	۰/۳۹	۰/۴۷	۱	
هدف	۰/۲۲	۰/۱۹	۰/۲۰	۰/۴۰	۱

* $P < 0.05$

** $P < 0.01$

نتایج جدول ۱ نشان می دهد که بین معنای زندگی و امیدواری ارتباط معنادار وجود دارد (۰/۳۶). علاوه بر این، بین عوامل امیدواری و معنای زندگی نیز ارتباط معناداری وجود دارد که دامنه ی آن بین ۰/۷۲-۰/۹۱ است. فرضیه ی دوم: بین دختر و پسر از لحاظ امیدواری و معنای زندگی تفاوت معنادار وجود دارد.

جدول ۲: جدول آزمون t در معنای زندگی، امیدواری وزیر مقیاسهای آن برحسب متغیر جنس

شاخص متغیر	جنس	میانگین	تفاوت میانگین	df	t	p
معنای زندگی	مذکر	۴۹/۱۷	۵/۸۸	۹۸	۲/۷	۰/۰۰۷
	مونث	۵۰/۹۶				
امیدواری	مذکر	۳۳/۱۹	۲/۰۸	۹۸	۲/۵	۰/۰۱۴
	مونث	۳۴/۳۵				
تفکرعامل	مذکر	۱۱/۳۶	۰/۶۵	۹۸	۱/۵۲	NS
	مونث	۱۲/۰۱				
تفکر رهیاب	مذکر	۱۱/۷۸	۱/۱	۹۸	۲/۱۹	۰/۰۳
	مونث	۱۲/۸۸				
هدف	مذکر	۷/۴۳	۰/۶	۹۸	۱/۴۷	NS
	مونث	۶/۸۳				

نتایج موجود در جدول ۲ نشان می دهد بین دختران و پسران از لحاظ معنای زندگی، امیدواری و تفکر رهیاب تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، دختران از نظر سه متغیر فوق نسبت به پسران نمره ی بیشتری کسب کرده اند. فرضیه ی سوم: دانشجویان رشته ی علوم پایه و علوم انسانی از لحاظ امیدواری و معنای زندگی با یکدیگر متفاوت هستند.

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که بین دانشجویان رشته‌های علوم پایه و علوم انسانی در تفکر رهیاب و هدف تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، در تفکر رهیاب، میانگین نمره‌ی دانشجویان رشته‌ی علوم پایه بالاتر بود، اما در عامل تفکر مبتنی بر هدف نمره‌ی دانشجویان رشته‌ی علوم انسانی بیشتر بود.

جدول ۳: میزان t مشاهده شده، میانگین در دو گروه علوم انسانی و علوم پایه در امیدواری و معنای زندگی

p	t	df	تفاوت میانگین	میانگین	رشته	شاخص
						متغیر
NS	۰/۳۶	۹۸	۰/۵۴	۴۹/۹۶	علوم پایه	معنای زندگی
				۵۰/۵	علوم انسانی	
NS	۰/۱۰۶	۹۸	۰/۰۸	۳۳/۸۴	علوم پایه	امیدواری
				۳۳/۹۲	علوم انسانی	
NS	۰/۸	۹۸	/۳۴	۱۱/۹۲	علوم پایه	تفکر عامل
				۱۱/۵۸	علوم انسانی	
۰/۰۰۲	۳/۱۱	۹۸	۱/۵	۱۳/۱۸	علوم پایه	تفکر رهیاب
				۱۱/۶۸	علوم انسانی	
۰/۰۰۱	۴/۳۷	۹۸	۱/۶	۶/۲۶	علوم پایه	هدف
				۷/۹	علوم انسانی	

بحث و تفسیر

نخستین یافته‌ی این تحقیق حاکی از این است که بین معنای زندگی و امیدواری ارتباط معنادار وجود دارد. این یافته با نتایج پاره‌ای از تحقیقات (میلر و پاور، ۱۹۸۸) همسو است. بی‌گمان، وجود پاره‌ای از ویژگی‌ها؛ مانند انتخاب‌گری، احساس مسؤلیت و برنامه‌ریزی در زندگی، می‌تواند احتمال وقوع رویداد مناسب را افزایش و زمینه‌ی بروز امیدواری را فراهم نماید. علاوه بر این، نتایج پاره‌ای از تحقیقات تاثیر امیدواری را بر درمان و پیش‌گیری از مشکلات برجسته کرده‌اند (یانگ، ۱۹۹۴ و پوستر، ۲۰۰۱). ماسکارو و روزن، (۲۰۰۵). با این همه، می‌توان گفت که معنای زندگی مبتنی بر آینده‌نگری مثبت می‌تواند شرایط و عوامل رفتارهای هدفمند و اجتماعی‌گرا (prosocial) فراهم آورد.

دومین یافته‌ی این تحقیق حاکی از این است که بین دختران و پسران از لحاظ معنای زندگی، امیدواری و تفکر رهیاب تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، دختران از نظر معنای زندگی، امیدواری و تفکر رهیاب نسبت به پسران نمره‌ی بیشتری به دست آورده‌اند. این نتایج نشان‌دهنده‌ی این است که مشارکت در توسعه‌ی دنیای امروزی، علاوه بر ظرفیت و استعداد، به احساس مسؤلیت، معنای زندگی و امیدواری نیز نیاز دارد. از این رو، آنها باید به مشکلات معنا بخشیده و به اهرم امید نیز متوسل شوند.

سومین یافته‌ی این تحقیق حاکی از این است که بین دانشجویان رشته‌های علوم پایه و علوم انسانی در تفکر رهیاب و هدف تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، در تفکر رهیاب، میانگین نمره‌ی دانشجویان رشته‌ی علوم پایه بالاتر بود، اما در عامل تفکر مبتنی بر هدف نمره‌ی دانشجویان رشته‌ی علوم انسانی بیشتر بود. به نظر می‌رسد که تفکر رهیاب و هدف که عوامل مهم امیدواری به حساب می‌آیند، زمینه‌ی بروز سطح انگیزشی مثبتی را فراهم می‌کنند. در مجموع، می‌توان گفت که دانشجویان رشته‌های علوم پایه که برای تجزیه و تحلیل موضوع علم پرورش می‌یابند در تفکر رهیاب که مستلزم استفاده از راهبردهای چندگانه در قبال مسایل است، بهتر عمل می‌کنند. دانشجویان رشته‌ی علوم انسانی نیز که در ذهنی‌سازی پدیده‌های علمی مهارت دارند، در بعد شناختی امیدواری (تفکر هدف) نمره‌ی بیشتری کسب کرده‌اند. نتیجه‌ی نهایی این که احساس امیدواری و معنای زندگی می‌تواند عوامل و شرایط برنامه‌ریزی و تصمیم‌سازی را فراهم آورد. پیشنهاد می‌گردد که محققان ایرانی ابزار معتبری جهت اندازه‌گیری معنای زندگی به دست دهند.

منابع

- بهروزی، نوروز (۱۳۸۵). ویژگی های روان سنجی پرسش نامه ی معنای زندگی. پایان نامه ی کارشناسی، دانشگاه شیراز.
- جهانی تابش (۱۳۸۱). ارتباط امیدواری و نگرش مذهبی. پایان نامه ی کارشناسی، دانشگاه شیراز.
- کوری و کوری (۱۳۸۲). گروه درمانی. ترجمه ی سیف اله بهاری و همکاران، تهران: نشر روان.
- فرانکل، ویکتور (۱۳۶۳). انسان در جستجوی معنی. ترجمه ی صالحان و میلانی.
- Adams, S. M. & Partee, . D. J .(1998). Hope : The critical factor in recovery. Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services. Vol.36, p . 29-33.
- Blair, R. G .(2004). Helping older adolescents search for meaning in depression. Journal of Mental Hath Counseling. Vol.24, p.333-348.
- Miller, J. F. & Power . M.J .(1988) . development of an instrument to measure hope. Nursing Research. Vol.37. P. 6-10.
- Poster, E .(2001). A shot at the brass ring. Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing. Vol.130. P. 58.
- Mascaro, N , & Rosen, .D. H .(2005). Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of the depressive symptoms. Journal of Personality. Vol. 73. P 985.
- Synder,C. T.(1989). Reality negotiation : from excuses to hope and beyond. Journal of Social and Clinical Psychology. Vol.8. P. 130-157.
- Young, J .(1994). The lose of time in chronic system: An intervention model for working with longer term condition. Australian and New Zealand Journal of Family Therapy, Vol.15. P. 73-80.