



## Mediating role of meaning of life in the relationship between mental health and psychological well-being of the elderly

S. Shokoothifar (Msc)<sup>1</sup> , A. Bakhshipour(PhD)<sup>2\*</sup> 

1. Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Bojnourd, I.R.Iran

2. Department of Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Bojnourd, I.R.Iran

### Article Info

### ABSTRACT

**Article Type:**  
Research Article

**Background and Objective:** The presence of meaning in the lives of the elderly promotes psychological health and well-being and is a factor for adapting to this period in the face of stress and the experience of numerous physical and mental problems. Hence, the aim of this study was to consider mediating role of the meaning of life in the relationship between mental health and psychological well-being of the elderly in 2021.

**Methods:** In this descriptive correlational study, the statistical population included the elderly present in nursing homes in Golestan province in 2021. In this study, 234 people were selected using simple random sampling based on Krejcie and Morgan table. They completed the psychological well-being scale (Ryff), Mental Health scale (Najarian & Davoodi) and Meaning of Life scale (Steger et al). Data were analyzed by structural equation modeling using SPSS 22 and Lisrel 8.8.

**Findings:** The results indicated that the fit indices of the research model were in good condition (GIF=0/96). Mental health had a direct effect on psychological well-being (0/025) and meaning of life (0/026) as well as the meaning of life had a direct effect on psychological well-being (0.19). Moreover, the hypothesis was confirmed the indirect effect of mental health on the psychological well-being of the elderly through the meaning of life (0.04).

**Conclusion:** Based on the results, it is suggested that mental health experts and engaged people in the field of aging should try to increase the psychological well-being of the elderly by taking measures to promote mental health and empower the elderly in order to achieve a successful semantic system, then higher well-being.

**Keywords:** Mental health, Psychiatric rehabilitation, Meaning of Life, Elderly

**Received:**

18<sup>th</sup> Sep

**Revised:**

26<sup>th</sup> Dec

**Accepted:**

19<sup>th</sup> Jan

**Cite this article:** Author name. Mediating role of meaning of life in the relationship between mental health and psychological well-being of the elderly. *Caspian Journal of Health and Aging*. 2021; 6 (2): 57-70.



© The Author(s).

Publisher: Babol University of Medical Sciences

\*Corresponding Author: A. Bakhshipour (PhD)

Address: Bojnourd Islamic Azad University, 17 Shahrivar South St., North Khorasan, Bojnourd, Iran

Tel: +98 (58)32296982 E-mail: bakhshipur@bojnourdiau.ac.ir



## نقش میانجیگری معنی زندگی در رابطه با سلامت روان و بهزیستی روان شناختی سالمندان

سحر شکوهی فر (Msc)<sup>1</sup>، ابوالفضل بخشی پور (PhD)<sup>2\*</sup>

۱. دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران

۲. گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران

اطلاعات مقاله	چکیده
<p>نوع مقاله: مقاله پژوهشی</p> <p>دریافت: ۱۴۰۰/۰۶/۲۷</p> <p>اصلاح: ۱۴۰۰/۱۰/۰۵</p> <p>پذیرش: ۱۴۰۰/۱۰/۲۹</p>	<p><b>سابقه و هدف:</b> وجود معنا در زندگی سالمندان باعث ایجاد سلامت و بهزیستی روان شناختی می شود و عاملی برای سازگاری با این دوران در مواجهه با تنش ها و تجربه مشکلات جسمانی و روانی متعدد است؛ بنابراین، این پژوهش باهدف نقش میانجیگری معنی زندگی در رابطه با سلامت روان و بهزیستی روان شناختی سالمندان در سال ۱۴۰۰ انجام گرفت.</p> <p><b>مواد و روش ها:</b> روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل سالمندان حاضر در سراهای سالمندان در استان گلستان در سال ۱۴۰۰، بودند. ۲۳۴ نفر با نمونه گیری تصادفی ساده و با استفاده از روش Krejcie and Morgan انتخاب شدند. پرسشنامه های بهزیستی روان شناختی Ryff (۱۹۸۹)، سلامت روان نجاریان و داوودی (۱۳۸۰) و معنای زندگی Stager و همکاران (۲۰۰۶) توسط این افراد تکمیل شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از مدل یابی معادلات ساختاری و از طریق نرم افزارهای SPSS نسخه ۲۲ و Lisrel نسخه ۸/۸ انجام شد.</p> <p><b>یافته ها:</b> نتایج نشان داد شاخص های برازش مدل پژوهش در وضعیت مطلوبی قرار دارد (<math>GIF = 0/96</math>). سلامت روان بر بهزیستی روان شناختی (۰/۲۵) و معنی زندگی (۰/۲۶) و همچنین معنی زندگی بر بهزیستی روان شناختی (۰/۱۹) اثر مستقیم داشت و فرضیه مطرح شده در ارتباط باوجود اثر غیرمستقیم سلامت روان بر بهزیستی روان شناختی سالمندان با میانجیگری معنای زندگی (۰/۰۴) مورد تأیید بود.</p> <p><b>نتیجه گیری:</b> بر اساس نتایج پیشنهاد می شود که متخصصان سلامت روان و افراد فعال در حوزه سالمندی با به کارگیری تدابیری جهت ارتقا سلامت روان و توانمندسازی سالمندان در راستای رسیدن به یک سیستم معنایی موفق و در نتیجه بهزیستی بالاتر بکوشند.</p> <p><b>واژه های کلیدی:</b> سلامت روان، بهزیستی روان شناختی، معنی زندگی، سالمندان</p>

**استناد:** سحر شکوهی فر، ابوالفضل بخشی پور. نقش میانجیگری معنی زندگی در رابطه با سلامت روان و بهزیستی روان شناختی سالمندان. مجله سلامت و سالمندی خزر، ۱۴۰۰؛ ۶(۲): ۷۰-۵۷.



© The Author(s)

Publisher: Babol University of Medical Sciences

این مقاله مستخرج از طرح تحقیقاتی باکد اخلاق IR.GOUMS.REC.1400.160 از دانشگاه علوم پزشکی استان گلستان می باشد.

\* مسئول مقاله: دکتر ابوالفضل بخشی پور

رایانامه: bakhshipur@bojnourdiau.ac.ir

تلفن: +۹۸-۵۸۳۲۲۹۶۹۸۲

آدرس: خراسان شمالی، بجنورد، خیابان ۱۷ شهریور جنوبی، دانشگاه آزاد واحد بجنورد

## سابقه و هدف

سالمندان، با توجه به طیف وسیعی از ویژگی‌ها از جمله سن، تغییر در نقش اجتماعی و تغییرات در توانایی‌های عملکردی تعریف می‌شوند (۱). بنابر تعریف سازمان بهداشت جهانی (WHO)، سالمندی به عبور از مرز ۶۰ سالگی اطلاق می‌شود (۲) و طبق اعلام موسسه ملی سلامت آمریکا (۲۰۱۶) ۸/۵ درصد مردم جهان بالای ۶۵ سال هستند، همچنین بر اساس پیش‌بینی‌ها این رقم تا قبل از سال ۲۰۵۰ به ۱۷ درصد خواهد رسید. امروز در ایران حدود ۹/۵ درصد جمعیت را افراد بالای ۶۰ سال و ۱/۶ درصد جمعیت را سالمندان بالای ۶۵ سال تشکیل می‌دهند که بر اساس پیش‌بینی‌ها این رقم به ۱۱ درصد در سال ۱۴۱۵ افزایش خواهد یافت (۳). در دوران سالمندی، افراد با بیماری‌های متعدد جسمانی و روانی و عواملی از قبیل تنهایی، آشیانه خالی، احساس نزدیکی به مرگ روبرو هستند که با کاهش رضایت از زندگی و افزایش اضطراب و استرس همراه است (۴ و ۵). تمام موارد ذکر شده منجر به پایین آمدن بهزیستی روان‌شناختی در این دوران می‌شود (۶).

بهزیستی روان‌شناختی به معنی رفاه و سرخوشی و دستیابی فرد به توان کامل بالقوه تعریف شده که شامل رضایت از زندگی، عواطف مثبت و منفی است (۷) که با رویکرد اجتماعی- روانی مطابقت دارد درحالی‌که رویکرد زیستی از عدم وجود بیماری و عملکرد فیزیکی و روانی مطلوب به‌عنوان کلیدهای سالمندی موفقیت‌آمیز یاد می‌کند (۸). لذا، به‌منظور افزایش میزان سلامت در سالمندی می‌بایست علاوه بر رویکردهای مبتنی بر جبران کاستی‌های دوران سالمندی به رویکردهای افزایش سازگاری و رشد روانی توجه شود (۹). بهزیستی روان‌شناختی بر اساس نظریه Ryff به‌عنوان داشتن هدف در زندگی، تسلط محیطی، رشد فردی، پذیرش خود، استقلال و درنهایت بهزیستی به‌عنوان رابطه مثبت تعریف شده است (۱۰). زمانی که افراد از سلامت و بهزیستی روانی برخوردار باشند قادر به چاره‌اندیشی در برابر مشکلات و انتخاب راه‌حل‌های مناسب هستند (۱۱). افراد با بهزیستی روان‌شناختی پایین، رویدادهای زندگی خود را نامطلوب ارزیابی کرده و بیشتر هیجان‌های منفی مثل غم، اضطراب، خشم و افسردگی را تجربه می‌کنند (۱۲). گلستانی فر و دشت بزرگی (۱۴۰۰) عنوان کردند درمان پذیرش، تعهد و بهزیستی درمانی بر امید به زندگی و سلامت روان‌شناختی سالمندان مؤثر است (۱۴). بین بهزیستی ذهنی و امید به زندگی رابطه معناداری وجود دارد (۱۳). آموزش مثبت‌نگری بر بهزیستی ذهنی، فراهیجان مثبت و توانایی خودمدیریتی زنان سالمند اثرگذار است (۱۵). همچنین عرب زاده و همکاران (۱۳۹۶) بیان داشتند که تأمین نیازهای روان‌شناختی سالمندان سبب تقویت بهزیستی ذهنی و در نهایت منجر به بهبود سلامت روان‌شناختی آن‌ها می‌گردد (۱۶).

سلامت روان‌شناختی یکی از ابعاد مهم سلامت و به معنای شناخت خود، آسایش ذهنی، احساس توانمندی، خودمختاری، کفایت و ارتباط با دیگران می‌باشد (۱۷). سلامت روانی شامل توانایی فرد برای لذت بردن از زندگی است (۱۸). از آنجایی‌که سالمندان به احتمال بیشتر با عواملی مانند فقر، انزوای اجتماعی، از دست رفتن استقلال، تنهایی و انواع فقدان‌ها روبرو می‌شوند لذا این عوامل می‌توانند سلامت روان و سلامت عمومی را تحت تأثیر قرار داده و باعث تضعیف آن شوند (۱۶). احساس تنهایی پدیده‌ای فراگیر و حالتی ناراحت‌کننده است و زمانی به وجود می‌آید که بین روابط موردنیاز فرد با دیگران و ارتباط وی با اطرافیان در حال حاضر فاصله وجود داشته باشد و می‌تواند پیش‌بینی کننده افسردگی باشد (۱۹ و ۲۰).

سالمندان به علت کاهش اعتمادبه‌نفس، نقصان فعالیت و تحرک، از دست دادن دوستان و نزدیکان، کاهش استقلال مادی و جسمانی و ابتلا به بیماری‌های مزمن در معرض اضطراب بیشتری قرار دارند (۲۱). به نظر می‌رسد میان بهزیستی و سلامت روانی رابطه‌ای دوطرفه وجود داشته باشد. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که بین اضطراب سلامتی، استرس ادراک‌شده و خودناتوان‌سازی با بهزیستی روان‌شناختی رابطه معکوس و معناداری وجود دارد (۶). Ryff، Regotti، Redler، و (۲۰۱۸) Boehm، Legler، Huffman و (۲۰۱۷) عنوان کردند سطوح بالایی از بهزیستی روانی یک عامل حفاظت‌کننده در برابر بیماری‌های جسمانی، روانی و روان‌پزشکی است (۲۳ و ۲۲). همچنین مطالعات نشان داده‌اند که عواطف مثبت با بهزیستی روان‌شناختی، رابطه مثبت و با درماندگی روان‌شناختی رابطه منفی دارد (۲۴).

با توجه به مطالب ذکر شده، سالمندان در دوره آخر زندگی خود با مسائل و مشکلاتی روبرو هستند که این مشکلات می‌تواند بر معنای زندگی آن‌ها تأثیر بسزایی بگذارد. Erikson (۱۹۸۵) این دوره را مرحله شکستگی و رشدیافتگی در برابر ناامیدی می‌نامد (۲۶). Volkert و همکاران (۲۰۱۹) معنای زندگی را ساختاری چندوجهی می‌دانند که شامل؛ هدف (انگیزه)، درک (شناخت)، رفتار مسئولانه (رفتار) و ارزیابی (احساسات) است (۲۷). وقتی فرد به هر علتی، مسائل و مشکلات زندگی را بی‌معنا می‌پندارد دچار افسردگی و ناامیدی می‌شود؛ زندگی را سراسر هراس می‌بیند که به هیچ روشی نمی‌تواند بر این هراس خود غلبه کند. در حقیقت این معنا است که به انسان جرأت بودن و شدن می‌دهد،

بنابراین تنها راه گریز انسان از پوچی و احساس یأس و ناامیدی خلق یک معنا و ارزش برای خود در هر لحظه و حرکت به سوی آن است (۲۸). Musich، Wang، Kraemer، Wicker، Hawkins (۲۰۱۸) در پژوهش خود دریافتند قوی‌ترین ویژگی‌های مرتبط با سطح هدفمندی بالا و متوسط در زندگی، شامل حمایت اجتماعی و تاب‌آوری، تکیه بر ایمان، بالابردن علم سلامت زیستی و وضعیت سلامتی خوب است (۲۹). Pérez، Garcia-Alandete، Marco (۲۰۱۶) بیان می‌کنند بی‌معنایی در زندگی به مشکلاتی در سلامت روانی، افسردگی، ناامیدی و خودآزاری بدون هدف و خودکشی منجر می‌شود (۳۰). معنای زندگی با پریشانی "اختلال" کمتر، بهزیستی و کامیابی بیشتر همراه است و فواید حاصل از آن با سلامت فیزیکی نیز مرتبط می‌باشد (۳۱). Chang، Yu (۲۰۲۱) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین معنی زندگی و بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (۳۲). Park، Master، Hooker (۲۰۱۸) به نقش مهم سلامتی در معنای زندگی سالمندان اشاره کرده‌اند (۳۳) و جنبه شناختی دین که اغلب یک احساس تعلق و یکپارچگی و معنا را به وجود می‌آورد باعث افزایش بهزیستی می‌شود (۳۴). تقوایی‌نیا و دلاوری زاده (۱۳۹۵) عنوان کردند معنا در زندگی سالمندان به طرز پیچیده‌ای با بهزیستی درآمیخته است و نقش مؤثری بر توانایی آن‌ها در کنار آمدن مثبت با فشارهای روانی و چالش‌ها دارد (۳۵).

پژوهش‌ها نشان دادند که دو عامل اساسی امید به زندگی و تعریف سالمندان از زندگی جبری نقش مهمی در معنای زندگی آن‌ها دارد. لذا با توجه به کثرت روزافزون قشر سالمند جامعه و عوامل خطرزا و آسیب‌شناسی روانی و اجتماعی در این افراد، معنی زندگی می‌تواند در برخورد با شرایط ناتوان‌کننده و افزایش بهزیستی روان‌شناختی تأثیرگذار باشد (۳۶). بر این اساس، پژوهش‌های اندکی در مورد نقش میانجیگری معنی زندگی در رابطه سلامت روان و بهزیستی سالمندان صورت گرفته است، لذا این پژوهش با هدف نقش میانجیگری معنی زندگی در رابطه با سلامت روان و بهزیستی روان‌شناختی سالمندان انجام شود. به نظر می‌رسد اجرای تحقیق حاضر می‌تواند دانش مربوط به حوزه سالمندی و راهکارهای عملی مقابله با چالش‌های این دوره را توسعه دهد.

## مواد و روش‌ها

این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی مبتنی بر روش مدل‌یابی معادلات ساختاری (SEM) بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه سالمندان در سراهای سالمندان استان گلستان در سال ۱۴۰۰ با تعداد حدود ۶۰۰ نفر بود که با استفاده از جدول Morgan، Krejcie حجم نمونه ۲۳۴ نفر محاسبه شد. پژوهشگران برای جلوگیری از ریزش نمونه ۲۴۰ نفر را به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب نمودند. ملاک ورود به این پژوهش مؤلفه‌هایی مانند رضایت کامل، سن ۶۰ سال و بالاتر، عدم ابتلا به اختلالات حاد روان‌شناختی مانند افسردگی، سایکوز، اختلالات دوقطبی و غیره، تحصیلات راهنمایی و بالاتر و ملاک خروج، تکمیل ناقص پرسشنامه و عدم تمایل به همکاری با پژوهشگر بود. روش اجرا به این صورت بود که پس از کسب مجوزهای لازم و مراجعه به سراهای سالمندان استان گلستان، مسئولین مراکز در جریان موضوع و هدف پژوهش قرار گرفتند و به آن‌ها اطمینان خاطر مبنی بر محرمانه ماندن اطلاعات داده شد و پرسشنامه‌ها در فواصل ۳۰ دقیقه‌ای (به‌منظور کنترل اثر خستگی بر نتایج پژوهش) بین نمونه پژوهش توزیع و راهنمایی‌های لازم در خصوص نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها ارائه شد. در این پژوهش از فرم کوتاه ۱۸ سؤالی پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی (RSPWB) Ryff که در سال ۱۹۸۹ تدوین شده استفاده شد (۳۷). مقیاس مذکور شش عامل پذیرش خود، تسلط بر محیط، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی و استقلال را بر روی طیف لیکرت ۶ درجه‌ای از کاملاً مخالفم نمره ۱ تا کاملاً موافقم نمره ۶ می‌سنجد. Ryff (۱۹۸۹) آلفای کرونباخ را برای پذیرش خود (۰/۹۳)، تسلط بر محیط (۰/۹۰)، ارتباط مثبت با دیگران (۰/۹۱)، هدفمندی (۰/۹۰)، رشد شخصی (۰/۸۷) و استقلال (۰/۸۶) گزارش کرد. گلستانه و بهزادی (۱۳۹۸) نیز ضریب آلفای کرونباخ مناسبی را برای این پرسشنامه گزارش نمودند (۳۸). در این تحقیق، آلفای کرونباخ کل سؤالات (۰/۸۹) و مؤلفه‌ها در دامنه بین (۰/۷۵) تا (۰/۹۴) به دست آمد. برای سنجش سلامت روانی از پرسشنامه سلامت روان (SCL-25) استفاده شد که فرم کوتاه شده مقیاس ۹۰ ماده‌ای (SCL-90-R) می‌باشد که توسط نجاریان و داوودی (۱۳۸۰) تهیه گردید (۳۹). مقیاس SCL-25 از ۲۵ گویه و ۸ خرده مقیاس (جسمانی سازی، وسواس اجباری، حساسیت بین فردی، افسردگی، اضطراب، هراس، اندیشه‌گرایی پارانویید و روان گسسته‌گرایی) تشکیل شده است و نمره‌گذاری هر سؤال بر روی یک پیوستار از ۱ (هیچ) تا ۵ (بسیار زیاد) می‌باشد. نجاریان و داوودی (۱۳۸۰) ضریب همبستگی بین این مقیاس و مقیاس SCL-90-R برابر با ۰/۹۵٪ گزارش نمودند که نمایانگر پایایی خوب

آزمون می‌باشد. گلستانی‌فر و دشت بزرگی (۱۴۰۰) نیز در پژوهش خود مقدار پایایی این مقیاس را ۰/۹۰ گزارش کردند (۱۴). در این پژوهش ضریب پایایی کل پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۹۳ به دست آمد. برای سنجش معنای زندگی در این پژوهش از پرسشنامه معنای زندگی Kaler, Oishi, Frazier, Steger (MLQ) (۲۰۰۶) استفاده شد که دو بعد معنا در زندگی، یعنی حضور معنا و جستجوی معنا را با بهره‌گیری از ۱۰ ماده بر مبنای مقیاس هفت‌درجه‌ای لیکرت از کاملاً نادرست (۱) تا کاملاً درست (۷) بررسی کردیم. Steger و همکاران (۲۰۰۶) ضرایب آلفای کرونباخ را بین ۰/۸۲ تا ۰/۸۷ گزارش نمودند (۴۰). احمدی و همکاران (۱۳۹۶) پایایی این پرسشنامه را برای زیر مقیاس وجود معنا ۰/۷۹ و برای جستجوی معنا ۰/۷۱ گزارش نمودند (۲۵). در پژوهش حاضر اعتبار زیر مقیاس‌های وجود و جستجوی معنا با روش آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۸۶ و ۰/۸۲ به دست آمد. به‌منظور تحلیل داده‌ها از دو بخش آمار توصیفی شامل؛ میانگین، انحراف استاندارد و در بخش آمار استنباطی شامل؛ همبستگی پیرسون و مدل‌یابی ساختاری از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ برای محاسبه شاخص‌های توصیفی و از نرم‌افزار lisrel 8.8 برای مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد.

## یافته‌ها

در این پژوهش، میانگین و انحراف استاندارد سنی شرکت‌کنندگان برابر با ۶۷/۰۲ و ۵/۶۰ با دامنه (۶۰ تا ۸۵ سال) بود که ۵۸ درصد از شرکت‌کنندگان را مردان و ۴۲ درصد را زن تشکیل دادند. از نظر سطح تحصیلات ۱۰ درصد کارشناسی ارشد ۳۰ درصد کارشناسی، ۶۰ درصد دیپلم و سایرین کمتر از دیپلم بودند. در جدول شماره ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

### جدول ۱. اطلاعات توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	مینیمم	ماکزیمم
بهبودی روان‌شناختی	۱۱/۲	۴/۲۳	۳	۱۹
پذیرش خود	۱۱/۹۱	۳/۰۳	۳	۱۹
تسلط بر محیط	۱۱/۰۷	۳/۸۴	۳	۱۹
ارتباط مثبت با دیگران	۱۲/۷۶	۳/۴۹	۳	۱۹
هدفمندی در زندگی	۱۱/۸۴	۳/۴۴	۴	۱۹
رشد شخصی	۱۳/۳۸	۲/۹۸	۴	۱۹
استقلال	۷۲/۲۰	۱۵/۶۶	۳۳	۱۰
معنی زندگی	۴/۹۹	۱/۸۴	۲	۱۰
حضور معنا	۵/۵۹	۲/۲۰	۲	۱۰
جستجوی معنا	۴/۸۷	۲/۲۴	۲	۱۰
سلامت روان	۵/۶۷	۲/۲۶	۲	۱۰
شکایت جسمانی	۴/۵۴	۲/۴۵	۲	۱۰
وسواس	۵/۷۷	۲/۳۱	۲	۱۰
حساسیت بین فردی	۳۱/۴۴	۷/۱۸	۱۶	۵۰
افسردگی	۱۸/۶۴	۴/۷۷	۲	۲۴
اضطراب	۱۴/۷۷	۴/۰۳	۲	۲۴
هراس	۵/۸۸	۳/۱۴	۰	۱۰
اندیشه پردازی پارانوئید	۳۹/۳۰	۱۰/۱۶	۴	۵۵
روان گسستگی	۲۹/۲۰	۸/۱۴	۳	۳۹

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

روان گسستگی	روان شناسان	پدیرش خود	تسلط بر محیط	ارتباط مثبت با دیگران	هدفمندی در زندگی	شخصی رشد	استقلال	معنی حضور	معنی زندگی	شکایت جسمانی	سلامت روان	جستجوی معنا	حضور	معنی زندگی	استقلال	معنی زندگی	شخصی رشد	هدفمندی در زندگی	ارتباط مثبت با دیگران	تسلط بر محیط	پدیرش خود	بهریستی	متغیر	
۱																								
۰/۰۳۴	۱																							
۰/۰۲۶۰	-۰/۰۲۰	۱																						
۰/۰۳۴	-۰/۰۶۹	۰/۰۲۶	۱																					
-۰/۰۵۷	-۰/۰۰۱	۰/۰۲۱	-۰/۰۳۹	۱																				
۰/۰۶۲	-۰/۰۳۲	-۰/۰۶۸	۰/۰۰۷	۰/۰۰۷	۱																			
۰/۰۶۷۶	۰/۰۴۳	۰/۰۸۴	-۰/۰۷۵	-۰/۰۲۰	۰/۰۰۶	۱																		
-۰/۰۱۱	۰/۰۳۱	-۰/۰۰۶	-۰/۰۰۷	۰/۰۳۴	۰/۰۰۸	۰/۰۳	۱																	
۰/۱۳۶	-۰/۰۱۴	۰	۰/۰۱۷	-۰/۰۳۶۹	۰/۰۵۳	-۰/۰۰۸	-۰/۰۲۹	۱																
-۰/۰۲۱	۰/۰۳۴	۰/۰۲۳	۰/۰۳۴	۰/۰۴۴	-۰/۰۵۴	-۰/۰۲۹	۰/۰۷۳	۰/۰۷۴	۱															
۰/۷۳۲	۰/۰۰۷	۰/۰۰۷	-۰/۰۳۱	-۰/۰۰۵	-۰/۰۰۳	۰/۰۵۴	۰/۰۶۵	۰/۰۱۷	۰/۰۳۱	۱														
-۰/۰۵۵	۰/۰۱۹	-۰/۰۰۱	-۰/۰۳۴۸	۰/۰۲۵	۰/۰۲۱	۰/۰۳۵	۰/۰۹۸	۰/۰۴۶	-۰/۰۱۷	-۰/۰۰۷	۱													
-۰/۰۳۳	-۰/۰۱۱	-۰/۰۰۵	۰/۰۴۷	۰/۰۴۴	-۰/۰۰۱	۰/۰۰۲	-۰/۰۲۸	۰/۰۲۴	۰/۰۲۸	-۰/۰۲	-۰/۰۰۲	۱												
وسواس	شکایت جسمانی	سلامت روان	جستجوی معنا	حضور	معنی زندگی	استقلال	شخصی رشد	هدفمندی در زندگی	ارتباط مثبت با دیگران	تسلط بر محیط	پدیرش خود	بهریستی	متغیر											

روان گسستگی	اندیشه پردازی	هراس	اضطراب	افسردگی	حساسیت بین	وسواس	شکایت جسمانی	سلامت روان	جستجوی معنا	حضور معنی	معنی زندگی	استقلال	رشد شخصی	هدفتندی در	ارتباط مثبت با دیگران	تسلط بر محیط	پذیرش خود	بهبود یابی	متغیر
بین فردی <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>۱</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>حساسیت</td>					۱														حساسیت
افسردگی <td></td> <td></td> <td></td> <td>۱</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>افسردگی</td>				۱															افسردگی
اضطراب <td></td> <td></td> <td>۱</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>اضطراب</td>			۱																اضطراب
هراس <td></td> <td>۱</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>هراس</td>		۱																	هراس
پردازی	۱																		اندیشه- پردازی
روان گسستگی	۰/۰۱۸	۰/۰۱۷	۰/۰۵۸	۰/۰۸۵	۰/۰۶۵	۰/۰۱۴	۰/۰۴۵	۰/۰۱۹	۰/۰۳۶	۰/۰۹۴	۰/۰۱۲	۰/۰۳۷	۰/۰۵۷	۰/۰۶۱	۰/۰۵۲	۰/۰۳۸	۰/۰۷۴	۰/۰۸۶	روان گسستگی
بین فردی																			حساسیت
افسردگی																			افسردگی
اضطراب																			اضطراب
هراس																			هراس
اندیشه- پردازی																			اندیشه- پردازی

در جدول ۲ نتایج آزمون پیرسون برای نشان دادن همبستگی خطی بین متغیرهای مورد نظر آمده است. همان گونه که نتایج ماتریس همبستگی نشان داد، بین سلامت روان با بهبودی روان شناختی، معنای زندگی با بهبودی روان شناختی و همچنین بین سلامت روان و معنای زندگی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

### جدول ۳. شاخص های برازش مدل

برازش / شاخص	دامنه مورد قبول	مقدار	نتیجه
$\frac{x^2}{df}$ (شاخص نسبت مجذور خی دو بر درجه آزادی)	$< 3$	۲/۲۶	مطلوب
CFI (شاخص برازش تطبیقی)	$> 0.9$	۰/۹۵	مطلوب
GFI (شاخص برازندگی)	$> 0.9$	۰/۹۶	مطلوب
AGFI (شاخص تعدیل برازندگی)	$> 0.9$	۰/۹۵	مطلوب
NFI (شاخص نرم شده برازندگی)	$> 0.9$	۰/۹۷	مطلوب
NNFI (شاخص نرم نشده برازندگی)	$> 0.9$	۰/۹۶	مطلوب
RMSEA (خطای ریشه میانگین مجذورات تقریب)	$< 0.05$	۰/۰۳	مطلوب

به منظور سنجش الگوی پیشنهادی رابطه سلامت روان با بهزیستی روان شناختی با در نظر گرفتن میانجیگری معنی زندگی از مدل معادلات ساختاری استفاده شد. برای برآورد مدل از روش حداکثر احتمال و به منظور بررسی برازش مدل از شاخص نسبت مجذور خی دو بر درجه آزادی، شاخص برازش تطبیقی (CFI)، شاخص برازندگی (GFI)، شاخص تعدیل برازندگی (AGFI)، شاخص نرم شده برازندگی (NFI)، شاخص نرم نشده برازندگی (NNFI)، خطای ریشه میانگین مجذورات تقریب (RMSEA) استفاده شد. نتایج بررسی شاخص‌های نیکویی برازش، مدل ساختاری پژوهش که در جدول شماره ۳ آمده است بیانگر برازش مدل است، چراکه میزان تقریباً مساوی با ۰/۰۵. RMSEA نشانگر برازش قابل قبول مدل ساختاری است. همچنین مقادیر CFI، GFI، AGFI، NFI، NNFI همگی بزرگ‌تر از ۰/۹۰ هستند.

#### جدول ۴. ضرایب مسیر و معناداری

مسیر	نشان	ضریب مسیر	معناداری	نتیجه آزمون
سلامت روان - بهزیستی روان شناختی	PW---MH	۰,۲۵	۳,۰۹	قبول
سلامت روان --- معنی زندگی	ML---MH	۰,۲۶	۳,۶۱	قبول
معنی زندگی --- بهزیستی روان شناختی	PW---ML	۰,۱۹	۲,۶۳	قبول

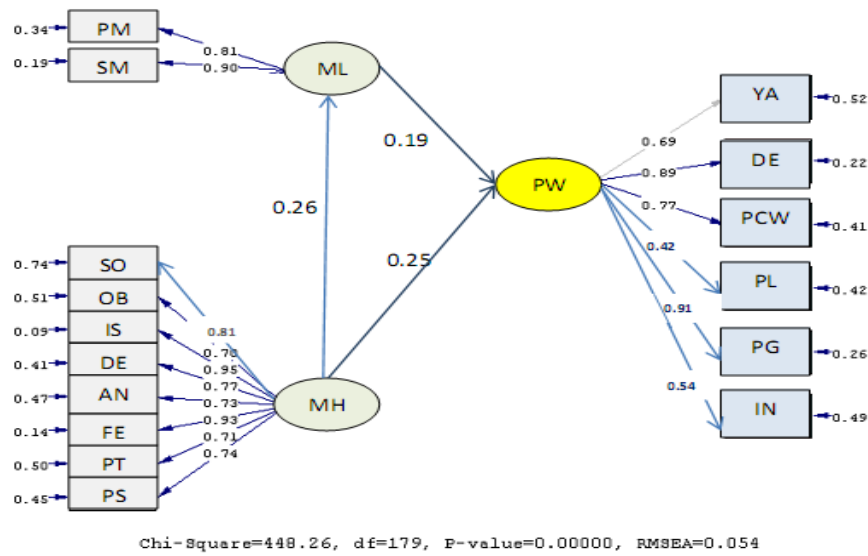
در جدول ۴ ضرایب مسیر و معناداری بین متغیرهای پژوهش آمده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود، ضرایب مسیر برای سه رابطه در سطح ۰/۰۵ (t بزرگ‌تر از ۱/۹۶) معنادار به دست آمده است.

#### جدول ۵. رابطه بین متغیرهای پژوهش

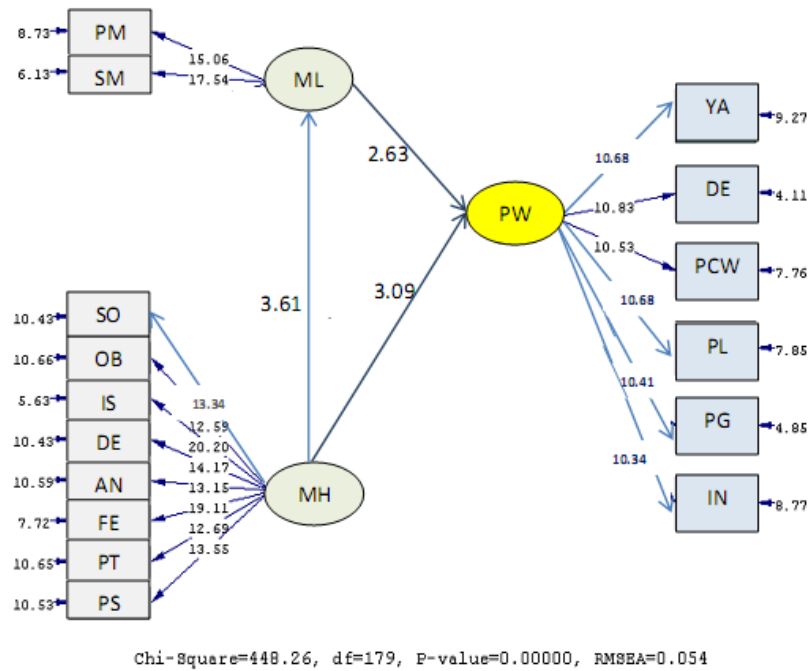
نوع رابطه	رابطه مستقیم	رابطه غیرمستقیم	رابطه کل
سلامت روان بر معنی زندگی	۰/۲۶	-----	۰/۲۶
معنی زندگی بر بهزیستی روان شناختی	۰/۱۹	-----	۰/۱۹
سلامت روان بر بهزیستی روان شناختی	۰/۲۱	۰/۲۶*۰/۱۹=۰/۰۴	۰/۰۴
سلامت روان بر بهزیستی روان شناختی	۰/۲۵	-----	۰/۲۵

همچنین رابطه مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرهای پژوهش در مدل نهایی، نشان‌دهنده میزان رابطه مستقیم و غیرمستقیم متغیرها بر روی یکدیگر است که در قالب جدول ۵ ارائه می‌شود





شکل ۱. مدل ساختاری نقش میانجیگری معنی زندگی در رابطه با سلامت روان و بهزیستی روان شناختی



شکل ۲. مدل معناداری نقش میانجیگری معنی زندگی در رابطه با سلامت روان و بهزیستی روان شناختی

در نهایت، شکل ۱ و ۲ الگوی پیشنهادی این پژوهش همراه با ضرایب استاندارد مسیرها را نمایش می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌کنید ضرایب مسیر، به‌طور کاملاً معنادار به‌دست‌آمده است. سلامت روان بر بهزیستی روان‌شناختی بدون حضور متغیر میانجی اثر مثبت و معناداری دارد (اثر کامل). همچنین تأثیر مستقیم و معناداری بر معنی زندگی دارد. از طرف دیگر، معنی زندگی تأثیر مثبتی بر بهزیستی روان‌شناختی نشان می‌دهد و با توجه به فرض الگوی پیشنهادی حاضر، مسیر غیرمستقیم را نشان داده که متغیر معنای زندگی به‌عنوان متغیر میانجی ایفای نقش می‌کند، در نتیجه میزانی از تأثیر سلامت روان بر بهزیستی روان‌شناختی ناشی از همین متغیر است.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر باهدف نقش میانجی‌گری معنی زندگی در رابطه با سلامت روان و بهزیستی روان‌شناختی سالمندان انجام شد. اولین یافته از این پژوهش حاکی از وجود ارتباط مستقیم بین سلامت روان با بهزیستی روان‌شناختی بود. نتایج به‌دست‌آمده با نتایج پژوهش‌های (۴۱ و ۳۸ و ۱۵ و ۱۳ و ۱۲ و ۱۱ و ۶) همسو می‌باشد. در تبیین نتایج بالا می‌توان گفت افراد با بروز عواطف مثبت بالا نسبت به شرایط و اتفاقات به شیوه‌ای مثبت‌تر و سازگارانه‌تر پاسخ می‌دهند و از سطح استرس کمتری برخوردارند. به‌علاوه، افراد شاد در مواجهه با فراز و نشیب‌های روزمره زندگی، کنار آمدن با حوادث استرس‌زا و تهدیدزای زندگی موفق‌تر عمل می‌کنند، انتظارات مثبت بیشتری دارند و خوش‌بین‌تر هستند. مجموعه این عوامل سبب می‌شود این افراد، سطوح بالاتری از بهزیستی روان‌شناختی و پایین‌تری از درماندگی روان‌شناختی را نشان دهند. از سویی دیگر، بروز و حضور عواطف منفی همچون ناامیدی، یأس، غم و اندوه سبب می‌شود فرد احساس عدم توانایی کنترل بر شرایط داشته باشد، از راهبردهای ناکارآمدتری در مواجهه با شرایط منفی استفاده کند، نسبت به توانمندی خود در مواجهه با امور زندگی احساس شایستگی کمتری داشته باشد؛ همین امر موجب می‌شود نوعی از درماندگی مستمر را در خود احساس کند. در نتیجه بروز عواطف منفی، سبب کاهش بهزیستی روان‌شناختی و افزایش بروز پریشانی‌های روانی می‌گردد (۲۴).

بر اساس یافته دیگری از پژوهش حاضر در مورد سلامت روان و معنای زندگی، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این نتایج با نتایج پژوهش‌های (۳۳ و ۳۶) همسو می‌باشد. از آنجایی‌که سلامت روان، سازش با فشارهای مکرر زندگی است؛ لذا هر فرد به‌طور موفقیت‌آمیزی باید خود را با محیط سازگار نماید و عموماً ناگزیر است که بازنگری، سازشی نسبتاً مؤثر داشته باشد. باین‌وجود، باید توجه داشت که هرکس در تحمل فشارهای روزانه زندگی دارای ظرفیت مشخصی است. وجود فشارهای عاطفی گوناگون خطر ازهم‌پاشیدگی روان را افزایش خواهد داد و به سلامت روان لطمه وارد خواهد نمود (۴۲). در همین راستا Heintzelman، King (۲۰۱۹) در نتایج پژوهش‌های خود نشان دادند که ساختارهای محیطی و محرک‌های خارجی مانند اختلافات خانوادگی، عدم ارتباط با همسایگان، دوستان و اقوام، توجه بیش‌ازحد به دنیا، عدم ابراز احساسات مثبت، عدم وجود شبکه‌های حمایتی و غیره، کسالت و درنهایت به بی‌معنایی در زندگی منجر می‌شوند (۴۳).

احمدی و همکاران (۱۳۹۶) در پژوهش خود عنوان کردند، عواملی چون ارتباطات، سلامتی، باورها، احساس تعلق به دیگران، موردنیاز بودن و کارایی جسمی از عوامل و منابع معنا بخش به زندگی سالمندان محسوب می‌گردد (۲۵). علاوه بر این، محمد پور و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهش خود تحت عنوان تحلیل مؤلفه‌های معنای زندگی سالمندان به چهار مقوله تعالی معنوی، توجه و اهمیت دادن به خود، تبادل عشق و پویایی اجتماعی اشاره کردند، همچنین در نتایج پژوهش خود نشان دادند که دیدگاه و ادراک سالمندان از معنای زندگی، چندبعدی است و این عوامل در معنا بخشیدن به زندگی سالمندان نقش دارند (۲۶).

یکی دیگر از یافته‌های این پژوهش برقراری رابطه مثبت و معنادار بین معنی زندگی با بهزیستی روان‌شناختی می‌باشد. نتیجه حاصل از این یافته با نتایج حاصل از پژوهش‌های (۳۵ و ۳۴ و ۳۲ و ۳۰ و ۲۹) همسو است. معنا در زندگی سالمندان به طرز پیچیده‌ای با بهزیستی درآمیخته است و نقش مؤثری بر توانایی آن‌ها در کنار آمدن مثبت با فشارهای روانی و چالش‌ها دارد (۳۵). جستجو و یافتن معنا در زندگی به افراد کمک می‌کند تا دغدغه‌های اصلی خود را شناسایی و راهبردهایی انعطاف‌پذیر و سازگارانه‌ای را در راستای دست‌یابی به اهدافشان در زندگی اتخاذ کنند. بر این اساس وجود معنا یک کیفیت روان‌شناختی مثبت و مطلوب در زندگی در نظر گرفته می‌شود (۲۶). García-Alandete (۲۰۱۵) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که بین معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی رابطه معناداری وجود دارد و معنای زندگی پیش‌بینی‌کننده تسلط

بر محیط، روابط مثبت و پذیرش خود می‌باشد (۴۴)؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که دستیابی به معنای زندگی می‌تواند افق دید افراد را گسترش داده و بر توانایی‌های آن‌ها در مقابل مسائل و مشکلات بیفزاید.

نتیجه نهایی به‌دست‌آمده از الگو یابی معادلات ساختاری نشان داد که معنی زندگی در رابطه با سلامت روان و بهزیستی روان‌شناختی، نقش میانجی را ایفا می‌کند. در این زمینه پژوهشی یافت نشد که مستقیماً به نقش واسطه‌ای معنی زندگی اشاره کرده باشد؛ بنابراین در تبیین این یافته می‌توان گفت که سالمندان در این دوران، اغلب با تغییراتی در مؤلفه‌های سلامت روان روبرو می‌شوند که می‌توان به اختلالات در توانایی‌های شناختی، احساس تنهایی، اضطراب، استرس، افسردگی، طردشدگی، بی‌کفایتی و بی‌ارزشی، عدم تسلط بر امور زندگی، ارتباط با دیگران، یأس، ناامیدی و فقدان معنا اشاره نمود (۲۱ و ۵ و ۴).

Frankl معتقد است که انسان در مواجهه با موقعیتی ناکام کننده هنوز فرصت دیگری برای تحقق معنا دارد؛ او می‌تواند بالاترین ارزش را درک کند تا به عمق معنا برسد. از نظر او رنج بردن تنها زمانی معنادار است که امکان تغییر در موقعیتی وجود نداشته باشد و از آنجایی که در زندگی شرایط غیرقابل تغییری وجود دارند، لذا این پیام را می‌توان این‌گونه معنا یابی کرد: «بار مسئولیت معنا یابی روی شانه شخص سنگینی می‌کند.» در واقع اگر شخصی فعالانه مسئولیت‌هایش را جستجو کند جایی برای ناامیدی نمی‌گذارد؛ بنابراین وجود معنا در زندگی برای افزایش تاب‌آوری و مسئولیت بیشتر در برابر تنش، فشار و سلامت روانی مؤثر می‌باشد و وظیفه انسان این است که برای زندگی‌اش معنایی بسازد نه اینکه بی‌معنایی زندگی را تحمل کند (۲۹).

در مجموع، با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان گفت که یافتن معنا در زندگی را می‌توان به‌عنوان واسطه‌ای برای رسیدن به بهزیستی روان‌شناختی دانست. به‌عبارت‌دیگر، هرچه سالمندان از سلامت روانی بالاتری برخوردار باشند در مقابل شرایط تغییرناپذیر زندگی سالمندی با تمرکز بر توانمندی‌های فردی و روان‌شناختی خود می‌توانند برای یافتن معنای زندگی خود تلاش بیشتری انجام دهند؛ زیرا که معنای زندگی به‌عنوان سازهای گسترده و وسیع می‌باشد و نیاز به تلاش مسئولانه هر فرد برای تجربه آن دارد. افرادی که معنای زندگی خود را یافته‌اند در زندگی هدفمندتر و در رفتارهای خود باثبات‌تر عمل می‌کنند، شادمانی و عواطف مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند، از احساس مهار فردی قوی برخوردارند، در مسائل پرفشار زندگی کمتر فرسوده می‌شوند و در نتیجه بهزیستی روان‌شناختی بالاتر و درماندگی روان‌شناختی کمتری را تجربه می‌کنند؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود متخصصان سلامت روان و افراد فعال در حوزه سالمندی با برنامه‌ریزی‌های مناسب به تقویت باورهای سالمندان بپردازند و زمینه‌های مناسبی را برای ارتقاء وضعیت روان‌شناختی سالمندان فراهم نمایند. همچنین با توجه به اینکه پژوهش حاضر بر روی سالمندان استان گلستان انجام شده است لذا پیشنهاد می‌شود به‌منظور افزایش قدرت تعمیم نتایج این پژوهش در استان‌های دیگر و با متغیرهای روان‌شناختی دیگری انجام شود.

## تعارض منافع

این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی برای نویسندگان نداشته است.

## تقدیر و تشکر

بدین‌وسیله از تمامی سالمندان و مسئولینی که در این پژوهش ما را یاری نمودند تحقیق تشکر و قدردانی می‌شود.

## References

1. Almeida Roediger M, Marucci MDFN, Duim EL, Santos JLF, de Oliveira Duarte YA, de Oliveira C. Inflammation and quality of life in later life: findings from the health, well-being and aging study (SABE). *Health Qual Life Outcomes*. 2019;17(1):1-7.
2. Van Gaans D, Dent E. Issues of accessibility to health services by older Australians. *Public health rev*.2018; 3(9): 20-5.
3. Nezamdoust Sedehi M, Borjali A, Poursharifi, H, Mujembari AK, Seirafi M. The relationship between hope and sense of coherence with psychosocial well-being among older people: Mediating Role of Attitude toward death. *Aging Psychology*. 2018; 4(3):179-95. [In Persian]
4. Wu LF, Koo M. Randomized controlled trial of a six-week spiritual reminiscence intervention on hope, life satisfaction, and spiritual well-being in elderly with mild and moderate dementia. *Int J Geriatr Psychiatry*. 2016; 31(2):120-7.
5. Kibret BT, Girum T. Psychological wellbeing of elders as a function of religious involvement, spirituality and Personal Meanin inLife. *Clin Exp Psychol*. 2017; 3 (2):1-8.
6. Esmaeili S, Ghanbari Panah A, KoochakEntezar R. Prediction of psychological well-being based on health anxiety and perceived stress with the mediating role of self-handicapping in married women working in the school of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences in 2018. *IJNR*. 2020; 14(6):45-52. [In Persian]
7. Fathi A, Sadeghi S, Maleki Rad AA, Rostami H, Abdolmohammadi K. Effect of health-promoting lifestyle and psychological well-being on anxiety induced by coronavirus disease 2019 in Non-medical Students. *J Arak Uni Med Sci*. 2020; 23(5):698- 709. [In Persian]
8. Stevenson JC, Millings A, Emerson,L. Psychological well-being and coping: the predictive vlue of adult attachment, dispositional mindfulness, and emotion regulation. *Mindfulness*. 2019; 10: 256–71.
9. Romero A, Piña-Watson B, Stevens AK, Schwartz SJ, Unger JB, Zamboanga BL, et al. Disentangling relationships between bicultural stress and mental well-being among Latinx immigrant adolescents. *J Consult Clin Psychol*. 2020;88(2):149-59.
10. Holtmaat K, Van der Spek N, Lissenberg-Witte BI, Cuijpers P, Verdonck-de Leeuw IM. Positive mental health among cancer survivors: overlap in psychological well-being, personal meaning, and posttraumatic growth. *Support Care Cancer*. 2019; 27(2): 443-50.
11. Heydari A, Arefi M, Amiri H. Investigating the mediating role of self-care and spiritual experiences in the relationship between psychological well-being and social support of the elderly. *MJMS*. 2020; 63(2): 2415-25. [In Persian]
12. Heintzelman SJ, Diener E. Subjective well-being, social interpretation, and relationship thriving. *J Res Pers*. 2019; 78(2): 93-105.
13. Pleeging E, Burger M, Van Exel J. The relations between hope and subjective well-being: A literature overview and empirical analysis. *Appl Res Qual Life* 2019. Advance online publication.

14. Golestanifar S, Dasht Bozorgi Z. Comparing the effectiveness of acceptance and commitment Therapy and well-being therapy on life expectancy and psychological health in elderly nonclinical depressed patients. *JRUMS*. 2021; 20 (3): 297-312. [In Persian]
15. Banisi P. The Effectiveness of Positivism Training on Subjective Well-being, Positive Meta-emotion and Self-management Ability in the Elderly Women. *Aging Psychology*. 2019;5(3): 217-227. [In Persian]
16. Arabzadeh M, Pirsaghi F, Kavosian J, Amani K, Abdollah pour Y. Investigating the structural relationship between basic psychological needs and subjective well-being with mental health in older adults. *JOGE*. 2017; 2 (3): 1-10. [In Persian]
17. Joe GW, Lehman WEK, Rowan GA, Knight K, Flynn PM. The role of physical and psychological health problems in the drug use treatment process. *J Subst Abuse Treat*. 2019; 102: 23-32.
18. Nordqvist, CH. What is mental health?. *Mental health*. 2017; 11 (2); 32-9.
19. De Jong-Gierveld J, Van Tilburg T, Friedman HS. Social isolation and loneliness. *Ency Mental Health (second edition)*. 2016; 4(2): 175-78.
20. Santini ZI, Fiori KL, Feeney J. Social relationships, loneliness, and mental health among older men and women in Ireland: A prospective community-based study. *J Affect Disord*. 2016; 204; 59-69.
21. Marsa R, Younesi SJ, Barekati S, Ramshini M, Ghyasi H. A comparative study on stress, anxiety and depression between nursing-home elderly residents and home-dwelling elderly people. *Salmand: Iran J Ageing*. 2020; 15 (2):176-87. [In Persian]
22. Radler BT, Rigotti A, Ryff CD. Persistently high psychological well-being predicts better HDL cholesterol and triglyceride levels: findings from the midlife in the U.S. (MIDUS) longitudinal study. *Lipids Health Dis*. 2018; 17: 1.
23. Huffman JC, Legler SR, Boehm JK. Positive psychological well-being and health in patients with heart disease: a brief review. *Future Cardiol*. 2017; 13(5):443–50.
24. Mohammadi L, Besharat MA, Rezaade MR, Gholamali Lavasani M. The mediating role of positive and negative affect in the relationship between meaning in life and mental health. *Psychology*. 2018; 22(2):157-71. [In Persian]
25. Ahmadi S, Bagherian F, Heidari M, Kashfi A. Elderly and meaning in life: field study of sources and dimensions of meaning in old women and men. *JPA*s. 2017; 24(1): 1-22. [in persian]
26. Mohamadpour F, Aflakseir A, Mohamadi N, Hadianfard H. Analysis of components of meaning of life in elderly. *PPLS*. 2021; 7(1): 1-18. [In Persian]
27. Volkert J, Härter M, Dehoust MC, Ausín B, Canuto A, Da Ronch C, et al. The role of meaning in life in community-dwelling older adults with depression and relationship to other risk factors. *Aging Ment Health*. 2019;23(1):100-06.
28. Pustchian T, Kazemi A S, Rezaee O. The effectiveness of group logo therapy on life expectancy and resilience among divorced women. *IJPN*. 2018; 5 (6): 45-52. [In Persian]

29. Musich S, Wang SS, Kraemer S, Hawkins K, Wicker E. Purpose in life and positive health outcomes among older adults. *Popul Health Manag.* 2018; 21 (2):139-47.
30. Marco JH, Garcia-Alandete J, Pérez S. Meaning in life and non-suicidal selfinjury: A follow-up study with participants with Borderline Personality Disorder. *Psychiatry Rese.* 2016; 230 (2): 561–6.
31. Steger MF. Is it time to consider meaning in life as a public policy priority? *Ewha J Soc Sci.* 2014; 30: 53-78.
32. Yu EA, Chang EC. Relational meaning in life as a predictor of interpersonal well-being: A prospective analysis. *Pers Individ Dif.* 2021; 168: 110377.
33. Hooker SA, Master KS, Park CL. A meaningful life is a healthy life: A conceptual model linking meaning and meaning salience to health. *Rev Gene Psychol.* 2018; 22(1): 11-24.
34. Van Cappellen P, Toth-Gauthier M, Saroglou V, Fredrickson BL. Religion and well-being: The mediating role of positive emotions. *J Happiness Stud.* 2016; 17 (2):485-505.
35. Taghvaeenia A, Delavarizadeh S. The effectiveness of group logotherapy on the increase of psychological well-being of the elderly retired women. *Aging Psychology.* 2016; 2(2): 115-24. [In Persian]
36. Tayefi Nasrabadi N, Shirafkan A. Meaning of elderly living in elderly care centers (Phenomenology). *Rooyesh.* 2020; 9 (6): 223-34. [In Persian]
37. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *J Pers Soc Psychol.* 1989; 57(6): 1069.
38. Golestaneh S, Behzadi, A. Effectiveness of positive psychology intervention training on increasing well-being, academic buoyancy and academic achievement in female students. *J Appl Psychol.* 2019; 13(2): 187-208. [In Persian]
39. Davoodi I, Najarian B. Construction And Validation Of A Short Form Of The Scl-90-R (Scl-25). *Journal of Psychology.* 1380; 2 (5): 136-49. [In Persian]
40. Steger MF, Frazier P, Oishi, S, Kaler M. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *J Couns Psychol.* 2006; 53: 80-93.
41. Yüksel A, Bahadır-Yılmaz E. Relationship between depression, anxiety, cognitive distortions, and psychological well-being among nursing students. *Perspect Psychiatr Care.* 2019; 55(4): 690-6.
42. Rahimi H, Ebrahimi S, Baseri A. The relationship between the meaning of life and hope with mental health and its comparison in disabled veterans and patients suffering from cancer. *Mil Psychol.* 2021; 11(42): 31-41. [In Persian]
43. Heintzelman SJ, King LA. Routines and meaning in life. *Pers Soc Psychol Bull.* 2019; 45(5): 688-99.
44. García-Alandete J. Does meaning in life predict psychological well-Being? *Eur J Psychother Couns.* 2015; 3 (2): 89–98.