رویش روان شناسی، سال۱۰ ، شماره۸، شماره پیاپی ۶۵، آبان ۱۴۰۰
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),10(8), 2021

مطالعه مرگ‌آگاهی از نظر جوانان و پیامدهای آن در زندگی[۱]

Study the death of consciousness in terms of youth and its consequences in life

علیرضا رحیمی (نویسنده مسئول)
کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.
دکتر کیومرث فرح بخش
دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.
دکتر ابراهیم نعیمی
استادیار گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.

Alireza Rahimi*
M.A. in Family Counseling, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.
r.alireza72@gmail.com
Dr. Kiumars Farahbakhsh
Associate Professor of Consulting, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.
Dr. Ebrahim Naeemi
Assistant Professor of Counseling Group, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی مفهوم مرگ و مرگ‌آگاهی از نظر مردان جوان و پیامدهای آگاهی از مرگ در زندگی آنان بود. پژوهش با استفاده از شیوه کیفی انجام شد و تحلیل داده‌ها نیز با روش کلایزی کدگذاری شد. نمونه‌ها شامل ۱۱ مرد ۲۰ تا ۳۵ سال ساکن مناطق ۲، ۱۳، ۱۶ و ۱۸ شهر تهران در سال ۱۳۹۸ بودند که از طریق نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. داده‌ها و اطلاعات با استفاده از مصاحبه نیمه ساختاریافته جمع‌آوری شد. یافته‌های پژوهشی در دو بخش اصلی طبقه‌بندی شدند. بخش اول: یافته‌های مربوط به مفهوم مرگ و آگاهی از مرگ که عبارتند از: ۱- پایان‌بخشی به زندگی ۲- انتقال ۳- رویت نتیجه اعمال ۴- هدف نبودن دنیا ۵- احساسات و هیجانات ۶- فواید مرگ ۷- ضرورت و سودمندی آگاهی از مرگ. بخش دوم: یافته‌های مربوط به پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی که عبارتند از: ۱- تعهد در انجام اعمال مذهبی ۲- خودمراقبتی جسمانی و رفتاری ۳- انرژی و فعالیت ۴- موثر در کنش احساسی ۵- روابط با دیگران ۶- زندگی بهتر ۷- رشد و اعتلای شخصی ۸- موثر در اهداف و رفتار فرد. نقش مرگ در زندگی بسیار پررنگ و با اهمیت است و دیدگاه و نگرش افراد نسبت به مرگ بر نحوه زندگی آن‌ها تاثیرگذار است و می‌تواند شیوه زیستن آنان را تحت‌الشعاع قرار دهد. فکر کردن به مرگ و آگاهی از مرگ آثار زیادی بر جنبه‌های مختلف زندگی انسان دارد و می‌تواند موجب تغییر در اهداف و رفتارهای فرد در زمینه‌های مختلف شخصی، خانوادگی، تحصیلی و شغلی گردد.

واژه‌های کلیدی: *مرگ، مرگ‌آگاهی، پیامدهای مرگ‌آگاهی، جوانان.*

Abstract

The aim of this study was to investigate the concept of death and death awareness from the perspective of young men and the consequences of death awareness in their lives. The research was conducted using a qualitative method and data analysis was coded by the Colaizzi method. The samples included 11 men aged 20 to 35 years living in areas 2, 13, 16, and 18 of Tehran province in 1398 who were selected through purposive sampling. Data and information were collected using semi-structured interviews. Research findings were classified into two main sections. Part One: Findings related to the concept of death and death awareness which are: 1- End of life 2- The transfer 3- Observing the result of the actions 4- The world is not a target 5- Emotions and excitement 6- Benefits of death 7- The necessity and usefulness of the death awareness. Part two: Findings related to the consequences of the death awareness in life include: 1- Commitment to religious practices 2- Physical and behavioral self-care 3- Energy and activity 4- Effective in emotional action 5- Relationships with others 6- Better life 7- Personal growth and development 8- Effective in one's goals and behavior. The role of death in life is very important and people's views and attitudes toward death affect their way of life and can overshadow their way of life. Thinking about death and death awareness has more effects on different aspects of human life and can change a person's goals and behaviors in various personal, family, educational and professional fields.

Keywords*: Death, Death awareness, Consequences of death awareness, Youth.*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : اردیبهشت ۱۴۰۰** **پذیرش: اردیبهشت ۱۴۰۰** **ویرایش نهایی : آبان ۱۴۰۰**

۱ . این مقاله مستخرج از پایان نامه کارشناسی ارشد است.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

مقدمه

موضوع مرگ یکی از جدی‌ترین و مهم‌ترین زمینه‌های علوم انسانی است. مقدار زیادی از ادبیات روان‌شناختی، مذهبی و فلسفی مرتبط با مرگ وجوددارد (مور،[1] ۲۰۰۲). مرگ همچنین یکی از مهم‌ترین موضوعات زندگی است که افکار و رفتارهای فرد را شکل می‌دهد. داشتن یک تجربه نزدیک به مرگ مثل روبروشدن با یک بیماری مهلک یا مواجهه با مرگ یکی از اعضای خانواده یا یک دوست می‌تواند منجر به این شود که افراد سبک زندگی خود را بررسی یا به سمت زندگی غنی‌تر حرکت کنند (ساهان، ارولو، کاراتاس، ماتلر، اوگورپالا و برکل،[2] ۲۰۱۸). مفهوم مرگ و آگاهی از مرگ به قدری حائز اهمیت است که در دین اسلام و قرآن کریم به کرات بدان پرداخته شده است. توصیه شده که انسان‌ها دائما مرگ و جهانی را که بعد از آن در انتظار آن‌هاست، در نظر داشته باشند. در سخنان پیامبران و ائمه (ع) نیز به مرگ و آگاهی از مرگ اشاره شده است. پیامبر (ص) می‌فرمایند: بهترین عبادت، زهدورزی و تفکر به این است که انسان همواره در اندیشه مرگ باشد و هرکس زیاد در اندیشه مرگ باشد، قبرش را باغی از باغستان‌های بهشت می‌یابد. مرگ‌اندیشی به انسان می‌فهماند که در غرایز مادی و دنیوی افراط نکند و مراقب رفتار و کردار خود باشد. امام کاظم (ع) می‌فرمایند: اندیشه در مرگ، انسان را از قرار گرفتن در دام غرایز تباه‌کننده و گناهان باز می‌دارد (آهنگریان، ۱۳۹۴). امام علی (ع) در نهج‌البلاغه می‌فرمایند: شما را سفارش می‌کنم که به یاد مرگ باشید و از آن کمتر غفلت کنید و چگونه از آن غفلت می‌کنید در حالی‌که آن از شما غافل نیست.

فکر مرگ همواره با انسان‌ها بوده است و انسان‌ها نسبت به این‌که مرگ سراغ آن‌ها خواهد آمد آگاهی دارند (لنگنر،[3] ۲۰۰۲). آگاهی از مرگ یعنی خود را در فرایند مرگ دیدن و آن را با تمام وجود از نزدیک حس کردن؛ به‌گونه‌ای که فرد با تمام وجود حکمت و معناداری زندگی را بفهمد و همه افکار و اعمال وی، منبعث از چنین فهمی باشد (طاهری سرتشنیزی و موسوی، ۱۳۹۱). انسان آگاه به مرگ، هر لحظه مرگ خود را مجسم می‌کند پس هنگامی که فرد می‌داند مرگ به وقوع می‌پیوندد، مسئولیت اعمال خود را برعهده می‌گیرد و نهایت تلاش خود را برای به کمال رساندن وجود اصیل خود می‌کند (آهنگریان، ۱۳۹۴). مارشال[4] ۱۹۸۰، به نقل از جواهری و یزدانی، ۱۳۹۵) بیان می‌کند که آگاهی مضاعف از نزدیک شدن به مرگ، فعالیت‌هایی مانند تامل در خویشتن، مرور خاطرات گذشته و ساختن آگاهانه یک تاریخ زندگی منسجم را شدت می‌بخشد. اگرچه تصور مرگ یک ندای بیدارباش است اما چیزی است که همواره سعی می‌کنیم از آن اجتناب کنیم (راسل،[5] ۱۹۷۸). ما در زندگی برای مرگ کمتر از هر چیز دیگر خود را آماده می‌کنیم، درحالی که می‌دانیم قطعی‌ترین رویدادی که در زندگی ما رخ می‌دهد، مرگ است. واقف‌بودن بر مرگ یا مرگ‌آگاهی با این‌که می‌تواند موجب رعب و وحشت شود ولی می‌تواند زمینه‌ساز یک زندگی خلاق باشد. یالوم[6] در فعالیت‌ها و پژوهش‌های خود، برای مرگ نقش محوری قائل است اما منتقدین او نظر دیگری دارند و معتقدند که مرگ‌آگاهی نه تنها مشکل افراد را حل نمی‌کند، بلکه ممکن است بر آن بیفزاید (بری اسمیت،[7] ۲۰۱۲). در روان شناسی وجودی[8] فوایدی برای مرگ‌آگاهی قائل هستند و معتقدند که آگاهی از مرگ به هستی انسان کمال و معنا می‌بخشد و هدف درمان در این مکتب، کمک برای چگونه زندگی کردن است، نه چگونه مردن. اندیشه مرگ زندگی را شکل می‌دهد و یکپارچه می‌سازد و باعث درکی از مسئولیت در زندگی می‌شود که آدمی از مرز وجود خود مطلع می‌شود (سلیمانی ۱۳۸۷). تفکر مرگ اصالت زندگی است. مرگ با فراهم کردن شرایطی، زندگی اصیل را برای ما ممکن می‌سازد. وقتی مرگ انکار شود، زندگی کوچک می‌شود (زمان‌شعار, ۱۳۹۱).

در مجموع می‌توان این‌طور گفت که پرداختن به مرگ و آگاهی از آن اهمیت فراوانی دارد و نوع نگاه و نگرش به مرگ کارکردها و پیامدهای متفاوتی به همراه دارد که بر سرنوشت انسان‌ها تاثیرگذار است؛ به عبارت دیگر، ناشناخته ماندن و ناشناخته گذاشتن فلسفه مرگ به‌عنوان پدیده‌ای حتمی و اجتناب‌ناپذیر، ممکن است افراد و در پی آن، جامعه را از برنامه‌ها، اهداف واقعی و چه‌بسا از حیات راستین دور سازد. در زمینه فلسفه مرگ، پیامدها و کارکردهای آن، نظریات متفاوتی هست که پذیرفتن هرکدام از این نظریات و

1 Moor
2 Sahan, Eroglu, Karatas, Mutluer, Ugurpala & Berkol
3 Langner
4 Marshal
5 Russell
6 Yalom
7 Berry-smith
8 Existential psychology

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

ا ستدلال‌ها، بدون تردید تأثیراتی را در مجموعه باورهای شخ صی و جمعی ا شخاص ایجاد می‌کند (صالحی و اکبرزاده ۱۳۹۴). درباره مرگ‌آگاهی، پیامدها و تأثیرات آن تحقیقاتی صورت گرفته؛ به‌عنوان مثال، روان‌شناسان اجتماعی پیامدهای مرگ‌آگاهی را برای چند دهه مورد مطالعه قرار داده‌اند. علاوه بر این، پژوهشگران رشته مدیریت به بررسی این مسئله پرداخته‌اند که مرگ‌آگاهی چگونه ممکن است بر عملکرد سازمانی تأثیر بگذارد (گرنت و ویدبنزونی،[1] ۲۰۰۹).

دوره جوانی مرحله‌ای از رشـــد اســـت که فرد جوان باید در آن نقش‌ها، تکالیف و توانایی‌های مختلفی را کســـب کند و به‌کارگیرد و همچنین روابط جدیدی را در حوزه‌های مختلف شغلی، تحصیلی و خانوادگی ایجاد کند تا بدین طریق، گذار از مرحله کودکی و نوجوانی به دوره بزرگ سالی محقق گردد. در طول سال‌های جوانی، با این‌که اغلب افراد، نوجوانی را پ شت سر گذا شته‌اند و طرح‌ها و گزینه‌های مختلف خود را دقیق‌تر از آن دوره برر سی می‌کنند اما هنوز از پذیرفتن نقش‌ها و م سئولیت‌های بزرگ سالی کمی فا صله دارند. از دیدگاه احدی و جمهری (۱۳۸۹، به نقل از علینقی‌لو، موسایی و سفیدگران، ۱۳۹۶) جوانی دوره‌ایست که فرد باید سبک زندگی خود را مشخص کند و به طرح و نقشه‌هایی که در دوره نوجوانی در ذهن دا شته جامه عمل بپو شاند. همچنین؛ جوانی دوره‌ای است که می‌تواند در برخی افراد نسبتا کوتاه مدت باشد در عین حال، برای برخی دیگر دو یا سه دهه ادامه داشته باشد؛ بنابراین، محدودیت یا یک بازه زمانی خاص، ویژگی بارز آن نی ست اما به طور کلی می‌توان گفت که ۱۹ تا ۳۰ سالگی را شامل می شود (فی ست،[2] فی ست و آن‌رابرتس؛[3] سیدمحمدی ۱۳۹۵). جوان در این دوره، از والدین و نهادهای شبه‌والدین مانند دانشگاه، مستقل می‌شود و به عنوان بزرگسال پخته و مسئول به صورت خودگردان‌تری عمل می‌کند، کارهای ثمربخش انجام می‌دهد و روابط صـــمیمانه برقرار می‌کند که این روابط به روابط جنســـی محدود نمی‌شود بلکه احساس تعهد و اهمیت دادن را نیز دربرمی‌گیرد. افراد در این سن می‌توانند هویت خود را در هویت فرد دیگری ادغام کنند بدون این‌که هویت خود را از د ست بدهند (شولتز[4] و شولتز؛ سیدمحمدی ۱۳۹۴). به بیان نراقی‌زاده (۱۳۹۴، به نقل از ح سینی، ۱۳۹۷) مطرح کردن م شکلات جوانان و شنا سایی آن‌ها امری ضروری به نظر می‌ر سد. یکی از د شوارترین دوره‌های زندگی هر فرد جوانی ا ست، جوانی دوره‌ای ا ست گذرا بین کودکی و بزرگ سالی که با بلوغ آغاز می شود، در این دوره بخش مهمی از فرهنگ و ویژگی‌های اجتماعی فرد ساخته می‌شود، یعنی می‌تواند به‌عنوان عضوی از جامعه مسئولیت‌های اجتماعی را بر عهده بگیرد.

مطالعاتی به برر سی نحوه ادراک و سازماندهی نوجوانان و جوانان از مرگ پرداخته‌اند. به عنوان مثال، نوپ و نوپ[5] (۱۹۹۷) در پژوهش خود ادراک نوجوانان از مرگ را در سه دوره سنی شامل دوره ابتدایی نوجوانی، دوره میانی نوجوانی و دوره پایانی نوجوانی بررسی کردند و دریافتند که افراد در دوره ابتدایی نوجوانی مرگ را به منزله جدایی جســمانی از خانواده و دوســتان در نظر می‌گیرند و ادراک جســمی و غیرروحانی نسبت به آن دارند و همچنین، هیچ‌گونه نگرانی و اضطرابی از مرگ ندارند. دیدگاه گروه دوم یعنی افراد در دوره میانی نوجوانی کمی متفاوت بود. آن‌ها به این‌که پس از مرگ چه اتفاقی می‌افتد فکر می‌کردند و نســـبت به کامل‌کردن نامه اعمال خود دغدغه و نگرانی داشتند، همچنین به میزانی که اعتقاد بیشتری به بقای روح پس از مرگ داشتند، رفتارهای پرخطر کمتری بروز می‌دادند. در نهایت گروه سوم یعنی افرادی که در دوره پایانی نوجوانی قرار داشتند، نسبت به زندگی پس از مرگ دارای عقاید و باورهای مطمئن‌تری بودند و مرگ را حرکت روح به سمت جهان آخرت می‌پنداشتند و به همین دلیل برای رعایت اخلاقیات فردی اهمیت بیشتری قائل بودند.

ابین[6] (۲۰۰۹) مواردی را بررسی و تجزیه و تحلیل کرد که در آن‌ها، جوانان به زندگی بی‌اعتنایی نشان می‌دهند و متوجه می‌شوند که در خانه خود فر صت محدود و اندکی برای ایجاد چ شم‌انداز زندگی و مرگ دا شتند. وی بر همین ا ساس ا ستدلال کرد که مدارس نقش مهمی در توســعه این چشــم‌انداز دارند. جوانان به دلایل مختلف، از جمله افزایش تعداد مرگ و میر در بیمارســتان‌ها (بر خلاف مرگ در خانه) و شیوع بازی‌های ویدیویی، به‌طور فزاینده‌ای نسبت به واقعیت مرگ عایق می شوند. بنابراین، ضروری ا ست که به جوانان در مورد واقعیت زندگی و مرگ در مدارس آموزش داده شـود. نوعی آموزش مرگ که هم بر زندگی و هم بر مرگ متمرکز باشـد، به جوانان کمک می‌کند زندگی بهتری داشته باشند. به گفته دیکن[7] (۲۰۰۱) آموزش مرگ مترادف با آموزش زندگی است به این دلیل که مردم را ترغیب

1 Grant & Wade-Benzoni
2 Feist
3 Annroberts
4 Schultz
5 Noppe & Noppe
6 Ebine
7 Deeken

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

می‌کند تا از زمان محدود خود نهایت استفاده را ببرند. هی و اونجو[1] (۲۰۰۹) در نتیجه پژوهش خود دریافتند که احساس رضایت بالاتری در بین افرادی که آموزش مرگ می‌بینند وجود دارد. به اعتقاد شیرای[2] (۱۹۹۴)، بحث درباره مرگ و مرگ‌آگاهی بر دیدگاه‌های جوانان در زندگی و به‌ویژه بر نحوه استفاده از زمان تاثیر دارد. ایشی[3] (۲۰۱۳) در مطالعه‌ای به‌صورت تجربی نشان داد که تفکر در مورد مرگ نگرش زمانی مثبت را تسهیل می‌کند. از نظر گلدنبرگ و آرنت[4] (۲۰۰۸) افکار آگاهانه در مورد مرگ احتمالاً باعث می‌شود تا افراد قصد بیشتری برای انجام رفتار سالم داشته باشند. پژوهشی دیگر نشان داده است که آگاهی از مرگ همچنین می‌تواند منجر به ایجاد روابط مثبت با دوستان، خانواده و عزیزان و همین‌طور باعث مشارکت مفید در جامعه شود. فکر به مرگ، از همزیستی بین‌گروهی مسالمت‌آمیز پشتیبانی می‌کند و می‌تواند رفتارهای خاص غنی‌سازی از قبیل ابراز خلاقیت یا کاوش در تازگی‌ها را تقویت کند (ویل، جول[5]، آرنت، وس، روتلج و روتینز[6]، ۲۰۱۲).

آن‌چه بیان شد گوشه‌ای از نتیجه پژوهش‌ها و اشارات صاحب‌نظران، فلاسفه و ائمه در باب مرگ و اهمیت و ضرورت آگاهی از مرگ است. پژوهش‌های بیان شده نشان از این دارد که توجه به مرگ مخصوصا در دوره جوانی که فرد در شرف برنامه‌ریزی برای آینده خود است، می‌تواند بر باور، رفتار و اهداف جوانان تاثیر بگذارد و به آن‌ها جهت دهد. علاوه بر این، تجربیات محقق در مصاحبه با نوجوانان درباره تأثیر و پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگیشان حاکی از آن است که مرگ‌آگاهی می‌تواند بر تغییر و بهبود ارزش‌ها، نگرش‌ها، طرز رفتار و هدف‌گذاری‌ها نقشی قابل توجه داشته باشد. با توجه به آنچه بیان شد و همچنین جستوجو و بررسی پیشینه پژوهش‌های گذشته، محقق نتوانست به پیشینه داخلی مرتبط با عنوان پژوهش خود دست یابد و خلا پژوهشی در این زمینه و در ارتباط با مرگ‌آگاهی در بین قشر جوان در کشورمان مشهود است. به همین دلیل پژوهشگر درصدد دستیابی به پاسخ این سؤال است که مرگ و مرگ‌آگاهی از نظر جوانان چه معنا و مفهومی دارد و همچنین آگاهی از مرگ در زندگی آنان چه پیامدهایی دارد؟

روش

این پژوهش به شیوه کیفی و با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی توصیفی انجام شده است. اصلی‌ترین ویژگی متمایزکننده تحقیق کیفی این است که رویکرد مذکور امکان بررسی موضوعات را از دیدگاه شرکت‌کنندگان در پژوهش ممکن می‌سازد. داده‌های بدست آمده با روش کلایزی[7] کدگذاری، تحلیل و طبقه‌بندی شد؛ بدین صورت که محتوای هر مصاحبه به دقت مطالعه و بررسی شد و عبارات مشترک و مرتبط مشارکت‌کنندگان در قالب واحدهای معنایی در کنار یکدیگر قرار داده شد سپس این واحدهای معنایی در طبقه‌ای جامع‌تر منجر به شکل‌گیری مضامین مختلف شد. نمونه‌گیری در پژوهش حاضر به شیوه هدفمند صورت پذیرفت و پژوهشگر به‌صورت هدفدار، مردان جوان دانشجو یا فارغ‌التحصیلی که در سن ۲۰ تا ۳۵ سال قرار داشتند و ساکن مناطق ۲، ۱۳، ۱۶ و ۱۸ شهر تهران در سال ۱۳۹۸ بودند را انتخاب کرد تا بتواند از طریق آن‌ها اطلاعات لازم را تهیه و جمع‌آوری کند. در این پژوهش بر اساس اصل اشباع، نمونه‌گیری تا زمانی ادامه یافت که داده‌های جدید بدست‌آید و هنگامی که داده‌ها به مرحله تکرار رسید، روند نمونه‌گیری متوقف شد که این کار یعنی اتمام نمونه‌گیری پس از مصاحبه با ۱۱ نمونه انجام شد. همچنین لازم به ذکر است که وجود یک یا چند مورد از ملاک‌های زیر برای پذیرش افراد به عنوان مصاحبه‌شونده در این پژوهش مدنظر قرار گرفت: ۱- مشارکت‌کننده درباره مفهوم مرگ و مرگ‌آگاهی مطالعه کرده و اطلاعاتی داشته باشد. ۲- مشارکت‌کننده تجاربی نزدیک به مرگ مثل تصادف را تجربه کرده باشد. ۳- مشارکت‌کننده حداقل تجربه فوت یکی از اقوام نزدیک خود را داشته باشد. به منظور ارزیابی ملاک‌های فوق، ابتدا با هر مشارکت‌کننده به صورت حضوری یا تلفنی صحبت و ملاک‌های ورود به پژوهش در آن‌ها بررسی شد و پس از این‌که از سوی پژوهشگر برای حضور در پژوهش واجد شرایط تشخیص داده شدند، به منظور انجام مصاحبه زمان و مکانی که برای مشارکت‌کننده مناسب و راحت باشد، تعیین شد.

1 Hee & Eunjoo
2 Shirai
3 Ishii
4 Goldenberg & Arndt
5 Vail & Juhl
6 Vess, Routledge & Rutjens
7 Colaizzi

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

ابزار سنجش

جمع‌آوری اطلاعات با انجام مصاحبه نیمه‌ساختاریافته[1]که توسط خود پژوهشگر انجام می‌شد، صورت پذیرفت. می‌توان گفت که مصاحبه کلیدی‌ترین و اصلی‌ترین شیوه جمع‌آوری اطلاعات در تحقیق کیفی است و موجب می‌شود مصاحبه‌شوندگان عقاید و نظرات خود را درباره موضوع مورد مطالعه به آن صورتی که آن را تجربه و ادراک می‌کنند، بیان کنند. هدف محقق نیز، درک و فهم آن چیزی است که مشارکت‌کنندگان توصیف می‌کنند. پیش از آغاز مصاحبه‌ها و جمع‌آوری اطلاعات، با مشورت اساتید چندین سوال مرتبط با موضوع پژوهش طرح شد. در شروع هر مصاحبه پس از صحبت‌های مقدماتی و تشکر از مشارکت‌کننده به منظور زمانی که به پژوهش اختصاص داده است و برقراری یک ارتباط دوستانه، سوالات در قالب یک مصاحبه نیمه‌ساختاریافته از وی پرسیده شد. لازم به ذکر است که یکی از ویژگی‌های این نوع مصاحبه این است که در حین مصاحبه و در صورت طرح مضامین و موضوعات جدید و جالب، محقق می‌تواند آن‌ها را پیگیری‌کند که پژوهشگر هر جا که لازم بود با استفاده از سوالات مناسب به منظور روشن‌سازی و پیگیری این کار را انجام داد. پس از هر مصاحبه، محتوای آن به صورت کامل تایپ و سپس کدگذاری و تحلیل شد. پژوهشگر به منظور اعتباریابی، تحلیل و کدگذاری هر مصاحبه را به سمع و نظر اساتید می‌رساند تا آن‌ها صحت و درستی کدگذاری‌ها را ارزیابی و تایید کنند.

در حین پژوهش و مصاحبه‌ها، ملاحظات اخلاقی زیر مدنظر بوده است: ۱- قبل از آغاز هر مصاحبه از افراد رضایت آگاهانه گرفته شد و اهداف پژوهش برای آن‌ها توضیح داده شد. ۲- از کلیه آزمودنی‌ها اجازه ضبط صدا گرفته شد. ۳- به مشارکت‌کنندگان اطمینان داده شد که مصاحبه و صحبت‌های آن‌ها محرمانه خواهد بود و نام و هویتشان فاش نخواهد شد. ۴- لازم به ذکر است که مصاحبه‌شوندگان این اختیار را داشتند که در هر زمان، از ادامه مشارکت در پژوهش انصراف دهند.

یافته ها

از مجموع ۱۱ مرد مشارکت‌کننده، ۹ نفر مجرد و ۲ نفر متاهل بودند. ۸ نفر از افراد در یکی از مقاطع لیسانس و فوق لیسانس مشغول به تحصیل و ۳ نفر فارغ‌التحصیل بودند. مشارکت‌کنندگان در بازه سنی ۲۰ تا ۳۵ سال قرار داشتند و میانگین سنی آن‌ها ۲۶ سال بود. در ادامه، یافته‌های پژوهشی در قالب جداول و توضیحات بیان شده است.

۲

- مرگ و مرگ‌آگاهی چه معنا و مفهومی نزد جوانان دارد؟

عبارات مشارکت‌کنندگان	واحدهای معنایی	مضامین
۱- مرگ یه پدیده طبیعیه که چون جنس انسان به هر حال جوریه که تاریخ انقضایی داره اگر اتفاق خاصی توی زندگی آدم نیفته به هر حال یک جایی می‌رسه که این مرگ اتفاق می‌افته. ۲- چیزی که با همه وجود درک کردم اینه که مرگ نیستیه یعنی پایان هرچیزی و این یه مقدار سخته وقتی آدم بهش فکر می‌کنه.۳ - مرگ برای همه یه روزی پیش میاد و جای گریزی ازش نیست. ۴- مرگ یه واقعیتیه که وجود داره.	مرگ به مثابه یک پدیده طبیعی مرگ به مثابه نیستی و پایان واقعی و حتمی بودن مرگ	پایان‌بخشی به زندگی
۱- به هر حال توی آموزه‌های دینیمون داریم که مرگ رو به عنوان یه پلی در نظر بگیرید که شما رو از یک دنیای فانی انتقال میده به یه دنیای باقی و با حیات جاودانه و یه جوری محصول کار این دنیا قراره اون دنیا بهت داده بشه. ۲- از نظر من مرگ یک گذرگاهه. ۳- مرگ جدا شدن روح از زندان تنه و بازگشت روح به عالمی که به اونجا تعلق داشته. ۴- من فکر نمی‌کنم مرگ انقدر چیز بدی باشه که هی میگن	مرگ به مثابه پل و گذرگاه جدایی روح از بدن تجربه جدید و جذاب	انتقال

1 Semi-structured interview

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

اونور پدرتو درمیارن و ... بعید می‌دونم این جوری باشـــه. بیشـــتر حس می‌کنم که تجربه جذاب تره. فکر می‌کنم یه فضای تازه است.		
۱- وقتی اسم مرگ میاد ما باید منتظر قضاوت باشیم. اینکه اگه کارای خوبی کردیم ســـرنوشـــت خوبی درانتظارمونه و اگر کار بدی کردیم سرنوشت بدی در انتظارمونه.	تداعی‌کننده قضاوت	رویت نتیجه اعمال
۱- موقعی که مرگ دیگرانو می‌بینم یا به مرگ فکر می‌کنم به کم ارزش بودن زندگی خیلی پی می‌برم. ۲- به طور کلی مرگ برای من هم راستای اینه که چقدر زندگی الکیه. چقدر گذراست. بی‌ارزشیه دنیا.	بی‌ارزشی دنیا	هدف نبودن دنیا
۱- گاهی اوقات ممکنه حالم بد شـه یعنی انقدر آزاردهنده میشـه برام که درواقع احساس می‌کنم حالم بد شده. ۲- خیلی برام مبهمه دوست دارم بدونم واقعا چه اتفاقی قراره بیفته. ۳- به مرگ که فکر می‌کنم بدنم می‌لرزه واقعا. احسـاس می‌کنم یه جور خاصـی میشـم. تپش قلب می‌گیرم و اضـطراب. ۴- احسـاس ترس خیلی پررنگه برام در رابطه با مرگ. فکر می‌کنم درصد زیادی از آدما بترسن از مرگ.	حس بد داشتن به مرگ مبهم بودن مرگ ترس و اضطراب مرگ	احساسات و هیجانات
۱- وجود مرگ میشـه عدالت. زمانی که مرگ برای همه باشـه میشـه عدالت زمانی که نباشـــه میشـــه بی‌عدالتی پس عدالت باید برای همه رعایت بشه. ۲- احساسم اینه که مرگ لازمه باشه یعنی انگار اگه مرگ نبا شه دچار یه بیهودگی میشه آدم یعنی از نظر من مرگ یه نعمته که برای هر انسانی گذاشته شده. ۳- وجود مرگ به درک مفهوم زندگی و ارزشـــمند دونســـتن اون کمک می‌کنه. اگه مرگی نبود فکر می‌کنم که زندگی بی‌معنا می‌شد.	مرگ به مثابه عدالت مرگ به مثابه یک نعمت معنابخشی مرگ به زندگی	فواید مرگ
۱- به نظر من مرگ‌آگاهی لازمه یعنی نه به این معنا که شما هر صبح پاشی به مرگ فکر کنی به این معنا که مرگو باهاش به عنوان یه دغدغه آدمی مواجه شـده باشـی خیلی لازمه چون به نظر من حل شـدنش به زندگی کمک می‌کنه. ۲- مرگ‌آگاهی خوبه چون تاثیر مثبتی داره تو زندگی. ۳- وجود مرگ‌آگاهی از نظر من آره خوبه و ضـــرورت داره و کمک‌کننده است.	ضرورت رویارویی با مرگ خوب و مفید بودن مرگ‌آگاهی	ضرورت و سودمندی مرگ-آگاهی

مضمون اول: پایان‌بخشی به زندگی که شامل سه واحد معنایی است: ۱- مرگ به مثابه یک پدیده طبیعی ۲- مرگ به مثابه نیستی و پایان ۳- واقعی و حتمی بودن مرگ: " مرگ برای همه یه روزی پیش میاد و جای گریزی ازش نیســـت.- احســـاســـم اینه که مرگ مثل خیلی اتفاقای دیگه تو زندگی آدم یه واقعیتیه که حتما اتفاق می‌افته". مضمون دوم: انتقال که دارای سه واحد معنایی می‌باشد: ۱- مرگ به مثابه پل و گذرگاه ۲- جدایی روح از بدن ۳- تجربه جدید و جذاب: " به هر حال توی آموزه‌های دینیمون داریم که مرگ رو به‌عنوان یه پلی در نظر بگیرید که شـــما رو از یک دنیای فانی انتقال میده به یه دنیای باقی و با حیات جاودانه و یه جوری محصـــول کار این دنیا قراره اون دنیا بهت داده بشـه- از نظر من مرگ یک گذرگاهه ". مضـمون سـوم: رویت نتیجه اعمال. این مضـمون فقط یک واحد معنایی دارد: تداعی‌کننده قضـــاوت: " وقتی اســـم مرگ میاد ما باید منتظر قضـــاوت باشـــیم. اینکه اگه کارای خوبی کردیم ســـرنوشـــت خوبی درانتظارمونه و اگر کار بدی کردیم سرنو شت بدی در انتظارمونه". م ضمون چهارم: هدف نبودن دنیا که واحد معنایی آن بی‌ارز شی دنیا نامگذاری شـده اسـت: " موقعی که مرگ دیگرانو می‌بینم یا به مرگ فکر می‌کنم به کم ارزش بودن زندگی خیلی پی می‌برم". مضـمون پنجم: احساسات و هیجانات که شامل سه واحد معنایی است: ۱- حس بد داشتن به مرگ ۲- مبهم بودن مرگ ۳- ترس و اضطراب مرگ: " خیلی دو ست دارم بدونم بعد از اینکه می‌میرم چه اتفاقی میخواد بیفته یعنی کنجکاوم که بدونم- به مرگ که فکر می‌کنم بدنم می‌لرزه واقعا. احساس می‌کنم یه جور خاصی میشم. تپش قلب می‌گیرم و اضطراب". مضمون ششم: فواید مرگ با سه واحد معنایی: ۱-مرگ به مثابه عدالت ۲- مرگ به مثابه یک نعمت ۳- معنابخشـــی مرگ به زندگی: اگر بگیم خداوند عادله، پس باید چیزی باشـه. این همه تلاش

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

کنی این همه کو شش کنی و بعدش تمام. اگه قرار با شه عدالت خداوند رو بهش معتقد با شیم این‌که خداوند عادله باید اونور با شه چون خیلی‌ها اینور بد زندگی کردن یا بد فوت کردن- وجود مرگ به درک مفهوم زندگی و ارزشـــمند دونســـتن اون کمک می‌کنه. اگه مرگی نبود فکر می‌کنم که زندگی بی‌معنا می‌شـد". مضـمون هفتم: ضـرورت و سـودمندی مرگ‌آگاهی که دو واحد معنایی دارد: ۱- ضـرورت رویارویی با مرگ ۲- خوب و مفید بودن مرگ‌آگاهی: " به نظر من مرگ‌آگاهی لازمه یعنی نه به این معنا که شما هر صبح پاشی به مرگ فکر کنی به این معنا که مرگو باهاش به عنوان یه دغدغه آدمی مواجه شـده باشـی خیلی لازمه چون به نظر من حل شـدنش به زندگی کمک می‌کنه".

۳- مرگ‌آگاهی چه پیامدهایی در زندگی جوانان دارد؟

عبارات مشارکت‌کنندگان	واحدهای معنایی	مضامین
۱- مرگ‌آگاهی توی رفتارهای مذهبی و کارهای معنوی می‌تونه تاثیر بذاره به نظرم. کســـی که مذهبیه چون به مرگ و بعد از مرگ اعتقاد داره شـــاید از نظر اون مرگ یه چیز دیگه باشـــه. ۲- فکر می‌کنم این اتفاق بیفته و اعمال مذهبی برام پررنگ‌تر بشـــه. ۳- اگه مرگ‌آگاهیم بیشتر بشه زیارت زیاد میرم. ۴- مثلا یه مقدار توبه کنم. شاید یه مقدار کار خیر بیشتر انجام بدم.	موثر در معنویت و اعمال مذهبی موجب زیارت رفتن انجام کار خیر	تعهد در انجام اعمال مذهبی
۱- از خودم مراقبت می‌کنم مثلا میگم بیماری میاد ماســـک بزنم که من مریض نشم چند روزم درگیر این قضیه بشه کارم عقب بیفته چون وقت ندارم من برای این درگیری. ۲- سعی می‌کنم مراقبتو بیشتر کنم. از همه لحاظ از روانم از جســـمم از رفتارم. ۳- توی بحث مدل رفتاری احساس می‌کنم که خیلی حواسم به رفتارم هست. ۴- سعی می‌کنم خیلیا رو ناراحت نکنم و بیشتر مراقب رفتارم هستم.	مراقبت از جسم مراقبت از اعمال	خودمراقبتی جسمانی و رفتاری
۱- اگه خیلی بخوام درگیر مرگ باشم انرژی و فعالیتم کم میشـه. ۲- شـــاید با انرژی خیلی بیشـــتری فعالیت کنم. ۳- اتفاقا خیلی فعال‌تر و پویاتر میشم.	کاهش انرژی و فعالیت افزایش انرژی و فعالیت	انرژی و فعالیت
۱- به این معنی که هیچی اهمیت نداره شاید یه حالت افسردگی. ۲- مرگ‌آگاهی باعث میشـــه که توی جامعه خشـــونت بیشـــتر بشـــه. ۳- حداقلش اینه که یه اضطراب که نمودش تو زمینه‌های مختلفه از دوش انسان برداشته میشه یعنی اضطرابی رو دیگه نداری اضطراب خیلی بنیادینی نداری. ۴- تنها موردی که هســـت غبطه خوردن نســـبت به زمانیه که ازش استفاده نکردم.	ناراحتی افزایش خشونت رفع اضطراب غبطه‌خوردن	موثر در کنش احساسی
۱- مثلا کسی که بیشتر دوسش دارمو بیشتر بهش محبت کنم. ۲- هر چی مرگ‌آگاهی بیشـــتر بشـــه این احســـاس که آدم دلش بخواد اثر مثبت‌تری بذاره روی بقیه و دنیا رو به جای قشـــنگ‌تری تبدیل کنه بیشتر میشه. ۳- فرد موقعی که آگاهیش از مرگ میره بالا بیشتر فکر کنم تو روابطش با اطرافیان خیلی توجه و تمرکزش بیشـــتر میشـــه. روابط بین‌فردی خیلی متفاوت‌تر میشـــه. ۴- تو فضـــای ارتباطی تلاش می‌کنم با اونایی که خیلی دوســـشـــون دارم خیلی وقت بگذرونم خیلی بیشتر چه دوست چه خانواده چه فامیل.	کمک و محبت به دیگران موثر در روابط بین‌فردی عشق‌ورزی و توجه به خانواده	روابط با دیگران
۱- مثلا کاری که دوسش دارمو بیشتر انجام بدم کاری که میخواستم در آینده انجام بدم و موکول کردم به آینده رو الان انجامش بدم. ۲- زمانی که با مفهوم مرگ آشـــنا میشـــیم می‌بینیم که یه فرصـــت اندک داریم از این فرصت باید استفاده کنیم. ۳- قدر زندگی رو می‌دونی قدر	انجام کارهای لذت‌بخش و موردعلاقه توجه به محدودیت زمان قدردان زندگی بودن در لحظه زندگی کردن	زندگی بهتر

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

زمانو می‌دونی. ۴- شـاید با تمام مسـائل سـعی کنم الانو بچسـبم. این تفکرو دارم و میگم خب این اتفاق قراره بیفته منم که نمیتونم کاری براش بکنم پس الانمو خراب نکنم. الان حداقل درست عمل کنم وقتی که موقعش رسـید باهاش مواجه میشـم. ۵- فکر میکنم این تفکر به مرگ این روبرو شدنه باعث شد یه جاهایی خیلی آسون بگیرم. ۱۲- مفهوم مرگ کمک کرده ما یه زندگی خوب داشته باشیم.	راحت‌تر گرفتن زندگی داشتن زندگی خوب	
۱- می‌شینم از خودم یه چیزی می‌نویسم می‌شینم یه جزوه می‌نویسم. اره این کارو می‌کنم حتما یه کتاب می‌نویسـم یه دفتر برنامه‌ریزی خوب می‌نویسم برای خودم. می‌ذارم که یادگار بمونه. ۲- شاید خیلی دیگه دغدغه آدم مادی نباشـه این‌که دنبال پول باشـی. ۳- به نظر من آدمو به سـمت یه معنایی هم پیش می‌بره که معنادارتر زندگی کنیم چون می‌دونی که داسـتان از چه قراره. ۴- تو با این مرگ‌آگاهیه به نظرم دیدگاهت نسـبت به زندگی هم عوض میشـه. ۵- ما اگه بدونیم مرگمون نزدیکه خیلی از کارا رو با سرعت بیشتر و قطعی‌تر حتما انجام می‌دیم. ۶- فکر کنم اگه آگاهی من از مرگ بالا باشـه موجب رشـدم میشـه. ۷- زمانی که خودمو قرار می‌دم تو جایی که قراره مثلا یه ماه دیگه بمیرم کلی برنامه می‌ریزم. ۸- مفهوم مرگ اینجا میتونه کمک کنه که تو بیشتر خودتو بشناسی بیشتر اعمالتو اخلاقیاتو درک کنی.	چیزی به یادگار گذاشتن عدم توجه به مادیات معنابخشی به خود و زندگی تغییر دیدگاه و نگرش سرعت بخشیدن به کارها رشد برنامه‌ریزی خودشناسی	رشد و اعتلای شخصی
۱- موقع مرگ‌آگاهی اهدافم انسانی‌تر میشه و جنبه جمعی رو در نظر می‌گیرم و وا سه جامعه مثمرثمر با شم مثلا جون یکی رو نجات بدم یا اگه معلم شـدم بتونم دانش آموزا رو درسـت بار بیارم و به رشـدشـون کمک کنم. ۲- اگه من بدونم فردا قراره بمیرم رفتارم با الان که دارم عمل می‌کنم قطعا متفاوته.	تغییر اهداف تغییر رفتار	موثر در اهداف و رفتار فرد

مضمون اول: تعهد در انجام اعمال مذهبی که دارای سه واحد معنایی است: ۱- موثر در معنویت و اعمال مذهبی ۲- موجب زیارت رفتن ۳- انجام کار خیر: " مرگ آگاهی توی بحث معنوی هم هست یعنی این‌که توی معنویت هم اثر داره. طرف مثلا شاید تعهده کارای عبادیش برای خودش بیشتر بشه- اگه مرگ‌آگاهیم بیشتر بشه زیارت زیاد میرم". مضمون دوم: خودمراقبتی جسمانی و رفتاری است و شامل دو واحد معنایی است: ۱- مراقبت از جسم ۲- مراقبت از اعمال: " از خودم مراقبت می‌کنم مثلا میگم بیماری میاد ماسک بزنم که من مریض نشم چند روزم درگیر این قضیه بشه کارم عقب بیفته چون وقت ندارم من برای این درگیری- سعی می‌کنم خیلیا رو ناراحت نکنم و بیشتر مراقب رفتارم هستم".مضمون سوم: انرژی و فعالیت که دو واحد معنایی دارد: ۱- کاهش انرژی و فعالیت ۲- افزایش انرژی و فعالیت: " اگه خیلی بخوام درگیر مرگ باشم انرژی و فعالیتم کم میشه- اتفاقا خیلی فعال‌تر و پویاتر میشم.".مضمون چهارم: موثر در کنش احساسی که شامل چهار واحد معنایی است: ۱- ناراحتی ۲- افزایش خشونت ۳- رفع اضطراب ۴- غبطه خوردن: " مرگ‌آگاهی باعث میشه که توی جامعه خشونت بیشتر بشه- حداقلش اینه که یه اضطراب که نمودش تو زمینه‌های مختلفه از دوش انسان برداشته میشه یعنی اضطرابی رو دیگه نداری اضطراب خیلی بنیادینی نداری".مضمون پنجم: روابط با دیگران با سه واحد معنایی: ۱- کمک و محبت به دیگران ۲- موثر در روابط بین‌فردی ۳- عشق‌ورزی و توجه به خانواده: " فرد موقعی که آگاهیش از مرگ میره بالا بیشتر فکر کنم تو روابطش با اطرافیان خیلی توجه و تمرکزش بیشتر میشه. روابط بین‌فردی خیلی متفاوت‌تر میشه- حس می‌کنم که بهتر اینه که برم و به خانوادم اون‌جوری که باید عشق بورزم و باهاشون باشم و حرفشونو بشنوم. بودن با اعضای خانواده".مضمون ششم: زندگی بهتر که این مضمون شامل شش واحد معنایی است: ۱- انجام کارهای لذت‌بخش و موردعلاقه ۲- توجه به محدودیت زمان ۳- قدردان زندگی بودن ۴- در لحظه زندگی کردن ۵- راحت‌تر گرفتن زندگی ۶- داشتن زندگی خوب: " قدر زندگی رو می‌دونی قدر زمانو می‌دونی- ترجیح میدم برم سفر کنم حداقل چند جا رو ببینم و واقعا اوج لذتو از زندگی ببرم".مضمون هفتم: رشد و اعتلای شخصی که دارای ۸ واحد معنایی می‌باشد: ۱- چیزی به یادگار گذاشتن ۲- عدم توجه به مادیات ۳- معنابخشی به خود و زندگی ۴- تغییر دیدگاه و نگرش ۵- سرعت بخشیدن به

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

کارها ۶- رشد ۷- برنامه‌ریزی: " الان بهم بگن که یه ماه دیگه می‌میری یا وقتی به مرگ فکر می‌کنم مال و اموال اصلا یادم میره دیگه اصلا واسم مهم نیستن اگه داشته باشم میگم خب به چه دردم میخوره اینا چه کمکی میتونه به من بکنه وقتی دارم می‌میرم- ما اگه بدونیم مرگمون نزدیکه خیلی از کارا رو با سرعت بیشتر و قطعی‌تر حتما انجام می‌دیم".مضمون هشتم: موثر در اهداف و رفتار فرد با دو واحد معنایی: ۱- تغییر اهداف ۲- تغییر رفتار: " موقع مرگ‌آگاهی اهدافم انسانی‌تر میشه و جنبه جمعی رو در نظر می‌گیرم و واسه جامعه مثمرثمر باشم مثلا جون یکی رو نجات بدم یا اگه معلم شدم بتونم دانش‌آموزا رو درست بار بیارم به رشدشون کمک کنم- اگه من بدونم فردا قراره بمیرم رفتارم با الان که دارم عمل می‌کنم قطعا متفاوته".

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش با هدف مطالعه مفهوم مرگ و مرگ‌آگاهی از نظر جوانان و بررسی پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی آنان انجام شد. از تحلیل و بررسی مصاحبه‌های انجام شده در رابطه با معنا و مفهوم مرگ از نظر جوانان، ۷ مضمون استخراج شد. یافته‌ها درباره مضامین پایان‌بخشی به زندگی، انتقال، هدف نبودن دنیا و رویت نتیجه اعمال چنین است که جوانان مرگ را یک پدیده طبیعی و حتمی می‌دانند و نسبت به قطعیت مرگ، آگاهی دارند. آن‌ها همچنین مرگ را به مثابه یک گذرگاه و انتقال در نظر دارند. اگرچه با مرگ زندگی دنیوی پایان می‌یابد اما به واسطه این انتقال، در دنیای دیگری مورد قضاوت قرار می‌گیریم و نتیجه اعمال خود را خواهیم دید پس صرفا نباید این دنیا و تعلقاتش را هدف خود قرار دهیم. یافته پنجم مربوط به احساسات و هیجانات بود که مشارکت‌کنندگان در هنگام فکر به مرگ و تعریف آن احساسات مختلفی از جمله ابهام، ترس و اضطراب را تجربه می‌کردند. در نهایت نظر به دو یافته آخر که مربوط به فواید مرگ و ضرورت و سودمندی آگاهی از مرگ است، جوانان مشارکت‌کننده بر این باور بودند که مرگ به مثابه یک نعمت است و موجب معنابخشی به زندگی می شود؛ همچنین اظهار داشتند که فکر به مرگ و آگاهی از آن سودمند است و در زندگی یک ضرورت محسوب می شود. یافته‌های پژوهشی با نتیجه پژوهش تابعی، یوسفی و صدیق‌اورعی (۱۳۹۶) همخوان است؛ آنان در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که اگرچه افراد مرگ را پدیده‌ای قطعی و گریزناپذیر می‌دانند، با این حال تلاش می‌کنند که ترس خود از مرگ را به شیوه‌های مختلف مانند انکار، مهار نمایند. یافته‌های پژوهش حاضر همچنین با نتیجه پژوهش بشرپور، وجودی و عطارد (۱۳۹۳) همسو است؛ آن‌ها معتقدند افرادی که نسبت به مرگ نگرش مثبت دارند و پذیرفته‌اند که مرگ پایان و فنا نیست بلکه انتقال از یک جهان به جهانی دیگر است، از کیفیت زندگی بهتر، امیدواری و سلامت روانی بیشتری برخوردار می‌باشند. یافته‌ها با پژوهش لنگنر (۲۰۰۲) نیز همخوان است؛ به اعتقاد وی، فکر مرگ همواره با انسان‌هاست و آن‌ها نسبت به حتمی بودن مرگ خود آگاه هستند. ابین (۲۰۰۹) آموزش به جوانان در مورد واقعیت زندگی و مرگ در مدارس را ضروری می‌داند. به اعتقاد وی، نوعی آموزش که هم بر زندگی و هم بر مرگ متمرکز باشد، به جوانان کمک می‌کند زندگی بهتری داشته باشند که پژوهش و استدلال او با نتایج پژوهش حاضر همسو است. ایشی (۲۰۱۳) در مطالعه خود به‌صورت تجربی نشان داد که فکر کردن به مرگ نگرش زمانی مثبت را تسهیل می‌کند. از نظر گلدنبرگ و آرنت (۲۰۰۸) افکار آگاهانه در مورد مرگ احتمالاً باعث می‌شود تا افراد قصد بیشتری برای انجام رفتار سالم داشته باشند. یافته ها با نتایج این دو پژوهش نیز همخوان است

در تبیین یافته‌هایی که مرتبط با معنا و مفهوم مرگ از نظر جوانان است می‌توان این‌گونه گفت که آنان تعاریف و نگرش‌های متفاوتی نسبت به مرگ داشتند اما همگی بر این باور بودند که مرگ امری حتمی است و راه فرار و گریزی از آن نیست. با این حال نکته جالب توجه این است که دقیقا لحظه‌ای که به مرگ و اجتناب‌ناپذیر بودن آن اذعان داشتند، کمی به فکر فرو می‌رفتند گویی حقیقت تلخی به آن‌ها یادآوری می شد. مسئله‌ای که هرچند بدان باور داشتند اما انگار نمی‌خواستند این مطلب را به یاد آورند و سعی در انکار و به بیان دقیق‌تر فراموشی آن داشتند. البته می‌توان ریشه این فراموشی را در ترس از مرگ جستجو کرد؛ ترسی که شاید از ابهام مرگ نشئت می‌گیرد، از این‌که مرگ تقریبا برای همه ما انسان‌ها امری ناشناخته است و نمی‌توانیم خیلی دقیق درباره آن صحبت کنیم چون پدیده‌ایست غیر قابل بازگشت که هر کس آن را تجربه کند دیگر قادر به حضور در دنیا نخواهد بود. به همین دلیل این ناشناخته بودن می‌تواند عاملی احتمالی برای ترس افراد از مرگ باشد. درباب تبیین مضمون انتقال و رویت نتیجه اعمال می‌توان به آموزه‌های دینی و فرهنگی و همچنین محتوای آموزشی مدارس اشاره کرد. افراد در طی سال‌های آموزشی خود در مدارس، تقریبا هر ساله محتوای متنوع

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

دینی و مخصوصا مطالب مربوط به مرگ را در قالب کتابی به اسم معارف یا دین و زندگی فرامی‌گیرند که بیشتر این مطالب درباره مرگ، بدین موضوع اشاره دارد که مرگ، دروازه ورود به دنیایی دیگر است؛ دنیایی که در آن مورد قضاوت قرار می‌گیرید و نتیجه اعمال و رفتار خود را هر چه که باشد می‌بینید. همین مطلب می‌تواند دلیلی بر اشاره جوانان مشارکت‌کننده در پژوهش به مضمون انتقال و رویت نتیجه اعمال باشد. در تبیین هدف نبودن دنیا می‌توان این‌گونه گفت که انسان همیشه بدنبال چیزهای باارزش است و از نظر منطقی، پیگیری و دنبال کردن چیزهایی که از نظر مادی یا معنوی ارزشی ندارند، برای وی کاری عبث و بیهوده است. بر این اساس، زمانی که جوانان مفهوم مرگ را برای خود مجسم می‌کنند و به آن فکر می‌کنند، به بی‌ارزشی دنیا پی می‌برند و هدف نبودن دنیا و تعلقاتش بیش از پیش برایشان مسجل می‌شود.

نکته قابل تامل در این پژوهش مربوط به احساسات افراد نسبت به مرگ است و در تبیین آن می‌توان به نظریات شناختی در علم روان‌شناسی اشاره کرد که طبق آن افکار و باورهای افراد سبب پدیدآیی طیفی از احساسات در آن‌ها می‌شود. در این پژوهش نیز تقریبا همه مشارکت‌کنندگان اذعان داشتند وقتی به کلمه مرگ فکر می‌کنند احساسات متفاوتی را تجربه می‌کنند. برخی احساسات ناخوشایندی مثل ترس، اضطراب و ابهام را تجربه می‌کنند و افرادی که مرگ و دغدغه مرگ را به‌نوعی برای خود حل کرده بودند و دیگر به آن به چشم یک تهدید نگاه نمی‌کردند، احساس، نگرش و تعریفی نسبتا مثبت از مرگ داشتند و آن را به مثابه یک تجربه جدید می‌پنداشتند و نسبت به آن پذیرش کاملی داشتند. از همین‌رو می‌توان نتیجه گرفت که اگر جوانان به جای انکار و فراموشی مرگ، درباره آن تفکر و تامل کنند و به شناخت بیشتر و بهتری از آن دست یابند و یا به عبارت دیگر، مرگ‌آگاه باشند، می‌توانند زندگی به مراتب باکیفیت‌تر و بهتری داشته باشند. به طور کلی و همچنین به‌عنوان یک احتمال و تبیین درباره فواید مرگ و سودمندی و ضرورت مرگ‌آگاهی، باز هم می‌توان به تاثیرگذاری آموزه‌های دینی بر افکار و عقاید جوانان اشاره کرد چون محتوای آموزشی کشور ما از دوران ابتدایی تا دبیرستان و حتی دانشگاه با مفاهیم دینی آمیخته است. همان‌طور که در مقدمه هم بیان شد، در قرآن کریم و سخنان پیامبران و ائمه شاهد تاکید بر مرگ‌آگاهی و فکر به مرگ هستیم. به کرات در سوره‌ها و آیات مختلف قرآن به موضوع مرگ پرداخته شده. همچنین هر کدام از امامان بخشی از سخنان خود را به موضوع مرگ و آگاهی از آن اختصاص داده‌اند. جوانان نیز قطعا در طول زندگی شخصی، اجتماعی و تحصیلی خود به طرق گوناگون به این آیات و احادیث و روایات برخورده‌اند؛ پس بر این اساس، به عنوان یک تبیین، علت اشاره و باور آن‌ها به ضرورت و سودمندی مرگ‌آگاهی قابل درک و مشخص است.

تحلیل و بررسی محتوای مصاحبه‌ها در ارتباط با پیامدهای مرگ‌آگاهی منجر به شکل‌گیری ۸ مضمون شد که این مضامین نشان می‌دهد توجه به مرگ و مرگ‌آگاهی می‌تواند تمام ابعاد زندگی را تحت تاثیر قرار دهد و موجب ایجاد تغییرات عمده در جنبه‌های مختلف زندگی از جمله شخصی، خانوادگی و اجتماعی، مذهبی و مالی شود. یافته‌ها درباره سه مضمون تعهد در انجام اعمال مذهبی، خودمراقبتی جسمانی و رفتاری و موثر در اهداف و رفتار چنین است که جوانان با یاد مرگ بیش از پیش بدنبال خودمراقبتی، انجام اعمال و رفتارهای مذهبی همچون زیارت رفتن و تغییر و بازنگری در اهداف و رفتارهای خود هستند. این مسئله با پژوهش استین و کروپانزانو[1] (۲۰۱۱) همخوان است. به اعتقاد آن‌ها عملکرد و نگرش‌های انسان به محض ظهور مرگ‌آگاهی به شیوه‌های قابل پیش‌بینی تغییر می‌کند. یافته‌ها با پژوهش سبزه‌آرای‌لنگرودی، حاجلو، بشرپور و ابوالقاسمی (۱۳۹۵) و پژوهش امیربیگی، منصوری و غریبی (۱۳۹۷) نیز هم‌سو است. آن‌ها بدین نتیجه دست یافتند که آگاهی از مرگ به کاهش اهمیت آرزوهای بیرونی و همچنین بازنگری در اهداف منجر می‌شود. پژوهش زندی، رحیمی و موسوی‌نسل (۱۳۹۹) نیز با یافته‌های پژوهش حاضر همخوان است. آن‌ها از پژوهش خود نتیجه گرفتند که توجه و یاد مرگ موجب افزایش خودمراقبتی می‌شود. نتیجه پژوهش ژانگ، هو، زنگ، ما و لی[2] (۲۰۲۰) حاکی از آن است که آموزش مرگ منجر به تغییر در ادراک، رفتارها و نگرش‌های پرستاران و دانشجویان پرستاری شده است. یافته‌ها با این پژوهش نیز همخوان است. در تبیین این مضامین می‌توان به این مسئله اشاره کرد که فکر به مرگ و آگاهی از آن باعث می‌شود تا جوانان بیش از پیش به عمر محدود و فرصت اندک خود در زندگی توجه کنند و با خودمراقبتی جسمانی و رفتاریِ بیشتر و همچنین با بازنگری در اهدافشان، در رفتارهای مادی و معنوی (مذهبی) خود تغییر ایجاد کنند تا بدین طریق بتوانند از زمان نامعلوم خود در این دنیا حداکثر استفاده را داشته باشند. بنابر نظر وجودگرایان، یکی از فواید فکر به مرگ، یادآوری همین مسئله است که فرصت زندگی محدود و اندک است؛ به همین دلیل وقتی انسان به یاد مرگ می‌افتد سعی می‌کند تا با تغییر اهداف و جدیت در پیگیری آن‌ها، شیوه رفتاری خود را متحول کند. همچنین، در اینجا بار

1 Stien & Cropanzano
2 Zhang, Hu, Zeng, Ma & Li

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

دیگر می‌توان به تاثیر آموزه‌های دینی ا شاره کرد؛ جوانان وقتی به مرگ می‌اندیشند و فر صت اندک زندگی در ذهن شان پررنگ می شود، سعی در انجام اعمال مذهبی و متعهد شدن به آن را دارند تا در روز قضاوت و محاسبه اعمال، دست خالی نباشند.

در رابطه با مضامین انرژی و فعالیت، موثر در کنش احساسی، رشد و اعتلای شخصی و زندگی بهتر می‌توان یافته‌ها را این‌گونه بیان کرد که جوانان در هنگام فکر به مرگ و آگاهی از آن، از نظر احساسی دچار غم، اضطراب و خشم می‌شدند و همچنین از نظر میزان انرژی، عده‌ای فعال و پویاتر بدنبال برنامه‌ریزی و ارتقای خود در زمینه‌های مختلف و داشتن یک زندگی بهتر بودند و برخی کند و بی‌رمق می‌شدند. این یافته‌ها با پژوهش چان،[1] چان، تین، چو[2] و چان (۲۰۰۶) همخوان است. آن‌ها معتقدند افرادی که به منظور آماده شدن برای مرگ خود تفکر کرده بودند اما هنوز هیچ کاری انجام نداده بودند اضطراب مرگ بیشتری داشتند. پژوهش اکبرزاده، دهباشی و شانظری (۱۳۹۳) نیز با یافته‌های پژوهش حاضر همسو است. طبق اعتقاد آن‌ها، اگر مرگ را به‌عنوان پل عبور، رهیدن از قفس، رسیدن به جاودانگی، تکامل و آغاز یک مرحله نوین از حیات بدانیم، سبب مثبت‌اندیشی نسبت به زندگی و معنابخشی به آن می‌شود. نتیجه پژوهش حاضر با پژوهش فریدمن و رولس[3] (۲۰۰۷) که معتقدند باورهای اصلی و بنیادین افراد در نتیجه و تحت تاثیر مرگ‌آگاهی، به چالش کشیده می شود، هم‌سو ا ست. یافته‌ها همچنین با پژوهش آبیار، حسینی حجازی و شیریان (۱۳۹۸) هم‌سو ا ست. آنان در پژوهش خود این‌گونه بیان می‌کنند که مرگ‌آگاهی آثار مفید و بسیار ارز شمندی بر زندگی افراد برجای می‌گذارد که یکی از این آثار، ا صلاح سبک و شیوه زندگی دنیوی است. زندگی توام با مرگ‌آگاهی کمک می‌کند تا افراد زندگی معناداری را تجربه کنند. پژوهش ویل، هورنر، واگنر و کونتی[4] (۲۰۱۹) نیز با یافته‌ها همخوان است. آن‌ها در پژوهش خود نتیجه گرفتند که آگاهی از مرگ بر بهزیستی افراد تاثیرگذار است. یافته‌ها با پژوهش ساهان و همکاران (۲۰۱۸) نیز همسو است. به اعتقاد آنان داشتن یک تجربه نزدیک به مرگ می‌تواند منجر به این شود که افراد سبک زندگی خود را بررسی یا به سمت زندگی غنی‌تر حرکت کنند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان به میل انسان به بقا و کمال اشاره کرد. از دیرباز انسان‌ها در پی کشف اکسیر جاودانگی بوده‌اند تا بدان وسیله از مرگ رهایی یابند. جوانان در طول پژوهش به محض اندیشیدن به مرگ و مواجه با آن طیفی از احساسات ناخوشایند مثل غم و اضطراب را تجربه می‌کردند. تعدادی از مشارکت‌کنندگان با یادآوری مرگ بیان می‌کردند که نسبت به زندگی کشش و رمقی ندارند و انرژی خود را از دست داده‌اند و یاد مرگ برای آن‌ها موجب پدیدایی رخوت و کندی می‌شود که علت این مسئله را می‌توان همان فناپذیری یا به عبارت دیگر عدم جاودانگی انسان نامید. جوانانی که مرگ در ذهن شان مجسم می شد فعالیت و پویایی را تا حدی از دست می‌دادند و معتقد بودند اگر قرار است بمیریم پس برنامه‌ریزی و تلاش و فعالیت چه فایده‌ای دارد. در عین حال گروه دیگری از مشارکت‌کنندگان با یادآوری مرگ اعتقاد داشتند که فعال‌تر و پویاتر خواهند شد و با برنامه‌ریزی دقیق و بهتر سعی خواهند کرد که بدنبال خودشناسی، رشد و ارتقای مهارت‌های خود و معنابخشی به زندگی‌شان باشند که دلیل آن را می‌توان فرصت محدود عمر و زندگی و میل انسان به کمال دانست. این افراد به هنگام آگاهی از مرگ به یاد می‌آوردند که عمرشان محدود است به همین دلیل تلاش و فعالیت خود را افزایش می‌دادند. شاید مهم‌ترین و بهترین مزیت مرگ‌آگاهی نیز همین باشد که به ما یادآوری می‌کند عمری محدود داریم و ثانیه به ثانیه از خداوند فرصت زندگی دریافت می‌کنیم؛ فرصتی که به مانند یک هدیه ارزشمند است

آخرین مضمون یعنی روابط با دیگران مربوط به ارتباط اجتماعی جوانان است. آن‌ها در مواجه با یاد مرگ میل و اشتیاق بیشتری برای کمک و محبت به دیگران و خانواده نشان می‌دادند. این یافته‌ها با پژوهش ویل و همکاران (۲۰۱۲) همخوان است. به اعتقاد آنان، آگاهی از مرگ می‌تواند منجر به ایجاد روابط مثبت با دوستان، خانواده و عزیزان و همین‌طور باعث مشارکت مفید در جامعه شود. یافته‌ها با پژوهش. ماکلامز و بلاسکوویچ[5] (۲۰۱۱) نیز هم‌سو است. آن‌ها در مطالعه خود نشان دادند که پس از قرار گرفتن شرکت‌کنندگانی از نژاد آسیایی_آمریکایی در شرایط برجستگی مرگ، آن‌ها نگرش مثبت‌تر و رفتار نوع‌دوستانه‌تری را نسبت به فردی مغایر با هنجارهای فرهنگی‌شان (برای مثال، یک زن روسپی) نشان‌دادند. یافته‌ها همچنین با پژوهش مون[6] (۲۰۱۹) همخوانی دارد. وی بیان می‌کند که پس

1 Chan
2 Tin & Chow
3 Friedman & Rholes
4 Horner, Waggoner & Conti
5 Ma-Kellams & Blascovich
6 Moon

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

از پررنگ‌تر شـــدن مرگ‌اندیشـــی، تغییرات و تحولات روان‌شـــناختی مانند افزایش نگرش اجتماعی که بر اخلاق تاکید دارد، رخ می‌دهد. ردایی (۱۳۹۶) در پژوهش خود دریافت که آگاهی از مرگ، ســـبب دوچندان شـــدن انگیزه افراد در مراقبت از بیمار و همچنین باعث همدلی بیشتر، برخورد محبت‌آمیز و قدرشناسی و میل به کمک در فرد مراقبت‌کننده می‌شود. یافته‌ها با این پژوهش نیز همخوان است. در تبیین این مضـمون می‌توان به مفهوم علاقه اجتماعی[1] در نظریه آدلر[2] اشـاره کرد. طبق نظر وی، علاقه اجتماعی، نگرش ارتباط داشـتن با بشریت و همین‌طور همدلی با اعضای جامعه است که باعث تداوم نسل انسان می‌شود و امری ضروری و حیاتی است. علاقه اجتماعی به صـورت ذاتی در هر فرد وجود دارد اما مسـتلزم پرورش یافتن اسـت. آگاهی از مرگ می‌تواند علاقه اجتماعی را در انسـان بیدار و به وی یادآوری کند که از خودمحوری و خودخواهی فا صله بگیرد و به سمت اجتماع و کمک به دیگران حرکت کند. شاید بتوان گفت به دلیل وجود همین علاقه اجتماعی اسـت که جوانان به محض مواجهه با مرگ، تصـمیم می‌گیرند که در نحوه ارتباطشـان با دیگران مخصـوصـا اعضای خانواده تجدید نظر کنند و کمک و عشق‌ورزی به هر عضوی از جامعه و خانواده را در اولویت‌های خود قرار دهند.

در مجموع و با توجه به آن چه ذکر گردید، می‌توان از این پژوهش این‌گونه نتیجه گرفت که مفهوم مرگ در ذهن جوانان معانی مختلف و گوناگونی دارد و هر کدام مرگ را از دریچه نگاه خود و با توجه به تجربیات و آموزه‌های قبلی‌شـان تعریف و تفسـیر می‌کنند اما آن‌چه در پژوهش حاضر بیشتر قابل توجه است مربوط به آگاهی از مرگ و پیامدهای آن می‌باشد؛ تقریبا تمامی مشارکت‌کنندگان اظهار داشتند که آگاهی از مرگ بر زندگی و حیطه‌های مختلف آن تاثیرگذار است و می‌تواند طرز فکر، رفتار، نگرش، باور و حتی اهداف آنان را تحت‌الشعاع قرار دهد؛ بنابراین موضوعی اساسی و دارای اهمیت محسوب می‌شود. هر کدام از مضامین به این نکته اشاره دارد که فکر به مرگ و آگاهی از آن می‌تواند به طرق مختلف بر زندگی قشـــر جوان اثرگذار باشـــد و شـــیوه زندگی آن‌ها را دچار تغییر و تحول کند. همان‌طور که گفته شد آگاهی از مرگ مفهومی مهم و گسترده است و توجه به آن برای تمامی افراد جامعه مخصوصا جوانان که در آغاز راه و برنامه‌ریزی برای زندگی خود هسـتند واجب و الزامی به نظر می‌رسـد. به همین دلیل و به منظور بررسـی بیشـتر و عمیق‌ترِ مفهوم مرگ و آگاهی از آن در قشر جوان پیشنهاد می شود که پژوهش‌های وسیع‌تری در بین این گروه سنی انجام شود. همچنین با توجه به ثمرات و پیامدهای سودمندِ آگاهی از مرگ، توجه و اهمیت دادن به این موضوع ضروری به نظر می‌رسد؛ به همین دلیل پیشنهاد می‌شود که مسئولین و سازمان‌های مرتبط مثل آموزش و پرورش و صدا و سیما با تولید محتوای متنوع و مناسب سمعی بصری در قالب کتاب، فیلم و سریال و به طرق مختلف، توجه جوانان را بیش از پیش به مفهوم مرگ جلب کنند تا این دسته از افراد با افزایش آگاهی از مرگ از پیامدهای مفید آن بهره‌مند شوند.

منابع

الهی قمشه‌ای، م. (۱۳۸۷). ***قرآن کریم***، قم: نشر مسجد مقدس جمکران.

آهنگریان‌کاری، خ. (۱۳۹۴). نگاهی تحلیلی و مقایسه‌ای به مسئله مرگ‌آگاهی در اندیشه اسلامی و فلسفه وجودی و کاربردهای آن در حوزه تعلیم و تربیت. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، مازندران: دانشگاه مازندران.

آبیار، ز؛ حسینی حجازی، ف. و شیریان، ز. (۱۳۹۸). کارکردهای اخلاقی مرگ‌آگاهی در زندگی معنادار، از دیدگاه علامه جعفری. *اخلاق*، ۹(۳۳)، ۹۵- ۱۱۹.

اکبرزاده، ف؛ دهباشی، م. و شانظری، ج. (۱۳۹۳). بررسی و تحلیل تطبیقی مرگ و رابطه آن با معنای زندگی از دیدگاه مولوی و هایدگر. *الهیات تطبیقی* ، ۵(۱۱)، ۲۰-۱.

امیربیگی، م؛ منصوری، ج. و غریبی، ح. (۱۳۹۷). تاثیر افکار هشیار و ناهشیار مرگ بر جهت‌گیری اهداف. *رویش روان‌شناسی*، ۷(۱۰)، ۳۴۶-۳۳۵.

بشرپور، س؛ وجودی، ب. و عطارد، ن. (۱۳۹۳). ارتباط جهت‌گیری مذهبی و نگرش نسبت به مرگ با کیفیت زندگی و علائم جسمانی‌سازی در زنان. *روان‌شناسی سلامت*، ۳(۲)، ۹۷-۸۰.

تابعی، م؛ یوسفی، ع. و صدیق‌اورعی، غ. (۱۳۹۶). پدیدارشناسی تجربی واکنش به مرگ. *راهبرد فرهنگ*، ۱۰(۴۰)، ۹۴-۷۱.

جواهری، ف. و یزدانی، م. (۱۳۹۵). نگرش به مرگ نمونه‌ای منتخب از سالمندان شهر تهران. *مطالعات اجتماعی ایران*، ۱۰(۲و۳)، ۱۰۱-۷۷.

1 Social interest
2 Adler

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

حسینی، ن. (۱۳۹۷). مقایسه الگوهای رفتاری جوانان ایرانی در سریال تلویزیونی لیسانسه‌ها (فصل اول) با وضع مطلوب. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران.

ردایی، و. (۱۳۹۶). بررسی کیفی نقش مولفه‌های وجودی مرگ‌آگاهی و مسئولیت در انطباق موثر مراقبت‌کنندگان بیماران مبتلا به سرطان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشگاه علامه طباطبائی.

زمان‌شعار، ا. (۱۳۹۱). بررسی رابطه سبک زندگی و خودکارآمدی عمومی با اضطراب مرگ در سالمندان مقیم آسایشگاه‌های تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشگاه علامه طباطبایی.

زندی، س؛ رحیمی، ع. و موسوی‌نسل، م. (۱۳۹۹). پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی نوجوانان: یک مطالعه کیفی. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۹(۷۶)، ۲۰۹- ۲۳۳.

سبزه‌آرای لنگرودی، م؛ حاجلو، ن؛ بشرپور، س. و ابوالقاسمی، ع. (۱۳۹۵). مرگ‌آگاهی تجربه‌ای بیدارکننده: دو مطالعه بر اضطراب مرگ و ارزش‌گذاری آرزوهای بیرونی. *پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۱۰(۴)، ۲۹-۱۹.

سلیمانی، ف. (۱۳۸۷). ترس از مرگ با تکیه بر دیدگاه ابن‌سینا و ملاصدرا. *حکمت سینوی (مشکوه الانور)*، ۱۲(۴۰)، ۱۰۱-۷۵.

شریف‌الرضی، م. (۴۰۰ ه.ق). ***نهج‌البلاغه***. ترجمه سید جعفر شهیدی (۱۳۹۲)، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.

شولتز، د. و شولتز، س. (۲۰۱۳). ***نظریه‌های شخصیت***. ترجمه یحیی سیدمحمدی (۱۳۹۴)، تهران: نشر ویرایش.

صالحی، ا. و اکبرزاده، ف. (۱۳۹۴). تحلیل تطبیقی دیدگاه اسلامی و آرای مارتین هایدگر در زمینه مرگ‌آگاهی و پیامدهای آن بر سبک زندگی. *پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی*، ۲۳(۲۶)، ۸۳-۵۹.

طاهری سرتشنیزی، ا. و موسوی، م. (۱۳۹۱). مرگ‌آگاهی و معناداری زندگی از منظر نهج‌البلاغه. *انسان‌پژوهی دینی*، ۹(۲۷)، ۱۹۸-۱۷۷.

علینقی‌لو، ش؛ موسایی، ز. و سفیدگران، آ. (۱۳۹۶). دوره جوانی و مسائل مربوط به آن. *مطالعات روان‌شناسی و علوم تربیتی*، ۱۶(۲)، ۹۶-۷۵.

فیست، ج؛ فیست، گ. و آن‌رابرتس، ت. (۲۰۱۳). ***نظریه‌های شخصیت***. ترجمه یحیی سیدمحمدی (۱۳۹۵)، تهران: نشر روان.

Berry-Smith, S. (2012), *Death, Freedom, Isolation, Meaninglessness & Existential Psychotherapy of Yalom, School of Psychotherapy, Auckland*. New Zealand: University of Technology.

Chan, T. H. Y. Chan, F. M. Y. Tin, A. F. Chow, A. Y. M & Chan, C. L. W. (2006). Death preparation and anxiety: a survey in Hong Kong. *Omega*, 54(1), 67-78.

Deeken, A. (2001). *Life and Death Education.* Tokyo: Iwanami Shoten.

Ebine, R. (2009). An attempt to understand multilaterally the structure of the psychological elements on death in adolescence. *Japanese Journal of Clinical Psychology*, 9(6), 771–783.

Friedman, M. & Rholes, W. S. (2007). Successfully challenging fundamentalist beliefs results in increased death awareness. *Journal of experimental social psychology*, 43(5), 794-801.

Goldenberg, J. L., & Arndt, J. (2008). The implications of death for health: A terror management health model for behavioral health promotion. *Psychological Review*, 115(4), 1032-1053.

Grant, A. M. & Wade-Benzoni, K. A. (2009). The hot and cool of death awareness at work: Mortality cues, aging, and selfprotective and prosocials motivations. *Academy of Management Review*, 34(4), 600–622.

Hee, K. E., & Eunjoo, L. (2009). Effects of a death education program on life satisfaction and attitude toward death in college students. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 39(1), 1–9.

Ishii, R. (2013). Effects of thinking about death on adolescents' attitudes toward time. *Japanese Journal of Educational Psychology*, 61(3), 229–238.

Langner, T.S. (2002). *Choices for living: Coping with fear of dying*. NewYork: Kluwer Academic Publishers.

Ma-Kellams, C. & Blascovich, J. (2011). Culturally divergent responses to mortality salience. *Psychological Science*, 22(8), 1019-1024.

Moor, A. (2002). Awareness of death: A controllable process or a traumatic experience? *Electronic Journal of Folklore*, 7(22), 92−114.

Moon, H.G. (2019). Mindfulness of Death as a Tool forMortality Salience Induction with Reference to TerrorManagement Theory. *Religions*, 10(6), 353.

Noppe, L., & Noppe, I. (1997). Evolving meanings of death during early, middle, and later adolescence. *Death Studies*, 21(3), 253-275.

Russell, J.M. (1978). Sartre, therapy, and expanding the concept of responsibility. *American Journal of Psychoanalysis*, 38(3), 259-269.

Sahan, E. Eroglu, M. Z. Karatas, M. B. Mutluer, B. Ugurpala, C. & Berkol, T. D. (2018). Death anxiety in patients with myocardial infarction or cancer. *The Egyptian heart journal*, 70(3), 143-147.

Shirai, T. (1994). A study on the construction of experiential time perspective scale. *The Japanese Journal of Psychology*, 65(1), 54–60.

Stein, J. H., & Cropanzano, R. (2011). Death awareness and organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior*, 32(8), 1189-1193.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]

Vail, K. E. Horner, D. E. Waggoner, B. & Conti. J. P. (2019). Pushing up daisies: Goal orientations, death awareness, and satisfaction with life. *Journal of Experimental Social Psychology*, 85(5).

Vail, K. E., Juhl, J., Arndt, J., Vess, M., Routledge, C., & Rutjens, B. T. (2012). When Death is Good for Life: Considering the Positive Trajectories of Terror Management. *Personality and Social Psychology Review*, 16(4), 303-329.

Zhang, H. Hu, M. Zeng, L. Ma, M & Li, L. (2020). Impact of death education courses on emergency nurses' perception of effective behavioral responses in dealing with sudden death in China: A quasi-experimental study. *Nurse education today*, 85(2).

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.1.5]