

The impact of the study on semantic expansion and conceptualization in the elderly

Mehrchereh Barimani S¹, *Khazadeh A²

1- Department of Psychology, College of Human Science, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran.

2- Department of Psychology, College of Human Science, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran.

(Corresponding Author)

Email: mehrbarimani@gmail.com

Abstract

Introduction: Semantic expansion and conceptualization are key factors for problem-solving and learning scientific concepts in the learners. The purpose of this study is to evaluate the effects of reading on semantic expansion and conceptualization of the elderly men and women who are 60 years and older in Tehran.

Method: The research method is descriptive in terms of the method and is exploratory survey in terms of minor purpose. The method of sampling is based on availability, so in accordance with the purpose of the study, participants were selected. The participants were divided in 3 subgroups: The elderly who do not study at all, those who study maximum 30 minutes a day and the elderly who study 60 minutes and above each day. The research tool is the questioner built by the researcher. The researcher tries to measure semantic expansion and conceptualization of three groups of elderly people in the provided words that indicate concrete and abstract concepts. The groups were matched in terms of literacy level. Descriptive statistical methods such as mean, standard deviation and frequency distribution tables is used for data analysis and analysis method of one-way analysis of variance (ANOVA) is also used for inferential analysis.

Results: The results show that the amount of study of elderly people has an effect on writing components and features of the concept, on the objective and abstract concepts, on the composition and the inclusion of the intended concept into other concepts and in creating a close relationship between the desired concept and other concepts as well as the presented concepts against the intended concepts.

Conclusion: Mental and physical weakness is a symptom of old age, therefore it should be delayed by changes in the life style.

Keywords: Semantic expansion, Conceptualization, Elderly.

Received: 9/11/2016

Accepted: 21/2/2017

Access this article online



Website:

www.joge.ir

DOI:

[10.18869/acadpub.joge.1.3.49](https://doi.org/10.18869/acadpub.joge.1.3.49)

تأثیر میزان مطالعه بر بسط معنایی و مفهوم سازی در سالمندان

صدیقه مهرچهره بریمانی^۱، *علی خانزاده^۲



CrossMark
click for updates



۱- گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران.
۲- گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران (نویسنده مسئول)
mehrbaramani@gmail.com

نشریه سالمندشناسی شماره ۱ دوره ۳ زمستان ۱۳۹۵، ۵۶-۴۹

چکیده

مقدمه: بسط معنایی و مفهوم سازی عواملی کلیدی برای حل مساله و یادگیری مفاهیم علمی در یادگیرندگان هستند. پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر مطالعه در بسط معنایی و مفهوم سازی در سالمندان زن و مرد ۶۰ سال به بالا شهر تهران انجام گردیده است.

روش: در این پژوهش توصیفی، نمونه پژوهش به شیوه در دسترس و متناسب با اهداف پژوهش انتخاب شد. آزمودنی ها به ۳ زیرگروه تقسیم می شدند: سالمندانی که مطالعه نمی کردند، آنهایی که حداکثر ۳۰ دقیقه در روز مطالعه می کردند و سالمندانی که حداقل ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه داشتند. ابزار پژوهش پرسشنامه محقق ساخته ای بود که بسط معنایی و مفهوم سازی ۳ گروه سالمندان را با کلماتی مبتنی بر مفاهیم عینی و انتزاعی اندازه گیری می نمود. گروه ها از نقطه نظر سواد هممتاسازی شدند. برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آمار توصیفی و تحلیل های استنباطی استفاده شد.

یافته ها: نتایج پژوهش حاضر نشان داد که میزان مطالعه افراد سالمند در مفاهیم انتزاعی در نوشتن اجزاء و ویژگیهای مفهوم، در مفاهیم عینی و انتزاعی در ترکیب و اندراج مفهوم مورد نظر در مفاهیم دیگر، در ایجاد رابطه نزدیک بین مفهوم موردنظر با مفاهیم دیگر و در کل مفاهیم ذکر شده در مقابل مفهوم موردنظر تأثیر دارد.

نتیجه گیری: ضعف قوای ذهنی علاوه بر قوای جسمی یکی از عوارض سالمندی می باشد، لذا بایستی آنها را با تغییر الگوی زندگی سالمندان به تأخیر انداخت.

کلید واژه ها: بسط معنایی، مفهوم سازی، سالمندان.

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۱۲/۳

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۸/۱۹

Access this article online



Website:
www.joge.ir

DOI:
[10.18869/acadpub.joge.1.3.49](https://doi.org/10.18869/acadpub.joge.1.3.49)

مقدمه

پدیده سالمندی نتیجه سیر طبیعی زمان است که منجر به تغییرات فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی می شود. طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت سالمندی عبور از ۶۰ سالگی است. امروزه با پیشرفت علم بهداشت و گسترش آن هر سال بر شمار سالمندان جهان افزوده می شود (۱). در آینده نزدیک افراد ۶۵ ساله و بالاتر افزایش بیشتری پیدا می کنند. که در سال ۲۰۰۵ به ۳۵ میلیون و تا سال ۲۰۳۰ تقریباً دو برابر شده و به حدود ۷۰ میلیون نفر خواهد رسید و در سال ۲۰۵۰ به ۸۲ میلیون تن بالغ خواهد شد (۲،۳). با افزایش سن و آغاز سالمندی، افراد به تدریج برخی از کارکردهای فیزیولوژیک و روانی اجتماعی خود را از دست می دهند، هر چند که ممکن است این تنزل در وضعیت عملکردی سبب وابستگی سالمند نشود، ولی بر آسیب پذیری این گروه جمعیتی اثرات زیادی دارد (۴). اختلالات شناختی از جمله مشکلات شایع دوران سالمندی می باشد که طیف بسیار وسیعی از اختلالات دوران سالمندی را به خود اختصاص داده است (۵،۶). به طوری که حدود ۳۵ درصد سالمندان درجات مختلف آن را نشان می دهند. از حدود ۷۰ سالگی تقریباً کاهش متغیری در حداکثر توان هوشی افراد دیده می شود. افراد سالخورده گرچه توانایی خود را برای درک و فهمیدن موضوعات و موقعیت خود و حتی آموزش تجارب و اطلاعات جدید حفظ می کنند، اما ممکن است با فعالیت های نیازمند پاسخ سریع و دقیق مشکل داشته باشند (۷،۸).

روش بسط معنایی، روشی است برای به خاطر آوردن چیزی بدین شکل که معنای آن را بسط دهید. این روش یکی از راه های بهینه سازی حافظه است. فرد در برابر یک کلمه می تواند سوالات متعددی مطرح کند و به آن ها پاسخ دهد. این نوع پرداختن به مفهوم یک واژه امکان پایداری بیشتر در حافظه را بیشتر می کند. با توجه به ارتباط مطالعه بر فعالیت های شناختی و کارکردی مغز و پیشگیری از زوال حافظه و با در نظر گرفتن ارتباط بسط معنایی با انواع حافظه می توان انتظار داشت که مطالعه بر مفهوم سازی و بسط معنایی تأثیر گذار باشد (۹).

Vinkers و همکاران ۲۰۰۳ پژوهشی با هدف بررسی عوامل موثر بر جلوگیری دمانس و زوال مغز بر روی ۱۳۰ سالمند ساکن در مراکز نگهداری انجام داد، و نتایج پژوهشان نشان داد یکی از عوامل موثر در پیشگیری از فرآیندهای تخریب شناختی و فرآیندهای مغز انجام فعالیت های ذهنی از جمله بازی های فکری، مطالعه متناوب و منظم، شرکت در گفتگو و بحث های دسته جمعی است (۱۰). Goldman و همکاران ۱۹۹۵ نیز با مطالعه بر روی ۷۶ سالمند نشان دادند که میزان مطالعه و فعالیت های ذهنی تأثیر مستقیم بر عملکرد شناختی و ادراک آنها دارد، به گونه ای که افراد با میزان مطالعه بیشتر کمتر دچار فراموشی و دمانس می شوند (۱۱).

در ایران، مداح ۱۳۸۷ به بررسی وضعیت فعالیت های اجتماعی و نحوه گذراندن اوقات فراغت در سالمندان ایران و سوئد با مقایسه سه گروه در دامنه سنی ۶۰ تا ۷۷ سال پرداخت و نتیجه نشان داد که حدود ۶۰ درصد سالمندان سوئدی در اوقات فراغت کتاب می خوانند که در سالمندان ایرانی این رقم به نصف می رسد. خواندن کتاب و روزنامه می تواند فعالیت مثبت برای پر کردن اوقات فراغت باشد، زیرا تحریک ذهنی حاصل از آن از افت قوای شناختی پیشگیری می کند. یافته های این مطالعه نشان می دهد که هر چند سالمندان ساکن جامعه، در کل از نظر وضعیت اجتماعی دارای شباهت هایی می باشند، ولی عوامل فرهنگی، سیستم های اجتماعی و سبک زندگی آنها به شکل قابل ملاحظه ای دارای ویژگیهای خاص است (۱۲).

با توجه به اهمیت و رشد روز افزون قشر سالمند کشور و اهمیت توجه به این قشر آسیب پذیر از دیدگاههای مختلف از جمله خود مراقبتی و استقلال در برنامه روزانه این افراد و با توجه به این که پژوهشگران در جستجوی منابع و متون داخل و خارج به مطالعات اندکی در خصوص مقایسه بسط معنایی و مفهوم سازی در سالمندان با میزان ساعت مطالعه متفاوت، برخورد کرد. لذا ضرورت پرداختن به این پژوهش جهت ارتقا کیفیت زندگی سالمندان لازم و ضروری به نظر می رسد و امید است که با استفاده از نتایج این پژوهش به مسئولین سازمان بهزیستی، خانه های نگهداری سالمندان و آموزش به خانواده هایی که با افراد سالمند زندگی می کنند، بتوان مطالعه و انواع فعالیت ها و بازی های فکری را در برنامه های مراقبتی روزانه سالمندان گنجانند.

روش مطالعه

این تحقیق از نظر روش جزء مطالعات توصیفی و از نظر هدف جزء تحقیقات پیمایشی - اکتشافی بود. جامعه آماری را کلیه سالمندان ۶۰ سال به بالا شهر تهران که به ۳ زیرجامعه تقسیم می شود: سالمندانی که مطالعه نمی کنند و سالمندانی که حداکثر ۳۰ دقیقه در روز مطالعه می کنند و سالمندانی که حداقل در روز ۶۰ دقیقه و بیشتر مطالعه می کنند، تشکیل می دادند. نمونه گیری پژوهش به شیوه در دسترس بود که در آن متناسب با اهداف پژوهش، شرکت کنندگانی انتخاب شدند که با میزان تفاوت در ساعات مطالعه آماده همکاری با پژوهشگر بودند (۳ گروه ۲۵ نفری). انتخاب ۲۵ نفر برای هر گروه براساس فرمول تعیین حجم نمونه و حجم اثر ۰/۰۶ و آلفای ۰/۰۵ به دست آمد.

شرکت کنندگان گروه ها از نقطه نظر سطح سواد (خواندن و نوشتن تا سطح دیپلم) در ۴ گروه همتاسازی شدند که عبارت است از: الف) توانایی خواندن و نوشتن تا حداکثر پایان دوره ابتدایی، ب) از

شد. محاسبات آماری از روش آمار توصیفی مانند محاسبه فراوانی و میانگین داده ها انجام و از نظر آمار استنباطی با توجه به همگنی واریانس های داده های متغیرها در ۳ گروه آزمودنی از آنالیز واریانس یکطرفه و تست تعقیبی توکی استفاده شد.

از کلیه سالمندان برای شرکت در پژوهش رضایت آگاهانه اخذ و به آن ها اطمینان داده شد که اطلاعاتشان به صورت محرمانه حفظ خواهد گردید. این پژوهش براساس منشور اخلاق پژوهش و با کد اخلاق ۹۳۰۴۸۹۴۲۸ در معاونت پژوهش و فناوری دانشگاه آزاد واحد ساوه به تصویب رسید.

یافته ها

۷۵ سالمند در مطالعه شرکت نمودند که میانگین سنی آنها ۷۲ سال بود. ۳۱ نفر سالمندان مورد مطالعه (۴۱/۳۳ درصد) زن و مابقی مرد بودند. ۱۲ نفر (۱۶ درصد) تا مقطع ابتدایی، ۱۲ نفر (۱۶ درصد) سیکل، ۲۱ نفر (۲۸ درصد) متوسطه و ۳۰ نفر (۴۰ درصد) دیپلم داشتند. ۱۸ نفر از سالمندان (۲۴ درصد) شاغل و ۵۷ نفر (۷۶ درصد) بازنشسته بودند. (جدول ۱) شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش را نشان می دهد:

ابتدایی تا حداکثر اول متوسطه، ج) پایان اول متوسطه تا زیر دیپلم، د) دیپلم. در این مطالعه با توجه به این که جنسیت زن و مرد از نقطه نظر شناخت توانایی های ذهنی شناختی با یکدیگر تفاوت ندارند، جنسیت کنترل نگردید.

به منظور جمع آوری داده از پرسشنامه محقق ساخته استفاده گردید. این پرسشنامه ضمن امکان دست یابی به اطلاعات شخصی فرد سالمند، با ارائه واژه های متفاوت بسط معنایی و مفهوم سازی ۳ گروه سالمندان را در توجه و نوشتن اجزاء و ویژگیهای مفهوم، ترکیب و اندراج مفهوم مورد نظر در مفاهیم دیگر، ایجاد رابطه نزدیک بین مفهوم مورد نظر با مفاهیم دیگر و رابطه دور مفهوم مورد نظر با مفاهیم دیگر و همچنین کل مفاهیم ارائه شده در مقابل مفهوم موردنظر، اندازه گیری می نماید. برای راهنمایی بیشتر آزمودنی چگونگی عمل با یک مفهوم ارائه و در صورت لزوم توضیح شفاهی نیز به آزمودنی ها داده شد. برای پاسخگویی به پرسشنامه مفهوم سازی و بسط معنایی محدودیت زمانی برای آزمودنی ها وجود نداشت. پایایی پرسشنامه مورد مطالعه توسط آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت و مقدار ۰/۸۴ حاصل از آن نشان داد که پرسشنامه دارای پایایی مناسبی است.

به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS استفاده

جدول ۱: شاخص های توصیفی متغیرهای بسط معنایی و مفهوم سازی

گروه	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
سالمندانی که اصلا مطالعه نمی کنند	۳۰۰	۳۹۰۰	۱۶۳۶۰۰	۸۷۴۱۰۹	۰۸۹۲	۰۸۱۸
	۱۰۰	۱۶۰۰	۷۰۰۰۰	۳۵۵۹۰۳	۰۱۵۷	۰۳۰۵
	۰۰۰	۶۰۰	۱۵۲۰۰	۱۶۳۶۰۵	۱۶۹۶	۱۳۶۹
	۰۰۰	۲۰۰	۰۱۲۰۰	۰۴۳۹۷۰	۳۸۸۲	۱۰۳۳۹
	۴۰۰	۳۳۰۰	۱۶۲۰۰۰	۷۰۶۵۱۷	۰۲۲۰	۰۰۹۰
	۰۰۰	۲۱۰۰	۳۴۰۰۰	۴۲۹۱۴۶	۳۰۷۰	۱۱۹۶۱
	۰۰۰	۸۰۰	۱۴۸۰۰	۲۰۶۳۹۸	۱۹۱۶	۳۵۴۳
	۰۰۰	۱۰۰	۰۰۴۰۰	۰۲۰۰۰۰	۳۰۰۰	۱۰۰۰۰
سالمندانی که حداکثر تا ۳۰ دقیقه مطالعه می کنند	۸۰۰	۲۹۰۰	۱۴۲۸۰۰	۵۷۴۸۳۳	۰۹۶۴	۰۲۵۰
	۰۰۰	۱۷۰۰	۶۸۸۰۰	۴۰۶۵۳۰	۰۵۶۷	۰۲۷۹
	۰۰۰	۵۰۰	۲۳۶۰۰	۱۳۵۰۳۱	۰۲۶۸	-۰۲۶۶
	۰۰۰	۲۰۰	۰۱۲۰۰	۰۴۳۹۷۰	۲۸۸۲	۱۰۳۳۹
	۳۰۰	۴۳۰۰	۲۱۰۰۰۰	۸۸۰۳۴۱	۰۰۳۷	۰۸۶۲
	۱۰۰	۱۸۰۰	۸۱۶۰۰	۴۶۸۷۵۷	۰۰۳۰۵	-۰۷۲۱
	۰۰۰	۸۰۰	۴۰۸۰۰	۲۶۶۰۲۰	۰۰۶۵	-۱۲۱۰
	۰۰۰	۶۰۰	۰۷۲۰۰	۱۳۶۹۹۱	۲۷۷۳	۸۹۵۵
سالمندانی که در روز ۶۰ دقیقه و بیشتر مطالعه می کنند	۶۰۰	۴۹۰۰	۱۹۹۶۰۰	۱۰۵۶۵۱۹	۱۱۴۴	۱۰۱۹
	۰۰۰	۲۶۰۰	۱۰۷۶۰۰	۵۹۱۱۰۱	۰۶۴۶	۱۴۵۱
	۰۰۰	۱۸۰۰	۴۹۲۰۰	۳۹۹۹۱۷	۱۵۰۰	۳۴۱۸
	۰۰۰	۶۰۰	۱۷۲۰۰	۱۸۱۴۷۵	۱۰۰۰	۰۰۱۷
	۱۲۰۰	۶۱۰۰	۲۸۶۸۰۰	۱۲۳۴۶۵۰	۱۱۲۱	۰۹۸۱
	۶۰۰	۳۲۰۰	۱۵۶۴۰۰	۷۴۹۹۳۳	۰۶۹۲	-۰۷۶۴
	۳۰۰	۳۶۰۰	۱۰۵۲۰۰	۶۹۲۸۹۲	۲۱۶۵	۶۷۹۲
	۰۰۰	۱۵۰۰	۱۵۶۰۰	۳۳۳۲۶۵	۲۳۸۷	۱۱۹۱۸

دیگر یافته های پژوهش نشان می دهد که تفاوت در مفهوم عینی در ایجاد رابطه دور در کل مفاهیم در بین سالمندانی که اصلا مطالعه نمی کنند و سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند در سطح ۰/۰۱ و بین سالمندانی که حداکثر تا ۳۰ دقیقه در روز مطالعه می کنند و سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند، در سطح ۰/۰۱ معنادار است به نحوی که مفهوم عینی در ایجاد رابطه دور در کل مفاهیم در سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند به طور معناداری بیشتر از دو گروه دیگر است. تفاوت در مفهوم انتزاعی در ایجاد رابطه دور در بین سالمندانی که اصلا مطالعه نمی کنند و سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند، در سطح ۰/۰۵ معنادار است، به نحوی که مفهوم انتزاعی در ایجاد رابطه دور در سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند، به طور معناداری بیشتر از سالمندانی که اصلا مطالعه نمی کنند است. نتیجه بدست آمده از این پژوهش با دستاورد علمی حقیقتیان و همکاران (۱۸) همسو می باشد. به نظر می رسد یکی از فواید قابل توجه و بسیار کاربردی برای افراد سالمند این باشد که هنگام مطالعه با کلماتی مواجه می شوند که به طور معمول به کار نمی برند. حتی کلماتی که اصلا قبلا به گوششان نخورده است و معنی این کلمات را از محتوی متن کتاب متوجه می شوند. بنابراین مطالعه نه تنها دایره لغات آنها را بیشتر می کند بلکه دانش و ادبیات آن ها را نیز تقویت می کند و حتی از به روز شدن دانش خود احساس شغف و رضایت درونی خواهند داشت و در واقع به نوعی در بالا بردن اعتماد بنفس آنها می تواند کمک تلقی شود.

نتیجه گیری نهایی

پیر شدن جمعیت از نتایج مثبت توسعه به شمار می آید، اما پرداختن به سلامت روان و جسم سالمندان موضوعی جدی است که باید در برنامه های کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه قرار گیرد. یکی از موضوعاتی که سالمندان با آن روبرو هستند علاوه بر ضعف قوای جسمانی با ضعف قوای ذهنی نیز مواجه می شوند، لذا بایستی عوارض پیری را با تغییر الگوی زندگی سالمندان به تاخیر انداخت. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که میزان مطالعه افراد سالمند علاوه بر گشودگی ذهن، در نوشتن اجزاء و ویژگی های مفهوم، در ترکیب و اندراج مفهوم موردنظر در مفاهیم و در ایجاد رابطه نزدیک بین مفهوم مورد نظر با مفاهیم تاثیر دارد.

محدودیت های این مطالعه عدم اطلاعات کافی از متغیرهای جمعیت شناختی (شرایط خانوادگی، عدم دسترسی به ویژگیهای شخصیتی، وضعیت اجتماعی خانواده، طبقه اقتصادی خانواده و

سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند، در سطح ۰/۰۱ معنادار است، به نحوی که مفهوم عینی در ترکیب و اندراج در سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند، به طور معناداری بیشتر از دو گروه دیگر است. تفاوت در مفهوم انتزاعی در ترکیب و اندراج در بین سالمندانی که اصلا مطالعه نمی کنند و سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند در سطح ۰/۰۱ و بین سالمندانی که حداکثر تا ۳۰ دقیقه در روز مطالعه می کنند و سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند در سطح ۰/۰۱ معنادار است به نحوی که مفهوم انتزاعی در ترکیب و اندراج در سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند به طور معناداری بیشتر از دو گروه دیگر است. نتیجه به دست آمده از این پژوهش با دستاورد علمی مداح (۱۲) و حبیبی و همکارانش (۱۵) همسو است.

براساس نتایج به دست آمده از پژوهش، تفاوت در مفهوم عینی در ایجاد رابطه در بین سالمندانی که اصلا مطالعه نمی کنند و سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند در سطح ۰/۰۱ و بین سالمندانی که حداکثر تا ۳۰ دقیقه در روز مطالعه می کنند و سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند، در سطح ۰/۰۵ معنادار است به نحوی که مفهوم عینی در ایجاد رابطه در سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند به طور معناداری بیشتر از دو گروه دیگر است. تفاوت در مفهوم انتزاعی در ایجاد رابطه نزدیک در بین سالمندانی که اصلا مطالعه نمی کنند و سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند در سطح ۰/۰۱ و بین سالمندانی که حداکثر تا ۳۰ دقیقه در روز مطالعه می کنند و سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند، در سطح ۰/۰۱ معنادار است به نحوی که مفهوم انتزاعی در ایجاد رابطه نزدیک در سالمندانی که ۶۰ دقیقه و بیشتر در روز مطالعه می کنند به طور معناداری بیشتر از دو گروه دیگر است. این یافته به دست آمده با نتایج پژوهش جعفرزاده و همکاران (۱۶) و محمدی و همکاران (۱۷) همسو می باشد. این نتیجه نشان می دهد که هر زمان که مطالعه می کنیم در واقع ذهن را تعلیم می دهیم. وقتی با کلمات جدیدی مواجه می شویم مفهوم آن را کشف می کنیم و در حافظه کوتاه مدت ذخیره می کنیم. تحقیقات ثابت کرده اند که مطالعه، زوال را در قوه ادراک شخص کاهش می دهد. کسانی که ذهن را با مطالعه برمی انگیزند بهتر می توانند مغز را زنده نگه دارند. لذا یکی از فواید مهم و قابل توجه مطالعه برای افراد سالمند کمک کردن به آنها در یادآوری مفاهیم نزدیک به واژه ها و موضوع مورد نظر است که در واقع فرایند یادآوری از مراحل حافظه را شامل می شود.

به ثبت رسیده است. از عنایت استاد بزرگوارم جناب آقای دکتر علی خانزاده که با راهنمایی های سودمند و دقت نظر سازنده در تمام مراحل تدوین این پژوهش صبورانه مرا یاری نمودند و کمال تقدیر و تشکر را دارم و از خداوند متعال توفیق روزافزون ایشان را خواستارم. از زحمات سرکار خانم دکتر زهرا نقش که مشاوره این پژوهش را بر عهده داشتند و مرا از نظرات ارزنده خود بهره مند ساختند. بی نهایت سپاسگزارم. از کلیه سالمندانی که در انجام این مطالعه ما را یاری نمودند، تقدیر و تشکر به عمل می آوریم.

شرایط زندگی آزمودنی ها) و همچنین کمبود تحقیقات مشابه در ایران بود. پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی جنسیت، ویژگیهای جمعیت شناختی، محل سکونت و ... سالمندان نیز مورد توجه قرار گیرد.

تشکر و قدردانی

این مقاله حاصل پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد رشته روانشناسی تربیتی می باشد که در دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه

References

1. Rashedi V, Gharib M, Yazdani AA. Social participation and mental health among older adults in Iran. *Iranian Rehabilitation Journal*. 2014;12(19):9-13.
2. Rashedi V, Rezaei M, Foroughan M, Delbari A. Validity and reliability of the depression in old age scale (DIA-S) in Iranian older adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. 2016;66:193-7.
3. WHO. Ageing 2016 [Available from: <http://www.who.int/topics/ageing/en/>].
4. Khademi MJ, Rashedi V, Sajadi S, Gheshlaghi SM. Anxiety and Loneliness in the Iranian Older Adults. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*. 2015;5(2):49-52.
5. Rashedi V, Rezaei M, Gharib M. Prevalence of cognitive impairment in community-dwelling older adults. *Basic and Clinical Neuroscience*. 2014;5(1):28-30.
6. Nazari H, Rashedi V, Mohammadi H, Yousefi M. Relationship between cognitive status and activities of daily living among the elderly of nursing homes. *Journal of Kermanshah University of Medical Sciences*. 2015;18(12):744-6.
7. Bond K, Jorm A, Kitchener B, Kelly C, Chalmers K. Development of guidelines for family and non-professional helpers on assisting an older person who is developing cognitive impairment or has dementia: a Delphi expert consensus study. *BMC Geriatrics*. 2016;16(1):129.
8. Roberts RO, Cha RH, Mielke MM, Geda YE, Boeve BF, Machulda MM, et al. Risk and protective factors for cognitive impairment in persons aged 85 years and older. *Neurology*. 2015;84(18):1854-61.
9. Zheng L, Huang R, Hwang G-J, Yang K. Measuring Knowledge Elaboration Based on a Computer-Assisted Knowledge Map Analytical Approach to Collaborative Learning. *Educational Technology & Society*. 2015;18(1):321-36.
10. Vinkers D, Gussekloo J, Westendorp R. Leisure activities and the risk of dementia. *New England Journal of Medicine*. 2003;349(13):1290-1.
11. Goldman N, Korenman S, Weinstein R. Marital status and health among the elderly. *Social Science & Medicine*. 1995;40(12):1717-30.

12. Madah SB. The status of social and leisure time activities in the elderly residing in Iran and Sweden. *Iranian Journal of Ageing*. 2008;3(2):597-606.
13. Shamani S. Evaluation and comparison of mental disorders living in nursing homes in Isfahan. Isfahan: University of Isfahan; 2003.
14. Mohaqeqi Kamal HS, HA Zare, HA Beiglarian, A. Elderly quality of life: A comparison between pensioners of Social Security Organization and National Retirement Fund (Qom County, 2006). *Journal of Health Administration*. 2007;10(27):49-56.
15. Habibi Sola A, Nikpour S, Rezaei M, Haghani H. The relationship between health promoting behaviors and ADL, IADL in the elderly of West of Tehran, 2007. *Iranian Journal of Ageing*. 2007;2(3):331-9.
16. Jafarzadeh M, Vashani H, Vahedian M, Akaberi A. Quality of life in the elderly of Sabzevar. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*. 2010;17(3):213-7.
17. Mohammadi Z. Mental status and its association with leisure activities among residents of Kahrizak. Tehran: Islamic Azad University Central Tehran Branch; 2014.
18. Haghghiatiyan M, Hashemianfar A, Balvardi Z. The experience of ageing and role identity challenges of the elderly: A qualitative research. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*. 2015;4(3):339-50.