



## The Relationship Between Theory of Mind and Social Adequacy in Older Adults: The Mediating Role of Life Skills

Mona Mohammadi<sup>1\*</sup>  and Akbar Atadokht<sup>1</sup> 

<sup>1</sup> Dept. of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University, Iran

### Article Info

#### Article History

Received: 09.01.2024

Revised: 30.04.2024

Accepted: 24.06.2024

ePublished: 24.06.2024

#### Keywords

Social adequacy, older adults, theory of mind, life skills

#### How to cite this article

Mohammadi, M., & Atadokht, A. (2024). The Relationship between theory of mind and social adequacy in older adults: the mediating role of life skills. *Aging Psychology*, 10(2), 165-181.

#### \*Corresponding Author

Mona Mohammadi

#### Email

monamohammadi.t@gmail.com



© The Author(s)

Publisher: Razi University

### Abstract

Aging is a sensitive period that the examining of different aspects of mental health during this phase becomes very important. Having life skills and not having the feeling of inadequacy at this age can help older adults to spend a better time personally and socially and to play a more adaptive role in interpersonal communication. Therefore, this study was conducted with the aim of examining social adequacy of older adults based on the theory of mind through the mediating role of life skills. This was a descriptive- correlational study using structural equation modeling (SEM). The statistical population included all older adults living in care centers for older adults in Tabriz, Iran in the summer of 2023. The sample, selected using convenience sampling method, were 220 people who responded to Felner's social adequacy, Qumrani et al.'s theory of mind, and Saatchi's life skills questionnaires. The data were analyzed through Pearson's correlation coefficient and SEM using SPSS-26 and Lisrel 8.8, respectively. The results revealed that there is a positive relationship between theory of mind with social adequacy and life skills, and there is also a positive relationship between life skills and social adequacy. Besides, life skills served a mediating role in the relationship between theory of mind and social adequacy. Therefore, it is concluded that by training and increasing life skills in older adults, their theory of mind and social adequacy can be improved, which may enhance their mental health.

## EXTENDED ABSTRACT

### Introduction

**D**ecline in the desire to exert effort and engage in activities can stem from a lack of perceived adequacy in older adults, leading to social withdrawal and isolation. Social adequacy is a dynamic phenomenon and a structured skill that is developed through individual interactions and social comparisons. Several studies have demonstrated a relationship between social adequacy and theory of mind. Having a theory of mind allows older adults to understand that mental states can explain and predict others' behaviors. Theory of mind is a prerequisite for understanding the social environment and is essential for engaging in competitive social behaviors. One variable that may mediate the relationship between theory of mind and social adequacy seems to be life skills. Life skills encompass a wide range of activities that an adult typically needs to manage daily life. These activities include personal care, hygiene and grooming, clothing selection and care, nutrition, medication management, health maintenance, safety, communication, transportation, budgeting, leisure, and professional activities. Therefore, the present study aims to investigate the relationship between theory of mind and social adequacy through the mediating role of life skills in older adults.

### Method

The present study was descriptive-correlational, using structural equation

modeling. The statistical population consisted of all older residents in nursing homes in Tabriz, Iran during the summer of 2023, among whom 220 individuals were selected using convenience sampling. They responded to Felner's social adequacy, Qumrani et al.'s theory of mind, and Saatchi's life skills questionnaires. Inclusion criteria were (1) age between 65 and 85 years, (2) literacy, and (3) willingness to participate in the study. Exclusion criteria included (1) having psychiatric disorders and (2) taking psychiatric medications during the past year. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's correlation coefficient in version 23 of SPSS, and using structural equation modeling in order to examine causal relationships between variables in Lisrel 8.8 software.

### Results

The mean and standard deviation indices of the variables indicated appropriate data dispersion, and skewness and kurtosis indices suggested a normal distribution of the research variables. The results of Pearson's correlation coefficient showed that theory of mind has a positive and significant correlation with life skills and social adequacy. The relationship between life skills and social adequacy was also positive and significant. Additionally, the results indicated that life skills mediate the relationship between theory of mind and social adequacy.

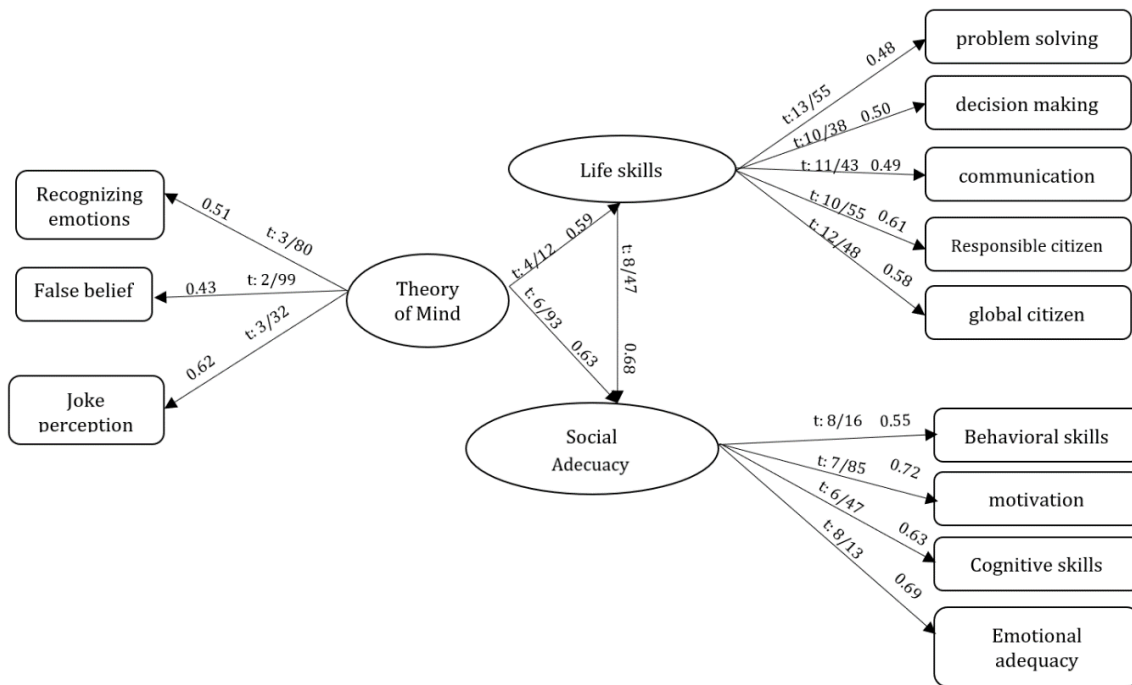


Figure 1. The final model of the relationship between theory of mind and social adequacy through life skills

### Conclusion

Based on the results obtained, it appears that individuals with poor social adequacy, due to deficiencies in theory of mind, attribute their thoughts and mental states to others, believing that others perceive them as inadequate. Additionally, life skills lead to increased motivation and self confidence, influencing one's perception of oneself and others, as well as others' perceptions of them. This results in the development of positive and adaptive behaviors, fostering a sense of well-being and happiness. Life skills are defined as a behavior change or behavior formation approach that balances knowledge, attitude, and skills. In this context, life skills relate to problem-solving, emotional regulation, assertiveness, effective communication,

and suchlike, which are applicable in dealing with interpersonal, social, and family issues. Life skills help individuals to gain better control over their emotions. Moreover, understanding that others' thoughts and feelings differ from one's own is a high-level social ability that plays a role in the development of social adequacy. These factors contribute to the enhancement of life skills.

### Ethical Consideration

#### Ethical Code

To comply with ethical standards in the research, the study was pre-registered at Mohaghegh Ardabili University.

#### Financial Support

Mohaghegh Ardabili University

#### Authors' Contributions

M.M: Conceptualization, Methodology,

Writing – Original Draft, Writing – Review & Editing, Project Administration, Supervision; A.A: Software, Validation, Formal Analysis, Data Curation, Visualization.

### **Conflict of Interest**

The author had no conflicts of interest.

### **Acknowledgments**

The authors would like to express their gratitude to all participants in this study.



## رابطه نظریه ذهن با کفایت اجتماعی در سالمندان: نقش میانجی مهارت‌های زندگی

مونا محمدی<sup>۱\*</sup> و اکبر عطادخت<sup>۱</sup>

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

### چکیده

سالمندی دوره حساسی است که بررسی ابعاد مختلف سلامت روان در آن اهمیت زیادی پیدا می‌کند. داشتن مهارت‌های زندگی و نداشتن احساس عدم کفایت در این سنین می‌تواند به سالمندان کمک کند تا از نظر شخصی و اجتماعی دوران بهتری را سپری کرده و در ارتباطات میان فردی خویش به صورت سازگارانه تر ایفای نقش کنند. بنابراین این مطالعه با هدف بررسی کفایت اجتماعی در سالمندان بر اساس نظریه ذهن با میانجی‌گری مهارت‌های زندگی صورت پذیرفت. روش پژوهش حاضر، توصیفی همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل تمامی سالمندان ساکن در مراکز نگهداری از سالمندان شهر تبریز در تابستان سال ۱۴۰۲ بود. حجم نمونه نیز بر اساس روش نمونه‌گیری در دسترس ۲۲۰ نفر انتخاب شدند که به پرسشنامه‌های کفایت اجتماعی فلنر، نظریه ذهن قمرانی و همکاران و مهارت‌های زندگی ساعتچی پاسخ دادند. بعد از جمع‌آوری داده‌ها، اطلاعات از طریق تحلیل همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری و با استفاده از SPSS-26 و Lisrel 8.8 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که بین نظریه ذهن با کفایت اجتماعی و مهارت‌های زندگی رابطه مستقیم وجود دارد و بین نظریه ذهن با کفایت اجتماعی نیز رابطه غیر مستقیم وجود دارد. یعنی مهارت‌های زندگی در رابطه میان نظریه ذهن و کفایت اجتماعی نقش میانجی دارد. بنابراین نتیجه‌گیری می‌شود که می‌توان با آموزش و افزایش مهارت‌های زندگی در سالمندان نظریه ذهن و کفایت اجتماعی در این افراد را بهبود بخشید و باعث افزایش سلامت روان در این افراد شد.

### اطلاعات مقاله

#### سابقه مقاله

دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۱۹

اصلاح: ۱۴۰۳/۰۲/۱۱

پذیرش: ۱۴۰۳/۰۴/۰۴

چاپ الکترونیکی: ۱۴۰۳/۰۴/۰۴

### کلیدواژه‌ها

کفایت اجتماعی، سالمندان، نظریه ذهن، مهارت‌های زندگی

### نحوه ارجاع به مقاله

محمدی، م.، و عطادخت. ا. (۱۴۰۳). رابطه نظریه ذهن با کفایت اجتماعی در سالمندان: نقش میانجی مهارت‌های زندگی. *روان‌شناسی پیری*، ۱۰(۲)، ۱۶۵-۱۸۱.

### \* نویسنده مسئول

مونا محمدی

### پست الکترونیکی

monamohammadi.t@gmail.com

(زارعان و همکاران، ۱۳۹۴)، سازگاری اجتماعی (بیرامی و همکاران، ۱۳۹۵) و مهارت‌های زندگی (تایمز و همکاران، ۲۰۱۶؛ یاداو و اقبال، ۲۰۰۹) رابطه دارد. کفایت اجتماعی پدیده‌ای پویا و مهارتی ساختارمند است که در فرایند ارتباط فردی و مقایسه‌های اجتماعی تحقق پیدا می‌کند. در این فرایند افراد با همانندسازی توانمندی‌های خویش با گروه‌های همگن، زمینه بهبود رفتارها، واکنش‌ها و روابط خویش با دیگران را مهیا می‌کنند (دشت بزرگی و شمشیرگران، ۱۳۹۷). کفایت اجتماعی به‌عنوان توانایی افراد برای عمل به شیوه سازگارانه متناسب با سن و توانایی شناختی، دربرگیرنده عواملی چون خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، مدیریت خود، مهارت‌های ارتباطی و مسئولیت تصمیم‌گیری است (ما، ۲۰۱۲). افراد دارای کفایت اجتماعی در پاسخ‌دادن و کنارآمدن با موقعیت‌های جدید و چالش‌انگیز موفق‌اند. هسته مرکزی کفایت اجتماعی مهارت‌های ارتباطی است؛ زیرا از طریق مهارت‌های ارتباطی مؤلفه‌های دیگر کسب می‌شود (گومز - اورتیز و همکاران، ۲۰۱۷). در کفایت اجتماعی سه جنبه مهم وجود دارد که توانایی ایجاد روابط بین‌فردی سالم و مثبت و حل تعارضات، توسعه واضح هویت خود در جمع و یک گروه یا هویت جمعی و گرایش به‌سوی شهروند مسئول و دلسوز را شامل می‌شود (گادیکا و همکاران، ۲۰۱۵). علاوه بر آن، کفایت اجتماعی پایه و اساسی برای گسترش طیفی از پیامدهای مطلوب از قبیل اعتمادبه‌نفس، رفاه اجتماعی، کیفیت دوستی، مسئولیت‌پذیری، پذیرش توسط همسالان و شایستگی‌های کاری است (لسی و همکاران، ۲۰۱۷). مدل کفایت اجتماعی چهار آمایه فراگیر از مهارت‌ها، توانایی‌ها و ظرفیت‌ها را پیشنهاد می‌کند که عناصر محوری کفایت اجتماعی را تشکیل می‌دهند و این آمایه‌های مهارت‌هایی شامل توانایی‌های شناختی، مهارت‌های رفتاری، مهارت‌ها و کفایت‌های هیجانی و مهارت‌های انگیزشی و انتظارات هستند. ویژگی عمده این مدل که از تعریف‌های کفایت اجتماعی حاصل می‌شود، بر اهمیت تبادل شخص - محیط و به‌منظور فهم کفایت اجتماعی و مضامین انطباقی آن تأکید دارند (دشت بزرگی و شمشیرگران، ۱۳۹۷).

بر اساس پژوهش هاشمی نصرت‌آباد و همکاران (۱۳۹۶) و بخشی و همکاران (۱۳۹۰) بین کفایت اجتماعی و نظریه ذهن<sup>۳</sup> رابطه وجود دارد. نظریه ذهن وجه تمایز خود عمومی و خود خصوصی است، در واقع نظریه ذهن در این نکته است

انسان‌ها طی فرایند زیستی با مرحله‌ای به نام سالمندی<sup>۱</sup> روبرو می‌شوند که در گذرگاه رشد طبیعی به دست می‌آید. سالمند به شخصی اطلاق می‌شود که بیش از ۶۰ سال سن داشته باشد و به علت عوارض افزایش سن و تغییرات فیزیولوژیکی نیازمند مراقبت و توان‌بخشی باشد (تیان و چن، ۲۰۲۲). پیری جمعیت یک‌روند جهانی با پیامدهای اجتماعی و اقتصادی گسترده است. سازمان بهداشت جهانی (۲۰۱۳) پیش‌بینی کرده است که نسبت سالمندان جهان تا سال ۲۰۵۰ از ۱۲ درصد به ۲۲ درصد خواهد رسید. همچنین پیری جمعیت یکی از مهم‌ترین نگرانی‌های جهانی است. بیش از ۱ میلیارد نفر از جمعیت جهان بالای ۶۰ سال سن دارند (ژائو و همکاران، ۲۰۲۳) و در سال ۲۰۵۰، ۸۰ درصد از کل افراد مسن در کشورهای با درآمد کم و متوسط زندگی خواهند کرد که آمادگی مقابله با پدیده پیری و پیامدهای اجتماعی/اقتصادی را ندارند (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۱۸). پیامدهای سالمندی شامل تنهایی، ازدست‌دادن همسر، افزایش بیماری‌های مزمن، عدم حمایت خانوادگی/ اجتماعی و عدم استقلال مالی می‌باشد (انگ و همکاران، ۲۰۱۶). همچنین بازنشستگی و بیکاری سالمندان تأثیر بسیار منفی بر سلامت جسمی و روحی آنها دارد؛ زیرا در این شرایط آنها منزوی شده و از شغل موردعلاقه خود دور می‌شوند (مینامی و همکاران، ۲۰۱۵). به‌علاوه مطالعات سازمان بهداشت جهانی (۲۰۱۳) نشان داده است که به‌طور تقریبی ۱۵ درصد از جمعیت سالمند از یک اختلال روانی رنج می‌برند. همینطور مطالعات نشان داده‌اند که علائم روان‌شناختی با افزایش سن، از جمله افسردگی، اضطراب، جسمی‌سازی و اختلالات وسواسی - جبری افزایش می‌یابد (زیس و همکاران، ۲۰۱۷).

در واقع کاهش میل به تلاش و فعالیت می‌تواند از عدم احساس کفایت در سالمندان نشأت گیرد. با احساس بی‌کفایتی سالمند از اجتماع گریزان شده، انزوا پیشه کرده و بدین ترتیب مسائل و مشکلات متعددی برایش رقم خواهد خورد. بنابراین به نظر می‌رسد سلامت روان با کفایت اجتماعی دارای همپوشانی باشند (دیکسترا و هام، ۲۰۱۴). پژوهش‌ها نشان می‌دهند کفایت اجتماعی<sup>۲</sup> نقش مهمی در سلامت روان افراد دارد (شیبانی و همکاران، ۱۳۹۵)؛ برای مثال بین کفایت اجتماعی با افسردگی (کول و همکاران، ۱۹۹۹)، باورهای ناکارآمد (حجازی و همکاران، ۱۳۹۴)، بهزیستی روان‌شناختی

<sup>1</sup> aging

<sup>2</sup> social adequacy

<sup>3</sup> theory of mind

که افراد حالت‌های ذهنی از جمله باورها، مقاصد و امیالی دارند که اغلب هدایت‌کننده رفتار آنها است. داشتن نظریه ذهن، سالمند را قادر می‌سازد تا درک کند که حالات ذهنی می‌تواند علت رفتار دیگران بوده و از این رو رفتار آنها را تبیین و پیش‌بینی نمود. نظریه ذهن پیش‌نیازی برای درک محیط اجتماعی و لازمه درگیری در رفتارهای اجتماعی رقابت‌آمیز می‌باشد (نقی‌زاده جدی کار، ۱۴۰۰). بر این اساس، افراد حائز نظریه ذهن بالا، پاسخی مثبت به رفاه و نیازهای دیگران داشته و هدفشان کمک به دیگران است. نظریه ذهن دو مؤلفه دارد: اول، مؤلفه اجتماعی - ادراکی است که توانایی درک حالت ذهنی دیگران با استفاده از نشانه‌های موجود از قبیل چهره و حرکات بدن است و دوم مؤلفه اجتماعی - شناختی نظریه ذهن است که شامل توانایی استدلال درباره محتوای حالت ذهنی دیگران می‌شود. با این استدلال‌ها می‌توان فعالیت دیگران را پیش‌بینی کرد (شکفته و همکاران، ۱۳۹۳). نظریه ذهن به مدیریت و تنظیم هیجانی بهتر کمک می‌کند، در واقع این افراد نشانه‌های اجتماعی را در موقعیت‌های مختلف پیش‌بینی کرده و از رفتار خود و دیگران آگاهی می‌یابند. در واقع افراد با نظریه ذهن یاد می‌گیرند که در وضعیت‌های مختلف چه هیجان‌انگیزی را نشان دهند که با آن موقعیت متناسب باشد که این رفتار سبب افزایش کفایت اجتماعی می‌شود (توکلی و همکاران، ۱۳۹۸). دان (۲۰۰۵) نیز نشان دادند که نظریه ذهن بر احساسات تاثیر می‌گذارد و با آن رابطه دارد.

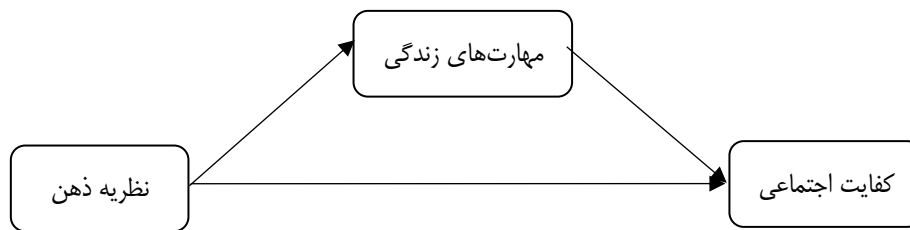
مطالعات مختلفی نشان دادند که رابطه نظریه ذهن با کفایت اجتماعی می‌تواند تحت تاثیر متغیرهای دیگری باشد. برای مثال بیرامی و همکاران (۱۴۰۲) دریافتند که هوش هیجانی در رابطه بین متغیرهای نظریه ذهن و کفایت اجتماعی در دختران نوجوان نقش میانجی دارد. یکی دیگر از متغیرهایی که در این رابطه تاثیر بگذارد، مهارت‌های زندگی است. در همین زمینه پژوهش عبدالله‌زاده و همکاران (۱۳۹۱) نشان داده است که نظریه ذهن با مهارت‌های زندگی ارتباط دارد. مهارت‌های زندگی طیف وسیعی از فعالیت‌ها است که به طور معمول یک فرد بالغ برای اداره کردن زندگی به آن نیاز دارد. این فعالیت‌ها شامل مراقبت فردی، رعایت بهداشت و آراستگی، انتخاب و مراقبت از لباس، تغذیه، مصرف دارو، حفظ سلامتی، ایمنی، ارتباط، حمل و نقل، تنظیم بودجه، اوقات فراغت و فعالیت‌های حرفه ای است (عبدالله‌زاده و همکاران، ۱۳۹۱). در واقع اصطلاح مهارت‌های زندگی به گروه بزرگی از

مهارت‌های روانی - اجتماعی گفته می‌شود که می‌تواند به افراد کمک کرده تا با آگاهی بیشتری برای خود تصمیم بگیرند. مهارت‌های زندگی می‌تواند اعمال شخصی و اعمال مربوط به دیگران و نیز اعمال مربوط به محیط اطراف را طوری هدایت کند که به سلامت بیشتر منجر شود و سلامت بیشتر یعنی آسایش بیشتر جسمانی، روانی و اجتماعی را تأمین کند (اسدپور و همکاران، ۱۳۹۴). از آنجا که نظریه ذهن برای داشتن تعامل اجتماعی ضروری است و تعامل هم بخشی از مهارت‌های زندگی است (اسدپور و همکاران، ۱۳۹۴؛ ما و همکاران، ۲۰۲۳)، داشتن ارتباط سالم بر روی کفایت اجتماعی و شایستگی اثرگذار است (عبدالله‌زاده و همکاران، ۱۳۹۱). در همین راستا پژوهش‌های صدیقی ارفعی و همکاران (۱۳۹۹) محمودی و همکاران (۱۳۹۵)، رحیم نوری و همکاران (۱۳۹۵) و یاراحمدیان و همکاران (۱۳۹۲) نشان داده‌اند که داشتن مهارت‌های زندگی در بهبود کفایت اجتماعی مؤثر است. در واقع باتوجه‌به اینکه مهارت‌های زندگی به رشد، توسعه و سازگاری و انطباق با محیط کمک می‌کند منجر به بهبود کفایت اجتماعی می‌شود (یاراحمدیان و همکاران، ۱۳۹۲).

با توجه به مسائل گفته شده و اهمیت این موضوع که جامعه ایرانی رو به سالمندی است انجام چنین پژوهش‌هایی از اهمیت زیادی برخوردار می‌شود. در واقع بر اساس پیش‌بینی‌های جمعیتی برآورد می‌شود که جمعیت سالمند کشور از ۴ میلیون و ۸۷۰ هزار نفر در سال ۱۳۹۵ به حدود ۱۹ میلیون نفر در سال ۱۴۳۰ برسد (فتحی، ۱۳۹۸). بنابراین این افزایش تعداد سالمندان می‌تواند جامعه را با چالش‌هایی مانند چالش‌های اجتماعی، اقتصادی و رفاهی مواجه کند. همینطور، با توجه اهمیت داشتن مهارت‌های زندگی و کفایت اجتماعی بالا در دوران سالمندی برای تجربه یک سالمندی سالم و رضایت‌بخش و باتوجه‌به آنکه هرچه که افراد سالمندی موفق‌تری داشته باشند بهتر می‌توانند دانش خود را به نسل بعدی انتقال دهند، این چنین پژوهش‌هایی می‌تواند مفید باشد. همچنین این موضوع هزینه‌های درمانی جسمانی و روانشناختی کمتری را برای دولت به ارمغان می‌آورد که به‌نوبه خود به توسعه اقتصادی کشور کمک می‌کند و میزان امید به زندگی و کیفیت زندگی را در کشور افزایش می‌دهد. در نهایت می‌توان گفت که نتایج به دست آمده از این پژوهش می‌تواند برای متخصصین حوزه سالمندی جهت تدوین اصول درمانی مفید باشد تا به استفاده از نتایج آن بتوانند شناخت بیشتری از دوره سالمندی به دست بیاورند. پژوهشگران آتی

بودند از: ۱) نظریه ذهن با کفایت اجتماعی سالمندان رابطه دارد، ۲) نظریه ذهن با مهارت‌های زندگی در سالمندان رابطه دارد، ۳) بین مهارت‌های زندگی و کفایت اجتماعی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد و ۴) نظریه ذهن از طریق مهارت‌های زندگی با کفایت اجتماعی رابطه دارد.

نیز با مطالعه چنین پژوهشی و بر اساس محدودیت‌ها می‌تواند خلاءهای پژوهشی را بیشتر رفع کنند. با توجه به این مسائل سوال پژوهش حاضر این بود که آیا مهارت‌های زندگی در رابطه میان نظریه ذهن و کفایت اجتماعی سالمندان نقش میانجی‌گری ایفا می‌کند؟ فرضیه‌های مورد بررسی عبارت



شکل ۱. مدل مفروض رابطه نظریه ذهن با کفایت اجتماعی در سالمندان: نقش میانجی مهارت‌های زندگی

بودن سواد خواندن و نوشتن و ۳) رضایت داشتن برای شرکت در پژوهش؛ ملاک‌های خروج از مطالعه نیز شامل ۱) مبتلا بودن به اختلالات روانپزشکی و ۲) مصرف داروهای روانپزشکی در یک سال گذشته بود. براساس داده‌های جمع‌آوری شده از نمونه آماری مشخص شد که از بین ۲۲۰ نفر نمونه آماری ۱۶ نفر مطلقه، ۱۰۵ نفر متأهل و ۹۹ نفر بیوه هستند. همچنین نتایج نشان داد که بیشترین میزان فراوانی در متغیر سن، گروه سنی ۸۰-۷۰ سال می‌باشد. میانگین سن نفرات شرکت‌کننده در پژوهش ۷۳.۴۶ سال و انحراف معیار آن ۱۲.۳۲۵ بوده است. همچنین میزان تحصیلات اکثریت نمونه آماری زیر دیپلم بوده است (۱۹۸ نفر).

### ابزار

**پرسشنامه مهارت‌های زندگی<sup>۱</sup>.** پرسشنامه مهارت‌های زندگی توسط یحیی یاراحمدی (۱۳۸۶) به منظور ارزیابی میزان موفقیت برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی در دوره راهنمایی برای دادن بازخورد به مجریان و برنامه‌ریزان آن تهیه شده است که شامل ۴۰ گویه و ۵ مولفه است که در طیف لیکرت پنج درجه‌ای (کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم) نمره‌گذاری می‌شود. نمره بیشتر در این پرسشنامه به معنای داشتن مهارت بیشتر آن زمینه است. مولفه‌های این پرسشنامه که هر کدام دارای ۵ گویه هستند شامل: ۱. توانایی حل مسئله یعنی استفاده از راهبردهای مؤثر و سازش یافته مقابله‌ای برای حل مشکلات، ۲. توانایی تصمیم‌گیری یعنی تصمیم‌گیری مؤثر در مورد مسائل زندگی، بررسی جوانب مختلف و پیامد هر

### روش

#### طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان

روش پژوهش حاضر، توصیفی و طرح پژوهش، همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری است. جامعه آماری تحقیق شامل تمامی سالمندان ساکن در مراکز نگهداری روزانه سالمندان شهر تبریز در تابستان سال ۱۴۰۲ بودند که بر اساس تعداد تحلیل استیونس (۱۹۹۶)، به نقل از مؤمنی و همکاران، (۱۴۰۰) تعداد ۲۲۰ نفر انتخاب شدند. در خصوص حجم نمونه، شایان توضیح است که در تحلیل استیونس (۱۹۹۶)، به نقل از مؤمنی و همکاران، (۱۴۰۰) در نظر گرفتن ۱۵ مورد برای هر متغیر پیش‌بین در تحلیل رگرسیون چندگانه با روش معمولی کمترین مجذورات استاندارد را که قاعده سرانگشتی خوب اعلام کرده است. بر پایه این موضوع می‌توان اعلام کرد که چون تحلیل معادلات ساختاری در برخی جنبه‌ها کاملاً مرتبط با رگرسیون چندمتغیری است، تعداد ۱۵ مورد به ازای هر متغیر اندازه‌گیری شده در تحلیل معادلات ساختاری غیر منطقی نیست (هومن، ۲۰۱۲). لوهلین (۱۹۹۲)، به نقل از مؤمنی و همکاران، (۲۰۲۲) بیان می‌دارد که برای مدل‌هایی با دو یا چهار عامل، پژوهشگر باید روی گردآوری دست‌کم ۱۰۰ مورد یا بیشتر از آن برنامه‌ریزی کند. بنابراین چون حجم نمونه حجم نمونه برابر با ۲۲۰ نفر بود که بر اساس روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند، حجم نمونه مورد مطالعه از کفایت لازم برای اجرای تحلیل مسیر برخوردار است. ملاک‌های ورود به مطالعه عبارت از ۱) رده سنی بین ۶۵ تا ۸۵ سال، ۲) دارا

<sup>1</sup> life skills questionnaire



اول، دوم و سوم به ترتیب ۰/۹۴، ۰/۹۱، ۰/۷۰ و ۰/۹۳ بدست آمده است. همچنین ضریب قابلیت اعتماد نمره گذاران ۰/۹۸ بدست آمده است (خیر و همکاران، ۱۳۸۵). میزان آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برابر با ۰/۷۹ بود.

**پرسشنامه کفایت اجتماعی<sup>۲</sup>.** پرسشنامه کفایت اجتماعی توسط فلنر (۱۹۹۰) به منظور سنجش کفایت اجتماعی طراحی و تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۴۷ سؤال و شامل ۴ مؤلفه عامل مهارت‌های رفتاری، عامل آمایه‌های انگیزش و انتظارات، عامل مهارت‌های شناختی و عامل کفایت هیجانی می‌باشد و بر اساس طیف هفت‌گزینه‌ای لیکرت (۱- کاملاً موافقم تا ۷- کاملاً مخالفم) به سنجش کفایت اجتماعی می‌پردازد. بنابراین حداقل و حداکثر نمره کسب شده بین ۴۷ تا ۳۲۹ خواهد بود. نمره بالا در این پرسشنامه به معنای داشتن کفایت اجتماعی بالاتر است فلنر و همکاران، ۱۹۹۰). فلنر و همکاران (۱۹۹۰) آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۷۵ گزارش کرد. که حاکی از ضریب همسانی درونی قابل قبول پرسشنامه بود روایی پرسشنامه در تحقیق دشت‌بزرگی و شمشیرگران (۱۳۹۷) و نجی‌اللهی ملک‌شاه و رضاخانی (۱۴۰۰) تأیید شده است. روایی پرسشنامه نیز در تحقیقات مذکور بالای ۰/۷۰ گزارش شده است. میزان آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برابر با ۰/۷۸ بود.

### روش اجرا

بعد از اخذ مجوزهای لازم از معاونت پژوهشی دانشگاه محقق اردبیلی، برای به دست آوردن اطلاعات موردنیاز، ابتدا به تمامی مراکز روزانه نگهداری از سالمندان شهر تبریز (۷ مرکز) به صورت حضوری مراجعه شد و اهداف پژوهش برای صاحب امتیاز و مسئول فنی این مراکز شرح داده شد و تلاش شد که رضایت آن‌ها جلب شود. بعد از کسب رضایت از مسئولان ۴ مرکز من‌جمله مرکز روزانه سالمندان همراه، در یک جلسه پژوهشگر با معرفی خود و بیان هدف از اجرای پژوهش برای سالمندان، تمامی راهنمایی‌های مورد نیاز برای پاسخ دادن به پرسشنامه‌ها را ارائه کرد تا سالمندان با رضایت خاطر و صادقانه در پژوهش شرکت کنند. در ادامه به آنها اطمینان خاطر داده شد که این اطلاعات نزد پژوهشگر محفوظ باقی می‌ماند. در ادامه سه پرسشنامه تحقیق بین شرکت‌کنندگان توزیع شد. هر شرکت‌کننده به طور میانگین حدود ۲۵ تا ۳۵

انتخاب، ۳. توانایی ارتباط مؤثر یعنی ایجاد ارتباط انسانی با اطرافیان و در نظر گرفتن حقوق دیگران و ابراز احساسات خود و درک احساسات دیگران، ۴. شهروند مسئول بودن یعنی درک حقوق و وظایف شهروندی و مسائل اجتماعی و هنجارها و قوانین حاکم بر اداره شهرها و روستاها، ۵. شهروند جهانی بودن، یعنی توانایی درک و فهم مسائل جهانی و بین‌المللی و روابط بین کشورها و انسان‌های کشورهای مختلف، است. این پرسشنامه شامل پرسشنامه فوق در تحقیق یاراحمدی (۱۳۸۶) بر اساس تحلیل‌های عاملی روایی‌سنجی شده است و روایی خوبی گزارش شده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه در نسخه اصلی برابر با ۰/۸۲ به دست آمده است. میزان آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برابر با ۰/۸۱ بود.

**پرسشنامه نظریه ذهن<sup>۱</sup>.** نظریه ذهن با استفاده از آزمون ۳۸ سؤالی نظریه ذهن خیر و همکاران (۱۳۸۵) سنجیده می‌شود. فرم اصلی این آزمون به‌وسیله استیرنمن (۱۹۹۹) به‌منظور سنجش نظریه ذهن طراحی شده است. این پرسشنامه متشکل از سه خرده آزمون به این قرار است: خرده مقیاس اول: تئوری ذهن مقدماتی یا بازشناسی عواطف و وانمود مشتمل بر ۲۰ گویه؛ خرده مقیاس دوم: اظهار اولیه یک تئوری ذهن واقعی یا باور غلط اولیه و درک باور غلط شامل ۱۲ گویه و خرده مقیاس سوم: جنبه‌های پیشرفته‌تر تئوری ذهن یا باور غلط ثانویه یا درک شوخی مشتمل بر ۵ گویه. این آزمون به صورت مصاحبه اجرا می‌شود و شامل تصاویر و داستان‌هایی است که آزماینده بعد از ارائه آنها به شرکت‌کننده، پرسش‌هایی را مطرح می‌کند و پاسخ شرکت‌کننده به هر پرسش به صورت ۱ (در صورت پاسخ صحیح) و صفر (در صورت پاسخ غلط) نمره‌گذاری می‌شود. نمره شرکت‌کننده در هر یک از خرده مقیاس‌های اول، دوم و سوم به ترتیب طیفی بین صفر تا ۲۰، صفر تا ۱۳ و صفر تا ۵ را شامل می‌شود. از جمع ۳ خرده مقیاس بالا یک نمره کلی برای نظریه ذهن بدست می‌آید. هر قدر این نمره بالاتر باشد نشان دهنده این است که کودک به سطوح بالاتر نظریه ذهن دست یافته است. ثبات درونی آزمون با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ برای کل آزمون و هر یک از خرده آزمون‌ها به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۷۲، ۰/۸۰ و ۰/۸۱ محاسبه گردیده است. ضریب همبستگی دورشته نقطه‌ای برای احراز روایی همزمان ۰/۸۹ و ضرایب قابلیت اعتماد برای کل آزمون و هر یک از خرده آزمون‌های

<sup>2</sup> social competency scale

<sup>1</sup> theory of mind questionnaire

### یافته‌ها

در جدول ۱ شاخص‌های پراکندگی و نتایج آزمون چولگی و کشیدگی برای بررسی نرمالیه گزارش شده است. شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد متغیرها نشانگر پراکندگی مناسب داده‌ها و شاخص‌های چولگی و کشیدگی حاکی از طبیعی بودن توزیع می‌باشند. ماتریس همبستگی مبنای تجزیه و تحلیل مدل‌های علی است. بنابراین قبل از پرداختن به آزمون الگوی نظری، ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول ۲ آمده است.

دقیقه برای پاسخ‌دهی وقت لازم داشت. پس از جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه‌ها به شکل داده‌های خام جهت تجزیه و تحلیل نهایی وارد فایل اکسل شد. بعد از جمع‌آوری داده‌ها نیز تجزیه و تحلیل، با استفاده از نرم‌افزار spss نسخه ۲۳ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش و ماتریس همبستگی آنها انجام پذیرفت، سپس به منظور بررسی روابط متغیرها از روش مدل سازی معادلات ساختاری استفاده شد. برای آزمون مدل از نرم افزار Lisrel 8.8 استفاده شد.

### جدول ۱

شاخص‌های روان‌سنجی متغیرهای مطالعه

مولفه	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
نظریه ذهن	۲/۹	۰/۷۸	۰/۰۰۸	۰/۴۵۸
تئوری ذهن مقدماتی (بازشناسی عواطف)	۳/۲	۰/۶۵	۰/۰۹۵	۰/۲۶۵
اظهار اولیه (درک باور غلط)	۲/۵	۰/۷۱	۰/۰۷۳	۰/۲۴۲
جنبه‌های پیشرفته‌تر (درک شوخی)	۲/۸	۰/۵۹	۰/۰۴۴	۰/۱۰۶
مهارت‌های زندگی	۳/۱	۰/۹۰	۰/۰۱۳	۰/۰۸۱
توانایی حل مسئله	۲/۹	۰/۶۵	۰/۰۲۲	۰/۰۹۸
توانایی تصمیم‌گیری	۲/۹	۰/۷۳	۰/۰۳۶	۰/۰۶۵
توانایی ارتباط مؤثر	۳/۲	۰/۴۸	۰/۰۵۲	۰/۱۸۳
شهروند مسئول بودن	۳/۰	۰/۷۲	۰/۰۱۹	۰/۱۴۰
شهروند جهانی بودن	۲/۸	۰/۶۳	۰/۰۲۸	۰/۰۹۶
کفایت اجتماعی	۳/۳	۰/۸۰	۰/۰۸۵	۰/۴۵۸
عامل مهارت‌های رفتاری	۳/۱	۰/۷۲	۰/۰۶۵	۰/۲۴۵
عامل آمایه‌های انگیزش و انتظارات	۳/۴	۰/۶۹	۰/۰۳۷	۰/۱۶۶
عامل مهارت‌های شناختی	۲/۸	۰/۷۸	۰/۰۴۹	۰/۲۸۶
عامل کفایت هیجانی	۲/۹	۰/۴۳	۰/۰۷۰	۰/۱۷۳

است. بعبارت دیگر چون میزان چولگی و کشیدگی در بازه ۱ الی ۱- بدست آمده، حاکی از توزیع نرمال متغیرها است. با توجه با اینکه ماتریس همبستگی مبنای تجزیه و تحلیل

شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد متغیرها نشانگر پراکندگی مناسب داده‌ها و شاخص‌های چولگی و کشیدگی حاکی از طبیعی بودن توزیع متغیرهای پژوهش

### جدول ۲

ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳
نظریه ذهن	۱		
مهارت‌های زندگی	۰/۵۴۸**	۱	
کفایت اجتماعی	۰/۶۳۲**	۰/۴۸۹**	۱

همبستگی همراه با ضرایب همبستگی و سطوح معنی‌داری آنها در جدول ۲ ارائه می‌شود. با توجه به جدول ۲ نظریه

مدل‌های علی، خصوصاً مدل‌یابی معادلات ساختاری است، قبل از پرداختن به آزمون الگوی نظری، ماتریس

پژوهش را نمایش می‌دهد. در جدول ۳ شاخص‌های برازش مدل گزارش شده‌اند که مدل آزمون شده برازش مناسبی با داده‌های گردآوری شده دارد. جدول ۳ شاخص‌های برازش مدل را نشان می‌دهد.

ذهن با مهارت‌های زندگی  $0/548$  و با کفایت اجتماعی  $0/632$  همبستگی مثبت و معنی‌داری در سطح  $0/01$  دارد، رابطه مهارت‌های زندگی با کفایت اجتماعی  $0/489$  و در سطح  $0/01$  رابطه مثبتی و معنی‌داری دارد. شکل ۲ مدل

### جدول ۳

شاخص‌های برازش کلی مدل آزمون شده پژوهش حاضر

شاخص	X <sup>2</sup>	df	CFI	GFI	AGFI	RMSEA
پژوهش حاضر	۱۲۵۴۶/۲۳	۷۶۱۲	۰/۹۲	۰/۹۴	۰/۹۲	۰/۰۵۴
حد قابل پذیرش	معنی دار نباشد	-	بیشتر از ۰/۹۰	بیشتر از ۰/۹۰	بیشتر از ۰/۸۰	کمتر از ۰/۰۸

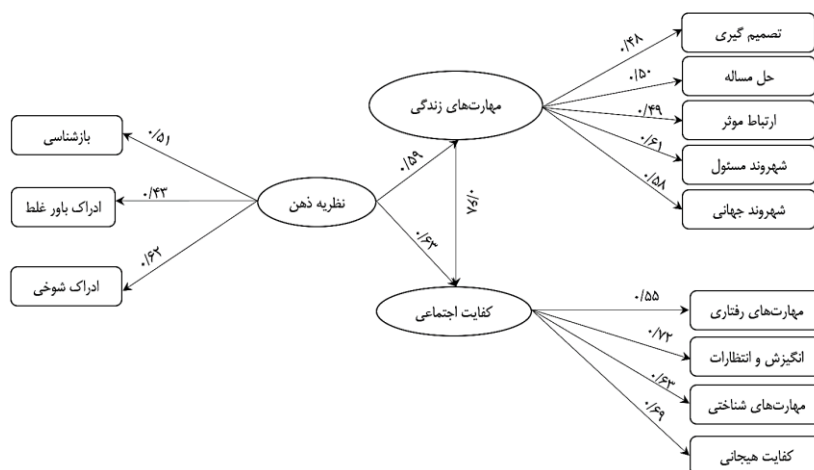
شامل مؤلفه‌های نظریه ذهن بر مهارت‌های زندگی در سطح  $0/001$  معنی‌دار است. یکی از ویژگی‌های روش تحلیل مسیر، برآورد اثرات غیرمستقیم متغیرها بر یکدیگر است. معناداری اثرات غیرمستقیم با استفاده از آزمون سوبل بدست آمده و در جدول ۴ گزارش شده است.

در جدول ۴ ضرایب مسیر بین متغیرها و آماره t هر مسیر و سطح معنی‌داری آنها گزارش شده‌اند. طبق شکل ۱ و جدول ۴ اثر مستقیم متغیرها شامل مؤلفه‌های نظریه ذهن و مهارت‌های زندگی بر کفایت اجتماعی سالمندان در سطح  $0/001$  معنی‌دار است. همچنین اثر مستقیم متغیرها

### جدول ۴

نتایج معناداری اثرات غیر مستقیم با استفاده از آزمون سوبل

ردیف	رابطه	ضریب مسیر	t	آزمون سوبل	p
۱	نظریه ذهن ← کفایت اجتماعی	۰/۶۳	۶/۹۳	-	۰/۰۰۱
۲	نظریه ذهن ← مهارت‌های زندگی	۰/۵۹	۴/۱۲	-	۰/۰۰۱
۳	مهارت‌های زندگی ← کفایت اجتماعی	۰/۶۸	۸/۴۷	-	۰/۰۰۱
۴	بازشناسی ← مهارت‌های زندگی ← کفایت اجتماعی	۰/۵۹	-	۲/۱۰	۰/۰۰۱
۵	درک باور غلط ← مهارت‌های زندگی ← کفایت اجتماعی	۰/۴۶	-	۱/۹۶	۰/۰۰۱
۶	درک شوخی ← مهارت‌های زندگی ← کفایت اجتماعی	۰/۶۶	-	۲/۰۶	۰/۰۰۱



شکل ۲. مدل رابطه بین نظریه ذهن و کفایت اجتماعی با میانجیگری مهارت‌های زندگی

### بحث و نتیجه‌گیری

فرضیه دوم این مطالعه مبنی بر اینکه نظریه ذهن با مهارت‌های زندگی در سالمندان رابطه دارد، تأیید شد. نتایج این پژوهش با پژوهش عبدالله‌زاده و همکاران (۱۳۹۱) همسو است. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که نظریه ذهن به توانایی شناختی اشاره دارد که به فرد اجازه می‌دهد بداند که دیگران افکار منحصره‌فردی دارند که می‌تواند از افکار آن فرد یا نیات آن فرد و حتی واقعیات متفاوت باشند. توانایی درک این موضوع که دیگران واجد حالات ذهنی همچون افکار، عقاید و نیاتی هستند که ممکن است با حالات ذهنی خود فرد و نیات آن فرد متفاوت باشد، نظریه ذهن نامیده می‌شود. نظریه ذهن موجب تسهیل روابط اجتماعی شده و همچنین افراد را قادر می‌سازد تا دیگران را برای رسیدن به اهداف خود دست‌کاری کنند (هاشمی و همکاران، ۱۳۹۶). به همین خاطر نظریه ذهن تأثیر مهمی در بهبود مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی دارد (ما و همکاران، ۲۰۲۳). مهارت‌های زندگی منجر به ایجاد انگیزه و افزایش اعتمادبه‌نفس می‌شود و بر احساس فرد از خود و دیگران و نیز ادراک دیگران از وی مؤثر بوده، باعث ایجاد رفتارهای مثبت و سازگارانه می‌گردد و در فرد احساس بهتر زندگی کردن و شادکامی ایجاد می‌کند. مهارت‌های زندگی به‌عنوان یک رویکرد مبتنی بر تغییر رفتار یا شکل‌دهی رفتار تعریف می‌شود که میان سه حوزه دانش، نگرش و مهارت توازن برقرار می‌کند (سلیمی و عابدی، ۱۳۹۲).

فرضیه سوم این مطالعه مبنی بر اینکه بین مهارت‌های زندگی و کفایت اجتماعی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد، تأیید شد. این نتیجه با نتایج تحقیقات تایمز و همکاران (۲۰۱۶)، یاداو و اقبال (۲۰۰۹) همسو می‌باشد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که کفایت اجتماعی عبارت است از داشتن مهارت‌ها و رفتارهای اجتماعی مناسب که باعث تعامل موفقیت‌آمیز در موقعیت‌های اجتماعی گوناگون می‌شود و نتیجه آن حفظ روابط اجتماعی است (ما، ۲۰۱۲) که می‌تواند با مهارت‌های زندگی رابطه داشته باشد (تایمز و همکاران، ۲۰۱۶). در همین زمینه مهارت‌های زندگی به حل مسئله، کنترل هیجانی، ابراز وجود، ارتباط مؤثر و غیره مربوط می‌شود که در حوزه‌های برخورد با مشکلات بین‌فردی، اجتماعی و خانوادگی کاربرد دارد. مهارت‌های زندگی به افراد کمک می‌کند تا اعتمادبه‌نفس آنها در مدیریت تعارض‌های موجود در روابط بین‌فردی افزایش یابد و در مواقع عصبانیت یا اضطراب، کنترل بیشتری بر احساسات خود پیدا کنند (تایمز و همکاران،

این پژوهش با هدف بررسی رابطه نظریه ذهن با کفایت اجتماعی در سالمندان با نقش میانجی مهارت‌های زندگی انجام شد. یافته‌ها نشان داد بین نظریه ذهن با کفایت اجتماعی و مهارت‌های زندگی رابطه مستقیم وجود دارد و بین نظریه ذهن با کفایت اجتماعی نیز رابطه مستقیم وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد که مهارت‌های زندگی در رابطه میان نظریه ذهن و کفایت اجتماعی نقش میانجی دارد.

فرضیه اول این مطالعه مبنی بر اینکه نظریه ذهن با کفایت اجتماعی سالمندان رابطه دارد، تأیید شد. این نتیجه با یافته‌های تحقیق هاشمی نصرت‌آباد و همکاران (۱۳۹۶) و دان (۲۰۰۵) همخوانی است. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت درحالی‌که فراگیری رشد و استفاده از کفایت اجتماعی به متغیرها و عوامل گوناگونی بستگی دارد، در اکثر پژوهش‌ها، توانایی درک و واکنش نشان‌دادن به حالات ذهنی، از جمله باورها و خواسته‌ها و نیات، دارای همبستگی بیشتری با کفایت اجتماعی است. سالمندان به‌عنوان گروهی که در آستانه انتقال به محیط‌های اجتماعی گسترده هستند، در این تکلیف‌ها در مقایسه با نوجوانان و جوانان عادی عملکرد ضعیف‌تری دارند. همچنین نقایص در نظریه ذهن باعث می‌شود افراد دچار نقص در دیدگاه‌های بصری خود شوند و از بیرون خود را نظاره کنند و همچنین دچار خطای ذهن‌خوانی شده و دیگران را مسخره‌کننده و انتقادگر قلمداد کنند. این امر به‌خودی‌خود به تولید و یا افزایش اضطراب می‌انجامد. از طرفی عدم کفایت هیجانی لازم باعث می‌شود فرد ادراک صحیحی از حالات هیجانی دیگران نداشته باشد و حتی حالات هیجانی خنثی را نیز به‌صورت منفی ادراک نماید. همین امر اضطراب تولید شده را مضاعف می‌کند و بر توان کنترل و مدیریت آن تأثیر می‌گذارد و بر احساسات تأثیر می‌گذارد (دان، ۲۰۰۵). در نهایت، این جریان باعث می‌شود، فرد ادراک ضعیفی از کفایت مندی خویش در موقعیت‌های اجتماعی داشته باشد و این عدم کفایت اجتماعی عملکرد را هرچه بیشتر تخریب می‌نماید. در واقع این‌طور به ذهن متبادر می‌شود که افرادی که کفایت اجتماعی ضعیفی دارند به دلیل نقص در نظریه ذهن، افکار و حالات ذهنی خود را به دیگران اسناد می‌دهند و بیان می‌کنند که دیگران ایشان را بی‌کفایت می‌پندارند (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۶). هاشمی نصرت‌آباد و همکاران (۱۳۹۶) نیز دریافتند اثرات نامطلوب عملکرد ضعیف نظریه ذهن سبب تشدید علائم منفی در کفایت اجتماعی می‌شود.

می‌شود و همین مسئله به‌خودی‌خود فرصت‌ها برای رشد مهارت‌های اجتماعی و یادگیری اجتماعی آینده را نیز محدود می‌سازد (هاشمی و همکاران، ۱۳۹۶) که در نهایت منجر به ضعف کفایت اجتماعی می‌شود.

بنابراین در قالب یک نتیجه‌گیری می‌توان چنین گفت که مهارت‌های زندگی در دوران سالمندی می‌تواند عامل مهمی برای تضمین سلامت روانی افراد در این مقطع سنی باشد. زیرا با توجه به مفهوم آشیانه خالی که در این سنین برای سالمندان رخ می‌دهد و همچنین کمتر شدن حوزه روابط اجتماعی به دلیل از دست دادن دوستان، همکاران و خانواده، داشتن مهارت زندگی می‌تواند برای آن‌ها کمک‌کننده باشد. همین‌طور با توجه به مسائل اجتماعی برای افراد و اهمیت نظریه ذهن و کفایت اجتماعی در این افراد، مهارت‌های زندگی می‌تواند نقش مهمی ایفا کند. در واقع پیامدهای سالمندی شامل تنهایی، ازدست‌دادن همسر، افزایش بیماری‌های مزمن، عدم حمایت خانوادگی/ اجتماعی و عدم استقلال مالی می‌باشد (انگ و همکاران، ۲۰۱۶). همچنین بازنشستگی و بیکاری سالمندان تأثیر بسیار منفی بر سلامت جسمی و روحی آنها دارد؛ زیرا در این شرایط آنها منزوی شده و از شغل موردعلاقه خود دور می‌شوند (مینامی و همکاران، ۲۰۱۵). در نتیجه مهم است که به این قشر از افراد به طور ویژه اهمیت داده شود.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به این موارد اشاره کرد: در این پژوهش تنها از پرسشنامه استفاده شد و از ابزار خود گزارش‌دهی مانند مصاحبه استفاده نشد، همچنین نمونه‌های پژوهشی حاضر را بیشتر سالمندان ۶۵ تا ۸۵ سال تشکیل دادند و از این رو جهت بالابردن اعتبار پژوهش پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی از مصاحبه هم کنار پرسشنامه استفاده گردد و همچنین جهت بالابردن اعتبار نمونه پیشنهاد می‌شود گروه‌های سنی سالمند همگن شوند.

### سپاس‌گزاری

نگارندگان بر خود لازم می‌دانند از تمام سالمندان حاضر در این پژوهش، سپاسگزاری نمایند.

### منابع

- ارجمندی علیا، م، رضایی، آ، کاظمی، س، و سهرابی، ن. (۱۳۹۹). نقش میانجی‌گری هوش هیجانی در رابطه با ابعاد نظریه ذهن با مهارت‌های اجتماعی در دانش‌آموزان با اختلال‌های یادگیری. *روش‌ها و مدل‌های روانشناختی*، ۱۱(۴۲)، ۳۷-۴۲.
- اسدپور، ف، ابولقاسمی، ش، و اکبری، ب. (۱۳۹۴). هنجاریابی آزمون مهارت‌های زندگی. *روانشناسی معاصر*، ۱۰(ویژه‌نامه)، ۶۸-۷۱.

۲۰۱۶). بنابراین همه این موارد افراد را از نظر اجتماعی توانمند می‌سازد و کفایت اجتماعی آنها را افزایش می‌دهد.

در نهایت فرضیه چهارم این مطالعه مبنی بر اینکه نظریه ذهن از طریق مهارت‌های زندگی با کفایت اجتماعی رابطه دارد، تأیید شد. این نتیجه با نتایج تحقیقات عبدالله‌زاده و همکاران (۱۳۹۱)، ارجمندی اولیا و همکاران (۱۳۹۹)، خانجانی و همکاران (۱۳۹۶)، تایمز و همکاران (۲۰۱۶) و یاداو و اقبال (۲۰۰۹) همسو می‌باشد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت در ارتباط نظریه ذهن با مهارت زندگی نتایج این پژوهش با پژوهش عبدالله‌زاده و همکاران (۱۳۹۱) همسو است. توانایی نظریه ذهن که ذهنی‌سازی نیز نامیده شده است، به‌صورت بازنمایی پیوسته وضعیت ذهنی خود و دیگران مطرح می‌شود. این توانایی به افراد این امکان را می‌دهد که در اجتماع و در تعامل با دیگران اندیشه‌ها، باورها، گرایش‌ها و هدف‌های آنها را در ذهن بازنمایی کنند و واکنش مناسب نشان دهند. نظریه ذهن پیش‌نیازی برای درک محیط اجتماعی و لازمه درگیری در رفتارهای اجتماعی رقابت‌آمیز است (مشهدی و همکاران، ۱۳۹۰). درک اینکه افکار و احساسات دیگران متفاوت از افکار و احساسات خود فرد است از توانایی‌های اجتماعی سطح بالایی است که در تحول شایستگی اجتماعی نقش دارد. این عوامل منجر به تقویت مهارت‌های زندگی می‌شود؛ بنابراین نظریه ذهن برای داشتن تمایلات اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی ضروری تلقی شده است (ارجمندی اولیا و همکاران، ۱۳۹۹). بر اساس پژوهش‌های تایمز و همکاران (۲۰۱۶)، یاداو و اقبال (۲۰۰۹) مهارت‌های زندگی منجر به بهبود کفایت اجتماعی می‌شود. ضعف در مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی به الگوی تکرار شوند پیامدهای ناگوار تعامل با دیگران منجر می‌شود که در نهایت قضاوت عمومی راجع به کفایت و پایگاه اجتماعی در بین دیگران را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد که منجر به ایجاد عواطف و تجارب بین‌فردی منفی می‌شود. این عواطف منفی و تجارب بین‌فردی منفی، طیفی از پردازش‌های شناختی ناکارآمد و پیامدهای ناسازگارانه از جمله: انتظار شکست، خودکارآمدی پایین، توجه متوالی متمرکز شده بر خود، حساسیت افراطی به واکنش‌های منفی دیگران را به همراه می‌آورد. این انتظار شکست در معیت پردازش شناختی ناکارآمد (ناشی از نظریه ذهن ضعیف) حس اضطراب را در موقعیت‌های اجتماعی بعدی تشدید می‌کند. اضطراب منجر به بازداری اجتماعی، رفتارهای اجتنابی و طرد شود توسط دیگران

مادران دانش‌آموزان مقطع راهنمایی شهرستان کرج در سال تحصیلی ۱۳۹۰-۱۳۹۱. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۳(۱)، ۲۱-۴۸.

شکفته، س.، رفیعی نیا، پ.، و صباحی، پ. (۱۳۹۳). مقایسه نظریه ذهن و بازشناسی هیجان چهره ای در افراد روان پریش گرا، روان رنجورگرا و عادی. *تازه های علوم شناختی*، ۶(۱)، ۲۱-۲۸.

شیبانی، ع.، بابایی، س.، حسینی، ز.، و بابایی، آ. (۱۳۹۵ خرداد). بررسی رابطه بین کفایت اجتماعی و هوش معنوی با سلامت روانی در دانش‌آموزان پسر سال سوم دبیرستان شهرستان کلاله. *کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در مدیریت، اقتصاد و علوم انسانی*. باتومی، گرجستان.

صدیقی ارفعی، ف.، و تابش، ر. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر احساس تنهایی و کفایت اجتماعی نوجوانان دختر دارای نشانه‌های نوموفوبیا. *رویش روان‌شناسی*، ۹(۱۲)، ۳۳-۴۰.

عبدالله‌زاده، م.، ادیب‌سرشکی، ن.، پورمحمدرضا تجریشی، م.، و بخشی، ع. (۱۳۹۱). ارتباط نظریه ذهن با اجتماعی شدن، مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان دختر و پسر کم‌توان ذهنی. *مجله توانبخشی*، ۱۳(۱)، ۳۳-۳۸.

فتحی، ا. (۱۳۹۸). پدیده سالخوردگی جمعیت در ایران. *بررسی‌های آمار رسمی ایران*، ۳۰(۲)، ۴۱۳-۳۸۷.

محمودی، ف.، بهروز چشمه، س.، کریمی، م.، شهیدی انصاری، م.، و جلیل آبکنار، س. (۱۳۹۵). تاثیر آموزش مهارت زندگی بر کفایت اجتماعی دانش‌آموزان آهسته گام. *توانمندسازی کودکان استثنایی*، ۷(۱۹)، ۶۹-۶۰.

مشهدی، ع.، هاشمی جوزدانی، م.، و هاشمی برزآبادی، ح. (۱۳۹۰). نظریه تحول ذهن و رابطه آن با مهارت‌های اجتماعی در کودکان و نوجوانان مبتلا به آسیب بینایی. *روانشناسی تحولی*، ۷(۲۷)، ۲۳۰-۲۱۹.

نجی‌اللهی ملک‌شاه، و رضاخانی، س. (۱۴۰۰). نقش میانجی‌گر کفایت اجتماعی در رابطه بین تفکر خلاق و هوش هیجانی با جهت‌گیری مذهبی. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۱۵(۴)، ۵۱-۷۹.

هاشمی، ت.، کشاورز، ن.، و خانجانی، ز. (۱۳۹۶). نقش نظریه ذهن و کفایت هیجانی در نشانه‌های اضطراب اجتماعی با توجه به نقش میانجی کفایت اجتماعی. *پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۱۲(۴۶)، ۱۰-۱.

یار احمدیان، ن.، اخوان، م.، خادمی، م. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر کفایت اجتماعی دختران جوان. *مطالعات راهبردی ورزش و جوانان*، ۱۲(۲۰)، ۱۲۴-۱۱۱.

بخشی بارزلی، م.، و میکائیلی، ع. (۱۳۹۰). نظریه ذهن و رابطه آن با کفایت اجتماعی در کودکان با نیازهای ویژه. *تعلیم و تربیت استثنایی*، ۲(۱۰۸)، ۵-۱۳.

بیرامی، م.، عالم زاده، ط.، و فاطم، ش. (۱۴۰۲). نقش نظریه‌ی ذهن در پیش‌بینی کفایت اجتماعی با میانجیگری هوش هیجانی در نوجوانان. *فصلنامه ایده‌های نوین روان‌شناسی*، ۱۹(۳۳)، ۹-۱.

بیرامی، م.، هاشمی نصرت آباد، ت.، بردری گرگری، ر.، و دبیری، س. (۱۳۹۵). اثر بخشی آموزش کفایت اجتماعی مبتنی بر مدل فلتر بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان قربانی قلدری با توجه بر نوع جهت‌گیری اهداف اجتماعی. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۲۳(۱)، ۲۴-۱.

تقی زاده جدیکار، ا. (۱۴۰۰). مقایسه همدلی و نظریه‌ی ذهن در افراد سالمند عضو مؤسسات خیریه و عادی. *پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۱۶(۶۳)، ۱۵-۱.

توکلی، ز.، دمهری، ف.، و عزیزی، م. (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی آموزش نظریه ذهن بر کفایت اجتماعی و خویشنداری کودکان سندروم داون. *مطالعات ناتوانی*، ۹(۵۲)، ۸-۱.

حجازی، ف.، شهسواری شیرازی، ا.، ولی حسینی، م.، و شماع، م. (۱۳۹۴ بهمن). نقش سبک زندگی اسلامی پیش‌بینی نگرش‌های ناکارآمد و کفایت اجتماعی دانش‌آموزان دختر. *دومین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی*، مشهد.

خیر، م.، البرزی، ش.، و قمرانی، ا. (۱۳۸۵). بررسی روایی و اعتبار آزمون نظریه ذهن در گروهی از دانش‌آموزان عقب‌مانده ذهنی و عادی شهر شیراز. *مجله روان‌شناسی*، ۱۰(۲)، ۱-۲۶.

دشت بزرگی، ز.، و شمشیرگران، م. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش مثبت‌نگری بر کفایت اجتماعی و سرسختی سلامت در پرستاران. *پژوهش‌های روان‌شناسی مثبت*، ۴(۲)، ۲۴-۱۳.

رحیم نوری، الف.، سهرابی، ف.، و فیاض، ا. (۱۳۹۵). تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کفایت اجتماعی دانش‌آموزان مضطرب. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبایی.

زارعان، م.، کاکاوند، ع.، و حکیمی، م. (۱۳۹۴ اسفند). مقایسه کفایت اجتماعی، حمایت اجتماعی ادراک شده، بهزیستی روان‌شناختی و احساس خودکارآمدی زنان متقاضی سقط جنین و زنان غیر متقاضی. *دومین کنفرانس بین‌المللی پژوهش در علوم و تکنولوژی*. استانبول، ترکیه.

سلیمی بجستانی، ح.، و عابدی، ف. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر اضطراب، افسردگی و شادکامی

## References

- Abdollah-Zadeh, M., Adib-Sereshki, N., Pourmohammadreza-Tajrishi, M., Bakhshi, E. (2012). The Theory of Mind and Socialization, Communication and Living Skills of Students with Intellectual Disability. *Jrehab*, 13(1), 33-38. <http://rehabilitation.uswr.ac.ir/article-1-720-fa.html> [Persian]
- Akhshi Barzili, M., Mikaeili, E. (2011). Theory of mind and its relationship with social competence in individuals with special needs. *J Except Educ*, 2(108), 5-13. <http://exceptionaleducation.ir/article-1-890-fa.html> [Persian]
- Arjmandi oliya, M. S., rezaei, A., Kazemei, S., & Shorabi, N. (2021). The Mediation Role of Emotional Intelligence in the Relationship Between the Dimensions of Mind Theory and Social Skills in Students with Learnin Disabilities. *Psychological Models and Methods*, 11(42), 32-47. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0144069> [Persian]
- Asadpour, F., Abolghasemi, Sh., & Akbari, B. (2015). Normalization of life skills test. *Contemporary Psychology*, 10 (special letter), 68-71. [Persian]
- Bayrami, M., Hashemi Nosratabad, T., Badri Gargari, R., & Dabiri, S. (2016). The Effectiveness of Social Competence Training based on Felner Model on Social Adjustment of Students Being Bullying Victims, with Regards to the Type of Social Goal Orientation. *Clinical Psychology Studies*, 6(23), 1-24. <https://doi.org/10.22054/jcps.2016.4555>
- Beyrami, M., Alemzadeh, T., Fatemi, S. (2024). The Role of Theory of Mind in Predicting Social Adequacy with the Mediation of Emotional Intelligence in Adolescents. *JNIP*, 19(23), 1-9. <http://jnip.ir/article-1-1081-fa.html> [Persian]
- Cole, DA., Martin, JM., Powers, B., Truglio, R. (1999). Modeling causal relations between academic and social competence and depression: a multitrait-multimethod longitudinal study of children. *Journal of Abnormal Psychology & Education*, 105(2), 258-70. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.105.2.258>
- Dasht Bozorgi, Z., & Shamshirgaran, M. (2018). Effectiveness of Positive Training on Social Competence and Health Hardiness in Nurses. *Positive Psychology Research*, 4(2), 13-24. <https://doi.org/10.22108/ppls.2018.107380.1257> [Persian]
- Dunn, J. (2005). Mindreading, emotion understanding, and relationships. In *Growing Points in Developmental Science* (pp. 167-176). Psychology Press. <https://doi.org/10.1080/016502500383241>
- Dykstra, J., & Hume, K. (2014). Promoting Social Competence and Peer Relationships for Adolescents with Autism Spectrum Disorders. *Remedial and Special Education*, 35(2), 325-330. <https://doi.org/10.1177/0741932513514618>
- Fathi, A. (2020). The Phenomenon of Population Aging in Iran. *Official Studies of Iran*, 30 (2), 387-413. <https://doi.org/20.1001.1.25385798.1398.30.2.7.6> [Persian]
- Felner, R. D., Lease, A. M., & Phillips, R. S. (1990). Social competence and the language of adequacy as a subject matter for psychology: A quadripartite tri-level framework. *The development of social competence in adolescence*, 3.
- Gadecka, W., Piskorz-Ogórek, K., Regin, K. J., & Kowalski, I. M. (2015). Social competence of mental health nurses. *Polish Annals of Medicine*, 22(2), 105-109. <https://doi.org/10.1016/j.poamed.2015.03.014> [Persian]
- Gómez-Ortiz, O., Romera-Felix, E. M., & Ortega-Ruiz, R. (2017). Multidimensionality of social competence: Measurement of the construct and its relationship with bullying roles. *Revista de Psicodidáctica (English ed.)*, 22(1), 37-44. <https://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.15702>
- Hashemi, T., Keshavarz, N., & Khanjani, Z. (2017). Role of theory of mind and emotional competence in symptoms of social anxiety disorder: Mediating role of social competence. *Journal of Modern Psychological Researches*, 12(46), 183-207 <https://doi.org/20.1001.1.27173852.1396.12.46.10.5> [Persian]
- Hejazi, F., Shahsavari Shirazi, A., Vali Husseini, M., and Me. (February 2016).

- The Role of Islamic Lifestyle Predicts Inefficient Attitudes and Social Integration of female students. *Second International Conference on Psychology, Educational Sciences and Lifestyle*, Mashhad.  
<https://civilica.com/doc/498072/>  
 [Persian]
- Khayer, M., Qomrani, A., & Alborzi, Sh., (2019). Investigating the validity and validity of the theory test test in a group of mentally retarded students in Shiraz. *Journal of Psychology*, 10 (2), 1-26.  
<https://www.sid.ir/paper/54388/fa>  
 [Persian]
- Lecce, S., Caputi, M., Pagnin, A., & Banerjee, R. (2017). Theory of mind and school achievement: The Mediating role of social competence. *Cognitive Development*, 44, 85-97.  
<https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2017.08.010>
- Ma, H. K. (2012). Social competence as a positive youth development construct: a conceptual review. *The Scientific World Journal*, 20(12), 287-472.  
<https://doi.org/10.1100/2012/590163>
- Ma, W., Mao, J., Xie, Y., Li, S., & Wang, M. (2023). Examining the effects of theory of mind and social skills training on social competence in adolescents with autism. *Behavioral Sciences*, 13(10), 860.  
<https://doi.org/10.3390/bs13100860>
- Mahmodi, F., Behroz cheshme, S., Karimi, M., Shahidi ansari, M., & Abkenar, S. (2016). The Effectiveness of Life Skill Training on the Social Competency in Slow Paced Students. *Empowering Exceptional Children*, 7(3), 60-67.  
[https://www.ceciranj.ir/article\\_63670.html](https://www.ceciranj.ir/article_63670.html) [Persian]
- Mashhadi, A., Hashemi Jawzadani, M., & Hashemi Barzabadi, H. (2012). Theory of mind development and its relation to social skills in children and adolescence with visual impairment. *Transformational Psychology*, 7 (27), 219-230.  
<https://www.sid.ir/paper/101554/fa>  
 [Persian]
- Minami, U., Nishi, M., Fukaya, T., Hasebe, M., Nonaka, K., Koike, T., Suzuki, H., Murayama, Y., Uchida, H., & Fujiwara, Y. (2015). Effects of the change in working status on the health of older people in Japan. *PLoS One*, 10(12), Article e0144069.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0144069>
- Najiollahi malakshah, R., & Rezakhani, S. D. (2021). The Mediating role of social adequacy in relationship between creative thinking and emotional intelligence with religious orientation. *Applied Psychology*, 15(4), 79-51.  
<https://doi.org/10.52547/apsy.2021.213844.0> [Persian]
- Ong, A. D., Uchino, B. N., & Wethington, E. (2016). Loneliness and health in older adults: A mini-review and synthesis. *Gerontology*, 62(4), 443-449.  
<https://doi.org/10.1159/000441651>
- Rahim Nouri, A., Sohrabi, F., and Fayyad, A. (2017). *The impact of life skills training on the social adequacy of anxious students*. MSc Thesis, Faculty of Education and Psychology, Allameh Tabatabai University. [Persian]
- Salimi Bojani, H., & Abedi, F. (2014). The Effectiveness of life skills training on anxiety, depression and happiness of mothers of Karaj County moderates in the academic year 1391-1391. *Quarterly of Clinical Psychology Studies*, 3(1), 21-48.  
 [Persian]
- Sedighi arfaee, F., Tabesh, R. (2021). The effectiveness of life skills training on loneliness and social competence of girl adolescents with symptoms of nomophobia. *Rooyesh*, 9(12), 33-42.  
<http://frooyesh.ir/article-1-2395-fa.html>  
 [Persian]
- Shekofteh, S., Rafienia, P., & Sabahi, P. (2014). The Comparison of theory of mind and facial emotion recognition in psychotic, neurotic and normal individuals. *Advances in Cognitive Sciences*, 16(1), 21-28.  
<http://icssjournal.ir/article-1-220-fa.html>  
 [Persian]
- Shibani, A., Babaei, S., Hosseini, Z. & Daddy, A. (2017). Investigating the Relationship between Social Integration and Spiritual Intelligence and Mental Health in Third Year Students in Kalaleh High School. *International Conference on Modern Research in Management, Economics and Humanities*. Batumi, Georgia. [Persian]



- taghizade jeddikar, E. (2021). Comparison study of empathy and theory of mind of life of elderly with charities and non-member. *Journal of Modern Psychological Researches*, 16(63), 57-71. <https://doi.org/20.1001.1.27173852.140.0.16.63.5.2> [Persian]
- Tavakoli, ZS., Demehri, F., Azizi, M. (2019). Theory of mind teaching on the social competencies and restraint in children of Down syndrome. *MEJD*, 9(52), 52-52. <http://jdisabilstud.org/article-1-1087-fa.html> [Persian]
- Tian, H., Chen, J. (2022). Study on Life Satisfaction of the Elderly Based on Healthy Aging. *Journal of Healthcare Engineering*, 1(2), 1-10. <https://doi.org/10.1155/2022/8343452>
- Tymes, D. D., Outlaw, K. L., & Hamilton, B. K. (2016). Life skills interventions to improve social confidence, self-management, and protection against drug use in rural elementary school aged children. *Journal of community healthnursing*, 33(1), 11-19. <https://doi.org/10.11648/j.ajns.20190805.19>
- World Health Organization (2013). Health topics on elderly depression. World Health Organization, Geneva. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
- World Health Organization (2018). Ageing and health. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Yadav, P., & Iqbal, N. (2009). Impact of life skill training on self-esteem, adjustment and empathy among adolescents. *Journal of the indian Academy of Applied Psychology*, 35(10), 61-70. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1923027>
- Yarahmadiyan, N., Akhavan, M., & Khademi, M. (2013). Effectiveness of Life Skills Training on Social Competence of Girl Students. *Strategic Studies on Youth and Sports*, 12(20), 111-124. [https://fasname.msy.gov.ir/article\\_110.html?lang=fa](https://fasname.msy.gov.ir/article_110.html?lang=fa) [Persian]
- Zarean, M., Kakavand, A., and Hakimi, M. (March 2016). Comparison of social adequacy, perceived social support, psychological well-being, and a sense of self-efficacy for abortion and non-applicant women. *Second International Research Conference on Science and Technology*. Istanbul, Türkiye. <https://civilica.com/doc/505105/> [Persian]
- Zhao, X., Yu, J., & Liu, N. (2023). Relationship between specific leisure activities and successful aging among older adults. *Journal of Exercise Science & Fitness*, 21(1), 111-118. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2022.11.006>
- Zis, P., Daskalaki, A., Bountouni, I., Sykioti, P., Varrassi, G., & Paladini, A. (2017). Depression and chronic pain in the elderly: Links and management challenges. *Clinical Interventions in Aging*, 12: 709- 720. <https://doi.org/10.2147/CIA.S113576>