# The relationship between daily spiritual experience and happiness of elderly members of Isfahan retirement center in 2014

Sharifi S[1], abbasi S [2*]

## Abstract

**Introduction and purpose:** Retirement and old age are often interrelated phenomena that happiness and life's satisfaction of elderly decrease Because of social changes such as the loss of job and friends. Considering the role of spirituality in better cognition of life's meaning and adapting to elderly age changes, the aim of this study was to determine the relationship between daily spiritual experience and happiness and life's satisfaction of the retried elderly members of Isfahan retirement center in 2014

**Materials and Method:** This descriptive-analytic study was done among 190 retired elderly who were referred to Isfahan retirement center and were selected by simple sampling. The information collected via demographic variables, oxford happiness scale and daily spiritual experiences scale. Data analysis by software SPSS 21 and Descriptive Statistical tests, Pearson correlation coefficient, t-test and ANOVA.

**Findings:** In this study the mean score of life satisfaction of elderly was lower than average (34.56± 11.45), the mean score of their daily spiritual experiences was in appropriate level (16.9 ± 73.11) and life's satisfaction was in average (17/21±5/91). In addition results showed significant and positive correlations between daily spiritual experiences and happiness and life's satisfactions of elderly (p</05).

**Conclusion:** according to the results, when retired elderly have more daily spiritual experiences, they will be happier and they will have more life satisfaction. So, getting comprehensive view to the elderly spiritual needs in health educating programs, which will induce more appropriate care, seems necessary.

***Key words*:** older adult, Daily Spiritual experiences, Happiness, life satisfaction

Received: 2016/12/21 Accepted: 2017/02/8

[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

***Copyright © 2018 Quarterly Journal of Geriatric Nursing.This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution international 4.0 International License(http://creativecommons.org/licenses/by /4.0/) which permits copy and redistribute the material, in any medium or format, provided the original work is properly cited.***

1 - MSc of geriatric nursing, School of Nursing and Midwifery, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

2- MSc of psychiatric nursing, School of Nursing and Midwifery, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran (**Corresponding Author):E-mail:** samiraabbasi6853@gmail.com

# ارتباط تجربیات معنوی روزانه با شادکامی و رضایت از زندگی سالمندان شهر اصفهان در سال ۱۳۹۳

سمیه شریفی[۱]، سمیرا عباسی[۲*]

تاریخ دریافت مقاله: ۱/ ۱۰ / ۱۳۹۵
تاریخ پذیرش مقاله: ۲۰/ ۱۱ / ۱۳۹۵

**چکیده**

**مقدمه:** بازنشستگی و سالمندی اغلب پدیده های به هم مرتبطی هستند که فرد بدلیل تغییراتی از قبیل از دست دادن موقعیت شغلی و اجتماعی و ازدست دادن دوستان و نزدیکان دچار کاهش شادکامی و احساس رضایت از زندگی می گردد. با توجه به نقش معنویت در شناخت هر چه بهتر معنا و مفهوم زندگی و سازگاری با تغییرات دوره سالمندی، این پژوهش با هدف تعیین ارتباط تجربیات معنوی روزانه با شادکامی و رضایت از زندگی سالمندان عضو کانون بازنشستگی کشوری اصفهان در سال ۱۳۹۳ می باشد.

**مواد و روش ها:** این پژوهش توصیفی-تحلیلی از نوع مقطعی، با در نظر گرفتن ۱۹۰ نفر از سالمندان بازنشسته مراجعه کننده به کانون بازنشستگان کشوری که با استفاده از نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند، انجام شد. ابزار جمع آوری اطلاعات در این مطالعه شامل دو بخش متغیرهای جمعیت شناختی و پرسشنامه های تجربیات معنوی روزانه، رضایت از زندگی سالمندان و شادکامی بود. داده ها توسط نسخه ۱۶ نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و از آمار توصیفی و نیز آزمون های آماری ضریب همبستگی پیرسون، تی تست و آزمون آنالیز واریانس یکطرفه استفاده شد.

**یافته ها:** نتایج نشان دادند میانگین نمره شادکامی سالمندان کمتر از حد متوسط (۱۱.۴۵± ۳۴.۵۶ )، میانگین نمره تجربیات معنوی روزانه بالا (۲۱.۷± ۸۰.۱۵) و میزان رضایت از زندگی آنها متوسط بود (۱۷/۲۱±۵/۹۱). بعلاوه نتایج نشاندهنده ارتباط معنادار میانگین نمره تجربیات معنوی روزانه با میزان شادکامی و رضایت از زندگی سالمندان بود(p<۰۰۱/).

**بحث و نتیجه گیری :** بر اساس یافته های مطالعه حاضر هرچه سالمندان بازنشسته از تجربه معنوی روزانه بیشتری برخوردار باشند شادکامتر بوده و رضایت از زندگی بیشتری دارند. لذا اتخاذ دیدگاه جامع توسط پرستاران نسبت به نیاز معنوی سالمندان در برنامه های آموزشی بهداشت که منجر به ارائه خدمات و مراقبت های کامل تر و مناسب تر خواهد شد، ضروری بنظر می رسد.

**کلیدواژه ها:** سالمند، تجربیات معنوی روزانه، شادکامی، رضایت از زندگی

۱- کارشناسی ارشد پرستاری سالمندی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران
۲- کارشناسی ارشد روانپرستاری، گروه روانپرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران
(**نویسنده مسؤول**). **پست الکترونیکی:** samiraabbasi6853@gmail.com



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

**مقدمه**

ترکیب جمعیت جهان در حال تغییر بوده و پیشرفت های دانش پزشکی و فن آوری های شگفت انگیز جهان امروز، این روند را سرعت بخشیده و به تبع آن افزایش امید به زندگی به عنوان یکی از پیامدهای این پیشرفت و توسعه سریع، تعداد افراد سالمند را افزایش داده است(۱). در حال حاضر سالمندان (جمعیت ۶۰ سال و بالاتر)، بیشترین نرخ رشد جمعیتی را در دنیا در مقایسه با سایر گروه ها دارند. انتظار می رود براساس روند حاضر، جمعیت سالمندان دنیا تا سال ۲۰۵۰ به سه برابر سال ۲۰۰۰ افزایش یابد و به دو میلیارد سالمند برسد(۲). کشور ما نیز به عنوان یکی از کشورهای در حال توسعه، ازاین قضیه مستثنی نیست؛ براساس سرشماری سال ۱۳۹۰بیش از ۶ میلیون (۸۲٪) جمعیت ایران را افراد ۶۰ ساله وبالاتر تشکیل می دهند و اگر این سیر ادامه پیدا کند، از این پس در ایران شاهد جمعیتی خواهیم بود که از آن به عنوان جمعیت سالمند یاد می شود(۳). دوره پایانی میانسالی و آغاز دوره سالمندی، برای بسیاری از سالمندان همراه با تغییر و تحولاتی است که در ابعاد روانی و جسمی آنها اتفاق می افتد. شواهد موجود حاکی از آن است که در دوره سالمندی، میزان فشار تجربه شده توسط فرد و تبعات جسمی و روانی آن به صورت بارز و چشمگیری بیش از دوره قبل از آن است (۴) و ممکن است فرد بدلیل از دست دادن موقعیت شغلی و اجتماعی و ازدست دادن دوستان و نزدیکان دچار گوشه نشینی اجتماعی گردد که با ایجاد این تغییرات کاهش شادکامی امری غیر قابل اجتناب است (۵). در مورد شادکامی تعاریف متعددی شده است که بر اساس یکی از جامع ترین آنها شادکامی به درجه یا میزانی اطلاق می گردد که شخص درباره مطلوبیت کل کیفیت زندگی خود قضاوت می کند. آرگایل نیز شادمانی را عبارت از بودن در حالت خوشحالی و سرور و دیگر هیجانات مثبت، راضی بودن از زندگی خود و فقدان افسردگی، اضطراب و سایر هیجانات منفی می داند (۶). درمجموع، پژوهش ها و تحقیقات مربوط به شادی، نشان دهنده آن است که افراد شاد از نظر ساختار فکری، قضاوت و انگیزش بادیگر افراد تفاوت داشته، از بازدهی فردی، خانوادگی، شغلی، تحصیلی و اجتماعی بالاتری برخوردار بوده و از رضایت زندگی بهتری برخوردارند (۷). رضایت از زندگی به عنوان نشانه ای بارز از سازگاری بر ابعاد مختلف زندگی سالمندان است و در واقع بازتاب توازن میان آرزوهای شخص و وضعیت کنونی او بوده و نشانگر آن است که فرد چگونه زندگی خود را در ارزیابی می کند. در حقیقت، رضایت از زندگی به این معناست که تا چه اندازه نیازهای اساسی بر آورده شده اند (۸) رضایت از زندگی از مهمترین شاخص های وضعیت سلامت روان در سالمندان می باشد که در سالمندان بازنشسته بدلیل تجربه انواع مشکلات و فقدان ها کاهش می یابد (۹) .رضایت اززندگی و میزان شادکامی در دوران سالمندی تحت تاثیر مرور زندگی گذشته فرد است و سالخوردگی به عنوان مرحله نهایی رشد برای بازنگری چگونه گذراندن زندگی گذشته است. ادامه رشد فرد در این دوره وقتی میسر است که بتواند با واقع بینی و انعطاف پذیری خود را با فقدان ها و تغییرات سازگار سازد و این سالهای عمر خود را با احساس ارزشمندی و موثر بودن بگذراند و زندگی خود را معنادار دیده و احساس رضایت کند (۱۰). در همین ارتباط به نظر می رسد معنویت با ارائه مجموعه ای از کلمات و چارچوب ها به افراد کمک نماید تا معنا ومفهوم زندگی خود را بهتر درک کنند (۱۱) . در واقع معنویت، بعدی ازابعاد وجودی انسان است که ارتباط و یکپارچگی او را با عالم هستی نشان می دهد. ارتباط ویکپارچگی به انسان امید و معنا می دهد و او را از محدوده ی



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

زمان و مکان و علایق مادی فراتر می برد (۱۲). در همین ارتباط نتایج مطالعه ادلر و فاگلی (۲۰۰۵) نشان داد که رضایت از زندگی، از میزان خودآگاهی، خوش بینی و معنویت گرایی فرد متأثر است؛ هرچه افراد خودآگاه تر و خوشبین تر و از معنویت گرایی بالاتری برخوردار باشند، به همان میزان از رضایت بالاتری برخوردارند(۱۳). یعقوبی، محققی و منظمی تبار(۱۳۹۲) نیز نشان داد که بهزیستی معنوی و امیدواری، از عوامل مهم رضایت از زندگی در سالمندان هستند(۱۴). بدلیل اینکه میزان شادکامی سالمندان بازنشسته بدلیل تجربه انواع فقدان ها و مشکلات پایین است لذا با توجه به بافت فرهنگی مذهبی جامعه ما سالمندان بازنشسته با افزایش تجارب معنوی خود در طول روز بتوانند شادتر زندگی کنند لذا هدف از انجام این پژوهش تعیین ارتباط تجربیات معنوی روزانه با شادکامی در سالمندان بازنشسته عضو کانون بازنشستگی کشوری اصفهان در سال ۱۳۹۳می باشد.

## مواد و روش ها

این پژوهش یک مطالعه توصیفی– تحلیلی از نوع مقطعی بود.جامعه پژوهش در این مطالعه را کلیه افراد سالمند ۶۰ سال و بالاتر عضو کانون بازنشستگان اصفهان تشکیل دادند. پژوهشگر پس از اخذ مجوز از دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان و کسب اجازه از مسئولین کانون، اقدام به نمونه گیری نمود. در این مطالعه نمونه گیری به مدت دو ماه با استفاده از جدول اعداد تصادفی و از میان پرونده های مراجعین به کانون و واجد معیارهای ورود به مطالعه انجام شد. تعداد نمونه ها با استفاده از فرمول آماری $N=((z1+z2)^2 (1-r^2)\div r^2)+2$ و ضریب اطمینان ۹۵٪، ضریب توان آزمون ۸۰٪ و ضریب همبستگی حداقل ۲/.، حجم نمونه حداقل ۱۹۰ نفر بدست امد. معیار ورود به مطالعه شامل سن ۶۰ سال و بالاتر، توانایی پاسخ گویی به سؤالات پرسشنامه، توان برقراری ارتباط و عدم معلولیت های شناخته شده ذهنی و جسمی و روانی ناتوان کننده ( مندرج در پرونده) بود. لازم به ذکر است که قبل از انجام پژوهش، در مورد اهداف پژوهش به افراد مورد مطالعه توضیح داده شد و علاقمندی آن ها جهت شرکت در پژوهش جلب شد و بعد از امضای فرم رضایت نامه کتبی شرکت در پژوهش، پرسشنامه ها در یک مرحله به صورت خودگزارش دهی تکمیل گردید. ابزار جمع آوری اطلاعات در این پژوهش شامل دو بخش بود. بخش اول شامل اطلاعات دموگرافیک نمونه های مورد پژوهش ( سن، جنس، میزان تحصیلات، وضعیت تأهل) و بخش دوم پرسشنامه سه قسمتی تجربیات معنوی روزانه[1] ، شادکامی آکسفورد[2] و بود.

تجربیات معنوی روزانه سالمندان با پرسش نامه تجارب معنوی روزانه آندروود وترسی[3] سنجیده شد که این پرسشنامه توسط آندروود وترسی در سال ۲۰۰۲ طراحی شده است(۱۵). این پرسشنامه ۱۶سوالی، یک ابزار چند بعدی از معنویت است که درک افراد را از یک نیروی برتر (الله، خدا) درزندگی روزمره و تعامل فرد با این وجود مافوق جهان مادی می سنجد و به تجارب معنوی افرادو نه عقاید و رفتارهای خاص مذهبی این

1 -Daily Spiritual Experiences Scale
2 -Oxford Happiness Inventory
3 -Underwood& Teresi



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]
[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

افراد اشاره دارد و نمره گذاری ان به شیوه لیکرت و امتیاز سوالات از ۱تا۶ می باشد. تقوی وامیری (۱۶) روایی وپایایی این مقیاس را در جامعه ایرانی مورد ارزیابی قرار دادند که روایی پرسش نامه ازسه طریق روایی همزمان،تحلیل عاملی وهمبستگی هریک ماده ها با نمره کل سنجیده شد و مورد تایید قرار گرفت و پایایی مقیاس نیز از سه روش بازازمایی،تنصیفی وثبات درونی سنجیده شد که ضریب بازآزمایی ازمون ۹۶٪ بدست امد واز طریق روش تنصیفی یادونیمه کردن آزمون ،ضریب همبستگی پیرسون برای کل مقیاس ۸۸٪بدست امد وهمچنین برای ثبات درونی مقیاس ،ضریب الفای کرونباخ ۹۱٪بدست امد همچنین ازآنجا که روایی وپایایی پرسشنامه در سالمندان ایرانی سنجیده نشده بود محقق برآن شد تا روایی وپایایی آزمون را در سالمندان ایرانی نیز بسنجد. روایی صوری پرسش نامه را از طریق مشورت با چند تن از اساتید روانشناس ومتخصص در این زمینه تعیین شد سپس پرسشنامه بین ۲۰ نفر از سالمندان بازنشسته در شهر اصفهان توزیع وتوسط آنها تکمیل شد وپایایی ازمون نیزاز طریق محاسبه ضریب الفای کرونباخ ۸۰٪ بدست آمد.

شادکامی سالمندان با پرسشنامه شادکامی آکسفورد سنجیده شد. این مقیاس را آرگایل[1] (۱۹۸۹) طراحی نمود که شامل ۲۹ سو ال است. هر سؤال شامل چهار عبارت است که از صفر تا ۳ نمره گذاری می شود؛ بنابراین نمر ۀ هر آزمودنی از صفر تا ۸۷ در نوسان است. روایی و پایایی این پرسشنامه در پژوهش های مختلف مورد بررسی قرار گرفته است به عنوان مثال آرگایل و همکاران پایایی این پرسش نامه را به روش آلفای کرونباخ ۹/ و روایی همزمان آن را ۴۳/ بدست آوردند (۱۷). قادری (۱۳۸۹) نیز جهت اطمینان از روایی و پایایی آزمونها برای گروه سالمندان،آزمون را برای نمونه ۵۰ نفری (۲۵ مرد و ۲۵ زن) از سالمندان تهرانی اجرا نمود که ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه شادکامی آکسفورد ۸۹٪ بود .همچنین پایایی آزمون شادکامی آکسفورد برای نمونه مذکور به روش بازآزمایی به فاصله دوهفته ( ۸۷٪) بود (۱۸).

رضایت اززندگی سالمندان با پرسشنامه رضایت از زندگی سالمندان(LSZ) سنجیده شد که دارای ۱۳ گویه است. در نمره دهی به سوالات به هر یک از سوالات مثبت گزینه های نمی دانم(نمره۰)، موافقم(۲ نمره) و مخالفم(۱ نمره) داده شد و در ارتباط با سوالات منفی گزینه های نمی دانم (نمره ۱) مخالفم( نمره ۲) و موافقم(نمره ۰) در نظر گرفته شد. .در کل نمره رضایت از زندگی سالمندان بین صفر و ۲۶ است و بدیهی است که نمرات بالاتر نشان دهنده رضایت از زندگی بالاتری است. محققان طراح نمرات ۱۲≤، ۲۱-۱۳ و ۲۲≥ را به ترتیب نشان دهنده سطح رضایت کم، متوسط و زیاد تلقی نموده اند. تقربی و همکاران (۱۳۸۹ ) روایی این ابزار را به شیوه های مختلف روایی صوری، محتوایی و سازه مورد بررسی و تایید قرار دادند. ضریب پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ با فرمول Unequal Spearman Brown محاسبه شدو ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۹ بدست آمد و.ثبات آن را به روش آزمون مجدد از طریق ضزیب همبستگی خوشه ای (۹۳/) مورد تایید قرار داده اند(۱۹). از روش‌های آماری توصیفی جهت تجزیه و تحلیل داده ها استفاده گردید. بعلاوه از نرم‌افزار spss16 و آزمون ضریب همبستگی پیرسون ،t مستقل و آنالیز واریانس جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده گردید.

1 -Argyle



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

## یافته ها

طبق نتایج بدست آمده از پژوهش حاضر، اکثر نمونه ها (۶۶.۷٪) درمحدوده سنی۶۰ تا ۷۰ سال قرار داشتند. ۶۰٪ از شرکت کنندگان را زنان و ۴۰٪ از نفرات را مردان تشکیل دادند. اکثر شرکت کنندگان دارای سطح تحصیلات زیردیپلم (۵۶.۶٪) و متاهل (۹۰٪ ) بودند.

نتایج آزمون همبستگی پیرسون و تی مستقل نشاندهنده ارتباط معنادار سن و جنس با میانگین نمره شادکامی سالمندان بود (p<۰/۰۵) (جدول ۱).

**جدول۱) ارتباط میانگین نمره تجربیات معنوی روزانه و شادکامی سالمندان با برخی مشخصات دموگرافیک**

| مشخصات | تعداد (درصد) | میانگین نمره تجربیات معنوی روزانه | | میانگین نمره شادکامی | | میانگین نمره رضایت از زندگی | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | p-value | | p-value | | p-value |
| سن<br>۶۰ تا ۶۹<br>۷۰ تا ۷۹<br>۸۰ و | ۱۰۰ (۶۶/۷)<br>۲۶ | r=/۹۲۹ | /۱۷۷ | r= /۶۷۶ - | /۰۰۲ | r=/۶۷۶ | /۱۲۲ |
| جنس<br>زن<br>مرد | ۹۰ (۶۰)<br>۶۰(۴۰) | t=/۱/۱۹ | /۲۳ | t=/۳۱ | /۰۴ | t=/۳۱ | /۷۶ |
| سطح تحصیلات<br>بیسواد<br>زیر دیپلم<br>دیپلم<br>تحصیلات عالی | ۳۰ (۲۰)<br>۸۵(۵۶/۶)<br>۳۲(۲۱/۴)<br>۳(۲) | r=/۱۰۹ | /۱۱۷ | r=/۱۲۴ | /۱۳۴ | r=/۱۲۴ | /۱۳۴ |
| وضعیت تاهل<br>مجرد<br>متاهل<br>همسر فوت شده<br>مطلقه | ۳(۲)<br>۱۳۵(۹۰)<br>۱۰(۶/۷)<br>۲(۱/۳) | F=/۵۹۱ | /۶۲۲ | F=/۲۲۲ | /۸۸۱ | F=/۲۲۲ | /۸۸۱ |

همچنین نتایج نشان می دهد میانگین نمره تجربیات معنوی روزانه (۲۱.۷± ۸۰.۱۵ ) شادکامی( ۱۳.۴± ۳۵.۵ ) و رضایت از زندگی سالمندان (۵/۹۱±۱۷/۲۱ ) می باشد. همچنین طبق نتایج این پژوهش بین تجربیات معنوی روزانه و شادکامی و رضایت از



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

زندگی سالمندان ارتباط مستقیم و معنی داری وجود دارد (p<۰۰۱/) (جداول ۲و ۳) .

**جدول۲) ارتباط میانگین نمره تجربیات معنوی روزانه با میزان شادکامی نمونه های مورد پژوهش**

| متغیر | میانگین | انحراف معیار | ضریب | همبستگی |
|---|---|---|---|---|
| | | | p | r |
| **تجربیات معنوی روزانه** | ۸۰/۱۵ | ۲۱/۷ | <۰۰۱/ | ۵۴۸/ |
| **شادکامی** | ۳۵/۵ | ۱۳/۴ | | |

**جدول۳) تعیین ارتباط میانگین نمره تجربیات معنوی روزانه با رضایت از زندگی نمونه های مورد پژوهش**

| متغیر | میانگین | انحراف معیار | ضریب | همبستگی |
|---|---|---|---|---|
| | | | p | r |
| **تجربیات معنوی روزانه** | ۷۳/۱۱ | ۱۶/۹ | ۰۰۱/ | ۴۳۴/ |
| **رضایت از زندگی** | ۱۷/۲۱ | ۲۰/۵ | | |

## بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر به بررسی ارتباط تجارب معنوی روزانه با شادکامی و رضایت از زندگی سالمندان عضو کانون بازنشستگی کشوری شهر اصفهان پرداخت. نتایج بدست آمده حاکی از ارتباط معنی دار جنس و سن سالمندان با میزان شادکامی آنها بود؛ به گونه ای که زنان سالمند نسبت به مردان شادکام تر بوده و نیز با افزایش سن سالمندان میزان شادکامی آنها کاهش یافت. در همین ارتباط نتایج مطالعه قادری (۱۳۸۹) و با هدف تعیین ارتباط جهت گیری مذهبی و شادکامی سالمندان نشان داد که میانگین نمره شادکامی در زنان بیشتر از مردان سالمند بود(۱۸). اما نتایج مطالعه مکبریان و همکاران (۱۳۹۳) که در پژوهش خود به مقایسه شادکامی زنان و مردان سالمند فعال و غیر فعال شهر تهران پرداخت، نشان داد که بین شادکامی زنان و مردان سالمند تفاوت معناداری وجود ندارد(۲۰). درباره متغیر سن، نتایج مطالعه صفری و همکاران (۱۳۸۸) همسو با نتایج مطالعه حاضر نشان داد بین دو متغیر سن و شادکامی نمونه های مورد پژوهش رابطه معناداری وجود دارد؛ بطوری که میانگین شادکامی در گروه سنی۳۰-۲۰ سال بیشتر است(۲۱) .طبق نتایج مطالعه حاضر، تجارب معنوی روزانه سالمندان در سطح بالا و میزان شادکامی آنها کمتر از حد متوسط بود. با وجود استفاده محدود پژوهش های داخلی از مقیاس تجربیات معنوی روزانه برای سنجش سطح معنویت سالمندان، نتایج برخی مطالعات که از مقیاس سلامت معنوی یا بهزیستی معنوی برای سنجش معنویت در سالمندان استفاده شده، سطح سلامت معنوی سالمندان را در حد متوسط و یا بالا ارزیابی کرده اند (۲۲)(۲۳). درواقع مذهب و معنویت برای بسیاری از مردم کشورمان اهمیت داشته و این مساله برای سالخوردگان مهمتر از جوانترها می



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

باشد(۲۴). از نظر وضعیت شادکامی نتایج مطالعه قادری (۱۳۸۸) (۲۵) و جمال زاده و گلزاری (۱۳۹۴) (۲۶) همسو با نتایج مطالعه حاضر در مطالعات خود میزان شادکامی سالمندان را پایین گزارش نمودند. در توضیح نتایج به دست آمده می توان گفت که تجربیات همزمان با بازنشستگی مانند از دست دادن موقعیت شغلی و اجتماعی و دوستان و آشنایان منجر به گوشه نشینی اجتماعی و کاهش میزان شادکامی سالمندان بازنشسته می گردد. دیگر نتایج این پژوهش حاکی از سطح متوسط میزان رضایت از زندگی سالمندان بود. در همین ارتباط نتایج مطالعه سلیمی و همکاران (۱۳۹۲) و با هدف مقایسه سلامت روان و رضایت از زندگی سالمندان بازنشسته دو دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور و شهید چمران اهواز به این نتیجه دست یافت که اکثر واحدهای مورد پژوهش از سطح رضایت از زندگی متوسطی برخوردار بودند(۲۲).

همچنین یافته های پژوهش حاضر نشان می دهد بین تجربیات معنوی روزانه و شادکامی سالمندان بازنشسته ارتباط معناداری وجود دارد؛ به عبارتی دیگر، تجربیات معنوی روزانه سالمندان که شامل تجربه شخصی، درونی وذهنی فرد از دنیای ورای دنیای مادی است با شادکامی در سالمندان مرتبط می باشد. در همین ارتباط رولد[1] (۲۰۱۱) نیز در پژوهش خود بر ارتباط معنادار سلامت معنوی و شادکامی تاکید نمود(۲۷). منظری، توکلی و عراقی پور (۲۰۱۱) نیز بین دین داری و شادکامی ارتباط مثبت و معناداری یافتند (۲۸). نتایج مطالعه شاکری نیا (۱۳۹۴) و با هدف ارزیابی رابطه بین فعالیت های بدنی، عمل به باورهای دینی و شادکامی در زنان سالمند به این نتیجه دست یافت که بین عمل به باورهای دینی و شادکامی آزمودنی های مشارکت کننده رابطه معنی داری وجود داشت (۲۹). در تبیین این یافته از مطالعه حاضر، می توان بیان داشت عمل به باورهای دینی موجب تقویت رابطهٔ معنوی فرد با خدا و ارتقاء معنایابی در زندگی فرد شده، این موضوع باعث شادکامی بیشتر شخص می شود. کالدور نیز معتقد است از آنجا که افراد مذهبی نزدیکترین دوستان خود را از میان افراد مذهبی انتخاب می کنند، علاوه بر داشتن احساس نزدیکی به خداوند، نسبت به مردم دید مثبتی دارند و همه این عوامل بر شادمانی آنها می افزاید.

نتایج پژوهش حاضر نشاندهنده ارتباط معنادار میانگین نمره تجربیات معنوی روزانه سالمندان با میزان رضایت از زندگی آنها بود. در همین ارتباط مطالعه حاضر کولیشاو و همکاران(۲۰۱۳ ) گزارش کردند معنویت با رضایت از زندگی در سالمندان ارتباط دارد(۳۰). نتایج مطالعه آشلی نیز نشان داد هرچه تعداد تجربیات معنوی روزانه افراد بیشتر باشد رضایت از زندگی بالاتری برخوردارند (۳۱). نتایج مطالعه یعقوبی،محققی و منظمی تبار نیز نشان داد که بهزیستی معنوی و امیدواری، از عوامل مهم رضایت از زندگی در سالمندان هستند(۱۴). نتایج مطالعه کریستوفر(۲۰۰۸) نیز نشان داد تجارب معنوی روزانه با ابعاد مختلف بهزیستی روانی( شادکامی، رضایت از زندگی و امیدواری نسبت به آینده ) سالمندان مرتبط است (۳۲). درتبیین این نتیجه از مطالعه حاضر می توان به این موضوع اشاره کرد که احساسات خاصی که از طریق تجارب معنوی روزانه حاصل می گردد مانند تجربه حضور خداوند و راهنمایی و هدایت از طرف خداوند می تواند استرس های روانی فرد را کم کند و از طریق کم کردن این استرس های روانی سلامت روانی افراد ارتقا می یابد علاوه براین تجربه آسایش، عشق و دوست داشتن و آرامش معنوی که از طریق تجارب معنوی روزانه ایجاد می گردد می تواند به گونه ای احساسات منفی فرد

1- Rowold



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

مانند افسردگی و استرس را از بین ببرد و باعث افزایش عزت نفس، دیدگاه مثبت و خوش بینی گردد(۳۳) و درواقع یک ارتباط قوی با متافیزیک و ماورا می تواندفرد را از هرگونه اضطراب و استرس و احساسات منفی دور کرده و به زندگی او معنا و مفهوم تازه ببخشد و این احساس را در فرد پایدار کند که برقدرت بی پایانی تکیه دارد که همواره او را دربرابرتمامی مشکلات حفظ خواهد کرد و جز خوبی برای او نخواهد خواست (۳۴) و به عبارتی معنویت میتواند هیجانات منفی از جمله افسردگی واضطراب وخشم را کاهش دهد. و درمقابل منجر به تقویت هیجانات مثبت مانند امیدواری،عشق ورزی واعتماد به نفس شادمانی شود که این هیجانات مثبت نتایج مثبتی همچون افزایش رضایت از زندگی را به همراه دارد[12] درواقع معنویت میتواند فاصله بین آنچه که انسان دارد وآنچه میخواهد داشته باشد را پر کند. و او را دردستیابی به موقعیتی جدید و افزایش رضایت از زندگی با کاهش فاصله بین واقعیت وایده آل یاری کند (۳۵).

ازیافته های مطالعه حاضر چنین بر می آید که هرچه سالمندان بازنشسته از تجربه معنوی روزانه بیشتری برخوردار باشند شادکامتر بوده و رضایت از زندگی بیشتری دارند.. بنابراین تجربیات معنوی می تواند بعنوان یک منبع حمایتی مهم به سالمندان برای رضایت از زندگی و شادکامی بیشتر کمک نماید . بنابراین توجه به این موضوع در برنامه های آموزشی بهداشت حائز اهمیت است. لذا پیشنهاد می شودپرستاران نگاه جامع تری نسبت به نیاز معنوی سالمندان داشته باشند و بتوانند در سایه حفظ کرامت های انسانی و اخلاقی، خدمات و مراقبت های کامل تر و مناسب تری را به آنان ارایه دهند .همچنین در نظر گرفتن برنامه ها و رویکردهایی در جهت ارتقای سطح تجارب معنوی سالمندان به منظور افزایش رضایت از زندگی و شادکامی آنها ضروری به نظر می رسد. از جمله محدودیت های پژوهش حاضر که سبب می شود تعمیم پذیری یافته های این مطالعه را تحت تاثیر قرار دهد، کوچک بودن جامعه آماری و انجام مطالعه در یک شهرو مرکز بود لذا پیشنهاد می گردد پژوهش های آتی ضمن در نظر گرفتن این محدودیت ها، مداخلاتی با تاکید بر بعد معنوی و سلامت روان سالمندان انجام دهند.

## تقدیر و تشکر

این مقاله حاصل طرح تحقیقاتی به شماره ۲۹۳۳۰۶ است که در معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اصفهان به ثبت رسیده است بدینوسیله لازم می دانم از همکاری مسئولین واعضای محترم کانون بازنشستگان کشوری اصفهان و کلیه سالمندانی که در به ثمر رسیدن این پژوهش نهایت همکاری را داشتند، سپاسگزاری نماییم.



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

## *References*

1) Jadidi A, Farahaninia M, Ganmohamadi S, Haghavi H. The Relationship between Spiritual Well-Being and Quality of Life among Elderly People Residing in Kahrizak Senior House .Iran journal of Nursing. 2014; 24(72): 46-58

2) Golparvar M,Bozorgmehri KH, Kazemi .Evaluation of the elements of retirement syndrome and its association with general health symptoms in elderly retired. Journal of Aging in Iran 2011;6(20):33-43

3) Mirzaei M, Shams-Ghahfarkhi M. Demographic characteristics of the elderly population in Iran according to the census 1976- 2006. Iranian Journal of Ageing. 2007; 2 (5): 1-10.

4) Mortazavi S, Ardabil R. Evaluation of the Elderly Mental Health of Sharekord and its relationship with demographic and social factor. Payesh journal. 2010; 10:485-492

5) Golparvar M,Bozorgmehri KH, Kazemi .Evaluation of the elements of retirement syndrome and its association with general health symptoms in elderly retired. Iranian Journal of Ageing. 2011;6(20):33-43.

6) Shukla P, Kiran U. Subjective Happiness among the Elderly across Various Groups. Journal of Humanities and Social Science. 2013; 13(6): 46-49

7) Rgayl, M. The psychology of happiness. 5th ed. (Translation by Calantari M etal.). Isfahan, Isfahan University Jihad Publication. 2004

8) Kajbaf MB, Sajadian P, Kaviani M, Anvari H. The Relationship between Islamic life-style with happiness and life satisfaction of students in Isfahan.Ravanshenasi-va Din 2012;4(4): 61-74

9) Bagheri M , Sohrabi M, Ebrahimi M, Heidari-Fard J, Yanj J, Golchinmehr S. The Relationship between Life Satisfaction with Social Support and Self-efficacy in Community-dwelling Elderly in Sari, Iran. J Mazand Univ Med Sci . 2013; 23(101): 38-47

10) Mimandi M, Barghamandi M.The relationship between the practice of religious beliefs and life satisfaction among the elderly, Iran j Aging. 2010; 5: 87-98

11) Fatahi R.The effects of islamic spiritual group therapy on symptoms of dysthymic and quality of life of girl students of Isfahan university [dissertation].(Isfahan): Isfahan university .2009: 200

12) Bolhari G, Zamanian S, Naziri GH. The effectiveness of group therapy and spiritual approach to treatment of depression, anxiety and stress in women with breast cancer. Journal of Women Sociology. 2011; 3(1): 85-90



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

13) Adler MG, Fagley N S. Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. Journal of personality.2005; 73(1):79-114.

14) Yaghoobi A, Mohagheghi H, Monazami tabar F. The relationship between spiritual well-being and hope with life satisfaction in elderly. Ravanshenasi-va Din. 2014; 7(3): 109-121

15) Underwood G, Teresi J. The Daily Spiritual Experience Scale: Development, Theoretical Description, Reliability,Exploratory Factor Analysis, and Preliminary Construct Validity Using Health-Related Data. The Society of Behavioral Medicine. 2002;24(1): 22–33

16) - Taghavi M, Amiri H. Assess the psychometric properties of the questionnaire daily spiritual experiences. Biquarterly Journal of Isalmic Education. 2010; 5(10): 151-162.

17) Argyl M, Martin M, Grossland J. Happiness as a function of personality in: JP Forgas and JM Innes (eds). Recent advances in social psychology: An international perspective (pp.189-203). North Holland: Elsevier Science Publisher; 1989.

18) GHaderi D. The relationship between religious orientation and happiness of the elderly. Iranian Journal of Ageing. 2011; 5(18): 61-71.

19) Tagharobi Z, Tagharobi L, Sharifi KH, Sooki Z. Reliability and validity of life satisfaction questionnaire in Iranian elderly.2010;10(1): 5-13

20) Mokaberian M , Kashani V, Kashani K, Namdar Tajari S, The Comparison of Happiness in Active and Inactive Old Men and Women in Tehran, Development & Motor Learning. 2014; 6(2):183-194.

21) Safari Sh, Happiness and Its Relationship with University Students' Demographic Factors, Industrial and organizational psychology, 2011; 1(2):79-87.

22) Salimi E, Dashtbozorgi B, Mozafari M, Tabesh H. Investigating mental health status and life satisfaction of retired elderly referred to retirement's centers of the Jundishapur University of medical sciences and shahid Chamran University in Ahvaz. . Journal of Geriatric Nursing. 2013: 1(1): 21-31

23) Shahsavarloo Z, Lotfi MS, Taghadosi M, Mousavi MS, Yousefi Z , Amirkhosravi N. Relationship between components of Spiritual well-being with hope and life satisfaction among elderly with cancer in Kashan. . Journal of Geriatric Nursing. 2013;1(2) : 44-53

24) Rezaei M, Seyedfatemi N, Hosseini F. Spiritual Well-being in Cancer Patients who Undergo Chemotherapy]. *HAYAT*. 2008; 14(3-4): 104.

25) Ghaderi D. The Survey of Relationship between Religious Orientation and Happiness among the Elderly Man and Woman in Tehran. Salmand. 2011; 5 (4):64-71.



[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]

26) Gamalzadeh R, Golzari M.The effectiveness of hope therapy on increasing happiness and life satisfaction of elderly Resident in Borujen city nursing home. Quarterly of woman and society.2014; 5(2):31-40.

27) Rowold J. Effects of Spiritual Well-Being on Subsequent Happiness, Psychological Well-Being, and Stress. Journal of Religion and Health .2011; 50:950–963.

28) Manzari-Tavakoli A, Eraqipoor N. The relationship between religiosity and happiness among female students of Islamic Azad University of Erman. Quarterly Educational Psychology. 2011; (6): 19-45.

29) shakerinia I, Ramazani F. The relationship between physical exercise, religious beliefs and happiness in older women. jgn. 2016; 2 (2):25-36.

30) Cowlishaw S, Niele S, Teshuva k, Browning C and Kendig H. Older adults' spirituality and life satisfaction: a longitudinal test of social support and sense of coherence as mediating mechanisms. Ageing & Society journal. 2013; 10(17):1243-1262.

31) Ashley N. Daily experience of spirituality and satisfaction with life in African americans, ProQuest Information and Learning Company. UMI: 3552671. 2011: 80-90.

32) Christopher G,Ellison,Daisy Fan. Daily Spiritual Experiences and Psychological Well-being among US Adults, Springer Science, Soc Indic Res .2008; 88:247–271.

33) Underwood G, Teresi J. The Daily Spiritual Experience Scale: Development, Theoretical Description, Reliability,Exploratory Factor Analysis, and Preliminary Construct Validity Using Health-Related Data. The Society of Behavioral Medicine. 2002; 24(1): 22–33.

34) Shahsavarloo Z, Lotfi MS, Taghadosi M, Mousavi MS, Yousefi Z , Amirkhosravi N. Relationship between components of Spiritual well-being with hope and life satisfaction among elderly with cancer in Kashan. . Journal of Geriatric Nursing. 2013; 1(2): 44-53.

35) Fallah R, Golzari M, Dastani M, Akbari ME. Integrating Spirituality into a Group Psychotherapy Program for Women Surviving from Breast Cancer, Iran J Cancer Prev. 2012; 3:141-147.

[ Downloaded from jgn.medilam.ac.ir on 2026-11-12 ]

[ DOI: 10.21859/jgn.3.2.34 ]