

معنای زندگی سالمندان ساکن در مراکز نگهداری از سالمند (پدیدارشناسی) Meaning of Elderly Living in Elderly Care Centers (Phenomenology)

Ali Shirafkan

Assistant Professor, Islamic Azad University,
 North Tehran Branch, Faculty of Psychology,
 Tehran, Iran.

Dr.alishirafkan49@yahoo.com

Nahid Taefi NasrAbadi

Master of Family Counseling, Islamic Azad
 University North Tehran Branch, , Tehran, Iran.

علی شیرافکن (نویسنده مسئول)

استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، دانشکده روانشناسی،
 تهران، ایران.

ناهید طایفی نصرآبادی

دانش آموخته کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی
 واحد تهران شمال، تهران، ایران.

Abstract

The purpose of this study was to investigate the meaning of life in elderly people living in retention centers. The methodological approach used in this study is qualitative and the research method is phenomenological. The research population of all the elderly in Tehran was 1397. Among them, 15 elderly people who were kept in nursing homes voluntarily and purposefully participated in this study. Six of the elderly were women and 9 were men. The selection criteria were those over 65 years of age. Information was collected and recorded through in-depth, semi-structured in-person interviews. Data were analyzed by qualitative data coding method. The analysis unit in this study was sentence. The findings were obtained in 73 subcategories that were categorized into 11 main categories: Belief in God and the Hereafter, Fun, Marriage, Relationships, Pleasures, Dealing with New Generation, Worries, Hopes, Health and life definition. The elderly in the present study benefit from living in the elderly home with less communication and enjoyment than their hobbies. It seems that two basic factors of life expectancy and their definition of algebraic life have an important role in the meaning of life in the elderly.

Keywords: *Meaning of Life, Elderly People Residing in Aging Centers, Phenomenology*

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی معنای زندگی سالمندان ساکن مراکز نگهداری از سالمندی بوده است. رویکرد روش‌شناسی به کار رفته در این پژوهش کیفی بوده و روش پژوهشی از نوع پدیدارشناسی می‌باشد. جامعه پژوهشی تمامی سالمندان شهر تهران در سال ۱۳۹۷ بوده است. از بین آنها ۱۵ نفر سالمند که در مراکز سالمندی نگهداری می‌شدند به صورت داوطلبانه و هدفمند در این پژوهش شرکت کردند. ۶ نفر از سالمندان، خانم و ۹ نفر آقا بودند. معیار انتخاب این افراد سن بالای ۶۵ سال بود. اطلاعات از طریق مصاحبه فردی، عمیق و نیمه‌ساختاریافته جمع‌آوری و ضبط شده است. داده‌ها به روش کدگذاری داده‌های کیفی تجزیه و تحلیل شده است. واحد تحلیل در این پژوهش جمله بوده است. یافته‌های بدست آمده در ۷۳ مقوله فرعی حاصل شده که در ۱۱ مقوله اصلی به این صورت دسته‌بندی شده‌اند: اعتقاد به خدا و آخرت، سرگرمی، زندگی قبل از ازدواج، زندگی بعد از ازدواج، ارتباطات، لذت‌ها، برخورد با نسل جدید، نگرانی‌ها، امیدواری‌ها، سلامتی و تعریف زندگی. سالمندان پژوهش حاضر از زندگی در سرای سالمندان ارتباطات و لذت‌های محدودتری از سرگرمی‌هایشان می‌برند. به نظر می‌رسد دو عامل اساسی امید به زندگی و تعریف آنها از زندگی جبری نقش مهمی در معنای زندگی سالمندان دارند.

واژه‌های کلیدی: *معنای زندگی، سالمندان ساکن در مراکز نگهداری از سالمند، پدیدارشناسی.*

ویرایش نهایی: شهریور ۹۹

پذیرش: بهمن ۹۸

دریافت: آبان ۹۸

نوع مقاله: پژوهشی

مقدمه

سالمندی فرآیندی طبیعی است که با تولد آغاز می‌شود و در تمام عمر ادامه می‌آید. در حقیقت، سالمندی آخرین مرحله از مراحل متوالی زندگی به شمار می‌رود. دوره سالمندی همراه با بسیاری از عوامل تنش‌زای زندگی است و کاهش انرژی جسمانی و عملکرد اندام‌ها باعث می‌شود تا توانایی رویارویی با استرس کاهش یابد. بسیاری از افراد مسن به دلیل محدودیت در حرکت، ضعف و سستی یا دیگر مشکلات روانی و جسمانی توانایی خود را برای یک زندگی مستقل از دست می‌دهند به نوعی مراقبت طولانی‌مدت نیاز دارند که شامل بستری طولانی‌مدت در بیمارستان، پرستاری در منزل، مراقبت اجتماعی و زندگی حمایت شده است (کوچکی‌نیا و دهقان‌زاده، ۱۳۹۷). در

Meaning of Elderly Living in Elderly Care Centers (Phenomenology)

ایران نیز بر اساس آخرین سرشماری عمومی که در سال ۱۳۹۵ انجام شد حدود ۸/۲ درصد جمعیت کشور را سالمندان تشکیل می‌دهند. طبق اعلام سازمان ملل پدیده‌ی سالمندی در ایران روند پرشتابی دارد، به طوری که در سال ۲۰۵۰ در هر خانواده ۴ نفری ایرانی، یک نفر سالمند خواهد بود (صفرخانلو و رضایی قهرودی، ۱۳۹۶).

ویژگی‌های تحولی سالمندی این دوره از زندگی را تبدیل به برهه‌ای متمایز و در خور توجه از نقطه نظر معنای زندگی می‌کند. آن‌چنان که اریکسون (۱۹۸۵) بیان می‌کند "مرحله شکفتگی و رشدیافتگی در برابر ناامیدی" به معنای بازنگری همه‌ی زمینه‌های سابق زندگی و تلاش برای انسجام آنها و حفظ یک حس یکپارچه از خود در عین وجود و ظهور نقصان‌های فیزیکی می‌باشد (به نقل از احمدی و همکاران، ۱۳۹۶). سالمندی با دگرگونی‌های عمیق فیزیولوژیک، روان شناختی و جامعه شناختی همراه است.

تاکنون درباره مسائل بسیاری پیرامون سالمندان مطالعه شده است. به طور مثال بررسی سلامت عمومی، کیفیت زندگی، احساس تنهایی، افسردگی، اختلال خواب، خودمدیریتی، اضطراب مرگ، شادکامی، رضامندی و غیره. همچنین اثر درمانی ذهن آگاهی، امید درمانی، معنویت درمانی، مرور زندگی، خنده درمانی، خاطره‌گویی، حمایت اجتماعی و غیره بر بسیاری از مشکلات افراد سالمند مورد بررسی قرار گرفته است. اما متأسفانه در مورد معنای زندگی در دوره سالمندی و خصوصاً معنای زندگی در بین سالمندان مراکز سالمندی پژوهشی انجام نشده است. مساله معنای زندگی مهم ترین مساله‌ی زندگی هر فرد از جمله سالمندان است.

معنای زندگی^۱ عبارت است از پاسخ مثبت به زندگی و هر آنچه با آن روبرو شویم، خواه آن چیز رنج و یا مرگ باشد. در نهایت انسان سرنوشت را پذیرفته و برای رنج خویش معنایی می‌یابد (فرانکل^۲، ۲۰۱۷). از نظر یو و شک^۳ (۲۰۱۲) وجود معنا عبارت است از میزانی که فرد زندگی خود را مهم، معنادار و قابل فهم می‌داند. این مفهوم، به طور کلی به درک منسجم افراد از خود و تجربیات زندگی و همچنین داشتن هدفی در تمام طول عمر اشاره دارد. از طرفی معنای زندگی ماهیتی شناختی دارد زیرا دربردارنده باورهای افراد در مورد وجود یک هدف غایی در زندگی است (تان^۴ و همکاران، ۲۰۱۸).

در حقیقت، وجود معنا در زندگی معنای زندگی در برابر اثرات منفی استرس، نقش محافظتی ایفا می‌کند (کوهن، باویشی و روزانسکی^۵، ۲۰۱۶). معناداری به اشخاص اجازه می‌دهد رویدادها را تفسیر کنند و با توجه به نحوه زندگی و خواسته‌هایشان، برای خود ارزش‌هایی مهیا سازند. اگر زندگی انسان از ارزش‌های واقعی و مثبت برخوردار باشد، معنادار است (فرانکل، ۲۰۱۷). به این ترتیب، کشف معنا را نه تنها می‌توان تجلی واقعی انسان بودن بشر دانست، بلکه معیاری برای بهداشت و سلامت روان نیز می‌باشد (یالوم^۶، ۲۰۱۶). با بررسی تعاریف متعدد ارائه شده توسط متخصصان، به نظر می‌رسد که تعریف جامعی از معنای زندگی که مورد قبول همگان باشد وجود ندارد. براندستاتر، بومن، بوراسیو و فگ^۷ (۲۰۱۲) بعد از ترکیب ۵۰ تعریف، معنای زندگی را این‌گونه تعریف کردند "معنای زندگی، عقیده یا درک شخص از زندگی و فعالیت‌هایش است که افراد بر اساس آن به زندگی خود نسبت ارزشمند بودن یا مهم بودن می‌دهند".

فقدان معنای زندگی از جمله مسائل روانشناختی است که امکان دارد هر فردی بالاخص سالمندان با آن روبرو شوند. تغییرات جسمانی و مشکلات روحی-روانی در اواخر عمر و نزدیک شدن به چالشی مانند مرگ، آنها را به بی‌معنایی در زندگی سوق می‌دهد. معنای زندگی و اهمیت آن برای داشتن زندگی شاد و با هدف، امری غیر قابل انکار است (کینگ^۸ و همکاران، ۲۰۰۶). مطالعات کدلا^۹ و همکاران (۲۰۱۶) نشان داد معنای زندگی عامل مهمی علیه احساس ناامیدی در بیماران رو به مرگ است. انسان موجودی است کمال‌گرا و هدفمند که از بیهودگی، بی‌معنایی و بی‌هدفی بیزار است. از این رو اگر زندگی او معنا و هدفی نداشته باشد، زنده ماندن برایش ارزشی نخواهد داشت، هر چند تمام امکانات زندگی فراهم باشد. آنچه بیشتر موجب رسیدن به بن‌بست و ناامیدی می‌شود، ناکامی در معناتلبی است (غلام محمدی و همکاران، ۲۰۱۳). مارکو^{۱۰} و همکاران (۲۰۱۶) نیز بیان می‌کنند بی‌معنایی در زندگی به مشکلات سلامت روانی و افسردگی، ناامیدی و

¹ -Life meaning

²-Frankl

³-Shek, Yu

⁴-Tan

⁵-Cohen, Bavishi, Rozanski

⁶-Yalom

⁷- Brandstätter, Baumann, Borasio & Fegg

⁸ -King

⁹ - Kudla

¹⁰-Marco

خودآزاری بدون هدف و خودکشی منجر می‌شود. در این قسمت به برخی از پژوهش‌هایی که در زمینه معنا در سالمندی انجام شده است، پرداخته می‌شود.

در پژوهش نگری، باسی و دله فاو^۱ (۲۰۱۹) به متغیر جستجوی معنا در زندگی پرداخته شده است. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد متغیر جستجوی معنا در زندگی به دو عامل جداگانه مفهوم سازی شده است، اولی به معنای درک شده و هدف در زندگی اشاره دارد و دیگری به تعهد فعال برای یافتن معنا در زندگی. در پژوهش دیگر هینتزلمن و کینگ^۲ (۲۰۱۹) به بررسی معنای زندگی پرداخته‌اند که نتایج این پژوهش نشان می‌دهد، ساختارهای محیطی و محرک‌های خارجی مانند اختلافات خانوادگی، عدم ارتباط با همسایگان، دوستان و اقوام، توجه بیش از حد به دنیا، عدم ابراز احساسات مثبت عدم وجود شبکه‌های حمایتی و غیره موجب کسالت و در نهایت به بی‌معنایی در زندگی می‌انجامد. منگینگ^۳ و همکارانش (۲۰۱۸) در آلمان پژوهشی را در زمینه معنای زندگی سالمندان ساکن در منزل و ساکن در مراکز نگهداری از سالمندان انجام دادند. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد اوقات فراغت، تجربه بودن در طبیعت و کنار خانواده بودن برای سالمندان ساکن در منزل خوشایند بوده اما سالمندان ساکن در مراکز نگهداری در بعد معنوی، روانی، اجتماعی و احساس امنیت کمتری را گزارش نموده‌اند. گارسیا و ناوارو^۴ (۲۰۱۸) در پژوهشی در زمینه سالمندان به این نتیجه رسیده‌اند که سلامت، اوقات فراغت، تعاملات اجتماعی و شبکه‌های حمایتی، سطح رضایت از زندگی رابطه مثبتی با سلامت روان سالمندان دارند. هوکر و مستر^۵ (۲۰۱۸) در پژوهش خود به نقش مهم سلامتی در معنای زندگی سالمندان اشاره کرده‌اند. منیوتی^۶ و همکاران (۲۰۱۶) پژوهشی در زمینه نقش دین و فرهنگ‌های مختلف در معنای زندگی سالمندان انجام داده‌اند. یافته‌ها حاکی از آن است سالمندانی که به مذاهب دینی مبتنی بر وجود خدا گرویده‌اند زندگی پر معناتری را درک و تجربه کرده‌اند. کیماندو^۷ (۲۰۱۲) به چالش‌های سالمندان در مراکز نگهداری پرداخته است و بیان می‌کند روابط، استقلال و معنی زندگی آنها با سالمندان داخل منزل متفاوت بوده و گاه اظهار نارضایتی می‌کنند. پژوهشی که گابریل و بولینگ^۸ (۲۰۰۴) در مورد سالمندان انجام داده‌اند نشان می‌دهد سالمندان ساکن در منزل بسیار شادتر و از نظر استقلال، سرگرمی و تفریحات و حفظ نقش در جامعه موفق‌ترند. طالبی و همکاران (۱۳۹۴) نیز نشان دادند امید به زندگی سالمندان ساکن در مراکز نگهداری کمتر است.

از آنجا که افزایش جمعیت سالمندان، جامعه را با مشکلات و مسائل جدی روبرو خواهد ساخت، بنابراین سالمندی و شرایط ویژه افراد سالمند و تامین بهداشت روانی آنها از جمله مسائلی است که توجه ویژه‌ای را می‌طلبد. همه پژوهش‌های بیان شده نشان می‌دهند سالمندان با حضور در مراکز نگهداری با وجود مراقبت و پرستاری با مسائل و چالش‌هایی روبرو هستند که می‌تواند پژوهش حاضر به این چالش‌ها بپردازد. به همین دلیل در این مطالعه به بررسی معنای زندگی از منظر سالمندان ساکن در مراکز نگهداری از سالمند و تجربه آنها در این باره پرداخته شده است.

روش

یافتن پاسخ درست در زمینه کشف معنای زندگی از نظر سالمندان تنها با روش کیفی و انجام مصاحبه عمیق با افراد امکان پذیر می‌باشد و با روش‌های کمی نمی‌توان اطلاعات عمیق و کافی درباره این موضوع را بدست آورد. از این رو در این پژوهش از روش پدیدارشناسی توصیفی برای کشف و توصیف معنای زندگی براساس تجربه‌های زیسته سالمندان استفاده شد.

در پژوهش حاضر، جامعه‌ی پژوهشی تمامی سالمندانی را شامل می‌شود که در خانه‌های سالمندان شهر تهران زندگی می‌کنند. جمعیت سالمندان ۶۵ سال به بالا در استان تهران در سال ۹۵ یک میلیون و ۳۸۵ هزار و ۵۴۵ نفر می‌باشد که حجم جامعه پژوهشی نیز همین مقدار است. از این میزان حدوداً ۱۵ هزار نفر در مراکز نگهداری از سالمندان زندگی می‌کنند (سایت ایرنا^۹، ۱۳۹۶). برای انتخاب مشارکت

1- Negri, Bassi & Delle Fave

2- Heintzelman, king

3- Man-Ging

4- Garcia & Navarro

5- Hooker & Masters

6- Manuti

7- Kimondo

8- Gabriel & Bowling

9- سایت ایرنا در تاریخ ۱ آبان ۱۳۹۶ منتشر کرده است.

Meaning of Elderly Living in Elderly Care Centers (Phenomenology)

کنندگان از روش نمونه گیری داوطلبانه هدفمند استفاده شده است. "نمونه گیری هدفمند یکی از رایج ترین راهبردهای نمونه گیری است که در آن گروه‌های شرکت کننده مطابق معیارهای از پیش تعیین شده و بر اساس پرسش‌های خاص پژوهشی انتخاب می‌شوند" (مک و همکاران، ۲۰۱۵؛ ترجمه نادری، ۱۳۹۴). مهمترین ملاک در نمونه گیری هدفمند انتخاب افرادی است که بتوانند اطلاعات لازم و کافی را برای پاسخ به پرسش‌های پژوهش فراهم آورند. ملاک‌های لازم برای مصاحبه در این پژوهش افراد بالای ۶۵ سال است زیرا که سازمان بهداشت جهانی افراد بالای ۶۵ سال را سالمند معرفی کرده است.

این پژوهش با انجام ۱۵ مصاحبه با سالمندان ساکن مراکز سالمندی به اشباع مقوله‌ای رسید، مصاحبه‌ها تا جایی ادامه یافت که امکان دسترسی به مقولات، موضوعات یا تبیین جدید وجود داشت. پس از اشباع داده‌ها نیازی به افزایش تعداد افراد گروه نمونه نبود، زیرا بعد از دستیابی به اشباع اطلاعات، جمع آوری داده‌های بعدی اضافی است. جهت جمع‌آوری اطلاعات با توجه به ماهیت روش پدیدارشناسی، از مصاحبه نیمه ساختاریافته و محقق ساخته استفاده شد، که در آن سوالات متناسب با اهداف پژوهش طراحی گردید.

مطالعات کیفی نیز می‌توانند با اطمینان و اعتبار سرو کار داشته باشند، اما این امر به شیوه‌های متفاوتی صورت می‌پذیرد. برای پژوهشگران کیفی، اطمینان به معنای این است که یک مشاهده برای پژوهشگر منفرد آن چنان منحصر به فرد نیست که فرد دیگری نتواند همین چیز را مشاهده کند. چند جانبه‌نگری عبارت از یافتن منابع چندگانه برای تایید یافته‌های مصاحبه است. منطق این روش آن است که نتایج به دست آمده از یک منبع غالباً موجب تقویت نتایج به دست آمده از منابع دیگر می‌شود و بدین‌سان از روش‌ها مثل مصاحبه، مشاهده و بررسی تاریخچه‌ی بدست آمده، جمع آوری اطلاعات با استفاده از مصاحبه با سه گروه متفاوت در تحلیل انجام می‌شود (وایلیس^۱، ۲۰۰۷، ۱۸۳). در این پژوهش نیز برای اعتبار تحقیق خود محقق به همراه دو فرد دیگر بر انجام مصاحبه‌ها و نحوه کدگذاری‌ها نظارت داشته و تمامی نکات در این بخش رعایت شده است.

در این پژوهش مناسب‌ترین روش تجزیه و تحلیل اطلاعات از میان همه روش‌های موجود، روش تحلیل محتوا شناخته شده است و تجزیه و تحلیل با این روش بر مبنای شاخص‌های در نظر گرفته شده برای متغیرهای پژوهش انجام می‌گیرد. ابتدا نیاز است چندین مرتبه کل مصاحبه خوانده شود پس از آن تحلیل اولیه متن صورت گرفته، واحد تحلیل در این پژوهش جمله‌ها بودند. زیر هر جمله مرتبط با موضوع خط کشیده می‌شود و بعد سعی می‌شود جملات معنی‌دار را تبدیل به کلمه یا عبارت نمود و از آن‌ها مفهوم خاصی را استخراج کرد. این مفاهیم هستند که مقوله یا تم‌های اصلی پژوهش را تشکیل می‌دهند. پس از آن به طبقه‌بندی داده‌ها پرداخته و هر مفهومی که تکرار شده بود در زیر مجموعه یک تم اصلی قرار گرفت. در یک پژوهش ممکن است چند صد مفهوم استخراج شود اما مقوله‌ها کلی‌تر و تعداد محدودتری نسبت به مفاهیم هستند. هر مصاحبه به صورت جداگانه بررسی می‌شود و در آخر اطلاعات به صورت یک کل واحد آورده می‌شود.

یافته‌ها

خصوصیات جمعیت‌شناختی نمونه‌ها در قالب جدول ارائه شده است و در ادامه به بررسی مقوله‌های (تم) استخراج شده از مصاحبه‌ها پرداخته می‌شود. اطلاعات عمومی سالمندان به شرح زیر می‌باشند:

جدول ۱- اطلاعات عمومی شرکت کنندگان

| کد | سن | جنسیت | شغل سابق | تعداد فرزند |
|----|----|-------|---------------------|-------------|
| ۱ | ۸۴ | زن | خانه دار | ۴ |
| ۲ | ۸۰ | زن | خانه دار | ۵ |
| ۳ | ۷۲ | مرد | مهندس | ۳ |
| ۴ | ۷۱ | مرد | نظامی | ۳ |
| ۵ | ۷۱ | مرد | مدیر کارخانه | ۴ |
| ۶ | ۷۹ | مرد | کارشناس خاک شناسی | ۳ |
| ۷ | ۶۵ | مرد | مهندس راه و ساختمان | ۱ |

^۱-Willis

| | | | | |
|---|------------------------|-----|----|----|
| ۲ | خانه دار | زن | ۸۵ | ۸ |
| ۴ | خانه دار | زن | ۷۱ | ۹ |
| ۳ | مربی فوتبال | مرد | ۶۵ | ۱۰ |
| ۲ | کارگردان | مرد | ۷۸ | ۱۱ |
| ۴ | معلم | مرد | ۸۷ | ۱۲ |
| ۲ | دبیر کشاورزی | زن | ۶۵ | ۱۳ |
| ۴ | خانه دار | زن | ۸۲ | ۱۴ |
| ۴ | بازنشسته آموزش و پرورش | مرد | ۶۵ | ۱۵ |

با توجه به اطلاعات جمعیت شناختی مشارکت کنندگان، مشخص می‌شود که میانگین سنی افراد ۷۴/۳۳ سال، ۶ نفر از سالمندان خانم و ۹ نفر آقا هستند.

مقوله‌های اصلی شامل، اعتقاد به خدا و آخرت، سرگرمی، زندگی قبل از ازدواج، زندگی بعد از ازدواج، ارتباطات، لذت‌ها، برخورد با نسل جدید، نگرانی، امیدواری، تعریف زندگی می‌باشد.

۱- **اعتقاد به خدا و آخرت:** تصدیق و ایمان قلبی داشتن به خدا و آخرت (فلسفی، ۱۳۹۴، ۲۱) تعریفی است که برای این مقوله می‌توان بیان کرد. در این مقوله سالمندان به مفاهیمی چون، عدم فکر به مرگ، عدم اعتقاد به آخرت، سعی بر فکر نکردن به آخرت، پذیرش مرگ، اعتقاد به خدا و فکر کردن به مرگ اشاره کرده‌اند.

"همه ایمانم به خداست. قبل و بعد از هر غذایی خدا رو شکر می‌کنم. من از همان اول خدا را شکر می‌کردم. به خاطر خدا به همسایه‌هام میوه می‌دادم" (کد ۱۴).

۲- **سرگرمی:** آنچه موجب مشغولیت و تفریح باشد (فرهنگ فارسی معین، ۱۳۷۷). در این مقوله سالمندان سرگرمی‌های، حل جدول، رسیدگی به گل و گیاه، موسیقی، رقص، تلفن، نماز و دعا، تماشای تلویزیون و کشیدن نقاشی بیان کردند.

"جدول حل می‌کنم اگر نتونم از دوستان و کارمندان اینجا کمک می‌گیرم" (کد ۶).

۳- **زندگی قبل از ازدواج:** به دوران مجردی افراد اشاره دارد و از آنها خواسته شده بود تا زندگی قبل از ازدواج خود را توصیف کنند. افراد در این مقوله به مفاهیمی همچون، تحصیل جهت رسیدن به زندگی ایده‌آل، بی‌مسئولیتی و بهم ریختگی، لذت بخش و خوشحال کننده، وابستگی به مادر، تصور زندگی بدون پایان، تلاش برای رسیدن به اهداف، عدم فکر به آینده، نداشتن مدیریت مالی و پیشرفت پرداختند.

"قبل از ازدواج فقط درس می‌خواندم در کل زندگی عادی بود، به پدر و مادرم احترام می‌گذاشتم. اگه بخوام زندگی اون موقع رو معنی کنم میگم تلاش برای رسیدن به آرزوها و مستقل شدن" (کد ۹).

۴- **زندگی بعد از ازدواج:** دورانی را شامل می‌شود که افراد ازدواج کرده‌اند و باید آن زمان را تعریف کنند. مفاهیمی که مشارکت کنندگان بیان کردند شامل، نارضایتی از زندگی مشترک، زندگی با عشق و محبت، فرار از گذشته و عدم فکر به آن، همدلی و عاطفی بودن، زندگی تحمیلی، دست و پا گیر بودن همسر، هدفمند شدن، زندگی اشتراکی و عدم پایبند به خانواده و همسر می‌باشد.

"نمی‌ساختیم باهم، مثلاً عروسی کسی بود می‌رفتیم می‌اومدیم دعوامون می‌شد، مشکلات رو حل نمی‌کردیم، می‌رفتم خونه بابام تا امتیاز نمی‌گرفتم بر نمی‌گشتم پول می‌داد بهم بعد آشتی می‌کردم" (کد ۱).

۵- **ارتباطات:** منظور از ارتباطات برقراری ارتباط با افراد دیگر به صورت فیزیکی و احساسی است (دهقان پور فراشاه، کیش بافان، شجاعی، ۱۳۹۲، ۱۸). مشارکت کنندگان مفاهیمی چون تنهایی، قطع رابطه با اقوام و دوستان و ارتباط با هم اتاقی بیان کرده‌اند.

"سال ۶۶ از همسرم جدا شدم و از اون موقع دیگه با کسی ارتباط ندارم فقط خواهرم که اونم مریض هستش بهم سر میزنه" (کد ۷).

۶- **لذت‌ها:** به معنی علاقه شدید از انجام دادن برخی فعالیت‌ها (فرانکل، ۲۰۱۷). از سالمندان درمورد لذت‌هایشان سوال شد که در پاسخ آنها مفاهیمی چون، عدم لذت قبل از ازدواج، عدم لذت در حال حاضر، انجام فعالیت‌های مذهبی، دیدن فوتبال، خوش گذرانی محض و ازدواج و فرزند بیشتر بیان شده بود.

Meaning of Elderly Living in Elderly Care Centers (Phenomenology)

"از هیچی لذت نمی‌برم از وقتی همسرم فوت کرده و فرزندانم هم تنهام گذاشتن دیگه زندگی اون رنگ و بوی قدیم رو نداره" (کد۲).

۷- بر خورد با نسل جدید: نحوه ارتباط و برخورد سالمندان با جوانان و نوجوانان منظور این مقوله بوده است که مشارکت‌کنندگان به مفاهیم، دلسوزی، عدم درک، حرف گوش نکن، رفاقت با جوانان و خودخواه شدن آنها اشاره کردند.
"با همه جوونا ارتباط خوبی دارم و باهاشون سریع دوست میشم و فکر می‌کنم اونا بچه‌های خودم هستن" (کد۸).
"وقتی با نسل جدید بر خورد می‌کنم دلم براشون می‌سوزه اونا تو زمانی زندگی می‌کنند که باید خیلی سختی بکشن" (کد۱۱).

۸- نگرانی‌ها: به معنی دغدغه‌هایی است که فکر افراد را به خود جلب می‌کند و ممکن است منبع درونی یا بیرونی نیز داشته باشد (داگاس^۱، ۲۰۱۰). مشارکت‌کنندگان در این بخش مفاهیمی چون مرگ در تنهایی، مهاجرت فرزندان، از دست دادن سلامتی، محتاج شدن به دیگران، از دست دادن مال و اموال توسط همسر و فرزند، بی‌کاری و عدم فعالیت مثبت، بی‌حجابی جوانان و فقدان همسر را ذکر کرده‌اند.

"همیشه نگران این بودم که نکنه تو تنهایی و اینجا بمیرم و کسی از من خبر نداشته باشه" (کد۸).
"یک عمر کار کردم و پول جمع کردم آخرش هم زمو پسر با همدستی هم، پولام رو بالا کشیدن و تو این سن اینجا هستم در صورتی که باید الان تو خونه خودم می‌بودم همه اموالم رو گرفتن و من رو انداختن بیرون" (کد۶).

۹- امیدواری: از ذهن انسان سرچشمه می‌گیرد و امید یعنی باور بر اینکه تحت هر شرایطی به اهدافی که فرد در ذهنش دارد می‌رسد (رحیمی، ۱۳۹۶). مفاهیم اشاره شده به شرح زیر هستند: برگشتن به خانه، ناامیدی و آماده برای مرگ، تغییر زندگی، زندگی با فرزندان و داشتن مونس.
"دوست دارم بچه‌ها از آمریکا بیان و باهم بریم خونه خودمون" (کد۱۲).

۱۰- سلامتی: با توجه به تعاریفی که مشارکت‌کنندگان ذکر کردند سلامتی هم جنبه روانی و هم جنبه جسمانی برای آنها داشت و همه آنها به سالم بودن و نیازمند کسی نبودن اشاره می‌کردند. مفاهیمی که در این مقوله اشاره شد، عبارت بود از: آرزوی سلامتی، زمین گیر نشدن (روی تخت نبودن) و ناراحتی به خاطر از دست دادن عضوی از بدن.
"اینجا افرادی رو می‌بینم که آلزایمر گرفتن و همه چیز رو فراموش کردند و به خدا میگم که اگه می‌خوای منو مبتلا کنی بهتره منو ببری" (کد۱۰).

۱۱- تعریف زندگی: پاسخ به این سوال یکی از جالب‌ترین بخش‌های پژوهش حاضر است که افراد در سنین سالمندی چگونه به زندگی گذشته و باقی‌مانده خود نگاه می‌کنند. مفاهیمی مانند اجبار، عدم تعریف پایان زندگی، خوشبختی فرزندان، ساختن زندگی، گذر زود هنگام زندگی و رسیدن به استقلال اشاره شده است.
"به نظر من از وقتی که بچه دست و پای خودشو می‌شناسه همش زحمته. من از ابتدای زندگی خیلی زحمت کشیدم همش سعی کردم روی پای خودم بایستم. معنی زندگی اینه که هر کس هر تصمیمی میگیره باید رو تصمیم خودش پافشاری کنه به دنبالش بره از شکست نترسه و همیشه امیدش به خدا باشه." (کد۱۴)
"من تعریفی از زندگی ندارم، کسی زندگیش رو معنی میکنه که پیر شده من جوان هستم و پیر نشدم فقط پخته تر شدم" (کد۷).

مفاهیم و مقوله‌های بیان شده مطالبی بود که سالمندان مشارکت‌کننده در مصاحبه به آنها اشاره کرده بودند. در این بخش به صورت خلاصه مقوله‌ها و مفاهیم گردآوری شده است.

جدول ۲- مفاهیم و مقوله های اصلی سالمندان ساکن مرکز نگهداری

| مفاهیم | مقوله های اصلی |
|---|----------------------|
| عدم فکر به مرگ، عدم اعتقاد به آخرت، سعی بر فکر نکردن به آخرت، پذیرش مرگ، اعتقاد به خدا و آخرت و فکر کردن به مرگ | اعتقاد به خدا و آخرت |
| حل جدول، رسیدگی به گل و گیاه، موسیقی، رقص، تلفن، نماز و دعا، تماشای تلویزیون و کشیدن نقاشی | سرگرمی |
| تحصیل جهت رسیدن به زندگی ایده آل، بی مسئولیتی و بهم ریختگی، لذت بخش و خوشحال کننده، وابستگی به مادر، تصور زندگی بدون پایان، تلاش برای رسیدن به اهداف، عدم فکر به آینده، نداشتن مدیریت مالی و پیشرفت | زندگی قبل از ازدواج |
| نارضایتی از زندگی مشترک، زندگی با عشق و محبت، فرار از گذشته و عدم فکر به آن، همدلی و عاطفی بودن، زندگی تحمیلی، دست و پا گیر بودن همسر، هدفمند شدن، زندگی اشتراکی و عدم پایبند به خانواده و همسر | زندگی بعد از ازدواج |
| تنهایی، قطع رابطه با اقوام و دوستان و ارتباط با هم اتاقی | ارتباطات |
| عدم لذت قبل از ازدواج، عدم لذت در حال حاضر، انجام فعالیت های مذهبی، دیدن فوتبال، خوش گذرانی محض و ازدواج و فرزند بیشتر | لذتها |
| دلسوزی، عدم درک، حرف گوش نکن، رفاقت با جوانان و خودخواه شدن | برخورد با نسل جدید |
| مرگ در تنهایی، مهاجرت فرزندان، از دست دادن سلامتی، محتاج شدن به دیگران، از دست دادن مال و اموال توسط همسر و فرزند، بی کاری و عدم فعالیت مثبت، بی حجابی جوانان و فقدان همسر | نگرانی |
| برگشتن به خانه، ناامیدی و آماده برای مرگ، تغییر زندگی، زندگی با فرزندان و داشتن مونس | امیدواری |
| آرزوی سلامتی، زمین گیر نشدن و ناراحتی به خاطر از دست دادن عضوی از بدن | سلامتی |
| اجبار، عدم تعریف پایان زندگی، خوشبختی فرزندان، ساختن زندگی، گذر زود هنگام زندگی و رسیدن به استقلال | تعریف زندگی |

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر به منظور یافتن معنای زندگی سالمندانی که در مراکز نگهداری زندگی می کنند، تهیه شده است. در این پژوهش سعی شد از مصاحبه های نیمه ساختاریافته و عمیق استفاده شود. نتایجی که از مصاحبه ها پس از تحلیل محتوا استخراج شد عبارت بود از: اعتقاد به خدا و آخرت، سرگرمی، زندگی قبل از ازدواج، زندگی بعد از ازدواج، ارتباطات، لذتها، برخورد با نسل جدید، نگرانی ها، امیدواری ها، سلامتی و تعریف زندگی.

این مسیر پر پیچ و خم را طی کردیم تا معنا را از زبان چند سالمند که زندگی را چند دهه بیشتر از جوانان چشیده اند بشنویم. هر یک از آنها معنای منحصر به فردی داشتند و بیان می کردند زندگی هر فردی به یک شکل است و هر شخص برداشت خاص خود را از زندگی که انجام داده است و قرار است انجام دهد، دارد. در این میان افراد ذکر کردند موقعیتی که در آن قرار دارند و جایگاهی که هستند نیز در معنای زندگی آنها تفاوت ایجاد کرده است. فردی که در مراکز سالمندان زندگی می کند، معنای متفاوتی با فردی که در خانه شخصی خود زندگی می کند دارد. در مفاهیم استخراج شده نیز این نظر صحیح به نظر می رسد، زیرا که نگاه افراد به زندگی متفاوت است. هینتزل من و

Meaning of Elderly Living in Elderly Care Centers (Phenomenology)

کینگ (۲۰۱۹)، منگینگ و همکاران (۲۰۱۸)، گارسیا و ناوارو (۲۰۱۸)، هاپکینز^۱ و همکاران (۲۰۱۶)، کیماندو (۲۰۱۲) و گابریل و بولینگ (۲۰۰۴) در پژوهش‌های خارجی و صادق مقدم و همکاران (۱۳۸۰) و طالبی و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهش‌های داخلی منحصر به فرد بودن معنای زندگی را بررسی کرده‌اند و پژوهش حاضر هیچ منافاتی با آنها ندارد. بحث در مورد مفاهیم اعتقاد به خدا و آخرت و نحوه نگاه سالمندان به مرگ برای محقق جالب بود افرادی که تقریباً هشت دهه از زندگی آنها می‌گذرد هنوز خود را آماده مرگ نمی‌بینند و اشاره می‌کنند که به این مقوله کمتر فکر می‌کنند. در مقابل، برخی دیگر اشاره می‌کردند، آماده مردن هستند زیرا که این افراد در سوگ از دست دادن عزیز خود بودند به همین منظور امیدی برای ادامه زندگی نداشتند. اکثر این سالمندان درک صحیح و روشنی از مرگ و آخرت نداشتند و یا حداقل آن است که با محقق در میان گذاشته‌اند. یکی از افراد اشاره کرد زندگی دنیا نمی‌تواند بیهوده باشد و حتماً آخرت برای ادای عدالت نیاز است. با توجه به بحث‌های انجام شده می‌توان گفت دو نظریه در مورد معنا وجود دارد یکی معنی دار بودن زندگی و دیگری پوچی و بی‌معنا انگاشتن زندگی. برای تبیین بیانات هر یک از سالمندان می‌توان از نظریه‌های موجود استفاده نمود. پژوهش‌های یالوم (۲۰۱۶) و منیوتی و همکاران (۲۰۱۶) با پژوهش حاضر همسو است.

در مقوله سرگرمی نیز افراد شاد نگه داشتن و مشغول نگه داشتن خود را بیان می‌کردند. البته قابل ذکر است که دلیل سرگرمی افراد با یکدیگر متفاوت بود. یکی از سالمندان اشاره می‌کرد برای این خود را سرگرم می‌کند تا ناراحتی هایش را فراموش کند و فرد دیگری می‌گفت نمی‌خواهم به آینده نامعلوم خود فکر کنم. سرگرمی‌ها برای افراد یکسان بود. تماشای تلویزیون، فعالیت‌های مذهبی، خواندن کتاب و مجله، موسیقی، رقص و استفاده از تلفن همراه و غیره، البته به دلیل محدودیت‌هایی که در مراکز نگهداری از سالمندان وجود دارد این افراد دارای سرگرمی‌های کمی هستند.

رجبی و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهش خود به اهمیت سرگرمی در سالمندان و معنادار بودن زندگی اشاره کرده‌اند که می‌تواند با نتایج این پژوهش هم راستا باشد. در پژوهش‌های فرانکل (۲۰۱۷)، صالحی (۱۳۸۶)، عابدی و همکاران (۱۳۹۴)، جعفری و حسام پور (۱۳۹۶) در راستای فعالیت‌های مذهبی و معنویت و اثرات آن در معنای زندگی برای سالمندان اشاره شده است.

مقوله قبل از ازدواج نیز فرهنگی بود و نیاز به تحصیل کردن و پیشرفت کردن، در همه اظهارات مشترک به نظر می‌رسید. نکته جالب در این مقوله این بود که برخی افراد قبل از ازدواج زندگی پر از هیجان را دنبال می‌کردند و بعد از ازدواج اگر هیجانی بودن زندگی و همراه نبودن همسر اتفاق نمی‌افتاد غمگین شده و از زندگی خود رضایت نداشتند.

در مقوله بعد از ازدواج نیز مردان مشارکت‌کننده به دنبال همسر نجیب و سازگار بودند و خانم‌های سالمند بیشتر به دنبال فردی که بتوانند به او تکیه کنند بودند و اگر این ملاک‌ها در همسر خود دیده نمی‌شد از زندگی رضایت نداشتند. نمونه‌ای از این انتظارات در یکی از سالمندان دیده می‌شود او چهار بار ازدواج کرده و دلیل طلاق‌های خود را همراه نبودن همسر و کم شدن فعالیت‌های خود می‌داند. بیشتر سالمندان به این موضوع اشاره کردند که مورد سوء استفاده از طرف همسر و فرزندان قرار گرفته بودند و به همین منظور آنها همه چیز خود را از دست داده و به خانه سالمندان پناه آورده بودند. گویا نداشتن آینده نگری و ذخیره اموال آنها را بسیار اذیت می‌کرد. آقای سالمندی که سه ماه از فوت همسرش می‌گذشت و خاطرات مشترک با همسرش او را به گریه می‌انداخت رضایتمندی که با یکدیگر داشتند را بیان می‌کرد. بیشتر این نکته که افراد در این مقوله اشاره کردند مسئولیت‌پذیر و با برنامه‌تر شدن افراد بعد از ازدواج بود اما فراز و نشیب‌های طول زندگی تفاوت‌هایی را برای آنها ایجاد کرده بود. عدم مدیریت صحیح در زندگی موجب شده بود تا افراد رضایت کمتری داشته باشند.

مقوله ارتباطات، افراد در مراکز نگهداری اشاره داشتند با اقوام خود سال‌هاست قطع رابطه کردند و فرزندان نیز به دلیل مهاجرت و با رفتاری آنها را ترک کرده و به دلیل تنهایی و گاه عدم حمایت اجتماعی و عاطفی توسط جامعه و اقوام نزدیک موجب مراجعه آنها به خانه سالمندان شده است. احساس تنهایی شدید در این افراد بسیار مشهود بود. قطع ارتباط با بیرون و تنها ارتباطشان با هم‌اتاقی‌هایشان در مراکز نگهداری بیان شد. نقطه پرنگ این پژوهش می‌تواند همین ارتباطات باشد که گاهی به دلایلی با دنیای بیرون قطع شده است.

¹ -Hupkens

نتایج پژوهش نگری، باسی و دله فاو (۲۰۱۹)، کاولرو و مارینو^۱ (۲۰۰۷)، برودی و سمل^۲ (۲۰۰۶) در پژوهش‌های خارجی و صادقی و بازقلعه (۱۳۹۶) در پژوهش‌های داخلی به بحث ارتباط و تنهایی در پژوهش‌های خود رسیده‌اند و بیان کردند افرادی که ساکن مراکز نگهداری هستند تنهاتر هستند و این تنهایی موجب افسردگی و بی‌معنا شدن زندگی آنها می‌شود.

لذت‌ها در افراد نیز می‌تواند متفاوت باشد هر فردی از یک چیز لذت می‌برد و این خود منحصر به فرد بودن لذت‌ها در افراد را نشان می‌دهد. یکی از افراد از فوتبال نگاه کردن لذت می‌برد و همیشه مسابقات فوتبال را دنبال می‌کند. جالب‌ترین لذت بیان شده رفتن به کنسرت در یکی از سالمندان بود. یکی دیگر از سالمندان که در مراکز نگهداری زندگی می‌کرد اشاره داشت، بیشترین لذت برای ازدواج مجدد و داشتن فرزند بیشتر بود. زندگی راحت و بدون مشکل مالی نیز یکی از لذت‌های افراد ذکر شده بود. برای تبیین این مقوله می‌توان اشاره کرد که افراد با لذت‌ها زنده هستند و اگر نتوانند از چیزی لذت ببرند مانند مرده متحرک هستند. عمرانیان و علیزمانی (۱۳۹۶) در پژوهش خود از منحصر به فرد بودن لذت و اینکه می‌تواند در معنای زندگی تاثیر بگذار صحبت کرده است که با یافته‌های این پژوهش نیز همسو است.

مقوله برخورد با نسل جدید می‌توان گفت همه مشارکت‌کنندگان این مطلب را بیان کردند که جوان‌ها فرق کردند و احترام‌ها نیز متفاوت شده است. برخی از افراد در ادامه احساس دلسوزی می‌کردند و برخی نیز انتقادهای شدیدی مثل خودکامه شدن، کله شقی، حرف گوش نکن، غرق در فضای مجازی بودن را بیان می‌کردند. اما دو نفر از سالمندان بودند که می‌گفتند با جوانان ارتباط برقرار می‌کنند و آنها را به چشم فرزندانشان می‌نگرند، برخی نیز اما احساس غریبی با جوانان را ذکر کردند. بر خورد با نسل جدید یکی از نکته‌های نو در پژوهش‌های معنای زندگی است زیرا که در این مورد پژوهشی انجام نگرفته است.

در مقوله نگرانی، وضعیت نابسامان کشور و مشکلات اقتصادی از دغدغه‌های اصلی افراد بود. اما برخی از آنها نیز نگرانی‌های شخصی خود را بیان کردند: مانند ازدواج و موفقیت فرزندانشان و البته مرگ در تنهایی که بیشترین نگرانی آنها بود. یکی از افراد که نظامی بود از بوجود آمدن جنگ هراس داشت و می‌گفت من جنگ را حس کردم و نمی‌خواهم دوباره اتفاق بیفتد. بیکاری و عدم انجام دادن فعالیت‌های مثبت نیز یکی از نگرانی‌ها و دغدغه‌های مهم افراد ذکر شد.

بیشتر سالمندان دلیل از دست دادن نقش‌های خود و نیز عدم فعالیت برای آینده خود نگران هستند که نظریات فقدان نقش‌ها و فعالیت‌ها و نظریه تبادلات اجتماعی کاملاً اشاره می‌کند که افراد اگر نقش‌های خود را از دست دهند ممکن است مشکلات روان‌شناختی سراغ آنها بیاید. پژوهش دویر^۳ و همکاران (۲۰۰۸) به این نتیجه دست یافت که کارایی و فعالیت جسمانی یکی از مولفه‌های معنا در زندگی است که با نتیجه حاصله در این پژوهش هم‌راستا است.

مقوله امیدواری نقطه روشن این پژوهش بود به طوری که افراد آرزوها و امیدواری‌های کلی و جزئی داشتند. امیدواری‌های کلی مانند، بهبود اوضاع اقتصادی، حل شدن مسائل کشور، ازدواج، ایجاد اشتغال و تحصیلات برای جوانان‌ها. امیدواری‌های جزئی نیز مانند، برگشت فرزندان‌شان، برگشت به خانه و غیره. پژوهش‌های یالوم و فرانکل درباره امیدواری و امید داشتن می‌تواند تبیین‌کننده این مقوله باشد.

مقوله سلامتی برای همه سالمندان شرکت‌کننده نکته اصلی و پر اهمیت تلقی می‌شد همه آنها از این که محتاج دیگران و یا از کار افتاده شوند و نتوانند کارهای شخصی خود را انجام دهند بسیار ناراحت بودند. همه آنها دوست داشتن سالم باشند و بتوانند فعالیت کنند. این موضوع برای بیشتر این سالمندان مهم بود زیرا که همسالان خود را در وضعیت‌های ناگواری می‌دیدند و دوست نداشتند آنها نیز مثل همسالانشان بیمار و فرتوت شوند. هوکر و مستر (۲۰۱۸)، دی و گلر و ایرسون^۴ (۱۹۸۱) نیز در پژوهش‌های خود به مقوله مهم سلامتی اشاره کرده‌اند و بیان کرده‌اند که یکی از دغدغه‌های مهم افراد، سلامتی و از دست دادن آن است.

مقوله آخر که تعریف از زندگی بسیار شیرین و عبرت آموز بود. به یاد می‌آورم فردی را که می‌گفت در این دنیا باید سنگ پایین آسیاب بود تا فرزندانمان بتوانند پیشرفت کنند (البته پژوهشگران با نظر این فرد خیلی موافق نبوده زیرا هر کس خودش باید برای زندگی‌اش تلاش کند). فرد دیگری همه دارایی‌ها و حتی خانه شخصی خود را فروخته بود تا فرزندانش به کار بپردازند و اکنون خود در خانه سالمندان زندگی می‌کرد. همه افراد زندگی‌های پرفراز و نشیبی را داشتند گاهی همراه غم و گاهی همراه با شادی. اما آنچه برایشان بیشتر نمایان بود غم‌ها بود و اگر شادی‌ها را ذکر می‌کردند به خاطر این بود که بعد از آن به غم‌ها بپردازند. برخی افراد ساعی و کوشا، همواره برای آنچه

1 - Cavallero & Morino-Abbele

2 - Brody & Semel

3 - Dwyer

4 - De Vogler & Ebersole

Meaning of Elderly Living in Elderly Care Centers (Phenomenology)

که می‌خواستند جنگیده‌اند. یکی از مشارکت‌کنندگان زندگی را همراه با جبر و از قبل تعیین شده می‌دانست و دیگری مخالف این نظر بود و تلاش و رسیدن را سرلوحه زندگی خود قرار داده بود. این مقوله به صورت منحصر به فرد برای هر شخص تعریف شده است اما می‌توان گفت با توجه به نحوه زندگی افراد تعاریف مختلفی نیز از زندگی خود داشتند.

از محدودیت‌هایی که این پژوهش به همراه داشت، می‌توان به عدم همکاری مراکز نگهداری و بی‌حوصله بودن خود سالمندان اشاره کرد. در نهایت نیز می‌توان این پیشنهاد را داشت که در صورت امکان نقش‌های افراد از آنها گرفته نشود و یا به آنها مسئولیت‌هایی جهت ارتقای زندگی‌شان داده شود زیرا مشغله و مسئولیت در بهبود زندگی سالمندان کمک کننده است.

تشکر و سپاسگزاری: از تمامی مراکز نگهداری سالمندان غرب تهران که ما را در این پژوهش یاری کردند سپاسگزاریم.

منابع

- احمدی، سمیه، باقریان، فاطمه، حیدری، محمود، کشفی، عبدالرسول. (۱۳۹۶). سالمندی و معنای زندگی: بررسی میدانی منابع و ابعاد معنا در زنان مردان سالمند. *دست‌آورد‌های روان‌شناختی*، ۱(۱)، ۲۲-۱.
- جعفری، اصغر، حسام پور، فاطمه. (۱۳۹۶). پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس ابعاد هوش معنوی و سرمایه روان‌شناختی در سالمندان. *فصلنامه سالمند*، ۱(۱)، ۱۰۳-۹۰.
- حمیدی، سارا. (۱۳۹۶). امیدواری چیست و نقش امیدواری در رسیدن به موفقیت. *دهقان پور فراشاه، هاشم، کیش بافان، سید مرتضی، شجاعی، مهناز*. (۱۳۹۲). مدیریت ارتباطات میان فردی. تهران: رخنه در اسرار. *رجبی، محسن و همکاران*. (۱۳۹۵). سنجش کیفیت زندگی سالمندان شهر تهران و عوامل مرتبط با آن. *مجله پایش*، ۱۶(۴)، ۵۴۱-۵۳۱.
- رنجبران، شایسته، کیانی، لیلا، زارع، مریم، شایقیان، زینب. (۱۳۹۴). اثربخشی معنادرمانی گروهی بر احساس تنهایی زنان سالمند مقیم سرای سالمندان. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۶(۳)، ۶۷-۶۰.
- صادقی، مهدی، بازقلعه، میلاد. (۱۳۹۶). ارتباط افسردگی و کیفیت زندگی در سالمندان مقیم و غیرمقیم سرای سالمندان شهرستان شاهرود. *مجله دانش و تندرستی*، ۱(۱)، ۱۵-۸.
- صادق مقدم، لیلا و همکاران. (۱۳۸۰). ادراک پیری در سالمندان: یک مطالعه موردی. *فصلنامه سالمند*، ۱۰(۳۹)، ۲۰۹-۲۰۲.
- صالحی، لیلی. (۱۳۸۶). عوامل تسهیل‌کننده و بازدارنده شیوه زندگی سالم در سالمندان: یک مطالعه کیفی. *مجله دانشکده بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی*، ۲(۲)، ۴۹-۵۷.
- صفرخانلو، هلیا، رضایی قهرودی، زهرا. (۱۳۹۶). تحولات جمعیت سالمندان در ایران و جهان. *دو ماهنامه تحلیلی-پژوهشی آمار*، ۵(۳)، ۱۶-۸.
- طالبی، محمدعلی، سبزواری پریسا. *نوبختی قلاتی، لاله، زارعی محمودآبادی، حسن*. (۱۳۹۴). بررسی مقایسه‌ای اضطراب وجودی و امید به زندگی در سالمندان مرکز نگهداری با عادی در شهر اصفهان. *همایش بین‌المللی روانشناسی و فرهنگ زندگی*، استانبول.
- عابدی، شادی، فروغان، مهشید، خانجانی، محمدسعید، بخشی، عنایت‌الله، فرهادی، اکبری. (۱۳۹۵). بررسی رابطه معنای زندگی و سلامت معنوی در سالمندان مقیم آسایشگاه‌های شمیرانات. *مجله سالمندی ایران*، ۱(۳)، ۴۶۵-۴۵۶.
- عمرانیان، سیده نرجس، عزیزمانی، امیرعباس. (۱۳۹۶). رابطه لذت و معنای زندگی از نگاه ابن‌سینا. *دو فصلنامه حکمت سینوی*، ۲۱(۵۷)، ۱۵۵-۱۴۸.
- قدم پور، عزت‌الله، حیدریانی، لیلا، رادمهر، فرناز. (۱۳۹۶). بررسی رابطه معنای زندگی و عزت‌نفس با کیفیت زندگی سالمندان ساکن منزل و مقیم سرای سالمندان. *مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان*، ۲۶(۵)، ۳۲۲-۳۱۵.
- فلسفی، محمد تقی. (۱۳۹۴). معاد از نظر روح و جسم. تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- کوچکی‌نیا، معصومه، دهقان زاده، شادی. (۱۳۹۷). تابآوری سالمندان مقیم آسایشگاه: نقش ادراک از خدا و معنای زندگی. *مجله روانشناسی پیری*، ۳(۴)، ۲۷۰-۲۶۳.
- معتمدی سلمزاری، عبدالله. (۱۳۸۱). رابطه بین هوش، نگرش‌های مذهبی و رویدادهای زندگی با سالمندی موفق در شهرکرد. پایان‌نامه دکتری، دانشگاه تربیت مدرس.
- معتمدی سلمزاری، عبدالله، اژه‌ای، جواد، آزاد فلاح، پرویز، کیامنش، علیرضا. (۱۳۸۱). بررسی نقش حمایت اجتماعی در رضایتمندی از زندگی سلامت عمومی و احساس تنهایی در بین سالمندان بالاتر از ۶۰ سال. *مجله روانشناسی*، ۲۲(۲)، ۱۳۳-۱۱۵.
- مک، ناتاشا. (۱۳۹۴). ترجمه نادری، حبیب‌الله، کاظمی، سیده فاطمه. راهنمای علمی پژوهش کیفی. تهران: انتشارات ساوالان.
- Brody, C. M., & Seme I, V. G. (2006). *Strategies for Therapy with the Elderly* (2th ed). New York: Springer publishing company.

- Brandstätter, M., Baumann, U., Borasio, G. D., & Fegg, M. J. (2012). Systematic review of meaning in life assessment instruments. *Psycho Oncology*, 21(10), 1034-1052.
- Cavallero P, Morino-Abbele, F.(2007). The social relations of the elderly. *Arch Gerantal Geriater*. 44:97-100.
- Cohen R, Bavishi C, Rozanski A. (2016). Purpose in Life and Its Relationship to All-Cause Mortality and Cardiovascular Events: A Meta-Analysis. *Psychosom Med*.78(2):122-33.
- De Vogler, K. L., & Ebersole, P. (1981). Adults' meaning in life. *Psychological Reports*, 49, 87-90.
- Dwyer, L. L., Nordenfelt, L., & Ternstedt, B. M. (2008). Three nursing home residents speak about meaning at the end of life. *Nursing Ethics*, 15 (1), 97-109.
- Frankl, VE.(2017). Man's Search for Meaning. 4th ed. Boston (MA): Beacon Press.
- Hooker, S. Master, K. (2018). A meaningful Life Is a healthy life. *General psychology J*, 22(1), 11-24.
- Hupkens,S, Machieles, A, Goumans, M, Derkx, P. (2016). Meaning in life older persons. *Nursing Ethics*,84(1) 44-65.
- Garcia, R. Navarro, M. (2018). The Impact of Quality of Life on the Health of Older People from a Multidimensional Perspective. *Journal of Aging Research* , ID 4086294, 7 pages <https://doi.org/10.1155/2018/4086294>.
- Gholam Mohammadi H, Frooghan M, Bahrami F, Younesi, SJ,Fazi M.(2013). The Effectiveness of Religious Educational Content on the Significance of the Life of the Elderly Man in the Hospital. *J of Disab Studi*. 3(2): 34-42.
- King L.A, Hicks J.A, Krull J.L, Del Gaiso A.K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *J of Perso and Soci Psych*. 90(1): 179- 96.
- Kudla D, Kujur J, Tigga S, Tirkey P, Rai P, Fegg MJ. (2016). Meaning in life experience at the end of life: validation of the Hindi version of the schedule for meaning in life evaluation and a cross-cultural comparison between Indian and German palliative care patients. *Journal of Pain and Symptom Management*. 49(1):79-88.
- Kimondo, J. W. (2012). Benefits and challenges encountered by elderly living in nursing homes. Degree Thesis, Human Ageing and elderly service.
- Man-Ging, C. Uslucan, J. Frick, E. Bussing, A. Fegg, M, J. (2018). Meaning in life of older adults living in residential and nursing homes. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, : <http://www.tandfonline.com/loi/wrsa20>.
- Manuti, A. Scardigno, R. Mininni, G. (2016). Me, myself, and god: Religion as a psychocultural resource of meaning in later life. *Culture & Psychology J*, 34(1). Doi.org/10.1177/1354067X14551294.
- Marco JH, Garcia-Alandete J, Pérez S, Guillen V, Jorquera M, Espallargas P, et al. (2016). Meaning in life and non-suicidal selfinjury: A follow-up study with participants with Borderline Personality Disorder. *Psychiatry Research*. 230(2):561-6.
- Negri, L. Bassi, M. DelleFave, A. (2019). Italian validation of the meaning in life Questionnaire. *Psychol rep*, doi: 10.1177/0033294118821302.
- Heintzelman, S. king, L. (2019). Routines and Meaning in Life. *Psychology Bulletin J*, 45(5), 688-699.
- Shek DT, Yu L.(2012). Self-harm and suicidal behaviors in Hong Kong adolescents: prevalence and psychosocial correlates. *Scientific World Journal*. 2012:932540
- Tan L, Chen J, Xia T, Hu J. (2018). Predictors of Suicidal Ideation Among Children and Adolescents: Roles of Mental Health Status and Meaning in Life. *Child Youth Care Forum*. 47: 219- 231.
- Yalom ID. (2016). Existential psychotherapy. 4th ed. New York: Basic Books.



شپوشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی