

عزت نفس در سالمندان ایرانی: یک مطالعه مروری

شهرزاد مرادی^۱، مژگان حیاتی^۲

۱- کارشناسی ارشد، مشاوره توانبخشی، دانشگاه پیام نور، قزوین، ایران

۲- دکترای مشاوره، استادیار و عضو هیات علمی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

چکیده: افراد با ورود به دوره سالمندی مشکلات زیادی را در ابعاد مختلف جسمی، روانی و اجتماعی تجربه می کنند. به همین دلیل معرفی راهکارهای مؤثر در ارتقای سلامت روان سالمندان به منظور حفظ کرامت انسانی و عزت نفس آنها ضروری است. این مطالعه به منظور دستیابی به یک نتیجه کلی از عزت نفس در سالمندان ایرانی و عوامل مرتبط با آن انجام شده است. مطالعه از نوع مرور سیستماتیک است. مرور مقالات فارسی و انگلیسی، در پایگاه های فارسی زبان بانک اطلاعات نشریات کشور، پایگاه مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، پایگاه مجلات تخصصی نور، پژوهشگاه علوم و فناوری اطلاعات ایران، بانک مقالات پژوهشی بهداشت روان کشور و Science Direct، IranMedex، PsycINFO، Scopus، Pub Med، ProQuest به منظور دستیابی به مقالات انتشار یافته در بازه زمانی ابتدا تا کنون مرداد ماه ۱۳۹۸ (آگوست ۲۰۱۹)، با کلیدواژه های Iran، aging، elderly، older adults، self regard، self-respect، older steem، self، elderly، افراد مسن، سالمندی، پیر، سالمندان و احترام بخود، عزت نفس انجام شد. **یافته ها:** با جستجوی نظام مند و غربالگری عنوان، ۳۳ مقاله در حوزه های مختلف عزت نفس سالمندان وارد مطالعه شد. این حوزه ها شامل مداخلات روانشناختی مؤثر بر عزت نفس سالمندان (۶ مقاله)، برنامه های آموزشی مرتبط با عزت نفس سالمندان (۸ مقاله)، عوامل مرتبط با عزت نفس (۸ مقاله)، عوامل جمعیت شناختی مرتبط با عزت نفس سالمندان (۴ مقاله)، عزت نفس در سالمندان بیمار (۲ مقاله) و تأثیر ورزش بر عزت نفس (۶ مقاله) بود. عزت نفس در سالمندان ایرانی با عواملی چون شادکامی، سلامت اجتماعی، آسایش، سلامت جسمی و روحی، محل زندگی، مداخلات آموزشی و برنامه های ورزشی مرتبط است. **نتیجه گیری:** مداخلات روانشناختی، برنامه های آموزشی و خودمراقبتی، برنامه های منظم ورزشی، شادکامی و سلامت اجتماعی باعث افزایش عزت نفس در سالمندان خواهند شد.

واژگان کلیدی: سالمندان، عزت نفس، مطالعه مروری، ایران