

Effect of Group Reminiscence Therapy on Quality of Life in Older Adults in Shiraz City

Sepideh Boojari¹, Javad Niazi Khatoon*², Reyhaneh Talezadeh Shirazi³, Sahar Ghanbari⁴

1. MSc in Occupational Therapy
2. MSc Student of Occupational Therapy, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
3. BSc of Occupational Therapy, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran
4. Department of Occupational Therapy, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran

Received: 2017.December.12 Revised: 2018. February.16 Accepted: 2018.April.24

Abstract

Background and Aim: Increased longevity affects quality of life and the ability to live independently which put others in need of care and protection. So, doing interventions that can enhance the quality of life in the elderly seems necessary. The current study aimed to investigate the effect of reminiscence therapy on the quality of life in the elderly of Jahandidegan Center in the city of Shiraz.

Materials and Methods: The present study is a randomized clinical trial that was performed on 40 elderly people of Jahandidegan Center in Shiraz. For this purpose, a total of 40 of the elderly were selected using available sampling method and randomly assigned into two groups of control and experimental. The participants were evaluated in the two stages before and after the intervention, using the SF-36 quality of life questionnaire. For the experimental group, reminiscence therapy sessions were held in two groups of 10, for 6 weeks, 2 sessions a week (a total of 12 sessions) each session lasting for 90 minutes. The data were analyzed using SPSS and covariance analysis.

Results: The results of covariance analysis showed that reminiscence therapy in participants increased the score in some subsets of the quality of life (emotional, general health, and social functioning) and improved the limitations of the role of psychological reasons), while in other subsets of quality of life (physical functioning, bodily pain, and role limitations due to physical fatigue) did not make a significant difference.

Conclusion: The results of the current study showed that there is a significant difference in terms of quality of life between the experimental and the control groups; in other words, reminiscence therapy improved the psychological aspects of the quality of life in the participants.

Keywords: Elderly; Reminiscence therapy; Quality of life

Cite this article as: Sepideh Boojari, Javad Niazi Khatoon, Reyhaneh Talezadeh Shirazi, Sahar Ghanbari. Effect of Group Reminiscence Therapy on Quality of Life in Older Adults in Shiraz City. *J Rehab Med.* 2018; 7(4): 65-70.

* **Corresponding Author:** Javad Niazi Khatoon. MSc Student of Occupational Therapy, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
Email: javadniazi69@yahoo.com

DOI: 10.22037/jrm.2018.110890.1606

بررسی تاثیر خاطره‌گویی گروهی بر کیفیت زندگی سالمندان شهر شیراز

سپیده بوجاری^۱، جواد نیازی خاتون^{۲*}، ریحانه طالع‌زاده شیرازی^۳، سحر قنبری^۴

۱. کارشناسی ارشد کاردرمانی

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد کاردرمانی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

۳. کارشناس کاردرمانی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، شیراز، ایران

۴. مربی گروه کاردرمانی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، شیراز، ایران

پذیرش مقاله ۱۳۹۷/۰۲/۰۴ *

بازنگری مقاله ۱۳۹۶/۱۱/۲۷

* دریافت مقاله ۱۳۹۶/۰۹/۲۱

چکیده

مقدمه و اهداف

افزایش طول عمر، کیفیت زندگی و توانایی فرد برای زندگی مستقل را تحت تاثیر قرار می‌دهد و او را نیازمند مراقبت و حمایت دیگران قرار می‌دهد؛ بنابراین انجام مداخلاتی که بتواند موجب افزایش کیفیت زندگی در سالمندان شود، ضرورت می‌یابد. پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر خاطره‌گویی گروهی بر کیفیت زندگی سالمندان کانون جهاندیدگان شهر شیراز انجام شد.

مواد و روش‌ها

مطالعه حاضر از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی است که بر روی ۴۰ نفر از سالمندان کانون جهاندیدگان شهر شیراز صورت گرفت. به همین منظور ۴۰ نفر از فهرست سالمندان این کانون به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و آزمودنی قرار داده شدند و در ۲ مرحله قبل و بعد از مداخله با استفاده از پرسش‌نامه کیفیت زندگی SF-36 مورد ارزیابی قرار گرفتند. برای گروه آزمودنی جلسات خاطره‌گویی گروهی (در دو گروه ۱۰ نفره) تشکیل شد. جلسات در مدت ۶ هفته، هفته‌ای ۲ جلسه (در مجموع ۱۲ جلسه) برگزار شد که هر جلسه به مدت ۹۰ دقیقه طول کشید. داده‌های حاصل از پرسش‌نامه‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS و آزمون تحلیل کواریانس تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

نتایج حاصل از آزمون تحلیل کواریانس نشان داد خاطره‌گویی گروهی در گروه آزمودنی باعث افزایش نمره در برخی از زیرمجموعه‌های کیفیت زندگی (ابعاد عاطفی، سلامت عمومی، عملکرد اجتماعی و بهبود محدودیت‌های ایفای نقش به دلایل روانی) شده، در حالی که در دیگر زیرمجموعه‌های کیفیت زندگی (عملکرد جسمانی، درد بدنی، محدودیت‌های ایفای نقش به دلایل جسمانی و خستگی) تفاوت معناداری را ایجاد نکرده است.

نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از پژوهش حاضر نشان داد که بین گروه آزمودنی و کنترل تفاوت معناداری از نظر کیفیت زندگی وجود دارد؛ به عبارتی دیگر خاطره‌گویی گروهی باعث ارتقاء ابعاد روانی کیفیت زندگی شرکت‌کنندگان شده است.

واژه‌های کلیدی

سالمندان؛ خاطره‌گویی گروهی؛ کیفیت زندگی

نویسنده مسئول: جواد نیازی خاتون، دانشجوی کارشناسی ارشد کاردرمانی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

آدرس الکترونیکی: Javadniazi69@yahoo.com

طبق گزارش سال ۲۰۰۰ از سوی سازمان بهداشت جهانی، هدف مهم بهبود سلامتی، افزایش امید به زندگی و کاهش میزان مرگ و میر بود. از سال ۲۰۱۰ به بعد، بر افزایش بازدهی زندگی و بهبود کیفیت زندگی و به طور کل احساس خوب داشتن به عنوان هدف اولیه سازمان بهداشتی جهانی یاد می‌شود^[۱]؛ بنابراین با توجه به اولویت‌های اولیه سازمان بهداشت جهانی در ارتقای کمی عمر، سالمندی تقریباً در همه کشورهای جهان به طور منظم رو به افزایش بوده است.^[۲] انتظار می‌رود جمعیت سالمندان جهان از ۶۰۵ میلیون نفر در حال حاضر به ۲ میلیارد نفر در سال ۲۰۵۰ افزایش یابد. به همین نسبت افزایش جمعیت سالمندان ایران را نیز خواهیم داشت، به طوری که جمعیت سالمندان ایران از ۵ میلیون و ۱۰۰ هزار نفر در سرشماری سال ۱۳۸۵ به ۲۵ میلیون نفر در سال ۲۰۵۰ که حدود یک چهارم جمعیت آن زمان است، افزایش خواهد داشت.^[۳] توجه به رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت و کیفیت زندگی می‌تواند باعث افزایش کارایی و استقلال سالمندان شده و آنان را در کنترل عوارض متعدد سالمندی و درمان‌های مختلف آن کمک کند.^[۴، ۵] کیفیت زندگی نیز به عنوان یک شاخص اساسی محسوب می‌شود و از آنجا که ابعاد متعددی مانند جنبه‌های فیزیولوژیک و عملکرد فرد را در بر می‌گیرد، توجه به آن از اهمیت خاصی برخوردار است.^[۶]

روان‌درمانی از جمله روش‌های مورد استفاده برای حل مشکلات روانی اجتماعی در همه گروه‌های سنی است و از جمله این روان‌درمانی‌ها خاطره‌گویی است که در این روش عزت نفس و صمیمیت اجتماعی از طریق تجدید تجارب گذشته ارتقاء می‌یابد. از اهداف خاطره‌گویی فراهم کردن فرصتی برای سالمندان است که جنبه‌های با معنای زندگی‌شان را برای دیگران بازگو کنند. این کار به آنها کمک می‌کند احساس هویت شخصی خود را مجدداً^[۷] تحقق بخشند، اتصالاتی بین گذشته و حال تشکیل دهند و ارزیابی واقعی‌تری از شرایط موجود داشته باشند.^[۷] ال فورد و همکاران^[۸] (۲۰۰۵) در بررسی فواید روانی خاطره‌نویسی در سالمندان بیان کردند که خاطره‌گویی با کمک به حفظ توانایی‌ها و ارتباطات اجتماعی و با کمک به تخلیه هیجانی منجر به ایجاد رضایت و خوشحالی و ارتقاء سلامت روان و کیفیت زندگی سالمندان می‌گردد.^[۸] تاکنون تاثیر خاطره‌گویی گروهی بر کیفیت زندگی سالمندان شهر شیراز صورت نگرفته است. در پژوهش حاضر به بررسی تاثیر ۱۲ جلسه خاطره‌گویی گروهی بر کیفیت زندگی سالمندان پرداخته شد.

مواد و روش‌ها

مطالعه حاضر از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی می‌باشد. جامعه مورد بررسی در این مطالعه سالمندان کانون جهاندیدگان شهر شیراز بود. در این پژوهش تعداد ۴۰ نفر از سالمندان کانون جهاندیدگان شهر شیراز بر اساس معیارهای ورود مطالعه و به روش نمونه در دسترس انتخاب و به صورت بلوکی تصادفی به دو گروه شاهد و آزمون تقسیم شدند. از این تعداد، ۲۰ نفر در گروه آزمون و ۲۰ نفر در گروه کنترل قرار گرفتند. سپس جهت سهولت انجام کار، گروه آزمون به دو گروه ۱۰ نفره تقسیم شد. شرایط ورود شامل داشتن سن ۶۰-۷۰ سال، برخوردار بودن از هوشیاری کامل نسبت به زمان و مکان، عدم ابتلا به بیماری‌های روانی مزمن و همچنین عدم ابتلا به نقایص بینایی و شنوایی شدید که با عینک و سمعک قابل اصلاح نباشد، بود. شرایط خروج از مطالعه، غیبت بیش از دو بار در جلسات درمان و همچنین عدم تمایل فرد به ادامه همکاری در مطالعه بود. اطلاعات از طریق پرسش‌نامه کیفیت زندگی sf-36 و پرسش‌نامه خودساخته دموگرافیک جمع‌آوری گردید. اطلاعات مربوط به کیفیت زندگی به کمک پرسش‌نامه sf-36 در دو مرحله قبل و بعد از مداخله مورد ارزیابی قرار گرفت. جلسات خاطره‌گویی گروهی برای گروه آزمون از خردادماه تا نیمه تیرماه سال ۱۳۹۳ در مدت ۶ هفته، هفته‌ای ۲ جلسه (در مجموع ۱۲ جلسه) برگزار شد که هر جلسه به مدت ۹۰ دقیقه طول کشید. در جلسه اول معارفه، اهداف و قوانین و موضوعات مشخص شد. در جلسات خاطره‌گویی، سالمندان به بازگویی خاطرات خود از دوران کودکی تا زمان حال پرداختند و از شرکت‌کنندگان تقاضا شد جهت مفرح بخش کردن جلسات به مرور خاطرات شاد و لذت‌بخش بپردازند. در طول جلسات از عکس و موسیقی و وسایل قدیمی جهت تحریک حافظه استفاده شد. همچنین بر روی گروه شاهد مداخله‌ای صورت نگرفت. پژوهشگر در این مطالعه افراد شرکت‌کننده در پژوهش را ترغیب به بازگویی خاطرات می‌کرد و همچنین مدیریت جلسات را بر عهده داشت تا تمامی افراد شرکت‌کننده در پژوهش زمان کافی جهت بازگو کردن خاطرات خود را داشته باشند.

ابزارهای ارزیابی این پژوهش شامل پرسش‌نامه اطلاعات دموگرافیک که سن و جنس را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و پرسش‌نامه کیفیت زندگی sf-36 که حاوی ۳۶ سوال است و کیفیت زندگی را بر اساس سلامت جسمی و روانی در ۹ معیار ارزیابی می‌کند، بود. یک معیار مربوط به تغییرات سلامت در طول یک سال گذشته است و ۴ معیار سلامت جسمی (عملکرد جسمانی، محدودیت جسمانی، درد جسمانی و وضعیت سلامت عمومی) را می‌سنجند و ۴ معیار دیگر شامل عملکرد روانی-عاطفی، نقش محدودیت‌ها در عملکرد عاطفی، عملکرد اجتماعی و داشتن نیرو و انرژی که مربوط به سلامت روانی هستند، بود. هر سوال از یک تا صد امتیاز می‌گیرد و هر معیار با جمع نمرات سوالات تعیین میانگین آن برآورده می‌شود؛ هر چقدر نمره به ۱۰۰ نزدیکتر باشد، کیفیت زندگی بهتر محسوب می‌شود. روایی و پایایی

¹ Elford et al

پرسش‌نامه sf-36 برای سالمندان در ایران مناسب و با همسانی درونی ۰/۷ برای تمامی زیرمقیاس‌ها گزارش شده است.^[۹] داده‌های حاصل از پرسش‌نامه‌ها با نرم‌افزار SPSS و آزمون تحلیل کواریانس تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۴۰ سالمند شامل ۲۸ زن و ۱۲ مرد با میانگین سنی ۶۷/۵ مورد بررسی قرار گرفتند. داده‌های حاصل از پرسش‌نامه‌ها با نرم‌افزار SPSS و آزمون تحلیل کواریانس تجزیه و تحلیل شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که تفاوت میانگین سطح کیفیت زندگی در ابعاد مختلف بین دو گروه قبل از مداخله تفاوت معناداری نداشته، ولی پس از مداخله این تفاوت در ابعادی از کیفیت زندگی گروه آزمون معنادار شد، به صورتی که میانگین نمرات کیفیت زندگی در گروه آزمون بعد از مداخله افزایش یافت، در حالی که در گروه شاهد تفاوتی مشاهده نشد. بدین ترتیب که نمرات ابعاد سلامت عمومی، عملکرد اجتماعی، سلامت عاطفی-روانی، و محدودیت در ایفای نقش ناشی از وجود مشکلات عاطفی-روانی در گروه آزمون پس از انجام مداخله افزایش یافت ($P < 0/05$)، ولی در دیگر ابعاد کیفیت زندگی گروه آزمون، بین نمرات پیش از مداخله و پس از مداخله تفاوت معناداری مشاهده نشد (جدول ۲).

جدول ۱: اطلاعات دموگرافیک گروه کنترل و آزمودنی

تعداد	وضعیت تاهل		جنس		سن			گروه
	متاهل	مجرد	مرد	زن	۶۵-۷۰	۷۰-۷۵	۶۵-۷۰	
۲۰	۱۷	۳	۸	۱۲	۶	۷	۷	کنترل
۲۰	۱۵	۵	۴	۱۶	۵	۷	۸	آزمودنی

جدول ۲: نمرات گروه آزمایش و کنترل قبل و بعد از مداخله و سطح معناداری

مقیاس	گروه	میانگین نمره پیش از انجام مداخله	انحراف معیار پیش از انجام مداخله	میانگین نمره پس از انجام مداخله	انحراف معیار پس از انجام مداخله	سطح معناداری
عملکرد جسمانی	کنترل	۵۹/۲۱	۱۳/۱۱	۵۸/۴۵	۹/۸۴	۰/۱۱۹
	آزمایش	۵۷/۴۱	۱۲/۱۵	۵۹/۷۱	۱۰/۳۱	
مشکلات جسمانی	کنترل	۵۹/۴۵	۱۱/۱۱	۵۸/۲۱	۱۱/۲۷	۰/۲۱۲
	آزمایش	۵۸/۳۸	۱۲/۲۵	۶۰/۰۰	۱۱/۰۰	
مشکلات روحی-روانی	کنترل	۶۱/۲۱	۱۱/۲۱	۶۲/۱۷	۱۱/۴۲	۰/۰۰۱
	آزمایش	۶۲/۱۷	۱۰/۷۹	۶۸/۴۳	۱۰/۹۱	
احساس انرژی	کنترل	۶۰/۳۷	۹/۹۱	۵۸/۴۱	۱۰/۸۳	۰/۱۲۷
	آزمایش	۶۰/۵۰	۱۰/۷۳	۵۹/۹۹	۱۰/۴۲	
بهداشت روانی	کنترل	۶۵/۲۷	۱۲/۷۱	۶۴/۵۱	۱۱/۴۵	۰/۰۰۶
	آزمایش	۶۴/۳۱	۱۳/۴۱	۷۰/۲۵	۱۱/۲۱	
عملکرد اجتماعی	کنترل	۵۶/۶۷	۱۰/۴۶	۵۵/۳۲	۹/۷۱	۰/۰۳۱
	آزمایش	۵۷/۲۷	۱۰/۰۳	۵۹/۲۸	۹/۸۲	
درد جسمانی	کنترل	۵۵/۲۵	۱۲/۷۸	۵۳/۲۱	۱۰/۸۷	۰/۲۴۲
	آزمایش	۵۵/۶۳	۱۱/۹۵	۵۴/۷۲	۱۰/۹۷	
سلامت عمومی	کنترل	۶۳/۲۵	۱۱/۵۷	۶۴/۲۱	۱۰/۷۹	۰/۰۰۵
	آزمایش	۶۲/۸۲	۱۰/۹۵	۶۹/۷۳	۱۱/۴۳	

بحث

با توجه به نتایج پژوهش حاضر، خاطره‌گویی گروهی موجب بهبود کیفیت زندگی در سالمندان می‌شود که با مطالعه نعمتی و همکاران (۲۰۰۸) همسو است؛ در آن مطالعه نشان داده شد انجام ۸ جلسه خاطره‌گویی گروهی در سالمندان باعث افزایش کیفیت زندگی سالمندان

می‌شود.^[۱۰] از جمله تفاوت‌های مطالعه حاضر با مطالعه نعمتی می‌توان به تفاوت در ابزار مورد پژوهش، تعداد جلسات خاطره‌گویی و تفاوت در جامعه نمونه اشاره کرد.

در مطالعات مرادی‌نژاد و همکاران که در سال ۱۳۸۹ بر روی ۵۷ نفر از سالمندان شهر تهران صورت گرفت، نشان داده شد انجام جلسات خاطره‌گویی گروهی باعث بهبود سلامت روان سالمندان می‌شود.^[۱۱]

مطالعات ستوده و همکاران در سال ۱۳۹۱ نشان داد انجام ۱۰ جلسه خاطره‌گویی گروهی بر روی ۳۰ نفر از سالمندان مرد شهر انزلی، منجر به بهبود مولفه‌های سلامت روان شده است.^[۱۲]

مطالعات کای جوی چیانگ^۲ در سال ۲۰۰۹ نشان داد انجام ۸ جلسه خاطره‌گویی گروهی موجب بهبود افسردگی، سلامت روانی و احساس تنهایی در سالمندان تایوان شد.^[۱۳]

مطالعات ارنست و بوهلمیژر^۳ نشان داد خاطره‌گویی گروهی موجب بهبودی نسبی سلامت روان و رضایت از زندگی در سالمندان در هلند شده است.^[۱۴]

مطالعات یوسفی و همکاران در سال ۲۰۱۳ با انجام ۶ جلسه خاطره‌گویی گروهی بر روی ۳۲ نفر از زنان سالمند کانون جهاندیدگان شهر گرگان نشان داد خاطره‌گویی گروهی موجب افزایش نمره احساس شادی در سالمندان می‌شود.^[۱۵]

مطالعه حاضر هم‌راستا با مطالعات ذکر شده نشان می‌دهد با توجه به این که سالمندان دلایل متعددی برای احساس افسردگی، اضطراب، از قبیل تنهایی، احساس بیهودگی و غیر مفید بودن، تجربه فقدان‌ها، بازنشستگی، مشکلات اقتصادی و ناتوانی در پر کردن اوقات فراغت دارند، اما با بیان خاطرات گذشته خود در جمع گروهی، احساسات مثبت و منفی خود را نسبت به گذشته بیرون ریخته و با حال آشتی می‌کنند که این مسئله منجر به تغییر نگرش سالمندان می‌گردد. از طرفی دیگر، داشتن نقش فعال در گروه و خاطره‌گویی، منجر به افزایش اعتماد به نفس و احساس مفید بودن آنها می‌گردد و در نتیجه باعث بهبود وضعیت عاطفی و سلامتی روانی آنها می‌گردد. سالمندان با بازگویی گذشته خود که در دوران فعالیت آنها بوده، احساس درونی بهتری پیدا کرده و خود را در حال و هوای گذشته احساس می‌کنند که این امر منجر به خودارزیابی بهتر و وضعیت سلامت آنها شده و در انجام کارهای روزانه با انرژی بیشتری عمل می‌کنند. همچنین خاطره‌گویی گروهی به دلیل ماهیتش که خود یک گروه اجتماعی است، رفتار اجتماعی سالمندان را ارتقا می‌بخشد و افراد گروه را تشویق به برقراری ارتباط فعال با یکدیگر می‌کند؛ در نتیجه از انزوای آنها می‌کاهد و به عنوان راهکاری کم‌هزینه و مقرون به صرفه باعث بهبود عملکرد اجتماعی آنها می‌شود.

در مطالعه کوشیار و همکاران در سال ۲۰۱۲ انجام ۸ جلسه خاطره‌گویی گروهی بر روی سالمندان، معیار ناتوانی در سالمندان شهر مشهد را کاهش نداد.^[۱۶] مطالعه حاضر از جهاتی با مطالعه کوشیار و همکارانش نیز همسو است، چرا که در مطالعه کوشیار و همکاران به بررسی تاثیر خاطره‌گویی گروهی بر توانایی‌های فیزیکی و جسمانی می‌پردازد و نشان می‌دهد خاطره‌گویی گروهی تاثیر بر فعالیت‌های بدنی و توانایی‌های جسمانی ندارد. در مطالعه حاضر نیز خاطره‌گویی گروهی موجب بهبود ابعاد روانی و عاطفی سالمندان شد، اما بر ابعاد جسمانی و فیزیکی تاثیر گذار نبود. شاید از جمله عوامل عدم تاثیرگذاری خاطره‌گویی گروهی بر توانایی‌های جسمانی سالمندان به این علت باشد که خاطره‌گویی اصولاً^۲ به عنوان مداخله‌ای روان‌درمانی مطرح می‌شود و توانایی‌های فیزیکی شخص را تحت تاثیر قرار نمی‌دهد، همچنین تصور بر این است که به علت شایع بودن ناتوانایی‌های فیزیکی مزمن در سالمندان، جهت ارتقاء توانایی‌های جسمانی نیاز به مداخلاتی جسمانی و فراگیرتر باشد؛ بنابراین از آنجا که کیفیت زندگی سالمندان متأثر از وضعیت عملکرد روانی-عاطفی، سطح انرژی، عملکرد اجتماعی زندگی آنها می‌باشد، بهبود وضعیت هر یک از ابعاد ذکر شده می‌تواند تاثیر مثبتی در وضعیت کلی کیفیت زندگی سالمندان داشته باشد؛ به طوری که نتایج پژوهش حاضر نیز بیانگر این موضوع است؛ لذا خاطره‌گویی گروهی روشی برای کمک به رشد مراحل سالمندی و حمایت از بهداشت روان سالمندان است و دارای اثرات بلندمدت در ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان است.

با آشکارسازی اثرات خاطره‌گویی گروهی بر کیفیت زندگی سالمندان می‌توان این تکنیک را به طور ساده، آسان، ارزان‌قیمت و قابل اجرا در تمام مراکز درمانی و نگهداری سالمندان و یا به صورت انفرادی در منزل به کار برد و می‌توان انتظار داشت که این روش از سوی سالمندان و خانواده‌ها و اعضای تیم درمانی مورد استقبال قرار گیرد.

از جمله مشکلات انجام پژوهش حاضر می‌توان به عدم همکاری مناسب آزمودنی‌ها با پژوهشگر و دشواری حضور منظم سالمندان در جلسات گروهی اشاره کرد. جهت همکاری مناسب سالمندان در طول جلسات، پژوهشگر از بازخوردهای کلامی تشویقی استفاده کرد و همچنین جهت ترغیب حضور منظم سالمندان در جلسات، هدایایی برای آنها در نظر گرفته شد.

از محدودیت‌های پژوهش پیش‌رو عدم تعمیم آن است، چرا که لازم است تاثیر خاطره‌گویی گروهی در سطح گسترده‌تری با سالمندان سالم به کار گرفته شود.

² Kai-Jo Chiang

³ Ernst Bohlmeijer

نتیجه گیری

بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت خاطره‌گویی در سالمندان گروه مداخله موجب ارتقاء ابعاد روانی کیفیت زندگی ایشان گشته است؛ لذا می‌توان از خاطره‌گویی به عنوان عاملی در جهت بهبود کیفیت زندگی سالمندان استفاده کرد؛ از این رو پیشنهاد می‌گردد که از خاطره‌گویی که درمانی کم‌هزینه و مقرون به صرفه است، در کانون‌های فعالیت سالمندان، مراکز مراقبتی سالمندان و مجتمع‌ها و حتی در سطح جامعه به عنوان عاملی جهت افزایش کیفیت زندگی سالمندان استفاده شود.

تشکر و قدردانی

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه دانشجویی مقطع لیسانس رشته کاردرمانی به راهنمایی سرکار خانم بوجاری می‌باشد. بدین‌وسیله از معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شیراز و کلیه کسانی که در انجام مطالعه به ما یاری رساندند و تمامی شرکت‌کنندگان در این پژوهش، تشکر و قدردانی می‌گردد.

منابع

1. Drewnowski A, Evans WJ. Nutrition, physical activity, and quality of life in older adults summary. The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences. 2001;56(2):89-94.
2. Anderson GF, Hussey PS. Population aging: a comparison among industrialized countries. Health affairs. 2000;19(3):191-203.
3. Eshaghi SR, Shahsanai A, Ardakani MM. Assessment of the Physical Activity of Elderly Population of Isfahan, Iran. Journal of Isfahan Medical School. 2011;29(147). [In Persian].
4. Robertson M, Campbell J, Gardner M. Preventing Injury and increase quality of life in older people: A meta analysis of individual-level data. J Am Geriatr Soc. 2004;14(20):118-121.
5. Dev JRR. Effect of treadmill exercise training on spatial and temporal gait parameters in subjects with chronic stroke: A preliminary report. J Rehabil Res Dev. 2008;45(2):221-228.
6. Hellström Y, Persson G, Hallberg IR. Quality of life and symptoms among older people living at home. Journal of advanced nursing. 2004;48(6):584-593.
7. Musavi M, Sheikhi S. The effect of reminiscence therapy on the self-esteem among residents of a nursing home in Uromie. Iranian Journal of Psychiatric Nursing. 2013;1(2):30-37. [In Persian].
8. Elford H, Wilson F, McKee K, Chung M, Bolton G, Goudie F. Psychosocial benefits of solitary reminiscence writing: An exploratory study. Aging & Mental Health. 2005;9(4):305-314.
9. Asghari-Moghadam M, Faghihi S. Reliability and validity of Short Form-36 health survey in two Iranian samples. Daneshvar. 2003;10(1):1-10. [In Persian].
10. Nemati DS, Dasht BB, Pak SS, Rasekh A. The effect of reminiscence therapy on elderly quality of life. Shahrekord University of Medical Sciences Journal. 2008;9(4):75-81.[In Persian].
11. Moradinejad S, Sahbaee F, Nakavand M, Zare M. The Effect of reminiscence therapy on elderly mental health. Iranian Journal of Ageing. 2010;5(3):60-66. [In Persian].
12. Sotodeh S, Pooragha Roodbordeh F, Kafi S, Poornesaii G. Effectiveness of Reminiscence Group Therapy on Male Elderly's Mental Health. Journal of Guilan University of Medical Sciences. 2013;22(85):61-67. [In Persian].
13. Chiang KJ, Chu H, Chang HJ, Chung MH, Chen CH, Chiou HY, et al. The effects of reminiscence therapy on psychiatric well-being, depression, and loneliness among the institutionalized aged. International Journal of geriatric psychiatry. 2010;25(4):380-388.
14. Bohlmeijer E, Roemer M, Cuijpers P, Smit F. The effects of reminiscence on psychological well-being in older adults: A meta-analysis. Aging and Mental Health. 2007;11(3):291-300.
15. Yousefi Z, Sharifi K, Tagharobi Z, Akbari H. The Effect of Narrative Reminiscence on Happiness of Elderly Women. Iranian Red Crescent Medical Journal. 2015;17(11):1-8.
16. Kooshiar H, GhanbariHashemAbadi B, Esmaili H, Parvandi Z, Ghandeharian F, Habibi R. Effects of Group Reminiscence Therapy on Disability of Nursing Home Residents in Mashhad-Iran 1390. Iranian Journal of Ageing. 2012;7(3):21-29. [In Persian].