

Meta-Summary Studies of Successful Aging in the Middle East

Ali Pilvari



Master's student in Sociology, Department of
Social Sciences, Faculty of Law and Social
Sciences, Tabriz University, Tabriz, Iran.

Fattaneh Hajilou *



Assistant Professor of Sociology, Department of
Social Sciences, Faculty of Law and Social
Sciences, Tabriz University, Tabriz, Iran

1. Introduction

The changes that have occurred in the Industrialization of societies, the use of new technologies, and improvement in nutrition, the decline in fertility rates, have led to social and economic changes. The elderly population in developing countries is increasing due to a lot of factors such as advances in medical knowledge, vaccination, control of infectious diseases, environmental sanitation, and reduction in infant mortality. The Middle East is also facing an increase in the elderly population, like other regions of the world. According to predictions, the elderly will be the largest age group in the Middle East by 2025, and it is expected that the percentage of elderly people in this region will continue to increase over time. These changes create many challenges and concerns in both social and personal spheres, which require attention. One of the strategies for achieving well-being for the elderly in any society is to pay attention to successful aging patterns, which have been recognized as a suitable solution for ensuring the well-being of the elderly in national and regional planning.

2. Literature Review

In contemporary societies, "successful aging" is a suitable solution for reducing the costs related to services to the elderly and providing their well-being in national macro-planning. Successful aging is sometimes equated with satisfaction with life (Williams & Wirth, 1965) and sometimes has defined survival and health (Rowe & Kahn, 1987), but in a more comprehensive definition, it is the combination of four indicators of behavioral ability, psychological well-being, quality of perception of

* Corresponding Author: fhajilou@tabrizu.ac.ir

How to Cite: Pilvari, A; Hajilou, F. (2024). Meta-summary studies of successful aging in the Middle East, *Journal of Social Work Research*, 10 (38), 45-83.

life and social environment (Lawton, 1983). Estebansari, et al (2020) conducted a review and systematic research on successful aging. The findings of this study showed that successful aging is associated with cognitive perceptions, life satisfaction, and control. This concept also influences inner happiness and life satisfaction resulting from the circumstances of the elderly in the past and present. Rolfson (2018) also identified mental well-being indicators, life satisfaction, perception, and social behavioral capabilities as components of successful aging. Naja, Makhoulf & Chehab (2017) in their systematic review have provided an overview of the elderly situation in the countries of the Persian Gulf region. The results of this study indicate that with the increasing elderly population in this region, creating appropriate healthcare for the elderly with a greater focus on preventive measures to maintain successful aging is essential. Additionally, Martinson and Berridge (2015) have addressed the factors influencing and hindering successful aging in their meta-analysis. Their research findings indicate that attributing negative social, cultural, and psychological stereotypes to the elderly is an influential and detrimental factor to successful aging.

3. Methodology

The present study aims to integrate meaningful findings from previous research conducted using different research methods on the research topic. Therefore, in the first stage, research questions were identified and a systematic review approach was used to find the answers. "The Fractal Summary Strategy is derived from methods developed by Nobel and Hare (1988) and Peterson et al. (2001), and its purpose is to assist in a review of the literature by combining meaningful findings from studies with different research methods. In this study, 43 scientific research articles were carefully examined. All articles were selected from scientific search engines such as PubMed, Google Scholar, and SID."

4. Results

In the Middle East, successful aging is often defined as having physical and mental health, self-acceptance, a life full of spirituality, economic security and affordable healthcare costs, strong family relationships, physical activities, healthy nutrition, and receiving respect from family and others. The findings of this research show that in Middle Eastern countries, six main themes are generally divided into individual, spiritual, economic, lifestyle, social relationships, and cultural characteristics. In addition, findings show there are intervening factors such as gender, genetics, marital status, and education that can be affected by the relationship between the main factors and successful aging. Intervening factors can create contexts that can

intensify the impact of each factor related to successful aging or in some cases reduce them.

5. Conclusion

There is an evidence to suggest that physical aging is not solely influenced by genes, lifestyle factors and the social environment are important factors in which individuals live. The social environment in which the elderly live not only creates material and physical barriers but also affects the experience of aging through social norms. The findings show that successful aging can be defined as having a healthy and intelligent balance between individual physical and psychological indicators, religious beliefs, economic status, social factors, lifestyle, and cultural values. An important part of the indicators related to successful aging is related to economic, cultural, and social categories and seeking to find social support so that the most deprived people find strength in life. This approach is directly related to the performance of organizations and social institutions to promote equality and social justice. Paying attention to these indicators is possible through the planned economy and social security.

Keywords: Meta-summary, Middle East, Aging, Successful Aging



فرا تلخیص مطالعات سالمندی موفق در خاورمیانه

دانشجوی کارشناسی ارشد جامعه شناسی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.



علی پیلوری

استادیار جامعه شناسی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.



فتانه حاجیلو *

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی مطالعات مربوط به سالمندی موفق در کشورهای خاورمیانه از روش مرور نظام‌مند و راهبرد فرا تلخیص برای شناخت عوامل مؤثر در سالمندی موفق استفاده کرده است. ۴۳ پژوهش متفاوت در بازه زمانی ده سال منتهی به سال ۲۰۲۳ میلادی، که در کشورهای مختلف خاورمیانه انجام یافته وارد مراحل مرور نظام‌مند شدند. پس از کدگذاری انتسابی و کدگذاری کل نگر مقالات بررسی شده، موارد استخراج شده وارد فرایند تجزیه، تحلیل و ترکیب یافته‌ها شدند. نتایج به دست آمده نشان می‌دهند، شش مقوله فردی، مذهبی، اقتصادی، سبک زندگی، روابط اجتماعی و فرهنگی عوامل مؤثر بر سالمندی موفق است. همچنین نظریه‌های مرتبط با موضوع سالمندی موفق که در تحقیقات مورد بررسی وجود داشت مطالعه و نکات مهم آن از جمله الگوهای نظریه‌ای سالمندی موفق و نظریه قطع ارتباط به عنوان یافته‌های نظری پژوهش برجسته شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد سلامت جسمی و روانی، روابط و حمایت اجتماعی، حضور در کنار خانواده، وجود پس انداز و بیمه، تکیه به معنویات و داشتن سبک زندگی سالم مهمترین شاخص‌های سالمندی موفق در خاورمیانه می‌باشند.

واژه‌های کلیدی: فرا تلخیص، خاورمیانه، سالمندی، سالمندی موفق

مقدمه و طرح مسئله

جمعیت افراد سالمند در سال‌های اخیر رشد روزافزونی داشته است. این موضوع در کشورهای توسعه‌یافته و در حال توسعه به قدری حائز اهمیت نموده که سال ۱۹۹۹، سال جهانی سالمندی نامیده شده است (افرا؛ اسلامی و ایار، ۱۳۹۹: ۱۹۴). به عبارتی از این رشد می‌توان به عنوان یکی از مهم‌ترین شاخص‌های جمعیتی قرن بیست و یکم یاد کنیم (Haugan, et al, 2023: 3). پژوهشگران برای این رشد بی‌رویه علل متفاوتی بیان کرده‌اند که از جمله می‌توان به صنعتی شدن جوامع و رشد روزافزون شهرنشینی (Abyad, 2021: 113)، افزایش امید زندگی، بهداشت، مراکز درمانی و کاهش بیماری‌های مزمن (Benksim, 2021: 20)، مهاجرت (Hussein & Ismail, 2017: 275)، بهبود کیفیت غذایی (Godos, et al, 2023: 2)، بهبود کیفیت آموزش (Teerawichitchainan & Knodel, 2017: 600) اشاره کرد.

خاورمیانه نیز همچون سایر مناطق جهان با افزایش جمعیت سالمند روبرو است. «طبق پیش‌بینی‌ها سالمندان تا سال ۲۰۲۵ بزرگ‌ترین گروه سنی در خاورمیانه هستند و انتظار می‌رود با گذشت زمان نیز درصد افراد مسن در این منطقه افزایش یابد» (Abyad, 2021: 113). حسین و اسماعیل^۱ (۲۰۱۷) بیان می‌دارند «تا سال ۲۰۲۵ در اکثر کشورهای خاورمیانه از جمله بحرین، کویت، لبنان، عمان، قطر و عراق تعداد افراد سالمند از کودکان زیر ۱۵ سال بیشتر خواهد بود». این تغییرات، چالش‌ها و نگرانی‌های بسیاری را در دو عرصه اجتماعی و شخصی به وجود می‌آورد. بخش زیادی از مشکلات اجتماعی نه تنها خود سالمندان بلکه جامعه‌ای را که در آن زندگی می‌کنند درگیر و مبتلا می‌سازد به عنوان نمونه «کاهش سهم جمعیت در سنین کار، فشارهای مالی و ورشکستگی سیستم‌های پرداخت بازنشستگی و مراقبت‌های بهداشتی و سلامت، ورشکستگی شرکت‌های بیمه، کاهش رشد اقتصادی، سقوط بازارهای مالی و سرباری نسل‌های آینده فقط چند نمونه از مشکلاتی هستند که پدیده سالمندی می‌تواند به وجود آورد» (زنجری و صادقی، ۱۳۹۹: ۵۰۴).

1. Hussein & Ismail

علاوه بر اثرات سالمندی در سطوح کلان، چنانچه به این پدیده توجه کافی نشود خود سالمندان نیز با مشکلات متعددی مواجه می‌شوند. یکی از ابتدایی‌ترین این مشکلات کاهش تمایل مراقبان برای مراقبت از سالمندان است که غالباً زنان هستند (فرهاد و همکاران، ۱۳۹۵: ۱۰) که می‌تواند سلامت جسمی، روانی، و عملکردهای فیزیکی آنها را تحت تأثیر قرار دهد (Urtamo, et al, 2019: 227)، همچنین عمل، ادراک، کنترل، رضایت از زندگی و اخلاق افراد می‌تواند تحت تأثیر قرار گیرد (Estebarsari, et al, 2020: 5)، در نتیجه پرداختن به موضوعاتی که منجر به ارتقاء بهزیستی سالمندان می‌گردد از اهمیت فراوانی برخوردار می‌شود. یکی از راهبردهای رسیدن به بهزیستی سالمندان در هر جامعه‌ای توجه به الگوهای «سالمندی موفق»^۱ است که در برنامه‌ریزی‌های کلان‌کسوری و منطقه‌ای به عنوان راه‌حل مناسبی برای تأمین بهزیستی سالمندان و کاهش هزینه‌های مربوط به ارائه خدمات به سالمندان شناخته شده است (ابوالحسنی و باستانی، ۱۳۹۷: ۶۳).

مفهوم سالمندی موفق از بطن روانشناسی عمومی بیرون آمده و از نظر تاریخی به چندین دهه قبل بازمی‌گردد (آی آگیلار وفایی و همکاران، ۱۳۹۴: ۵۸). اما در سال‌های اخیر برای طراحی سیاست‌های اجتماعی و در جستجو برای عوامل و شرایطی که به فهم بهتر سالمندی کمک کند و برای حل چالش‌های سالمندی مفید واقع شود، در علوم اجتماعی و جامعه‌شناسی مورد توجه قرار گرفته است. سازمان بهداشت جهانی (WHO) نیز دهه ۲۰۲۰-۲۰۳۰ را دهه سالمندی موفق اعلام کرده است، دهه‌ای که سلامت و سبک زندگی سالمندان حائز اهمیت است (Haugan, et al, 2023). این موضوع نیز تأکیدی بر اهمیت پرداختن به موضوع سالمندی موفق است.

اگرچه طول عمر رایج‌ترین نشانه سالمندی موفق به نظر می‌رسد، اما باید توجه داشت که کسی که عمر طولانی دارد ممکن است رویدادهای نامطلوب بسیاری را نیز تجربه کند. بر این اساس «نخستین گام در زمینه شناسایی یک تعریف جامع از سالمندی موفق، اندیشیدن بر اساس معیارهای گوناگون برای دستیابی به آن است» (آی آگیلار وفایی و

همکاران، ۱۳۹۴: ۵۹).

مفهوم سالمندی موفق در پژوهش‌های مختلف به شکل‌های متفاوتی بیان شده است. سالمندی موفق گاهی با رضایت‌مندی از زندگی یا اخلاقی بودن یکسان انگاشته شده، (Williams & Wirth, 1965) و گاهی معادل با بقا و توأم با سلامتی دانسته شده است (Rowe & Kahn, 1987)، اما در یک تعریف جامع‌تر این سه با هم ترکیب شده و زندگی خوب ترکیبی از چهار شاخص توانایی در رفتار، بهزیستی روانی، کیفیت ادراک از زندگی و محیط اجتماعی بیان شده است (Lawton, 1983). اولین الگویی که برای سالمندی موفق بیان شد به سه نکته اشاره داشت که عبارت بود از عدم بیماری و ناتوانی جسمی، عملکرد خوب ذهنی و روانی و داشتن نقش فعال در زندگی. مدتی بعد اندیشمندان سبک زندگی سالم را نیز به عنوان یکی از عوامل سالمندی موفق در نظر گرفتند (Zanjari & Momtaz, 2020: 68). اخیراً به عوامل اجتماعی و فرهنگی در الگوهای سالمندی موفق بیشتر توجه شده است. ریلی (۱۹۸۳) بیان می‌کند که سالمندان به‌تنهایی سالمند نمی‌شوند بلکه آنها در یک شبکه اجتماعی، فرهنگی و خانوادگی پیر می‌شوند (Lee, 1989: 429).

به دلیل پیشینه فرهنگی، تاریخی و دینی، در اکثر کشورهای خاورمیانه، اشتراکات فکری زیادی درباره پدیده سالمندی و مسائل آن وجود دارد. اگرچه در برخی موارد افتراقاتی نیز دیده می‌شود که بررسی آنها نیز مهم است (El-Sahary, 2018: 215). با توجه به این پیشینه تاریخی، مذهبی و اشتراکات آن بررسی مداخلات و اقدامات این کشورها می‌تواند در امر سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی در این حوزه برای کشور ما الگوی مناسبی باشد. هدف مطالعه حاضر بررسی و تلخیص پژوهش‌های انجام شده در حوزه سالمندی به منظور شناخت بیشتر راهکارهای مورد استفاده در کشورهای خاورمیانه برای مواجهه با مقوله سالمندی موفق است. بر این اساس پژوهش حاضر در جستجوی یافتن پاسخ دو پرسش اصلی زیر انجام شده است:

در کشورهای منطقه خاورمیانه دیدگاه‌ها نسبت به سالمندی موفق چیست؟

مؤلفه‌های مشترک سالمندی موفق و عوامل مرتبط با آن در خاورمیانه چیست؟

پیشینه پژوهش

اکبرزاده آرانی و همکاران (۱۴۰۰) در مطالعه‌ای با عنوان «عوامل مرتبط با کیفیت زندگی سالمندان در خاورمیانه: مرور سیستماتیک» که بر روی ۸۲ پژوهش انجام شده است، یافته‌های منتج از مطالعات خود را در چهار طبقه عوامل اجتماعی- جمعیتی، روان شناختی، فیزیکی و معنوی طبقه‌بندی کردند. بر اساس یافته‌های مطالعه ایشان بررسی عوامل اجتماعی- جمعیتی و فیزیکی بیشترین درصد را به خود اختصاص داده است. در ایران عوامل جمعیت شناختی، در ترکیه بیماری‌ها و در کشورهای عربی رفتارهای مرتبط با سلامت بیشتر مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

استبصاری و همکاران^۱ (۲۰۲۰) پژوهشی با عنوان «مفهوم سالمندی موفق: یک مطالعه مروری» انجام داده‌اند. این مطالعه تمامی مقالاتی که از سال‌های ۱۹۹۵ تا ۲۰۱۷ را مورد بازبینی و بازمی‌انداز انجام داده است. در آخر یافته‌های این پژوهش پس از حذف مقالات تکراری و غیر مرتبط با بررسی ۲۷ مقاله به دست آمده است. یافته‌های حاصل از این پژوهش نشان داد سالمندی موفق با ادراکات شناختی، رضایت از زندگی و کنترل مرتبط است. همچنین این مفهوم با احساس شادی درونی و رضایت از زندگی که ناشی از احوالات فرد سالمند در گذشته و حال است تأثیر می‌پذیرد نتایج این مطالعه نشان داد که در پاره‌ای از موارد سالمندی موفق با داشتن سلامتی فرد سالمند یکسان انگاشته می‌شود.

«سالمندی موفق: یک مرور سیستماتیک» عنوان پژوهشی است که توسط رولفسون (۲۰۱۸) انجام شده است. یافته‌های این مطالعه که ۶۱ مقاله را مورد بررسی قرار داده است بیان می‌دارد که تمامی تعریف ارائه شده از سالمندی موفق به چندبعدی بودن این مفهوم اشاره کرده‌اند. در نتیجه‌گیری نهایی تحقیق، ترکیبی از شاخص‌های مرتبط با بهزیستی روانی، رضایت و ادراک از زندگی و توانایی رفتار در محیط اجتماعی به عنوان مؤلفه‌های سالمندی موفق شناسایی شده است.

1. Estebarsari

ناجا، مخلوف و چهاب^۱ (۲۰۱۷) در مرور سیستماتیک خود یک بررسی کلی درباره وضعیت سالمندی در کشورهای حوزه خلیج فارس دارند. نتایج حاصل از این مطالعه نشان می‌دهد که با توجه به افزایش جمعیت سالمندان در این منطقه ایجاد مراقبت‌های بهداشتی مناسب برای سالمندان با تمرکز بیشتر بر اقدامات پیشگیرانه برای حفظ روند سالمندی موفق ضروری است.

مارتینسون و بریج^۲ (۲۰۱۵) در فراترکیب خود به عوامل مؤثر و مخرب سالمندی موفق پرداخته‌اند. یافته‌های حاصل از پژوهش آنها نشان می‌دهد، نسبت دادن کلیشه‌های منفی اجتماعی، فرهنگی و روانی به سالمندان از عوامل اثرگذار و مخرب بر سالمندی موفق است.

کاسکو و همکاران^۳ (۲۰۱۴) تحقیقی با عنوان «تعاریف عملیاتی سالمندی موفق با روش سیستماتیک» انجام داده‌اند. پژوهشگران در این مطالعه با مرور مقالات مختلف در نمایه‌های علمی یافتند که در ۱۰۵ تعریف عملیاتی در ۸۴ مطالعه مختلف ۹۲ درصد از تعاریف به سازه‌های فیزیولوژیکی (مانند عملکرد فیزیکی) ۴۹ درصد از تعاریف به سازه تعاملاتی (مثل مشارکت داوطلبانه فرد سالمند در کار) و همچنین ۴۸ درصد از تعاریف به سازه رفاه (مانند رضایت‌مندی از زندگی)، ۲۵ درصد از تعاریف نیز به ویژگی‌های شخصی (به‌عنوان مثال تاب آوری) و تنها ۵ درصد از تعاریف به عوامل بیرونی مثل مسائل مالی اشاره کرده بودند.

دپ و جست^۴ (۲۰۰۶) پژوهش مروری با موضوع «تعاریف و پیش‌بینی‌کننده‌های سالمندی موفق: یک مرور سیستماتیک در پژوهش‌های کمی» انجام داده‌اند. این پژوهش تنها مطالعات که به زبان انگلیسی نوشته شده بوده را مورد بررسی قرار داده است. یافته‌های این مطالعه که از ۲۸ مقاله مستخرج شده است بیان می‌دارد ۲۶ مورد از ۲۸ تعریف به

1. Naja, Makhoulf & Chehab

2. Martinson & Berridge

3. Cosco

4. Depp & Jeste

ناتوانی‌های فیزیکی اشاره داشتند. همچنین سلامت روانی، جنسیت، درآمد، تحصیلات، وضعیت تأهل، عدم استعمال سیگار موارد دیگری بودند که به ترتیب در تعاریف مورد توجه قرار گرفته‌اند.

ادبیات نظری

اندیشمندان حوزه سالمندی ازجمله بالtes اعتقاد دارند که سالمندی موفق، یک مفهوم بین‌رشته‌ای و متأثر از عوامل فرهنگی و اجتماعی است. بالtes و بالtes^۱ (۱۹۹۰) سالمندی را پدیده‌ای دوسویه میان شادکامی‌ها و تلخ‌کامی‌ها تعریف می‌کند، که می‌شود با آموزه‌های جدید و نوین و جبران کمبودها و شکست‌ها موجب رضایت‌مندی فرد از زندگی شود (آهی‌اندی و رزاقی، ۱۳۹۶). سالمندی موفق، تقلید صرف از دوران جوانی نیست بلکه خود را به عنوان سالمند پذیرفتن و برقراری ارتباط با مردم، گروه‌ها و فعالیت‌های روزمره است (علی‌پور و همکاران، ۱۳۹۹). آنجر و همکاران (۱۹۹۹) معتقدند برخلاف این که در گذشته تصور می‌شد سالمندی همراه با کاهش کنش است، اما نتایج پژوهش‌های انجام شده مربوط به مراقبت‌های از سالمندان آسیب‌دیده نشان می‌دهد آن‌ها می‌توانند مجدداً کنش بدنی خود را به دست آورند (Unger, 1999: 248).

راو و کان^۲ (۱۹۹۸) سالمندی موفق را دارای سه مورد ویژگی بسیار مهم می‌دانند که عبارت است از نداشتن بیماری و ناتوانی، داشتن عملکرد شناختی و فیزیکی و داشتن فعالیت‌های اجتماعی. گرچه این دیدگاه توانست در دنیا جایگاه ویژه‌ای در بین پژوهشگران و اندیشمندان این حوزه پیدا کند و مورد پذیرش قرار بگیرد اما عاری از نقص نبود (آهی‌اندی و رزاقی، ۱۳۹۶: ۷۶) زیرا افراد حتی با وجود شکست‌ها، کم بودها و بیماری می‌توانند سالمندی موفق را تجربه کنند. سالمندی موفق به مجموعه‌ای از علل متفاوت بستگی دارد که در مطالعات نظری مورد توجه و استناد قرار گرفته‌اند. یکی از این

1. Baltes & Baltes

2. Rowe & Kahn

مؤلفه‌ها حمایت اجتماعی ادراک شده است. «حمایت اجتماعی به عنوان متغیری مستقل و پیش‌بینی کننده برای تمام ابعاد سلامت و رفاه انسان، کیفیت زندگی، روحیه و رضایت از زندگی معرفی شده است» (محمدی، باستانی و حسینی، ۱۴۰۰). سالمندان به حمایت توسط شبکه‌های اجتماعی و خانواده نیاز دارند تا راحت بتوانند با مشکلات و تنهایی‌شان مقابله کنند، شاد بمانند و نسب به باقی مانده عمر خود، خوش‌بین باشند.

نظریه‌هایی از قید^۱ که توسط کامینگ و هنری^۲، (۱۹۶۱) مطرح گشته، بر این مفهوم بنا شده که افراد همچنان که مسن‌تر می‌شوند به‌طور فزاینده از تعاملات اجتماعی و بدنی و هیجانی با دنیا کناره‌گیری می‌کنند. زمانی که این فرایند داوطلبانه و گسترده باشد آنها نقش‌های اجتماعی فعال و وابستگی‌های عاطفی خود را کاهش داده و متعاقب آن جامعه نیز ارتباط خود را با آنها کم می‌کند (Stone, 2010).

بعضی از پژوهشگران همچون تورتمن و استپلس^۳ و کیلیج و همکارانش، به این نکته توجه دارند که فرآیند کناره‌گیری و کاهش فعالیت افراد سالمند ممکن است بر اساس شرایط اجتماعی و یا از سوی افرادی دیگر به وجود آید مانند: بازنشستگی اجباری که به تدریج به قطع ارتباط افراد با پیرامونشان می‌انجامد، درعین حال که ممکن است با فراغت از قیدوبندهای شغلی فرصتی ایجاد کند که فرد بتواند از دوران سالمندی خود لذت ببرد (Troutman & Staples, 2015) و (Kilic, et al, 2023).

در مقابل این نظریات، نظریه فعالیت جایگزین مطرح می‌شود که پیری موفق را محصول استمرار فعالیت با سطح بالا می‌داند. بر اساس این نظریه فعالیت‌هایی که رها می‌شوند منجر به کاهش ظرفیت‌های فیزیکی افراد می‌شود و بنابراین باید زمانی که فرد مسن‌تر می‌شود فعالیت‌های ترک شده با فعالیت‌های دیگری جایگزین شوند (Stone, 2010: 5).

-
1. Disengagement
 2. Cumming & Henry
 3. Troutman & Staples

روش^۱

هدف پژوهش حاضر، ترکیب معنادار نتایج پژوهش‌های پیشین است که با روش‌های متفاوت پژوهش، در موضوع تحقیق انجام یافته است، لذا در مرحله اول، پرسش‌های تحقیق مشخص شده و برای یافتن پاسخ‌ها از رویکرد مطالعه نظام‌مند فرا تلخیص استفاده شده است. «راهبرد فرا تلخیص برگرفته از روش‌های ابداع شده توسط نوبلیت و هیر (۱۹۸۸) و پترسون و همکاران (۲۰۰۱) است و هدف آن کمک به تحقیق مروری از طریق ترکیب کردن معنادار نتایج مطالعاتی است که روش تحقیق متفاوتی دارند. هیچ کدام از روش‌های شناخته شده، فرا تحلیل، فرا قوم نگاری و فرا مطالعه نمی‌توانند مقاله‌های کیفی، کمی و ترکیبی را یکجا گرد هم آورند. روش‌های که وجود دارد یا خاص تحقیقات کمی (فرا تحلیل) یا مخصوص تحقیقات کیفی (فرا قوم نگاری و فرا مطالعه) هستند» (شفعتی و زاهدی، ۱۴۰۰). در تحلیل اسنادی حاضر پژوهشگر سعی کرده با استخراج، طبقه‌بندی و کشف متن حاوی داده یا اطلاعاتی درباره موضوع مورد بررسی، مطالب مرتبط را از اسناد مختلف حداقل شامل انواع: دست اول/ دست دوم؛ اولیه/ ثانویه؛ نوشتاری شامل چاپی یا الکترونیکی، غیر محرمانه و عادی طبقه‌بندی نماید.

مراحل اجرای کار در فرا تلخیص حاضر به ترتیب در جدول ۱ بیان شده است. بعد از بیان مسئله و مشخص شدن سؤالات به انتخاب مرورگرهای علمی جستجو پرداخته شده است. چون موضوع مورد مطالعه مسئله‌ای میان‌رشته‌ای است مرورگر علمی PubMed به دلیل آن‌که «اطلاعات وسیع و گسترده‌ای را در حوزه پزشکی برای ما فراهم می‌سازد» (Buehler & Rashidi, 2005: 2) استفاده شده همچنین استفاده از نمایه اسنادی Google Scholar از آن جهت که این نمایه گر همه حیطه‌های علوم از جمله علوم اجتماعی را شامل می‌شود و یک مرورگر میان‌رشته‌ای است (Burnham, 2006: 3) و دسترسی به مقالات رایگان را فراهم می‌کند، همچنین برای اطلاعات بیشتر در مورد پژوهش‌های داخلی از پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی استفاده شده است. واژگان کلیدی جستجو در

مرورگرهای PubMed و Google Scholar به زبان انگلیسی و در مرورگر SID به زبان فارسی وارد و منابع مرتبط استخراج شده‌اند. در بررسی انجام شده مقالات همایشی و فصل‌های کتاب‌ها مورد بررسی قرار نگرفته زیرا فرآیند بررسی آنها بسیار متنوع بود و در دسترسی به تمام متن آنها، محدودیت وجود داشت.

در اولین جستجو در مرورگر علمی PubMed تعداد ۷۰۹۴۲ مقاله نمایان شد. بعد از اعمال محدودیت برای برگزیدن مقالات دارای متن کامل و منتشر شده در ده‌ساله منتهی به ۲۰۲۳ میلادی این تعداد به ۱۲۹۴ مقاله تقلیل یافت. در مرحله بعد با بررسی عناوین و حذف مقالات غیر مرتبط با موضوع پژوهش این رقم به ۵۶۷ مقاله کاهش پیدا کرد. سپس چکیده نمونه‌های به‌دست‌آمده با دقت مورد مطالعه قرار گرفت و بسیاری از مواردی که با سؤال اصلی پژوهش ارتباط نداشتند حذف شدند در این مرحله تعداد مقالات به ۶۷ مقاله رسید. سپس متن کامل مقالات مورد مطالعه و بررسی قرار گرفت. در این مرحله نیز برخی از مقالات به دلیل عدم تطابق کامل با معیارهای مدنظر پژوهش کنار گذاشته شدند. در نهایت تعداد ۱۴ مقاله باقی‌مانده وارد روند تحلیل شدند.

در بررسی اولیه در جستجوگر Google Scholar ۲۱۲۰۰۰ مقاله یافته شد. با اعمال محدودیت بازه زمانی همسان با مرورگر قبلی، تعداد مقالات به ۹۱۰۰ تقلیل یافت و بعد از اعمال محدودیت برای مقالات دارای متن کامل و سپس بررسی عنوان و چکیده مقالات و حذف موارد تکراری و غیر مرتبط با موضوع پژوهش، در نهایت تعداد، به ۵۷ مقاله تقلیل یافت. بعد از مطالعه و بررسی متن کامل مقاله‌ها، ۲۱ مقاله که به موضوع پرسش‌های پژوهش حاضر مرتبط بود، برای بررسی بیشتر برگزیده شد.

در پایگاه مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی ۶۶۲۷ مقاله در جستجوی کلیدواژه‌ها نمایان شد. با اعمال بازه زمانی مشابه مرورگرهای قبلی تعداد ۴۱۴۰ مقاله باقی ماند و همچنین با اعمال محدودیت برای این که متن کامل مقالات در اختیار باشد همچنین پس از بررسی عنوان و چکیده و حذف موارد غیر مرتبط و تکراری تعداد مقالات برای ورود به روند تحلیل، به ۸ مقاله رسید. به این ترتیب در پایان دور اول بررسی، تعداد ۴۳ مقاله جهت

تلخیص و ترکیب در این پژوهش برگزیده شدند و ابتدا با تکنیک کدگذاری انتسابی با توجه به اطلاعات مربوط به سال انتشار، تخصصی بودن نشریات، سؤال تحقیق، ارجاعات نظری، روش و یافته‌های کلیدی دسته‌بندی شدند. سپس مقالات با شیوه کدگذاری کل‌نگرانه بررسی شدند. «شیوه کدگذاری از نوع انتسابی شیوه‌ای معمول در مطالعات کیفی است به ویژه مطالعاتی که داده‌های آنها بسیار متنوع و گوناگون هستند. به بیان دیگر کدگذاری انتسابی شیوه‌ای برای نشانه‌گذاری اطلاعات پایه‌ای است» (استراوس و کوربین، ۲۰۱۴). در تکنیک کدگذاری کل‌نگرانه به جای کدگذاری خط به خط داده‌های به‌دست‌آمده یک کد واحد به مجموع داده‌های به‌دست‌آمده (Johnny, 2021: 95).

جدول ۱- مراحل اجرای تحقیق با رویکرد نظام‌مند، راهبرد فرا تلخیص

مرحله ۱	سؤال پژوهش	۱: دیدگاه‌ها نسبت به سالمندی موفق در کشورهای منطقه خاورمیانه چگونه است؟ ۲: چه اشتراکاتی درباره مؤلفه‌های سالمندی موفق در خاورمیانه وجود دارد؟
مرحله ۲	مرورگرهای علمی جستجو	PubMed, Google Scholar, SID
مرحله ۳	راهبرد جستجو	PubMed: Successful aging, Middle East, Iran, Jordan, Kuwait, Turkey, Egypt, Saudi Arabia, Oman, Qatar, Syria, Lebanon, Iraq, Bahrain, Yemen, United Arab Emirates Google Scholar: Successful aging, Middle East SID: سالمندی موفق، خاورمیانه.
مرحله ۴	معیارهای انتخاب مطالعات	واردکردن کلیدواژه‌ها در مرورگرها و سپس محدودیت‌های: دسترسی آزاد به متن کامل مقالات مقالات منتشر شده بازه زمانی ۲۰۱۵ تا ۲۰۲۳
مرحله ۵	روش‌شناسی مطالعات منتخب	روش کیفی، کمی و ترکیبی
مرحله ۶	نحوه مرور و بررسی	تقسیم‌بندی بر اساس مرورگرها، تقسیم‌بندی بر اساس سال

انتشار، روش پژوهش مقاله و کشور مورد مطالعه، مرور کامل متن کامل ۴۳ مقاله. مرور مجدد متن با تمرکز بر روی یافته‌ها و نتیجه‌گیری‌ها، تلخیص و کدگذاری کل‌نگر داده‌ها		
یافته‌های پژوهش تلخیص، ترکیب و تفسیر شدند. نتیجه نهایی در قسمت یافته‌های پژوهش گزارش شد.	ترکیب یافته‌ها	مرحله ۷

برای یافتن مطالب مورد نظر از روش خواندن موجی شکل استفاده شد به این صورت که پژوهشگر پس از مطالعه چند منبع، برداشت‌های نظری خود را یادداشت و درباره آنها تأمل می‌کند و سپس به خواندن بقیه مقالات و مرور مجدد مفاهیم و مقولات و یادداشت‌های نظری خود می‌پردازد. جدول شماره ۲ مشخصات برخی از اسناد مورد بررسی پژوهش مربوط به ۶ سال اخیر را نشان می‌دهد.

جدول ۲- تعدادی از اسناد بررسی شده در پژوهش

روش تحقیق	عنوان پژوهش	سال	نویسندگان
کمی	سالمندی موفق در ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده و سرزندگی ذهنی در سالمندان مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایران در سال ۱۳۹۹	۱۴۰۰	محمدی، باستانی و حسینی
کمی	بررسی ارتباط سرمایه اجتماعی و سالمندی موفق در جامعه سالمندان	۱۳۹۹	علی‌پور و همکاران
کیفی	شاخص‌های سلامت روان سالمندی در فرهنگ ایرانی	۱۳۹۷	رحیمی، احمدی، اصغر نژاد فرید
ترکیبی	فرهنگ احترام و سالمندی موفق؛ زمینه‌ساز سبک زندگی مشارکت محور برای سالمندان	۱۳۹۶	آهی‌اندی و رزاقی
کمی	ارتباط بین سالمندی موفق و سلامت معنوی سالمندان شهر تهران	۱۳۹۵	گلی و همکاران
کمی	Gratitude and Life Satisfaction among Older Adults in Saudi Arabia: Social	2023	El Keshky et al

روش تحقیق	عنوان پژوهش	سال	نویسندگان
	Support and Enjoyment of Life as Mediators		
کمی	The Relationship between Successful Older Aging and Health Literacy in Adults	2023	Firat Kilic et al
مروری	Successful Aging of Societies	2023	Rowe
مروری	and successful ,Immunosensor, aging aging	2022	wang
مروری	Physical activity as a determinant of review successful aging: a narrative article	2022	Szychowska & Drygas
مروری	Healthy aging conceptualizations in Saudi Arabia: a systematic review	2022	Altamimi
مروری	Aging in the Middle East and North Africa: Demographic and health trends	2021	Abyad
کمی	Successful Aging Among a Sample of Iranian Older Adults	2020	Zangari & Momtaz
کمی	The Relationship Between Spiritual Health and Successful Aging	2020	Yousefi
مروری	The concept of Successful aging: a review article	2020	Estebarsari et al
کمی	healthy lifestyle predict Can a successful aging among Iranian older adults?	2020	Shafiee et al
مروری	What Does “Successful Aging” Mean to You? Systematic Review and Cross-Lay Cultural Comparison of Perspectives of Older Adults in 13 Countries, 2010–2020	2020	Reich et al
مروری	Successful Aging and Frailty: A Systematic Review	2018	Rolfson
کیفی	Predictors of successful aging among academic emeritus	2018	El-Mottelb

یافته‌ها

در خاورمیانه، سالمندی موفق اغلب به معنی داشتن سلامت جسمی و روانی، پذیرش خود، داشتن زندگی سرشار از معنویت، امنیت اقتصادی و هزینه‌های درمانی مناسب، روابط خانوادگی قوی، فعالیت‌های ورزشی و تغذیه سالم و احترام از سوی خانواده و دیگران دریافت شده است. یافته‌های حاصل از این پژوهش نشان می‌دهد در کشورهای خاورمیانه، به‌طور کلی ۶ مقوله اصلی شامل ویژگی‌های فردی، معنوی، اقتصادی، سبک زندگی و روابط اجتماعی و مسائل فرهنگی و ۲۲ مقوله جزئی را می‌توان به عنوان شاخص‌های سالمندی موفق و مؤلفه‌های مرتبط با آن به شرح زیر دسته‌بندی نمود. هریک از مقولات، تحت تأثیر عوامل مختلفی قرار می‌گیرد که در ذیل هر مقوله به آنها اشاره شده است.

جدول شماره ۳ خلاصه‌ای از شاخص‌های سازنده مرتبط با سالمندی موفق را نشان می‌دهد. توضیحات مبسوط‌تر درباره هریک از مقولات در پی جدول آمده است.

جدول ۳- شاخص‌های مرتبط با سالمندی موفق

ردیف	شاخص‌های اصلی	مؤلفه‌ها	عوامل مرتبط	عوامل مداخله‌گر
۱	فردی	سلامت جسمانی، بیماری‌ها، خود مراقبتی، پذیرش، سلامت روانی، مثبت اندیشی و عزت نفس	توانایی راه رفتن، نشستن و برخاستن، توان جسمی و شناختی، عدم وجود بیماری‌های عفونی، مزمن و زمینه‌ای، سلامت رفتاری پذیرفتن کاستی‌های و شفقت نسبت به خود	جنسیت، ژنتیک و وراثت، رخداد‌های دوران جوانی و نوجوانی
۲	معنویت	اعتقاد به دین و ایمان قوی، پایبندی به انجام فرائض دینی	ادراک دینی، مراقبه، راز و نیاز با خدا، خواندن نماز، شرکت در نماز جماعت، حضور در مراسم مذهبی	خداباوری و اعتقاد به زندگی پس از مرگ
۳	اقتصاد	امنیت اقتصادی، بیمه، حمایت‌های مالی، تأمین هزینه سلامت و درمان	داشتن منابع مالی، درآمد کافی، ذخیره مالی و پس‌انداز، پشتیبانی مالی خانواده و فرزندان، تخصیص حمایت‌های دولتی، پوشش بیمه درمانی	
۴	سبک زندگی	فعالیت‌های ورزشی،	محدودیت‌های عملکرد بدنی،	

	تغذیه، اوقات فراغت، تدخین	استقلال در فعالیت‌های روزانه، رژیم غذایی و مواد غذایی سالم، انجام فعالیت‌های دلخواه (مطالعه مراقبه، فعالیت هنری...) توان استفاده از فناوری‌های نو (رایانه، تلفن همراه و...) عدم استفاده از سیگار و سایر دخانیات	
۵	روابط اجتماعی	تعاملات خانوادگی، مشارکت اجتماعی، ارتباطات، حمایت اجتماعی ادراک شده	رابطه مؤثر با اعضای خانواده و دوستان، حضور در کنار خانواده، دیدار با فرزندان، انجام فعالیت اجتماعی، درک احترام اجتماعی
۶	فرهنگ	بهره‌مندی از منزلت اجتماعی، سیاست‌گذاری‌های فرهنگی، کلیشه‌های فرهنگی منفی، ادراک تجلیل و قدردانی	واگذاری موقعیت‌های اجتماعی مناسب، برنامه‌های حمایتی فرهنگی، بهره‌مندی از خدمات عمومی، بهره‌گیری از مراقبین آموزش‌دیده، قضاوت شدن از سوی مردم، سالمندی به عنوان یک داغ اجتماعی

مقولات فردی

۱) سلامت جسمانی

سلامت جسمانی به عنوان یکی از شاخص‌های مهم سالمندی موفق در اکثر جوامع گزارش می‌شود (3: kilic, et al, 2023). این شاخص از سوی سالمندان ایرانی نیز به عنوان ویژگی مهم سالمندی موفق معرفی شده است (رحیمی، احمدی، اصغرنژاد فرید، ۱۳۹۸). در مطالعه که توسط (Anton, et all, 2015) انجام شده است به عوامل مختلفی از جمله سرعت راه رفتن سالمند و نشستن و برخاستن او برای سنجش سلامت جسمی توجه می‌کنند. همچنین سالمندی موفق جلوگیری از دست دادن توان جسمی و شناختی عملکرد را شامل می‌شود که تمام این‌ها از مزایای فعالیت‌های بدنی است که باعث بهبود سلامت

جسمانی می‌شود و شانس پیری موفقیت‌آمیز و سالم را بیشتر می‌کند (Szychowska & Drygas, 2022). جنسیت عامل مهمی در گذران سالمندی به شکل موفق است و با توجه به یافته‌های به‌دست آمده در خاورمیانه مردان شانس بیشتری را در گذران سالمندی به صورت موفق نسبت به زنان دارند (El-Mottelb, et al, 2015: 151).

۲) بیماری‌ها:

مقابله و آگاهی‌سازی جهت پیشگیری از بیماری‌های واگیر مانند HIV، مالاریا و سل که در نهایت بار عفونی زیادی برای فرد به همراه دارد یکی از چالش‌های عدم دستیابی به سالمندی موفق از سوی سالمندان کشورهای شمال آفریقا و کشورهای منطقه خاورمیانه گزارش شده است (Abyad, 2021: 121). نداشتن بیماری زمینه‌ای و بیماری‌های مزمن مانند درد اسکلت عضلانی، دیابت و فشارخون از سوی سالمندان مصری عامل مهمی در رابطه با سالمندی موفق بیان شده است (El-Mottelb, et al, 2018: 150). محققان دیگر نیز دریافته‌اند که افراد سالمند حتی با وجود بیماری‌های مزمن و ناتوانی جنسی می‌توانند سالمندی موفق‌تری پشت سر بگذارند، زیرا سالمندی موفق یک مفهوم چند عاملی و چندوجهی است و با توجه به عوامل دیگر می‌توان آن را تا حدود زیادی مرتفع ساخت. (Escota, 2018: 59).

طبق نتایج پژوهش (Borras, et al, 2020) سلول‌های هر فرد نیز می‌تواند در عملکرد جسمانی سالمندان تأثیرگذار باشد. ژنتیک نیز به عنوان یکی از عوامل تأثیرگذار در طول عمر بهینه و موفق، می‌تواند بر سالمندی تأثیرگذار باشد (Marks, 2018: 7). همچنین پژوهشی در یکی از بیمارستان‌های شهر امان^۱ در کشور اردن نشان داده که وراثت به عنوان یکی از عوامل مهم سلامت جسمانی و سالمندی موفق است (Altamimi, 2016: 602).

۳) سلامت روانی:

سلامت روانی که از طریق آن سالمندان احساس رضایت بیشتری از زندگی دارند، با سالمندی موفق در ارتباط است. احتمال پریشانی روانی و احساس ناامیدی و نگرش منفی نسبت به سال‌های پایانی زندگی از عواملی هستند که می‌توانند بر روی سالمندی موفق تأثیر بگذارد (Yousefi, et al, 2020: 250). سلامتی، سلامت رفتاری، پیشرفت خواهی، کمال‌گرایی و مدیریت خود، می‌توانند مؤلفه‌های مرتبط با سلامت روان محسوب شوند (رحیمی، احمدی و اصغرنازاد فرید، ۱۳۹۸: ۷۱). طبق پژوهشی دیگر که توسط (Szychowska & Drygas, 2022) انجام شده است، سلامت روان می‌تواند به عنوان یکی از شاخص‌های مهم سالمندی موفق در نظر گرفته شود، همچنین مشاهده می‌شود که برخی از محققان در مطالعات خود این مورد را در دسته‌بندی‌های زیرمجموعه سلامت جسمانی قرار داده‌اند. یکی از موارد مهم مرتبط با سلامت روان افزایش فعالیت‌های بدنی است، سلامتی جسمانی و روانی تأثیر متقابل بر هم دارند و هردو منجر به گذران سالمندی موفق برای سالمندان می‌شود.

۴) خود مراقبتی روانی:

خود مراقبتی روانی در مواجهه با مسائل تلخ در دوران سالمندی بر سالمندی موفق سالمندان تأثیرگذار است. اگر سالمندان با خواست خود از فشارهای روانی دوری نکنند آسیب می‌بینند و این امر می‌تواند به عدم موفقیت در سالمندی منجر شود (Estesari, et al, 2019: 6).

۵) مثبت اندیشی و عزت نفس:

اکثر سالمندان در مناطق مختلف خاورمیانه تأکید فراوانی بر مثبت اندیشیدن داشتند و معتقد بودند این مهم می‌تواند سالمندی موفق را تحت تأثیر قرار دهد. از بین مناطق مختلف خاورمیانه، تنها سالمندان لبنانی به عامل معنویت بیش از مثبت اندیشیدن توجه نشان داده‌اند (Reich, et al, 2020: 8). پژوهش‌های دیگری نیز به نگرش مثبت و مثبت اندیشی و

خوش‌بینی توجه کرده‌اند و تأثیر آن بر سالمندی موفق را مهم ارزیابی کرده‌اند (Carver & Buchanan, 2016: 1625). یافته‌های پژوهش امانی، (۱۳۹۵) نشان می‌دهد، زنان سالمند ایرانی که از عزت‌نفس بالایی برخوردار هستند ارزش بالاتری برای خویش قائل‌اند و به‌طور بالقوه ذهن گشوده، مثبت‌اندیش، خوش‌بین و ارتباطات بهتری دارند، در دوران سالمندی احساس موفقیت بیشتری را اظهار می‌کنند.

۶) پذیرش:

سالمندی موفق از هیچ‌الگوی خاص و جهان‌شمولی پیروی نمی‌کند. پذیرش مسئله بسیار مهمی است که به سالمندان در بهزیستی هر چه بیشتر کمک می‌کند. پذیرش کاستی‌ها و شکست‌ها می‌تواند عامل تأثیرگذاری در حوزه سالمندی موفق باشد و مفید عمل کند. همچنین رخ‌داده‌ای تلخ در دوره نوجوانی و جوانی می‌تواند در سالمندی تأثیرگذار باشد و بر موفقیت و عدم آن در این دوره نقش قابل‌توجهی ایفا کند (Estebarsari, et al, 2019: 6). نگرش مثبت نسبت به سالمندی، شفقت نسبت به خود و پذیرش خود به عنوان یک فرد سالمند از موارد مهمی است که سالمندان ترک به آن توجه نشان داده‌اند و همچنین این موارد را از علل تأثیرگذار بر سالمندی موفق دانسته‌اند. (Kunuroglu & Yuzbasi, 2021).

معنویت

۱) اعتقاد به دین:

اهمیت دین در ادراکات سالمندان در ساختار فرهنگی خاورمیانه بسیار زیاد است (Altamimi, 2016: 607). سالمندی موفق بین اشخاص معتقد به یکی از ادیان با آنهایی که اعتقادی به دین ندارند متفاوت است. خدا‌باوری، شرکت در مراسم‌های مذهبی و پرداختن به امور معنوی از جمله مراقبه، راز و نیاز با خدا یا درون‌پویی باعث ایجاد احساس

بهتری در سالمندان و از جمله موارد تأثیرگذار در سالمندی موفق است (Steples, 2015). سلامت معنوی در میان سالمندان ایرانی اهمیتی بسیار دارد (Zanjari & Momtaz, 2020: 68). گلی و همکاران (۱۳۹۵) وجود گرایش‌های مذهبی و معنوی در افراد را با سالمندی موفق معنادار یافته‌اند. سالمندان ایرانی موفق، گرایش مذهبی و معنوی بیشتری نسبت به سالمندان دیگر داشته‌اند. نتایج پژوهشی دیگر نیز بیان می‌دارد که سالمندان موفق به‌طور معنی‌داری گرایش بیشتری به مذهب و معنویت نشان داده‌اند (رحیمی، احمدی و اصغر نژاد فرید، ۱۳۹۸: ۷۲). در پژوهش (Yousefi, et al, 2020) نیز اشاره می‌شود که هرچه سلامت معنوی در بین سالمندان بیشتر باشد سالمندی موفق نیز بیشتر است. در بین سالمندان کشورهای مختلف خاورمیانه سالمندان لبنانی بیش از سالمندان دیگر کشورها به معنویت برای رسیدن به سالمندی موفق تأکید داشته‌اند (Reich, et al, 2020: 7). داشتن ایمان قوی نسبت به خداوند و دنیای آخرت از موارد تأثیرگذار در حوزه سالمندی موفق از طرف سالمندان عربستانی بیان شده است (Karlin, 2016: 3). سالمندانی که به زندگی پس از مرگ اعتقاد داشته‌اند دارای سالمندی موفق‌تری بوده‌اند زیرا زندگی را بدون هدف، پوچ و توخالی نمی‌دانستند (Yousefi, et al, 2020: 250).

۲) پابندی به انجام فرایض دینی

انجام فرایض دینی از جمله نماز خواندن، روزه گرفتن، شرکت در نماز جمعه و حضور در مراسم‌های مذهبی از جمله موارد گزارش شده از سوی سالمندان عربستانی از عوامل مرتبط با سالمندی موفق بوده است (Karlin, 2016: 2). یافته‌های (Staples, 2015) نیز ارتباط با خداوند و شرکت در مراسم‌های مذهبی را جزو موارد مرتبط با سالمندی موفق می‌داند.

اقتصاد

۱) امنیت اقتصادی، پس‌انداز:

داشتن منابع کافی مالی و پس‌انداز از عوامل مهم در سالمندی موفق است (Zanjari

69: 2020, Momtaz, &). در مطالعه‌ای در عربستان سعودی نیز داشتن منابع اقتصادی شخصی و همچنین پس‌انداز اقتصادی دو مورد از مهم‌ترین موارد تأثیرگذار در سالمندی موفق بیان شده است. همچنین سالمندان عربستانی که از پس‌انداز کافی اقتصادی برخوردار بوده‌اند احساس بهزیستی بیشتری را گزارش کرده‌اند (Al Tamimi, 2016). محمدی، حسینی و باستانی (۱۴۰۰) نیز دریافتند که بین وضعیت اقتصادی سالمندان و سرزندگی و هیجانات مثبت رابطه معنی‌داری وجود دارد و در نهایت یک عامل تأثیرگذار در حوزه سالمندی موفق است.

۲) تأمین هزینه‌های درمانی:

هزینه‌های اقتصادی بالای دسترسی به متخصصان بهداشت و درمان یکی از چالش‌های عمده و مهم عدم دستیابی به سالمندی موفق در بین سالمندان منطقه خاورمیانه بیان شده است (Chemali, et al, 2018: 4). وضعیت بد اقتصادی و دسترسی کم به مراقبت‌های بهداشتی در میان زنان سالمند ایرانی از جمله مهم‌ترین علل در عدم دستیابی به سالمندی موفق بیان شده است (Pashaki, et al, 2015: 5). مطالعه دیگری بیان می‌کند بالا بودن هزینه‌های اقتصادی برای دستیابی به خدمات بهداشتی نوین و نوآورانه یکی از چالش‌های عدم دستیابی به سالمندی موفق است (Younesi & Kisa, 2020: 25) فقدان دسترسی آسان به جلسات مشاوره و هزینه بالای آن از موارد مهم و تأثیرگذار در عدم دسترسی به سالمندی موفق از سوی سالمندان مصری بیان شده است (El-Mottelb, et al, 2018: 152). در پژوهشی که توسط علی‌پور و همکاران (۱۳۹۹) انجام شده رابطه معنی‌داری بین مشکلات اقتصادی با سالمندی موفق گزارش شده است. هزینه‌های بالای درمانی به اشکال مختلف می‌توانند بر روی سالمندی موفق تأثیر بگذارند.

۳) شغل، درآمد و بیمه:

داشتن شغل با درآمد کافی و مناسب و همچنین داشتن بیمه از موارد تأثیرگذار از طرف سالمندان ایرانی گزارش است (Shafiee, et al, 2020: 5). در مطالعه علی‌پور و

همکاران (۱۳۹۹) برای سالمندانی که در بخش دولتی شاغل بودند سالمندی موفق‌تری گزارش شده است. اگرچه در پژوهش گلی و همکاران (۱۳۹۵) سالمندی موفق بین افراد خانه‌دار و بیکاران نیز گزارش شده است.

۴) حمایت‌های مالی دولتی:

نقش دولت در حمایت‌های مالی از سالمندان نیز از موارد گزارش شده برای سالمندی موفق در خاورمیانه است. یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد، سالمندان مورد مطالعه در این منطقه معتقدند که حمایت‌های مالی دولتی می‌تواند در سالمندی موفق بسیار تأثیرگذار باشد (Abyad, 2021: 120).

سبک زندگی

۱) فعالیت‌های ورزشی:

بسیاری از مشکلات سالمندان به دلیل انتخاب سبک زندگی نامناسب در این دوره است (Estebarsari, et al, 2019: 7). محدودیت‌های عملکرد بدنی یکی از موانع سالمندی موفق است (Rolfson, 2018: 8). تحرک لازم در طول شبانه‌روز و ورزش کردن یکی از مواردی است که با سالمندی موفق در ارتباط است. به طوری که سالمندانی که به صورت مداوم ورزش را دنبال می‌کنند از خود سالمندی موفق‌تری را نیز گزارش کرده‌اند (آهی‌اندی و رزاقی، ۱۳۹۶: ۷۷). استقلال در فعالیت‌های روزانه برای سالمندان از جمله خرید بیرون از منزل، طبخ غذا، خانه‌داری، توانایی شستن لباس‌ها و نظایر آن، از موارد مهم سالمندی موفق در بین سالمندان مصری گزارش شده است (El-Mottelb, et al, 2018: 153).

۲) تغذیه:

رعایت اصول تغذیه‌ای صحیح و سالم از سوی آهی‌اندی و رزاقی (۱۳۹۶) با سالمندی موفق در بین سالمندان ایرانی مهم بیان شده است. همچنین مطالعه‌ای که توسط

(El-Mottelb et al, 2018: 153) در مصر انجام گرفته نیز رژیم غذایی سالم را به عنوان یکی از موارد مهم در گذران موفق سالمندی اعلام کرده است.

(۳) اوقات فراغت:

ایجاد شرایط انجام فعالیت‌های دلخواه سالمندان در گذران سالمندی به صورت موفق بسیار مؤثر است. فعالیت‌های مثل نقاشی، آواز، مراقبه، مطالعه کتاب و... (Staples, 2015). پیگیری این علایق و انجام کارهایی که پس از آن در سالمندان احساس بهتری ایجاد می‌شود عوامل مهمی است که در کشورهای خاورمیانه به آن توجه شده است. از نگاه سالمندان لبنانی پرداختن به این موارد از مهم‌ترین عوامل در حوزه سالمندی موفق بیان شده است (Reich, et al, 2020: 5). در پژوهش دیگری که توسط (Rolfson, 2018: 7) انجام شده توانایی استفاده از تلفن همراه و فرستادن پیامک از طریق آن در حوزه سالمندی موفق تأثیرگذار شناخته شده است. هرچه سالمندان امکان گذران اوقات فراغت بهتر و متنوع‌تری داشته باشند احتمال دسترسی آنها به سالمندی موفق نیز بیشتر می‌شود. سپری کردن اوقات فراغت مناسب در میزان رضایت‌مندی از زندگی نیز تأثیرگذار است و سالمندانی که به این مهم دست‌یافته‌اند رضایت‌مندی بیشتری از زندگی خود گزارش کرده‌اند (El Keshky, Khusaifan & Kong, 2023).

(۴) استعمال دخانیات:

عدم استعمال دخانیات یکی از موارد مهم سبک زندگی است که با سالمندی موفق در رابطه است به طوری که عدم استفاده سالمندان از دخانیات مهم و اثر آن مثبت بیان شده است (آهی‌اندی و رزاقی، ۱۳۹۶). در مطالعه‌ای که در قطر انجام شده عدم استفاده از سیگار و ترک آن یکی از موارد بسیار مهم در زیست سالم سالمندان ارزیابی شده است. سالمندان قطری غیر سیگاری و یا افرادی که مصرف دخانیات را ترک کرده بودند دوران سالمندی خود را بهتر و سالم‌تر توصیف کرده‌اند (Al'Dahshan, 2023).

روابط اجتماعی

(۱) تعاملات خانوادگی:

انسان موجودی اجتماعی است و زمان فراوانی از زندگی خود را در اجتماع و با دوستان و آشنایان خود می‌گذراند. کشورهای منطقه خاورمیانه در مراحل انتقال جمعیتی خود قرار دارند و نیاز روزافزون سالمندان به مراقبت‌های خانگی یکی از چالش‌های است که سالمندان این منطقه با آن دسته و پنجه نرم می‌کنند (Chemali, et al, 2018: 4). تعاملات خانوادگی جزو برجسته‌ترین مسائل زندگی یک سالمند خاورمیانه‌ای است. همچنین شرایط و محیط خانوادگی سالم‌حاضر اهمیت است به طوری که سالمند در شرایط خانوادگی مناسب احساس بهتری خواهد داشت این مسئله در احساس موفقیت پیران از سالمندی خود بسیار مؤثر است (رحیمی، احمدی و اصغرنژاد فرید، ۱۳۹۸: ۷۲). از نظر سالمندان عربستانی، تنهایی یک تراژدی برای سالمند است و جزو ویژگی‌های منفی سالمندی محسوب می‌شود (Karlin, 2016: 7).

مطالعاتی که در کشور ترکیه (kilic, et al, 2023) و ایران (علی‌پور و همکاران، ۱۳۹۹)، (رحیمی، احمدی و اصغرنژاد فرید، ۱۳۹۸) به صورت مستقل از هم انجام شده، نقش خانواده و حضور سالمند در کنار خانواده برای سالمندان ترک و ایرانی مهم گزارش شده است. یافته‌های پژوهش محمدی، باستانی و حسینی، (۱۴۰۰) یکی از ملاک‌های حمایت اجتماعی از نظر سالمندان ایرانی را حضور در کنار خانواده نشان می‌دهد. اغلب سالمندان اعلام کرده‌اند که خانواده اصلی‌ترین منبع حمایت اجتماعی است. عشق‌ورزی همسر و محبت دیگر اعضای خانواده احساس بهتری در سالمند ایجاد می‌کند (Staples, 2015). ارتباط بیشتر سالمندان با کودکان و نوادگان نیز عامل مؤثری در سالمندی موفق گزارش شده است. مطالعه (Rolfson, 2018: 7) بیان می‌کند که کودکان باعث ایجاد خوشنودی در بین سالمندان می‌شوند.

۲) مشارکت اجتماعی، ارتباطات:

انجام فعالیت‌های تجاری، اجتماعی و سیاسی (Pashaki, et al, 2015: 4) و داشتن دوست صمیمی و ارتباطات گسترده (Staples, 2015) زندگی پویاتری را برای سالمندان فراهم می‌سازد و در نهایت از شاخص‌های سالمندی موفق محسوب می‌شود. در پژوهش (Reich, et al, 2020: 4) نیز مشارکت اجتماعی بین سالمندان خاورمیانه از شاخص‌های سالمندی موفق شناسایی شده و اکثر سالمندان در این مطالعه نیز ارتباط مؤثر با خانواده و دوستان را از مهم‌ترین عوامل سالمندی موفق دانسته‌اند.

۳) حمایت اجتماعی ادراک شده

در مطالعه (علی‌پور و همکاران، ۱۳۹۹) و (Shafiee, et al, 2020) سالمندانی، که با همسر خود زندگی می‌کرده‌اند سالمندی موفق‌تری را از خود گزارش داده‌اند. طبق مطالعه (Zanjari & Momtaz, 2020: 68) افراد مجرد میزان موفقیت کمتری را در سالمندی خود حس کرده‌اند. به نظر می‌رسد تأهل یکی از عواملی است که به ساده‌ترین شکل ممکن در برقراری ارتباط و درک حمایت اجتماعی تأثیر می‌گذارد و از این رو به شکل معناداری با سالمندی موفق در رابطه بیان شده است. طبق مطالعات علی‌پور و همکاران، (۱۳۹۹) همچنین با توجه به نتایج پژوهش شفيعی (۲۰۲۰) تحصیلات نیز رابطه معناداری با سالمندی موفق دارد و از علل تأثیرگذار بر آن شناسایی شده است، در یافته‌های مطالعه محمدی، باستانی و حسینی، (۱۴۰۰)، نیز تأکید شده است تحصیلات بیش‌ترین تأثیر را بر حمایت اجتماعی ادراک شده در بین سالمندان دارد به طوری که حمایت اجتماعی ادراک شده در سالمندانی که تحصیلات دانشگاهی دارند به شکل معنی‌داری از سالمندانی که بی‌سواد، زیر دیپلم و دیپلم بوده‌اند بیشتر است.

فرهنگ

۱) احترام و منزلت:

احترام و منزلت اجتماعی از مهم‌ترین شاخص‌های مرتبط با کیفیت زندگی سالمندان

است. سالمندانی که مورد احترام خانواده و اجتماع بودند سالمندی خود را موفقیت‌آمیزتر گزارش کرده بودند. این احترام می‌تواند به اشکال متفاوتی به سالمندان نشان داده شود. برای مثال کمک کردن به آنها و یا سپردن موقعیت‌های اجتماعی به سالمندان می‌تواند پاره‌ای از این موارد باشد (آهی‌اندی و رزاقی، ۱۳۹۶: ۷۹). ریش سفید بودن و داشتن احترام نزد دیگران و به خصوص جوانان از جمله از مواردی است که سالمندان عربستانی به آن تأکید کرده‌اند. آنان همچنین بیان کرده‌اند از نصیحت و توصیه کردن به نوجوانان و جوانان احساس خوش‌آیندی پیدا می‌کنند (Karlin, 2016: 7).

۲) سیاست‌گذاری‌های فرهنگی:

اهمیت فرهنگ در اندیشه سالمندان در ساختار اجتماعی خاورمیانه عربی بسیار مهم است. سالمندان در خاورمیانه نقش دولت‌ها را در برنامه‌ریزی‌ها و سیاست‌گذاری‌های فرهنگی بسیار مهم و تأثیرگذار می‌دانند. به بیان دیگر آن‌ها معتقدند دولت‌ها با برنامه‌ریزی درست و اصولی می‌توانند در بهزیستی سالمندان و گذران سالمندی آن‌ها به صورت موفق نقش پررنگی داشته باشد (Altamimi, 2016: 607). برای مثال فراهم آوردن امکاناتی مخصوص سالمندان در ماکان‌های عمومی (آهی‌اندی و رزاقی، ۱۳۹۶: ۸۶) از جمله اقدامات دولت‌ها در برنامه‌ریزی‌های مخصوص سالمندان می‌تواند باشد. توجه به مسائل فرهنگی از جمله مواردی است که هنگام طراحی و برنامه‌ریزی سیاست‌های کلی مربوط به سالمندان بسیار مهم است (pashaki, et al, 2015: 4) حتی سازوکارهای استفاده شده توسط مراقبین که از نظر سالمندان بسیار مهم جلوه می‌کند باید متناسب با فرهنگ و با پیروی از اصول سیاست‌گذاری‌های فرهنگی باشد که مهم‌ترین متولی آموزش و سیاست‌گذاری‌های فرهنگی نیز در حوزه کاری مراقبین و پرستارهای سالمندان از دیدگاه بسیاری از سالمندان خاورمیانه‌ای دولت‌ها هستند (Chemali, et al, 2018).

۳) کلیشه‌های فرهنگی منفی

کلیشه‌های فرهنگی منفی و باورهای غلط در مورد سالمندان می‌تواند مشارکت و

فعالیت آنها را محدود کند. اکثر سالمندان بیان داشته‌اند به دلایل مختلفی نظیر قضاوت شدن توسط دیگران و خوردن انگ اجتماعی از سوی آنها نمی‌توانند در جامعه آن طوری که خود مناسب می‌دانند ظاهر شود. آنها اظهار داشته‌اند که به دلیل افزایش سن مردم انتظار دارند آنها فعالیت‌های روزانه خود را محدودتر کنند. (4: pashaki, et al, 2015). انتظار جامعه از سالمند به عنوان یک فرد پویا و فعال و پرهیز از قضاوت آنها با کلیشه‌های فرهنگی منفی می‌تواند منجر به پویایی سالمندان و در نهایت مولد بودن یک جامعه شود. این مهم می‌تواند سالمندان را به سوی گذراندن سالمندی به شکل موفق رهنمون سازد (Rowe, 2015: 7).

۴) درک از تجلیل و قدردانی:

یافته‌های پژوهش (El keshky; Khusaifan & Kong, 2023) نشان می‌دهد، قدردانی با رضایت از زندگی مرتبط است. سالمندانی که توسط خانواده و به ویژه توسط جامعه مورد تشویق و قدردانی قرار گرفته‌اند، رضایت از زندگی بیشتری از آنها گزارش شده است. این مورد در فرهنگ‌های مختلف به شکل‌های مختلفی انجام می‌شود و عوامل متفاوتی دال بر تجلیل و قدردانی توسط سالمندان درک می‌شوند به عنوان مثال دریافت کمک از دیگران بین سالمندان عربستانی ارزشمند و بیانگر ارزش‌های نوع دوستانه و نوعی تجلیل از آنها تلقی می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به این که رشد روزافزون جمعیت سالمند مطالعات اجتماعی در این حوزه را ضروری می‌نماید، هدف مطالعه حاضر کمک به شناخت راهکارهای مناسب برای مواجهه با مقوله سالمندی است و سعی نموده، شاخص‌ها، عوامل و مؤلفه‌های مشترک مرتبط با سالمندی موفق را بر اساس نتایج پژوهش‌های پیشین احصا و جمع‌بندی نماید. بر این اساس و با توجه به شباهت‌های فرهنگی و اجتماعی در منطقه خاورمیانه، پژوهش‌های معطوف به

این منطقه مورد واکاوی قرار گرفته و سعی شده تا با بررسی و تلخیص پژوهش‌های انجام شده در حوزه سالمندی، پاسخ سؤالات پژوهش در این خصوص که: در خاورمیانه دیدگاه‌ها نسبت به سالمندی موفق چیست و مؤلفه‌های مشترک سالمندی موفق و عوامل مرتبط با آن کدام‌اند مشخص شود.

یافته‌ها نشان می‌دهد پژوهش در حوزه سالمندی به ویژه در منطقه خاورمیانه، موضوعی نسبتاً جدید است و بسته به رویکرد و رشته‌های مختلف علمی نتایج و دیدگاه‌های مختلف و متمایزی در آن وجود دارد. یافته‌ها همچنین نشان می‌دهد اغلب پژوهش‌های انجام‌یافته پیشین بسته به هدف اصلی خود بسیار متنوع و غالباً تک‌عاملی هستند و یا فقط به بررسی چند عامل خاص توجه کرده‌اند.

یافته‌های حاضر مبتنی بر نتایج تحقیقات مرتبط با سالمندی موفق در ده سال گذشته است و دسته‌بندی انجام شده برای نمایان ساختن شاخص‌های سالمندی موفق و عوامل مرتبط با آنها (جدول شماره ۳)، با جستجوی مقولات مرتبط، از خلال متن، نظریه‌های مرتبط، یافته‌ها و نتیجه‌گیری‌های به‌عمل‌آمده، امکان ارزیابی، نقد و بررسی بیشتر در خصوص شاخص‌ها و عوامل مرتبط با موضوع را فراهم آورده است. یافته‌های پژوهش حاضر علاوه بر عوامل اصلی مرتبط با سالمندی موفق، نشان می‌دهد عوامل مداخله‌گری نیز وجود دارند که می‌توانند بر نحوه ارتباط عوامل اصلی بر سالمندی موفق تأثیر بگذارند. یافته‌ها نشان می‌دهد سالمندی موفق متغیری نیست که بتوان آن را به صورت تک‌عاملی و یا صرفاً با بررسی عوامل فردی بررسی کرد. همچنین می‌توان تصریح کرد تأثیر هم‌زمان چند عامل در بطن شاخص‌های معرفی شده، سالمندی موفق را معنی می‌کنند. اما باید تأکید کرد که عوامل مداخله‌گری چون جنسیت، وراثت، تأهل، تحصیلات می‌توانند بسترهایی را ایجاد کنند که تأثیر هریک از عوامل مرتبط با سالمندی موفق را تشدید کنند و یا در بعضی موارد آن‌ها را کاهش دهند. به‌طورکلی می‌توان گفت سالمندی موفق به معنی داشتن تعادلی سالم و هوشمندانه بین شاخص‌های فردی جسمی و روانی، مذهبی، اقتصادی، اجتماعی، سبک زندگی و مقولات فرهنگی است.

بر اساس یافته‌ها به نظر می‌رسد بتوان ارتباط مقولات اصلی و فرعی مرتبط با سالمندی موفق را به صورت شکل شماره ۱ جمع‌بندی و خلاصه کرد:



شکل ۱- مقولات مستخرج شده مرتبط با سالمندی موفق در خاورمیانه

می‌توان مشاهده کرد باوجود آنکه تأثیر وراثت و ژنتیک مشهود است ولی شواهد زیادی وجود دارد که نشان می‌دهد پیری بدنی فقط تحت تأثیر ژن‌ها نیست بلکه عناصر مربوط به شیوه زندگی و محیط اجتماعی که افراد در آن زندگی می‌کنند نیز تأثیری قوی بر پیری دارند. محیط اجتماعی که سالمند در آن زندگی می‌کند نه تنها با ایجاد موانع مادی و فیزیکی بلکه از طریق هنجارهای اجتماعی نیز بر گذران دوران سالمندی تأثیر می‌گذارد. اوضاع محیط اجتماعی، در کنار اوضاع مالی، حمایت و پشتیبانی‌های اجتماعی بر تسلط فرد و ارتباط او با محیط اطرافش مؤثر است و مطالعات انجام‌یافته در مناطق مختلف

خاورمیانه این نظریه را حمایت می‌کند. یافته‌های این قسمت از پژوهش با نتایج و یافته‌های اکبرزاده آرانی و همکاران (۱۴۰۰)، آهی‌اندی و رزاقی (۱۳۹۶)، کارلین (۲۰۱۶)، سیبای و همکاران (۲۰۱۸) و مارتینسون و بریج (۲۰۱۵) همسو است. تمامی پژوهش‌های ذکر شده به‌نوعی به تأثیر محیط اجتماعی و جامعه با سالمندی اشاره دارند. یافته‌های این بخش را می‌توان با نظریه قطع ارتباط سالمند و نیز نظریه رهایی از قید که به تأثیر رابطه متقابل محیط اجتماعی با سالمندان تأکید دارد تبیین نمود.

بدیهی است که به علت تغییرات جسمی ناشی از افزایش سن، افراد نمی‌توانند همانند دوران قبل از سالمندی به فعالیت‌های خود ادامه دهند، کمک به آنها برای تطابق با شرایط جدید و درعین حال رشد و شکوفایی با استفاده از فرصت‌ها و شرایطی که می‌تواند دوران سالمندی را به یک تجربه مطلوب برای آنها تبدیل کند ازجمله رویکردهایی است که باید در تعاملات با افراد سالمند مدنظر قرار گیرد. در زمینه شاخص‌های فردی، توجه به سلامت جسمی از طریق ایجاد تغییر در سبک زندگی به‌عنوان مثال انجام فعالیت‌های ورزشی متناسب، برای مقابله با ناتوانی‌های جسمی، پرهیز از استعمال دخانیات در کنار توجه به خود مراقبتی در ابعاد جسمی و روانی به پذیرش وضعیت جدید و بهبود دوران سالمندی کمک می‌کند.

پژوهشگران، اجتماعی در پژوهش‌های خود، ترکیب‌های گوناگونی از شاخص‌ها و مقولات مختلف را به عنوان نشانه‌های سالمندی موفق بررسی کرده‌اند و به این نتیجه رسیده‌اند که مطابق با نظریه‌های جامعه‌شناختی، سالمندی موفق تقلید جوانی نیست بلکه کنش فعال در جریان زندگی در دوران سالمندی است. در کنار سلامت جسمی و کنش‌هایی که به کاهش بیماری‌های منجر به ناتوانی جسمی کمک کند، سالمندی موفق محصول استمرار فعالیت در جامعه است و با مهارت‌های برانگیزاننده تعامل اجتماعی و مقابله با کاهش کنش‌های بدنی، ذهنی در ارتباط است.

یافته‌ها و نتایج پژوهش‌های رحیمی، احمدی و اصغرنژاد فرید (۱۳۹۸)، کاسکو و همکاران (۲۰۱۴)، آنتوان و همکاران (۲۰۱۵) و فیرات کلیچ و همکاران (۲۰۲۳) در تأیید

این بخش از یافته‌های پژوهش حاضر قابل ملاحظه‌اند. نظریه فعالیت نیز همان‌طور که در بخش ادبیات نظری مطرح شده به این مورد اشاره دارد. فرد با وارد شدن در دوران سالمندی به محض آنکه فعالیت‌های گذشته خود را رها می‌کند باید فعالیت‌های جدید و متناسب با شرایط نوین زندگی خود را آغاز نماید. این فعالیت‌ها ممکن است طیف وسیعی را شامل شود. خواه یک فعالیت جسمی ساده باشد یا یک کنش اجتماعی پیچیده، اگر این جایگزینی فعالیت به درستی صورت نپذیرد می‌تواند چالش‌هایی را برای فرد سالمند به وجود می‌آورد که او را از داشتن سالمندی موفق دور می‌سازد.

برقراری ارتباط با خانواده و دوستان که منجر به ادراک و برخورداری از حمایت اجتماعی و خانوادگی برای افراد می‌شود، مشارکت داشتن در فعالیت‌های مرتبط با محیط اجتماعی، که می‌تواند از راه اوقات فراغت برنامه‌ریزی شده باشد، هم به ارتقا این شاخص‌ها و هم به افزایش مثبت اندیشی و عزت‌نفس افراد می‌انجامد که به عنوان شاخص‌های سالمندی موفق مطرح شده‌اند.

دیدگاه‌های اجتماعی در حوزه سالمندی در پی یافتن همکاری و حمایت اجتماعی است به طوری که محروم‌ترین افراد نیز بتوانند در زندگی خودشان قدرت یابند. از این رو بخش زیادی از رویکردها معطوف به توانمندسازی افراد از خلال فرایندهایی است که از طریق نهادها و سازمان‌های اجتماعی مرتبط با زندگی آنها رخ می‌دهد. یافته‌های این پژوهش نیز نشان می‌دهد، بخش مهمی از شاخص‌های مرتبط با سالمندی موفق، مربوط به مقولات اقتصادی و فرهنگی است که ارتباط مستقیمی با عملکرد سازمان‌ها و نهادهای اجتماعی دارد. برای ارتقا مساوات و عدالت اجتماعی مهم است که بهبود این شاخص‌ها از طریق اقتصاد برنامه‌ریزی شده و تأمین اجتماعی مدنظر قرار گیرد.

شایان ذکر است این پژوهش تنها مقالات پژوهشی که به زبان فارسی و انگلیسی منتشر شده است را در برمی‌گیرد و یافته‌های پژوهشی به زبان‌های دیگر از جمله عربی و ترکی مورد بررسی قرار نگرفته‌اند. پژوهش حاضر سعی نموده، شاخص‌ها و عوامل مرتبط با سالمندی موفق را بر اساس نتایج پژوهش‌های پیشین خلاصه و جمع‌بندی نماید تا این نتایج بتواند به شناخت

راهکارهای مناسب برای حل چالش‌های موجود در این حوزه کمک کند. بخشی از این راهکارها مربوط به مداخلاتی است که در حیطه مددکاری اجتماعی می‌تواند صورت گیرد، از این رو پیشنهادهاى زیر در حوزه مددکاری اجتماعی مطرح شده است.

پیشنهادهاى پژوهش

به نظر مى‌رسد آگاه‌سازی سالمندان از شرایط جسمی و تأثیر وراثت بر آنها از طریق برنامه‌های آموزشی یا کتابچه‌های خودآموز، می‌تواند به آنها کمک کند وضعیت جسمی خود را بهتر کنترل کنند و در انجام فعالیت‌های فیزیکی، ورزشی و تغذیه توصیه شده برای حفظ سلامت خود، همکاری و پشتکار بیشتری داشته باشند.

با توجه به اهمیت تعاملات اجتماعی در بهبود و ارتقا سالمندی موفق، پیشنهاد می‌شود به افزایش فرصت و تسهیل مشارکت اجتماعی سالمندان توجه شود. ایجاد نهادهای مدنی و سمن‌هایی که سالمندان بتوانند در آن به فعالیت‌های اجتماعی متناسب با شرایط خود بپردازند از جمله راهکارهای قابل توجه در این زمینه است.

پیشنهاد می‌شود در محلات کانون‌هایی زیر نظر شهرداری‌ها و با هماهنگی سازمان بهزیستی و با استفاده از مددکاران اجتماعی برای فراهم کردن برنامه‌های تفریحی، ورزشی، آموزشی جذاب برای سالمندان ایجاد شود این کانون‌ها هم به گذراندن اوقات فراغت، هم به افزایش مشارکت اجتماعی و ارتباطات و هم به برخورداری از احساس تجلیل و قدردانی از آنها کمک می‌کند.

تعارض منافع

این پژوهش تعارض منافع ندارد.

سپاسگزاری

از کسانی که ما را در انجام این پژوهش یاری کرده اند ، سپاسگزاریم.

ORCID

Ali Pilvari



<https://orcid.org/0009-0004-9695-7954>

Fattaneh Hajilou



<https://orcid.org/0000-0002-5169-4749>

منابع

- ابوالحسنی، فرشته و باستانی، فریده. (۱۳۹۷)، «سالمندی موفق در بعد رضایت از زندگی و درک از سالمندی در سالمندان مراجعه کننده به مرکز بهداشت غرب تهران»، نشریه پرستاری ایران، سال بیست و نهم شماره ۱۱۶: ۶۱-۷۴.
- استراوس، انسلم و کرین، جولیت. (۱۳۹۵)، مبانی پژوهش کیفی: فنون و مراحل تولید نظریه زمینه ای، ترجمه: بهرام افشار، جلد دوم، تهران: نشر نی، چاپ پنجم.
- افرا، هادی؛ اسلامی، رضا و ایار، علی. (۱۳۹۹)، «سالمندی موفق بر اساس رویکردهای سرمایه اقتصادی و فرهنگی (مورد مطالعه: معلمان بازنشسته ۶۰ سال بالاتر شهر تبریز)»، برنامه ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، سال دوازدهم شماره ۴۵: ۱۹۳-۲۲۰.
- امانی، رزیتا. (۱۳۹۵)، «شادکامی در دوران سالمندی: نقش عزت نفس»، روانشناسی پیری، سال اول، شماره ۱: ۷۳-۸۰.
- آهی اندی، محسن و رزاقی، محمد. (۱۳۹۶)، «فرهنگ احترام و سالمندی موفق؛ زمینه ساز سبک زندگی مشارکت-محور برای سالمندان»، نامه هنرهای تجسمی و کاربردی، سال دهم، شماره ۱۹: ۷۵-۹۱.
- آگیلار وفایی، ماریا؛ شاهی، حسن و بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۴)، «پیش بینی سالمندی موفق بر اساس راهبردهای مدیریت زندگی»، روانشناسی پیری، سال اول، شماره ۲: ۵۷-۷۱.
- رحیمی، علی اکبر؛ احمدی، خدابخش و اصغر نژاد فرید، علی اصغر. (۱۳۹۸)، «شاخص های سلامت روان سالمندی در فرهنگ ایرانی»، فصلنامه فرهنگی تربیتی زنان و خانواده، سال سیزدهم، شماره ۴۶: ۶۹-۹۳.
- زنجری، نسیم و صادقی، رسول. (۱۳۹۹)، شاخص دیده بان سالمندی در ایران ۱۳۹۵، تهران: نشر موسسه راهبری بازنشستگی صبا، چاپ اول.

- زنجری، نسیم؛ بهرامی، گیتی؛ نوری کوچی، مهسا و علی اکبرزاده آرانی، زهرا. (۱۴۰۰)، «عوامل مرتبط با کیفیت زندگی سالمندان در خاورمیانه: یک مطالعه مرور نظام‌مند»، *آموزش و سلامت جامعه*، سال هشتم، شماره ۲: ۱۴۳-۱۵۸.
- شفعتی معصومه و زاهدی، محمدجواد. (۱۴۰۱)، «فرا تلخیص راهبردهای بقای مزارع خانوادگی»، *فصلنامه پژوهش‌های روستایی*، سال سیزدهم، شماره ۲: ۱۹۰-۲۰۸.
- علی پور، محبوبه؛ صالح‌آبادی، رها؛ اکرمی، رحیم و گنج‌لو، جواد. (۱۳۹۹)، «بررسی ارتباط سرمایه اجتماعی و سالمندی موفق در جامعه سالمندان»، *مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار*، سال هفدهم، دوره بیست و هفتم، شماره ۴: ۵۱۴-۵۴۷.
- فرهادی، اکرم؛ فروغان، مهشید؛ محمدی، فرحناز؛ رسولی، مریم؛ صادق مقدم، لیلا و نظری، شیم. (۱۳۹۵)، «مفهوم ارزیابی مراقبت در مراقبان خانوادگی سالمندان»، *مجله سالمندی ایران*، سال یازدهم، شماره ۱: ۸-۱۹.
- گلی، میترا؛ باقرمداح، سادات؛ دالوندی، اصغر؛ حسینی، محمدعلی؛ رهگذر، مهدی و موسوی ارفع، نازیلا. (۱۳۹۵)، «ارتباط بین سالمندی موفق و سلامت معنوی سالمندان شهر تهران»، *نشریه روان پرستاری*، سال چهارم، شماره ۵: ۱۶-۲۱.
- محمدی، فریبا؛ باستانی، فریده و حسینی، راضیه السادات. (۱۴۰۰)، «سالمندی موفق در ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده و سرزندگی ذهنی در سالمندان مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایران در سال ۱۳۹۹»، *نشریه پرستاری ایران*، سال سی و چهارم، شماره ۱۳۱: ۵۵-۶۹.

- Abd El-Mottelb, Basma S., Mo'Awad, Ebtesam Mo., & El-Din, (2018). Predictors of successful aging among academic emeritus. *Egyptian Nursing Journal*, 15(2), 144.
- Abyad, Abdulrazak. (2021). Aging in the Middle-East and North Africa: Demographic and health trends. *International Journal on Ageing in Developing Countries*, 6(2), 112-128.
- Al'Dahshan, Ayman., Al Muraikhi, Hissa., Musa, Sarah., Joudeh, Anwar., Al Baker, Wadha., Selim, Nagah., & Bougmiza, Iheb. (2023). Prevalence and predictors of smoking cessation among smokers receiving smoking cessation intervention in primary care in Qatar: a 6-month follow-up study. *Frontiers in Public Health*, 11, 1166016.

- Altamimi, Tahani. (2016). Healthy aging conceptualizations in Saudi Arabia: a systematic review. *International Journal of Medical Science and Public Health*, 5(4), 601-09.
- Anton, Stephen D., Woods, Adam J., Ashizawa, Tetso., Barb, Diana., Buford, Thomas W., Carter, C. S., ... & Pahor, M. (2015). Successful aging: advancing the science of physical independence in older adults. *Aging research reviews*, 24, 304-327.
- Benksim, Abdelhafid., Ait-Addi, Rachid., Khalloufi, Elhassania., Habibi, Aziz., Amine, Mohamed., & Cherkaoui, Mohamed. (2020). Chronic diseases, depressive symptoms and socio-economic characteristics among older adults in Morocco: a pilot study on gender differences. *Eur J Geriatr Gerontol*, 2(1), 18-23.
- Buehler, Lukas K., & Rashidi, Hooman H. (Eds.). (2005). *Bioinformatics Basics: Applications in Biological Science and Medicine* (2nd ed.). CRC Press.
- Burnham, Judy F. Scopus database: a review. *Biomed Digit Libr*. 2006 Mar 8; 3:1.
- Carver, Lisa F., & Buchanan, Diane. (2016). Successful aging: considering non-biomedical constructs. *Clinical interventions in aging*, 1623-1630.
- Chemali, Z., Chahine, L. M., & Sibai, A. M. (٢٠١٨). Older adult care in Lebanon: towards stronger and sustainable reforms. *EMHJ-Eastern Mediterranean Health Journal*, 14 (6), 1466-1476,
- Cosco, Theodore D., Prina, Matthew., Perales, Jaime., Stephan, CM Stephan., & Brayne, Carol. (2014). Operational definitions of successful aging: a systematic review. *International psychogeriatrics*, 26(3), 373-381.
- Depp, Colin A., & Jeste, Dilip V. (2006). Definitions and predictors of successful aging: a comprehensive review of larger quantitative studies. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 14(1), 6-20.
- El Keshky, Mogada El Sayed, Khusaifan, Shatha Jamil., & Kong, Feng. (2023). Gratitude and Life Satisfaction among Older Adults in Saudi Arabia: Social Support and Enjoyment of Life as Mediators. *Behavioral Sciences*, 13(7), 527.
- El Sahary, Maha. (2018). The Relationship between Kuwaiti's Attitude toward Aging and Their Healthy Lifestyle Behaviors. *Umm Al-Qura University Journal of Social Sciences*, 11(1).
- Escota, Jerome V., O'Halloran, Jane A., Powderly, William G., & Presti, Rachel M. (2018). Understanding mechanisms to promote successful aging in persons living with HIV. *International Journal of Infectious Diseases*, 66, 56-64.
- Estebsari, Fatemeh., Dastoorpoor, Maryam., Khalifehkandi, Zahra R., Nouri, Azadeh., Mostafaei, Davoud., Hosseini, Meimanat., ... & Aghababaeian, H. (2020). The concept of successful aging: a review article. *Current aging science*, 13(1), 4-10.
- Kılıç Fırat, Arifoğlu Hülya, Berna., & Kızılkaya, Nazmiye. (2023). The Relationship between Successful Aging and Health Literacy in Older Adults. *Perspectives in Psychiatric Care*, 2023

- Haugan, Gørill., Korukcu, Oznur., Kabukcuoglu, Kamile., Tufan, Ismail., & Helvik, A. S. (2023). Successful Aging in Turkey: *Psychometric properties of the Turkish adapted Successful Aging Scale*.
- Hussein, Shereen., & Ismail, Mohamed. (2017). Aging and elderly care in the Arab region: policy challenges and opportunities. *Ageing International*, 42, 274-289.
- Karlin, Nancy J., Weil, Joyce., & Felmban, Wejdan. (2016). Aging in Saudi Arabia: an exploratory study of contemporary older persons' views about daily life, health, and the experience of aging. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 2, 2333721415623911.
- Knodel, John., & Teerawichitchainan, Bussarawan. (2017). Aging in Myanmar. *The Gerontologist*, 57(4), 599-605.
- Kunuroglu, Filiz., & Vural Yuzbasi, D. (2021). Factors promoting successful aging in Turkish older adults: Self-compassion, psychological resilience, and attitudes towards aging. *Journal of Happiness Studies*, 1-16.
- Lawton, M. Powell. (1983) Environment and Other Determinants of Well-Being in Older People. *The Gerontologist*, 23, 349-357.
- Lee, Sharon Mengchee. (1986). Dimensions of aging in Singapore. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 1, 239-254.
- Marks, Ray. (2018). Successful aging and chronic steoarthritis. *Medicines*, 5(3), 105.
- Martinson, Marty, & Berridge, Clara. (2015). Successful aging and its discontents: A systematic review of the social gerontology literature. *The gerontologist*, 55(1), 58-69.
- Naja, Sarah., Makhlof, M. M. E. D., & Chehab, Mohamad Abdul Halim. H. (2017). An aging world of the 21st century: a literature review. *Int J Community Med Public Health*, 4(12), 4363-9.
- Pashaki, Nazila Javadi., Mohammadi, Farahnaz., Jafaraghaee, Fateme., & Mehrdad, Neda. (2015). Factors influencing the successful aging of Iranian old adult women. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 17(7).
- Reich, Afton J., Claunch, Kelsie D., Verdeja, Marco A., Dungan, Verdeja, Matthew., Anderson, S., Clayton, Colter Evan L., ... & Thacker, E. L. (2020). What does “successful aging” mean to you? —a systematic review and cross-cultural comparison of lay perspectives of older adults in 13 countries, 2010–2020. *Journal of cross-cultural gerontology*, 35, 455-478.
- Rolfson, Darryl. (2018). Successful aging and frailty: a systematic review. *Geriatrics*, 3(4), 79.
- Rowe, John W., & Kahn, Robert L. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 237,143–149.
- Rowe, John W. (2015). Successful aging of societies. *Daedalus*, 144(2), 5-12.
- Saldaña, Johnny. (2021). *The coding manual for qualitative researchers*. sage.
- Shafiee, Mohsen., Hazrati, Maryam., Motalebi, Seyedeh Ameneh., Gholamzade, S., Ghaem, H., & Ashari, A. (2020). Can a healthy lifestyle predict successful aging

- among Iranian older adults? *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*, 34(1), 958-964.
- Stone, A. A., Schwartz, J. E., Broderick, J. E., & Deaton, A. (2010). A snapshot of the age distribution of psychological well-being in the United States. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 107(22), 9985-9990.
 - zychowska, Agnieszka., & Drygas, Wojciech. (2022). Physical activity as a determinant of successful aging: a narrative review article. *Aging Clinical and Experimental Research*, 34(6), 1209-1214.
 - Troutman-Jordan, M., and Staples Julie. "Successful aging from the viewpoint of older adults." *Research and theory for nursing practice* 28.1 (2014): 87-104.
 - Unger, Jennifer B.; McAvay, Gail.; Bruce, Martha L.; Berkman, Lisa.; Seeman, T. (1999). Variation in the Impact of Social Network Characteristics on Physical Functioning in Elderly Persons; McArthur Studies of Successful Aging. *The Journals of Gerontology*. 54B (5). 245-251.
 - Urtamo, Annele., Huohvanainen, Emmi., Pitkälä, Kaisu H., & Strandberg, Timo E. (2019). Midlife predictors of active and healthy aging (AHA) among older businessmen. *Aging Clinical and Experimental Research*, 31, 225-231.
 - Williams, Claudine G., & Wirths, Richard A. (1965). *Lives through the years: styles of life and successful aging*. New York: Atherton Press.
 - Younis, Mustafa., Al-Hajeri, Maha., Celik, Yucuf., Kisa, Adnan., Richard, Patrick., & Parkash, Jai. (2015). Healthcare of the aging population of Kuwait. *Ageing International*, 40, 36-43.
 - Yousefi, Fatemeh, Mohammadi, Fatemeh, Motalebi, Seyedeh Ameneh & Pahlevan Sharif, Saeed. (2020). The Relationship Between Spiritual Health and Successful Aging. *IRANIAN JOURNAL OF AGEING*, 15(2), 246-257.
 - Zanjari, Nasibeh., & Momtaz, Yadollah A. (2020). Successful aging among a sample of Iranian older adults. *The Open Psychology Journal*, 13(1).

استناد به این مقاله: پیلوری، علی و حاجیلو، فتنه. (۱۴۰۲). فرا تلخیص مطالعات سالمندی موفق در خاورمیانه،

پژوهشنامه مددکاری اجتماعی، ۱۰ (۳۸)، ۴۵-۸۳



Social Work Research Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.