

Research Paper

Predicting the Perception of Aging Based on Optimism in the Elderly People



Hiwa Saleh Manige<sup>1</sup>, Shahab Papi<sup>2</sup>, \*Robab Sahaf<sup>3</sup>, Mojtaba Abbasi Asl<sup>4</sup>, Maryam Ramshini<sup>5</sup>, Mahdi Rassafiani<sup>6</sup>, Amir Mohammad Bodaghi<sup>7</sup>

1. Department of Rehabilitation counseling, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.
2. Iranian Research Centre on Ageing, University of Social Welfare & Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.
3. Department of Ageing, Iranian Research Center on Aging, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.
4. Department of Rehabilitation Counseling, Counseling Department, University of Social welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.
5. Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Humanities and Social Sciences, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
6. Occupational Therapy Department, Faculty of Allied Health Sciences, Kuwait University, Kuwait.
7. Student of Physiotherapy, University of Social Welfare & Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.



**Citation:** Saleh Manige H, Papi Sh, Sahaf R, Abbasi Asl M, Ramshini M, Rassafiani M, et al. [Predicting the Perception of Aging Based on Optimism in the Elderly People (Persian)]. Iranian Journal of Ageing. 2020; 14(4):450-461. <http://dx.doi.org/10.32598/sija.13.10.680>

**doi:** <http://dx.doi.org/10.32598/sija.13.10.680>



**Received:** 23 May 2018  
**Accepted:** 03 Sep 2019  
**Available Online:** 01 Jan 2020

**Key words:**  
 Optimism, Perception of aging, Elderly

**ABSTRACT**

**Objectives** Changes in aging period can have profound effects on the life and mental health of the elderly people. Optimism and perception of aging are among the factors associated with the psychological wellbeing of the elderly people. The present study aimed to predict the perception of aging based on optimism among the elderly people.

**Methods & Materials** This is a correlational study. The study population consisted of all elderly residents of Qom city in Iran in 2018. Of these, 270 were selected using a convenience sampling method. Data were collected using Life Orientation Test-Revised (LOT-R) and Aging Perception Questionnaire. The collected data were analyzed in SPSS v.21 software.

**Results** Participants 177 male (65%) and 93 female (34%) with a mean age of 74±6.05 years. There was a significant positive correlation between optimism and perception of aging in the elderly (P<0.01); optimism could predict and explain 56% of variations in the perception of aging (P<0.01).

**Conclusion** Optimism can predict the perception of aging in the elderly people; Therefore, it is suggested that mental health professionals and those working in the field of aging should use the results of this study to design psychological interventions and educational packages, and hold optimism skills training workshops to improve the optimism of older people.

**Extended Abstract**

**1. Introduction**

Changes in old age can have profound effects on the life and mental health of the elderly people. Old age is the age of the perception of aging and coping with life circumstances [1]. Many factors have

been investigated as signs of successful aging, one of which is “perceived aging” [2]. Perception of aging as a predictor of functional disability, has correlation with mental health-related outcomes [3], and one of the important variables related to the perception of aging that may affect its formation is optimism, which as an educable paradigm helps people cope with difficult situations [4]. Given the changes in old age and preparing older people to cope successfully with these changes, research needs to identify factors that may

\* Corresponding Author:

Robab Sahaf, PhD.

Address: Department of Ageing, Iranian Research Center on Aging, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.

Tel: +98 (21) 22180154

E-mail: robabsahaf@gmail.com

**Table 1.** Summary of regression model

Model	R	R <sup>2</sup>	Adjusted R <sup>2</sup>	Standard Error
1	0.749	0.562	0.560	5.071

SALMAND  
IRANIAN JOURNAL OF AGEING

be contributing to the older person's attitude towards aging. In this regard, the purpose of this study was to investigate whether optimism is able to predict the perception of aging among the elderly people.

## 2. Materials and Methods

This is a correlational study conducted in 2018. The study population consisted of all elderly residents of Qom city in Iran who were attending neighborhood houses, Elderly Association, public parks, and areas around the Shrine of Fatima Masumeh. Samples were selected using a convenience sampling method, and the sample size was determined 270 using Cochran's formula. The inclusion criteria were: having age 60 and above, no history of asthma, no limb loss or use of assistive devices such as crutches and wheelchairs, no motor impairment and having an appropriate level of physical activity. Those who were unwillingness to continue participation were excluded from the study. Data were collected using a demographic form (age, gender, job and education), Life Orientation Test-Revised (LOT-R) and Aging Perception Questionnaire (APQ). After obtaining ethical approval from the University of Social Welfare and Rehabilitation sciences (Code: IR.USWR.REC.1395.32), they were completed through face-to-face interviewing participants. The collected data were analyzed in SPSS V. 21 software using descriptive statistics (mean and standard deviation), and simultaneous regression analysis. The significance level was set at  $P < 0.001$ .

## 3. Results

Of 270 participants, 177 were male (65%) and 93 (34%) female. They had a mean age of  $74 \pm 6.05$  years (age range 60-88 years); 81 were employed (30%) and 189 unemployed (70%). The normality assumptions for the two variables were investigated using Kolmogorov-Smirnov test whose results showed a normal distribution between data. Hence, parametric methods (concurrent regression) can be used. According to the regression model summary in Table 1, the optimism variable can predict about 56% of the variance of the criterion variable (perception of aging). Moreover, the regression coefficient predicts 0.74 of the criterion variable's share, which is significant at  $P < 0.01$ . That is, for one increase in the score of optimism,

the perception of aging will increase by 0.74 units. This relationship is direct and at moderate level.

## 4. Conclusion

The findings of this study showed that optimism as one of the important sources of mental health, can significantly predict the perception of aging; Therefore, psychological interventions such as optimism skills training workshops, optimism-centered group therapy and optimism based protocols are recommended for the elderly in preparation for effective old age and coping styles. Promoting optimism and positive thoughts is one of the important ways to deal with the harmful consequences of the perception of aging and old age. The power of optimism for prediction of the perception of aging was 56%, so, future studies are recommended to identify other factors affecting this relationship and conduct qualitative and interventional research to investigate the concepts of optimism and perception of aging and its influencing factors among elderly people.

## Ethical Considerations

### Compliance with ethical guidelines

In this study, after receiving the code of ethics (IR.USWR.REC.1395.32) from University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, data collection was started.

### Funding

This study received funding from the University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences.

### Authors' contributions

All authors contributed equally to the writing of this study.

### Conflicts of interest

According to the authors, there is no conflict of interest between them.

This Page Intentionally Left Blank

## پیش‌بینی ادراک از پیری بر اساس خوش‌بینی در بین سالمندان شهرستان قم

هیوا صالح منیجه<sup>۱</sup>، شهاب پاپی<sup>۲</sup>، رباب صحاف<sup>۳</sup>، مجتبی عباسی<sup>۴</sup>، مریم رامشینی<sup>۵</sup>، مهدی رصافیانی<sup>۶</sup>، امیرمحمد بداغی<sup>۷</sup>

۱. کارشناسی ارشد مشاوره توان‌بخشی، دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی، تهران، ایران.
۲. کارشناسی ارشد سلامت سالمندی، مرکز تحقیقات سالمندی ایران، دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی، تهران، ایران.
۳. دانشیار، مرکز تحقیقات سالمندی ایران، دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی، تهران، ایران.
۴. دانشجوی دکتری مشاوره توان‌بخشی، دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی، تهران، ایران.
۵. دکتری تخصصی گروه روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
۶. دانشیار، گروه آموزشی کاردرمانی، دانشگاه کویت، کویت.
۷. کارشناسی فیزیوتراپی، دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی تهران، تهران، ایران.

## چکیده

تاریخ دریافت: ۰۲ خرداد ۱۳۹۷

تاریخ پذیرش: ۱۲ شهریور ۱۳۹۸

تاریخ انتشار: ۱۱ دی ۱۳۹۸

**اهداف:** تغییرات دوران سالمندی می‌تواند تأثیرات عمیقی بر زندگی و بهداشت روانی سالمندان داشته باشد؛ به عنوان مثال از جمله عوامل مؤثر مرتبط با سلامت روان‌شناختی سالمندان می‌توان به خوش‌بینی و ادراک از پیری اشاره کرد که می‌تواند اثرات قابل‌توجهی بر روی سالمندان داشته باشد؛ بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی پیش‌بینی ادراک از پیری بر اساس خوش‌بینی در بین سالمندان انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** این مطالعه از نوع همبستگی و جامعه آماری آن شامل سالمندان ساکن شهرستان قم در سال ۱۳۹۶-۱۳۹۷ بود. آزمودنی‌ها شامل ۲۷۰ سالمند از شهرستان قم بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه خوش‌بینی شی‌یر و کارور (LOT-R) و پرسش‌نامه ادراک از پیری (APQ) استفاده شد. برای تحلیل یافته‌ها از نسخه ۲۱ نرم‌افزار SPSS استفاده شد.

**یافته‌ها:** در این مطالعه میانگین سنی مشارکت‌کنندگان ۷۴ سال و انحراف معیار سن آن‌ها ۶/۰۵ بود. از نظر جنسیت ۶۵ درصد (۱۷۷ نفر) آزمودنی‌ها مرد و ۳۴ درصد (۹۳ نفر) آزمودنی‌ها زن بودند. همچنین نتایج نشان داد که بین خوش‌بینی و ادراک از پیری در سالمندان رابطه مثبت معنادار وجود دارد ( $P < ۰/۰۱$ ). نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که خوش‌بینی به طور معنادار قادر به پیش‌بینی ادراک از پیری سالمندان است ( $P < ۰/۰۱$ ). همچنین، با توجه به  $R^2$  تعدیل‌یافته، مدل پژوهش حاضر قادر به تبیین ۰/۵۶ از ادراک پیری است.

**نتیجه‌گیری:** نتایج پژوهش حاضر حاکی از آن است که خوش‌بینی توانایی پیش‌بینی ادراک از پیری در بین سالمندان را دارد؛ بنابراین توصیه می‌شود متخصصان سلامت روان و افرادی که در حوزه سالمندی فعالیت می‌کنند، یافته‌های این مطالعه را در طراحی مداخلات روان‌شناختی، بسته‌های آموزشی و همچنین برگزاری کارگاه مهارت‌های خوش‌بینی در جهت افزایش خوش‌بینی مورد توجه قرار دهند.

## کلیدواژه‌ها:

خوش‌بینی، ادراک از پیری، سالمندان

## مقدمه

پیش‌بینی می‌شود در سال ۱۴۲۹ حدود ۲۱/۷ جمعیت کشور را سالمندان تشکیل خواهند داد [۲]. تغییرات دوران سالمندی می‌تواند تأثیرات عمیقی بر زندگی و بهداشت روانی سالمندان داشته باشد. اگر فرد، انعطاف‌پذیری و آمادگی ورود به این مرحله را داشته باشد، توانایی سازگاری با این تغییرات بیشتر خواهد بود، در مقابل اگر سالمند این تغییرات را در جهت منفی ادراک کند میزان انعطاف‌پذیری و سازگاری‌اش پایین خواهد آمد [۳].

اریکسون (۱۹۶۰) معتقد است افرادی که زندگی بزرگسالی با

جمعیت جهان به سرعت در حال پیر شدن است، به طوری که برآوردها حاکی از آن است که تا سال ۲۰۵۰ میلادی تعداد افراد بالای ۶۰ سال و پیرتر از ۸۴۱ میلیون، به بیش از دو میلیارد نفر خواهد رسید [۱]. در ایران نیز بر اساس سرشماری مرکز آمار ایران تعداد جمعیت سالمند بیشتر از ۶۰ سال، از ۵/۳ درصد سال ۱۳۳۵ به ۹/۳ درصد در سال ۱۳۹۵ افزایش یافته است. این روند پیر شدن جمعیت در کشور حکایت از افزایش سالمندان دارد.

\* نویسنده مسئول:

رباب صحاف

نشانی: تهران، دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی، مرکز تحقیقات سالمندی، گروه سالمندی

تلفن: ۰۲۱ ۲۲۱۸۰۱۵۴ (۲۱) ۹۸+

پست الکترونیکی: robabsahaf@gmail.com

روان‌شناختی [۲۰]، بهزیستی روان‌شناختی [۲۱]، عزت نفس بالا [۲۲]، تجربه سطوح پایین استرس و رویدادهای منفی [۲۳] و کاهش مرگ‌ومیر ناشی از بیماری قلبی-عروقی [۲۴] برخوردارند.

درباره ضرورت و اهمیت این پژوهش می‌توان گفت با توجه به اینکه دوران سالمندی با آسیب‌پذیری و مشکلات بیشتری همراه است و این تغییرات به نوبه خود ممکن است باعث کاهش رضایت از زندگی و مشکلات روان‌شناختی مرتبط بین این افراد شود، برای کنارآمدن موفقیت‌آمیز و آماده‌کردن افراد سالمند برای مواجهه‌شدن با این تغییرات، می‌تواند در زمینه شناسایی عواملی که ممکن است به نوعی در نگرش فرد سالمند نسبت به پیری نقش داشته باشد، پژوهش‌هایی (مانند پژوهش حاضر) صورت گیرد. یکی از عوامل مهم در حیطه ارتقای سلامت سالمندان، مثبت‌نگری و خصوصاً خوش‌بینی است که به عنوان یک عامل مثبت با ابعاد مختلف زیستی، اجتماعی و روان‌شناختی سالمندی و به‌خصوص ادراک فرد از دوران سالمندی می‌تواند در ارتباط باشد. همچنین از اهمیت کاربردی پژوهش حاضر می‌توان برای کمک به تدوین پروتکل‌های روان‌شناختی و مداخلات مناسب برای افزایش خوش‌بینی و در نتیجه کیفیت بهتر سطح ادراک از پیری سالمندان استفاده کرد. حال با توجه به ضرورت و اهمیت این پژوهش، هدف مطالعه حاضر بررسی این موضوع است که آیا خوش‌بینی قادر به پیش‌بینی ادراک از پیری در بین سالمندان هست؟

### روش مطالعه

مطالعه حاضر از نوع همبستگی و تحلیلی است. در این تحقیق برای جمع‌آوری داده‌ها از روش‌های میدانی با استفاده از روش نمونه‌گیری دردسترس استفاده شده است؛ بدین گونه که سالمندانی که در سرای محله، کانون سالمندان، پارک‌ها، بوستان‌ها و مناطق تفریحی و اطراف حرم حضرت معصومه (س) بودند، با اطلاع از هدف پژوهش، پرسش‌نامه‌ها در اختیارشان قرار داده شد و تکمیل پرسش‌نامه‌ها تا اتمام حجم نمونه موردنظر ادامه پیدا کرد. حجم نمونه موردنظر با استفاده از فرمول کوکران ۲۷۰ نفر محاسبه شد.

جامعه آماری شامل سالمندان شهرستان قم که در سرای محله، کانون سالمندان، پارک‌ها، بوستان‌ها و مناطق تفریحی و اطراف حرم حضرت معصومه (س) حضور داشتند، می‌شد. معیارهای ورود به مطالعه شامل این نکات می‌شد: سن ۶۰ سال و بالاتر، نداشتن سابقه بیماری آسم، نداشتن هرگونه نقص عضو یا استفاده از وسایل کمک‌حرکتی مانند عصا و ویلچر، نداشتن اختلال حرکتی و داشتن سطح پایه فعالیت فیزیکی. از آنجایی که اتفاقات تلخ زندگی ممکن است بر دیدگاه خوش‌بینی فرد تأثیر منفی بگذارند و به عنوان عوامل مزاحم در نتیجه پژوهش تلقی شوند، به همین خاطر این ملاک‌ها به عنوان عوامل ورود به پژوهش انتخاب

صمیمیت و زاینده‌گی را تجربه می‌کنند، به تمامیت و یکپارچگی دست می‌یابند و دوران پیری و سالمندی پربارتر و احساس لذت بیشتری دارند [۴]؛ بنابراین می‌توان گفت دوران سالمندی، دوران درک پیری و کنارآمدن با شرایط زندگی این دوره به عنوان مرحله یکی‌کردن تجربیات زندگی است [۵]. ادراک از پیری، معیاری برای رضایت هر فرد از پیری خودش و بازتابی از تطابق فرد با تغییرات مرتبط با پیری است [۶]. ادراک از پیری به درک پیری یا نگرش نسبت به پیری اشاره دارد، اما آن را به عنوان تجربه افراد از فرایند پیری و انتظارات درباره نتایج و فرایند پیرشدن توصیف می‌کنند [۷].

عوامل زیادی به عنوان نشانه پیری موفقیت‌آمیز مورد بررسی قرار گرفته‌اند که یکی از آن‌ها ادراک از پیری است [۸]. ادراک از پیری به عنوان یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های ناشی از ناتوانی عملکردی و مرگ‌ومیر در بین سالمندان مورد بررسی قرار گرفته است و رابطه آن با پیامدهای مرتبط با سلامت روان تأیید شده است [۹]. افراد با ادراک پیری مثبت، کمتر از افراد با درک پیری منفی جان خود را از دست می‌دهند [۱۰]. رابطه بین ادراک از پیری با متغیرهای سلامت روان‌شناختی مانند رضایت از زندگی [۱۱، ۱۰]، افسردگی و اضطراب [۷]، فعالیت روزانه زندگی [۲۱]، ترک رابطه [۱۳] و فعالیت‌های بدنی [۴۱] در بین سالمندان اثبات شده است. ادراک از پیری، معیاری برای رضایت فرد از پیری خودش و بازتابی از تطابق فرد با تغییرات مرتبط با پیری است [۶]. در طول دوره زندگی اعتقادات افراد در مورد پیری، بقا، تجارب شخصی و نگرش‌های اجتماعی شکل می‌گیرد و از طریق رفتاری، روان‌شناختی و فیزیولوژیکی ممکن است بر نتایج مرتبط با سلامت تأثیر داشته باشد [۱۵]. یکی از متغیرهای مهم که ممکن است در نحوه شکل‌گیری اعتقادات و تجارب منفی و مثبت افراد تأثیر داشته باشد، خوش‌بینی است.

خوش‌بینی به عنوان یک میانجی مثبت می‌تواند اهمیت خود را از طریق راهبردهای کنارآمدن مؤثر، راهبردهای حل مسئله، جست‌وجوی اطلاعات و قاب‌گیری مجدد به صورت مثبت در حوزه‌های روان‌شناختی مانند حمایت اجتماعی و ادراک کنترل بر زندگی فرد اعمال کند [۴۱]. سلیگمن (۲۰۰۹) خوش‌بینی را به عنوان نوعی الگوی فکری قابل آموزش و یادگیری می‌داند که به افراد در رویارویی با شرایط دشوار کمک می‌کند [۷۱]؛ همچنین می‌توان آن را یک متغیر تمایز بین‌فردی دانست که میزان انتظارات مطلوب و کلی افراد نسبت به آینده‌شان را منعکس می‌کند و طبق علم روان‌شناسی این تفاوت در بین افراد مهم است [۱۸].

تحقیقات نشان داده است که افراد سالمند نسبت به بزرگسالان خوش‌بینی کمتری درباره آینده‌شان دارند، اما در سنین بالاتر یعنی در حدود ۸۰ سالگی این خوش‌بینی و انتظار مثبت بیشتر می‌شود [۱۹]. افراد خوش‌بین از رفتارهای انطباقی سازگاری

روایی (به شیوه همگرا و افتراقی) و پایایی (آلفای کرونباخ برابر ۰/۷۸) مطلوبی برای این مقیاس گزارش کردند؛ پاسخها در این مقیاس به صورت طیف پنج‌درجه‌ای از خیلی موافقم (۶) تا خیلی مخالفم (۱) قرار دارد [۵۲]. این آزمون در ایران توسط خدابخشی (۱۳۸۳) هنجاریابی شد که اعتبار آن ۷۴ درصد و روایی آن ۷۲ درصد گزارش شد [۶۲].

پرسش‌نامه ادراک از پیری<sup>۳</sup>: این پرسش‌نامه که یک ابزار خودگزارشی است توسط بارکر، هانلون، مکگی، هیکی و کونروی<sup>۴</sup> (۲۰۰۷) ساخته شده است و ارزیابی فرد از چگونگی فرایند پیرشدن را مورد سنجش قرار می‌دهد. پرسش‌نامه دارای ۱۷ سؤال است که پنج بُعد را شامل می‌شود که عبارت‌اند از: الف) سیر پیش‌رونده (سؤال ۱، ۲ و ۳)؛ ب) نتایج مثبت (۴، ۵ و ۶)؛ کنترل مثبت (۷، ۸ و ۹)؛ ج) نتایج و کنترل منفی (۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳ و ۱۴)؛ د) واکنش‌های احساسی (۱۵، ۱۶ و ۱۷). پرسش‌نامه در قالب مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم تنظیم شده است. نمره بالاتر نشان‌دهنده ادراک مثبت‌تر از پیری است و نمره کمتر نشانه ادراک منفی‌تر از پیری است. این پرسش‌نامه در ایران توسط فرهادی و همکاران (۲۰۱۶) اعتباریابی و هنجاریابی شد که روایی آن ۹۴ درصد و اعتبار آن با توجه به آلفای کرونباخ ۷۵ درصد به دست آمد [۷۲].

### یافته‌ها

تعداد کل پرسش‌نامه‌های قابل تجزیه و تحلیل در این پژوهش، ۲۷۰ عدد بود. دامنه سنی شرکت‌کنندگان در این آزمون ۶۰ الی ۸۸ سال بود. میانگین سن مشارکت‌کنندگان ۷۴ سال و انحراف معیار سن آن‌ها ۶/۰۵ بود. از نظر جنسیت ۶۵ درصد (۱۷۷ نفر)

شد. معیار خروج نیز شامل تمایل نداشتن به همکاری در حین اجرا بود. تمامی نکات ذکرشده قبل از پرکردن پرسش‌نامه توسط پژوهشگران مورد بررسی قرار گرفت و به آزمون‌شوندگان اطمینان داده شد که اطلاعات ثبت‌شده محرمانه باقی خواهند ماند.

مقیاس‌ها در چند جلسه در این اماکن به وسیله مصاحبه رودرو با هریک از آزمودنی‌ها توسط پژوهشگران تکمیل شدند. در مواردی که برای آزمودنی‌ها ابهامی جهت پاسخ‌دهی وجود داشت، این ابهام توسط محقق مربوطه رفع می‌شد. به آزمودنی‌ها تذکر داده شد که جوابی درست یا غلط برای سؤالات و آیتم‌های مقیاس‌ها وجود ندارد، بنابراین تنها بر اساس نظر شخصی خودشان اولین پاسخی را که به ذهنشان می‌رسد، ابراز دارند. کلیه آزمودنی‌ها در ابتدا در مورد میزان تحصیلات و تخصص محقق و اهداف و ویژگی‌های پژوهش اطلاعات کافی دریافت و در صورت تمایل، در پژوهش شرکت می‌کردند. پس از تکمیل پرسش‌نامه‌ها، داده‌ها وارد نرم‌افزار SPSS شد و در سطح یک‌صدم ( $P < 0/01$ ) با استفاده از آزمون رگرسیون تحلیل شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها پرسش‌نامه اطلاعات جمعیت‌شناختی جهت بررسی ساختار جمعیت‌شناختی (سن، جنس، شغل و سطح تحصیلات)، از پرسش‌نامه خوش‌بینی و ادراک از پیری استفاده شد.

پرسش‌نامه خوش‌بینی: این پرسش‌نامه توسط شیر و کارور<sup>۱</sup> در سال ۱۹۸۵ ساخته شد و در سال ۲۰۰۲ مورد تجدید نظر قرار گرفت و به پرسش‌نامه تجدیدنظرشده جهت گیری زندگی<sup>۲</sup> تغییر یافت. این پرسش‌نامه دارای ۱۰ سؤال است که انتظارات افراد نسبت به پیامدهای زندگی و جنبه‌های مثبت در مقابل جنبه‌های منفی را ارزیابی می‌کند که پنج سؤال با عبارات منفی و پنج سؤال نیز عبارات مثبت را شامل می‌شود. شی‌پر و کارور،

3. Aging Perceptions Questionnaire (APQ)
4. Barker, O'Hanlon, McGee, Hickey and Conroy

1. Scheier & Carver
2. Life Orientation Test Revised (LOT-R)

جدول ۱. یافته‌های توصیفی و جمعیت‌شناختی

متغیر	فراوانی (درصد)
جنسیت	زن (۰/۳۴) ۹۳
	مرد (۰/۶۵) ۱۷۷
اشتغال	شاغل (۴۱/۱) ۱۱۱
	بیکار (۵۸/۵) ۱۵۹
سطح تحصیلات	ابتدایی (۴۸/۲) ۱۳۱
	سیکل (۳۱/۶) ۸۶
	دیپلم (۱۵/۱) ۴۱
	لیسانس و بالاتر (۴/۴) ۱۲

جدول ۲. میانگین، انحراف معیار، واریانس، مینیمم و ماکزیمم متغیرهای پژوهش

متغیر	مینیمم	ماکزیمم	میانگین $\pm$ انحراف معیار	واریانس
خوش بینی	۱۸	۵۸	۳۵/۴۴ $\pm$ ۷/۸۴	۶۱/۶۰
ادراک از پیری	۲۳	۷۴	۴۷/۹۰ $\pm$ ۷/۶۴	۵۸/۴۴

سند

جدول ۳. خلاصه مدل رگرسیونی

مدل	R	R <sup>2</sup>	تعدیل یافته	خطای استاندارد
۱	۰/۷۴۹	۰/۵۶۲	۰/۵۶۰	۵/۰۷۱

سند

جدول ۵. ضرایب رگرسیون

مدل	ضریب استاندارد		ضریب غیر استاندارد		معناداری
	بتا	خطای استاندارد	B		
ادراک از پیری	۰/۷۴۹	۰/۰۳۹	۰/۷۳۰		۰/۰۱

سند

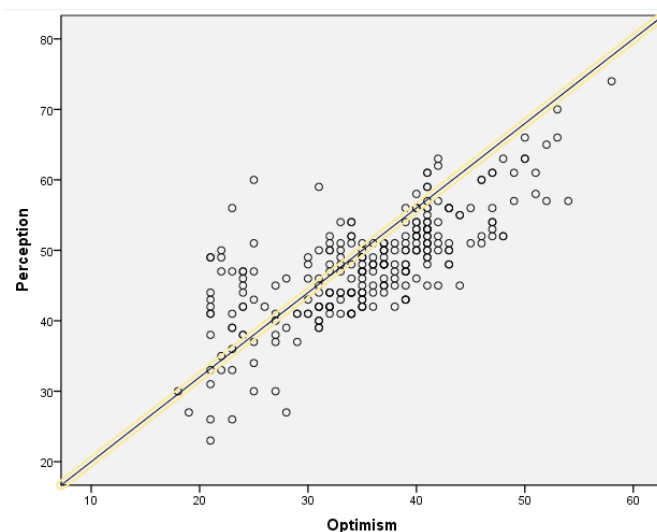
استفاده از آزمون کولموگروف اسمیرنوف بررسی شد که نتایج نشان داد مفروضه نرمال بودن بین دو متغیر برقرار است و می توان از روش های پارامتریک (رگرسیون همزمان) استفاده کرد.

مندرجات جدول شماره ۳ خلاصه مدل رگرسیونی را در بین متغیرهای پیش بین (خوش بینی) و ملاک (ادراک از پیری) نشان می دهد. مدل نشانگر آن است که متغیر خوش بینی می تواند ۰/۵۶۲ از واریانس متغیر ملاک را پیش بینی کند.

مندرجات جدول شماره ۴ نشان می دهد که ضریب رگرسیون

آزمودنی ها مرد و ۳۴ درصد (۹۳ نفر) آزمودنی ها زن بودند. از نظر اشتغال ۳۰ درصد (۸۱ نفر) از آزمودنی ها شاغل بودند و ۷۰ درصد (۱۸۹ نفر) از آزمودنی ها بیکار بودند. یافته های توصیفی و جمعیت شناسی در جدول شماره ۱ نشان داده شده است.

در جدول شماره ۲ آمار توصیفی مربوط به میانگین، انحراف معیار، واریانس، مینیمم و ماکزیمم متغیر پژوهش نشان داده شده است. همان طور که ملاحظه می شود، میانگین متغیر ادراک از پیری به نسبت متغیر خوش بینی بالاتر است. قبل از انجام رگرسیون، مفروضه های نرمال بودن برای دو متغیر پژوهش با



سند

تصویر ۱. یافته های توصیفی و جمعیت شناسی

می‌سازد تا برای کاهش خطرات مرتبط با سلامت برای جلوگیری یا از دست دادن تخریب‌های جسمی مانند مشکلات سلامتی و محدودیت‌های فیزیکی سازگاری پیشگیرانه‌ای انجام دهند [۲۳]. این پتانسیل به افراد سالمند کمک می‌کند تا به طور فعال با تخریب‌ها و مشکلات پیش‌بینی‌شده سازگار شوند و مقابله بهتری با مشکلات و در نتیجه ادراک مثبت‌تری از سن خود داشته باشند. همچنین در تبیین این نتیجه می‌توان ذکر کرد با توجه به اینکه خوش‌بینی به عنوان یک پاسخ خوددفاعی مستقیماً باعث آمادگی برای مواجهه تهدیدها و خطرات مرتبط با وقایع نامطلوب می‌شود که نشان‌دهنده این مطلب است که با افزایش خوش‌بینی آمادگی برای پیامدها و حوادث نیز افزایش می‌یابد [۳۳]؛ در نتیجه این فاکتورها ادراک فرد از پیری به عنوان منبع مشکل یا ناراحتی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و سبب انطباق و سازگاری بهتر در بین سالمندان می‌شود.

همچنین می‌توان ذکر کرد افراد با خوش‌بینی روابط اجتماعی بهتر و بارزتر [۳۴]، انعطاف‌پذیری و تاب‌آوری بالاتر [۵۳] و بهزیستی جسمی و ذهنی بالاتری و خودکارآمدی بالاتر [۶۳] نسبت به بدبین‌ها نشان می‌دهند؛ همه این عوامل باعث ادراک بهتر سالمند از خود و سنش خواهد شد و در نتیجه سبب ادراک از پیری بهتر در بین این افراد خواهد شد.

### نتیجه‌گیری نهایی

یافته‌های این پژوهش نشان داد که خوش‌بینی به عنوان یکی از منابع مهم سلامت روان می‌تواند ادراک از پیری را به طور معناداری پیش‌بینی کند. تأثیرات خوش‌بینی می‌تواند پیامدهای مهمی در پیشگیری از مشکلات سلامت روان و مدیریت نتایج سلامتی در اواخر زندگی داشته باشد؛ بنابراین بررسی ادراک از گذر عمر و همچنین خوش‌بینی و احساسات مثبت اهمیت بسزایی دارد؛ بنابراین انجام مداخلات روان‌شناختی به صورت برگزاری کارگاه‌های آموزش خوش‌بینی، گروه‌درمانی‌های با رویکرد خوش‌بینی و تدوین پروتکل‌های مبتنی بر خوش‌بینی برای آمادگی سالمندان نسبت به ورود به دوران سالمندی و سبک کنار آمدن مؤثر از مواردی است که توصیه می‌شود.

با توجه به یافته‌ها می‌توان نتیجه‌گیری کرد که ارتقای خوش‌بینی و احساسات مثبت یکی از راه‌های مهم برای مقابله با پیامدهای مضر ادراک از پیری و دوران سالمندی است. با توجه به اینکه رابطه خوش‌بینی با ادراک از پیری ۵۶ درصد است، مطالعات آینده برای شناسایی سایر عوامل تأثیرگذار بر این رابطه و انجام پژوهش‌های کیفی و مداخله‌ای به منظور بررسی مفاهیم خوش‌بینی و ادراک از پیری و عوامل مؤثر بر آن‌ها در سالمندان برای مطالعات آتی پیشنهاد می‌شود.

از محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به محدودیت جامعه آماری در شهر قم (جامعه شهری)، عدم دسترسی به تعداد دقیق

از سهم متغیر ملاک را پیش‌بینی می‌کند که این ضریب در سطح  $P < 0/01$  معنادار است. بدین معنا در صورت افزایش یک در نمره خوش‌بینی، نمره ادراک از پیری ۰/۷۴ انحراف استاندارد افزایش خواهد یافت. مقدار ضریب همبستگی بین دو متغیر خوش‌بینی و ادراک از پیری سالمندان برابر ۰/۷۴ محاسبه شد که نشان‌دهنده رابطه معنادار بین این دو متغیر است ( $P < 0/01$ ). این رابطه به صورت مستقیم و در سطح متوسط قرار دارد؛ یعنی با افزایش خوش‌بینی، ادراک از پیری بین سالمندان نیز افزایش پیدا می‌کند. این مسئله با توجه به نمودار پراکنش و خط رگرسیون آن که در تصویر شماره ۱ آورده شده قابل تأیید است. بر اساس مقدار  $R^2$  خوش‌بینی حدود ۵۶ درصد از تغییرات ادراک از پیری را توضیح می‌دهد.

### بحث

این پژوهش با هدف بررسی نقش خوش‌بینی در پیش‌بینی ادراک از پیری سالمندان انجام شد. بدین منظور تعداد ۲۷۰ نفر از سالمندان شهرستان قم در پارک‌ها، بوستان‌ها و اطراف حرم حضرت معصومه (س) به روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند و پرسش‌نامه‌های خوش‌بینی و ادراک از پیری را پر کردند. برای تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری کولوگروف‌اسمیرنوف، کولینا ریتی و رگرسیون استفاده شد. نتایج به‌دست‌آمده از تجزیه و تحلیل داده‌های گردآوری‌شده نشان داد که خوش‌بینی با ادراک از پیری میزان رابطه خوش‌بینی با ادراک از پیری ۵۶ درصد است. این رابطه بدین معنی است که با افزایش خوش‌بینی در زندگی، ادراک از پیری نیز در بین سالمندان بهتر می‌شود و خوش‌بینی به صورت معناداری توانایی پیش‌بینی میزان ادراک پیری در سالمندان را دارد.

نتایج پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات ورم و همکاران [۸] همسوست که نشان دادند خوش‌بینی با خودادراکی مثبت از سن همراه است و افرادی که خوش‌بینی بالاتری دارند از خودادراکی بالاتری نیز برخوردارند و افرادی که خوش‌بینی پایین‌تری دارند، سطح خود ادراکی آن‌ها نیز پایین است. این پژوهش همچنین با نتایج گل‌پرور و مصاحبی [۲۸] و متیوز و کوک [۹۲] همخوانی دارد. همچنین تحقیق پیس ریبریو و همکاران [۳۰] نشان داد که خوش‌بینی با ادراک بهتر از سلامت جسمی و روانی و کیفیت زندگی بهتر در بین افراد دارای صرع همراه است.

در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که خوش‌بینی به عنوان مجموعه انتظارات مثبت نسبت به آینده از لحاظ شناختی و رفتاری، فضای ذهنی و روانی انسان را برای احساس رشد و بالندگی و همچنین برای تلاش و کوشش انگیزه فراهم می‌کند [۳۱]. خوش‌بینی می‌تواند به ادراک از پیری مثبت بینجامد. خوش‌بینی به عنوان کنترل آگاهی اولیه‌ای از آینده به کاهش خطرات مرتبط با سلامت کمک می‌کند؛ این امر افراد را قادر



جامعه آماری، استفاده از روش پرسش‌نامه‌ای به عنوان تنها ابزار گردآوری داده‌ها و عدم همکاری سالمندان در برخی مکان‌های شلوغ از جمله اطراف حرم حضرت معصومه (س) اشاره کرد.

### ملاحظات اخلاقی

#### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این پژوهش پس از دریافت کد اخلاقی از (IR.USWR. REC.1395.32) از دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی، شروع به جمع‌آوری داده‌ها شد.

#### حامی مالی

این پژوهش از دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی حمایت مالی دریافت کرده است.

#### مشارکت‌نویسندگان

همه نویسندگان در نوشتن این پژوهش سهم یکسانی داشتند.

#### تعارض منافع

بنا به اظهار نویسندگان هیچ گونه تعارض منافی بین آنها وجود ندارد.

## References

- [1] World Health Organization. World Health Day 2012: Ageing and health: Toolkit for event organizers [Internet]. 2012 [Updated 2012]. Available from: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/70840>
- [2] Statistics Center of Iran. The President's Office Deputy of Strategic Planning and Control. National population and housing Census 2016 (1395): Selected Findings. Tehran: The Center; October 24, 2016. 2016.
- [3] Guindon MH. Self-esteem across the lifespan: Issues and interventions. New York: Routledge; 2009. [DOI:10.4324/9780203884324] [PMCID]
- [4] Sadock BJ, Sadock VA. Kaplan and Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2011. <https://books.google.com/books?id=ffi7DR2hmalC&dq>
- [5] Welfel ER. The counseling process: A multitheoretical integrative approach. Belmont, CA: Thomson/Brooks/Cole; 2005. <https://books.google.com/books?id=Q3FRAAAAYAAJ&q>
- [6] de Freitas MC, Queiroz TA, de Sousa JAV. The meaning of old age and the aging experience of in the elderly. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*. 2010; 44(2):403-8. [DOI:10.1590/S0080-62342010000200024] [PMID]
- [7] Freeman AT, Santini ZI, Tyrovolas S, Rummel-Kluge C, Haro JM, Koyanagi A. Negative perceptions of ageing predict the onset and persistence of depression and anxiety: Findings from a prospective analysis of the Irish longitudinal study on ageing (TILDA). *Journal of Affective Disorders*. 2016; 199:132-8. [DOI:10.1016/j.jad.2016.03.042] [PMID]
- [8] Wurm S, Benyamini Y. Optimism buffers the detrimental effect of negative self-perceptions of ageing on physical and mental health. *Psychology & Health*. 2014; 29(7):832-48. [DOI:10.1080/08870446.2014.891737] [PMID]
- [9] Barker M, O'Hanlon A, McGee HM, Hickey A, Conroy RM. Cross-sectional validation of the Aging Perceptions Questionnaire: A multidimensional instrument for assessing self-perceptions of aging. *BMC Geriatrics*. 2007; 7:9. [DOI:10.1186/1471-2318-7-9] [PMID] [PMCID]
- [10] Levy BR, Myers LM. Relationship between respiratory mortality and self-perceptions of aging. *Psychology & Health*. 2005; 20(5):553-64. [DOI:10.1080/14768320500066381]
- [11] Efklides A, Kalaitzidou M, Chankin G. Subjective quality of life in old age in Greece: The effect of demographic factors, emotional state and adaptation to aging. *European Psychologist*. 2003; 8(3):178-91. [DOI:10.1027//1016-9040.8.3.178]
- [12] Moser C, Spagnoli J, Santos-Eggimann B. Self-perception of aging and vulnerability to adverse outcomes at the age of 65-70 years. *The Journals of Gerontology Series B*. 2011; 66B(6):675-80. [DOI:10.1093/geronb/gbr052] [PMID]
- [13] Robertson DA, Kenny RA. "I'm too old for that" - The association between negative perceptions of aging and disengagement in later life. *Personality and Individual Differences*. 2016; 100:114-9. [DOI:10.1016/j.paid.2016.03.096]
- [14] Meisner BA, Weir PL, Baker J. The relationship between aging expectations and various modes of physical activity among aging adults. *Psychology of Sport and Exercise*. 2013; 14(4):569-76. [DOI:10.1016/j.psychsport.2013.02.007]
- [15] Levy B. Stereotype embodiment: A psychosocial approach to aging. *Current Directions in Psychological Science*. 2009; 18(6):332-6. [DOI:10.1111/j.1467-8721.2009.01662.x] [PMID] [PMCID]
- [16] Ferguson SJ, Goodwin AD. Optimism and well-being in older adults: The mediating role of social support and perceived control. *The International Journal of Aging and Human Development*. 2010; 71(1):43-68. [DOI:10.2190/AG.71.1.c] [PMID]
- [17] Vacek KR, Coyle LD, Vera EM. Stress, self-esteem, hope, optimism, and well-being in urban, ethnic minority adolescents. *Journal of Multicultural Counseling and Development*. 2010; 38(2):99-111. [DOI:10.1002/j.2161-1912.2010.tb00118.x]
- [18] Carver CS. Optimism. In: Michalos AC, editor. *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. Dordrecht: Springer; 2014. [DOI:10.1007/978-94-007-0753-5\_2018]
- [19] Durbin KA, Barber SJ, Brown M, Mather M. Optimism for the future in younger and older adults. *The Journals of Gerontology: Series B*. 2019; 74(4):565-74. [DOI:10.1093/geronb/gbx171] [PMID]
- [20] Jones T, DeMore M, Cohen LL, O'Connell C, Jones D. Childhood healthcare experience, healthcare attitudes, and optimism as predictors of adolescents' healthcare behavior. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*. 2008; 15(3):234-40. [DOI:10.1007/s10880-008-9126-7] [PMID]
- [21] Scheier MF, Carver CS, Bridges MW. Optimism, pessimism, and psychological well-being. In: Chang EC, editor. *Optimism & Pessimism: Implications for Theory, Research, and Practice*. Washington, D.C.: American Psychological Association; 2001. [DOI:10.1037/10385-009]
- [22] Weber S, Puskar KR, Ren D. Relationships between depressive symptoms and perceived social support, self-esteem, & optimism in a sample of rural adolescents. *Issues in Mental Health Nursing*. 2010; 31(9):584-8. [DOI:10.3109/01612841003775061] [PMID]
- [23] Orejudo S, Puyuelo M, Fernández-Turrado T, Ramos T. Optimism in adolescence: A cross-sectional study of the influence of family and peer group variables on junior high school students. *Personality and Individual Differences*. 2012; 52(7):812-7. [DOI:10.1016/j.paid.2012.01.012]
- [24] Giltay EJ, Kamphuis MH, Kalmijn S, Zitman FG, Kromhout D. Dispositional optimism and the risk of cardiovascular death: The Zutphen Elderly Study. *Archives of Internal Medicine*. 2006; 166(4):431-6. [DOI:10.1001/archinte.166.4.431] [PMID]
- [25] Scheier MF, Carver CS, Bridges MW. Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1994; 67(6):1063-78. [DOI:10.1037/0022-3514.67.6.1063] [PMID]
- [26] khodabakhshi M. Normative, Reliability and Validity of Optimism Scale in Isfahan. Isfahan: University of Isfahan; 2004.
- [27] Sadegh Moghadam L, Foroughan M, Mohammadi Shahboulaghi F, Ahmadi F, Sajjadi M, Farhadi A. Validity and reliability of the Persian version of the brief aging perceptions questionnaire in Iranian older adults. *Clinical Interventions in Aging*. 2016; 11:507-11. [DOI:10.2147/CIA.S101620] [PMID] [PMCID]
- [28] Golparvar M, Mosahebi MR. [Predicting senile people's spiritual well being through psychological capital components (Persian)]. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 2015;

- 16(3):4-12. <https://pdfs.semanticscholar.org/2318/0ff75becac12da0321272d7419506e21e91d.pdf>
- [29] Matthews EE, Cook PF. Relationships among optimism, well-being, self-transcendence, coping, and social support in women during treatment for breast cancer. *Psycho-Oncology*. 2009; 18(7):716-26. [DOI:10.1002/pon.1461] [PMID] [PMCID]
- [30] Pais-Ribeiro J, Martins da Silva A, Meneses RF, Falco C. Relationship between optimism, disease variables, and health perception and quality of life in individuals with epilepsy. *Epilepsy & Behavior*. 2007; 11(1):33-8. [DOI:10.1016/j.yebeh.2007.04.010] [PMID]
- [31] Ciarrocchi J, Deneke E. Faith, hope, and optimism as predictors of wellbeing: and the greatest of these is hope. Unpublished Manuscript. 2006.
- [32] Aspinwall LG. The psychology of future-oriented thinking: From achievement to proactive coping, adaptation, and aging. *Motivation and Emotion*. 2005; 29(4):203-35. [DOI:10.1007/s11031-006-9013-1]
- [33] DeJoy DM. The optimism bias and traffic accident risk perception. *Accident Analysis & Prevention*. 1989; 21(4):333-40. [DOI:10.1016/0001-4575(89)90024-9]
- [34] Lau S, Kubiak T, Burchert S, Goering M, Oberländer N, von Mauschwitz H, et al. Disentangling the effects of optimism and attributions on feelings of success. *Personality and Individual Differences*. 2014; 56:78-82. [DOI:10.1016/j.paid.2013.08.030]
- [35] Malik A. Efficacy, hope, optimism, and resilience at workplace-positive organizational behaviour. *International Journal of Scientific and Research Publications*. 2013; 3(10):1-4. <http://www.ijsrp.org/research-paper-1013.php?rp=P221891>
- [36] Robinson C, Snipes K. Hope, optimism and self-efficacy: A system of competence and control enhancing African American college students academic well-being. *Multiple Linear Regression Viewpoints*. 2009; 35(2):16-26. [http://www.glmj.org/archives/MLRV\\_2009\\_35\\_2.pdf#page=18](http://www.glmj.org/archives/MLRV_2009_35_2.pdf#page=18)

This Page Intentionally Left Blank