



# The Prediction of the Life Satisfaction Based on the Attachment dimensions and Gratitude in the Elderly Living in a Nursing Home

Zohrah Tajabadi<sup>1</sup> , Fahimeh Dehghani<sup>1\*</sup> 

<sup>1</sup> Department of psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Yazd University, Yazd, Iran

## Article Info

### Article History

Received: 23.01.2021

Accepted: 22.04.2021

ePublished: 22.04. 2021

### Keywords

Elderly, attachment, life satisfaction, gratitude

### How to cite this article

Tajabadi, Z., & Dehghani, F. (2021). The Prediction of the life satisfaction based on the attachment dimensions and gratitude in the elderly living in a nursing home. *Aging Psychology*, 7(1), 69-81.

### \*Corresponding Author

Fahimeh Dehghani

### Email

f.dehghani@yazd.ac.ir

## Abstract

Elderly is one of the most important periods of every person's life, which can have negative physical and psychological consequences for the individual, family and society if not spent with satisfaction and quality. Due to the change in the age structure of Iran's population from youth into old age, many researchers have considered the predictor variables of the life satisfaction in this age group. Therefore, the aim of the current study was to predict life satisfaction based on attachment dimensions and gratitude in the elderly. This was a descriptive study of correlational type. The statistical population consisted of the all elderly living in nursing homes of Yazd, Iran, among which Fatemeh Al-Zahra nursing home in Taft was selected. Selected using convenience sampling method were 110 people who filled out the satisfaction with life scale (Diener et al.), experiences in close relationships-revised (Brennan, Clark & Shaver), gratitude questionnaire (McCullough et al). The obtained data were analyzed using Pearson's correlation coefficient and multiple regression analysis in SPSS-24 software. The results obtained from Pearson's correlation coefficient indicated that among the predictor variables, avoidance attachment and gratitude respectively, had negative and positive correlation with life satisfaction, but there was no significant relationship between anxious attachment and life satisfaction. Besides, regression analysis showed that among avoidance attachment and gratitude variables, it was only gratitude that predicted life satisfaction significantly ( $P < 0.05$ ). Gratitude could explain 44% of the variance of life satisfaction. Based on the mentioned results, gratitude as a positive and valuable characteristic, predicts life satisfaction in the elderly, through affecting social interactions and inducing positive



## پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس ابعاد دل‌بستگی و قدردانی در سالمندان ساکن آسایشگاه

زهرة تاج‌آبادی<sup>۱</sup>، فهیمه دهقانی<sup>۱\*</sup>

<sup>۱</sup> گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه یزد، یزد، ایران

### چکیده

سالمندی یکی از دوران‌های مهم زندگی هر شخص است که اگر با رضایت و کیفیت سپری نشود، می‌تواند پیامدهای منفی جسمانی و روانی برای فرد، خانواده و جامعه بر جای بگذارد. با توجه به تغییر ساختار سنی جمعیت ایران از جوانی به سالمندی، متغیرهای پیش‌بین رضایت از زندگی در این گروه مورد توجه پژوهشگران بسیاری قرار گرفته است. بنابراین هدف مطالعه حاضر پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس ابعاد دل‌بستگی و قدردانی در سالمندان بود. پژوهش حاضر مطالعه‌ای توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه سالمندان مقیم آسایشگاه‌های سالمندی استان یزد در سال ۱۳۹۹ بود که از میان آنان، آسایشگاه سالمندی فاطمه الزهرا (س) شهر تفت به صورت در دسترس انتخاب و از بین سالمندان این سرا تعداد ۱۱۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های رضایت از زندگی دینر و همکاران، تجدید نظر شده روابط نزدیک برن، کلارک و شیور و قدردانی مک‌کالو و همکاران پاسخ دادند. داده‌های به دست آمده با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ و با روش‌های همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج به دست آمده از ضریب همبستگی حاکی از آن بود که از بین متغیرهای پیش‌بین، بعد اضطراب دل‌بستگی و قدردانی به ترتیب به صورت منفی و مثبت با رضایت از زندگی رابطه داشتند، اما بعد اضطراب دل‌بستگی با رضایت از زندگی رابطه معنادار نداشت. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد از میان دو متغیر بعد اجتناب دل‌بستگی و قدردانی، تنها متغیر قدردانی قادر به پیش‌بینی معنادار رضایت از زندگی بود ( $P < 0.05$ ). این متغیر توانست ۴۴ درصد از تغییرات متغیر رضایت از زندگی را تبیین کند. براساس یافته‌های پژوهش می‌توان گفت که قدردانی به عنوان یک ویژگی مثبت و ارزشمند، با تأثیر بر تعاملات اجتماعی و تغییر مثبت دیدگاه فرد نسبت به زندگی، رضایت از زندگی را در سالمندان پیش‌بینی می‌کند.

### اطلاعات مقاله

#### سابقه مقاله

دریافت: ۱۳۹۹/۱۱/۰۴

پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۰۲

چاپ الکترونیکی: ۱۴۰۰/۰۲/۰۲

#### کلیدواژه‌ها

سالمندان، دل‌بستگی، رضایت از زندگی، قدردانی

#### نحوه ارجاع به مقاله

تاج‌آبادی، ز. و دهقانی، ف. (۱۴۰۰).  
پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس  
ابعاد دل‌بستگی و قدردانی در سالمندان  
ساکن آسایشگاه. *روان‌شناسی پیری*،  
۶۹-۸۱، ۷(۱)

#### \* نویسنده مسئول

فهیمه دهقانی

#### پست الکترونیکی

f.dehghani@yazd.ac.ir

درک و انتظارات مردم از روابط و راهنمای تعاملات و تجارب اجتماعی آنها محسوب می‌شود (هازن و شاور، ۱۹۸۷). تفاوت‌های فردی در دلبستگی بزرگسالان در دو بعد پیوسته اجتناب<sup>۴</sup> و اضطراب<sup>۵</sup> مفهوم‌بندی می‌شوند (فرالی و همکاران، ۲۰۱۵). گفته می‌شود کسانی که اضطراب و یا اجتناب بالایی دارند، دلبستگی ناایمنی دارند. دلبستگی اجتنابی با دیدی منفی نسبت به دیگران و در نتیجه ناراحتی از نزدیک بودن و عدم تمایل به صمیمیت با دیگران مشخص می‌شود و شامل استفاده از راهبردهای غیرفعال‌کننده دلبستگی برای تنظیم هیجانات، مانند اعتماد به نفس بیش از حد، انکار نیازهای دلبستگی و تغییر توجه از اطلاعات مربوط به دلبستگی است. انگیزه این راهبردها جلوگیری از درد و پریشانی ناشی از در دسترس نبودن مداوم مظاهر دلبستگی در گذشته است. افراد با دلبستگی اجتنابی، افکار وابسته به هیجانات را انکار می‌کنند و سعی در جلوگیری از واکنش‌های هیجانی دارند، چراکه آموخته‌اند که پذیرش و نشان دادن پریشانی و ناراحتی، منجر به طرد و جدایی می‌شود (میکولینسر و شاور، ۲۰۰۳). بزرگسالانی که در رابطه با دلبستگی اجتنابی در روابط عاشقانه خود را بالاتر گزارش می‌دهند، به طور معمول برای استقلال و فاصله عاطفی از شریک زندگی خود تلاش می‌کنند (میلیکولینسر و همکاران، ۲۰۰۲). بعد دوم این مدل، دلبستگی اضطرابی است. اضطراب در دلبستگی نیز با دید منفی نسبت به خود و ترس از طرد شدن مشخص می‌شود. از آنجایی که افراد دارای دلبستگی اضطرابی، مظاهر دلبستگی را به صورت بی‌ثبات در گذشته تجربه کرده‌اند، دائماً از جدایی می‌ترسند و یاد گرفته‌اند که بیان اغراق‌آمیز نیازها و آسیب‌پذیری می‌تواند منجر به دریافت محافظت و پشتیبانی گردد (میکولینسر و شاور، ۲۰۰۳؛ نوری القا و همکاران، ۲۰۲۰). در واقع بزرگسالانی که در بعد اضطرابی نمرات بالایی می‌گیرند، بیش از حد به شریک زندگی‌شان وابسته هستند و نگرانند که او در مواقع نیاز و دسترسی و حمایت، حضور نداشته باشد (کو و همکاران، ۲۰۱۵).

با وجود اینکه دلبستگی عاملی است که در طول عمر بر رشد انسان تأثیر می‌گذارد اما در سالمندان کمتر مورد توجه بوده است. با افزایش سن نه تنها محیط اجتماعی افراد تغییر می‌کند، بلکه شواهدی وجود دارد که سبک

نسل‌های امروز جمعیت جهان، نسبت به نسل‌های گذشته پیرتر شده‌اند و پیش‌بینی‌ها نشان می‌دهد که تا سال ۲۰۵۰ حدود ۲۰ درصد از جمعیت جهان را افراد سالمند (بالای ۶۰ سال) تشکیل می‌دهند (هارپر، ۲۰۱۴). این پدیده جمعیتی، چالش‌های اقتصادی-اجتماعی و بهداشتی طاقت‌فرسایی را برای جوامع به وجود می‌آورد و برای مقابله با آن بسیار مهم است که نیازهای بزرگسالان مطالعه و درک شود و اینکه چه چیزی کیفیت زندگی آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد را ارزیابی کرد (دیدینو و همکاران، ۲۰۱۶). بنابراین آنچه که دانش امروزی به آن توجه می‌کند، تنها طولانی‌تر کردن دوران زندگی سالمندان نیست، بلکه به این نکته نیز توجه می‌کند که سال‌های اضافی عمر انسان در نهایت آرامش و سلامت جسمی و روانی سپری شود (روزندال و همکاران، ۲۰۰۸). از این‌رو بررسی مسایل روانی-اجتماعی سالمندان و از آن جمله رضایت از زندگی<sup>۱</sup>، در این قشر، حائز اهمیت است. به طور خاص، رضایت از زندگی، ارزیابی افراد از میزان رضایت آنها از زندگی خود به عنوان یک کل است (گارنیر و همکاران، ۲۰۱۵). این یکی از جنبه‌هایی است که پیری موفقیت‌آمیز و در نتیجه کیفیت زندگی را تعیین می‌کند (دیدینو و همکاران، ۲۰۱۶). مطالعات نشان داده است که رضایت از زندگی در افراد سالمند تحت تأثیر عوامل مختلفی مانند عوامل جمعیت شناختی (ملندز و همکاران، ۲۰۰۹)، درآمد (لی و همکاران، ۲۰۱۳)، سلامت جسمی (گانا و همکاران، ۲۰۱۳) و شرایط مسکن (اوسوالد و وال، ۲۰۰۴) قرار دارد. همچنین رضایت از زندگی با برخی ویژگی‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی (دینر و همکاران، ۲۰۰۳)، تاب‌آوری و عزت نفس (لی و همکاران، ۲۰۱۶؛ مارتینز-مارتی و راج، ۲۰۱۷) ارتباط دارد. یکی از عوامل مهم مورد توجه در سال‌های اخیر که بر سازگاری و رضایت سالمندان تأثیر دارد، تجارب اولیه فرد با والدین و یا نوع رابطه هیجانی وی با والدین خود در دوران کودکی است (رضائی و همکاران، ۱۳۹۷).

روابط دلبستگی<sup>۲</sup> با والدین شاخص اصلی رضایت از زندگی و بهزیستی است (اینگرام و همکاران، ۲۰۱۷؛ شریف و همکاران، ۲۰۲۱). دلبستگی به الگوهای کارکردی درونی<sup>۳</sup> افراد در روابط صمیمانه اشاره دارد. این الگوها شامل بازنمایی‌های ذهنی از خود و دیگران است و اساس

<sup>1</sup> life satisfaction

<sup>2</sup> attachment

<sup>3</sup> internal working models

<sup>4</sup> avoidance

<sup>5</sup> anxiety

مرتبط هستند را پیشنهاد دادند. یکی از این نقاط قوت شخصیتی که به عنوان فضیلتی متعالی در نظر گرفته شده، قدردانی<sup>۱</sup> است (کیلن و مکاسکیل، ۲۰۱۵). بنابراین به نظر می‌رسد رضایت از زندگی همچنین با قدردانی ارتباط دارد (کنگ و همکاران، ۲۰۱۵؛ نوری‌القا و همکاران، ۲۰۲۰).

قدردانی مفهوم مثبت مهمی است که با ظهور روان‌شناسی مثبت، توجه بسیاری را به خود جلب کرده است (بیلدیرمن و آلانازی، ۲۰۱۸) و آن را می‌توان به عنوان احساسی متصور شد که در نتیجه تشخیص یک تجربه یا پیامد مثبت به دلیل رفتار پاسخگو یا متفکرانه شخص دیگر، رخ می‌دهد (آلگو، ۲۰۱۲). احساس قدردانی در زمینه‌های گوناگون زندگی، مانند سلامت جسمی، سلامت روان و بهزیستی اجتماعی فواید مختلفی دارد (لامبرت و همکاران، ۲۰۰۹). افراد قدرشناس با نشان دادن رفتارهای اجتماعی، بیشتر تمایل به تعامل اجتماعی دارند، بدین معنا که در کنار تلاش برای دستاوردهای کمترمادی، همدل‌تر، بخشنده‌تر، کمک‌کننده‌تر و حمایت‌گرا تر از دیگران هستند (مک‌کولوغ و همکاران، ۲۰۰۲). سپاس‌گزار بودن برای داشته‌ها در زندگی، به افراد امکان می‌دهد که روابط اجتماعی بهتری داشته، رضایت و لذت بیشتری را تجربه کنند و با شرایط استرس‌زا در زندگی بهتر کنار بیایند (لوبمیرسکی و همکاران، ۲۰۰۵). قدردانی، به عنوان یک متغیر مهم بین فردی و درون فردی، تأثیر مهمی بر رضایت از زندگی افراد دارد، به گونه‌ای که افرادی که دارای سطح بالایی از قدردانی هستند، از زندگی رضایت بیشتری دارند (چن، ۲۰۱۱؛ پترسون و همکاران، ۲۰۰۷). احساس قدردانی می‌تواند به افراد مسن در حل بحران یکپارچگی در برابر ناامیدی برای رسیدن به یکپارچگی خود کمک کند. نظریه انتخاب اجتماعی هیجانی بیان می‌کند که سالمندان بدلیل آگاهی از محدود بودن زمان تمرکز بیشتری بر زمان حال دارند. این تمرکز باعث می‌شود که اولویت سالمندان تجربه معنای هیجان در روابطشان باشد. از این رو تداوم روابط در مقایسه با ایجاد روابط برایشان اهمیت بیشتری دارد. روابط موجود فرصت بیشتری برای نوع‌دوستی و قدردانی فراهم می‌کند. پس در مقایسه با جوانترها، افراد سالمند قدردانی را به عنوان تجربه‌ای مثبت و پاداش‌دهنده می‌بینند (کیلن و مکاسکیل، ۲۰۱۵). مطالعات انجام گرفته نشان می‌دهد قدردانی عواطف مثبت را افزایش می‌دهد و ارتقاء عواطف

دل بستگی بیشتر اجتنابی می‌شود. این احتمال وجود دارد افراد مسنی که کاهش توانایی و از دست دادن روابط دل بستگی را تجربه می‌کنند، بصورت دفاعی بیشتر بر استقلال و اعتماد به نفس و کمتر بر وابستگی متقابل تأکید کنند (اسپنس و همکاران، ۲۰۲۰). ایجاد تعادل بین خودمختاری و وابستگی به شرکای اصلی اجتماعی در ایجاد شاخص اساسی بهزیستی ذهنی مانند رضایت از زندگی مهم است (نیکرسون و ناگر، ۲۰۰۴؛ ما و هونتبر، ۲۰۰۸) و مطالعات نشان داده است که در میان متغیرهای بین فردی، کیفیت دل بستگی، تأثیر قابل توجهی در رضایت از زندگی افراد دارد (مارتی‌کانن، ۲۰۱۲). افراد با دل بستگی ایمن، رضایت بالاتری از زندگی دارند (هومان و همکاران، ۲۰۱۸؛ پان و همکاران، ۲۰۱۶) و دل بستگی نایمن با رضایت از زندگی رابطه معکوس دارد (لی و فانگ، ۲۰۱۴؛ گالینها و همکاران، ۲۰۱۴). این نتایج در طیف گسترده‌ای از نمونه‌ها با استفاده از طرح‌های مقطعی، آینده‌نگر، طولی و بین‌فرهنگی به دست آمده است (شاور و همکاران، ۲۰۱۰). همچنین مطالعات در زمینه سالمندی نیز حاکی از ارتباط معنادار ابعاد دل بستگی و بهزیستی و رضایت از زندگی در گروه سالمندان بوده است (ویستر، ۱۹۹۷؛ بودنر و چون-فریدل، ۲۰۱۰). به عنوان مثال بادنر و کوهن-فریدل (۲۰۱۰) دریافتند که دل بستگی ایمن در اواخر بزرگسالی با کیفیت بهتر زندگی ارتباط دارد. در همین راستا، هومان و همکاران (۲۰۱۸) نیز به این نتیجه دست یافتند که دل بستگی ایمن در بهزیستی روان‌شناختی سالمندان نقش دارد. با این حال، سومر و یتکیلی (۲۰۱۸) در مطالعه خود در مقایسه مردم ایالات متحده با ترکیه، دریافتند که رضایت از زندگی در ترکیه فقط با دل بستگی اجتنابی و در آمریکا فقط با دل بستگی اضطرابی رابطه معنادار داشت. پورآوری و همکاران (۲۰۱۸) در بررسی خود که بر روی دانشجویان انجام شد، دریافتند که بین هر دو ابعاد نایمن دل بستگی (اجتنابی و اضطرابی) با رضایت از زندگی رابطه منفی و معناداری وجود دارد.

از سویی دیگر، در روان‌شناسی مثبت، بهزیستی و رضایت از زندگی، نتیجه هیجانانگیز و صفات مثبتی است که شخص را به سوی تجارب مثبت می‌برد (سلیگمن و همکاران، ۲۰۰۵). بر اساس پژوهش‌های تجربی، پترسون و سلیگمن (۲۰۰۵) شش فضیلت که حاوی بیست و چهار نقطه قوتی بود که دائماً با رضایت از زندگی و بهزیستی

<sup>۱</sup> gratitude

نمونه، سالمندان آسایشگاه سالمندی فاطمه الزهرا (س) شهر تفت که به صورت در دسترس از بین مراکز نگهداری سالمندان انتخاب شده بود، در پژوهش حاضر شرکت کردند. با توجه به نظر تیانچینگ و فیدل (۲۰۰۷) برای تعیین حجم نمونه در مطالعات با روش رگرسیون چندگانه می‌توان از فرمول  $N \geq 104 + m$  استفاده کرد.  $m$  نشان دهنده تعداد متغیرهای پیش‌بین و  $N$  حجم نمونه است. با در نظر گرفتن احتمال ریزش، ۱۲۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. از این تعداد ۱۰ پرسش‌نامه مخدوش بود و تعداد نهایی نمونه به ۱۱۰ کاهش یافت. معیارهای ورود در این مطالعه شامل (۱) استقرار در خانه سالمندان، (۲) داشتن سن بالای ۶۰ سال، (۳) برخورداری از سواد کافی برای پاسخگویی به پرسش‌نامه‌ها، (۴) رضایت جهت مشارکت در پژوهش بود. همچنین معیارهای خروج عبارت بودند از (۱) تکمیل ناقص پرسش‌نامه‌ها (۲) خستگی و عدم تمایل به ادامه همکاری (۳) ابتلا به بیماری‌های عصب‌روان‌شناختی. بررسی اطلاعات جمعیت‌شناختی نشان داد که ۳۰/۹ درصد (۳۴ نفر) از شرکت‌کنندگان پژوهش حاضر مردان و ۶۹/۱ درصد (۷۶ نفر) زنان بودند. ۵۴/۵ درصد (۶۰ نفر) باسواد و ۴۵/۵ درصد (۵۰ نفر) بیسواد بودند. ۲۹/۱ درصد (۳۲ نفر) مجرد، ۳۷/۳ درصد (۴۱ نفر) متاهل و ۳۳/۳ درصد (۳۷ نفر) مطلقه یا بیوه بودند. همچنین میانگین سن شرکت‌کنندگان ۷۷/۰۴ بود.

### ابزار

**پرسش‌نامه رضایت از زندگی<sup>۱</sup>**. این مقیاس که توسط دینر و همکاران در سال ۱۹۸۵ تهیه شده، متشکل از مجموعه‌ای از جمله‌ها است که رضایت فرد از زندگی‌اش را می‌سنجد. هر گزاره دارای هفت گزینه است که در مقیاس لیکرت از ۱ تا ۷ نمره‌گذاری میشود. نمرات بالا در این مقیاس نشان دهنده سطح بالاتر رضایت است. پژوهش‌های انجام شده اعتبار افتراقی و همسانی درونی این آزمون را مورد تأیید قرار داده‌اند (دینر و همکاران، ۱۹۸۵). این آزمون توسط بیانی و همکاران (۱۳۸۶) نیز به فارسی ترجمه شده است و اعتبار آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۳ و با استفاده از روش باز آزمایی، ۰/۶۹ تعیین شده است. در این پژوهش ضریب همسانی درونی پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۷ بدست آمد.

مثبت در بهزیستی و رضایت از زندگی سالمندان نقش دارد (رگالیا و مانزی، ۲۰۱۸). در همین راستا دشت بزرگی (۱۳۹۶) نشان داد سپاس‌گزاری پیش‌بینی‌کننده بهزیستی روان‌شناختی سالمندان شهر اهواز است.

انتظار می‌رود تا سال ۲۰۳۰ جمعیت سالمندان به ۷۰ میلیون نفر برسد (کالی و اورتمن، ۲۰۱۴). کهولت سن با از دست دادن نقش‌ها و عملکردهای مختلف همراه است که منجر به وابستگی بیشتر به دیگران می‌شود. نیاز به افراد دیگر می‌تواند خود را در کاهش رضایت از زندگی نشان دهد (سپین و همکاران، ۲۰۱۹). با توجه به این افزایش جمعیت و احتمال کاهش رضایت از زندگی در دوره سالمندی (زنجر و همکاران، ۱۳۹۷)، بررسی عوامل مؤثر بر رضایت زندگی این قشر از جامعه ضروری است. از سوی دیگر طبق پژوهش‌ها، رضایت از زندگی سالمندان آسایشگاه پایین‌تر از افراد ساکن منازل است، از این رو این گروه از سالمندان نیازمند توجه خاص می‌باشند. با توجه به تأثیر تجارب بنیادین کودکی در روابط بزرگسالی و حتی دوران سالمندی، بررسی نقش دلبستگی در پژوهش حاضر مورد توجه قرار گرفت. بررسی پژوهش‌های انجام گرفته نشان داد که نقش ابعاد دلبستگی در حوزه سالمندی کمتر مورد توجه قرار گرفته است و با توجه به نتایج متفاوت در کشورهای مختلف در مورد نقش ابعاد دلبستگی در رضایت از زندگی، بررسی این مسأله در ایران ضرورت می‌یابد. از سوی دیگر با ظهور جنبش روان‌شناسی مثبت، پژوهشگران بجای توجه متمرکز بر جنبه‌های منفی، بر اهمیت احساسات مثبت و نقاط قوت افراد تأکید می‌کنند. از این رو در کنار نقش ابعاد دلبستگی به بررسی قدردانی به عنوان یک مفهوم درون‌فردی در روان‌شناسی مثبت پرداخته می‌شود. در این راستا، هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس ابعاد دلبستگی و قدردانی در سالمندان است فرضیات عبارتند از اینکه (۱) ابعاد دلبستگی، رضایت از زندگی سالمندان را پیش‌بینی می‌کنند و (۲) قدردانی، رضایت از زندگی سالمندان را پیش‌بینی می‌کند.

### روش

#### طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان

پژوهش حاضر مطالعه‌ای توصیفی از نوع همبستگی بود که جامعه آماری آن شامل کلیه سالمندان مقیم آسایشگاه‌های سالمندان استان یزد در سال ۱۳۹۹ بود. جهت گرفتن

<sup>۱</sup> satisfaction with life scale (SWLS)

## روش اجرا

جهت انجام پژوهش از بین مراکز نگهداری سالمندان، آسایشگاه سالمندی فاطمه الزهرا (س) شهر تفت به صورت در دسترس انتخاب شد. سپس پرسش‌نامه‌ها و طرح پژوهش توسط مدیران مرکز مورد تأیید قرار گرفت. پس از هماهنگی با آسایشگاه سالمندان و با توجه به معیارهای ورود مطالعه، تعداد ۱۲۰ نفر از سالمندان از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند (هرچند در روند کار تعداد ۱۰ نفر ریزش پیدا کرد). پس از اخذ رضایت کامل مبنی بر شرکت در پژوهش، توضیحات لازم درباره اهداف پژوهشی به شرکت‌کنندگان داده شد. همچنین این نکته مورد تأکید قرار گرفت که اطلاعات مرتبط با تکمیل پرسش‌نامه‌ها محرمانه خواهند ماند و در اختیار سازمان‌های دولتی و یا خصوصی قرار نخواهد گرفت. سالمندان شرکت‌کننده به صورت فردی به پرسش‌نامه‌ها پاسخ می‌دادند. البته پژوهشگر در طول تکمیل پرسش‌نامه‌ها حضور داشت تا در صورت نیاز، ابهامات موجود را رفع کند. داده‌های بدست آمده از پرسش‌نامه‌ها توسط نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ در دو سطح آمار توصیفی و داستنباطی تجزیه و تحلیل شدند. در بخش توصیفی از میانگین و انحراف معیار و در بخش استنباطی از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده شد.

## یافته‌ها

جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها، از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد. با توجه به اینکه برای استفاده از تحلیل رگرسیون نرمال بودن توزیع مقادیر خطا در گام اول و نرمال بودن توزیع متغیر وابسته و نه متغیرهای مستقل در مرحله بعد به عنوان پیش‌فرض اهمیت دارد (پهنام‌فر و راستی، ۱۳۹۴)، این دو مورد بررسی قرار گرفت. نمودار توزیع نمرات باقیمانده و نتیجه آزمون کولموگروف اسمیرنوف تأیید‌کننده این دو پیش‌فرض بود. میانگین، انحراف معیار متغیرهای پژوهش و ماتریس ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه بین متغیر ملاک با متغیرهای پیش‌بین در جدول ۱ نشان داده شده است.

همانگونه که جدول ۱ نشان می‌دهد از بین متغیرهای پیش‌بین دو متغیر اجتناب دلبستگی ( $r=0/18$ ) و قدردانی ( $r=0/66$ ) با رضایت از زندگی رابطه داشتند و اضطراب دلبستگی با رضایت از زندگی رابطه معنادار نداشت. در ادامه جهت بررسی نقش پیش‌بین متغیرهای پژوهش از

## پرسش‌نامه تجدید نظر شده تجربه روابط

**نزدیک<sup>۱</sup>**. از این پرسش‌نامه به منظور اندازه‌گیری ابعاد دلبستگی استفاده شد که توسط برن و همکاران در سال ۱۹۹۸ طراحی شده است. این پرسش‌نامه دارای ۳۶ گویه بوده که بر اساس مفروضات مقیاس‌های عینی با تأکید بر طیف ترستون از دامنه یک تا هفت، نمره‌گذاری می‌شود و دو بعد دلبستگی را بررسی می‌کند. ۱۸ سؤال بعد اضطراب و ۱۸ سؤال دیگر بعد اجتناب را می‌سنجد. نمرات بالاتر در هر بعد نشان‌دهنده وجود نمرات بالاتر در سبک دلبستگی اجتنابی یا اضطرابی است. این پرسش‌نامه بر اساس پژوهش‌های قبلی اعتبار خوبی (آلفای کرونباخ ۰/۸۹ تا ۰/۹۴) را کسب کرده است و طی سه هفته بازآزمایی ضریب اعتبار ۰/۹۰ تا ۰/۹۵ برای آن گزارش شده است (فرالی و همکاران، ۲۰۰۰). مطالعات مربوط به رواسازی ابزار نشان داده که این پرسش‌نامه از روایی سازه قوی برخوردار است (فرالی و همکاران، ۲۰۰۰؛ برنان و همکاران، ۱۹۹۸). در ایران خجسته مهر و همکاران (۱۳۹۱) آلفای کرونباخ خرده مقیاس اضطرابی و اجتنابی را به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۳ به دست آوردند. در این پژوهش ضریب همسانی درونی پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرونباخ برای بعد اضطراب ۰/۸۶ و برای بعد اجتناب ۰/۹۵ بود.

## پرسش‌نامه قدرانی<sup>۲</sup>

پرسش‌نامه قدرانی (۲۰۰۲) طراحی شده است و بر اساس مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت از (به‌طور کامل مخالف=۱ تا به‌طور کامل موافق=۷) پاسخ داده می‌شود. حداقل نمره ۶ حداکثر نمره آن ۴۲ و نمره بالاتر نشان‌دهنده قدردانی بیشتر است. ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس توسط مک‌کالو و همکاران ۰/۸۲ برآورد گردید و پایایی این پرسش‌نامه به روش بازآزمایی در دامنه‌ای از ۰/۷۶ تا ۰/۸۴ و اعتبار آن از طریق همبستگی آن با نمرات مقیاس خودگزارشی سپاسگزاری در طول یک دوره ۵۱ روزه بین ۰/۲۱ تا ۰/۲۵ بود (مک‌کالو و همکاران، ۲۰۰۲). ویژگی‌های روانسنجی این پرسش‌نامه در جامعه ایرانی مطلوب گزارش شده است. به عنوان مثال در مطالعه سعیدی و همکاران (۱۳۹۹) پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش شده است. در این پژوهش ضریب همسانی درون پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۶۶ بدست آمد.

<sup>1</sup> experiences in close relationships-revised (ECR-R)

<sup>2</sup> gratitude questionnaire -six item form (GQ-6)

## جدول ۱

میانگین، انحراف معیار و همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کولموگروف اسمیرنوف	Sig	۱	۲	۳
۱) بعد اضطراب دلبستگی	۶۶/۷۶	۱۸/۸۸	۰/۱۶۳	۰/۰۱۵	-		
۲) بعد اجتناب دلبستگی	۹۳/۹۹	۲۹/۳۶	۰/۱۰۸	۰/۰۴۱	-۰/۶۴***	-	
۳) قدردانی	۲۲/۷۹	۵/۱۷	۰/۰۷۳	۰/۰۹۵	۰/۱۹*	-۰/۲۴***	-
۴) رضایت از زندگی	۱۵/۲۷	۷/۳۰	۰/۰۶۷	۰/۲۶۷	۰/۱۶	-۰/۱۸*	۰/۶۶**

\* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$ 

همچنین شاخص تحمل و عامل تورم واریانس از مفروضه‌های رگرسیون چندگانه در جدول ۲ آمده است.

از رگرسیون چندگانه استفاده شد. ضریب همبستگی، تعیین و میزان معنی‌داری متغیرهای پیش‌بین و

## جدول ۲

خلاصه مدل رگرسیون جهت پیش‌بینی رضایت از زندگی سالمندان

گام	B	SE.B	Beta	R	R <sup>2</sup>	F	t	Sig	VIF Tolerance
۱	۰/۹۳	۰/۱۰	۰/۶۶	۰/۶۶	۰/۴۴	۸۴/۹۸	۹/۲۱	۰/۰۰۰۱	۱

اضطراب دلبستگی و رضایت از زندگی رابطه معناداری یافت نشد. این یافته از نظر ارتباط بعد اجتنابی دلبستگی با رضایت از زندگی با اغلب مطالعات پیشین از جمله گوارینی و همکاران (۲۰۱۵)، هومان و همکاران (۲۰۱۷) و سومر و یتکیلی (۲۰۱۸) همسو و با مطالعه پوروآوری و همکاران (۲۰۱۸) ناهمسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت کهولت سن، برخی چالش‌ها را برای دلبستگی فرد ایجاد می‌کند. طبق نظریه انتخاب هیجانی-اجتماعی (کارستنسن، اساکویتس و چارلز، ۱۹۹۹) افکار نزدیک شدن به مرگ، سالمندان را وادار به تنظیم وضعیت‌های عاطفی خود از طریق تنظیم فعالانه روابط اجتماعی، می‌کند. در همین زمان، اعضای شبکه دلبستگی ممکن است از بین بروند، طوری که شبکه‌های قبلی دلبستگی از نظر اندازه کوچک شوند. کاهش عملکرد مربوط به سن، ممکن است برخی از مظاهر دلبستگی را قادر به تأمین نیازهای دلبستگی بزرگ‌تر نکند، یا اینکه سالمندان کمتر قادر به ایجاد پیوندهای جدید باشند. سرانجام افزایش نسبت افراد دارای سبک‌های دلبستگی اجتنابی در سنین پیری نشان می‌دهد که برخی از سالمندان احتمالاً احساس می‌کنند که نمی‌توانند روی دیگران برای رفع نیازهای دلبستگی خود حساب کنند (سیرلی، ۲۰۱۰). این در حالی است که ویژگی اصلی افراد اجتنابی عدم اعتماد به خود و دیگران است. بی‌اعتمادی توانایی آنها در مواجهه با شرایط استرس‌زا را

با توجه مقدار F در جدول ۲ و سطح معناداری که کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد، مشخص شد که مدل رگرسیون معنادار می‌باشد. همان‌طور که مشاهده می‌گردد از بین متغیرهای پیش‌بین، تنها متغیر قدردانی با مقدار  $t=9/21$  و  $P < 0.05$  قادر به پیش‌بینی مثبت رضایت از زندگی در سالمندان است. بدین صورت که با افزایش قدردانی، رضایت از زندگی سالمندان افزایش می‌یابد. این متغیر ۴۴ درصد از تغییرات متغیر رضایت از زندگی را تبیین می‌کند. همچنین، از آنجا که تنها یک متغیر وارد معادله شده است شاخص تحمل و عامل تورم واریانس برابر ۱ یا ۱ شده است.

## بحث و نتیجه‌گیری

جمعیت دنیا به سرعت در حال سالخورده شدن است و رضایت از زندگی به عنوان یکی از مؤلفه‌های مهم در سلامت روان نیازمند توجه هر چه بیشتر در این گروه سنی است. هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی رضایت از زندگی سالمندان ساکن سراها بر اساس ابعاد دلبستگی و قدردانی بود. در این راستا دو فرضیه اصلی مطرح شد.

فرضیه اول این مطالعه مبنی بر اینکه ابعاد دلبستگی، رضایت از زندگی سالمندان را پیش‌بینی می‌کنند، توسط تحلیل رگرسیون تأیید نشد البته نتایج به دست آمده از آزمون همبستگی پیرسون حاکی از آن بود که از میان ابعاد دلبستگی (اضطرابی و اجتنابی) بعد اجتناب دلبستگی با رضایت از زندگی رابطه منفی و معناداری داشت و بین

بنابراین شناخت عوامل واسطه‌ای و تأثیرگذار در این میان توسط پژوهش‌های بیشتر حائز اهمیت است. از سوی دیگر، نتایج به دست آمده از این مطالعه هیچ رابطه معناداری بین دلبستگی اضطرابی و رضایت از زندگی نیافت. دلبستگی اضطرابی شامل استفاده از راهبردهای بیش‌فعالی دلبستگی برای تنظیم هیجانات، مانند تقاضای شدید مراقبت و رفتارهای چسبنده نسبت به دیگران، است (میکولینسر و شیور، ۲۰۰۳؛ هنوری آلقا، و همکاران، ۲۰۲۰). تمایل به حمایت اجتماعی ممکن است در مواقع استرس و درگیری (همچون حضور در خانه سالمندان و استرس‌های همراه) افزایش یابد و در این اوقات، تفاوت در درخواست و تکیه بر حمایت اجتماعی به وجود آید که با سبک‌های دلبستگی که دیدگاه‌های کلی فرد در مورد روابط بین فردی را شکل می‌دهند، هدایت شود (راپزا و همکاران، ۲۰۱۶). اوگنینه و کالینز (۱۹۹۸) اظهار داشتند که سبک‌های دلبستگی ممکن است بر راهبردهایی که فرد برای مقابله با شرایط استرس‌زا انتخاب می‌کند، تأثیر بگذارند. در ارزیابی انتخاب سبک‌های مقابله‌ای در واکنش به عوامل استرس‌زای مختلف، نویسندگان دریافته‌اند که افراد با دلبستگی اجتنابی تمایل بیشتری به استفاده از راهبردهای غیرمستقیم حمایتی همچون شکایت کردن، کنایه یا دروغ گفتن، دارند و برای شریک خود حمایت کمتری فراهم آورده و خود نیز کمتر به دنبال حمایت هستند، این در حالی است که افرادی که نمره بیشتری در بعد اضطرابی می‌گیرند، بیشتر به دنبال حمایت بوده و خود نیز حمایت بیشتری برای اطرافیان فراهم می‌آورند (راپزا و همکاران، ۲۰۱۶؛ کامپبل و همکاران، ۲۰۰۵). بنابراین این افراد برخلاف بعد اجتنابی، در جستجوی روابط و حمایت اجتماعی هرچه بیشتر برمی‌آیند و در فرهنگ جمع‌گرای ایران، این مسأله کمتر آسیب‌زننده است. چراکه اعضای خانواده در چنین فرهنگی، بیشتر به یکدیگر وابسته بوده و والدین توقعات بیشتری از فرزندان دارند. به علاوه پشتیبانی و جستجوی حمایت، بیش از آنکه منفی تلقی شود، تشویق شده و در نتیجه این رفتار تقویت می‌گردد. از آنجا که نمونه پژوهش حاضر شامل سالمندان ساکن سراها است احتمالاً افراد کمتری با دلبستگی اضطرابی در آن ساکن هستند. از جنبه دیگر، سالمندانی که نمره بالاتری در بعد اضطرابی می‌گیرند، بیشتر در جستجوی حمایت و کمک برمی‌آیند، با سایر سالمندان بیشتر گفتگو و تعامل می‌کنند، به همین

کاهش داده و درماندگی روانی را به شخص تحمیل می‌کند. در عین حال، این افراد، از روابط خود با دیگران راضی نیستند، رفتارهای حمایتی کمتری نشان داده و به دنبال پشتیبانی کمتری هستند. این امر باعث قطع ارتباط آنها با شبکه‌های اجتماعی دیگر و به نوبه خود منجر به کاهش رضایت از زندگی می‌شود (نظری چگانی و همکاران، ۱۳۹۱). این امر در مورد سالمندان ساکن در سرای سالمندان، به دلیل فراهم بودن شرایط محیطی در راستای دوری از خانواده و نزدیکان و تغییر شبکه ارتباطی، تشدید می‌گردد. به ویژه آنکه دلبستگی اجتنابی با طرد توسط خانواده و زندگی در محیطی به دور از آنها، اجتناب دلبستگی را تقویت کرده و فرد را بیش از پیش به دوری و فاصله گرفتن از اطرافیان سوق می‌دهد. چرخه به وجود آمده، تنهایی و انزوای شخص را افزایش داده و حمایت اجتماعی را کاهش می‌دهد، در نتیجه کیفیت زندگی و رضایت از آن دچار اختلال می‌گردد. همچنین دلبستگی ناایمن از طریق راهبردهای غیرانطباقی منجر به انجام رفتارهای ناسازگار خواهد شد که شخص در زندگی برای فرار و یا تسکین در برابر مشکلات یا استرس‌ها، به کار می‌برد. هرچند این روش‌ها در کوتاه مدت آرامش‌بخش هستند، اما راهبردهایی خود تخریبی بوده و سلامت روان و رضایت از زندگی را کاهش می‌دهند (پوراوری و همکاران، ۲۰۱۸). در دلبستگی اجتنابی، انگیزه این راهبردها جلوگیری از درد و پریشانی ناشی از در دسترس نبودن مداوم مظاهر دلبستگی در گذشته است. افراد با دلبستگی اجتنابی، افکار وابسته به هیجانات را انکار می‌کنند و سعی در جلوگیری از واکنش‌های هیجانی دارند، چراکه آموخته‌اند که پذیرش و نشان دادن پریشانی و ناراحتی، منجر به طرد و جدایی می‌شود (میکولینسر و شیور، ۲۰۰۳).

با این وجود در تحلیل رگرسیون بعد اجتنابی قادر به پیش‌بینی معنادار رضایت از زندگی نبود و این یافته با مطالعات پیشین از جمله نوعی ایران و محمود علیلو (۱۳۹۴) و تپلی تیمز و تاری کومرت (۲۰۱۸) ناهمسو بود. این امر به دلیل ورود همزمان متغیر قدردانی به معادله رگرسیون می‌باشد که توانسته تبیین‌کننده مناسبتری برای رضایت از زندگی باشد. از آنجایی که نتایج همبستگی پیرسون نشان داد بین ابعاد دلبستگی و قدردانی رابطه وجود دارد، ممکن است قدردانی بتواند به عنوان واسطه بر روابط بین ابعاد دلبستگی و رضایت از زندگی تأثیر بگذارد.



دلیل با نارضایتی از زندگی ارتباط نمی‌یابد. هرچند برای تأیید این موضوع نیاز به تکرار نتایج مطالعه است.

فرضیه دوم پژوهش مبنی بر اینکه قدردانی، رضایت از زندگی سالمندان را پیش‌بینی می‌کند، تأیید شد. این نتیجه همسو با پژوهش کیلن و مکاسکیل، (۲۰۱۵)، رگالیا و مانزی، (۲۰۱۸)، دشت بزرگی (۱۳۹۶) همسو است. در تبیین نتیجه بدست آمده می‌توان بیان کرد، در سال‌های اخیر پژوهشگران اظهار داشته‌اند که قدردانی، نه تنها عامل درک مزایای اعطا شده توسط دیگری است (مک‌کلو و همکاران، ۲۰۰۲)، بلکه جهت‌گیری زندگی گسترده‌تری نسبت به در نظر گرفتن و قدردان بودن از مثبت‌ها در جهان است (وود و همکاران، ۲۰۱۰). به عنوان یک تجربه مثبت، به خودی خود، قدردانی احتمالاً تجارب منفی را به مثبت تغییر داده و منجر به رضایت از زندگی میشود. بنابراین افراد قدرشناس، بیشتر از افراد ناسپاس، رضایت از زندگی را تجربه می‌کنند (مک‌کلو و همکاران، ۲۰۰۲؛ امونس و مک‌کلو، ۲۰۰۳). همچنین قدردانی بیانگر احساسات همدلی است و آن را میتوان به عنوان یک راهبرد روان‌شناختی سازگار در نظر گرفت که شخص از طریق آن تجربیات روزمره خود را تفسیر می‌کند و در عین حال از مزایای آن بهره‌مند می‌شود (سالوادر-فر، ۲۰۱۷). این می‌تواند یک خصیصه مهم و حیاتی برای سالمندان باشد، چراکه سالمندانی که قدرداتر هستند، احتمالاً کمتر شکایت کرده و دیدی کمتر منفی نسبت به شرایط خود دارند و به جای آنکه با افکار منفی و شکوه، زندگی را بر خود تلخ کنند، بیشتر به داشته‌ها و دستاوردهای خود نظر افکنده و در نتیجه راضی‌تر خواهند بود. به علاوه افراد قدرشناس با نشان دادن رفتارهای اجتماعی، تمایل بیشتری به تعاملات دارند، از این جهت نسبت به دیگران، همدلتر، بخشنده‌تر، مفیدتر و حامی‌تر خواهند و همچنین کمتر به دنبال دستاوردهای مادی هستند (مک‌کلو و همکاران، ۲۰۰۲)، این امر می‌تواند به گسترش روابط اجتماعی و موفقیت در تعاملات منجر شده و از دشواری شرایط زندگی در آسایشگاه سالمندان بکاهد و در نتیجه رضایت بیشتری از شرایط موجود و زندگی به طور کلی، به ارمغان آورد.

با این وجود مطالعه حاضر دارای محدودیت‌هایی است که در تعمیم نتایج باید آنها را در نظر گرفت. به عنوان مثال رابطه بین قدردانی و رضایت از زندگی می‌تواند در فرهنگ‌های گوناگون متفاوت باشد. معمولاً قدردانی در

فرهنگ‌های سنتی و جمع‌گراتری همچون شهر یزد، ارزشمندتر محسوب شده و در روابط نقش تعیین‌کننده‌ای دارد، این در حالی است که در جوامع مدرن‌تر و سایر فرهنگ‌ها، نتایج ممکن است متفاوت باشد. همچنین نمونه‌گیری در این مطالعه به شیوه در دسترس بوده از این رو تعمیم‌پذیری نتایج کاهش می‌یابد. در نهایت به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود که با توجه به نتیجه به دست آمده از این مطالعه در زمینه ارتباط غیرمعنی‌دار اضطراب دلبستگی با رضایت از زندگی، نتایج مجدداً تکرار گردند. همچنین در مطالعات آتی نقش متغیرهای واسطه‌ای نیز در نظر گرفته شوند.

### سپاس‌گزاری

از تمام کسانی که ما را در اجرای پژوهش یاری دادند به ویژه سالمندان شرکت‌کننده در پژوهش، قدردانی می‌شود.

### منابع

- بهنام‌فر، ر. و راستی، ا. (۱۳۹۴). رگرسیون خطی، نرمال بودن توزیع مقادیر خطا یا نرمال بودن توزیع متغیر وابسته؟ مجله *ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، ۱۵، ۲۶۳-۲۶۵.
- خجسته‌مهر، ر.، کرابی، ا.، عباس‌پور، ذ. ا. و کوچکی، ر. (۱۳۹۱). نقش دلبستگی اضطرابی و اجتنابی و اسناد بر گذشت همسران: آزمودن یک مدل میانجی. *دو فصلنامه مشاوره کاربردی*، ۱(۲)، ۷۲-۵۱.
- دشت بزرگی، ز. (۱۳۹۶). نقش عفو، سپاس‌گزاری و تواضع در پیش‌بینی بهزیستی روانی سالمندان. *پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت*، ۳(۲)، ۷۶-۶۵.
- رضایی، ع. م.، عبداللهی، م.، اکبری‌بلوطبندگان، ا. و خیرخواهان، ن. (۱۳۹۳). مقایسه سبک‌های دلبستگی در سالمندان ساکن منزل و آسایشگاه، مطالعه موردی: شهر سمنان. *فصلنامه پرستاری سالمندان*، ۱(۲)، ۲۱-۱۱.
- زنجری، ن.، الساق، ا.، صادقی، ر. و نوری، م. (۱۳۹۷). عوامل مؤثر بر میزان رضایت از زندگی سالمندان تهرانی. *پژوهشنامه مددکاری اجتماعی*، ۵(۱۶)، ۱۲۶-۱۰۱.
- سعیدی، س.، محمدزاده ابراهیمی، ع و سلیمانیان، ع. ا. (۱۳۹۹). مدل ساختاری قدردانی، کیفیت ارتباط زناشویی و رضایت زناشویی در معلمان شهر سبزوار. *مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار*، ۲۷(۳)، ۴۲۱-۴۱۳.
- شانه ساززاده، ل.، و نادى، م. (۱۳۹۷). الگوی ساختاری رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی، قابلیت‌های هوش هیجانی، قدردانی و خوش‌بینی با بخشش بین‌فردی در بین دانشجویان پرستاری. *مجله روان پرستاری*، ۶(۴)، ۸۲-۷۴.

## References

- Algoe, S. B. (2012). Find, remind and bind: The Functions of gratitude in everyday relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, 6(6), 455-469.
- Bayani, A. A., Koocheky, A. M., & Goodarzi, H. (2007). The reliability and validity of the satisfaction with life scale. *Journal of Iranian Psychologists*, 3(11), 259-260.
- Behnam far, R., & Rasti, A. (2015). Linear regression, the normal distribution of error values or normal distribution of the dependent variable? *Iranian Journal of Medical Education*, 15, 263-265. [Persian]
- Bodner, E., & Cohen-Fridel, S. (2010). Relations between attachment styles, ageism and quality of life in late life. *International Psychogeriatrics*, 22(8), 1353-1361.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). *Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview*. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (p. 46-76). The Guilford Press.
- Campbell, L., Simpson, J. A., Boldry, J., & Kashy, D. A. (2005). Perceptions of conflict and support in romantic relationships: The role of attachment anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(3), 510-531.
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, 54(3), 165-181.
- Chan, D. W. (2011). Burnout and life satisfaction: Does gratitude intervention make a difference among Chinese school teachers in Hong Kong? *Educational Psychology*, 31(7), 809-823.
- Cicirelli, V. G. (2010). Attachment relationships in old age. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 191-199.
- Colby, S., & Ortman, J. M. (2014). *The baby boom cohort in the United States: 2012 to 2060* (pp. 25-1141). US Department of Commerce, Economics and Statistics Administration, US Census Bureau
- Bozorgi, Z. (2017). The role of amnesty, gratitude and humility in predicting the mental well-being of the elderly. *Positive Psychology Research*, 3(2), 65-76. [Persian]
- Didino, D., Frolova, E. A., Taran, E. A., & Gorodetski, K. (2016). Predictors of life satisfaction among older adults in Siberia. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences (EpSBS). Vol. 7: Lifelong Wellbeing in the World (WELLSO 2015)*.—Nicosia, 72015, 400-407.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403-425.
- Emmonse, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377-389.
- Fraley, R. C., Hudson, N. W., Heffernan, M. E., & Segal, N. (2015). Are adult attachment styles categorical or dimensional? A taxometric analysis of general and relationship-specific attachment orientations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109(2), 354-368.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365.
- Galinha, I. C., Oishi, S., Pereira, C. R., Wirtz, D., & Esteves, F. (2014). Adult attachment, love styles, relationship experiences and subjective well-being: Cross-cultural and gender comparison between Americans, Portuguese, and Mozambicans. *Social Indicators Research*, 119(2), 823-852.
- Gana, K., Bailly, N., Saada, Y., Joulain, M., Trouillet, R., Hervé, C., & Alaphilippe, D. (2013). Relationship between life satisfaction and physical health in older adults: A longitudinal test of cross-

- lagged and simultaneous effects. *Health Psychology*, 32(8), 896-904.
- Guarnieri, S., Smorti, M., & Tani, F. (2015). Attachment relationships and life satisfaction during emerging adulthood. *Social Indicators Research*, 121(3), 833-847.
- Harper, S. (2014). Economic and social implications of aging societies. *Science*, 346(6209), 587-591.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Homan, K. J. (2018). Secure attachment and eudaimonic well-being in late adulthood: The mediating role of self-compassion. *Aging & Mental Health*, 22(3), 363-370.
- Ingram, A. M., Cox, B. S., Smith, D. M., & Parmelee, P. A. (2017). Attachment style, pain, and psychological well-being in older adults with knee osteoarthritis. *Innovation in Aging*, 1(suppl\_1), 128-129.
- Kho, Y., Kane, R. T., Priddis, L., & Hudson, J. (2015). The nature of attachment relationships and grief responses in older adults: An attachment path model of grief. *Plos One*, 10(10), article e0133703.
- Khojasteh Mehr, R., Koraei, A., Abbaspour, Z., & Koochaki, R. (2012). The Role of Anxiety and Avoidance Attachment and Attribution in Marital Forgiveness: Testing a Mediation Model. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 1(2), 51-72. [Persian]
- Killen, A., & Macaskill, A. (2015). Using a gratitude intervention to enhance well-being in older adults. *Journal of Happiness Studies*, 16(4), 947-964.
- Killen, A., & Macaskill, A. (2015). Using a gratitude intervention to enhance well-being in older adults. *Journal of Happiness Studies*, 16(4), 947-964.
- Kong, F., Ding, K., & Zhao, J. (2015). The relationships among gratitude, self-esteem, social support and life satisfaction among undergraduate students. *Journal of Happiness Studies*, 16(2), 477-489.
- Lambert, N. M., Fincham, F. D., Braithwaite, S. R., Graham, S. M., & Beach, S. R. H. (2009). Can prayer increase gratitude? *Psychology of Religion and Spirituality*, 1(3), 139-149.
- Lee, J., Kim, E., & Wachholtz, A. (2016). The effect of perceived stress on life satisfaction: The mediating effect of self-efficacy. *Ch'ongsonyonghak Yongu*, 23(10), 29-47.
- Li, H., Chi, I., & Xu, L. (2013). Life satisfaction of older Chinese adults living in rural communities. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 28(2), 153-165.
- Li, T., & Fung, H. H. (2014). How avoidant attachment influences subjective well-being: An investigation about the age and gender differences. *Aging & Mental Health*, 18(1), 4-10.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131.
- Ma, C. Q., & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the Schools*, 45(2), 177-190.
- Martikainen, L. (2012). *The family environment in adolescence as a predictor of life satisfaction in adulthood*. In M. Vassar (Ed.), *Psychology of life satisfaction* (pp. 19-30). New York: Nova Science Publishers.
- Martínez-Martí, M. L., & Ruch, W. (2017). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self-efficacy, optimism, social support, self-esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 12(2), 110-119.
- Massey, B., Edwards, A. V., & Musikanski, L. (2020). Life Satisfaction, Affect, and Belonging in Older Adults. *Applied Research in Quality of Life*, 1-15.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127.
- Meléndez, J. C., Tomás, J. M., Oliver, A., & Navarro, E. (2009). Psychological and

- physical dimensions explaining life satisfaction among the elderly: A structural model examination. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 48(3), 291-295.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. *Journal of Advances in Experimental Social Psychology*, 35, 53-152.
- Mikulincer, M., Gillath, O., & Shaver, P. R. (2002). Activation of the attachment system in adulthood: threat-related primes increase the accessibility of mental representations of attachment figures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(4), 881-895.
- Nazari Chegani, A., Behroozi, N., Hashemi Sheykh Shabani, S. E., & Mehrabizadeh Honarmand, M. (2012). The Relationship of Attachment Styles with Depression and Life Satisfaction with Mediating Role of Social Support and Optimism in Female Students of SCU. *Journal of Psychological Achievements*, 19(2), 81-100.
- Nickerson, A. B., & Nagle, R. J. (2004). The influence of parent and peer attachments on life satisfaction in middle childhood and early adolescence. In *Quality-of-life research on children and adolescents* (pp. 35-60). Springer, Dordrecht.
- Noei Iran, L., & Mahmoud Alilou, M. (2015). Predicting quality of life and happiness based on attachment style. *Iranian Journal of Rehabilitation Research*, 1(4), 60-69.
- Nourialeagha, B., Ajilchi, B., & Kisely, S. (2020). The mediating role of gratitude in the relationship between attachment styles and psychological well-being. *Australasian Psychiatry*, 28(4), 426-430.
- Ognibene, T. C., & Collins, N. L. (1998). Adult attachment styles, perceived social support and coping strategies. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(3), 323-345.
- Oswald, F., & Wahl, H. W. (2004). Housing and health in later life. *Reviews on Environmental Health*, 19(3-4), 223-252.
- Pan, Y., Zhang, D., Liu, Y., Ran, G., & Teng, Z. (2016). Different effects of paternal and maternal attachment on psychological health among Chinese secondary school students. *Journal of Child and Family Studies*, 25(10), 2998-3008.
- Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N., & Seligman, M. E. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 149-156.
- Pouravari, M., Behboodi, M., & Sharifi, A. (2018). Identifying Pattern of Relationships between Attachment Styles, Life Satisfaction and Perfectionism in University Students. *Razavi International Journal of Medicine*, 6(1), 1-6.
- Rapoza, K. A., Vassell, K., Wilson, D. T., Robertson, T. W., Manzella, D. J., Ortiz-Garcia, A. L., & Jimenez-Lazar, L. A. (2016). Attachment as a moderating factor between social support, physical health, and psychological symptoms. *SAGE Open*, 6(4), 1-13.
- Regalia, C., & Manzi, C. (2018). *Gratitude, Wellbeing, and Prosocial Behavior in Elderly People*. In E. Scabini & G. Rossi (Eds.), *Living Longer: A Resource for the Family, An Opportunity for Society* (p.35-44). Champaign, IL: Common Ground Research Networks.
- Rezaei A., Abdolahi M., Akbari Balootbangan A & Kheirkhahan N. (2015). Comparison of Attachment Styles in Elderly Living at Home and Hospice: A Case Study: Semnan, 2013. *Journal of Geriatric Nursing*, 1(2), 9-21. [Persian]
- Rosendahl, E., Gustafson, Y., Nordin, E., Lundin-Olsson, L., & Nyberg, L. (2008). A randomized controlled trial of fall prevention by a high-intensity functional exercise program for older people living in residential care facilities. *Aging Clinical and Experimental Research*, 20(1), 67-75.
- Saeidi, S., Mohammadzadeh Ebrahimi, A & Soleimanian, A. (2018). Structural Model of the Relationships between Gratitude, Marital Relationship Quality and Marital Satisfaction in teachers of Sabzevar City. *Journal of Sabzevar Medical Science University*, 27(3), 413-421. [Persian]

- Şahin, D. S., Özer, Ö., & Yanardağ, M. Z. (2019). Perceived social support, quality of life and satisfaction with life in elderly people. *Educational Gerontology, 45*(1), 69-77.
- Salvador-Ferrer, C. (2017). The relationship between Gratitude and Life satisfaction in a sample of Spanish university students. *Anales De Psicología/Annals of Psychology, 33*(1), 114-119.
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American Psychologist, 60*(5), 410-421.
- Shanesazzadeh, L., & Nadi, M. A. (2018). Structural Model of the Relationship between Big Five Traits, Emotional Intelligence Abilities with Interpersonal Forgiveness among Nursing Students. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing, 6* (4), 74-82. [Persian]
- Sharif, S. P., Amiri, M., Allen, K. A., Nia, H. S., Fomani, F. K., Matbue, Y. H., ... & Waheed, H. (2021). Attachment: the mediating role of hope, religiosity, and life satisfaction in older adults. *Health and Quality of Life Outcomes, 19*(1), 1-10.
- Shaver, P. R., Mikulincer, M., Alonso-Arbiol, I., & Lavy, S. (2010). *Assessment of adult attachment across cultures: Conceptual and methodological considerations*. In P. Erdman & K.-M. Ng (Eds.), *Family therapy and counseling series. Attachment: Expanding the cultural connections* (p. 89-108). New York, NY: Routledge/Taylor & Francis.
- Shunqin, Y. (2015). Review of effects of "attachment" of the elderly on physical and mental health of old chronic patients. *Studies in Asian Social Science, 2*(2), 15-18.
- Spence, R., Jacobs, C., & Bifulco, A. (2020). Attachment style, loneliness and depression in older age women. *Aging & Mental Health, 24*(5), 837-839.
- Sümer, N., & Yetkili, O. (2018). Cultural aspects of attachment anxiety, avoidance, and life satisfaction: Comparing the US and Turkey. In *Close relationships and happiness across cultures* (pp. 165-184). Springer, Cham.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5, pp. 481-498). Boston, Pearson.
- Tepeli Temiz, Z., & Tarı Cömert, I. (2018). The Relationship Between Life Satisfaction, Attachment Styles and Psychological Resilience in University Students. *The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 31*(3), 274-283.
- Terry, T., & Huebner, E. S. (1995). The relationship between self-concept and life satisfaction in children. *Social Indicators Research, 35*(1), 39-52.
- Webster, J. D. (1997). Attachment style and well-being in elderly adults: A preliminary investigation. *Canadian Journal on Aging/La Revue canadienne du vieillissement, 16*(1), 101-111.
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review, 30*(7), 890-905.
- Yildirim, M., & Alanazi, Z. S. (2018). Gratitude and life satisfaction: Mediating role of perceived stress. *International Journal of Psychological Studies, 10*(3), 21-28.
- Zanjari, N., Elsagh, A., sadeghi, R., Nouri, M. (2018). Factors Affecting Life Satisfaction of the Elderly People in Tehran. *A Research Journal on Social Work, 5*(16), 101-126. [Persian]