

اثر بخشی معنادرمانی گروهی بر رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر

آذر زاهد پور کرابی^۱ - دکتر نجمه حمید^۲ - اعظم محمدعلی نژاد^۳ - سید امیر قدمی^۴ - پروین کاوه^۵

چکیده

هدف اصلی این پژوهش تعیین میزان تأثیر معنادرمانی گروهی بر رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی نفر دانش-آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان مسجدسلیمان در سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰ بود. جامعه پژوهش ۸۰۰ نفر از دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان مسجد سلیمان بود. نمونه آماری شامل ۴۰ نفر از جامعه مذکور که به روش نمونه گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب و به طور تصادفی ساده به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. طرح پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی با پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری و گروه گواه می باشد. ابزار مورد استفاده شامل پرسشنامه رضایت از زندگی و معدل دانش آموزان بوده است. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که میان دو گروه آزمایش و گواه تفاوت معنی داری از لحاظ رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی وجود دارد ($p < 0.001$). این نتایج کماکان در دوره پیگیری تداوم داشت. **کلید واژه‌ها:** معنادرمانی گروهی، رضایت از زندگی، عملکرد تحصیلی.

۱. کارشناس ارشد مشاوره علوم تحقیقات اهواز zahedpour@yahoo.com

۲. استادیار دانشگاه شهید چمران اهواز

۳. کارشناس ارشد مشاوره علوم تحقیقات اهواز

۴. دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه بین المللی امام رضا (ع) مشهد

۵. کارشناس ارشد روان شناسی بالینی دانشگاه تهران

مقدمه

معنا در زندگی^۱، سازه‌ای چند وجهی است که به شیوه‌های گوناگون مفهوم‌گذاری شده است. معنا، به طور گسترده، به ارزش و دلیل زندگی، اهداف مهم زندگی و در مواردی به معنویت اشاره می‌کند (جیم و همکاران^۲، ۲۰۰۷). این سازه، عنصری اساسی در بهزیستی روانی-عاطفی است و به صورت سیستماتیک با ابعاد گوناگونی از شخصیت، سلامت جسمی و روانی، سازگاری و انطباق با استرس‌ها، مذهب و فعالیت‌های مذهبی و اختلالات رفتاری ارتباط دارد (اسکین^۳ و بکر^۴، ۲۰۰۶). به همین علت روانشناسان وجودی، معنا در زندگی را به عنوان مهمترین عامل کنش‌های روان‌شناختی مثبت می‌دانند (فرانکل^۵، ۱۹۷۲). به نظر فرانکل (۱۹۸۴ و ۱۹۶۳) احساس معنا در زندگی مانند کلیدی است که می‌تواند قفل و گره مشکلات زندگی را باز نماید تا افراد کنش‌های مثبتی انجام دهند. به همین لحاظ اغلب، متخصصین زندگی معنادار را از عوامل مهم سلامت روان‌شناختی می‌دانند (فرانکل، ۱۹۶۳ و ۱۹۷۸). نظریه معنا درمانی فرانکل به عنوان سومین مکتب روان‌درمانی وین، بعد از روانکاوی فروید و روان‌شناسی فردی آدلر، شناخته شده است. این نظریه بر سه مبنای فلسفی، روان‌شناختی و معنوی استوار است. ریشه فلسفی معنادرمانی را باید در هستی‌گرایی و پدیدارشناسی یافت و ریشه روان‌شناختی آن را در روانکاوی و روان‌شناسی فردی جستجو کرد و ریشه معنوی این نظریه در نگاه مسئولانه آن به انسان به عنوان یک مخلوق معنوی و متعالی قرار دارد. هدف فرایند معنادرمانی به چالش طلبیدن افراد برای یافتن معنی و مقصود از طریق رنج کشیدن، کار و عشق است (سید محمدی، ۱۳۸۵). بنابراین اصول معنادرمانی، تلاش برای یافتن معنی در زندگی، اساسی‌ترین نیروی محرکه هر فرد در

1. logo therapy

2. Jim et al

3. Schenell

4. Becker

5. Frankl

دوران زندگی اوست. در دیدگاه معنادرمانی، تحقق معنا در زندگی در جنبه‌های خلاق، تجربی و نگرش امکان‌پذیر است و جستجوی ناموفق برای معنا، نامشخص بودن تکلیف، ناکامی، تعارض در ارزشها، جهت‌گیری نامطلوب و مبهم کردن موقعیت‌های زندگی پایه و اساس روان رنجوری هستند (ترخان و آقاییوسفی، ۱۳۹۰).

رضایت از زندگی^۱ نیز یکی از ویژگیهای روانی است که فرد واجد سلامت روان باید از آن برخوردار باشد. رضایت از زندگی مفهومی فراگیر و پایدار است که احساس و نظر کلی مردم یک جامعه را نسبت به جهانی که در آن زندگی می‌کنند، منعکس می‌کند. همچنین، مسأله موفقیت یا عدم موفقیت در امر تحصیل نیز از مهم‌ترین دغدغه‌های هر نظام آموزشی در تمامی جوامع است. موفقیت و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان و به طور کلی، عملکرد تحصیلی^۲ بالا در هر جامعه، نشان‌دهنده موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدف‌یابی و توجه به رفع نیازهای فردی است. فرانکل (۱۹۶۳) معتقد است که انسان، موجودی است آزاد که همیشه حق انتخاب دارد. انسان واکنش خود را در برابر رنج‌ها و سختی‌های ناخواسته، ولی پیش آمده، و شرایط محیطی خود انتخاب می‌کند. همچنین، به نظر فرانکل، معناها به عنوان دلایل و انگیزه‌های رفتار، آدمی را جذب می‌کنند و به زندگی نشاط می‌بخشند. از ویژگی‌های انسان، «اراده معطوف به معناجویی» در زندگی است که سلامت روان شخص را تضمین می‌کند (رحیمیان، ۱۳۸۹). معنادرمانی، یک فرایند درمانی است که به دنبال کسب توانایی برای رسیدن به خود واقعی، گسترش دید نسبت به خود و دنیای اطراف و روشن کردن چیزهایی است که به زندگی حال و به آینده‌ی فرد معنا می‌دهد (کوری، ۳، ۲۰۰۰). فرانکل (۱۹۶۹) معتقد است که معناخواهی، جوهر اساسی هستی است. از نظر او (۱۹۶۳ و ۱۹۸۷) مراجع می‌تواند با امید بستن به روزی بهتر، به آینده معنا دهد.

1. life satis faction

2. academic performance

3. Corey

پژوهش‌های مختلف نظیر (یوسفی، ۱۳۸۵؛ غلامی، ۱۳۸۸ و بلر^۱، ۲۰۰۴) نشان دهنده تأثیر معنادارمانی در موقعیت‌های مختلف است. بر اساس چنین تحقیقاتی می‌توان دریافت که دانش‌آموزان به دلیل اهمیت و موقعیتی که دارند، می‌توانند از این نوع درمان و معنا بخشی زندگی بهره‌برند و رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی آنان به واسطه معنا بخشی افزایش یابد.

از طرف دیگر؛ مسأله موفقیت یا عدم موفقیت در امر تحصیل نیز از مهمترین دغدغه‌های هر نظام آموزشی در تمامی جوامع است. موفقیت و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان و به طور کلی، عملکرد تحصیلی بالا در هر جامعه نشان دهنده موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدف یابی و توجه به رفع نیازهای فردی است. یکی از عواملی که تحت تأثیر موفقیت و شکست تحصیلی این دانش‌آموزان قرار می‌گیرد، رضایت از زندگی است که توجه به آن در دانش‌آموزان در مقایسه با متغیرهای دیگر به مراتب کمتر صورت گرفته است. رضایت از زندگی یکی از واکنشهای انسانی در زندگی فردی و اجتماعی است و به عنوان ارزیابی کلی فرد از زندگی می‌باشد. تاریخچه بررسی مفهوم رضایت از زندگی به دهه ۱۹۹۰ برمی‌گردد. تنها پژوهشی که در این زمان بر کیفیت زندگی یا رضایت از زندگی دانش‌آموزان محدود می‌شد مربوط به کار و تحقیق اپستاین بود. کار او حول محور کیفیت زندگی تحصیلی و رضایت از مدرسه بود (دی یو و هیوبنر، ۱۹۹۴؛ به نقل از مسرور، ۱۳۸۸). در این دوره، اپستاین^۲ و پارتلند^۳ (۱۹۷۶؛ به نقل از مسرور، ۱۳۸۸) با تحقیق در سه مقطع ابتدایی، راهنمایی و دبیرستان از طریق مقیاس^۴ QSL که سه بعد کیفیت زندگی تحصیلی دانش‌آموزان را که شامل رضایت کلی از مدرسه، تعهد نسبت به تکالیف مدرسه و نگرش نسبت به معلمان مدرسه بود را مورد ارزیابی و پژوهش قرار دادند. از دهه ۱۹۹۰ به بعد مطالعات و تحقیقات در زمینه رضایت مندی دانش‌آموزان چه

1. Beller
2. Epstein
3. parthland
4. quality school life

از بعد نظری و چه از بعد تجربی و عینی و براساس شاخصهای ذهنی و عینی رضایت از زندگی بوجود آمد، که این شاخصهای ذهنی و عینی از دید روانشناسان و محققان حوزه اجتماعی متفاوت بوده است. شاخصهای عینی شامل رفاه مالی، هزینه‌های مدرسه، هزینه‌های زندگی، میزان طلاق و ... می‌باشد و شاخصهای ذهنی شامل ادراک و قضاوت افراد از زندگی و رضایتمندی آنها مطابق با استانداردهایی می‌باشد که البته شاخصها و ارزیابیهای ذهنی مورد توجه و آزمایش بیشتری قرار گرفته است (دی یوو هیونبر^۱، ۱۹۹۴؛ به نقل از مسرور، ۱۳۸۸).

به طور کلی، پژوهش‌های زیادی در زمینه‌های معنا درمانی، رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی با سایر متغیرها انجام گرفته است که نشان از اهمیت و ضرورت مساله است. نظیر پژوهش‌های: خواجه پور و قزوینی (۲۰۱۱)، ویتاساری و همکاران (۲۰۱۱)، سالاری فرو پاکدامن (۲۰۰۹)، هیون و کباروچی (۲۰۰۷)، مادی و خوشابا (۲۰۰۵)، پارکر^۲ و همکاران (۲۰۰۴)، بارکت و سالووی^۳ (۲۰۰۴)، راس^۴ و برا^۵ (۲۰۰۲). همچنین، اسدی و همکاران (۱۳۹۰)، بوالهیری و همکاران (۱۳۹۰)، جلالی آریا و همکاران (۱۳۸۹)، جعفری (۱۳۹۰)، بخشی سورشجانی (۱۳۸۸)، بختیارپور (۱۳۸۷)، کریمی و فرحبخش (۱۳۹۰)، شهنی ییلاق و همکاران (۱۳۸۹)، شیرمحمدی و همکاران (۱۳۸۹)، خدای و همکاران (۱۳۹۰)، سالاری فرو پاکدامن (۱۳۸۸)، حمید (۱۳۸۹)، جمالی (۱۳۸۹)، قوی دل و همکاران (۱۳۸۶)، پاشایی و همکاران (۱۳۸۸)، به پژوه (۱۳۸۹)، پور احمدی (۱۳۸۸) و زهرا کار (۱۳۸۶).

حقیقی، خدایی و شریف زاده (۱۳۹۱)، در پژوهشی به بررسی تأثیر مشاوره گروهی با رویکرد معنادرمانی بر افسردگی بیماران مبتلا به سرطان پستان شهر بیرجند پرداختند. نتایج

1. hubner
2. Brackett
3. Salovey
4. Ross
5. Broh

نشان داد که میزان نمره افسردگی بیماران گروه مورد مداخله کاهش یافت که از نظر آماری معنی دار بود؛ میزان افسردگی در گروه شاهد تغییری نشان نداد. ربیکا و جاکینگ (۲۰۱۱)، در بررسی رابطه معنی در زندگی بر رضایت از زندگی ۵۱۹ سالمند دریافتند که فراگیری روش های معنی در زندگی به طور قابل توجیهی با افزایش خشنودی و رضایت از زندگی رابطه دارد. اما هیچ پژوهش ثبت شده ای در کشور بطور مستقیم متغیرهای رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی را مورد ارزیابی قرار نداده اند. با توجه به مطالب بیان شده در بالا؛ به نظر می رسد بین معنادرمانی، رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی رابطه تنگاتنگ و مستقیمی وجود دارد و برخی عوامل نیز منجر به تغییرات در میزان رضایت از زندگی و در نتیجه عملکرد تحصیلی دانش آموزان می شود. بنابراین، محققین در این پژوهش سعی در بررسی اثر بخشی معنادرمانی گروهی بر رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان داشته اند.

فرضیه های پژوهش

۱. معنا درمانی گروهی موجب افزایش عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان مسجد سلیمان می شود.
۲. معنا درمانی گروهی موجب افزایش رضایت از زندگی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان مسجد سلیمان می شود.

روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان مسجد سلیمان است که در سال تحصیلی ۹۱ - ۱۳۹۰ اشتغال به تحصیل داشتند و تعداد آنها ۸۰۰ نفر بوده است. نمونه آماری و روش نمونه گیری: نمونه پژوهش حاضر ۴۰ نفر بوده که به روش خوشه ای چند مرحله ای از میان جامعه دانش آموزان انتخاب شده و این تعداد نیز بطور تصادفی انتخاب در دو گروه ۲۰ نفری جایگزین شدند. سپس یکی از

گروهها، بطور تصادفی به عنوان گروه آزمایش و گروه دیگر به عنوان گروه گواه انتخاب شد. در این پژوهش به منظور اندازه‌گیری متغیرهای مورد نظر از پرسشنامه رضایت از زندگی MSLSS و معدل به عنوان شاخص عملکرد تحصیلی استفاده شده است:

الف - پرسشنامه رضایت از زندگی دانش آموزان (MSLSS)^۱

در این ارتباط یکی از جامعترین ارزیابی‌های ذهنی که رضایت مندی دانش آموزان در ارتباط با ابعاد و شرایطی که در آن قرار دارند را می‌سنجد و در سالهای اخیر نیز مورد توجه محققان بوده است، مقیاس چند بعدی رضایت از زندگی دانش آموز می‌باشد که توسط هیوبنر (۱۹۹۴) ساخته شد. این مقیاس دارای چهار ماده بوده، به ارزیابی افراد در پنج زمینه خانواده، دوستان، مدرسه، خود و محیط زندگی می‌پردازد (هیوبنر، لاگلین^۲، اش^۳ و گیلمن^۴، ۱۹۹۸ و هیوبنر، ۲۰۰۱). در تحقیق حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه رضایت از زندگی از دوروش آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده شد که برای کل پرسشنامه به ترتیب برابر با ۰.۸۸ و ۰.۸۶ است که به طور کلی، بیانگر ضرایب پایایی مطلوب می‌باشد.

در این پژوهش از روش تحقیق نیمه تجربی میدانی از نوع طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل استفاده شد. گروههای آزمایش و گواه به روش تصادفی معادل شدند و قبل از اعمال مداخله‌های تجربی در مورد گروههای آزمایش و گواه، پیش آزمونی درباره آنها اجرا شد و پس آزمونی نیز در پایان مداخله اجرا گردید. تفاوت بین پیش آزمون و پس آزمون هر گروه از نظر معنی دار بودن آماری مورد بررسی قرار گرفت. یک ماه بعد نیز آزمون پیگیری انجام گرفت.

برای اجرای این پژوهش در ابتدا از میان کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان مسجد سلیمان شش مدرسه به صورت تصادفی انتخاب و سپس به کلیه دانش‌آموزان پرسشنامه رضایت از زندگی داده شد و سپس دخترانی که نمره آنها در این

1. Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale

2. Laughlin

3. Ash

4. Gilman

پرسشنامه، یک انحراف معیار کمتر از میانگین بود به عنوان افراد ناراضی انتخاب گردیدند. بعد از میان آنها ۴۰ نفر به طور تصادفی انتخاب شدند و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. بعد از انتخاب گروهها جلسات آموزشی و تمرینات عملی روی گروه آزمایش شروع شد. جلسات مداخله ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای بود و جلسه نهم، جمع‌بندی و انجام پس آزمون بود که پس آزمون یک هفته بعد از جلسه نهم گرفته شد و جلسه دهم جلسه پیگیری بود که یک ماه بعد از جلسه نهم انجام گرفت. بعد از انجام پیگیری، اصول و فنون معنادرمانی یادآوری شد و از دانش آموزان در خصوص نقاط ضعف و قوت آنها در اجرای فنون معنا درمانی سوالاتی شد. در نهایت پس از اتمام آموزش برای هر دو گروه پس آزمون اجرا شد.

جلسه	اهداف و شیوه اجرا
اول	تعیین اهداف و قوانین گروه، آشنایی اعضای گروه با همدیگر و با مشاور، تعریف و بیان معنادرمانی و لزوم وجود معنا در زندگی، بیان خلاصه جلسه، ارائه تکلیف به افراد گروه به منظور اندیشیدن در مورد مطالب جلسه. ارائه تکلیف.
دوم	مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، باور و پذیرش خویشتن و شناخت ویژگی‌های خویش، توجه به آزادی معنوی به عنوان یکی از ابعاد هستی انسان، بیان خلاصه جلسه، ارائه تکلیف.
سوم	مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، آگاهی از مسئولیت پذیری و نقش آن در کسب موفقیت در زندگی دانش آموزان. ارائه تکلیف
چهارم	مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، شناخت عوامل ایجاد کننده اضطراب و راههای مقابله با آن، شناخت اضطراب وجودی، بیان خلاصه جلسه، ارائه تکلیف.
پنجم	مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، لزوم حفظ هویت و ارتباط با دیگران، یافتن معنای عشق؛ مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، شناخت خود و ارتباط داشتن با دوستان و همسالان و تقویت نقاط مثبت خود، بیان خلاصه جلسه، ارائه تکلیف
ششم	مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، بررسی معنای رنج. بیان خلاصه جلسه، ارائه تکلیف
هفتم	مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، شناخت ارزشهای خلاق، بیان خلاصه جلسه، ارائه تکلیف.

اهداف و شیوه اجرا	جلسه
مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، شناخت ارزشهای تجربی، بیان خلاصه جلسه، ارائه تکلیف.	هشتم
مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، شناخت ارزشهای گرایشی، بیان خلاصه جلسه، ارائه تکلیف.	نهم
مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، خلاصه و جمع بندی جلسات و اجرای پس آزمون.	دهم

یافته‌های پژوهش

این پژوهش شامل چهار فرضیه اصلی است. قبل از بررسی فرضیه‌ها برای رعایت پیش فرض تساوی واریانس‌های متغیرهای تحقیق از آزمون لوین استفاده شده است. همچنین، از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف جهت پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات در جامعه استفاده شده است.

فرضیه اول: معنا درمانی گروهی موجب رضایت از زندگی دانش آموزان دختر دبیرستانی می‌شود.

فرضیه دوم: معنا درمانی گروهی موجب افزایش عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر دبیرستانی می‌شود.

جدول ۳. نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری (مانکوا) بر روی میانگین نمرات پس آزمون رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر دبیرستانی گروه‌های آزمایش و گواه با کنترل پیش آزمون

نام آزمون	مقدار	DF فرضیه	DF خطا	F	سطح معنی داری	مجذور اتا	توان آماری
آزمون اثربخایی	۰.۸۴۹	۲	۳۵	۹۸.۵۳	۰.۰۰۰۱	۰.۸۴	۱.۰۰
آزمون لامبدای ویلکز	۰.۱۵۱	۲	۳۵	۹۸.۵۳	۰.۰۰۰۱	۰.۸۴	۱.۰۰
آزمون اثرهتلینگ	۵.۶۳	۲	۳۵	۹۸.۵۳	۰.۰۰۰۱	۰.۸۴	۱.۰۰
آزمون بزرگترین ریشه روی	۵.۶۳	۲	۳۵	۹۸.۵۳	۰.۰۰۰۱	۰.۸۴	۱.۰۰

همان طوری که در جدول ۳ نشان داده شده است با کنترل پیش آزمون سطوح معنی داری همه آزمونها، بیانگران هستند که بین دانش آموزان دختر دبیرستانی گروههای آزمایش و گواه حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی) تفاوت معنی داری مشاهده می شود ($p < 0.0001$ و $F = 98.53$). برای پی بردن به این نکته که از لحاظ کدام متغیر بین دو گروه تفاوت وجود دارد، دو تحلیل کواریانس یک راهه در متن مانکوا انجام گرفت که نتایج حاصل در جدول ۴ ارائه شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر با ۰.۸۴ می باشد، توان آماری برابر با ۱.۰۰ است. به عبارت دیگر، امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

جدول ۴. نتایج تحلیل کواریانس یک راهه در متن مانکوا بر روی میانگین نمرات پس آزمون رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر دبیرستانی گروههای آزمایش و گواه با کنترل پیش آزمون

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجدوراتا	توان آماری
پیش آزمون	۴۴۶.۲۸	۱	۴۴۶.۲۸	۵.۰۵	۰.۰۳۱	۰.۱۲	۰.۵۹۱
گروه	۱۳۲۱۶.۰۵	۱	۱۳۲۱۶.۰۵	۱۴۹.۷۸	۰.۰۰۰۱	۰.۸۰	۱.۰۰
خطا	۳۱۷۶.۳۳	۳۶	۸۸.۲۳				
پیش آزمون	۴۷.۷۱	۱	۴۷.۷۱	۲۲۶.۴۴	۰.۰۰۰۱	۰.۸۶	۱.۰۰
گروه	۵.۳۴	۱	۵.۳۴	۲۵.۳۶	۰.۰۰۰۱	۰.۴۱	۰.۹۹۸
خطا	۷.۵۸	۳۶	۰.۲۱۱				

همان طوری که در جدول ۴ نشان داده شده است با کنترل پیش آزمون بین دانش آموزان دختر دبیرستانی گروه آزمایش و گواه از لحاظ رضایت از زندگی تفاوت معنی داری وجود دارد ($p < 0.0001$ و $F = 149.78$). بنابراین، فرضیه اول تأیید می گردد. به عبارت دیگر، معنا درمانی به شیوه گروهی با توجه به میانگین رضایت از زندگی دانش آموزان دختر دبیرستانی گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت از

زندگی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر تفاوت برابر با ۰.۸۰ و توان آماری برابر با ۱.۰۰ است.

همچنین، با کنترل پیش آزمون بین دانش آموزان دختر دبیرستانی گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ عملکرد تحصیلی تفاوت معنی داری مشاهده می شود ($p < 0.006$ و 25.36). بنابراین فرضیه دوم نیز تأیید می گردد. به عبارت دیگر، معنی درمانی به شیوه گروهی با توجه به میانگین عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر دبیرستانی گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش عملکرد تحصیلی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر تفاوت برابر با ۰.۴۱ و توان آماری برابر با ۰.۹۹۸ است. به عبارت دیگر، اگر این تحقیق ۱۰۰۰ مرتبه تکرار شود فقط دو مرتبه ممکن است فرضیه صفر اشتباهاً تأیید شود.

بحث و نتیجه گیری

فرضیه اول پژوهش: معنادرمانی گروهی موجب رضایت از زندگی دانش آموزان دختر دبیرستانی می شود. به عنوان مثال احدی (۱۳۷۹) در تحقیقی نشان داد که بین داشتن معنا در زندگی و احساس رضایت دانش آموزان ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین، نصیری و جوکار (۱۳۸۷) طی پژوهشی با عنوان معنای زندگی، امید، رضایت از زندگی، سلامت روان در زنان به این نتایج دست یافتند که بین معناداری زندگی با امید، شادی، رضایت از زندگی، همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. حاتمی و همکاران (۱۳۸۸) در تحقیقی دیگر با عنوان بررسی تأثیر میزان دینداری بر رضایت از زندگی زنان به این نتیجه رسیدند که هر چه بر میزان دینداری فرد افزوده شود، رضایت از زندگی نیز افزایش خواهد یافت. در خارج از ایران نیز فابریکاتور و همکاران (۲۰۰۰)؛ به نقل از درنجانی شیرازی، (۱۳۹۱)، در مطالعات خود دریافتند که معنویت بر رضایتمندی کلی زندگی تأثیر می گذارد و معنویت شخصی به طور معناداری رضایت از زندگی را پیش بینی می کند. مطالعات نشان داده اند که افرادی که زندگی آنها معنای بیشتری دارد، بهتر می توانند

با اضطراب و چالش‌های زندگی مقابله کنند، پردازش اطلاعات جدید برای آنها راحتتر بوده و چشم انداز وسیع‌تر و مثبت‌تری برای زندگی آینده خود دارند. داشتن معنا در زندگی مهارت‌های مقابله‌ای مفیدی است که سبب می‌شود انسان بتواند از اوقات خویش لذت برده و اوقات بد را تحمل کند. طبق این مطلب می‌توان گفت آموزش معنادرمانی با افزایش معنا در زندگی باعث افزایش رضایت از زندگی دانش‌آموزان شده است. بنابراین، معنا در زندگی مفهومی است که تحت تأثیر فرهنگ و ویژگی‌هایی چون سن، موقعیت اجتماعی، طبقه، مذهب، ارزشها، عواطف و غیره قرار می‌گیرد.

فرضیه دوم پژوهش: معنا درمانی گروهی موجب افزایش عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر دبیرستانی می‌شود. همانطور که مشاهده شد؛ نتایج نشان دهنده این بود که معنادرمانی گروهی موجب پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان شده است. لازم به ذکر است که در این زمینه پژوهش مستقیمی مشاهده نشد که بتوان نتایج را با نتیجه به دست آمده در این پژوهش مقایسه کرد. محمد نژاد و همکاران (۱۳۹۱) در تحقیقی به بررسی نماز خوانی در پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پرداختند که نتایج نشان دهنده این بود که بین پیشرفت تحصیلی و نماز خوانی دختران و پسران رابطه معناداری وجود دارد. همچنین در تحقیقی دیگر سیف‌اللهی (۱۳۸۷) به بررسی رابطه بین نماز خوانی و پیشرفت تحصیلی پرداختند. نتایج نشان دهنده این بود که بین پیشرفت تحصیلی و نماز خوانی رابطه معناداری وجود دارد. در تبیین یافته‌های این پژوهش می‌توان عنوان کرد که انسان واکنش خود را در برابر رنج‌ها و سختی‌های ناخواسته، ولی پیش آمده و شرایط و محیطی، خود انتخاب می‌کند و هیچ کس را جزء «خود» او یارای آن نیست که این حق را از او بازستاند. آنچه انسان را از پای در می‌آورد، رنجها و سرنوشت نامطلوبشان نیست، بلکه بی‌معنایی شدن زندگی است که مصیبت بار است و معنا تنها در لذت و شادمانی و خوشی نیست، بلکه در رنج و مرگ هم می‌توان معنایی یافت. اگر رنج را شجاعانه بپذیریم تا واپسین دم، زندگی معنی خواهد داشت. پس می‌توان گفت معنای زندگی امری مشروط نیست، زیرا معنای زندگی می‌تواند حتی بالقوه درد و رنج را نیز در

برمی‌گیرد (فرانکل، ۱۹۶۳، ترجمه صالحیان و میلانی، ۱۳۸۵). با توجه به اینکه فرضیه اول تایید شده می‌توان چنین استنباط کرد که آموزش معنادرمانی بر رضایت از زندگی تأثیر مثبت و معناداری دارد و افرادی که رضایت از زندگی بالاتری دارند از اضطراب و افسردگی کمتر و سلامت روان بیشتری برخوردارند. بنابراین، بالا رفتن رضایت از زندگی دانش‌آموزان باعث افزایش عملکرد تحصیلی آنها شده است.

منابع

- به‌پژوه، ا؛ سلیمانی، م؛ افروز، غ و لواسانی، م. (۱۳۸۹). تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دیرآموز، فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، شماره: ۹ (۳۳): ۱۶۳-۱۸۶.
- بخشی‌سورشجانی، ل. (۱۳۸۸). بررسی رابطه کمال‌گرایی با افسردگی و عملکرد تحصیلی و رابطه دو متغیر اخیر با وضعیت اجتماعی اقتصادی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان، پژوهشنامه تربیتی (۱۹۵): ۳۷-۶۰.
- بواله‌ری، ج؛ نظیری، ق و زمانیان، س. (۱۳۹۰). اثربخشی گروه درمانی معنوی در کیفیت زندگی سلامت معنوی زنان مبتلا به سرطان سینه، سومین کنگره پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی تهران.
- ترخان، م و آقاییوسفی، ع. (۱۳۹۰). نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی. تهران: انتشارات دانشگاه پیام‌نور.
- جلالی‌آریا، ک؛ آسایش، ح؛ سدهی، م و قنبری، م. (۱۳۹۱). تأثیر آموزش مهارت‌های مقابله با اضطراب بر رضایت از زندگی دانش‌آموزان در یکی از دبیرستان‌های دخترانه شهرستان گرگان، مجله توسعه پژوهش در پرستاری و مامایی، شماره ۲۱، صص ۱-۸.
- جوکار، ب و نصیری، ح. (۱۳۸۷). معناداری زندگی، امید، رضایت از زندگی و سلامت روان در زنان، مجله زن در توسعه و سیاست، دوره: ۶، شماره: ۲۱، صص ۱۷۶-۱۵۷.
- حقیقی، ف؛ خدایی، س و شریف‌زاده، غ. ر. (۱۳۹۱). بررسی تأثیر مشاوره گروهی با رویکرد معنادرمانی بر افسردگی بیماران مبتلا به سرطان پستان شهر بیرجند، فصلنامه علمی - پژوهشی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، جلد ۹، شماره ۳، صص ۱۷۲-۱۶۵.
- حمید، ن. (۱۳۸۹). رابطه میان سخت‌رویی روان‌شناختی، رضایت از زندگی و امید با عملکرد

- تحصیلی دانش آموزان دختر پیش دانشگاهی، روان شناسی کاربردی، ۴ (۴ پیاپی ۱۶): ۱۰۱-۱۱۶.
- درنجانی شیرازی، ف. (۱۳۹۱). نقش واسطه گری سبکهای مقابل های در رابطه هوش معنوی و هوش هیجانی بارضایت اززندگی در زنان دارای مشکلات خانوادگی، پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد واحد مرودشت.
- زهراکار، ک. (۱۳۸۶). بررسی رابطه مولفه های هوش هیجانی و عملکرد تحصیلی. فصلنامه اندیشه و رفتار (روانشناسی کاربردی)، شماره ۲: ۸۹-۹۸.
- رحیمیان، ح. (۱۳۸۹). نظریه ها و روش های مشاوره و روان درمانی، تهران: انتشارات مهرداد.
- شهنی ییلاق، م؛ جلیل زاده، ن؛ مکتبی، غ. (۱۳۸۹). رابطه سبک های اسنادی با افسردگی و عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دختر پایه پنجم ابتدایی شهرستان اهواز، مطالعات روانشناسی تربیتی شماره (۱۲)۷، صص ۴۷-۷۰.
- شیرمحمدی، ل؛ میکائیلی، م؛ زارع، ح. (۱۳۸۹). رابطه سخت رویی، رضایت از زندگی و امید با عملکرد تحصیلی دانشجویان، پژوهش های نوین روانشناختی (روانشناسی دانشگاه تبریز) شماره، ۵ (۲۰): ۱۲۵-۱۴۷.
- غلامی، م؛ پاشا، غ؛ سودانی، م. (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش معنادرمانی گروهی بر امید به زندگی و سلامت عمومی بیماران دختر تالاسمی، دانش و پژوهش در روان شناسی کاربردی، شماره ۴ چهل و دو، صص ۴۵-۲۵.
- قوی دل، ح؛ ع؛ آقازاده، ر. (۱۳۸۹). تأثیر تعاملی ویژگیهای شخصیتی و یادگیری خود نظم داده شده بر عملکرد تحصیلی دانشجویان رشته های مختلف دانشگاه آزاد اسلامی و پیام نور واحد ماکو، اندیشه های تازه در علوم تربیتی شماره: ۵ (۲ مسلسل ۱۸): ۱۴۳-۱۶۵.
- کریمی، م؛ فرحبخش، ک. (۱۳۹۰). رابطه خودتنظیمی عاطفی و مهارت های مطالعه با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، شماره ۱۹، صص ۱۱۴۹-۱۱۶۱.
- کری، ج. (۲۰۰۵). نظریه و کاربرست مشاوره و رواندرمانی. ترجمه یحیی سید محمدی (۱۳۸۵)، تهران: انتشارات ارسباران.
- مسرور، م. (۱۳۸۸). رابطه بین کمال گرایی مثبت و منفی با رضایت چند بعدی از رضایت از زندگی و ناامیدی در دانش آموزان پیش دانشگاهی شیراز. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- نصیری، ح و جوکار، بهرام. (۱۳۸۷). معناداری زندگی، امید، رضایت از زندگی و سلامت روان

در زنان. زن در توسعه و سیاست. (پژوهش زنان). ۶(۲): ۱۵۷-۱۷۶.

- Brackett, M. A. and P. Salovey. (2004). Measuring Emotional Intelligence with Mayer-salovey Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT); In GienGeher (Eds); Measuring Emotional Intelligence: Common Jround and Controversy; Hauppauge NY: Nove Science Publishers.
- Cory, G. (2000). Theory and practice in group counseling. Stamford: Thomson learning.
- Falkmans.parh.,(1997). Positive psychological states and coping with severe stress. Socsoc med 1997; 45; 1207= 1221
- Frankl, V . (1984) "Man's Search for Meaning" (3rded). New York: First Washingt on Square Press (Original Work Published .(1963).
- Frankl, V. (1972) "The Feeling of Meaninglessness: A Challenge to ychotherapy". American Journal of Psychotherapy, 32, 85- 89.
- Heaven, P. C. L., Ciarrochi, J., &Vialle, W. (2007). Conscientiousness and Eysenckian psychoticism as predictors of school grades: A one-year longitudinal study. Personality and Individual Differences, 42: 535-546.
- Jim, S .H; Purnell, J .Q; Richardson, S. A; Golden-Kreutz, D & Andersen, B.L. (2007). Measuring Meaning in Life following Cancer. New York.
- Khajehpour, M., (2011). Relationship between emotional intelligence, parental involvement and academic performance of high school students. Procedia Social and Behavioral Sciences 15. (2011). 1081–1086.
- Maddi, S . R., & Khoshaba, D. M . (2005). Resilience at work How to succeed no matter what life throws at you. New York: Amacom.
- Maslow, A. H.(1963) "The Farther Reaches of Human Nature", New York: Viking.
- Rebecca, P & Jiaqing, O. (2011). Association between Care giving, Meaning in Life, and Life Satisfaction Beyond 50 in an Asian Sample: Age as a Moderator. Social Indicators Research, 108 (3): 525-534.
- Ross, C. E. and B. A. Broh . (2002). "The Roles of Self –esteem and the Seconce of Oersonal Control in the Academic Achievement Process"; Sociology of Education, Vol. 73, No. 4, pp. 270 -284.
- Salarifar, Mohammad Hossein., & Pakdaman, Shahla. (2009). The role of dimensions metacognitive situation in academic achievement .Journal of Applied psychology, third year. No 4 (12).
- Schenell, T. & Becker, P. (2006) "Personality and Meaning in life". Personality and Individual Differences, 41, 1, 117- 129.
- Shoham-salomon, V. ,& Rosenthal, R. (1987). Paradoxical intervention: A meta- analysis. Journal if Consltng and clinical psychology, 55, 22-28.
- Vitasari, P., Nubli Abdul Wahab, M., Herawan, T., Suriya Kumar, S., Othmana, A., Awangb, M. (2011). Assessing of Physiological Arousal and Cognitive Anxiety to ward Academic Performance: The Application of Catastrophe Model. Procedia - Social and Behavioral Sciences. Volume 30, 2011, Pages 615–619.