

## فهم تجارب فضای زیسته سالمندان با رویکرد پدیدارشناسی تفسیری

محمد عباسزاده<sup>۱</sup>، کمال کوهی<sup>۲</sup>، محمدمصطفی عبدی<sup>۳</sup> \*  
 \* نویسنده مسئول۱- استاد گروه علوم اجتماعی، دانشکده حقوق و علوم اجتماعی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. رایانامه: [m-abbaszadeh@tabrizu.ac.ir](mailto:m-abbaszadeh@tabrizu.ac.ir)۲- دانشیار گروه علوم اجتماعی، دانشکده حقوق و علوم اجتماعی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. رایانامه: [k.koochi2011@gmail.com](mailto:k.koochi2011@gmail.com)۳- نویسنده مسئول\*، دانش آموخته کارشناسی ارشد پژوهش اجتماعی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. رایانامه: [m.abdi6868@gmail.com](mailto:m.abdi6868@gmail.com)

چکیده	اطلاعات مقاله
<p><b>هدف پژوهش:</b> فضای زیسته سالمندان به عنوان فضای احساس شده‌ای از تجارب روانشناختی، جامعه‌شناختی و غیره است که به نوعی تأثیرگذار بر کنش‌های آتی آنان محسوب می‌شود، به همین خاطر هدف از تحقیق حاضر، شناسایی وضعیت فضای زیسته در بین سالمندان شهر تبریز بود.</p> <p><b>روش پژوهش:</b> روش تحقیق مورد استفاده در این پژوهش کیفی و از نوع پدیدارشناسی تفسیری بوده و به منظور جمع‌آوری داده‌ها، ابزار مصاحبه نیمه ساخت یافته با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند با تعداد نمونه ۱۵ نفر از سالمندان شهر تبریز و با لحاظ قاعده اشباع اجرا شده است. همچنین در احراز قابلیت اعتبار یافته‌های تحقیق حاصل از مصاحبه‌ها، تکنیک تثلیث، و نیز تکنیک کسب اطلاعات دقیق موازی و ارائه‌ی تحلیل‌های داده‌ای و نتایج آن به متخصصان مدنظر بوده است.</p> <p><b>یافته‌ها:</b> نتایج این تحقیق نشان داد ابعاد مختلف فردی، ساختاری، اجتماعی، مذهبی و روانشناختی همچون داشتن امید، احساس خوشبختی، احساس تنهایی و طرد شدگی و نیز نحوه رفتار با سالمندان بایستی به عنوان پیش نیازهای سالمندی مورد توجه قرار گیرند. بررسی‌ها نشان می‌دهد که ۴۰ درصد پاسخگویان متأثر از شرایط موجود بوده، اما سعی دارند زندگی در دوران سالمندی را با شادی و شغف سپری بکنند.</p> <p><b>نتیجه‌گیری:</b> سالمندی یکی از دوره‌های زندگی محسوب شده و هرکس به اقتضای زمان این دوره را تجربه خواهد کرد. اما واقعیت این است که بیشتر افراد توان سازگاری با تغییرات این دوره از زندگی را نداشته و نمیتوانند خود را با آن سازگار بکنند. ۹ مضمون اصلی احساس سالمند بودن، شرایط روحی سالمندان، احساس اندوه و ناراحتی، احساس خوشبختی، وضعیت خواب، احساس تنهایی، احساس موفقیت در زندگی، رفتار خانواده با سالمندان، رفتار مردم با سالمندان مهمترین مقولات اثر گذار در این زمینه اند</p>	<p><b>نوع مقاله:</b> پژوهشی</p> <p><b>تاریخچه مقاله:</b>  <b>دریافت:</b> ۱۴۰۰/۱۲/۱۲  <b>پذیرش:</b> ۱۴۰۱/۰۶/۲۵</p> <p><b>کلید واژه‌ها:</b>            فضای زیسته، سالمندی موفق، سالمندان شهر تبریز، احساس خوشبختی، پدیدارشناسی تفسیری</p>

استاد: عباسزاده، م. کوهی، ک. عبدی، م.م. (۱۴۰۴). فهم تجارب فضای زیسته سالمندان با رویکرد پدیدارشناسی تفسیری، *جامعه‌شناسی اقتصادی و توسعه*، ۱۴ (ویژه نامه)، ۵۸-۳۹.

تمامی حقوق انتشار این اثر، متعلق به نشریه جامعه‌شناسی اقتصادی و توسعه دانشگاه تبریز می‌باشد.

این مجله تابع سیاست دسترسی باز از نوع CC BY: 4 است.



[10.22034/JEDS.2021.45391.1513](https://doi.org/10.22034/JEDS.2021.45391.1513)

## مقدمه و بیان مسئله

سالمندی یکی از دوره‌های پر فراز و نشیب زندگی آدمی است و سالمندان در این دوران بنا به مقتضیات زندگی شرایطی متفاوت از آنچه که قبلاً بوده است را تجربه می‌کنند. موفقیت‌آمیز بودن دوران سالمندی بستگی به بحث و بررسی علل و شرایط موثر بر سالمندان و شناسایی راهکارهای موثر برای تغییر و بهینه‌سازی ماهیت این دوران می‌باشد (Estebarsari and et al., 2020: 5). یکی از موارد مورد نظر در دوران سالمندی بحث فضای زیسته سالمندان می‌باشد. فضایی که سالمندان در آن زندگی کرده و آن را تجربه می‌کنند. این فضا انعکاسی از مراحل قبلی زندگی آنان بوده و عوامل متفاوتی در چگونگی وقوع آن نقش دارند. به عبارتی، فضای زیسته یکی از مباحث مهم مطرح شده در طول دوره سالمندی است. منظور از تجارب فضای زیسته به نظر فورسوند<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۸)، فضایی است که در آن تعلق معنی‌داری، ایمنی، و استقلال وجود دارد. فیلسوف هلندی، ماکس ون مانن، نیز فضای زیسته را یکی از چهار ویژگی اگزستانسیال توصیف کرده و معتقد است می‌توانند تأملات در مورد نظام جهان زندگی افراد را هدایت کنند. این چهار ویژگی عبارتند از: بدن زیسته، دیگر افراد زیسته، زمان زیسته، و فضای زیسته. وی فضای زیسته را به عنوان فضای احساس شده و گروهی برای جستجو در مورد روش‌هایی مفهوم سازی کرد که در آن افراد ابعاد فضای تجارب روزمره‌شان را تجربه می‌کنند (Van Manen, 1997).

فضای زیسته سالمندان را می‌توان در قالب احساس شادی و نشاط، احساس اندوه و تنهایی، احساس خوشبختی و چگونگی رفتار خانواده و مردم با سالمندان و برخورداری از حمایت‌های اجتماعی تعبیر و تفسیر نمود. هر یک از مولفه‌های مذکور متاثر از یک سری علل و عوامل اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، محیطی و... می‌باشند که در تحقیقات انجام شده به تناسب موضوع بدان پرداخته شده است. در همین راستا، پور جعفر و همکاران (۱۳۸۹) به مطالعه‌ی "انگاره‌های محیطی مؤثر بر شکل‌گیری فضاهای عمومی مشوق سالمندی موفق با تأکید بر ترجیحات سالمندان شهر شیراز" پرداختند. این تحقیق با مطالعه بر روی سالمندان بالای ۶۵ سال شهر شیراز نشان می‌دهد که از نگاه سالمندان، عواملی همچون راه‌یابی و دسترسی به فضاهای عمومی، ایمنی و امنیت، مبلمان شهری مناسب و خوب طراحی شده، پویایی و جذابیت، هم‌آوایی با طبیعت از نظر پاکیزگی و عدم وجود آلودگی، رویدادهای فرهنگی، بوم‌گرایی و هماهنگی با محیط پیرامون، نظم، خاطره‌ی ذهنی در قالب طراحی فضای عمومی مطابق با آداب و رسوم محیط در میزان حضور و مشارکت سالمندان تأثیر دارند. مقصودی و همکاران (۱۳۹۴) نیز در تحقیق خود دریافتند که نمره کیفیت زندگی سالمندانی که از نظر مالی وابسته بودند، در تمامی ابعاد کیفیت زندگی بطور معنی‌داری کمتر از سالمندانی است که استقلال مالی داشتند.

درک افراد از پیری یا سالمندی در سطوح مختلف تشکیل‌دهنده این پدیده با توجه به نوع ارتباط با افراد در جامعه و تفاوت‌های فرهنگی بسیار متفاوت است. از سوی دیگر، برای آگاهی از وضعیت سلامتی، احساس خوب بودن، هویت شخصی و پیامدهای رفتار فرد در دوران میان‌سالی و سالمندی، شناخت تجربه و درک او از فضای سالمندی از اهمیت اساسی برخوردار است. همچنین از آنجایی که پدیده سالمندی از ساختار جغرافیایی، بهداشتی، اجتماعی و اقتصادی و تغییرات آنها تأثیر می‌پذیرد (صادق مقدم و همکاران، ۱۳۹۸: ۴۸۳)، بدیهی است شناخت فضای زیسته سالمندان، متناسب با بستر موجود از طریق تحقیق، عرصه جدیدی را در نحوه ارائه خدمات پیشگیرانه و مراقبت‌های بهداشتی اولیه برای سالمندان باز می‌کند. علاوه بر این، مطلوب بودن فضای بهینه برای سالمندان مانع بروز و ظهور پیامدهای روحی، اقتصادی، اجتماعی و... برای خانواده در سطح خرد و برای جامعه در سطح کلان خواهد بود و این ضرورت بررسی این مساله را نمایان می‌کند.

با توجه به لزوم شناخت پدیده سالمندی و فضای زیسته سالمندی، مرور تحقیقات و پژوهش‌های مرتبط با سالمندی موفق و انعکاس فضای زیسته حاکی از این است که این مساله در میان سالمندان شهر تبریز تا بحال مورد مطالعه و بررسی قرار نگرفته است. بنابراین، هدف پژوهش حاضر فهم تجارب سالمندان از فضای زیسته سالمندی است. درک تجارب

سالمندان از فضای زیسته سالمندی می‌تواند ادراک واقعی و عمیق‌تری از پدیده سالمندی، پیش‌نیازهای آن و مسائل و مشکلات و نیازهای سالمندان ارائه دهد. در این راستا، پژوهش حاضر درصدد پاسخگویی به این پرسش است که سالمندان فضای زیسته روزمره‌شان را چگونه تجربه و تفسیر می‌کنند؟

## مبانی نظری

نظریات مطرح شده در زمینه سالمندی از ابعاد مختلف فردی، اجتماعی، فرهنگی و روانشناختی به این مساله نگریده‌اند. یکی از قدیمی‌ترین نظریه‌های "پیری شناسی اجتماعی" در دهه ۱۹۴۰ نظریه نقش<sup>۱</sup> است. افراد در طول زندگی نقش‌های مختلفی را بر عهده می‌گیرند که اغلب این نقش‌ها متوالی و برخی نیز شبیه همدیگر هستند. نظریه "نقش" موقعیت سالمندان را برحسب سازگاری آنان با نقش‌های با ارزش اجتماعی تبیین می‌کند. بر این اساس، در جامعه‌ای که در آن کار ارزش اساسی دارد، بازنشستگی اغلب به معنای از دست دادن منزلت اجتماعی تلقی می‌شود. سازگاری موفقیت‌آمیز با بازنشستگی با بر عهده گرفتن نقش‌های جدید و کیفیت گذران اوقات فراغت وابسته بوده و بر نیاز به انعطاف و انطباق نقش تأکید دارد. در این میان زنان به خاطر اینکه نقش خانه‌داری در مورد آنها تغییر نمی‌کند، کمتر این بحران را تجربه می‌کنند. بازنشستگی با فقدان کارهای عادی همراه بوده و ممکن است زندگی را که فرد برای مدت حدود نیم قرن شکل داده باشد دچار خلاء بکند به طوری که پر کردن آن برای وی دشوار باشد (باولی بهمنی، ۱۳۹۵: ۱۷ و ۱۸).

واقعیتی که وجود دارد این است که در جوامع سنتی، معمولاً بازنشستگی افراد، با از کار افتادگی فیزیولوژیک آنان همزمان بوده و به همین دلیل سالمندان تا زمانی که توانایی جسمانی داشته باشند، می‌توانند کار کنند و خود را در تولید خانواده سهیم بدانند. از طرف دیگر، وجود خانواده‌های گسترده و پدرسالار در کنار ارزش‌هایی همانند سن و احترام می‌باشند. اما در جوامع مدرن، بازنشستگی قانونی، زودتر از بازنشستگی فیزیولوژیک رخ می‌دهد. در واقع، پس از بازنشستگی برای سالخوردگان کاری وجود ندارد و به دلیل بیکاری و کاهش درآمد، سالخوردگان خود دچار مشکلات اقتصادی می‌شوند. در این میان، هسته‌ای شدن خانواده‌ها در کنار بحران ارزش‌ها و شکاف نسل‌ها باعث می‌شود که افراد سالخورده بتدریج از فرایند زندگی خانواده و فعالیت‌های آن کنار گذاشته شوند (تقوی، ۱۳۷۹: ۳۸-۳۹). طبق نظریه کناره‌گیری، هنگام انتظار مرگ، بین سالخوردگان و جامعه، کناره‌گیری دوسویه روی می‌دهد. سالخوردگان سطح فعالیت خود را کاهش می‌دهند و کمتر تعامل می‌کنند و بیشتر دل مشغول زندگی درونی خود می‌شوند. در عین حال، جامعه سالخوردگان را از قید مسئولیت‌های شغلی و خانوادگی رها می‌سازد. نتیجه آن برای هر دو طرف مفید در نظر گرفته شده است. برای سالخوردگان یک زندگی توأم با آرامش تأمین می‌شود و وقتی که آنها کناره‌گیری کرده باشند، مرگ‌شان برای جامعه کمتر مخرب خواهد بود (برک، ۱۳۹۴).

اما واقعیت آن است که تغییر فعالیت‌های اجتماعی سالخوردگان به مراتب پیچیده‌تر از آن است که نظریه کناره‌گیری مطرح می‌کند. به عنوان مثال، سالخوردگان از تمام پیوندهای اجتماعی کناره‌گیری نمی‌کنند بلکه تنها تماس‌های ناخوشایند خود را محدود کرده و تماس‌های خوشایند را حفظ می‌کنند، حتی در مواردی، آنها به روابطی که چندان هم خوشایند نیستند، صرفاً به این دلیل که درگیر بمانند و از اجتماع کناره‌گیری نکنند، تن در می‌دهند. سالخوردگان به دلیل تجارب طولانی زندگی، مقام و قدرت بیشتری کسب می‌کنند، بدیهی است که آنها از جامعه کناره‌گیری نمی‌کنند! برخی افراد حتی بعد از بازنشستگی، جنبه‌های خاصی از کار خود را ادامه می‌دهند و افراد دیگر، نقش‌های اجتماعی تازه و پرتنری را در جامعه و اوقات فراغت، به وجود می‌آورند. در جوامع قبیله‌ای و روستایی، اغلب سالخوردگان جایگاه‌های مهمی در خانواده و جامعه به دست می‌آورند. در نتیجه وقتی که سالخوردگان کناره‌گیری می‌کنند آن را ترجیح نمی‌دهند، بلکه این ضعف جامعه است که نمی‌تواند فرصت‌هایی را برای درآمیختگی آنها تأمین کند. در واقع می‌توان گفت عقب‌نشینی سالخوردگان از تعامل، خیلی پیچیده‌تر از آن است که نظریه کناره‌گیری تصور می‌کند. سالخوردگان به جای کناره‌گیری از تمام پیوندهای اجتماعی،

تماس‌های ناخشنود کننده خود را قطع نموده و به تماس‌های خشنود کننده روی می‌آورند و آنها را حفظ می‌کنند. گاهی آن‌ها برای آمیخته ماندن به روابط نه چندان خشنود کننده نیز تن می‌دهند (سترستن و آنجل، ۱۳۹۴).

اریک اریکسون، روان‌شناس آلمانی، طی بررسی‌هایی که سالیانه بر روی روان افراد داشت نظریه‌ای ارائه داد که در آن رشد شخصیت فرد را از زمان تولد تا موقع مرگ، بررسی می‌کند. این نظریه که به نظریه "روانی-اجتماعی" معروف است، دارای ۸ مرحله است. او معتقد است فرد در زندگی‌اش در هر کدام از این ۸ مرحله دچار بحران می‌شود. مرحله هشتم و آخر این نظریه برای افراد ۶۵ سال به بالا است و بحرانی که او در این مراحل عنوان می‌کند بر بازتاب کارهای گذشته تمرکز دارد. «یکپارچگی در برابر پریشانی و رکود»، این عنوانی است که اریکسون به این مرحله از زندگی افراد سالمند می‌دهد. به صورت کلی، تعریف این مرحله این است: این مرحله مربوط به دوران کهن‌سالی است و بر بازتاب کارهای گذشته تمرکز دارد. در واقع، فرد نگاهی به گذشته‌اش می‌اندازد و ممکن است دچار یکی از حالت‌های سرخوردگی یا غرور شود. آن‌هایی که در این مرحله ناموفق هستند حس خواهند کرد که زندگی‌شان تباها شده است و بر گذشته افسوس خواهند خورد. در این حالت است که فرد با حس ناامیدی و ناخشنودی روبرو خواهد شد. برعکس، کسانی که از دستاوردهای گذشته خود در زندگی احساس غرور داشته باشند، حس یکپارچگی، درستی و بزرگ‌منشی خواهند کرد (لطف‌آبادی، ۱۳۶۶، ۷۲۷).

واقعیت این است که فردی که از بهداشت روانی برخوردار باشد به صورت عمده یکی از این دو حس را به صورت مطلق تجربه نمی‌کند. نه در سر طیف خشنودی می‌ایستد و نه در ناامیدی مطلق غرق می‌شود. بنابراین، با موفقیت پشت سر گذاشتن این مرحله یعنی؛ نگاه به گذشته با اندکی تأسف و احساس خوشنودی فراگیر. این افراد کسانی هستند که خردمندی به دست می‌آورند، حتی از رویارویی با مرگ هم چندان واهمه‌ای ندارند و با فکر کردن به مرگ دست‌وپایشان را گم نمی‌کنند. یکپارچگی‌ای که اریکسون در این نظریه از آن نام می‌برد، عبارت است از احساس خوشنودی و خرسندی درباره سازنده و باارزش بودن زندگی. اریکسون واژه «عروج خود» را برای این دوره به کار برده و ناامیدی را بحران این دوره می‌داند. اریکسون در نظریه خود اصطلاح "زاینده‌گی" را انتخاب کرد تا هر چیز ایجاد شده‌ای را که به دوام بیشتر خود کمک کند و تداوم و پیشرفت جامعه را تضمین نماید، در بر گیرد: فرزندان، دیدگاه‌ها، دستاوردها، و آثار هنری گرچه پدر - مادر وسیله مهمی برای تحقق بخشیدن به زاینده‌گی است، اما تنها وسیله نیست. بزرگسالان می‌توانند در روابط خانوادگی دیگر، به عنوان مشاور در محل کار، در اقدامات داوطلبانه، و از طریق شکل‌های متعدد بارآوری و خلاقیت نیز زاینده باشند. اریکسون معتقد بود که حل موفقیت‌آمیز صمیمیت در برابر انزوا، افراد را برای مرحله میانسالی که بر زاینده‌گی تمرکز دارد، آماده می‌کند. زاینده‌گی، اهمیت دادن به نسل بعدی و کمک کردن به بهبود جامعه است. اما همانگونه که قبلاً اشاره شد، مجموعه ثابتی از تکالیف که با سن ارتباط دارند. بسیاری از بزرگسالان را توصیف نمی‌کنند. بنابراین، امکان ایجاد فعالیت‌هایی در دوران سالمندی متناسب با توان آنها، ایجاد شغل‌هایی نظیر آموزش‌های کارگاهی یا رفتاری، قرار دادن در محیطی که ارتباط با کودکان وجود داشته باشد، قرار گرفتن در محیطی که طراحی آن بر عرصه‌های مختلف از عمومی تا خصوصی مبتنی باشد، اهمیت وجود فضاهای باز و امکان حضور در آنها با حق انتخاب و قابلیت شخصی‌سازی، می‌تواند مفید باشد. وجود فرصت‌هایی برای فعالیت‌های بشر دوستانه نظیر مراقبت و بازی با کودکان بی‌سرپرست، کمک به برگزاری کنسرت‌ها و نمایشگاه‌ها و غیره می‌تواند در سرای سالمندان، سازگار با روحیات سالمندان باشد. مرحله آخر رشد روانی-اجتماعی که اریکسون بیان می‌دارد، در ارتباط تنگاتنگ با دوره میانسالی است که یونگ بیان می‌کند، و در هر دو مورد اشاره به نگاه از بیرون به درون وجود دارد (شولتز و شولتز، ۱۳۹۲).

احساس انسجام بیانگر اعتقاد شخص به توانایی برای مقابله با شرایط مختلف است که حس استقلال و خودپیروی را افزایش می‌دهد و باعث ارتقای رفتارهای مربوط به تندرستی و بهبود عملکرد می‌شود. احساس انسجام سازهای است که جهت‌گیری کلی فرد و احساس اعتماد و پویایی مداوم و فراگیر را در زندگی و دنیای پیرامون وی نشان می‌دهد. احساس انسجام باعث می‌شود فرد تحریکات درونی و بیرونی دریافت شده را در زندگی سازمان یافته‌تر، قابل پیش‌بینی‌تر و توضیح

پذیرتر درک نماید. به بیان ساده‌تر، احساس انسجام به ادراک و احساسات یک فرد اشاره می‌کند که زندگی برای او قابل درک، کنترل‌پذیر و پرمعنی است. قابل درک بودن یک مؤلفه شناختی است و به این احساس فرد اشاره دارد که اطلاعات راجع به خود و محیط اجتماعی‌اش به صورت منظم و سازمان یافته قابل درک است. این مؤلفه، کنترل شناختی فرد را بر محیط نشان می‌دهد (Antonovsky, 1993).

این نظریه به دو دلیل مورد انتقاد قرار گرفته، یکی به دلیل ارزش زیاد قائل شدن برای بقای جامعه به قیمت ارزش و شان فرد، و دیگری به دلیل ترغیب کردن سالخوردگان به کناره‌گیری به جای درگیر ماندن در فعالیت‌های با ارزش و مناسب. از این رو ایجاد امکان‌هایی برای درگیر ماندن افراد سالمند در فعالیت‌ها به فراخور توان آنها، ایجاد امکان‌هایی برای پذیرش مسئولیت‌ها، اشتغال، آموزش، دوران سالمندی می‌تواند برای آنها مفید باشد. در مورد فضای زیسته سالمندان این باور وجود دارد که یکی از عوامل مؤثر بر مشارکت اجتماعی سالمندان داشتن منزل شخصی آنها می‌باشد که این مسئله از دو جنبه قابل بحث است؛ اول اینکه به نظر می‌رسد افرادی که دارای منزل شخصی هستند طبقه اجتماعی اقتصادی بالاتر و رفاه بیشتری دارند، دیدگاه مارگز نیز از محکمترین فرضیه‌های جامعه‌شناسی رابطه بین طبقه و میزان مشارکت می‌باشد که در بسیاری مطالعات مورد تأیید قرار گرفته است، کوین نیز معتقد است هر چه طبقه اجتماعی افراد بالاتر باشد مشارکت اجتماعی‌شان بیشتر می‌شود. دوم اینکه افرادی که منزل شخصی دارند معمولاً به دلیل اینکه مانند افراد مستأجر مجبور به جابجایی‌های مکرر و تغییر محل زندگی نیستند روابط بیشتری با همسایگان و افراد هم محله‌ای برقرار کرده و در نتیجه بیشتر در فعالیت‌های اجتماعی محله مشارکت می‌کنند (Shiba and et al., 2015).

از زمان آغاز پژوهش در مورد مولفه‌های سالمندی موفق، تحقیقات متعددی به بررسی این موضوع پرداخته‌اند (Ozsungur, 2019; Xiang & Yao, 2016). از جمله عوامل اثرگذار بر سالمندی موفق، توسعه ابزار برای سنجش سالمندی موفق است (Mount and et al., 2019). طبق تحقیقات، حفظ کارکرد فیزیکی و روانی خوب، و تداوم درگیری و مشارکت فعال در زندگی جز عوامل مؤثر بر سالمندی موفق محسوب می‌شوند (Ji & Park, 2018). تحقیقاتی مثل (کمیتة کاری ملی در مورد سالمندی، ۲۰۱۷) نشان می‌دهند که سالمندان در نواحی روستایی رضایت از زندگی پایین، احساس تنهایی ذهنی بیشتر و احساس خوشبختی کمتری نسبت به ساکنین شهرها دارند.

چا<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۹) معتقدند اگر فرصت‌های داوطلبانه بیشتری در دسترس بود و شانس‌های یادگیری در طول عمر برای سالمندانی فراهم می‌شد که فقدان نقش را پس از بازنشستگی تجربه می‌کنند، این عوامل می‌توانند به شکل‌گیری شبکه حمایت اجتماعی که انسجام اجتماعی را بالامی‌برد، کمک کند و اضطراب را کاهش دهد. همچنین سالمندان می‌توانند ضمن بهبود احتمال دستیابی به سالمندی موفق، به سلامت اجتماعی دست یابند که بخشی از بهزیستی کلی است (Seo, 2018). علاوه، سطح سواد بالاتر و وضعیت اقتصادی بهتر، احتمال دستیابی به سالمندی موفق را افزایش می‌دهد. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد وضعیت سلامت روانی بهتر دارای احتمال دستیابی به سالمندی موفق را افزایش می‌دهد (Jang, 2020; Jung & Jeong, 2016; Jeon & Han, 2019).

تحقیقاتی همچون تحقیق کیم و پارک<sup>۲</sup> (۲۰۱۸) گزارش کردند که آزمودنی‌هایی که با دوستان و همسایه‌ها بیشتر تماس دارند و دوستان نزدیک بیشتری دارند، شانس دستیابی به سالمندی موفق بیشتری دارند. بنابراین، معیارهایی برای تقویت حمایت اجتماعی به منظور اثرگذاری مثبت در زندگی سالمندان و تقویت تجربه سالمندی موفق لازم است (Bae, 2017). به نظر محققان، حمایت اجتماعی واسطه بین علائم حساسیت بین فردی و کیفیت زندگی محسوب می‌شود و می‌تواند سلامت سالمندان را بهبود بخشد (Wedgeworth, 2016). چونگ<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۶) نیز نتایج مشابهی ارائه کردند و یادآور شدند که در کشورهای در حال توسعه، حمایت اجتماعی همبستگی مثبتی با سلامت سالمندان دارد. تحقیقات دیگر تأثیر انواع خاص حمایت اجتماعی بر سلامت سالمندان را با استفاده از نمونه سالمندان شهری و روستایی بررسی کردند.

1. Cha

2. Kim & Park

3. Chung

حمایت اجتماعی شامل برخورداری از حقوق بازنشستگی، مراقبت از نوه‌ها و حمایت مالی از سوی فرزندان می‌شود (Du, 2017). حقوق بازنشستگی بالاتر می‌تواند ابهام سالمندان در مورد آینده را کاهش بدهد و به نحو مؤثری فقر و فشار زندگی را کم کرده و رضایت از زندگی را بهبود بخشد (San Sebastián, 2018). تائو<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۶) نیز معتقدند اثرات حمایت اجتماعی ممکن است بنا به جنسیت، سن، وضعیت اجتماعی-اقتصادی، موقعیت فرهنگی و بیماری متغیر باشند.

تحقیقات اخیر از جمله رایت-سنت کلر و همکاران (۲۰۱۷) به موضوع تنهایی در میان سالمندان پرداختند. آنها مطرح کردند که نرخ‌ها و سطوح گزارش شده تنهایی در بین افراد مختلف متفاوت است. تنهایی رابطه معناداری با انزوای اجتماعی، تنها زندگی کردن، خیالپردازی در مورد خودکشی، زن بودن و داشتن نقص بینایی دارد. همچنین یافته‌های درود<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۷) نشان داد که ۱۷/۹ درصد اغلب سالمندان احساس تنهایی می‌کنند و افسردگی و اضطراب مهمترین متغیر پیش‌بینی کننده آن بود.

وو<sup>۳</sup> (۲۰۲۰)؛ سیمارد و ولیسر<sup>۴</sup> (۲۰۲۰) و واندایک<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۲۰) اخیراً انزوای اجتماعی و تنهایی سالمندان را در بافت ویروس کرونا بررسی کرد. وو (۲۰۲۰) بر لزوم ترغیب و تقویت ارتباط اجتماعی مثل سیار کردن منابع از سوی اعضای خانواده، توسعه مداخلات نوآورانه مبتنی بر تکنولوژی به منظور بهبود احساس تنهایی سالمندان تأکید می‌کند.

جنگ (۲۰۲۰) عوامل مرتبط با سالمندی موفق را بر پایه مدل سیستم اکولوژیک در بین سالمندان بررسی کرد که به‌طور گروهی زندگی می‌کنند. وی با مطالعه ۱۰۰۷۴ نفر و با استفاده از مدل سالمندی موفق ارائه شده توسط رو و کاهن (نداشتن بیماری و ناتوانی مرتبط با بیماری، حفظ کارکرد فیزیکی و روانی خوب، و تداوم فعالیت و مشارکت فعال در زندگی) به این نتیجه رسید که فاکتورهای همبسته عبارتند از سن، جنسیت، سطح سواد، شرایط اقتصادی، مصرف الکل زیاد، شرایط سلامت روانی، وضعیت زندگی، رضایت از همسر، تناوب تماس با خانواده، خواهران و برادران و خویشاوندان در نظام خانواده، تناوب تماس با همسایه‌ها، تعداد همسایه‌ها و دوستان نزدیک و در دسترس بودن تسهیلات محله. این تحقیق بدان جهت اهمیت دارد که تأیید می‌کند ویژگی‌های فردی و سیستم‌های محیطی اطراف سالمندان باید برای سالمندی موفق در نظر گرفته شوند. مطالعات زیادی نشان دادند که سن، جنسیت و وضعیت تأهل فاکتورهای دموگرافیک اثرگذار بر سلامت سالمندان هستند (Qu, 2016; López-Cerdá, 2019).

برگ-وگر و مورلی<sup>۶</sup> (۲۰۲۰) در مقاله خود مبحث تنهایی در دوره سالمندی را بررسی کردند. آنها مطرح کردند که تنهایی و انزوای اجتماعی از نظر فیزیکی و هیجانی بر سالمندان تأثیر دارد. زندگی در نواحی روستایی و ترک شدن سالمندان پس از مهاجرت بقیه افراد خانواده، وضعیت کارکردی ضعیف به ویژه نقص‌های شناختی، درآمد و سواد کم، علل ذهنی از جمله بیماری، مرگ‌ها و فقدان دوستان، افسردگی، تنها زندگی کردن، کمتر درک شدن توسط دیگران جزء عوامل خطر برای داشتن احساس تنهایی محسوب می‌شوند. بای<sup>۷</sup> (۲۰۲۰) و ژو<sup>۸</sup> و همکاران (۲۰۱۶) با تأکید بر میزان افسردگی سالمندان روستایی، ضرورت توجه بیشتر به سلامت روانی سالمندان را خاطرنشان کردند.

کیم<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۱۶) نیز شرایط اجتماعی اقتصادی مثل درآمد و سواد را دارای تأثیر مثبت بر سلامت سالمندان می‌دانند. بای<sup>۱۰</sup> و همکاران (۲۰۲۰) تأثیر حمایت اجتماعی را بر سلامت سالمندان روستایی در چین مطالعه کرده و نتیجه

1. Tao
2. Drud
3. Wu
4. Simard & Volicer
5. van Dyck
6. Berg-Weger & Morley
7. Bai
8. Zhou
9. Kim
10. Bai

گرفتند که داشتن حقوق بازنشستگی، مراقبت از نوه‌ها، و برقراری ارتباط با فرزندان به وسیله تلفن به طور معناداری سلامت روانی سالمندان روستایی را بهبود می‌بخشد. زیائو و لی<sup>۱</sup> (۲۰۱۹) نیز بر تأثیر مثبت نگهداری از نوه‌ها تأکید کردند. تورنیر<sup>۲</sup> (۲۰۲۰) به مطالعه یادگیری و سازگاری در بین سالمندان پرداختند. آنها بر منافع حمایت محیطی برای سالمندان همچون تکنولوژی‌های یاری‌رسان و نیز تمایل سالمندان به ادامه یادگیری مطالب جدید تأکید می‌کنند. بر اساس یافته‌های صادقی فسایی و خادمی (۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان «روایت زنان سالمند از زندگی در دنیای مدرن»، زنان سالمند بر این باورند که تغییرات اجتماعی، روابط و مناسبات خانوادگی آنها را در هم ریخته و آنها را به لحاظ اجتماعی، کنار گذاشته است. پیچیدگی زندگی شهری باعث شده تا بسیاری از زنان سالمند، ادغام در فضاهای اجتماعی را مشکل و یا حتی غیر عملی ببینند و بیشتر خود را در فضای خانگی محصور سازند و بعضاً یک نوع سالمندی مرضی را تجربه می‌کنند که در قالب مفاهیمی چون حقارت، از دست دادن منزلت، باراضافی بودن و واماندگی بیان می‌شود. ایمان‌زاده و علیپور (۱۳۹۶) با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی به «واکاوی تجربیات زنان سالمند از احساس تنهایی» پرداخته‌اند. یافته‌های آنها نشان می‌دهد که «ناتوانی در خودمراقبتی»، «ازدواج و جدا شدن فرزندان»، «فوت شوهر» و «کاهش روابط اجتماعی» از مهمترین علل احساس تنهایی زنان سالمند هستند. صادق‌مقدم و همکاران (۱۳۹۸) نیز در مطالعه‌ای با عنوان «تجارب زیسته سالمندان از پیری: یک مطالعه پدیدارشناسی»، نشان دادند که براساس مضامین و زیرمضمون‌های استشمام بوی زوال (رنج ماندگار، سرایشی پیری)، غوطه‌وری در گرداب افکار (دغدغه‌های فکری، بازاندیشی گذشته)، عمیق شدن گرایش‌های معنوی (خداجویی و بخشش کردن)، آرزوی عاقبت به خیری (آرزوی مرگ با عزت، آرزوی نیک‌نامی)، وقار از دست رفته (داغ پیری، استقلال مخدوش شده و رانده شدن به حاشیه)، تعالی‌گرایی (رشدیافتگی و پذیرش واقعیت هستی و مرگ)، و حفظ داشته‌ها (مدیریت سلامت باقی‌مانده و محتاط‌تر شدن) مفهوم تجربه سالمندان از پیری تبیین شد.

## روش تحقیق

پژوهش حاضر به روش کیفی و با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی تفسیری انجام شده است. پدیدارشناسی از اولین لایه ادراک که «لایه حسی» نام دارد به دنبال «در راه انداختن» پژوهشگر است تا او را گام به گام به راه تفکر سوق دهد (پیراوی و نک، ۱۳۹۸: ۱۳۴). هدف اصلی روش پدیدارشناسی درک ساختار اصلی پدیده‌های تجربه‌شده انسانی و دستیابی به عمق مفهومی تجارب زیسته می‌باشد. همچنین، پدیدارشناسی تلاشی برای توصیف بدون نظریه پیشین درباره آن تجربیات می‌باشد. در واقع، روش‌های پدیدارشناسی در پی کشف ساختارهای هوشیاری در جریان تجارب انسانی است. یک مطالعه پدیدارشناسی به توصیف معنای تجربه‌های زنده افراد در مورد مفهوم یا پدیده معین می‌پردازد. هدف اصلی در روش تحقیق پدیدارشناسی، توصیف جامع پدیده تجربه شده برای دستیابی به درک ساختار ذاتی آن، تا ارائه مفهوم تفسیری از درک پدیده (بیش از توصیف آن) متغیر می‌باشد. جامعه آماری تحقیق حاضر شامل سالمندان شهر تبریز می‌باشد. نمونه با روش نمونه‌گیری هدفمند و متناسب با موضوع تحقیق انتخاب گردیدند. در انتخاب مشارکت‌کنندگان از افراد ناهمگن و با شرایط مختلف استفاده شد تا اصل حداکثر تنوع رعایت گردد. حجم نمونه آماری تحقیق تا رسیدن به اشباع نظری ادامه پیدا یافته و با ۱۵ نفر از سالمندان در مناطق مختلف شهر تبریز مصاحبه به عمل آمد.

در این تحقیق، از ابزار مصاحبه نیمه ساخت یافته استفاده گردید. پروتکل تهیه شده برای انجام مصاحبه‌ها بر اساس چارچوب نظری و تحقیقات تجربی جهت داده شده و از آنها برای ایجاد حساسیت موضوع استفاده گردید. سوالات مطرح شده در پروتکل مصاحبه به شرح زیر می‌باشند:

شناسایی وضعیت فضای زیسته پاسخگویان با سوالاتی همچون میزان نشاط و شادابی پاسخگویان، احساس خوشبختی در زندگی، احساس آنان از سالمندی، کیفیت زندگی و چگونگی رفتار مردم و خانواده با این افراد می‌باشد.

1. Xiao & Li

2. Tournier

هدف احتمالی تجزیه و تحلیل داده‌ها ارائه توصیف تحلیلی و جامع از پدیده‌ی در حال بررسی می‌باشد تا از این طریق تجربیات زنده و غنی مشارکت‌کنندگان را منعکس سازد. باید توجه داشت که روش پدیدارشناسی روشی انعطاف‌پذیر است و روشی تجویزی نیست و می‌توان از روش تحلیل موضوعی داده‌ها برای تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه پدیدارشناختی استفاده نمود. داده‌های بدست آمده از مصاحبه به روش پدیدارشناسی تفسیری مورد استفاده در این تحقیق که توسط کولیزی<sup>۱</sup> و جورجیو<sup>۲</sup> (۱۹۸۵) مطرح شد (نقل از مرادی پرندجانی و صادقی، ۱۳۹۳: ۶۷)، به صورت زیر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت: الف) در مرحله اول محقق پس از مصاحبه با مشارکت‌کنندگان تحقیق، به صحبت‌های آنان، نوارهای ضبط شده و دست‌نوشته‌های تهیه شده از مصاحبه‌های آنان گوش داده و تلاش گردید تا از مطالب بیان شده در روایت‌های آنان یک معنای کلی از کار بدست بیاید. الف) در ادامه محقق به بازخوانی مجدد متون پرداخته و تلاش شد تا عبارت‌ها و مقوله‌های مرتبط با هم شناسایی شوند. ب) مرحله بعد تعیین واحدهای تغییر تجربه و تدوین معانی بود که با استفاده از موضوعات و معانی واحدها و درک ماهیت تجارب مشارکت‌کنندگان بدست آمد. ج) واحدهای معانی از طریق ایجاد ارتباط سازنده با یکدیگر پیوند داده شدند. د) در این مرحله بر اساس واحدهای معنایی شناسایی شده تلاش شد تا مقولات اساسی مرتبط با هر بخش شناسایی گردد.

در این تحقیق برای احراز قابلیت اعتبار یافته‌های تحقیق حاصل از مصاحبه‌های انجام شده با سالمندان شهر تبریز نخست از تکنیک تثلیث استفاده شد. به طوری که از منابع تاییدگر، محققان و روشهای متعدد در طی فرآیند جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها استفاده شد تا اعتبار یافته‌ها افزایش یابد. همچنین در این تحقیق تلاش شد تا از تکنیک کسب اطلاعات دقیق موازی و ارائه‌ی تحلیل‌های داده‌ای و نتایج آن به متخصصان امر که این کار نیز می‌تواند به غنای قابلیت اعتبار بیانجامد، استفاده گردد. تکنیک دیگر به کار گرفته شده برای اعتباریابی داده‌های تحقیق استفاده از تکنیک کنترل اعضا از طریق ارائه‌ی تحلیل‌های داده‌ای و نتایج آن به پاسخگویان بود تا از واکنش‌های آنان در مرحله‌ی گزارش نوشته‌ها آگاهی حاصل آید. آخرین مرحله در فرآیند اعتباریابی خود بازبینی محقق در طی فرآیند جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها بود. نتایج حاصل از تکنیک‌های بکار گرفته شده کسب داده‌های با اعتبار بالا و فارغ از هرگونه سوگیری می‌باشد.

## یافته‌ها

### مشخصات توصیفی فعالیت‌های فیزیکی پاسخگویان

سازمان بهداشت جهانی، اولین شاخص سلامتی یک جامعه را میزان فعالیت بدنی و تحرک جسمانی در آن جامعه دانسته است. مطالعات انجام شده نشان می‌دهند که کم تحرکی در میان سالمندان موجب مشکلاتی همچون پوکی استخوان، چاقی، افسردگی، و مرگ ناگهانی ناشی از گرفتگی عروق قلبی، دیابت نوع دو و سرطان کولون می‌شود (نجاتی و همکاران، ۱۳۸۸: ۵۲). با توجه به اهمیت موضوع در این تحقیق تلاش شد تا میزان فعالیت‌های فیزیکی پاسخگویان به عنوان بخشی از سالمندی موفق مورد مطالعه و بررسی قرار بگیرد.

بررسی مشخصات دموگرافیک پاسخگویان در این تحقیق نشان می‌دهد میانگین سنی پاسخگویان ۶۶/۱۳ سال گزارش شده است. از میان افراد مصاحبه‌شونده، ۱۱ نفر مرد و ۴ نفر زن می‌باشند. همینطور، بررسی وضعیت تاهل پاسخگویان نشان می‌دهد که تمام افراد مورد مطالعه در این تحقیق متاهل بوده‌اند.

بررسی پاسخ‌های مصاحبه‌شوندگان به سوالات مربوط به فعالیت‌های فیزیکی آنها حاکی از آن است که:

- در میان پاسخگویان ۱۱ نفر پیاده روی کرده و ۴ نفر به دلایل مختلف و مشخصاً بیماری‌های جسمانی این فعالیت را ندارند.

- بررسی داده‌ها حاکی از آن است که ۳ نفر از پاسخگویان معمولاً دوچرخه سواری می‌کنند در حالی که ۱۲ نفر این کار را انجام نمی‌دهند. در میان پاسخگویان، ۶ نفر به صورت دوبار در هفته یا دو بار در ماه به استخر می‌روند در حالی که ۹ نفر آنها این فعالیت فیزیکی را انجام نمی‌دهند. همچنین ۴ نفر از مصاحبه شونده‌گان در هفته کوهنوردی می‌کنند در حالیکه ۱۱ نفر فاقد این فعالیت فیزیکی می‌باشند. ۲ نفر از پاسخگویان برای انجام فعالیت فیزیکی به باشگاه ورزشی می‌روند، اما ۱۳ نفر این کار را انجام نمی‌دهند.

جدول شماره ۱: فعالیت‌های فیزیکی پاسخگویان

نوع فعالیت	فراوانی	%
دوچرخه سواری	۳	۲۵%
استخر	۱۲	۷۵%
	۶	۴۰%
	۹	۶۰%
کوهنوردی	۴	۷۳%
	۱۱	۲۷%
رفتن به باشگاه	۲	۲۴%
	۱۳	۸۶%

### شناسایی وضعیت فضای زیسته

از تحلیل مصاحبه‌های مشارکت‌کنندگان در خصوص فضای زیسته سالمندان ۹ مضمون اصلی شناسایی شدند که بدین صورت‌اند: احساس سالمند بودن، شرایط روحی سالمندان، احساس اندوه و ناراحتی، احساس خوشبختی، وضعیت خواب، احساس تنهایی، احساس موفقیت در زندگی، رفتار خانواده با سالمندان، رفتار مردم با سالمندان.

### -احساس سالمند بودن

بررسی نظرات و دیدگاه‌های مصاحبه شونده‌گان در رابطه با احساس نامطلوب آنها از سالمندی در این تحقیق نشان می‌دهد که ۴۷/۶۶ درصد پاسخگویان از دوران سالمندی خود رضایت ندارند. عدم رضایت‌مندی آنان از این دوران موجب درگیر کردن خود و اطرافیان، شرمندگی از خانواده، احساس سربار بودن، از دست دادن فرصت‌ها، احساس انزوا، تمایل به تنهایی، کاهش روابط اجتماعی، شرمندگی از فرزندان و خانواده، بی‌برنامگی، بی‌ارزش بودن دنیا برای آنها شده است. در پاسخ به پیامدهای این احساس آنان به مواردی همچون احساس افسردگی، ناراحتی‌های بی‌مورد، نگرانی و اضطراب اطرافیان، دلخوری از خود، سرخوردگی، طرد شدن از طرف دوستان، بی‌توجهی اطرافیان به سالمندان، فشارهای عصبی، ناامیدی، تشدید بیماری‌ها، کاهش عمر، ناراحتی خانواده، افسردگی و اضطراب اشاره نمودند.

آقای ۶۷ ساله در این رابطه می‌گوید: "احساس می‌کنم در این دوران در مرحله پایان زندگی هستم و هر چه زمان می‌گذرد به مرگ نزدیک تر می‌شوم. اندکی احساس انزوا دارم. بیشتر دوست دارم تنها باشم و نسبت به گذشته کمتر با دوستان جمع می‌شوم. البته نمی‌دانم که این احساسم درست است یا نه".

از طرفی، ۵۳/۳۴ درصد پاسخگویان از دوران سالمندی خود رضایت داشتند و دلیل آن را داشتن وقت آزاد بیشتر برای خانواده و دوستان، عدم نگرانی از آینده‌ی فرزندان، بودن در کنار خانواده و دوستان، احساس جوانی، احساس سرحالی، جوانی و نشاط، توجه به امر خدا، داشتن زندگی آبرومندانه، رضایت‌مندی از زندگی، به پایان رساندن موفقیت‌آمیز وظایف، شرمندگی کسی نبودن، آزار نرساندن به دیگران ذکر نمودند. آنان بر این باورند که این احساس رضایت‌مندی آنها موجب احساس خوشبختی آنها، نخوردن حسرت روزهای سپری شده، رضایت از زندگی، نداشتن حسرت زندگی دیگران، احساس خوشبختی، امید به زندگی، شادی و شادمانی شده است.



## جدول شماره ۲: احساس پاسخگویان از سالمند بودن

نوع احساس سالمند بودن	پیامدهای کوتاه مدت	پیامدهای بلندمدت
نامطلوب	درگیر کردن خود و اطرافیان، شرمندگی از خانواده، احساس سربار بودن، از دست دادن فرصت‌ها، احساس انزوا، تمایل به تنهایی، کاهش روابط اجتماعی، شرمندگی از فرزندان و خانواده، بی‌برنامگی، بی‌ارزش بودن دنیا،	افسردگی، ناراحتی‌های بی‌مورد، نگرانی و اضطراب اطرافیان، دلخوری از خود، سرخوردگی، طرد شدن از طرف دوستان، بی‌توجهی اطرافیان به سالمندان، فشارهای عصبی، ناامیدی، تشدید بیماری‌ها، کاهش عمر، ناراحتی خانواده، افسردگی و اضطراب احساس از خود بیگانگی سالمندی انزوای اجتماعی احساس بی‌معنایی احساس حسرت سوزی بیزاری از خود فرسایش سرمایه اجتماعی فرسایش سرمایه روانشناختی
مطلوب	داشتن وقت آزاد بیشتر، عدم نگرانی از آینده‌ی فرزندان، بودن در کنار خانواده و دوستان، احساس جوانی، احساس سرحالی، جوانی و نشاط، توجه به امر خدا، داشتن زندگی آبرومندانه، رضایت مندی از زندگی، به پایان رساندن موفقیت آمیز وظایف، شرمندگی کسی نبودن، آزار نرساندن به دیگران	احساس خوشبختی و نخوردن حسرت روزهای سپری شده، رضایت از زندگی، نداشتن حسرت زندگی دیگران، احساس خوشبختی، امید به زندگی، شادی و شادمانی، احساس شادمانی، احساس امیدواری بهزیستی روانی احساس شادی

## - شرایط روحی سالمندان

یکی از مولفه‌های وضعیت فضای زیسته بررسی میزان احساس شادی و شادکامی می‌باشد. شادی و نشاط از ضروری‌ترین خواسته‌های فطری و نیازهای روانی بشر به شمار می‌آید که به دلیل تاثیرات عمده در سالم سازی و بهسازی جامعه، همواره ذهن او را خود مشغول نموده است. این بحث، اساسی‌ترین بحث انسانی برای تمام نسل‌ها و مرکزی‌ترین محرک اهداف بشر می‌باشد که از یک طرف انسان را برای زندگی بهتر و بازدهی بیشتر آماده می‌کند و از سوی دیگر به دلیل ویژگی مسری بودن آن، وابستگی فرد را با محیط گسترده می‌کند. شادکامی به معنای ارزیابی مثبت فرد از زندگی خود و همچنین یکی از شاخص‌های اندازه‌گیری رضایت از زندگی مورد استفاده قرار می‌گیرد (الماسی و همکاران، ۱۳۹۱: ۲۴). با توجه به اهمیت این مولفه در میان اقشار مختلف جامعه، بویژه سالمندان، به بررسی نظرات و دیدگاه‌های پاسخگویان در رابطه با میزان احساس شادی و نشاط آنها پرداخته شد. بررسی دیدگاه‌های مصاحبه شونده‌گان در رابطه با میزان احساس شادی آنها در دوران سالمندی حاکی از آن است که ۴۰ درصد پاسخگویان در زندگی خود و در دوران سالمندی احساس شادکامی دارند، این در حالی است که ۲۰ درصد مصاحبه شونده‌گان از وضعیت زندگی خود در دوران سالمندی رضایت نداشته و احساس شادی نمی‌کردند. همچنین بررسی‌ها نشان می‌دهد که ۴۰ درصد پاسخگویان متاثر از شرایط موجود بوده اما سعی دارند زندگی در دوران سالمندی را با شادی و شمع سپری کنند.

خانم ۶۷ ساله می‌گوید: "به دلیل مشکلات مالی زیاد احساس نشاط و خوشحالی ندارم. چون من و شوهرم پول و سرمایه کافی برای تامین مایحتاج زندگی نداریم و پول و دوا و دکتر هم نیست. همچنین شرمندگی خود و خانواده‌ام هستم و بنابراین احساس شادی نمی‌کنم."

بررسی‌ها نشان می‌دهد که در شادکامی سالمندی عوامل متعددی همچون برخورداری از تمکن مالی، فرزندان خوب، فعالیت‌های روزانه (مثل پارک رفتن)، هم صحبتی با مردم و کودکان، روحیه نشاط و شادابی، سلامتی جسمانی و روانی، تفریح و گشت و گذار، کاهش فشارهای زندگی، تلاش برای ایجاد جو با نشاط در خانواده تاثیر دارند. از طرف دیگر، مواردی

همچون بیماری‌ها و ضعف جسمانی، بی‌حوصله بودن، سختی‌های زندگی، احساس ضعف در زندگی، شرایط عمومی جامعه موجب از بین رفتن نشاط و شادی در زندگی این افراد می‌شود.

### جدول شماره ۳: شناسایی وضعیت فضای زیسته (بعد شادی و نشاط)

احساس شادی و نشاط	خاستگاه
بله	داشتن تمکن مالی، فرزندان خوب، فعالیت‌های روزانه (مثل پارک رفتن)، هم صحبتی با مردم و کودکان، روحیه نشاط و شادابی، سلامتی جسمانی و روانی، تفریح و گشت و گذار، کاهش فشارهای زندگی، تلاش برای ایجاد جو با نشاط در خانواده
خیر	بیماری‌ها و ضعف جسمانی، بی‌حوصله بودن، سختی‌های زندگی، احساس ضعف در زندگی، شرایط عمومی جامعه
گاهی اوقات	فراز و فرودهای زندگی (همچون تولد و مرگ عزیزان)، حساس بودن سالمندان به مسائل عادی روزمره، مشکلات مالی، ناتوانی در تامین هزینه‌های درمان، احساس شرمندگی در خانواده

### – احساس اندوه و ناراحتی سالمندان

یکی دیگر از ابعاد وضعیت فضای زیسته بررسی میزان احساس اندوه و ناراحتی سالمندان می‌باشد. افسردگی یا احساس اندوه و ناراحتی یک اختلال شایع روانی است که با خلق و خوی افسرده، از دست دادن انگیزه، فقدان انرژی جسمانی، عدم توانایی در احساس لذت، اختلال خواب، احساس ناامیدی و بی‌ارزشی و در نهایت کاهش تمرکز حواس همراه می‌باشد. این مساله به عنوان یکی از مشکلات شایع در میان سالمندان و بهداشت روانی آنها مطرح می‌باشد که می‌تواند به اشکال مختلف در میان این قشر بروز و ظهور داشته باشد (بسطامی و همکاران، ۱۳۹۵: ۵۷). بررسی نظرات و دیدگاه‌های پاسخگویان در رابطه با میزان احساس اندوه و ناراحتی به عنوان یکی از ابعاد وضعیت فضای زیسته نشان می‌دهد که ۴۶/۶۶ درصد پاسخگویان از شرایط خود رضایت نداشته و احساس اندوه می‌کنند. در سوال مربوط به شناسایی دلایل این امر مشخص شد که عوامل تعددی همچون وجود مشکلات مالی، شرمندگی از خانواده به دلیل ناتوانی در تامین رفاه آنان، نداشتن احساس شادی، مشکلات جامعه و آینده جوانان، ناامیدی از آینده، مشکلات جسمانی، بیماری‌ها، آخرت و مرگ در شکل‌گیری این احساس نقش دارند. همچنین بررسی نشان می‌دهد که ۵۳/۳۳ درصد پاسخگویان از شرایط زندگی خود در دوران سالمندی رضایت داشته و دلایل آن را مواردی همچون داشتن زندگی درست و شرافتمندانه، ناحقی نکردن در حق دیگران، کمک به دیگران، توکل به خدا، بی‌نیازی به اطرافیان، عزت نفس بالا، توان فکری بالا، شکرگذاری به درگاه خداوند، رضایت‌مندی از زندگی، داشتن برنامه‌ریزی در زندگی می‌پندارند.

### جدول شماره ۴: شناسایی وضعیت فضای زیسته پاسخگویان (احساس ناراحتی)

احساس اندوه	خاستگاه
بله	مشکلات مالی، شرمندگی از خانواده به دلیل ناتوانی در تامین رفاه آنان، نداشتن احساس شادی، مشکلات جامعه و آینده جوانان، ناامیدی از آینده، مشکلات جسمانی، بیماری‌ها، آخرت و مرگ
خیر	زندگی درست و شرافتمندانه، نامردی نکردن در حق دیگران، کمک به دیگران، توکل به خدا، بی‌نیازی به اطرافیان، عزت نفس بالا، توان فکری بالا، شکرگذاری به درگاه خداوند، رضایت‌مندی از زندگی، داشتن برنامه‌ریزی در زندگی

### – احساس خوشبختی

بعد دیگر وضعیت فضای زیسته "احساس خوشبختی" می‌باشد. احساس خوشبختی را می‌توان ارزیابی مثبت از زندگی تعریف کرد. این احساس کارکردهای مثبت زیادی در جهت تعالی و پیشرفت فردی و اجتماعی دارد. موضوعی اساسی برای تمام نسل‌ها است و با عوامل اجتماعی مختلفی ارتباط دارد (مومنی لدنی، ۱۳۹۸: ۲۵). این مبحث با این سوال "آیا در زندگی خود احساس خوشبختی دارید؟" از مصاحبه شونده‌گان پرسیده شد. بررسی نظرات پاسخگویان نشان می‌دهد که ۴۰ درصد پاسخگویان در زندگی خود احساس خوشبختی دارند. شکرگزاری برای داشتن سلامتی و زندگی خوب، داشتن فرزندان صالح و سالم، همسر مهربان و فداکار، دستیابی به خواسته‌های خود در زندگی، روابط احترام‌آمیز، وضعیت مالی خوب، پیروی از فرامین الهی، تربیت خوب فرزندان، رضایت‌مندی از داشته‌ها، عدم آرمانگرایی از عوامل زمینه‌ساز احساس خوشبختی در این تحقیق شناسایی شدند.

#### جدول شماره ۵: شناسایی وضعیت فضای زیسته (بعد احساس خوشبختی)

احساس خوشبختی	خاستگاه
بله	شکرگزاری بخاطر داشتن سلامتی و زندگی خوب، داشتن فرزندان صالح و سالم، داشتن همسر مهربان و فداکار، دستیابی به خواسته‌های زندگی، خانواده خوب، روابط احترام‌آمیز، وضعیت مالی خوب، پیروی از فرامین الهی، تربیت خوب فرزندان، رضایت‌مندی از داشته‌ها، عدم آرمانگرایی
خیر	مشکلات جسمانی و بیماری‌ها، نداشتن سرمایه و اثاث مناسب برای زندگی، عدم احساس خوشبختی، ناامیدی از وضعیت موجود، مشکلات زندگی،

### – وضعیت خواب

خواب یک شاخص مهم در سلامتی سالمندان می‌باشد. این مولفه بواسطه فرایند سالمندی تحت تاثیر قرار می‌گیرد. خواب با کیفیت ضعیف، بعد از سردرد و اختلالات گوارشی در رتبه سوم مشکلات سالمندان قرار دارد (رضایی و شوشتری‌زاده، ۱۳۹۴: ۳۹). بررسی نظرات و دیدگاه‌های پاسخگویان در رابطه با وضعیت خواب آنها نشان می‌دهد که بیشتر پاسخگویان بدون استفاده از قرص آرامبخش در شب‌ها استراحت می‌کنند. دلایل این افراد خستگی ناشی از پیاده روی، انجام کارهای روزانه، بیکاری و نبود کار مشخص ذکر شده است. از طرف دیگر، تعداد کمی از پاسخگویان عنوان کردند که به دلیل وجود مسائلی همچون مشکلات مالی، احساس عدم رضایت‌مندی از زندگی و شرمندگی از خانواده در خوابیدن دچار مشکل بوده و از قرص‌های آرامبخش استفاده می‌کنند.

#### جدول شماره ۶: شناسایی وضعیت خواب پاسخگویان

خواب شبانه	دلایل
بله	به دلیل خستگی ناشی از پیاده‌روی، انجام کارهای روزانه، بیکاری،
خیر	مشکلات مالی، احساس عدم رضایت‌مندی از زندگی، شرمندگی از خانواده،

### – احساس تنهایی

یکی از مهم‌ترین مشکلات رنج بار در سالمندان بحث احساس تنهایی آنها است که بسیاری از سالمندان آن را در جوامع مختلف تجربه می‌کنند. زیرا به دلیل کاهش تعاملات ناشی از نقصان سلامت جسمانی و فوت نزدیکان، این قشر از جامعه در معرض خطر انزوا و تنهایی هستند. بسیاری از سالمندان دوران پیری را دوران تنهایی توصیف کرده و به عنوان یک تجربه ناخوشایند از آن هراس دارند (هروی کریموی و همکاران، ۱۳۸۶: ۴۱۰). با توجه به اهمیت این موضوع به عنوان یکی از شاخص‌های سالمندی موفق، در این تحقیق یکی از سوالات مطرح شده بررسی میزان احساس تنهایی پاسخگویان می‌باشد. بررسی انجام شده حاکی از آن است که ۹۳/۳۳ درصد پاسخگویان فاقد این مولفه بوده و هیچگونه احساس تنهایی در زندگی

ندارند. دلایل ذکر شده برای عدم احساس تنهایی شامل حضور همسر و فرزندان، حمایت خانواده، حضور نوه‌ها، توجه همه جانبه‌ی اعضای خانواده، رفت و آمد با فامیل و دوستان می‌باشد. از طرفی، ۶/۶۷ درصد پاسخگویان به دلیل مساله اشاره کردند که وجود مواردی همچون احساس طرد شدگی، دوری از جمع دوستان، گزینشی عمل کردن در روابط اجتماعی موجب شده است که در دوران سالمندی خود احساس تنهایی بکنند.

### جدول شماره ۷: شناسایی وضعیت تنهایی پاسخگویان

احساس تنهایی	خاستگاه‌ها
بله	احساس طردشدگی، دوری از جمع دوستان، گزینشی عمل کردن در روابط اجتماعی
خیر	حضور همسر و فرزندان، حمایت خانواده، حضور نوه‌ها، توجه همه جانبه‌ی اعضای خانواده، رفت و آمد با فامیل و دوستان

### – رفتار خانواده با سالمندان

از شاخص‌های دیگر تعیین کننده در سالمندی موفق نوع رابطه اعضای خانواده با سالمندان می‌باشد. امروزه تغییرات اجتماعی ناشی از شهرنشینی و تاثیر فرهنگ غربی، فرهنگ‌پذیری و کم رنگ شدن ارزش‌ها و باورهای سنتی سبب ایجاد چالش‌هایی در روابط خانوادگی شده که احتمال هرگونه سوء رفتار نسبت به سالمندان توسط اعضای خانواده را افزایش داده است. مساله رفتار خانواده با سالمندان مساله جدیدی نیست و اخیراً به‌عنوان یکی از مشکلات اجتماعی گسترده و روبه رشد در سراسر جهان مطرح شده است (هروی کریموی، ۱۳۹۰: ۳۸). بررسی نظرات و دیدگاه‌های پاسخگویان نشان می‌دهد که رفتار خانواده با این قشر از جامعه را می‌توان در قالب مواردی همچون مراعات حساسیت‌های دوران سالمندی، کمک به انجام کارهای روزمره، توجه به مشکلات درمان سالمندان، توجه به خواسته‌های سالمندان، احترام اعضای خانواده و در نهایت حضور بیشتر در کنار سالمندان در ساعات شبانه روز دسته‌بندی کرد. همانگونه که در دیاگرام زیر مشاهده می‌شود، بالاترین درصد در میان موارد شناسایی شده به ترتیب شامل کمک به سالمندان در انجام کارهای روزمره و توجه به مشکلات درمان سالمندان می‌باشد. از طرفی، مراعات حساسیت‌های دوران سالمندی حمایت مالی از سالمندان نیز به ترتیب کمترین میزان را به خود اختصاص داده‌اند.

### – رفتار مردم با سالمندان

یکی از موارد مطرح در زمینه فضای زیسته سالمندان چگونگی رفتار و برخورد و تعامل با سالمندان است. این مساله تا جایی اهمیت دارد که سازمان ملل اصول پنج‌گانه‌ای را در قالب ملاحظات اخلاقی رفتار با سالمندان ارائه نموده است. این اصول شامل خودمختاری<sup>۱</sup>، مشارکت<sup>۲</sup>، مراقبت<sup>۳</sup>، خودسازی<sup>۴</sup> و بزرگداشت<sup>۵</sup> می‌باشد (خان‌احمدی و همکاران، ۱۳۹۴: ۲). بررسی نظرات و دیدگاه‌های مصاحبه شونده‌گان در رابطه با نحوه رفتار مردم با سالمندان نشان می‌دهد که اکثر پاسخگویان از برخورد مردم در مکان‌های عمومی رضایت دارند. از مصادیق ذکر شده پاسخگویان می‌توان به مواردی همچون نوبت‌دهی به آنان در مطب پزشکان، دادن صندلی خالی در اتوبوس و مترو، احترام به موی سفید سالمندان، رفتار احترام‌آمیز در نانوائی و میوه فروشی، حضور متقابل در مراسم شادی و غم اشاره نمود. از طرف دیگر، تعدادی از پاسخگویان به مواردی همچون بی‌توجهی به حرف‌های آنان، بردن آنها به خانه سالمندان، در اولویت نبودن مسائل و مشکلات سالمندان، قبول نکردن آنها بخاطر داشتن تفکرات قدیمی اشاره کرده و آن را دلیل بدرفتاری با سالمندان در جامعه ذکر نمودند.

1. Independence
2. Participation
3. Care
4. Self Fulfillment
5. Dignity

## جدول شماره ۸: رفتار مردم با سالمندان

رفتار مردم با سالمندان	مصادیق	علل
خوب	نوبت‌دهی در مطب پزشکان، دادن صندلی خالی در اتوبوس و مترو، احترام به موی سفید سالمندان، رفتار احترام‌آمیز در نانوایی و میوه فروشی، حضور متقابل در مراسم شادی و غم	مهربانی سالمندان، محبت سالمندان به تمام سنین
بد	بی‌توجهی به حرف‌های آنان، بردن آنها به خانه سالمندان، در اولویت نبودن سالمندان و مشکلات آنها، قبول نکردن آنها بخاطر داشتن تفکرات قدیمی	مشکلات اقتصادی، بی‌توجهی مردم به اطرافیان، عدم آموزش برخورد با سالمندان

## - احساس موفقیت در زندگی

احساس موفقیت در زندگی یکی دیگر از مولفه‌های فضای زیسته سالمندان می‌باشد. رضایت‌مندی از زندگی و داشتن احساس مثبت نسبت به دوران سالمندی تابع عوامل متعددی می‌باشد. بررسی‌ها حاکی از آن است که ۶۰ درصد پاسخگویان بر این باورند که زندگی پربار و موفق داشته‌اند و دلایل این احساس موفقیت به مواردی همچون تربیت فرزندان خوب، حمایت از فرزندان، داشتن چندین فرزند و نوه، موفقیت تحصیلی فرزندان، داشتن فرزندان خوشبخت، توکل به خدا، تربیت فرزندان صالح، تلاش و پشتکار، انجام وظایف، رقابت سالم با دیگران می‌باشد. از طرف دیگر، ۴۰ درصد مصاحبه شونده‌گان خود را سالمند موفق نمی‌دانند. به اعتقاد آنها ناتوانی در انجام کارهای روزمره، نداشتن موقعیت مالی مناسب، ناتوانی در حمایت فرزندان، مشکلات جسمانی و بیماری‌ها، بی‌توجهی جامعه به سالمندان بر نگرش آنان به زندگی در دوران سالمندی تاثیر داشته است.

## نتیجه‌گیری

از زیر مضمون‌های روانشناختی شناسایی شده در این تحقیق که بر موفقیت‌آمیز بودن دوران سالمندی تاثیر دارند، میزان احساس نشاط و شادکامی می‌باشد. بررسی انجام شده در این تحقیق نشان می‌دهد که در شادکامی سالمندان مورد مطالعه عوامل متعددی همچون برخورداری از تمکن مالی، فرزندان خوب، فعالیت‌های روزانه (مثل پارک رفتن)، هم صحبتی با مردم و کودکان، روحیه نشاط و شادابی، سلامتی جسمانی و روانی، تفریح و گشت و گذار، کاهش فشارهای زندگی، تلاش برای ایجاد جو با نشاط در خانواده تاثیر دارند. از طرف دیگر، مواردی همچون بیماری‌ها و ضعف جسمانی، بی‌حوصله بودن، سختی‌های زندگی، احساس ضعف در زندگی، شرایط عمومی جامعه موجب از بین رفتن نشاط و شادی در زندگی این افراد می‌شود. ناتوانی در دستیابی به حمایت‌های عاطفی و اجتماعی بیرونی که اضطراب گسترده‌ای را به همراه دارد، به تدریج سبب می‌شود، فرد نسبت به قابلیت‌های خود برای ایجاد روابط اجتماعی مورد نیازش، دچار تردید شود، اطمینان لازم برای درگیر شدن در موقعیت‌های اجتماعی را از دست بدهد و قادر به تأمین نیازهای اجتماعی‌اش نباشد که نتیجه چنین وضعیتی فرورفتن بیشتر در احساس‌های عمیق و ناخوشایند تنهایی است. نتایج تحقیق حاضر از نظر حمایت اجتماعی از سالمندان با تحقیق الماسی و همکاران (۱۳۹۳)؛ دو (۲۰۱۷)؛ تائو و همکاران (۲۰۱۶) همسو می‌باشد. آنان نیز در بررسی عوامل موثر بر شادکامی سالمندان نشان دادند که میزان شادکامی سالمندان با عواملی همچون برخورداری از سرمایه اجتماعی، میزان درآمد همبستگی بالایی دارد.

زیرمضمون روانشناختی دیگر بررسی شده در این تحقیق احساس اندوه و ناراحتی پاسخگویان است. بررسی‌ها نشان می‌دهد که تعدادی از پاسخگویان از شرایط خود رضایت نداشته و احساس اندوه می‌کنند. بررسی دلایل این امر نشان می‌دهد که عوامل متعددی همچون وجود مشکلات مالی، شرمندگی از خانواده به دلیل ناتوانی در تأمین رفاه آنان، نداشتن احساس شادی، مشکلات جامعه و آینده جوانان، ناامیدی از آینده، مشکلات جسمانی، بیماری‌ها در شکل‌گیری این احساس نقش

دارند. یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج برگ-وگر و مورلی (۲۰۲۰)؛ رایت - سنت کلر و همکاران (۲۰۱۷)؛ وو (۲۰۲۰)؛ سیمارد و ولیسر (۲۰۲۰) و واندایک و همکاران (۲۰۲۰) همسو می‌باشد.

یکی از ابعاد روانشناختی بررسی شده در این تحقیق بررسی میزان احساس موفقیت پاسخگویان در دوران سالمندی می‌باشد. مطابق نظریه‌ی فعالیت، سالمندی زمانی موفقیت‌آمیز می‌شود که فرد سالمند یا نقش‌های تازه‌ای کشف کند و یا نقش‌های قدیم خود را بتواند حفظ بکند. بر این اساس، در نتیجه‌ی وقوع فعالیت‌ها است که رضایت‌مندی فرد از زندگی بالا رفته و می‌تواند عملکرد خوب خود را در این دوران حفظ بکند. بررسی‌ها حاکی از آن است که بیش از نیمی از پاسخگویان بر این باورند که زندگی پربار و موفق داشته‌اند و دلایل آن شامل تربیت خوب فرزندان، حمایت از فرزندان، داشتن چندین فرزند و نوه، موفقیت تحصیلی فرزندان، داشتن فرزندان خوشبخت، توکل به خدا، تربیت فرزندان صالح، تلاش و پشتکار، انجام وظایف، رقابت سالم با دیگران می‌باشد. این درحالی است که برخی از مصاحبه‌شوندگان معتقدند که ناتوانی در انجام کارهای روزمره، نداشتن موفقیت مالی مناسب، ناتوانی در حمایت فرزندان، مشکلات جسمانی و بیماری‌ها، بی‌توجهی جامعه به سالمندان باعث می‌شوند که آنها احساس کنند که دوران سالمندی موفق نداشته‌اند. همچنین بررسی‌ها نشان می‌دهد رضایت‌مندی پاسخگویان از دوران سالمندی خود به مواردی همچون داشتن وقت آزاد بیشتر برای خانواده و دوستان، عدم نگرانی از آینده‌ی فرزندان، بودن در کنار خانواده و دوستان، احساس جوانی، احساس سرحالی، جوانی و نشاط، توجه به امر خدا، داشتن زندگی آبرومندانه، رضایت‌مندی از زندگی، به پایان رساندن موفقیت‌آمیز وظایف، شرمندگی کسی نبودن، آزار نرساندن به دیگران می‌باشند. آنان بر این باورند که این احساس رضایت‌مندی آنها موجب احساس خوشبختی آنها، نخوردن حسرت روزهای سپری شده، رضایت از زندگی، نداشتن حسرت زندگی دیگران، احساس خوشبختی، امید به زندگی، شادی و شادمانی شده است.

از زیر مضمون‌های شناسایی شده مذهبی در این تحقیق می‌توان به اعتقادات و گرایش‌های دینی افراد سالمند اشاره نمود. به عبارتی می‌توان گفت که از جمله عوامل موثر در رضایت‌مندی سالمندان از دوران سالمندی، معنویت و گرایش‌های مذهبی آنان می‌باشد. اعتقاد به دنیای پس از مرگ، فانی بودن دنیا، احترام به هموع، دستگیری از نیازمندان و غیره باورهای معنوی و دینی از این نوع باعث می‌شوند که فرد با مسائل و مشکلات دوران سالمندی براحتی کنار آمده و بتواند از موانع عبور بکند. یافته‌های این تحقیق با نظریه‌های دینداری مطابق دارد. مطابق نظریه‌های دینداری، مذهب به‌عنوان مجموعه‌ای از اعتقادات، بایدها و نبایدها و نیز ارزش‌های اختصاصی و تعمیم‌یافته، از موثرترین تکیه‌گاه‌های روانی به شمار می‌رود که قادر است معنای زندگی را در لحظه لحظه‌های عمر فراهم سازد و در شرایطی خاص نیز با فراهم سازی تکیه‌گاه‌های تبیینی، فرد را از تعلیق و بی‌معنایی نجات دهد. مذهبی بودن و مقابله با استرس و فشارهای روانی اجتماعی به طرز شگفت‌انگیزی باهم مرتبط می‌باشند. مکانیسم‌های مقابله مذهبی در دوران پایانی عمر از اهمیت زیادی برخوردار است (باولی بهمنی، ۱۳۹۵: ۱۱۴). همچنین یافته‌های این تحقیق در رابطه با نقش دینداری و گرایش‌های مذهبی با موفقیت‌آمیز بودن دوران سالمندی با نتایج حاصل از تحقیقات معتمدی و همکاران (۱۳۸۴) و عبدی زرین و اکبری‌ان (۱۳۸۶) که نشان می‌دهند بین سالمندی موفق و جهت‌گیری مذهبی سالمندان همبستگی معناداری وجود دارد، در یک راستا می‌باشد.

زیر مضمون دیگر شناسایی شده، نقش مسائل مالی در سالمندی موفق می‌باشد. سرمایه اقتصادی بدون واسطه و مستقیماً به پول تبدیل می‌شود و به صورت حق مالکیت نهادی می‌گردد. در واقع، تمام امکانات، دارایی‌ها، منابع و لوازمی که قابلیت مبادله با پول را داشته باشند و ارزش مادی آن توسط نهادهای حقوقی تأیید شده باشد، در زمره سرمایه اقتصادی قرار می‌گیرد (باولی بهمنی، ۱۳۹۵: ۱۱۶). بر اساس نظر پاسخگویان در این تحقیق، برخورداری از پشتوانه مالی مناسب و حمایت‌های دولت در تامین نیازمندی‌های مختص دوران سالمندی نقش زیادی در ایجاد حس سالمندی موفق دارد. این در حالی است که نبود حمایت‌های مالی یا ذخائر مالی مناسب در این دوره از زندگی، می‌تواند مشکلات روحی و روانی زیادی را

به دنبال داشته باشد. نتایج تحقیق علیزاده (۱۳۸۸) نیز که با یافته‌های این تحقیق همسو می‌باشد نشان داده است که بین دو متغیر سرمایه اقتصادی و سالمندی موفق رابطه معنی‌داری وجود دارد.

پژوهش انجام شده این واقعیت را نشان می‌دهد که وقوع پدیده‌ی سالمندی موفق در جامعه مستلزم پیش نیازهای متعددی است. این پیش نیازها را می‌توان که در بحث نتیجه‌گیری نیز اشاره شد، می‌توان در ابعاد مختلف فردی، ساختاری، اجتماعی، مذهبی و روانشناختی دسته‌بندی نمود. به عبارتی، برای اینکه سالمندان در این دوره از زندگی خود احساس خوبی داشته باشند، باید زمینه‌ها و بسترهای حمایتی مهیا گردد. تأمین نیازهای درمانی سالمندان، ارائه خدمات درمانی رایگان برای انواع بیمارهای حاد و مزمن این قشر از جامعه، توجه به اوقات بیکاری آنان و تلاش مسئولین برای پرکردن بهینه این زمان‌ها در قالب ارائه برنامه‌های تفریحی و سرگرمی متناسب با خواسته‌های آنان، برنامه‌های مشاوره درمانی و کمک به آنان جهت سازگاری با نیازها و مسائل و مشکلات این دوران، تهیه‌ی برنامه‌های مختلف تلویزیونی و رادیویی و توجه به نیازهای روحی و روانی آنان، پیگیری مشکلات مشاوره دوره‌ای آنان می‌توان زمینه‌های وقوع سالمندی موفق را در جامعه فراهم آورد. متأسفانه عدم توجه به نیازهای این قشر از جامعه از یک طرف موجب هزینه‌های سنگین برای خانواده‌ها و جامعه شده و نخواهیم توانست از تجارب و اندوخته‌های این قشر از جامعه به صورت بهینه استفاده کنیم. در این صورت اقشار مختلف جامعه در حوزه خانواده و حوزه عمومی بصورت مستقیم و غیر مستقیم درگیر این مساله می‌شوند. این گفته‌ها نمایانگر اهمیت و لزوم توجه به سالمندان به عنوان یکی از اقشار مهم در جامعه می‌باشند.

با توجه به درون‌گرایی و درون‌گزینی سالمندان در این دوره از زندگی و احتمال بروز یک سری موانع و مشکلات در سازگاری آنان با تغییرات متعدد سالمندی، پیشنهاد می‌شود فضاهای محیطی تفریحی مناسب با نیازهای قشر سالمند و امکان معاشرت و رویارویی آنان جهت تقویت روابط اجتماعی سالمندان توسط سازمان‌های متولی تهیه گردد. یکی از مشکلات اساسی مورد تاکید در این تحقیق که پاسخگویان بدان اشاره نمودند بحث مشکلات مالی بود. به اعتقاد آنان، مشکلات اقتصادی موجب ایجاد فشارهای روانی برای سالمندان شده و رضایت‌مندی آنان از این دوره را کاهش می‌دهد، لذا سیاست‌گذاری دولت برای فراهم آوردن زمینه‌های مناسب جهت ارائه خدمات مالی از سالمندان امری ضروری به نظر می‌رسد.

سالمندی یکی از دوره‌های زندگی محسوب شده و هرکس به اقتضاء زمان این دوره را تجربه خواهد کرد. اما واقعیت این است که بیشتر افراد توان سازگاری با تغییرات این دوره از زندگی را نداشته و نمی‌توانند خود را با آن سازگار بکنند. بنابراین، با برگزاری برنامه‌های آموزشی و کارگاه‌های آموزشی مختص سالمندان و نیازهای آنان با تکیه بر توان بالقوه رسانه‌ها می‌توان مسائل و مشکلات مرتبط با این دوره را برای سالمندان و خانواده‌های آنان آموزش داد. به عبارتی، بهره‌برداری از برنامه‌های رسانه‌ای به منظور انتقال نکات آموزشی به خانواده‌ها جهت بهبود روابط با سالمندان می‌تواند در این زمینه مفید بوده باشد.

سرمایه روانشناختی پایین سالمندان نشان می‌دهد که ارائه خدمات مشاوره‌ای رایگان در مراکز آموزشی به سالمندان به منظور تقویت شرایط روحی و روانی آنان می‌تواند نقش زیادی در بالا رفتن و بهبود وضعیت روحی آنان داشته باشد. در این پژوهش یکی از محدودیت‌های موجود که بیشتر با توجه به شیوع ویروس کرونا پژوهشگر با آن مواجه بود، دسترسی به افراد سالخورده و سالمند بود. بطوریکه به دلیل ترس از ابتلا به این ویروس سالمندان کمتر در پارک‌ها و مکان‌های عمومی حضور پیدا می‌کردند و در صورت حضور نیز آنها تمایل کمتری به انجام مصاحبه از خود نشان می‌دادند. به همین دلیل در زمان‌های مختلف (صبح، ظهر و عصر) به پارک‌ها و مکان‌های عمومی مراجعه گردید تا بتوان از معهود افراد حاضر در آنجا بتوان مصاحبه بعمل آورد. محدودیت دیگر موجود در این تحقیق عدم تمایل سالمندان به مصاحبه و ارائه نظرات شخصی آنها و ترس از افشای اطلاعات و احساس ناامنی سالمندان بود. در نهایت، با تلاش پژوهشگر و جلب اعتماد مصاحبه‌شوندگان و با تاکید بر علمی و دانشگاهی بودن این تحقیق و امکان استفاده از یافته‌های آن در حل و فصل مشکلات سالمندان سعی گردید.

## منابع

- امامی سیگارودی، عبدالحسین؛ دهقان نیری، ناهید؛ رهنورد، زهرا و نوری، سعید علی (۱۳۹۱) روش‌شناسی تحقیق کیفی: پدیدارشناسی. *پرستاری و مامایی جامع‌نگر*، ۲۲ (۶۸): ۶۳-۵۶.
- ایمان‌زاده، علی و علیپور، سربیه (۱۳۹۶) واکاوی تجربیان زنان سالمند از احساس تنهایی: مطالعه‌ای پدیدارشناختی، *روان‌شناسی پیری*، ۳(۱): ۳۱-۴۳.
- ایمان، محمدتقی (۱۳۹۱) *روش‌شناسی تحقیقات کیفی*، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- باولی بهمنی، فرزانه (۱۳۹۵) *تبیین جامعه‌شناختی سالمندی موفق (مورد مطالعه: سالمندان شهر تبریز)*، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه تبریز، دانشکده حقوق و علوم اجتماعی، رشته پژوهش علوم اجتماعی.
- برک، لورا، ای (۱۳۹۴) *روانشناسی رشد*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران: انتشارات ارسباران.
- پورجعفر، محمدرضا؛ تقوایی، علی‌اکبر؛ بمانیان، محمدرضا؛ صادقی، علیرضا؛ احمدی، فریال (۱۳۸۵) ارائه انگاره‌های محیطی مؤثر بر شکل‌گیری فضاهای عمومی مشوق سالمندی موفق با تأکید بر ترجیحات سالمندان شهر شیراز. *سالمند (مجله سالمندی ایران)*، ۵ (۱۵): ۳۴-۲۲.
- پیروای ونک، مرضیه (۱۳۸۹) پدیدارشناسی، راه تفکر و تحقیق. *پژوهش‌های فلسفی*، ۱۳(۲۹): ۱۴۴-۱۳۱.
- چناری، مهین (۱۳۸۶) مقایسه هوسرل، هایدگر و گادامر با محک روش‌شناسی. *مجله پژوهش‌های فلسفی-کلامی*، ۲ (۳۴): ۱۱۳-۱۳۸.
- خان‌احمدی، محمد؛ فرهود، داریوش، و مالمیر، مریم (۱۳۹۴) ملاحظه‌های اخلاقی تعامل با سالمندان به‌ویژه مبتلایان به آلزایمر، *فصلنامه اخلاق در علوم رفتاری*، ۱۰ (۱): ۷-۱.
- درانتی، ژان فیلیپ (۱۳۹۳) *زیبایی‌شناسی اگزیستانسیالیستی*. ترجمه هدی ندایی فرد، تهران: ققنوس.
- رضایی، بهروز، و شوشتری‌زاده، شهناز (۱۳۹۴) کیفیت خواب و عوامل فردی مرتبط در سالمندان مقیم سراهای سالمندی اصفهان. *فصلنامه پرستاری سالمندان*، ۲(۲): ۳۷-۴۹.
- سترسن، ریچارد و آنجل، ژاکلین (۱۳۹۴) *جامعه‌شناسی سالمندی: روندها و نظریه‌ها*، ترجمه مجتبی امیری و مرجان صفاری، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- سلیمی، محمدرضا و شرفی، روح‌انگیز (۱۳۹۴) *بررسی ساختار و ابعاد روش تحقیق کیفی پدیدارشناسی*. کنفرانس علوم انسانی، روانشناسی و علوم اجتماعی.
- شولتز، دوان پی و شولتز، سیدنی الن (۱۳۹۲) *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سید محمدی، تهران: نشر ویرایش.
- صادق مقدم، لیلا؛ فروغان، فروغان؛ محمدی شاه‌بلاغی، محمد؛ احمدی، فضل‌الله؛ نظری، شیما؛ فرهادی، اکرم؛ امیری دلویی، معصومه (۱۳۹۸) تجارب زیسته سالمندان از پیری: یک مطالعه پدیدارشناسی، *سالمند*، ۱۴(۴): ۴۹۱-۴۸۳.
- صادقی فسایی، سهیلا و خادمی، عاطفه (۱۳۹۲) روایت زنان سالمند از زندگی در دنیای مدرن، *نامه انجمن جمعیت‌شناسی ایران*، ۱۵(۸): ۱۴۰-۱۲۳.
- لطف‌آبادی، حسین (۱۳۶۶) تئوری اریکسون درباره رشد روانی-اجتماعی، *جستارهای نوین ادبی*، ۷۸: ۷۲۵-۷۶۶.
- الماسی، مسعود؛ محمودیانی، سراج‌الدین؛ و جعفری، مرتضی (۱۳۹۳) عوامل مرتبط با احساس شادکامی سالمندان. *نشریه پرستاری ایران*، ۲۷ (۹۲): ۳۲-۲۳.
- مرادی پرندجانی، حجت‌الله؛ و صادقی، ستار (۱۳۹۳) پدیدارشناسی: رویکردی فلسفی و تفسیری و روش‌شناختی به مطالعات کارآفرینی. *دوفصلنامه مطالعات روش‌شناسی دینی*، ۱(۲): ۶۲-۷۶.
- مقصودی، احمد؛ عابدی، کبری؛ و امیدواری جو، فاطمه (۱۳۹۴) بررسی شیوع بیماری‌های مزمن و ارتباط آن با کیفیت زندگی سالمندان شهر اوز (جنوب استان فارس). *نوید نو*، ۱۸(۶۱): ۴۲-۳۵.
- مومنی لندی، مسلم (۱۳۹۸) *بررسی عوامل اجتماعی مرتبط با احساس خوشبختی در میان شهروندان شهر یزد*، کنگره بین‌المللی تحقیقات بین‌رشته‌ای در علوم انسانی اسلامی.
- نجاتی، وحید؛ کردی، رامین؛ و شعاعی، فاطمه (۱۳۸۸) عوامل مؤثر بر فعالیت فیزیکی در سالمندان منطقه ۷ تهران، *سالمند*، ۴(۱۴): ۵۸-۵۲.

هروی کریموی، مجیده؛ انوشه، منیره؛ فروغان، مهشید؛ شیخی، محمد تقی؛ حاجی‌زاده، ابراهیم؛ سیدباقرمداح، منیرالسادات؛ محمدی، عیسی؛ و احمدی، فضل‌الله (۱۳۸۶) تبیین دیدگاه سالمندان پیرامون پدیده احساس تنهایی: یک پژوهش کیفی. *مجله سالمندی ایران*، ۲(۶): ۴۲۰-۴۱۰.

## References

- Antonovsky, A. (1993) The Structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science Medicine*, 36(5): 725-733.
- Bae, Y. J. (2017) Relationship between social support, social participation and physical functioning in older adult: On case study of community senior centers. *International Journal of Community Based Nursing and Midwifery*, 18 (4): 380-390.
- Bai, Y., Bian, F., Zhang, L., & Cao, Y. (2020) The impact of social support on the health of the rural elderly in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(6): 2004.
- Berg-Weger, M., & Morley, J. E. (2020) Loneliness in old age: an unaddressed health problem. *Journal of Nutrition, Health and Aging*, 24(3):243-245.
- Cha, K. S., Lee, H. S., Kim, C., & Kim, E. M. (2019) The level of successful aging and influencing factors of the community elderly. *Korean Journal of Health Promotion*, 19(1): 39-48.
- Du, M. (2017) The Influence of social support on the mental health of the elderly. *Popul. Soc*, 33, 12-19.
- Due, T. D., Sandholdt, H., & Waldorff, F. B. (2017) Social relations and loneliness among older patients consulting their general practitioner. *Danish Medical Journal*, 64(3): 1-6.
- Estebansari, F., Dastoorpoor, M., Khalifehkandi, Z. R., Nouri, A., Mostafaei, D., Hosseini, M., ... & Aghababaeian, H. (2020) The concept of successful aging: a review article. *Current aging science*, 13(1): 4-10.
- Førsund, L. H., Grov, E. K., Helvik, A. S., Juvet, L. K., Skovdahl, K., & Eriksen, S. (2018) The experience of lived space in persons with dementia: a systematic meta-synthesis. *BMC geriatrics*, 18(1): 1-27.
- Jang, H. Y. (2020) Factors associated with successful aging among community-dwelling older adults based on ecological system model. *International journal of environmental research and public health*, 17(9): 3220.
- Jeon, B. J., & Han, H. S. (2019) Study on the Successful Aging of Baby-Boom Generation: Application of Rowe & Kahn's Theory. *The Journal of the Korea Contents Association*, 19(10): 69-83.
- Jeon, H., Chung, Y., Chung, S., & Song, A. (2016) The influence of social networks and social support on health among older Koreans at high risk of depression. *Care Management Journals*, 17(2): 70-80.
- Ji, H. E., & Park, K. S. (2018) Comparison of successful aging and its determinants by gender. *Korean Soc Sec Stud*, 34(2): 209-237.
- Kim, B. J., Nakaoka, S., & Underwood, C. (2017) The impacts of social support and cognitive function on depression among community-dwelling older Japanese Americans. *Social work in public health*, 32(2): 82-93.
- Kim, J. H., & Park, J. Y. (2015). The influence of anxiety over aging of the elderly group on successful aging and the mediation effect of social support. *The Journal of the Korea Contents Association*, 15(9): 210-222.
- Liu, H., Byles, J. E., Xu, X., Zhang, M., Wu, X., & Hall, J. J. (2017) Evaluation of successful aging among older people in China: results from China health and retirement longitudinal study. *Geriatrics & gerontology international*, 17(8): 1183-1190.
- López-Cerdá, E., Carmona-Torres, J. M., & Rodríguez-Borrego, M. A. (2019) *Social support for elderly people over 65 years in Spain*. *International nursing review*, 66(1): 104-111.
- Mount, S., Ferrucci, L., Wesseliuss, A., Zeegers, M. P., & Schols, A. M. (2019) Measuring successful aging: an exploratory factor analysis of the InCHIANTI Study into different health domains. *Aging (Albany NY)*, 11(10): 3023.

- Özsungur, F. (2019) Gerontechnological factors affecting successful aging of elderly. *The Aging Male*, 1-13.
- Qu, X. (2016) The influence mechanism of social support on the elderly's life satisfaction-Based on the intermediary effect analysis of physical and mental health. *J. Popul*, 38, 49-60.
- San Sebastián, M., Mosquera, P. A., & Gustafsson, P. E. (2018) Whose income is more important: mine, yours or ours? Income inequality and mental health in northern Sweden. *European journal of public health*, 28(6): 1056-1061.
- Seo, D. S. (2018) In the relationship between social activities and successful aging mediating effect of aging anxiety and moderating effect of social support. *The Journal of the Korea Contents Association*, 18(10): 575-583.
- Shiba, Y., Anzai, S., Ueki, S., & Haga, H. (2015) Factors related to social participation in Japanese: comparison of urban and rural. *Physiotherapy*, 101(1):1382.
- Simard, J., & Volicer, L. (2020) Loneliness and isolation in long-term care and the COVID-19 pandemic. *Journal of the American Medical Directors Association*, 21(7): 966-967.
- Tao, L., Wu, M., Min, Y., & Yin, J. (2016) Meta-analysis on the influencing factors of mental health of the elderly in urban and rural areas in China in the past two decades. *Chin. Sch. Educ*, 6: 61-62.
- Tournier, I. (2020) Learning and adaptation in older adults: An overview of main methods and theories. *Learning, Culture and Social Interaction*, 100466.
- van Dyck, L. I., Wilkins, K. M., Ouellet, J., Ouellet, G. M., & Conroy, M. L. (2020) Combating heightened social isolation of nursing home elders: the telephone outreach in the COVID-19 outbreak program. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(9): 989-992.
- Van Manen, M. (2016). *Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy*. Routledge.
- Wedgeworth, M., LaRocca, M. A., Chaplin, W. F., & Scogin, F. (2017) The role of interpersonal sensitivity, social support, and quality of life in rural older adults. *Geriatric Nursing*, 38(1): 22-26.
- Wright-St Clair, V. A., Neville, S., Forsyth, V., White, L., & Napier, S. (2017) Integrative review of older adult loneliness and social isolation in Aotearoa/New Zealand. *Australasian Journal on Ageing*, 36(2): 114-123.
- Wu, B. (2020) Social isolation and loneliness among older adults in the context of COVID-19: a global challenge. *Global health research and policy*, 5(1): 1-3.
- Xiang, Y., & Yao, H. (2016) The difference of social support between urban and rural elderly and its influence on health and life satisfaction. *J. Huazhong Agric. Univ*, 6: 85-92.
- Xiao, H. & Li, P. (2019) The impact of taking care of grandchildren on the mental health of rural middle aged and elders in China. *Chin. J. Health Policy*, 2: 41-50.
- Zhou, J., Han, Y., Mao, W., Lee, Y., Chi, I. (2016) The impact of caring for grandchildren on the physical health of rural elderly. *China Rural Econ*, 7: 81-96.

## Perception of the living Space Experiences of the Elderly Using an Interpretive Phenomenology Approach

Mohammad Abbaszadeh<sup>1</sup> | Kamal Koohi<sup>2</sup> | Mohammad Mostafa Abdi<sup>\*3</sup>

1. Professor of Sociological Sciences at University of Tabriz, Iran. Email: [M.abbaszadeh2014@gmail.com](mailto:M.abbaszadeh2014@gmail.com)

2. Associate professor of Sociological Sciences at University of Tabriz, Iran. Email: [k.koohi2011@gmail.com](mailto:k.koohi2011@gmail.com)

4. Corresponding Author\*, Master of Social Sciences Research, University of Tabriz, Iran. Email: [m.abdi6868@gmail.com](mailto:m.abdi6868@gmail.com)

### ARTICLE INFO

#### Article type:

Research Paper

#### Article History:

Received: March 2021

Accepted: September 2021

#### Keywords:

Lived space, successful aging, elders of Tabriz city, feeling of happiness, explanatory phenomenology

### ABSTRACT

**Introduction:** The elders' lived space is considered as the felt space of psychological, sociological and etc. experiences that in somehow is influence their future functions. So, the purpose of this study was to identify lived space among elders of Tabriz city.

**Methodology:** The methodology used in this research was qualitative and explanatory phenomenological method and to collect data, and to collect data, semi-structured the statistical sample was used. Through purposeful method of sampling as 15 people considering saturation rule in order to gain validity of research findings resulted from the interviews technique of triplicity and also parallel technique and presenting data and its results analysis method of data gathering were applied.

**Results:** The results of this research showed that several dimensions of structural, social, religious and psychological like being hopeful, having the feeling of happiness, feeling of loneliness, and rejection, and also way of behaving with the elders should be considered as pre-requisites of aging. Studies showed that 40% of the respondents were under the influence of the existing situation, but they tried to spend their lives happily

**Conclusions:** Old age is considered one of the stages of life and everyone will experience this stage at some point. But the reality is that most people do not have the ability to adapt to the changes of this stage of life and cannot adapt themselves to it. The 9 main themes of feeling old, the mental conditions of the elderly, the feeling of sadness and discomfort, the feeling of happiness, the state of sleep, the feeling of loneliness, the feeling of success in life, the family's behavior towards the elderly, the people's behavior towards the elderly are the most important influential categories in this field.

**Cite this article:** Abbaszadeh, M., Koohi, K. Abdi, M.M. (2025). Perception of the living Space Experiences of the Elderly Using an Interpretive Phenomenology Approach. *Journal of Economic & Developmental Sociology*, 14 (Special Issue), 39-58.



© The Author(s). Publisher: University of Tabriz Press.



[10.22034/JEDS.2021.45391.1513](https://doi.org/10.22034/JEDS.2021.45391.1513)