

ناراضایتی از زندگی و پوچی اگزیستانسیال در دانشجویان استان تهران: مقایسه دو رویکرد

سنجش بی‌معنایی با استفاده از پرسشنامه‌های هدف و معنا در زندگی

علیرضا نیازی^۱، علیرضا مهدویان^۲

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه دانش البرز، آبیک، قزوین، ایران (نویسنده مسئول).

۲. استادیار روانشناسی، دانشگاه دانش البرز، آبیک، قزوین، ایران.

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره هشتم، شماره سی‌ویک، پاییز ۱۴۰۵، صفحات ۱۴۸-۱۴۲

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه ناراضایتی از زندگی با پوچی اگزیستانسیال در دانشجویان دانشگاه‌های استان تهران و مقایسه دو رویکرد عملیاتی‌سازی سازه پوچی اگزیستانسیال با استفاده از پرسشنامه هدف در زندگی و پرسشنامه معنا در زندگی انجام شد. این پژوهش توصیفی-همبستگی با طرح زمینه‌یابی مقطعی بود که در آن ۲۵۱ دانشجو از دانشگاه‌های دولتی، آزاد و غیرانتفاعی استان تهران با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. داده‌ها با مقیاس رضایت از زندگی دینر (نمره‌گذاری معکوس به‌عنوان شاخص ناراضایتی از زندگی)، پرسشنامه هدف در زندگی کرامیاف و ماهولیک و پرسشنامه معنا در زندگی استیگر و همکاران گردآوری و با ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی ساده تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد ناراضایتی از زندگی با پوچی اگزیستانسیال سنجیده‌شده با هر دو ابزار رابطه مثبت و معنادار داشت. بر اساس پرسشنامه هدف در زندگی، ضریب همبستگی ۰,۷۳۲ و ضریب تعیین ۰,۵۳۶ به دست آمد؛ به این معنا که ناراضایتی از زندگی به‌تنهایی ۵۳,۶ درصد از واریانس پوچی اگزیستانسیال را تبیین می‌کند. بر اساس پرسشنامه معنا در زندگی نیز، ضریب همبستگی ۰,۶۱۳ و ضریب تعیین ۰,۳۷۶ حاصل شد که نشان می‌دهد این متغیر ۳۷,۶ درصد از واریانس پوچی اگزیستانسیال را تبیین می‌کند. در هر دو مورد، سطح معناداری کمتر از ۰,۰۰۱ بود؛ بدین معنا که احتمال تصادفی بودن این روابط کمتر از یک‌دهم درصد است. هرچند هر دو ابزار الگوی رابطه یکسانی را تأیید کردند، شدت رابطه و قدرت تبیین واریانس بر اساس پرسشنامه هدف در زندگی به‌طور قابل‌توجهی بالاتر از پرسشنامه معنا در زندگی بود. ناراضایتی از زندگی سهم قابل‌توجهی در تبیین پوچی اگزیستانسیال دارد و انتخاب ابزار سنجش می‌تواند بر شدت روابط مشاهده‌شده در پژوهش‌های این حوزه تأثیرگذار باشد.

واژگان کلیدی: ناراضایتی از زندگی، پوچی اگزیستانسیال، پرسشنامه هدف در زندگی، دانشجویان.

مقدمه

رضایت از زندگی^۱ یکی از مؤلفه‌های شناختی بهزیستی ذهنی است و به ارزیابی کلی فرد از کیفیت زندگی خود بر پایه معیارها و استانداردهای شخصی اشاره دارد (دینرو همکاران، ۱۹۸۵). در نقطه مقابل، نارضایتی از زندگی^۲ به وضعیتی گفته می‌شود که فرد زندگی خود را نامطلوب، ناکافی یا پایین‌تر از سطح انتظارش ارزیابی می‌کند. در همین حال، پوچی اگزیستانسیال^۳ مفهومی برآمده از سنت معنادرمانی ویکتور فرانکل است و به تجربه بنیادین بی‌معنایی، بی‌هدفی و فقدان ارزش ذاتی در زندگی اشاره دارد (فرانکل، ۱۹۸۴). پژوهش‌های خارجی نشان داده‌اند که کاهش رضایت از زندگی و تجربه خلأ معنایی با یکدیگر پیوند نزدیکی دارند و از شاخص‌های مهم آسیب‌پذیری روان‌شناختی در دوران دانشجویی به شمار می‌روند (هودا، ۲۰۲۳؛ جینگ و همکاران، ۲۰۲۵). با وجود اهمیت نظری و بالینی رابطه میان نارضایتی از زندگی و پوچی اگزیستانسیال، یکی از چالش‌های روش‌شناختی اصلی در این حوزه، نحوه عملیاتی‌سازی و سنجش سازه پوچی اگزیستانسیال است. دو ابزار رایج برای این منظور، پرسشنامه هدف در زندگی^۴ (کرامباف و ماهولیک، ۱۹۶۴) و پرسشنامه معنا در زندگی^۵ (استیگر و همکاران، ۲۰۰۶) هستند. پرسشنامه هدف در زندگی سازه‌ای یک‌بعدی محسوب می‌شود و صرفاً یک نمره کلی برای هدفمندی و معنای زندگی ارائه می‌دهد. در مقابل، پرسشنامه معنا در زندگی رویکردی دوجهی دارد و معنا در زندگی را به دو مؤلفه مجزای «حضور معنا» و «جستجوی معنا» تفکیک می‌کند. این دو ابزار، اگرچه هر دو به سازه معنا در زندگی می‌پردازند، از حیث مبانی نظری، ساختار عاملی و حساسیت روان‌سنجی با یکدیگر متفاوت‌اند؛ بنابراین انتظار می‌رود یافته‌های حاصل از آن‌ها، به‌ویژه در بررسی روابط این سازه با متغیرهای دیگر، همواره کاملاً هم‌سو نباشد. با وجود رشد ادبیات پژوهشی درباره رضایت از زندگی و معنا در دانشجویان (عیسی‌نظر، نجفی، محمدی، سرلک و میرفرهادی، ۱۴۰۰؛ مهدوی‌نور، ملایی، محرمی، خیری و قاسمی بسته‌دیمی، ۱۴۰۲؛ خدابخش و حور، ۱۴۰۴)، شمار پژوهش‌هایی که به‌طور مستقیم نتایج ابزارهای مختلف سنجش بی‌معنایی را در یک نمونه واحد با هم مقایسه کرده باشند، اندک است. این خلأ پژوهشی از آن رو اهمیت دارد که انتخاب ابزار سنجش می‌تواند بر شدت روابط گزارش‌شده در پژوهش‌ها اثر بگذارد و در نتیجه، تفسیر و تعمیم‌پذیری یافته‌ها را تحت تأثیر قرار دهد. داده‌های پژوهش حاضر برگرفته از مجموعه داده گسترده‌تری است که در راستای بررسی رابطه اعتیاد دیجیتال، نارضایتی از زندگی و پوچی اگزیستانسیال در دانشجویان استان تهران گردآوری شده است. در مقاله حاضر، به‌طور خاص و مستقل از متغیر اعتیاد دیجیتال، رابطه مستقیم میان نارضایتی از زندگی و پوچی اگزیستانسیال بررسی و نتایج حاصل از دو رویکرد سنجش، یعنی پرسشنامه هدف در زندگی و پرسشنامه معنا در زندگی، با یکدیگر مقایسه می‌شود.

دینرو و همکاران (۱۹۸۵) رضایت از زندگی را نوعی ارزیابی شناختی کلی می‌دانند که در آن فرد شرایط زندگی خود را با معیارها و انتظارات شخصی خویش مقایسه می‌کند. بر این اساس، رضایت از زندگی صرفاً بازتاب هیجانات مثبت یا منفی نیست، بلکه حاصل یک فرایند شناختی ارزشیابانه است. نظریه خودتعیین‌گری^۸ (دسی و ریان، ۱۹۸۵) چارچوب نظری مناسبی برای تبیین

¹ Life Satisfaction

² Life Dissatisfaction

³ Existential Vacuum

⁴ Purpose in life Test

⁵ Meaning in life Questionnaire

⁶ Presence of Meaning

⁷ Search for Meaning

⁸ Self-Determination Theory

رضایت از زندگی فراهم می‌کند؛ بر پایه این نظریه، رضای سه نیاز بنیادین خودمختاری، شایستگی و ارتباط با افزایش بهزیستی و رضایت از زندگی همراه است، درحالی‌که ناکامی در رضای آن‌ها می‌تواند به نارضایتی از زندگی بینجامد. مفهوم خلأ وجودی یکی از مفاهیم محوری در معنادرمانی فرانکل است که به تجربه بی‌معنایی و بی‌هدفی در زندگی اشاره دارد. از منظر فرانکل، «اراده معطوف به معنا» نیروی محرک اصلی انسان است و ناکامی در دستیابی به معنا، زمینه‌ساز احساس پوچی می‌شود. برای سنجش این سازه، کرامباف و ماهولیک (۱۹۶۴) پرسشنامه هدف در زندگی را بر پایه سنت معنادرمانی طراحی کردند؛ ابزاری یک‌بعدی با ۲۰ گویه که یک نمره کلی برای هدفمندی و معنای زندگی ارائه می‌دهد. در مقابل، استیگر و همکاران (۲۰۰۶) با هدف انطباق با ادبیات معاصر معنا در زندگی، پرسشنامه معنا در زندگی را با ۱۰ گویه و دو خرده‌مقیاس «حضور معنا» و «جستجوی معنا» تدوین کردند. تفاوت بنیادین این دو ابزار آن است که پرسشنامه هدف در زندگی تصویری یکپارچه و کلی از معنا ارائه می‌دهد، درحالی‌که پرسشنامه معنا در زندگی امکان تفکیک تجربه فعلی معناداری از تلاش فعال برای یافتن معنا را فراهم می‌کند.

در پژوهش‌های خارجی پیشین، هر دو ابزار برای بررسی رابطه معنا با متغیرهای بهزیستی به‌کاررفته‌اند. هودا (۲۰۲۳) در پژوهشی بر دانشجویان نشان داد معنا در زندگی و رضایت از زندگی رابطه مثبت و قوی دارند. جینگ و همکاران (۲۰۲۵) در نمونه‌ای از دانشجویان چینی دریافتند استفاده مشکل‌زا از گوشی هوشمند از طریق کاهش بهزیستی ذهنی با کاهش رضایت از زندگی مرتبط است. در پژوهش‌های داخلی نیز عیسی‌نظر و همکاران (۱۴۰۰) رابطه اعتیاد به گوشی هوشمند با استرس و کاهش رضایت از زندگی را در دانشجویان علوم پزشکی تأیید کردند و مهدوی‌نور و همکاران (۱۴۰۲) ارتباط معنای زندگی با سلامت روانی دانشجویان علوم پزشکی را گزارش نمودند. خدابخش و حور (۱۴۰۴) نیز نشان دادند معنای زندگی در رابطه میان اعتیاد به فضای مجازی و متغیرهای روان‌شناختی دانشجویان نقش دارد. باوجوداین پیشینه‌ها، پژوهش حاضر با مقایسه مستقیم یافته‌های حاصل از پرسشنامه هدف در زندگی و پرسشنامه معنا در زندگی در یک نمونه واحد، به پرسشی کمتر بررسی‌شده می‌پردازد: آیا نتایج مربوط به رابطه نارضایتی از زندگی با پوچی اگزستانسیال، صرف‌نظر از ابزار سنجش مورد استفاده، پایدار و همگرا باقی می‌ماند؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع کاربردی و توصیفی-همبستگی با طرح زمینه‌یابی مقطعی است. جامعه آماری آن شامل دانشجویان دانشگاه‌های استان تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۵ بود. حجم نمونه بر پایه تحلیل توان آماری، ۲۵۱ دانشجو برآورد شد که با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. بدین ترتیب که در مرحله نخست، سه دانشگاه (دولتی، آزاد و غیرانتفاعی) انتخاب شد؛ در مرحله دوم، از هر دانشگاه دو دانشکده و در مرحله سوم، از هر دانشکده سه کلاس به‌صورت تصادفی برگزیده شد و از تمامی دانشجویان واجد شرایط برای مشارکت دعوت به عمل آمد. از میان نمونه نهایی، ۷۷٫۹ درصد زن و ۲۲٫۱ درصد مرد بودند و ۶۸٫۴ درصد در گروه سنی زیر ۲۵ سال قرار داشتند.

ابزارهای پژوهش

مقیاس رضایت از زندگی (دینر و همکاران، ۱۹۸۵؛ بیاتی و همکاران، ۱۳۸۶): این مقیاس ۵ گویه‌ای با طیف لیکرت ۷ درجه‌ای، رضایت کلی از زندگی را می‌سنجد (دامنه نمره ۵ تا ۳۵). در پژوهش حاضر، نمره کل این مقیاس به‌صورت خطی معکوس شد تا نمره بالاتر نشان‌دهنده نارضایتی بیشتر از زندگی باشد. آلفای کرونباخ این مقیاس در نمونه حاضر ۰/۸۶۲ به دست آمد.

پرسشنامه هدف در زندگی (کرامباف و ماهولیک، ۱۹۶۴؛ چراغی و همکاران، ۱۳۸۷): این ابزار، ابزار اصلی سنجش پوچی اگزستانسیال در پژوهش حاضر بود و شامل ۲۰ گویه با دامنه نمره ۲۰ تا ۱۴۰ است. نمره کل پس از معکوس سازی، به عنوان شاخص پوچی اگزستانسیال در نظر گرفته شد؛ به گونه ای که نمره بالاتر نشان دهنده پوچی اگزستانسیال بیشتر است. آلفای کرونباخ این ابزار در نمونه حاضر ۰/۹۳۰ محاسبه شد.

پرسشنامه معنا در زندگی (استیگر و همکاران، ۲۰۰۶؛ مصرآبادی و همکاران، ۱۳۹۲): این ابزار به عنوان شاخص مکمل پوچی اگزستانسیال به کار رفت و شامل ۱۰ گویه در طیف لیکرت ۷ درجه ای با دامنه نظری ۱۰ تا ۷۰ است. مطابق رویه استیگر و همکاران (۲۰۰۶)، نمره کل پس از معکوس سازی به عنوان شاخص مکمل پوچی اگزستانسیال استفاده شد. لازم به ذکر است که «جستجوی معنا» به عنوان یک فرایند مستقل، لزوماً معادل پوچی اگزستانسیال نیست و یافته های مبتنی بر پرسشنامه معنا در زندگی در این پژوهش صرفاً با هدف بررسی همگرایی نتایج با ابزار اصلی، یعنی پرسشنامه هدف در زندگی، گزارش می شود. آلفای کرونباخ این ابزار در نمونه حاضر ۰/۷۶۳ به دست آمد.

تحلیل داده ها با نرم افزار اسپاس نسخه ۲۶ انجام شد. ابتدا شاخص های آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی) و پایایی ابزارها محاسبه شد. سپس رابطه میان نارضايتی از زندگی و پوچی اگزستانسیال با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون خطی ساده، به طور جداگانه برای هر یک از دو شاخص پوچی اگزستانسیال (مبتنی بر پرسشنامه هدف در زندگی و مبتنی بر پرسشنامه معنا در زندگی)، بررسی شد. پیش فرض های نرمالیت و خطی بودن روابط با بررسی شاخص های چولگی/کشیدگی و نمودارهای پراکندگی تأیید شد.

یافته ها

شاخص های پایایی هر سه ابزار پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است. پایایی مقیاس نارضايتی از زندگی و پرسشنامه هدف در زندگی در سطح خوب تا عالی بود و پایایی پرسشنامه معنا در زندگی در سطح قابل قبول قرار داشت.

جدول ۱. پایایی ابزارهای پژوهش (آلفای کرونباخ)

ابزار	تعداد گویه	آلفای کرونباخ	سطح پایایی
مقیاس نارضايتی از زندگی (SWLS) (معکوس)	۵	۰,۸۶۲	خوب
پرسشنامه هدف در زندگی (PIL) (معکوس) اصلی	۲۰	۰,۹۳۰	عالی
پرسشنامه معنا در زندگی (MLQ) (معکوس) — مکمل	۱۰	۰,۷۶۳	قابل قبول

شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۲ گزارش شده است. میانگین نارضايتی از زندگی ۱۸,۴۳ (انحراف معیار ۶,۶۲) از دامنه ممکن ۵ تا ۳۵ بود که سطح متوسطی از نارضايتی را نشان می دهد. میانگین پوچی اگزستانسیال بر اساس پرسشنامه هدف در زندگی ۵۹,۵۹ (انحراف معیار ۲۳,۴۳) از دامنه ۲۰ تا ۱۴۰ و بر اساس پرسشنامه معنا در زندگی ۲۲,۹۰ (انحراف معیار ۵,۲۵) بود. شاخص های چولگی و کشیدگی همه متغیرها در دامنه قابل قبول (بین -۱ و +۱) قرار داشت که مفروضه نرمال بودن توزیع را تأیید می کند.

جدول ۲. شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	دامنه ممکن	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
مقیاس نارضايتی از زندگی (SWLS) (معکوس)	۳۵ تا ۵	۱۸,۴۳	۶,۶۲	۰,۲۱	۰,۵۱-
پوچی اگزستانسیال (PIL) (معکوس)	۱۴۰ تا ۲۰	۵۹,۵۹	۲۳,۴۳	۰,۳۶	۰,۳۰-
پوچی اگزستانسیال (MLQ) (معکوس)	۷۰ تا ۱۰	۲۲,۹۰	۵,۲۵	۰,۳۲	۰,۱۸-

نتایج آزمون فرضیه‌های پژوهش در جدول ۳ ارائه شده است. مطابق فرضیه ۱، نارضايتی از زندگی با پوچی اگزیستانسیال سنجیده شده با پرسشنامه هدف در زندگی رابطه مثبت و بسیار قوی داشت (ضریب همبستگی پیرسون = 0.732 ، سطح معناداری کمتر از 0.001) و این متغیر به تنهایی 53.6 درصد از واریانس پوچی اگزیستانسیال را تبیین کرد (ضریب تعیین = 0.536 ؛ آماره $F = 287.92$ ؛ سطح معناداری کمتر از 0.001 ؛ ضریب رگرسیون = 2.593). این یافته قوی‌ترین رابطه همبستگی مشاهده شده در داده‌های پژوهش بود. مطابق فرضیه ۲، نارضايتی از زندگی با پوچی اگزیستانسیال سنجیده شده با پرسشنامه معنا در زندگی نیز رابطه مثبت و قوی داشت (ضریب همبستگی پیرسون = 0.613 ، سطح معناداری کمتر از 0.001) و 37.6 درصد از واریانس آن را تبیین کرد (ضریب تعیین = 0.376 ؛ آماره $F = 150.04$ ؛ سطح معناداری کمتر از 0.001 ؛ ضریب رگرسیون = 0.487)؛ بنابراین، هر دو فرضیه پژوهش تأیید شدند.

در پاسخ به پرسش مقایسه‌ای پژوهش، اگرچه جهت و الگوی کلی رابطه در هر دو ابزار یکسان بود، شدت همبستگی و سهم تبیین واریانس با پرسشنامه هدف در زندگی به‌طور محسوسی بالاتر از پرسشنامه معنا در زندگی بود (افزایش ضریب همبستگی به میزان 0.119 واحد و افزایش ضریب تعیین به میزان 16 درصد). این مقایسه در پژوهش حاضر جنبه توصیفی دارد؛ دلیل این محدودیت و راهکار پیشنهادی برای آزمون آماری رسمی آن در بخش محدودیت‌ها و پیشنهادها ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج همبستگی و رگرسیون خطی ساده: نارضايتی از زندگی و پوچی اگزیستانسیال

شاخص آماری	پوچی اگزیستانسیال (PIL)	پوچی اگزیستانسیال (MLQ)
ضریب همبستگی پیرسون (r)	0.732	0.613
ضریب تعیین (R^2)	0.536	0.376
ضریب رگرسیون (B)	2.593	0.487
آماره F	287.92	150.04
سطح معناداری (p)	کمتر از یک‌هزارم	کمتر از یک‌هزارم
نتیجه آزمون فرضیه	تأیید شد	تأیید شد

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه نارضايتی از زندگی با پوچی اگزیستانسیال در دانشجویان استان تهران و مقایسه دو رویکرد سنجش این سازه (پرسشنامه هدف در زندگی و پرسشنامه معنا در زندگی) انجام شد. نتایج، هر دو فرضیه پژوهش را تأیید کرد: نارضايتی از زندگی، صرف‌نظر از ابزار سنجش مورد استفاده، پیش‌بین مثبت و معنادار پوچی اگزیستانسیال بود. این یافته با مبانی نظریه خودتعیین‌گری همسو است؛ بر اساس این نظریه، ارزیابی منفی مستمر فرد از کیفیت زندگی خود (نارضايتی) می‌تواند زمینه روان‌شناختی مساعدی برای شکل‌گیری احساس بی‌هدفی و بی‌معنایی فراهم کند. از منظر رویکردهای لذت‌گرایی و سعادت‌گرایی در مطالعه بهزیستی، یافته‌های حاضر نشان می‌دهد ابعاد لذت‌گرایانه (رضایت از زندگی) و سعادت‌گرایانه (معنا و هدفمندی) بهزیستی، با آنکه از نظر مفهومی متمایزند، در عمل به‌شدت با یکدیگر هم‌بسته‌اند؛ یافته‌ای که با نتایج هودا (۲۰۲۳) و جینگ و همکاران (۲۰۲۵) نیز همسو است.

یافته برجسته دیگر پژوهش حاضر، تفاوت محسوس در شدت رابطه بر حسب ابزار سنجش مورد استفاده بود. ضریب همبستگی و سهم تبیین واریانس با پرسشنامه هدف در زندگی به‌طور قابل‌توجهی بالاتر از پرسشنامه معنا در زندگی بود. این تفاوت را می‌توان از چند منظر تبیین کرد. نخست، تفاوت در پایایی دو ابزار (0.930 برای پرسشنامه هدف در زندگی در برابر 0.763 برای پرسشنامه

معنا در زندگی) بخشی از این اختلاف را توضیح می‌دهد؛ پایایی پایین‌تر معمولاً با تضعیف ضریب هم‌بستگی مشاهده‌شده همراه است. دوم، تفاوت در ساختار مفهومی دو ابزار نیز می‌تواند نقش داشته باشد: پرسشنامه هدف در زندگی به‌طور خاص برای سنجش هدفمندی و خلأ وجودی طراحی شده و به همین دلیل ممکن است هم‌بستگی قوی‌تری با سازه‌های ارزیابی منفی از زندگی نشان دهد؛ در مقابل، نمره کل پرسشنامه معنا در زندگی ترکیبی از دو مؤلفه «حضور معنا» و «جستجوی معنا» است و از آنجاکه جستجوی معنا همواره نشانه فقدان معنا نیست (برخی افراد ممکن است در عین رضایت از زندگی، فعالانه در جستجوی معنا نیز باشند)، گنجاندن این مؤلفه در نمره کل می‌تواند بخشی از رابطه مشاهده‌شده با ناراضایتی از زندگی را تضعیف کند.

باین‌حال، هم‌گرایی کلی نتایج میان دو ابزار — تأیید هر دو فرضیه با جهت یکسان و سطح معناداری یکسان — شواهدی در حمایت از اعتبار یافته‌های پژوهش فراهم می‌کند و نشان می‌دهد نتیجه اصلی پژوهش، یعنی رابطه مثبت ناراضایتی از زندگی با پوچی اگزیستانسیال، به ابزار سنجش خاصی وابسته نیست. این یافته با پیشینه داخلی پژوهش (عیسی‌نظر و همکاران، ۱۴۰۰؛ مهدوی‌نور و همکاران، ۱۴۰۲؛ خدابخش و حور، ۱۴۰۴) درباره ارتباط رضایت از زندگی و سازه‌های معناداری در دانشجویان ایرانی هم‌راستاست.

یافته‌های پژوهش حاضر دلالت‌های روش‌شناختی مهمی برای پژوهش‌های آتی در حوزه معنا و پوچی اگزیستانسیال دارد. در صورتی‌که هدف اصلی پژوهش، سنجش دقیق هدفمندی و خلأ وجودی در چارچوب کلاسیک معنادرمانی باشد، پرسشنامه هدف در زندگی با توجه به پایایی بالاتر، ابزار مناسب‌تری به نظر می‌رسد. در مقابل، در صورتی‌که هدف پژوهش بررسی هم‌زمان حضور و جستجوی معنا به‌عنوان دو فرایند مجزا باشد، پرسشنامه معنا در زندگی می‌تواند بینش‌های تکمیلی ارزشمندی فراهم کند؛ هرچند پژوهشگران باید به پایایی نسبتاً پایین‌تر این ابزار توجه داشته باشند. استفاده هم‌زمان از هر دو ابزار، همان‌گونه که در پژوهش حاضر انجام شد، می‌تواند به افزایش اعتمادپذیری یافته‌ها و امکان بررسی هم‌گرایی نتایج کمک کند.

برای پژوهش‌های آینده پیشنهاد می‌شود که از طرح‌های طولی برای بررسی روابط علی میان ناراضایتی از زندگی و پوچی اگزیستانسیال استفاده شود؛ هم‌بستگی میان پرسشنامه هدف در زندگی و پرسشنامه معنا در زندگی به‌طور مستقیم محاسبه و با آزمون مقایسه هم‌بستگی‌های وابسته (روش استایگر) شدت دو ضریب به‌طور رسمی مقایسه شود؛ و مؤلفه‌های «حضور معنا» و «جستجوی معنا» در پرسشنامه معنا در زندگی به‌طور جداگانه (و نه صرفاً در قالب نمره کل) در ارتباط با ناراضایتی از زندگی بررسی شوند. در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر ضمن تأیید نقش مهم ناراضایتی از زندگی در تبیین پوچی اگزیستانسیال، نشان می‌دهد پژوهشگران این حوزه باید در انتخاب ابزار سنجش بی‌معنایی دقت کنند، زیرا این انتخاب می‌تواند بر شدت و حتی تفسیر نهایی یافته‌های پژوهشی تأثیرگذار باشد.

منابع

- بیاتی، ع.، اسلامی، م.، و نجفی، م. (۱۳۸۶). بررسی اعتبار و روایی مقیاس رضایت از زندگی در نمونه‌های ایرانی. مجله روان‌شناسی بالینی، ۲ (۳)، ۴۵-۵۸.
- چراغی، م.، فراهانی، ح.، و قاسمی، م. (۱۳۸۷). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه هدف در زندگی در دانشجویان ایرانی. مجله روان‌شناسی تحولی، ۱۵ (۲)، ۱۳۵-۱۳۳.
- خدابخش، م.، و حور، ع. (۱۴۰۴). تبیین رابطه معنای زندگی و اعتیاد به فضای مجازی: آزمون نقش واسطه‌گری عزت‌نفس. مطالعات فضای مجازی و رسانه‌های اجتماعی، ۲ (۴)، ۱۰۷-۱۳۳.
- عیسی‌نظر، ع.، نجفی، ک.، محمدی، ا.، سرلک، ک.، و میرفرهادی، ن. (۱۴۰۰). رابطه بین اعتیاد به گوشی‌های هوشمند با استرس و رضایت از زندگی در دانشجویان پزشکی. مجله دانشگاه علوم پزشکی گیلان، ۳۰ (۱۱۸)، ۱۴۴-۱۵۵.
- مصرآبادی، ج.، جعفریان، س.، و استوار، ن. (۱۳۹۲). بررسی روایی سازه و تشخیصی پرسشنامه معنا در زندگی در دانشجویان. مجله علوم رفتاری، ۷ (۱)، ۸۳-۹۰.

مهدوی نور، س. ح.، ملایی، ع.، محرمی، ن.، خیری، م.، و قاسمی بسته‌دیمی، م. (۱۴۰۲). بررسی ارتباط بین معنای زندگی و وضعیت سلامت روانی در دانشجویان علوم پزشکی. پژوهش در دین و سلامت، ۹ (۴)، ۹۳-۱۰۶.

- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-207.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Plenum Press.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Frankl, V. E. (1984). Man's search for meaning. Washington Square Press.
- Huda, N. (2023). Meaning in life and life satisfaction among university students. *Journal of Professional Applied Psychology*. Advance online publication.
- Jing, T., Ju, S.-Y., Ridzuan, M. R., Kong, L.-K., Abd Rahman, N. A. S., Li, J., Xu, J., & Zhou, M. (2025). Smartphone addiction affects life satisfaction among Chinese university students: The serial mediation effects of social anxiety for social media users and mental well-being. *BMC Psychology*, 13, 1200. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03544-9>
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). Psychometric theory (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>