

Research Article

Analysis of Components of Meaning of Life in Elderly

Fahimeh Mohamadpour¹, Abdulaziz Aflakseir^{*2}, Nurallah Mohamadi³, Habib Hadianfard⁴

1. PhD Candidate, Department of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

2. Associate Professor, Department of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

3. Professor, Department of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

4. Professor, Department of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

Abstract

This study aimed to analyze the meaning of life experience in the elderly. The method of the present study was qualitative and using a grounded theory approach. For this purpose, ten older adults (6 females and four males) of Shiraz city, who were over 65 years old with the ability to speak Persian and didn't have any severe affective disorders, were selected by theoretical sampling method. Then, semi-structured interviews were conducted with them to reach the finding. A systematic and analytical approach of Strauss and Corbin was used. Based on the analyses, in open and axial coding, the total strategies used to achieve meaning in life in the elderly were four final categories: Spiritual Excellence, Attention and Self Care, Exchange of Love, and Social Dynamics. In selective coding, the components were included under the strategic section. The present study showed that the view and perception of the elderly about the meaning of life is multidimensional, and these factors play a role in giving meaning to the life of the elderly.

Keywords: meaning of life, components, elderly people.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

تحلیل مؤلفه‌های معنای زندگی در سالمندان

فهیمة محمدپور^۱، دکتر عبدالعزیز افلاک‌سیر^{۲*}، دکتر نوراله محمدی^۳، دکتر حبیب هادیان‌فرد^۴

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز

fmohamadpour.1212@gmail.com

۲. دانشیار گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

aaflakseir@shirazu.ac.ir

۳. استاد گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

nmohamadi@shirazu.ac.ir

۴. استاد، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

hadianfd@shirazu.ac.ir

چکیده

هدف از انجام این پژوهش، تحلیل معنای زندگی در سالمندان ایرانی بود. روش پژوهش، از نوع کیفی و با استفاده از رویکرد نظریه زمینه‌ای بود. به‌منظور دستیابی به این هدف، با استفاده از روش نمونه‌گیری نظری، با ۱۰ سالمند (۶ زن و ۴ مرد) شهر شیراز در سال ۱۳۹۸ که سن بالای ۶۵ سال، توانایی صحبت به زبان فارسی داشتند و همچنین، دچار اختلالات حاد تأثیرگذار در کارکردهای شناختی نبودند، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته اجرا شد. در فرایند این پژوهش، از رویکرد نظام‌مند و تحلیلی اشتراس و کوربین در دست‌یابی به یافته‌ها استفاده شد. براساس تحلیل‌های انجام‌شده، در کدگذاری باز و محوری، مجموع مقوله‌های معنای زندگی در سالمندان ۴ مقوله نهایی بود که عبارت‌اند از: تعالی معنوی، توجه و اهمیت دادن به خود، تبادل عشق و پویای اجتماعی. این مقوله‌ها در کدگذاری گزینشی، ذیل قسمت راهبردی قرار گرفت. پژوهش حاضر نشان داد دیدگاه و ادراک سالمندان از معنای زندگی، چندبعدی است و این عوامل در معنابخشیدن به زندگی سالمندان نقش دارند.

واژه‌های کلیدی: معنای زندگی، مقوله‌ها، سالمندان

مقدمه

سالمندی یکی از مراحل مهم در چرخه زندگی به‌شمار می‌رود و همین امر سبب می‌شود تا توجه به ابعاد مختلف زندگی سالمندان و تلاش برای ارتقای سطح سازگاری آنها شایان توجه و اهمیت وافر قرار گیرد (عسگری و شفیع، ۱۳۹۶). افراد مسن، به‌طور کلی با توجه به طیف وسیعی از ویژگی‌ها از جمله سن، تغییر در نقش اجتماعی و تغییرات در توانایی‌های عملکردی تعریف می‌شوند (آلمیدا رودیگر و همکاران، ۲۰۱۹). در بیشتر کشورهای توسعه‌یافته غربی، آغاز سن پیری از ۶۰ تا ۶۵ سال است؛ با این حال، کشورها و جوامع مختلف، شروع سن پیری را از اواسط ۴۰ تا ۷۰ سالگی در نظر می‌گیرند که این امر براساس میزان پیشرفته‌بودن کشورها متغیر است (کارنو و همکاران، ۲۰۱۹).

با توجه به اینکه دوره سالمندی از عوامل مختلفی همچون شرایط جغرافیایی، سلامتی، جامعه‌شناختی و اقتصادی تأثیر می‌گیرد، شناخت این پدیده، متناسب با بافت زمینه و با کمک پژوهش‌های کیفی می‌تواند در ارائه خدمات پیشگیرانه و مراقبت‌های جسمانی و روانی برای سالمندان بسیار مؤثر باشد (باقری نسامی و حمزه گردشی، ۱۳۹۲). با نزدیک شدن مرگ، تمرکز معنا بسیار متفاوت از مراحل قبلی خواهد بود. در بررسی معنای زندگی در سالمندان، از حیطه‌های اساسی جالب توجه این است که اساساً در این مرحله از تحول، حس معناداری زندگی، از چه منابع و حوزه‌هایی سرچشمه می‌گیرد و تأمین می‌شود. به عبارت دیگر، چه حوزه‌ها و عواملی هستند که در این برهه زندگی، به زندگی فرد معنا می‌دهند و همچنین، ابعاد معنا در زندگی سالمندان را چه مقوله‌هایی تشکیل می‌دهند (احمدی، باقریان، حیدری و کشفی، ۱۳۹۶).

جستجو و یافتن معنا در زندگی به افراد کمک می‌کند تا دغدغه‌های اصلی خود را در زندگی شناسایی کنند و بتوانند راهبردهایی انعطاف‌پذیر و سازگارانه را در راستای دستیابی به اهدافشان در زندگی اتخاذ کنند. به همین سبب، وجود معنا یک کیفیت روانشناختی مثبت و مطلوب در زندگی در نظر گرفته می‌شود (عسکری زاده و پولادی، ۱۳۹۵). با توجه به اینکه معنای زندگی از بافت و زمینه زندگی فرد بر می‌خیزد، مقوله‌های بسیاری در پاسخ به این پرسش که چه چیز به زندگی معنا می‌بخشد، مطرح شده است (طالب‌زاده شوشتری، منادی، خادمی‌اشکذری و خامسان، ۱۳۹۵). آنچه روشن است این است که مذهب، فلسفه زندگی مردم با توجه به فرهنگ‌های مختلف و نگاه روانشناسی و فلسفه به قضیه «معنای زندگی» با هم متفاوت است (متز، ۲۰۱۴). این مفهوم، به میزانی که مردم احساس انسجام می‌کنند، بر می‌گردد (مارتلا و استیگر، ۲۰۱۶).

از معروف‌ترین تعاریف ارائه‌شده از معنای زندگی مربوط به دیدگاه فرانکل (۱۹۸۴)؛ به نقل از دهداری، یاراحمدی، تقدیسی، دانشور و احمدپور، ۱۳۹۲) است که اعتقاد دارد اجرای فعالیت‌های مورد علاقه توسط فرد، احساس پیوند خوردن با منبعی بی‌پایان، ارتباط با دیگران و طبیعت می‌تواند باعث رسیدن فرد به معنای زندگی و دستیابی به فلسفه وجودی در او شود. همچنین، معنای زندگی با عنوان احساس ارتباط با منبع هستی، هدفمندی در زندگی، رسیدن به اهداف باارزش و دستیابی به تکامل بیان شده است. معنای زندگی، ماهیتی شناختی دارد؛ زیرا نشان‌دهنده باور افراد در وجود هدفی نهایی در زندگی، اعتقاد به معنویت و سرای آخرت است (هو، چنگ و چنگ، ۲۰۱۰).

در پژوهش‌های انجام‌شده تا کنون، مؤلفه‌های مختلفی برای زندگی معنادار ذکر شده است؛ از جمله مقوله‌هایی مانند پایبندی به یک هدف خاص (فرانکل، ۱۹۸۶؛ به نقل از وونگ، ۲۰۱۱)، انسجام میان ابعاد متفاوت زندگی فرد مانند شخصیت، موقعیت‌های روزمره زندگی و ارزش‌های فرهنگی (هیدت، ۲۰۰۶)، توجه به اسرار خلقت (فلنگان، ۲۰۰۷)، تجربه فرزندپروری (گوپنیک، ۲۰۰۹)، تعلق‌داشتن و خدمت کردن به منبعی لایزال و برتر (سلیگمن و ریدر، ۲۰۱۴) و هدف در زندگی، عشق، اخلاقیات و تعالی معنوی (مویونک، ۲۰۱۳).

کالیستر، گالبریت و کلی (۲۰۱۹) نیز با بیان اینکه ادراکات افراد در هدفمندی زندگی نقش دارد، در پژوهش خود از طریق مصاحبه با ۱۷۲ فرد مذهبی ساکن در ایرلند و انگلستان، به بررسی کیفی ادراک افراد مذهبی پرداخته‌اند و سه منبع عشق و خدمت به دیگران، روابط خانوادگی و ارتباط با خدا را از منابع دریافت معنای زندگی عنوان کرده‌اند. آنها همچنین، با تجزیه و تحلیل یافته‌های خود و تحقیقات قبلی در این امر نشان دادند بخشی از نقش دین در افزایش معنا در زندگی، از طریق تشویق افراد در ایجاد و تقویت روابط معنادار است.

پژوهشگران با هدف بررسی نقش تجربه معنا در روان‌درمانگران، بر پیشرفت روان‌درمانی و نیز بررسی نقش معنای زندگی در روان‌درمانی و چگونگی کار درمانگران با مراجعانی که نگرانی‌هایی در باب معنای زندگی نشان می‌دهند، به بررسی معنای زندگی در روان‌درمانی، از دیدگاه روان‌درمانگران باتجربه پرداختند. آنها دریافتند از دیدگاه روان‌درمانگران، معنای خود - جهت‌دهی شامل احساس رضایت^۱

معنا اغلب در ارتباط با محرک، ارتباط و فهم آن تعریف شده است. فهم و درک، تعیین تفسیرهای شخصی مجزا و در عین حال متصل به قطعات اطلاعاتی است (وهس و همکاران، ۲۰۱۹). ولکرت و همکاران (۲۰۱۹) در تعریف جامعی از معنای زندگی، بیان می‌کنند که معنای زندگی یک ساختار چندبعدی است که شامل چهار جزء اصلی هدف^۱ (انگیزه)، درک^۲ (شناخت)، رفتار مسئولانه^۳ (رفتار) و ارزیابی^۴ (احساسات) می‌شود که به صورت مخفف پیور^۵ نامگذاری می‌شود. فرانکل (۱۹۸۸)، به نقل از همفیل، (۲۰۱۵) معتقد است معنای زندگی هر فرد منحصر به فرد است. او معنای زندگی را در دو سطح «معنای زمینی» و «معنای غایی» تصور می‌کند و تجلی معنای غایی یا آسمانی را معنویت و دین می‌داند. همچنین، این معنا با گذشت زمان تغییر می‌کند. او بر سه واقعیت وجود از انسان تأکید می‌کند: ۱- زندگی در هر شرایطی دارای معناست و هر کس باید معنای زندگی خود را بیابد؛ ۲- انسان ذاتاً در جستجوی کسب این معناست و اراده معطوف به معنا دارد و ۳- انسان در همه شرایط آزاد است تا برای زندگی خود معنایی بیابد.

تجربه یک زندگی معنی‌دار با پیامدهای مثبت قابل اندازه‌گیری ناشی از آن در ارتباط است. معنای زندگی گزارش شده توسط فرد، با سالم‌خوردن، فعالیت بدنی بیشتر، افزایش میزان رضایت از زندگی و افسردگی کمتر ارتباط دارد (براسای، پیکو و استگر، ۲۰۱۵).

1. comprehensive
2. purpose
3. motivation
4. understanding
5. cognition
6. responsible action
7. behavior
8. evaluation
9. affects
0. PURE

جسمی و روانی در بزرگسالان مسن مرتبط است؛ بنابراین، بر طبق نتایج این پژوهش، مداخلاتی که با هدف بهبود یا ارتقای سطح هدفمندی در زندگی باشد، در طول زمان باعث گسترش سالمندی موفق می‌شود.

در زمینه سالمندی و معنای زندگی، احمدی و همکاران (۱۳۹۶) به بررسی میدانی منابع و ابعاد معنا در زنان و مردان سالمند با استفاده از ابزارهای اندازه‌گیری معنای زندگی پرداختند. نتایج پژوهش حاکی از آن بود که «خانواده» و «رابطه عاطفی» حوزه‌هایی بودند که بیشترین فراوانی را از سوی سالمندان شرکت‌کننده در این مطالعه به‌عنوان منبع معنابخش به زندگی داشته‌اند. همچنین، به طبقه‌بندی جدیدی از معنای زندگی در این مطالعه با عنوان «اخلاقیات» و «نیاز به پذیرش اجتماعی» هم اشاره شده است. سالمندان زن و مرد نیز از نظر فراوانی تکرار برخی از منابع معنا و نیز جستجوی معنای زندگی با یکدیگر تفاوت داشته‌اند.

در کشور ایران، در سرشماری سال ۹۰، ۸/۲ درصد از افراد را سالمندان بالای ۶۰ سال تشکیل داده‌اند و این امر نشان‌دهنده این است که ایران کشوری سالمند به‌شمار می‌آید و این روند در سال‌های آتی به بیش از این نیز خواهد رسید (دشت‌بزرگی، ۱۳۹۶). سالمندی، دوره‌ای است که تغییرات جسمانی و روانی آن می‌تواند بر ابعاد مختلف سلامت روانی - جسمانی اثرگذار باشد. وقتی افراد به دوره سالمندی می‌رسند، ضعف جسمانی و شناختی ایجاد شده می‌تواند آنها را از حضور مؤثر در اجتماع و فعالیت‌های مورد علاقه‌شان دور کند؛ بنابراین، برای جلوگیری از پیامدهای نامطلوب این شرایط و بهبود کیفیت زندگی آنها حتماً باید برنامه‌ریزی‌های مدونی بر پایه پژوهش‌های اصیل و متناسب با بافت فرهنگی و مذهبی صورت گیرد (سبزی‌چی، بهاری و حمیدی‌پور، ۱۳۹۶).

اتصال و تکمیل شدن می‌شود و معنای دیگر - جهت‌دهی شده شامل کمک به دیگران و دنیا را به مکانی بهتر تبدیل کردن می‌شود که آن را از طریق روان‌درمانی به دست می‌آورند. آنها عقیده داشتند معنای زندگی یک نگرانی بنیادین و زیربنای همه نگرانی‌های بشری است که می‌تواند آنها را به محیط درمانی بیاورد. آنها همچنین توصیه می‌کنند در زمینه معنای زندگی در بافت روان‌درمانی پژوهش‌های بیشتری انجام گیرد (هیل و همکاران، ۲۰۱۷). نوییانا، میازاکی و ایشامورا (۲۰۱۶) نیز منابع دست‌یابی به معنا را شامل داشتن رابطه معنادار با دیگران، داشتن یک تجربه جدید، درگیر شدن در فعالیت‌های خلاقانه و تولیدی، مشارکت در فعالیت‌های دارای بار هیجانی، فعالیت‌های معنوی و مذهبی و رنج‌بردن و قوی شدن می‌دانند. استاوروا و لاهمن (۲۰۱۶) پیوند اجتماعی را هم منبع و هم پیامد داشتن معنا در زندگی می‌دانند و بیان می‌کنند مطالعات متعدد نشان داده‌اند احساس تعلق و پیوستگی به داشتن معنای زندگی کمک می‌کند و با بررسی مطالعات طولی رابطه بین پیوند اجتماعی و معنای زندگی را یک رابطه دوطرفه عنوان می‌کنند.

موزیش، وانگ، کریمر، هاوکینز و ویکر (۲۰۱۸) با بررسی هدف در زندگی و برون‌دادهای روانشناسی مثبت بر سالمندان، دریافتند قوی‌ترین ویژگی‌های مرتبط با سطح هدفمندی بالا و متوسط در زندگی، شامل حمایت اجتماعی، تاب‌آوری، تکیه بر ایمان، سواد سلامتی بالا و وضعیت سلامتی خوب است. آنها عنوان می‌کنند هدفمندی در زندگی به شدت با سلامت

1. connected
2. fulfilled
3. other-oriented meaning
4. social support
5. resilience
6. reliance on faith
7. high health literacy
8. good health status

در زندگی این گروه از افراد جامعه کمک شود و در نتیجه، این قشر به گروهی فعال و مولد در جامعه تبدیل شود؛ بنابراین، در این پژوهش تلاش شده است به این سؤال پاسخ داده شود که مضامین و مقوله‌های معنای زندگی در جامعه سالمندان ایرانی مشتمل بر چه مواردی است.

روش

روش پژوهش، قلمرو پژوهش و شرکت‌کنندگان: این مقاله، بخشی از یک پژوهش کیفی است که با رویکرد نظریه زمینه‌ای یا گراند تئوری به دنبال فهم و شناسایی راهبردهای به کاررفته سالمندان در رسیدن به معنای زندگی است. یکی از اهداف این پژوهش، یافتن استراتژی‌ها و منابعی بود که سالمندان با تکیه بر آنها معنای زندگی خود را ایجاد و خلق می‌کنند. نظریه زمینه‌ای، تلاش برای یافتن نظریه‌ای است که به طور استقرایی از مطالعه یک پدیده به دست می‌آید و در نتیجه، نشان‌دهنده آن پدیده است. در این روش، نظریه کشف می‌شود و با گردآوری منظم اطلاعات و تجزیه و تحلیل یافته‌های برآمده از آن اثبات می‌شود (محمدپور، ۱۳۹۲). در رویکرد گراند تئوری، از نمونه‌گیری نظری استفاده می‌شود؛ به این معنا که نمونه برای هدف پژوهش انتخاب می‌شود و تا رسیدن به اشباع نظری، نمونه‌گیری ادامه می‌یابد. اشباع نظری، زمانی رخ می‌دهد که پاسخ مشارکت‌کنندگان جدید، موضوعی متفاوت از سایر مشارکت‌کنندگان نداشته باشد و پاسخ آنها شبیه به همان پاسخ‌های مشارکت‌کنندگان قبلی باشد. در صورتی که پژوهشگر با پیمودن مسیر باز هم به کشف نظریه نرسد، حساسیت نظری افزایش می‌یابد. این امر به معنای پرسیدن و مقایسه مداوم در راستای رسیدن به مدل نهایی است که اساس گراند تئوری را تشکیل می‌دهد (کرسول،

در پژوهش‌هایی که تا کنون با استفاده از مقیاس‌های موجود و با رویکرد کمی و استفاده از تحلیل‌های آماری انجام شده، با بررسی مقایسه ابعاد معنا در متن زندگی در دو دوره جوانی و سالمندی، وجود تفاوت در معنای زندگی در بین این دو دوره از زندگی نشان داده شده است (اورنگ، هاشمی، رامشینی و اورنگ، ۱۳۹۷). همچنین، علاوه بر توجه به تفاوت مراحل مختلف چرخه زندگی بر رویکردهای دستیابی به معنا عامل مؤثر دیگر اشاره شده در پژوهش‌های مختلف، عامل مذهب و بافت مذهبی یک جامعه است که در اکتساب افراد از معنای زندگی نقش مهمی دارد (عابدی، فروغان، خانجانی، بخشی و فرهادی، ۱۳۹۳).

مطالعه سالمندی و مشکلات آن در ایران، حوزه بدیع و تازه‌ای است. همچنین، با توجه به روند رو به رشد جمعیت سالمند در ایران در دهه‌های آینده، می‌باید عوامل خطرزا و آسیب‌شناسی روانی و اجتماعی در این افراد، بررسی و آسیب‌ها و مشکلات پیش رو تا حد امکان بررسی شوند و برای راههای مقابله با آنها برنامه‌ریزی مدون و اثربخشی صورت گیرد. افزایش احساس مثبت در زندگی می‌تواند به کارایی بهتر افراد منجر شود. با این تفاسیر، مشکلاتی که سالمندان در دوره آخر زندگی خود تجربه می‌کنند، می‌تواند بر معنای زندگی افراد در این دوره تأثیر بسزایی بگذارد؛ بنابراین، می‌توان معنای زندگی و دستیابی موفقیت‌آمیز به آن را از چالش‌های مهم این دوره معرفی کرد؛ اما معنا به بافت و زمینه فرهنگی و مذهبی بسیار وابسته است؛ بنابراین، بسیار مهم است که این مفهوم به صورت عمیق در بافت فرهنگی و مذهبی ایران بررسی شود. عوامل مؤثر بر معنادگی در زندگی سالمندان و همچنین، پیش‌بینی‌کننده‌ها و همبسته‌های آن، شناسایی، کنترل و اندازه‌گیری شوند تا در نتیجه افزایش معنای زندگی و ابعاد مورد نیاز، به افزایش معنا

مصاحبه حاضر، از نوع نیمه‌ساختاریافته بود، مصاحبه‌گر بعد از هر گفتگو یا پاسخ‌دهی، بنا به ضرورت و موقعیت، سؤالات پیگیری را به منظور بررسی عمیق‌تر موضوع پرسیده است. پروتکل نهایی مصاحبه در انتهای مقاله، پیوست شده است.

روش اجرا و تحلیل: پس از کسب مجوزهای لازم، ضبط مصاحبه‌ها با کسب رضایت آگاهانه از مشارکت‌کنندگان و همچنین زمان و مکان مصاحبه‌ها با هماهنگی آنان صورت گرفت. به منظور رعایت اخلاق پژوهش، مشارکت‌کنندگان نسبت به اهداف پژوهش، روش مصاحبه، حق انصراف از مصاحبه و محرمانه‌بودن اطلاعات آگاهی یافتند. بدین ترتیب، پس از گرفتن رضایت آگاهانه و اجازه ضبط و نوشتن مصاحبه، سؤال اولیه و کلی مصاحبه با عنوان «یک روز زندگی خود را توصیف کنید» از افراد مشارکت‌کننده پرسیده شد. براساس اطلاعاتی که هر شرکت‌کننده ارائه می‌داد، برای روشن شدن مفاهیم مدنظر، سؤالات پیگیری‌کننده تنظیم شدند. هر جلسه مصاحبه بین ۳۰ تا ۱۲۰ دقیقه به طول انجامید. مصاحبه‌ها در محیط زندگی سالمندان یا محیط اجتماعی آنها انجام شدند. با گرفتن اجازه، بعضی از مصاحبه‌ها ضبط و بقیه نیز با نوشتن کلیه مطالب مشارکت‌کنندگان و بازگرداندن متن بلافاصله بعد از مصاحبه ثبت شدند. فرآیند جمع‌آوری و تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها به صورت زیگزاگی و رفت و برگشتی و هم‌زمان با اجزای روند مصاحبه انجام شد و فرآیند مصاحبه تا زمان دست‌یابی به اشباع نظری ادامه یافت؛ بدین معنی که در قسمت تجزیه و تحلیل داده‌ها در این پژوهش، به‌طور مداوم پژوهشگر در حال مقایسه، جمع‌آوری داده و تحلیل آنها تا زمان رسیدن به اشباع نظری بود. این فرآیند که سبب کسب اطلاعات عمیق‌تر و معتبرتر در زمینه مفهوم مدنظر می‌شود، به صورت رفت و برگشتی انجام شد؛ به این معنی که

۲۰۲۰؛ بنابراین، در این پژوهش نیز به منظور دست‌یابی به این هدف، میدان مطالعه شامل کانون‌های جهان‌دیدگان و پارک‌های سطح شهر شیراز بود. با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و نظری، ۱۰ سالمند (۶ زن و ۴ مرد) مراجعه‌کننده به این مکان‌ها در سال ۱۳۹۸ بود که با آنها مصاحبه عمیق نیمه‌ساختاریافته اجرا شد. ملاک ورود به مصاحبه شامل سن بالای ۶۵ سال، توانایی صحبت به زبان فارسی و ملاک خروج از پژوهش، اختلالات حاد شناختی تأثیرگذار بر روند صحبت کردن و مصاحبه (مثل سکتة مغزی حاد، دمانس و آلزایمر) و نیز همکاری نکردن صادقانه شرکت‌کنندگان بود.

ابزار پژوهش: مصاحبه کیفی به دلیل جنبه تعاملی، محقق را قادر می‌سازد به ادراک معنایی افراد از دیدگاهشان درباره زندگی و وقایع جاری دست یابد. ابزار این پژوهش، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته بوده است. سؤالات مصاحبه حاضر، براساس رویکردهای نظری و پژوهش‌های قبلی مرتبط و نیز نظرخواهی از اساتید و متخصصان این حوزه طراحی شد و سپس به تأیید نهایی اساتید به منظور سنجش روایی رسید. پس از طراحی سؤالات، ابتدا به صورت مقدماتی، با ۲ سالمند، مصاحبه‌ای براساس سؤالات موجود به عمل آمد و برخی از سؤالات که از نظر مصاحبه‌شوندگان نامفهوم بود، ویرایش و اصلاح شدند. درنهایت، اساتید، روایی محتوایی پرسش‌ها را تأیید کردند. هر کدام از پرسش‌ها مستقیماً در جهت اهداف پژوهش و به منظور دست‌یابی به سؤالات اساسی پژوهش تدوین شده‌اند. در مجموع، ۳ سؤال اصلی از شرکت‌کنندگان پرسیده شده است. محورهای مصاحبه، معنای زندگی و راهبردهای کسب معنا در زندگی را پوشش می‌داد. سؤالات مصاحبه به دو شیوه مستقیم و غیرمستقیم، معنای زندگی و ابعاد مرتبط با آن را هدف قرار داده است. با توجه به اینکه

و اتکا هستند. در این مطالعه، به منظور اعتبارپذیری از روش همسوسازی داده‌ها و اتکاپذیری استفاده شد و سوابق نظری و پژوهشی موجود در حوزه مرتبط با موضوع پژوهش براساس مضامین و مقوله‌های دست‌یافته بررسی شدند. همچنین، با ارائه توصیف دقیق از مشارکت‌کنندگان، به همراه بررسی مداوم در روند پژوهش، اقدامات صورت گرفته و محدودیت‌های تحقیق سعی شد تا قابلیت انتقال یافته‌های تحقیق تأمین شود. این پژوهش با دریافت کد اخلاق از دانشگاه شیراز پزشکی شیراز^۱ و معرفی نامه کتبی از دانشگاه شیراز صورت گرفته است.

یافته‌ها

مشارکت‌کنندگان در این پژوهش، ۶ زن و ۴ مرد بودند که همگی در دامنه سنی ۶۵ تا ۸۵ سال قرار داشتند. ۵ نفر از این سالمندان بازنشستگان دولتی یا مستمری‌بگیر و ۵ نفر غیر بازنشسته و دارای شغل آزاد بودند. تعداد ۴ نفر از آنان بیوه، ۴ نفر متأهل، ۱ نفر مطلقه و ۱ نفر مجرد بود. ۲ نفر از سالمندان متأهل و ۲ نفر از سالمندان بیوه با فرزندان خود زندگی می‌کردند. میزان تحصیلات سالمندان در دامنه‌ای از بی‌سواد تا کارشناسی ارشد قرار داشت؛ شامل ۱ نفر بی‌سواد، ۳ نفر در دامنه تحصیلات زیردیپلم، ۴ نفر دیپلم و ۲ نفر تحصیلات دانشگاهی (۱ فوق دیپلم و ۱ کارشناسی ارشد). وضعیت اقتصادی سالمندان مشارکت‌کننده در پژوهش در طیفی از درآمد شامل ۳ نفر با میزان درآمد بیان‌شده در حد متوسط، ۴ نفر با میزان درآمد بیان‌شده در حد خوب و ۳ نفر با میزان درآمد بیان‌شده در حد کم قرار می‌گرفت.

براساس تحلیل‌های صورت گرفته، در کدگذاری باز و محوری، مؤلفه‌های معنای زندگی در ادراک

پژوهشگر ابتدا مصاحبه اول را انجام داد، تعدادی تجزیه و تحلیل مفاهیم اولیه در این زمینه انجام شد، مواردی که احساس نقصان در آنها وجود داشت، با بررسی مصاحبه‌های قبلی، با صحبت مجدد با مشارکت‌کنندگان برای فهم بهتر و توسعه موضوع و نیز با انجام مصاحبه‌های جدید با تأکید بر نقاط مبهم موجود انجام شد. در فرایند این پژوهش، از رویکرد نظام‌مند و تحلیلی اشتراک و کوربین، در دست‌یابی به یافته‌ها استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها اطلاعات گردآوری شده به واحدهای معنایی کوچک‌تر در قالب بیانیه‌هایی مرتبط با معنای اصلی پژوهش، تبدیل و تا حد امکان، این واحدهای معنایی کوچک‌تر شدند. این روند به صورت انتزاعی تا رسیدن به محورهای اصلی ادامه پیدا کرد. این روند به صورت هم‌زمان با اجرای مصاحبه‌ها بود. کدگذاری، فرایند تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل در رویکردهای پژوهشی کیفی است که تشکیل مفاهیم و مقولات از آن به دست می‌آید. در طی این مراحل، داده‌های خام، تفکیک، مفهوم‌بندی و ترکیب شدند و به این ترتیب از آنها مقوله‌های نهایی استخراج شد. در این فرآیند کدگذاری، واحد تحلیل، «مفهوم» بود. فرآیند کدگذاری در پژوهش حاضر، هم‌زمان با گردآوری داده‌ها اجرا شد تا نقص‌هایی که باید در مراحل بعدی، بررسی و تکمیل شوند، مشخص شود. در طی این روند، پژوهشگر در ابتدا با مجزا کردن جنبه‌هایی از گفتگوها که «مفاهیم» نام دارند و بررسی مشابهت‌های آنها با یکدیگر، آنها را در دسته‌های کلی‌تر و منسجم‌تری به نام «مضامین» قرار داد. در نهایت، مضامین مشابه در دسته‌های اصلی با عنوان «مقوله» قرار گرفتند. مقوله‌ها مفاهیمی‌اند که نسبت به سایر مفاهیم، انتزاعی‌ترند (والست و رزات، ۲۰۱۹). اعتبارپذیری داده‌ها به این معناست که تا چه حد تفاسیر مربوط به داده‌های کیفی، واقعی، صحیح و قابل اعتماد

سالمندان شامل ۱۷ مفهوم، ۸ زیرمقوله و ۴ مقوله نهایی است که عبارت‌اند از: «تعالی معنوی»، «توجه و اهمیت دادن به خود»، «تبادل عشق» و «پویش اجتماعی». در کدگذاری گزینشی، این طبقه ذیل راهبردها در نظریه به دست آمده قرار گرفت.

تعالی معنوی یکی از مقوله‌های اساسی در شکل‌دهی معنای زندگی در ادراک سالمندان است. این مضمون بر ارتباط روحانی متعالی با جهان هستی، احساس حضور یک قدرت برتر، به‌طور ویژه در فرهنگ ایرانی - اسلامی، توکل به خداوند متعال و توسل به پیامبر و ائمه را در بر می‌گیرد. در این زمینه، ارتباط با پروردگار، عشق برتر و متعالی دانسته می‌شود. در باب این مقوله، مشارکت‌کنندگان از تجربه تعالی معنوی به زیرمقوله‌های اتصال به منبع برتر و وحدت با جهان هستی اشاره کردند. مشارکت‌کننده شماره ۱ که یک استاد ۷۳ ساله و بازنشسته دانشگاه است، در زمینه اتصال به منبع برتر می‌گوید «به تعداد آدم‌ها زندگی یک معنایی دارد. من می‌توانم گزاره‌های خداوند را درباره زندگی بگویم «من انسان را نیافریدم، مگر برای عبادت ... شریعتی می‌گه در این دنیا همه چیز دورانی هست؛ مثل کره‌های آسمان، زمین، خورشید و ... زندگی هم دوری است. متولد میشی، بزرگ میشی ... پیر میشی، بعد دوباره بر می‌گردی به حالت بچگی. خب مثل صفر هست. صفرم هیچ ارزشی نداره؛ اما همین صفر رو جلو یک بذاری ارزش پیدا میکنه. زندگی دوری هم، زمانی ارزش پیدا میکنه که در مقابل خداوند واحد قرار بگیریم». کد شماره ۲ نیز که یک خانم ۷۵ ساله و دبیر بازنشسته ادبیات است، بزرگ‌ترین تجربیات زندگی خود را به این ارتباط و اتصال معنوی پیوند می‌دهد و چنین می‌گوید «بزرگ‌ترین تجربه زندگی من، تجربه مکه و مشهد رفتن بود. اصلاً حسش قابل وصف نیست. حس یک زندگی دوباره به من داد

و اگر بخوام از معنی زندگی حرف بزنم، می‌تونم بگم تا وقتی که این حس رو تجربه نکرده بودم، زندگی را نفهمیده بودم». کد شماره ۳ نیز به همین مقوله در گذار از بحران‌های مختلف زندگی خود اشاره می‌کند و می‌گوید «من تو زندگی با شوهرم خیلی مشکل داشتم و سعی کردم تحمل کنم و گذشت کنم و خدا کمکم کرد. اون موقع به خدا توکل کردم و گفتم خودش کمکم می‌کنه و باعث شد تحمل کنم شرایط رو. حالام راضی‌ام، خدا رو شکر ...». مشارکت‌کننده شماره ۵ که یک خانم ۷۵ ساله و متأهل است، از اهمیت این اتصال معنوی در زندگی خود می‌گوید «من صبح به صبح دو ساعت قرآن می‌خونم. حتماً دعا می‌خونم. دعا می‌کنم خدا همونو به راه راست هدایت کنه. به منم کمک کنه. دعاخوندن برکت زندگی من هست». کد شماره ۷ که یک خانم مطلقه ۷۳ ساله است و با تنها دخترش زندگی می‌کند، در زمینه اتصال به منبع برتر، اینگونه عنوان می‌کند «... از دست روزگار ناراضی‌ام. خیلی زجر کشیدم. خیلی زحمت کشیدم ... ولی اینجوری هم نیستم که بگم نمیتونم، همیشه توکل به خدا می‌کنم و میگم میشه و انجام میدم. خدا بزرگه، خودش کمکم می‌کنه. حس بودنش برام آرامش میده». مشارکت‌کننده شماره ۸ که یک آقای ۶۶ ساله و راننده تاکسی است، با ادبیات خاص خود، به این ارتباط معنوی اشاره می‌کند. این امر حاکی از آن است که بی‌هیچ قید و شرطی، زندگی خود را خالصانه در ارتباط با منبع لایزال و برتر هستی می‌داند. آنچنان که می‌گوید «من صبح که از خواب پا میشم، اول از همه وایمیسم رو به خدا، یه بشکنی می‌زنم و میگم خدایا دمت گرم. امروزم هوای ما رو داشته باش مثل همیشه. همین که میگم خیالم راحت‌تره که اون بالایی هوامو داره دیگه. بقیه‌اش همه چی الکیه. همین کافیه برام». مشارکت‌کننده ۴ نیز که یک خانم ۸۴ ساله است، به نحو دیگری از ارتباط با

میشم. به طبیعت نزدیک میشم و اون رو حس می‌کنم تا آروم بشم. خیلی خوبه».

توجه‌داشتن و اهمیت‌دادن به خود یکی از مقوله‌هایی است که در ادراک سالمندان، از مقوله‌های اساسی معنای زندگی به‌شمار می‌رود. این مقوله شامل زیرمقوله‌های خودسازی و خودراهبردی و مهربانی با خود می‌شود. این مقوله به معنای پذیرش واقعیات مثبت و منفی خود توسط سالمند است و شامل احساس ارزشمندی و دلسوزی نسبت به خود است. این احساس زمانی به دست می‌آید که سالمند، نسبت به خود و شرایطی که در آن قرار دارد، با مهربانی رفتار کند و اولویت اهداف خود را بر لزوم دلسوزی نسبت به خود و اهمیت‌دادن به خود در نظر بگیرد؛ چنانکه مشارکت‌کننده شماره ۱ به‌طور مستقیم به اهمیت این مقوله در معنای زندگی اشاره می‌کند و در این باره می‌گوید «بزرگ‌ترین هدف یک انسان این است که خودش را بسازد. قسمتی از ساختن ما دست خودمان نیست. قلب ما، مغز ما، نفس ما بدون اجازه ما می‌زند و کار می‌کند ... دیگران روی ما اثر می‌گذارند، بدون اینکه بخواهیم؛ اما مهم‌ترین هدف انسان این هاست که خودش، خودش را بسازد». این مشارکت‌کننده در ادامه، خودسازی را اینگونه تعریف می‌کند «باید نگاهی به دل خود باشیم. همه کارهایی که ما می‌کنیم، اول تمایل پیدا می‌کنیم، بعد انجام می‌دهیم. باید دلمان را تقویت کنیم. اونهایی که به زندگی امیدوارند، دلشان را تربیت کردند؛ ولی وقتی تربیت شد، دیگه آدم رو اذیت نمیکند ...». از دید این مشارکت‌کننده، خودسازی به معنای کنترل خود و تربیت و تقویت روح است. او در ادامه به ادراک خودسازی در تجربه خود می‌پردازد «اولویت بعدی من در زندگی اینه که بتونم قدمی در رشد و اصلاح خودم بردارم. چیزی نمی‌دانستم و دانستم، حرکتی نامناسب که حالا انجام ندادم. دیدگاهی

منبع برتر هستی اشاره می‌کند «یکی از چیزایی که برای من خیلی مهم هست، دعا کردنه. من حتماً دعا می‌کنم هر روز. یکشنبه‌ها هم میام اینجا (کانون جهان‌دیدگان) مدیتیشن می‌کنم، شمع روشن می‌کنم. برای رفتگان دعا می‌کنم. این جزئی از برنامه همیشگی من هست». مشارکت‌کننده شماره ۱ به بعد دیگر تعالی معنوی اشاره می‌کند که وحدت با جهان هستی است و در این راستا می‌گوید «یک معنای دیگر زندگی، طبیعت هست. همین دنیایی که درش هستیم. طبیعت، دریا، کوه، آسمان، حیوانات و چیزهایی که خدا خلق کرده، همه معنی زندگی‌اند، باید لمسشان کنیم». مشارکت‌کننده شماره ۹ که یک آقای ۷۳ ساله و بازنشسته بانک است، نیز با اشاره به مقوله تعالی معنوی در صحبت‌های خود در زمینه معنای زندگی، به زیرمقوله وحدت با جهان هستی، اشاره و آن را اینگونه توصیف می‌کند «با اندیشیدن به اینکه زندگی یک فرصت هست، باید در این فرصت از نیکی‌ها بهره برد و بدی‌ها را به فراموشی سپرد. لحظه‌لحظه زندگی زیبا می‌شود. انسانی که اعتقاد داره زندگی یک فرصت هست به زیبایی‌ها نگاه می‌کنه. گل‌ها و زیبایاشون. کافیه در طبیعت رفت، یک گل به خاطر ما باز میشه. زندگی درختیه که انسان میتونه سبزش کنه و با اون سبزی و طراوت به وجود بیاره ... باید تلاش کنیم با نگاه به طبیعت از اون یاد بگیریم. ما هم یخ وجودمان را بشکنیم و ببینیم به دیگران و با هم در یک مسیر جاری شویم و به دریا برسیم. فقط باید مسیر طبیعت را پیدا کنیم ...». کد شماره ۱۰ یک آقای ۷۲ ساله، رزمنده و جانباز جنگ تحمیلی است، در ارتباط با زیرمقوله وحدت با جهان هستی، حضور در طبیعت را یکی از روش‌های آرامش خود در زندگی می‌داند و می‌گوید «وقتی که ناراحتم میرم کوه. تنهایی میرم کوه و توی کوه از همه چی دور

داشتم که حالا اصلاح پیدا کرده. چیزهایی که به نظرم ارزشمند بوده، ولی نبوده و حالا آگاه شدم». مشارکت کننده ۱۰ نیز به نوعی دیگر به تبیین نقش نیاز به خودسازی و رشد و تعالی یافتن و بهتر شدن، در جستجو و کسب معنای زندگی خویش پرداخته است «کلاً دوست دارم دنیای خودم رو به شیوه‌ای طراحی کنم که دوست دارم. برای اینکه میخوام خودم سازنده دنیای خودم باشم. اگر بشینی و منتظر باشی، هیچ اتفاقی نمی‌افته. دنیا خودش می‌گذره و اون چیزایی که داره رو بهت تحمیل می‌کنه. باید دنیایی که دوست داریم رو خودمون خلق کنیم. من باید بدونم چی دوس دارم و از چی لذت می‌برم و پاشم بسازمش». مشارکت کننده شماره ۲ نیز در تعریف معنای زندگی به رشد و پیشرفت فردی اشاره می‌کند. او یک خانم ۷۵ ساله و دبیر بازنشسته است و در این باره می‌گوید «زندگی تکرار روزهای مختلف هست که همش تکراریه برام. اگه آدم بتونه پیشرفت کنه، خوبه و گرنه زندگی نه معنی داره نه فایده». این مقوله در ادراک سالمندان فقط جنبه خودسازی و خودراهبردی را در بر نمی‌گیرد، بلکه توجه کردن و دوست داشتن خود و مهربانی با خود نیز یکی از زیرمقوله‌های این مقوله به‌شمار می‌رود که سالمندان به آن اشاره کرده‌اند. سالمند شماره ۳ یک زن بیوه ۶۴ ساله است و در این باره می‌گوید «هدف من در زندگی مراقبت از خودم هست، در حد خیلی زیاد... قبلاً می‌گفتم آبروداری مهمه. همش می‌گفتم یه وقت کسی ناراحت نشه... ولی الان می‌گم خودم. برای خودم زندگی می‌کنم. الان خودم هستم. سعی می‌کنم خودم باشم. اول میخوام خودم شاد باشم». سالمند شماره ۴، یکی از اولویت‌های خود را توجه به نیازهای خود و کسب آرامش در زندگی می‌داند و اینگونه می‌گوید «اولویتم توی زندگی، الان این هست که از زندگی لذت ببرم و برای خودم زندگی کنم. هر کاری که بهم

آرامش و لذت می‌ده رو انجام میدم. خیلی به فکر سلامتی خودمم. هم سلامتیم، هم آرامش و لذتم». سالمند شماره ۵ نیز رسیدگی به خود را از اهم فعالیت‌های در طول روز خود می‌داند و اینگونه می‌گوید «صبح که بلند میشم، رختخوابم رو مرتب می‌کنم، مسواک می‌کنم و لباس خوب می‌پوشم، بعد میام بیرون. رسیدگی به خودت یکی از مهم‌ترین قسمت‌های زندگی هست که باید بهش اهمیت بدیم. وقتی می‌خواهیم دیگران به ما احترام بگذارن، اول خودمون باید به خودمون احترام بذاریم و یکی از نمونه‌های این احترام گذاشتن همین لباس خوب پوشیدن و تمیز بودن هست؛ و اتفاقاً به نظر من، هرچی هم سن بالاتر بره، باید بیشتر به این قضیه اهمیت بدیم». سالمند شماره ۹ نیز که اکنون مدیریت کانون جهاندیدگان را نیز برعهده دارد، می‌گوید «ما برای اینکه به دلمان برسیم فرصتی نداشتیم؛ اما امروز روز استفاده از فرصت‌هایی است که مجال استفاده نداشتیم. باید با این باور در سالمندی زندگی کنیم که هیچ مرغی از شکستن شاخه نمی‌افتد؛ بلکه پرواز می‌کند. انسان به خاطر افزایش سن در پستی نمی‌افتد. ما همش به پول و مقام فکر کردیم. ما به دلمون فکر نکردیم. ما باید به دل و احساسمون فکر می‌کردیم و همین باعث میشه که دیگران ما رو دوس داشته باشند».

تبادل عشق، در ادراک سالمندان، زیرمقوله‌های دریافت عشق و ابراز عشق و محبت را شامل می‌شود. این مقوله یکی از مفاهیمی است که بیشتر سالمندان مشارکت کننده به آن اشاره کردند و این امر نشان از اهمیت این مقوله در تعریف معنای زندگی در ادراک سالمندان دارد. تبادل عشق، به‌طور کلی به تبادل عشق و محبت اشاره دارد، نه صرفاً دریافت یا ابراز آن به دیگری؛ و ابعاد مختلفی را در بر می‌گیرد و اختصاص به روابط بین فردی صرفاً با انسان‌های دیگر ندارد؛ بلکه

کنم، بیشتر از انتظار خودشون شارژ میشم. وقتی به دیگران محبت می‌کنم و دیگران رو خوشحال می‌کنم، آرامش می‌گیرم». سالمند شماره ۳، به بعد دیگر این مقوله، اشاره و احساس خود را از عشق و محبتی که از دیگران دریافت می‌کند، بیان می‌کند و آن را عامل انگیزه‌ساز سایر فعالیت‌های خود می‌داند «از صبح که بلند میشم به عشق کانون خودم رو خوشگل می‌کنم. اینجا به استاد داریم، امید زندگی ما هست. به کانون به عشق اون و آرامشی که به ما میده، میام اینجا. همیشه به من میگه "عشق من" و این برای من به دنیا ارزش داره». کد شماره ۴ که یک خانم ۸۴ ساله و بیوه است و با پسر مجرد خود زندگی می‌کند نیز به این مقوله اشاره می‌کند و با توجه به مضمون دریافت عشق و محبت می‌گوید «من به خاطر عشق و محبتی که تو کانون هست میام اینجا. اینکه دوستانم به یاد من هستن و بهم محبت می‌کنن، بهم امید میده». سالمند شماره ۵ یک خانم ۷۴ ساله و متأهل است که فرزندانش در خارج از کشور زندگی می‌کنند. او دلیل ارتباط خود با اطرافیان را نیاز عاطفی می‌داند و می‌گوید «من در واقع نبودن بچه‌هام و نیاز عاطفی که به اونا دارم رو میام کانون با دوستانم پر می‌کنم»؛ اما مشارکت‌کننده شماره ۸، دلیل ارتباط خود را با همسالان همین دریافت عشق و محبتی می‌داند که آنها نثار می‌کنند و اینگونه بیان می‌کند «من میام کانون که پیش دوستانم باشم. با دوستانم که هستم بهم خوش می‌گذره. جایی که شاد باشم، با هم صحبت کنیم. بچه‌هام همین که حالمو پیرسن، برام کافیه و اینکه بهم محبت کنن. اینجا همه هوای هم رو داریم». سالمند شماره ۹ تعریف عشق را نه فقط عشق به همسر بلکه عشق به همه چیز می‌داند و جامعیت عشق را در تعریف معنای زندگی پراهمیت می‌داند. از دید این سالمند نیز اهمیت ابراز عشق به گونه‌ای است که می‌تواند باعث دریافت عشق شود و می‌گوید «همه زندگی عشق است،

تبادل عشق با کل جهان هستی را در بر می‌گیرد. آنچنان که در ذیل به شواهدی از گفته‌های مشارکت‌کنندگان اشاره می‌شود؛ برای مثال، سالمند شماره ۱ می‌گوید «عشق و دوست داشتن یکی از فاکتورهایی است که به زندگی معنا می‌دهد. عشق را که از زندگی بگیریم، معنایش را از دست می‌دهد..؛ اما عشق ورزیدن هم می‌تواند فاعلی باشد هم مفعولی؛ به این معنا که شخص می‌تواند نیاز داشته باشد که دوستش بدارند یا دوست بدارد و عشق بورزد»؛ اما به نظر می‌رسد آنچه مهم‌تر است، دوست داشتن و ابراز محبت سالمند به دیگران است؛ چنانکه خود این سالمند در ادامه می‌گوید «بچه‌ها که به دنیا می‌آیند، دوست دارند دوستشان بدارند؛ اما بعد که مثل ما بزرگ شدند، آن وقت دوست دارند که دوست داشته باشند». مشارکت‌کننده ۲ نیز به همین مضمون، اشاره و آن را اینگونه بیان می‌کند «من سعی می‌کنم برای دیگران مایه آرامش باشم و برای بقیه خوبی و خیر می‌خواهم. به همه لبخند می‌زنم. رضایت همسر و بستگان برام خیلی مهم هست؛ چون معتقدم دنیا کوچک‌تر از اونیه که با زبون همدیگه را آزار بدیم». سالمند شماره ۶ نیز به این نوع ابراز عشق و محبت اشاره می‌کند و می‌گوید «تو خونه بافتی می‌بافم، برای بچه‌های خواهرم ... بچه‌های خواهر و برادرم مثل بچه‌های خودم ... همین که با دوستانم باشم خیلی خوبه؛ البته با خانواده هم به آدم خوش می‌گذره؛ حتی اگه هم سن و سال نباشن؛ به هر حال، ارتباط داشتن با بقیه تو زندگی خیلی مهمه. آدم نمیتونه تنهایی زندگی کنه. اصلاً تنهایی زندگی کردن دیگه معنی نداره». از دید مشارکت‌کننده شماره ۷ نیز ابراز عشق و محبت به کسب معنای زندگی کمک می‌کند. او اینگونه به اهمیت این مضمون اشاره می‌کند «اول از همه تو زندگی، دخترم برام مهم هست. بعدش زندگیم خلاصه میشه تو محبت به دوستانم. اینکه خودم بهشون محبت

وقتی عاشقانه نگاه کنی ... زندگی عشق است. لحظه لحظه را می توان عاشقانه زندگی کرد. عشق فقط عشق به همسر نیست. عشق زن به مرد، عشق به دنیا، عشق به طبیعت، زندگی. دیگران حاضرین تو کانون جوشون رو برای من بدن. این به خاطر این هست که من اول به اونا عشق نثار کردم».

پویش / اجتماعی، شامل زیرمقوله های کمک به دیگران، الگوشدن برای دیگران و مشارکت اجتماعی می شود. در ادراک سالمندان، حضور و فعالیت به شیوه های مختلف در اجتماع می تواند از مصادیق دریافت و درک معنای زندگی باشد. مضامین مختلفی که در این دسته قرار گرفته اند، حاکی از روش های مختلف مربوط به این مقوله اند؛ اما پویایی اجتماعی می تواند به صورت های مختلفی ایجاد شود. یکی از این مضامین، کمک به دیگران است. سالمند شماره ۱ وظیفه خود را در زندگی کمک به دیگران می داند و در همین راستا به شغل فعلی خود اشاره می کند که بعد از بازنشستگی به دانشجویان مشاوره می دهد و می گوید «من تلاش می کنم برای هر کسی که با من برخوردی داشته باشد، برایش مفید باشم و خیری بهش برسونم و اگر این توفیق رو پیدا کنم، این رو نعمت خدا میدونم». این مفهوم یکی از مصادیق پویش اجتماعی است که به نظر می رسد در ادراک سالمندان بیشتر با عنوان کمک ذهنی و مشورت دادن، خود را نشان می دهد. این امر بنا بر گفته مشارکت کنندگان، هم می تواند به سبب میزان تجربه زندگی آنها و هم به دلیل کاهش توانایی جسمانی روی دهد؛ چنانکه سالمند شماره ۵ نیز به همین نکته اشاره می کند و می گوید «اگر بتونم کمک می کنم، چه مالی، چه عاطفی، چه جسمی، به دوست و آشنا و فامیلم؛ ولی متأسفانه از نظر جسمی الان توانم خیلی کم شده». مشارکت کننده شماره ۳ نیز به تلاش خود برای کمک کردن به دیگر به صورت مشورت دادن

براساس تجربه خویش، اشاره می کند و می گوید «فامیل و دوست و آشنا از من مشورت می گیرن و من رو سنگ صبور خودشون می دونن. من هم سعی می کنم تا اونجا که می تونم گوش بدم به حرفاشون و کمک و راهنمایی اگر از دستم بریاد براشون انجام میدم». سالمند شماره ۷ نیز که خانم مطلقه ۷۳ ساله و تحت پوشش بهزیستی است، به مقوله کمک کردن به دیگران اشاره می کند و یکی از مؤلفه های معنای زندگی را حضور در اجتماع می داند و نحوه کمک کردن به دیگران را محدود به کمک های مالی نمی داند. او در این راستا می گوید «به همسایه ها احترام میدارم. میخوام برم نون بگیرم، به سوپری میگم نمی خوام برات نون بگیرم. چون میدونم گرفتاره. دوس دارم کاری برای دیگران انجام بدم». یکی دیگر از زیرمقوله های پویش اجتماعی، الگوشدن برای دیگران است. سالمند شماره ۸ به این موضوع اشاره می کند و می گوید «انسان اگر به خاطر افزایش سن تجربه کسب کرده باشه، میتونه سرلوحه دیگران قرار بگیره. من در بدترین شرایطی که دخترم رو از دست داده بودم، در مراسم به دیگران تسلی می دادم. این معنای حقیقی زندگی هست». سالمند شماره ۲ نیز به این موضوع در صحبت های خود اشاره می کند «شیوه زندگی باعث آرامش خاطر مه. اینکه متکی به خودم بودم و بچه هامم ازم یاد گرفتن و الان همشون روی پای خودشون هستن». سالمند شماره ۱۰ نیز شیوه ادراک خود را از معنای زندگی حضور در اجتماع می داند و بر الگوبودن خود به عنوان بزرگ تر و فرد با تجربه تأکید می کند و در این باره این چنین می گوید «من پدر بزرگم، محور خانواده ام، بقیه رو حرف من حساب می کنن. پس ما باید حواسمون باشه که چی دارن از ما یاد می گیرن».

در جدول ۱، مفاهیم اولیه و نیز مضامین و مقوله های به دست آمده، به تفکیک ارائه شده اند.

جدول ۱. مفاهیم اولیه، مضامین، مقوله‌ها و فراوانی به‌دست آمده از مصاحبه‌ها

مفاهیم اولیه	مقوله‌ها	فراوانی	
احساس حضور یک قدرت برتر، بندگی خداوند، عشق به خداوند، توکل بر خداوند، توسل به پیامبر و ائمه	اتصال به منبع برتر	۱۰	
	انجام فعالیت‌های مختلف به‌منظور کسب تجربه معنوی، علاقه به حیوانات، همسو و هماهنگ بودن با طبیعت، حس برقراری ارتباط با طبیعت و جهان هستی	وحدت با جهان هستی	
توجه به رشد فردی، بهتر بودن و پیشرفت داشتن، لزوم ساختن یک خود ارزشمند و والا	خودسازی	۷	
	خودراهبردی، خودمدیریتی، تنظیم هیجانات در مواقع مختلف، برنامه‌ریزی و پایبندی به آن برای رسیدن به اهداف مختلف	خودراهبردی	
	توجه و اهمیت دادن به خود، مهربانی با خود، ارزشمندی خود، دلسوزی نسبت به خود، رسیدگی به خود	مهربانی با خود	
دریافت محبت بی‌قید و شرط از طرف دیگران به شکل‌های مختلف در بافت روابط خانوادگی و روابط اجتماعی	دریافت عشق	۹	
	ابراز عشق به دیگران به شکل‌های مختلف در بافت روابط خانوادگی و روابط اجتماعی	ابراز عشق و محبت	
خدمت به دیگران، تلاش برای رفع مشکلات دیگران، همدلی با دیگران، گوش‌دادن به درد دل دیگران، کمک به افراد نیازمند، کمک به دیگران	کمک به دیگران	۷	
	راهنمایی و مشاوره دیگران، ارائه تجربیات به‌دست آمده به دیگران، تلاش برای ارائه الگوهای رفتاری مطلوب به دیگران، الگوشدن برای دیگران	الگوشدن برای دیگران	
	حضور مؤثر و کارآمد فرد در جامعه به‌واسطه نقش شغلی یا تخصصی او یا موقعیت مالی فرد، ارتباط با خانواده، حضور در مهمانی‌ها، مهمانی گرفتن، حضور در اجتماع، روابط با دوستان و همسالان، حضور در جامعه، گسترش روابط اجتماعی	مشارکت اجتماعی	

بحث

«پویش اجتماعی» می‌شود. پژوهش‌های جدید انجام گرفته در حوزه معنای زندگی، تعاریف چندوجهی از معنای زندگی را پیشنهاد می‌دهند. ادبیات پژوهشی به مؤلفه‌های مختلفی در تعریف معنای زندگی

با توجه به نتایج پژوهش حاضر، براساس ادراک سالمندان، معنای زندگی شامل چهار مقوله «تعالی معنوی»، «توجه و اهمیت دادن به خود»، «تبادل عشق» و

اشاره کرده است؛ از جمله داشتن ارتباط با خالق هستی، داشتن هدف در زندگی، رسیدن به تکامل و پیشرفت، انسان دوستی، خانواده، معنویت، عشق و پیوند با طبیعت (هیل و همکاران، ۲۰۱۷؛ نوویانا و همکاران، ۲۰۱۶؛ مویونک، ۲۰۱۳؛ سلیگمن و ریدر، ۲۰۱۴؛ طالب‌زاده و همکاران، ۱۳۹۵). پژوهش حاضر نیز به مقوله‌های مختلفی در تعریف معنای زندگی دست یافته است.

مقوله‌ی تعالی معنوی، یکی از مفاهیم به‌دست‌آمده در این پژوهش بود که به معنای اتصال به منبع برتر و وحدت با جهان هستی در ادراک سالمندان بود. با توجه به گفته‌های مشارکت‌کنندگان، ادراک راهبردهای معنوی و مذهبی و تلاش برای ارتباط با یک منبع والاتر به آرامشی درونی منجر می‌شود و اهمیتی درخور توجه دارد؛ اما با توجه به مذهب و نوع تفکر هر فرد، ابراز آن به‌صورت متفاوتی است. اتصال به منبعی برتر و وحدت با جهان هستی و به‌طور کلی تعالی معنوی در دیگر پژوهش‌ها نیز یکی از مؤلفه‌های مهم معنای زندگی بیان شده است. ویکتور فرانکل (۱۹۸۸)، به نقل از همفیل، (۲۰۱۵)، یکی از اصلی‌ترین نظریه‌پردازان در حوزه معنای زندگی، معنای زندگی را در دو سطح «معنای زمینی» و «معنای غایی» تصور می‌کند و تجلی معنای غایی یا آسمانی را معنویت و دین می‌داند. در دیدگاه این نظریه‌پرداز، هنگامی که انسان به دامان طبیعت پناه می‌برد و نیز زمانی که پیوندی میان وجود خود و یک منبع ابدی احساس می‌کند، معنای زندگی را در می‌یابد (دهداری و همکاران، ۱۳۹۲). دیگر پژوهشگران نیز به اهمیت این بعد در تعریف معنای زندگی توسط افراد اشاره کرده‌اند و معنای زندگی را دربردارنده‌ی باورهای افراد در وجود یک هدف غایی در زندگی، اعتقاد به معنویات، اتصال به منبعی والا، دینداری و پیوند با طبیعت می‌دانند (کالیستر و همکاران، ۲۰۱۹؛ هیل و همکاران، ۲۰۱۷؛ طالب‌زاده و همکاران، ۱۳۹۵). دیگر

مقوله‌ی به‌دست‌آمده در این پژوهش، اهمیت دادن و توجه به خود بود که شامل تلاش برای خودسازی و خودراهبردی و نیز تلاش برای بهبود و ارتقا و وضعیت و رشد و پیشرفت فردی می‌شد. در دیگر پژوهش‌ها نیز شباهت‌هایی با این مفهوم وجود دارد. این مقوله در بعضی از پژوهش‌ها با عنوان مقوله‌ی اصلی معنای زندگی بیان شده است؛ برای مثال، در پژوهشی این مقوله به‌صورت کلی و با عنوان «جهت‌گیری به سمت خود» نام برده شده است و آن را شامل احساس رضایت و تکمیل شدن می‌دانند که می‌توان آن را از نظر مفهومی شبیه به بعد بهبود و ارتقای فردی در پژوهش حاضر دانست. همچنین، نوویانا و همکاران (۲۰۱۶) نیز در مدل مفهومی خود از معنای زندگی به هشت مقوله اشاره کرده‌اند که یکی از مقوله‌های اصلی آنها «تمرکز بر خود» است؛ اما در دیگر پژوهش‌ها از آن به‌عنوان راهبردی برای رسیدن به معنای زندگی یاد شده است (کالیستر و همکاران، ۲۰۱۹). براساس یافته‌های پژوهش حاضر، تبادل عشق در تجربه‌ی زیسته‌ی سالمندان، یکی از مقوله‌های اصلی معنای زندگی به‌شمار می‌آید که به دو صورت دریافت عشق و ابراز عشق ادراک می‌شود؛ اما براساس مصاحبه‌های انجام‌گرفته، آنچه در این دوره سنی اهمیت بیشتری می‌یابد، ابراز عشق به دیگری است و عشق معنایی گسترده‌تر از عشق شهوانی و اروتیک (شهوانی) می‌یابد؛ به این معنا که برای عشق‌ورزیدن، الزاماً نیازی به شریک جنسی و عاطفی از جنس مخالف (همچون دیدگاه دوران جوانی در نظریه‌ی اریکسون) نیست؛ بلکه این مفهوم از عشق، بسیار گسترده‌تر و عمیق‌تر در ورای تمام عشق‌های مادی و هیجانی به‌شمار می‌رود؛ امری که می‌تواند ادراک سالمندان را از عشق از ادراک جوانان به‌صورت کیفی جدا کند (طالب‌زاده و همکاران، ۱۳۹۵). همچنین، احمدی و همکاران (۱۳۹۶) در بررسی میدانی خود از سالمندان «رابطه‌ی

سالمندان در اجتماع اثرگذار باشد. کلیشه‌های فرهنگی سن‌زده که از دیرباز در جامعه نفوذ کرده‌اند و می‌توانند ناشی از شرایط بهداشتی، اقتصادی و خانوادگی مربوط به گذشتگان بوده باشند، باعث شده است تا در بطن فرهنگ جامعه، سن بازنشستگی و تقریبی ۵۵-۶۰ سال به بالا مساوی با سن از کارافتادگی قلمداد شود، بی‌آنکه به توانمندی‌های فردی و بالقوه هر فردی به صورت مجزا و متناسب با شرایط فعلی جامعه نگریسته شود. این امر مزید بر سایر سیاست‌گذاری‌های کلان شده و تغییر آن مستلزم برنامه‌ریزی دقیق و البته گذر زمان است.

بدین ترتیب پژوهش حاضر به دلایل مختلفی با دیگر پژوهش‌ها در این راستا دارای شباهت‌هایی در مقوله‌ها و مفاهیم به دست آمده است. به‌طور کلی، وجود معنا در زندگی سالمندان باعث ایجاد نگرش مثبت و هدفمندی می‌شود و عاملی برای سازگاری با این دوران در مواجهه با تنش‌ها و تجربه مشکلات جسمانی و روانی متعدد است. با توجه به نقش این عوامل در معنابخشیدن به زندگی سالمندان و نیز اهمیت رسیدن و ادراک معنای زندگی در بهزیستی و سلامت روان افراد، لازم است سیاست‌گذاری‌های کلان دولت و سازمان‌های مربوط، به این عوامل توجه ویژه‌ای داشته باشند و با تقویت معنای زندگی در سالمندان، به آنها کمک کنند تا به‌عنوان عنصری هدفمند و پویا وارد جامعه شوند و از حالت مصرف‌گرا و صرفاً دریافت‌کننده خدمات، به افرادی مؤثر و مولد در جامعه تبدیل شوند.

یکی از اصلی‌ترین محدودیت‌های این پژوهش، شیوع ویروس کووید ۱۹ بود که باعث ایجاد محدودیت‌های بسیاری در روند پیشبرد پژوهش و به‌خصوص در اجرای مصاحبه حضوری شد. دیگر محدودیت این پژوهش نیز کسب رضایت افراد

عاطفی» را از حوزه‌هایی می‌دانند که در بین سالمندان بیشترین فراوانی را به‌عنوان منبع معنا بخش زندگی داشته است. همه مشارکت‌کنندگان در این پژوهش نیز به این بعد به‌صورت‌های مختلفی اشاره کردند که حاکی از اهمیت آن در ادراک معنای زندگی توسط سالمندان است. بعد پویای اجتماعی نیز یکی از مقوله‌های اصلی معنای زندگی در ادراک سالمندان از معنای زندگی است. به اهمیت این بعد در تعریف معنای زندگی به‌صورت‌های مختلف در پژوهش‌های گوناگون اشاره شده است؛ به طوری که برخی از پژوهش‌ها پیوند اجتماعی را هم منبع و هم پیامد داشتن معنا در زندگی می‌دانند (استاورا و همکاران، ۲۰۱۶). این مقوله در پژوهش حاضر با مصادیق کمک به دیگران، الگوشدن برای دیگران و مشارکت اجتماعی تعریف شد. اهمیت این بعد در معنای زندگی افراد با عنوان «معنای دیگر جهت‌دهی شده» به‌عنوان یک مقوله اصلی معنای زندگی شناخته شده است (هیل و همکاران، ۲۰۱۷). در ادراک سالمندان، نحوه برقراری ارتباط و شناسایی افرادی که می‌توانند در دایره ارتباطات فرد قرار بگیرند، در سالمندی اهمیت ویژه‌ای می‌یابد و سالمندان در انتخاب افراد و ایجاد ارتباط مؤثر با دیگران، ثبات و قاطعیت چشمگیری دارند. توجه به شبکه روابط، یکی از مقوله‌هایی است که در پژوهش‌های مختلف نیز یکی از منابع اصلی در دست‌یابی به معنای زندگی ذکر شده است. توجه به این مقوله در پوشش‌دهی معنای زندگی می‌تواند در ساخت و پذیرش نقش فعالانه سالمندان در اجتماع اثرگذار باشد. در پژوهش‌های انجام‌شده در ایران درباره سالمندان، به بعد «نیاز به پذیرش اجتماعی» اشاره شده که از نظر مفهوم، نزدیک به بعد پویای اجتماعی در پژوهش حاضر است (احمدی و همکاران، ۱۳۹۶). توجه به این مقوله در پوشش‌دهی معنای زندگی می‌تواند در ساخت و پذیرش نقش فعالانه

مشارکت کننده در ضبط صدا و اجرای مصاحبه بود که در برخی از موارد باعث شد مصاحبه مد نظر، حذف و یک مصاحبه دیگر جایگزین آن شود. دیگر محدودیت این پژوهش، عدم امکان تعمیم دهی نتایج به دلیل استفاده از روش عمقی نگر و کیفی در این پژوهش است. همچنین، هرچند تلاش شده است در انتخاب مشارکت کنندگان حداکثر تنوع در زمینه جنسیت، وضعیت تأهل و زمینه اقتصادی اجتماعی لحاظ شود، یافته‌های این مطالعه، منعکس کننده ویژگی‌های بخشی از سالمندان ساکن در استان فارس بوده و به تناسب، صرفاً نشان دهنده بخشی از واریانس فرایند معنای زندگی در سالمندان ایرانی است.

پیشنهاد می‌شود به منظور گسترش مفهوم معنای زندگی منابع دست‌یابی به آن، پژوهش حاضر در سایر بافت‌های اجتماعی و فرهنگی جمعیت سالمندان ایرانی نیز انجام شود. همچنین، به دلیل شرایط خاص و متفاوت زندگی در خانه‌های سالمندان و در نتیجه، سبک زندگی متفاوت این افراد نسبت به سایرین، بررسی و مقایسه دیدگاه این سالمندان نسبت به معنای زندگی با دیدگاه به دست آمده در این پژوهش نیز پیشنهاد می‌شود.

سپاسگزاری

این مطالعه بخشی از پایان‌نامه مقطع دکتری نویسنده اول در دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شیراز است. بدین وسیله، نویسندگان این مقاله از تمامی مشارکت کنندگان در این پژوهش سپاسگزاری می‌کنند.

منابع

احمدی، س؛ باقریان، ف؛ حیدری، م؛ کشفی، ع. (۱۳۹۶). سالمندی و معنای زندگی: بررسی میدانی منابع و ابعاد معنا در زنان و مردان سالمند، مجله دست‌آوردهای روانشناختی، ۴(۱)، ۲۲-۱.

اورنگ، س؛ هاشمی، ه؛ رامشینی، م؛ اورنگ، ط. (۱۳۹۷). بررسی معنای زندگی و بهزیستی روانشناختی، جوانان، بزرگسالان و سالمندان (مطالعه مقایسه‌ای از نظر سن)، سالمند، ۱۳(۲)، ۱۸۲-۱۹۷.

باقری نسامی، م؛ حمزه گردشی، ز. (۱۳۹۲). تجربه آغاز حس سالمندی: یک مطالعه کیفی، مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ۲۳(۱۰۲)، ۳۸-۲۶. دشت بزرگی، ز. (۱۳۹۶). نقش عفو، سپاسگزاری و تواضع در پیش‌بینی بهزیستی روانی سالمندان. پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت، ۳(۲)، ۶۵-۷۶.

دهداری، ط؛ یاراحمدی، ر؛ تقدیسی، م. ح؛ دانشور، ر؛ احمدپور، ج. (۱۳۹۲). ارتباط بین داشتن معنا در زندگی با وضعیت استرس، اضطراب و افسردگی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران در سال ۱۳۹۲، آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، ۱(۳)، ۸۳-۹۲.

سبزیچی، س؛ بهاره، ف؛ حمیدی پور، ر. (۱۳۹۶). تأثیر بخشش آموزی گروهی بر احساس تنهایی و صمیمیت سالمندان مقیم در سرای سالمندان. پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت، ۳(۱)، ۹۱-۷۷.

طالب‌زاده شوشتی، ل؛ منادی، م؛ خادمی اشکذری، م؛ خامسان، ا. (۱۳۹۵). شناسایی معنای زندگی در دانشجویان: یک مطالعه پدیدارشناسی، مشاوره کاربردی، ۶(۱)، ۷۶-۵۹.

عابدی، ش؛ فروغان، م؛ خانجانی، م. س؛ بخشی، ع؛ فرهادی، ا. (۱۳۹۵). بررسی رابطه معنای زندگی و سلامت معنوی در سالمندان مقیم آسایشگاه‌های شهرستان شمیرانات، سالمند: مجله سالمندی ایران، ۱۱(۳)، ۴۶۵-۴۵۶.

عسکری‌زاده، ق؛ پولادی، ف. (۱۳۹۵). پیش‌بینی گرایش به موسیقی براساس مؤلفه‌های معنا در زندگی و هیجان‌خواهی. پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت، ۲(۴)، ۶۳-۵۱.

- S., Scarff, M., & Moore, J. (2017). Meaning in life in psychotherapy: The perspective of experienced psychotherapists. *Psychotherapy Research*, 27(4), 381-396.
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and individual differences*, 48(5), 658-663.
- Martela, F., Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11, 531-45.
- Metz, T. (2014). *Meaning in Life*, New York, U.A. of America, University Press: Oxford.
- Muijnck, W. (2013). The meaning of lives and the meaning of things. *Happiness Studies*, 14(4), 1291-1307.
- Musich, S., Wang, S. S., Kraemer, S., Hawkins, K., & Wicker, E. (2018). Purpose in life and positive health outcomes among older adults. *Population Health Management*, 21(2), 139-147.
- Noviana, U., Miyazaki, M., & Ishimaru, M. (2016). Meaning in Life: A conceptual model for disaster nursing practice. *International Journal of Nursing Practice*, 22, 65-75.
- Sigelman, C. K., Rider A. E. (2014). *Life Span Human Development*. Wadsworth.
- Stavrova, O., & Luhmann, M. (2016). Social connectedness as a source and consequence of meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 470-479.
- Vohs, K. D., Aaker, J. L., Catapano, R. (2019). It's not going to be that fun: negative experiences can add meaning to life. *Current Opinion in Psychology*, 26, 11-14.
- Volkert, J., Härter, M., Dehoust, M. C., Ausín, B., Canuto, A., Da Ronch, C., Suling, A., Grassi, L., Munoz, M., Santos-Olmo, M., Sehner, S., Weber, K., Wegscheider, K., Wittchen, H. U., Schulz, H & Sehner, S. (2019). The role of meaning in life in community-dwelling older adults with depression and relationship to other risk factors. *Aging & Mental Health*, 23(1), 100-106.
- Vollstedt, M., & Rezat, S. (2019). An introduction to grounded theory with a special focus on axial coding and the coding paradigm. *Compendium for Early Career Researchers in Mathematics Education*, 13, 81-100.
- Wong, P. T. P. (2011). What is existential positive psychology? *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy*, 3(1), 1-10.
- عسگری، ش؛ شفیع، ح. (۱۳۹۶). پیش‌بینی کیفیت زندگی سالمندان براساس انسجام درونی، ذهن‌آگاهی و هوش معنوی. *پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت*، ۳(۳)، ۷۴-۶۱.
- محمدپور، ا. (۱۳۹۲). روش تحقیق کیفی ضد روش (منطقی و طرح در روش‌شناسی کیفی)، جامعه‌شناسان.
- Almeida Roediger, M., Marucci, M. D. F. N., Duim, E. L., Santos, J. L. F., de Oliveira Duarte, Y. A., & de Oliveira, C. (2019). Inflammation and quality of life in later life: findings from the health, well-being and aging study (SABE). *Health and Quality of Life Outcomes*, 17(1), 1-7.
- Brassai, L., Piko, B. F., & Steger, M. F. (2015). A reason to stay healthy: The role of meaning in life in relation to physical activity and healthy eating among adolescents. *Journal of Health Psychology*, 20(5), 473-482.
- Callister, A., Galbraith, Q., & Kelley, H. (2019). Constructing Meaning through Connection: Religious Perspectives on the Purpose of Life. *International Journal of Religion & Spirituality in Society*, 9(3), 15-31.
- Creswell, J. W. (2020). *Research Design (4th edition)*. SAGE.
- Curto, E., Crespo-Lessmann, A., González-Gutiérrez, M. V., Bardagi, S., Cañete, C., Pellicer, C., Bazús, T., Vennera, M., Martínez, C., & Plaza, V. (2019). Is asthma in the elderly different? Functional and clinical characteristics of asthma in individuals aged 65 years and older. *Asthma Research and Practice*, 5(1), 1-6.
- Flanagan, O. (2007). *The really hard problem: Meaning in a material world*. MIT Press.
- Gopnik, A. (2009). *The philosophical baby: What children's minds tell us about truth, love & the meaning of life?* Bodley Head.
- Haidt, J. (2006). *The happiness hypothesis: Finding modern truth in ancient wisdom*. Basic Books.
- Hemphill, K. (2015). Man's search for meaning: Viktor Frankl's psychotherapy. *Journal of Biblical Counseling*, 29(3), 59-68.
- Hill, C. E., Kanazawa, Y., Knox, S., Schauerman, I., Loureiro, D., James, D., Carter, I., King, Sh., Razzak,

پیوست

پروتکل مصاحبه

موضوع مصاحبه: «چهارچوب بندی مفهومی معنای زندگی در سالمندان»		
مصاحبه گر:	مصاحبه شونده گان:	زمان / مکان:
فهیمه محمدپور	سالمندان ۶۵ سال و بالاتر شهر شیراز	پاییز و زمستان ۱۳۹۸ و تابستان و پاییز ۱۳۹۹ کانون جهان دیدگان / کانون بازنشستگان / سالمندان همه اقشار / پارک ها / منازل افراد با تعیین وقت قبلی و دریافت مجوزهای لازم
مقدمه	معنای زندگی، دیدگاهی است که فرد با آن نسبت به درک تجربیات زندگی و طراحی برنامه هایی برای دستیابی به آینده مدنظر خود، به انسجام و وحدت و همسویی در فعالیت های خود می رسد. باتوجه به اینکه تا کنون از لحاظ محتوایی و روش شناسی منسجم برای آن ارائه نشده است، ما در این پژوهش به دنبال توسعه چنین چهارچوبی هستیم و به این دلیل خدمت جنابعالی رسیدیم تا از نظرات شما استفاده کنیم.	
سؤال مقدماتی	یک روز زندگی خود را توصیف کنید.	
سؤالات اصلی	با توجه به ملاحظات مذکور: ۱. اصول اساسی در زندگی شما چه چیزهایی هستند؟ ۲. شما زندگی را به چه صورتی تعریف می کنید؟ ۳. برای شما در زندگی چه چیزهایی در اولویت هستند و بیشتر اهمیت دارند؟	
ملاحظات اخلاقی	۱. همکاری داوطلبانه مشارکت کنندگان ۲. ثبت و ضبط گفتگوها با حفظ ملاحظات اخلاقی	
ملاحظات اجرایی	۱. طرح سؤالات به صورت باز ۲. اجتناب از جهت دهی به مصاحبه شونده گان ۳. طرح سؤالات تبیینی در چهارچوب سؤالات اصلی در صورت لزوم ۴. ترغیب مصاحبه شونده گان به بحث و توضیح بیشتر	
نحوه تجزیه و تحلیل داده ها	با استفاده از روش تحلیل مضامین	
سایر موارد:		
درخواست ارائه هرگونه نقطه نظر یا پیشنهاد در ارتباط با موضوع، فراتر از مباحث مطرح شده		