

Research Article

What is Meaning of Life and How is it Developed? A Qualitative Study with Iranian University Students

A. Samimi^{1*}, Sh. Shahidi², M. Dehghani³, L. Panaghi⁴ & F. Bagherian⁵

1. PhD Candidate in Clinical Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran. Email: samick_samimi@yahoo.com
2. PhD in Psychology, Professor, Department of Clinical Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran
3. PhD in Psychology, Associate Professor, Department of Clinical Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran
4. PhD in Social Medicine, Associate Professor, Department of Community Medicine, Faculty of Education and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran
5. PhD in Psychology, Associate Professor, Department of Applied Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran

Abstract

Aim: Question of meaning, is a kind of inquiry that has occupied people's mind. Answering this question that fits in a place between philosophy and psychology, many experts have tried to clarify this ambiguous concept. The aim of this study is to explore two questions about meaning of life by a phenomenological lens. **Method:** The present study was a qualitative research using latent thematic analysis method. The research performed semi-structural interviews in 5 focus groups with 33 participants and investigated college view of points about nature and development of meaning in life. The six phase strategy of Brown and Clark (2006) was used to extract themes. **Results:** After analyzing the results, two main themes, six themes and 12 subthemes were extracted. The main themes are: Nature of meaning and Development of meaning. The themes are: Need for Cohesion, Desire for Immortality, Meaning as a Scale, Livelihood Meaning, Epistemological Meaning, and Experiential Meaning. The subthemes are: Durability in the Another world, Durability via create Benefits, Living Everyday life, Living in Barrier of norms, Evasion of Thinking and Abstraction, Comfort and Benefit, Search for meaning, Creating meaning, Expansion of meaning, Imbalance, Seeking balance, and balance Discovery. **Conclusion:** Study results show a new perspective to build training protocols based on meaning of life in student population.

Key words: college students, development of meaning, meaning of life, nature of meaning, qualitative

Citation: Samimi, A., Shahidi, Sh., Dehghani, M., Panaghi., L & Bagherian, F. (2020). What is Meaning of life and How is it developed? A Qualitative Study with Iranian University Students. *Quarterly of Applied Psychology*, 14(3):173-199.

معنای زندگی چیست و تکوین آن چگونه است؟ یک مطالعه کیفی بر روی دانشجویان ایرانی

عادلہ صمیمی^{۱*}، شهریار شهیدی^۲، محسن دهقانی^۳، لیلی پناغی^۴ و فاطمه باقریان^۵

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی بالینی شهیدبہشتی. ایمیل: samick_samimi@yahoo.com

۲. دکترای روان‌شناسی، استاد گروه روانشناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی شهیدبہشتی، تهران، ایران

۳. دکترای روان‌شناسی، دانشیار گروه بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی شهیدبہشتی، تهران، ایران

۴. دکترای پزشکی اجتماعی، دانشیار گروه بهداشت خانواده، پژوهشکده خانواده شهیدبہشتی، تهران، ایران

۵. دکترای روان‌شناسی اجتماعی، دانشیار گروه روان‌شناسی به‌کارسته دانشگاه شهید بہشتی، تهران، ایران

چکیده

هدف: پرسش از معنا، سؤالی است که ذهن بشر را سال‌هاست به خود مشغول کرده است. برای پاسخ به این پرسش که جایگاه طرحش جایی میان فلسفه و روانشناسی است، فلاسفه و روانشناسان بسیاری قلم فرسودند و در جهت روشن شدن این مقوله پُر ابهام پژوهش کردند. مطالعه حاضر با هدف واکاوی عمیق و پدیدارشناسانه دو پرسش در باب معنای زندگی صورت پذیرفته است. **روش:** این مطالعه، پژوهشی کیفی به روش تحلیل درون‌مایه‌ای است که با بهره‌گیری از مصاحبه نیمه ساختاریافته در ۵ گروه متمرکز و با مجموع تعداد ۳۳ نفر، به بررسی دیدگاه دانشجویان ایرانی در مقاطع تحصیلی و سنی مختلف درمورد ماهیت معنا و چگونگی شکل یافتن آن پرداخته است. راهبرد شش مرحله‌ای براون و کلارک (۲۰۰۶) برای استخراج درون‌مایه‌ها مورد استفاده قرار گرفت. **یافته‌ها:** نتایج این تحقیق در قالب دو درون‌مایه سایبانی «چیستی معنا و تکوین معنا»، شش درون‌مایه «نیاز به انسجام، تمنای جاودانگی، معنا به‌مثابه محک، معنای معیشتی، معنای معرفتی، و معنای تجربتی»، و ۱۲ درون‌مایه فرعی «ماندگاری در جهان دیگر، ماندگاری به‌واسطه فایده‌رسانی، زیستن در مرز روزمرگی، زیستن در انقیاد هنجارها، گریز از اندیشه و انتزاع، عافیت و منفعت، جست‌وجوی معنا، خلق معنا، بسط معنا، بی‌تعادلی، تعادل جویی و کشف معنا» طبقه‌بندی شده است. **نتیجه‌گیری:** نتایج مطالعه چشم‌اندازی نو به منظور ساخت پروتکل‌ها و بسته‌های آموزشی مبتنی بر معنای زندگی در جمعیت دانشجویان ترسیم می‌کند.

کلید واژه‌ها: تکوین معنا، چیستی معنا، دانشجویان، کیفی، معنای زندگی

استناد به این مقاله: صمیمی، عادلہ، شهیدی، شهریار، دهقانی، محسن، پناغی، لیلی و باقریان، فاطمه. (۱۳۹۹). معنای زندگی چیست و تکوین آن چگونه است؟ یک مطالعه کیفی بر روی دانشجویان ایرانی. فصلنامه علمی- پژوهشی روان‌شناسی کاربردی، ۱۴ (۳ پیاپی ۵۵): ۱۷۳-۱۹۹.

مقدمه

یکی از اساسی‌ترین دل‌مشغولی‌هایی که هر انسانی در دوره‌های از زندگی‌اش با آن مواجه می‌شود پرسش درباره معنا، مفهوم و ارزش زیستن است. سوال‌هایی درباره زندگی؛ مثل این که آیا زندگی ارزش زیستن دارد؟ چه چیز زندگی را ارزشمند می‌کند؟ اگر معنایی برای زندگی متصور است، چگونه باید آن را دریافت یا محقق کرد؟ آیا با وجود رنج، می‌توان احساس معنا داشت (باتیانی و روسو - نترز، ۲۰۱۴)؟ سوالاتی این چنین که پیوندی عمیق با زندگی انسان دارد، اشاره به مفهومی به نام «معنای زندگی»^۱ می‌کند که با وجود اینکه ذهن بشر را قرن‌هاست به خود مشغول داشته، به طور خاص تنها نزدیک به پنجاه سال است که به صورت مسئله جدی فلسفی در ذیل مباحث انسان‌شناختی مطرح شده (رحمانی اصل، ۱۳۸۹).

معناداری زندگی معمولاً به احساسی از یکپارچگی وجودی اشاره می‌کند که به دنبال پاسخ دادن به چستی و هدف زندگی، دستیابی به اهداف ارزنده و در نتیجه رسیدن به حس تکمیل‌یافتگی و مفیدبودن حاصل می‌شود (یه هو، چیونگ و چیونگ، ۲۰۱۰). علی‌رغم تلاش‌هایی که پژوهشگران و نظریه‌پردازان مختلف برای تعریف معنا کرده‌اند، هنوز اجماعی بر سر تعریف و نحوه عملیاتی کردن معنا در بین پژوهش‌ها وجود ندارد (گرودون و جوز، ۲۰۱۵). مفهوم معنای زندگی به اشکال گوناگون تعریف شده است. فرانکل (۱۹۸۴) معتقد است هنگامی که انسان به فعالیت‌های مورد علاقه‌اش می‌پردازد، با دیگران ملاقات می‌کند، به تماشای آثار هنری - ادبی می‌نشیند و یا به دامان طبیعت پناه می‌برد، وجود معنا را در خود حس می‌کند. همچنین هنگامی که احساس می‌کند وجود و هستی‌اش به یک منبع لایزال پیوند خورده و خود را متکی به چهارچوب‌ها و تکیه‌گاه‌های گسترده و قابل اتکایی مانند مذهب و فلسفه‌ای که برای زندگی کردن انتخاب کرده است می‌بیند، معنا را در می‌یابد و آن را احساس می‌کند. کرومباخ و ماهولیک (۱۹۶۴) آن را مترادف با برخورداری از هدف در زندگی دانسته‌اند. یالوم (۱۳۹۲) آن را تلفیقی از تقاضاهای بیرونی فرد در رابطه با دنیای درونی‌اش معرفی کرده است و پیرتل و پلاتا (۲۰۰۸) ادراکی از انسجام و همبستگی را به عنوان برخورداری از احساس معنا در نظر گرفته‌اند. در این میان به نظر می‌رسد تعریف وانگ و فرای (۱۹۹۸) و رکر (۲۰۰۰) یکی از کامل‌ترین تعریف‌ها باشد که بیشتر از سایر تعاریف مورد استناد پژوهش‌ها قرار گرفته: «ادراک فرد از وجود نظم، انسجام و هدف در هستی، پیگیری و دستیابی به اهداف ارزشمند، به همراه حس رضایت‌مندی» (گرودون و جوز، ۲۰۱۵). همچنین ماسکارو و روزن (۲۰۰۸) با جمع‌آوری تعاریف مختلف، به یک

¹ Meaning of life

تعریف دست یافتند: «برخورداری از یک چهارچوب نگرشی منسجم به زندگی، که موجب احساس هدفمندی و جهت‌مندی و در نهایت رضایت از زندگی می‌گردد».

در خلال تعاریف مختلف ارائه شده از معنا، تلویحاً تلاش شده تا توصیف یا توضیحی از ماهیت معنا و چیستی آن مکشوف شود. محققین همواره تلاش داشته‌اند تا در قالب تعریفی که از معنا ارائه می‌کنند، به فهمی از ماهیت معنا برسند. اما در ادبیات پژوهشی معنا، اشاره مستقیم محدودی به چیستی معنای زندگی شده است. مک‌کنزی و بامیستر (۲۰۱۴) معنا را امری می‌دانند که افکار، نظرات و موضوعات را به طرزی قابل پیش‌بینی و نسبتاً پایدار به یکدیگر مرتبط می‌کند و مبنایی برای ایجاد شبکه‌ای منظم و مشترک از مفاهیم در اختیار می‌گذارد. معنا بازنمایی ذهنی مشترکی در مورد وقایع و روابط پدیده‌هاست. آن‌ها از ماهیت معنا، کارکردهای آن را در نظر دارند. در ادبیات پژوهشی فارسی نیز جز مواردی که از منظر فلسفی به واکاوی ماهیت معنا پرداخته‌اند، همچون ادبیات پژوهشی غیر ایرانی، محقق به مطالعه‌ای که به بررسی کیفی چیستی معنای زندگی از منظر روانشناختی پرداخته باشد دست نیافت. ماهیت معنا در این پژوهش در قالب سؤالاتی به بررسی گذاشته شد: «وقتی از معنا سخن می‌گوییم، منظورمان از آن چیست؟ معنا در ذهن ما چه تعریفی دارد؟ ماهیت وجودی آن چیست؟» چنین پرسش‌هایی، نقطه عزیمت پژوهش حاضر برای واکاوی تجربه مستقیم افراد با چیستی معنا بوده است. این پژوهش با مبنا قرار دادن رویکرد بدیع روان‌شناسی مثبت وجودگرا (وانگ، ۲۰۰۹) که پلی بین دو سنت فکری روان‌شناسی مثبت و روان‌شناسی وجودگرا فراهم می‌کند، و با در نظر داشتن هر دو سمت تاریک و روشن تجارب انسانی، تلاش نموده چشم‌انداز وسیع‌تر و همه‌جانبه‌تری برای مفهوم‌پردازی معنا اتخاذ کند.

با وجود تعاریف مختلفی که از معنا داده می‌شود، در این مورد که معنادار بودن زندگی یک سازه تأثیرگذار روان‌شناختی است توافق نظر وجود دارد (پارک و فولکمن، ۱۹۹۷؛ به نقل از مصرآبادی، استوار و جعفریان، ۱۳۹۲). این سازه از شاخصه‌های ضروری بهزیستی محسوب می‌شود (لواسانی، اژه‌ای و محمدی مصیری، ۱۳۹۲) به طوری که نظریه‌های اخیر بهزیستی (سلیگمن، ۲۰۱۱) از احساس معنا در زندگی به عنوان یکی از عوامل مهم تعیین‌کننده احساس رضایت و بهزیستی یاد می‌کنند. باور به اینکه زندگی فرد ارزشمند است، مؤلفه کلیدی سلامت روان است (ادواردز، ۲۰۰۷). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که داشتن احساس معنا در زندگی، برای برخورداری از بهزیستی در نمونه‌های مختلف اعم از جوان، بزرگسال و سالمند سودمند است (ماسکارو و روزن، ۲۰۰۵). چرا که آن‌ها با برخورداری از این احساس معنا، شادکامی بیشتری را

¹ Existential Positive Psychoogy

تجربه می‌کنند (مثلاً، کوهن و کیرنز، ۲۰۱۲)، از زندگی خود رضایت بیشتری دارند (مثلاً، استیگر و کاشدان، ۲۰۰۶)، از عاطفه مثبت تری بهره می‌برند (مثلاً، کینگ، هیکرز، رال و دل‌گایسو، ۲۰۰۶) و اضطراب، افسردگی و نشخوارذهنی (مثلاً، استیگر، کاشدان، سالیوان و لورنتز، ۲۰۰۸) کمتری خواهند داشت (گرودون و جوز، ۲۰۱۵). بنابراین جایگاه و اهمیت حضور معنا در زندگی برای برخوردار بودن از یک زندگی خوب و شاد، امری انکارناپذیر است. از سویی دیگر، معنا برای فهم تجارب و رفتارهای انسانی از اهمیت بالایی برخوردار است و چهارچوبی تبیینی به منظور فرمول‌بندی بسیاری از مشکلات روان‌شناختی فراهم می‌آورد. برای موضوعی چنین محوری و تأثیرگذار، شناخت نحوه ایجاد یا تقویت آن از اهمیتی دو چندان برخوردار خواهد بود. بنابراین دانش ما در حوزه معنا، نیازمند شناخت دقیق‌تری نسبت به روند و چگونگی شکل‌گیری آن است. مهم‌ترین بخش از بدنه پژوهشی معنا که به موضوع شکل‌گیری معنای زندگی پرداخته، متمرکز بر ایجاد یا بازسازی معنا به دنبال تجربه آسیب‌زا^۱ است. این منابع (به عنوان نمونه، استیگر و پارک، ۲۰۱۲) عمدتاً بر شکل‌گیری معنا و مقطعی از روند شکل‌یافتنش توجه دارند. منطبق بر مدل ساخت معنا (پارک، ۲۰۱۰) افراد متعاقباً تجربه آسیب‌زا، دچار کشمکش‌های درونی برای تطبیق دادن معنای این موقعیت با معنای اصلی خود می‌شوند (پارک ۲۰۱۲). این تطبیق معنای را در دو فرایند درونی‌سازی و بیرونی‌سازی محقق می‌کنند (پارک، ۲۰۱۰) و به فهمی کامل‌تر از معنا می‌رسند. سومر، بامیستر و استیلمن (۲۰۱۲) با توجه به نقش روایت افراد در شکل‌یافتن معنا، پژوهشی بر روی روایت‌های افرادی در موقعیت‌های سخت انجام دادند و گزارش کردند که نوع روایتی که آن‌ها ارائه می‌کنند بر تقویت یا تضعیف معنایشان تأثیرگذار است.

بنابراین چنان‌که از روند پژوهش‌ها نیز روشن است، تکوین معنا، انتخابی لحظه‌ای نیست که فرد بلافاصله پس از نیت، از میان منابعی که برای معنا می‌شناسد یکی را برگزیند و زین پس معنادار زندگی کند. تکوین معنا، امری تدریجی و به‌سان سفری فراز و نشیب‌دار است. سوال دوم پژوهشگر در این مقاله معطوف به همین روند شکل‌گیری معنا در افراد بوده و تلاش نموده با این پرسش‌ها، به نتایجی برای پاسخ به سوال پژوهشی دست یابد: «اگر اکنون در زندگی خود احساس معناداری می‌کنید، تجربه خود را بازگو نمایید که چطور به این معنا رسیدید؟ نام چند نفر را که به زعم شما در زندگی خود معنا دارند یا داشته‌اند را بگویید و شرح دهید که چگونه از معنا برخوردار بوده‌اند؟ فکر می‌کنید چه افرادی بیشتر از سایرین به دنبال معنای زندگی می‌گردند؟». پژوهشگر با طرح این پرسش‌ها این امکان را می‌یابد تا در روایت مشارکت‌کننده، به دنبال قدم‌ها و مسیر طی شده تا معنا بگردد و فرایند تکوین آن را عمیق‌تر بکاود.

¹ trauma

تا به اینجا دو پرسش و دغدغه اصلی پژوهش را از نظر گذرانندیم. اما فارغ از ضرورت تحقیقی که این دو پرسش برخوردارند، می‌دانیم که فرهنگ می‌تواند بر روی معناهای افراد تأثیراتی شگرف بگذارد (تووید و کانوی، ۲۰۰۶). در نتیجه پرواضح است که انجام چنین مطالعه‌ای در جامعه ایران از اهمیت بالایی برخوردار است. کشوری که به دلیل مختصات خاص خودش در ابعاد مختلف، نیاز به مطالعاتی فراتر از آنچه از جوامع دیگر برآمده دارد. غافل ماندن از نقش بافتار فرهنگی اجتماعی ایران و نقش فضای دینی حاکم بر جامعه ایرانی، ما را نسبت به بخش عظیمی از درک پدیده معنا در جامعه ایران محروم خواهد کرد.

فرهنگ، قوه تفکر مردمان هر جامعه است که حاصل جغرافیای منطقه، تاریخ و رویدادهای منطقه، زبان و ادبیات مردم، اقتصاد و شیوه معیشت مردم، دین و مذهب آنهاست. فرهنگ به اشیاء و پدیده‌ها، معنی می‌دهد. معانی برخاسته از فرهنگ، باورها، ارزش‌ها و فرایندهای زیربنایی شناخت افراد جامعه را می‌سازد؛ به طوری که نقشی مهم در درک مفاهیم و نیز شاکله‌سازی ذهن (پورقاسم شادهی، عظیمی، علیزمانی، ۱۳۹۳) ایفا می‌کند. باورهای مرتبط به معنای زندگی نیز حاصل تعامل بین ساختارهای درون‌روانی افراد با زمینه‌های فرهنگی - تاریخی جامعه آنهاست. این زمینه‌ها پایه‌ای برای درک افراد از خویشتن در بطن خود و در دل اجتماع به دست می‌دهند (احمدی، حیدری، باقریان و کشفی، ۱۳۹۴). بنابراین چنان‌که روشن است، فرهنگ و اجتماع نقشی پر دامنه در تفکر، باورها، ارزش‌ها، قضاوت‌ها، انتخاب‌ها، کنش‌ها و رفتارهای افراد دارند و در نتیجه با وجود تفاوت‌های فرهنگی، علی‌القاعده انتظار نتایجی متفاوت در مقولات وابسته به فرهنگ دور از انتظار نیست. در کشورمان، با توجه به گستره عظیم تأثیر دین بر ساختار فرهنگ جامعه، آموزه‌های اخلاقی جایگاهی ویژه در فرهنگ و همچنین ارزش‌های افراد دارند. همچنین تفاوت‌های برشمرده در مطالعات فرهنگی مؤید سبک‌های متفاوتی از جمع‌گرایی و فردگرایی میان جوامع شرقی و غربی است. اینکه کشورمان از این حیث در حال گذار است و نمی‌توان به تعریف گذشته از جمع‌گرایی جامعه ایرانی بسنده کرد، به معنای ارزش‌های دوسویه و گاهاً متناقضی است که در میان ارزش‌های جمعیت جوان کشور خودنمایی می‌کند. این شکل از منحصر به فرد بودن فرهنگ یک کشور، اهمیت مطالعه عمیق‌تر مقولاتی از جنس معنا را در آن جامعه پررنگ می‌کند.

در میان جامعه ایرانی، جمعیت دانشجویی به واسطه تنوع قشرهای مختلف حاضر در آن، وجود سنین متنوع، برخوردار از سطح شناختی لازم جهت تأمل به مسئله معنا، سهولت دسترسی به آن‌ها و در نهایت گزارش‌های مبنی بر وجود بی‌معنایی در میان آن‌ها، نماینده مناسبی برای ارزیابی تجارب زیسته مبتنی بر معنا هستند. بخش قابل توجهی از جمعیت جوان کشور ما را

دانشجویان تشکیل می‌دهند. آن‌ها گروهی هستند که به دلیل شرایط خاص و موقعیت اجتماعی خود در معرض استرس‌های فراوان قرار دارند. مطالعات نشان‌دهنده فراوانی اختلالاتی مانند استرس، اضطراب و افسردگی در بین دانشجویان است (رضایی آدریانی، آزادی، احمدی و واحدیان عظیمی، ۱۳۸۶). عواملی چون دور بودن از محیط خانه و جدا شدن از خانواده، ورود به محیط جدید، مسائل و مشکلات درسی، رقابت با دیگر دانشجویان، آزمون‌ها، مسائل و مشکلات مالی، آینده کاری، ناتوانی در تصمیم‌گیری و حجم زیاد کلاس‌ها و درس‌ها را می‌توان به عنوان عوامل استرس‌زای موثر بر دانشجویان به حساب آورد (دهداری، یاراحمدی، تقدیسی، دانشور و احمدپور، ۱۳۹۲). بسیاری از جوانان، تکالیف درسی خود را انجام می‌دهند، خود را با والدین تطبیق می‌دهند، با روابط دوستی سر خود را گرم می‌کنند، اما مسیری برای آینده که شوق آن‌ها را برانگیزد در نظر نگرفته‌اند و روی اهداف و ارزش‌هایشان سرمایه‌گذاری نکرده‌اند (ادواردز، ۲۰۰۷). بسیاری از آن‌ها اوقات خود را صرف اموری می‌کنند که هیچ هدفی را در زندگی‌شان دنبال نمی‌کند، یا لاقفل پیگیر آن اهدافی که موجب احساس رضایت‌مندی می‌شوند نیستند. این آشفتگی و عدم هماهنگی بین ارزش و عمل در جوانان موجب سردرگمی و احساس بی‌معنایی (رباط‌میلی، مهرابی‌زاده هنرمند، زرگر و کریمی خویگانی، ۱۳۹۲)، ناامیدی و نارضایتی در آن‌ها می‌گردد. از سویی دیگر، در میان جمعیت دانشجویان افرادی هم هستند که با حضور در جمع‌ها و حلقه‌های فکری، دغدغه‌های عمیق خود را پاسخ داده و نگرشی نسبت به معنا و ارزش زیستن خویش اتخاذ می‌کنند. به این ترتیب، پی‌بردن به اهداف مهم زندگی، پیگیری آنها، امیدواری، تاب‌آوری در برابر موانع و دریافتن ارزش و معنایی برای زندگی خود در میان جمعیت دانشجویان موضوعی حائز اهمیت است. چنانچه فرد بتواند با وجود چالش‌های زندگی، معنایش را دریابد و در آن جهت گام بردارد، کمتر در معرض آسیب‌های دوره جوانی و بزرگسالی قرار می‌گیرد؛ آسیب‌هایی که می‌توانند مسیر زندگی ارزشمند فرد را تغییر دهند. به این ترتیب، نیل به فهمی عمیق از تجربه این جمعیت، به عنوان نماینده‌ای از قشرهای مختلف جوان جامعه ایرانی، ضرورت این مطالعه را روشن‌تر می‌کند.

با وجود توجه اخیر روان‌شناسان و پژوهشگران به حوزه معنای زندگی، مطالعات کاربردی در این زمینه همچنان اندک است (هیگس و روتلج، ۲۰۱۳). پژوهش حاضر با در نظر داشتن این نیاز پژوهشی، به مطالعه کیفی سازه معنای زندگی از زاویه تجربه پدیدارشناسانه افراد نسبت به احساس معنا پرداخته است. تمرکز این مطالعه بر روی واکاوی ماهیت معنا و همچنین سازوکار شکل‌گیری احساس معناداری از منظر رویکرد روان‌شناسی مثبت وجودگرا است. نتایج این تحقیق در دو سطح قابل پیگیری است: در سطح نظری، این مطالعه با روش کیفی در مسیر بسط دانش

موجود در ادبیات معنا گام بر داشته و در سطح کاربردی، نتایج آن در پروتکل‌های آموزشی بازتاب خواهد داشت.

روش پژوهش

مطالعه کیفی حاضر به روش «تحلیل درون‌مایه‌ای» (TA) انجام شد. عمده هدف محقق از انجام این تحقیق، نیل به کشف معانی، اولویت‌ها، نگرش‌ها، تجارب و نحوه ادراک دانشجویان ایرانی از معنای زندگی با تمسک به تحلیل پیام‌های زبانی آن‌ها بود؛ پدیده‌ای ذهنی و مرتبط با ارزش‌ها و فرهنگ‌بسته که انجام یک تحقیق کیفی را به دلیل کمبود دانش تجربی موجود در این حیطه برمی‌تابد. به بیان دیگر هدف اصلی محقق در این پژوهش، شناسایی و واکاوی ماهیت معنا از منظر دانشجویان و نحوه شکل‌یافتن معناهای تجربه‌شده در زندگی آن‌ها با رویکردی پدیدارشناختی بوده است. تحلیل درون‌مایه‌ای، روشی برای شناسایی، تحلیل و بیان الگو، یا درون‌مایه‌های موجود در داده‌های متنی است. روش مزبور داده‌ها را سازمان‌دهی و در قالب جزئیات توصیف می‌نماید (کلارک، براون و هایفیلد، ۲۰۱۵). با این وجود تحلیل درون‌مایه‌ای کارکردی فراتر از سازمان‌دهی و توصیف صرف جزئیات داشته و مطابق با داعیه براون و کلارک (۲۰۰۶) این شیوه از پژوهش کیفی قابلیت تفسیر ابعاد مختلفی از موضوع تحقیق را دارا است. درون‌مایه، انتزاعی‌ترین سطح داده‌ها است که شکل‌گیری و انتخاب آن‌ها بستگی زیادی به ساختار و پرسش‌های تحقیق دارد (کلارک و همکاران، ۲۰۱۵). از بین روش‌های مرسوم تحلیل درون‌مایه‌ای، در این مطالعه از راهبرد «تحلیل درون‌مایه‌ای مکنون» استفاده شد. در شیوه مزبور تمرکز اصلی بر استخراج معانی مستور در رویه داده‌ها است که در پی‌ریزی یک ساختار معنایی مشارکت دارند. معانی مستور می‌توانند از آنچه در دسترس ذهن هشیار مصاحبه‌شوندگان قرار ندارد یا به تصریح و تأکید توسط مصاحبه‌شوندگان مورد اشاره قرار نگرفته است، استنتاج گردد. به بیان دیگر در تحلیل درون‌مایه‌ای مکنون، معانی مستور، مبتنی بر دیدگاه محقق تبلور خواهند یافت (کلارک و همکاران، ۲۰۱۵). دست‌یازی به چنین معانی مکنونی مستلزم تلاش تفسیری مضاعفی از سوی محقق می‌باشد که بخش عمده‌ای از آن نیز با طرح پرسش‌های جستجوگر در فرایند مصاحبه تحصیل می‌گردد (هایفیلد، کلارک و هایلیول، ۲۰۱۴).

جامعه آماری این مطالعه کلیه دانشجویان شهر تهران در مقاطع مختلف تحصیلی بود. با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند، تعداد ۳۳ نفر در ۵ گروه متمرکز با دارا بودن ملاک‌های ورود به پژوهش، در مطالعه شرکت کردند. این افراد دانشجویان دانشگاه‌های مورد اشاره بودند: شهید

بهشتی، تهران، تربیت مدرس، صنعتی شریف، الزهراء، آیت... آملی، آزاد تهران جنوب، آزاد تهران مرکز و شیراز. دو ملاک برای ورود شرکت‌کنندگان به این مطالعه در نظر گرفته شده بود:

۱) دانشجوی ساکن تهران در هر یک از مقاطع تحصیلی (۲) رضایت و حضور داوطلبانه برای شرکت در پژوهش. در میان نمونه‌ها، تعداد ۱۰ نفر مرد و ۲۳ نفر زن بودند. میانگین سنی زنان و مردان مصاحبه‌شونده نیز به ترتیب ۲۸/۹ و ۲۰/۱ بوده است. همچنین تعداد ۲۴ نفر مجرد و ۹ نفر متأهل بوده و از میان متأهلین، ۵ نفر دارای فرزند بودند. از بین شرکت‌کنندگان ۷ نفر در مقطع کارشناسی، ۱۷ نفر در مقطع کارشناسی ارشد و ۹ نفر در مقطع دکتری مشغول به تحصیل بودند. رشته‌های تحصیلی مشارکت‌کنندگان در پژوهش از این قرار بودند: مهندسی معماری، مهندسی برق، مهندسی صنایع، مهندسی مواد، مکانیک، ریاضی، طراحی صنعتی، میکروبیولوژی، روان‌شناسی، مدیریت، فلسفه، ادبیات و کارآفرینی.

مصاحبه نیمه‌ساخت‌یافته با شرکت‌کنندگان مزبور تا جایی ادامه یافت که اشباع نظری حاصل گردد به طوری که در مصاحبه با گروه پنجم اطلاعات مازادی حاصل نشد. پروتکل مصاحبه که توسط خود پژوهشگر اجرا شد نیز از نوع سوال‌محور (در مقابل موضوع‌محور) با لحاظ کردن پرسش‌های واری اختصاصی بود. پرسش‌های اصلی مندرج در پروتکل مصاحبه عبارتند بودند از: ۱. وقتی درباره معنای زندگی خود و دیگران فکر می‌کنید، به چه چیزهایی می‌اندیشید و چه تعریفی از معنای زندگی در ذهن دارید؟ ۲. اگر هم‌اینک در زندگی خود احساس معناداری می‌کنید، تجربه خود را بازگو نمایید که چگونه به این معنا رسیدید؟ نام چند نفر را که به‌زعم شما در زندگی خود معنا دارند/ داشته‌اند را بگویید و توضیح دهید که چگونه از معنا برخوردار بوده‌اند؟ فکر می‌کنید چه افرادی بیشتر از سایرین به دنبال معنای زندگی می‌گردند؟

شیوه اجرا

ابزار گردآوری اطلاعات در این مطالعه، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته چهره به چهره در گروه‌های متمرکز بوده است. برای گردآوری اطلاعات از پنج مصاحبه در گروه‌های متمرکز متشکل از ۵ تا ۸ نفر بهره برده شد. هر یک از این مصاحبه‌ها محدوده زمانی بین ۱۲۰ تا ۱۸۰ دقیقه را به خود تخصیص داد، چنانکه میانگین زمان صرف‌شده برای کلیه مصاحبه‌ها مشتمل بر ۱۵۰ دقیقه بوده است. از آنجایی که شرکت‌کنندگان، حین مصاحبه علاقه قابل توجهی برای بیان و شنیدن روایات دیگران و همچنین بحث و گفتگو درمورد آن داشتند، زمان در نظر گرفته شده برای جلسات، متناسب با نیاز افراد در عین تناسب با پروتکل مصاحبه، از انعطاف لازم برخوردار بود. در این مطالعه از رویکرد شش‌مرحله‌ای براون و کلارک (۲۰۰۶) برای کدگذاری و استخراج درون‌مایه

استفاده شد: آشنایی با مبانی نظری تحقیق و محتوای مصاحبه‌ها، کدگذاری واحدهای معنایی، جست‌وجوی درون‌مایه‌ها، بازنگری درون‌مایه‌ها، نام‌گذاری و تعریف درون‌مایه‌ها و نوشتن گزارش. در همین راستا، پس از ضبط هر یک از مصاحبه‌های صورت‌گرفته، محتوای آن‌ها در ابتدا توسط یکی از محققین با تمام جزئیات پیاده‌سازی، و سپس نسخه پیاده‌سازی توسط محقق دیگری با مصاحبه ضبط‌شده تطبیق داده شد تا اعتبار نسخه نهایی پیاده‌سازی شده مورد تأیید قرار گیرد. در وهله بعدی، متن هر یک از مصاحبه‌ها به صورت نظام کدگذاری باز برای تولید طبقه‌های اولیه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. بر این اساس ابتدا متن مصاحبه‌ها به واحدهای معنایی خرد تقسیم و در گام بعدی پس از تلخیص شدن، به کدهای قابل بررسی مبدل گشت. کدهای مختلف نیز بر اساس تفاوت‌ها و مشابهت‌های موجود بین‌شان، با هم مقایسه شده و در طبقه‌های مختلف دسته‌بندی شدند. به منظور حصول اطمینان از اعتبار داده‌ها در این تحقیق نیز محقق با صرف زمان کافی جهت جمع‌آوری داده‌ها و با آمد و شدهای مکرر در داده‌ها، و لحاظ تنوع در مصاحبه شوندگان از نظر شاخص‌هایی چون سن، رشته تحصیلی و تأهل، در راستای افزایش مقبولیت و اعتمادپذیری داده‌ها گام برداشت. افزون بر این، «بازبینی اعضا» مهم‌ترین فن اعتمادپذیری در انواع روش‌های پژوهش کیفی‌ست (کرسول، ۲۰۱۳). در این مطالعه، ضمن حفظ ارتباط با مصاحبه‌شوندگان طی تحلیل داده‌ها، پس از انجام تحلیل‌ها نیز یافته‌های تحقیق در قالب یک گزارش به یک فرد از هر گروه مصاحبه‌شده ارائه شد تا صحت نتایج و پنداشت‌های مندرج در گزارش از نقطه‌نظر آنان نقد و بررسی، و اصلاحات مورد نیاز در نسخه نهایی گزارش یافته‌ها اعمال گردد. افزون بر این، جهت بررسی و تقویت پایایی درونی و همخوانی داده‌ها، محقق با قرار دادن نسخه‌ای از محتوای مصاحبه‌ها و کدهای تخصیص‌یافته به واحدهای معنایی مندرج در آن در اختیار دو محقق آشنا به روش کیفی، پیرامون اختلاف‌های محتمل در کدگذاری‌ها، تبادل نظر شد تا به اجماع لازم منتهی گردد. همچنین، با هدف رفع هرگونه ابهامی تلاش محقق بر آن بود که تمامی جزئیات فرایند تحقیق از مرحله نمونه‌گیری تا فرایند گردآوری و تحلیل داده‌ها به صورت مبسوط تشریح گردد.

یافته‌ها

مطابق با چهارچوب پیشنهادی کلارک و همکاران (۲۰۱۵)، گزارش نهایی نتایج این تحقیق در قالب «درون‌مایه‌های سایبانی»، «درون‌مایه‌ها»، و «درون‌مایه‌های فرعی» طبقه‌بندی شد. مطابق با داعیه کلارک و همکاران (۲۰۱۵)، کاربست درون‌مایه‌های سایبانی در یک تحلیل درون‌مایه‌ای، سازمان‌بندی و نظم‌بخشی به تحلیل‌ها است. این درون‌مایه‌ها، بازتابنده باور زیربنایی مستور در

پس مجموعه‌ای از درون‌مایه‌ها است. لایه زیرین درون‌مایه‌های سایبانی یا غالب نیز درون‌مایه‌هایی را شامل می‌گردد که کارکرد آن‌ها توصیف و گزارش مبسوط معنای مرتبط با یک مفهوم سازمان دهنده مرکزی است. سرانجام، پایین‌ترین سطح از الگوی پیشنهادی مزبور نیز به درون‌مایه‌های فرعی تخصیص می‌یابد؛ درون‌مایه‌هایی که در ایجاد بُعدی ویژه از یک مفهوم سازمان دهنده مرکزی مشارکت می‌جویند. نتایج این مطالعه مطابق با الگوی مزبور در قالب دو درون‌مایه سایبانی «چیستی معنا و تکوین معنا»، شش درون‌مایه «نیاز به انسجام، تمنای جاودانگی، معنا به‌مثابه محک، معنای معیشتی، معنای معرفتی، و معنای تجربتی»، و ۱۲ درون‌مایه فرعی «ماندگاری در جهان دیگر، ماندگاری به‌واسطه فایده‌رسانی، زیستن در مرز روزمرگی، زیستن در انقیاد هنجارها، گریز از اندیشه و انتزاع، عافیت و منفعت، جست‌وجوی معنا، خلق معنا، بسط معنا، بی‌تعادلی، تعادل جویی و کشف معنا» طبقه‌بندی شده است.

چیستی و ماهیت معنا. هنگامی که سخن در باب معناست، دغدغه چیستی معنا، فتح بایی است برای تفکر به این مقوله. این دغدغه در میان گفتگوهای شرکت‌کننده‌های پژوهش نیز رصد شد. افراد در تلاش برای یافتن پاسخی به این پرسش که معنا چه ماهیتی دارد، عمدتاً نظر به فطری بودن میل به معنا داشتند و به مدد واژه‌هایی که مفهوم نیاز را می‌رساند آن را توضیح می‌دادند. همچنین، از دل پاسخ‌ها و در توضیح چیستی معنا، سه درون‌مایه با محوریت نیاز استخراج شد که در قالب جدول ۱ به گزارش درآمده است:

جدول ۱. جدول درون‌مایه‌ای چیستی معنا

شرح درون‌مایه	تقل قول	درون‌مایه فرعی	درون‌مایه	درون‌مایه سایبانی
معنا با ماهیتی انسجام-بخش، قدرت آن دارد تا فرد را درگیر و دار کشمکش‌ها، تعارض‌ها و دشواری‌ها، یک‌دست و منسجم نگه دارد.	«مثل یه میزه که به هم ریخته‌ست، هیچ چیزی رو نمی‌تونم از روی میز بردارم. میام فقط گردگیری می‌کنم، کنار هم می‌چینم، مرتب می‌کنم، اونوی که یه کم قدش بلندتره می‌دارم... ، این ذهن منه و اینجاست که من احساس می‌کنم این معنائه، این میزه منه... شاید اینجوریه که مرگ یکی میاد همه چیزو میریزه به هم، بعد من		نیاز به انسجام	چیستی معنا

معنای زندگی چیست و تکوین آن چگونه است؟ یک مطالعه کیفی بر روی دانشجویان ایرانی

	دوباره میام اینا رو جمع و جور می‌کنم.»		
تمنای جاودانگی	ماندگاری در جهان دیگر	«اگه الان به من بگن مرگ پایان زندگیه و بعدش تموم میشه، آدم‌هایی که این باور روندارن به شدت برام سواله که چرا دارن زندگی می‌کنن؟ چون زندگی اینقدر سختی داره.»	مواجهه با نیستی و تمام شدن از عمده‌ترین مسائل وجودی انسان است. به میزانی که آدمی در نوع زیستن خود و به مدد تأثیری که از خود بر جای می‌گذارد بتواند شکلی از ماندگاری را ایجاد کند، احساس معنای بیشتری را تجربه خواهد کرد.
معنا به مثابه محک	ماندگاری به واسطه فایده-رسانی	«یه نیکی رو بر جا بگذاری. اینکه من کاری کنم یک اثر مثبتی به جا بگذارم نه به خاطر خودم.»	وجود معیاری از سنجش، به عنوان راه‌نما و چراغ راه، نیاز مبرمی است که افراد به آن اشارت‌هایی داشتند.
		«برای من معنا اون چیزیه که من بر اساسش این مسیره رو می‌خوام انتخاب کنم. حالا اسمش رو قطب‌نما بناریم، یا الگو که میندازم روی چیزها ببینم چجوری بچینمش.»	

تکوین معنا. بر مبنای نتایج مطالعه، پژوهشگر به این درک از تجربه افراد رهنمون شد که توجه به معنا و تجربه آن، امری ازلی و از پیش موجود نیست و طی روندی تدریجی صورت کامل‌تر و عمیق‌تری به خود می‌بیند. معنا، از جایی شروع به شکل گرفتن می‌کند و بسته به اینکه فرد چه نوع تعاملی با آن برمی‌گزیند، سیر تکوینی‌اش را ادامه می‌دهد. هیچ‌یک از شرکت‌کننده‌ها تجربه‌ای از ایجاد فهمی دفعتی از معنا نداشتند، در نتیجه با نظر به جنس دغدغه‌های معنما محور آنها، روندی از شکل‌گیری و تکوین معنا استنباط شد که در جدول ۲ گزارش شده است:

جدول ۲. جدول درون‌مایه‌ای تکوین معنا

درون‌مایه ساینانی	درون‌مایه	درون‌مایه فرعی	نقل قول	شرح درون‌مایه
تکوین معنا	معنای معیشتی	زیستن در مرز روزمرگی	«همه آدمای عادی، یه رنجی رو توی زندگی شون میکشن. که بعد از اون رنجه، اصلا به نظر من، ذات آدمی کنجکاو میشه و متفکر میشه که یه چیزی یه درسی رو از اون بگیره... به فضای ذهنی اون آدم	این ساحت از حضور معنا، ساحتی پیش-اندیشه‌ای است که فرد در آن بدون مداخله جدی تفکر و

<p>انديشه، معنای خود را وام‌دار آموخته‌های خانواده و جامعه و فرهنگ و هنجار غالب است؛ طوری که در معنا و امور ارزشمند خوبستن، دخل و تصرف چندانی ندارد. دغدغه‌ها عمدتاً در محدودهٔ امور روزمره بوده و ملاک‌ها و قضاوت‌های جامعه اهمیتی پررنگ دارند. میل به مقولات اندیشه‌ای و تجربهٔ امور چالش-برانگیز اندک است.</p>	<p>رابطه دارد. هر چقدر تعلقاتش بیشتر باشد، هر چقدر درگیر زندگی روزمره و این مسائل انسانی بیشتر باشد، پیام‌ها رو دیرتر می‌گیره.»</p>			
<p>ارزشمند خوبستن، دخل و تصرف چندانی ندارد. دغدغه‌ها عمدتاً در محدودهٔ امور روزمره بوده و ملاک‌ها و قضاوت‌های جامعه اهمیتی پررنگ دارند. میل به مقولات اندیشه‌ای و تجربهٔ امور چالش-برانگیز اندک است.</p>	<p>«من با این سرکشیه مشکل دارم. من به عمری به آدم محافظه‌کاری بودم که همون راه صاف و مستقیمی که همه می‌رن می‌رفتم. یعنی شخصیتم این مدلی نبود، توی درونم خیلی با خودم کشمکش داشتم ولی اون شرایط محیطی باعث شده بود که این مدلی ... درمورد خیلی از مسائل ما مثلاً تابو داریم توی جامعه، چرا نمایین به بار اینا رو بشکنین»</p>	<p>زیستن در انقیاد هنجارها</p>		
<p>ارزشمند خوبستن، دخل و تصرف چندانی ندارد. دغدغه‌ها عمدتاً در محدودهٔ امور روزمره بوده و ملاک‌ها و قضاوت‌های جامعه اهمیتی پررنگ دارند. میل به مقولات اندیشه‌ای و تجربهٔ امور چالش-برانگیز اندک است.</p>	<p>«من فکر می‌کنم به اون خصوصیتی که از اول در وجود هر کسی بوده برمی‌گرده. بعضیا خیلی راحت با زندگی کنار میان و فکر خاصی هم درموردش نمی‌کنن. یعنی خودشون رو درگیر نمی‌کنن.»</p>	<p>گریز از اندیشه و انتزاع</p>		
<p>ارزشمند خوبستن، دخل و تصرف چندانی ندارد. دغدغه‌ها عمدتاً در محدودهٔ امور روزمره بوده و ملاک‌ها و قضاوت‌های جامعه اهمیتی پررنگ دارند. میل به مقولات اندیشه‌ای و تجربهٔ امور چالش-برانگیز اندک است.</p>	<p>«خیلی خوب بود همه چیز. سال ۹۳ پدرم فوت ... کلاً انکار که به پوچی مسخره‌ای، با اینکه خود پدرم آدم معتقدی بودن ولی انکار من اون اعتقاده رو نداشتم که خب زندگی می‌کنیم، مرگی هست.»</p>	<p>عافیت و منفعت</p>		
<p>ارزشمند خوبستن، دخل و تصرف چندانی ندارد. دغدغه‌ها عمدتاً در محدودهٔ امور روزمره بوده و ملاک‌ها و قضاوت‌های جامعه اهمیتی پررنگ دارند. میل به مقولات اندیشه‌ای و تجربهٔ امور چالش-برانگیز اندک است.</p>	<p>«موضوع از اینجا بی شروع شد که من از خودم پرسیدم که ام خب، از زندگی چی می‌خوام و چی خوشحالم می‌کنه. بعد ایا وقتی شروع کردم به شناختن خودم، به سری چیزهایی رو در مورد خودم فهمیدم.»</p>	<p>جستجوی معنا</p>	<p>معنای معرفتی</p>	
<p>ارزشمند خوبستن، دخل و تصرف چندانی ندارد. دغدغه‌ها عمدتاً در محدودهٔ امور روزمره بوده و ملاک‌ها و قضاوت‌های جامعه اهمیتی پررنگ دارند. میل به مقولات اندیشه‌ای و تجربهٔ امور چالش-برانگیز اندک است.</p>	<p>«اگه من معنا داشته باشم، اگه همه چی رو ازم بگیرن، به هیچ هدفی هم نرسم، هیچ اتفاقی خاصی نمیفته برای من. به</p>	<p>خلق معنا</p>		

معنای زندگی چیست و تکوین آن چگونه است؟ یک مطالعه کیفی بر روی دانشجویان ایرانی

<p>شناختی آدمی درگیر است.</p>	<p>شرطی که خودم در راستای معنای باشم. توی شرایط جدید معنا رو می خلق می کنم. دائم دارم خلق می کنم.»</p>			
	<p>«وقتی به اتفاقی میفته که خارج میکنه روتین رو، به چالشه مثلا. اینجور موقعها اون فکره میاد. و هدف زیر همه اینها چیه. چرا باید فلان انتخاب رو کنم، چرا نباید فلان انتخاب رو کنم... ولی اینجور موقعها تلنگری می خوره که بگردی دنبالش که معناها رو بزرگترش کنی، منسجم ترش کنی.»</p>	<p>بسط معنا</p>		
<p>تعالادل بر هم ریخته، صرفاً یک بی تعادلی شناختی و در حوزه مفروضات و ادراکها نیست؛ این بی وزنی، کل وجود فرد را در بر می گیرد. گویی فرد در گنگی و ماتی عمیقی فرو می رود و نه تنها نسبت به زندگی و معنایش، بلکه نسبت به خویشتن نیز در وضعیتی سرگردان به سر می برد</p>	<p>«من توی سن ۱۵ سالگی مننژیت گرفتم و خب خیلی چطورری بگم خیلی به طور معجزه آسایی من زنده موندم ... مشکل من از اینجا شروع شد که هر روز ... همش می گفتم خب یعنی چی؟ من چرا باید اینطوری باشم و اصلا چرا من این مشکلو دارم اصلا چرا باید زندگی کنم؟»</p>	<p>بی تعادلی</p>	<p>معنای تجربتی</p>	
	<p>«باید تجربه شون کنی دیگه، مرگ عزیزان رنج داره ولی باید تجربه کنی و پیش میری دیگه. همینجوری که فکر می کنی شاید خیلی سخت باشه ولی به خود موقعیت که برسیم فکر می کنم به راهی پیدا می کنیم بالاخره.»</p>	<p>تعالادل جویی</p>		
	<p>«همیشه به نظرم تجربه ای که از آدمها حاصل میشه، فراتر از علمه. به مثلی هست که میگن واقعیت چوپان تئوریه. یعنی اگه پس فردا به واقعیت دیگه ای به دست بیاد، مثل چوپان این تئوری رو به سمت دیگه ای می بره.»</p>	<p>کشف معنا</p>		

بحث و نتیجه گیری

مطالعه حاضر با هدف شناسایی و واکاوی ماهیت معنا و نحوه نزع و شکل یافتن معنای از منظر دانشجویان ایرانی، انجام شده است. نتایج این پژوهش، بازتابنده دو درون مایه ساینی یا غالب

چیستی معنا و تکوین معنا است. در پاسخ به پرسش ماهیت معنا و در فرایند مطالعه‌ای کیفی، درون‌مایه چیستی معنا با برخورداری از درون‌مایه‌های نیاز به انسجام، معنا به مثابه محک و تمنای جاودانگی و درون‌مایه‌های فرعی ماندگاری در جهان دیگر و ماندگاری به‌واسطه فایده‌رسانی، شکل گرفت. قابل ذکر است که معنا در این مطالعه با ملاک قرار دادن نظریه شباهت‌های خانوادگی ویگوتسکی، امری برخاسته از کاربرد آن در زبان و ذهن شرکت‌کنندگان پژوهش در نظر گرفته شده است. به این ترتیب معنا به تجربه مشارکت‌کنندگان این پژوهش، عمدتاً ماهیتی دارد در خدمت نیازهای درون‌روانی افراد که قدمتی فطری دارد. به این معنی که معنا در ذات خود نیازی مشترک میان همگان بوده که برای حفظ قابلیت‌های روانی افراد مورد احتیاج است. این دریافت از جنس ماهیت معنا، منطبق است با دیدگاه نظری فلسفی که معنا را از منظر کارکردهای آن تعریف می‌کنند و از مقوله معنا، نقش، فایده و کاربرد آن را در تحقق هدف و برنامه مجموعه بزرگتر از خویش در نظر دارند (بیات، ۱۳۹۴).

نیاز به انسجام که معرف بخشی از ماهیت معناست، نوعی گرایش درونی است که در خدمت حفظ سلامت روان و زندگی کامل‌تر قرار دارد (آنتونوفسکی، ۲۰۱۴). انسجام، نوعی حس اطمینان به قابل درک، ساختاریافته و قابل توضیح بودن رویدادهای زندگی که شخص با آن‌ها مواجه می‌شود است (آنتونوفسکی، ۱۹۹۳). معنا این قدرت را داراست که فرد را از چندپارگی و تناقض‌ها به سوی یکپارچگی و انسجام نظم بخشد. در دل نظم و انسجام، تصمیم‌ها، انتخاب‌ها، رفتارها، افکار، ارزش‌ها و اهداف فرد، برای او روشن و معنادار می‌شود، سرگشتگی‌ها رنگ می‌بازند و تکلیف فرد با خویش در وضوح بیشتری قرار می‌گیرد. چنین فردی، انتخاب‌های یکدست‌تری دارد و با احساس درونی قرار و آرامش، مانوس‌تر است. با این نگاه، انسجام همچون منبعی محافظتی، فرد را در برابر فروپاشی ناشی از چندپارگی و عدم تناسب، صیانت می‌کند. چنین شکلی از انسجام، در خدمت چهارچوب‌های نگرشی افراد نیز قرار دارد و مبنایی منسجم از باورها و نگرش‌ها در اختیار او قرار می‌دهد. به این ترتیب وجهی از ماهیت معنا به دریافت این پژوهش، در کارکرد انسجام‌بخشی آن دیده می‌شود. این رهیافت علاوه بر هم‌سویی با بدنه بزرگی از پژوهش‌ها در مورد یکپارچگی و تمامیت روانی (مثلاً، کسی، اندو و اویشی، ۲۰۱۶؛ میکائیلی، عینی و تقوی، ۲۰۱۶)، مطابق است با نظریه اصیل و جریان‌ساز آدلر (۱۹۳۷ - ۱۸۷۰) در خصوص شخصیت. آلفرد آدلر با محور قرار دادن یکپارچگی و سبک زندگی در نظریه‌اش، حرکت منسجم به سوی هدف را سبک زندگی می‌نامید (که مشابه تعبیر نحوه در جهان بودن وجودگرایان است) و بر روی یکپارچگی فردیت شخص تأکید داشت. سبک زندگی و انسجام از منظر او انعکاسی از غایت‌مندی، هدف‌گرایی، وحدت، فردیت و ثبات‌مندی خود است (فدایی، ۱۳۹۵). این وحدت، شیوه‌اندیشیدن

فرد درباره خویشتن و دنیا را نیز در بر می‌گیرد. بنابراین وحدت در حوزه نگرش‌ها، اهداف، خودپنداره، عواطف و شخصیت، عناصر یکپارچگی درونی شخص است. در نظام‌واره فکری آدلر، افراد با همسو کردن خود با غایت‌های ذهنی خویشتن (شولتز و شولتز، ۱۳۹۵) و در راستای اهداف حرکت کردن، نوعی از سبک زندگی منسجم را تجربه می‌کنند که به آن‌ها برای زندگی معنادار و کامل‌تر (پروچاسکا و نورکراس، ۱۳۸۵) کمک می‌کند. این تأکید، در نظریه گوردون آلپورت نیز به خوبی دیده می‌شود. آلپورت (۱۸۹۷-۱۹۶۷)، مهم‌ترین معیار شخصیت سالم را وحدت و یکپارچگی شخصیت می‌داند.

تمنای جاودانگی، کششی وجودی و عمیق است که آدمی به واسطه برخورداری‌اش از وجود، آن را در خویشتن می‌یابد. بنابراین معنا در ذات خود طلب جاودانگی دارد. تکیه درونی به این جاودانگی، به هر صورت و با هر مبنای آئینی و نگرشی که صورت گیرد، پوچی و اضطراب نیستی را فرو کاسته و رنج بی‌معنی طی کردن زندگی را کم می‌کند. برآمده از یافته‌های این مطالعه، تمنای جاودانگی به دو صورت در نگرش افراد جلوه‌گر می‌شود: «ماندگاری در جهان دیگر» و «ماندگاری به واسطه فایده‌رسانی». در تلقی ماندگاری در جهان دیگر، باور و اعتقاد به زندگی پس از مرگ جزء جدایی‌ناپذیر معناداری زندگی است. به زعم این دیدگاه، نمی‌شود به زندگی دوباره باور نداشت و درگیر پوچی نشد. با ایمان به آخرت، فرد برای زیستنش هدف و غایت می‌یابد، امید و انگیزه در سر می‌پروراند و با مفهوم عدالت که برخاسته از این نگاه است، احساس اطمینان و دلگرمی می‌کند. برای افرادی که به جاودانگی وجود انسان در قالب نخست باور ندارند، ماندگاری به واسطه فایده‌رسانی شکلی از جاودانگی است که به زندگی هدف، جهت و معنا می‌دهد. در تلقی ماندگاری به واسطه فایده‌رسانی، میل به جاودانگی از طریق اثر یا نام نیک بر جای گذاشتن، کمک و خیررسانی، ماندگاری در یادها و خاطره‌ها، بر جای گذاشتن خرد، رهنمود، فضیلت و تسکین (یالوم، ۱۳۹۲) حاصل می‌شود.

معنا به مثابه محک، وجه دیگری از ماهیت معنا را بازنمایی می‌کند. معنا با کارکرد روشنی‌بخش و معیاری برای سنجیدن درست و نادرست از یکدیگر، نیاز مهمی از آدمی را برآورده می‌کند: نیاز به داشتن شاخص، معیار و سنجه برای راهبری و حرکت؛ به دور از سردرگمی و آشفتگی. بنابراین، این وجه از ماهیت معنا، دربردارنده رجوع فرد به شاخص‌ها و امور ارزشمند و باورهای اخلاقی او در زندگی است. هر انسانی در درون خود مجموعه‌ای گسترده از نگرش‌ها و اتخاذ مواضع دارد؛ از برخی امور بدش می‌آید و از برخی خوشش می‌آید، به برخی چیزها تمایل دارد و از برخی چیزها کراهت، اموری را سودمند و امور دیگری را بی‌فایده یا مضر قلمداد می‌کند، برخی کارها را درست و برخی را نادرست می‌شمارد و در یک کلام برای هر چیزی ارزشی قائل است و براساس و با

ملاک قرار دادن این ارزش‌هاست که رفتارهای خود را شکل می‌دهد (مبینی، ۱۳۹۰). از منظر متفکرین رواقی، دلیل عمده ناخرسندی آدمیان سرگشتگی آن‌ها درباره امور ارزشمند است (اروین، ۱۳۹۳) درحالی‌که بودن ارزش‌ها و نظام ارزشی به محتوای آگاهی رنگ می‌دهد و به رفتارهای افراد نظم می‌بخشد. آدلر، دسته‌ای از ایده‌های راهبر یا هدایتگر را تحت عنوان اهداف غایی مفهوم‌پردازی کرده است. مراد او از این مفهوم، امری شبیه ساختار و نظام ارزش‌هاست که به بودن فرد، نگرشش، رفتارها و تصمیم‌هایش سمت‌وسو می‌دهد. از این منظر، برخلاف نظریه‌پردازان گذشته‌نگری چون فروید، دورنمای فرد از آینده و آنچه برای وی مطلوب است، تأثیر شگرفی در جهت‌گیری‌های امروزش دارد (ناصحی و رئیسی، ۱۳۸۷). از سویی دیگر آلپورت که در نظام فکری‌اش تأکید ویژه‌ای بر روی ارزش‌ها داشت، شش نظام ارزشی را معرفی کرده و معتقد بود که ارزش‌های شخصی افراد، تمایلات و انگیزه‌های نیرومند آن‌ها را نشان می‌دهد و مبنایی است برای فلسفه زندگی و حیات بخش آن‌ها (شولتز و شولتز، ۱۳۹۵). او معتقد بود نظام ارزشی می‌تواند به شخصیت، وحدت و یکپارچگی ببخشد. شوارتز (۱۹۹۲) - پژوهشگر مطرح حوزه ارزش‌ها - نیز ارزش‌های انسانی را به منزله تجسم‌های شناختی از هدف‌های خواستنی خود می‌داند که همچون اصولی راهنما در زندگی افراد حضور دارند. او در پژوهش‌های خود به بررسی محتوا و ساختار نظام‌های ارزشی و همچنین روابط پویای بین آن‌ها پرداخته است تا به درکی عمیق از این شاخص مهم دست یابد.

در پاسخ به پرسش پژوهشی دوم درمورد نحوه شکل‌گیری معنا، درون‌مایه تکوین معنا از بطن داده‌ها خلق شد. این درون‌مایه سایبانی، دربردارنده درون‌مایه‌های معنای معیشتی، معنای معرفتی، معنای تجربتی و درون‌مایه‌های فرعی زیستن در مرز روزمرگی، زیستن در انقیاد هنجارها، گریز از اندیشه و انتزاع، عافیت و منفعت، جستجوی معنا، خلق معنا، بسط معنا، بی‌تعادلی، تعادل جویی و کشف معنا است. تکوین معنا بر این مضمون اشاره دارد که برخورداری از معنا یک مقطع مشخص و موقعیت واحد و همگانی نیست و شکل‌گیری آن نیز از روندی تدریجی و غیردفعتی تبعیت می‌کند. در اینجا امر تعیین‌کننده سیر تکوینی معنا، جنس دغدغه‌های معنا محور افراد است. در این سیر، ابتدا با معنای معیشتی روبه‌رو هستیم. معنا در این مرحله، شکلی تقلیدی و بدون حضور جدی اندیشه دارد. فرد برای برگزیدن معنای خود در این ساحت، عاملیت چندانی نداشته و آنچه را که از آموخته‌های محیط با خود دارد، بدون آنکه تأمل چندانی بر روی آن‌ها و دلیل انتخاب‌ها، تصمیم‌ها و معناها داشته باشد، اجرا می‌کند. شاید بتوان نام معنای این ساحت را معنای پیش‌تأملی نیز نامید. بنابراین افراد متعلق به این ساحت، سطوحی از معناداری را تجربه خواهند کرد اما ماهیت معنای آن‌ها به گونه‌ای است که ماندگاری کمتری

داشته و از قدرت کمتری نیز در برابر ناملايمات زندگی برخوردار است. به این ترتیب احتمال فروپاشی معنای ساحت پیش‌تأملی بیشتر از مراتب بعدی معنای است. معناهای معیشتی، ماهیتی آسیب‌پذیر نسبت به تغییر شرایط، دشواری‌ها و تحولات دارند و در نتیجه با گذر ایام قدرت تاب آوردن در برابر چالش‌ها را ندارند. صاحبین این دسته از معنای، با تهی شدن از قابلیت معنارسایی این ساحت، عمدتاً روی به مراتب بعدی و تأملی‌تر معنا می‌کنند. اما برخی افراد در همین ساحت متوقف مانده و درجا می‌زنند. در واکاوی معنای معیشتی از دل تجارب شرکت‌کننده‌های پژوهش، ریشه‌های این درجاماندگی‌ها در قالب درون‌مایه‌های فرعی بسط پیدا کرده‌اند. بنابراین مقولات فرعی این درون‌مایه، از جنس مضامینی توصیفی و طبقه‌ای بوده و حالات مختلف موجود در آن را به تصویر می‌کشند. زیستن در مرز روزمرگی معرف شمایی از سبک زندگی افراد است. زیست این دسته افراد، گونه‌ای از تعامل با هستی است که متمرکز بر امور جاری و گذران روزمره بوده و اندیشه‌ای فراتر از آن، فرد را دلمشغول خود نکرده است. در تعبیری هم‌سو با این یافته، یالوم (۱۳۹۲) معتقد است چنین فردی در مرتبه فراموشی هستی به سر می‌برد، در دنیای اشیاء می‌زید و خود را در سرگرمی‌های روزمره زندگی غرق می‌کند. به تعبیر شاعرانه سعدی، دغدغه این افراد حول این محور می‌چرخد که: تا چه خورم صیف و چه پوشم شتا. از آنجایی که این شکل از معنای ماندگاری کمی نیز دارند، میل افراد به تنوع برای دوری جستن از ملالت و یکواختی و بی‌معنایی، روزبه‌روز افزوده شده و همین امر، در طولانی‌مدت اسباب سردرگمی بیشتر میان معناهای کوتاه و موقت را فراهم می‌کند. آدلر نیز در نظرگاه خود نسبت به مقوله غایت‌نگری، اظهار می‌کند که اهداف هر چقدر غیراصیل‌تر، جزئی‌تر، پاره‌پاره و روزمره‌تر باشد، کمتر این قابلیت را دارد که در خدمت سلامت روان فرد قرار گیرد. وجه پررنگ دیگری که در افراد این دسته شناسایی شد، بیانگر نوعی از در بند ماندگی است. زیستن در انقیاد هنجارها، اشاره به حاکمیت هنجارهای برخاسته از فرهنگ، جامعه و خانواده دارد؛ به طوری که رستن از آن‌ها برای فرد ترسناک است. ملاک‌های تعیین ارزش از سوی این مراجع، آن‌چنان در ذهن فرد قدرتمند است که او یا تصویری از خروج یافتن از هنجارهای دیکته شده ندارد و یا حاکمیت هنجارها و مراجع قدرت خانه و جامعه را برای پرهیز از قضاوت شدن، حفظ حرمت و آبرو، خوش درخشیدن در منظر دیگران و کسب اعتبار انتخاب می‌کند. اینجا فرد خود را در قید منابعی خارج از وجود و اختیار خویشتن می‌بیند، بنابراین با استناد بر تئوری منبع کنترل راسل (۱۹۶۶)، این افراد برای تلاش و عاملیت خود ارزشی قائل نیستند (شولتز و شولتز، ۱۳۹۵) و معتقدند که وقایع زندگی و سرنوشت‌شان تحت کنترل عواملی خارج از محدوده خودشان است (کی‌تونی، ۲۰۰۳). از نقطه نظر مطالعات فرهنگی نیز پژوهش‌ها حاکی از آن است که در فرهنگ‌های جمع‌گرا، منابع کنترل افراد تمایل

بیشتری به سمت بیرونی شدن دارد تا در فرهنگ‌های فردگرای که استقلال ارزشی بیشتری در آن‌ها حاکم است (چنگ، چونگ، چیو و چان، ۲۰۱۳). سومین وجه توصیف‌کننده معنای معیشتی، گریز از اندیشه و انتزاع است. پرهیزی که این دسته افراد از تأمل کردن دارند در قالب کشش پایین به مقولات اندیشه‌ای و انتزاعی قابل ردیابی است. این عدم‌گرایش به تعمق، گاه ریشه در عوامل سرشتی و شخصیتی افراد دارد و گاه ریشه در تجاربی آسیب‌زننده و بازدارنده که موجب سد کردن اندیشه و احساس توانایی، آزادی و رهایی برای تأمل کردن شده است. والدین مستبد و محیط‌های پرورش‌دهنده سرکوب و اطاعت، قدرت متوقف کردن سیالی اندیشه، تفکر انتقادی و ابراز خویش را دارا هستند. ردپای این تبیین به نحوی در تمامی نظریات روان‌درمانی قابل پیگیری است (برای مثال، علاوه بر نظریات اریکسون، بالبی و کلاین در باب اهمیت و تأثیر کنش‌های میان والدین و فرزندان، در ادبیات متأخر روانشناسی می‌توان به شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار نقص و شرم، اطاعت، بی‌اعتمادی/بدرفتاری و بازدارندگی هیجانی در نظریه طرحواره‌درمانی یانگ (یانگ، کلسکو و ویشار، ۲۰۰۳) یا مطالعات متمرکز بر شیوه‌های فرزندپروری (بامریند، ۱۹۹۱) اشاره کرد). برای یافتن میانی روشنی در راستای تبیین سرشتی، نظری به الگوها و تئوری‌های شخصیتی نشان می‌دهد که دو رگه شخصیتی گشودگی به تجربه (نظریه پنج عامل شخصیتی مک‌کری و کوستا، ۱۹۹۸) و درون‌گرایی (آیزنگ، ۱۹۷۶؛ مک‌کری و کوستا، ۱۹۹۸) تأثیر قدرتمندی بر گرایش افراد به تعمق دارد. افراد برخوردارتر از رگه شخصیتی گشودگی، هم درباره جهان درونی و هم درباره دنیای بیرونی کنجکاو هستند و زندگی آن‌ها از لحاظ تجربه، غنی است. آن‌ها تنوع‌طلب، دارای کنجکاوی ذهنی و استقلال در قضاوت هستند (دیونگ، پیترسون و هیگینز، ۲۰۰۵). تفکر انتقادی در میان این افراد بیشتر دیده می‌شود و تحمل ابهام و انعطاف‌پذیری، نمود واضح‌تری دارد (پرکینز، جی و تیشمن، ۱۹۹۳). همچنین رگه درون‌گرایی نیز به‌خاطر گرایش افراد به درون‌نگری، این تأثیر را در مطالعات نشان داده است. افراد درون‌گرا تمایل دارند مسائلی را حل کنند که نیاز بیشتری به تأمل و بینش (متیوز، ۱۹۹۲)، نگهداری توجه (کورن، وارد و انس، ۱۹۹۴) و دقت (آیزنگ، ۱۹۷۶؛ به نقل از شولتز و شولتز، ۱۳۹۵) دارد. عافیت و منفعت، وجه چهارم مکشوف از معناهای معیشتی، به وضعیتی می‌پردازد که در آن فرد چنان دچار عافیت است که نیروی انگیزاننده‌ای در خود برای ژرف‌تر نگریستن و خروج از دایره منفعت‌ها و امنیت‌ها نمی‌یابد.

اما همان‌طور که اشاره شد، فرد در سیر زیستنش به نقطه‌ای می‌رسد که در می‌یابد معانی معیشتی دیگر کفایت لازم را برای معناداری نخواهند داشت و امور موقت و مقطعی او را اشباع نمی‌کند. اینجاست که اگر موانعی سد راه نباشند، سیر تکوینی معنا به پیش می‌رود و پا به مرتبه

بعدی می‌گذارد. در ساحت معنای معرفتی، جستجوی معنای محققانه و غیر تقلیدی، دغدغه فرد است. او پرسش و میل به دانستن دارد و در راستای این پویای تعقلی خویش، مسیری را از جستن آغاز کرده، به خلق معنا می‌رسد و با بسط مکرر معنا، دامنه قدرت معنای معرفتی‌اش را گسترش می‌دهد. در این مسیر، جستجوی معنا با سازوکارهایی چون افزایش ظرفیت تحمل ابهام و ندانستن، و پویایی و حرکت آفرینی جستن، خلق معنا با سازوکارهای معطوف کردن اراده خود به خلق معنا و توسل به امور شناخته و در کنترل، و در نهایت بسط معنا با مکانیزم جستجوی انسجام در پی برهم‌ریختن ادراک‌های قبلی، موفق به سامان دادن به معنای ذهنی و معرفتی افراد می‌شوند. مفهوم‌بندی‌های دوگانه‌ای که در ادبیات پژوهشی از وضعیت معنا در قالب حضور معنا و جستجوی معنا شده است (استیگر، ۲۰۱۲)، هم‌پوشانی‌های تبیینی با یافته‌های حاصل از این بخش از مطالعه دارد. افراد زمانی که حضور معنا را حس نکنند به لحاظ روان‌شناختی برانگیخته شده و به جستجوی معنا برمی‌آیند.

معنای تجربتی، ساحتی از معناست که در پی تجارب عافیت‌سوز زندگی و دریافت‌های درونی حین آن تجارب حاصل می‌شود. این معنا که عمیقاً درونی و غیر قابل انتقال است، سطحی پایدارتر و ماندگارتر از تجارب معنایی است؛ چرا که از جنس تجربه بوده و در بستری از لمس و زیستن ادراک می‌شود، الزامی به حضور فرایندهای شناختی ندارد و تجربه‌ای آنی از یک دریافت عمیق است. برای این ساحت نیز همچون ساحت معرفتی، سیر تکوینی مشخصی از دل داده‌ها استخراج شد که برخلاف معنای معیشتی که هنوز هیچ روندی و سیری در آن آغاز نشده بود، نشان از فرایندی بودن روند عمق‌یافتن در معناهای معرفتی و تجربتی دارد. سیر پیشروی در معنای تجربتی با بی‌تعادلی آغاز گشته، از تعادل‌جویی گذر کرده و به کشف معنا نائل می‌آید. بی‌تعادلی این ساحت، یک سرگردانی و گیجی وسیع و عمیق است که فرد در رخداد آن قصد و نیتی نداشته و به تبع رویدادی سخت عارض شده است. اینجا اگر فرد بی‌معناست، کل زندگی‌اش بی‌معنا و متأثر از این بی‌تعادلی است اما در ساحت معرفتی، اگر فرد در سطح شناخت قائل به بی‌معنایی باشد، قادر است کارکردهای حوزه‌های دیگر زندگی را برقرار نگه دارد و بی‌معنایی منجر به بی‌تعادلی وسیع نشود. در ادامه این سیر معنای تجربتی، فرد با بهره‌گیری از مکانیزم‌هایی چون ذهن‌آگاهی، خویش‌شناسی، پذیرش خود و تجربه گذر زمان، قادر به بازیافتن تمامیت خویش در پس یک بی‌وزنی عمیق می‌شود. در انتهای مسیر، درک و کشفی که از خرد و فضیلت در فرد باقی می‌ماند به سان قندی در انتهای سفری تلخ و گنجی برآمده از رنج، فرد را نه تنها راضی و بهره‌مند می‌کند بلکه به رشد و گسترشی ناب می‌رساند. از این رهیافت و همسو با هر دو معنای معرفتی و تجربتی، می‌توان نظری به مکانیزم تعادل‌جویی رویکرد پیاژه (۱۸۹۶-۱۹۸۰) انداخت

که بر اهمیت برقراری توازن شناختی میان درک افراد از جهان هستی و تجربه آن‌ها تأکید دارد. در این نظرگاه زمانی که درک فرد بتواند رویدادی را تبیین کند، دنیا برای او معنی می‌دهد و در حالت تعادل قرار می‌گیرد. اما اگر درک از تبیین رویداد بازماند، بی‌تعادلی رخ داده و فرد برانگیخته می‌شود تا تبیین‌های دیگری را جستجو کند و با مکانیزم درون‌سازی و برون‌سازی به تعادل بازگردد. با مبنا قرار دادن نگاه پیازه، پارک (۲۰۱۰) مدلی را تحت عنوان مدل ساخت معنا معرفی می‌کند که در آن به شکل مبسوط‌تری فرایند خروج از تعادل و بازگشت به معنا و تعادل را تشریح می‌کند. این مدل با اشاره به فرایند بهبودی پس از تجارب بسیار استرس‌آور زندگی همچون سوگ، سرطان و وقایع آسیب‌زا، اظهار می‌دارد که رویارویی با وقایع بسیار استرس‌آور معمولاً منجر به ارزیابی‌های موقعیتی می‌شود که می‌تواند معنای کلی افراد را نیز درهم‌شکند. درهم‌شکسته شدن معنای کلی افراد، آغازگر پردازشی شناختی یا همان تلاش برای «ساخت معنا» خواهد بود. فرایند تولید معنا شامل تلاش‌های ارادی مقابله‌ای برای فهمیدن موقعیت به شکلی متفاوت، همچون ایجاد تفسیرها و نگرش‌های مجدد مثبت و تلاش برای پذیرش موقعیت است. اینجا نیز نخستین ادراک‌های فرد از عدم هماهنگی میان معنای کلی خویش با معنای موقعیتی، موجب آغاز تلاش‌های معطوف به معنا می‌شود. مدل ساخت معنا معتقد است که بهبود یافتن از وقایع پرفشار شامل کاستن از اختلاف بین معنای ادراک شده از موقعیت و معنای کلی افراد است که این کار با تغییر یکی از این دو معانی یا هر دوی آن‌ها امکان‌پذیر است. از نتیجه نهایی این سازگاری، انطباق و برقراری مجدد تعادل، در چهارچوب نظری و پژوهش‌ها به پیروی از تدسکی و کالهن (۲۰۰۴) تحت عنوان رشد پس از آسیب نام برده شده است که بیانگر تغییرات درونی مثبت و افزایش نیرومندی‌های شخصی به دنبال وقایع پراسترس است. بنابراین هر سه مبنای نظری پیازه، پارک و تدسکی و کالهن، قویاً تبیین‌کننده این بخش از یافته‌های پژوهش است.

از منظری کلی، سیر تکوینی برآمده از مطالعه حاضر برای معنای زندگی، با چهارچوب نظری متفکر ایرانی معاصر در بحث دینداری سنخیت دارد. عبدالکریم سروش، در نظرپردازی‌های خویش (سروش، ۱۳۸۸) الگویی را از اقسام دینداری معرفی نموده که نتایج حاصل از این پژوهش کیفی در این بعد ویژه، چه به لحاظ محتوایی و چه از منظر اسامی، با آن الگوی نظری قرابت دارد. با این تفاوت و ارزش افزوده که گزارش حاضر، برآمده از مطالعه‌ای پدیدارشناسانه بوده و نظرگاه غنی ذکرشده را به حیطة ارزیابی و صحت‌آزمایی کشانیده است.

¹ Post Traumatic Growth (PTG)

در نهایت، با نظری موشکافانه‌تر به معانی این سیر تکوینی و در مقایسه فرایندهای درگیر در معنای معرفتی و معنای تجربتی، چنین به نظر می‌آید که بسط معنای معرفتی و کشف معنای تجربتی از یک الگو با محوریت «جستجوی تعادل» تبعیت می‌کنند، با این اختلاف که در بسط، مکانیزم‌های فعال شناختی درگیر است و در کشف، مکانیزم‌های تجربتی و هیجانی. به علاوه، تجربه بی‌تعادلی و بی‌وزنی در معنای معرفتی، همراه با نوعی عاملیت و خواست فرد است؛ با توجه به توشه و دانش شناختی‌اش، تقلا می‌کند تا با چالش کردن، معانی را در ساحت شناختی هضم کرده و تعارضات شناخت را به تعادل برگرداند. اما تجربه بی‌تعادلی در معنای تجربتی، لاقلاً در گام نخست آن، خارج از اختیار و انتخاب فرد است. تجربه بی‌وزنی، به‌ناگاه و در پس یک امر تکان‌دهنده بر فرد عارض شده و او را به شکلی دفعتی و آنی سرگردان می‌کند. بنابراین علی‌رغم شباهت صوری این بی‌تعادلی‌ها، در بطن آن‌ها تفاوت فاحشی از اینکه فرد خودش در آن نقش دارد یا ندارد، به عنوان فرق مهم دو سازوکار معرفتی و تجربتی وجود دارد. رسیدن به تعادل در پی بی‌تعادلی تجربتی، سطح عالی‌تر و کاملاً متفاوتی با تعادل انتهای گام معرفتی دارد. تعادل تجربتی با تعادل مرحله پیشین، فرسنگ‌ها تفاوت داشته و دو مقوله با دو سازوکار و عمق متفاوت است. همچنین از آنجا که جنس معنای معیشتی با معنای معرفتی و تجربتی متفاوت است، درون‌مایه‌های فرعی این معانی نیز خصلتی متفاوت دارند. درون‌مایه‌های معنای معیشتی به شکل مقوله‌ای هستند چرا که فرد در این مرتبه، هنوز وارد بر فرایندی نشده است. درحالی‌که درون‌مایه‌های دو معنای دیگر از جنس مسیر و فرایند هستند و طبعاً از ماندگاری بالاتری نیز برخوردارند.

در خصوص محدودیت‌های این پژوهش، لازم به ذکر است که جامعه آماری دانشجویی علی‌رغم برخورداری از طیف‌های مختلف فرهنگی و اجتماعی، امکان تعمیم یافته‌ها به جامعه کلی، خصوصاً افرادی با شرایط خاص و مسائل بالینی را محدود و نیازمند احتیاط می‌کند. بر این اساس پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آتی، طیف‌های متنوع و جامع‌تری از جمعیت ایرانی جهت سنجش معنای زندگی به مطالعه گذاشته شود. همچنین از آنجایی که مطالعات کیفی قادر به بررسی دقیق‌تر نقش جنسیت، باورهای دینی و تفاوت‌های قومیتی بر روی پدیده مورد مطالعه نیست، برای مطالعات کمی آینده، واکاوی نقش موارد فوق پیشنهاد می‌شود.

موازین اخلاقی

در این پژوهش پیش از اجرای هر مصاحبه در گروه‌های متمرکز، توضیحاتی پیرامون هدف تحقیق برای شرکت‌کنندگان ارائه شد، و سپس رضایت آن‌ها از شرکت در پژوهش که مشتمل بر

محرمانگی اطلاعات، مجوز ضبط صدا و استفاده از محتوای آن برای اهداف پژوهشی بود، اخذ گردید.

مشارکت نویسندگان

این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روان‌شناسی بالینی است. نویسنده اول در طراحی مصاحبه، انجام مصاحبه، کدگذاری و تحلیل محتوایی مصاحبه، نویسنده دوم در طراحی مصاحبه و تحلیل محتوایی، نویسندگان سوم و چهارم در تحلیل محتوایی مصاحبه و نویسنده پنجم در روش‌شناسی، تحلیل محتوایی و ویرایش نهایی سهم داشتند.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع فارسی

- احمدی، سمیه، حیدری، محمود، باقریان، فاطمه، و کشفی، عبدالرسول. (۱۳۹۴). نوجوانی و تحول معنا: مقایسه منابع و ابعاد معنای زندگی در دختران و پسران نوجوان، *فصلنامه مطالعات روانشناسی بالینی*، ۶ (۲۳)، ۱۴۹-۱۷۷.
- اروین، ویلیام. (۱۳۹۳). *فلسفه‌ای برای زندگی، رواقی زیستن در دنیای امروز*. ترجمه محمود مقدسی. تهران: نشر گمان.
- بیات، محمدرضا. (۱۳۹۴). *دین و معنای زندگی در فلسفه تحلیلی*، قم: دانشگاه ادیان و مذاهب.
- پارسا، سیداحمد. (۱۳۸۰). *نگرشی بر حماسه گیل‌گمش، چیستا، ۱۱۰*.
- پروچاسکا، جیمز. او، و نورکراس، جان. سی. (۱۳۸۵). *نظریه‌های روان‌درمانی*. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: رشد.
- پورقاسم شادهی، احمد، سادات‌عظیمی، ریحانه، علیزمانی، امیرعباس. (۱۳۹۳). نقش خوش‌بینی کیهانی و فرهنگ در معناداری زندگی از نظر جان هیک، *پژوهش‌نامه فلسفه دین*، ۱۳ (۲)، ۷۳-۹۰.
- دهداری، طاهره، یاراحمدی، رسول، تقدیسی، محمدحسین، دانشور، ریحانه، و احمدپور، جمال. (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 ایران*، ۱ (۳)، ۹۲-۸۳.
- رباط میلی، سمیه، مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز، زرگر، یدا...، و کریمی خویگانی، روح... (۱۳۹۲). تأثیر معنادرمانی به شیوه گروهی بر افسردگی و امید در دانشجویان، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۴ (۳)، ۱۰-۳.

- رحمانی اصل، محمدرضا. (۱۳۸۹). تحلیل و بررسی ابعاد گوناگون معنای زندگی، معرفت، ۱۹ (۱۵۸)، ۱۵۳-۱۶۲.
- رضایی آدریانی، مرتضی، آزادی، آرمان، احمدی، فضل...، و واحدیان عظیمی، امیر. (۱۳۸۶). مقایسه میزان افسردگی، اضطراب، استرس و کیفیت زندگی دانشجویان پسر و دختر مقیم خوابگاه‌های دانشجویی، پژوهش پرستاری، ۲، ۳۱-۳۸.
- سروش، عبدالکریم. (۱۳۸۸). قبض و بسط تئوریک شریعت. چاپ یازدهم، تهران: نشر صراط.
- سلیگمن، مارتین، ای. پی. (۱۳۹۲، ۲۰۱۱). شکوفایی روان‌شناسی مثبت‌گرا: درک جدیدی از نظریه شادکامی و بهزیستی. ترجمه امیر کامکار و سکینه هژبریان. چاپ اول، تهران: نشر روان.
- شولتز، دوان، پی.، و شولتز، سیدنی ال. (۱۳۹۵). نظریه‌های شخصیت. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: نشر ویرایش.
- عزیزی، میلاد، و علی‌زمانی، امیرعباس. (۱۳۹۴). بررسی دیدگاه اروین یالوم درباره ارتباط دغدغه‌های وجودی مرگ‌اندیشی و معنای زندگی، پژوهش‌های هستی‌شناختی، ۴ (۸)، ۱۹-۳۷.
- فدایی، مهدی. (۱۳۹۵). نسبت سبک زندگی و معنای زندگی در اندیشه آلفرد آدلر، پژوهش‌نامه سبک زندگی، ۲ (۳)، ۶۵-۷۶.
- لواسانی، غلامعلی، اژه‌ای، جواد، و محمدی مصیری، فرهاد. (۱۳۹۲). رابطه معنای زندگی و خوش‌بینی با بهزیستی ذهنی، مجله روان‌شناسی، ۶۵ (۱)، ۳-۱۷.
- مبینی، محمدعلی. (۱۳۹۰). تأملاتی معناشناختی در حقیقت ارزش اخلاقی، فصلنامه فلسفه و الهیات، ۱۶ (۴)، ۲-۲۶.
- مصراآبادی، جواد، استوار، نگار، و جعفریان، سکینه. (۱۳۹۲). بررسی روایی سازه و تشخیصی پرسشنامه معنا در زندگی دانشجویان، مجله علوم رفتاری، ۷ (۱)، ۸۳-۹۰.
- ناصری، عباسعلی، و رئیس، فیروزه. (۱۳۸۷). مروری بر نظریات آدلر. تازه‌های علوم شناختی، ۹ (۱)، ۶۶-۵۵.
- یالوم، اروین. (۱۳۹۲). روان‌درمانی اگزستانسیال. ترجمه سپیده حبیب. چاپ چهارم، تهران: نشر نی.
- یالوم، اروین. (۱۳۹۳). خیره به خورشید. ترجمه مهدی غیرایی. مشهد: نیکونشر.
- Antonovsky, A. (2014). Intergenerational networks and transmitting the sense of coherence. *Life-span Developmental Psychology: Intergenerational Relations*, 211.
- Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science & Medicine*, 36(6), 725-733.
- Batthyany, A. & Russo-Netzer, P. (2014). Psychologies of Meaning. In A. Batthyany & P. Russo-Netzer (Eds), *Meaning in positive and Existential psychology* (pp. 3-22). New York: Springer.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 14, 77-101.

- Cheng, C., Cheung, S. F., Chio, J. H., & Chan, M. S. (2013). Cultural Meaning of Perceived Control: A Meta-Analysis of Locus of Control and Psychological Symptoms Across 18 Cultural Regions, *Psychological Bulletin*, 139(1), 152-188.
- Clarke, V., Braun, V., & Hayfield, N. (2015). Thematic Analysis. In Smith, J. A. (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods*. (pp. 567-589). Sage.
- Coren, S., Ward, L. M., & Enns, J. T. (1994). *Sensation and Perception: Including Explorations in Sensation and Perception CD-ROM*. 4th ed. New York: John Wiley & Sons, Incorporated.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Debats, D.L. (1998). The measurement of personal meaning. In P.T. Wong and P.S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Deyoung, C., Peterson, J., & Higgins, D. (2005). Sources of openness/intellect: Cognitive and neuropsychological correlates of the fifth factor of personality, *Journal of Personality*, 73(4), 825-858.
- Edwards, M. J. (2007). *The Dimensionality and Construct Valid Measurement of Life Meaning* (Unpublished doctoral dissertation). Queen's University, Kingston, ON, Canada.
- Grouden, M. E. & Jose, P. E. (2015). Do sources of meaning differentially predict search for meaning, presence of meaning, and wellbeing?, *International Journal of Wellbeing*, 5(1), 33-52.
- Hayfield, N., Clarke, V., & Halliwell, E. (2014). Bisexual women's understandings of social marginalization: 'The heterosexuals don't understand us but nor do the lesbians'. *Feminism & Psychology*, 83, 352-372.
- Hicks, J. A. & Routledge, C. (2013). Introduction. In J. A. Hicks & C. Routledge (Eds.), *The experience of meaning in life, classical perspectives, emerging themes, and controversies*. New York: Springer.
- Kee Tony TS. Locus of control, attributional style and discipline problems in secondary schools, *Early Child Dev Care*, 173(5), 455-466.
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 179-196.
- MacKence, M. J. & Baumeister, R. F. (2014). Meaning in life: natures, needs, and myths. In A. Batthyany & P. Russo-Netzer (Eds), *Meaning in positive and Existential psychology* (pp. 3-22). New York: Springer.

- Mascaro, N., & Rosen, D. (2008). Assessment of existential meaning and its longitudinal relations with depressive symptoms. *Journal of Social & Clinical Psychology, 27*, 576-599.
- Mascaro, N., & Rosen, D. H. (2005). Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms. *Journal of Personality, 73*, 985-1014.
- Matthews, G. (1992). Extraversion. In: A. P., Smith, (Eds.), *Handbook of Human Performance: State and trait*. London: Academic Press.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1998). Rotation to Maximize the Construct Validity of Factors in the NEO Personality Inventory, *Multivariate Behavioral Research, 24*(1), 107-24.
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin, 136*(2), 257-301.
- Perkins, D. N., Jay, E., & Tishman, S. (1993). Beyond abilities: A dispositional theory of thinking, *MerrillPalmer Quarterly Journal of Developmental Psychology, 39*(1), 1-21.
- Rutter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus -externa control of reinforcement, *journal of Psychological monographs: general and applied, 80*, 1-28.
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical Advances and Empirical tests in 20 countries, *Advances in experimental social psychology, 25*, 1-65.
- Sommer, K. L., Baumeister, R. F., & Stilman, T. F. (2012). The construction of meaning from life events: Empirical studies of personal narratives, In P. T. P. Wong (Eds.), *Personality and clinical psychology series, The human quest for meaning: Theories, research, and applications*, Routledge.
- Steger, M. F. (2012). Making Meaning in Life, *Psychological Inquiry, 23*, 381-385.
- Steger, M. F., & Park, C. L. (2012). The creation of meaning following trauma: Meaning making and trajectories of distress and recovery. In T. Keane, E. Newman, & K. Fogler (Eds.). *Toward an integrated approach to trauma focused therapy: Placing evidence-based interventions in an expanded psychological context*, Washington, DC: APA.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality, 76*, 199-228.
- Steger, M. F., & Kashdan, T. B. (2006). Stability and specificity of meaning in life and life satisfaction over one year: Implications for outcome assessment, *Journal of Happiness Studies, 8*, 161-179.

- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Target article: posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence, *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Tweed, R. G., & Conway, L. G., III. (2006). Coping strategies and culturally influenced beliefs about the world. In P. T. P. Wong & L. C. J. Wong (Eds.). *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping*. Dallas, TX: Spring.
- Wong, P. T. P. (2009). Existential positive psychology. In S. Lopez (Ed.), *Encyclopedia of positive psychology* (Vol. 1) Oxford: Wiley Blackwell.
- Yee Ho, M., Cheung, F. M. & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and individual differences*, 48, 658 – 663.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). Schema therapy: A practitioner's guide, *Journal of psychosomatic research*, 57, 113

