

Designing an empowerment package with an emphasis on the cognitive skills of the elderly; Application of Grounded Theory

Nader Naderi

Associate Professor, Department of Management and Entrepreneurship, Faculty of Economics and Entrepreneurship, Razi University, Kermanshah, Iran.
(Corresponding Author). n.naderi@razi.ac.ir

Ehsan Khosravi

Department of Management and Entrepreneurship, Faculty of Economics and Entrepreneurship, Razi University, Kermanshah, Iran.
khosravi.ehsan@razi.ac.ir

Faranak Karamian

Ph.D. of Agricultural Development, Department of Agriculture Extension and Education, Faculty of Agriculture, Razi University, Kermanshah, Iran.
karamiyan.faranak@razi.ac.ir

Abstract

The main purpose of this research is to design an empowerment package with an emphasis on the cognitive skills of the elderly in Kermanshah province. The approach of the current research is of a qualitative type, which was carried out using the grounded theory research method. The studied community includes key informants in the field of the research subject. The selection of the participants was done by the purposeful snowball sampling method, which was achieved through interviews with 32 people. The data collection tools were in-depth and semi-structured interviews, field notes, and in some cases group discussions. In order to analysis the data, the technique of content analysis was used in the form of three-step coding of the grounded theory. The results showed that in creating the phenomenon of empowering the elderly, emphasis on cognitive skills of three categories of causal conditions (economic, educational and psychological factors), contextual conditions (nutritional, cultural-social and sports-motor factors) and intervening conditions (medical, managerial-supportive and communication factors) are involved. Also, according to the results, in order to empower the elderly, the General Directorate of Welfare and related centers had so far taken various measures in the fields of executive-cultural, motivational, social, medical and psychological services, which were fruitful and had consequences such as increasing self-confidence and self-esteem, increasing It has led to happiness in life and financial independence.

Keywords: Empowerment; Elderly; Kermanshah; Cognitive skills

طراحی بسته توانمندسازی با تأکید بر مهارت‌های شناختی سالمندان؛ کاربردی نظریه بنیانی

نادر نادری

دانشیار، گروه مدیریت و کارآفرینی، دانشکده اقتصاد و کارآفرینی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.
(نویسنده مسئول) n.naderi@razi.ac.ir

احسان خسروی

گروه مدیریت و کارآفرینی، دانشکده اقتصاد و کارآفرینی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.
khosravi.ehsan@razi.ac.ir

فرانک کرمانیان

دکتری توسعه کشاورزی، گروه ترویج و آموزش کشاورزی، دانشکده کشاورزی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.
karamiyan.faranak@razi.ac.ir

چکیده

هدف کلی از انجام این پژوهش، طراحی بسته توانمندسازی با تأکید بر مهارت‌های شناختی سالمندان در استان کرمانشاه می‌باشد. رویکرد کلی پژوهش حاضر از نوع کیفی بوده که با استفاده از روش پژوهش نظریه بنیانی انجام پذیرفته است. جامعه مورد مطالعه شامل مطلعان کلیدی در زمینه موضوع مورد پژوهش می‌باشند. انتخاب مشارکت کنندگان با روش نمونه‌گیری هدفمند از نوع گلوله برفی انجام گرفت که از طریق مصاحبه با ۳۲ نفر اشباع نظری اتفاق افتاد. ابزار جمع‌آوری داده‌ها، مصاحبه‌های عمیق و نیمه‌ساختارمند، یادداشت‌برداری میدانی و همچنین در مواردی بحث گروهی بود. به منظور پردازش داده‌ها از تکنیک تحلیل محتوا و در قالب کدگذاری‌های سه مرحله‌ای متداول نظریه بنیانی استفاده شد. نتایج نشان داد در ایجاد پدیده توانمندسازی سالمندان بر تأکید بر مهارت‌های شناختی سه دسته شرایط علی (عوامل اقتصادی، آموزشی و روانشناختی)، زمینه‌ای (عوامل تغذیه‌ای، فرهنگی، اجتماعی و ورزشی، حرکتی) و مداخله‌گر (عوامل پزشکی، مدیریتی، حمایتی و ارتباطی) دخیل هستند. همچنین طبق نتایج، اداره کل بهزیستی و مراکز مربوطه به منظور توانمندسازی سالمندان تاکنون اقدامات مختلفی در زمینه اجرایی- فرهنگی، انگیزشی، اجتماعی و خدمات پزشکی و روانشناختی انجام داده بودند که مثر ثمر بوده و پیامدهایی همچون افزایش اعتماد به نفس و عزت نفس، افزایش شادی و نشاط در زندگی و استقلال مالی را به دنبال داشته است.

کلیدواژه: توانمندسازی، سالمندان، کرمانشاه، مهارت‌های شناختی

سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان کرمانشاه

فصلنامه پیشرفت و توسعه استان کرمانشاه، دوره ۳، شماره ۳، ص ۵۴-۷۹

تاریخ ارسال: ۱۴۰۲/۰۶/۱۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۵/۱۸

۱- مقدمه

جمعیت سالمندان در سراسر جهان رو به افزایش است و افزایش چشمگیر جمعیت سالمندی در سراسر دنیا از قرن بیستم آغاز شده است (هدایتی، ۱۳۹۷). به‌ویژه، نرخ رشد افراد سالمند در کشورهای در حال توسعه بسیار بیشتر از کشورهای توسعه یافته است. بخش عمده جمعیت سالمند در کشورهای کم درآمد زندگی می‌کنند که سهم قاره آسیا از این افراد ۵۴ درصد است و سرعت رشد این جمعیت نسبت به کشورهای پر درآمد بیشتر است و ایران نیز از این قاعده مستثنی نیست. برآوردهای آماری نشان می‌دهد که طی دو دهه آینده، پدیده سالمندی در کشور ما یک مسأله جدی خواهد بود. چنانکه نتایج سرشماری نشان داد تعداد سالمندان ایران از ۷/۲ درصد در سال ۱۳۸۵ به ۸/۲ درصد در سال ۱۳۹۰ رسیده است و پیش‌بینی می‌شود جمعیت سالمند بالای ۶۰ سال در ایران از ۷ میلیون و ۱۴۳ هزار نفر (۸/۸ درصد کل جمعیت کشور) در سال ۲۰۱۷، به ۳۰ میلیون و ۵۳ هزار نفر (۳۲/۱ درصد کل جمعیت کشور) در سال ۲۰۵۰ افزایش یابد که در این صورت بزرگترین گروه سنی کشور را تشکیل خواهد داد (سید نقوی و همکاران، ۱۳۹۷).

با افزایش سن، افراد سالمند بیشتر به بیماری‌های مزمن دچار می‌شوند (جال و بارون^۱، ۲۰۱۷) و ارتباط مستقیمی بین کاهش سلامت و ناتوانی گزارش شده است (سی‌دباچ و همکاران^۲، ۲۰۲۳). از حدود سال ۱۹۹۰ توانمندسازی به‌عنوان یک روش آموزشی در سالمندان در نظر گرفته شده است و آموزش اداره خود، اصلی‌ترین رکن برای رسیدن به اهداف در برنامه توانمندسازی محسوب می‌شود (هورزاد و همکاران^۳، ۲۰۱۸). افزایش توانمندی باعث بهبود کیفیت زندگی افراد سالمند و خانواده‌شان، ارتقای شخصی، استقلال و اعتماد به نفس (ریس زواسکا لادزکا و همکاران^۴، ۲۰۲۲) و همچنین کاهش هزینه‌های درمان و مراقبت‌های پزشکی خواهد گردید (فالمر و همکاران^۵، ۲۰۲۱). دیدگاه رویکرد توانمندسازانه، بیماران و سالمندان را به‌عنوان مسئول انتخاب‌های خود و پیامدهای حاصل از تصمیمات خود می‌داند (تسوباچی و همکاران^۶، ۲۰۲۱). با وجود آنکه عموم سالمندان به لحاظ شرایط جسمی، روحی و روانی‌شان می‌توانند آسیب‌دیده یا آسیب‌پذیر تلقی شوند و نیازهای آنان در زمینه‌های مختلف بهداشتی، درمانی، مراقبتی، نگهداری، تغذیه، مسکن و... فراتر از توان اعضای خانواده آنان است، اما در نظام حمایتی کشور ما، تنها سالمندان نیازمند (به لحاظ درآمدی) مورد حمایت قرار می‌گیرند و حتی برای همین حد حمایت نیز اعتبار کافی تخصیص داده نمی‌شود.

امکانات مراقبتی و پزشکی ویژه سالمندان در کشور ما بسیار اندک (کمتر از حد نیاز) و اغلب پرهزینه است. دستگاه‌های اجرایی و نهادهای مسئول و مرتبط با سالمندان (از جمله وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، وزارت رفاه و تأمین اجتماعی و سازمان‌های تابعه آن) در حد وظایف جاری خود و اعتبارات تخصیص یافته، اقداماتی را در زمینه حمایت از سالمندان انجام می‌دهند اما این اقدامات کافی به نظر نمی‌رسد؛ چرا که حل مسأله سالمندی

1. Jaul & Barron

2. Badache et al.

3. Hourzad et al.

4. Ryszewska-Łabędzka et al.

5. Fulmer et al.

6. Tsubouchi et al.

به‌عنوان مسأله‌ای که هم اکنون آثار آن مشهود است و در آینده شدت بیشتری خواهد یافت نیازمند مسئولیت‌پذیری و همکاری تعداد بیشتری از دستگاه‌های اجرایی و نهادهای عمومی است؛ به‌خصوص، وظایف و اقداماتی که در آیین‌نامه تشکیل شورای ملی سالمندان بیان شده، نیازمند توجه بیشتری از سوی دستگاه‌های ذیربط است. بنابراین، به‌نظر می‌رسد یک راهکار مناسب برای رفع مشکلات سالمندان (به‌خصوص سالمندان دو دهه آینده)، طراحی یک بسته توانمندسازی مبتنی بر مهارت‌های شناختی می‌باشد که بتواند به اکثر مشکلات آنها پاسخ دهد.

در صورت عدم برنامه‌ریزی درست و عدم توجه به این مسئله در آینده‌ای نه چندان دور، مشکلات ناشی از افزایش جمعیت سالمندان بیش از پیش، گریبان‌گیر کشور و به‌ویژه بخش مدیریت منابع انسانی خواهد شد. با این وجود تاکنون هیچ الگوی مدونی از سوی مراکز علمی- پژوهشی یا اداری- اجرایی در ایران برای توانمندسازی سالمندان ارائه نشده است و در خارج کشور نیز به‌صورت محدود به آن پرداخته شده است؛ به‌نحوی که کمتر منبع علمی قابل اتکایی را می‌توان نام برد که به‌طور مستقیم و مستقل به «طراحی بسته توانمندسازی سالمندان» پرداخته باشد. بنابراین مسئله‌ای که پژوهش حاضر در پی آن است " طراحی بسته توانمندسازی با تأکید بر مهارت‌های شناختی سالمندان " می‌باشد.

۲- مرور پیشینه‌ها

در زمینه موضوع مورد پژوهش تحقیقات مختلفی صورت گرفته است. به‌عنوان مثال قدم‌پور و همکاران (۱۳۹۷) در پژوهشی تحت عنوان " بررسی رابطه بین توانمندسازی روانشناختی و فضیلت سازمانی با نقش میانجی شیفتگی مرتبط با کار در کارکنان دانشگاه علوم پزشکی لرستان " نشان دادند که توانمندسازی روانشناختی و شیفتگی مرتبط با کار عوامل پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای فضیلت سازمانی است؛ همچنین توانمندسازی روانشناختی و شیفتگی مرتبط با کار باعث می‌شوند که افراد در سازمان مسئولیت‌پذیرتر باشند و تعاملات مثبت خود را در جهت ارتقای فضیلت سازمانی را افزایش دهند.

سیدنقوی و همکاران (۱۳۹۷) در پژوهشی تحت عنوان " الگوی توانمندسازی متخصصان سالمند در بخش دولتی با بهره‌گیری از روش تحلیل تم " که با رویکرد کیفی انجام پذیرفت، نشان دادند که زمینه‌ها و ظرفیت‌های موجود برای توانمندسازی متخصصان سالمند در کشور قوی‌تر از موانع بوده و مهم‌ترین راهکارهای نیل به این هدف، " تقویت منابع مالی " و " توجه به آموزش و به‌ویژه آموزش‌های فراستنی با بهره‌گیری از روش‌های آموزشی جدید در ترکیب با فناوری‌های جدید " است.

هدایتی (۱۳۹۷) در پژوهشی تحت عنوان " تأثیر اجرای الگوی توانمندسازی خانواده‌محور بر خودکارآمدی سالمندان با فشارخون بالا " نشان دادند که اجرای الگوی توانمندسازی خانواده‌محور باعث ارتقای خودکارآمدی سالمندان مبتلا به فشارخون بالا شده است. اسیری و مختاری (۱۳۹۵) در پژوهشی که تحت عنوان " توانمندسازی سالمندان " انجام دادند نشان دادند که سالمندان مورد مطالعه در زیر آستانه ناتوانی قرار دارند و نیازمند توانمندسازی برای ارتقاء کیفیت زندگی آنان است.

رضایی‌جندانی و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی تحت عنوان " پیش‌بینی ابعاد توانمندسازی روان‌شناختی با استفاده از مؤلفه‌های سرمایه روانشناختی در معلمان مدارس ابتدایی شهر اصفهان " نشان دادند که بین متغیرهای سرمایه

روانشناختی و توانمندسازی روانشناختی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. ربیعی و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی تحت عنوان بررسی "تأثیر مداخله آموزشی مبتنی بر توانمندسازی سالمندان بر اساس الگوی خانواده-محور" نشان دادند که الگوی توانمندسازی خانواده‌محور در سالمندان منجر به ارتقای سطح خودکارآمدی، عزت نفس، تهدید درک شده و در نهایت کیفیت زندگی سالمندان گردید.

برخی مطالعات خارجی نیز به موضوع توانمندسازی سالمندان پرداخته‌اند. به‌عنوان مثال نتایج پژوهش زگل‌ات و همکاران^۱ (۲۰۱۴) با عنوان "درک تأثیر توانمندسازی کارکنان بر رفتار مشتری‌گرایی" نشان دادند که توانمندسازی روانشناختی کارکنان بر رفتار مشتری‌گرایی تأثیر مثبت و معناداری دارد.

وانگ و همکاران^۲ (۲۰۱۳) در پژوهشی تحت عنوان "مطالعه اکتشافی توانمندسازی روان‌شناختی در میان معلمان چینی" به این نتیجه رسیدند که بین نمره‌های معلمان مدارس عادی در ابعاد خودمختاری، مهارت ارتباطی و احساس شایستگی با معلمان مدارس غیرانتفاعی و کالج تفاوت معنادار وجود دارد.

ایوب و چانگ^۳ (۲۰۱۰) در تحقیقی به تأثیر عواملی از قبیل ارتباطات، مربیگری، مشارکت، آموزش و پاداش‌ها بر توانمندسازی پی‌برده‌اند. انگوری و شوندا^۴ (۲۰۰۸) نیز در مطالعه‌ای ارکان اصلی توانمندسازی کارکنان را شامل منابع، آموزش کارکنان، مربیگری مدیران، محیط کاری، همترازی اهداف و استراتژی سازمان و اطلاعات معرفی کرده‌اند. مرور مطالعات مختلف در سطح داخلی و خارجی نشان می‌دهد اگرچه مطالعاتی در زمینه توانمندسازی سالمندان صورت گرفته است، با این وجود تاکنون در استان کرمانشاه به‌طراحی بسته توانمندسازی سالمندان آن هم با رویکردی کیفی پرداخته نشده است. پژوهش حاضر با هر سطحی از یافته‌ها، می‌تواند گام مؤثری در شناخت مسائل و مشکلات سالمندان باشد و ضرورت انجام آن برای تأثیرگذاری و اصلاح برنامه‌های موجود احساس می‌شود.

۳- روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نظر ماهیت، جزء پژوهش‌های کیفی؛ از لحاظ هدف، کاربردی و با روش نظریه بنیانی به سبک استراوس^۵ انجام گرفت. نظریه بنیانی یک روش برای استخراج مفاهیم^۶ از دل داده‌ها و سپس ترکیب آنها می‌باشد. زمانی که هیچ فرضیه روشنی وجود ندارد و یا اینکه در منطقه‌ای، تاکنون پژوهشی در زمینه‌ای صورت نگرفته باشد و یا پژوهش‌های اندکی صورت گرفته باشد، روش نظریه بنیانی پاسخ مناسبی را ارائه خواهد داد. جامعه مورد مطالعه در این پژوهش شامل مطلعان کلیدی در زمینه موضوع مورد پژوهش از جمله کارشناسان، مشاوران، متولیان اصلی و مدیران ارشد حوزه توانمندسازی سالمندان در استان کرمانشاه بخصوص در سازمان‌های منتخب و ذی‌ربط استان کرمانشاه از جمله اداره کل بهزیستی استان کرمانشاه، اعضای هیئت علمی دانشگاه رازی کرمانشاه و غیره می‌باشند. در این پژوهش، از روش نمونه‌گیری هدفمند^۷ از نوع گلوله‌برفی استفاده گردید. معیار تعیین حجم نمونه، دستیابی

1. Zeglat et al.

2. Wang et al.

3. Ayupp & Chung

4. Ongori & Shunde

5. Straussian Grounded Theory (SGT)

6. Concepts

7. Purposeful sampling

به اشباع نظری بود. یعنی زمانی که دیگر هیچ داده جدیدی به دست نیاید و مفاهیم جدیدی شناسایی نشوند؛ در این پژوهش از طریق مصاحبه با ۳۲ نفر اشباع حاصل شد. اطلاعات پژوهش از طریق مصاحبه انفرادی^۱ و یادداشت برداری^۲ به دست آمد و برای تمرکز بیشتر، با رضایت برخی مشارکت کنندگان، مکالمه‌ها ضبط شدند. اعتبارپذیری و اطمینان‌پذیری یافته‌های تحقیق از طریق تکنیک مثلث‌سازی^۳ و کنترل اعضا^۴ حاصل شد. داده‌ها بر اساس اصول روش‌شناسی نظریه بنیانی که شامل سه مرحله کدگذاری باز^۵، کدگذاری محوری^۶ و کدگذاری انتخابی^۷ است، تجزیه و تحلیل شدند؛ در طول مرحله تجزیه و تحلیل، روش مقایسه دائمی^۸ مورد استفاده قرار گرفت. در روش نظریه بنیانی، محقق از همان ابتدا بر مفهوم‌سازی^۹ تمرکز دارد و با استفاده از روش تحلیل مقایسه‌ای این کار را انجام می‌دهد؛ یعنی دائماً باید یک گام به عقب برگردد و در مفاهیم تجدیدنظر نماید و مقوله‌بندی و ارتباط بین مقوله‌ها را تعیین نماید (گلنزر و هاتلن^{۱۰}، ۲۰۰۴). در نهایت براساس روش سیستماتیک نظریه بنیانی یک مدل پارادایمیک بر اساس داده‌های جمع‌آوری شده در زمینه مورد بررسی ارائه گردید.

۴- یافته‌ها

۴-۱- کدگذاری باز

همان‌طور که قبلاً ذکر شد، اطلاعات پژوهش با استفاده از کدگذاری باز، محوری و انتخابی تجزیه و تحلیل شدند. در مرحله کدگذاری باز، پس از پیاده‌سازی یادداشت‌ها و مطالبی که از طریق مصاحبه با کارشناسان، خبرگان، صاحب‌نظران و مطلعان کلیدی در زمینه موضوع مورد مطالعه به دست آمده بود، داده‌ها به صورت پاراگراف به پاراگراف بازنگری شد و پس از تشخیص فرایندها و نکات اصلی، به هر جمله کد داده شد. سپس با استفاده از تحلیل مفهومی نتایج و چندین بار مرور، ادغام و حذف کدهای اضافه و بی‌ربط با موضوع پژوهش، کدها و مفاهیم اصلی استخراج گردید. در ادامه، مفاهیم استخراج شده براساس سؤالات مطرح شده در پژوهش ارائه شده است.

الف) عوامل مؤثر بر طراحی بسته توانمندسازی با تأکید بر مهارت‌های شناختی سالمندان در استان کرمانشاه کدام‌اند؟

در پاسخ به این سؤال، جامعه مورد مطالعه پاسخ‌های متنوعی ارائه دادند که پس از حذف موارد بی‌ربط و تکراری در نهایت ۶۸ کد استخراج گردید که نتایج آن در جدول (۱) قابل مشاهده است.

1. Individual depth interviews
2. Note-taking
3. Triangulation
4. Member checks
5. Open coding
6. Axial coding
7. Selective coding
8. Constant comparative
9. Conceptualisation
10. Glaser & Holton

جدول ۱. عوامل مؤثر بر طراحی بسته توانمندسازی با تأکید بر مهارت‌های شناختی سالمندان در استان کرمانشاه (کدگذاری)

(باز)

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
۱	"... بر اساس نظریه کتل ما دو نوع هوش سیال و هوش متبلور داریم که تقریباً از سن سی سالگی به بعد هوش سیال در حال زوال است در حالی که هوش متبلور در صورتی که تحت آموزش تربیت قرار به‌گیرد تا پایان عمر در حال افزایش است لذا برای ارتقاء هوش و مهارت‌های شناختی سالمندان باید از طریق تربیت و ارتقاء هوش متبلور، سعی در جبران کاستی‌های هوش سیال داشته باشیم..."	ارتقاء و تقویت هوش متبلور در سالمندان (جهت پوشش ضعف توقف رشد هوش سیال)
۲	"... احساس خستگی و بی‌میلی و عدم علاقه در سالمندان سبب منزوی شدن سالمند می‌شود که این امر با گذشت زمان زمینه برای بروز افسردگی سالمند را فراهم می‌کند... بنابراین تهیه لیست علاقمندی‌های فرد و برنامه‌ریزی در جهت کاهش افسردگی سالمندان می‌تواند مؤثر باشد"	افزایش نشاط و شادی و جلوگیری از منزوی شدن و افسردگی در سالمندان
۳	"... یکی از راه‌های توانمندی شناختی در سالمندان این است که سالمندان را وادار کنیم خاطرات خود را به یاد آورند و از آنها بخواهیم اتفاقاتی که در گذشته باعث خوشحال شدن آنان شده است را تعریف کنند..."	یادآوری خاطرات گذشته
۴	"... یکی از عوامل مؤثر بر ارتقاء مهارت‌های شناختی سالمندان، ارائه خدمات مراقبت سالمندی استاندارد، حرفه‌ای و آکادمیک به این گروه از جامعه می‌باشد. یعنی مراکز مربوطه باید از سطح کیفیت بالایی برای ارائه خدمات مختلف هم از نظر نیروی انسانی آموزش دیده و ماهر و هم از نظر فضا و تجهیزات برخوردار باشند"	ارائه خدمات استاندارد، مراقبت سالمندی در سرای سالمندان
۵	"... یکی دیگر از اقدامات این است سالمند را وادار کنیم به وسایل اطراف خود نگاه کند و کاربرد آنها را بازگو نماید..."	تحریک قدرت تشخیص و کاربرد اشیاء
۶	"... در زمینه شناخت باید تأکید بر فعالیت‌هایی باشد که سلول‌های مغزی را تحریک و فعال می‌کند... به‌عنوان مثال باید از طریق برنامه‌ها و نرم‌افزارها و بازی‌های کامپیوتری و گوشی‌های هوشمند سعی در ارتقاء فعالیت سلول‌های مغزی نمود..."	فعال نگه داشتن سلول‌های مغزی از طریق برنامه‌های هوشمند کامپیوتری و نرم‌افزاری
۷	"... در زمینه شناخت سالمندان یکی از مواردی که بسیار مورد تأکید است آرایمر می‌باشد که یکی از علل آن، تجمع برخی از پروتئین‌های خاص بر روی سلول‌های مربوطه و در نهایت مرگ سلول‌ها است. یکی از اقداماتی که سبب جلوگیری از این امر می‌گردد، فعال نگه داشتن ذهن از طرق مختلف از جمله بازی‌هایی مانند شطرنج، تخته نرد و سایر است..."	فعال نگه داشتن سلول‌های مغزی از طریق بازی‌های جذاب و محبوب سخت‌افزاری
۸	"... یکی از راه‌های تقویت شناخت در سالمندان، تقویت حافظه افراد از طرق مختلف است. به‌عنوان مثال افراد آرایمری خاطرات کودکی خود را تا حدودی به یاد دارند و آرایمر عمدتاً مربوط به حافظه دوران پسا کودکی است، علت این است که در دوران کودکی حواس مختلف فرد درگیر است؛ لذا در صورتی توانمندی شناخت افراد و به مراتب حافظه افراد ارتقاء می‌یابد که در سالمندی حواس مختلف فرد را از طریق اعمالی مانند تایپ کردن یا نوشتن زندگی‌نامه، خواندن رمان و... درگیر کنیم..."	تقویت حافظه سالمندان به طرق مختلف در جهت پیش‌گیری از اختلالات شناختی
۹	"... باید زمینه را طوری فراهم کنیم که سالمندان به سمت مهارت‌آموزی جدید بپردازند چرا که مطالعات جدید نشان داده‌اند که یادگیری مهارت‌های جدید سبب رشد سلول‌های مغزی مربوطه شده و لذا توانمندی شناختی سالمندان ارتقاء می‌یابد..."	مهارت‌آموزی جدید در سالمندان
۱۰	"... یکی از موارد مهم، درگیری و فعال نگه داشتن عصب و عضلات است. به‌عنوان مثال رقص یا انجام حرکات کششی در سالمندان علاوه بر آرام بخش بودن می‌تواند سبب درگیری عصب و عضلات و به مراتب حواس و ذهن شود و توانمندی شناخت سالمندان را ارتقاء و بهبود بخشد..."	فعال نگه داشتن عصب و عضلات
۱۱	"... به موسیقی گوش دادن نیز یکی از اقدامات مهم در زمینه ارتقاء توانمندی شناختی سالمندان است چرا که به آنان ضمن آرامش، سبب درگیری عصب و حتی در موارد آهنگ‌های نوستالوژی زمینه‌ساز تجدید خاطرات و تقویت حافظه آنان می‌گردد..."	گوش دادن به موسیقی

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
۱۲	".... در سن سالمندانی داشتن برنامه غذایی مناسب از اهمیت بالایی برخوردار است. چرا که برای سلامتی روح باید اول سلامتی جسم تضمین گردد و برای تضمین سلامت جسم داشتن برنامه غذایی مناسب بسیار مهم است. برنامه‌ای که انواع پروتئین‌ها و ویتامین‌ها را در خود داشته باشد...."	داشتن برنامه غذایی مناسب
۱۳	".... نواختن ساز یکی از عوامل مؤثر در ارتقاء مهارت شناختی سالمندان است چرا که ساز نواختن، ادراک و حواس مختلفی را همراه با بدن درگیر می‌کند و موجب فعال نگه داشتن سلول‌های ذهنی می‌گردد...."	نواختن ساز
۱۴	".... یکی از موارد مهم در ارتقاء مهارت‌های شناختی سالمندان توجه به مقدار مناسب غذای مصرفی در بین سالمندان است. چون سالمندان عمدتاً دارای بیماری مختلف مانند قلبی - عروقی، فشارخون، قندخون و... هستند...."	توجه به کمیت غذایی سالمندان
۱۵	".... یکی از عوامل مؤثر بر ارتقاء مهارت‌های شناختی سالمندان، بهبود و ارتقاء سیاست‌های علمی و درست در مراکز سالمندی در جهت ارتقاء نشاط و فعالیت سالمندان است... متأسفانه سیاست‌های موجود عمدتاً در زمینه سیستم‌های مراقبتی سالمندی است و یا در صورت وجود به غلط در حال اجرا است...."	سیاست‌گذاری مناسب و علمی برای سالمندان
۱۶	".... در سراسر دنیا برای ارتقاء مهارت‌های شناختی، به اطرافیان سالمندان آموزش‌هایی را ارائه می‌دهند لذا برای توانمندسازی سالمندان، ابتدا باید اطرافیان آنان آموزش ببینند و توانمند شوند...."	ارائه برنامه‌های آموزشی برای مراقبین سالمندان
۱۷	".... ارتقاء مهارت‌های شناختی یک مبحث بین رشته‌ای است، لذا باید متخصصان حوزه‌های مختلف از جمله نورولوژیست، روان‌پزشک، روان‌شناس، روان‌پرستار، پرستار سالمندان و... در مراکز سالمندان به‌صورت پاره وقت حضور یابند و سالمندان را ویزیت نمایند و به آنان خدمات ارائه دهند...."	تحت مراقبت بودن سالمندان توسط تیم تخصصی متشکل از افراد بین رشته‌ای مربوطه
۱۸	".... شناخت شامل مواردی مختلفی است اما در سالمندان باید بیشتر به سمت تقویت روحیه سالمندان پیش رفت چرا که شناخت از طریق افزایش انگیزه و اعتماد به نفس تقویت می‌گردد که یکی از مهم‌ترین آنان، تقویت روحیه سالمندان از طرق مختلف می‌باشد...."	تقویت روحیه سالمندان
۱۹	".... سالمندان برای اینکه از شناخت بهتری برخوردار باشند باید در فعالیت‌های روزمره خود مشارکت بیشتری داشته باشند تا در طول روز حواس چندگانه خود را بیشتر درگیر کنند و از این طریق، زمینه افزایش انگیزه و امید به زندگی در آنان افزایش یابد...."	ارتقاء فعالیت‌های روزمره و جسمی سالمندان
۲۰	"... باید مدام از سالمندان در مورد اعضای خانواده آنها و خاطراتی که با آنها داشته‌اند سؤال شود... این کار باعث می‌شود حافظه آنان تقویت گردد...."	تحریک توانایی سالمندان در شناخت و یادآوری اطرافیان
۲۱	".... یکی از موارد مهمی که در توانمندسازی سالمندان باید مورد توجه قرار گیرد، تقویت روحیه استقلال در آنان است. آنان باید یاد بگیرند که در انجام امور روزمره خود مستقل باشند...."	تلاش در جهت استقلال سالمندان در انجام امور روزمره
۲۲	"... نشان دادن تلفظ درست و به کاربردن کلمات در جای مناسب اهمیت ویژه‌ای در تقویت حافظه و بهبود توانایی روانشناختی سالمند دارد...."	تقویت قدرت تلفظ و به کاربردن صحیح کلمات
۲۳	".... باید مشکلات فیزیکی این افراد شناسایی کنیم و برنامه‌هایی برای جلوگیری از پیشرفت آنان و همچنین بهبود آنان ارائه دهیم تا استقلال این سالمندان لطمه نخورد و به مراتب شناخت آنان کاهش نیابد...."	ارائه برنامه‌های توانبخشی (پیشگیرانه - درمانی)
۲۴	".... با توجه به روند افزایشی و بالا بودن سن سالمندان، این گروه از جامعه مستعد انواع بیماری‌های مختلف از جمله دیابت، قلبی - عروقی، سرطان و... هستند؛ لذا از طریق غربالگری و چکاپ به‌موقع و به مراتب کنترل این بیماری‌ها تا حد امکان می‌توان زمینه جلوگیری از کاهش انگیزه و کاهش اعتماد به‌نفس آنان را فراهم نمود...."	غربالگری به‌موقع سالمندان
۲۵	".... برای ارتقاء مهارت‌های شناختی در سالمندان باید به "برنامه آموزش مهارت‌های ده‌گانه زندگی" که توسط سازمان جهانی بهداشت ارائه شده است توجه شود که یکی از این مهارت‌ها، مهارت‌های خودآگاهی است...."	ارتقاء مهارت‌های خودآگاهی

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
۲۶	"... سالمندان باید بیرون بروند، بچرخند، تفریح کنند، همسایگان و هم محله‌ها و دوستان خود را ببینند و با دیگران معاشرت داشته باشند ... متأسفانه سالمندان ما در منازل تبدیل به مهد کودک‌هایی برای نوه‌های خود شده‌اند. نباید این سالمندان از حرکت و فعل و انفعال و روابط اجتماعی بیفتند ..."	ارتباط درون اجتماع و جلوگیری از انزوا برون خانوادگی
۲۷	"... بر اساس تجربه خودم عرض می‌کنم بیش از ۹۰ درصد سالمندان متأسفانه از تنهایی رنج می‌برند. شاید داخل خانواده باشند اما به آنان توجه نمی‌شود. چون شنونده‌ای در خانواده ندارد. فرزندان به‌دنبال مشغله‌های روزمره خود هستند. سالمندی که به مرکز مراجعه می‌کند دوست دارد از شب گذشته تا همان لحظه برای ما تعریف کند این یعنی در خانواده شنونده ندارند... نباید اجازه دهیم که سالمندان تنها شوند... انزوا و منزوی شدن سالمندان به معنای کاهش انگیزه و اعتماد به نفس آنان است و این امر سبب کاهش مهارت شناخت سالمندان می‌گردد..."	افزایش ارتباط درون خانواده (جو عاطفی مناسب در خانواده) و جلوگیری از انزوا درون خانوادگی
۲۸	"... یکی از عواملی که می‌تواند مهارت‌های شناختی سالمندان را ارتقاء دهد تقویت تفکر نقاد است چرا که تفکر نقاد یک فرایند شناختی فعال، هدفمند و سازمان یافته است و مستلزم استفاده فعال از هوش، دانش و توانایی‌ها برای مواجهه با موقعیت‌های زندگی است..."	تفکر نقاد
۲۹	"... دیگر عاملی که زمینه ارتقاء شناخت سالمندان را فراهم می‌کند تقویت تفکر خلاق در سالمندان است که پژوهش‌ها نشان داده است که تفکر خلاق در سالمندان سبب بهبود عملکرد شناختی سالمندان می‌گردد..."	تفکر خلاق
۳۰	"... مهارت تصمیم‌گیری از جمله مهم‌ترین مهارت‌های زندگی است که مسیر و هدف انسان را مشخص می‌کند و موفقیت یا عدم موفقیت سالمندان به مهارت تصمیم‌گیری آنان بستگی دارد لذا تصمیمات صحیح سبب موفقیت بیشتر و در نتیجه افزایش انگیزه سالمندان می‌گردد لذا تقویت مهارت تصمیم‌گیری در ارتقاء مهارت‌ها و توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی مؤثر است..."	مهارت تصمیم‌گیری
۳۱	"... مهارت حل مسأله به معنای شناسایی و تشخیص مسائل پیرامون که در مواجهه با آن هستیم و همچنین ارائه راهکارها برای حل این مسأله است... یکی از مهارت‌های ارتقاء شناخت در سالمندان تقویت مهارت حل مسأله آنان است چرا که حل مسائل فراروی سالمندان به معنای تقویت انگیزه‌ها و همچنین شناخت سالمندان است..."	مهارت حل مسأله
۳۲	"... دیگر مهارت افزایش انگیزه و مهارت‌های شناختی در سالمندان کاهش استرس در سالمندان است که در این زمینه مهارت‌های مختلفی وجود دارد و قابل آموزش هستند لذا سالمندان باید با مهارت‌های مقابله با استرس آشنا شوند و آموزش ببینند..."	مهارت مقابله با استرس
۳۳	"... یکی از مهارت‌ها زندگی که سالمندان برای توانمندسازی شناختی باید آموزش ببینند مهارت مقابله با هیجان‌های ناخوشایند است... سالمندان در طول روز با هیجانات ناخوشایند مختلفی را از قبیل ناراحتی، عصبانیت، ترس، تعجب و... مواجهه هستند که نحوه مقابله با آنان را باید آموزش ببیند و این امر شناخت و انگیزه‌های آنان بسیار مهم است..."	مهارت مقابله با هیجان‌های ناخوشایند
۳۴	"... علاوه بر اینکه در سالمندان برنامه غذایی مناسب و کمیت غذا مهم است، کیفیت غذای مصرفی نیز از اهمیت بالایی برخوردار است. غذایی که سالمند استفاده می‌کند باید از کیفیت بالایی برخوردار باشد تا زمینه بروز بیماری جسمی و در نتیجه بیماری روحی برای آنان فراهم نشود..."	توجه به کمیت غذایی سالمندان
۳۵	"... به‌منظور جلوگیری از بروز اختلالات شناختی در سالمندان و ارائه برنامه توانمندی زود هنگام باید سالمندان مدام با روش‌های مختلف از جمله رویکرد استقرایی و مهندسی معکوس مورد ارزیابی قرار گیرند و این حس در سالمند ایجاد گردد که بیمار نیست و مشکل جسمی ندارد تا از این طریق، شاهد ارتقاء کارکردهای شناختی سالمندان باشیم و یا در صورت وجود اختلال باید موردی قرار گیرند..."	ارزیابی مداوم کارکردهای شناختی سالمندان و ارائه برنامه بازتوانی متناسب
۳۶	"... یکی از عوامل مؤثر در افزایش انگیزه سالمندان، بررسی و پیگیری علایق سالمندان در دوران نوجوانی آنان است. در آن زمان وقت پیگیری علایق خود را نداشتند اما در حال حاضر وقت بسیار زیادی دارند مثلاً یکی از سالمندان علاقه زیادی به آموختن موسیقی داشت و موفق شد هر چند که حرفه‌ای نشد و نتوانست	بررسی و پیگیری استعدادها و علایق سالمندان با هدف تأسیس کسب و کار

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
	به صورت حرفه‌ای موسیقی را دنبال کند اما امید به زندگی در او افزایش یافت. همچنین تقویت استعدادهاى او ممکن است باعث ایجاد کسب و کار جدید و درآمدزایی برای او شود...."	
۳۷	".... وجود اختلال یا بیماری خاص در سالمندان سبب کاهش توانایی شناختی در سالمندان می‌گردد لذا باید خدمات درمانی مانند فیزیوتراپی و... به صورت رایگان برای سالمندان تأمین گردد تا امید به زندگی سالمندان ارتقاء یابد...."	حمایت‌های درمانی و بیمه‌ای برای سالمندان
۳۸	"... باید محیطی برای سالمند ایجاد شود که از هرگونه استرس به دور باشد...."	کنترل عوامل استرس‌زا
۳۹	"... دوست‌یابی سبب افزایش استفاده از حافظه سالمندان است و تخلیه هیجانات می‌شود لذا سبب افزایش توانمندی شناختی نیز خواهد شد...."	دوست‌یابی و ارتباط مناسب در سالمندان
۴۰	"... سالمندان باید آرامش روحی داشته باشند. در این راستا بررسی و حل دغدغه‌های آنان می‌تواند نقش بسزایی داشته باشد...."	بررسی مشکلات و دغدغه سالمندان
۴۱	"... توجه به آموزش در هر دوره از زندگی بسیار مهم است. درمورد سالمندان نیز به‌منظور توانمندی آنان باید آموزش‌های مختلفی به آنان ارائه گردد. به‌عنوان مثال باید به آنها یاد دهیم چگونه از خودشان مراقبت نمایند...."	آموزش‌های خود مراقبتی
۴۲	"... مسلماً یکی از اقدامات مهم برای توانمندی سالمندان این است که بتواند کارهای خود را به صورت گروهی و در مشارکت با سایر سالمندان انجام دهد چرا که از این طریق، روحیه سالمندان بسیار بهتر می‌شود و انگیزه و امید به زندگی در آنان افزایش می‌یابد...."	انجام فعالیت‌های گروهی
۴۳	".... از جمله عواملی که بر افزایش انگیزه و اعتماد به نفس سالمندان و به مراتب مهارت‌های شناختی سالمندان موثر است برخورد‌های همراه با احترام با این قشر از جامعه است. به‌عنوان مثال خانواده‌هایی داشتیم که به سالمند خود بی‌احترامی کرده است و مدام به‌خاطر اشتباهات سالمند به او تذکر می‌دادند و در نهایت متأسفانه سالمند به سمت گوشه‌نشینی و انزوا و کاهش انگیزه و اعتماد به نفس رفت...."	برخورد‌های محترمانه با سالمندان
۴۴	"... کار در سراهای سالمندان کار راحتی نیست.. تمام پرسنل باید یک سابقه و رزومه مرتبط داشته باشند تا بتوانند ارتباط صحیح با سالمندان را داشته باشند...."	سراهای سالمندان (و نه صرفاً مدرک‌دار بودن) رزومه قوی داشتن
۴۵	".... آب دادن روزانه به گل‌ها... مثلاً بدانند کدام گل را چند روز یکبار آب بدهد یا مسئولیت روزانه خرید و ... می‌تواند در تقویت مهارت‌های شناختی و توانمندی سالمند نقش داشته باشد"	تخصیص مسئولیت روزمره به سالمندان
۴۶	".... استفاده از نرم‌افزارها یا قلم و کاغذ می‌تواند در توانمندی آنان مؤثر باشد مثلاً نرم‌افزار کاپیتان لانک که بیش از ۲۵۰ تکلیف مخصوص سالمندان است که برای ارتقاء مهارت‌های شناختی است...."	استفاده از ابزارهای توانبخشی
۴۷	".... سالمندان خیلی زودرنج هستند و باید افراد و اعضا خانواده یاد بگیرند که چطور با این افراد صحبت کنند و در این زمینه باید اعضا خانواده نیز آموزش ببینند...."	ارائه آموزش‌های مربوط به مشاوره‌های ارتباطی با سالمندان توسط خانواده‌ها
۴۸	"... خانه‌های سالمندان نباید زندان سالمندان شود مثلاً یکی از سالمندان کارمند اداره‌ای بود یا یک کشتی‌گیر قدیمی بود. اگر این‌ها به محیط قبلی خود که در آن سابقه دارند برگردند مثلاً کشتی‌گیر به زورخانه برود بسیار عالی است...."	تداوم ارتباط با بیرون از سرای سالمندان
۴۹	"... خانه‌های سالمندان باید از حالت روزمرگی خارج شوند و پویا باشند...."	پویایی زندگی در داخل سرای سالمندان
۵۰	"... گاهی سالمندان اگر کم حواس باشند فکر می‌کنند آلزایمر دارند. دلیل این امر این است که نسبت به مشکلات سالمندی آگاهی کافی ندارند. مثلاً یکی از خانم‌ها گفت چند روز پیش ندانستم کلیدم را کجا گذاشتم پس من دارم آلزایمر می‌گیرم...."	افزایش سطح آگاهی سالمندان در زمینه مشکلات سالمندی

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
۵۱	".... در سالمندان خواب دچار اختلال می‌شود و اگر سالمندان اختلال خواب داشته باشند توانمندی شناختی آنان کاهش می‌یابد...."	کنترل اختلال خواب در سالمندان
۵۲	".... باید در راستای خاطره‌گویی (خاطرات خوشایند) و بیان تجربیات اقدام شود مثلاً پیرمردها وقتی هوره گوش می‌دهند تمام گذشته را یادآوری می‌کنند...."	دسترسی و بازیابی حافظه بلند مدت
۵۳	".... اینکه سالمندان را به طرق مختلف وادار به فکر کردن کنیم بسیار مهم است...."	چالش فکری
۵۴	".... برخی داروها برای سالمندان مضر است مسلماً انتی هیستامین برای جوانان خوب است اما برای سالمندان باعث گیجی می‌شود و بر شناخت و حافظه تأثیر منفی دارد. لذا باید داروهای سالمندان توسط متخصصان سالمندان بررسی و چک شود تا عوارضی نداشته باشند...."	تجویز و مصرف داروی مناسب
۵۵	".... سالمندان باید درک کنند که سالمندی یک دوره از زندگی است و صرفاً تهدید نیست بلکه می‌تواند فرصتی برای شکوفایی برخی از استعدادهای آنان باشد به‌عنوان مثال سالمندانی ما داشتیم که حافظ قران شده بود...لذا دیدگاه آنان از سالمندی باید پیری و ناتوانی نباشد...."	تغییر در طرز تفکر سالمندان نسبت به دوران سالمندی
۵۶	".... خانواده‌ها نباید به سالمندان مدام گوشزد کنند که سنی از تو گذشته و نمی‌شود و... بلکه باید زمینه برای تحول در دوران سالمندی فراهم باشد مثلاً ازدواج سالمندان می‌تواند تحول در انگیزه و اعتماد به‌نفس آنان ایجاد کند و سالمندی برای آنان بسیار شیرین‌تر خواهد شد... ما موردی داشتیم که دو سالمند تمایل به ازدواج داشتند که از نظر مالی هم بازنشسته بودند و توان پوشش هزینه‌ها را داشتند اما خانواده‌ها با بیان جملاتی مانند سن و سالی از شما گذشته به آنان اجازه ندادند...."	فراهم کردن شرایط ازدواج در سالمندان مشتاق
۵۷	".... سلامت اعصاب مرکزی مهم است و این امر به سلامت جسمی سالمند مرتبط است. باید بیماری‌های مختلف مانند دیابت، فشارخون و ... کنترل گردد...."	سلامت اعصاب مرکزی و سلامت جسمی
۵۸	".... داشتن استقلال مالی سالمندان در افزایش انگیزه آنان بسیار مهم است و این امر در توانمندی شناختی آنان تأثیرگذار خواهد بود...."	استقلال و تقویت مالی سالمندان
۵۹	"... تقویت مهارت‌های کلامی بسیار مهم است. مهارت کلامی توانایی و هنر برقراری ارتباط، گفت‌وگو، مذاکره و متقاعدسازی است. برای مهارت‌های کلامی باید بر بعد روانی اول تأکید گردد ..."	مهارت‌های کلامی
۶۰	".... اینها تنهایی ورزش نمی‌کنند ولی وقتی که اعلام ورزش همگانی می‌شود مشارکت افزایش می‌یابد و انگیزه آنان ارتقاء می‌یابد...."	ایجاد حس و جو رقابت در بین سالمندان
۶۱	".... معنادگی به زندگی خود... تنها در این‌صورت عملکرد و شناخت زندگی آنان بالا خواهد بود... طبق نظریه اریکسون افراد سالمند وقتی به این دوران می‌رسند باید معنا در زندگی آنان خلق و ایجاد شود...."	تقویت هوش معنوی
۶۲	".... به‌عنوان مثال بازنشستگان نباید طرد شوند هر چند وقت یکبار مورد تکریم قرار گیرند...."	پذیرش توسط دوستان و اطرافیان
۶۳	"... توجه به مهارت‌های بازخوانی حافظه در توانمندسازی سالمندان نقش اساسی دارد. در این زمینه می‌توان به مواردی همچون قدرت شعر خوانی و مشاجره اشاره نمود."	مهارت‌های بازخوانی
۶۴	".... سالمندان هفته‌ای یک بار یا دو بار باید دور هم جمع شوند و به مشاوره گروهی اقدام شود. این کار در تقویت توانایی شناختی آنان بسیار مؤثر است...."	مشاوره گروهی
۶۵	".... سالمندان نه استرس آینده را باید داشته باشند و نه باید به اشتباهات گذشته خود فکر کند و او را آزار دهد...."	حضور در لحظه
۶۶	".... شناسایی مهارت و استعداد قبلی در سالمندان مانند نقاشی، موسیقی و .. در افزایش توانمندی شناختی آنان بسیار مؤثر است. چراکه با شناخت استعدادها و مهارت‌های او می‌توان در جهت تقویت آنها تلاش کرد و از این طریق حس شاد بودن و مؤثر بودن را در سالمند ایجاد کرد...."	شناسایی مهارت‌های قبلی سالمندان
۶۷	".... مسلماً برای دستیابی به توانمندی شناختی باید ابتدا به فکر سلامتی جسمی بود. ماساژ دادن سالمندان در سلامت جسمی او بسیار مهم است...."	ماساژ و افزایش گردش خون

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
۶۸	"... بررسی ارزش‌های گذشته سالمند بسیار مهم است چراکه ارزش‌ها معمولاً در حافظه به مدت طولانی ماندگار هستند و از طریق بررسی ارزش‌ها می‌توان به تقویت حافظه او کمک کرد. به عنوان مثال هوره در افزایش توانایی شناختی سالمندان مؤثر است. چون هیجان آنان تخلیه می‌شود و سپس لبخند و تجدید خاطرات انجام می‌گیرد...."	بررسی ارزش‌ها در فرهنگ و گذشته سالمندان بصورت تک به تک (موردی)

منبع: یافته‌های تحقیق

ب) تاکنون چه اقداماتی در زمینه توانمندسازی سالمندان (با تأکید بر مهارت‌های شناختی) توسط مراکز تحت پوشش اداره کل بهزیستی استان انجام گرفته است؟
در پاسخ به این سؤال، جامعه مورد به مواردی اشاره کردند که پس از حذف موارد تکراری در نهایت ۲۰ مفهوم استخراج گردید. نتایج آن در جدول (۲) قابل مشاهده است.
جدول ۲. اقدامات انجام گرفته در زمینه توانمندسازی سالمندان (با تأکید بر مهارت‌های شناختی) توسط مراکز تحت پوشش اداره کل بهزیستی استان کرمانشاه (کدگذاری باز)

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
۱	"... مسئله اساسی در توانمند شدن سالمندان این است که خودشان بتوانند فعالیت‌های روزمره خود را انجام دهند. به همین منظور در مراکز سعی بر آن است به آنان یاد دهیم خودشان فعالیت‌های مربوط به خود را انجام دهند. چرا که انجام وظایف شخصی سالمندان توسط خود آنان سبب افزایش حس امیدواری و امید به زندگی آنان می‌شود. باید طوری حس کنند که سرنوشت خودشان در دست خودشان است..."	تفویض اختیارات در سالمندان براساس علائق آنان
۲	"... یکی از اقداماتی که توسط مراکز ما صورت می‌گیرد شناخت استعدادها و نهفته در سالمندان است. مثلاً ساخت صنایع دستی.. این کار می‌تواند در درآمدزایی آنان نقش مهمی داشته باشد..."	استعدادیابی و کمک در درآمدزایی سالمندان
۳	"... سعی بر این است که سالمند از استرس و غم و اندوه به دور باشد. فعالیت‌هایی انجام دهد که او را شاد کند. خوشحال کند و امید به زندگی را در او افزایش دهد..."	انجام اقدامات فرح‌بخش و نشاط آور
۴	"... کارکنان ما علاوه بر اینکه انجام مسئولیت‌های روزمره سالمندان را به خود آنان واگذار می‌کنند، بر اقداماتشان نیز نظارت دارند.. تا کارها را درست انجام دهند..."	نظارت بر انجام درستی وظایف روزمره در سالمندان
۵	"... فیلم‌های مختلفی برای سالمندان پخش می‌شود و پس از پایان فیلم، از آنان می‌خواهیم در مورد فیلم پخش شده به بحث بپردازند. این اقدام باعث تقویت حافظه آنان می‌گردد..."	پخش فیلم برای سالمندان و نقد توسط آنان
۶	"... انسان در هر دوره از زندگی به توجه نیاز دارد. در دوران سالمندی این نیاز بیشتر می‌شود. سالمندان به توجه خانواده‌های خود نیاز دارند. بر همین اساس ما با خانواده‌ها جلسات مختلفی برگزار می‌کنیم و نحوه درست ارتباط با سالمندان را به آنان می‌گوییم. این ارتباط در تمام طول سال حفظ می‌گردد...."	ارتباط و تعامل با خانواده‌های سالمندان
۷	"... ما سعی می‌کنیم که انجام فعالیت‌ها به سمت گروهی شدن سوق یابد اما برخی از سالمندان گوشه گیر هستند و تمایل دارند از جمع فاصله بگیرند.. این مسئله در طولانی مدت موجب انزوا در آنان خواهد شد. لذا سعی می‌کنیم آنان را به مشارکت بیشتر و کار با دوستان خود عوت کنیم... از این طریق هم کار گروهی را یاد می‌گیرند و هم می‌توانند وظایف را بین خود تقسیم کنند"	افزایش مشارکت‌ها و اقدامات گروهی در بین سالمندان
۸	"... آموزش به سالمندان توسط خود سالمندان از مواردی است که به آن توجه می‌شود..."	به‌کارگیری مدرسان سالمند
۹	"... هر چند وقت یک بار در مراکز خدمات پزشکی رایگان به سالمندان ارائه می‌گردد. چراکه دوران سالمندی دوران حساسی است و باید مدام از نظر روحی و جسمی کنترل شوند..."	ارائه خدمات پزشکی
۱۰	"... همانطور که اشاره کردم در مراکز علاوه بر خدمات پزشکی، خدمات روانشناسی هم ارائه می‌شود. باید گفت سالمندان دوست دارند که یکی با آنها همدلی کند... در سن بالا تنهایی برای آنان مانند سم"	ارائه خدمات روانشناسی

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
	است چون تنهایی سبب کاهش شادابی زندگی آنان می‌شود... برخی نیز حتی همسران خود را از دست داده بودند... باید به حرف‌هایشان گوش داده شود..."	
۱۱	"... فعال نگه داشتن بدن از طرق مختلف از جمله ورزش و پیاده‌روی، پختن غذا، کاردرمانی و... از جمله اقداماتی است که به‌منظور توانمندسازی سالمندان انجام گرفته است.. چون مهارت‌های حرکتی بر مهارت‌های شناختی مؤثر است..."	انجام ورزش به‌صورت روزمره
۱۲	"... رژیم غذایی که در مراکز تهیه می‌شود براساس نظر پزشکان و با توجه به وضعیت خاص سالمندان است..."	برنامه‌ریزی در جهت رژیم غذایی مناسب
۱۳	"... به‌منظور حفظ شادابی سالمندان، جشن‌های مختلفی در مناسبت‌های مختلف در سراهای سالمند برگزار می‌شود..."	برگزاری جشن‌های مختلف
۱۴	"... سالمندان استعدادهاى نهفته زیادی دارند که باید تقویت شود. در این راستا و به‌منظور توانمندسازی آنان، فعالیت‌های هنری مانند ساخت صنایع‌دستی مورد توجه قرار می‌گیرد..."	انجام کارهای هنری
۱۵	"... ما در مراکز سعی می‌کنیم محیط مناسبی برای سالمندان ایجاد کنیم.. علاوه بر ایجاد فضای مفرح و شاد، کلاس‌های معنوی متعددی متناسب با نیازسنجی از سالمندان برای آنان برگزار می‌شود..."	برگزاری کلاس‌های معنوی
۱۶	"... مسلماً انجام گروهی فعالیت‌ها اثربخش‌تر از انجام انفرادی خواهد بود. براین اساس، در سراهای سالمندان نیز سعی می‌شود فعالیت‌ها به‌صورت جمعی انجام گیرد و از طریق آموزش‌های مختلف، روحیه کار جمعی در سالمندان تقویت می‌شود..."	تقویت روحیه فعالیت‌های جمعی
۱۷	"... در مراکز سعی می‌شود سالمندان را وادار کنیم که خاطرات خود را به اد آورند... پای درد دل آنان می‌نشینیم و در یک فعالیت گروهی اشتیاق برای بیان خاطرات در آنان ایجاد می‌گردد..."	تقویت حافظه از طریق مرور خاطرات
۱۸	"... هر چند وقت یک‌بار به‌منظور ایجاد روحیه در سالمندان اردوهای تفریحی و زیارتی با نظارت کارشناسان برای سالمندان برگزار می‌شود. از این طریق سالمند می‌تواند با محیط بیرون از سرای سالمندان نیز ارتباط برقرار نماید..."	اردوهای تفریحی - زیارتی
۱۹	"... دوران سالمندی نباید به‌معنای انتظار برای روز مردن باشد و نباید موفقیت‌ها محدود به دوران ما قبل سالمندی باشد. باید در بین سالمندان شور و شوق و حس رقابتی ایجاد شود تا اعتماد به نفس بالا رود... مثلاً ما از طریق ارائه پاداش به آنان در صورت انجام صحیح فعالیت خاص سعی کردیم در آنان ایجاد انگیزه نماییم..."	ارائه پاداش جهت ایجاد انگیزه
۲۰	"... برگزاری کلاس‌های سوادآموزی یکی از اقدامات دیگری است که در مراکز به آن توجه می‌شود..."	برگزاری کلاس‌های سوادآموزی

منبع. یافته‌های تحقیق

ج) هر یک از اقدامات انجام گرفته چه پیامدهایی را به دنبال داشته است؟
 در پاسخ به این سؤال، جامعه مورد مطالعه به ۸ مفهوم کلیدی اشاره کردند که در جدول (۳) قابل مشاهده است.
 جدول ۳. پیامدهای اقدامات انجام گرفته در زمینه توانمندسازی سالمندان (با تأکید بر مهارت‌های شناختی) توسط مراکز تحت پوشش اداره کل بهزیستی استان کرمانشاه (کدگذاری باز)

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
۱	"... مسلماً فعالیت‌های انجام گرفته به مرور زمان و بر اثر تکرار موجب فعال شدن ذهن سالمند می‌گردد..."	فعال شدن ذهن
۲	"... باید گفت اگر انسان مغز خود را به‌کار گیرد و فعالیت‌های متنوعی انجام دهد روند ایجاد آلزایمر در سالمند کندتر می‌شود. اقدامات انجام گرفته نیز موجب تقویت حافظه و جلوگیری از آلزایمر خواهد شد..."	فعال نگه داشتن حافظه و جلوگیری از پیشرفت آلزایمر

ردیف	جمله کلیدی	مفهوم استخراج شده
۳	"... وقتی خود فرد برای خودش پول درآورد و درآمد داشته باشد، در بحث مالی به کسی محتاج نخواهد شد و همین امر بر روحیه او نیز تأثیر مثبت خواهد گذاشت و موجب افزایش توانمندی شناختی نیز می‌گردد..."	کمک در توانمندسازی مالی سالمندان
۴	"... خوشبختانه من می‌بینم که سالمندان از اقدامات انجام گرفته رضایت دارند و خوشحال هستند و این برای من بسیار خوشایند است..."	افزایش شادی و نشاط
۵	"... اقدامات مهم مرکز همچون ورزش، برنامه مناسب رژیم غذایی و ... موجب می‌شود سالمندان از نظر جسمی سالم باشند و کمتر به اختلالات جسمی و حرکتی مبتلا شوند..."	سلامت جسمی
۶	"... من دیدم که سالمندان خیلی راضی هستند و علاوه بر آنان، خانواده‌های آنان نیز رضایت دارند و از ما تشکر کرده‌اند..."	افزایش رضایت سالمندان و خانواده‌های آنان
۷	"... تقویت مهارت‌های مختلف بر اساس استعدادها و انجام کارهای هنری موجب کسب درآمد در افراد خواهد شد و سالمندان کارآفرینی وجود دارند که با استفاده از دسترنج خود به موفقیت رسیده‌اند و توانمندی مالی پیدا کرده‌اند..."	افزایش توان مالی در سالمندان کارآفرین
۸	"... اقدامات انجام گرفته نه تنها در بعد اقتصادی و جسمی دارای آثار مثبتی بوده است، تأثیر مثبتی بر روان سالمندان نیز گذاشته است. به‌طوریکه برخی سالمندان که قبلاً گوشه‌گیر بوده‌اند الان وارد جمع شده و اعتماد به نفس آنان افزایش یافته است..."	افزایش عزت‌نفس و اعتماد به نفس در سالمندان

منبع. یافته‌های تحقیق

۴-۲- کدگذاری محوری

پس از استخراج مفاهیم، به‌منظور طبقه‌بندی مفاهیم براساس قرابت معنایی، کدگذاری محوری انجام شد. در این مرحله، کدهای مستخرج در کدگذاری باز، پالایش شده و برای تشکیل خانواده‌های کد (کدگذاری محوری یا متمرکز) از یکدیگر تفکیک شدند. در واقع مفاهیم اولیه که در مرحله قبل استخراج شدند، در قالب ۱۲ مقوله محوری، جای گرفتند و با توجه به نقش و جایگاه آنها در توانمندسازی روانشناختی سالمندان، ابعاد پژوهش را تشکیل دادند (جدول ۴).

جدول ۴. طبقات ایجاد شده حاصل از مفاهیم (کدگذاری محوری)

ابعاد پژوهش	کدهای محوری	مفاهیم حاصل از کدگذاری باز
شرایط علی (A)	عوامل اقتصادی (A1)	استقلال و تقویت مالی سالمندان
		بررسی و پیگیری استعدادهای و علایق سالمندان با هدف تأسیس کسب و کار
		ارائه برنامه‌های آموزشی برای مراقبین سالمندان
	عوامل آموزشی (A2)	آموزش‌های خود مراقبتی
		ارائه آموزش‌های مربوط به مشاوره‌های ارتباطی با سالمندان توسط خانواده‌ها
		مهارت‌آموزی جدید در سالمندان
عوامل روانشناختی (A3)	عوامل روانشناختی (A3)	ارائه برنامه‌های توانبخشی (پیشگیرانه- درمانی)
		فعال نگه داشتن سلول‌های مغزی از طریق برنامه‌های هوشمند کامپیوتری و نرم‌افزاری
		ارتقاء و تقویت هوش متبلور در سالمندان (جهت پوشش ضعف توقف رشد هوش سیال)
	عوامل روانشناختی (A3)	تقویت حافظه سالمندان به‌طریق مختلف در جهت پیش‌گیری از اختلالات شناختی
		تقویت روحیه سالمندان
		ارزیابی مداوم کارکردهای شناختی سالمندان و ارائه برنامه بازتوانی متناسب
		مهارت مقابله با استرس

ابعاد پژوهش	کدهای محوری	مفاهیم حاصل از کدگذاری باز
		مشاوره گروهی
		فعال نگه داشتن سلول‌های مغزی از طریق بازی‌های جذاب و محبوب سخت‌افزاری
		تفکر خلاق
		چالش فکری
		کنترل عوامل استرس‌زا
		بررسی مشکلات و دغدغه سالمندان
		دسترسی و بازیابی حافظه بلندمدت
		تفکر نقاد
		کنترل اختلال خواب در سالمندان
		تغییر در طرز تفکر سالمندان نسبت به دوران سالمندی
		تقویت هوش معنوی
		حضور در لحظه
		مهارت مقابله با هیجان‌های ناخوشایند
		شناسایی مهارت‌های قبلی سالمندان
		مهارت‌های بازخوانی
		مهارت تصمیم‌گیری
		ارتقاء مهارت‌های خودآگاهی
		مهارت‌های کلامی
		مهارت حل مساله
		یادآوری خاطرات گذشته
		تحریک قدرت تشخیص و کاربرد اشیاء
		تحریک توانایی سالمندان در شناخت و یادآوری اطرافیان
		تقویت قدرت تلفظ و به کاربردن صحیح کلمات
		داشتن برنامه غذایی مناسب
	(B1) عوامل تغذیه‌ای	توجه به کمیت غذایی سالمندان
		توجه به کیفیت غذایی سالمندان
		گوش دادن به موسیقی
		افزایش نشاط و شادی و جلوگیری از منزوی شدن و افسردگی در سالمندان
		افزایش سطح آگاهی سالمندان در زمینه مشکلات سالمندی
		فراهم کردن شرایط ازدواج در سالمندان مشتاق
		تلاش در جهت استقلال سالمندان در انجام امور روزمره
		نواختن ساز
	(B2) عوامل فرهنگی - اجتماعی	پذیرش توسط دوستان و اطرافیان
		تخصیص مسئولیت روزمره به سالمندان
		بررسی ارزش‌ها در فرهنگ و گذشته سالمندان به صورت تک به تک (موردی)
		دوست‌یابی و ارتباط مناسب در سالمندان
		ایجاد حس و جو رقابت در بین سالمندان
		انجام فعالیت‌های گروهی
		فعال نگه داشتن عصب و عضلات

ابعاد پژوهش	کدهای محوری	مفاهیم حاصل از کدگذاری باز	
شرایط مداخله گر (C)	عوامل ورزشی - حرکتی (B3)	ارتقاء فعالیت‌های روزمره و جسمی سالمندان	
		ماساژ و افزایش گردش خون	
		استفاده از ابزارهای توانبخشی	
	عوامل پزشکی (C1)	سلامت اعصاب مرکزی و سلامت جسمی	
		غریبالگری به موقع سالمندان	
		تجویز و مصرف داروی مناسب	
		ارائه خدمات استاندارد مراقبت سالمندی در سرای سالمندان	
	عوامل مدیریتی - حمایتی (C2)	تحت مراقبت بودن سالمندان توسط تیم تخصصی	
		حمایت‌های درمانی و بیمه‌ای برای سالمندان	
		با تجربه بودن پرسنل در سراهای سالمندان	
سیاست‌گذاری مناسب و علمی برای سالمندان			
عوامل ارتباطی (C3)	برخوردهای محترمانه با سالمندان		
	افزایش ارتباط برون خانوادگی		
	افزایش ارتباط درون خانوادگی		
	تداوم ارتباط با بیرون از سرای سالمندان		
پدیده (PA)	توانمندسازی روانشناختی سالمندان (PA)	پویایی زندگی در داخل سرای سالمندان	
		احساس شایستگی یا خود اثربخشی (PA1)	
		احساس خودمختاری یا داشتن حق انتخاب (PA2)	
		احساس مهم بودن (PA3)	
		احساس موثر بودن (PA4)	
اقدامات انجام گرفته توسط مراکز تحت پوشش بهزیستی (Eg)	اقدامات اجرایی - فرهنگی (Eg1)	احساس اعتماد به نفس (PA5)	
		انجام اقدامات فرح بخش و نشاط آور	
		پخش فیلم برای سالمندان و نقد توسط آنان	
		انجام ورزش به صورت روزمره	
		برگزاری جشن‌های مختلف	
	اقدامات انجام گرفته توسط مراکز تحت پوشش بهزیستی (Eg)	انگیزی (Eg2)	انجام کارهای هنری
			اردوهای تفریحی - زیارتی
			تفویض اختیارات در سالمندان براساس علایق آنان
			نظارت بر انجام درستی وظایف روزمره در سالمندان
			به کارگیری مدرسان سالمند
اجتماعی (Eg3)	انگیزی (Eg2)	برگزاری کلاس‌های معنوی	
		برگزاری کلاس‌های سواد آموزی	
		استعدادیابی و کمک در درآمدزایی سالمندان	
اجتماعی (Eg3)	اجتماعی (Eg3)	ارائه پاداش جهت ایجاد انگیزه	
		ارتباط و تعامل با خانواده‌های سالمندان	
اجتماعی (Eg3)	اجتماعی (Eg3)	تقویت روحیه فعالیت‌های جمعی	
		افزایش مشارکت‌ها و اقدامات گروهی در بین سالمندان	
		ارائه خدمات پزشکی	

ابعاد پژوهش	کدهای محوری	مفاهیم حاصل از کدگذاری باز
	خدمات پزشکی - روانشناختی (Eg4)	ارائه خدمات روانشناسی برنامه‌ریزی در جهت رژیم غذایی مناسب تقویت حافظه از طریق مرور خاطرات
		فعال شدن ذهن فعال نگه داشتن حافظه و جلوگیری از پیشرفت آلزایمر کمک در توانمندسازی مالی سالمندان
پیامدها (F)	پیامدهای حاصل از اقدامات انجام گرفته (F1)	افزایش شادی و نشاط سلامت جسمی افزایش رضایت سالمندان و خانواده‌های آنان افزایش توان مالی در سالمندان کارآفرین افزایش عزت نفس و اعتماد به نفس در سالمندان

منبع یافته‌های تحقیق

بر اساس جدول (۴)، مفاهیمی که به شرایط علی توانمندسازی روانشناختی سالمندان استان کرمانشاه برمی‌گردد سه طبقه اصلی را تشکیل می‌دهند. شرایط علی شرایطی هستند که بیشترین نقش را در ایجاد پدیده مورد بررسی دارند. به‌طوریکه با حذف آنها دستیابی به پدیده امکان‌پذیر نخواهد بود. در این پژوهش این شرایط، سه طبقه "عوامل اقتصادی"، "عوامل آموزشی" و "عوامل روانشناختی" را تشکیل داد. شرایط زمینه‌ای شرایطی است که زمینه را برای ایجاد پدیده فراهم می‌کند و می‌تواند بر راهبردها و اقدامات اثرگذار باشد. طبقه شرایط زمینه‌ای شامل سه طبقه محوری "عوامل تغذیه‌ای"، "عوامل فرهنگی-اجتماعی" و "عوامل ورزشی-حرکتی" بود. طبقه بعدی مربوط به شرایط مداخله‌گر است. شرایط مداخله‌گر شرایطی است که در کنار شرایط زمینه‌ای بر تقویت یا تضعیف راهبردهای به کار برده شده اثر می‌گذارد و در سطح کلان مورد توجه می‌باشد. به عبارت دیگر، عواملی که مربوط به نقش ارگان‌ها و افرادی است که در ارتباط با سالمندان هستند در این دسته قرار دارند. در پژوهش حاضر سه طبقه "عوامل پزشکی"، "عوامل مدیریتی-حمایتی" و "عوامل ارتباطی" جزء شرایط مداخله‌گر دسته‌بندی شدند. باید گفت کم یا زیاد شدن این سه عامل موجب تغییر در میزان توانمندی سالمندان می‌شود.

"پدیده" در این مطالعه "توانمندسازی روانشناختی سالمندان" بود که براساس مصاحبه‌های صورت گرفته با جامعه مورد مطالعه و مطالعات کتابخانه‌ای پنج مفهوم «خودآثربخشی»، «داشتن حق انتخاب»، «معنادار بودن»، «احساس مؤثر بودن» و «احساس اعتماد به نفس» را در برمی‌گیرد. طبقه اقدامات انجام گرفته توسط مراکز تحت پوشش بهزیستی برای توانمندسازی روانشناختی سالمندان در ۲۰ مفهوم جای گرفتند که از آن جمله می‌توان به مواردی همچون تفویض اختیارات در سالمندان براساس علائق آنان، استعدادیابی و کمک در درآمدزایی سالمندان، افزایش مشارکت‌ها و اقدامات گروهی در بین سالمندان، ارائه خدمات روانشناسی، برنامه‌ریزی در جهت رژیم غذایی مناسب، ارائه پاداش جهت ایجاد انگیزه و ... اشاره نمود. در بعد پیامدها، مشارکت کنندگان پژوهش معتقد بودند، اقدامات انجام گرفته در مراکز و راهکارهای پیشنهادی موجب پیامدهای مثبتی می‌شود که از آن جمله می‌توان به فعال شدن ذهن، کمک در توانمندسازی مالی سالمندان، افزایش شادی و نشاط، سلامت جسمی، افزایش رضایت سالمندان و خانواده‌های آنان، افزایش عزت نفس و اعتماد به نفس در سالمندان و ... اشاره داشت.

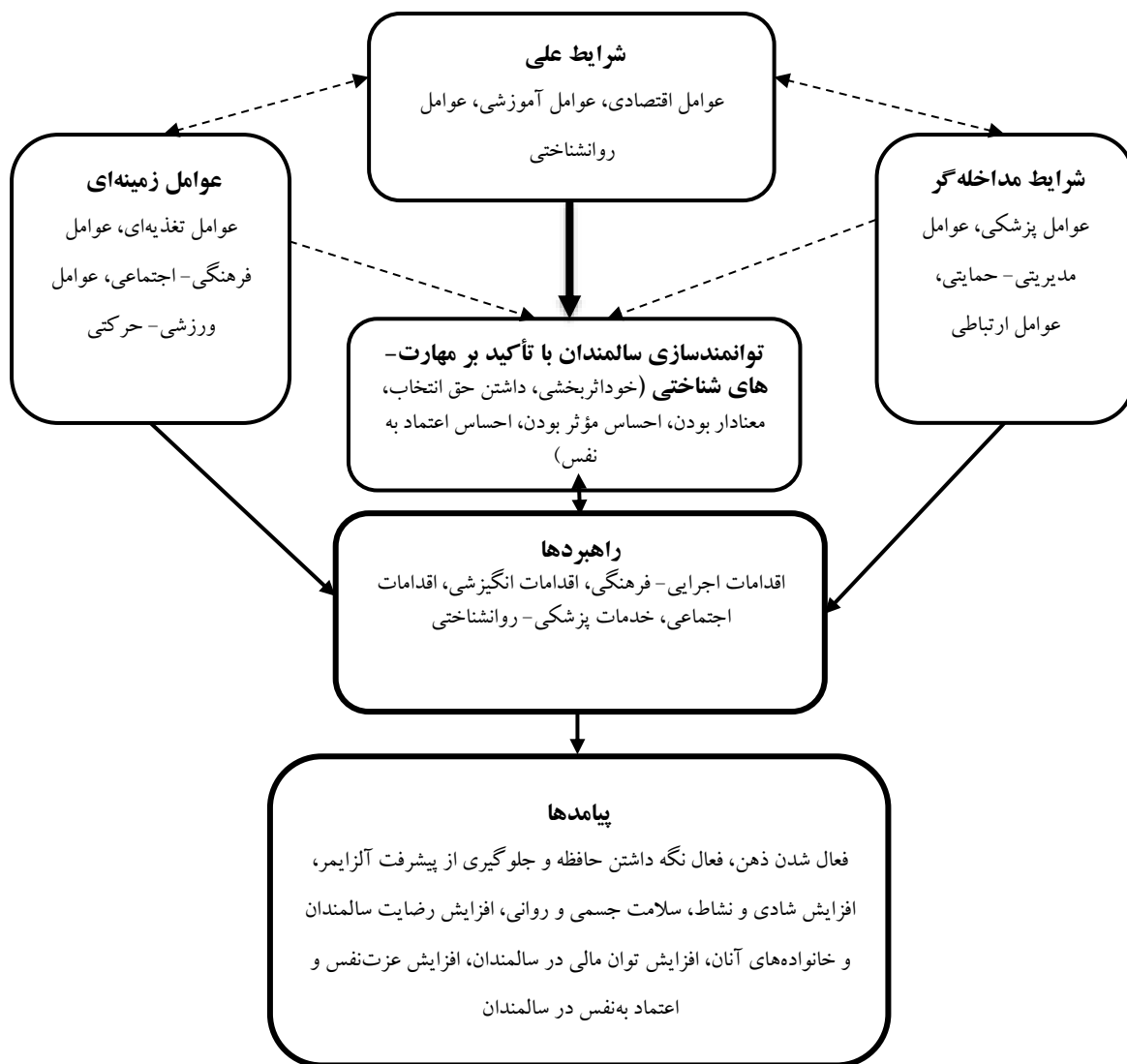
۴-۳- کدگذاری انتخابی و طراحی مدل نهایی

ایده اصلی مرحله کدگذاری انتخابی، گسترش خط سیر داستانی است که همه چیز حول آن شکل می‌گیرد. به بیانی دیگر، کدگذاری انتخابی به روند انتخاب مقوله اصلی و مرکزی به‌طور منظم و ارتباط دادن با سایر مقوله‌ها، اعتبار بخشیدن به روابط و پر کردن جاهای خالی با مقولاتی که نیاز به اصلاح و گسترش بیشتر دارند، می‌پردازد. در این مرحله، جمله‌هایی که قبلاً کدگذاری شده‌اند، دوباره با هم ترکیب شدند تا رابطه میان آنها قابل درک شود و سپس نمودار مربوط به آنها ترسیم گردید. فعالیت عمده و اصلی این مرحله از تحلیل، ایجاد خط سیر داستانی بود که همه طبقات را شامل شد. آنچه در این مرحله اتفاق افتاد در واقع تحلیل کل‌نگرانه بر فرایندهایی است که در طول تحقیق رخ داده است و پژوهشگر براساس تمامی داده‌هایی که در اختیار دارد و برداشتی که خود در مسیر پریپچ و خم پژوهش اندوخته، خط سیر داستان را دنبال کرد. در این مرحله که مرحله آخر تحلیل بود، پالایش نیز صورت گرفت؛ به عبارتی، در این مرحله کدهایی که برای ایجاد مدل پارادایمیک به هم مرتبط می‌شوند را مشخص کرده و مواردی که در قسمت اصلی داستان قرار نداشتند کنار گذاشته شدند.

در این راستا یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود، توانمندسازی روانشناختی سالمندان در استان کرمانشاه مستلزم وجود تقویت شرایط اقتصادی حاکم بر جامعه و به تبع آن، وضعیت اقتصادی سالمندان می‌باشد. از آنجا که آموزش محور اساسی توسعه و پیشرفت در انسان است لذا تقویت بعد آموزشی می‌تواند تأثیر بسزایی در تقویت توانمندسازی در سالمندان داشته باشد. در کنار آموزش، داشتن سلامت روانی و جسمی مهم می‌باشد. در این راستا، تقویت بعد روانشناختی افراد موجب تضمین سلامت روانی می‌گردد؛ تا زمانی که خود افراد خواستار تغییر نباشد، تأثیر آموزش بی‌نتیجه خواهد بود. بنابراین این سه عامل اساسی نقش کلیدی و محوری در توانمندسازی سالمندان دارند. نظر به اینکه برای هر اقدامی یک سری بسترها مورد نیاز است تا شرایط به‌طور مناسب مدیریت گردد، تقویت وضعیت روانی و حرکت دادن افراد به سمت توانمند شدن نیازمند سلامت جسمی سالمندان است. به عبارتی برای دستیابی به سلامت روانی باید سلامت جسمی تضمین گردد. در این راستا داشتن تغذیه مناسب از نظر کمیت و کیفیت و فعال نگه داشتن عصب و عضلات از طریق ورزش و فعالیت‌های بیشتر حائز اهمیت می‌باشد. افزون بر این، عوامل فرهنگی - اجتماعی نظیر تخصیص مسئولیت روزمره به سالمندان، فرد را به تلاش و تکاپوی بیشتر برای انجام مسئولیت‌های واگذار شده به نحو احسن وامی‌دارد که خود می‌تواند بستر ساز توانمندشدن سالمند باشد.

همان‌طور که گفته شد برای دستیابی به توانمندی، سلامت روانی و جسمی اهمیت دارد. در این بین، غربالگری به موقع سالمندان و تجویز و مصرف داروی مناسب در دستیابی به این مهم تأثیرگذار خواهد بود. از سوی دیگر، ارائه خدمات استاندارد مراقبت سالمندی در سرای سالمندان و ایجاد جوی مناسب برای انتقال حس امنیت در آنان در کنار برخوردهای محترمانه با سالمندان موجب افزایش حس اعتماد به نفس و اثربخش بودن و احساس مؤثر بودن در سالمندان می‌گردد که این موارد متجلی توانمندشدن سالمندان است. در مرحله آخر، محققان با برگزاری

جلسه روایی پژوهش با جامعه مورد مطالعه، مدل میدانی تحقیق ترسیم و به تأیید آنان رسید. شکل (۱)، مدل پارادایمیک پژوهش را نشان می‌دهد.



شکل ۱. الگوی توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی در استان کرمانشاه

۵- بحث و نتیجه گیری

بر اساس نتایج حاصل از نظریه بنیانی، از دیدگاه کارشناسان، علل اصلی پدیده توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی شامل عوامل اقتصادی، آموزشی و روانشناختی بود. از جمله مفاهیمی که در طبقه عوامل اقتصادی جای گرفتند می‌توان به استقلال و تقویت مالی سالمندان و بررسی و پیگیری استعدادها و علایق سالمندان با هدف تأسیس کسب‌وکار اشاره نمود. باید گفت، عوامل اقتصادی به‌عنوان مهم‌ترین عامل در ایجاد پدیده توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی نقش دارد و اکثر سالمندان به‌علت بالا رفتن هزینه‌های زندگی در دوران سالمندی مانند هزینه‌های درمان و یا گسترش یافتن تعداد اعضای خانواده آنان مانند نوه‌دار شدن و... به منابع مالی بیشتری نیاز دارند و از طرفی نیز به علت بازنشسته بودن میزان درآمد آنان نیز کاهش یافته است لذا یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی، عوامل اقتصادی است. این بخش از یافته‌ها با یافته‌های قدم‌پور و همکاران (۱۳۹۷)؛ سیدنقوی و همکاران (۱۳۹۷) و ایوب و چانگ (۲۰۱۰) همخوانی دارد.

دومین عامل که جزء شرایط علی مدل پارادایمیک پژوهش بود، عوامل آموزشی می‌باشد که شامل مواردی از قبیل ارائه برنامه‌های آموزشی برای مراقبین سالمندان، آموزش‌های خود مراقبتی، ارائه آموزش‌های مربوط به مشاوره‌های ارتباطی با سالمندان توسط خانواده‌ها، مهارت‌آموزی جدید در سالمندان و ارائه برنامه‌های توانبخشی (پیشگیرانه - درمانی) است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که آموزش محور توسعه است و تنها از طریق آموزش است که می‌توان زمینه توانمندسازی سالمندان را فراهم نمود. این بخش از یافته‌ها با نتایج سیدنقوی و همکاران (۱۳۹۷)؛ اسیری و مختاری (۱۳۹۵)؛ ربیعی و همکاران (۱۳۹۱)؛ ایوب و چانگ (۲۰۱۰) و انگوری و شوندا (۲۰۰۸) همخوانی دارد. عامل سومی که به‌طور مستقیم بر توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی تأثیر دارد عوامل روانشناختی است که شامل مواردی از قبیل فعال نگه داشتن سلول‌های مغزی از طریق برنامه‌های هوشمند کامپیوتری و نرم‌افزاری، ارتقاء و تقویت هوش متبلور در سالمندان (جهت پوشش ضعف توقف رشد هوش سیال)، تقویت حافظه سالمندان به‌طرق مختلف در جهت پیش‌گیری از اختلالات شناختی و ... بودند؛ در تبیین این بخش از یافته‌ها باید بیان نمود که توانمندسازی روانشناختی سالمندان بدون توجه به عوامل روانشناختی و تقویت و توسعه آنان امکان‌پذیر نخواهد بود. باید گفت هر انسانی برای توانمندشدن نیاز به سلامت جسمی و روانی دارد؛ لذا لازم است که به این عوامل نگاه و تأکید ویژه‌ای شود. این بخش از یافته‌ها با یافته‌های رضایی‌جندانی و همکاران (۱۳۹۴) و وانگ و همکاران (۲۰۱۳) همخوانی دارد.

همان‌طور که کارشناسان نیز بیان نمودند برای تحقق پدیده مورد مطالعه یعنی توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی می‌بایست مشکلات اقتصادی آنان مرتفع گردد و از این طریق انگیزه‌های درونی آنان برای انجام امور روزانه خود را بالا ببرند. این مشکلات اقتصادی از طریق آموزش و کسب مهارت‌های اقتصادی رفع خواهد شد. همچنین آموزش‌ها باید در زمینه و در راستای ارتقاء مهارت‌های شناختی سالمندان باشند تا بتوانند زمینه توانمندسازی شناختی سالمندان را فراهم نمایند. فراموش نکنیم که پیش‌نیاز توانمندسازی همواره آموزش است. لذا

در یک جمع‌بندی عوامل اصلی مؤثر بر توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی سه عامل اصلی عوامل اقتصادی، عوامل آموزشی و عوامل روانشناختی است.

طبق نتایج حاصل از پژوهش، در مدل پارادایمیک مربوط به پدیده توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی، عوامل تغذیه‌ای، عوامل فرهنگی - اجتماعی و عوامل ورزشی - حرکتی نقش بستر ساز دارند؛ به این معنی که این سه دسته از عوامل، زمینه و بستر لازم را برای بروز پدیده مورد مطالعه فراهم نموده‌اند. در این راستا باید گفت که داشتن برنامه و رژیم غذایی مناسب و توجه به کمیت و کیفیت غذایی سالمندان می‌تواند زمینه توانمندسازی و ارتقاء مهارت‌های شناختی آنان را فراهم نماید؛ چرا که با تغذیه مناسب میزان توانایی جسمی آنان افزایش یافته و زمینه افزایش انگیزه آنان جهت انجام امور روزمره و متعاقباً توانمندسازی روانشناختی سالمندان فراهم می‌گردد. این بخش از یافته‌ها در زمینه عوامل تغذیه‌ای با یافته‌های اسیری و مختاری (۱۳۹۵) همخوانی دارد.

بر اساس یافته‌ها عوامل دیگری که از دیدگاه کارشناسان زمینه را برای بروز پدیده توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی فراهم کرده است عوامل فرهنگی - اجتماعی است. آنچه که مشخص است توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی بدون توجه به ارتقاء و توسعه مهارت‌های فرهنگی - اجتماعی امکان‌پذیر نخواهد بود؛ به عبارت دیگر ارتقاء عوامل فرهنگی - اجتماعی سبب افزایش انگیزه‌های درونی و توانمندسازی سالمندان خواهد شد. اسیری و مختاری (۱۳۹۵)؛ هدایتی (۱۳۹۷)؛ رضایی‌جندانی و همکاران (۱۳۹۴)؛ زگلات و همکاران (۲۰۱۴) و ایوب و چانگ (۲۰۱۰) در مطالعه خود به نتایج مشابهی در این زمینه دست یافتند. بر اساس یافته‌ها عوامل دیگری که از دیدگاه کارشناسان زمینه را برای بروز پدیده توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی فراهم کرده است عوامل ورزشی - حرکتی است. کارشناسان بیان نمودند عامل ورزشی - حرکتی زمینه افزایش توانایی روانشناختی سالمندان و به مراتب انگیزه‌های روانشناختی آنان فراهم را می‌نماید. این بخش از یافته‌ها با نتایج اسیری و مختاری (۱۳۹۵) همخوانی دارد.

طبقه محوری سوم، عوامل و یا شرایط مداخله‌گر بودند. به عبارتی، برخی عوامل هستند که در ایجاد پدیده توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی نقش دارند؛ اما نقش آنها بیشتر به صورت غیرمستقیم بوده است. این عوامل شامل عوامل پزشکی، عوامل مدیریتی - حمایتی و عوامل ارتباطی بودند. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که عوامل پزشکی و بررسی و توجه به بیماری‌های سالمندان و درمان و کنترل آنان زمینه افزایش مهارت‌های شناختی سالمندان را فراهم می‌نماید. به عبارت دیگر ارائه خدمات پزشکی، غربالگری سالمندان و پیگیری و کنترل و درمان بیماری‌های جسمی سالمندان می‌تواند زمینه افزایش انگیزه درونی سالمندان و توانمندسازی آنان در زمینه مهارت‌های شناختی سالمندان را فراهم نماید. این بخش از این یافته‌ها با نتایج اسیری و مختاری (۱۳۹۵) همخوانی دارد.

عامل دیگر، عوامل مدیریتی - حمایتی بود. به عبارت دیگر، کارشناسان بیان نمودند که فراهم نمودن زمینه ارائه خدمات استاندارد مراقبت سالمندی، تحت مراقبت قرار دادن سالمندان توسط تیم تخصصی، حمایت‌های درمانی و بیمه‌ای برای سالمندان و ... می‌تواند زمینه تحقق و دستیابی به توانمندسازی روانشناختی سالمندان را فراهم نماید. به عبارت دیگر، افراد در دوران سالمندی نیازمند حمایت و مدیریت صحیح و اصولی و علمی برای دستیابی به توانمندسازی در مهارت‌های شناختی را دارند. این بخش از یافته‌ها با نتایج ایوب و چانگ (۲۰۱۰) و انگوری و

شوندا (۲۰۰۸) همخوانی دارد. بر اساس یافته‌ها، سومین عامل در بخش عوامل مداخله‌گر، عوامل ارتباطی بود. افزایش ارتباطات سالمندان انگیزه‌ها و مهارت‌های شناختی آنان را ارتقاء و سبب توانمندسازی آنان می‌گردد. برخوردهای محترمانه سالمندان، افزایش ارتباطات درون و برون خانوادگی، تداوم ارتباط با بیرون از سرای سالمندان، پویایی زندگی در داخل سرای سالمندان که همگی زمینه ارتقاء ارتباطات سالمندان را فراهم می‌نمایند، سبب ارتقاء انگیزه سالمندان و به‌مراتب توانمندسازی شناختی سالمندان می‌گردد. این بخش از نتایج با یافته‌های هدایتی (۱۳۹۷)؛ زگلالت و همکاران (۲۰۱۴) و ایوپ و چانگ (۲۰۱۰) هم‌راستا است.

نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که اداره کل بهزیستی استان کرمانشاه و مراکز مربوطه برای توانمندسازی شناختی سالمندان اقدامات مختلفی انجام داده‌اند؛ این اقدامات در طبقات مختلفی از قبیل اقدامات اجرایی- فرهنگی، انگیزشی، اجتماعی و ارائه خدمات پزشکی- روانشناختی دسته‌بندی شدند. به عبارت دیگر اداره کل بهزیستی با هدف افزایش انگیزه‌های سالمندان و ارتقاء مهارت‌های شناختی آنان سعی در انجام اقدامات مفرح و نشاط‌آور، پخش و نقد فیلم، انجام ورزش‌های روزمره، برگزاری جشن‌های مختلف، انجام کارهای هنری، اردوهای تفریحی- زیارتی، تفویض اختیارات به سالمندان، نظارت بر انجام درستی وظایف روزمره سالمندان، بکارگیری مدرس از بین سالمندان و ... داشتند.

در زمینه پیامدهای اقدامات صورت گرفته توسط اداره کل بهزیستی استان کرمانشاه و مراکز مربوطه چنین می‌توان بیان نمود که این اداره و مراکز مربوطه از طریق رسیدگی به وضعیت جسمی (خدمات پزشکی) و رسیدگی به وضعیت روحی- روانی (خدمات روانپزشکی) و ارائه برنامه‌ها و اقداماتی در جهت افزایش انگیزه سالمندان سعی در ارتقاء مهارت‌های شناختی سالمندان استان کرمانشاه را داشته است و زمینه برای توسعه و توانمندسازی سالمندان در مهارت‌های شناختی آنان فراهم نموده‌اند؛ به‌نحوی که زمینه آموزش آنان جهت ارتقاء مهارت‌های مالی و مهارت‌های شناختی و به‌مراتب، کمک به سالمندان جهت توانمندسازی آنان در زمینه مالی را فراهم نموده‌اند. همچنین موجب تقویت حافظه و فعال شدن ذهنی و تقویت روحی- روانی سالمندان خواهند شد و با اقدامات خود سبب ارتقاء میزان شادی و نشاط در سالمندان نیز شده‌اند. همچنین زمینه ارائه خدمات و حمایت‌های پزشکی سالمندان و غربالگری، پیگیری و درمان بیماری‌های سالمندان را فراهم نموده‌اند. به‌طور کلی می‌توان گفت مجموعه اقدامات بهزیستی و مراکز مربوطه زمینه توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌ها شناختی را فراهم نموده است و به‌مراتب سبب افزایش عزت نفس و اعتماد به‌نفس و افزایش انگیزه و تقویت و توانمندسازی مهارت‌های شناختی سالمندان شده است.

در کل می‌توان گفت براساس نتایج به‌دست آمده از پژوهش حاضر، عوامل مختلفی در بروز پدیده توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی نقش دارند و هرکدام از این عوامل به‌تنهایی یا در تعامل با عوامل دیگر می‌توانند در افزایش انگیزه‌ها و مهارت‌های شناختی سالمندان نقش داشته باشند. شناخت تأثیر هر کدام از این عوامل در بروز پدیده مورد مطالعه می‌تواند کمک‌کننده باشد و به انجام مطالعات بیشتر نیاز است؛ لکن با استناد به شواهد موجود به‌نظر می‌رسد نقش عواملی همچون عوامل اقتصادی، عوامل آموزشی و عوامل روانشناختی به‌عنوان مهم-ترین عوامل تأثیرگذار در بروز پدیده مورد مطالعه آشکارتر است؛ اگرچه عوامل دیگری همچون عوامل تغذیه‌ای،

فرهنگی - اجتماعی، ورزشی - حرکتی، پزشکی، مدیریتی و حمایتی و ارتباطی می‌توانند موجبات لازم در جهت بروز پدیده مورد مطالعه فراهم سازد. واضح است استقرار هر گونه برنامه و انجام هر گونه اقدامات در این زمینه می‌تواند سبب ارتقاء انگیزه سالمندان و بروز پدیده مورد مطالعه گردد که به مراتب می‌تواند منجر به ارتقاء سطح سلامت جسمی، روانی و اجتماعی سالمندان گردد. در نهایت با توجه به نتایج حاصل از پژوهش، پیشنهادهای اجرایی زیر ارائه می‌گردد.

- نتایج نشان داد که یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی، عوامل اقتصادی است. لذا پیشنهاد می‌گردد که از طریق ارائه مشاوره‌های کسب و کار توسط متخصصان حوزه اقتصاد، بازاریابی و کارآفرینی، زمینه استعدادیابی سالمندان فراهم و در نهایت با ایجاد انگیزه و ارائه تسهیلات مناسب، زمینه و مساعدت لازم را جهت تأسیس و راه‌اندازی کسب و کار برای سالمندان و تقویت و توانمندسازی مالی سالمندان فراهم گردد تا از این طریق، شاهد افزایش انگیزه‌های سالمندان و به مراتب توانمندسازی آنان با تأکید بر مهارت‌های شناختی باشیم.
- یافته‌ها نشان داد که یکی از عوامل مؤثر بر توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی، عوامل آموزشی است؛ لذا در این زمینه پیشنهاد می‌گردد که برای سالمندان و مراقبین آنان برنامه‌ها، کارگاه‌ها و کلاس‌های مهارت‌آموزی برگزار شود تا از این طریق شاهد ارتقاء مهارت‌های شناختی سالمندان باشیم.
- یافته‌های پژوهش نشان داد که ارتقاء عوامل روانشناختی سبب توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی می‌گردد. در این زمینه پیشنهاد می‌گردد که در ابعاد و حوزه‌های مختلف روانشناختی، کارگاه‌هایی از قبیل تقویت حافظه، مقابله با استرس، مشاوره گروهی، تفکر خلاق، چالش فکری، تقویت هوش معنوی، مهارت‌های خودآگاهی، تصمیم‌گیری، کلامی، حل مسأله و... برای سالمندان با هدف ارتقاء و توانمندسازی آنان با تأکید بر مهارت‌های شناختی برگزار گردد.
- براساس نتایج حاصل از پژوهش، یکی از عوامل مهم در توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی، عوامل تغذیه‌ای بود؛ لذا پیشنهاد می‌گردد که مراکز تحت پوشش بهزیستی از مشاوره‌های تغذیه‌ای خاص برای سالمندان بهره‌برند و همچنین برای سالمندان مقیم منزل و تحت پوشش بهزیستی نیز مشاوره‌های تغذیه‌ای با توجه به وضعیت شناختی و جسمی و بیماری‌های زمینه‌ای آنان ارائه شود.
- نتایج نشان داد که عوامل فرهنگی - اجتماعی و همچنین عوامل ورزشی - حرکتی در توانمندسازی سالمندان مؤثر هستند؛ لذا براساس این بخش از یافته‌ها پیشنهاد می‌گردد که عوامل فرهنگی مانند توجه به موسیقی، هنرها، نواختن ساز و... و همچنین توجه به عوامل اجتماعی مانند افزایش سطح آگاهی سالمندان در زمینه مشکلات آنان، پذیرش آنان توسط دوستان و اطرافیان، تخصیص مسئولیت روزمره به سالمندان و... و همچنین برنامه‌ریزی و برگزاری برای فعالیت‌های ورزشی و حرکتی روزمره و پیاده‌روی‌های دوره‌ای در دستور کار مدیران و کارشناسان مراکز تحت پوشش بهزیستی قرار گیرد.
- نتایج حاصل از پژوهش حاکی از آن بود که عوامل پزشکی و روانپزشکی و همچنین عوامل مدیریتی - حمایتی در توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی مؤثر هستند؛ لذا پیشنهاد می‌گردد سالمندان به صورت مرتب و دوره‌ای مورد بررسی و غربالگری به موقع تحت مراکز درمانی طرف قرارداد

بهبودی قرار گیرند و مشکلات جسمی و روحی- روانی آنان تحت حمایت‌ها و مدیریت مراکز تخصصی طرف قرارداد بهبودی پیگیری و مورد درمان قرار گیرند.

- نتایج نشان داد عوامل ارتباطی زمینه توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی را فراهم می‌کند؛ لذا در این زمینه پیشنهاد می‌گردد از طریق برنامه‌ریزی‌های مناسب، زمینه برخوردهای مناسب با سالمندان و افزایش ارتباطات اجتماعی و توجه به سالمندان در برون و درون خانوادگی و یا سراهای سالمندان فراهم گردد تا از این طریق، زمینه توانمندسازی سالمندان با تأکید بر مهارت‌های شناختی فراهم گردد.

تقدیر و تشکر

این مقاله مستخرج از طرح پژوهشی است که با سفارش و پشتیبانی اداره کل بهزیستی استان کرمانشاه انجام پذیرفته است، لذا تیم پژوهش بر خود لازم می‌داند از کلیه حمایت‌ها و همکاری‌های مسئولین آن اداره کل تشکر و قدردانی نماید.

فهرست منابع

- اسیری، شهلا و مختاری، نسرین (۱۳۹۵). «توانمندسازی سالمندان». همایش ملی سالمندی دکتر حکیم زاده با محوریت توانبخشی و فیزیوتراپی، سال ۱۳۹۵، دوره ۱.
- ریبی، لیلی، مصطفوی، فیروزه، مسعودی، رضا و حسن‌زاده، اکبر (۱۳۹۱). «بررسی تأثیر مداخله آموزشی مبتنی بر توانمندسازی سالمندان بر اساس الگوی خانواده محور». تحقیقات نظام سلامت، دوره ۸، شماره ۲، ص ۳۰۱-۳۱۳.
- رضائی‌جندانی، محبوبه، هویدا، رضا و سماواتیان، حسین (۱۳۹۴). «پیش‌بینی ابعاد توانمندسازی روان‌شناختی با استفاده از مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی در معلمان مدارس ابتدایی شهر اصفهان». دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، دوره ۱۶، شماره ۱، ص ۷۸-۸۷.
- سیدنقوی، میرعلی، غلامزاده‌جفره، مهدیه، واعظی، رضا و قربانی‌زاده وجه‌اله (۱۳۹۷). «الگوی توانمندسازی متخصصان سالمند در بخش دولتی با بهره‌گیری از روش تحلیل تم». پژوهش‌های مدیریت عمومی، دوره ۱۱، شماره ۴۰، ص ۵۳-۷۸.
- قدم‌پور، عزت‌اله، خلیلی‌گشینگانی، زهرا و عالی‌پور، کبری (۱۳۹۷). «بررسی رابطه بین توانمندسازی روان‌شناختی و فضیلت سازمانی با نقش میانجی شیفتگی مرتبط با کار در کارکنان دانشگاه علوم پزشکی لرستان». سلامت کار ایران، دوره ۱۵، شماره ۲، ص ۱۲۹-۱۴۱.
- هدایتی، بتول (۱۳۹۷). «تأثیر اجرای الگوی توانمندسازی خانواده‌محور بر خودکارآمدی سالمندان با فشار خون بالا. سالمند». مجله سالمندی ایران، دوره ۱۳، شماره ۱، ص ۸۶-۹۷.
- Ayupp, K., & Chung, T.H. (2010). "Empowerment", *Journal of Industrial Engineering and management*, 3, (3), 561-575.
- C. Badache, A., Mäki-Torkko, E., Widen, S., & Fors, S. (2023). "Why Are Old-Age Disabilities Decreasing in Sweden and Denmark? Evidence on the Contribution of Cognition, Education, and Sensory Functions". *The Journals of Gerontology: Series B*, 78 (3), 483-495.
- Fulmer, T., B. Reuben, D., Auerbach, J., Marie Fick, D., & Galambos, C. (2021). "Actualizing Better Health and Health Care for Older Adults". *Health Affairs*, 2, 219-225.
- Glaser, B.G., & Holton, J. (2004). "Remodeling Grounded Theory". *Historical Social Research*, 19, 48-68.
- Hourzad, A., Pouladi, S., Ostovar, A., & Ravanipour, M. (2018). "The effects of an empowering self-management model on self-efficacy and sense of coherence among retired elderly with chronic diseases: a randomized controlled trial". *Clin Interv Aging*, 3, 2215-2224
- Jaul, E., & Barron, J. (2017). "Age-Related Diseases and Clinical and Public Health Implications for the 85 Years Old and Over Population". *Front Public Health*, 5, 1-7.
- Ongori, H., & Shunde, J.P.W. (2008). "Managing behind the Scenes: Employee empowerment", *the International Journal of Applied Economics and Finance*, 2, 84-94.
- Ryszewska-Łabędzka, D., Tobis, S., Kropińska, S., Wieczorowska-Tobis, K., & Talarska, D. (2022). "The Association of Self-Esteem with the Level of Independent Functioning and the Primary Demographic Factors in Persons over 60 Years of Age". *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19 (4), 1-12.

Tsubouchi, Y., Yorozya, K., Tainosyo, A., & Naito, Y. (2021). “**A conceptual analysis of older adults’ empowerment in contemporary japanese culture**”. BMC Geriatrics, 21 (672), 1-13.

Wang, J.L., Zhang, D.J., & A. Jackson, L. (2013). “**Influence of self-esteem, locus of control, and organizational climate on psychological empowerment in a sample of Chinese teachers**”. Journal of Applied Social Psychology, 43 (7), 1428-1435.

Zeglat, D., S. Aljaber, A., & Wasfi, A. (2014). “**Understating The Impact of Employee Empowerment on Customer-Oriented Behavior**”. Journal of Business Studies Quarterly, 6 (1), 55-67.