

The effects of group logo-therapy on life expectancy and sleep quality in elderlies of boarding center of Tehran city

Fatemeh Suzan Famil Ahmadian¹, Anahita khodabakhshi koolaei^{2*}, Mohammad Reza Falsafinejad³

1- Department of Counseling, Arak, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran.

2- Department of Counseling, institute of higher education Khatam, Tehran, Iran.

3- Department of Assessment and Measurement, Faculty of Psychology and Educational /sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

Abstract

Background and Objectives: Hope plays an important role in coping with psychological and biological problem in different stages of life, especially in elderly stage. Therefore, the aim of current research is investigation of the efficacy of group logo-therapy in hope and sleep quality in elderlies.

Materials and Methods: This research is a quasi-experimental study with pre and post- tests. The study population was Seoul Center and 30 elderlies were selected through the criteria. They were assigned randomly to the control and experimental groups. The experimental group received logo therapies for 10 treatment sessions (75 min for each session per week). Statistical analyses were conducted by t-dependent test and analysis of covariance. The research instruments were Pittsburgh Sleep Quality Index, Miller Hope Scale, and Mini Mental State examination.

Results: There is significantly difference in life expectancy between elderlies in pre and post test. There is not significantly difference between mean's scores of sleep quality's elderlies in pre and post-tests($p < 0.05$).

Conclusion: The results indicated that logo-therapy has a significantly influence on increasing the hope in life among elderlies. So, it can be considered as a therapeutic intervention in psychological problems related to lack of meaning and hope in the life.

Keywords: Group Counseling, Logo-therapy, life expectancy, Sleep Quality, Elderlies

* Corresponding Author: Anahita khodabakhshi koolaei; Email: anna_khodabakhshi@yahoo.com

اثربخشی معنادرمانی بر امید به زندگی و کیفیت خواب در سالمندان مقیم مراکزهای شبانه روزی

فاطمه سوزان فامیل احمدیان^۱، دکتر آناهیتا خدابخشی کولایی^{۲*}، دکتر محمدرضا فلسفی نژاد^۳

۱- گروه روان‌شناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران.

۲- گروه مشاوره، مؤسسه‌ی آموزش عالی غیرانتفاعی خاتم، تهران، ایران.

۳- گروه سنجش و اندازه‌گیری، دانشکده‌ی روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

چکیده

سابقه و اهداف: امید نقش به سزایی در مقابله با مشکل‌های روانی و بیولوژیک در دوره‌های مختلف زندگی به ویژه دوره‌ی سالمندی دارد. از این‌رو، هدف پژوهش حاضر، بررسی تأثیر معنادرمانی گروهی بر امید و کیفیت خواب سالمندان است.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر، از نوع تحقیق نیمه آزمایشی با پیش و پس‌آزمون و گروه کنترل است. جامعه‌ی آماری این پژوهش، مرکز سئول در شهر تهران، در سال ۱۳۹۳ بود و ۳۰ سالمند براساس ملاک‌های ورود، انتخاب شدند. آن‌ها در دو گروه آزمایشی و کنترل، به صورت تصادفی شدند. گروه آزمایش، امید درمانی گروهی را در طول ده جلسه (هفته‌یی یک جلسه، هر جلسه به‌طور متوسط ۷۵ دقیقه) دریافت کردند. تحلیل آماری با استفاده از تی وابسته و تحلیل کواریانس انجام شد. ابزار تحقیق عبارت بود از: شاخص کیفیت خواب پیتزبورگ، پرسش‌نامه‌ی امید به زندگی میلر، پرسش‌نامه‌ی معاینه‌ی مختصر روانی.

یافته‌ها: تفاوت معناداری بین امید به زندگی در سالمندان قبل و بعد از مشاوره‌ی گروهی وجود دارد ($p < 0.05$). در نمرهای میانگین کیفیت خواب سالمندان، قبل و بعد از مشاوره‌ی گروهی، تفاوت معناداری وجود ندارد ($p < 0.05$).

نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان داد که معنادرمانی تأثیر معناداری بر افزایش امید به زندگی سالمندان دارد، از این‌رو، می‌تواند در نقش مداخله‌گر درمانی، مشکل‌های روانی مرتبط با نبود معنا و امید در زندگی مورد توجه قرار گیرد.

واژگان کلیدی: مشاوره‌ی گروهی، معنادرمانی، امید به زندگی، کیفیت خواب، سالمندان