ارترخیش آموزش مهارت‌های کیفیت زندگی به شیوه گروهی بر
شادکامی و سرزندگی سالمندان مرد شهر اهواز

تهجیم جدید ۱. محمد وعده‌خوا ۲. مهناز مهرابی‌زاده هنرمند
نام: محمد وعهد خوا

تاریخ دریافت: ۱۴/۰۶/۱۳۹۲ نوشته‌بندی: ۰۹/۰۸/۱۳۹۲

چکیده
پیش زمینه و هدف: پژوهش حاضر به هدف بررسی اثرات آموزش مهارت‌های کیفیت زندگی بر شادکامی و سرزندگی سالمندان انجام شده است.

روش: طرح پژوهشی از نوع پیش‌آزمون پس آزمون با گروه آزمایش و گروه کنترل، گروه آزمایش یک اثربخشی انجام شده است. گروه کنترل مشابه اثربخشی کریکت داشته که با همکاری کمتری به کار گرفته است.

در دو گروه آزمایش و کنترل باید فردیند، گروه آزمایش و کنترل از لحاظ سینه و سطح تحمیل و وضعیت اجتماعی همان وقت بودن، گروه آزمایش ۸ جلسه تحت تأثیر می‌گردد. گروه کنترل همچنین در جلسه‌های آموزشی روندهای آماری توصیفی و کوواریانس جهت تجزیه و تحلیل اثرات آموزش می‌شود.

یافته‌ها: نتایج محل بررسی داده که به کارگیری آموزش مهارت‌های کیفیت زندگی که از ترکیب روانسنجی مشترک، روش‌ها شناختی، رفتاری شکل گرفته، در سالمندان سرزندگی اقدام چکیده را افزایش دهد.

کلید واژه‌ها: آموزش مهارت‌های کیفیت زندگی به شیوه گروهی، شادکامی، سرزندگی، سالمندان

جلوه پژشگی از آری، دوره پیست و چهارم، شماره دهم، ص ۳۱۱-۳۱۸ دی ۱۳۹۲

آدرس مکاتبه: اهواز، دانشگاه شهید جهانداری، دانشکده علوم تربیتی و روانشناختی، گروه روانشناسی بالینی، تلفن:۱۳۱۲۶۶۹۹۸۱
Email: vatankhah.mohamad@yahoo.com

مقدمه
در طول سال‌های گذشته با نمایش افزایش اهداف، هدف‌های ملی و منطقی در جمعیت سالمندان مشاهده شده است که در این میان بهترین روش مروبی به بنیان ۸۵ سال و بالاتر پیش‌بینی می‌شود. سال ۲۰۰۰ در زنده می‌گردد. نسبت به افزایش از افزایش را با ۶۵ سال تشکیل می‌دهند و پیش بینی می‌شود. سال ۲۰۰۰ به طور واضح سریع‌تر از سابقه گروهی سنی بوده و پیش‌بینی

۱ دانشیار گروه روانشناسی بالینی دانشگاه شهید جهانداری اهواز ایران
۲ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه شهید جهانداری اهواز ایران
۳ استاد گروه روانشناسی بالینی دانشگاه شهید جهانداری اهواز ایران
با توجه به افراد یافته‌ها، نشان دهنده جمعیت سالندان و اهتمام انسان
دوره از زندگی برای روان‌پردازی، کیفیت زندگی در افراد سالندان یکی از هدف‌های مورد توجه
یافته‌است. از اینگونه مطالعات، می‌توان گفت که باعث افزایش
یک مفهوم کنترل برای اغلب مردم دارد. این مدل را می‌توان در
بیشتر تجربیات انسانی مبتنی بر این مدل، با بزرگ‌ترین
جدول به افق‌زدایی چاپ می‌کنیم.

1. Chaonan
2. Yeung
3. Fung
4. Westaway
5. Good
6. Geson
7. Angerborg
8. Hanks
9. Irving
10. Sherwin
11. Raab
12. Quality Of Life Therapy. (QOLT)
رویکرد رضایت‌المندی از زندگی است در این رویکرد به مراکز نظریه اندازه‌گیری، نظریه اصول و مهارت‌های آموزش داده می‌شود که در تشخیص تنهایی و خوش‌حالی مبتلا به انسان‌شناسی است. این آزمون‌های زندگی شکمشکه است (23) (رودریگو، 1 و همکاران، 2015) بر روی مدل به‌نام "آزمون ازدیاد احساس خوش‌حالی در زندگی مثبت" تحت عنوان "آزمون ازدیاد احساس خوش‌حالی در زندگی مثبت" قرار گرفته. در این آزمون مثبت، این آزمون در مقایسه با سایر آزمون‌های مثبت مثبت احساس که در آن‌ها به طور کلی خوش‌حالی و پذیرش نیاز شناگر ایجاد می‌شود درمان مثبت بر کیفیت زندگی بیشتری دهنده و سلامت روانی افراد مراجعه کننده به مزیر مشارکته است. رشد این پژوهش نیز نشانگر از شاخص کیفیت درمان مثبت بر کیفیت زندگی نشان داده می‌شود.

روش پژوهش

پژوهش حاضر نتیجه برگرفته از آزمون - پس از اموزش و گروه کنترل می‌باشد متفاوت می‌باشد. آزمون QOL (RODRIEGO، 2015) به طور کلی در این آزمون ازدیاد احساس خوش‌حالی در زندگی مثبت در مقایسه با سایر آزمون‌های مثبت که در آن‌ها به طور کلی خوش‌حالی و پذیرش نیاز شناگر ایجاد می‌شود درمان مثبت بر کیفیت زندگی بیشتری دهنده و سلامت روانی افراد مراجعه کننده به مزیر مشارکته است. رشد این پژوهش نیز نشانگر از شاخص کیفیت درمان مثبت بر کیفیت زندگی نشان داده می‌شود.

نتایج اشاره داده است (23) (MCCARRON، 2018)، انجام‌شده به‌طور کلی به‌طور مثبت درمان مثبت بر کیفیت زندگی بر رضایت زنان‌های همسران اثر افزایش احساس خوش‌حالی درمان مثبت بر کیفیت زندگی بر رضایت زنان‌های مبتلا می‌باشد. از دیگر عوامل که می‌تواند بر کیفیت زندگی و سلامت روانی افراد اثر گذار باشد فردیت افرادی که می‌تواند بر کیفیت زندگی و سلامت روانی افراد اثر گذار باشد.

نتایج اشاره داده است (23) (MCCARRON، 2018) فردیت افرادی که می‌تواند بر کیفیت زندگی و سلامت روانی افراد اثر گذار باشد.

نتایج اشاره داده است (23) (MCCARRON، 2018)
مجله پزشکی ارومیه
دوره ۳۱ شماره ۱۰ ماه دی ۱۳۹۷

شده است و به صورت چهار گروهی از صفر تا سه نمره گذاری می‌شود، این پرسشنامه دارای ۲۹ سوال می‌باشد (۳). علی بور و نبورزای (۱۳۸۲) با پرسشنامه‌ای در روسیه آزمایش کرده‌اند. ۳۰ و با روش نیم کردن ۲۳ و با روش بازاریابی ۸۹. گزارش‌کردن، همچنین در بررسی‌های صوری، پرسشنامه از ۱۰ کارشناس نظر خواهی که همگی توان سنجش شاکداری را توسط این آزمون تایید کرده‌اند (۲۳). این پژوهش یا یک پرسشنامه رو به سوال دوم دوم سوال روسیه‌ای مکسوس می‌باشد. نمودهای که در این سوال از سه از اخیر آن ۳۲ تا ۴۸ درصد این می‌باشد. نمودهای که در این سوال از اخیر آن ۳۲ تا ۴۸ درصد این می‌باشد. نمودهای که در این سوال از اخیر آن ۳۲ تا ۴۸ درصد این می‌باشد. نمودهای که در این سوال از اخیر آن ۳۲ تا ۴۸ درصد این می‌باشد. نمودهای که در این سوال از اخیر آن ۳۲ تا ۴۸ درصد این می‌باشد. نمودهای که در این سوال از اخیر آن ۳۲ T2 DAP 3 vision quest 4 life script

۲ DAP
۳ vision quest
۴ life script

۱ basket of eggs
نمادهای متعددی وجود دارد نباید از این دو گروه آزمایش و کنترل از نظر معنی‌داری و وجود نتایج مثبت‌اندازی گرفته گردد.

جدول شماره (1): مقایسه میانگین و انحراف معیار نمرات شادکامی در دو گروه پس آزمون

<table>
<thead>
<tr>
<th>میانگین</th>
<th>انحراف معیار</th>
<th>تعداد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>آزمایش</td>
<td>86</td>
<td>48</td>
</tr>
<tr>
<td>شادکامی</td>
<td>78</td>
<td>46</td>
</tr>
<tr>
<td>کنترل</td>
<td>75</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>متغیرنگر</td>
<td>73</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>شادکامی</td>
<td>38</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>سرزنده</td>
<td>46</td>
<td>16</td>
</tr>
</tbody>
</table>

 Zendegi به منظور بررسی همگنی واریانس‌ها در پس آزمون لازم است که نتایج واریانس پس آزمون شادکامی و گروه کنترل در جدول 2 ارائه شده باشد.

جدول شماره (2): آزمون لوی برای همسانی واریانس‌ها در متغیر شادکامی و سرزنده

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیر</th>
<th>مرحله شاخه</th>
<th>درجه آزادی گروه</th>
<th>معناداری</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>شادکامی</td>
<td>44</td>
<td>28</td>
<td>0.49</td>
</tr>
<tr>
<td>سرزنده</td>
<td>28</td>
<td>1</td>
<td>0.64</td>
</tr>
</tbody>
</table>

بر روی نمره‌های پس آزمون، با کنترل مانگو (MANCOVA) بر روی پژوهش (شادکامی و سرزنده) انجام گرفت. جدول 3 نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری را روی نمره‌های پس آزمون، با کنترل پس آزمون نشان می‌دهد.

همانطور که در جدول 3 ملاحظه می‌شود مدل متعادلی در واریانس نمرات پس آزمون دو گروه آزمایش و کنترل وجود ندارد بازیابی فرض همگنی واریانس‌ها به‌عهده‌است. جهت بروز اثر مداخله‌های آزمایشی، تحلیل کواریانس چند
جدول شماره (۲) خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس مربوط به تأثیر درمان مثبت بر کیفیت زندگی بر شاکدامی سالمندان

<table>
<thead>
<tr>
<th>نام آزمون</th>
<th>S مبنی داری</th>
<th>اثر بیلایی</th>
<th>df</th>
<th>فرضیه</th>
<th>F</th>
<th>df</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>(Pillai’s Trace)</td>
<td>0.09/0.15</td>
<td>0.89</td>
<td>2</td>
<td>0.09/0.15</td>
<td>75/82</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>(Wilks’ lambada)</td>
<td>0.91</td>
<td>0.09</td>
<td>2</td>
<td>0.09/0.15</td>
<td>75/82</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>(Hoteling’s Trace)</td>
<td>0.80</td>
<td>0.09</td>
<td>2</td>
<td>0.09/0.15</td>
<td>75/82</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

و با استفاده از نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و کنترل از جمع میانگین برای درمان مثبت بر کیفیت زندگی و دو متغیر وابسته (شاکدامی، سرزنده) به کنترل بیشتری در میانگین زندگی و شاکدامی اثر آزمایش و کنترل مشاهده شده است.

جدول شماره (۴) نتایج حاصل از تحلیل آنالیز در میانگین مکانیکی زندگی و سرزنده

<table>
<thead>
<tr>
<th>شاکدامی</th>
<th>F</th>
<th>درجه آزادی</th>
<th>مجموع مجدورات</th>
<th>اثر آماری</th>
<th>سطح معنی داری</th>
<th>درجه آزادی</th>
<th>مجموع مجدورات</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۶۱۸۴/۱۴</td>
<td>۶</td>
<td>۸۷/۶۶</td>
<td>۱</td>
<td>۱۴/۷۶</td>
<td>۱۲۴/۸۲</td>
<td>۱</td>
<td>۱۴/۷۶</td>
</tr>
</tbody>
</table>

نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهد که تحلیل کوواریانس یک راهه دو مدلی در سه آزمون سرزنده و شاکدامی با توجه به میانگین مکانیکی زندگی در اثر آزمایش و توان آماری برابر ۱ می‌باشد.
بحث

بررسی فرضیه پژوهش، نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های کیفیت زندگی، شاکلکی و سرزندگی سالمندان را تنبیه به گروه کنترل، افزایش می‌دهد. است. همانطور که نتایج تحلیل کواریانس را به دلیل ۳ نشان می‌دهد، درمان مبتی بر کیفیت زندگی، میزان شاکلکی و سرزندگی آزمودنی‌ها را در مرحله پس از رابطی داده.

آموزش مهارت‌های کیفیت زندگی، آموزشی است که شیوه‌های درمان رفتاری، شناختی را به روش‌های روان‌شناختی می‌آورد. در این بخش، است. با نیازهای ناشی از آزمودنی‌ها، یک فرضیه پژوهشی در ساختار سایر یک در ساختار کیفیت زندگی از طریق افزایش معنویت سالمندان می‌تواند حس شاکلکی آن را بالا برد به طور مثال سالمندان در جلسه‌های برنامه‌ریزی می‌توانند دسترسی را به سایر زندگی، اجرای تمرين هدف یافته در آموزش زندگی، کارکرد کیفیت مثبت و معنویت درونی و آرامش در اصول نیم و برداختن که ممکن است کیفیت‌های گروه، تقوی و نتیجه رشیدنی که داشتن احساس کنترل در دوران سالمندی یکی از عوامل مستقل تاثیر داشته باشد احساس کنترل کوتروی داشته باشد از شاکلکی بیشتر برخوردارند.

این‌ها برای زندگی در ساختار سالمندی برداخته شده و با توجه به مسائل مربوط به کیفیت زندگی در دوران سالمندی برداختن از نظر نیست که باید احساس کنترل درونی داشته باشد از شاکلکی بیشتر برخوردارند.

۳ Moreira-Almedia
۵ BAT
۶ Lyubomirsky
۷ Della-Porta

۱ vision quest
۲ life script

۸۰۶
نتیجه‌گیری

به طور کلی گروه درمانی مبتئی بر کیفیت زندگی یک روکار ارجاع کننده در نماد به سلامت روان در بافت زندگی روزمره اهمیت می‌دهد و سعی دارد تا امکان ایجاد مرتبطیت با این دو عامل، بر اساس چشماندازی، با توجه به نموداری که در این آزمایش ارائه شده است، می‌توان انتظار داشت که در جامعه زندگی مبتئی بر کیفیت زندگی در بافت زندگی روزمره و در جامعه خود نقش داشته باشد.

از محدودیت‌های این پژوهش این است که این پژوهش بر روی بارتنشگان سالمند کانون بارتنشگان ارائه انجام شد و یکی از تاکیدهای این پژوهش در شهرهای دیگر کشور و بر روی نتایج این انجام شود. همچنین به‌دلیل هنگام نشدن این بسته آموزشی، بعضی از مفاهیم آن با فرهنگ جامعه ایران متفاوت نبوده که بیش از استرس‌رسیده‌ای نمونه‌های بیش‌تری از تنظیمی برای سوگواری کمک کنند.

سید تخریب‌گرها این متن‌ها در اجرا انجام باید و در این نتایج یک زوج چنین مفاهیم را تصدیک نماید. تمایل‌های آموزشی راهبردی و نیروی (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنامه (DAP) و تکنیک‌های آموزشی مبتنی بر زمینه روزنамه
References:


32. Abolghasemi F. standardization of positive and negative affect and simultaneous its standardization with mental health and vitality in students of Esfahan University. (Dissertation). Esfahan: University of Esfahan; 2003. (persion)


THE EFFICACY OF QUALITY OF LIFE GROUP TRAINING ON HAPPINESS AND VITALITY OF AGED MEN

Najme Hamid¹, Mohammad Vatankhah², Mahnaz Mehrabizadeh-Honarmad ³

Received: 5 Sep, 2013; Accepted: 31 Oct, 2013

Abstract

Background & Aims: This research was conducted to study the efficacy of quality of life group training on happiness and vitality of aged men.

Materials & Methods: The research method was semi-experimental with pre-post test and a control group. The samples consisted of 30 aged males who referred to Retiree’s Center in Ahvaz and one standard deviation below the mean in happiness scale was acquired from them. They were matched according to age, educational status, and other criteria considered in this research. Then randomly divided into two groups as experimental and control group. We used 8 sessions of quality of life group trainings in the experimental group but the control group didn’t receive any intervention. The instrument was Oxford Happiness Inventory.

Results: The results revealed that there was a significant difference between two groups in happiness and vitality (P<0.001). The rate of happiness and vitality in the experimental group compared with pretest and control group was significantly higher.

Conclusion: According to the results of this research, quality of life training as the combined of positive psychology and cognitive behavioral therapy can increase the rate of happiness of aged men.

Keywords: Quality of life group training, Happiness, Vitality, Aged men

Address: Psychology Department, Shahid Chamran University, Ahvaz, Iran Tel: +98 9139646900 Email: vatankhah.mohamad@yahoo.com

SOURCE: URMIA MED J 2013: 24(10): 811 ISSN: 1027-3727

¹ Associate Professor, Psychology Department, Shahid Chamran University, Ahvaz, Iran
² MA in Clinical Psychology, Shahid Chamran University, Ahvaz, Iran (Corresponding Author)
³ Professor, Psychology Department, Shahid Chamran University, Ahvaz, Iran