



The Lived Experiences of Older Adults in Nursing Homes: A Phenomenological Study

Ziba Barghi Irani ^{1*}  and Soroush Ranjbar ² 

¹ Dept. of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Payame Noor University of Tehran, Iran

² Dept. of Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran

Article Info

Article History

Received: 18.02.2024

Revised: 30.05.2024

Accepted: 04.06.2024

ePublished: 04.06.2024

Keywords

Lived experiences, older adults, nursing homes, phenomenology

How to cite this article

Barghi Irani, Z., & Ranjbar, S. (2024). The Lived experiences of older adults in nursing homes: A Phenomenological study. *Aging Psychology*, 10(1), 111-127.

*Corresponding Author

Ziba Barghi Irani

Email

dr.ziba.irani@pnu.ac.ir



© The Author(s)

Publisher: Razi University

Abstract

One of the sensitive periods of life is aging, associated with a wide range of physiological and psychological changes. In recent years, the care of older adults has undergone changes, and a number of older people live in nursing homes, which have unique challenges and characteristics. Therefore, the purpose of the current study was to examine the experience of older adults in nursing homes. This was a qualitative study with a phenomenological method. The statistical population of the present study included all older adults living in nursing homes in Tehran, Iran. Using the purposive sampling method, we continued recruiting until reaching the saturation stage. Finally, 11 people were recruited as the sample group. Data were collected using semi-structured interviews and analyzed with Colaizzi's 7-step method. The findings of the research were categorized in three categories: (1) identifying the challenges and problems of older adults in nursing homes, with three main themes and 13 sub-themes, (2) identifying effective factors and solutions to improve the quality of life of older adults, with three main themes and 10 sub-themes, and (3) hope and prospects for the future, with one main theme and two sub-themes. According to the obtained results, it can be concluded that older adults living in nursing homes have special conditions and characteristics, making it necessary to take measures to increase the quality of life of older adults living in nursing homes according to the suggestions of the present research.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

With the increasing trend in global health and education, the lifespan and number of older adults have significantly increased compared to previous decades. Given the importance of quality of life for older adults, researchers in recent years have been seeking to improve the quality of life and mental health of this population. One of the challenges that older adults and their families constantly face is how to best care for older adults. Modern lifestyles and their limitations have led to extensive changes in the structure of elder care, resulting in the care of older adults being increasingly entrusted to institutions and nursing homes, unlike in the past. Research indicates that older people living at home enjoy a higher quality of life and social support compared to those living in nursing homes. Therefore, exploring the lived experiences of older adults residing in nursing homes and understanding their feelings, challenges, problems, and perspectives is of sufficient importance and necessity. Hence, the aim of the present study was to explore the lived experiences of older adults in nursing homes in three main areas: identifying the challenges and problems of older adults, identifying factors that improve the quality of life of older adults in nursing homes, and providing solutions and recommendations based on the lived experiences of older adults in nursing homes.

Method

This was a qualitative study with a phenomenological approach. The

statistical population included all older adults residing in nursing homes in Tehran, Iran. Using the purposive sampling method, we continued recruiting until reaching the saturation stage. Finally, 11 people were recruited as the sample group. The inclusion criteria were: (1) being 60 years old or older, (2) ability to communicate and be interviewed, (3) having sufficient health, (4) providing informed consent, and (5) willingness to participate in the study. The exclusion criteria were: (1) a history of chronic physical illness, (2) cognitive impairment, and (3) Alzheimer's disease. To explore the lived experiences of older adults in nursing homes, semi-structured interviews were used for data collection. Each interview lasted between 45 and 60 minutes and was conducted by the researcher who had prior experience. Initially, older individuals living in nursing homes were identified based on the inclusion and exclusion criteria and were purposively included in the study. Subsequently, data were collected through in-depth interviews. The data obtained from the interviews were analyzed using Colaizzi's 7-step method.

Results

The data obtained from the interviews were categorized into three main themes using Colaizzi's seven-step method: (1) identifying the challenges and problems of older adults in nursing homes, (2) identifying effective factors and strategies to improve the quality of life of older adults in nursing homes, and (3) hope and outlook for the future. Ultimately,

the first theme had three main themes (and 13 sub-themes) of emotional and psychological challenges (feelings of rejection, loneliness, anxiety, being compared with others, hopelessness, sadness, fear of the future, feelings of futility), individual challenges (attachment to personal environment and limitations in recreational activities), and social challenges (receiving pity from others, lack of social participation, reduced family interactions). The second theme had three main themes (and 10 sub-themes) of physical environment (clean and private restrooms, increased green spaces, creation of suitable sports environments, creation of safe and healthy environments, expansion of library spaces), emotional and social support (increased family visits, increased cultural programs), and health and nutritional support (group visits and outings, healthy meals, collective cleanliness). The third theme had one main theme of hope and outlook with two sub-themes of positive and hopeful, and negative and hopeless.

Conclusion

The present study aimed to identify the lived experiences of older adults in nursing homes. The lived experiences of older adults were examined and analyzed in three main themes: identifying the challenges and problems of older adults in nursing homes, identifying effective factors and strategies to improve the

quality of life of older adults in nursing homes, and hope and outlook for the future. The results were categorized into main and sub-themes, and ultimately, suggestions were made to enhance the quality of life, increase hope, improve mental health, and reduce challenges and problems of older adults in nursing homes. Based on the results of the study, it can be stated that residing in nursing homes presents specific advantages and disadvantages for older adults, who face particular challenges that need to be addressed. Overall, it is essential to attend to the emotional and psychological well-being of older adults, design physical environments to meet necessary standards, increase cultural, social, recreational, and touristic programs, and ensure a healthy and specialized diet in nursing homes.

Ethical Consideration

Ethical Code

The authorization to conduct this research was issued by the Welfare Organization.

Financial Support

This study had no financial support

Authors' Contributions

Z.B: Conceptualization, Methodology, Software, Validation, Formal Analysis; S.R: Data Curation, Resources, Writing-Original Draft, Writing-Review & Editing.

Conflict of Interest

The author had no conflicts of interest.

Acknowledgments

Respectful appreciation is extended to the esteemed older participants for their

cooperation and assistance in taking part in the current study.



تجربه زیسته سالمندان در خانه‌های سالمندان: پژوهشی با رویکرد پدیدارشناسی

زیبا برقی ایرانی^{*۱} و سروش رنجبر^۲ ID

^۱ گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه پیام نور تهران، ایران
^۲ گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنائی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

چکیده

یکی از دوره‌های حساس زندگی دوره سالمندی است که با طیف گسترده‌ای از تغییرات فیزیولوژیک و روان‌شناختی همراه است. به طور کلی مراقبت از سالمندان دچار تغییراتی شده و تعدادی از سالمندان در خانه‌های سالمندان زندگی می‌کنند که چالش‌ها و ویژگی‌های منحصر به فردی دارند. بنابراین هدف از پژوهش حاضر واکاوی تجربه سالمندان در خانه‌های سالمندان بود. روش پژوهش حاضر کیفی و از زمره روش‌های پدیدارشناسانه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه سالمندان ساکن در خانه‌های سالمندان شهر تهران در سال ۱۴۰۲ بود که با استفاده از روش هدفمند تا رسیدن به مرحله اشباع تعداد ۱۱ نفر به عنوان گروه نمونه انتخاب گردیدند. داده‌ها با استفاده از مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته جمع‌آوری و با روش ۷ مرحله‌ای کلایزی تجزیه و تحلیل شدند. یافته‌های پژوهش در سه محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان (۳ مضمون اصلی و ۱۳ مضمون فرعی)، شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان (۳ مضمون اصلی و ۱۰ مضمون فرعی) و امید و چشم انداز نسبت آینده (۱ مضمون اصلی و ۲ مضمون فرعی) دسته‌بندی شدند. با توجه به نتایج بدست آمده می‌توان نتیجه گرفت که سالمندان ساکن در خانه سالمندان شرایط و ویژگی‌های خاصی دارند که ضروری است با توجه به پیشنهادات پژوهش حاضر اقدامات لازم در جهت افزایش کیفیت زندگی سالمندان در خانه‌های سالمندان انجام گیرد.

اطلاعات مقاله

سابقه مقاله

دریافت: ۱۴۰۲/۱۱/۲۹

اصلاح: ۱۴۰۳/۰۳/۱۰

پذیرش: ۱۴۰۳/۰۳/۱۵

چاپ الکترونیکی: ۱۴۰۳/۰۳/۱۵

کلیدواژه‌ها

تجربه زیسته، سالمندان، سرای سالمندان، پدیدارشناسی

نحوه ارجاع به مقاله

برقی ایرانی، ز، و رنجبر، س. (۱۴۰۳).
تجربه زیسته سالمندان در خانه‌های
سالمندان: پژوهشی با رویکرد
پدیدارشناسی. *روان‌شناسی پیری*، ۱۰(۱)،
۱۱۱-۱۲۷.

* نویسنده مسئول

زیبا برقی ایرانی

پست الکترونیکی

dr.ziba.irani@pnu.ac.ir

افراد، افسردگی و اضطراب بیشتری را تجربه می‌کنند و همین امر کیفیت زندگی آنان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (ریبرو و همکاران، ۲۰۲۰). در دوره سالمندی با کاهش میزان فعالیت و ناتوانی‌های جسمانی و روانی نیازمندی سالمندان به حضور دیگران، افزایش می‌یابد (بالزن، ۲۰۲۳). ویژگی اساسی سالمندان در دوران سالمندی، نیازمندی آنان به مراقبت دیگران در ابعاد مختلف جسمانی و روانی است. تأمین به موقع و کارآمد نیازهای جسمانی و روانی سالمندان، نقش اساسی در سلامت روان افراد دارد. پژوهش‌های مختلف همواره بر مؤلفه‌های مؤثر در سلامت روان و ایجاد محیط زندگی سالم و سرشار از رضایت و احساس آرامش تأکید نموده‌اند (ازم و همکاران، ۲۰۲۱). در یک پژوهشی پدیدار شناسانه امین‌جعفری و همکاران (۱۴۰۰) نتیجه گرفتند که سالمندان در دوران سالمندی تجربه‌های هیجانی منفی بسیار زیادی مانند احساس طرد شدگی، نادیده انگاری، تنهایی و درماندگی آموخته شده را تجربه می‌کنند و همین امر سلامت روان آنها را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. زندگی هسته‌ای و فردگرایانه در دنیا مدرن، کارکرد و ساختار خانواده‌ها را متحول و دگرگون نموده است. خانواده گسترده در گذشته مکانی امن و آرامش بخش برای حضور سالمندان بود و سالمندان در دوران سالمندی با حضور در کنار سایر اعضای خانواده، از آرامش و اطمینان خاطر بیشتری برخوردار بودند. پژوهش‌ها حاکی از آن است که سالمندان ساکن در خانه در مقایسه با سالمندان ساکن در خانه‌های سالمندان از کیفیت زندگی و حمایت اجتماعی بیشتری برخوردار هستند (نثار و همکاران، ۱۳۹۹). در پژوهشی دیگر عینکی و صادقی (۱۴۰۲) که با هدف بررسی احساس طردشدگی و افسردگی در سالمندان ساکن در خانه سالمندان و سالمندان ساکن در خانه انجام شد نشان دادند سالمندان ساکن در خانه سالمندان از احساس طردشدگی و افسردگی بیشتری برخوردار هستند. در پژوهشی دیگر نیازی و همکاران (۱۴۰۲) نتیجه گرفتند سالمندان ساکن در خانه سالمندان در ابعاد مختلف فردی و اجتماعی با چالش‌ها و مشکلات فراوانی مواجه هستند و بر لزوم شناسایی و واکاوی تجارب زیسته سالمندان ساکن در خانه سالمندان تأکید نمودند. با توجه به پژوهش‌های انجام شده می‌توان نتیجه گرفت که حضور سالمندان در خانه‌های سالمندان، همواره برای خانواده‌ها و سالمندان چالش‌های فراوانی را به همراه دارد و سالمندان احساسات متفاوتی را تجربه می‌کنند این درحالی است که تاکنون چالش‌ها و تجارب زیسته سالمندان ساکن در

با افزایش روند رو به رشد بهداشت و آموزش در سطح جهانی، طول عمر افزایش و تعداد سالمندان نسبت گذشته افزایش قابل توجه‌ای یافته است. افزایش طول عمر که امروزه شاهد آن هستیم، اگرچه می‌توان آن را به عنوان یکی از دستاوردهای مهم جوامع در نظر گرفت اما چالشی نوین است که جوامع مختلف بشری با آن مواجه هستند، زیرا همزمان با افزایش طول عمر، مشکلات و شرایط خاصی را با خود همراه دارد (کاسکو و همکاران، ۲۰۱۸). مطالعات حاکی از آن است که جمعیت سالمندان جهان به طور چشمگیری رو به افزایش است به گونه‌ای که پیش بینی می‌شود جمعیت سالمند بالای ۶۰ سال جهان تا سال ۲۰۵۰ به دو برابر امروز خواهد رسید (نیر و همکاران، ۲۰۲۱). در ایران نیز روند رو به افزایش سالمندان وجود دارد بر اساس اعلام سازمان ملل متحد، کشور ایران از نظر سرعت پیری جمعیت بعد از کشورهای امارات و بحرین، قرار گرفته و رتبه سوم جهان را دارد و تا سال ۱۴۲۰، ۲۵ الی ۳۰ درصد جمعیت کشور را سالمندان تشکیل خواهند داد و از هر سه یا چهار نفر جمعیت کشور یک نفر سالمند است (تاجور و همکاران، ۱۳۹۹). سالمندی فرایندی پیشرونده و مداوم است که با دگرگونی در ابعاد مختلف جسمی، عاطفی، روانی و اجتماعی همراه است و به عنوان یکی از مراحل حساس در گستره رشد افراد در طول زندگی شناخته می‌شود (نیازی و همکاران، ۱۴۰۲). روند رشد و تحولات جسمانی و روانی در انسان همواره حالتی تکاملی دارد این تحولات در دوره‌های حالتی انعطاطی و برگشت‌پذیر دارد که به آن سالمندی می‌گویند (توران و تورو، ۲۰۲۳). با توجه به اهمیت کیفیت زندگی سالمندان پژوهشگران در سال‌های اخیر به دنبال ارتقا کیفیت زندگی و سلامت جسمانی و روانی سالمندان هستند (لیانگ و گان، ۲۰۲۳).

یکی از چالش‌هایی که همواره سالمندان و اطرافیان آنها با آن مواجه هستند نحوه نگهداری از سالمندان است. در سال‌های اخیر زندگی مدرن و صنعتی انسان در عصر جدید و محدودیت‌های همراه با آن منجر به تغییرات گسترده‌ای در ساختار نگهداری از سالمندان شده است به طوری که بر خلاف دوران گذشته نگهداری از سالمندان بر عهده موسسات و خانه‌های سالمندان قرار گرفته است. در دوره سالمندی افراد به طور عمومی ضعف‌های زیستی و روانی زیادی را تجربه می‌کنند همچنین در این دوره سالمندان افکار منفی و تشخواری‌های ذهنی زیادی دارند (امیربگلو داریانی، ۱۴۰۰). با محدود شدن ارتباطات و تعاملات سالمندان نسبت به سایر

همچنین در این پژوهش ملاحظات اخلاقی از جمله ورود داوطلبانه شرکت‌کنندگان به پژوهش و دریافت رضایت نامه کتبی، مطلع کردن شرکت‌کنندگان قبل از شروع پژوهش از مراحل پژوهش و مدت زمان مورد نیاز، رعایت اصل رازداری در طول پژوهش، عدم بار مالی برای شرکت‌کنندگان در حین پژوهش و همچنین ارائه راهنمایی‌های لازم به شرکت‌کنندگان در هنگام بروز مشکل احتمالی رعایت گردید.

روش اجرا

به منظور بررسی تجربیات زیسته سالمندان در خانه سالمندان از مصاحبه نیمه ساختار یافته برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد. مصاحبه نیمه ساختار یافته گفتگویی هدفمند است که در آن پژوهشگر با طرح پرسش‌هایی مشابه از شرکت‌کنندگان به دنبال ارزیابی ادراکات، مفاهیم و تجارب افراد نسبت به پدیده‌ها است. مدت زمان پیش‌بینی شده برای هر مصاحبه حدوداً بین ۴۵ تا ۶۰ دقیقه در نظر گرفته شده که توسط پژوهشگر با هماهنگی قبلی و در مکان و زمان مشخص انجام شد. ابتدا سالمندان دارای تجربه زندگی در خانه سالمندان بر اساس ملاک‌های ورود و خروج مورد شناسایی قرار گرفتند و به شیوه هدفمند وارد پژوهش شدند. در مرحله بعد با استفاده از مصاحبه عمیق داده‌های پژوهش جمع‌آوری گردید. در ابتدا هدف از مصاحبه برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و سپس با کسب اطمینان از رضایت آنان، فرایند مصاحبه آغاز می‌گردید. مصاحبه به صورت نیمه ساختار یافته و توسط پژوهشگر انجام شد. تعداد شرکت‌کنندگان در پژوهش با توجه به اصل اشباع داده‌ها و تا اشباع پاسخ‌ها ادامه یافت. پس از رسیدن به اشباع پاسخ شرکت‌کنندگان، بر اساس روش هفت مرحله‌ای کلایزی اطلاعات جمع‌آوری شده تحلیل گردید. قبل از آغاز هر مصاحبه هدف از مصاحبه به طور کامل توضیح داده شد و با توجه به اینکه امکان یادداشت برداری کاملاً وجود نداشت با کسب رضایت مصاحبه‌ها ضبط و پیاده سازی شد. برای پیاده سازی و تحلیل داده در ابتدا به طور کامل چندین مرتبه مصاحبه گوش داده شد و در مرحله کل آن بر روی کاغذ به صورت کلمه به کلمه پیاده سازی شد سپس با استفاده از روش هفت مرحله‌ای کلایزی شامل ۱- خواندن دقیق کلیه توصیف‌ها و یافته‌های مهم ۲- استخراج عبارات مهم ۳- مفهوم بخشی به عبارات مهم استخراج شده ۴- مرتب سازی توصیفات و مفاهیم مشترک در مضامین خاص ۵- تبدیل کلیه نظرات استنتاج شده به توصیفات

خانه سالمندان در پژوهش‌های زیادی مورد بررسی قرار نگرفته است. بنابراین واکاوی تجارب زیسته سالمندان ساکن در خانه‌های سالمندان و درک و شناخت احساسات، چالش‌ها، مشکلات و چشم انداز سالمندان از اهمیت و ضرورت کافی برخوردار است. در بعد پژوهشی واکاوی تجارب زیسته سالمندان می‌تواند چالش‌ها و مشکلات آنها را به خوبی نمایان سازد و نقشه راهی برای سایر پژوهشگران باشد همچنین این پژوهش می‌تواند به خوبی چالش‌ها و مشکلات سالمندان را واکاوی نماید و با ارائه راهکارها و پیشنهادهایی مبتنی بر تجارب زیسته، زمینه را برای حل این مشکلات توسط متخصصان و مسولان فراهم سازد، بنابراین با توجه به اهمیت شناسایی چالش‌ها و مشکلات، شناسایی عوامل مؤثر بر ارتقا کیفیت زندگی و ارائه راهکارها و پیشنهادات پژوهش حاضر با هدف واکاوی تجربه زیسته سالمندان در خانه سالمندان در سه محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان شناسایی عوامل مؤثر بر ارتقا کیفیت زندگی سالمندان در خانه‌های سالمندان ارائه راهکارها و پیشنهادات بر اساس تجارب زیسته سالمندان در خانه‌های سالمندان انجام شد.

روش

طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان

پژوهش حاضر با توجه به اینکه به دنبال شناخت تجربه زیسته افراد در خانه سالمندان است از روش کیفی پدیدارشناسانه استفاده کرد. پدیدارشناسی شامل سه مرحله درک مستقیم، تجزیه و تحلیل و توصیف است. در پژوهش کیفی، پژوهشگر در پی آن است که محتوای ذهنی افراد را کشف کند و درک عمیق از پدیده بدست آورد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی سالمندان ساکن در خانه سالمندان شهر تهران ۱۴۰۲ بود. شرکت‌کنندگان در این پژوهش براساس نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. در نمونه‌گیری هدفمند با انتخاب هدف‌دار گروه نمونه، سعی در شناخت و فهم بیشتر پدیده دارد. تعداد افراد شرکت‌کننده و حجم نمونه در پژوهش کیفی با توجه به اصل اشباع و تکراری شدن تعیین می‌شود. ملاک‌های ورود در پژوهش حاضر شامل قرار گرفتن در بازه سنی ۶۰ سال، توانایی گفتگو و مصاحبه، برخورداری از سلامت کافی، رضایت آگاهانه و تمایل به شرکت در پژوهش ساکن در خانه سالمندان و ملاک‌های خروج شامل وجود سابقه بیماری جسمی مزمن، حواس پرتی، آلزایمر برای انجام مصاحبه بود.

یافته‌ها

ابتدا یافته‌ها در بخش توصیفی ارائه خواهند شد و سپس مصاحبه‌های انجام شده در مضامین اصلی و مضامین فرعی دسته بندی شده‌اند.

جامع و کامل ۶- تبدیل توصیفات کامل پدیده به یک توصیف واقعی و کوتاه ۷- معتبرسازی نهایی. بررسی اعتبار و صحت داده، از اعتبار، انتقال‌پذیری، اطمینان‌پذیری و تأیید پذیری استفاده شد.

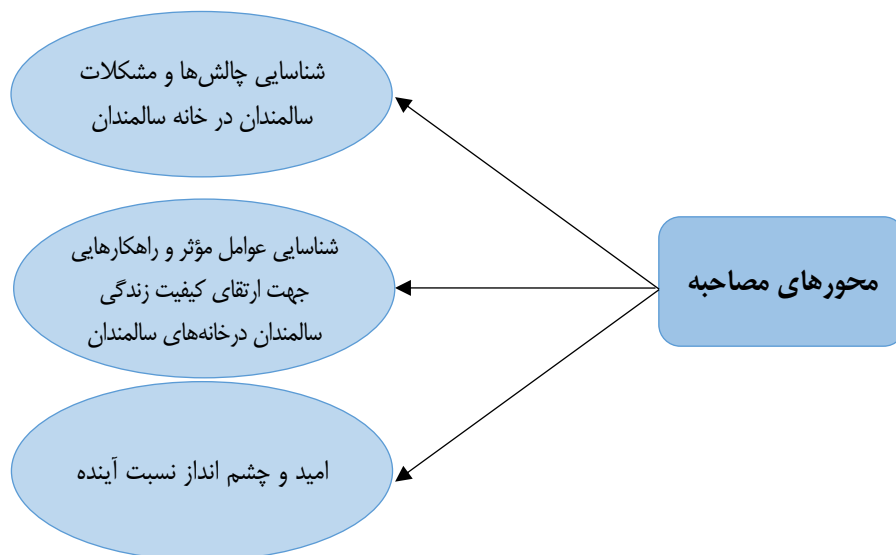
جدول ۱

اطلاعات جمعیت شناختی شرکت‌کنندگان

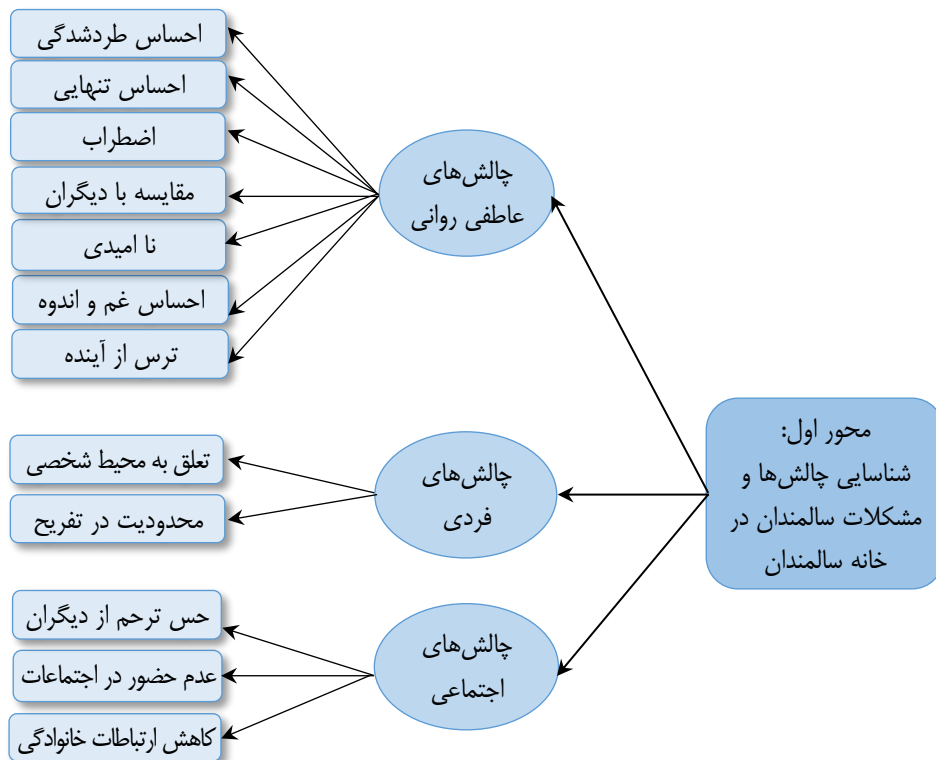
شرکت‌کننده	سن	جنسیت	تحصیلات	شغل
۱	۷۴	زن	سیکل	خانه دار
۲	۷۰	مرد	دیپلم	بازنشسته تأمین اجتماعی
۳	۷۶	مرد	کارشناسی	بازنشسته آموزش و پرورش
۴	۷۵	زن	دیپلم	خانه دار
۵	۷۴	مرد	کارشناسی	بازنشسته آموزش و پرورش
۶	۷۸	مرد	سیکل	آزاد
۷	۷۶	زن	دیپلم	خانه دار
۸	۷۲	زن	کارشناسی	بازنشسته آموزش و پرورش
۹	۷۷	مرد	کارشناسی	بازنشسته تأمین اجتماعی
۱۰	۷۳	زن	فوق دیپلم	خانه دار
۱۱	۷۷	مرد	دیپلم	آزاد

سالمندان درخانه‌های سالمندان، تعداد ۳ مضمون اصلی تعداد ۱۰ مضمون فرعی در محور شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان درخانه‌های سالمندان و تعداد ۱ مضمون اصلی ۲ مضمون فرعی در محور امید و چشم انداز نسبت آینده استخراج گردید در ادامه به طور خلاصه مضامین اصلی و فرعی در جدول ۴ ارائه شده است.

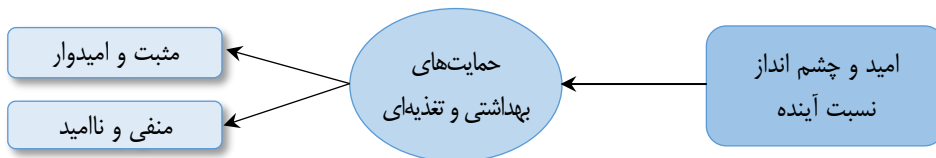
داده‌های مصاحبه‌ها با استفاده روش هفت مرحله‌ای کلایزی در سه محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان درخانه‌های سالمندان، شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان درخانه‌های سالمندان و امید و چشم انداز نسبت آینده و به زیر مضمون‌های اصلی و فرعی تقسیم گردید. در نهایت تعداد ۳ مضمون اصلی و تعداد ۱۳ مضمون فرعی در محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات



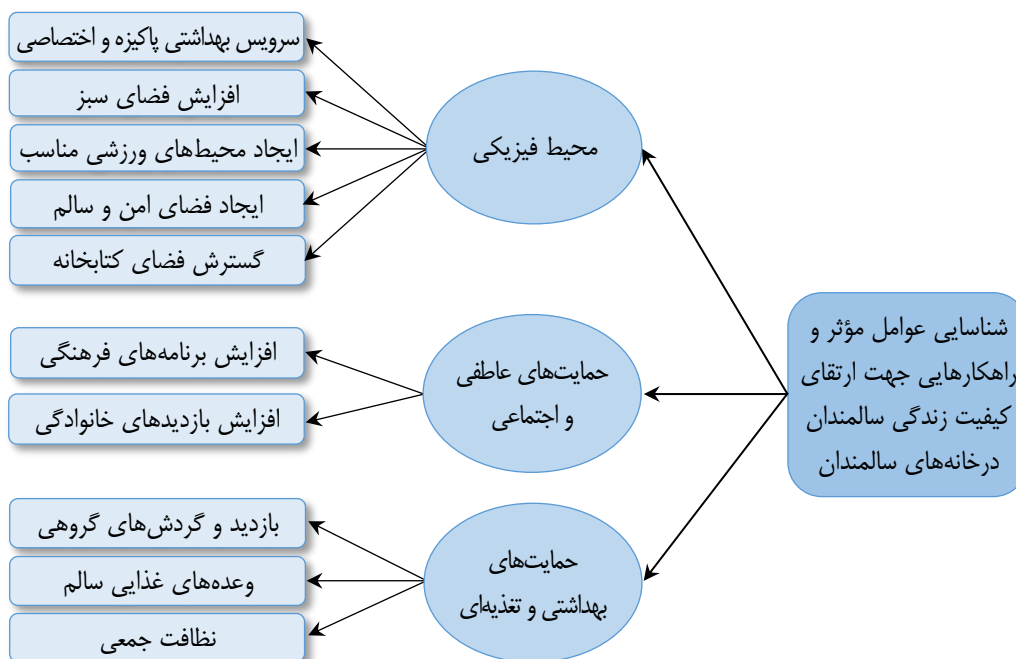
شکل ۱. محورهای مصاحبه سالمندان ساکن در خانه سالمندان



شکل ۲. مضامین اصلی و فرعی محور اول (شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه سالمندان)



شکل ۳. مضامین اصلی و فرعی محور دوم (امید و چشم انداز نسبت آینده)



شکل ۴. مضامین اصلی و فرعی محور دوم (شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان در خانه‌های سالمندان)

محور اول: شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان

مضمون اصلی اول: چالش‌های عاطفی و روانی

اولین مضمون از مضامین اصلی در محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان، چالش‌های عاطفی و روانی سالمندان است که ۸ مضمون فرعی شامل احساس طردشدگی، احساس تنهایی، اضطراب، مقایسه خود با دیگران، ناامیدی، احساس غم و اندوه، ترس از آینده، احساس بیهودگی نیز در این مضمون اصلی دسته‌بندی شدند. این مضامین از پاسخ به سؤال " شما در خانه‌های سالمندان با چه مشکلات و چالش‌هایی مواجه هستید؟" بدست آمدند.

مضمون فرعی اول احساس طردشدگی

من بعد از کلی زندگی و تلاش و زحمت بزرگ کردن بچه‌هام الان اینجام همه رفتن دنبال زندگی‌شون من خودم موندم کسی اینجا من خودم اومدم با هزینه خودم ولی همیشه این حس رو دارم که همه از من رو برگردوند دیگه اون شرایط سابق رو ندارم هرچند میدونم خب این یک واقعیه به هر حال همه زندگی دارن و من نگفتم که بیان به من برسند خودم اصلا نداشتم ولی خب همیشه این حس وجود داره که طرد شدی دیگه کارایی نداری باید بری کنار کار تو دیگه تموم شده آره این احساس رو دارم احساس کنار گذاشته شدن احساس طرد شدن مثل یه بچه دقیقا.

مضمون فرعی دوم احساس تنهایی

خب آدم همیشه تنهاست من این رو می‌دونم خدا خودشم گفته " وَ لَقَدْ جِئْتُمُونَا فُرَادَى كَمَا خَلَقْنَاكُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ " آدم به صورت تکی و فردی خلق شده و به صورت تکی و فردی پیش خدا میره این رو میدونم و باهاش کنار اومدم ولی خب این خیلی سخته، اینکه آدم بعد از سال بمونه خودش تنها همسرش فوت کنن بقیه نباشن و این بمونه خیلی احساس سخته همیشه فکر میکنی تنهایی با اینکه اینجا رفیق دارم ولی بازم حس تنهایی دارم.

مضمون فرعی سوم اضطراب

من همیشه دلشوره دارم خدایا چی میشه چیکار کنم یک نوع دلهره همیشگی دارم نمی‌دونم چرا با اینکه خب اینجا خیلی وضعیت بد نیست ولی من همیشه نگرانم اضطراب دارم. میگه من چی میشم یه همچین چیزایی رو دارم دلشوره‌هایی که نمیزارن غذا بخورم زیاد خوابم رو مختل کردن.

مضمون فرعی چهارم مقایسه خود با دیگران

رفیق زیاد داشتم خب همیشه اینجوری بودم از بچگی یه آدم گرم و ارتباط بگیر خبر دارم از چندتا بایشون می‌دونم کجان و چیکار می‌کنن بابا بعضیاشون میان پیشم هر از چند گاهی می‌گم می‌خندیم خاطرات می‌گیم نمیگم وضعیت من بدها ولی خب آدم میبینه همسنای خودش همون رفیق‌ها از من وضعیتشون خب بهتره کم کمش با هم هستن تو خونه این جور چیزا خب یه کم اذیت میکنه.

مضمون فرعی پنجم ناامیدی

خب آدم یعنی امید یعنی اینکه شما به امید یک چیزی زنده‌ای این امید مهمه وقتی به چیزی امید نداری خب یعنی به ته خط رسیدی یعنی بازی تمومه مثل یه فوتبالی که تا ثانیه آخر امید داری و بازی می‌کنی ولی وقتی همه چیزی به هم خورد دیگه امید نداری و بازی رو باختی من این حس رو دارم حالا نمی‌دونم چرا اینجوریم ولی می‌دونم به چیزی امید ندارم زیاد.

مضمون فرعی ششم احساس غم و اندوه

خیلی حس خوبی ندارم انرژی زیادی برای انجام هیچ کاری رو ندارم وقتی به گذشته و اکنون نگاه میکنم یه حس غمگین دارم بعضی وقت‌ها تصاویر و خاطرات ناراحت کننده‌ای تو ذهنم مرور میشه انگار خیلی دلخوشیه خاصی ندارم کلا یه حس کراخت و غمگین دارم.

اینجا خیلی احساس یکنواختی دارم خیلی وقتها انگار چیزی رو دوست ندارم خیلی تو خودم هست انگار یه غمی دارم. خب آدم تو پیری دوست داره حاصل عمرش رو ببینه وقتی اینجور نباشه یه جور حس نمیدونم بگم غم یا...، سراغش میاد. دنیا برام یه جای غمبار و افسرده است چیزی نیست که براش ذوق کنم یا حس شادی داشته باشم.

مضمون فرعی هفتم ترس از آینده و مرگ

خیلی وقتها من نسب به اینکه چه اتفاقی قراره بیفته نگرانم بین شما یه عمر زندگی کردن و الان خب میفهمی اینجا دیگه آخرشه. خب شما تو این لحظه به این نتیجه می‌رسی که دیگه عمر زیادی باقی نمونده و خب این یه جورایی ترسناکه. مرگ خب همیشه یه جوریه که با خودش ترس میاره ولی وقتی دورو برت خلوت باشه و احساس تعلق نکنی این ترس دو چندان میشه.

من همیشه این ترس رو داشتم که نکنه مریض بشم نکنه هوشیاری و حافظه خوبی نداشتم باشه و آنزایمر بگیرم خب همین حس یک نوع ترسی رو در من ایجاد کرده مخصوصا

میذاره آدم دوست داره بره بگرده ولی اینجا خب اینجوری نیست محدوده و باید عادت کنیم.

محور اول: شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان

مضمون اصلی سوم: چالش‌های اجتماعی

سومین مضمون از مضامین اصلی در محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان، چالش‌های اجتماعی هستند که سه زیر مضمون فرعی شامل دریافت حس ترحم از دیگران، عدم حضور در اجتماعات، دریافت حس ترحم از دیگران نیز در این مضمون اصلی دسته‌بندی شدند. این مضامین از پاسخ به سؤال " شما در خانه‌های سالمندان با چه مشکلات و چالش‌هایی مواجه هستید؟" بدست آمدند.

مضمون فرعی اول دریافت حس ترحم از دیگران

گاهگاهی این حس ترحم منو اذیت میکنه این حس خوبی نیست میبینم بعضی از افراد که میان حالا خدمه یا افراد مختلف این حس رو دارن و انگار که ما در یک موقعیت خاصی و ویژه ای هستیم و نیازم ترحم هستیم در حالی که اینطور نیست.

مضمون فرعی دوم عدم حضور در اجتماعات

یکی از مشکلات ما اینه که خیلی احساس تنهایی می‌کنیم و ارتباطات محدودی داریم ما دوست داریم در جمع‌های دوستانه، اجتماعات مختلف شرکت کنیم و ارتباطات گسترده‌ای داشته باشیم.

مضمون فرعی سوم کاهش ارتباطات خانوادگی

سطح ارتباطات با اعضای خانواده و اطرافیانی که چندین سال با هم زندگی کردیم خیلی کاهش یافته و خاطراتشون هنوز تو ذهنمون هست. این کاهش سطح ارتباط خیلی تأثیر منفی تو ذهنمون گذاشته و خیلی دلتنگ اون دوران هستیم.

محوردوم: شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان در خانه‌های سالمندان

مضمون اصلی اول: محیط فیزیکی

اولین مضمون از مضامین اصلی در محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان که ۵ مضمون فرعی شامل سرویس بهداشتی پاکیزه و اختصاصی، افزایش فضای سبز، ایجاد محیط‌های ورزشی مناسب، ایجاد فضای امن و سالم، گسترش فضای کتابخانه

الان که به سن پیری رسیدم این حس چند برابره برام می‌ترسم نسبت آینده و اتفاقاتی که ممکنه برام پیش بیاد نمیدونم این حس مبهم رو چگونه بیان کنم ولی به نوع ترس در من به وضوح وجود داره.

مضمون فرعی هشتم احساس بی‌هودگی

بینید شما وقتی یک مسیری رو شروع میکنید حالا هر مسیری میخواد مثلا یکی باغی رو داره که درخت کاشته آبیاری نموده بهش رسیده تهش دوست داره آخرش به ثمری داشته باشه درسته مگر غیر از اینه خب بین من همچین حسی رو می‌خوام بین یک عمر زندگی کردیم تهش شد چی پیام اینجا بشینم این شد نتیجه زندگی من. خب این یک حس خیلی بدیه انگار هیچی نیستی.

محور اول: شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان

مضمون اصلی دوم: چالش‌های فردی

دومین مضمون از مضامین اصلی در محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان، چالش‌های فردی هستند که دو زیر مضمون فرعی شامل تعلق به محیط شخصی و محدودیت در تفریح نیز در این مضمون اصلی دسته‌بندی شدند. این مضامین از پاسخ به سؤال " شما در خانه‌های سالمندان با چه مشکلات و چالش‌هایی مواجه هستید؟" بدست آمدند.

مضمون فرعی اول تعلق به محیط شخصی

در سال گذشته خب حالا هرکدوم از ما به مکان شخصی داشتیم که اتفاقا در اون مکان حالا اون شهر یا هر جایی دیگر یک نوع حس تعلق نیز داشتیم برای ما خب اون فضا به مکانی بود بیشتر آرامش داشتیم و دلمون بهش خوش بود ولی خب متاسفانه اینجا اون حس وجود ندارد خیلی من نتونستم با اونجا اوخت بگیرم.

مضمون فرعی دوم محدودیت در تفریح

یکی از مشکلاتی که ما در این جا خیلی حسش می‌کنیم در واقع اینه که ما اینجا خیلی تفریح خاصی نداریم خیلی از اوقات فضای اینجا تکراری میشه و این خیلی بده شما به عنوان یک انسان نیاز گردش داری نیاز به تفریح داری و وقتی این نیاز به خوبی تأمین نشه شما دچار حالت‌های روحی ناخوشی میشه و این خیلی بده.

اینجا برام تکراریه و فضایی برای تفریح نداره یعنی فضا هست ولی اینکه شما بتونی به عنوان تفریح حسابش کنی نیست همین موضوع خیلی از اوقات تأثیر منفی رو من

محدردوم: شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان درخانه‌های سالمندان

مضمون اصلی دوم: حمایت‌های عاطفی و اجتماعی
دومین مضمون از مضامین اصلی در محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان درخانه‌های سالمندان که ۳ مضمون فرعی شامل افزایش بازدیدهای خانوادگی، افزایش برنامه‌های فرهنگی و بازدید و گردش‌های گروهی نیز در این مضمون اصلی دسته‌بندی شدند. این مضامین از پاسخ به سؤال "به نظر شما چه عواملی و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان درخانه‌های سالمندان وجود دارد؟" بدست آمدند.

مضمون فرعی اول افزایش بازدیدهای خانوادگی

یه شرایطی فراهم بشه که بیشتر بیان ملاقاتمون یا حتی بشه بعضی اوقات اعضای خانوادمون بیان پیشمون بمونن خیلی وقت‌ها دلمون خیلی تنگ میشه براشون.

مضمون فرعی دوم افزایش برنامه‌های فرهنگی

برنامه‌هایی بزارن که مقداری تنوع ایجاد کنه برامون. برنامه‌های فرهنگی خوبن شب شعر خوبه جلسات خاطره گویی از دوران گذشته این جور برنامه‌ها میتونه خیلی حال و احوالمون رو تغییر بده.

ما درسته پیر شدیم و خب سالها تجربه داریم کارهای مختلفی رو انجام دادیم اگر برنامه‌هایی وجود داشته باشه حالا نمیگم هر هفته برگزار بشه مثلا ماهی یه بار این جور برنامه‌ها تنوع ایجاد میکنه احساس می‌کنم اینجور یه کم حس زنده بودن بهمون دست میده.

مضمون فرعی سوم بازدید و گردش‌های گروهی

شما میگی ما باید اینجا باشیم و تمام نمی‌گم شما گفتی کلا یه تصویر ولی اینجور نیست ما هم نیاز داریم بگردیم گردش بریم برنامه‌های بزارن مثلا بریم بازدید موزه خیلی کار سختی نیست ما میتونیم به صورت گروهی بریم حالا چند نفر بیشتر باشن از ما مواظبت کنند چی مشه.

محدردوم: شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی درخانه‌های سالمندان

مضمون اصلی سوم: حمایت‌های بهداشتی و تغذیه‌ای

سومین مضمون از مضامین اصلی در محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان درخانه‌های سالمندان که ۲

نیز در این مضمون اصلی دسته‌بندی شدند. این مضامین از پاسخ به سؤال "به نظر شما چه عواملی و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان درخانه‌های سالمندان وجود دارد؟" بدست آمدند.

مضمون فرعی اول سرویس بهداشتی پاکیزه و اختصاصی

یکی از مواردی که می‌تونم پیشنهاد بدم و برای منم خیلی مهمه تمیز بودن بعضی از مواقع می‌بینم که سرویس‌های بهداشتی اونطور که باید تمیز نیست این نکته خیلی مهمه اگر شرایطی فراهم بشه که سرویس‌های بهداشتی پاکیزگی لازم رو داشته باشند خیلی بهتره.

بعضی وقتها مثلا ما اینجا حمام‌های مشترک داریم که خیلی مناسب نیست بهتره که فضایی فراهم بشه که حمام‌ها و سرویس‌های بهداشتی جداگانه ساخته بشه.

مضمون فرعی دوم افزایش فضای سبز

در سن پیری بهتره در این مکان یه فضایی باشه بتونیم پیاده روی کنیم یه کم بگردیم اگر این جور فضاها به خوبی طراحی بشه خیلی می‌تونه به ما کمک کنه اینجا ممکنه احساس خفگی بهمون دست بده اما اگر یه مکان سرسبز خوبی طراحی کنند بهتر می‌تونیم با این شرایط کنار بیایم.

مضمون فرعی سوم ایجاد محیط‌های ورزشی مناسب

اگر یه فضای طراحی بشه که بتونب ورزش کنیم خیلی مؤثر البته نمیگم نیست ولی میتونن بیشترش کنند که بتونیم ورزش کنیم

مضمون فرعی چهارم ایجاد فضای امن و سالم

من خودم برخی از مواقع زیاد تعادل ندارم و می‌خورم زمین خب این ممکن مشکل ایجاد کنه بعضی از نرده‌ها نوک دار هستن و لبه دارن ممکنه حواسمون نباشه بهتره یه کم بیشتر به ایمنی توجه بشه کفپوش‌ها می‌تونن خیلی کمک کنند دیدم گاهی برخی از دوستان خوردن زمین این طبیعیه خاصیت پیریه ولی خوبه این کفپوش‌ها می‌تونن فضا رو امن کنند.

مضمون فرعی پنجم گسترش فضای کتابخانه

قبلا خیلی کتاب می‌خوندم علاقه زیادی به کتاب خوانی دارم به نظر من کتاب همراه خیلی خوبیه برای انسان. فضایی اگر ایجاد بشه که کتاب بخونیم یا جلسات کتابخوانی داشته باشیم خیلی مفیده برامون.

محیط کتابخونه خیلی بهم آرامش میده اگر این فضا رو گسترش بدن خوبه

محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان تعداد ۳ مضمون اصلی (چالش‌های عاطفی و روانی، چالش‌های فردی و چالش‌های اجتماعی) و ۱۳ مضمون فرعی (احساس طردشدگی، احساس تنهایی، اضطراب، مقایسه خود با دیگران، ناامیدی، احساس غم و اندوه، ترس از آینده، احساس بیهودگی، تعلق به محیط شخصی، محدودیت در تفریح، دریافت حس ترحم از دیگران، عدم حضور در اجتماعات، کاهش ارتباطات خانوادگی) در محور شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان در خانه‌های سالمندان ۳ مضمون اصلی (محیط فیزیکی، حمایت‌های عاطفی و اجتماعی، حمایت‌های بهداشتی و تغذیه‌ای) ۱۰ مضمون فرعی (سرویس بهداشتی پاکیزه و اختصاصی، افزایش فضای سبز، ایجاد محیط‌های ورزشی مناسب، ایجاد فضای امن و سالم، گسترش فضای کتابخانه، افزایش بازدیدهای خانوادگی، افزایش برنامه‌های فرهنگی، بازدید و گردش‌های گروهی، وعده‌های غذایی سالم، نظافت جمعی) و تعداد ۱ مضمون اصلی (امید و چشم انداز) ۲ مضمون فرعی (مثبت و امیدوار، منفی ناامید) در محور امید و چشم انداز نسبت آینده است استخراج گردید.

در محور اول مضمون فرعی اول طرد شدگی به عنوان یکی از احساسات مشترک در بین سالمندان وجود داشت. احساس طرد شدگی به طور مشخص بر اعتماد به نفس سلامت، احساس تعلق و ادراک افراد از با معنا بودن زندگی تأثیر گزار است (پنگ و زینک، ۲۰۱۷). مطالعات حاکی از آن است که سالمندان ساکن در خانه سالمندان در مقایسه با سالمندان ساکن در خانه احساس طرد شدگی بیشتری را تجربه می‌کنند (عینکی و صادقی، ۱۴۰۲). مضمون فرعی دوم احساس تنهایی، به عنوان یکی از مشکلات روانی- اجتماعی شایع در سالمندان شناخته می‌شود. احساس تنهایی زمینه‌ساز بسیاری از اختلالات روانی مانند افسردگی و اضطراب است همچنین سالمندانی که احساس تنهایی زیادی را تجربه می‌کنند در معرض خطر خودکشی هستند (اوشالباین و همکاران، ۲۰۱۹). احساس تنهایی با سلامت روان و رضایت از زندگی در ارتباط است و یک رابطه منفی و معکوس بین آنها برقرار است به این معنی که با افزایش احساس تنهایی در بین سالمندان سلامت روان و رضایت از زندگی کاهش می‌یابد و بالعکس. با توجه به اینکه در دوران سالمندی قوای جسمی کاهش می‌یابد و با فاصله فرزندان و فوت اطرافیان، بیشتر در معرض احساس تنهایی هستند که میتواند آثار

مضمون فرعی شامل وعده‌های غذایی سالم، نظافت جمعی نیز در این مضمون اصلی دسته‌بندی شدند. این مضامین از پاسخ به سؤال "به نظر شما چه عواملی و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان در خانه‌های سالمندان وجود دارد؟" بدست آمدند.

مضمون فرعی اول وعده‌های غذایی سالم

ما دچار ضعف بدنی و جسمی هستیم و خیلیامون مریض هستیم و بیشتر نیازمند تغذیه سالم هستیم من نمیگم بهمون تغذیه نمیدن ولی بیشتر باید وعده‌های غذایی سالم باشه میوه سبزیجات این چیزها برامون خوبه انسان در هر سنی که باشه نیاز داره برنامه غذایی سالم داشته باشه.

مضمون فرعی دوم نظافت جمعی

در محیط‌هایی که تعداد زیادی از افراد با هم دیگه زندگی می‌کنند نظافت جمعی خیلی مهمه مثلا افراد نباید بو بدی بدن یا محیط آلوده باشه بنابراین به نظرم لازمه که بهداشت همگانی کنترل بشه چون خیلی میتونه تأثیر منفی داشته باشه.

محور سوم: امید و چشم انداز نسبت آینده

مضمون اصلی: امید و چشم انداز

محور امید و چشم انداز نسبت آینده شامل یک مضمون اصلی به نام امید و چشم انداز و ۲ مضمون فرعی مثبت و امیدوار و منفی ناامید دارد. این مضامین از پاسخ به سؤال "امید و چشم انداز شما نسبت به آینده چگونه است؟" بدست آمدند.

مضمون فرعی: امیدوار و مثبت

در پاسخ به این سؤال که امید و چشم انداز شما نسبت آینده چگونه است تعداد ۸ نفر امید و چشم انداز منفی نسبت آینده داشتند و تعداد ۳ نفر امید و چشم انداز مثبت و امیدوار کننده‌ای داشتند. که مستوان گفت ۰/۷۲ از افراد امید و چشم انداز منفی نسبت به آینده داشتند و تعداد ۰/۲۷ درصد امید و چشم انداز مثبت نسبت به آینده داشتند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بازنمایی تجارب زیسته سالمندان در خانه سالمندان در سه محور شناسایی چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه‌های سالمندان، شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان در خانه‌های سالمندان و امید و چشم انداز نسبت آینده انجام شد. بر اساس نتایج تحلیل داده‌ها، تجارب زیسته سالمندان در

و فضای تکراری و محدود است که این امر می‌تواند منجر به احساس یکنواختی و افسردگی در بین سالمندان می‌گردد. این در حالی است که اگر امکانی فراهم شود که سالمندان بتوانند بخشی از روزهای خود را به فعالیت‌های تفریحی اختصاص دهند بر سلامت روانی و کیفیت زندگی آنها می‌تواند تأثیرگذار باشد. تفریحات سالم و مناسب برای سالمندان منجر به ایجاد امید و حفظ نشاط و انرژی و سلامت جسمانی بیشتر در آنان می‌شود. از دیگر مضامین فرعی در که در دسته چالش‌های اجتماعی دسته بندی می‌شوند کاهش فعالیت‌های اجتماعی و سطح ارتباطات محدود است. نتایج پژوهش (فضلی و محمدپور لیما، ۱۴۰۲) حاکی از آن است که افزایش سطح مشارکت اجتماعی می‌تواند امید به زندگی و کیفیت زندگی سالمندان افزایش دهد و بر ایجاد فرصت‌های بیشتری برای تسهیل مشارکت اجتماعی سالمندان صورت گیرد.

در محور شناسایی عوامل مؤثر و راهکارهایی جهت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان در خانه‌های سالمندان در مضمون اصلی فضای فیزیکی بیشتر سالمندان بر ارائه راهکارهای مربوط به طراحی و سبک معماری فضای خانه سالمندان تأکید نمودند. ساخت فضایی آرام و دارای استانداردهای لازم از خواسته‌های بود که در مصاحبه با سالمندان ساکن در خانه سالمندان استخراج گردید. از جمله نکاتی که سالمندان به آن اشاره نمودند طراحی فضایی بود که دسترسی به امکانات بهداشتی با سهولت فراهم باشد. در طراحی خانه سالمندان ضروری است که ویژگی‌های روانی و جسمی در نظر گرفته شود و بر مبنای آن طراحی و اجرا شوند. یکی دیگر از مضامین فرعی که سالمندان بر آن تأکید نمودند وجود فضای سبز و محیط‌های ورزشی بود. از جمله فضاهای حائز اهمیت در ضوابط طراحی خانه سالمندان، طراحی فضای سبز آن است. در طراحی فضای سبز لازم است که به محدودیت‌ها و ویژگی‌های سالمندان توجه شود تا این امکان برای سالمندان فراهم شود به طور کارآمدتر و مؤثر در فضای سبز حضور یابند و از آن بهره‌مند شوند. در پژوهشی کرمی و همکاران (۱۴۰۱) نشان دادند که طراحی فضا خانه سالمندان که در آن فضای شخصی سازی شده و فضاهایی که امکان پیاده‌روی و ورزش کردن در آن در نظر گرفته شده باشد بر میزان رضایت سالمندان تأثیرگذار است.

یکی دیگر از مضامین فرعی در محور دوم توجه به حمایت‌های عاطفی و روانی است. بیشتر سالمندان بر افزایش حمایت‌های عاطفی و روانی و برنامه‌های مختلف فرهنگی و

مخرب روانی به همراه داشته باشد (ایسیک و همکاران، ۲۰۲۰). مضمون فرعی سوم اضطراب بود. در یک معنای عام، اضطراب واکنشی است در برابر خطری نامعلوم، درونی و مبهم است. نتایج پژوهش امیریگلوی و مرعشی (۱۴۰۰) نشان داد که سالمندان از میزان اضطراب بالاتری برخوردار هستند. مطالعات مختلف حاکی از آن است که اضطراب به طور مستقیم بر کیفیت زندگی سالمندان مؤثر است و سالمندان از کیفیت زندگی پایین تری برخوردار هستند (ریبرور و همکاران، ۲۰۲۰). اضطراب و به ویژه اضطراب مرگ در بین سالمندان از شیوع بسیار بالایی برخوردار است اضطراب مرگ یک نوع احساس وحشت زدگی همراه با نگرانی و ترس شدید ناشی از اندیشیدن به مرگ، رهایی از زندگی یا رخداد‌های پس از زندگی است (خادمی، ۲۰۲۱). یکی دیگر از مضامین فرعی احساس ناامیدی در بین سالمندان بود. احساس ناامیدی به طور مستقیم تأثیر زیادی بر احساس عزت نفس، احساس خوشبختی و رضایت از زندگی سالمندان می‌گذارد (فولادیان، امیر و فاطمی امین، ۱۳۹۸). با توجه به اینکه سالمندان در سال‌های آخر عمر خود از توان انجام فعالیت پایینی برخوردار هستند به مرور دچار روزمرگی و روند تکراری زندگی خواهند شد و همین منجر به احساس ناامیدی در سالمندان می‌شود. یکی دیگر از مضامین فرعی در محور اول احساس غم و اندوه است. یکی از شایع‌ترین اختلالات روانشناختی که به طور متقابل بر سلامت جسمانی و روانی آنها تأثیرگذار است، اختلال افسردگی است. پژوهش‌ها حاکی از آن است که سطح پایین حمایت‌های اطرافیان می‌تواند زمینه‌ساز اختلال افسردگی در سالمندان شود. اختلال افسردگی به عنوان یک اختلال خلقی در بین سالمندان با ضعف جسمانی، احساس خستگی، نقص در توجه و تمرکز و احساس تعلق در سالمندان همراه است و منجر به احساس بی‌ارزشی در سالمندان می‌شود که همین امر بر سلامت روان آنها به طور قابل ملاحظه‌ای تأثیرگذار است (فانکورت و تیموسزوک، ۲۰۱۹). با توجه به ناتوانی‌های جسمانی و روانی و احساس تنهایی به دلیل عدم حضور و حمایت اطرافیان، سالمندان ساکن خانه سالمندان در مقایسه با سالمندان مقیم در کنار خانواده و اطرافیان افسردگی بیشتری را تجربه می‌کنند (بوکینگس و همکاران، ۲۰۱۸). محدودیت در برنامه‌های تفریح از دیگر مضامین فرعی بود که در محورهای مختلف نمودی از آن در بین سالمندان ساکن در خانه‌های سالمندان وجود داشت. یکی از ویژگی‌های سالمندان در خانه‌های سالمندان وجود وقت آزاد

استانداردهای لازم طراحی گردد. برنامه‌های لازم در این زمینه طراحی و اجرا گردد، برنامه‌های فرهنگی، اجتماعی تفریحی و گردشگری افزایش یابند و رژیم غذایی سالم و اختصاصی در خانه سالمندان مورد توجه قرار گیرد. هر پژوهشی با محدودیت‌هایی همراه است محدودیت‌های پژوهش حاضر نیز شامل عدم دسترسی به سالمندان با تنوع فرهنگی و اجتماعی بیشتر، عدم قابلیت تعمیم پذیری در پژوهش‌های کیفی، دشواری در دسترسی به سالمندان بدون ضعف ذهنی بودند.

سپاس‌گزاری

از تمامی سالمندان گرمی که با صبر و حوصله در طول فرایند پژوهش با ما همکاری نمودند و صادقانه تجاربشان را با ما در میان گذاشتند، کمال تشکر را داریم.

منابع

- امیربگلوی داریانی، م.، و مرعشی، م. (۱۴۰۰). احساس گناه و اضطراب در سالمندان: نقش نگرانی‌های وجودی. *روان‌شناسی پیری*، ۷(۱) ۴۱-۲.
- امین جعفری، ب.، صادقی فسایی، س.، و پروین، س. (۱۴۰۰). تجربه زیسته ی سالمندان از سالمندی؛ یک مطالعه پدیدارشناختی مورد مطالعه سالمندان شهرستان اصفهان. *پژوهشنامه مددکاری اجتماعی*، ۱(۳۰) ۱۷۴-۱۳۷.
- تاجور، م.، اسری، م.، محمودی، ر.، و کرمی، ب. (۱۳۹۹). اندازه‌گیری شاخص سالمندی فعال و تعیین کننده‌های فردی آن در شهر تهران. *بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی*، ۱۸(۲) ۱۵۸-۱۳۹.
- عینکی، ش.، و صادقی، ع. (۱۴۰۳). مقایسه ادراک طردشدگی و نشانگان افسردگی در سالمندان مقیم سراهای سالمندان و مقیم خانه. *علوم پزشکی رازی*، ۳۰(۵) ۵۰-۴۱.
- فضلی، م.، و محمدپور لیما، ه. (۱۴۰۲). رابطه مشارکت اجتماعی و امیدواری به زندگی سالمندان شهرستان آمل. *خانواده و بهداشت*، ۱۳(۲) ۶۰-۴۹.
- کرمی، ا.، نجفی، م.، فروزنده، ع.، و عبدالهی، ر. (۱۴۰۱). تبیین راهبردهای طراحی معماری خانه سالمندان از منظر رضایتمندی نمونه موردی: خانه‌های سالمندان («آتا»، «مرحمت» و «آفتاب») اردبیل. *اندیشه معماری*، ۶(۱۱)، ۷۲-۵۵.
- نیازی، م.، سیادتیان آرنانی، س.، خوش بیانی آرنانی، ف.، و فرهادیان، ع. (۱۴۰۲). تبیین پدیدارشناسانه چالش‌های سالمندان شهر کاشان. *روان‌شناسی پیری*، ۹(۲) ۱۵۰-۱۳۵.

اجتماعی تأکید نمودند. پژوهش‌های مختلف حاکی از آن است که بین حمایت اجتماعی و عملکرد حافظه سالمندان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (کلی و همکاران، ۲۰۱۷). همچنین سالمندان بر افزایش برنامه‌های گروهی و فرهنگی تأکید نمودند و افزایش برنامه‌های فرهنگی را گامی در جهت افزایش حس تعلق و سرزندگی سالمندان تلقی می‌کردند. همچنین مضمون دیگری که سالمندان آن را مورد توجه قرار می‌دادند توجه تغذیه سالم بود. تغذیه سالم می‌تواند نقش مهمی در سلامت جسمانی و روانی سالمندان می‌تواند ایفا کند. با توجه به اینکه سالمندان از ناتوانی‌های جسمانی خاصی رنج می‌برند و بیمارهای مختلف جسمانی و روانی در بین آنها شایع بوده لازم است که رژیم‌های غذایی مخصوص و اختصاصی برای آنها در نظر گرفته شود. در محور آخر امید و چشم انداز نسبت به آینده مورد بررسی قرار گرفت که مضامین فرعی امیدوار و مثبت و ناامید و منفی استخراج گردید. در این محور سالمندان به سؤال امید و چشم انداز شما نسبت آینده چگونه است؟ پاسخ دادند. در این محور ۰/۷۲ از شرکت‌کنندگان منفی و ناامیدوارانه‌ای نسبت به آینده ۰/۲۷ چشم اندازی امیدوار و مثبت داشتند. با توجه به نتایج بدست آمده می‌توان نتیجه گرفت که سالمندان در خانه‌های سالمندان با چالش‌ها و مشکلات ویژه‌ای مواجه هستند و به همین دلیل نسبت به آینده دیدگاه مثبت و امیدوارانه ای ندارند بنابراین ضروری است که چالش‌ها و مشکلات سالمندان مورد توجه و مذاقه قرار گیرد و راهکارهایی در جهت کاهش مشکلات و افزایش کیفیت و رضایت مورد بررسی و ارائه گردد.

پژوهش حاضر با هدف شناسایی تجربه زیسته سالمندان در خانه‌های سالمندان انجام شد. تجربه زیسته سالمندان در سه محور مختلف مورد بررسی و واکایی قرار گرفت. نتایج به دست آمده در مضامین اصلی و مضامین فرعی دسته بندی شدند و در نهایت پیشنهادهایی در جهت افزایش کیفیت زندگی، سطح امیدواری و سلامت روان و کاهش چالش‌ها و مشکلات سالمندان در خانه سالمندان ارائه گردید. با توجه به نتایج پژوهش حاضر به طور کلی می‌توان بیان نمود که حضور سالمندان در خانه‌های سالمندان از مزایا و معایب خاصی برخوردار است و سالمندان چالش‌های خاصی را تجربه می‌کنند که ضروری است حالت‌های هیجانی و روانی سالمندان مورد توجه قرار گیرد، محیط فیزیکی و معماری خانه سالمندان بر اساس

References

- Amirbagloie Daryani, M., & Marashi, M. K. (2021). Feeling guilty and anxiety in the elderly: The Role of existential concerns. *Aging Psychology*, 7(1), 41-29. [Persian]
- Aminjafari, B., Sadeghi Fassaei, S., & Parvin, S. (2022). The Elderly Living Experience of Aging; A Phenomenological Study Case study of elderly people in Isfahan. *Social Work Research*, 8(30), 137-174 [Persian]
- Azam, M., Sulistiana, R., Fibriana, I., Savitri, S., & Aljunid, M. (2021). Prevalence of mental health disorders among elderly diabetics and associated risk factors in Indonesia. *Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10-31. <https://doi.org/10.3390%2Fijerph181910301>
- Birgit, M., Tak, M., Rosmalen, G. & Voshaar, O. (2018). Death anxiety and its association with hypochondriasis and medically unexplained symptoms: A systematic review. *Psychosomatic Research*, 11(5), 58-65. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2018.10.002>
- Bolzman, C. (2023). The elderly in transnational family configurations: Migration, inter-generational relations and care support in Switzerland. In *Handbook of transnational families around the world pp.* 169-185.
- Buckinx, F., Charles A., Rygaert, X., Reginster, Y., Adam, S., & Bruyère, O. (2018). Own attitude toward aging among nursing home residents: results of the SENIOR cohort. *Aging Clinical and Experimental Research*, 30(10):1151-1159. <https://doi.org/10.1007/s40520-018-1013-y>
- Eynaki, S., & Sadeghi, A. (2023) Comparison of the Perception of Rejection and Depressive Syndrome Resident in the Elderly Living in the Nursing Home and Resident at Home. *Razi Medical sciences*, 30 (5): 41-50 [Persian]
- Isik, K., Başoğul, C., & Yildirim, H. (2020). The relationship between perceived loneliness and depression in the elderly and influencing factors. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(1), 351-357. [Persian]
- Fancourt, D., & Tymoszuk, U. (2019). Cultural engagement and incident depression in older adults: evidence from the English Longitudinal Study of Ageing. *Psychiatry*, 214(4), 225-229. <https://doi.org/10.1192/bjp.2018.267>
- Fazli, M., and Mohammadpour Lima, H. (2023). Link to social and media participation in the life of adult, Amol city. *Family and health*, 13(2), 49-60. [Persian]
- karami, I., Najafi, M., Javan Forouzande, A., & Abdollahi, R. (2022). Explain the architectural design strategies of nursing homes from the perspective of satisfaction Case Study: Nursing Homes ("Ata", "Marhamat" and "Aftab") in Ardabil. *Architectural Thought*, 6(11), 55-72. [Persian]
- Khademi, F., Moayedi, S., & Golitaleb, M. (2021). The COVID-19 pandemic and death anxiety in the elderly *Mental Health Nursing*, 30(1), 346. <https://doi.org/10.1111%2Ffinm.12824>
- Kelly, M. E., Duff, H., Kelly, S., Power, J. E. M., Brennan, S., Lawlor, B. A., & Loughrey, D. G. (2017). The impact of social activities, social networks, social support and social relationships on the cognitive functioning of healthy older adults: A systematic review. 6(1), 1-18. <https://doi.org/10.1186/s13643-017-0632-2>
- Liang, W., & Guan, H. (2023). Investigation and analysis on travel and health of the elderly in the old residential areas in Beijing. *Spatial Planning and Sustainable Development*, 11 (1), 85-103.
- Nair, S., Sawant, N., & Thippeswamy, H. (2021). Gender issues in the Care of elderly: A Narrative review. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 2 (1), 1-4. <https://doi.org/10.1177%2F02537176211021530>
- Niazi, M., Siadatian Arani, S. H., Khoshbayani, F., & Farhadian, A. (2023). Phenomenological Explanation of Challenges of the Elderly in Kashan City. *Aging Psychology*, 9(2), 150-135 [Persian]
- O'Suilleabháin, P. S., Gallagher, S., & Steptoe, A. (2019). Loneliness, living alone, and all-cause mortality: The role of emotional and social loneliness in the elderly during 19 years of follow-up. *Psychosomatic Medicine*, 81(6), Article 521.

- <https://doi.org/10.1097/PSY.000000000000000710>
- Pan, L., Li, L., Peng, H., Fan, L., Liao, J., Wang, M., Tan, A., & Zhang Y. (2022). Association of depressive symptoms with marital status among the middle-aged and elderly in Rural China-Serial mediating effects of sleep time, pain and life satisfaction. *Affective Disorders*, 15 (303), 52-57.
- Ribeiro, O., Teixeira, L., Araújo, L., Rodríguez-Blázquez, C., Calderón-Larrañaga, A., & Forjaz, M. J. (2020). Anxiety, Depression and Quality of Life in Older Adults: Trajectories of Influence across Age. *Environmental Research and Public Health*, 17(23), 1-10.
- <https://doi.org/10.3390%2Fijerph17239039>
- Tajvar, M., Yaseri, M., Mahmoudi, R., Karami, B (2020). Active Aging Index and Its Individual Determinants in Tehran, Iran. *School of public health and Institute of public Health Research*, 18 (2) :139-158 [Persian]
- Turan, A., & True, M., (2023). The perception of public space of the elderly after social isolation and its effect on health *Ain Shams Engineering*, 14(3), 101-108.
- <https://doi.org/10.1016%2Fj.asej.2022.101884>