




Research Article

The structural relationship between psychological distress and the meaning of life in men with the mediation of loneliness

Hamoun Babaei: M.Sc of Psychology, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University, Tabriz, Iran.
hamoonbabayi77@gmail.com

Ezzatollah Ahmadi* : Associate professor, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University, Tabriz, Iran.
Ahmadi.e@azaruniv.ac.ir

Abstract

Studies have reported a mutual relationship between having meaning in life and psychological distress. However, various factors can affect distress and meaning in men's lives. Therefore, it is essential to identify these factors to reduce psychological distress and prevent suicide among men. Thus, the present study investigated the structural relationship between psychological distress and the meaning of life through the mediation of loneliness in men. The research design was descriptive-correlational. The statistical population of the research included men in Tabriz city, out of which 236 men were selected based on Kline's opinion and available sampling method. The scales used in this research study included social-emotional loneliness questionnaires for adults, meaning of life, and psychological distress. Pearson's correlation coefficient and structural equation modelling were used to analyze the data. The results of structural equation modeling showed that psychological distress had a significant direct effect on removing meaning in life and feeling lonely. Also, loneliness directly affected the meaning in life and indirectly affected the relationship between psychological distress and meaning in men's lives. In general, the results of the study indicate that loneliness can affect psychological distress and meaning in men's lives. It can be claimed that existential psychotherapy and increasing social interactions reduce psychological distress and loneliness and mutually increase meaning in men's lives.

Keywords: psychological distress, loneliness, Meaning in men's lives

Introduction

Udupa et al.'s (2023) and Wang et al (2024) reported a rise in distress and mental health issues among both youth and adults. As a result, there has been an increasing focus on enhancing men's mental health, which is partly due to the high rates of suicide observed among men across the globe (Freeman et al., 2017).

Psychological distress is among the risk factors leading to male suicide (Yoshimasu et al., 2008). It also is a significant concern for public health (Xiong et al., 2021). In this regard, loneliness can have adverse psychological effects and indicate public health concerns, particularly psychological distress (Bornstein & Magnus., 2022). Recent research has shown that meaning of



life and loneliness are related (Macia et al., 2021; Seidler., 2022; Macia et al., 2021). Therefore, this study aimed to investigate the mediating role of loneliness in the relationship between psychological distress and meaning of life in men.

Method

This study is descriptive and correlational, and it was conducted through structural equation modeling. The statistical population consisted of men in Tabriz, Iran. To increase measurement accuracy, a sample size of 236 people was selected through available and voluntary sampling methods, following Mears and Kilne's suggestion. The researchers used an online questionnaire to collect information from men in Tabriz. The questionnaire was distributed through virtual groups, where participants could access the questionnaire link and answer the questions online.

The questionnaires were:

Social Emotional Loneliness Questionnaire for Adults (SELSA-S): This scale was developed by Di Tommaso et al. (2004). This scale has 14 items that measure the feeling of loneliness in three areas: romantic loneliness, family loneliness, and social loneliness. Cronbach's alpha coefficients for romantic, social, and family loneliness were 0.92, 0.84, and 0.87, respectively (Jokar and Salimi, 2011).

Steger et al.'s Meaning of Life Questionnaire: This scale was designed by Steger et al. (2006). The meaning of life scale includes two subscales that evaluate the presence of meaning in life and the search for meaning. Cronbach's alpha was calculated as 0.75 for the search for meaning subscale and 0.78 for the meaning subscale.

Kessler Psychological Distress Questionnaire (K-10): Kessler et al. (2003) arranged it in the form of 10 questions. Stolk et al. (2014) stated Cronbach's alpha of 0.93.

Ethical principles were explained at the beginning of the questionnaire, ensuring that participants were aware of the voluntary nature of their participation, confidentiality of their answers, and free will to participate. After collecting the data from 236 participants, the researchers analyzed the data using SPSS and AMOS version 24 software.

Results

The study revealed that out of all the participants, 5.1% were between the ages of 22 and 24, 33.1% were between the ages of 25 and 35, 36.4% were between the ages of 36 and 45, 12.7% were between the ages of 46 to 55, and 12.7% were 56 years old or above. The mean, standard deviation, skewness, kurtosis, and correlations between the research variables are presented in Table 1.

Table 1

The Correlation Matrix, Mean, Standard Deviation, Skewness, and Kurtosis of Research Variables

| Variables | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|--------------------------|----------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|-------|
| 1-Psychological distress | 1 | | | | | | | |
| 2-existence of meaning | -0/421** | 1 | | | | | | |
| 3- Searching for meaning | -0/254** | -0.572** | 1 | | | | | |
| 4- Meaning in life | -0/405** | 0/861** | 0/870** | 1 | | | | |
| 5- Romantic loneliness | -0/322** | 0/173** | 0/078 | 0/150 | 1 | | | |
| 6- Family loneliness | -0/388** | 0/221 | 0/162* | 0/231** | 0/450** | 1 | | |
| 7- Social loneliness | -0/451** | 0/223** | 0/142* | 0/197** | 0/297** | 0/489** | 1 | |
| 8- Feeling alone | -0/507** | 0/310** | 0/198** | 0/386** | 0/773** | 0/786** | 0/729** | 1 |
| Mean | 14/30 | 14/82 | 25/27 | 50/07 | 14/35 | 18/52 | 18/61 | 51/59 |
| standard deviation | 9/984 | 5/577 | 5/902 | 10/069 | 4/634 | 3/933 | 4/275 | 9/956 |
| Skewness | 0/113 | 0/045 | 0/005 | -0/007 | -0/591 | -0/750 | -0/848 | 0/077 |
| Kurtosis | -0/131 | -0/164 | -0/265 | -0/262 | -0/400 | 0/509 | -0/599 | 0/316 |

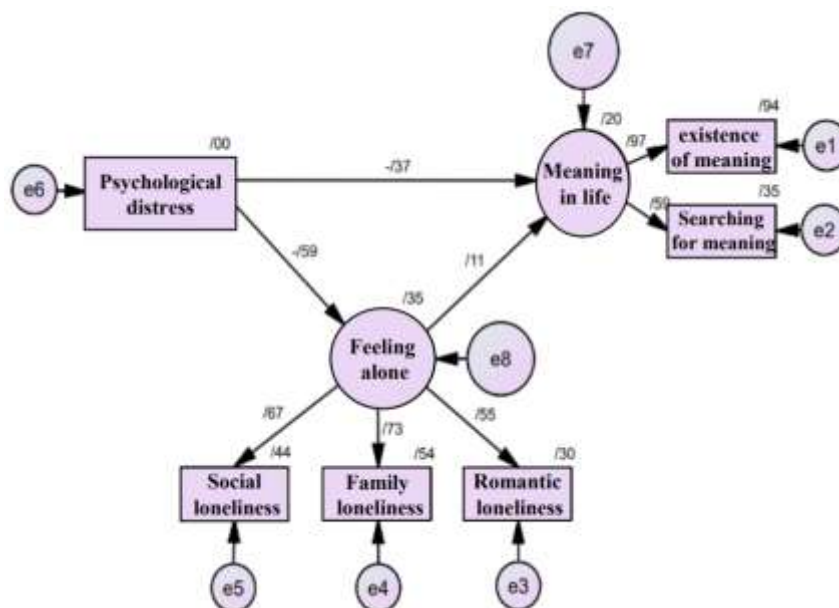
Table 2
Fit indices of the proposed model

| Goodness fit indexes | X ² | DF | X ² /DF | GFI | AGFI | IFI | CFI | NFI | RMSER |
|----------------------|----------------|----|--------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Acceptable values | - | - | 1-3 | >0/90 | >0/90 | >0/90 | >0/90 | >0/90 | <0/08 |
| | 9/38 | 7 | 1/34 | 0/98 | 0/96 | 0/99 | 0/99 | 0/97 | 0/038 |

In order to check the validity of the selected measurement model, confirmatory factor analytical fit indices were used.

As seen in Table 2, the fit indices of the structural model indicate the proper fit of the research model.

Figure 1
Standard research model



As seen in Figure 1, psychological distress had a significant direct effect on having meaning in life and feeling lonely in men ($\beta = -0.37$), ($\beta = -0.59$), ($P < 0.01$).

Also, loneliness directly affected having meaning in men's lives ($\beta = 0.11$), ($p < 0.05$).

Table 3
Results of the bootstrap test to investigate the indirect path

| Indirect path | Lower limit | Upper limit | β | Total effect | P |
|--|-------------|-------------|---------|--------------|------|
| Psychological distress in the meaning of life through feelings of loneliness | 0/098 | 0/309 | -0/064 | -0/43 | 0/95 |

Table 3 reports the mediating effect of the variable feeling of loneliness in the relationship between psychological distress and meaning in men's lives with a 95% confidence interval. Considering that zero is not placed in the upper and lower range of scores, the role of mediation of loneliness dimensions about the meaning of life in men is confirmed.

Conclusion

The results showed that all research variables had a significant relationship with each other. Also, psychological distress had a significant relationship with meaning in men's lives both directly and indirectly. Tyler et al (2020) suggest that finding meaning in life can help alleviate

stress and anxiety resulting from difficult life events. By considering existential concepts of meaning and meaninglessness, and their implications for clinical approaches, we can enhance our ability to develop appropriate and effective strategies for supporting and improving men's mental health in a changing cultural context (Brown et al., 2023).

The results of the previous studies indicate that individuals who experience loneliness often desire close relationships with those who have found meaning in their lives (Hadden & Knee, 2018; Stillman & Lambert, 2013). Such relationships can strengthen a person's sense of belonging and attraction while reducing feelings of loneliness (Folker et al., 2021). This issue is related to social psychological theories and social interactions, both of which emphasize the impact of social interactions and interpersonal relationships in creating meaning in life and reducing feelings of loneliness (Ghasemi Tabasi, 2023).

According to a recent study by Borawski (2022), increased social interaction can help reduce loneliness in individuals with low meaning in life. Meanwhile, Gross et al.'s (2019) study suggests that assessing feelings of diminished meaning in life can

help identify potential mental health risks in men, especially during major life changes such as divorce, unemployment, or bereavement. As such, existential psychotherapy may be a good option for men (Zafirides et al., 2013). It is especially suitable for men who are reluctant to use mental health services.

Finally, the current study can be conducted with larger numbers of men in other contexts, or it can be evaluated in the statistical population of women to compare the results. It should be noted that a key limitation of this study was that the present study was conducted with a sample of men in Tabriz, Iran, therefore, caution should be taken in generalizing its results.

Ethical Consideration

Compliance with Ethical Guidelines: All ethical issues such as informed consent and confidentiality of participants' identity were respected.

Conflict of Interest: There is no conflict of interest in this study

Funding: This research received no specific grant from funding agencies in the public, commercial, or not-for-profit sectors.


Acknowledgment: The authors of the article express their gratitude to all the loved ones who participated in completing the research questionnaires.

مقاله پژوهشی

رابطه ساختاری پریشانی روانشناختی و معنای زندگی در مردان با واسطه‌گری احساس تنهایی

هامون بابائی: کارشناسی ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران.

hamoonbabayi77@gmail.com

عزت اله احمدی* : دانشیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران.

Ahmadi.e@azaruniv.ac.ir

چکیده

اگرچه مطالعات ارتباط دوطرفه‌ای را از داشتن معنا در زندگی و پریشانی روانشناختی گزارش کرده‌اند، عوامل مختلفی وجود دارند که می‌توانند در روند پریشانی و داشتن معنا در زندگی مردان تأثیر بگذارند؛ به همین سبب، شناسایی این عامل‌ها برای کاهش پریشانی روانشناختی و جلوگیری از پدیده خودکشی در مردان بسیار مهم است؛ از این رو، مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه ساختاری پریشانی روانشناختی و معنای زندگی با واسطه‌گری احساس تنهایی در مردان انجام شد. طرح پژوهشی توصیفی همبستگی و به شیوه معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش شامل مردان در شهر تبریز بودند که ۲۳۶ نفر از مردان براساس نظر کلاین و به روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند. ابزارهای به‌کاررفته در این پژوهش شامل پرسشنامه‌های احساس تنهایی اجتماعی عاطفی برای بزرگسالان، معنای زندگی و پریشانی روانشناختی است. برای تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و روش معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج الگوسازی معادلات ساختاری نشان دادند پریشانی روانشناختی به‌طور معنادار اثر مستقیم بر داشتن معنا در زندگی و احساس تنهایی دارند. همچنین، تنهایی هم به‌صورت مستقیم برداشتن معنا در زندگی و هم به‌صورت غیرمستقیم بر رابطه پریشانی روانشناختی و معنا در زندگی مردان تأثیر می‌گذارد. به‌طور کلی، نتایج پژوهش حاکی از آن است که تنهایی می‌تواند بر پریشانی روانشناختی و داشتن معنا در زندگی مردان تأثیر بگذارند. می‌توان بیان کرد روان‌درمانی وجودی و افزایش تعاملات اجتماعی موجب کاهش پریشانی روانشناختی و تنهایی و افزایش معنا در زندگی مردان می‌شود.

واژه‌های کلیدی: پریشانی روانشناختی، احساس تنهایی، معنای زندگی در مردان



مقدمه

نظریه استرس و مقابله لازاروس و فولکمن^۲ (1984) بیان می‌کند پریشانی روانشناختی به دنبال قرار گرفتن رویدادهایی ناشی می‌شود که افراد آن را از نظر شخصی مهم ارزیابی می‌کنند و شرایطی را مطرح می‌کند که مقابله شخصی برای آنها کافی نیست. در میان مردان، این رویدادها بیشتر شامل روابط، مسائل مالی و رویدادهای مرتبط با کار هستند (Matud., 2004). برای جلوگیری از افزایش پریشانی روانشناختی، نظریه استرس و مقابله بیان می‌کند معنای زندگی^۳ می‌تواند ارزیابی رویدادهای ناخواسته زندگی را تغییر دهد و راه‌های مقابله سازگارانه را معرفی کند تا تأثیری بر فرآیندها و پیامدهای مرتبط با سلامت روان داشته باشد. این نظریه دربارهٔ به وجود آوردن الگوهای مقابله‌ای مثبت، توانمندسازی فرد در مواجهه با استرس و تأثیرگذاری مثبت بر سلامت روان و پریشانی روانشناختی اشاره می‌کند (Brown et al., 2023; Tyler et al., 2020., Soleimani and Hashemi Demeneh.; 2020; Jadidi et al.; 2019., Steger., 2012)؛ به طوری که می‌تواند باعث جلوگیری از قرارگرفتن در مقابل آسیب‌های دوره جوانی و بزرگسالی شود (Sawari & Farzadi, 2021).

معنای زندگی به‌عنوان یک کیفیت روانشناختی مثبت، به معنای ارزشمند و مفید بودن زندگی برای فرد است و جزئی از پایه و اساس بهزیستی روانی^۴ است (Huo et al., 2020; Steger & Dik., 2009) که می‌تواند به‌عنوان یک مکانیسم محافظتی در مقابل عامل‌های تهدیدکننده استرس‌زا عمل کند (Boylan et al., 2023; Klussman et al., 2023al., 2010., Park., 2010.). همچنین، به معنای زندگی به‌عنوان مرکز توجه برای تحقیقات علمی نیز تأکید شده است (King & Hicks., 2013; Proulx et al., 2013; Batthyany & Russo., 2021;

تأثیر پریشانی و سلامت روان پایین را می‌توان در بسیاری از حوزه‌ها از جمله بیماری‌ها، میزان مرگ‌ومیر و تأثیر اقتصادی (Purtle et Goldman et al., 2022; al., 2020; Reibling et al., 2017) به‌خصوص بعد از همه‌گیری کرونا مشاهده کرد (Calvetti et al., 2024; Zhang et al., 2023; Takefuji, 2023; Mueller et al., 2022; Prati & Mancini., 2021). تحقیقات، نرخ پریشانی و عدم سلامت روان در میان جوانان و بزرگسالان افزایش یافته است (Odupa et al., 2023; Wang et al., 2024). در این باب، علاقه فزاینده‌ای در جهت ارتقای سلامت روان در مردان به وجود آمده است که می‌توان آن را تا حدی به دلیل میزان بالای خودکشی مشاهده‌شده در مردان بیشتر نقاط جهان دانست (Freeman et al., 2017). علت خودکشی مردان را می‌توان وجود داشتن عوامل خطر مهمی از جمله پریشانی روانشناختی^۱ دانست که قابل مداخله‌اند (Yoshimasu et al., 2008). پریشانی روانشناختی را می‌توان یک حالت ذهنی نامطلوب شامل اضطراب و افسردگی، عواطف منفی (مانند بی‌قراری، تنیدگی، استرس، ترس و تحریک‌پذیری) و گاهی افکار خودکشی دانست (Spendelow & Joubert., 2018; Burnette et al., 2020). پریشانی روانشناختی همچنان که یک اولویت برای بهداشت عمومی در نظر گرفته می‌شود، به دنبال عوامل استرس‌زا و ناراحتی‌های مشاهده‌شده به وجود می‌آید (Margo-Dermer et al., 2019) و می‌تواند به‌طور گسترده‌ای به عملکرد و کیفیت زندگی آسیب برساند (Xiong et al., 2021). شایان توجه است علائم افسردگی و اضطراب بزرگ‌ترین بار پریشانی روانشناختی را به همراه دارد (Copeland et al., 2014; Tomitaka et al., 2019).

2. Lazarus and Folkman

3. meaning of life

4. mental well-being

1. psychological distress

Netzer., 2014). هر چند تعریف دقیق معنا در زندگی چالش‌برانگیز است (King & Hicks., 2021)، فرانکل^۱ (1963) بیان کرد معنا در زندگی نقش مهمی در تداوم داشتن بقای انسان‌ها داشته است.

در ارتباط با وجود رابطه میان پریشانی روانشناختی و معنا در زندگی، پژوهش‌ها نشان دادند داشتن معنا در زندگی باعث کاهش اضطراب، افسردگی و استرس به‌عنوان مؤلفه‌های پریشانی روانشناختی و افکار خودکشی و احتمال اقدام به خودکشی در طول زندگی افراد می‌شود (Xiao-Xin et Brown et al., 2023; Ostafin et al., 2022; David F et al., 2020; Karimi et al., 2021; Arslan et al., 2022). وجود معنای زندگی کم در مردان را می‌توان از نظر تاریخی بررسی کرد (Schermer & Holmes., 2018). تحقیقات نشان می‌دهند در طول تاریخ، نقش‌های جنسی مردان و زنان، تحت تأثیر نیروهای محرک تکاملی و اجتماعی قرار گرفته‌اند. این نقش‌ها پایه و اساس کلیشه‌های نقش جنسی معاصر را شکل می‌دهند (Buss & Schmitt., 2011; Wood Eagly., 2018; Eagly., 2012)؛ برای مثال، ویژگی‌های ابزارگرایی مانند جاه‌طلبی، رقابت‌پذیری و استقلال به‌عنوان ویژگی‌های مردانه و مطلوب آنها در نظر گرفته می‌شوند (Bem., 1974)؛ با این حال، این تصویر مردانگی سنتی و نقش‌های تاریخی مردانه ممکن است باعث ایجاد فشارهای اضافی و نگرانی‌های زیاد در مردان شود (Vandello & Bosson., 2013). به بیان دیگر، برخی از مردان به دنبال دستیابی به نقش‌های اجتماعی مورد انتظار، مردانگی را بر معنا و ارزشمند بودن زندگی ترجیح می‌دهند (Schermer & Holmes., 2018). این تلاش برای ارضای تصویر مردانگی و نقش‌های تاریخی ممکن است باعث ایجاد

استرس و اضطراب شود و در نهایت، موجب از بین رفتن سلامت جسمانی و روانی شود (Vandello & Bosson., 2013)؛ اگرچه مردان همچنان ویژگی‌های مردانگی را در زمینه‌های کاملاً مردانه با ارزش می‌دانند، با پیشرفت جوامع پست‌مدرن و تغییر در نقش‌های اجتماعی و هویت شخصی (Whitley., 2008)، مفهوم مردانگی نیز ممکن است در حال رو به زوال بودن باشد (Iacoviello et al., 2022). درست است که درباره عکس‌العمل مردان به تحولات در تعریف مردانگی اطلاعات کافی موجود نیست، از بین رفتن مفهوم مردانگی به‌عنوان یک استاندارد فرهنگی قابل احترام ممکن است برخی از مردان را به دلیل عدم تطابق با این استانداردها بی‌هدف و بیگانه کند (Groth., 2019)؛ (Lundvall et al., 2020).

در ارتباط با عوامل دخیل در پریشانی، مطالعات (Losada-Baltar et al., Bornstein et al., 2022)؛ (Ogrodniczuk et al., 2022)؛ (Setayeshi 2021)؛ (Azhari., 2017) نشان می‌دهد یکی از عوامل مؤثر در فرآیند پریشانی روانشناختی، احساس تنهایی^۲ است. به طوری که غلبه بر تنهایی باعث افزایش مدیریت بر پریشانی می‌شود (Tugade & Fredrickson., 2004). تنهایی را می‌توان به‌عنوان احساس ذهنی کمبود در روابط اجتماعی دانست (Perlman, D., & Peplau., 1981). تنهایی می‌تواند تأثیرات روانی نامطلوبی داشته باشد و نشان‌دهنده نگرانی درباره سلامت عمومی، به‌ویژه پریشانی روانشناختی باشد؛ به‌ویژه با توجه به همه‌گیری بیماری کووید-۱۹، نگرانی درباره تنهایی و تأثیرات آن بر سلامت روان مردان بیشتر از پیش مطرح است (Bornstein & Magnus., 2022)؛ نه تنها تنهایی به دلیل کمبود تماس‌های اجتماعی بروز می‌کند، به دلیل عدم رضایت از روابط موجود نیز ممکن است

1. Frankl

2. Feeling lonely

زندگی می‌کنند، می‌تواند تأثیرات عمیق‌تری بر تنهایی در میان مردان داشته باشد (De Jong Gierveld et al., 2018; Nowland et al., 2018).

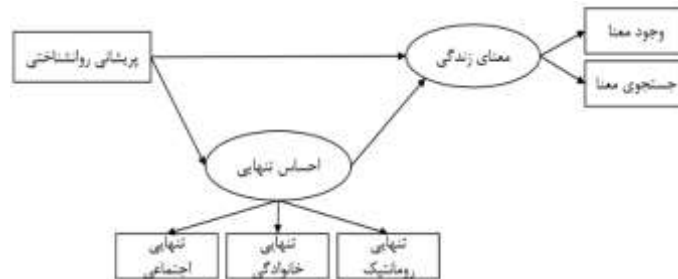
همان‌طور که تحقیقات اخیر نشان داده‌اند معنای زندگی در پریشانی روانشناختی دخیل است (Li et al., 2022). علاوه بر این، معنای زندگی و احساس تنهایی باهم در ارتباط‌اند (Macia et al., Seidler., 2022). به این صورت می‌توان گفت داشتن روابط بین‌فردی (Ghasemi Tabasi, 2023) یا داشتن تعلق خاطر و ارضای آن (Folker et al., 2021; Martela, Folker et al., 2018)، نداشتن تعقیب اجتماعی (Sutin et al., 2022) و همچنین، طردشدن یا نشدن اجتماعی (Twenge et al., 2003) در داشتن معنا در زندگی تأثیر دارد. همچنین، یکی از علل داشتن رابطه میان این دو به این علت است که افرادی که در جستجوی یافتن معنا در زندگی هستند، تلاش می‌کنند افرادی را بیابند که به زندگی‌شان معنا بخشیده‌اند (Hadden and Knee, 2013; Stillman and Lambert, 2018).

همچنین، تنهایی به‌عنوان سازه‌ای دخیل در معنای زندگی و پریشانی روانشناختی مطرح می‌شود (Folker et al., 2021; Macià et al., et al., 2021; Park, 2010); به صورتی که تعامل اجتماعی باعث افزایش معنا و کاهش تنهایی می‌شود (Borawski., 2022). به پیروی از تحقیقات بالا، معنا در زندگی ممکن است تنهایی را کاهش دهد و به‌نوبه‌خود باعث شود ناراحتی روانی و پریشانی کاهش یابد. در نظر گرفتن عوامل واسطه‌ای و زمینه‌ساز معنای زندگی و پریشانی روانشناختی در مردان در جهت شناسایی عوامل خطر بالقوه در بروز پریشانی و توسعه راهبردهای پیشگیری و مداخله برای افزایش سلامت روان مردان و کاهش پریشانی آن‌ها بسیار مهم است.

ایجاد شود؛ بنابراین، تنهایی معادل خود تنها بودن نیست؛ بلکه معادل احساس تنهایی است؛ به طوری که تنهایی یک تجربه منفی زندگی در نظر گرفته می‌شود و با (انزوا) که به تنهابودن ارادی و صلح‌آمیز مطابقت دارد، تفاوت دارد. همچنین، تنهایی با انزوای اجتماعی که حالتی شامل فقدان روابط با دیگران یا داشتن تعداد کمی از پیوندهای معنادار است، متفاوت است (Barjakova et Perlman, D., & Peplau ., 1981; al., 2023). در تحقیقات اخیر شیوع درخور توجهی از تنهایی در میان بزرگسالان نشان داده شده است (Sharp 2023., Latikka et al., 2022; D'Hombres et al., 2018; Dijulio et al., 2018; et al., 2018); به طوری که یک فراتحلیل از میزان شیوع تنهایی در ۱۱۳ کشور استدلال می‌کند که «تنهایی در سطح مشکل‌ساز یک تجربه رایج در سراسر جهان است» (Surkalim et al., 2022). تنهایی با پیامدهای منفی سلامت جسمی و روانی متعددی مانند مشکلات قلبی عروقی و مشکلات روانشناختی مانند اضطراب، افسردگی و استرس در ارتباط است (McQuaid et al., 2021). نتایج نشان داده‌اند درک‌نشدن و منزوی‌بودن از نظر وجودی، می‌تواند باعث افزایش تنهایی شود (Ogrodniczuk et al., 2022). این یافته نشان می‌دهد رابطه بین مردانگی، انزوای وجودی، تنهایی و پیامدهای سلامت روان مردان پیچیده است. تغییرات عمیق و شتابان در ساختار خانواده، روابط محل کار، ارتباطات دیجیتالی، کمبود فعالیت بدنی و سبک زندگی اجتماعی در شهر، نه‌تنها تأثیری بر کمیت و کیفیت تعاملات اجتماعی دارند، بر ارزش‌ها و انتظارات ما نیز تأثیر دارند (Macia et al., 2021). این تغییرات اجتماعی ممکن است تنهایی را در میان مردان به میزان بیشتری تشدید کرده باشد؛ زیرا مردان تمایل دارند تعامل گروهی را به تعامل دوتایی ترجیح دهند (David-Barrett et al., 2015). همچنین، افزایش نرخ طلاق و افراد بزرگسالی که به‌تنهایی

پریشانی روانشناختی و معنادار شدن در زندگی مردان را واسطه کند.

در آخر با این بیان که عامل تنهایی در مردان موضوعی است که کمتر به آن توجه شده، فرضیه پژوهش به این صورت است که احساس تنهایی می‌تواند رابطه میان



شکل ۱

مدل مفهومی پژوهش

Figure 1
Conceptual Model of Research

انتخاب برای همکاری و حق انصراف در پژوهش حاضر در نظر گرفته شد.

ابزار سنجش: پرسشنامه احساس تنهایی اجتماعی عاطفی برای بزرگسالان (SELSA-S)^۳: دی توماسو و همکاران^۴ (2004) این مقیاس را تهیه کردند. این مقیاس احساس تنهایی را در سه زمینه: تنهایی رمانتیک (سؤالات ۳-۶-۸-۱۰)، تنهایی خانوادگی (سؤالات ۱-۵-۹-۱۲-۱۳) و تنهایی اجتماعی (سؤالات ۲-۴-۷-۱۱-۱۴) اندازه‌گیری می‌کند. این مقیاس ۱۴ گویه دارد که برای هر گویه طیف ۵ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (نمره ۱) تا کاملاً موافقم (نمره ۵) قرار دارد (به جز سؤال ۱۴ که معکوس نمره‌گذاری می‌شود). مؤلفان این مقیاس، ضریب آلفای کرونباخ را بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند که حاکی از همسانی درونی بالای مقیاس است. در ایران روایی و پایایی این مقیاس در تحقیقی بررسی شد. ضرایب آلفای کرونباخ سه مولفه احساس تنهایی رمانتیک، اجتماعی و خانوادگی به ترتیب برابر ۰/۹۲، ۰/۸۴ و ۰/۸۷ بود (Jokar and

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی است و در قالب مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شده است. جامعه آماری پژوهش حاضر، مردان شهر تبریز در شرایط یکسان است. تعیین حداقل حجم نمونه برای گردآوری داده‌های مربوط به مدل‌یابی معادلات ساختاری از عامیت زیادی برخوردار است. میرز و همکاران^۱ (2006) معتقدند به‌ازای هر متغیر اندازه‌گیری شده یا پیش‌بین باید دست‌کم ۱۰ نفر در نظر گرفته شود. همچنین، کلاین^۲ (2016) معتقد است حداقل حجم نمونه ۲۰۰ نفر می‌تواند قابل دفاع باشد؛ بنابراین، در پژوهش حاضر بر مبنای پیشنهاد میرز و کلاین و بالابردن دقت اندازه‌گیری، حجم نمونه ۲۳۶ نفر دانشجوی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان به روش نمونه‌گیری در دسترس و داوطلبانه انتخاب شدند. ملاحظات اخلاقی در پژوهش شامل دادن آگاهی درباره هدف پژوهش، نحوه اجرا، اصل رازداری، حق

3 . Social-Emotional Loneliness Scale for Adults-Short form
4. Ditommaso et all

1. Mears et al
2 . Klein

کسلر و همکاران (2003) به شکل ۱۰ سؤالی تنظیم شد. پاسخ سؤالات به شکل ۵ گزینه‌ای لیکرت است که بین صفر تا چهار نمره گذاری می‌شود و حدیشت نمره در آن ۴۰ است. استولک و همکاران^۳ (2014) آلفای کرونباخ ۰/۹۳ را بیان کرده است. درخور ذکر است هرچه فرد در این پرسشنامه نمرات بالاتر بگیرد، به این معناست که پریشانی روانشناختی بالاتری دارد. برای بررسی پایایی پرسشنامه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

روش اجرا و تحلیل: در این پژوهش، از پرسشنامه آنلاین برای گردآوری اطلاعات بر روی مردان شهر تبریز استفاده شد؛ به این صورت که پژوهشگر ابتدا علت انجام این پژوهش و فواید رسیدن به یک نتیجه درباره عوامل دخیل در تنهایی را به افراد ذکر می‌کند، سپس پرسشنامه‌ها را به صورت آنلاین تهیه می‌کند و لینک آن را در گروه‌های مجازی (برنامه ایتا و...) قرار می‌دهد تا افراد سؤالات را به صورت مجازی پاسخ دهند و پاسخنامه خود را برای پژوهشگر ارسال کنند. در ابتدای پرسشنامه‌ها اصول اخلاقی پژوهش، نوشته و طی آن شرکت آزادانه و داوطلبانه و محرمانه ماندن پاسخ‌ها شرح داده شد و افراد نمونه قبل از پاسخگویی این اصول را خواندند و در صورت رضایت به سؤالات پاسخ دادند. بعد از گردآوری داده‌های مربوط به ۲۳۶ نفر از پاسخ‌دهنده‌ها این داده‌ها با نرم‌افزار SPSS و AMOS نسخه ۲۴ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر، ۵/۱ درصد شرکت کنندگان را سنین ۲۲ تا ۲۴ سال، ۳۳/۱ درصد را ۲۵ تا ۳۵ سال، ۳۶/۴ درصد را سنین ۳۶ تا ۴۵ سال، ۱۲/۷ درصد سنین ۴۶ تا ۴۵ و ۱۲/۷ درصد را سنین ۵۶ به بالا تشکیل می‌دهند. همچنین، از نظر تحصیلات، ۴/۲ درصد (زیر

Salimi, 2011). شایان ذکر است هرچه نمره فرد در این پرسشنامه بالاتر باشد، به این معناست که فرد احساس تنهایی کمتری دارد و بالعکس. برای بررسی پایایی پرسشنامه در پژوهش مذکور ضریب آلفای کرونباخ تنهایی رماتیکیک، اجتماعی و خانوادگی به ترتیب برابر ۰/۷۶، ۰/۷۹ و ۰/۷۷ به دست آمد.

پرسشنامه معنای زندگی استگر و همکاران^۴: استگر و همکاران (2006) این مقیاس را برای ارزیابی وجود معنا و تلاش برای یافتن آن ارائه کردند و اعتبار و پایایی و ساختار عاملی آن در پژوهش‌های مختلف با نمونه‌های متفاوت بررسی شده است. مقیاس معنای زندگی شامل دو زیرمقیاس است که وجود معنا در زندگی (سؤالات ۱-۴-۵-۶-۹) (سؤال ۹ با کدگذاری معکوس) و جستجو برای یافتن معنا (سؤالات ۲-۳-۷-۸-۱۰) را ارزیابی می‌کنند. طبق پژوهش‌های استگر و همکاران، پایایی زیرمقیاس‌های وجود معنا و جستجوی معنا به ترتیب ۰/۷۰ و ۰/۷۳ است. پایایی آزمون و بازآزمون این مقیاس در ایران با دو هفته فاصله برای زیرمقیاس وجود معنا ۰/۸۴ و برای زیرمقیاس جستجوی معنا ۰/۷۴ به دست آمد. آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس جستجوی معنا ۰/۷۵ و برای زیرمقیاس داشتن معنا ۰/۷۸ محاسبه شد؛ بنابراین، به نظر می‌رسد مقیاس از همسانی درونی خوبی برخوردار است (Eshtad, 2009). شایان ذکر است هرچه نمره فرد در این پرسشنامه بالاتر باشد، به این معناست که فرد احساس تنهایی کمتری دارد و بالعکس. برای بررسی پایایی پرسشنامه در پژوهش مذکور ضریب آلفای کرونباخ جستجوی معنا ۰/۸۷ و داشتن معنا در زندگی ۰/۸۶ به دست آمد.

پرسشنامه پریشانی روانشناختی کسلر (K-10): پرسشنامه پریشانی روانشناختی کسلر که حالت روانی بیمار را طی یک ماه اخیر بررسی می‌کند، به وسیله

5. meaning in Life Questionnaire

2. Kessler psychological distress questionnaire

3. Stolke et all

پژوهش، شرکت‌کنندگان از همه طیف اقصای جامعه از نظر اقتصادی بودند.

دپلم، ۲۱/۶ درصد (دپلم)، ۱۶/۹ درصد (فوق‌دپلم)، ۳۸/۱ درصد (کارشناسی)، ۱۴/۸ درصد (ارشد) و ۴/۲ درصد (دکتری) تشکیل دادند. همچنین، در این

جدول ۱

ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

Table 1
Correlation matrix between research variables

| متغیرهای پژوهش | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ |
|-----------------------|----------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|---|
| روانشناختی ۱- پریشانی | ۱ | | | | | | | |
| ۲- وجود معنا | -۰/۴۲۱** | ۱ | | | | | | |
| ۳- جستجوی معنا | -۰/۲۵۴** | -۰/۵۷۲** | ۱ | | | | | |
| ۴- معنا در زندگی | -۰/۴۰۵** | ۰/۸۶۱** | ۰/۸۷۰** | ۱ | | | | |
| ۵- تنهایی رمانتیک | -۰/۳۲۲** | ۰/۱۷۳** | ۰/۰۷۸ | ۰/۱۵۰* | ۱ | | | |
| ۶- تنهایی خانوادگی | -۰/۳۸۸** | ۰/۲۲۱** | ۰/۱۶۲* | ۰/۲۳۱** | ۰/۴۵۰** | ۱ | | |
| ۷- تنهایی اجتماعی | -۰/۴۵۱** | ۰/۲۲۳** | ۰/۱۴۲* | ۰/۱۹۷** | ۰/۲۹۷** | ۰/۴۸۹** | ۱ | |
| ۸- احساس تنهایی | -۰/۵۰۷** | ۰/۳۱۰** | ۰/۱۹۸** | ۰/۳۸۶** | ۰/۷۷۳** | ۰/۷۸۶** | ۰/۷۲۹** | ۱ |

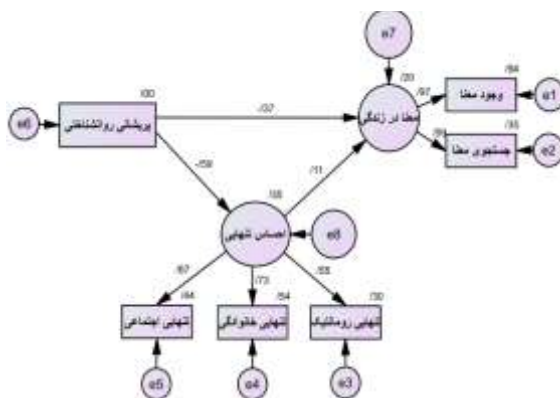
$p < 0/05$ و $p < 0/01$

تنهایی کمتر دارد) بگیرد، معنا در زندگی فرد افزایش خواهد یافت.

برای انجام معادلات ساختاری به شیوه پارامتریک، پیش‌فرض نرمال بودن داده‌ها و متغیرها الزامی است. در ابتدا با توجه به اینکه متغیرهای پژوهش با استفاده از ابزارهای فاصله‌ای سنجیده شده بودند، پیش‌فرض اول پژوهش که همان فاصله‌ای یا نسبی بودن متغیرها است، برآورده شده است. سپس برای سنجش نرمال بودن داده‌ها از آزمون چولگی و کشیدگی استفاده می‌شود. با توجه به اینکه آماره‌های کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش همه بین ۲- و ۲+ بودند، فرض نرمال بودن داده‌ها تأیید می‌شود. همچنین، نتایج سطوح معناداری آزمون کولموگروف اسمیرنوف به‌دست‌آمده برای هر یک از متغیرهای پژوهش ($P > 0/05$)، نشان از نرمال بودن داده‌های مربوط به این متغیرها را دارد. همچنین، برای آزمون مفروضه استقلال خطاها از آزمون دورین واتسون استفاده شد که مقدار آن برابر با

با توجه به ضریب همبستگی پیرسون در جدول ۱ مشخص است بین متغیرهای پژوهش به‌صورت دوجه‌دو در سطح ۰/۰۱ و ۰/۰۵ رابطه معنادار وجود دارد. تأکید این نکته، مهم است که افزایش نمرات در مقیاس احساس تنهایی به این معنی است که فرد کمتر احساس تنهایی دارد. همچنین، نمرات بالاتر در مقیاس پریشانی روانشناختی به این معنی است که پریشانی روانشناختی در فرد بالاتر است. با این نتیجه می‌توان گفت رابطه منفی و معنادار میان مؤلفه‌های احساس تنهایی با پریشانی روانشناختی به این معنی است که هرچه قدر پریشانی روانشناختی فرد کمتر باشد، در امتداد آن احساس تنهایی هم کمتر خواهد بود (با افزایش نمرات در پرسشنامه احساس تنهایی همراه است). همچنان این مسئله در مقیاس معنای زندگی هم وجود دارد؛ یعنی رابطه مثبت و معنادار میان مؤلفه‌های احساس تنهایی و معنا در زندگی به این معنی است که هرچه فرد نمرات بالاتری در پرسشنامه احساس تنهایی (که نشانه از احساس

۱/۸۳ به دست آمد که بیانگر رعایت مفروضه استقلال خطاها در پژوهش است.



شکل ۲

مدل استاندارد پژوهش

Figure 2
Standard Research Model

مقدار ضرایب بتا مدل پیشنهادی در شکل ۲ آمده است.

جدول ۲

شاخص‌های برازش کلی مدل

Table 2
General Fit Indices of the Model

| RMSE | NFI | CFI | IFI | AGFI | GFI | X ² /DF | DF | X ² |
|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|----|----------------|
| بهینه کمتر | بهینه بالاتر | بهینه بالاتر | بهینه بالاتر | بهینه بالاتر | بهینه بالاتر | بهینه بین ۱ تا ۳ | - | - |
| از ۰/۰۸ | از ۰/۹۰ | از ۰/۹۰ | از ۰/۹۰ | از ۰/۹۰ | از ۰/۹۰ | ۳ | ۷ | ۹/۳۸ |
| ۰/۰۳۸ | ۰/۹۷ | ۰/۹۹ | ۰/۹۹ | ۰/۹۶ | ۰/۹۸ | ۱/۳۴ | ۷ | ۹/۳۸ |

برازش مدل ساختاری نشان‌دهنده برازش مناسب مدل پژوهش است.

برای بررسی صلاحیت مدل اندازه‌گیری انتخاب‌شده از شاخص‌های برازش تحلیلی عاملی تأییدی استفاده شد. با توجه به جدول ۲، شاخص‌های

جدول ۳

ضرایب غیر استاندارد و استاندارد مسیر مستقیم

Table 3
Non-Standard and Standard Direct Path Coefficients

| P | نسبت بحرانی (C.R.) | خطای معیار (S.E) | ضرایب استاندارد | ضرایب غیر استاندارد | مسیرهای مستقیم |
|-------|--------------------|------------------|-----------------|---------------------|-----------------------------------|
| ۰/۰۰۱ | -۶/۱۹۶ | ۰/۰۲۴ | -۰/۰۵۹۰ | -۰/۱۴۹ | پیشانی روانشناختی بر احساس تنهایی |
| ۰/۰۰۱ | -۴/۴۳۴ | ۰/۰۴۵ | -۰/۰۳۷۰ | -۰/۲۰۱ | پیشانی روانشناختی بر معنای زندگی |
| ۰/۰۰۴ | ۱/۹۰۳ | ۰/۲۰۹ | ۰/۱۰۸ | ۰/۲۳۰ | احساس تنهایی بر معنای زندگی |

در جدول ۳ ضرایب استاندارد نشده، استاندارد شده و شاخص‌های معنی‌داری مسیرهای مستقیم ارائه شده‌اند. براساس سطح معنی‌داری ۰/۰۵ مقدار نسبت بحرانی باید بیشتر از ۱/۹۶ یا کمتر از ۱/۹۶- باشد. همچنین، مقادیر کوچک‌تر از ۰/۰۵ برای مقدار P حاکی از تفاوت معنادار مقدار محاسبه شده برای وزن‌های رگرسیونی با مقدار صفر در سطح ۹۵ درصد است.

جدول ۴

نتایج آزمون بوت استرپ برای بررسی مسیر غیر مستقیم

Table 4
Results of the Bootstrap Test to Investigate the Indirect Path

| اثر کل | اثر غیر مستقیم | سطح اطمینان | حد بالا | حد پایین | مسیر غیر مستقیم |
|--------|----------------|-------------|---------|----------|---|
| -۰/۴۳ | -۰/۰۶۴ | ۰/۹۵ | ۰/۳۰۹ | ۰/۰۹۸ | پریشانی روانشناختی و معنای زندگی با میانجی‌گری احساس تنهایی |

سایر رویدادهای منفی با نگرش مثبت‌تر روبه‌رو شوند و در نتیجه، علائم افسردگی و اضطراب را کاهش دهند (Arslan et al., 2022). همچنین، چنانچه فرد بتواند با وجود چالش‌های زندگی، معنای خود را پیدا کند و در آن جهت گام بردارد، کمتر در معرض آسیب‌های دوره جوانی و بزرگسالی قرار می‌گیرد؛ آسیب‌هایی که می‌توانند مسیر زندگی ارزشمند فرد را تغییر دهند (Sawari & Farzadi, 2021). تایلر و همکاران (2020) بیان می‌کنند جستجوی معنا در زندگی، استرس و اضطراب ناشی از حوادث دردناکی را که مردم در زندگی خود تجربه می‌کنند، برطرف می‌کند. توجه به حالت‌های وجودی معنا و بی‌معنایی و تأثیر آنها بر رویکردهای بالینی می‌تواند بهبود و توسعه رویکردهای مناسب و مؤثرتر برای حمایت و بهبود سلامت روان مردان در یک چشم‌انداز فرهنگی در حال تغییر را ممکن سازد (Brown et al., 2023). نتایج نشان دادند بین احساس تنهایی و پریشانی روانشناختی رابطه وجود دارد؛ این نتیجه با مطالعات بورنشتاین و مگنوس (2022)؛ لوسادا - بال‌تر و همکاران (2021)، ستایشی اظهاری و همکاران (2017) همسو است. پژوهش اخیر درباره رابطه بین تنهایی، علائم افسردگی و افکار

جدول ۴ اثر میانجی متغیر احساس تنهایی را در رابطه پریشانی روانشناختی و معنا در زندگی مردان را از طریق روش بوت استرپ با ۲۰۰۰ بار فرآیند نمونه‌گیری و با فاصله اطمینان ۹۵ درصد گزارش می‌کند. با در نظر گرفتن اینکه صفر در محدوده بالا و پایین نمرات قرار نگرفته است، نقش میانجی‌گری احساس تنهایی در رابطه با معنای زندگی در مردان تأیید می‌شود.

بحث

هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثر میانجی احساس تنهایی بر رابطه داشتن معنا در زندگی و پریشانی روانشناختی در مردان بوده است. نتایج نشان دادند بین پریشانی روانشناختی و معنای زندگی رابطه وجود دارد. این نتیجه با پژوهش‌های براون و همکاران (2023)؛ ژیانو - ژین و همکاران (2023)؛ دیویداف و همکاران (2020)؛ کریمی و همکاران (2021)؛ سلیمانی و هاشمی دمنه (2020)؛ جدیدی و همکاران (2019) همسو است. داشتن معنا در زندگی می‌تواند به افراد کمک کند تا انتظارات و امیدهای خود را برای زندگی بهبود بخشند و با فجایع، اپیدمی‌ها، تجربیات آسیب‌زا و

همچنین، افرادی که احساس تنهایی می‌کنند، می‌خواهند با کسانی که معنا را پیدا کرده‌اند، ارتباط نزدیک داشته باشند (Hadden & Knee., 2018;). این ارتباط می‌تواند جذابیت و احساس تعلق خاطر را در فرد تقویت کند و احساس تنهایی را کاهش دهد (Folker et al., 2021). این مسئله با نظریات روانشناختی اجتماعی و تعاملات اجتماعی که هر دو بر تأثیر تعاملات اجتماعی و روابط بین فردی در ایجاد معنا در زندگی و کاهش احساس تنهایی تأکید دارند، همسو است (Ghasemi Tabasi, 2023).

همچنین، نتایج پژوهش نشان دادند احساس تنهایی می‌تواند اثر میانجی بر رابطه پریشانی روانشناختی و معنا در زندگی داشته باشد. این نتیجه با پژوهش‌های ماسیا و همکاران (2021) و براون و همکاران (2023) همسو است. در این مورد می‌توان بیان کرد از آنجا که بسیاری از فعالیت‌هایی که به معنای زندگی کمک می‌کنند شامل ابعاد اجتماعی می‌شوند، افراد با معنای بالاتر ممکن است از طریق غوطه‌ور شدن در این فعالیت‌ها با دیگران احساس ارتباط کنند (Folker et al., 2021). چنین افرادی (Sutin et al., 2022). علاوه بر این، چنین افرادی ممکن است از نظر اجتماعی مطلوب‌تر به نظر برسند؛ زیرا دیگران ممکن است مشتاق پیوندهای نزدیک با آنها تا حدی به‌عنوان وسیله‌ای برای ارضای نیازهای خود برای معنا باشند (Hadden & Knee., 2018). در مقابل، افراد درگیر در فعالیت‌های انفرادی که معنا می‌دهند، ممکن است نیاز فوری به ارتباط با دیگران را تجربه نکنند (Sutin et al., 2022)؛ از این رو، معنایی که آنها از این تعقیب‌های غیراجتماعی می‌گیرند، ممکن است به‌عنوان یک عامل محافظتی در برابر تنهایی و پریشانی روانی عمل کند. یک مطالعه اخیر نشان داد سطح بیشتر تعامل (یک فعالیت انفرادی) ارتباط بین معنای پایین زندگی و

خودکشی در مردان، نشان داد درک نشدن (منزوی بودن از نظر وجودی) اثرات اتکا به خود بر تنهایی را تعدیل می‌کند (Ogrodniczuk et al., 2022). همچنین، مردانی که دارای ظرفیت‌ها و فرآیندهای انطباقی برای مقابله انعطاف‌پذیر با تنهایی هستند، ممکن است برای کاهش اثرات بالقوه منفی آن موقعیت بهتری داشته باشند. به عبارتی، توانایی مردان برای کنارآمدن با موقعیت‌ها و احساسات چالش‌برانگیز (برای مثال، احساس تنهایی) می‌تواند به مدیریت پریشانی روانشناختی آسیب‌پذیری فرد کمک کند (Tugade & Fredrickson., 2004). می‌توان چنین استنباط کرد تجارب مردان از تنهایی به احتمال زیاد منجر به پریشانی روانشناختی برای افرادی شود که توانایی سازگاری برای مقابله با درد یا غم احساس تنهایی را ندارند.

نتایج نشان دادند بین احساس تنهایی و معنا در زندگی رابطه وجود دارد؛ این نتایج با پژوهش‌های سیدلر و همکاران (2022)؛ براون و همکاران (2023)؛ ماسیا و همکاران (2021)، استیلمن و همکاران (2009) همسو است. انسان‌ها به دنبال یافتن معنا در زندگی هستند و می‌توان سرخ‌های درک معنا را در حوزه‌های مختلف زندگی یافت که یکی از منابع کلیدی آن، روابط با دیگران است (Heine et al., Frankl., 1969). در یافتن رضایت از ارتباط به‌طور طولی حس عمیق‌تری از معنا را پیش‌بینی می‌کند. در مقابل، عدم ارضای نیاز به تعلق منجر به کاهش معنا در زندگی می‌شود. این مورد هم برای افرادی که طرد اجتماعی موقعیتی را تجربه می‌کنند و هم برای افرادی که به‌طور مزمّن تنها هستند، صدق می‌کند؛ برای مثال، تونگ و همکاران (2003) دریافتند تجربه طرد شدن از نظر اجتماعی منجر به حالتی از ساختارشکنی شناختی می‌شود که ویژگی‌های برجسته آن شامل سطح پایین‌تری از تفکر معنادار است.

این، می‌توان پژوهش حاضر را روی تعداد بیشتری از مردان در سایر شهرها انجام داد یا می‌توان این پژوهش را در جامعه آماری زنان هم ارزیابی و نتایج را باهم مقایسه کرد.

سپاسگزاری

بدین وسیله، نویسندگان مقاله مراتب سپاس و قدردانی خود را از تمامی عزیزانی که در تکمیل پرسشنامه‌های پژوهش مشارکت داشتند، اعلام می‌دارند.

منابع

- اشتاد، ا. (۱۳۸۸). بررسی اثربخشی گروه درمانی شناختی بر بهزیستی ذهنی دانشجویان. (پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی)، انستیتوروانپزشکی تهران.
- جدیدی، م.، تقی لو، ص.، خدادادیان، ف. (۱۳۹۸). تبیین نقش رزش‌های شخصی و معنا در زندگی در اضطراب نوجوانان با میانجیگری کارکرد خانواده. (پایان نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهر قدس.
- جوکار، ب. (۱۳۹۰). ویژگی‌های روان سنجی فرم کوتاه مقیاس احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی بزرگسالان. *مجله علوم رفتاری*، ۵(۴)، ۳۱۷-۳۱۱.
- ستایشی اظهري، م.، میرزاحسینی، ح.، و محبی، م. (۱۳۹۷). رابطه حمایت ادراک شده با آمادگی به اعتیاد و پریشانی روان شناختی با نقش میانجی گری احساس تنهایی در دانش آموزان. *اعتیاد پژوهی*، ۱۲(۴۶)، ۱۷۲-۱۵۷. URL: <http://etiadpajohi.ir/article-1-1458-fa.html>
- سلیمانی، ع.، هاشمی دمنه، ح. (۱۳۹۹). اثربخشی گروه درمانی وجودی بر اضطراب، استرس، افسردگی و بهبود دو مولفه معنا و تنهایی در نوجوانان طلاق. (پایان نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه علم و فرهنگ تهران.

سطوح بالای تنهایی را کاهش می‌دهد (Borawski., 2022). گراس و همکاران (2019) بیان می‌کنند ارزیابی کاهش معنای زندگی ممکن است به‌عنوان یک نشان‌دهنده بالینی مهم برای شناسایی خطرات سلامت روان در میان مردان و به‌عنوان یک نقطه کانونی برای مداخلات روان‌درمانی عمل کند. به دلیل مشکلاتی که مردان اغلب در انطباق با تغییرات زندگی تجربه می‌کنند (مانند طلاق، بیکاری یا سوگواری) روان‌درمانی‌های اگزستانسیالیست‌گرا یا وجودی ممکن است با این مداخلات درمانی مرتبط باشد (Zafirides et al., 2013). روان‌درمانی‌های وجودگرا ممکن است به‌ویژه برای مردانی مناسب باشد که تمایلی به استفاده از خدمات سلامت روان ندارند. همچنین، نتایج تحقیقات ووس و همکاران (2015) نشان دادند معنای هدف‌گذاری روان‌درمانی وجودی باعث کاهش پریشانی روانی هم می‌شود.

از محدودیت‌های پژوهش این است که بسیاری از مردان اثر (احساس تنهایی) را به‌خودی‌خود در زندگی خودشان نادیده می‌گیرند و به همین دلیل، ابراز تنهایی در سؤالات حاوی کلمه تنهایی، نمی‌تواند بیان کامل احساسات فرد نسبت به آن سؤال را در بر داشته باشد. همچنین، مطالعه حاضر روی نمونه‌ای از مردان در شهر تبریز انجام شده است؛ بنابراین، در تعمیم نتایج آن باید جانب احتیاط رعایت شود. علاوه بر این، استفاده از روش نمونه‌گیری آنلاین و عدم بهره‌وری از دیگر روش‌های نمونه‌گیری و گردآوری داده مانند روش مصاحبه از محدودیت‌های دیگر این پژوهش بود.

درباره پیشنهادات می‌توان در پژوهش‌های آتی از مصاحبه‌های بالینی و حضوری برای درک دقیق‌تر از میزان تنهایی استفاده کرد. همچنین، می‌توان عوامل‌های تأثیرگذار دیگری را به‌عنوان متغیر میانجی قرار داد یا می‌توان تأثیرات پریشانی روانشناختی بر احساس تنهایی را با اثر واسطه‌ای معنا در زندگی بررسی کرد. علاوه بر

- Bem S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(2), 155–162.
- Borawski, D. (2022). When you are lonely, look inside yourself: The moderating role of reflection in the relationship between loneliness and meaning in life. *Personality and Individual Differences*, 194, 111662. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111662>
- Bornstein, S., & Magnus, M. (2022). Feeling lonelier during the early COVID-19 pandemic: A cross-sectional analysis of adults living in the United States. *Psychiatry Research*, 316, 114759. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114759>
- Boylan, J. M., Vagnini, K. M., Rush, C. L., Larson, E. K., Adams, M., Wilson, C. L., Shaffer, J. A., & Masters, K. S. (2023). Meaning Salience and Meaning in Life Prospectively Predict Lower Distress During the COVID-19 Pandemic. *Annals of Behavioral Medicine : a Publication of the Society of Behavioral Medicine*, 57(6), 483–488. <https://doi.org/10.1093/abm/kaac079>
- Brown, T., Oliffe, J., Kealy, D., Rice, S., Seidler, Z., Ogrodniczuk, J. (2023). The influence of meaning in life on psychological distress among men: A serial multiple mediation model involving resilience and loneliness. *Current Research in Behavioral Sciences*. DOI:10.1016/j.crbeha.2023.100114
- Burnette, J. L., Knouse, L. E., Vavra, D. T., O'Boyle, E., & Brooks, M. A. (2020). Growth mindsets and psychological distress: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 77, 101816. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101816>
- Buss, D. M., & Schmitt, D. P. (2011). Evolutionary psychology and feminism. *Sex Roles: A Journal of Research*, 64(9-10), 768–787. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-9987-3>
- Calvetti, P., Barros, H., Schaab, B., Mattos, Y., Reppold, C. (2024). Subjective well-being and psychological distress on the COVID-19 pandemic: cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders Reports*, 16, 100742. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2024.100742>
- Copeland, W. E., Wolke, D., Lereya, S. T., Shanahan, L., Worthman, C., & Costello, E. J. (2014). Childhood bullying involvement سواری، ک.، فرزادی، ف. (۱۴۰۰). پیش‌بینی معنای زندگی بر مبنای خوش‌بینی و سبک‌های شوخ‌طبعی. *پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت*، ۷(۲)، 49-6010.22108/PPLS.2021.25942
- قاسمی طبسی، ا. (۱۴۰۲). معنا در زندگی و احساس تنهایی: مطالعه مقایسه‌ای بین نوجوانان دارای اعتیاد به اینترنت و نوجوانان عادی. *کاوش‌های نوین در علوم محاسباتی و مدیریت رفتاری* (۱)، 79-10.22034/NECSBM.2023.398528.1006، 66.
- کریمی، ج.، آریاپوران، س.، نورمحمدی طائمه، ف. (۱۴۰۰). نقش پنج عامل بزرگ شخصیت، معنا در زندگی و ذهن‌آگاهی در پیش‌بینی افسردگی دانشجویان. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه ملایر.
- میرزا، ا؛ گامست، گ؛ گارینو، ج. (۱۳۹۶). *پژوهش چندمتغیره کاربردی*. چاپ پنجم. مترجمان ب. ایزانلو، ح. پاشاشریفی، ح. حسن آبادی، س. رضاخانی، م. حبیبی، و. فرزاد. انتشارات رشد. (سال انتشار به زبان اصلی ۲۰۰۶).

References

- Arslan, G., Yıldırım, M., Karataş, Z., Kabasakal, Z., & Kılınc, M. (2022). Meaningful Living to Promote Complete Mental Health Among University Students in the Context of the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(2), 930–942. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00416-8>
- Barjaková, M., Garnero, A., & d'Hombres, B. (2023). Risk factors for loneliness: A literature review. *Social Science & Medicine (1982)*, 334, 116163. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2023.116163>
- Batthyany, A., & Russo-Netzer, P. (Eds.). (2014). *Meaning in Positive and Existential Psychology*. Springer Science Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4939-0308-5>

- and gender. *Journal of Social Issues*, 74(4), 871–888. <https://doi.org/10.1111/josi.12291>
- Eshtad, A. (2009). *Investigating the Effectiveness of Cognitive Therapy Group on Students' Mental Well-being*. (Master's Thesis in Clinical Psychology), Tehran Institute of Medicine. [In Persian]
- Folker, A. P., Lauridsen, S. M., Hegelund, E. R., Wimmelmann, C. L., & Flensburg-Madsen, T. (2021). Does meaning protect against loneliness? Exploring empirical studies and theory. *Health Promotion International*, 36(2), 471–480. <https://doi.org/10.1093/heapro/daaa081>
- Frankl, V. E. (1969). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New York: New American Library.
- Freeman, A., Mergl, R., Kohls, E., Székely, A., Gusmao, R., Arensman, E., Koburger, N., Hegerl, U., & Rummel-Kluge, C. (2017). A cross-national study on gender differences in suicide intent. *BMC Psychiatry*, 17(1), 234. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1398-8>
- Ghasemi Tabasi, A. (2023). Meaning in life and loneliness: a comparative study between adolescents with Internet addiction and normal adolescents. *New Explorations in Computing Sciences and Behavioral Management*, 1(1), 66-79. doi: 10.22034/necsbm.2023.398528.1006 [In Persian]
- Gierveld, J. d. J., Van Tilburg, T. G., & Dykstra, P. A. (2018). New ways of theorizing and conducting research in the field of loneliness and social isolation. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (2nd ed., pp. 391–404). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781316417867.031>
- Goldman, M. L., Swartz, M. S., Norquist, G. S., Horvitz-Lennon, M., Balasuriya, L., Jorgensen, S., Greiner, M., Brinkley, A., Hayes, H., Isom, J., Dixon, L. B., & Druss, B. G. (2022). Building Bridges Between Evidence and Policy in Mental Health Services Research: Introducing the Policy Review Article Type. *Psychiatric Services (Washington, D.C.)*, 73(10), 1165–1168. DOI: 10.1176/appi.ps.202100428
- Gross, G. M., Laws, H., Park, C. L., Hoff, R., & Hoffmire, C. A. (2019). Meaning in life predicts low-grade systemic inflammation into adulthood. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 111(21), 7570–7575. <https://doi.org/10.1073/pnas.1323641111>
- D'Hombres, B., Sylke, S., Barjaková, M., and Mendonça, F. T. (2018). Loneliness An Unequally Shared Burden in Europe. *Technical Report December 2018*. doi: 10.13140/RG.2.2.21745.33128
- David F. C, Eisenbeck, E., Adolfo J. C, Montes, J., Del Vas, L., G., María, A., T. (2020). Spanish adaptation of the Personal Meaning Profile-Brief: Meaning in life, psychological well-being, and distress. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.02.003>
- David-Barrett, T., Rotkirch, A., Carney, J., Behncke Izquierdo, I., Krems, J. A., Townley, D., McDaniell, E., Byrne-Smith, A., & Dunbar, R. I. (2015). Women favour dyadic relationships, but men prefer clubs: cross-cultural evidence from social networking. *PloS one*, 10(3), e0118329. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0118329>
- De Jong Gierveld, J., Van Tilburg, T.G., Dykstra, P.A., 2018. New ways of theorizing and conducting research in the field of loneliness and social isolation. In: *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. Cambridge University Press, Cambridge, pp. 391–404.
- DiTommaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2004). Measurement and Validity Characteristics of the Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99–119. <https://doi.org/10.1177/0013164403258450>
- Dijulio, B., Hamel, L., Muñana, C., and Brodie, M. (2018). Loneliness and Social Isolation in the United States, the United Kingdom, and Japan: An International Survey. San Francisco, CA: *Kaiser Family Foundation*. Available online at: <http://files.kff.org/attachment/Report-Loneliness-and-Social-Isolation-in-the-United-States-the-United-Kingdom-and-Japan-An-International-Survey>
- Eagly, A. H. (2018). The shaping of science by ideology: How feminism inspired, led, and constrained scientific understanding of sex

- of Behavioral Sciences*, 5(4), 311-317. SID. <https://sid.ir/paper/502401/fa> [In Persian]
- Karimi, J., Aryapuran, S., Nurmohammadi Taimeh, F. (2021). *The Role of Big Five Factors of Personality, Meaning in life and Mindfulness in Predicting Students' Depression*. (Master's thesis). Malayer University, Faculty of Literature and Human Sciences.[In Persian]
- Kessler, R. C., Andrews, G., Colpe, L. J., Hiripi, E., Mroczek, D. K., Normand, S. L., Walters, E. E., & Zaslavsky, A. M. (2002). Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. *Psychological medicine*, 32(6), 959-976. <https://doi.org/10.1017/s0033291702006074>
- King, L. A., & Hicks, J. A. (2021). The science of meaning in life. *Annual Review of Psychology*, 72, 561-584. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-072420-122921>
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th Ed.), New York: The Guilford Press.
- Ditommaso, E., Brannen, C. & Best, L. A. (2004). "Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults". *Educational and Psychological Measurement*. No. 1, 99-119. DOI:10.1177/0013164403258450
- Klussman, K, Nichols, A, Langer, J, Curtin, N, Lindeman, M. (2022). The Relationship between Mindfulness and Subjective Well-Being: Examining the Indirect Effects of Self-Connection and Meaning in Life. *Applied Research in Quality of Life*. 17. 1-21. 10.1007/s11482-021-10025-9.
- Latikka, R., Koivula, A., Oksa, R., Savela, N., & Oksanen, A. (2022). Loneliness and psychological distress before and during the COVID-19 pandemic: Relationships with social media identity bubbles. *Social Science & Medicine* (1982), 293, 114674. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114674>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Li, J. B., Salcuni, S., & Delvecchio, E. (2019). Meaning in life, self-control and psychological distress among adolescents: A following deployment sexual trauma: Prediction of posttraumatic stress symptoms, depressive symptoms, and suicidal ideation. *Psychiatry Research*, 278, 78-85. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.05.037>
- Groth, M.(2019). Working with adolescent males: special considerations from an existential perspective. In: *The Halgrave handbook of Male Psychology and Mental Health*. Springer, Heidelberg, pp. 331-349.
- Hadden, B. W., & Knee, C. R. (2018). Finding meaning in us: The role of meaning in life in romantic relationships. *The Journal of Positive Psychology*, 13(3),226,239. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1257057>
- Heine, S. J., Proulx, T., & Vohs, K. D. (2006). The meaning maintenance model: on the coherence of social motivations. *Personality and social psychology review : An Official Journal of the Society For Personality and Social Psychology, Inc*, 10(2), 88-110. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_1
- Huo, J.-Y., Wang, X.-Q., Steger, M. F., Ge, Y., Wang, Y.-C., Liu, M.-F., & Ye, B.-J. (2020). Implicit meaning in life: The assessment and construct validity of implicit meaning in life and relations with explicit meaning in life and depression. *The Journal of Positive Psychology*, 15(4), 500-518. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1639793>
- Iacoviello, V., Valsecchi, G., Berent, J., Borinca, I., & Falomir-Pichastor, J. M. (2022). Is traditional masculinity still valued? Men's perceptions of how different reference groups value traditional masculinity norms. *The Journal of Men's Studies*, 30(1), 7-27. <https://doi.org/10.1177/10608265211018803>
- Jadidi, M., Taghi Lu. S., Khodadadian, F. (2018). *Explaining the Role of Personal Values and Meaning in life in Adolescents' Anxiety With the Mediation of Family Functioning*. (Master's thesis). Islamic Azad University, Quds branch.[In Persian]
- Jokar, B., & Salimi, A. (2011). Psychometric properties of the short form of social and emotional loneliness scale of adults. *Journal*

- Matud, M. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37, 1401-1415. [10.1016/j.paid.2004.01.010](https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010).
- McQuaid, R. J., Cox, S. M. L., Ogunlana, A., & Jaworska, N. (2021). The burden of loneliness: Implications of the social determinants of health during COVID-19. *Psychiatry Research*, 296, 113648. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113648>
- Mirza; Gamest, G; Garino, J. (2006). *Applied multivariate research*. Translated by Hasan Pasha Sharifi and colleagues, Rushd Publications; Fifth edition: Autumn 2016 [In Persian]
- Mueller, J. T., Merdjanoff, A., McConnell, K., Burow, P., & Farrell, J. (2022). Elevated serious psychological distress, economic disruption, and the COVID-19 pandemic in the nonmetropolitan American West. *Preventive Medicine*, 155, 106919. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2021.106919>
- Neville, S., Adams, J., Montayre, J., Larmer, P., Garrett, N., Stephens, C., & Alpass, F. (2018). Loneliness in Men 60 Years and Over: The Association With Purpose in Life. *American journal of men's health*, 12(4), 730–739. <https://doi.org/10.1177/1557988318758807>
- Nowland, R., Talbot, R., Qualter, P. (2018). Influence of loneliness and rejection sensitivity on threat sensitivity in romantic relationships in young and middle-aged adults. *Personality and Individual Differences*, 131, 185-190. [10.1016/j.paid.2018.04.047](https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.04.047).
- Ogrodniczuk, J. S., Oliffe, J. L., Kealy, D., Seidler, Z. E., Black, N., & Rice, S. M. (2022). Conditional Process Modeling of the Relationship Among Self-Reliance, Loneliness, and Depressive Symptoms, and the Moderating Effect of Feeling Understood. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 210(1), 32–36. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000001407>
- Ostafin, B. D., Papenfuss, I., & Vervaeke, J. (2022). Fear of the unknown as a mechanism of the inverse relation between life meaning and psychological distress. *Anxiety, Stress, and Coping*, 35(4), 379–394. <https://doi.org/10.1080/10615804.2022.2088888>
- cross-national study. *Psychiatry research*, 272, 122–129. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.033>
- Losada-Baltar, A., Jiménez-Gonzalo, L., Gallego-Alberto, L., Pedroso-Chaparro, M. D. S., Fernandes-Pires, J., & Márquez-González, M. (2021). "We Are Staying at Home." Association of Self-perceptions of Aging, Personal and Family Resources, and Loneliness With Psychological Distress During the Lock-Down Period of COVID-19. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 76(2), e10–e16. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa048>
- Lundvall, M., Hörberg, U., Palmér, L., Carlsson, G., & Lindberg, E. (2020). Young men's experiences of living with existential concerns: "living close to a bottomless darkness". *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 15(1), 1810947. <https://doi.org/10.1080/17482631.2020.1810947>
- Macià, D., Cattaneo, G., Solana, J., Tormos, J. M., Pascual-Leone, A., & Bartrés-Faz, D. (2021). Meaning in Life: A Major Predictive Factor for Loneliness Comparable to Health Status and Social Connectedness. *Frontiers in Psychology*, 12, 627547. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.627547>
- Maffly-Kipp, J., Flanagan, P., Kim, J., et al., 2020. Meaning-making, psychological distress, and the experience of meaning in life following a natural disaster. *Soc. Psychol. Pers. Sci.* 12 (5), 812–820. [doi:10.1177/1948550620942688](https://doi.org/10.1177/1948550620942688).
- Margo-Dermer, E., Dépelteau, A., Girard, A., & Hudon, C. (2019). Psychological distress in frequent users of primary health care and emergency departments: a scoping review. *Public Health*, 172, 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2019.03.024>
- Martela, F., Ryan, R. M., & Steger, M. F. (2018). Meaningfulness as satisfaction of autonomy, competence, relatedness, and beneficence: Comparing the four satisfactions and positive affect as predictors of meaning in life. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 19(5), 1261–1282. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9869-7>

- Men's Issues. *The Journal of Humanistic Counseling*. DOI: 10.1002/johc.12082
- Seidler, Z. E., Wilson, M. J., Rice, S. M., Kealy, D., Oliffe, J. L., & Ogradniczuk, J. S. (2022). Virtual connection, real support? A study of loneliness, time on social media and psychological distress among men. *The International Journal of Social Psychiatry*, 68(2), 288–293. <https://doi.org/10.1177/0020764020983836>
- Setayeshi Azhari, M., mirzahosseini, H., mohebbi, M. (2018). The Relationship of Perceived Support with Addiction Potential and Psychological Distress with the Mediating Role of Loneliness in School Students. *Etiadpajohi* 2018; 12 (46) :157-172. URL: <http://etiadpajohi.ir/article-1-1458-fa.html> [In Persian]
- Sharp, P., Kealy, D., Rice, S. M., Seidler, Z. E., Oliffe, J. L., & Ogradniczuk, J. S. (2023). Existential isolation and psychological distress during COVID-19: The role of loneliness and resilient coping in Canadian help-seeking men. *Journal of Affective Disorders*, 324, 279–285. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.12.133>
- Soleimani, A. Hashemi Damneh, H. (2020). *Effectiveness of Existential Group Therapy on Anxiety, Stress, Depression and Improving Two Components of Meaning and Loneliness in Divorced Teenagers*. (Master's thesis). Tehran University of Science and Culture, Faculty of Humanities. [In Persian]
- Spendelow, J. S., & Joubert, H. E. (2018). Does Experiential Avoidance Mediate the Relationship Between Gender Role Conflict and Psychological Distress?. *American Journal of Men's Health*, 12(4), 688–695. <https://doi.org/10.1177/1557988317748123>
- Steger, M. F. (2012). Experiencing meaning in life: Optimal functioning at the nexus of well-being, psychopathology, and spirituality. In P. T. P. Wong (Ed.), *The Human Quest for Meaning: Theories, Research, and Applications* (pp. 165–184). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Steger, M. F., & Dik, B. J. (2009). If one is looking for meaning in life, does it help to find meaning in work? *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(3), 303–
<https://doi.org/10.1080/10615806.2021.1994556>
- Park C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: an integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257–301. <https://doi.org/10.1037/a0018301>
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a Social Psychology of Loneliness. In R. Gilmour, & S. Duck (Eds.), *Personal Relationships: 3. Relationships in Disorder* (pp. 31-56). London: Academic Press.
- Prati, G., & Mancini, A. D. (2021). The psychological impact of COVID-19 pandemic lockdowns: a review and meta-analysis of longitudinal studies and natural experiments. *Psychological Medicine*, 51(2), 201–211. <https://doi.org/10.1017/S0033291721000015>
- Proulx, T., Markman, K. D., & Lindberg, M. J. (2013). Introduction: The New Science of Meaning. In K. D. Markman, T. Proulx, & J. Lindberg (Eds.), *The Psychology of Meaning* (pp. 3-14). Washington DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14040-001>
- Purtle, J., Nelson, K. L., Counts, N. Z., & Yudell, M. (2020). Population-Based Approaches to Mental Health: History, Strategies, and Evidence. *Annual Review of Public Health*, 41, 201–221. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-040119-094247>
- Reibling, N., Beckfield, J., Huijts, T., Schmidt-Catran, A., Thomson, K. H., & Wendt, C. (2017). Depressed during the depression: has the economic crisis affected mental health inequalities in Europe? Findings from the European Social Survey (2014) special module on the determinants of health. *European Journal of Public Health*, 27(suppl_1), 47–54. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckw225>
- Sawari, K., & Farzadi, F. (2021). Predicting the meaning of life based on optimism and humor styles. *Research Journal of Positive Psychology*, 7 (2), 49-60. doi: 10.22108/ppls.2021.25942 [In Persian]
- Schermer, T.W., & Holmes, C.N. (2018). Will to Masculinity: An Existential Examination of

- in recent decades and follows an exponential pattern in the US population. *Scientific Reports*, 9(1), 11982. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-47322-1>
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320–333. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
- Tyler, R., Perreau, A., Mohr, A. M., Ji, H., & Mancini, P. C. (2020). An exploratory step toward measuring the 'meaning of life' in patients with tinnitus and in cochlear implant users. *Journal of the American Academy of Audiology*, 31(4), 277–285.
- Twenge, J. M., Catanese, K. R., & Baumeister, R. F. (2003). Social exclusion and the deconstructed state: time perception, meaninglessness, lethargy, lack of emotion, and self-awareness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 409–423. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.3.409>
- Udupa, N., Joine, T., Twenge, J., McAlliste, C. (2023). Increases in poor mental health, mental distress, and depression symptoms among U.S. adults, 1993-2020. *Journal of Mood and Anxiety Disorders*. 2. 100013. [10.1016/j.xjmad.2023.100013](https://doi.org/10.1016/j.xjmad.2023.100013).
- Vandello, J. A., & Bosson, J. K. (2013). Hard won and easily lost: A review and synthesis of theory and research on precarious manhood. *Psychology of Men & Masculinity*, 14(2), 101–113. <https://doi.org/10.1037/a0029826>
- Vos, J., Craig, M., & Cooper, M. (2015). Existential therapies: a meta-analysis of their effects on psychological outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 83(1), 115–128. <https://doi.org/10.1037/a0037167>
- Wang, Y. C., Hoatson, T., Stamoulis, C., Herman, J., Reisner, S. L., Meyer, I. H., & Katz-Wise, S. L. (2024). Psychological Distress and Suicidality Among Transgender Young Adults in the United States. *The Journal of Adolescent Health : Official Publication of the Society for Adolescent Medicine*, S1054-139X(23)00585-2. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.11.004>
320. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01018.x>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93. DOI:10.1037/0022-0167.53.1.80
- Stillman, T. F., & Lambert, N. M. (2013). The bidirectional relationship of meaning and belonging. In J. A. Hicks & C. Routledge (Eds.), *The experience of meaning in life: Classical Perspectives, Emerging themes, and Controversies* (pp. 305–315). Springer Science + Business Media. https://doi.org/10.1007/978-94-007-6527-6_23
- Stillman, T.F., Baumeister, R.F., Lambert, N.M., Crescioni, A.W., DeWall, C.N., Fincham, F.D., 2009. Alone and without purpose: life loses meaning following social exclusion. *J. Exp. Soc. Psychol.* 45 (4), 686–694. 4. [doi:10.1016/j.jesp.2009.03.007](https://doi.org/10.1016/j.jesp.2009.03.007)
- Stolk, Y., Kaplan, I., & Szwarc, J. (2014). Clinical use of the Kessler psychological distress scales with culturally diverse groups. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 23(2), 161–183. <https://doi.org/10.1002/mpr.1426>
- Surkalim, D. L., Luo, M., Eres, R., Gebel, K., van Buskirk, J., Bauman, A., & Ding, D. (2022). The prevalence of loneliness across 113 countries: systematic review and meta-analysis. *BMJ (Clinical Research ed.)*, 376, e067068. <https://doi.org/10.1136/bmj-2021-067068>
- Sutin, A. R., Luchetti, M., Aschwanden, D., Lee, J. H., Sesker, A. A., Stephan, Y., & Terracciano, A. (2022). Sense of purpose in life and concurrent loneliness and risk of incident loneliness: An individual-participant meta-analysis of 135,227 individuals from 36 cohorts. *Journal of Affective Disorders*, 309, 211–220. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.04.084>
- Takefuji Y. (2023). Impact of COVID-19 on mental health in the US with generative AI. *Asian Journal of Psychiatry*, 88, 103736. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2023.103736>
- Tomitaka, S., Kawasaki, Y., Ide, K., Akutagawa, M., Ono, Y., & Furukawa, T. A. (2019). Distribution of psychological distress is stable

- Yoshimasu, K., Kiyohara, C., Miyashita, K., & Stress Research Group of the Japanese Society for Hygiene (2008). Suicidal risk factors and completed suicide: meta-analyses based on psychological autopsy studies. *Environmental Health and Preventive medicine*, 13(5), 243–256. <https://doi.org/10.1007/s12199-008-0037-x>
- Zafirides, P., Markman, K. D., Proulx, T., & Lindberg, M. J. (2013). Psychotherapy and the restoration of meaning: Existential philosophy in clinical practice. In K. D. Markman, T. Proulx, & M. J. Lindberg (Eds.), *The Psychology of Meaning* (pp. 465–477). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14040-023>
- Zhang, S., Liu, Q., Yang, F., Zhang, J., Fu, Y., Zhu, Z., Guo, J., Li, X., & Yang, L. (2023). Associations between COVID-19 infection experiences and mental health problems among Chinese adults: A large cross-section study. *Journal of Affective Disorders*, 340, 719–727. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.08.080>
- Whitley, R., (2008). Postmodernity and mental health. *Harv. Rev. Psychiatry* 16 (6), 352–364. Doi:10.1080/10673220802564186.
- Wood, W., Eagly, A.H. (2012). Biosocial construction of sex differences and similarities in behavior. *Adv. Exp. Soc. Psychol.* 46, 55–123. Doi:10.1016/B978-0-12-394281-4.00002-7.
- World Health Organization, 2019. Suicide in the World: Global Health Estimates. *World Health Organization*.
- Xiao-Xin, H., Xin-qiang, W., Steger, M., F., Li-Jun, J., Jing, K., Ming-fan, L., Bao-juan., Y. (2023). Meaning in life and psychological distress: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*. DOI:10.1016/j.jrp.2023.104381
- Xiong, A., Lai, X., Wu, S., Yuan, X., Tang, J., Chen, J., Liu, Y., & Hu, M. (2021). Relationship Between Cognitive Fusion, Experiential Avoidance, and Obsessive-Compulsive Symptoms in Patients With Obsessive-Compulsive Disorder. *Frontiers in Psychology*, 12, 655154. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.655154>