رویش روان شناسی، سال۱۴، شماره ۲، شماره پیاپی ۱۰۷، اردیبهشت ۱۴۰۴
*Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),14(2), 2025*

# رابطه اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ با نقش میانجی معنا در زندگی در سالمندان مقیم سرای سالمندان شهر رشت

# The relationship between experiential avoidance and death anxiety with the mediating role of meaning in life in elderly residents of a nursing home in Rasht

**دکتر عباس صادقی** (نویسنده مسئول)
دانشیار، گروه مشاوره، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.
**فاطمه عبدی ایمن‌آبادی**
کارشناس ارشد مشاوره، گروه مشاوره، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران.
**مجید شیله سری ساحلی**
کارشناس ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی کوشیار، رشت، ایران.

**Dr. Abbas Sadeghi ***
Associate Professor, Department of Counseling, University of Guilan, Rasht, Iran.
*asadeghi1394@gmail.com*
**Fateme Abdi Emanabadi**
MA in Counseling, Department of Counseling, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, Iran.
**Majid Shailehsari Saheli**
MA in Psychology, Department of Psychology, Kooshiar institute of higher education, Rasht, Iran.

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ با نقش میانجی معنا در زندگی در سالمندان مقیم سرای سالمندان انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این مطالعه سالمندان مقیم سراهایی سالمندان شهر رشت در سال ۱۴۰۳ بودند. ۲۰۰ نفر از آن‌ها به روش نمونه‌گیری در دسترس در این پژوهش مشارکت داشتند و به پرسشنامه پذیرش و عمل (AAQ-II؛ بوند و همکاران، ۲۰۰۷)، مقیاس اضطراب مرگ (DAS؛ تمپلر و همکاران، ۱۹۷۱) و پرسشنامه معنای زندگی (MLQ؛ استگر و همکاران، ۲۰۱۱) پاسخ دادند. داده‌ها به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار است. یافته دیگر نشان داد اثرات مستقیم اجتناب تجربه‌ای و معنا در زندگی بر اضطراب مرگ معنادار بود؛ همچنین اثر مستقیم اجتناب تجربه-ای بر معنا در زندگی، معنادار بود (P<۰/۰۵)؛ همچنین نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که معنا در زندگی در رابطه بین اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ نقش میانجی داشت (P<۰/۰۵). یافته‌های این مطالعه دلالت بر این دارد که اجتناب تجربه‌ای به‌صورت مستقیم و با نقش میانجی معنا در زندگی بر اضطراب مرگ سالمندان اثر دارد.

***واژه‌های کلیدی:*** *اجتناب تجربه‌ای، اضطراب مرگ، معنا در زندگی، سالمندان.*

## Abstract

This study aimed to determine the relationship between experiential avoidance and death anxiety, with the mediating role of meaning in life in elderly people living in nursing homes. The present descriptive-correlational study was conducted using structural equation modeling. The statistical population of this study was elderly people living in nursing homes in Rasht in 2024. 200 of them participated in this study using convenience sampling and responded to the Acceptance and Action Questionnaire (AAQ-II; Bond et al., 2007), the Death Anxiety Scale (DAS; Templer et al., 1971), and the Meaning of Life Questionnaire (MLQ; Steger et al., 2011). The data were analyzed using structural equation modeling. The findings showed that the proposed model had a good fit. Another finding showed that the direct effects of experiential avoidance and meaning in life on death anxiety were significant; also, the direct effect of experiential avoidance on meaning in life was significant (P<0.05); Also, the results of the bootstrap test showed that meaning in life had a mediating role in the relationship between experiential avoidance and death anxiety (P<0.05). The findings of this study indicate that experiential avoidance has a direct effect on death anxiety in the elderly through the mediating role of meaning in life.

***Keywords:*** *Experiential Avoidance, Death Anxiety, Meaning in Life, Elderly.*

**نوع مقاله : پژوهشی** **دریافت : اسفند ۱۴۰۳** **پذیرش: فروردین ۱۴۰۴** **ویرایش نهایی: اردیبهشت ۱۴۰۴**

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]

## مقدمه

اضطراب مرگ یک مسئله روانشناختی مهم برای سالمندان است، زیرا احتمال بیشتری دارد که با مرگ خود و دوستان خود مواجه شوند. اضطراب مرگ یک نگرانی رایج در میان سالمندان، به ویژه آن‌هایی است که در سرای سالمندان زندگی می‌کنند (ارجین[1] و همکاران، ۲۰۲۳). تحقیقات نشان می‌دهد که سالمندان مقیم در سرای سالمندان در مقایسه با کسانی که در خانه‌های شخصی زندگی می‌کنند، اضطراب مرگ بیشتری را تجربه می‌کنند. عواملی مانند بالا رفتن سن، کاهش سلامتی و قرار گرفتن مکرر در معرض مرگ در این مراکز به افزایش این اضطراب دامن می‌زند (افراشته و همکاران، ۲۰۲۴). دانش در مورد اضطراب مرگ می‌تواند ارائه دهندگان مراقبت‌های بهداشتی را در مورد نیازهای هیجانب سالمندان آگاه کند. این درک می‌تواند منجر به ارتباطات و راهبردهای مراقبتی بهتری شود که نه تنها جنبه‌های جسمانی، بلکه روان‌شناختی پیری را نیز مورد توجه قرار می‌دهند (سینوف[2]، ۲۰۱۷). اضطراب مرگ که به عنوان تاناتوفوبیا[3] نیز شناخته می‌شود، به ترس یا دلهره مرتبط با فکر مرگ یا فرآیند مرگ اشاره دارد. این شامل طیف وسیعی از احساسات، از جمله ترس، اضطراب، و ترس در مورد مرگ و میر خود یا روند مرگ است. این حالت روانی می‌تواند به‌عنوان پاسخی آگاهانه یا ناخودآگاه نسبت به آگاهی از مرگ، که اغلب توسط تجربیات شخصی یا تأملات وجودی در مورد مرگ‌ومیر ایجاد می‌شود، ظاهر شود (اوزر[4] و همکاران، ۲۰۲۵).

بررسی مطالعات پیشین دلالت بر این دارد که اضطراب مرگ تا اندازه زیادی تحت تاثیر واکنش روانشناختی افراد در پذیرش آن می‌باشد؛ و در مقابل اجتناب تجربه‌ای می‌تواند موجب افزایش اضطراب مرگ شود (یان[5] و همکاران، ۲۰۲۴؛ آلیچ[6] و همکاران، ۲۰۲۳؛ ازاکا[7] و همکاران، ۲۰۲۲؛ عینی[8] و همکاران، ۲۰۲۲). اجتناب تجربه‌ای به تمایل به اجتناب از افکار، احساسات و خاطرات مرتبط با تجارب ناراحت کننده از جمله موارد مربوط به مرگ و خاطرات ناخوشایند اشاره دارد (کاو[9] و همکاران، ۲۰۲۴). اجتناب تجربه‌ای می‌تواند به‌عنوان یک راهبرد مقابله‌ای برای مدیریت اضطراب مرگ عمل کند. با این حال، در حالی که ممکن است باعث تسکین کوتاه مدت شود، اغلب منجر به افزایش اضطراب در دراز مدت می‌شود. این به این دلیل است که اجتناب از افکار در مورد مرگ، ترس‌های اساسی را برطرف نمی‌کند، بلکه به آن‌ها اجازه می‌دهد تداوم داشته باشند و به طور بالقوه تشدید شوند (مکنیز[10] و همکاران، ۲۰۱۷). در پژوهشی نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که اضطراب مرگ از نظر پذیرش مرگ، نهایی شدن مرگ و افکار در مورد مرگ به طور مستقیم با کیفیت پایین زندگی ارتباط داشت. همچنین اجتناب تجربه‌ای با کیفیت پایین زندگی و افزایش اضطراب مرگ ارتباط داشت (آلیچ و همکاران، ۲۰۲۳).

همچنین تحقیقات نشان می‌دهد که احساس معنا در زندگی می‌تواند به طور قابل توجهی اضطراب مرگ را کاهش دهد (افراشته و همکاران، ۲۰۲۴؛ نورمالیتاسری[11] و همکاران، ۲۰۲۴؛ دورسان[12] و همکاران، ۲۰۲۲؛ ژانگ[13] و همکاران، ۲۰۱۹؛ یوکسل[14] و همکاران، ۲۰۱۷). در پژوهشی نشان داده شد که که ابعاد معنا در زندگی (وجود معنا و جستجوی معنا) و عزت نفس به طور منفی با اضطراب مرگ رابطه دارند. تحلیل رگرسیون نشان داد که معنا در زندگی به طور معنادار عزت نفس و اضطراب مرگ را پیش بینی می‌کند؛ همچنین تحلیل مسیر نشان داد که عزت نفس با میانجی‌گری معنا در زندگی بر اضطراب مرگ در سالمندان تاثیر داشت (ژانگ و همکاران، ۲۰۱۹). افرادی که معنای بیشتری در زندگی خود پیدا می‌کنند، احتمال بیشتری دارد که مرگ اجتناب ناپذیر را بپذیرند. این پذیرش می‌تواند منجر به دیدگاه صلح آمیزتری نسبت به زندگی و مرگ شود و سطح اضطراب را کاهش دهد. تحقیقات نشان می‌دهد افرادی که وجود خود را معنادار می‌دانند، برای رویارویی با مرگ بدون ترس شدید، مجهزتر هستند (دورسان[15] و همکاران، ۲۰۲۲).

1 Ergin
2 Sinoff
3 thanatophobia
4 Özer
5 Yan
6 Aliche
7 Ezaka
8 Eyni
9 Cao
10 McKenzie
11 Nurmalitasari
12 Dursun
13 Zhang
14 Yüksel
15 Dursun

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]

وجود معنا در زندگی نقش مهمی در تعدیل رابطه بین اجتناب تجربی و اضطراب مرگ دارد. افرادی که حس هدفمندی پیدا می‌کنند کمتر دچار اضطراب مرگ می‌شوند؛ در این راستا مطالعات پیشین دلالت بر این دارند که اجتناب تجربه‌ای با معنا در زندگی رابطه منفی دارد (یان و همکاران، ۲۰۲۴؛ پاولاکیس[1] و همکاران، ۲۰۲۱؛ کلسو[2] و همکاران، ۲۰۲۰). معنا در زندگی ممکن است به‌عنوان یک مؤلفه انگیزشی عمل کند و افرادی که اهداف زندگی را دنبال می‌کنند ممکن است کمتر مستعد رفتارهای اجتنابی باشند و انگیزه بیشتری برای ادامه در موقعیت های دشوار داشته باشند (پاولاکیس[3] و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین بررسی مطالعات پیشین دلالت بر این دارد که معنا در زندگی می‌تواند واسطه اثر اجتناب تجربی و اضطراب مرگ باشد؛ در واقع اجتناب تجربه‌ای می‌تواند جنبه‌های مهم و ارزشمند زندگی یک فرد را مختل کند و نظام ارزشی فرد را تحت تاثیر قرار دهد و در مقابل معنا در زندگی می‌توان اثر بافر در تعدیل نقش اجتناب تجربه‌ای در افزایش اضطراب داشته باشد (یان و همکاران، ۲۰۲۴؛ کلسو و همکاران، ۲۰۲۰). در پژوهش یان و همکاران (۲۰۲۴) نشان داده شد که اجتناب تجربه‌ای می‌تواند اضطراب مرگ را در میان بیماران سرطانی با کاهش حس معنا در زندگی افزایش دهد؛ همچنین اجتناب تجربه‌ای منجر به فقدان معنا در زندگی می‌شود، در حالی که به‌طور همزمان علائم افسردگی و اضطراب را افزایش می‌دهد.

بررسی نقش میانجی معنا در زندگی در رابطه بین اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ در چارچوب نظریه مدیریت وحشت (TMT)[4] قابل بحث است (زوکالا و آبوت[5]، ۲۰۲۱)؛ اجتناب تجربه‌ای به تلاش‌هایی برای اجتناب یا سرکوب احساسات، افکار یا موقعیت‌های منفی اشاره دارد که اغلب به قیمت ار دست دادن بهزیستی طولانی مدت است (یان و همکاران، ۲۰۲۴). از سوی دیگر، اضطراب مرگ، ترس یا دلهره از مرگ خود است. این مفاهیم می‌توانند با هم تلاقی کنند، زیرا اجتناب از افکار در مورد مرگ (شکلی از اجتناب تجربه‌ای) ممکن است به طور موقت اضطراب را کاهش دهد اما ممکن است اضطراب اساسی را حل نشده باقی بگذارد و در نتیجه کیفیت زندگی افراد را تحت تاثیر قرار دهد (ازاکا و همکاران، ۲۰۲۲)؛ حال معنا در زندگی می‌تواند واسطه این رابطه باشد (یان و همکاران، ۲۰۲۴). نظریه مدیریت وحشت معتقد است که حس معنا یک حائل روانی در برابر اضطراب مرگ و میر است. هنگامی که افراد معنا را پرورش می‌دهند، جهان‌بینی مبتنی بر هدف را در خود پرورش می‌دهند که فراتر از مرگ است و تهدید وجودی را کاهش می‌دهد. بدون معنا، مرگ می‌تواند طاقت فرسا باشد و مقابله با آن دشوارتر باشد (باست[6]، ۲۰۰۷). زمانی که افراد حس معناداری قوی داشته باشند، ممکن است تمایل بیشتری به رویارویی با احساسات یا افکار ناراحت کننده، از جمله مرگ داشته باشند. معنا چارچوبی را ارائه می‌دهد که از طریق آن افراد می‌توانند چالش‌ها را به جای اجتناب از آن‌ها پردازش کنند (یان و همکاران، ۲۰۲۴؛ ازاکا و همکاران، ۲۰۲۲). به‌عنوان مثال، طبق دیدگاه معنا درمانی فرانکل[7] مشاهده رنج به عنوان بخشی از یک سفر معنادار ممکن است نیاز به سرکوب تجربیات منفی را کاهش دهد (مایر[8] و همکاران، ۲۰۲۱).

با توجه به مباحث مطرح شده و وجود خلاء پژوهشی در این زمینه اجرای این پژوهش از اهمیت بالایی برخوردار است؛ چرا که فقط در پژوهش‌های یان و همکاران (۲۰۲۴) در افراد مبتلا به سرطان و کلسو و همکاران (۲۰۲۰) در بزگسالان به بررسی نقش میانجی معنا در زندگی در رابطه اجتناب تجربه‌ای و اضطراب پرداخته شده است؛ بر این اساس انجام این پژوهش در سالمندان از اهمیت به‌سزایی برخوردار است و یافته‌های آن نقش مهمی در تدوین مداخلات درمانی برای این گروه هدف دارد. همچنین بررسی اینکه چگونه معنا در زندگی رابطه بین اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ را واسطه‌گری می‌کند، به روشن شدن مکانیسم‌های روان‌شناختی موجود کمک می‌کند. این به محققان و متخصصان بالینی اجازه می‌دهد تا درک کنند که چگونه اجتناب از افکار و احساسات ناراحت کننده می‌تواند منجر به افزایش اضطراب مرگ شود، در حالی که احساس معنا می‌تواند این تأثیر را کاهش دهد. یافته‌های این پژوهش می‌تواند استراتژی‌های حمایتی مناسب را برای افراد مختلف بر اساس سطوح اجتناب تجربه‌ای و معنای زندگی، ارائه دهد. همچنین این رویکرد شخصی‌شده می‌تواند منجر به مدیریت مؤثرتر اضطراب مرگ در میان سالمندان شود. با توجه به اهمیت این موضوع مطالعه حاضر با هدف تعیین رابطه اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ با نقش میانجی معنا در زندگی در سالمندان مقیم سرای سالمندان انجام شد.

1 Pavlacic
2 Kelso
3 Pavlacic
4 terror management theory (TMT)
5 Zuccala & Abbott
6 Bassett
7 Frankl
8 Mayer

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]

## روش

پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این مطالعه سالمندان مقیم سراهایی سالمندان شهر رشت در سال ۱۴۰۳ بودند. ۲۰۰ نفر از آن‌ها به روش نمونه‌گیری در دسترس در این پژوهش مشارکت داشتند حجم نمونه در این پژوهش بر اساس فرمول کلاین[1] (۲۰۱۱) برای پژوهش‌های مدل‌یابی معادلات ساختاری محاسبه شد. نمونه‌گیری به صورت حضوری (مداد-کاغذی) انجام شد و پس از احراز معیارهای ورود، پرسشنامه‌ها توسط پرسشگر تکمیل شد. رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، دامنه سنی ۶۰ تا ۸۰ سال، عدم ابتلا به آلزایمر، سکته مغزی، دمانس (براساس پرونده ثبت شده)؛ عدم مصرف داروهای روانپزشکی، عدم تجربه سوگ در شش ماه گذشته (که به روش خود اظهاری ثبت شد) به عنوان معیار ورود به پژوهش در نظر گرفته شد و همچنین عدم پاسخ به سوالات پرسشنامه به عنوان معیار خروج در نظر گرفته شد. نمونه مورد نظر از یک مرکز دولتی (آسایشگاه سالمندان و معلولین) دو مرکز غیر دولتی (رنگین‌کمان زندگی و آسایشگاه سال‌های طلایی) به روش در دسترس انجام شد. در این پژوهش ملاحظات اخلاقی به طور دقیق رعایت شد؛ همه شرکت کنندگان از اهداف پژوهش آگاه بودند؛ همچنین شرکت در این مطالعه هیچ آسیب جسمانی و روانی برای شرکت کنندگان به دنبال نداشت و در مورد رازداری و حریم خصوصی به افراد اطمینان داده شد. به منظور تحلیل داده‌ها از نرم افزارهای آماری SPSS نسخه ۲۵ AMOS نسخه ۲۴ با روش آماری مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شده است.

**ابزار سنجش**

**پرسشنامه پذیرش و عمل (AAQ-II)**[2]: این پرسشنامه یک ابزار ۱۰ ماده‌ای است که توسط بوند[3] و همکاران (۲۰۰۷) ساخته شده است. پرسشنامه شامل دو زیرمقیاس کنترل روی زندگی (سوالات: ۸، ۹ و ۱۰) و اجتناب از تجارب هیجانی (سوالات: ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶ و ۷) است؛ این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت هفت درجه‌ای از کاملا مرا توصیف نمی‌کند (نمره ۱) الی کاملا مرا توصیف می‌کند (نمره ۷) پاسخ داده می‌شود؛ دامنه نمرات بین ۱۰ الی ۷۰ است و نمرات بالاتر نشان دهنده اجتناب تجربه‌ای بیشتر است (بوند و همکاران، ۲۰۰۷). روایی این پرسشنامه با محاسبه تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که این دو عامل در مجموع ۶۹٪ از واریانس کل پرسشنامه را تبیین می‌کنند؛ همچنین پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ محاسبه شد (بوند و همکاران، ۲۰۰۷). در نمونه ایرانی عباسی و همکاران (۱۳۹۱) روایی به روش تحلیل عاملی اکتشافی نشان دادند که دو عامل ۴۳/۸۷ درصد از واریانس پرسشنامه را تبیین کردند؛ همچنین پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ محاسبه شد. در مطالعه حاضر پایایی به روش همسانی دورنی ۰/۸۰ آلفای کرونباخ محاسبه شد.

**مقیاس اضطراب مرگ (DAS)**[4]: این مقیاس با ۱۰ سوال توسط تمپلر[5] و همکاران (۱۹۷۱) طراحی و اعتباریابی شده است؛ این مقیاس به روش دوگزینه‌ای صحیح (نمره ۱) و غلط (نمره صفر) پاسخ داده می‌شود، دامنه نمرات بین صفر الی ۱۵ است و نمرات بیشتر نشان دهنده اضطراب مرگ بیشتر است. روایی این مقیاس به روش ملاکی یا محاسبه روایی همگرا با پرسشنامه اضطراب آشکار ۰/۴۳ محاسبه شد و پایایی به روش کودریچاردسون ۰/۷۳ محاسبه شد (تمپلر و همکاران، ۱۹۷۰). در نمونه ایرانی روایی واگرا با زیرمقیاس سلامت روان پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی ۰/۴۳- محاسبه شد و پایایی به روش همسانی درونی با روش کودریچاردسون ۰/۸۱ محاسبه شد (شریفی و همکاران، ۱۴۰۱). در مطالعه حاضر پایایی به روش روش کودریچاردسون ۰/۸۳ محاسبه شد.

**پرسشنامه معنای زندگی (MLQ)**[6]: این پرسشنامه توسط استگر[7] و همکاران (۲۰۱۱) با ۱۰ سوال ساخته شده است؛ این پرسشنامه شامل دو عامل وجود معنا (شامل سوالات: ۱، ۴، ۵، ۶ و ۹) و جست و جوی معنا (شامل سوالات: ۲، ۳، ۷، ۸ و ۱۰) است؛ که بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای از کاملا نادرست (نمره ۱) تا کاملا درست (نمره ۷) نمره‌گذاری می‌شود و دامنه نمرات در این پرسشنامه بین ۱۰ الی ۷۰ است و نمرات بیشتر نشان دهنده معنا در زندگی است (استگر و همکاران، ۲۰۰۶). روایی این پرسشنامه به روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی شد و نتایج نشان داد که این دو عامل در مجموع ۶۲/۰۶ درصد واریانس را تبیین کردند و پایایی به روش همسانی درونی

1 Kline
2 Acceptance and Action Questionnaire (AAQ-II)
3 Bond
4 Death Anxiety Scale (DAS)
5 Templer
6 The Meaning in Life Questionnaire (MLQ)
7 Steger

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]

۰/۸۲ آلفای کرونباخ محاسبه شد (پزیرکایندیس[1] و همکاران، ۲۰۱۶). در نمونه ایرانی روایی ملاکی به روش همگرا با پرسشنامه رضایت از زندگی ۰/۶۴ محاسبه شد و پایایی به روش همسانی درونی ۰/۷۳ محاسبه شد (پورحسین و همکاران، ۱۳۹۸). در مطالعه حاضر پایایی به روش همسانی دورنی ۰/۸۳ آلفای کرونباخ محاسبه شد.

## یافته ها

در این پژوهش ۲۰۰ نفر مشارکت داشتند و همه داده‌ها وارد تحلیل شدند. شرکت‌کنندگان در میانگین و انحراف معیار سنی ۷۸/۲۲±۶۹/۷ سال بود. از نظر جنسیت ۱۴۴ نفر (۷۲ درصد) زن و ۵۶ نفر (۲۸ درصد) مرد بودند. از نظر تحصیلات ۹۶ نفر (۴۸ درصد) بیسواد و ۱۰۴ نفر (۵۲ درصد) دارای تحصیلات سیکل یا دیپلم بودند. در جدول ۱ یافته‌های توصیفی متغیرهای اصلی پژوهش ارائه شده است.

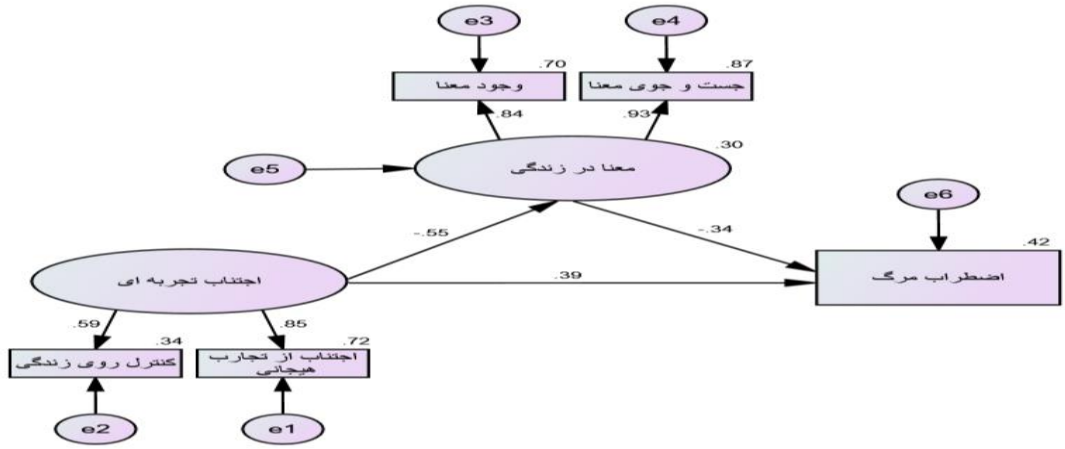
**جدول ۱: یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش و ضرایب همبستگی پیرسون**

| متغیرها | میانگین | انحراف معیار | کجی | کشیدگی | ۱ | ۲ | ۳ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱- اضطراب مرگ | ۷/۶۶ | ۴/۱۳ | ۰/۵۴ | -۰/۱۹ | ۱ | | |
| ۲- اجتناب تجربه‌ای | ۲۲/۹۲ | ۶/۴۷ | ۰/۵۲ | -۰/۱۰ | ۰/۴۸ ** | ۱ | |
| ۳- معنا در زندگی | ۲۶/۶۶ | ۶/۴۲ | -۰/۴۱ | ۰/۴۷ | -۰/۵۲ ** | -۰/۴۳ ** | ۱ |

در جدول ۱ یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون ارائه شده است؛ آماره شاخص‌های کجی و کشیدگی در محدوده ۲ الی ۲-قرار داشت که نشان دهنده نرمال بودن توزیع داده‌ها در متغیرهای پژوهش است؛ همچنین ضریب مردیا در این مطالعه ۲/۸۳ محاسبه شد، به عبارت دیگر نرمال بودن چند متغیری نیز برقرار است، زیرا مقدار این آماره کمتر از ۸ می‌باشد. با توجه به نرمال بودن توزیع داده‌ها جهت بررسی رابطه خطی بین متغیرها از آزمون پارامتری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد؛ نتایج نشان داد که اضطراب مرگ با اجتناب تجربه‌ای (r=۰/۴۸) رابطه مثبت و با معنا در زندگی (r=-۰/۵۲) رابطه منفی و معنادار داشت؛ همچنین بین اجتناب تجربه‌ای و معنا در زندگی (r=-۰/۴۳) رابطه منفی و معنادار وجود داشت (P<۰/۰۵). به منظور اجرای آزمون مدل‌یابی معادلات ساختاری و بررسی برازش مدل پیشنهادی، ابتدا پیش‌فرض‌های استقلال خطاها و عدم هم‌خطی چندگانه بررسی شد، نتایج نشان داد که آماره دوربین واتسون[2] برابر با ۱/۸۹ و در دامنه مطلوبیت ۱/۵۰ تا ۲/۵۰ قرار دارد و بیانگر استقلال باقی‌مانده‌ها است. هم‌چنین هرچه مقدار تولرانس بیش‌تر (نزدیک به ۱) باشد، میزان هم‌خطی کمتر است؛ در این مطالعه میزان تلورانس برای متغیرهای پیش‌بین و میانجی ۰/۸۱ گزارش شد که نشانگر هم‌خطی مطلوب است. به‌منظور آزمون مدل مفهومی پژوهش از مدل معادلات ساختاری با حداکثر درست‌نمایی استفاده شد، ضرایب مسیر در شکل ۱ ارائه شده است.

1 Pezirkianidis
2 .Durbin-Watson

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]




**شکل ۱: مدل برازش شده پژوهش در حالت استاندارد**

با توجه به نتایج شکل ۱ مدل پیشنهادی نقش میانجی معنا در زندگی در رابطه بین اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ در مجموع ۴۲ درصد از واریانس را پیش‌بینی می‌کند؛ در ادامه ضرایب مسیرهای مستقیم در جدول ۲ ارائه شده است.

**جدول ۲: ضرایب اثرات مستقیم متغیرهای مدل معادلات ساختاری**

| مسیرها | ضریب مسیر | خطا استاندارد | مقدار t | حد پایین | حد بالا | مقدار P |
|---|---|---|---|---|---|---|
| اجتناب تجربه‌ای--- اضطراب مرگ | ۰/۳۹ | ۰/۰۹ | ۳/۶۴ | ۰/۲۵ | ۰/۵۶ | ۰/۰۱ |
| معنا در زندگی--- اضطراب مرگ | -۰/۳۴ | ۰/۰۸ | -۴/۰۱ | -۰/۴۷ | -۰/۲۰ | ۰/۰۱ |
| اجتناب تجربه‌ای --- معنا در زندگی | -۰/۵۵ | ۰/۰۷ | -۴/۸۸ | -۰/۶۷ | -۰/۴۲ | ۰/۰۱ |

نتایج در جدول ۲ نشان داد اثرات مستقیم اجتناب تجربه‌ای ($\beta$=۰/۳۹) و معنا در زندگی ($\beta$=-۰/۳۴) بر اضطراب مرگ معنادار بود؛ همچنین اثر مستقیم اجتناب تجربه‌ای بر معنا در زندگی ($\beta$=-۰/۵۵) معنادار بود (P<۰/۰۵)؛ در واقع می‌توان گفت اثرات مستقیم در متغیرهای مدل معنادار است در ادامه، نتایج تحلیل میانجی در جدول ۳ ارائه شده است.

**جدول ۳: اثرات میانجی مدل معادلات ساختاری**

| مسیرها | ضریب مسیر | خطا استاندارد | حد پایین | حد بالا | مقدار P |
|---|---|---|---|---|---|
| اجتناب تجربه‌ای -- معنا در زندگی -- اضطراب مرگ | ۰/۱۹ | ۰/۰۵ | ۰/۱۲ | ۰/۲۸ | ۰/۰۱ |

به منظور بررسی نقش میانجی از روش بوت استرپ استفاده شد، نتیجه در جدول ۳ نشان داد که معنا در زندگی در رابطه اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ ($\beta$=۰/۱۹) نقش میانجی داشت (P<۰/۰۵). در ادامه شاخص‌های برازش حاصل از مدل پیشنهادی ارائه شده است.

**جدول ۴: شاخص‌های برازش مدل مفهومی پژوهش**

| شاخص‌های برازش | CMIN | P | df | CMIN/DF | CFI | GFI | AGFA | IFI | NFI | RMSEA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| مدل پژوهش | ۵/۶۱ | ۰/۱۱ | ۳ | ۱/۸۷ | ۰/۹۶ | ۰/۹۷ | ۰/۹۲ | ۰/۹۵ | ۰/۹۶ | ۰/۰۵ |
| معیار تصمیم | - | P>۰/۰۵ | - | <۵ | >۰/۹۰ | >۰/۹۰ | >۰/۹۰ | >۰/۹۰ | >۰/۹۰ | <۰/۰۸ |

نتایج جدول ۴ نشان داد که شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل معادلات ساختاری مدل‌یابی نقش میانجی معنا در زندگی در رابطه بین اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ از برازش مطلوب برخوردار بود ($\chi^2$=۵/۶۱، df=۳، $\chi^2$/df=۱/۸۷، CFI =۰/۹۶، NFI =۰/۹۶ و RMSEA =۰/۰۵).

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ با نقش میانجی معنا در زندگی در سالمندان مقیم سرای سالمندان انجام شد. یافته اول نشان داد که اجتناب تجربه‌ای با افزایش اضطراب مرگ رابطه دارد؛ این یافته با پژوهش‌های یان و همکاران (۲۰۲۴)، آلیچ و همکاران (۲۰۲۳)، ازاکا و همکاران (۲۰۲۲) و عینی و همکاران (۲۰۲۲) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان استنباط کرد که اجتناب تجربه‌ای، عمل سرکوب یا اجتناب از افکار، احساسات، خاطرات و احساسات جسمانی، می‌تواند به روش‌های پیچیده‌ای بر اضطراب مرگ تأثیر بگذارد؛ وقتی افراد سعی می‌کنند افکار و احساسات مربوط به مرگ را سرکوب کنند یا از آن اجتناب کنند، در واقع می‌تواند آن افکار و احساسات را شدیدتر و مکرر کند. به این دلیل است که سرکوب اغلب نتیجه معکوس می‌دهد و افکار ناخواسته را در ذهن افراد برجسته‌تر می‌کند (عینی و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین اجتناب تجربه‌ای می‌تواند منجر به بی حسی عاطفی شود، جایی که افراد احساس می‌کنند از احساسات و تجربیات خود جدا شده‌اند. این می‌تواند درگیر شدن کامل با زندگی و قدردانی از ارزشمندی آن را سخت کند و به طور بالقوه باعث افزایش اضطراب در مورد پایان آن شود (ازاکا و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین اجتناب تجربه‌ای می‌تواند باعث شود افراد از موقعیت‌ها یا فعالیت‌هایی که ممکن است احساسات یا افکار دشوار را تحریک می‌کنند اجتناب کنند. این می‌تواند تجربیات زندگی آن‌ها را محدود کند و باعث شود آن‌ها احساس کنند که به‌طور کامل زندگی نمی‌کنند، که به نوبه خود می‌تواند اضطراب مرگ را افزایش دهد (یان و همکاران، ۲۰۲۴).

یافته دوم نشان داد که معنا در زندگی یا کاهش اضطراب مرگ رابطه دارد؛ این یافته با پژوهش‌های افراشته و همکاران (۲۰۲۴)، نورمالیتاسری و همکاران (۲۰۲۴)، دورسان و همکاران (۲۰۲۲)، ژانگ و همکاران (۲۰۱۹) و یوکسل و همکاران (۲۰۱۷) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان استنباط کرد که داشتن معنا در زندگی می‌تواند تأثیر عمیقی بر نحوه درک افراد و مقابله با اضطراب مرگ داشته باشد؛ وقتی افراد احساس می‌کنند زندگی معناداری دارند، اغلب احساس موفقیت و رضایت تجربه می‌کنند. این می‌تواند اضطراب مرگ را کاهش دهد زیرا افراد احساس می‌کنند تفاوتی ایجاد کرده‌اند یا تاثیر مثبتی در جهان به جا گذاشته‌اند (ژانگ و همکاران، ۲۰۱۹). معنای زندگی اغلب منجر به تمرکز بیشتر بر لحظه حال می‌شود. افراد از همه تجربیات خود قدردانی می‌کنند و در نتیجه در زندگی روزمره شادکامی بیشتری تجربه می‌کنند. این کار با دور کردن توجه افراد از آینده و ناشناخته‌ها، اضطراب مرگ را کاهش می‌دهد؛ همچنین معنا در زندگی باعث ایجاد ظرفیت پذیرش می‌شود و افراد را در مواجهه با چالش‌ها، از جمله مرگ، قوی‌تر می‌کند. این به افراد کمک می‌کند تا به طور مؤثرتری با اضطراب مرگ کنار بیایند (افراشته و همکاران، ۲۰۲۴).

یافته سوم نشان داد که اجتناب تجربه‌ای یا کاهش معنا در زندگی رابطه دارد؛ این یافته با پژوهش‌های یان و همکاران (۲۰۲۴)، پاولاکیس و همکاران (۲۰۲۱)، کلسو و همکاران (۲۰۲۰) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان استنباط کرد که این اجتناب می‌تواند به طور قابل توجهی بر حس معنای زندگی فرد تأثیر بگذارد؛ اجتناب تجربه‌ای اغلب باعث می‌شود افراد از موقعیت‌ها یا احساساتی که ممکن است باورها یا ارزش‌های آن‌ها را به چالش می‌کشد دوری کنند، حتی اگر چنین چالش‌هایی می‌توانند فرصت‌هایی برای رشد و کشف خود باشند. اگر کسی از تجربه‌های ناراحت‌کننده اجتناب کند، ممکن است لحظات عمیق‌تر و معنادار زندگی را نیز از دست بدهد، مانند ایجاد روابط عمیق، رویارویی با ترس‌های شخصی، یا درگیر شدن در تجارب دشوار اما مفید (پاولاکیس و همکاران، ۲۰۲۱)؛ همچنین افرادی که در اجتناب تجربه‌ای بالایی دارند، ممکن است به راهبردهای کوتاه مدت ناکارآمد مانند مصرف مواد، کار بیش از حد یا حواس پرتی متوسل شوند که می‌تواند مانع از درگیر شدن معنادار آن‌ها با احساسات یا دنیای اطرافشان شود. این اجتناب می‌تواند به احساس پوچی یا عدم رضایت منجر شود، زیرا آن‌ها با چالش‌های زندگی به روشی سازنده یا معنادار برخورد نمی‌کنند (یان و همکاران، ۲۰۲۴). در تبیین دیگر می‌توان گفت معنای زندگی اغلب از نحوه تفسیر و کنار آمدن افراد با ناملایمات ناشی می‌شود. اگر فردی از تجربیات منفی اجتناب کند، فرصت رشد و معنا را از طریق غلبه بر سختی‌ها از دست می‌دهد. به جای اینکه از مبارزات و سختی‌ها درس بگیرند، ممکن است احساس گیر افتادن کنند که منجر به احساس رکود و تقلا می‌شود؛ در مقابل انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، برای احساس معنا در زندگی بسیار مهم است. اجتناب تجربه‌ای نقطه مقابل انعطاف‌پذیری است. هنگامی که افراد از برخی تجربیات یا احساسات اجتناب می‌کنند، توانایی خود را برای عمل به روش‌هایی که برایشان معنادار یا معتبر است محدود می‌کنند (کلسو و همکاران، ۲۰۲۰).

یافته چهارم نشان داد که اجتناب تجربه‌ای به واسطه معنا در زندگی با اضطراب مرگ رابطه دارد؛ این یافته با پژوهش‌های یان و همکاران (۲۰۲۴) و کلسو و همکاران (۲۰۲۰) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان استنباط کرد که معنا در زندگی به‌عنوان یک عامل

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]

میانجی مهم بین اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ عمل می‌کند، زیرا به افراد کمک می‌کند تا با ترس‌های وجودی به شیوه‌ای سازگارتر کنار بیایند؛ معنا در زندگی به عنوان یک عامل بافر بین اجتناب تجربه‌ای و اضطراب مرگ عمل می‌کند؛ در واقع معنا در زندگی حس انسجام، هدف و اهمیت را ایجاد می‌کند که به افراد کمک می‌کند تا واقعیت‌های وجودی، از جمله مرگ را یکپارچه کنند. وقتی مردم معنای زندگی را پیدا می‌کنند، احتمال بیشتری دارد که مرگ را به عنوان بخشی از روایت زندگی گسترده‌تر بپذیرند تا اینکه آن را به عنوان یک نقطه پایانی و وحشتناک ارزیابی کنند؛ وقتی افراد از افکار ناراحت کننده اجتناب می‌کنند (اجتناب تجربه‌ای) اما فاقد احساس قوی از معنای زندگی هستند، اضطراب مرگ می‌تواند افزایش یابد زیرا سوالات وجودی حل نشده باقی می‌مانند (یان و همکاران، ۲۰۲۴). نظریه‌های موجود تبیین‌هایی را برای مکانیسم‌های مقابله‌ای اضطراب مرگ ارائه می‌کنند.

در حال حاضر، نظریه مدیریت وحشت (TMT) تبیین نظری غالب برای مقابله با اضطراب مرگ است و در سال‌های اخیر نظریه مدیریت معنا مبتنی بر پذیرش (MMT)[1] به تدریج برای کمک به تبیین مکانیسم‌های مقابله‌ای اضطراب مرگ پیشنهاد شده است (وانگ[2] و همکاران، ۲۰۱۸). نظریه مدیریت وحشت فرض می‌کند که انسان‌ها غریزه محافظت از خود دارند، و ظرفیت آن‌ها برای خودآگاهی باعث می‌شود که از مرگ خود وحشت داشته باشند، سپس دست به دفاع‌های در دسترس (از جمله اجتناب تجربه‌ای) می‌زنند که می‌تواند به‌طور موقت، اضطراب را سرکوب کند. اما در مقابل طبق نظریه مدیریت معنا مبتنی بر پذیرش، انسان‌ها به واسطه کشف معنا می‌توانند در برابر اضطراب مرگ یک مقابله کارآمد و پایدار داشته باشند (ارسلان و آلن[3]، ۲۰۲۲؛ وانگ و همکاران، ۲۰۱۸). نظریه مدیریت معنا مبتنی بر پذیرش یک مکانیسم مقابله تطبیقی برای کاهش اضطراب مرگ به واسطه ایجاد معنا و زندگی در مسیر ارزش‌ها است. این دیدگاه استدلال می‌کند که معنا در زندگی جوهره انگیزه فردی است، که مرگ نیاز شدیدی را برای افراد به جستجوی معنا در زندگی برمی‌انگیزد و در نهایت موجب کاهش اضطراب مرگ می‌شود (یان و همکاران، ۲۰۲۴).

در مجموع نتایج نشان داد که اجتناب تجربه‌ای به‌صورت مستقیم و با نقش میانجی معنا در زندگی بر اضطراب مرگ سالمندان اثر دارد. در نتیجه، یافته‌ها قویاً نشان می‌دهند که اجتناب تجربه‌ای به اضطراب مرگ در سالمندان منجر می‌شود و این رابطه به طور قابل‌توجهی با میزان ادراک معنا در زندگی در تعامل است. اجتناب تجربه‌ای ممکن است حس معنا در زندگی را کاهش دهد، که به نوبه خود، اضطراب مرگ را افزایش می‌دهد. هنگامی که افراد برای یافتن معنی تلاش می‌کنند، راهبردهای اجتنابی ممکن است اضطراب مرگ را تشدید کنند. با این حال، پرورش حس هدف و معنا می‌تواند به کاهش این اضطراب کمک کند، و راه سازگارتری را برای مقابله با نگرانی‌های وجودی در زندگی ارائه دهد. نمونه‌گیری در دسترس، عدم کنترل متغیرهای جنسیت، طول دوران حضور در سرای سالمندان و ابتلا به بیماری‌های مزمن جسمانی به عنوان محدودیت‌های این پژوهش می‌باشد، پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آینده این محدودیت‌ها لحاظ گردد. در زمینه کاربردی تدوین و اجرای مداخلات روانشناختی با هدف کاهش اجتناب تجربه‌ای و افزایش معنا در زندگی به منظور کاهش اضطراب مرگ در سالمندان مقیم سراهای سالمندان پیشنهاد می‌شود.

## منابع

پورحسین، ر.، احسانی، س.، انسانی مهر، ن.، و نبی‌زاده، ر. (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین معناداری در زندگی و رضایت از زندگی با نقش واسطه ای سرمایه های روانشناختی *رویش روان شناسی*، *۸*، (۴)، ۲۳۲-۲۲۵. http://frooyesh.ir/article-1-1186-fa.html

شریفی، الف. ح.، بختیارپور، س.، نادری، ف.، و عسکری، پ. (۱۴۰۱). پیش بینی کیفیت زندگی سالمندان بر اساس ذهن آگاهی با میانجی گری اضطراب مرگ. *مجله رویش روانشناسی*، *۱۱* (۹)، ۱۳۵-۱۴۴. https://frooyesh.ir/article-1-4101-fa.pdf

عباسی، الف.، فتی، ل.، مولودی، ر.، و ضرابی، ح. (۱۳۹۱). کفایت روانسنجی نسخه فارسی پرسشنامه پذیرش و عمل– نسخه دوم. *نشریه روش‌ها و مدل‌های روانشناختی*، ۳ (۱۰)، ۶۵-۸۰. https://jpmm.marvdasht.iau.ir/article_61.html

Afrashteh, M. Y., Majzoobi, M. R., Janjani, P., & Forstmeier, S. (2024). The relationship between the meaning of life, psychological well-being, self-care, and social capital, with depression and death anxiety in the elderly living in nursing homes: The mediating role of loneliness. *Heliyon*, *10*(9), e30124. https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440(24)06155-3

1 meaning management theory (MMT)
2 Wong
3 Arslan & Allen

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]

Aliche, C. J., Ifeagwazi, C. M., & Ezaka, E. S. (2023). Moderating role of meaning in life in the relationship of death anxiety, experiential avoidance and health-related quality of life among type 2 diabetes patients. *South African Journal of Psychology*, *53*(4), 533-547. https://doi.org/10.1177/00812463231186328

Arslan, G., & Allen, K. A. (2022). Exploring the association between coronavirus stress, meaning in life, psychological flexibility, and subjective well-being. *Psychology, Health & Medicine*, *27*(4), 803-814. https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1876892

Bassett, J. F. (2007). Psychological defenses against death anxiety: Integrating terror management theory and Firestone's separation theory. *Death Studies*, *31*(8), 727-750. https://doi.org/10.1080/07481180701490628

Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Waltz, T., & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire – II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*, *42*, 676–688. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01608-w

Cao, Y., Liu, Q., Yu, Q., Fan, J., Wang, X., Yao, R., & Zhu, X. (2024). Depression mediates the relationship of experiential avoidance and internet addiction: a cross-lagged mediation analysis. *Current Psychology*, *43*(4), 3727-3737. https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-023-04511-6

Dursun, P., Alyagut, P., & Yılmaz, I. (2022). Meaning in life, psychological hardiness and death anxiety: individuals with or without generalized anxiety disorder (GAD). *Current psychology*, *41*(6), 3299-3317. https://doi.org/10.1007/s12144-021-02695-3

Ergin, E., Yildirim, D., Yildiz, C. Ç., & Usenmez, S. Y. (2023). The relationship of death anxiety with loneliness and psychological well-being in the elderly living in a nursing home. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, *88*(1), 333-346. https://doi.org/10.1177/00302228221106054

Eyni, S., Hashemi, Z., & Ebadi, M. (2022). Relationship between Cognitive Emotion Regulation Strategies and Experiential Avoidance with Death Anxiety of Veterans with Post-Traumatic Stress Disorder: The mediating role of Coping Self-Efficac. *Iranian Journal of War and Public Health*, *14*(2), 147-155. https://ijwph.ir/browse.php?a_id=1107&slc_lang=en&sid=1

Ezaka, E. S., Nassif, R. N., Chibuike, O. P., Okeke, S., Chukwubuzo, O. T., Ekpunobi, C. P., ... & Chinwike, O. A. (2022). Relationship between death anxiety and health-related quality of life among diabetic patients: The predictive roles of experiential avoidance. *Global Journal of Obesity, Diabetes and Metabolic Syndrome*, *9*(1), 011-019. https://www.clinsurggroup.us/articles/GJODMS-9-156.php

Kelso, K. C., Kashdan, T. B., Imamoğlu, A., & Ashraf, A. (2020). Meaning in life buffers the impact of experiential avoidance on anxiety. *Journal of Contextual Behavioral Science*, *16*, 192-198. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.04.009

Mayer, C. H., Krasovska, N., & Fouché, P. J. (2021). The meaning of life and death in the eyes of Frankl: Archetypal and terror management perspectives. *Europe's journal of psychology*, *17*(3), 164. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8763221/

McKenzie, E. L., Brown, P. M., Mak, A. S., & Chamberlain, P. (2017). 'Old and ill': death anxiety and coping strategies influencing health professionals' well-being and dementia care. *Aging & mental health*, *21*(6), 634-641. https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1144711

Nurmalitasari, D. S. (2024). The Meaning of Life And Death Anxiety in Cancer Patients. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, *6*, 533-545. http://dx.doi.org/10.30659/psisula.v6i0.39270

Özer, Ö., Özkan, O., & Büyükşirin, B. (2025). Examination of pandemic awareness, death anxiety, and spiritual well-being in elderly individuals. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, *90*(3), 1293-1312. https://doi.org/10.1177/00302228221120122

Pavlacic, J. M., Schulenberg, S. E., & Buchanan, E. M. (2021). Experiential avoidance and meaning in life as predictors of valued living: A daily diary study. *Journal of Prevention and Health Promotion*, *2*(1), 135-159. https://doi.org/10.1177/2632077021998261

Pezirkianidis, C., Galanakis, M., Karakasidou, I., & Stalikas, A. (2016). Validation of the Meaning in Life Questionnaire (MLQ) in a Greek sample. *Psychology*, *7*(13), 1518. https://doi.org/10.4236/psych.2016.713148

Sinoff, G. (2017). Thanatophobia (death anxiety) in the elderly: The problem of the child's inability to assess their own parent's death anxiety state. *Frontiers in Medicine*, *4*, 11. https://doi.org/10.3389/fmed.2017.00011

Steger, M. F., Oishi, S., & Kesebir, S. (2011). Is a life without meaning satisfying? The moderating role of the search for meaning in satisfaction with life judgments. *The Journal of Positive Psychology*, *6*(3), 173-180. https://doi.org/10.1080/17439760.2011.569171

Templer, D. I., Ruff, C. F., & Franks, C. M. (1971). Death anxiety: Age, sex, and parental resemblance in diverse populations. *Developmental Psychology*, *4*(1p1), 108. https://doi.org/10.1037/h0030389

Wong, P. T., Carreno, D. F., & Oliver, B. G. (2018). Death acceptance and the meaning-centred approach to end-of-life care. *Curing the dread of death: Theory, research and practice*, *185*, 1-21. https://search.informit.org/doi/abs/10.3316/informit.911499078549687

Yan, Y., Chen, Y., Ou, M., Gong, Y., Yang, R., Liu, X., ... & Xu, X. (2024). The mediating role of meaning in life between experiential avoidance and death anxiety among cancer patients: a cross-sectional study. *BMC cancer*, *24*(1), 1-9. https://doi.org/10.1186/s12885-024-12433-0

Yüksel, M. Y., Güneş, F., & Akdağ, C. (2017). Investigation of the death anxiety and meaning in life levels among middle-aged adults. *Spiritual Psychology and Counseling*, *2*(2), 165-181. https://dergipark.org.tr/en/pub/spiritualpc/issue/31540/345650

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]

Zhang, J., Peng, J., Gao, P., Huang, H., Cao, Y., Zheng, L., & Miao, D. (2019). Relationship between meaning in life and death anxiety in the elderly: self-esteem as a mediator. *BMC geriatrics*, *19*, 1-8. https://doi.org/10.1186/s12877-019-1316-7

Zuccala, M., & Abbott, M. J. (2021). Social anxiety disorder and the fear of death: An empirical investigation of the terror management approach towards understanding clinical anxiety. Cognitive therapy and research, 45, 628–641. https://doi.org/10.1007/s10608-020-10187-0

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30 ]