

مقاله اصلی

مدلسازی معادلات ساختاری شادزیستی بر اساس سبک‌های دلبستگی و مهارت‌های ارتباطی با میانجی‌گری خودشفقت‌ورزی در سالمندان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۲۵ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۱/۱۵

خلاصه

مقدمه: دوران سالمندی از مهم‌ترین و پرمخاطره‌ترین دوران‌های زندگی انسان و مشکلات آن از اساسی‌ترین مشکلات جهان امروز است؛ بنابراین هدف پژوهش حاضر ارائه مدلسازی معادلات ساختاری شادزیستی بر اساس سبک‌های دلبستگی و مهارت‌های ارتباطی با میانجی‌گری خودشفقت‌ورزی در سالمندان بود.

روش کار: روش پژوهش تحلیلی و مدلسازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل تمامی سالمندان ساکن آسایشگاه‌های سالمندان مستقر در شهرهای استان گیلان در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بود و روش نمونه‌گیری به صورت در دسترس بود. نمونه آماری این پژوهش با توجه به تعداد متغیرهای پژوهش تعداد ۲۱۰ نفر بود. جهت جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس‌های شادزیستی آکسفورد (۲۰۰۲)، مهارت‌های ارتباطی بین فردی کوئین دام (۲۰۰۴) و خودشفقت‌ورزی نف و همکاران (۲۰۰۳) و سبک دلبستگی بزرگسالان هازن و شیور (۱۹۸۷) استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ و Amos نسخه ۲۴ و ضریب همبستگی پیرسون و مدلسازی معادلات ساختاری استفاده شد.

نتایج: نتایج نشان داد که مهارت ارتباطی با خودشفقت‌ورزی ($P=۰/۰۰۲$ ، $Beta=۳/۱$) و خودشفقت‌ورزی با شادزیستی ($P=۰/۰۴۱$ ، $Beta=۲/۸$) به طور معناداری رابطه داشت. اما سبک دلبستگی با خودشفقت‌ورزی ($P=۰/۰۲۱$ ، $Beta=۱/۲$) رابطه نداشت. همچنین اثر غیرمستقیم سبک دلبستگی بر شادزیستی برابر با $۲/۷$ ($P=۰/۰۱۳$) و مهارت‌های ارتباطی بر شادزیستی برابر با $۰/۰۵۲$ ($P=۰/۰۲۵$) بود. شاخص‌های نیکویی برازش مدل مفهومی برازش داده شده برابر با ($RMSEA=۰/۰۸$ ، $NFI=۰/۹۳$ ، $GFI=۰/۹۴$ ، $CMIN/df=۳/۵$) به دست آمد.

نتیجه‌گیری: بنابراین، به نظر می‌رسد تقویت مهارت‌های ارتباطی در سالمندان موجب افزایش میزان شادزیستی در آن‌ها شود. همچنین سبک‌های دلبستگی نیز بر میزان شادزیستی سالمندان تاثیرگذار است.

کلمات کلیدی: مهارت‌های ارتباطی، شادزیستی، سبک دلبستگی، خودشفقت‌ورزی، سالمندان

یلدا فتاحی^۱

حکیمه آقایی^{۲*}

محبوبه طاهر^۳

سید موسی طباطبایی^۴

^۱ دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی، واحد شاهرود،

دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران

^۲ استادیار گروه روانشناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد

اسلامی، شاهرود، ایران (نویسنده مسئول)

^۳ استادیار گروه روانشناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد

اسلامی، شاهرود، ایران

^۴ استادیار، عضو هیات علمی گروه علوم شناختی، دانشکده

روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

Email: ha.aghae@gmail.com

مقدمه

مسئله سالمندی در سالهای اخیر به عنوان یک موضوع اساسی اذهان متخصصان، سیاست گذاران و حتی افکار عمومی را به خود معطوف کرده است. تخمین های آماری نشانگر آن اند که تا ۳۰ سال آینده، درصد جمعیت سالمند کشور تقریباً به ۲۶ درصد کل جمعیت کشور خواهد رسید (۱).

یکی از مؤلفه‌هایی که برای دوران سالمندی مورد توجه پژوهشگران و روانشناسان قرار دارد شادزیستی است. از دیدگاه روانشناختی شادزیستی حاصل شرایط محسوس زندگی نظیر تحصیل، شغل، امکانات مالی و رفاهی است و اغلب متأثر از حالات درونی و ادراک شخصی است که از آن به عنوان شادزیستی ذهنی تعبیر می‌شود. شادزیستی، مولد انرژی، شور و نشاط، حرکت و پویایی است و همچون سپری می‌تواند آدمی را در برابر استرس‌ها و مشکلات محافظت نموده و سلامت جسمی و روانی او را نیز تضمین کند (۲). سالمند شادتر توانایی بالاتری جهت حل مشکل خود و خانواده دارند. عدم برخورداری از شادزیستی در زندگی و احساس ناراحتی و غم در سالمندان به کیفیت خواب آن‌ها لطمه می‌زند (۳).

از جمله شاخص‌هایی که در تعیین شادزیستی نقش مؤثری دارد می‌توان به سبک‌های دلبستگی اشاره کرد. سبک‌های دلبستگی افراد متفاوت است با مشاهده افراد در موقعیت‌های مختلف می‌توان سبک‌های دلبستگی را به سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا طبقه‌بندی کرد. دلبستگی نیز یکی از برجسته‌ترین مفاهیم روانشناسی معاصر است که به تکوین پیوندهای عاطفی اشاره دارد. دلبستگی از طریق روابط اولیه شناختی با مراقبت‌کنندگان شکل می‌گیرد سبک‌های دلبستگی تحت عنوان دلبستگی اجتنابی، ایمن و اضطراب-دوسوگرایی شناخته شده است. سالمندانی که سبک دلبستگی ایمن دارند در مقایسه با سالمندانی که سبک دلبستگی ناایمن دارند از نظر سلامت روانشناختی و شایستگی‌های اجتماعی از شرایط بهتری برخوردارند. دلبستگی با تجربه عواطف منفی مرتبط است و افراد دارای دلبستگی ناایمن در مقایسه با افراد دارای دلبستگی ایمن سطح بالاتری از عواطف منفی را تجربه می‌کنند و وجود

عواطف منفی موجب ارتباط دلبستگی ناایمن با رفتارهای پرخطر می‌شود (۴).

همچنین جایگاه مهارت‌های ارتباطی در بحث شادزیستی حایز اهمیت است. به طوری که ارتباطات انسانی بخش عمده‌ای از زندگی سالمندان را تشکیل می‌دهد و حیات اجتماعی سالمند بدون آن امکان پذیر نیست. میل به برقراری ارتباط با دیگران به طور طبیعی در نهاد بشر قرار داده شده و انسان برای تداوم حیات اجتماعی خود نیازمند برقراری ارتباط با دیگران است (۵). مهارت‌های ارتباطی به توانایی برقراری ارتباط با دیگران توسط فرد گفته می‌شود، به گونه‌ای که از تنش اجتناب و نتایج مثبتی به بار آورد. دارا بودن این مهارت سبب می‌شود افراد بتوانند ارتباط صحیح و مؤثری با یکدیگر برقرار نمایند. این مهارت در زندگی افراد به قدری حایز اهمیت است که می‌توان به نوعی ریشه اصلی آسیب‌ها یا پیشرفت‌های فردی را در گرو این مهارت دانست. مهارت ارتباطی میان فردی شامل توانایی برقراری کلام، گوش دادن فعال، درک منظور متقابل و ایجاد بازخورد نسبت به صحبت‌های افراد است (۶). مهارت‌های ارتباطی به منزله آن دسته از مهارت‌هایی هستند که به واسطه آن افراد می‌توانند درگیر تعامل‌های بین فردی و فرایند ارتباط شوند؛ یعنی فرایندی که افراد در طی آن، اطلاعات، افکار و احساس‌های خود را از طریق مبادله کلامی و غیرکلامی با یکدیگر در میان می‌گذارند (۷). مهارت‌های ارتباطی در زندگی انسان بسیار مهم هستند. هیچ یک از توانمندی‌های بالقوه انسان، جز در سایه روابط بین فردی رشد نمی‌کند. فراگیری روابط بین فردی صحیح، اهمیت بسزایی در ایجاد سلامت روانی، رشد شخصیت، هویت‌یابی، افزایش بهره‌وری شغلی و مسئولیت‌پذیری دارد. سالمندانی که از مهارت‌های ارتباطی ضعیف‌تری برخوردارند کمتر از سوی اطرافیان خود پذیرفته می‌شوند و با مشکلات کوتاه مدت و بلندمدت زیادی روبه‌رو هستند (۸).

علاوه بر مطالب شرح بالا، خود شفقت‌ورزی به عنوان یکی از سازه‌های روانشناسی تأملی و عاری از قضاوت است. به بیان

کاربردی مورد استفاده قرار خواهد گرفت. در همین رابطه سازمان‌ها و افراد حقیقی مختلفی از یافته‌های این تحقیق بهره‌مند خواهند شد که از آن جمله می‌توان به؛ سازمان بازنشستگی، کلینیک‌های مشاوره خانواده، روانشناسان، مشاوران و مددکاران، محققان و کلیه افرادی که علاقه‌مند به کسب اطلاعات پیرامون موضوع پژوهش مذکور باشند، اشاره کرد.

بنابراین با توجه به مطالب گفته شده هدف از این پژوهش ارائه مدل‌سازی معادلات ساختاری شادزیستی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی و مهارت‌های ارتباطی با میانجی‌گری خودشفقت‌ورزی در سالمندان بود.

روش کار

روش پژوهش تحلیلی و از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی سالمندان ساکن آسایشگاه‌های سالمندان مستقر در شهرهای استان گیلان در سال ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بود. برای انتخاب حجم نمونه در پژوهش مدل‌سازی به ازای هر متغیر آشکار، پانزده نفر نیاز است (۱۳)؛ همچنین بر اساس متغیرهای موجود در مدل مفهومی شکل ۱، ۱۵ متغیر آشکار وجود داشت؛ بنابراین در این پژوهش به ۲۲۵ نفر نیاز بود؛ اما با توجه به ریزش و احتمال تکمیل نشدن تمامی سوالات پرسشنامه‌ها توسط شرکت‌کنندگان، تعداد ۳۰۰ پرسشنامه پخش شد که از میان آن، تعداد ۲۴۲ پرسشنامه به طور کامل تکمیل و قابل تحلیل بود.

ملاک ورود به پژوهش شامل: سالمند باشند، حداقل سطح تحصیلات دیپلم، آزمودنی‌ها به بیماری جسمی خاص و یا اختلال روان‌شناختی، تحت درمان روان‌شناختی و یا دارویی خاص نباشند.

و ملاک خروج شامل: عدم همکاری در تکمیل پرسشنامه‌ها می‌باشد.

جهت جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس‌های شادزیستی آکسفورد (۲۰۰۲)، مهارت‌های ارتباطی بین فردی کوئین دام (۲۰۰۴)، خودشفقت‌ورزی نف و همکاران (۲۰۰۳) و سبک دل‌بستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) استفاده شد.

دیگر، افراد هنگام مواجهه با شکست‌ها و نقایص خود، به جای انکار یا بزرگ کردن، آن‌ها را خالی از هرگونه قضاوت می‌پذیرند، به جای انتقاد و سرزنش خود با مهربانی و ملاحظت با خود رفتار می‌کنند و به جای منحصر به فرد دانستن خود در شکست‌ها و داشتن نواقص و کاستی‌ها، آن‌ها را در میان تمامی انسان‌ها مشترک می‌دانند (۹). خودشفقت‌ورزی از عوامل مؤثر در رشد در دوره سالمندی و بنابراین بهزیستی روانی در این دوره است. خودشفقت‌ورزی نوعی ارتباط مهربانانه با شکست‌ها، ضعف و ناامیدی و شامل سه مؤلفه مهربانی به خود، تجارب مشترک انسانی و ذهن آگاهی است (۱۰). خودشفقت-ورزی با افکار خودآیند رابطه دارد و افکار خودآیند زیربنای اختلال‌های روان‌شناختی همچون افسردگی و اضطراب هستند. سالمندی که خودشفقت‌ورزی بالایی دارد، قادر است هنگام مواجهه با ناکامی و بدبینی، نگرش توأم با ملایمت و مهربانی نسبت به خود داشته باشد و احساسات و هیجان‌های خود را به طور مناسب تجربه نماید، بدون اینکه آن‌ها را از خود دور رانده یا کاملاً تحت سیطره آن‌ها قرار بگیرد (۱۱).

در یک دهه اخیر، جمعیت سالمندان کشور حدود ۰/۲ تا ۰/۳ درصد رشد کرده و پیش‌بینی می‌شود که با این نرخ رشد جمعیت تا سال ۱۴۰۰، حدود ۱۰ درصد جمعیت کشور را سالمندان تشکیل می‌دهند. این روند پیر شدن جمعیت، نیازمند آن است که بسترهای مناسبی برای رشد و ارتقای سلامت جسمی، روانی و اجتماعی سالمندان فراهم شود در نتیجه مسؤلان و برنامه‌ریزان در تمام جوامع این مقوله را از جهات مختلف مورد توجه خاص خود قرار داده‌اند چرا که توجه خاص به این قشر باعث ارتقاء سطح بهداشت جامعه خواهد شد (۱۲). انجام این پژوهش نیز از آن جهت ضرورت پیدا می‌کند که تعداد کثیری از افراد جامعه را سالمندان تشکیل می‌دهند. از طرفی پژوهش‌های قابل توجهی در این خصوص انجام نشده است. بنابراین انجام این پژوهش می‌تواند نتایج بنیادی و کاربردی زیادی داشته باشد. بدین صورت که با مطالعه و بررسی منابع مرتبط با مبانی نظری، مباحث جدیدی در این زمینه ارائه می‌شود. ضمن این که یافته‌های حاصل از این تحقیق به طور

از ابزارهای زیر در پژوهش استفاده شد.

پرسشنامه شادزیستی آکسفورد:

اصلاحی فهرست شادزیستی آکسفورد است که هیل و آرگایل در سال ۲۰۰۲ آن را منتشر کردند (۱۴). پرسش نامه ۲۹ سؤال چهارگزینه ای دارد و براساس طیف چهار درجه ای از صفر تا ۳ به صورت اصلا= صفر، کمی=، زیاد= ۲ و خیلی زیاد= ۳ نمره گذاری می شود. نمره کل آزمودنیها از صفر تا ۸۷ در نوسان است. نمرات بالاتر به معنای میزان شادزیستی بیشتر است (۱۴). در پژوهش هیل و آرگایل، آلفای کرونباخ پرسش نامه ۹۱ درصد گزارش شد (۱۴). در پژوهش علیپور و آگاه هریس، پایایی و روایی پرسشنامه شادزیستی آکسفورد ارزیابی شد. در پژوهش آنها نمونه ای متشکل از ۱۴۲ مرد و ۲۲۷ زن از بین تمامی کارمندان و دانشجویان ساکن استان تهران با میانگین سنی ۲۴ سال و ۱۱ ماه و دامنه سنی ۱۸ تا ۵۳ از مناطق دو پنج، بازده و هیچده شهر تهران (بر پایه چهار بخش غرب، مرکز، جنوب و شمال و شهرستان های کرج، شهریار و اسلامشهر انتخاب شدند. افراد منتخب پرسش نامه شادزیستی آکسفورد، پرسشنامه شخصیتی آیزنک و سیاهه افسردگی یک را تکمیل کردند. آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۹۱ است (۱۵). در پژوهش علی پور و آگاه هریس، ضریب همبستگی پرسون بین پرسش نامه شادزیستی آکسفورد با سیاهه افسردگی بک و زیر مقیاس های برون گرایی و نوروز گرایی پرسشنامه شخصیتی آیزنک به ترتیب برابر با ۰/۴۸-، ۰/۴۵، ۰/۳۹- بود که روایی همگرا و واگرایی پرسش نامه شادزیستی آکسفورد را تأیید کرد (۱۵).

پرسشنامه خود شفقت ورزی:.

این مقیاس، ابزاری خود گزارش دهی ۲۶ سوالی است که توسط نف در سال ۲۰۰۳ به منظور سنجش میزان خودشفقت ورزی ساخته شد (۱۶). نمره گذاری آن در اندازه های پنج درجه ای لیکرت، از تقریباً هیچ گاه (نمره صفر) تا تقریباً همیشه (نمره چهار) تعیین می شود. نمره بیشتر به معنای خودشفقت ورزی بیشتر است. این مقیاس شش مؤلفه دارد که عبارت است از: مهربانی با خود (گویه های ۵، ۱۲، ۱۹، ۲۳، ۲۶)؛ قضاوت در

مورد خود (گویه های ۱، ۸، ۱۱، ۱۶، ۲۱): اشتراکات انسانی (گویه های ۳، ۷، ۱۰، ۱۵)؛ انزوا (گویه های ۴، ۱۳، ۱۸، ۲۵)؛ ذهن آگاهی (گویدهای ۹، ۱۴، ۱۷، ۲۲)؛ همانندسازی افراطی (گویه های ۲، ۶، ۲۰، ۲۴). میانگین نمرات شش مؤلفه باهم جمع می شود و نمره کلی خودشفقتی به دست می آید. نمره گذاری خرده مقیاس های منفی یعنی قضاوت در مورد خود، انزوا و همانندسازی افراطی به طور معکوس صورت می گیرد. برای محاسبه نمره کل، نمره خرده مقیاس ها به یکدیگر اضافه می شود و نمره بیشتر به معنای خودشفقتی بیشتر است (۱۶). در پژوهش نف تحلیل عامل تأییدی روی این مقیاس انجام گرفت و یک عامل منفرد سطح بالا یافت شد که همبستگی درونی این شش مؤلفه را تبیین کرد. پایایی کلی این ابزار از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمد. همچنین هر کدام از زیر مقیاس ها از همسانی درونی خوبی برخوردار بودند (از ۰/۷۵ تا ۰/۸۱). علاوه بر این، پایایی بازآزمایی به فاصله زمانی دو هفته ۰/۹۳ گزارش شد (۱۶). مؤمنی و همکاران ضرایب پایایی آلفای کرونباخ را در خرده مقیاس های اشتراکات انسانی و ذهن آگاهی ۰/۷۱، مهربانی با خود ۰/۷۵، انزوا ۰/۷۲ و همانندسازی افراطی ۰/۶۵ گزارش کردند. رای بررسی روایی همگرا از مقیاس حرمت خود روزنبرگ استفاده شد که ۰/۵۹ به دست آمد. هم چنین روایی افتراقی ها از طریق اجرای مقیاس شخصیت خودشیفته محاسبه و همبستگی معنادار میان نمرات این دو مقیاس (خود شفقت ورزی و شخصیت خودشیفته) به دست نیامد که حاکی از روایی افتراقی بالا است. روایی همزمان نیز از طریق اجرای پرسشنامه اضطراب بک و پرسشنامه افسردگی بک محاسبه شد و نتایج حاکی از روایی همزمان خوب بود (۱۷).

پرسشنامه مهارت های ارتباطی.

سنجش مهارت های ارتباطی آزمودنی ها از پرسشنامه مهارت های ارتباطی بین فردی کوئین دام استفاده شد (۱۸). این پرسشنامه برای سنجش مهارت های ارتباطی بزرگسالان ابداع شده دارای ۳۴ عبارت است که در ۵ مقیاس مهارت گوش دادن (۶ سوال)، توانایی دریافت و ارسال پیام (۹ سوال)، بینش نسبت

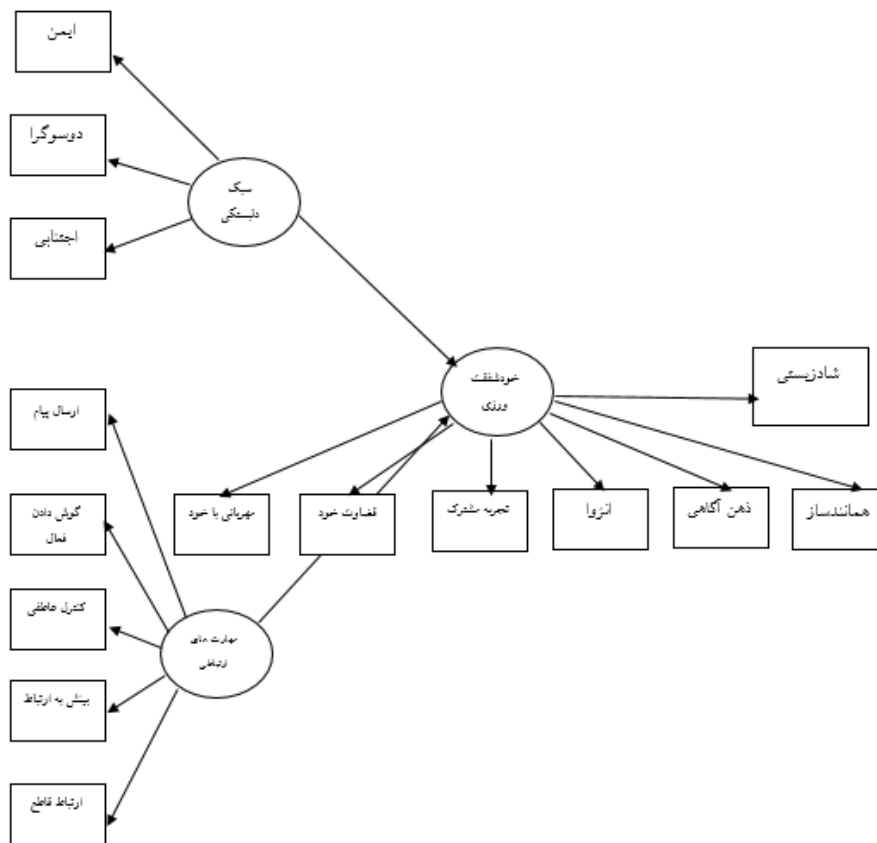
یک نمونه دانشجویی ۱۴۸۰ نفری برای کل آزمودنیها به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۹ و ۰/۸۸ به دست آوردند که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس دل بستگی بزرگ سال است. روایی محتوایی مقیاس با سنجش ضرایب هم بستگی بین نمره های پانزده نفر از متخصصان روان شناسی بررسی شد. ضرایب توافق کندال (روایی) برای سبک های دل‌بستگی ایمن اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۶۱ و ۰/۵۷ محاسبه شد (۲۱).

در این پژوهش از آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار استفاده شد. همچنین آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای تشخیص نرمال بودن داده ها و ضریب همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری به کار رفت. نیکویی برازش مدل مفهومی بر اساس شاخص نسبت مجذور خی به درجه آزادی، شاخص برازندگی تطبیقی " (CFI)، شاخص نکویی برازش (GFI)، شاخص نکویی برازش تعدیل شده (AGFI) و ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب (RMSEA) بررسی شد. اگر شاخص نسبت مجذور خی بر درجه آزادی کوچکتر از ۳ باشد، برازش بسیار مطلوب را نشان می‌دهد. اگر شاخص های GFI ، AGFI ، CFI بزرگتر از ۰/۹۵ و شاخص RMSEA کوچکتر از ۰/۰۵ باشد بر برازش بسیار مطلوب و بسیار خوب دلالت دارد؛ همچنین اگر شاخصهای CFI ، AGFI ، GFI بزرگتر از ۰/۹۰ باشند، و شاخص RMSEA کوچکتر از ۰/۰۸ باشد بیانگر برازش مطلوب و خوب است (۲۲). همچنین جهت برآورد اثرات غیرمستقیم از آزمون بوت استرپ استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ و AMOS نسخه ۲۴ و روش مدل‌سازی معادلات ساختاری، تجزیه و تحلیل شدند. سطح معناداری همه آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد

شکل ۱ مدل مفهومی شادزیستی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی و مهارت‌های ارتباطی با میانجی‌گری خودشفقت‌ورزی در سالمندان را نشان می‌دهد.

به فرایند ارتباط (۵ سوال)، کنترل عاطفی (۹ سوال) و کنترل ارتباطی (۵ سوال) مورد بررسی قرار می‌گیرد و بر روی یک طیف لیکرت ۵ درجه ای از هرگز تا همیشه نمره ۱ تا ۵ در نظر گرفته می‌شود. دامنه محتمل برای هر فرد بین ۳۴ تا ۱۷۰ خواهد بود که نمرات بالاتر نشان دهنده مهارت‌های ارتباطی بیشتر است. برای سنجش اعتبار آزمون مهارت‌های ارتباطی، با استفاده از روش آلفای کرونباخ، اعتبار کل آزمون محاسبه شد که مقدار عددی آن برابر با ۰/۷۱ و حاکی از همسانی درونی قابل قبول این آزمون بود. پایایی این پرسشنامه در این پژوهش نیز از طریق آزمون الفای کرونباخ برابر ۰/۷۵ به دست آمد (۱۸). حسین چاری و فداکار با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۶۹ و حاکی از همسانی درونی قابل قبول این آزمون بود (۱۹). این مقدار برای آزمودنی‌های دانشجو ۰/۷۱ و برای دانش آموزان دبیرستانی برابر با ۰/۶۶ بود. همچنین پایایی آن با استفاده از روش تصنیف برابر با ۰/۷۱ بود و برای خرده‌مقیاس‌ها شامل؛ توانایی دریافت و ارسال پیام، کنترل عاطفی و مهارت گوش دادن، بینش نسبت به فرآیند ارتباط و کنترل ارتباطی به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۶۸، ۰/۷۴، ۰/۷۵ و ۰/۶۶ گزارش شده است که بیانگر اعتبار مناسب این ابزار است (۱۹).

پرسشنامه سبک دل‌بستگی. پرسشنامه سبک دل‌بستگی بزرگسالان هازن و شیور (۱۹۸۷) استفاده شد (۲۰). این مقیاس ۱۵ ماده دارد و سه سبک دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در مقیاس ۵ درجه ای لیکرت (خیلی کم=۱، کم=۲، متوسط=۳، زیاد=۴، خیلی زیاد=۵) می‌سنجد. نمره های زیر مقیاس های دل‌بستگی هر فرد، ارزش های عددی ماده های ۱ تا ۵ زیر مقیاس سبک دل‌بستگی دوسوگراست که نمره های آن‌ها به صورت پیوسته در افراد توزیع می‌شود. هازن و شیور اعتبار بازآزمایی کل مقیاس را ۰/۸۱ و اعتبار با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آوردند. بشارت و خجوی ضریب آلفای کرونباخ (اعتبار) پرسش‌های خرده مقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا درباره



شکل ۱. مدل مفهومی شادزیستی بر اساس سبک‌های دلبستگی و مهارت‌های ارتباطی با میانجی‌گری خودشفقت‌ورزی در سالمندان

نتایج

دیپلم بودند.. در پژوهش حاضر همچنین میانگین و انحراف معیار سنی شرکت‌کنندگان به ترتیب برابر با ۶۹/۷ و ۴/۷ بود. در جدول شماره ۱ شاخص‌های گرایش به مرکز و پراکندگی مربوط به متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

در پژوهش حاضر ۲۴۲ نفر شرکت‌کننده حضور داشتند که از نظر جنسیت نفر (درصد) مرد و نفر (درصد) زن بودند. از نظر سطح تحصیلات، نفر (درصد) دارای مدرک کارشناسی، نفر (درصد) دارای مدرک کاردانی و نفر (درصد) دارای مدرک

جدول ۱. شاخص‌های گرایش به مرکز و پراکندگی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین	بیشترین	کولموگروف اسمیرنوف	مقدار احتمال
شادزیستی	۴۳/۵	۳/۷	۳۵	۴۸	۰/۱۲	۰/۰۱۳
دلبستگی ایمن	۱۷/۴	۲/۵	۱۳	۲۳	۰/۶۲	۰/۰۵۸
دلبستگی اجتنابی	۱۸/۵	۲/۷	۱۲	۲۲	۰/۰۵۳	۰/۲
دلبستگی دوسوگرا	۱۸/۱	۲/۴	۱۴	۲۳	۰/۰۴۱	۰/۲
مهربانی با خود	۷/۳	۱/۷	۴	۱۰	۰/۴	۰/۹۹۷
فصاحت خود	۷/۵	۱/۴	۵	۹	۰/۴	۰/۹۹۷

دلبستگی

۳۷۰- مدل‌سازی معادلات ساختاری شادزیستی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی

یلدا فتاحی و همکاران

۰/۲۳	۰/۹۳۴	۱۰	۵	۱/۳	۸/۱	تجارب مشترک	شفقت به خود
۰/۰۵۴	۱/۴۳	۱۰	۵	۱/۴	۷/۴	انزوا	
۰/۰۲۳	۰/۰۹۶	۱۰	۶	۱/۵	۷/۱	ذهن آگاهی	
۰/۲	۰/۰۶۶	۱۰	۴	۱/۶	۸/۵	هماندسازی	
۰/۱۸۲	۱/۰۹۴	۳۴	۲۶	۳/۲	۳۱/۴	توانایی دریافت و ارسال پیام	مهارت ارتباطی
۰/۲۳۹	۰/۹۹۵	۳۰	۲۱	۲/۴	۲۵/۷	کنترل عاطفی	
۰/۰۵۴	۱/۴۳	۵	۲	۰/۸	۳/۷	مهارت گوش دادن	
۰/۰۲۳	۰/۰۹۶	۲۵	۱۳	۳/۱	۲۰/۱	بیش نسبت به ارتباط	
۰/۰۶	۳/۱۳	۱۹	۱۲	۱/۴	۱۴/۳	ارتباط با قاطعیت	

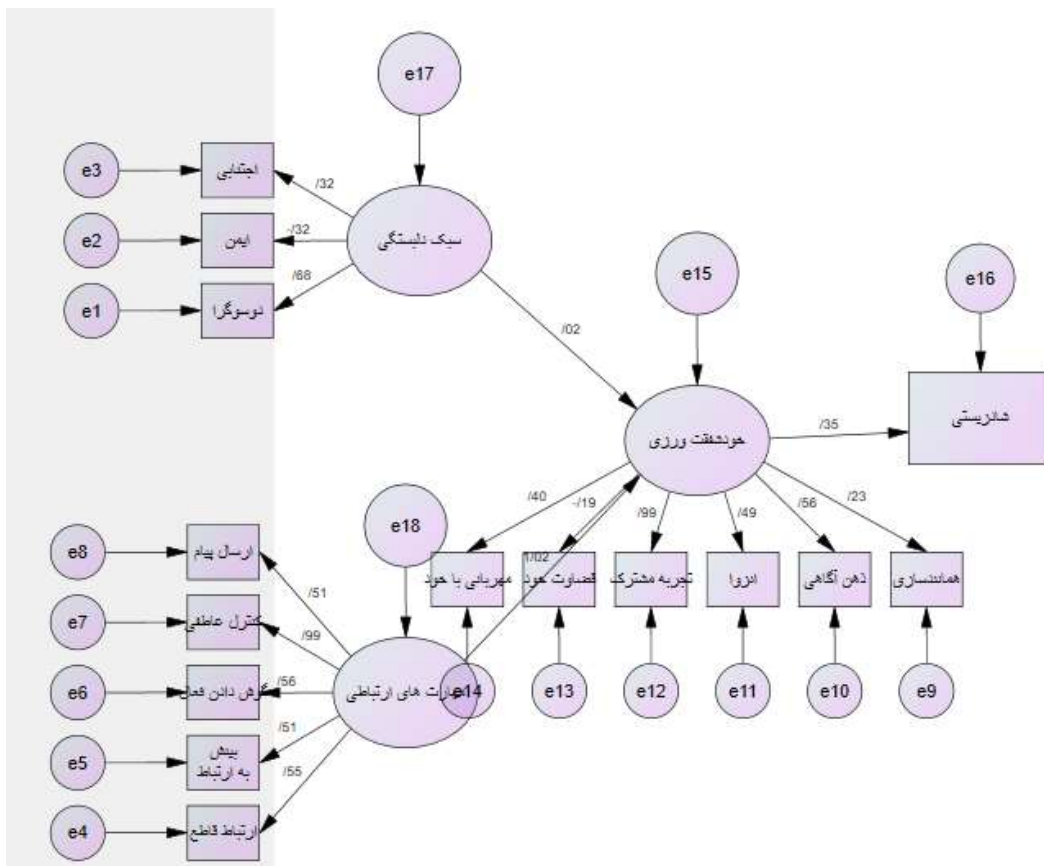
جدول ۲. ماتریس همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش

شخص	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴
شادزیستی	۱													
دل‌بستگی ایمن	۰/۱۹*	۱												
دل‌بستگی اجتنابی	-۰/۱۴*	-۰/۳۶*	۱											
دل‌بستگی دوسوگرا	-۰/۱۵*	-۰/۳۷*	-۰/۴۱*	۱										
مهربانی با خود	۰/۲۷*	۰/۲۹*	-۰/۱۴*	-۰/۱۵*	۱									
قضاوت خود	۰/۲۱*	۰/۲۲*	-۰/۱۷*	-۰/۲۸*	۰/۵۳*	۱								
تجارب مشترک	۰/۱۴*	۰/۲۴*	-۰/۲۸*	-۰/۳۱*	۰/۴۸*	۰/۵۲*	۱							
انزوا	-۰/۲۶*	-۰/۲۲*	۰/۲۵*	۰/۱۹*	-۰/۴۹*	-۰/۵۸*	-۰/۵۹*	۱						
ذهن آگاهی	۰/۱۷*	۰/۲۶*	۰/۲۴*	-۰/۱۷*	-۰/۱۹*	۰/۴۷*	۰/۵۹*	۰/۵۴*	۱					
هماندسازی	۰/۲۲*	۰/۲۴*	-۰/۲۹*	-۰/۲۷*	۰/۰۶*	۰/۴۳*	-۰/۵۱*	۰/۵۶*	۰/۱۶*	۱				
توانایی دریافت و ارسال پیام	۰/۱۸*	۰/۲۷*	-۰/۲۲*	-۰/۲۴*	۰/۲۴*	۰/۱۳*	۰/۲۷*	-۰/۰۱*	-۰/۱۴*	۰/۱۶*	۱			
کنترل عاطفی	۰/۱۹*	۰/۲۱*	-۰/۲۷*	۰/۰۲*	۰/۲۴*	۰/۲۶*	۰/۲۵*	۰/۱۸*	-۰/۲۴*	۰/۱۵*	۰/۴۳*	۱		
مهارت گوش دادن	۰/۲۶*	۰/۱۷*	-۰/۱۸*	-۰/۲۱*	۰/۲۲*	۰/۱۹*	۰/۲۶*	۰/۱۷*	-۰/۱۸*	۰/۱۹*	۰/۴۷*	۰/۵۲*	۱	
بیش نسبت به ارتباط	۰/۱۳*	۰/۱۷*	-۰/۲۴*	-۰/۲۷*	۰/۲۴*	۰/۲۳*	۰/۱۷*	۰/۱۹*	-۰/۱۸*	۰/۲۴*	۰/۵۱*	۰/۵۴*	۰/۵۴*	۱
ارتباط با قاطعیت	۰/۲۷*	۰/۲۱۱۷*	-۰/۱۶*	۰/۰۸*	۰/۱۹*	۰/۱۱*	۰/۲۴*	۰/۱۹*	-۰/۲۳*	۰/۱۷*	۰/۵۳*	۰/۵۲*	۰/۴۷*	۰/۴۷*

*P<0/05

شکل زیر مدل پژوهش و ضرایب حاصل از مدل اصلاح شده را

نشان می‌دهد.



شکل ۲. مدل برازش شده برای روابط ساختاری بین شادزیستی با مهارت های ارتباطی و سبک دلبستگی با

نقش میانجی خودشفتت ورزشی با ضرایب استاندارد

همچنین در کنار بررسی همبستگی های دومتغیری که امکان آزمون برازش مدل از تحلیل معادلات ساختاری استفاده شد که استنباط سطحی از یافته های پژوهش را ممکن میکند، با هدف نتایج آن در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳. خلاصه ضرایب مسیرهای مستقیم

مقدار احتمال	T	ضرایب استاندارد	خطای معیار	ضرایب استاندارد	متغیر وابسته	متغیر مستقل
۰/۲۱	۱/۲	۰/۰۱۷	۰/۰۰۴	۰/۰۰۶	خودشفتت ورزشی	سبک دلبستگی
۰/۰۰۲	۳/۱	۱/۰۱	۰/۱۳	۰/۴۱	خودشفتت ورزشی	مهارت ارتباطی
۰/۰۰۴	۲/۸	۰/۳۵	۰/۷۰	۲	شادزیستی	خودشفتت ورزشی

معناداری رابطه داشت. اما سبک دلبستگی با خودشفتت ورزشی $(\beta=۱/۲, P=۰/۲۱)$ رابطه نداشت.

بررسی ضرایب مسیر مستقیم بین مسیرهای مختلف نشان داد، مهارت ارتباطی با خودشفتت ورزشی $(\beta=۳/۱, P=۰/۰۰۲)$ و خودشفتت ورزشی با شادزیستی $(\beta=۲/۸, P=۰/۴۱)$ به طور

جدول ۴. برآورد اثرات غیرمستقیم موجود در مدل بر اساس آزمون بوت استراپ

مسیر متغیر مستقل	متغیر واسطه	متغیر ملاک	حد بالا	حد پایین	مقدار بوت استرپ	مقدار احتمال
سبک دل‌بستگی	خودشفقت ورزی	شادزیستی	۴/۸	۷/۲	۲/۷	۰/۰۱۳
مهارت‌های ارتباطی	خودشفقت ورزی	شادزیستی	۰/۳۳	۰/۰۰۴	۰/۰۵۲	۰/۰۲۵

با توجه به جدول ۴ اثر غیرمستقیم سبک دل‌بستگی بر شادزیستی برابر با ۲/۷ ($P=0/013$) و مهارت‌های ارتباطی بر شادزیستی برابر با ۰/۰۵۲ ($P=0/025$) بود.

جدول ۵. شاخص‌های برازش

نوع شاخص	نام شاخص	مقدار مطلوب	مقادیر الگوی پژوهش
نشاندهنده برازندگی مدل	درجه آزادی (fd)	-	۸۸
	کای اسکوئر (NIMC)	-	۳۱۲/۳
	سطح معناداری (P)	کمتر از ۰/۰۵	۰/۰۰۱
نشاندهنده تطبیق	نسبت کای اسکوئر به درجه آزادی (CMIN/df)	بین ۱ تا ۵	۳/۵
	ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA)	۰/۱۰ به پایین	۰/۰۸
	شاخص نیکویی برازش (GFI)	۰/۹۰ به بالا	۰/۹۴۰
	شاخص برازش اصلاح شده (NFI)	نزدیک به یک	۰/۹۳
	شاخص توکر-لونیس (TLI)	۰/۹۰ به بالا	۰/۹۱
	شاخص برازندگی فزاینده (IFI)	۰/۹۰ به بالا	۰/۹۵
	شاخص برازش نسبی (RFI)	۰/۶۰ به بالا	۰/۷۳
	شاخص برازش تطبیقی مقتصد (PCFI)	۰/۶۰ به بالا	۰/۶۰
	شاخص برازش هنجار شده مقتصد (PNFI)	۰/۶۰ به بالا	۰/۶۲

باقیمانده قرار دارد. الگوهای مورد قبول، دارای مقدار ۰/۰۸ یا کوچک‌تر برای این شاخص هستند. برازش الگوهایی که دارای مقادیر بالاتر از ۰/۱۰ هستند ضعیف محسوب می‌شود. بنابراین مدل شکل یک، از برازش بسیار مناسبی برخوردار است و لذا می‌توان به معناداری ضرایب مسیر پرداخت.

شاخص کای اسکوئر یکی از شاخص‌های مطلق است که هر چه مقدار آن کمتر باشد الگو رضایت‌بخش‌تر است. یکی از شاخص‌های عمومی شاخص کای اسکوئر بهنجار است که از تقسیم مقدار کای اسکوئر به درجه آزادی برآورد می‌شود و مقادیر بین ۱ تا ۵ را برای آن قابل قبول می‌دانند. این مقدار برای مدل مورد نظر ۳/۵ است که مقداری قابل قبول است. شاخص برازش اصلاح شده یکی از شاخص‌های تطبیقی است که مقدار بیشتر از ۰/۸ و نزدیک به یک آن نشان از برازش خوب الگو دارد. برای الگوی پژوهش، این مقدار ۹/۳۲۷ است. ریشه میانگین مربعات خطای برآورد بر مبنای شاخص ماتریس

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر ارائه مدل‌سازی معادلات ساختاری شادزیستی بر اساس سبک‌های دلبستگی و مهارت‌های ارتباطی با میانجی‌گری خودشفقت‌ورزی در سالمندان بود. از این رو با توجه به مدل پژوهش یافته‌های پژوهش مورد تبیین قرار می‌گیرد.

نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های میردربکوند و پناهی همسو است که در پژوهشی با عنوان «احساس تنهایی در سالمندان: نقش مهارت‌های ارتباطی، حمایت اجتماعی و ناتوانی عملکردی» نتیجه گرفتند که مهارت‌های ارتباطی، حمایت اجتماعی و ناتوانی عملکردی نقش معناداری در پیش‌بینی احساس تنهایی سالمندان دارند (۸)، همچنین با نتایج دهقانی و همکاران نیز همسو است که در پژوهشی با عنوان «اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر فشار مراقبتی و کیفیت زندگی مراقبان خانگی سالمندان مبتلا به دمانس» نتیجه گرفتند که آموزش مهارت‌های ارتباطی باعث بهبود کیفیت زندگی و فشار مراقبتی گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون و پیگیری شد. نتایج بر اهمیت کاربرد این مداخلات در فشار مراقبتی و کیفیت زندگی مراقبان خانگی سالمندان مبتلا به دمانس و ارایه افق‌های جدید در مداخلات بالینی این بیماران تأکید دارد و می‌توان از آن به عنوان یک روش مداخله‌ای مؤثر بهره‌گرفت (۲۲) و همچنین با نتایج کیت که در پژوهشی با عنوان «به یاد آوردن تعاملی: بینش در مورد مهارت ارتباطی افراد سالمند» نتیجه گرفت که؛ افزایش سن به دلیل مشکلاتی مانند مشکلات جسمی، ناتوانی‌های ایجاد شده منجر به کاهش برخی مهارت‌های ارتباطی سالمندان می‌شود (۲۳) همسو است.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت افراد دارای دلبستگی ناایمن و مضطرب به خاطر ترس از آسیب دیدن و فریب خوردن، کم‌تر به دیگران اعتماد می‌کنند و به آسانی در روابط با دیگران قرار نمی‌گیرند و همیشه نگران طرد شدن از طرف دیگران هستند؛ بنابراین از تعامل با دیگران اجتناب می‌کنند. اصولاً افراد دارای دلبستگی ایمن میزان رضایتمندی بیشتری از زندگی دارند و در مقابل افراد دارای دلبستگی ناایمن از مشکلات روانی رنج می‌برند و میزان بهزیستی روانی آن‌ها پایین است، شواهد تجربی

در این زمینه هم در همین راستا بیانگر این است که گرایش‌های دلبستگی ناایمن با باورهای ترس از شادکامی و گریز از شادی ارتباط دارد. بنابراین افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن و مضطرب، شادی کمتری در زندگی تجربه می‌کنند (۲۴).

همچنین خودشفقت‌ورزی نیز در واقع یک شکل سالم خودپذیری است که بیانگر میزان پذیرش و قبول جنبه‌های نامطلوب خود و زندگی فرد است (۲۵). خودشفقت‌ورزی به افراد کمک می‌کند که از تجارب منفی زندگی دوری کنند چراکه بهزیستی ذهنی افراد مسن بیشتر به تفسیر خودشان از شرایط خودشان بستگی دارد و یک طرز فکر مشفقانه می‌تواند چشم‌انداز ملایمی از پذیرش بسیاری از آثار پیری را فراهم کند و به حل تکلیف رشدی خود انسجامی در برابر ناامیدی در سالمندان کمک کند. سالخورده‌گی با از دست دادن عزیزان زندگی و کاهش سلامتی و عملکرد همراه است. در واکنش به این وقایع خودشفقت‌ورزی باعث می‌گردد تا بجای پاسخ به این وقایع ناخوشایند با خشم و خود سرزنشی، افراد با مهربانی و مراقبت رفتار کنند و این وقایع و تجربیات را جزئی از تجارب مشترک انسانی بدانند (۲۵). بنابراین ارزیابی مشفقانه از خود، پذیرش خود را افزایش داده و کیفیت روابط بین فردی را بهتر می‌کند و میل افراد برای رشد را افزایش می‌دهد و توانایی آن‌ها را برای مدیریت کردن زندگی و تسلط بر محیط بیشتر می‌کند و از این طریق می‌تواند موجب افزایش شادزیستی فرد شود (۲۶).

از سوی دیگر وقتی شخص به ضعف‌های شخصی‌اش نگاه می‌کند و آن‌ها را مورد بررسی قرار می‌دهد، شفقت خود وی را در برابر خودارزیابی اضطرابی حمایت می‌کند و از طرفی افراد با سبک دلبستگی ایمن نگاه مثبت‌تری به خودشان دارند و دیدگاه آن‌ها نسبت به خودشان مبتنی بر توانایی بر بهبود شرایط است و در واقع آنان به خاطر امنیت روانی که دارند در رویارویی با مسائل و مشکلات زندگی می‌توانند تنظیم هیجان بالایی داشته باشند و همچنین هیجان‌ات و مشکلات زندگی برای این افراد جزئی از طبیعت زندگی است، توانایی فرد در تنظیم هیجان، رشد فراخود و همدلی، همگی مستلزم داشتن یک دلبستگی ایمن است (۲۷).

به نظر می‌رسد طریقی که افراد با خود رفتار می‌کنند بازتاب روشی است که نگاره‌های دل‌بستگی با آن‌ها رفتار نموده‌اند. افراد با میزان بالای دل‌بستگی اضطرابی و اجتنابی کمتر خود شفقت‌ورز هستند که بیانگر این است که در گسترش مهربانی و بخشایشگری نسبت به خود دچار مشکل هستند. همچنین افراد با سطوح بالاتر دل‌بستگی اضطرابی احتمالاً بیشتر خود انتقادگر (مانند مدل فعال درونی) هستند و بیشتر توسط پریشانی‌های شخصی‌شان احساس سنگینی می‌کنند. بنابراین، آن‌ها احتمالاً خودشان را دوست ندارند، تجارب منفی‌شان را که فقط برای آن‌ها اتفاق افتاده است اغراق می‌کنند و در تفکرها و احساس‌های دردناکشان غرق می‌شوند (سطوح پایین شفقت خود). در نقطه ی مقابل، چنانچه نف و مک گهی دریافتند تجربه دل‌بستگی ایمن باعث می‌شود افراد این مراقبت‌گری والدین را در آینده نسبت به خود گسترش دهند. احتمالاً افراد با دل‌بستگی ایمن قادرند به بی‌کفایتی‌هایشان با درک و صبوری پاسخ دهند و همچنین از توانایی اقرار به افکار و احساسات خود بدون غرق شدن در آن‌ها برخوردار هستند (۲۸).

سالمندانی که دارای سبک دل‌بستگی ایمن هستند، مهارت ارتباطی‌شان در ابعاد توانایی دریافت و ارسال پیام کنترل عاطفی و مهارت گوش دادن به دیگران پایین است (۸). مهم‌ترین عنصر در دل‌بستگی ایمن این بوده که از اینکه به مردم نزدیک باشد، راحت نیست. این اظهار نظر قابل تأمل و توجه است. چراکه شاید به دلیل این که سالمندان در مهارت گوش دادن به دیگران و توانایی ارسال و دریافت پیام ضعیف عمل می‌کنند، و همین عامل باعث ناراحتی و نگرانی از نزدیک شدن به دیگران باشد. از سوی دیگر بی‌اعتمادی، فردگرایی، احساس تنهایی از عواملی است که فرد را از لزوم ایجاد روابط صمیمانه با دیگران باز داشته و اهمیت گوش دادن به دیگران و برقراری ارتباط مؤثر با آنان را در نظر سالمندان مورد مطالعه کم‌رنگ می‌کند. از سوی دیگر از نظر سالمندان برقراری روابط دوستانه نزدیک با دیگران به راحتی از همه عناصر کم اهمیت‌تر شناخته شد (۷).

همچنین سبک‌های دل‌بستگی نایمن بیشتر با دشواری‌های هیجانی و روحی مواجه هستند و هر چه احساس ناتوانی این افراد در برقراری روابط عاطفی بیشتر باشد سطح شادکامی آن‌ها کمتر است. همچنین می‌توان گفت سبک دل‌بستگی ایمن، منبعی ایمنی بخش برای مواجهه و مقابله با استرس است، درحالی که سبک-های نایمن دل‌بستگی، چنین منبعی را فراهم نمی‌کنند و فرد را در برابر استرس‌ها تنها و درمانده رها می‌سازند و حتی راهبردهای مقابله ضعیف فرد را نیز از بین می‌برند (۲۹). اشخاص دارای سبک دل‌بستگی ایمن از آن دسته راهبردهای تنظیم هیجانی استفاده می‌کنند که استرس را به حداقل رسانده و هیجان‌های مثبت را فعال می‌کند. برعکس، اشخاص دارای سبک‌های دل‌بستگی نایمن، اجتنابی و دوسوگرا از راهبردهای تنظیم هیجانی استفاده می‌کنند که بر هیجان‌های منفی تأکید دارند (۴). از مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به ماهیت مقطعی بودن، احتمال سوگیری انتخاب به دلیل عدم همکاری برخی از سالمندان و امکان پاسخ‌های غیرواقعی به دلیل استفاده از پرسشنامه‌های خودگزارشی اشاره کرد. پیشنهاد می‌شود به دلیل محدود بودن مطالعات روی سالمندان مقیم آسایشگاه، مطالعات مشابه در شهرهای دیگر به صورت طولی یا به روش کیفی انجام شوند. بنابراین، به نظر می‌رسد تقویت مهارت‌های ارتباطی در سالمندان موجب افزایش میزان شادزیستی در آن‌ها شود و البته سبک دل‌بستگی آن‌ها نیز بر میزان شادزیستی تأثیرگذار است. در این میان خود شفقت و رزی نقش واسطه‌ای و موثری دارد.

تشکر و قدردانی

از مسولان، والدین و دانش آموزان خانه سالمندان استان گیلان که در مطالعه حاضر ما را یاری کردند، کمال تشکر و قدردانی را داریم.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

1. Khalvti Maliha, Babakhanian Masoudeh, Kholuti Mehbobeh, Nafei Ayoub, Kholuti Munira, Ghafouri Ronak. (2020). Death anxiety in Iranian elderly: a systematic review and meta-analysis. *Salamand: Iranian Journal of Geriatrics*, 16 (2):152-171
2. Khazan; K.; Y., Seyed Jalal; F., Mahshid and Saadati, H. (2014). The effectiveness of teaching reality therapy concepts on the happiness of elderly men in Ardabil city. *Research Journal of Tehran University of Welfare and Rehabilitation Sciences*, 10(3), 181-174.
3. Patterson, P.D., Suffoletto, B.P., Kupas, D.F., Matthew, D.W. & Hostler, N.D. (2015). Sleep quality and fatigue among pre-hospital provider. *Prohospital Emergency Care*, 14(2): 187-93.
4. Khorasanizadeh, A.; Poursharifi, H.; Bagheri, F. and Poyamanesh, J. (2018). The structural model of the relationship between parent-child communication patterns and primary maladaptive schemas with the mediation of attachment styles. *Scientific-Research Quarterly of Applied Psychology*, 13(1), 55-76
5. Christiansen, J., Larsen, F.B., & Lasgaard, M. (2016). Do stress, health behavior, and sleep mediate the association between loneliness and adverse health conditions among older people? *Social Science & Medicine*, 152: 80-86.
6. Chamani, R.; Shafiabadi, A. Vakili, P. (2018). Investigating the effectiveness of communication skills training on communication patterns within the family of the first year male students of secondary school in Ahar city. *Journal of Psychology and Cognitive Psychology*, 6(3), 101-93.
7. Panayiotou, G., Panteli, M. & Theodorou, M. (2016). Predictors of Loneliness in a Sample of College Men and Women in Cyprus: The Role of Anxiety and Communication Skills. *Psychology, Community & Health*, 5(1): 16-26.
8. Myrdrikvand, F.; Panahi, H. and Hosseini, N. (2016). Loneliness in the elderly: the role of communication skills, social support and functional disability. *Journal of Psychology of Aging*, 2(2), 113-103.
9. McKenzie, E.L., Brown, P.M., Mak, A.S. & Chamberlain, P. (2017). Old and ill: Death anxiety and coping strategies influencing health professionals' well-being and dementia care. *Aging & Mental Health*, 21(6): 634-641.
10. Warai, P.; Momeni, Kh. and Moradi, A. (2017). Self-compassion, feedback to religion, and death anxiety: predictors of psychological well-being in the elderly. *Journal of Evolutionary Psychology: Iranian Psychologists*, 6(4), 460-445.
11. Adams, A.C. & Thomas, D.M. (2015). Self-Compassion as a Mediator of Maladaptive Perfectionism and Depressive Symptoms in College Students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 30(2): 132-145.
12. Jamalzadeh, R. and Golzari, M. (2014). The effectiveness of hope therapy in increasing happiness and life satisfaction in elderly women located in the elderly center of Borujen city. *Women and Society (Sociology of Women)*, 5(2), 31-48.
13. Kwon HE, So H, Han SP, Oh W. Excessive dependence on mobile social apps: a rational addiction perspective. *Information Systems Research*. 2016;27(4):919-39. <https://asu.pure.elsevier.com/en/publications/excessive-dependence-on-mobile-social-apps-a-rational-addiction-p>
14. Hills P, Argyle M. The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Pers Individ Dif*. 2002;33:1073-82. <http://www.louisianaparadox.com/wp-content/uploads/2011/01/Hills-Argyle-2002.pdf>
15. Alipour A, Agah Heris M. Reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory among Iranians. *Developmental Psychology*. 2007;3(12):287-98. [Persian]https://jip.stb.iau.ir/article_512394.html?lang=en
16. Neff KD. The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self Identity*. 2003;2(3):223-50. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
17. Momeni F, Shahidi Sh, Motaabi F, Heidari M. Psychometric properties of a Farsi version of the selfcompassion scale (SCS). *Contemporary Psychology*. 2014;8(2):27-40. http://bjcp.ir/browse.php?a_id=386&sid=1&slc_lang=en
18. Queendom (2004). Communication Skills Test –Revise <https://www.queendom.com/>

19. Hossein Chari Massoud, Fadakardavarani Mohammad Mahdi. Investigating the impact of university on communication skills based on the comparison of students and college students. *behavior scholar* 1384 [cited 2022July01]; 12(15 (special educational science articles 5)): 21-32. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=53892>
20. Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
21. Besharat MA, Khajavi Z. The relationship between attachment styles and alexithymia: Mediating role of defense mechanism. *Asian Journal of Psychiatry*. 2013;6(6):571 -76
22. Dehghani, Y.; Emrani Fard, and and Baba Miri, M. (2015). Effectiveness of communication skills training on care pressure and quality of life of home caregivers of elderly with dementia. *Journal of Behavioral Science Research*, 14(3), 167-161. <https://www.sid.ir/en/journal/ViewPaper.aspx?id=531629>
23. Kate, W. (2016). Interactive Remembering: Insights on Elderly Communication Skills. *Journal of Aging Studies*, 6(2): 145-166. https://www.researchgate.net/publication/238371657_Interactive_remembering_Insights_into_the_communicative_competence_of_older_adults
24. Joshanloo M. Fear and fragility of happiness as mediators of the relationship between insecure attachment and subjective wellbeing. *Pers Individ Differ*. 2018; 123: 115- 118. (In Persian)
25. Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and identity*, 2(2), 85-101.
26. Homan, K. J. (2016). Self-compassion and psychological well-being in older adults. *Journal of Adult Development*, 23(2), 111- 119.
27. Khushabi, and; Abu Hamza, O. (1386). *John Bowlby's theory of the heart*. Tehran: Danje.
28. Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and identity*, 9(3), 225-240.
29. Jazayeri, S., and Delaver, A., and Dartaj, F. (2017). Developing a happiness model based on personality traits, emotional intelligence, attachment style, voluntary activities and demographic characteristics. *Culture of Counseling and Psychotherapy (Culture of Counseling)*, 9(35), 27-56.

*Original Article***Modeling the Structural Equations of Happiness based on Attachment Styles and Communication Skills with the Mediation of Self-Compassion in the Elderly**

Received: 14/02/2023 - Accepted: 04/04/2023

Yalda Fatahi¹
 Hakime Aghae^{2*}
 Mahboobe Taher³
 Seyed Mosa Tabatabaee⁴

¹ PhD student in Psychology, Shahrood Branch, Islamic Azad University, Shahrood, Iran

² Assistant Professor, Department of Psychology, Shahrood Branch, Islamic Azad University, Shahrood, Iran. (Corresponding Author)

³ Assistant Professor, Department of Psychology, Shahrood Branch, Islamic Azad University, Shahrood, Iran.

⁴ Department of Cognitive sciences, faculty of psychology and educational sciences, Semnan university, Semnan Iran.

Email: ha.aghae@gmail.com

Abstract

Introduction: Old age is one of the most important and dangerous periods of human life and its problems are one of the most basic problems in the world today. Therefore, the aim of the present study was to present the modeling of the structural equations of happiness based on attachment styles and communication skills with the mediation of self-compassion in the elderly.

Methods: The research method was analytical and structural equation modeling. The statistical population included all the elderly living in nursing homes located in the cities of Gilan province in 1398-1399 and the sampling method was available. According to the number of research variables, the statistical sample of this research was 210 people. In order to collect data, Oxford's happiness scales (2002), Queen Damm's interpersonal communication skills (2004), Neff et al.'s self-compassion (2003), and Hazen and Shaver's adult attachment style (1987) were used. SPSS version 24 and Amos version 24 and Pearson correlation coefficient and structural equation modeling were used to analyze the data.

Results: The results showed that communication skills were significantly related to self-compassion ($P=0.002$, $Beta=1.3$) and self-compassion to happiness ($P=0.41$, $Beta=2.8$). But attachment style was not related to self-compassion ($P=0.21$, $Beta=1.2$). Also, the indirect effect of attachment style on happiness was equal to 2.7 ($P=0.013$) and communication skills on happiness was equal to 0.052 ($P=0.025$). The goodness of fit indices of the fitted conceptual model were obtained as ($CMIN/df=0.3$, $GFI=0.94$, $NFI=0.93$, $RMSEA=0.08$).

Conclusion: Therefore, it seems that strengthening the communication skills in the elderly will increase their level of happiness. Also, attachment styles affect the happiness of the elderly.

Keywords: Communication Skills, Happiness, Attachment Style, Self-Compassion, Elderly