

Accepted Manuscript

Accepted Manuscript (Uncorrected Proof)

Title: Antecedents and Consequences of Grief in the Elderly: A Qualitative Study

Authors: Roya Marsa¹, Bahman Bahmani¹, Abbas Ebadi^{2,*}, Manoochehr Azkhosh¹, Ahmad Delbari³

1. Department of Counseling, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.
2. Nursing Care Research Center, Clinical Sciences institute, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran.
3. Research Center on Ageing, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.

***Corresponding Author:** Abbas Ebadi, Nursing Care Research Center, Clinical Sciences institute, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran. Email: ebadi1347@yahoo.com

To appear in: **Salmand: Iranian Journal of Ageing**

Received date: 2024/05/17

Revised date: 2024/11/11

Accepted date: 2024/11/12

First Online Published: 2024/11/26

This is a “Just Accepted” manuscript, which has been examined by the peer-review process and has been accepted for publication. A “Just Accepted” manuscript is published online shortly after its acceptance, which is prior to technical editing and formatting and author proofing. Salmand: Iranian Journal of Ageing provides “Just Accepted” as an optional service which allows authors to make their results available to the research community as soon as possible after acceptance. After a manuscript has been technically edited and formatted, it will be removed from the “Just Accepted” Website and published as a published article. Please note that technical editing may introduce minor changes to the manuscript text and/or graphics which may affect the content, and all legal disclaimers that apply to the journal pertain.

Please cite this article as:

Marsa R, Bahmani B, Ebadi A, Azkhosh M, Delbari A. [Antecedents and Consequences of Grief in the Elderly: A Qualitative Study (Persian)]. Salmand: Iranian Journal of Ageing. Forthcoming 2025. Doi: <http://dx.doi.org/10.32598/sija.2025.2390.5>

Doi: <http://dx.doi.org/10.32598/sija.2025.2390.5>

نسخه پذیرفته شده پیش از انتشار

عنوان: پیشایندها و پیامدهای سوگ در سالمندان: یک مطالعه کیفی

نویسندگان: رویا مرسا^۱، بهمن بهمنی^۱، عباس عبادی^{۲*}، منوچهر ازخوش^۱، احمد دلبری^۳

۱. گروه مشاوره، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، تهران، ایران.
۲. مرکز تحقیقات مراقبت های پرستاری، پژوهشکده علوم بالینی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران.
۳. مرکز تحقیقات سالمندی، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، تهران، ایران.

*نویسنده مسئول: عباس عبادی، مرکز تحقیقات مراقبت های پرستاری، پژوهشکده علوم بالینی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه

الله، تهران، ایران. ایمیل: ebadi1347@yahoo.com

نشریه: سالمند: مجله سالمندی ایران

تاریخ دریافت: 1403/02/28

تاریخ ویرایش: 1403/08/21

تاریخ پذیرش: 1403/08/22

این نسخه «پذیرفته‌شده پیش از انتشار» مقاله است که پس از طی فرایند داوری، برای چاپ، قابل پذیرش تشخیص داده شده است. این نسخه در مدت کوتاهی پس از اعلام پذیرش به صورت آنلاین و قبل از فرایند ویراستاری منتشر می‌شود. نشریه سالمند گزینه «پذیرفته‌شده پیش از انتشار» را به عنوان خدمتی به نویسندگان ارائه می‌دهد تا نتایج آن‌ها در سریع‌ترین زمان ممکن پس از پذیرش برای جامعه علمی در دسترس باشد. پس از آنکه مقاله‌ای فرایند آماده سازی و انتشار نهایی را طی می‌کند، از نسخه «پذیرفته‌شده پیش از انتشار» خارج و در یک شماره مشخص در وبسایت نشریه منتشر می‌شود. شایان ذکر است صفحه آرایی و ویراستاری فنی باعث ایجاد تغییرات صوری در متن مقاله می‌شود که ممکن است بر محتوای آن تأثیر بگذارد و این امر از حیطة مسئولیت دفتر نشریه خارج است.

لطفا این گونه استناد شود:

Marsa R, Bahmani B, Ebadi A, Azkhosh M, Delbari A. [Antecedents and Consequences of Grief in the Elderly: A Qualitative Study (Persian)]. *Salmand: Iranian Journal of Ageing*. Forthcoming 2025. Doi: <http://dx.doi.org/10.32598/sija.2025.2390.5>

Doi: <http://dx.doi.org/10.32598/sija.2025.2390.5>

Abstract:

Objectives: Old age is considered a period of facing great losses, and as a result, the experience of bereavement is more common than in the previous stages of people's lives. Understanding and recognizing the experiences of the elderly from its antecedents and consequences in old age is one of the requirements for the development of well-being these days. This research was done with the aim of understanding the experience of the elderly about the antecedents and consequences of grief.

Method: A qualitative study with the content analysis method with the participation of 16 elderly people aged 60 to 85 referring to day care centers and parks in Tehran, which continued with the purposeful sampling method until the condition of maximum diversity was met, were selected and participated in interviews with a semi-structured method. The data of this research was collected between March 1401 and September 1402 and Goba and Lincoln criteria were used to achieve the accuracy and reliability of the data.

Findings: Based on the experiences expressed by the participants, four categories of antecedents of bereavement include: the experience of losing loved ones, the experience of losing health, the experience of retirement, the regret of the unlived life; And the three consequences of bereavement, including reparability, health, and socio-economic consequences, were obtained.

Results: grief in the elderly is a multi-dimensional phenomenon with a unique experience and understanding. The results of this study can help the health team to better understand this concept, to better understand the experience of bereavement in the elderly, and to carry out investigations, interventions and evaluation of auxiliary measures. They help to improve the health of the elderly.

Keywords: Antecedents, Consequences, Grief, Elderly, Qualitative study

چکیده

زمینه: سالمندی دوره مواجهه با از دست دادن های بزرگ محسوب شده و به تبع آن تجربه سوگ نیز در طی آن شایع تر از مراحل قبلی زندگی افراد است. درک و شناخت تجربه سالمندان از پیشایندها و پیامدهای آن در دوران سالمندی یکی از لازمه های توسعه بهزیستی در این ایام است. این پژوهش با هدف درک تجربه سالمندان از پیشایندها و پیامدهای سوگ انجام شده است.

روش: یک مطالعه کیفی با روش تحلیل محتوا با مشارکت ۱۶ سالمند ۶۰ تا ۸۵ ساله مراجعه کننده به مراکز روزانه نگهداری از سالمندان و پارکهای تهران که با روش نمونه گیری هدفمند تا تامین شرط حداکثر تنوع ادامه یافت، انتخاب شدند و در مصاحبه هایی با روش نیمه ساختار یافته شرکت کردند. داده های این پژوهش در فاصله زمانی بین اسفند ۱۴۰۱ تا شهریور ۱۴۰۲ جمع آوری و برای دستیابی به صحت و پایایی داده ها از معیارهای گوبا و لینکن استفاده شد.

یافته ها: بر اساس تجارب بیان شده شرکت کنندگان، چهار دسته پیشایند سوگ شامل: تجربه از دست دادن عزیزان، تجربه از دست دادن سلامتی، تجربه بازنشستگی، حسرت زندگی نزیسته؛ و پیامدهای سه گانه سوگ هم شامل پیامد ترمیم پذیری، پیامد سلامتی، پیامد اقتصادی-اجتماعی بدست آمد.

نتایج: سوگ در سالمندان یک پدیده چند بعدی با یک تجربه و درک منحصر به فرد است. نتایج این مطالعه می تواند به تیم سلامت، در شناخت بیشتر این مفهوم، درک بهتر تجربه سوگ در سالمندان و نیز اجرای بررسی ها، طراحی و اجرای مداخلات یاورانه متناسب و کارآمدتر و ارزشیابی این اقدامات برای ارتقای سلامت سالمندان کمک کند.

کلیدواژه ها: پیشایند، پیامد، سوگ، سالمند، مطالعه کیفی

مقدمه:

جمعیت سالمندان در جهان و ایران در حال افزایش است. طبق آمار سازمان بهداشت جهانی تعداد سالمندان کل جهان تا سال ۲۰۵۰ به دو میلیارد نفر خواهد رسید (۱). ماهیت سالمندی به گونه‌ای است که افراد بتدریج ولی مداوم با از دست دادن‌های بزرگ و تجربه سوگ مواجه می‌شوند (۲). فقدان‌ها در افراد سالمند فقط به مرگ محدود نمی‌شود بلکه شامل مواردی از قبیل از دست دادن عملکرد جسمانی، استقلال، بیماری، کاهش مشارکت اجتماعی، پایان روابط مهم بین فردی، بازنشستگی (۳) و حتی از دست دادن معنا (۴) را در برمی‌گیرد.

باید توجه داشت که سه اصطلاح سوگ^۱، سوگواری^۲ و داغدیدگی^۳ مفاهیمی مجزا با ویژگی‌هایی کاملاً متفاوت و البته در ارتباط تنگاتنگ با یکدیگر هستند (۵). سوگ در پاسخ به "ادراک" از دست دادن شی مهم اتفاق می‌افتد و بر حوزه‌های جسمی، عاطفی، رفتاری، شناختی، اجتماعی و معنوی فرد تأثیر می‌گذارد (۶). بنا بر تعریف ارائه شده در پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، (DSM-5)، سوگ به احساس ذهنی که از مرگ عزیزان پدید می‌آید اطلاق می‌شود (۷). و از نظر مفهومی به واکنش‌های پیچیده متعددی اشاره دارد که پس از تجربه جدایی یا از دست دادن هر چیز مهم، علی‌الخصوص پس از فقدان و مرگ عزیز تجربه می‌شوند (۸). در حالی که سوگواری تجلی بیرونی و ابراز احساسات، رفتار و افکاری است که افراد پس از فقدان تجربه می‌کنند (۹). داغدیدگی نیز اشاره به حالت عاطفی فرد در مواجهه با از دست دادن شخص مورد علاقه به علت مرگ دارد (۱۰).

تعدادی از نویسندگان خاطر نشان کرده اند که برخی از اشکال انتزاعی تر از دست دادن شی مهم، نظیر تجربه ذهنی از دست دادن استقلال فردی یا کنترل بر خود و شرایط و برخی جلوه‌های بدنی نقص و نارسایی مثل قطع عضو یا فلج حرکتی نیز علاوه بر مرگ عزیز باید به عنوان عوامل ایجاد کننده سوگ مورد توجه قرار گیرند (۱۱).

سوگ و فقدان، تجربه‌ای کاملاً روانی و درونی بوده و نیازمند بررسی بر مبنای گزارش‌های فرد تجربه کننده است. تجربه‌ی فقدانهای مختلف نظیر جنگ، مهاجرت، آوارگی و نظایر آن، فراتر از واقعیت بیرونی، به منزله‌ی تجربه‌ای روان شناختی و تأثیر آن بر زندگی فرد، موضوعی است که کاملاً به تجربه بی واسطه‌ی شخص متکی است (۱۲).

پدیده سوگ به عنوان یک تجربه ذهنی می‌تواند متأثر از فقدان‌ها بی از قبیل از دست دادن عزیزان (۱۳)، از دست دادن استقلال، بیماری، پایان روابط و بازنشستگی باشد (۳) که می‌توان به عنوان پیشایندهای سوگ به آنها پرداخت و در عین حال این پیشایندها می‌توانند منجر به اضطراب و افسردگی (۱۴)، از دست دادن حمایت عاطفی و مالی (۱۵) شوند که در ادبیات پژوهش تحت عنوان پیامدهای سوگ به آن پرداخته شده است.

اگر چه در بررسی ادبیات پژوهش، مطالعه‌ای که مستقیماً به پیشایندها و پیامدهای سوگ در سالمندان پرداخته باشد، یافت نشد اما برخی یافته‌های ضمنی در مورد پیشایندها و پیامدهای سوگ از تعدادی از مطالعات قابل استخراج بود.

در غالب این مطالعات مرگ همسر عزیزان به عنوان پیشایندهای سوگ (۱۶، ۱۷) و احساس انزوا، احساس گناه، اضطراب، از دست دادن صمیمت عاطفی (۱۸، ۱۹)، ناتوانی در پرداخت صورت حساب، وابستگی مالی زن بیوه بعد فوت همسر به اقوام، نداشتن

grief^۱
mourning^۲
bereavement^۳

هم صحبت، انزوای اجتماعی، از دست دادن حمایت اجتماعی، از دست دادن حمایت عاطفی (۱۷، ۲۰)، رشد شخصی یا خودسازی، یادگیری مهارت‌های جدید، معنا دادن به زندگی، فعال شدن به صورت داوطلبانه در مدارس و انجمن خیریه، توسعه فعالیت‌های جدید (۲۱)، به عنوان پیامد سوگ گزارش شده بود.

نویسندگان این مقاله، در یک مطالعه مروری، پیشایندهای سوگ را شامل ازدست دادن عزیزان، ازدست دادن حیوانات خانگی، ازدست دادن سلامتی و طلاق؛ و پیامدهای سوگ هم شامل پیامد سلامتی، پیامد اجتماعی، پیامد مالی و ترمیم پذیری گزارش کرده اند (۲۲).

با توجه به این که سوگ یک مفهوم فرهنگی است (۲۳) و تلاش برای شناسایی همه جانبه این پدیده به ناگزیر متأثر از ابعاد اجتماعی - فرهنگی این تجربه انسانی است لذا بررسی عینی و شواهد مبنای آن می بایست مبتنی بر مطالعات کیفی بر روی جامعه هدف باشد. بنابر این پژوهش حاضر اولین مطالعه کیفی است که به بررسی پیشایندها و پیامدهای سوگ در سالمندان مقیم شهر تهران می پردازد.

مواد و روشها

طرح مطالعه

این مطالعه کیفی با استفاده از رویکرد تحلیل محتوای قراردادی ۴ انجام شد. در این نوع از آنالیز، طبقات از داده ها و نه از یک تئوری اولیه استخراج می شوند. تجزیه و تحلیل محتوا بصورت کیفی، به معنی شکستن متن بدست آمده از تجارب و داستانهای زندگی افراد به بخشهای کوچک و تحلیل آنها به صورت توصیفی است (۲۴).

محیط پژوهش و مشارکت کنندگان

مشارکت کنندگان در این مطالعه شامل ۱۶ سالمند زن و مرد، ۶۰ تا ۸۵ ساله بودند که از بین سالمندان ساکن شهر تهران که به پارکها و نیز دو مرکز توانبخشی روزانه یاس و آرمان پویان مراجعه می کردند و به روش نمونه گیری مبتنی بر هدف انتخاب شدند. آنچه شهر تهران را برای این تحقیق، مناسب می نمود، دسترسی آسانتر محققان به نمونه‌ها بود همچنین تهران از نظر جمعیتی، کلان شهر آمیخته از فرهنگهای متفاوت است.

در نمونه گیری از بین سالمندان مراجعه کننده به پارکهای تهران با استفاده از روش تصادفی خوشه ای چهار پارک عمومی در چهار سمت جغرافیایی اصلی تهران به منظور جامعیت از نظر اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی انتخاب، و سالمندانی که واجد معیارهای شمول و مایل به همکاری بودند، مورد مصاحبه قرار گرفتند.

معیارهای ورود : کلیه سالمندان دارای سن ۶۰ سال یا بالاتر؛ تمایل به شرکت در پژوهش؛ ساکن در مناطق مختلف شهر تهران؛ توانایی تکلم به زبان فارسی؛ عدم ابتلا به ناشنوایی، توانایی برقراری ارتباط، توانایی یادآوری و بیان تجربه و داشتن اطلاعات کافی تا بتوانند تصویر مطمئنی از پدیده تحت مطالعه را ارائه دهند.

ملاک‌های خروج نیز عبارت بود از: داشتن مشکلات شدید ذهن و مغز نظیر پارکینسون و دمانس و به منظور اطمینان از عدم وجود مشکل شناختی از آزمون کوتاه شده شناختی فروغان (۲۵) استفاده شد.

پس از توضیح هدف پژوهش با افرادی که رضایت مکتوب خود را برای مشارکت در مطالعه اعلام کرده بودند، مصاحبه‌های نیمه ساختار یافته انجام شد. برای رعایت حداکثر تنوع ۵ در میان افراد سالمند از هر دو جنس با تنوع در سطح تحصیلات، وضعیت تاهل و شغل استفاده شد. همچنین مشخصات دموگرافیک شامل سن، وضعیت تاهل، تحصیلات، وضعیت اشتغال نیز ثبت شد (جدول ۱).

جدول ۱: مشخصات شرکت کنندگان

شماره	سن	جنس	تحصیلات	شغل	وضعیت تاهل
۱	۶۷	زن	دیپلم	خانه دار	متاهل
۲	۶۲	زن	دیپلم	خانه دار	متاهل
۳	۶۹	زن	فوق دیپلم	بازنشسته	متاهل
۴	۶۲	زن	ابتدایی	خانه دار	متاهل
۵	۶۰	زن	لیسانس	بازنشسته	متاهل
۶	۶۶	زن	دیپلم	خانه دار	بیوه
۷	۷۶	زن	دیپلم	بازنشسته	بیوه
۸	۶۲	زن	دیپلم	خانه دار	متاهل
۹	۷۸	زن	ابتدایی	خانه دار	بیوه
۱۰	۸۱	مرد	فوق دیپلم	بازنشسته	بیوه
۱۱	۸۵	مرد	لیسانس	بازنشسته	مطلقه
۱۲	۷۵	مرد	ابتدایی	بازنشسته	بیوه
۱۳	۸۷	مرد	ابتدایی	بازنشسته	بیوه
۱۴	۷۹	مرد	دیپلم	بازنشسته	متاهل
۱۵	۷۶	مرد	دیپلم	بازنشسته	متاهل
۱۶	۶۷	مرد	لیسانس	بازنشسته	متاهل

جمع آوری اطلاعات

یک مطالعه کیفی با استفاده از مصاحبه های انفرادی عمیق، نیمه ساختارمند با استفاده از رویکرد تحلیل محتوای قراردادی انجام شد. نویسندگان اول، داده ها را با مصاحبه چهره به چهره با سالمندان جمع آوری کرد.

هر مصاحبه با یک سوال کلی در مورد تجربه سوگ آغاز می شد. سپس مصاحبه گر به تدریج مصاحبه را به سمت جنبه هایی که مستقیماً با تحقیق مرتبط بودند هدایت میکرد.

مصاحبه ها با این سوال آغاز شد: "آیا تا کنون شخص یا چیز مهمی را از دست داده اید؟" در ادامه سوالاتی مانند "چی شد که این اتفاق افتاد؟"، به دنبال این اتفاق چه احساسی پیدا کردید؟" مطرح گردید. همچنین با سوالات اکتشافی و عمق دهنده مانند "ممکنه در این مورد بیشتر برام توضیح بدین؟"، "میشه یه مورد رو تعریف کنین؟" ادامه یافت. پس از پاسخ های اولیه، برای دنبال کردن افکار شرکت کنندگان از عبارات و سوالاتی برای کاوش و تأمل بیشتر استفاده شد. مصاحبه ها به طور متوسط بین ۶۰ تا ۹۰ دقیقه طول کشید. ضمن اینکه مصاحبه ها با کسب اجازه کتبی از مشارکت کنندگان ضبط می شد. زمان و مکان مصاحبه به دلخواه مشارکت کنندگان تعیین می شد تا با آرامش و راحتی بیشتری بتوانند تجربیات خود را به اشتراک بگذارند. داده های این پژوهش در فاصله زمانی بین اسفند ۱۴۰۱ تا شهریور ۱۴۰۲ جمع آوری شده است. پس از انجام هر مصاحبه، محتوای ضبط شده با دقت و به شکل رونوشت عامیانه، کلمه به کلمه پیاده سازی شد. داده های به دست آمده همزمان به طور مکرر بازخوانی شد تا درک کلی از آن به دست آید.

تجزیه و تحلیل داده ها

در پژوهش حاضر برای تجزیه و تحلیل داده های کیفی از روش لیندرن^۶ و همکاران (۲۰۲۰) استفاده شد (۲۶). ابتدا بافت زدایی^۷ به شرح زیر انجام گردید. نخست متن مصاحبه ها، دستنویس و چندین بار روخوانی انجام شد تا ایده اصلی متن درک شود. سپس واحدهای معنایی شناسایی و کدگذاری گردیدند. برای بافت مندی مجدد^۸، کدهای تولید شده با هم مقایسه و بر اساس شباهت ها و تفاوت هایشان در زیر طبقات دسته بندی شدند. سپس با استفاده از تفسیر بیشتر و افزودن مفاهیم به این طبقات، زیرطبقات در طبقات اصلی دسته بندی شدند (جدول ۲). در نهایت تجزیه و تحلیل داده ها انجام و بدنبال آن کدها، زیرطبقات و دسته ها مورد مقایسه و تجدید نظر قرار گرفتند.

تحلیل یافته ها همزمان با جمع آوری داده ها توسط نرم افزار MAXQDA نسخه ۲۰۲۰ صورت گرفت.

جدول ۲: نمونه تحلیل داده ها

بافت مندی مجدد		بافت زدایی		
طبقه اصلی	خرده طبقات	کدها	واحد‌های معنایی خلاصه شده	واحد‌های معنایی
تجربه بازنشستگی	از دست دادن هویت	احساس پوچی بعد از بازنشستگی، احساس تهی شدن	احساس پوچی و تهی شدن بعد از بازنشستگی	وقتی بازنشسته شدم احساس کردم تموم شدم، از درون پوچ شدم و احساس تهی شدن دارم.
	از دست دادن عاملیت	از دست دادن حس قدرت بعد از بازنشستگی، از دست دادن حس مفید بودن، احساس بیهودگی بعد از بازنشستگی	احساس بیهودگی و از دست دادن حس قدرت و مفید بودن بعد از بازنشستگی	وقتی کار میکردم نمونه می-آمد باید تست میکردم مقاومت وسختی و شناسایی اش رو بشناسم گزارش بنویسم، یک شخص مهمی بودم همه روم حساب میکردن این کار به من حس قدرت، مفید بودن و میداد اما الان حس میکنم دارم بیهوده زندگی میکنم
	بی هدفی بعد از بازنشستگی	به هم خوردن برنامه زندگی، کم انگیزه شدن، یکنواختی روزهای بعد بازنشستگی، تمام شدن جریان رشد و تغییر بعد از بازنشستگی	-تکراری بودن روزها و نداشتن رشد و تغییر -به هم خوردن برنامه زندگی و نداشتن انگیزه برای انجام کارها	-بعد از بازنشستگی همه روزات شبیه همن. امروز و فردا، خواب، غذا، رفتار و... به یک شکله و زندگی ما هیچ تغییری نمیکنه. دیگه رشد و تغییری در زندگی ما اتفاق نمیافته همش تکرار و تکرار. - بعد از بازنشستگی برنامه ی زندگی ام بهم خورد و انگیزه ام برای انجام کارها کم شد.
	کاهش ارتباطات اجتماعی	از دست دادن جو صمیمی بین همکاران، ایزوله شدن بعد از بازنشستگی	از دست دادن جو همکاران	بعد از بازنشستگی چون جو صمیمی که با همکارانم داشتم، هر روز هم دیگر را می دیدیم و با هم صحبت می کردیم، ناراحتم که اون جمع دوستانه رو دیگه ندارم احساس میکنم ایزوله شدم.
	احساس دیده نشدن	توجه نکردن به اوضاع بازنشسته‌ها، عدم توجه به نیاز بازنشسته ها	بی توجهی به نیازها و شرایط بازنشسته ها	الان اصلا به بازنشسته ها توجهی نمیکنند نمیگن عروس داره، داماد داره کلی خرج داره. بعد بازنشستگی حکم رو میدن دست بازنشسته و میگن برو؛ دیگه کسی حالتو نمیپرسه و هیچکس هم توجهی نداره.

اعتماد پذیری / استحکام داده ها

برای دستیابی به صحت و پایایی داده‌ها از معیارهای گوبا^۹ و لینکن^{۱۰} شامل قابلیت اعتبار ۱۱، قابلیت اعتماد ۱۲، انتقال پذیری ۱۳ و قابلیت تایید ۱۴ استفاده شد (۲۴).

مدت مصاحبه‌ها در این مطالعه، حدود ۷ ماه از تاریخ اسفند ۱۴۰۱ تا شهریور ۱۴۰۲ طول کشید که می‌توان آنرا شاخصی از افزایش "اعتبار یافته‌ها" تلقی کرد. داده‌ها و فرآیند انجام مطالعه توسط دو نفر از اعضای با تجربه تیم تحقیق به‌طور مستمر مورد بررسی قرار می‌گرفت. روش دیگری که برای افزایش اعتبار داده‌ها استفاده شد، بازبینی توسط خود مشارکت‌کنندگان بود، به گونه‌ای که مفاهیم حاصل از تحلیل هر مصاحبه برای خود مشارکت‌کننده ارسال می‌شد و کدهای استخراج شده از مصاحبه مورد تأیید یا تصحیح آنها قرار می‌گرفت.

در این مطالعه برای رسیدن به اعتماد‌پذیری، داده‌ها به یکی از پژوهشگران متخصص در زمینه مطالعات کیفی داده شد، سپس به مقایسه نتایج آنها با نتایج پژوهشگر پرداخته شد در نهایت کدها و یا طبقه‌بندی‌هایی که نیاز به بازنگری جدی داشتند مورد بررسی مجدد قرار می‌گرفت. برای افزایش انتقال‌پذیری در این مطالعه تلاش شد شرح دقیقی از مشارکت‌کنندگان ارائه شود تا خوانندگان گزارش این مطالعه بتوانند با خصوصیات مشارکت‌کنندگان آشنا شوند و همچنین بتوانند در مورد روند مطالعه، قضاوت درستی داشته باشند. برای افزایش "تایید پذیری" در این مطالعه، پژوهشگر سعی نمود تا تمام مراحل تحقیق (جمع‌آوری داده‌ها، شکل‌گیری مفاهیم، اصلاح و ادغام مفاهیم) را بصورت روشن مکتوب نماید، بطوریکه سایر محققین نیز قادر به پیگیری کار باشند و این فرایند موجب اطمینان از عدم هر گونه سوگیری شود. به علاوه بازبینی توسط مشارکت‌کنندگان و ناظرین متخصص از جمله فعالیت‌هایی بود که به تامین معیار قابلیت تایید یافته‌های تحقیق کمک نمود.

ملاحظات اخلاقی

این مطالعه در کمیته اخلاق دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی با کد (IR.USWR.REC.1400.258) تصویب شد. هدف از مطالعه برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و به آنها اطمینان داده شد که اطلاعاتشان محرمانه باقی خواهد ماند و همچنین مختار هستند که هر زمان مایل بودند از مطالعه خارج شوند لازم به ذکر است از شرکت‌کنندگان رضایت کتبی جهت شرکت در مطالعه اخذ شد.

برای حفظ حریم شخصی مشارکت‌کنندگان هیچ نامی از افراد در جایی منتشر نگردیده و اطلاعات شخصی فقط در اختیار تیم تحقیقات می‌باشد. مشارکت‌کنندگان با استفاده از کدهای عددی نشانه‌گذاری شده‌اند. مصاحبه‌های صورت گرفته توسط نویسنده اول به نوشتار تبدیل شده است. علاوه بر این فایل‌های صوتی مشارکت‌کنندگان ۶ ماه پس از چاپ مقاله پاکسازی خواهند شد و این موضوع به اطلاع مشارکت‌کنندگان رسیده است.

⁹Guba

¹⁰ Lincoln's

Credibility^{۱۱}

Dependability^{۱۲}

Confirmability^{۱۳}

Transability^{۱۴}

یافته ها

در این پژوهش چهار دسته پیشایند سوگ عبارتند از: تجربه از دست دادن عزیزان، تجربه از دست دادن سلامتی، تجربه بازنشستگی، حسرت زندگی نزیسته ؛ و سه دسته پیامد سوگ شامل: پیامد ترمیم پذیری، پیامد سلامتی و پیامد اقتصادی-اجتماعی استخراج شد (جدول ۳).

جدول ۳: پیشایندها و پیامدهای سوگ در سالمندان

پیامدها		پیشایندها	
خرده طبقه	طبقه اصلی	خرده طبقه	طبقه اصلی
کسب هویت جدید		مرگ اعضای خانواده	
زندگی کارآمد	ترمیم پذیری	مرگ دوستان	تجربه از دست دادن عزیزان
سازگاری با فقدان		طلاق	
		مهاجرت اعضای خانواده	
سلامت روان			
	پیامد سلامتی	سلامت جسمانی	
سلامت جسمانی		سلامت روان	تجربه از دست دادن سلامتی
از دست دادن ارتباطات معنادار		از دست دادن هویت	
		از دست دادن عاملیت	
محترم نبودن از نگاه جامعه		بی هدفی بعد از بازنشستگی	تجربه بازنشستگی

از دست دادن منزلت	پیامد های اقتصادی-اجتماعی	کاهش ارتباطات اجتماعی
ناتوانی در پرداخت هزینه		احساس دیده نشدن
		حسرت زندگی نزیسته
		فرصت های استفاده نشده در طی زندگی
		از دست دادن سالهای زندگی و جوانی

پیشایندهای سوگ:

پیشایندها، امور و وقایعی هستند که قبل از رخداد یک مصداق، وجود داشته و بر وقوع آن موثرند. در این مطالعه تجربه از دست دادن عزیزان، تجربه از دست دادن سلامتی، تجربه بازنشستگی و حسرت زندگی نزیسته به عنوان پیشایندهای سوگ استخراج شدند.

۱- تجربه از دست دادن عزیزان:

این طبقه شامل چهار زیر طبقه: مرگ اعضای خانواده، مرگ دوستان، تجربه طلاق و تجربه مهاجرت عزیزان به خارج از کشور می شود.

مرگ اعضای خانواده

سالمندان در معرض مرگهای متعدد اعضای خانواده هستند و هیجانات ناخوشایندی را تجربه می کنند شرکت کننده ای بیان می کند:

"وقتی همسرم فوت کرد. خیلی حالم بد بود و داغون شدم. اون موقع که زنده بود خیلی با هم خوب بودیم. هنوزم تو فکرم هستم و تو ذهنم هستش و هنوزم خاطراتش یادمه وقتی یاد خاطرات با اون میفتم خیلی ناراحت میشم ای کاش بود" (آقای ۸۷ ساله).

و شرکت کننده دیگری عنوان کرد:

"من همسرم را خیلی دوست داشتم همسرم یک انسان بود، فهمیده بود، ما با هم دوست بودیم، زن و شوهر نبودیم. این ۴۴ سال هیچی از هم قایم نکردیم با هم رو راست بودیم، درد و دل میکردیم، با هم پارک می آمدیم. شش ماه شب و روز گریه میکردم" (خانم ۶۶ ساله).

مرگ دوستان

نیاز به حمایت اجتماعی در سالمندی افزایش پیدا می‌کند از دست دادن دوستان و همکاران در سنین سالمندی موجب از دست رفتن روابط معنادار می‌شود. شرکت کننده ای بیان کرد:

"رفیقای من خیلی هاشون رفتن دیگه. با خیلی هاشون همکار بودم همخونه بودم موقع دانشجویی. همگی آموزش و پرورش بودیم. چند تاشون تو کرونا فوت کردند. یکی پنج سال پیش فوت کرد. یکی سرطان معده گرفت. اون یکی هم سخته کرد. همینجور هر کدوم به یه دلیلی رفتن. خیلی دوششون داشتم با هم کوه میرفتیم هر چند وقت یکبار همدیگر رو میدیدیم به هم زنگ میزدیم اما همشون رفتن و من تنها شدم" (آقای ۸۵ ساله).

تجربه طلاق

تجربه طلاق در دوره سالمندی و زمانی که همسر و رابطه با او نقش حمایتی بسیار مهمی برای فرد ایفا می‌کند، می‌تواند منجر به تجربه هیجانات ناخوشایند و بسیار آزار دهنده ای شود. شرکت کننده ای بیان می‌کند:

"بعد بازنشستگی هرچی کوتاه اومدم، مدارا کردم گفتم زشته سر پیری طلاق بگیریم اما دیدم فایده نداره واقعا دیگه تحملم تمام شده بود گفتم حداقل این چند صباحی که از عمرم مونده رو با اعصاب راحت زندگی کنم. میدونید ما همزمان نبودیم. همش دعوا و بحث و ناراحتی بود. ما سالها از هم طلاق گرفته بودیم اما فقط داشتیم تحمل میکردیم وگرنه که اون زندگی نبود. طلاق برام سخت بود من عمرم رو تو اون زندگی گذاشته بودم. الان من موندم و تنهایی. عمرم رفت بدون اینکه احساس خوش بختی داشته باشم. الان میفهمم معنی عاقبت بخیری چیه. من عاقبت به خیر نشدم. گاهی اوقات میشینم برای خودم و زندگی ام گریه میکنم" (آقای ۸۵ ساله).

تجربه مهاجرت عزیزان به خارج از کشور

مهاجرت عزیزان موجب کاهش فرصت‌ها برای تعامل‌های عاطفی عمیق و پایدار و از بین رفتن بخش وسیعی از ارتباطات معنادار روزمره فرد می‌شود. شرکت کننده ای بیان کرد:

"بعد از اینکه پسرم رفت ۶-۷ ماه فقط گریه کردم خیلی سخت بود. بشدت احساس تنهایی میکردم. بعد مدتی کارهامون رو کرد که بریم پیشش دو سال پشت سر هم رفتیم پهلوش. اون شش ماه اول کارم فقط گریه بود. شب میخوابیدم گریه میکردم، باهاس حرف میزدم گریه میکردم شوهرم دعوا می‌کرد می‌گفت پیش من گریه نکن. میدونید وقتی رفت احساس کردم زحماتم به هدر رفت ما فکر میکردیم بچه سر پیری دستمون رو میگیره میشه عصای پیری مون (خانم ۶۹ ساله)".

و شرکت کننده دیگری بیان کرد:

"وقتی دخترم رفت آلمان خیلی حس بدی داشتم خیلی ناراحت بودم. افسرده شدم بیشتر بخاطر نوه ام، اونو خیلی دوس دارم. اینقدر حالم بد بود که دختر وسطی گفت بیا چند روز بریم مشهد. ناراحت بودم میگفتم کاشکی بچه ها میتونستند اینجا زندگی کنند پیش خودمون می موندن" (خانم ۶۲ ساله).

۲- تجربه از دست دادن سلامتی

سلامت جسمانی

از دست دادن سلامتی و کم شدن تدریجی توان و نیروی بدن از پیشایندهای مهم سوگ در سالمندان است. شرکت کننده ای عنوان کرد:

"پا درد و کمر درد دارم. آدم سن اش بالا بره از توان کم میاره، از قیافه کم میاره، سن بالا بره حافظه کم میشه. سن بره بالا نیروی بدن کم میشه دیگه مثل قبل نمیتونی کار کنی، نمیتونی هر جا خواستی بری. من ناراحتی قلبی دارم عمل قلب انجام دادم خیلی سختی کشیدم خیلی فشارا تحمل کردم همه اون فشارا باعث شده الان اینطوری مریض بشم" (آقای ۷۵ ساله).

سلامت روان

کاهش سلامت روان بر اثر فشارها و ناملایمات زندگی از پیشایندهای مهم سوگ در سالمندان است. شرکت کننده ای عنوان کرد:

"اتفاقات تلخ روی روان من اثر گذاشت. باعث شد افسرده بشم، گوشه گیر بشم، این قدر سختی میکشی که فکرت برای شوخی و خنده باقیه آماده نیست" (خانم ۶۹ ساله).

۳- تجربه بازنشستگی

بازنشستگی به عنوان نقطه پایان یک دوره مستمر اشتغال رسمی به کار درآمدزا، می تواند تاثیر زیادی بر فرد بر جای گذارد. این طبقه شامل زیر طبقات از دست دادن هویت، از دست دادن عاملیت، بی هدفی بعد از بازنشستگی، از دست دادن ارتباطات اجتماعی و احساس دیده نشدن است.

از دست دادن هویت

بازنشستگی می تواند بر هویت شغلی عموم افراد، به ویژه کسانی که شغلشان اهمیت یا منزلت اجتماعی زیادی دارد، تاثیر بگذارد. بسته به اینکه افراد تا چه حد هویت خود را بر اساس اشتغال روزمره به کار شکل داده باشند، بازنشستگی می تواند تاثیر منفی بر هویت افراد برجای بگذارد. شرکت کننده ای عنوان کرد:

"من بازرس بانک بودم. دائم تو ماموریت بودم میرفتم شهرستان یک ماه یک ماه. وقتی بازنشسته شدم احساس کردم تموم شدم، از درون پوچ شدم. احساس تهی شدن و احساس خالی شدن و بی هویتی دارم" (آقای ۸۱ ساله).

و شرکت کننده ای دیگر بیان کرد.

"صبح که بیدار میشم هدفی ندارم، نمیدونم باید چیکار کنم؟ انگار یه چیزی رو گم کردم. وقتی سر کار نمی ری انگاری یه چیزی رو از دست دادی" (آقای ۷۶ ساله).

از دست دادن عاملیت

شغل زمینه اثر گذار بودن و قدرتمند بودن را به افراد میدهد. برخی افراد با بازنشستگی این احساس عاملیت را از دست می دهند. شرکت کننده ای در این باره می گفت:

"من از کارم لذت میبردم نمونه می آمد باید تست میکردم مقاومت وسختی و شناسایی اش رو همه رو بشناسم گزارش بنویسم بدم، این کار به من حس قدرت، مفید بودن و تو جامعه بودن میداد و اینکه ایزوله نشدم. بالاخره این همه زحمت کشیدم با بازنشسته شدن جایگاهم رو از دست دادم و این همه خوندم و تجربه داشتم همه رو کنار گذاشتم تو خونه مینشینم و کاری نمیکنم" (خانم ۶۰ ساله).

بی هدفی بعد از بازنشستگی

هدف علاوه بر برانگیختن رفتار باعث انسجام و معناداری رفتار و زندگی می شود. شرکت کننده ای عنوان کردند که بعد از بازنشستگی فرد درگیر زندگی تکراری، بدون هدف و تغییر می شود و فرد امیدی به آینده ندارد.

"بعد از بازنشستگی همه روزات شبیه همن. امروز و فردا، خواب، غذا، رفتار و... به یک شکله و زندگی ما هیچ تغییری نمیکنه. دیگه رشد و تغییری در زندگی ما اتفاق نمیافته همش تکرار و تکرار. آینده و امیدی در زندگی ما وجود نداره و ما با گذشته و خاطراتمون زندگی میکنیم" (آقای ۸۱ ساله).

کاهش ارتباطات اجتماعی

فرد با بازنشستگی مهمترین شبکه ارتباطی خود را از دست داده یا از آن کاسته می شود. کسانی که تا دیروز همکار و بخشی از شبکه تعاملی او بودند، امروز به دلیل بازنشسته شدن دیگر جزء شبکه تعاملی او نیستند. شرکت کننده ای عنوان می کند:

"چون جو صمیمی که با همکارانم داشتم، هر روز همدیگر رو می دیدیم و با هم صحبت می کردیم، ناراحتیم که اون جمع دوستانه رو دیگه ندارم. همکارا مثل خانواده آدم هستند. خانم ها تنقلات میاوردند تعارف میکردند، همکارا حکم میگرفتند شیرینی میگرفتند همدیگه رو نگه میداشتیم مامثل خانواده بودیم. من یک آلبوم عکس دارم که با همکاراس، مثلا پشتش نوشتم خانم حق شناس (اسم مستعار) بچه رشت بود. من با این شوخی میکردم سر به سرش میزاشتم نه اینکه شوخی بد. بالاخره وقتی تو یک اتاق کار میکنی یه خانواده میشی، الان با خاطراتشون زندگی میکنم". (آقای ۸۱ ساله)

احساس دیده نشدن

احساس نادیده گرفتن شدن یکی از موارد ناراحت کننده برای افراد است که بعد از بازنشستگی ممکن است فرد تجربه کند. در این ارتباط شرکت کننده ای ذکر کرد:

"الان اصلا به بازنشسته ها توجهی نمیکنند نمیگن عروس داره، داماد داره کلی خرج داره. بعد بازنشستگی حکم رو میدن دست بازنشسته و میگن برو؛ دیگه کسی حالتو نمیپرسه و هیچکس هم توجهی نداره" (آقای ۷۵ ساله).

۴- حسرت زندگی نزیسته

کارهای نکرده و فرصت های استفاده نشده در طی زندگی

رنج تمام شدن فرصتها و انجام ندادن کارهایی که میتوانست به ما احساس بهتری بدهد تجربه ناخوشایندی است که ممکن است در سنین سالمندی سراغ افراد بیاید در این باره شرکت کننده ای بیان کرد:

"اگه برمینگشتم عقب میرفتم دنبال علم و درس میخوندم و برای خودم یک آدم درست و حسابی میشدم. اصلا هم ازدواج نمیکردم. ازدواج هم میکنی باید با هم تیپ ات باشه ما اصلا فکرمون به هم نمیخوره دلم هم برایش میسوزه. من اصلا نفهمیدم چطوری زندگی کردم اصلا برای خودم زندگی نکردم برای بچه هام خوشحالم که موفق اند اما خودم فقط شستم و پختم و کار کردم اما برای خودم هدفی نداشتم من دوست داشتم درس بخونم، کار کنم مستقل باشم برای خودم کسی بشم. به عنوان یک زن من هیچی ندارم که توی این سن و سال دلم بهش خوش باشه. من همیشه برای بقیه بودم و کارهای اونا رو انجام میدادم. وقت من متعلق به اونا بوده تا خودم. دوست داشتم به مسافرت برم، دنیارو میدیدم اما افسوس که کل زندگیمو سرگرم شستن و پختن و بزرگ کردن بچه بودم" (خانم ۶۲ ساله).

از دست دادن سالهای زندگی و جوانی

حسرت از دست دادن سالهای جوانی یکی از احساسات رایجی است که ممکن است افراد در سنین سالمندی تجربه می کنند. از دست دادن سالهای جوانی، از دست دادن انرژی و انگیزههایی است که در افراد در سالهای جوانی داشته اند. اما با گذر زمان و افزایش سن، این انرژیها ممکن است کاهش یابد و فرد احساس کند که دیگر توانایی انجام کارهایی که در جوانی داشته است را ندارد. احساس از دست دادن سالهای جوانی می تواند تأثیرات عمیقی بر روی سلامت روانی و احساسی فرد داشته باشد. شرکت کننده ای بیان میکند:

"دوس داشتم زندگی دنده عقب داشت. همیشه میگم ای کاش میشد زندگی رو تجربه میکردی و یکبار به معنای واقعی زندگی میکردی یعنی ایرادات رو میگرفتی مشکلات رو برطرف میکردی واقعا ادم زندگی میکرد" (خانم ۶۲ ساله).

و شرکت کننده دیگری عنوان کرد:

"من اصلاً نفهمیدم چطوری زندگی کردم اصلاً برای خودم زندگی نکردم برای بچه هام خوشحالم که موفق اند اما خودم فقط شستم و کار کردم اما برای خودم هدفی نداشتم من دوست داشتم درس بخونم، کار کنم مستقل باشم برای خودم کسی بشم. الان کی هستیم؟ من کسی نیستم!" (خانم ۶۲ ساله)

پیامدهای سوگ

پیامدهای سوگ پدیده‌هایی هستند که به دنبال وقوع مصداق سوگ رخ می‌دهند (۱۲). در این پژوهش ترمیم پذیری، پیامد سلامتی، پیامد اقتصادی-اجتماعی به عنوان پیامد سوگ استخراج شدند.

۱- ترمیم پذیری

ترمیم پذیری، توانایی مقابله با شرایط دشوار و پاسخ انعطاف‌پذیر به فشارهای زندگی است، و به افراد قدرت می‌دهد تا با مشکلات پیش رو مواجهه سالم داشته باشند، بر سختی‌ها فائق آیند و با جریان زندگی حرکت کنند و با موقعیت‌های غیرمنتظره کنار بیایند. در این مطالعه یکی از پیامدهای سوگ سالمندان، ترمیم پذیری بود که شامل سه طبقه کسب هویت جدید، زندگی معنادار و مقابله با فقدان است.

کسب هویت جدید

کسب هویت جدید به معنی به دست آوردن نگاه و دیدگاه جدیدی به خود به عنوان یک فرد د ارتباط با جهان وهستی است.

تغییر جهان بینی

شرکت کننده ای اذعان کرد که بعد از تجربه از دست دادن همسر، اعتقادش را به انجام مناسک دینی از دست داده و فقط باور به وجود خدا دارد.

"خدا رو قبول دارم. بقیه اش رو نه. قبلاً نماز میخوندم، روزه میگرفتم، بعد از اینکه شوهرم فوت کرد دیدم چه کار بیخودی میکردم. آدم باید وجدان داشته باشه. دین ادم شرف ادم است. من اعتقاد دارم تو زندگی هر کاری کنی به خودت بر میگردد زندگی مثل آشی است که میپزی توش ریگ میندازی به خودت بر میگردد. اگر کاری بکنی در حق کسی بدی بکنی سر بچه ات میاد که جیگرت بیشتر بسوزه. تا الان ندیدم کسی بدی کنه، ظلم کنه به سر بچه اش نیامده باشد. هر کس هر کاری کنه زمان داره اما روزگار به سر بچش میاره. از دادگاه روزگار هیچ کس فرار نکرده" (خانم ۷۶ ساله).

معنای مثبت جدید

بحران‌های زندگی میتواند نقطه آغاز فرآیند معناسازی باشد، فرآیندی که نهایتاً یا به کشف و ساخت معنای جدید منتهی می‌شود. شرکت کننده ای بیان کرد:

"خدا رو بیشتر حس میکنم. یه نیرویی رو حس میکنم؛ حس میکنم یه جورایی هوامو رو داره. مخصوصاً وقتی خواب پسرمو میبینم. در کل خدا داره بهم کمک میکنه. دستهایش رو حس میکنم. ایمان به خدا همه مشکلات رو حل میکنه" (خانم ۷۸ ساله).

رشد پس از فقدان

از مهم ترین پیامدهای سوگ، میتواند تجربه رشد بعد از اتفاقات و بحرانها باشد. شرکت کننده ای بیان کرد:

"بعد این اتفاقات خیلی پخته تر شدم و تحملم بیشتر شد. به من میگن تو خیلی عجولی میگم ببین یه وقتی میاد در عرض یک ربع، نیم ساعت کل زندگیتون عوض میشه میگم اگه یک کاری رو پنج دقیقه زودتر انجام ندی ممکنه تا یک عمر برایت پشیمانی بیاره" (خانم ۶۰ ساله).

• زندگی کارآمد

کسب نقش ها و مهارتهای جدید

برعهده گرفتن نقش های جدید و یادگیری مهارتهای تازه مورد نیاز برای تغییر زندگی، راهبردی کارآمد برای سازگاری با ازدست دادن آنها میباشد شرکت کننده ای بیان کرد:

"بعد فوت همسرم شروع به مستقل شدن کردم . باشگاه رفتم کلاس ایروبیک و رقص نوشتم و سرم را گرم کردم و یک مدت رفتم آرایشگاه دوستم بهش گفتم پول نمیخام فقط میخام کمک ات کنم تا سرگرم بشم. خیلی اهل مطالعه هستم. همسن های من کامپیوتر بلد نیستند. دوست دارم بلد باشم با تکنولوژی روز کار کنم و مستقل باشم. حتی خیلی ها بلد نیستند با دستگاه خودپرداز کار کنند" (خانم ۷۶ ساله).

مشارکت در فعالیتهای معنادار اجتماعی

فعال شدن به صورت داوطلبانه در انجمن های خیریه و سایر گروه های اجتماعی، کمک به دیگران برای سازگاری با سوگ ناشی از مرگ عزیز و مشارکت در فعالیت های نوع دوستانه اقداماتی است که افراد برای سازگاری با سوگ انجام می دهند. یکی از شرکت کنندگان عنوان کرد:

"وقتی میفهمم کسی فرزندش رو از دست داده است، میرم باهاش صحبت میکنم سعی میکنم بهش کمک کنم بالاخره ما بهتر همدیگر رو میفهمیم دردمون یکنه" (خانم ۷۸ ساله).

• سازگاری با فقدان

پس از قرار گرفتن در معرض فقدان، افراد ممکن است طیف وسیعی از پاسخها را نشان دهند. برخی افراد پس از دست و پنجه نرم کردن با شرایط چالش برانگیز و رسیدن به سطح بالاتر از عملکرد روانی، با انجام فعالیت های مثبت جدید و ارتباط با خدا در جهت سازگاری با فقدان گام برمیدارند.

فعالیت های مثبت جدید

انجام فعالیت های جدید، از جمله اقداماتی است که سالمند میتواند برای سازگار شدن با شرایط پس از فقدان انجام میدهد. شرکت کننده ای عنوان کردند برای سازگاری با سوگ به فعالیتهای جدیدی پرداخته است.

"بیشتر به کارهای خانه رسیدگی میکنم. دوستانی دارم دوره میگذاریم. کلاسهای روان شناسی میروم و خودم را مشغول میکنم و بیکار نمی شینم. خیاطی و بافتنی بلد هستم و خودم را مشغول میکنم. خریدهای خانه را انجام میدم. پیاده روی میروم و با دوستانم پارک میروم و مسافرت هم میروم" (خانم ۶۶ ساله).

ارتباط با خدا

برخی از افراد از باورهای مذهبی و انجام مناسک برای سازگار شدن با پیامدهای فقدان بهره می برند شرکت کننده ای بیان کردند:

"از دست دادن پسرم خیلی سخت بود اما میدونم هیچوقت تنها نیستم، خداوند همیشه با منه. وقتی سجاده پهن میکنم نماز میخونم و با خدا حرف میزنم آرام میشم. یه وقتی با دوستانم به مجالس روضه خوانی و مسجد میروم؛ این به من کمک میکنه که ذهنم آرامتر بشه و حالم بهتر بشه" (خانم ۶۷ ساله).

۲- پیامد سلامتی

این طبقه شامل دو زیر طبقه سلامت روان و سلامت جسمانی می باشد.

سلامت روان

پیامدهای منفی و اصلی در از دست دادنهای بزرگ آشفتگی های روانشناختی است که به طرق مختلف ظاهر می شوند، تجربه احساساتی همچون غم، افسردگی از این دست میباشد شرکت کننده ای بیان کرد:

"این اتفاقات تلخ بیشتر روی روان من اثر گذاشت. افسردگی، گوشه گیری زیاد، این قدر سختی میکشی که فکر برای شوخی و خنده با بقیه آماده نیست" (خانم ۶۹ ساله).

سلامت جسمانی

تجربه از دست دادنهای بزرگ میتواند منجر به تجربه مشکلات یا اختلالات روان تنی در سالمند شده و شرایط جسمی این افراد را سخت تر کند. شرکت کننده ای عنوان کرد:

دخترم مثل شمعی بود که میسوزه ولی نور به همه میداد. خیلی مهربون بود و سعی میکرد به همه کمک کنه و تو جامعه موثر باشه. بعد از فوتش از شدت غم و غصه ناراحتی قلبی پیدا کردم و فشار خونم بالا رفت (آقای ۶۷ ساله).

۳- پیامد اقتصادی-اجتماعی

از دست دادن ارتباطات معنادار

تجربه سوگ منجر میشود که فرد ارتباطات معنادار و خاص خود را از دست بدهد. شرکت کننده ای بیان میکنند:

"یه خواهری دارم به خاطر پسرش میرفتم یک وقت منزلشون، علاوه بر خواهر زاده و دایی با هم رفیق بودیم سازنده اهنگ بود که دکترا قبول شد رفت امریکا. دیدم خونه خواهرم هم سوت و کور شد. با این پسر خواهر گپ میزدیم موزیک میزاشت برامون عین پروانه دور من می گشت. دایی برات چی بیارم؟ کافی میخوری؟ نسکافه میخوری؟ دنت میخوری؟ دور وبر من میچرخید میشد برای من یک میزبان بزرگ. اونم که رفت. الانم رو هم رفته زندگی خوبی ندارم و راحت نیستم من یه زندگی که بگو بخند کنم یه زندگی معمولی که رفت و امدی داشته باشم رو ندارم چون تمام اقوامم فوت شدند".

محترم نبودن از نگاه جامعه

تجربه ازدست دادن ها موجب می شود فرد دیگر در نگاه جامعه و اطرافیان محترم نباشد شرکت کننده ای بیان کرد:

"مثل زمانی که شوهر داشتم به من احترام نمی گذارند. الان بیشتر از قبل از دست دادن همسرم، قدرش را می دونم. خانواده شوهرم تمام روابط خودشون رو با ما قطع کردند چون شوهر ندارم، درآمد ندارم". (خانم ۶۶ ساله)

از دست دادن منزلت

شرکت کننده ای بیان کرد که جوانان ارزش و احترامی برای سالمندان و تجاربشان قائل نیستند.

"الان یک جوان، پیر را نمیپسنده. جوون جوون رو می پسنده، پیرا دست هم دیگه را می گیرند اما جوون میگه این سنش بالاس هیچی نمی فهمه جوان پیر را نافهم حساب میکنه نمیکه این دو برابر سن ما کار کرده میگن این پیرمرده ولش کن و نمیدونن چیزایی که اینا ندیدن این پیرمرد دیده، کارایی که نکردن اینا کردن، راه هایی که نرفتن اینها رفتن" (آقا ۷۵ ساله).

ناتوانی در پرداخت هزینه

از دست دادن همسر اغلب برای زنان سالمند موجب ناتوانی در پرداخت هزینه ها، احساس سربار بودن و نگرانی از تامین هزینه های زندگی می شود. شرکت کننده ای عنوان کرد:

"همسرم چند سال پیش فوت کرد. بعد از اون هم تنهایی زندگی میکنم پسرم خیلی به من میرسه. من زنم، خیلی سواد ندارم و از دستم کاری برنمیاد، زن به دست شوهرش نگاه میکنه، من هم که شوهر ندارم! بچه هام پول و کمی خرجی میدن، زیاد نیست ولی چاره چیست! خیلی وقتها همیشه چیزهایی رو که دوست دارم بخرم" (خانم ۷۸ ساله)

بحث

پژوهش حاضر بدنبال درک و شناخت پیشایندها و پیامدهای سوگ در سالمندان بود.

نخستین پیشایند سوگ «تجربه قبلی از دست دادن عزیزان» بود و مطابق با یافته‌های این پژوهش شامل: مرگ اعضای خانواده و دوستان میباشد، از دست دادن عزیزان، منجر به از دست دادن حمایت اجتماعی و روابط معنادار سالمند میشود. این یافته همسو با تحقیقات پیشین است که مرگ همسر، مرگ والدین، مرگ فرزند، مرگ خواهر و برادر، مرگ دوست (۱۳، ۱۶، ۱۷، ۲۷-۲۹) مواردی هستند که بر پیشایند سوگ موثر هستند. همچنین همسو با مطالعات داخلی مرگ عزیزان سبب می شود که بازماندگان سوگ را تجربه کرده و برای مدت زمانی عملکرد آنها در ابعاد مختلف زندگی با اختلال مواجه شود (۳۰). گاهی وجود فرزندان و رسیدگی به آنها باعث می شود زوجین علیرغم تعارضها و درگیریهای بسیار، کنار یکدیگر بمانند و از مشکلات مربوط به رابطه زناشویی خود غافل بمانند. در چنین شرایطی، رفتن بچه‌ها از خانه، منجر به نمایان شدن اختلافاتی می شده که زن و شوهر تلاش می کردند، به بهانه و با تمرکز بر نقش‌های پدر و مادری خود آنها را نادیده بگیرند. طلاق در سنین سالمندی زمانی که فرد نیاز به روابط حمایتی معنادار دارد و اینکه سالهای عمر را صرف این رابطه کرده میتواند یک فقدان بزرگ و تجربه اش میتواند بسیار ناخوشایند باشد. یافته های مطالعات پیشین نشان داد که تجربه طلاق در دوران سالمندی میتواند موجب آسیب‌های روان شناختی همچون احساس تنهایی، از دست دادن هم صحبت، کاهش عزت نفس، ناامیدی، احساس گناه و خود سرزنش گری و از دست دادن حامی و حمایتگر (۳۱، ۳۲) شود.

همچنین با افزایش مهاجرت از ایران و با توجه به فرهنگ ایرانی که فرزند را به عنوان عصای پیری و حامی دوران سالمندی در نظر گرفته می شود مهاجرت فرزندان در این ایام میتواند این معنی را داشته باشد که تمام زحمات دوران جوانی اش به هدر رفته و امروز تنها و بی کس شده است. براساس یافته های مطالعات قبلی سالمندانی که فرزندشان مهاجرت کرده سطح بالاتری از افسردگی، اضطراب و تنهایی را تجربه کرده اند (۳۱، ۳۳).

دومین پیشایند «تجربه از دست دادن سلامتی»، با فرا رسیدن ایام سالمندی توان و نیروی بدن کاهش یافته و فرد دیگر قادر نیست همانند ایام جوانی به فعالیتهای مورد علاقه یا مورد نیاز بپردازد و این از دست دادن سلامتی برای فرد سالمند یک فقدان محسوب می شود و طبق یافته های این پژوهش تغییر ظاهر و ابتلا به بیماریهای مختلف از پیشایندهای سوگ در سالمندان است. این یافته مطابق با یافته‌های مطالعات پیشین میباشد که ابتلا به بیماری مزمن، ابتلا به بیماریهای جسمانی در سالمندان (۳۴) از پیشایندهای موثر بر سوگ سالمندان می باشد.

سومین پیشایند «تجربه بازنشستگی» است. براساس یافته های پژوهش فرد بعد از بازنشستگی احساس میکند هویت خود را از دست داده و احساس پوچی و سردرگمی می کند همچنین از دست دادن شغل موجب از دست دادن جایگاه و قدرت اثرگذاری است و فرد عاملیت را از دست می دهد و برنامه زندگی فرد تغییر کرده و روزها برایش یکنواخت شده و احساس میکند جریان رشد و تغییر بعد از بازنشستگی تمام میشود. همچنین محیط کار یک محیط اجتماعی با ارتباطات معنادار است و فرد پس از بازنشستگی این محیط را از دست داده و احساس میکند با چندین سال تجربه کنار گذاشته شده و نادیده گرفته شده است. مطابق با یافته های مطالعات قبلی شواهد متناقضی گزارش میشود در برخی کشورهای توسعه یافته مانند ایالات متحده آمریکا، اروپا، کانادا و استرالیا بازنشستگی تأثیر مثبتی بر سلامت روان و کیفیت زندگی دارد (۳۵، ۳۶). اما در برخی کشورهای بازنشستگی پیامدهایی همچون عزت نفس پایین، خلق و خوی پایین، کاهش سلامت جسمانی و ناامنی مالی دارد (۳۷، ۳۸). همسو با مطالعات داخلی افراد در مرحله بازنشستگی با چالش های روانی اجتماعی همچون محرومیت عاطفی، کاهش تاب آوری روانی، فقدان نقش و انزوای اجتماعی و مشکلات در سلامتی و یا فرصت های رشد دهنده مثل توسعه علایق و آزادی و رهایی مواجه می شوند (۳۹).

آخرین پیشایند سوگ « حسرت زندگی نزیسته » است سالمندی دوران جمع بندی زندگی است شخص در این دوره به یادآوری گذشته ها، خاطرات، رؤیایها و بازسازی معنای زندگی خود می پردازد افراد به زندگیشان نگاه کرده و اگر احساس کنند خوب زندگی کرده اند، احساس رضایت کرده و آماده هستند تا پایان زندگی شان را با احساس آرامش پشت سر بگذارند. کسانی که به گذشته نگاه کرده و فکر می کنند کارهایی که باید انجام میدادند را انجام نداده اند پایان زندگیشان را با پشیمانی پشت سر می گذارند. بر اساس نتایج این پژوهش سالمندان ایرانی بخصوص زنان احساس میکنند که فرصت را از دست داده و آنگونه که باید زندگی نکرده اند. نتایج مطالعات پیشین نشان میدهد معمولاً سالمندان به دلیل کارهایی ناتمام، روابط از دست رفته، از دست دادن سالهای جوانی، مرگ یکی از عزیزان و مشکلات سلامتی خود یا دیگران احساس حسرت می کنند (۴۰، ۴۱).

این مطالعه پیامدهایی را نیز برای سوگ سالمندی استخراج کرده است. این پیامدها شامل ترمیم پذیری، پیامد سلامتی، پیامد اقتصادی- اجتماعی بود.

ترمیم پذیری: ظرفیتی برای سازگاری مثبت، توانایی حفظ و بازبانی مجدد سلامت روان علی رغم تجربه بحران و سختی هاست. از مهم ترین پیامد های سوگ، میتواند تجربه رشد بعد از اتفاقات و بحرانها باشد. همچنین پس از تجربه سوگ، برعهده گرفتن نقش های جدید و یادگیری مهارت های تازه مورد نیاز برای تغییر زندگی، میتواند راهبردی کارآمد برای سازگاری با ازدست دادنها می باشد. فعال شدن به صورت داوطلبانه در انجمن های خیریه و سایر گروه های اجتماعی، کمک به دیگران برای سازگاری با سوگ ناشی از مرگ عزیز و مشارکت در فعالیت های نوع دوستانه اقداماتی است که افراد برای سازگاری با سوگ انجام می دهند. بعد از تجربه بحران ممکن است فرد دیدگاه جدیدی به خود به عنوان یک فرد در ارتباط با جهان وهستی دست یابد. همچنین بحران های زندگی میتواند نقطه آغاز فرآیند معناسازی باشد، فرآیندی که نهایتاً به کشف و ساخت معنای جدید منتهی می شود (۴۲).

پیامد سلامتی: یافته های پژوهش نشان داده است که از دست دادن های مهم موجب شده توان فرد کاهش پیدا کرده و زودتر خسته شود و بخاطر افزایش فشارهای روانی ناشی از فقدان به بیماریهایی همچون فشارخون مبتلا شود. شرکت کننده ای اذعان کرد پس از تجربه مرگ فرزندش به بیماری قلبی و فشار خون مبتلا شده است. این یافته ها همخوان با نتایج مطالعات قبلی

مبنی بر آن است که تجربه فقدان از طریق افزایش فشارهای روانی، موجب بروز علائم روان تنی نظیر کاهش اشتها، کاهش خواب، کمبود انرژی، کاهش وزن شود (۱۸، ۴۳).

پیامد اقتصادی-اجتماعی: در گذشته نه چندان دور در جامعه ایرانی سالمندان تمامی ابزارهای لازم برای اقتدار و سروری را داشتند اما با تحولات ایجاد شده در عرصه های اجتماعی و اقتصادی، آموزشی و خانوادگی موقعیت و جایگاه سالمندان کاهش یافته و بنا بر یافته های این مطالعه جوانترها تجارب سالمندان را نادیده گرفته و دیگر آنها را صاحب دانش و خرد نمی دانند و سالمندان احساس می کنند دیگر جایگاهی ندارند. بر اساس یافته های مطالعات پیشین از مهمترین علل کاهش منزلت و اقتدار سالمندان، کاهش میزان اعتقاد به سنتها و ارزشمند بودن سالمندی، تغییر سازوکارهای انتقال دانش و تجربیات، هسته ای شدن خانواده، کاهش مشارکت سالمندان در فرایند تولید اقتصادی، افزایش شکاف نسلیها (۴۴) می باشد.

علاوه بر این فقدانها موجب می شود افراد تعاملات صمیمانه و روابط معنادار با افراد مهم زندگی و متعاقب آن منابع حمایتی خود را از دست بدهند و احساس کنند که پشتوانه و حامی ندارند. طبق یافته های این پژوهش پس از مرگ همسر فرد مجبور میشود تمام مسئولیتهای زندگی را به تنهایی به دوش بکشد. و همچنین مهاجرت فرزندان موجب میشود فرد تعاملات صمیمانه معنادار خود را از دست بدهد و در برخی موارد مرگ همسرش موجب قطع ارتباط با خانواده همسر و بنابراین از دست دادن تعاملات فرد میشود. این یافته با نتایج مطالعات قبلی مبنی بر اینکه تجربه سوگ و از دست دادن ها موجب سست شدن پیوندهای عاطفی، از دست دادن تماسهای اجتماعی و تجربه انزوای اجتماعی می شود (۱۶، ۱۷، ۴۵) همچنین، دست دادن همسر اغلب برای زنان سالمند موجب ناتوانی در پرداخت هزینه ها، احساس سربار بودن و نگرانی از تامین هزینه های زندگی می شود (۱۷).

محدودیت ها:

عدم مشارکت سالمندان بیسواد در این مطالعه از محدودیتهای این پژوهش بود.

نتیجه گیری:

به دلیل فراگیری تجربه سوگ و متعاقب آن پیامدهای بسیار تعیین کننده اش در بهزیستی ایام سالمندی، این پدیده در جمعیت سالمند نیازمند توجه ویژه متولیان ارائه خدمات سلامت روان می باشد. بنابراین تلاش برای درک و شناخت تجربیات سالمندان از پیشایندها و پیامدهای آن را می توان گام ضروری نخست برای درک بهتر این پدیده و فراهم سازی ملزومات اساسی برای ارایه یک تعریف علمی کارآمد از تجربه سوگ که راهگشای بررسی های عینی آن در جمعیت هدف باشد، دانست.

در این راستا با توجه به اینکه سوگ یک مفهوم مهم برای روان شناسان و مشاوران و دیگر ارائه دهندگان مراقبتهای بهداشتی و سیاستگذاران است. این دسته از کارکنان نیاز به شناسایی سالمندان جهت کمک به درمان آنها دارند؛ زیرا تشخیص به موقع این افراد، منجر به اثربخشی مداخلات و بهبود در شرایط زندگی و سلامت آنها می شود.

از جمله کاربران اصلی این مفهوم شاغلین حرفه ای در تیم مراقبت و توانبخشی سالمندان شامل مشاوران توانبخشی، روان شناسان، روانپزشکان، مددکاران، روان پرستاران سالمندی و نیز پژوهشگران در این حوزه هستند.

در پایان با توجه به افزایش جمعیت سالمندان کشور، پیشنهاد میشود با انجام مطالعات گسترده تر در این زمینه و شناخت بیشتر این مفهوم، به شناخت بیشتر موضوعات مطرح در سلامتی سالمندان پرداخت همچنین برای سنجش و ارزیابی مفهوم سوگ در سالمندان توصیه می‌گردد ابزاری متناسب با بافتار اجتماعی - فرهنگی توسعه یابد.

پیروی از اصول اخلاقی

این مطالعه در کمیته اخلاق دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی با کد (IR.USWR.REC.1400.258) تصویب شد.

مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در آماده سازی این مقاله مشارکت داشته اند.

تعارض منافع

هیچ تعارض منافی بین نویسندگان وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

بدینوسیله از مراکز روزانه توانبخشی سالمندان یاس و آرمان پویان به خطر کمک های بی دریغشان در فراهم کردن امکان مصاحبه و همچنین از کلیه سالمندان شرکت کننده در این مطالعه کمال تشکر را دارم.

References:

۱. Organization. WHO/GWH. 2012.
۲. Bonanno GA, Wortman CB, Nesse RM. Prospective patterns of resilience and maladjustment during widowhood. *Psychology and aging*. 2004;19(2):260.
۳. Scrutton S. Bereavement and grief: Supporting older people through loss) .No Title). 1995.
۴. smaeili m, ghasemini f. Factors Facilitating the Meaning Crisis in the Elderly: A Qualitative Study. *Journal of Caspian Health and Aging*. 2018;3(1):43-50.
۵. Cowles KV, Rodgers BL. The concept of grief: A foundation for nursing research and practice. *Research in nursing & health*. 1991;14(2):119-27.
۶. Corr CA. Enhancing the concept of disenfranchised grief. *OMEGA-Journal of Death and Dying*. 1999;38(1):1-20.
۷. BJ S. Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences [F. Rezaee, Persian trans.]. Tehran: Arjmand pub. 2015.
۸. E. Bailley KD, Michael J. Kral, Steven. Factor structure of the grief experience questionnaire (GEQ). *Death studies*. 2000;24(8):721-38.
۹. Corr CA. Bereavement, grief, and mourning in death-related literature for children. *Omega-Journal of Death and Dying*. 2004;48(4):337-63.
۱۰. Von Elm E, Altman DG, Egger M, Pocock SJ, Gøtzsche PC, Vandenbroucke JP, et al. The Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE) Statement: guidelines for reporting observational studies. *International journal of surgery*. 2014;12(12):1495-9.
۱۱. Katz S, Florian V. A comprehensive theoretical model of psychological reaction to loss. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*. 1987;16(4):325-45.
۱۲. Rafii M, Skandari H, Borjali A, Farokhi N. Investigation on Experienced losses in the life story of young people living in Tehran: A phenomenological study. *Counseling Culture and Psychotherapy*. 2019;10(37):63-98.
۱۳. Lekalakala-Mokgele E. Death and dying :elderly persons' experiences of grief over the loss of family members. *South African Family Practice*. 2018;60(5):151-4.
۱۴. Bourgeois-Guérin V, Millette V, Lachance J. Communication and silence surrounding the experience of bereavement of older adults living in seniors' residences. *Journal of Humanistic Psychology*. 2021:0022167821995352.
۱۵. Manyedi ME, Koen M, Greeff M. Experiences of widowhood and beliefs about the mourning process of the Batswana people. *Health SA Gesondheid*. 2003;8(4):69-87.
۱۶. Holm AL, Severinsson E, Berland AK. The meaning of bereavement following spousal loss: A Qualitative study of the experiences of older adults. *Sage open*. 2019;9(4):2158244019894273.
۱۷. Motsoeneng M, Modise MA. Grieving widows' lived experiences in a rural South African setting. *Journal of Psychology in Africa*. 2020;30(3):264-7.
۱۸. Costello J, Kendrick K. Grief and older people: the making or breaking of emotional bonds following partner loss in later life. *Journal of Advanced Nursing*. 2000;32(6):1374-82.
۱۹. Malkinson R, Bar-Tur L. Long term bereavement processes of older parents: The three phases of grief. *OMEGA-Journal of Death and Dying*. 2005;50(2):103-29.
۲۰. Wilson SC, Supiano KP. Experiences of veterans' widows following conjugal bereavement: A qualitative analysis. *Journal of Women & Aging*. 2011;23(1):77-93.
۲۱. Rodgers LS. Meaning of bereavement among older African American widows. *Geriatric Nursing*. 2004;25(1):10-6.
۲۲. Marsa R, Bahmani B, Ebadi A, Azkhosh M, Delbari A. Grief in the Elderly: A Concept Analysis. *Iranian Journal of Ageing*. 2024;19(3):0.-
۲۳. Eisenbruch M. Cross-cultural aspects of bereavement 1984.
۲۴. Graneheim UH, Lundman B. Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse education today*. 2004;24(2):105-12.

- ۲۵ Bakhtiyari F, Foroughan M, Fakhrzadeh H, Nazari N, Najafi B, Alizadeh M, et al. Validation of the persian version of Abbreviated Mental Test (AMT) in elderly residents of Kahrizak charity foundation. *Iranian journal of Diabetes and Metabolism*. 2014;13(6):487-94.
- ۲۶ Lindgren B-M, Lundman B, Graneheim UH. Abstraction and interpretation during the qualitative content analysis process. *International journal of nursing studies*. 2020;108:103632.
- ۲۷ Naef R, Ward R, Mahrer-Imhof R, Grande G. Characteristics of the bereavement experience of older persons after spousal loss: An integrative review. *International journal of nursing studies*. 2013;50(8):1108-21.
- ۲۸ Safa A, Adib-Hajbaghery M, Rezaei M, Araban M. The meaning of losing a child in older adults: a qualitative study. *BMC geriatrics*. 2021;21:1-9.
- ۲۹ Tourjeman K, Doron I, Cohen M. Losing a grandchild: The mourning experience of grandparents in Israel. *Death studies*. 2015;39(8):491-9.
- ۳۰ Oskui P, Farahbakhsh K, Moradi O. Persistence in mourning: A phenomenological study of the experience of abnormal mourning after the death of a family member. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 2022;22(4):28-42.
- ۳۱ Cain BS. Divorce among elderly women: A growing social phenomenon. *Social Casework*. 1988;69(9):563-8.
- ۳۲ Pilkington FB. Grieving a loss: The lived experience for elders residing in an institution. *Nursing Science Quarterly*. 2005;18(3):233-42.
- ۳۳ Zarghami H, Mahmoudian H. Children's out-migration and loneliness feeling in rural older parents. *Quarterly Journal of Health Psychology*. 2017;5(19):103-22.
- ۳۴ Dark L, Balandin S, Clemson L. Communicating about loss: Experiences of older Australian adults with cerebral palsy and complex communication needs. *Communication Disorders Quarterly*. 2011;32(3):176-89.
- ۳۵ Bedaso TS, Han B. Work after retirement affects elderly mental health and behaviors in Addis Ababa. *Health Psychology Open*. 2021;8(1):2055102921996189.
- ۳۶ Midanik LT, Soghikian K, Ransom LJ, Tekawa IS. The effect of retirement on mental health and health behaviors: The Kaiser Permanente Retirement Study. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*. 1995;50(1):S59-S61.
- ۳۷ Abdulkadir A, Rasaq AO, Gafar I. Psychological Effects of Retirement of Retirees: Implications for Counselling. *Cypriot Journal of Educational Sciences*. 2018;13(1):15-22.
- ۳۸ Ng S-m, Leng L, Wang Q. Active interest mentorship for soon-to-retire people: A self-sustaining retirement preparation program. *Journal of applied gerontology*. 2019;38(3):344-64.
- ۳۹ Alavi Z, Alipour F, Rafiey H. Psychosocial issues of retirement in Iran: A qualitative study. *Iranian Journal of Ageing*. 2021;15(4):396-409.
- ۴۰ Holland JM, Thompson KL, Rozalski V, Lichtenthal WG. Bereavement-related regret trajectories among widowed older adults. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*. 2014;69(1):40-7.
- ۴۱ Newall NE, Chipperfield JG, Daniels LM, Hladkyj S, Perry RP. Regret in later life :Exploring relationships between regret frequency, secondary interpretive control beliefs, and health in older individuals. *The International Journal of Aging and Human Development*. 2009;68(4):261-88.
- ۴۲ Zhang H, Shan W, Jiang A. The meaning of life and health experience for the Chinese elderly with chronic illness: A qualitative study from positive health philosophy. *International journal of nursing practice*. 2014;20(5):530-9.
- ۴۳ Stern K, Williams GM, Prados M. Grief reactions in later life. *American Journal of Psychiatry*. 1951;108(4):289-94.
- ۴۴ Sadeghmoghadam L, Foroughan M, Mohammadi Shahboulaghi F, Ahmadi F, Farhadi A, Nazari S, et al. Lost dignity: Predominant experience of old age by the elderly. *Journal of Research and Health*. 2019;9(5):381-6.

.۴۵ Fry P. Spousal loss in late life: A 1-year follow-up of perceived changes in life meaning and psychosocial functioning following bereavement. Journal of Personal & Interpersonal Loss. 1998;3(4):369-91.

نسخه پذیرفته شده پیش از انتشار