

## پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی نوجوانان: یک مطالعه کیفی

سعید زندی<sup>۱</sup>، علیرضا رحیمی<sup>۲</sup>، مریم سادات موسوی نسل<sup>۳</sup>

(صفحات ۲۰۹-۲۳۳)

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۵/۳۱ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۸/۲۲

### چکیده

**هدف:** مطالعه حاضر شناسایی پیامدهای مرگ‌آگاهی بر زندگی از دیدگاه نوجوانان ایرانی بود. **روش:** این پژوهش با رویکرد کیفی پدیدارشناسی انجام گرفت. مشارکت‌کنندگان شامل ۲۶ پسر و دختر ۱۶-۱۸ ساله شاغل به تحصیل در مقطع متوسطه دوم در مدارس استان تهران بودند که از طریق نمونه‌گیری هدفمند ملاکی انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها، از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها در این پژوهش با استفاده از شیوه تحلیل مضمون صورت گرفت. **یافته‌ها:** یافته‌ها نشان دادند که پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی نوجوانان در پنج حوزه اصلی قابل سازماندهی هستند: انگیزش و اهداف؛ احساسات؛ رفتارها؛ بین‌فردی و اجتماعی؛ جهان‌بینی. **نتیجه‌گیری:** مرگ‌آگاهی می‌تواند ابعاد مختلف زندگی نوجوان را تحت‌الشعاع قرار دهد و بنابراین، موضوعی دارای اهمیت و اساسی محسوب می‌شود. هر کدام از مضامین ذکرشده بیان‌کننده اثرات مرگ‌آگاهی در زمینه‌های مختلف زندگی نوجوانان است و این نکته را آشکار می‌کند که یاد و اندیشه مرگ می‌تواند به شکل‌های مختلفی بر ابعاد گوناگون زندگی نوجوانان اثر بگذارد و شیوه زیستن و نگرش آن‌ها را به امور خود و جهان دستخوش تغییر کند. به عبارتی، مرگ‌آگاهی برای نوجوانان که در ابتدای ترسیم طرح زندگی آتی خود هستند می‌تواند به مثابه یک چراغ روشن‌گر راه عمل کند و نقشه و مسیر آینده آن‌ها را شکل دهد.

**واژه‌های کلیدی:** مرگ، دانش‌آموزان، تحلیل مضمون، ادراک، مرگ‌اندیشی، اندیشه مرگ.

۱. نویسنده مسئول)، کاندیدای دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

english.zandi@gmail.com

## مقدمه

مرگ سرنوشت حتمی و نامعلوم کلیه موجودات زنده است اما انسان تنها موجودی است که نسبت به میرا بودن خود آگاهی دارد. هرچند که فراز و نشیب‌های زندگی مردم با یکدیگر متفاوت است اما وقوع مرگ، پایان مشترک همه آنهاست. به گفته می<sup>۱</sup>، ما همیشه زندگی را در سایه این امر قطعی و مسلم می‌گذرانیم که روزی خواهیم آمد. مرگ دیگران، این اثر را دارد که ما را متوجه مرگ خود می‌سازد و به همین خاطر درباره آن به تأمل و تفکر می‌پردازیم. مرگ می‌تواند یک موضوع مطالعه میان‌رشته‌ای باشد، زیرا فلاسفه، دین‌پژوهان، باستان‌شناسان، پزشکان و روان‌شناسان از زوایای مختلف و متنوعی به تفحص و اظهار نظر درباره آن می‌پردازند. جامعه‌شناسان نیز از زمانی که متوجه شدند نگرش به مرگ و تجربه مردن تحت تأثیر زمینه‌های فرهنگی - اجتماعی جامعه قرار دارد و در بردارنده پیامدهای مهمی برای زیست اجتماعی انسان است، این موضوع را به دایره مطالعات خود افزودند (جوهری و یزدانی، ۱۳۹۵). به اعتقاد وارن<sup>۲</sup> (۲۰۱۶)، به نقل از شریعتمدار و مهدوی (۱۳۹۹)، مرگ و فقدان در این دوره که شاهد تغییرات فرهنگی هستیم و افکار و رفتارهای جدیدی بروز می‌کند، موضوعات ارزشمندی برای مطالعه هستند.

از نظر گرینبرگ، پیزینسکی، سولومون، سیمون و بروس<sup>۳</sup> (۱۹۹۴) مرگ موجب می‌گردد که افراد بلا تکلیفی و حس نامعلومی را تجربه کنند زیرا نمی‌دانند که مرگشان چه زمانی و چگونه رخ خواهد داد. به همین ترتیب، به اعتقاد هایز، شیمل، فاوچرو و ویلیامز<sup>۴</sup> (۲۰۰۸)، به نقل از فیتری، آسیه و تاکوین<sup>۵</sup> (۲۰۲۰)، مرگ اضطراب فوق‌العاده‌ای ایجاد می‌کند که منجر به وحشت در زندگی انسان می‌شود. موضوع مرگ یکی از مهم‌ترین زمینه‌های علوم

1. May, R.

2. Warne, N. A.

3. Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., Simon, L., &amp; Breus, M.

4. Hayes, J., Schimel, J., Faucher, E. H., &amp; Williams, T. J.

5. Fitri, R. A., Asih, S. R., &amp; Takwin, B.

انسانی است. مقدار زیاد و غیرقابل‌تصوری از ادبیات روان‌شناختی، فلسفی و مذهبی مرتبط با مرگ وجود دارد (مور<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲). انسان همزاد مرگ است؛ بنابراین، نمی‌توان مرگ را از زندگی حذف کرد، بلکه با حیات آدمی، مرگ نیز آغاز شده و برای کلیه موجودات عالم رقم زده‌امی شود (قنبری و مشایخی‌پور، ۱۳۹۱). هنگامی که این واقعیت از شرایط انسان که عمری محدود دارد، برجسته می‌شود، رفتار و نگرش‌هایش به شیوه‌های قابل‌پیش‌بینی تغییر می‌کند (استین و کروپانزانو<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱).

معنابخشی مرگ را باید از آگاهی منحصر به فرد انسان نسبت به مرگ خویش دنبال کرد. آدمیان با حیوانات در مسائل مختلفی از جمله تولد، کودکی و رشد، جوانی، کهنسالی، بیماری و مرگ شریک‌اند، با این حال از میان تمام موجوداتی که روی زمین زندگی می‌کنند و پس از آن می‌میرند، فقط انسان است که مردن برای او مسئله است. مرگ برای آدمی نه یک حادثه بلکه یک پیش‌بینی قطعی و به‌عنوان بخشی از بودن اوست، همچنین فقط انسان‌ها هستند که در مقام فرد و گروه برای درمان‌ماندن از مرگ احتیاط خاصی را در نظر می‌گیرند (صادق‌لیا و سرائی، ۱۳۹۳). امی ون دورزن<sup>۳</sup> (۱۹۹۷)، به نقل از سبزه‌آرای لنگرودی، حاجلو، بشرپور و ابوالقاسمی، (۱۳۹۵) اذعان می‌دارد که مرگ یادآور ضروری زندگی است. تنها زمانی که مستقیماً با آن چهره‌به‌چهره می‌شویم، می‌توانیم فرصتی را که برای زندگی داریم جدی بگیریم و بهترین استفاده را از آن بکنیم. مرگ‌آگاهی و مرگ‌اندیشی در مقابل غفلت از مرگ قرار دارد. مرگ‌اندیشی همچنان که می‌تواند موجب پیامدهای منفی همچون رکود، پوچی، ناامیدی و افسردگی شود، می‌تواند سبب اصلاح نگرش و رفتار آدمی و ژرف‌اندیشی وی در زندگی و ارزش‌های آن گردد. در حقیقت، شیوه نگرش به مرگ است که تعیین‌کننده باید از آن گریخت و رنج آن را به فراموشی سپرد یا به آن اندیشید و آن را آگاهانه پذیرفت. اگر مرگ را به‌عنوان پل

1. Moor, A.

2. Stien, J. H., & Cropanzano, R.

3. Emmy Van Deurzen

عبور، رهیدن از قفس، وصول به جاودانگی، تکامل و آغاز یک مرحله نوین از حیات بدانیم، سبب مثبت‌اندیشی نسبت به زندگی و معنابخشی به آن می‌شود (اکبرزاده، دهباشی و شانظری، ۱۳۹۳). مرگ‌آگاهی در واقع، نوعی امتیاز برای انسان محسوب می‌شود؛ چراکه می‌تواند با توجه به آن، مسیر زندگی خویش را تعیین کرده، برنامه‌ریزی لازم برای کسب کمال و دست‌یابی به نجات را فراهم آورد (قنبری و مشایخی‌پور، ۱۳۹۱). آگاهی از مرگ، افراد را تحریک می‌کند تا به این تصور برسند که فعالیت آن‌ها به میراث پایدار در میان نسل‌های فعلی و آینده در حوزه‌هایی از قبیل آینده خانواده، کسب و کار، خدمات خیریه، علم، آموزش، سلامت و مراقبت، دولت، هنر، ورزش و یا هر تعداد دیگر از حوزه‌های موجود تبدیل خواهد شد (مک کیب، ویل و آرنت<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸).

فلاسفه نظرات متفاوتی درباره مرگ و مرگ‌آگاهی ارائه می‌دهند؛ هایدگر<sup>۲</sup> بیان می‌کند که اگرچه مرگ از نظر جسمی ما را نابود می‌کند، اندیشه مرگ نجاتمان می‌دهد و انسان را از شیوه غیراصیل، منحرف، آسوده و سرشار از نگرانی‌های روزمره به شیوه‌های اصیل و مسئولانه از زندگی انتقال می‌دهد. در فلسفه وی، ترس‌آگاهی و مرگ‌آگاهی به این معناست که ما شرایط و وضعیت روزمره خویش را مطلوب نمی‌دانیم و برای خروج از آن باید تلاش کنیم (صالحی و اکبرزاده، ۱۳۹۳). در اندیشه وی، توجه به مرگ نیرویی برای گسستن از پوچی ناشی از روزمرگی به شمار می‌رود؛ چراکه موجب می‌شود فرد از زندگی روزمره فراتر برود و به بازیابی معنای خود بپردازد. یالوم<sup>۳</sup> (۱۳۹۰) دو کاربرد برای مرگ برمی‌شمارد: نخست آن که مرگ به قدری حائز اهمیت است که اگر درست با آن مواجه‌شویم، می‌تواند چشم‌انداز زندگی فرد را دگرگون کند و او را در غوطه‌ور شدن در زندگی اصیل رهنمون کند. دوم این که ترس از مرگ منبع و سرچشمه اصلی اضطراب است و این اضطراب در شکل‌دادن به شخصیت مؤثر است. وی همچنین بیان می‌کند که

1. McCabe, S., Vail, K. E., & Arndt, J.  
2. Heidegger, M.  
3. Yalom, I. D.

رسیدن به شرایط مرگ، می‌تواند به سلامت فرد و لذت بردن از زندگی کمک کند. به زعم نیچه<sup>۱</sup>، انسان برتر به مرگ اجازه نمی‌دهد که او را در کمینگاه دنبال‌کند و ناآگاهانه به او ضربه بزند. انسان برتر همیشه در آگاهی از مرگ زندگی می‌کند و با شادی و غرور به مرگ به‌عنوان ایستگاه پایانی مناسب و طبیعی زندگی می‌اندیشد (صنعتی، ۱۳۸۴).

در دین اسلام نیز بر مفهوم مرگ و ضرورت توجه به آن تأکید می‌شود. مرگ، از نظر قرآن یک عبور و انتقال از جهانی به جهان دیگر است و لذا در بسیاری از آیات قرآن، از مرگ به «توفی» تعبیر شده که به معنای بازگرفتن و دریافت روح توسط فرشتگان است. در برخی آیات، مرگ مخلوق خدا شمرده می‌شود: «الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ» (سوره ملک، آیه ۲)؛ کسی که مرگ و زندگی را خلق کرد. مرگ‌آگاهی به قدری حائز اهمیت است که خداوند متعال یاد مرگ را یکی از ویژگی‌های برجسته پیامبران می‌داند: «إِنَّا أَخْلَصْنَاهُمْ بِخَالِصَةٍ ذِكْرَى الدَّارِ» (سوره ص، آیه ۴۶)؛ ما آن‌ها را با خلوص ویژه‌ای خالص‌کردیم و آن یادآوری سرای آخرت بود. امام علی (ع) در سخنان خود بارها به مرگ و مرگ‌آگاهی اشاره داشتند و از مرگ به‌عنوان عامل تنهایی مطلق، ستاننده آزادی و فعالیت نفس، رویدادی دردآور و برهم‌زننده شادکامی یاد کردند. ایشان می‌فرمایند: «أَيُّهَا النَّاسُ كُلُّ أَمْرٍ إِذَا لَقِيَ مَا يَفِرُّ مِنْهُ فِي فِرَارِهِ وَالْأَجَلَ مَسَاقُ النَّفْسِ وَالْهَرَبُ مِنْهُ مُوَفَّاتُهُ»؛ ای مردم! هر کسی آنچه را که از آن می‌گریزد، در حین گریزش دیدار خواهد کرد و ایام زندگی میدان راندن آدمی به‌سوی مرگ است (نهج‌البلاغه، خطبه ۱۴۹).

مفهوم مرگ موضوعی است که در فرهنگ و در بین شاعران نیز مورد توجه است. سهراب سپهری که همواره و طبق اصل نگاه تازه، چهره‌ای شاعرانه و زیبا از مرگ ارائه می‌دهد، از ما می‌خواهد: «نترسیم از مرگ / مرگ پایان کبوتر نیست». مرگ در نظر سپهری حضوری دائمی دارد و ممکن است در هر لحظه از زندگی رخ بدهد: «مرگ با خوشه انگور می‌آید به دهان / مرگ در حنجره سرخ گلو می‌خواند / گاه در سایه نشسته

است و به ما می‌نگرد» (سپهری، ۱۳۷۸). احمد شاملونیز از ما دعوت می‌کند که قصه همیشگی و خسته‌کننده روزمره را تکرار نکنیم. برای این زندگی نکنیم که روزی بمیریم بلکه به‌گونه‌ای بمیریم که همیشه زنده بمانیم. شاعر در شعر خود مرز بین مرگ و جاودانگی را مشخص می‌نماید: «گر بدین سان زیست باید پست / من چه بی‌اثرم اگر فانوس عمرم را به رسوایی نیاویزم / بر بلند کاج خشک کوچه بن‌بست / گر بدین‌سان زیست باید پاک / من چه ناپاکم اگر نشانم از ایمان خود، چون کوه / یادگاری جاودانه بر تراز بی‌بقای خاک» (شاملو، ۱۳۸۳؛ به نقل از فروغی و رضایی، ۱۳۹۳). مرگ‌اندیشی در آثار و اندیشه‌های مولوی نیز مشهود است؛ می‌توان گفت که مرگ‌اندیشی مولوی و تاثیر آن بر معنا و مفهوم زندگی به معنی بیداری، تلاش، امید، توجه به جاودانگی و درک ناپایداری امور دنیوی است. از سوی دیگر، از دیدگاه وی، انسان حضوری متناهی و رو به مرگ نیست بلکه حضوری است ماورای مرگ و مرگ او تکامل و آغازی است برای زیستن جاودانه و رسیدن به معنای حقیقی که تاثیری مثبت بر معنی زندگی انسان دارد (اکبرزاده و همکاران، ۱۳۹۳). از نظر مولوی، هرکسی که حقیقت مرگ را دریابد، نه تنها دلهره و هراس از او دور می‌شود، بلکه مرگ را جستجو خواهد کرد و در آن زندگی و وجود تازه را خواهد یافت: «چون که اندر مرگ بیند صد وجود / همچو پروانه بسوزاند وجود».

توجه به مرگ به این دلیل بسیار حائز اهمیت است که با توجه به موضع‌گیری‌هایی که نسبت به آن وجود دارد، کارکردها و پیامدهایی را به‌همراه دارد که احتمالاً بر سرنوشت افراد تأثیرگذار است؛ به تعبیر دیگر، ناشناخته‌اماندن و ناشناخته‌گذاشتن فلسفه مرگ به‌عنوان پدیده‌ای حتمی و اجتناب‌ناپذیر، ممکن است افراد و در پی آن، جامعه را از برنامه‌ها، اهداف واقعی و چه بسا از حیات راستین دور سازد. در زمینه فلسفه مرگ، پیامدها و کارکردهای آن نظریات متفاوتی هست که پذیرفتن هر کدام از این نظریات و استدلال‌ها در مجموعه باورهای شخصی و جمعی، بدون تردید تأثیراتی متناسب با آن باورها را در سبک زندگی اشخاص ایجاد می‌کند (صالحی و اکبرزاده،

۱۳۹۳). لازم به ذکر است که درباره مرگ‌آگاهی و پیامدها و تاثیرات آن تحقیقاتی صورت گرفته؛ به‌عنوان مثال، روان‌شناسان اجتماعی پیامدهای مرگ‌آگاهی را برای چند دهه مورد مطالعه قرار دادند و بسیاری از یافته‌های آنان برای درک رفتار سازمانی مناسب است. علاوه بر این، پژوهشگران رشته مدیریت اخیراً به بررسی این مسئله پرداختند که مرگ‌آگاهی چگونه ممکن است بر عملکرد سازمانی تاثیر بگذارد (گرنٹ و ویدبنزونی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). دلیر (۱۳۸۷) در پژوهش خود با عنوان تاثیر مرگ‌آگاهی بر اختلال اضطرابی و سواس-اجبار مراجعین انجمن و سواس ایران، این‌طور گزارش می‌دهد: «مرگ‌آگاهی در کاهش نیرومندی باور فرد نسبت به افکار و اعمال و سواسی‌اش و همچنین در کاهش عملکرد اجتنابی فرد و سواسی تاثیر مثبت دارد». این پژوهش به این نتیجه نیز دست یافته که مرگ‌آگاهی در بهبود افسردگی فرد و سواسی تاثیر مثبت دارد. احمدی و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۱۸) نیز در پژوهشی که به‌اروی بیماران مبتلا به سرطان در ایران انجام دادند بدین نتیجه رسیدند که این بیماری ضمن یادآوری مرگ برای آن‌ها موجب می‌گردد که برخی از مقابله‌های مذهبی در سبک زندگی آن‌ها پدیدار شده یا افزایش یابد. به عنوان نمونه این بیماران پس از ابتلا بیشتر تمایل داشتند که به انجام خیرات به فقرا و همین‌طور توسل به امامان و زیارت پردازند.

از نظر ملچپور، چاستنگ، گلدبرگ و فامبون<sup>۳</sup> (۲۰۰۸)، به نقل از احمدی، خدادادی | سنگده، ملازمانی، خانزاده و امینی‌منش، (۱۳۹۲)، نوجوانی دوره‌ای از رشد است که با تغییرات سریع جسمانی، اجتماعی، روانی و فرهنگی همراه است. الگوهای رفتاری که در این دوره شکل می‌گیرد، آینده نوجوان را به شدت تحت تاثیر قرار می‌دهد (هومن، اکبری زردخانه، مرادی و زندی، ۱۳۹۵). شعاری‌نژاد (۱۳۸۰)، به نقل از محمدی، سلیمی و برجلی، (۱۳۹۵) معتقد است که تغییرات در رفتارها، گرایش‌ها و ارزش‌ها در دوره

1. Grant, A. M., & Wade-Benzoni, K. A.

2. Ahmadi et al.

3. Melchior, M., Chastang, J. F., Goldberg, P., & Fombonne, E.

نوجوانی نه تنها سریع‌تر رخ می‌دهد بلکه رفتار، افکار و ارزش‌ها به طور کامل با آنچه قبلاً بوده متفاوت می‌شود. مطالعاتی به بررسی نحوه ادراک و سازماندهی نوجوانان از مرگ پرداختند. به عنوان مثال، نوپ و نوپ<sup>۱</sup> (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 جسمانی از خانواده و دوستان در نظر می‌گیرند و ادراک جسمی 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 نسبت به کامل کردن 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.

نوجوانان می‌توانند به صورت انتزاعی و همچنین ملموس فکر کنند و شرایطی فراتر از شرایطی را که با چشم می‌بینند تصور کنند. این نوع نگاه، چشم انداز واضح‌تری را نیز برای مرگ به ارمغان می‌آورد. با این‌که نوجوانان با مسائل مختلفی سروکار دارند (مثل ایجاد هویت جنسی و پذیرش در گروه همسالان)، اما آن‌ها باید به نوعی با مرگ خود و ترس ناشی از این شناخت کنار بیایند؛ پژوهشی نشان داده که برخی از نوجوانان از راهبردهای زیردین این رابطه استفاده می‌کنند: ۱- انجام بازی‌های رایانه‌ای یا دیدن فیلم‌های مختلف که سرشار از هیجان و لذت بقاست. ۲- برخی با فاصله‌گیری از مرگ، خود را درگیر طرح‌ها، نقشه‌ها و آینده می‌کنند. ۳- گروهی از نوجوانان نیز با مهار و سرکوب

1. Noppe, L., & Noppe, I.



احساسات شخصی سعی می‌کنند یک زندگی بی‌اضرار را تجربه کنند. این‌ها فقط چند نمونه از راهبردهایی است که نوجوانان و جوانان ممکن است سعی کنند به کمک آن‌ها با مرگ خود کنار بیایند. سال‌ها بعد، بسیاری از این افراد چشم‌انداز مرگ را با آرامش بیشتری در زندگی خود ادغام خواهند کرد (هوارت و لیمن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲).

درک مرگ و مرگ آگاهی نه‌تنها در بین نوجوانان و بزرگسالان وجود دارد بلکه در بین کودکان نیز مشاهده می‌شود و گزارش‌های متعددی در مورد آگاهی از مرگ در میان کودکان خردسال وجود دارد؛ پژوهش ناگی<sup>۲</sup> (۱۹۵۹) روان‌شناس مجارستانی، ارتباط بین سن و درک از مرگ را در سه مرحله توصیف می‌کند:

• مرحله ۱ (سه تا پنج سالگی): مردگان کمترزنده هستند، شبیه افراد بسیار خواب‌آلود. مرده ممکن است بعد از مدتی بیدار شود یا بیدار نشود.

• مرحله ۲ (سن پنج تا نه سالگی): مرگ پایان است. مرده، مرده است. برخی از کودکان در این سطح از رشد ذهنی، مرگ را به شکل یک شخص به تصویر می‌کشند: معمولاً یک دلقک، یک مرد سایه‌دار یا یک شکل اسکلتی. اگر فردی باهوش یا خوش‌شانس باشد، امکان فرار از مرگ وجود دارد.

مرحله ۳ (نه سالگی و پس از آن): مرگ نه‌تنها پایان است، بلکه اجتناب‌ناپذیر و جهانی است. همه چه موش، چه فیل، چه غریبه و چه پدر و مادر می‌میرند. مهم نیست که چقدر خوب یا باهوش یا خوش‌شانس باشد، هرپسر و دختری نیز در نهایت خواهد مرد.

پژوهش‌هایی نیز درباره ادراک کودک و نوجوان از علیت مرگ وجود دارند. برای نمونه کنیون<sup>۳</sup> (۲۰۰۱) بدین نتیجه دست یافت که کودکان ۵-۶ ساله بیشتر دلایل غیرطبیعی همچون خشونت را به عنوان علت مرگ ذکر می‌کنند. کودکان ۸-۹ ساله اغلب دلایل

1. Howarth, G., & Leaman, O.

2. Nagy, M.

3. Kenyon, BL.

طبیعی مثل بیماری را علت مرگ می‌دانند و در نهایت کودکان ۱۱-۱۲ ساله (ابتدای دوران نوجوانی) دلایل معنوی همچون رسیدن اجل فرد را بیان می‌کنند.

ابین<sup>۱</sup> (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 فرصت محدودی برای ایجاد چشم‌انداز زندگی و مرگ داشتند. وی بر همین اساس استدلال کرد که مدارس نقش مهمی در توسعه این چشم‌انداز دارند. جوانان به دلایل مختلف، از جمله افزایش تعداد مرگ و میر در بیمارستان‌ها (برخلاف مرگ در خانه) و شیوع بازی‌های ویدیویی، به طور فزاینده‌ای نسبت به واقعیت مرگ عایق می‌شوند. بنابراین، ضروری است که به جوانان در مورد واقعیت زندگی و مرگ در مدارس آموزش داده شود. نوعی آموزش مرگ که هم بر زندگی و هم بر مرگ متمرکز باشد، به جوانان کمک می‌کند زندگی بهتری داشته باشند. به گفته دیکن<sup>۲</sup> (۲۰۰۱) آموزش مرگ مترادف با آموزش زندگی است به این دلیل که مردم را ترغیب می‌کند تا از زمان محدود خود نهایت استفاده را ببرند. به طور مشابه، تای<sup>۳</sup> (۲۰۰۲) اظهار داشت که همه افراد باید در نهایت با مرگ روبرو شوند و تمرکز اصلی آموزش مرگ می‌بایست بر ارزش‌گذاری زمان قبل از وقوع این واقعه باشد. این مفهوم که آموزش مرگ به نفع زندگی یک شخص است توسط کوبلر-راس<sup>۴</sup> (۱۹۷۵) نیز پشتیبانی می‌شود؛ وی استدلال می‌کند که رشد و تعالی افرادی که از مرگ آگاهی دارند، تا آخرین مرحله زندگی متوقف نمی‌شود. همچنین، هی و اونجو<sup>۵</sup> (۲۰۰۹) در نتیجه پژوهش خود دریافتند که احساس رضایت بالاتری در بین افرادی که آموزش مرگ می‌یابند وجود دارد. به اعتقاد شیرای<sup>۶</sup> (۱۹۹۴)، بحث درباره مرگ و مرگ آگاهی بر دیدگاه‌های جوانان در زندگی و به‌ویژه

1. Ebine, R.

2. Deeken, A.

3. Tai, Y.

4. Kubler-Ross, E.

5. Hee, K. E. & Eunjoo, L.

6. Shirai, T.

بر نحوه استفاده از زمان تاثیر دارد. در همین رابطه، هانکف<sup>۱</sup> (۱۹۷۵) استدلال می‌کند که رولدرلو شدن با مرگ چشم جوانان و نوجوانان را به اهمیت زمان محدودشان باز می‌کند. ایشی<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) در مطالعه‌ای به صورت تجربی نشان داد که تفکر در مورد مرگ نگرش زمانی مثبت را تسهیل می‌کند.

از نظر گلدنبرگ<sup>۳</sup> و آرنت<sup>۴</sup> (۲۰۰۸) افکار آگاهانه در مورد مرگ احتمالاً باعث می‌شود تا افراد قصد بیشتری برای انجام رفتار سالم داشته باشند. در حمایت از این دیدگاه، مطالعات آرنت، شیمل<sup>۴</sup> و گلدنبرگ (۲۰۰۳) نشان داد که جوانان بلافاصله پس از ابتلا به بیماری ام‌اس، قصد بیشتری برای ورزش دارند که همین رفتار، گامی در جهت بهبود سلامت کلی و جلوگیری از بیماری شناخته می‌شود. در مجموع، نتایج به طور مداوم نشان می‌دهد که جوانان بلافاصله پس از مرگ‌آگاهی، علاقه و قصدشان برای انجام رفتارهای سالم بیشتر است. به طور خلاصه، مرگ‌آگاهی می‌تواند به افراد انگیزه دهد تا سلامت جسمی خود را افزایش داده و اهداف و ارزش‌های ذاتی معنی‌دار را اولویت‌بندی کنند. پژوهشی دیگر نشان داد 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<sup>۵</sup>، آرنت، وس، روتلج و روتینز<sup>۶</sup>، ۲۰۱۲).

بر اساس دانش موجود و با توجه به موارد ذکر شده، اغلب پژوهش‌های مرتبط با مرگ‌آگاهی و پیامدهای آن، در کشورهای غربی انجام گرفته و تاکنون هیچگونه پژوهش داخلی که به بررسی و شناسایی پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی افراد، به‌ویژه نوجوانان

1. Hankoff, L. D.

2. Ishii, R.

3. Goldenberg, J. L.

4. Schimel, J.

5. Juhl, J.

6. Vess, M., Routledge, C., & Rutjens, B. T.

پرداخته باشد وجود ندارد؛ بنابراین، در این زمینه، خلاء پژوهشی مشهود می‌نماید و نظر به اهمیت مرگ‌آگاهی در زندگی و سرنوشت افراد، پژوهش حاضر درصدد پاسخگویی به این پرسش است که مرگ‌آگاهی چه پیامدهایی در زندگی نوجوانان دارد؟

## روش پژوهش

این پژوهش براساس رویکرد کیفی پدیدارشناسی انجام‌اشد. در پژوهش‌های کیفی پدیدارشناسی، پدیده‌ها آن‌طور که افراد بدان‌ها می‌نگرند و معنا می‌دهند، بررسی و تفسیر می‌شود (اکبری زردخانه، زندی و قربانی و ناجمی، ۱۳۹۷). میدان پژوهش شامل ۲۶ پسر و دختر ۱۶-۱۸ ساله شاغل به تحصیل در مقطع متوسطه دوم در مدارس استان تهران بودند و از نظر جسمانی و روانی دارای سلامت بودند. مشارکت‌کنندگان از طریق نمونه‌گیری هدفمند ملاکی انتخاب شدند.

## شیوه جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها

جهت جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه نیمه‌ساختاریافته استفاده‌اشد؛ به همین منظور، فهرستی از پرسش‌های مرتبط با موضوع طراحی و از مصاحبه‌اشوندگان پرسیده‌اشد. یکی از ویژگی‌های مصاحبه نیمه‌ساختاریافته این است که در حین مصاحبه و در صورت طرح مضامین و موضوعات جالب، محقق می‌تواند آن‌ها را پیگیری‌کند. برای دقت و تمرکز بیشتر، تمام مصاحبه‌ها در اتاق ساکت و خلوت انجام‌گرفت. هر مصاحبه تقریباً بین ۱۵ تا ۶۰ دقیقه به‌طول انجامید. مصاحبه‌کنندگان یک آقا و یک خانم دانشجوی کارشناسی ارشد رشته مشاوره بودند. به منظور رعایت اصول اخلاقی، قبل از آغاز هر مصاحبه از افراد رضایت آگاهانه گرفته‌اشد و اهداف پژوهش برای آن‌ها توضیح‌اداده‌اشد. همچنین از کلیه آزمودنی‌ها اجازه ضبط صدا گرفته‌اشد و به آن‌ها اطمینان‌اداده‌اشد که مصاحبه و صحبت‌های آن‌ها محرمانه خواهد بود و نام و هویتشان فاش نخواهد شد. لازم به ذکر است که مصاحبه‌اشوندگان این اختیار را داشتند که در هر زمان، از ادامه

مشارکت در پژوهش انصراف دهند. تجزیه و تحلیل داده‌ها در این پژوهش به صورت استقرایی و با استفاده از شیوه تحلیل مضمون صورت‌گرفت. استفاده از مطالعات کیفی به‌ویژه روش تحلیل مضمون زمانی ضرورت پیدا می‌کند که اطلاعات اندکی در مورد پدیده مورد مطالعه وجود داشته باشد و یا این که در مطالعات و پژوهش‌های انجام‌شده در ارتباط با موضوع مورد نظر، فقدان یک چارچوب نظری که به‌صورتی جامع به تبیین موضوع بپردازد، مشهود باشد (ابویی اردکان، لبافی، آذرپور و جلال‌پور، ۱۳۹۳). این روش فرآیندی برای تحلیل داده‌های متنی است و داده‌های پراکنده و متنوع را به داده‌هایی غنی و باارزش تبدیل می‌کند. همچنین یک شیوه کارآمد، منعطف و مفید است که برای تحلیل حجم زیادی از داده‌های پیچیده و مفصل، می‌توان از آن استفاده کرد (براون و کلارک<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶). در این پژوهش پس از تبدیل فایل‌های صوتی مصاحبه‌ها به متن، بررسی و کدگذاری آن‌ها انجام شد؛ سپس به منظور رسیدن به مضامین مورد نظر، طبقه‌بندی و مقوله‌بندی داده‌ها صورت‌پذیرفت. جهت رعایت ویژگی‌های کیفی پژوهش، از سه ملاک قابلیت اعتبار<sup>۲</sup>، تاییدپذیری<sup>۳</sup> و قابلیت اطمینان<sup>۴</sup> استفاده گردید. جهت کسب قابلیت اعتبار، تلاش شد تا مشارکت‌کنندگان با حداکثر تنوع تجربیات انتخاب شوند؛ به علاوه، جهت روایی محتوا، از پنل خبرگان و نیز بازبینی رونوشت مصاحبه‌ها و گزارش مطالعه توسط مشارکت‌کنندگان استفاده شد. به منظور برآوردن ملاک تاییدپذیری نتایج، یافته‌ها با پیشینه نظری و پژوهشی مقایسه و مورد تبیین واقع گردید. در مورد ملاک قابلیت اطمینان نیز کوشش به عمل آمد تا فرایندهای تحقیق به صورت شفاف و مستند در متن گزارش تشریح گردد.

1. Braun, V., & Clarke, V.

2. credibility

3. confirmability

4. dependability

## یافته‌ها

از ۲۶ مشارکت‌کننده در مطالعه، ۹ شرکت‌کننده پسر (با میانگین سنی ۱۶/۷ سال) و ۱۷ شرکت‌کننده دختر (با میانگین سنی ۱۷ سال) بودند. نتایج حاصل از تحلیل مضمون داده‌ها در جدول ۱ ارائه می‌شود.

جدول ۱. نتایج تحلیلی مضمون پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی نوجوانان

نکات کلیدی	مضامین سازمان‌دهنده	مضامین فراگیر
انجام کارهای بزرگ‌تر؛ پوچ شدن اهداف؛ مؤثر در انتخاب هدف؛ تاثیر در تصمیمات؛ تغییر مسیر زندگی	اهداف و تصمیمات	انگیزش و اهداف
مؤثر در ایجاد و تغییر انگیزه؛ کاهش انرژی؛ افزایش تلاش؛ افزایش فعالیت و انرژی	نیروی انگیزشی	اهداف
آرامش بیشتر؛ هیجان بیشتر؛ امیدواری؛ شجاعت بیشتر؛ ناامیدی؛ افسردگی؛ ترس؛ ناتوانی	احساسات و هیجانات	احساسات
نزدیک‌تر شدن به خدا؛ یاد خدا بودن؛ رضایتمندی خدا؛ دوست داشتن خدا	عواطف دینی	
بررسی اعمال؛ توجه به وظایف؛ مراقبت از اعمال	توجه به اعمال	
مراقبت بیشتر از خود؛ حساسیت به تغذیه و سلامتی	خودمراقبتی	رفتارها
دوری از گناه؛ توجه به حق‌الناس؛ افزایش فعالیت در هیئت؛ توجه به حق‌النفس؛ توجه به حجاب؛ دعا و قرآن خواندن؛ نماز خواندن	رفتارهای دینی	
آدم خوب شدن؛ به جا گذاشتن یاد خوب؛ انجام کارهای خوب	علاقه اجتماعی	بین‌فردی و اجتماعی
خوش‌اخلاقی؛ توجه بیشتر به پدر و مادر؛ توجه به اطرافیان	روابط میان‌فردی	
زندگی در لحظه؛ توجه به محدودیت عمر؛ راحت‌تر گرفتن زندگی	مغتنم شمردن زندگی	جهان‌بینی
حفظ عقاید پیشین؛ توجه به آخرت؛ افزایش اعتقادات دینی	باورهای دینی	
بی‌توجهی به مادیات؛ بی‌ارزشی دنیا	عدم توجه به دنیا	

به طور کلی، تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه با ۲۶ نوجوان در ارتباط با شناسایی پیامدهای مرگ‌آگاهی منجر به استخراج پنج مضمون فراگیر و ۱۲ مضمون سازمان‌دهنده گردید که در ادامه به توضیح این مضامین همراه با بیان نمونه‌هایی از عبارات مشارکت‌کنندگان پرداخته می‌شود.

اولین مضمون فراگیر انگیزش و اهداف می‌باشد که شامل دو مضمون سازمان‌دهنده به نام اهداف و تصمیمات و نیروی انگیزشی است. پسر ۱۷ ساله: ((فکر کردن به مرگ به اهداف ما جهت میده)). دختر ۱۸ ساله: ((به این فکر کنم که روزی می‌میرم دوست دارم قبلش به هدفم برسم بخاطر همین تلاشم رو بیشتر می‌کنم)). پسر ۱۷ ساله: ((اگه آگاهی بیشتری از مرگ داشته باشم سراغ خیلی از راه‌ها نمی‌رم و مسیرمو خیلی محدود می‌کنم، خودمو خیلی محدود به یک مسیر می‌کنم)). دختر ۱۸ ساله: ((بهبش فکر می‌کنم انرژی رو می‌گیره برای همین سعی می‌کنم اصلا بهش فکر نکنم)).

مضمون دوم مربوط به حیطه احساسات است که عواطف دینی و احساسات و هیجانات دو مضمون سازمان‌دهنده آن می‌باشد. پسر ۱۷ ساله: ((وقتی آگاهی از مرگ بیشتر شد من امید به زندگیم بیشتر شد)). دختر ۱۷ ساله: ((باعث شده بیشتر به خودم ارتباطم با خدا و این چیزها فکر کنم)). پسر ۱۶ ساله: ((من خودم سعی می‌کنم بکشم کنار دیگه زیاد فکرمو مشغول نکنم چون این‌جوری که بهش فکر کنی به ناامیدی میره، این همه تلاش کنی آخرش بمیری)). دختر ۱۷ ساله: ((باعث میشه به خدا نزدیک بشی)).

سومین مضمون فراگیر مربوط به رفتارهاست و دارای سه مضمون سازمان‌دهنده است: توجه به اعمال، خود مراقبتی و رفتارهای دینی. دختر ۱۷ ساله: ((ما باید روی کارهامون خیلی دقت داشته باشیم که چه کارهایی انجام می‌دیم چه کارهایی درسته چه کاری غلط)). دختر ۱۷ ساله: ((من خودم روی فکر همین مرگ باعث شد حجابم خیلی محکم‌تر بشه)). پسر ۱۷ ساله: ((بعضی جاها آدمو به فکر وامی‌داره مثلا باید چیکار کنم چیکار می‌نویسم بکنم که نکردم)). دختر ۱۷ ساله: ((سعی می‌کنم زیاد گناهی

انجام ندم)).

مضمون چهارم که به حوزه‌های بین فردی و اجتماعی مربوط است دارای دو مضمون سازمان‌دهنده می‌باشد: علاقه اجتماعی و روابط میان فردی. دختر ۱۷ ساله: ((سعی می‌کنم کارهای خوب بکنم و به اون جایگاه خوب اونور برسم)). دختر ۱۶ ساله: ((احساس می‌کردم که قدر اطرافیانم رو باید بیشتر بدونم و آگه یه جایی می‌بینمشون بیشتر باهاشون وقت بگذرونم)). دختر ۱۷ ساله: ((تصمیم گرفتم آدم بهتری باشم)). پسر ۱۷ ساله: ((بتونم خوبی بکنم به خانوادم، اطرافیان و آشنایان هرکی که می‌شناسم. نه مالی احساسی هر جور که هست بتونم حمایت بکنم)).

پنجمین و آخرین مضمون فراگیر، جهان‌بینی است که دارای سه مضمون سازمان‌دهنده می‌باشد: مغتنم شمردن زندگی، باورهای دینی و عدم توجه به دنیا. دختر ۱۷ ساله: ((بیشتر خودمو متمرکز می‌کنم روی لحظه حال تا این‌که به بعد و قبلم فکر کنم. می‌گم باید از الان لذت ببرم)). پسر ۱۶ ساله: ((مثلا ما همین که بدونیم یه وقتی می‌ایریم دنبال جمع کردن مال و اموال نیستیم بالاخره ما که بمیریم مال و اموالمون که با ما نمیان اونور)). پسر ۱۶ ساله: ((زندگی رو راحت‌تر بگیریم و در همه مسائل ریزبینانه تصمیم نگیریم)). دختر ۱۷ ساله: ((کنار فعالیت‌های روزمره‌ام کارهایی که برای اونورم مناسب باشه رو انجام میدم که یه آذوقه‌ای داشته باشم)).

### بحث و نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های پژوهش حاضر، می‌توان گفت آگاهی از مرگ، نتایج و اثراتی در زندگی نوجوانان دارد و پیامدهای آن بر شیوه‌زیستن آن‌ها تأثیر می‌گذارد؛ این پیامدها در قالب پنج مضمون فراگیر طبقه‌بندی شدند. یکی از مضامین مرگ آگاهی در زندگی نوجوانان «انگیزش و اهداف» بود. یافته‌های تحقیق در این مضمون با یافته‌های پژوهش امیریگی، منصور و غریبی (۱۳۹۷) همخوان بود. آن‌ها در تحقیقی به این نتیجه رسیدند که افراد در مواجهه با محرک یادآورنده مرگ و برانگیخته شدن افکار هشیار و



ناهشیار نسبت به مرگ در اهداف درونی و بیرونی‌اشان بازنگری می‌کنند. همچنین سبزه‌آرای و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که برجستگی مرگ منجر به کاهش اهمیت آرزوهای بیرونی می‌شود. در تبیین یافته‌های این بخش می‌توان گفت از جمله مواردی که با مرگ‌آگاهی دستخوش تغییر می‌شود، جهت‌گیری اهداف و تصمیمات فرد است. به عبارتی، زمانی که انسان به مرگ می‌اندیشد و قطعیت مرگ خود را به یاد می‌آورد، برآن می‌شود که به بازنگری اهداف و تصمیماتش و راهی که تاکنون پیش آمده پردازد. این خاصیت مرگ است که فرد را به تفکر درباره زیستن خود واهی‌دارد. براساس نظریه مدیریت وحشت<sup>۱</sup> نیز، افراد در مواجهه با مرگ‌آگاهی به بازبینی فهرست اهداف و آرزوهایشان می‌پردازند، بدین صورت که بعد از روبه‌رو شدن با افکار مرگ در حوزه‌های بسیاری، اهداف درونی‌اشده خود را مورد بررسی قرار می‌دهند و اهداف شخص‌محور و رشد‌دهنده را انتخاب می‌کنند. در این پژوهش نیز اندیشه‌مرگ، نوجوانان مشارکت‌کننده را که در آستانه تصمیم‌گیری و انتخاب اهداف برای آینده بودند، به بازنگری اهداف و آرزوهایشان سوق داده بود.

در این میان، همچنین یافته‌هایی مبنی بر کاهش سطح انرژی و انگیزه به‌ویژه در میان بعضی از مشارکت‌کنندگان پایه دوازدهم که در حال آماده‌سازی خود برای شرکت در آزمون کنکور سراسری بودند، هم وجود داشت؛ بدین صورت که اندیشه‌مرگ آن‌ها را از تلاش بیشتر برای موفقیت در کنکور بازمی‌دارد و مقدمات رخوت و بی‌انگیزگی را در آن‌ها سبب می‌شود. از دریچه‌نگاه این نوجوانان، با مرگ همه تلاش‌ها و زحمات‌ایشان برای کسب موفقیت بیهوده و بی‌معنی می‌شود و این بیهودگی آن‌ها را مضطرب و در عین حال سست و بی‌انگیزه می‌کند. در تبیین این بخش می‌توان گفت همان‌طور که انسان به‌طور ذاتی میل به بقا و ماندگاری دارد و با شور و اشتیاق زندگی‌امی‌کند، در عین حال از حتمی بودن مرگ خود نیز آگاه است. از دیدگاه روان‌شناسی وجودی، این آگاهی از مرگ و در

مقابلش میل به ماندن و جاودانگی خود نقطه شروع تعارض وجودی<sup>۱</sup> است؛ به همین دلیل یالوم مرگ را واضح‌ترین و قابل درک‌ترین دلواپسی غایی می‌داند.

مرگ آگاهی در برخی از دانش‌آموزان نیز، افزایش تلاش و برنامه‌ریزی و فعالیت‌های هدفمند را در پی داشت. این دسته از نوجوانان اندیشه مرگ را به مثابه اتلنگری می‌دانستند که به آن‌ها فرصت اندک زندگی و محدودیت زمان برای ساختن رویاها و رسیدن به اهدافشان را یادآوری می‌کرد؛ به عبارتی مرگ آگاهی سطح انگیزه آن‌ها را برای کسب موفقیت و دستیابی به اهداف بیشتر کرده بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان به نظرات هایدگر اشاره کرد که بیان می‌کند اندیشه مرگ انسان را نجات می‌دهد و او را از شیوه‌های غیراصیل و منحرف و آسوده و سرشار از نگرانی‌های روزمره به شیوه‌ای اصیل و مسئولانه از زندگی انتقال می‌دهد. نوجوانان مشارکت‌کننده نیز در پی توجه و یاد کردن از مرگ، مسئولیت خود را در برابر زندگی و فرصت محدود آن درک کرده و به همین دلیل در انتخاب مسیر و اهداف زندگی دقت بیشتری داشتند و میل و انگیزه آن‌ها افزایش یافته بود.

دومین مضمون مرتبط با پیامدهای مرگ آگاهی در زندگی نوجوانان «احساسات» بود. یافته‌های پژوهش در این مضمون با نتایج پژوهش تابعی، یوسفی و صدیق‌اورعی (۱۳۹۶) همخوان بود. آن‌ها در پژوهشی به مطالعه پدیدارشناسی تجربی واکنش به مرگ پرداختند که در آن مفهوم «پذیرش یا انکار مرگ» واحدهای معنایی متفاوتی را ایجاد می‌کرد. در تبیین یافته‌های این بخش از تحقیق می‌توان چنین بیان کرد که بر پایه اتئوری شناختی، فکر کردن در انسان همواره منجر به ایجاد یک تجربه احسی می‌شود، زیرا افکار معمولاً به دنبال خود طیفی از احساسات را در فرد پدید می‌آورند. این امر در باب اندیشه و یاد مرگ هم صادق است. به عبارتی، اندیشیدن به مرگ، احساسات و هیجاناتی را در افراد ایجاد می‌کند که در موقعیت‌های مختلف مرگ آگاهی، تجربه احسی متفاوتی را موجب

1. existential conflict

می‌باشد. در این پژوهش نیز، در برهه‌ای از زمان که نوجوان با مشکلات و مسائل مختلفی دست به گریبان بود، مرگ‌آگاهی و بینش حاصل از آن که یادآور گذرا بودن حیات این دنیا و موقتی بودن مشکلات بود، حس امیدواری و آرامش را در وی موجب می‌شد.

همچنین در این پژوهش یافته‌هایی تحت مضمون «عواطف دینی» وجود داشت که نوجوانان مشارکت‌کننده با یاد مرگ در صدد کسب هر چه بیشتر رضایت خداوند در اعمال خود بودند و در طی روز مبادرت به یاد خدا و نزدیک‌تر شدن به او می‌کردند. مرگ‌آگاهی برخی نوجوانان مشارکت‌کننده را نیز به عشق‌ورزی بیشتر با خدا و جلب رضایت‌مندی او سوق داد. در تبیین یافته‌های این بخش می‌توان به فطرت خداجو و خداپرست انسان‌ها اشاره کرد. همان‌گونه که در برخی آیات و روایات آمده است، آفرینش انسان به گونه‌ای است که در ذات خود به دنبال دست‌یابی به کمال و برقراری پیوندی عمیق با نیرویی برتر از خود که همان خداوند یگانه است، می‌باشد. به‌طوری که اگر انسان در شرایطی طبیعی به حال خود رها شود، همان راه خداپرستی و خداجویی را پیش می‌گیرد. در این پژوهش نیز یاد مرگ، فطرت حقیقت‌طلب نوجوانان مشارکت‌کننده را بیدار و آن‌ها را به داشتن ارتباطی نزدیک با خداوند که مطابق با آفرینش آن‌هاست ترغیب می‌کند، به عبارتی مرگ‌آگاهی عواطف و احساسات نوجوانان را به خدا برانگیخته و آن‌ها را در مسیر کسب رضایت خداوند قرار می‌دهد.

سومین مضمون در رابطه با پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی نوجوانان «رفتارها» بود. یافته‌های تحقیق در این مضمون با پژوهش تابعی و همکاران (۱۳۹۶) همخوان بود. آن‌ها در این تحقیق به این نتیجه رسیدند که فکر مداوم درباره مرگ و آمادگی برای آن از جمله نشانه‌هایی برای پذیرش مرگ در میان مشارکت‌کنندگان مذهبی است. در تبیین یافته‌های این بخش می‌توان به آموزه‌های دینی و باورهای فرهنگی اشاره کرد. دین اسلام بر پایه اعتقاد به معاد و جهان آخرت استوار است. در قرآن کریم نیز آیات بسیاری درباره‌ی معاد و جهان پس از مرگ وجود دارد که به انسان‌ها درباره حسابرسی از اعمال و رفتار و

کردارشان هشدار می‌دهد. برای نمونه خداوند در آیه ۹۱ و ۹۲ سوره حجر خطاب به پیامبر(ص) می‌فرماید: سوگند به پروردگارت که همه آن‌ها را مواخذه خواهیم کرد نسبت به آنچه عمل کردند. در نتیجه‌ی ایمان به روز قیامت و پرسش و پاسخ از انسان‌ها، در این تحقیق مضمون سازمان‌دهنده «توجه به اعمال» را از جمله پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی نوجوانان می‌دانیم که طی آن، نوجوان در اثریاد و اندیشه‌مرگ، اعمال و رفتارشان را بررسی کرده و درصدد مراقبت از رفتارهای خود و اصلاح و تغییر آن‌ها برآمده بود. مضمون سازمان‌دهنده «فعالیت‌های مذهبی» نیز دلالت بر انجام اعمال و رفتارهای مذهبی نوجوانان مشارکت‌کننده در پژوهش دارد که با انجام فعالیت‌هایی مذهبی مانند عمل به دستورات و تکالیف دینی و توجه به اموراتی مانند حق‌الناس به دنبال تمهیداتی برای زندگی پس از مرگ خود بودند. در تبیین این بخش می‌توان به آموزش دروس معارف و دین و زندگی در سال‌های متوالی تحصیلی و مرگ‌آگاهی حاصل از آن توجه کرد که احتمالاً موجب می‌شود نوجوانان مشارکت‌کننده در طول مصاحبه بارها به واژه‌های آذوقه و توشه به معنی ذخایری برای جهان پس از مرگ اشاره کنند. مرگ‌آگاهی همچنین باعث در پیش گرفتن رفتارهای سلامت‌محور توسط بعضی از مشارکت‌کنندگان شده بود و در تبیین می‌توان به نظریه‌مدیریت وحشت اشاره کرد که طبق آن مرگ‌آگاهی سبب می‌شود که افراد رفتارهای سلامت‌محوری را در زندگی خود پیش بگیرند و از تهدیدکننده‌های سلامتی اجتناب کنند و حساسیت بیشتری نسبت به تغذیه و سلامتی خود نشان دهند که هم‌راستا با مضمون سازمان‌دهنده «حساسیت به تغذیه و سلامتی» در این تحقیق بود. چهارمین مضمون مرتبط با پیامدهای مرگ‌آگاهی در زندگی نوجوانان در این تحقیق، مضمون «بین‌فردی و اجتماعی» بود. در تبیین یافته‌های این بخش می‌توان گفت بر طبق نظریه‌مدیریت وحشت، افراد در مواجهه با مرگ‌ابه‌بینشی دست می‌یابند که بر پایه آن برای داشتن روابط بین‌فردی مثبت و لذت بردن از بودن با دیگران بیشتر تلاش می‌کنند؛ به عبارتی با مرگ‌آگاهی، انسان‌ها بیشتر در پی ارضای نیاز بنیادین‌شان به ارتباط

برهلی‌آیند و اهدافی مانند در جمع بودن و تعامل با سایرین را انتخاب می‌کنند. علاوه بر این، مرگ‌آگاهی آثار تربیتی و کارکردهای اخلاقی وسیعی دارد که به موجب آن افراد به سمت برقراری پیوندهای عمیق با مردم و جهان هستی روی می‌آورند.

پنجمین مضمون مرتبط با پیامدهای مرگ‌آگاهی «جهان‌بینی» بود. در تبیین یافته‌های این بخش می‌توان چنین گفت که طبق فلسفه‌هایدگر، زمانی که انسان با مرگ مواجه می‌شود و مرگ‌آگاهی‌اش افزایش می‌یابد، توجه او به هستی یک درجه بالاتر می‌رود و نگرش او در ارتباط با هستی دستخوش تغییر می‌شود. به عبارتی مرگ‌آگاهی می‌تواند زمینه‌ای برای اصلاح نگرش انسان و ژرف‌اندیشی او و بازنگری نظام ارزش‌ها و باورهایش فراهم کند (خدایاری‌فرد و همکاران، ۱۳۹۷). مضمون سازمان‌دهنده «مغتنم شمردن زندگی» نیز ماحصل تغییر دیدگاه نوجوانان مشارکت‌کننده در پژوهش در رویارویی با مرگ می‌باشد که روان‌شناسی وجودی، آن را از فواید و اثرات مرگ‌آگاهی می‌داند و معتقد است که انسان با اندیشه‌مرگ، متوجه فانی و گذرا بودن خود می‌شود و به دنبال بهره‌مندی بیشتر از لحظات و زیبایی‌های زندگی برمی‌آید. در نتیجه می‌توان گفت که مرگ‌آگاهی احتمالاً بر فلسفه‌چگونه زیستن نوجوانان مشارکت‌کننده در پژوهش تأثیر گذاشته و آن‌ها را به سمت یک زندگی هدفمند با توجه به محدودیت عمر سوق می‌دهد. مضمون سازمان‌دهنده «عدم توجه به دنیا» همچنین اشاره به نگرش نوجوانان به بی‌ارزشی دنیا و مادیات دارد که در تبیین آن می‌توان به مرگ‌اندیشی و مرگ‌آگاهی از نگاه مولوی اشاره کرد که «بیداری» و «درک ناپایداری امور دنیوی» را از پیامدهای اندیشیدن به مرگ و از ویژگی‌های زیستن جاودانه می‌داند.

همچنان دنیا که حُلْم نایم است      خفته پندارد که این خود دایم است

تا برآید ناگهان، صبح اجل      وارهد از ظلمت ظنّ و دغل

\*\*\*

ای خُنک آن را که پیش از مرگ مرد      یعنی او از اصل این رَز، بوی برد

قاطع الاسباب لشکرهای مرگ      همچو دَی آید به قطع شاخ و برگ

در مجموع و با توجه به آنچه ذکر گردید، مرگ آگاهی می‌تواند ابعاد مختلف زندگی نوجوان را تحت الشعاع قرار دهد و بنابراین، موضوعی دارای اهمیت و اساسی محسوب می‌شود. هر کدام از مضامین ذکر شده بیان‌کننده اثرات مرگ آگاهی در زمینه‌های مختلف زندگی نوجوانان است و این نکته را آشکار می‌کند که یاد و اندیشه مرگ می‌تواند به شکل‌های مختلفی بر ابعاد گوناگون زندگی نوجوانان اثر بگذارد و شیوه زیستن و نگرش آن‌ها را به امور خود و جهان دستخوش تغییر کند. به عبارتی مرگ آگاهی برای نوجوانان که در ابتدای ترسیم طرح زندگی آتی خود هستند می‌تواند به مثابه یک چراغ روشن‌گر راه عمل کند و نقشه و مسیر آینده آن‌ها را شکل دهد. به طور کلی، مرگ آگاهی دامنه تأثیر گسترده‌ای در حیطه‌های مختلف زندگی نوجوانان دارد و به همین دلیل موضوعی مهم تلقی می‌شود و لازم است که به این مفهوم به خصوص در دوران نوجوانی نگاهی ویژه صورت گیرد. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود سازمان‌های مرتبط و مسئول همچون آموزش و پرورش، طرح و برنامه‌هایی برای توضیح مفهوم مرگ و افزایش مرگ آگاهی برای نوجوانان تدوین کنند همچنین ابزاری دقیق و هنجار شده برای سنجش میزان مرگ آگاهی و مقایسه آن در بین افراد و اقشار مختلف به منظور انجام پژوهش‌های جامع‌تر مورد نیاز است. با توجه به این‌که افراد مشارکت‌کننده در پژوهش شامل قشر نوجوان بودند، می‌توان پژوهش‌هایی مرتبط با موضوع را در بین اقشار سنی متفاوت از جمله جوانان، میانسالان و سالمندان انجام داد. همچنین با توجه به شیوع گسترده بیماری کروناویروس ۲۰۱۹<sup>۱</sup> (کووید-۱۹)<sup>۲</sup> در حال حاضر و وقوع مرگ و میرهای ناشی از این بیماری (لان و همکاران، ۱۳۹۹؛ شریعتمدار، اعظمی، غفوری و مصباحی، ۱۳۹۹)، پیشنهاد می‌شود که تأثیر بحران‌های این چنینی بر پدیده مرگ آگاهی در اقشار مختلف مورد بررسی قرار گیرد.

---

1. Coronavirus disease 2019

2. COVID-19 pandemic

## منابع

- ابویی اردکان، م.، لبافی، س.، آذرپور، س. و جلال‌پور، م. (۱۳۹۳). شناسایی عوامل حیاتی موفقیت تفکر راهبردی در دیدگاه مدیران سازمان‌های فرهنگی شهر اصفهان. *مدیریت اجرایی*، ۱۱(۶)، ۲۰-۱.
- احمدی، خ.، خدادادی سنگده، ج.، ملازمانی، ع.، خانزاده، م. و امینی‌منش، س. (۱۳۹۲). رفتار پرخطر نوجوانان: نقش نظارت والدینی و هم‌نشینی با همسالان منحرف. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۲(۴۸)، ۲۲-۴.
- 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*، ۱۱(۵)، ۲۰-۱.
- اکبری زردخانه، س.، زندی، س. و قربانی وناجمی، م. (۱۳۹۷). مفهوم‌سازی معنابخشی و ملاحظات کاربردی آن در روان‌شناسی صنعتی و سازمانی. *رویش روان‌شناسی*، ۷(۲)، ۱۷۹-۲۰۴.
- امیربیگی، م.، منصور، ج. و غریبی، ح. (۱۳۹۷). تاثیر افکار هشیار و ناهشیار مرگ بر جهت‌گیری اهداف. *رویش روان‌شناسی*، ۷(۱۰)، ۳۳۵-۳۴۶.
- الهی قمشه‌ای، م. (۱۳۸۷). *قرآن کریم*. قم: نشر مسجد مقدس جمکران.
- بلخی، ج. م. (۱۳۹۷). *مثنوی معنوی*. تصحیح رینولد نیکلسون. تهران: نشر نغمه.
- تابعی، م.، یوسفی، ع. و صدیق‌اورعی، غ. (۱۳۹۶). پدیدارشناسی تجربی واکنش به مرگ. *راهبرد فرهنگ*، ۱۰(۴۰)، ۷۱-۹۴.
- جواهری، ف. و یزدانی، م. (۱۳۹۵). نگرش به مرگ نمونه‌ای منتخب از سالمندان شهر تهران. *مطالعات اجتماعی ایران*، ۱۰(۳۲)، ۷۷-۱۰۱.
- خداایاری فرد، م.، غباری بناب، ب.، شکوهی یکتا، م.، طهماسب کاظمی، ب.، فقیهی، ع.، آذربایجانی، م.، اکبری زردخانه، س.، افروز، غ.، باقری نوع‌پرست، خ.، منطقی، م.، آیت‌اللهی، ح.، هاشمی، س.، شهابی، ر.، فاطمی، س.، گواهی، ع.، نوربخش، ی.، فرتاش، س.، شجاعی‌زند، ع.، فرزاد، و.، واعظی، س.، قربانی وناجمی، م.، زندی، س.، سجادی اناری، س. و علوی‌نژاد، ث. (۱۳۹۷). برنامه‌تعاملات دینداری برای دانشجویان: ساخت و روایی‌یابی. *پژوهش‌نامه روان‌شناسی مثبت*، ۴(۴)، ۶۹-۸۴.
- دلیر، م. (۱۳۸۷). تاثیر مرگ‌آگاهی بر اختلال اضطرابی و سواس-اجبار مراجعین انجمن وسواس ایران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه پیام نور.
- 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)، ۱۹-۲۹.
- سپهری، س. (۱۳۸۹). *مجموعه شعرهشت کتاب*. اصفهان: نشر گفتمان اندیشه معاصر.
- شریعتمدار، آ. و مهدوی، ز. (۱۳۹۹). بازنمایی موضوع مرگ و نمادهای هیجان‌ساز در کانال‌های خبری مجازی. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۹(۷۳)، ۲۹-۵۸.
- شریعتمدار، آ.، اعظمی، م.، غفوری، س. و مصباحی، م. (۱۳۹۹). نقش شوخ‌طبعی در تاب‌آوری زنان در برابر

- فشارهای روانی روزهای قرنطینه بیماری کرونا. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۹(۷۴)، ۱۳۷-۱۶۵.
- شریف‌الرضی، م. (۱۳۹۰). *نهج‌البلاغه*. ترجمه سید جعفر شهیدی (۱۳۹۲). تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
- صادق‌نیا، م. و سرائی، ح. (۱۳۹۳). تحلیل و بررسی کارکردهای معنابخشی مرگ. *اندیشه نوین دینی*، ۱۰(۳۶)، ۷-۲۲.
- 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)، ۵۹-۸۳.
- صنعتی، م. (۱۳۸۴). درآمدی به مرگ در اندیشه غرب؛ دگرگونی‌های نگرشی و گفتمانی. *فلسفه و کلام، ارغنون*، ۲۶(۲۷)، ۱-۶۴.
- فروغی، ح. و رضایی، م. (۱۳۹۳). تصویر مرگ و زندگی در شعر معاصر ایران. *پژوهش ادبیات معاصر جهان*، ۱۸(۲)، ۱۵۹-۱۷۰.
- قنبری، ب. و مشایخی‌پور، م. ع. (۱۳۹۱). معنا و مفهوم مرگ‌آگاهی و آثار آن از دیدگاه امام علی (ع). *معرفت*، ۲۱(۱۸۳)، ۲۷-۴۱.
- لان، پ. د.، بلتون، ک. ا.، لاین، س.، مک‌گوان، ف. پ.، تیمونز، ش. و رابرتسون، د. (۱۳۹۹). نقش علوم رفتاری در مقابله با ویروس کرونا: یک مطالعه مروری نقلی. ترجمه سعید زندی و رضا پورحسین. *رویش روان‌شناسی*، ۹(۳)، ۱-۲۲.
- محمدی، م.، سلیمی، ح. و برجعلی، ا. (۱۳۹۵). مقایسه فعالیت‌ها و عوامل والدینی در ورود موفق و ناموفق به مرحله نوجوانی چرخه زندگی. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۶(۶۱)، ۱۶۶-۱۹۰.
- هومن، ع.، اکبری زردخانه، س.، مرادی، ع. و زندی، س. (۱۳۹۵). شیوه‌های مواجهه با تعارض در بین والدین دانش‌آموزان دارای رفتار بهنجار و نابهنجار روان‌شناختی. *پژوهشنامه تربیتی*، ۱۱(۴۶)، ۱۱۷-۱۳۶.
- یالوم، ا. (۱۹۸۰). *روان‌درمانی آگزیستانسیال*. ترجمه سپیده حبیب (۱۳۹۰). تهران: نشر نی.
- Ahmadi, F., Khodayarifard, M., Zandi, S., Khorrani-Markani, A., Ghobari-Bonab, B., Sabzevari, M., & Ahmadi, N. (2018). Religion, culture and illness: a sociological study on religious coping in Iran. *Mental Health, Religion & Culture*, 21(7), 721-736.
- Arndt, J., Schimel, J., & Goldenberg, J. L. (2003). Death can be good for your health: Fitness intentions as a proximal and distal defense against mortality salience. *Journal of Applied Social Psychology*, 33(8), 1726-1746.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology Journal*, 3(2), 123-140.
- 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.
- Fitri, R. A., Asih, S. R., & Takwin, B. (2020). Social curiosity as a way to overcome



- death anxiety: perspective of terror management theory. *Heliyon*, 6(3), e03556.
- 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 self-protective and prosocial motivations. *Academy of Management Review*, 34(4), 600-622.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., Simon, L., & Breus, M. (1994). Role of consciousness and accessibility death related thoughts in mortality salience effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(4), 627-637.
- Hankoff, L. D. (1975). Adolescence and the crisis of dying. *Adolescence*, 10(39), 373-389.
- 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.
- Howarth, G., & Leaman, O. (2002). *Encyclopedia of death and dying*. London: Routledge.
- Ishii, R. (2013). Effects of thinking about death on adolescents' attitudes toward time. *Japanese Journal of Educational Psychology*, 61(3), 229-238.
- Kenyon, B. L. (2001). Current research in children's conceptions of death: a critical review. *Omega-Journal of Death and Dying*, 43(1), 63-91.
- Kubler-Ross, E. (1975). *Questions and Answers on Death and Dying*. Trans. By M Kawaguchi. Tokyo: Yomiuri Newspaper Publishing Company.
- McCabe, S., Kenneth, E., & Arndt, J. (2018). The impact of death awareness on sizes of self-representational objects. *British Journal of Social Psychology*, 57(1), 174-188.
- Moor, A. (2002). Awareness of death: A controllable process or a traumatic experience? *Electronic Journal of Folklore*, 7(22), 92-114.
- Nagy, M. (1959). The Child's View of Death. In H. Feifel (Eds.), *The Meaning of Death*. New York: McGraw-Hill.
- Noppe, L., & Noppe, I. (1997). Evolving meanings of death during early, middle, and later adolescence. *Death Studies*, 21(3), 253-275.
- 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.
- Tai, Y. (2002). Meaning of death education in moral education. *Journal of the Graduate School Kyoto Women's University*, 2(1) 3-20.
- 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.