

## Designing a Model of Academic Vitality based on Meaning and Life Expectancy with the Mediation of Happiness in Middle School Female Students of Hamadan City

### ARTICLE INFO

#### Article Type

Research Article

#### Authors

Hasan Shadkam<sup>1</sup>

Abolghasem Yaghoobi<sup>2\*</sup>

Firozeh Zanganeh Motlagh<sup>3</sup>

Zabih Pirani<sup>4</sup>

Hossein Mohagheghi<sup>5</sup>

#### How to cite this article

Hasan Shadkam, Abolghasem Yaghoobi, Firozeh Zanganeh Motlagh, Zabih Pirani, Hossein Mohagheghi, Designing a Model of Academic Vitality based on Meaning and Life Expectancy with the Mediation of Happiness in Middle School Female Students of Hamadan City, *Journal of Islamic Life Style Centeredon Health*, 2023:6(4); 187-195

1. PhD student, Department of Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran.

2. Professor, Department of Psychology, Faculty of Economics and Social Sciences, University of Bu- Ali Sina, Hamadan, Iran (Corresponding Author).

3. Assistant Professor, Department of Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran.

4. Assistant Professor, Department of Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran.

5. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Economics and Social Sciences, University of Bu- Ali Sina, Hamadan, Iran.

#### \* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: yaghoobi@basu.ac.ir

#### Article History

Received: 2022/10/12

Accepted: 2022/12/26

### ABSTRACT

**Purpose:** The purpose of the present study was to design a model of academic vitality based on meaning and life expectancy with the mediation of happiness in female secondary school students in Hamedan city.

**Materials and Methods:** The research method was correlation and structural equations. The statistical population included all the female students of the second secondary school in Hamedan city, and the statistical sample was selected based on the number of items used in the questionnaires in the amount of 370 people using the multi-stage cluster sampling method. Oxford scales of academic vitality, life expectancy, meaning of life and happiness were used to collect data. For data analysis, structural equation test was used in Amos 22 software environment.

**Findings:** The results showed that the meaning and hope of life have a direct and positive effect on the happiness and academic vitality of students ( $p < 0.01$ ). Also, happiness has a direct and significant effect on academic vitality ( $p < 0.01$ ). According to the results, the indirect effect of meaning and life expectancy on academic vitality through happiness was also significant ( $p < 0.05$ ).

**Conclusion:** According to the results, it can be said that hope and the meaning of life create motivation and a positive mental state and are effective in increasing happiness, and on the other hand, happiness plays an important role in increasing the freshness and vitality of the academic environment, which has the effect of increasing academic vitality.

**Keywords:** Academic Vitality, Happiness, Life Expectancy, Meaning Of Life

## طراحی مدل سرزندگی تحصیلی بر اساس معنا و امید به

زندگی با میانجیگری شادکامی در دانش‌آموزان دختر دوره

متوسطه شهر همدان

حسن شادکام<sup>۱</sup>

دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران.

ابوالقاسم یعقوبی<sup>۲\*</sup>

استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران (نویسنده مسئول).

فیروزه زنگنه مطلق<sup>۳</sup>

استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران.

ذبیح پیرانی<sup>۴</sup>

استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران.

حسین محقی<sup>۵</sup>

دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران.

## چکیده

**هدف:** هدف پژوهش حاضر طراحی مدل سرزندگی تحصیلی بر اساس معنا و امید به زندگی با میانجی‌گری شادکامی در دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر همدان بود.

**مواد و روش‌ها:** روش تحقیق همبستگی و از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم شهر همدان بود که نمونه آماری بر اساس تعداد گویه‌های مورد استفاده در پرسشنامه‌ها به حجم ۳۷۰ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شد. برای گردآوری داده‌ها از مقیاس‌های سرزندگی تحصیلی، امید به زندگی، معنای زندگی و شادکامی آکسفورد استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون معادلات ساختاری در محیط نرم افزار Amos 22 استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد معنا و امید به زندگی بر شادکامی و سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان اثر مستقیم و مثبت دارند ( $p < 0.01$ ). همچنین شادکامی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دارد ( $p < 0.01$ ). بر اساس نتایج اثر غیرمستقیم معنا و امید به زندگی بر سرزندگی تحصیلی از طریق شادکامی نیز معنادار بود ( $p < 0.05$ ).

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج می‌توان گفت که معنا و امید به زندگی باعث ایجاد انگیزه و وضعیت روانی مثبت شده و در افزایش شادکامی موثر هستند و از طرفی شادکامی در افزایش طراوت و شادابی محیط تحصیلی نقش مهمی دارد که تاثیر آن افزایش سرزندگی تحصیلی را به دنبال دارد.

واژه‌های کلیدی: سرزندگی تحصیلی، شادکامی، امید به زندگی، معنای زندگی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۷/۲۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۰/۰۵

\* نویسنده مسئول: yaghoobi@basu.ac.ir

## مقدمه

یکی از مهم‌ترین دوران‌های زندگی هر فرد، دوران تحصیلی او است که در آن هر دانش‌آموز با ویژگی‌های منحصر به فرد خود با مسائل و مشکلات در حیطه تحصیلی مواجه می‌شود و نحوه برخورد مناسب با آن‌ها موجب سازگاری دانش‌آموز و ارتقاء عملکرد تحصیلی و در نهایت موفقیت نظام آموزشی خواهد شد. (۱). هدف آموزگاران، پژوهشگران، سیاستگذاران، والدین و عموم مردم عادی آن است که دانش‌آموزان در زندگی تحصیلی، شخصی و اجتماعی خود موفق شوند. آن‌ها می‌خواهند که دانش‌آموزان انگیزه و توانایی پیشرفت داشته باشند، روابط مثبتی با همسالان و بزرگسالان برقرار کنند، با خواسته‌های پیچیده رشد سازگار شوند، در گروه همسالان، خانواده، مدرسه و جامعه خود مشارکت کنند، تصمیماتی اتخاذ کنند که سلامتی جسمی و روانی آن‌ها را ارتقاء بخشد و از رفتارهای مخاطره‌آمیز جلوگیری کند (۲) توانایی که موجب ارتقاء سازگاری دانش‌آموزان در شرایط آسیب‌زا، ناملایمی‌ها، مشکلات و استرس می‌شود، سرزندگی تحصیلی<sup>۱</sup> است (۳). سرزندگی تحصیلی، راهی-توان در چارچوب روانشناسی مثبت ارائه کرد، سرزندگی تحصیلی به صورت توانایی موفقیت افراد در برخورد با موانع و چالش‌های تحصیلی تعریف شده است (۴). همچنین سرزندگی تحصیلی به پاسخ مثبت، سازنده و انطباقی به انواع چالش‌ها و موانعی که در عرصه مداوم و جاری تحصیلی تجربه می‌شوند اشاره دارد (۵، ۶).

بررسی مطالعات انجام شده (۵، ۶) نشان می‌دهد که، عوامل مختلفی بر سرزندگی تحصیلی موثر هستند؛ از جمله عواملی که به نظر می‌رسد با سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان مرتبط باشد معنا و امید به زندگی است. نگرانی درباره معنا و هدف زندگی یکی از ویژگی‌های بشر به عنوان یک موجود متفکر و کاوشگر است. انسان همواره یک میل قوی برای درک خود و دنیای اطراف خود داشته و به منظور حمایت از این میل، فعالیت‌های رفتاری و شناختی متعدد و متنوعی انجام داده است (۷). معنا در زندگی یک عنصر حیاتی در علوم مختلف چون علوم دینی، روانشناسی، فلسفه و جامعه‌شناسی است، تمام افراد می‌خواهند به معنایی در زندگی و تجارب خود دست یابند. یافته‌های پژوهشی متعددی نشان داده‌اند که وجود معنا در زندگی، عنصری اساسی در بهزیستی روانی عاطفی است و به طور معنی‌دار با ابعاد گوناگون شخصیت، سلامت روانی و جسمی، سازگاری با استرس‌ها و انطباق با شرایط، مذهب و فعالیت‌های مذهبی و اختلالات رفتاری ارتباط دارد (۸). هنگامی که افراد قادر به یافتن معنایی در زندگی خود نیستند دچار بحران وجودی خویش می‌شوند. زندگی آن‌ها کشمکش میان وجود و نیاز است، برای همین در موقعیت‌های نامناسب قربانی بی‌معنایی می‌شوند.

<sup>1</sup>. Academic buoyancy

به عنوان یک عامل مؤثر در افزایش سرزندگی نوجوانان در نظر گرفته شود (۱۴). از این رو انتظار می‌رود شادکامی دارای نقش واسطه‌ای در رابطه میان معنای زندگی و سرزندگی تحصیلی باشد. شادکامی ارزیابی فرد از واکنش‌های هیجانی به حوادث و از سویی دیگر قضاوت‌های شناختی در مورد رضایت و به سرانجام رساندن وظیفه را در برمی‌گیرد. به نظر می‌رسد شادکامی می‌تواند به عنوان یک متغیر مهم در محیط تحصیلی با سرزندگی تحصیلی در ارتباط باشد. از این جهت که افراد برخوردار از نشاط، در جریان روبرو شدن با مسائل نگاه خوشبینانه‌تری خواهند داشت که در افزایش شادکامی مؤثر است و داشتن روحیه شاد در شادابی و سرزندگی در محیط تحصیلی اثر مثبت دارد.

نتایج پژوهش‌های مختلف نیز اثرات پیشایندهای مختلف در سرزندگی تحصیلی، شادکامی، معنا و امید به زندگی و ارتباط بین این متغیرها را بررسی کرده‌اند که به اختصار به برخی از این پژوهش‌ها اشاره می‌شود: امید به زندگی و سرزندگی تحصیلی (۱۵)؛ معنای زندگی تحصیلی و ارتباط آن با پیشرفت تحصیلی و سرزندگی تحصیلی. شادکامی و رفتارهای مثبت در حوزه تحصیلی؛ شادکامی، معنا و روانشناسی مثبت؛ ارتباط معنا و شادکامی. همان‌گونه که پژوهش‌ها نشان می‌دهند برخورداری از سرزندگی تحصیلی و همچنین تلاش برای کسب موفقیت، نیاز به داشتن روحیه شاد و هدف و معنا نسبت به زندگی دارد، که نشان از اهمیت متغیرهای پژوهش حاضر در حوزه تحصیل دارد. با توجه به اهمیت سرزندگی تحصیلی برای دانش‌آموزان و همچنین شادکامی و معنا و امید به زندگی و ارتباط بین این متغیرها، این پژوهش بدنبال دستیابی و طراحی مدل سرزندگی تحصیلی بر اساس معنا و امید به زندگی با نقش واسطه‌ای شادکامی است. سوال اصلی تحقیق این است که آیا مدل روابط بین معنا و امید به زندگی با سرزندگی تحصیلی با میانجی‌گری شادکامی از برآزش مناسبی برخوردار است؟

#### مواد و روش‌ها

این پژوهش از نظر هدف کاربردی است. روش تحقیق همبستگی با طرح مدل‌یابی معادلات ساختاری است که روابط امید و معنای زندگی با سرزندگی تحصیلی با میانجی‌گری شادکامی را در دانش‌آموزان مورد بررسی قرار داده است. جامعه آماری دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم شهر همدان به تعداد ۹۹۸۶ نفر بود که تعداد ۳۷۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای با رعایت نسبت ترکیب مدارس مناطق مختلف شهری، به عنوان نمونه آماری انتخاب شده‌اند. حجم نمونه آماری با توجه به نوع روش تحقیق و حداقل تعداد گویه‌های پژوهش در روش کیو، پنج برابر گویه‌های پرسش‌نامه در نظر گرفته شده است. در پژوهش حاضر جهت گردآوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد.

آن‌ها از ملال و غمگینی مزمن و فقدان هدف رنج می‌برند. زندگی آن‌ها بی‌هدف است و مدام خطر می‌کنند و آسیب می‌بینند. دستاوردهای مادی، خلاء درونی آن‌ها را پر نمی‌کند. در نتیجه در جستجوی هیجان و ماجراجویی در زندگی هستند تا شاید از یکنواختی و روزمرگی خارج شوند. (۹) برخی از آن‌ها در یک ساز و کار خود درمانگرانه به مواد یا الکل روی می‌آورند و یک هیجان زدگی روان‌آزرده تازه را تجربه می‌کنند. برخی دیگر هم ممکن است افسرده شده و پوچ‌گرایی، بی‌تفاوتی و یا بدگمانی را از خود نشان دهند؛ در واقع دانش‌آموزانی که از فقدان معنا در زندگی رنج می‌برند سطوح بالاتر افسردگی از خود بروز می‌دهند (۱۰).

فرانکل<sup>۱</sup> بر معناجویی افراد در زندگی تأکید دارد. او معتقد است که رفتار انسان‌ها نه بر پایه لذت‌گرایی نظریه روان‌تحلیل‌گری و نه بر پایه نظریه قدرت طلسمی آدلر است. بلکه انسان‌ها به دنبال معنا و مفهومی برای زندگی خود می‌باشند (۱۱). فرانکل (۱۲) معنا درمانی را به عنوان یک مدل نظری که بر اهمیت زندگی یک فرد تأکید داشته و باعث بهبود وضعیت روانی افراد می‌شود، توسعه داد. او معتقد بود که افراد ناامید، افسرده و بی‌قرار و آن‌ها که احساس تنهایی می‌کنند، غالباً از بی‌معنایی و پوچی زندگی شکایت دارند. دانش‌آموزان نیز برای برخورداری از سرزندگی تحصیلی و انگیزه تحصیلی قوی و همچنین تلاش برای کسب موفقیت، باید نسبت به معنای زندگی خود آگاهی داشته باشند و تلقی مثبتی به زندگی کسب کنند و همچنین به آینده خود امیدوار باشند (۱۳). امید را که سازه‌ای بسیار نزدیک به خوشبینی است، اسنایدر<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) به عنوان سازه‌ای شامل دو مولفه مفهوم سازی کرده است: ۱. توانایی طراحی گذرگاه‌هایی به سوی هدف‌های مطلوب به رغم موانع موجود و ۲. کارگزار انگیزش برای استفاده از این گذرگاه‌ها، امید مجموع این دو مولفه است. طبق این مفهوم سازی، امید هنگامی نیرومند است که هدف‌های ارزشمندی را دربر می‌گیرد و با داشتن موانع چالش‌انگیز ولی نه برطرف‌نشده، احتمال دستیابی به آن‌ها در میان مدت وجود داشته باشد جایی که ما به رسیدن به هدف‌ها اطمینان داریم، امید غیرضروری است جایی که مطمئن هستیم به هدف نخواهیم رسید، در این صورت نومید می‌شویم. طبق این مفهوم‌سازی، هیجان‌های مثبت و منفی محصول جنبی تفکر هدفمند امید و ناامیدی هستند. امید با سلامت روانی و جسمی که با انواع مقیاس‌ها مانند پاسخ مثبت به مداخله پزشکی، سلامت ذهنی، خلق مثبت، پرهیز از رویدادهای پرفشار زندگی، نشاط و شادکامی در امور زندگی و مساله‌گشایی همبستگی مثبت دارد و آن‌ها را پیش‌بینی‌کنند. شادکامی ناشی از قضاوت و داوری انسان درباره چگونگی گذران زندگی است، این نوع داوری از بیرون به فرد تحمیل نمی‌شود، بلکه حالتی درونی است که از هیجان‌های مثبت تأثیر می‌پذیرد. بر این اساس شادکامی بر نگرش و ادراکات شخصی مبتنی است و بر حالتی دلالت دارد که مطبوع و دلپذیر است و از تجربه‌های هیجان‌های مثبت و خشنودی از زندگی نشأت می‌گیرد. به علاوه، شادکامی نیز با نتایج مثبتی که بر سلامت روان افراد بر جای می‌گذارد می‌تواند

<sup>2</sup>. Snyder

1. Frankl

بازآزمایی را ۰/۶۴ گزارش کرده‌اند. آرگایل و همکاران با تحقیق روی ۳۴۷ آزمودنی، ضریب آلفای ۹۰٪ را به دست آوردند. همچنین فرانسس ۶ در یک بررسی میان فرهنگی در کشورهای انگلیس آمریکا- استرالیا- کانادا به ترتیب ضریب آلفای ۰/۸۹، ۰/۹۰، ۰/۸۹، ۰/۸۹ را گزارش کرد. برای بررسی روایی این پرسشنامه آرگایل و همکاران از دانشجویان خواستند تا دوستانشان را بر اساس یک مقیاس ده درجه ای از شادکامی درجه بندی کنند که همبستگی میان درجه بندی و پرسشنامه شادکامی آکسفورد، ۴۳٪ بود. فرخی و سبزی نیز در پژوهش خود ضریب اعتبار این پرسشنامه را ۰/۹۴ و روایی آن را به روش تحلیل عاملی تاییدی بررسی کردند که نتایج روایی سازه را تایید کرد. در پژوهش حاضر نیز ضریب همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۴ به دست آمد.

پرسشنامه امید به زندگی: این پرسشنامه توسط حلاجیان (۱۷) تهیه شده است. پرسشنامه امید به زندگی مشتمل بر ۳۳ ماده در طیف سه درجه‌ای لیکرت است. حداقل نمره ۳۳ و حداکثر نمره در این مقیاس ۹۹ است، هر چه فرد نمره بالاتری کسب کند نشان دهنده امید به زندگی بیشتر است. شیوه نمره‌گذاری پرسشنامه بدین صورت است که به گزینه هرگز نمره ۳، تقریباً نمره ۲، کاملاً نمره ۱ تعلق می‌گیرد. پایایی مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل نمونه، آزمودنی‌های دختر و آزمودنی‌های پسر به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۹۴، ۰/۹۲ بود. پایایی به روش بازآزمایی ۰/۹۲ بدست آمده و روایی محتوایی به تایید متخصصان رسیده است (۱۷). در پژوهش حاضر همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ برای مقیاس ۰/۷۰ به دست آمد.

#### یافته‌ها

شرکت‌کنندگان پژوهش حاضر ۳۷۰ نفر از دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم شهر همدان با میانگین و انحراف استاندارد سنی (۲/۷۱)  $16/38 \pm$  بودند. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل معادلات ساختاری استفاده شد. ابتدا میانگین و انحراف معیار متغیرها بررسی شد. جهت بررسی نرمال بودن توزیع نیز از آماره کجی و کشیدگی استفاده شد که نتایج آن همراه میانگین و انحراف معیار متغیرها در جدول ۱ ارائه شده است.

پرسشنامه سرزندگی تحصیلی (ABQ): این مقیاس توسط حسین- چاری و دهقانی زاده (۱۶) با الگوگیری از مقیاس سرزندگی تحصیلی مارتین و مارش، ساخته شده و دارای ۹ گویه است. نمره گذاری مقیاس بر اساس طیف ۵ درجه‌ای لیکرت، از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) اختصاص یافته است. پایایی مقیاس توسط حسین چاری و دهقانی زاده بررسی و ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ و ضریب بازآزمایی ۰/۷۳ بدست آمده که بیانگر برخورداری آزمون از پایایی مناسب است. همچنین بررسی روایی درونی مقیاس نشان داد دامنه همبستگی گویه‌ها با نمره کل بین ۰/۵۱ تا ۰/۶۸ بدست آمد. به منظور بررسی ساختار عاملی (روایی سازه) پرسشنامه از تحلیل مولفه اصلی استفاده شد که نتایج نشان داد گویه‌ها بار عاملی بالای ۰/۴ داشته و در کل ۹ گویه ۳۷ درصد واریانس سازه سرزندگی را تبیین کردند. در پژوهش حاضر همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ برای مقیاس ۰/۸۶ به دست آمد.

پرسشنامه معنای زندگی<sup>۲</sup> (MLQ): این مقیاس توسط استگر، فریزر، ایشی و کالر<sup>۱</sup>، ساخته شده و ۱۰ گویه در طیف هفت درجه- ای لیکرت از کاملاً نادرست (۱) تا کاملاً درست (۷) دارد. مقیاس دارای دو مولفه وجود معنا و جستجوی معناست. پژوهش‌ها نشان دهنده اعتبار و ثبات نمره‌های پرسشنامه و روایی همگرا (با مقیاس‌های رضایت از زندگی و عاطفه مثبت) و افتراقی (افسردگی، عاطفه منفی) آن هستند. همسانی درونی مقیاس با استفاده از ضرایب آلفای کرونباخ بین ۰/۸۲ تا ۰/۸۷ بدست آمده است و در فاصله زمانی یک ماهه اعتبار بازآزمایی مناسب (۰/۷۰) برای زیرمقیاس حضور ۰/۷۳ برای زیرمقیاس جستجو بدست آمده است. مصر آبادی، استوار و جعفریان در پژوهش خود با استفاده از تحلیل عاملی تاییدی، شاخص‌های برازش قابل قبولی را برای این مقیاس گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز ضریب همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد.

پرسشنامه شادکامی آکسفورد<sup>۴</sup> (OHQ): این ابزار توسط آرگایل، مارتین و کروسلند<sup>۵</sup> ساخته شده و شامل ۲۹ سوال است که پاسخ‌ها در یک مقیاس ۴ درجه‌ای از صفر (اصلاً) تا ۳ (زیاد)، نمره‌گذاری می‌شوند و جمع نمرات ۲۹ گویه، نمره کل را تشکیل می‌دهد. روایی و پایایی پرسشنامه مورد تایید پژوهشگران مختلف قرار گرفته است. از جمله عابدی و همکاران، ضریب آلفای ۰/۹۳ و ضریب همبستگی

جدول ۱. نتایج میانگین، انحراف معیار و کجی و کشیدگی

شاخص‌ها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
امید	۳۱/۳۶	۶/۶۳	۰/۳۹	۰/۰۶
معنای زندگی	۵۵/۸۴	۷/۹۸	-۰/۹۰	۰/۲۵
شادکامی	۵۰/۸۷	۱۶/۴۱	۰/۰۳	-۰/۳۹
سرزندگی تحصیلی	۳۲/۷۸	۶/۹۷	-۰/۹۰	۰/۰۴

4. Oxford happiness questionnaire

5. Argyl, Martin & Crossland

4. Feransis

1. Academic buoyancy questionnaire

2. Meaning of life questionnaire

1. Steger, Frazier, Oishi & Kaler

همبستگی بین متغیرها محاسبه شد که نتایج آن در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

در بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها بر اساس نتایج جدول ۱ دامنه کجی و کشیدگی بین متغیرها در بازه +۱ و -۱ قرار دارد که نشان می‌دهد متغیرهای تحقیق دارای توزیع نرمال هستند. در ادامه

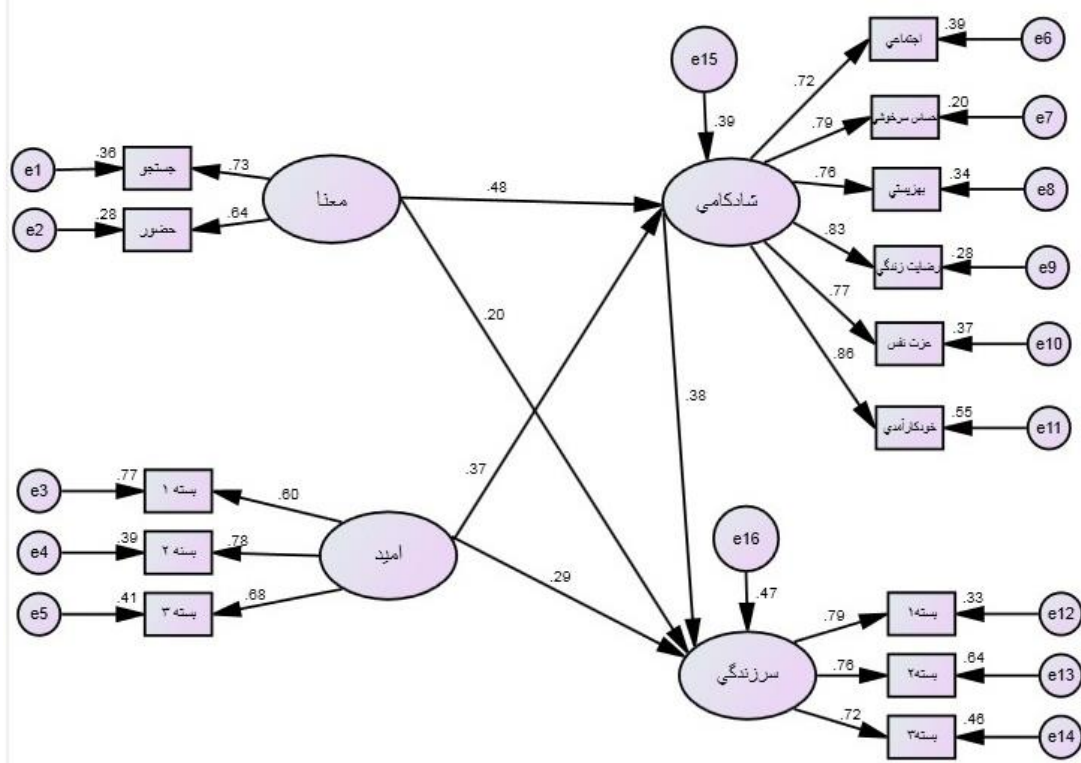
جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴
۱- امید به زندگی	-			
۲- معنا	۰/۳۲**	-		
۳- شادکامی	۰/۴۲**	۰/۴۵**	-	
۴- سرزندگی تحصیلی	۰/۳۷**	۰/۳۴**	۰/۵۸**	-

\* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$

عدم هم خطی بین متغیرها برقرار است (دامنه VIF کمتر از ۳ و تحمل بالاتر از ۰/۱ مناسب است). در این پژوهش جهت پردازش داده‌ها از روش مدل معادلات ساختاری استفاده شد. مدل مفهومی پیشنهادی این پژوهش بدین ترتیب بود که متغیرهای برون‌زای معنای زندگی و امید به‌طور مستقیم و از طریق میانجی شادکامی به‌طور غیرمستقیم نیز بر سرزندگی تحصیلی اثرگذار است. روابط متغیرها در قالب مدل بررسی شده و در نمودارها ارائه شده است.

جدول ۲ نتایج همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. با توجه به نتایج بین همه متغیرها همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد ( $P < 0.01$ ). برای بررسی استقلال خطاها از آزمون دو-بین-واتسون استفاده شد که نتایج نشان از عدم همبستگی بین خطاها دارد ( $D.W = 1.94$ ، دامنه بین ۱/۵ تا ۲/۵ قابل قبول است). برای بررسی هم خطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین از عامل تورم واریانس (VIF) و تحمل (Tolerance) استفاده شد که نتایج نشان داد



نمودار ۱. مدل رابطه معنای زندگی و امید با سرزندگی تحصیلی با نقش میانجی شادکامی در حالت استاندارد

برای بررسی مناسب بودن برازش شاخص‌های مدل از معیارهای مختلفی استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره ۳ آمده است.

جدول ۳. مشخصه‌های نیکویی برازندگی مدل برازش یافته (تبیین سرزندگی تحصیلی بر اساس معنا و امید به زندگی با میانجیگری شادکامی)

(RMSEA)	(TLI)	(NFI)	(CFI)	(GFI)	( $\chi^2/df$ )CMIN/df
۰/۰۰۵۴	۰/۹۴	۰/۹۵	۰/۹۲	۰/۹۴	۲/۴۲

در سطح خوبی قرار دارد. در کل روابط مفهومی پژوهش با داده‌های تجربی مورد بررسی قرار گرفت و نتایج مدل در نمودار ۱ نشان می‌دهد مدل سرزندگی تحصیلی بر اساس معنا و امید به زندگی با میانجیگری شادکامی از برآزش مناسبی برخوردار است. در ادامه همه ضرایب مستقیم و غیرمستقیم در مدل مورد بررسی قرار گرفته و همراه سطح معناداری در جدول ۴ ارائه شده است.

نسبت مجذورخی به درجه آزادی فاقد معیاری ثابت برای مدل قابل قبول است. شاخص نکویی برآزش، شاخص برآزش تطبیقی و شاخص برآزش استاندارد و شاخص تاکر-لوییز برای مدل‌هایی که برآزش خوبی دارند مساوی یا بزرگتر از ۰/۹ است. همچنین مقدار ریشه میانگین مجذورات پسماندها برای مدل‌هایی که برآزش خوبی دارند، مساوی یا کمتر از ۰/۵ است و مقادیر بالای ۰/۵ تا ۰/۰۸ نیز خطای معقول در جامعه را نشان می‌دهد. با توجه به مشخصه-های نکویی برآزش شده در جدول شماره ۳، برآزش مدل

جدول ۴. ضرایب استاندارد و سطوح معناداری روابط بین متغیرهای پژوهش

مقدار t (C.R)	ضریب استاندارد ( $\beta$ )	خطا (S.E)	ضرایب مستقیم
۸/۷۹**	۰/۴۸	۰/۰۳۲	اثر معنا بر شادکامی
۳/۶۴**	۰/۲۰	۰/۰۴۱	اثر معنا بر سرزندگی تحصیلی
۶/۸۳**	۰/۳۷	۰/۱۱۸	اثر امید بر شادکامی
۵/۴۶**	۰/۲۹	۰/۱۴۴	اثر امید بر سرزندگی تحصیلی
۷/۰۳**	۰/۳۸	۰/۰۶۱	اثر شادکامی بر سرزندگی تحصیلی
مقدار t (C.R)	ضریب استاندارد ( $\beta$ )	خطا (S.E)	ضرایب غیر مستقیم
۳/۲۳**	۰/۱۸	۰/۰۵۲	معنا ← شادکامی ← سرزندگی تحصیلی
۲/۵۲*	۰/۱۴	۰/۲۰۹	امید ← شادکامی ← سرزندگی تحصیلی
		$P < ۰/۳۸ R^2 = ۰/۰۱$	میزان واریانس تبیین شده شادکامی بر اساس معنا و امید
		$P < ۰/۴۶ R^2 = ۰/۰۱$	میزان واریانس تبیین شده سرزندگی تحصیلی بر اساس شادکامی، معنا و امید

مثبت وجود دارد و این متغیرها توان پیش بینی سرزندگی تحصیلی دانش آموزان را دارند. همچنین معنا و امید به زندگی دانش آموزان با همدیگر رابطه مثبت دارند و توان پیش بینی شادکامی دانش آموزان را دارند. شادکامی توان پیش بینی سرزندگی تحصیلی دانش آموزان را دارد. شادکامی بر رابطه بین معنا و امید به زندگی با سرزندگی تحصیلی اثر میانجی گری دارد.

یافته اول پژوهش مبنی بر این است که معنای زندگی با میانجی گری شادکامی، سرزندگی تحصیلی در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه را پیش بینی می‌کند. این یافته‌ها با نتایج کوک و همکاران، (۱۸)؛ سمیعی و عزیز محمدی، (۱۹)، همخوانی دارد. در تبیین این نتایج می‌توان گفت: سرزندگی تحصیلی و شادکامی از جمله متغیرهای مرتبط با هم هستند. سرزندگی تحصیلی به صورت توانایی یادگیرندگان برای موفقیت در برخورد با موانع و چالش‌های تحصیلی که در مسیر زندگی تحصیلی معمول قرار دارند شناخته شده و به پاسخ مثبت، سازنده و انطباقی به انواع چالش‌ها و موانعی که در عرصه مداوم و جاری تحصیل تجربه می‌شوند، اشاره دارند. بی‌علاقگی، خستگی و فرسودگی تحصیلی در نقطه مقابل سرزندگی تحصیلی قرار دارند. در واقع سرزندگی بازتاب سلامت روان‌شناختی و جسمی است، از طرفی هم شادکامی به عنوان یک هیجان شناخته

مقادیر t (C.R) بالای ۱/۹۶ معنادار هستند ( $p < ۰/۰۵$ ) ،  $p < ۰/۰۱$

و تحلیل داده‌های حاصل از ضرایب استاندارد مدل در جدول ۴ نشان می‌دهد که اثر معنای زندگی بر شادکامی ( $\beta = ۰/۴۸, p < ۰/۰۱$ ) و سرزندگی تحصیلی ( $\beta = ۰/۲۰, p < ۰/۰۱$ ) نیز مثبت و معنادار است. اثر امید به زندگی بر شادکامی ( $\beta = ۰/۳۷, p < ۰/۰۱$ ) و سرزندگی تحصیلی ( $\beta = ۰/۲۹, p < ۰/۰۱$ ) مثبت و معنادار است. نتایج نشان می‌دهد اثر شادکامی بر سرزندگی تحصیلی ( $p < ۰/۰۱$ ) ،  $\beta = ۰/۳۸$  معنادار است. همچنین نتایج نشان می‌دهد که اثر غیرمستقیم متغیر معنا به زندگی بر سرزندگی تحصیلی از طریق شادکامی ( $\beta = ۰/۱۸, p < ۰/۰۵$ ) و اثر غیرمستقیم امید بر سرزندگی تحصیلی از طریق شادکامی ( $\beta = ۰/۱۴, p < ۰/۰۱$ ) نیز معنادار است.

#### نتیجه گیری

هدف اصلی این پژوهش طراحی مدل سرزندگی تحصیلی بر اساس معنا و امید به زندگی با میانجی گری شادکامی در دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهر همدان بوده است. نتایج بررسی مدل نشان داد که بین معنا و امید به زندگی با سرزندگی تحصیلی دانش آموزان رابطه

خود را انجام می دهد، در پی مطالعه و کسب دانش و مهارت است و به طور کلی در مسائل درسی، سرزندگی و شادی و نشاط و انرژی دارد. بنابراین معنای زندگی می تواند تا حدود زیادی سرزندگی تحصیلی دانش آموزان را تبیین کند. در ادامه یافته های پژوهش اشاره دارد امید به زندگی، سرزندگی تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی می کند. این یافته ها با نتایج تحقیقات گذشته همخوانی دارد. همانطور که در تبیین فرضیه های دیگر پژوهش بیان شد تصویری که دانش آموز از آینده تحصیلی خود دارد و اهدافی که از تحصیل خود در نظر گرفته است، عوامل اصلی انگیزش و حرکت او در مسیر تحصیل است. وقتی دانش آموز دید مثبتی به آینده خود دارد و امید دارد که پس از تحصیل موقعیت های شغلی مناسبی برای او فراهم شود و جایگاه بهتری نسبت به افرادی که تحصیل نکرده اند، بدست خواهد آورد، با شور و هیجان و علاقمندی و وظایف تحصیلی خود را انجام می دهد با علاقه در کلاس ها حاضر می شود، به دنبال یادگیری و کسب علم و مهارت است. توجه به آینده متصور شده برای دانش آموز و مثبت اندیشی در تحقق اهداف موجب افزایش سرزندگی و پرنشاط بودن دانش آموز در مسائل تحصیلی می گردد. بنابراین با توجه به امید به زندگی دانش آموزان متوسطه، تا حدود زیادی سرزندگی تحصیلی آنان را می توان پیش بینی کرد. همچنین نتایج نشان داد معنای زندگی، شادکامی دانش آموزان را پیش بینی می کند. این یافته ها با نتایج داتو و همکاران (۲۱) همخوانی دارد. در تبیین این یافته ها می توان گفت: معنا بخشی به زندگی موجب افزایش تلاش و انگیزه در افراد می گردد، دانش آموزی که برای زندگی خود به ویژه تحصیل خود، معنا و اهداف مطلوبی در نظر دارد، با انگیزه و پرنشاطی تلاش می کند و لحظه لحظه با پیمودن مسیر تحصیل احساس خرسندی و موفقیت خواهد داشت. این دانش آموزان کمتر دچار خستگی، ناامیدی و نگرانی می شوند و برجستگی معنا و اهداف مانع از احساس ضعف و تنبلی و خستگی در آنان می شود. بنابراین معنای زندگی موجب افزایش شادکامی دانش آموزان می شود با توجه به معنای زندگی می توان شادکامی دانش آموزان را پیش بینی کرد.

همچنین نتایج پژوهش بیان می کند امید به زندگی، شادکامی دانش آموزان را پیش بینی می کند. این یافته ها با نتایج قبلی همخوانی دارد. در تبیین این یافته ها می توان گفت: امید به آینده نوعی نگرش مثبت و خوش بینی به شرایط حال و آینده است. دانش آموزی که به موفقیت تحصیلی خود و بهبود شرایط کار امیدوار است، برای رسیدن به آن شرایط با انگیزه و امید تلاش می کند، فکر رسیدن به وضعیت مطلوب و رهایی از برخی مشکلات فعلی موجب خوشحالی و شادکامی دانش آموز می گردد. در مقابل ناامیدی و یاس موجب ناراحتی و افسردگی دانش آموز خواهد بود. بنابراین امید به زندگی تا حد زیادی توانایی پیش بینی شادکامی دانش آموزان دوره متوسطه را دارد. و در در نهایت شادکامی، سرزندگی تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی می کند این یافته ها با نتایج پیشین همخوانی دارد. در تبیین این یافته ها می توان گفت: شادکامی و سرزندگی از متغیرهای مرتبط و نزدیک به هم هستند، افرادی که شادکام و خرسند هستند، در زمینه های مخلف کاری و تحصیلی با انرژی و انگیزه تلاش می کنند و کمتر دچار سستی و تنبلی می شوند، دانش آموزانی که شادکامی بالایی دارند، این شادکامی تا حدود زیادی متأثر از رضایت تحصیلی آنان است، رضایت تحصیلی هم موجب تلاش بیشتر و علاقمندی برای انجام تکالیف تحصیلی می گردد. بنابراین شادکامی می تواند از متغیرهای موثر بر سرزندگی تحصیلی باشد.

می شود و هیجان نوعی برانگیختگی است که فرد با ارزیابی ذهنی خود به آن عنوان خاصی می دهد، به عبارتی شادکامی عبارت است از ارزیابی های شناختی و هیجانی فرد از زندگی اش، این ارزیابی از سویی واکنش های هیجانی به حوادث و از سوی دیگر قضاوت های شناختی در مورد رضایت و به سرانجام رساندن وظیفه را در برمی گیرد. ارزیابی های شناختی از معنای زندگی تأثیر می پذیرد، افرادی که برای زندگی خود معنایی قابل قبول پیدا کرده و دارند، به جنبه های مثبت زندگی توجه بیشتری دارند و احساس ارزشمندی و هدفمندی داشته و با دلخوش بودن به اهداف و تعبیرهای زیبای متصور شده در ذهن خود با دنیای اطراف و دیگران سازگاری دارند و دچار ناامیدی و پوچی نمی شود، توجه به معنای زندگی باعث می شود تا با استرس های پیش روی زندگی عالمانه و معقولانه برخورد کنند و از زندگی خود لذت برده و احساس شادی و نشاط داشته باشند، شادی و نشاط و به طور کلی شادکامی که متأثر از معنای زندگی فردی است موجب می شود تا فرد، احساس سرزندگی داشته باشد و با انرژی و هیجان با دیگران برخورد کند. دانش آموزان نیز وقتی برای زندگی و آینده خود اهداف مشخصی تعیین کرده باشند و به زندگی خود معنا بخشیده باشند. در مسیر آن اهداف فعالیت می کنند و احساس شادکامی دارند. شادکامی نیز در سرزندگی تحصیلی و فعالیت و کوشش آنها در مسیر تحقق اهداف تحصیلی به آنها کمک می کند.

یافته دیگر پژوهش بیان می کند که: امید به زندگی با میانجی گری شادکامی، سرزندگی تحصیلی در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه را پیش بینی می کند. این یافته ها با نتایج یآوری و همکاران (۳) همخوانی دارد. در تبیین این یافته ها می توان گفت: افراد نا امید، افسرده و بی قرار و آن ها که احساس تهایی می کنند، غالباً از بی معنایی و پوچی زندگی شکایت دارند. امید سازه ای بسیار نزدیک به خوش بینی است؛ وقتی دانش آموز هدف های ارزشمندی برای زندگی خود به ویژه زندگی تحصیلی خود در نظر دارد و با شناخت توانایی های خود و شرایط باور به تحقق آن اهداف دارد، به نوعی به آینده امیدوار است و با انرژی و انگیزش بالا برای پیمودن مسیر تلاش می کند. امید موجب می شود تا دچار نگرانی و افسردگی نشود و احساس شادکامی داشته باشد. شادکامی هم موجب می شود تا دانش آموز با هیجان و قدرت در زمینه تحصیل تلاش کند و احساس خستگی و تنبلی نداشته باشد و به این شکل سرزندگی تحصیلی متأثر از شادکامی او خواهد بود، در مقابل دانش آموزانی که امید به آینده تحصیلی خود ندارند و آینده روشنی برای خود نمی توانند تصور کنند دچار سرخوردگی و افسردگی می شوند و در زمینه مسائل تحصیلی با بی میلی و دلسردانه رفتار می کند و از سرزندگی تحصیلی لازم برخوردار نخواهند بود.

یافته دیگر پژوهش بیان کرد معنای زندگی، سرزندگی تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی می کند. این یافته ها با نتایج منبری و عبداللہی (۲۰) و سمیعی و عزیزمحمدی (۱۹)، همخوانی دارد. در تبیین این نتایج می توان گفت: وقتی دانش آموز برای زندگی خود معنا و مفهومی ارزشمند در نظر داشته باشد متناسب با آن معنای فعالیت و تلاش می کند و برای دستیابی به اهداف زندگی خود با شور و هیجان تلاش می کند، دانش آموزی که آینده مثبتی برای تحصیل خود در نظر دارد و می داند چرا تحصیل می کند و در سرانجام تحصیل خود، چه موقعیت هایی در انتظارش است، با انگیزش و علاقه تکالیف مربوط به تحصیل

6. Putwain, D. W., Wood, P., & Pekrun, R. (2020). Achievement emotions and academic achievement: Reciprocal relationships and the moderating influence of academic buoyancy. *Journal of Educational Psychology*, 8(24), 125-137.
7. Baumeister, R. D., Vohs, K. D., Aaker, J. L., & Garbinsky, E. N. (2013). Some key differences between a happy life and a meaningful life. *The Journal of Positive Psychology*, 8, 505-516.
8. George, L. S., & Park, C. L. (2013). Are meaning and purpose distinct? An examination of correlates and predictors. *The Journal of Positive Psychology*, 8, 365-375.
9. Yung, J.Y.K., Wong, V., Ho, G.W.K., Molassiotis, A. (2021) Understanding the experiences of hikikomori through the lens of the CHIME framework: connectedness, hope and optimism, identity, meaning in life, and empowerment; systematic review. *BMC Psychol*, 9, 104-115.
10. Li, J. B., Dou, K. & Liang, Y. (2021) The Relationship Between Presence of Meaning, Search for Meaning, and Subjective Well-Being: A Three-Level Meta-Analysis Based on the Meaning in Life Questionnaire. *J Happiness Stud* 22, 467-489
11. Lavasani, Massoud; Ajeya, Javad and Mohammadi Masiri, Farhad. (2012). The relationship between the meaning of life and optimism with mental well-being, *Psychology Quarterly*, (1) 17, 11-15.
12. Frankl, V. E. (1978). *The unheard cry for meaning: Psychotherapy and humanism*. New York, NY: Washington Square Press.
13. Feldman, D. B., Balaraman, M., & Anderson, C. (2018). Hope and meaning-in-life: Points of contact between hope theory and existentialism. In M. W. Gallagher & S. J. Lopez (Eds.), *The Oxford handbook of hope* (pp. 353-362). Oxford University Press.

از جمله محدودیت‌های پژوهش عدم امکان دسترسی حضوری به برخی از افراد نمونه آماری با توجه به شرایط قرنطینه کرونا بود. همچنین از دیگر محدودیت‌ها عدم امکان کنترل متغیرهای بافت خانواده بر وضعیت روانی دانش‌آموزان و همچنین عدم کنترل ویژگی‌های فردی موثر مانند هوش دانش‌آموزان بر متغیرهای وابسته پژوهش بود. با توجه به نتایج و تاثیر شادکامی بر سرزندگی تحصیلی پیشنهاد می‌گردد مسئولین و دست‌اندرکاران مدرسه در کنار فعالیت‌های تحصیلی زمانی را هم به برگزاری فعالیتهای سرگرم‌کننده و مفرح جهت افزایش شادکامی دانش‌آموزان در نظر بگیرند. پیشنهاد می‌گردد با گنجاندن محتوای آموزشی و برگزاری کارگاه‌های انگیزشی، برای دانش‌آموزان معنایی و هدف‌گذاری زندگی به آنان آموزش داده شود. با توجه به محدودیت‌های پژوهش مبنی بر عدم امکان کنترل متغیرهای برون مدرسه‌ای موثر بر سرزندگی تحصیلی و شادکامی، پیشنهاد می‌گردد در تکرار پژوهش حاضر متغیرهای سرمایه اجتماعی و فرهنگی خانواده به عنوان متغیرهای موثر با سرزندگی مورد تحقیق قرار گیرد.

## References

1. Ebrahimi Bakht, Habib Elah; Yarahmadi, Yahya; Asadzadeh, Hassan; and Ahmadian, Hamzah. (2017). Development of academic vitality model based on satisfaction of basic psychological needs, motivational orientation, self-directed learning. *Cognitive Strategies in Learning*, 6(11), 153-135.
2. Chen, J., Huebner, E. S. & Tian, L. (2020). Longitudinal relationships between hope and academic achievement in elementary school students: Behavioral engagement as a mediator. *Learning and Individual Differences*, 78, 110-120.
3. Yavari, Haniyeh; Dartaj, Fariborz; and Asadzadeh, Hassan. (2015). Investigating the effectiveness of Omid education on the academic vitality of secondary school students. *Research in educational systems*, 10(35), 21-34.
4. Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2008). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools*, 43(3), 267-281.
5. Putwain, D. V., Connors, L., Symes, W., & Douglas-Osborn, E. (2011). Is academic buoyancy anything more than adaptive coping? *Anxiety, Stress and Coping*, 3, 1-10.



School Students. *Youth & Society*, 51(6), 865–876.

14. Oishi, S.H., Choi, H., Koo, M., Galinha, I., Ishii, K., Komiya, A., Luhmann, M., et al. (2020). Happiness, Meaning, and Psychological Richness. *Affective Science* 1, 107–115.
15. Farid, Abolfazl; and Ashraf Zadeh, Tawheed. (1400). Causal explanation of academic vitality based on teacher-student interaction, self-efficacy and academic hope. *New Educational Thoughts*, 17(2), 203-227.
16. Hossein Chari, Massoud; Dehghani Zadeh, Mohammad Hossein. (2011). Academic vitality and perception of family communication pattern, mediating role of self-efficacy. *Journal of Teaching and Learning Studies*, 4(2), 22-47.
17. Halajian, Zahra. (1389). Life Expectancy Questionnaire, Yarpoya Testing Institute.
18. Kok, J. K., Goh, L.Y., & Gan, C.C. (2015). Meaningful life and happiness: perspective from Malaysian youth. *The Social Science Journal*. 52(1), 69-77.
19. Samii, Avirin; and Aziz Mohammadi, Sanaz. (2018). The effectiveness of meaning therapy on the academic vitality of the second high school students of Baharestan city, the third international research conference in psychology, counseling and educational sciences, the permanent secretariat of the conference.
20. Manbari, Zahra; and Abdullahi, Fardin. (1400). Investigating the relationship between the quality of school life and academic vitality and satisfaction of basic psychological needs in secondary school female students, the 7th International Conference on Knowledge and Technology of Educational Sciences, Social Studies and Psychology of Iran, Tehran.
21. Datu, J. A. D., King, R. B., Valdez, J. P. M., & Eala, M. S. M. (2019). Grit is Associated with Lower Depression via Meaning in Life among Filipino High