

حافظه، سن و هیجان در دوره سالمندی

Memory, Age and Emotion in Aging

مفهوم پیری در جوامع متفاوت، متمایز است. این مفهوم در برخی از جوامع نشان از تدبیر و اقتدار دارد و احترام‌برانگیز است. در حالی که در جوامع صنعتی به معنای از کارافتادگی و ناتوانی است. به همین دلیل یکی از دغدغه‌های بشر، مبارزه با پیری و کاهش ناتوانی‌های این دوره است. اما نتایجی که از پژوهش‌ها به دست آمده است همگی بر تغییر توانایی‌ها تأکید دارند و نه زوال آنها. با در نظر گرفتن این دیدگاه، چکیده پژوهشی این شماره به بررسی تغییر حافظه و هیجان با افزایش سن اختصاص یافته است.

Horhota, M., Lineweaver, T., Ositelu, M., Summers, K., & Hertzog, C. (2012). Young and older adults' beliefs about effective ways to mitigate age-related memory decline. *Psychology and Aging, 27*(2), 293-304.

باورهای جوانان و افراد سالخورده در مورد راه‌های مؤثر برای کاهش زوال حافظه مرتبط با سن

این پژوهش به بررسی تفاوت باورهای جوانان و افراد سالخورده در مورد تأثیر عوامل مختلف بر کاهش زوال حافظه با افزایش سن اختصاص داشت. ۸۰ شرکت‌کننده جوان (۱۸-۲۳ سال) و ۸۰ شرکت‌کننده مسن (۶۰-۸۲ سال) باور خود را درباره توانایی حافظه و راهبردهایی که در زندگی روزمره به منظور کنترل حافظه استفاده می‌کردند و همچنین باورهای خود در مورد تغییر حافظه با افزایش سن گزارش دادند. از نظر سن تفاوتی در باورهای افراد درباره کنترل توانایی حافظه در حال حاضر یا در آینده، مشاهده نشد. با این حال، دو گروه، در نوع راهبردهایی که در زندگی روزمره برای کنترل حافظه خود استفاده می‌کردند، متفاوت بودند. جوانان مایل بودند، از راهبردهای حافظه درونی استفاده کنند، در حالی که افراد سالخورده بیشتر بر تمرین شناختی و حفظ سلامت جسمانی به عنوان راه‌هایی برای بهینه‌سازی قدرت حافظه، تأکید داشتند. جوانان و افراد سالخورده هر دو راهبردهای مربوط به بهبود سلامت جسمانی و شناختی را به عنوان وسیله‌ای مؤثر برای کاهش زوال حافظه با افزایش سن می‌دانستند، در حالی که راهبردهای حافظه درونی به عنوان راه حلی تلقی می‌شدند که برای کنترل زوال حافظه مرتبط با سن چندان اثربخش نیست.

Voelkle, M. C., Ebner, N. C., Lindenberger, U., & Riediger, M. (2012). Let me guess how old you are: Effects of age, gender, and facial expression on perceptions of age. *Psychology and Aging, 27* (2), 265-277.

حس بزخم چند ساله هستی: اثر سن، جنس، و تظاهرات چهره‌ای در ادراک سن

درک سن افراد بر ارزیابی، روی‌آوری و تعامل با آنان تأثیر می‌گذارد. بر مبنای الگوی قضاوت انسانی، پژوهش حاضر به بررسی تفسیرهای احتمالی مبتنی بر دقت و سوگیری برای برآورد سن، در گستره زندگی بزرگسال اختصاص یافت. بدین منظور، ۱۵۴ شرکت‌کننده زن و مرد جوان، میانسال و سالخورده، از مجموع ۲۰۵۲ عکس، توانستند سن ۱۷۱ چهره مرد و زن سنین مختلف را برآورد کنند. چهره‌ها، بیانگر خشم، ترس، انزجار، شادی و غم، بودند یا صورتی خنثی را نشان می‌دادند. نتایج نشان دادند که توانایی برآورد سن با افزایش سن کاهش می‌یابد. با این حال، در مقایسه با سایر سنین، افراد سالخورده و جوان، دقیق‌تر و با سوگیری کمتری سن چهره‌ها را برآورد کردند. برآورد سن افراد همجنس، تفاوتی با برآورد سن افراد غیرهمجنس نشان نداد و به طور کلی، برآورد سن چهره‌های سالخورده، دشوارتر از برآورد سن چهره‌های جوان بود. افزون بر آن، حالت‌های چهره، تأثیر قابل توجهی بر دقت و سوگیری در برآورد سن داشت. سن چهره‌های خنثی، نسبت به سایر تظاهرات چهره‌ای، دقیق‌تر، در حالی که سن چهره‌های شاد، کمتر برآورد شدند. نتایج از نظر استلزام‌های روش‌شناختی و عملی برای پژوهش در زمینه برآورد سن مورد بحث قرار گرفتند.

Haase, C. M., Seider, B. H., Shiota, M. N., & Levenson, R. W. (2012). Anger and sadness in response to an emotionally neutral film: Evidence for age-specific associations with well-being. *Psychology and Aging*, 27(2), 305-317.

خشم و اندوه در پاسخ به یک فیلم خنثی از نظر هیجانی: شواهدی بر ارتباط سن با سطوح بهزیستی

هنگامی که ارتباط بین سطوح هیجانی و بهزیستی در نظر گرفته می‌شود، معمولاً هیجان‌های مثبت به ذهن‌خطور می‌کنند. با این حال، هیجان‌های منفی کنش‌های مهمی را ارائه می‌دهند که به خصوص در مراحل مختلف تحول بزرگسال، سازش‌یافته خواهند بود. ارتباط بین هیجان‌های منفی به دست آمده از خودگزارش‌دهی‌ها، در پاسخ به یک فیلم با زمینه مبهم و خنثای عاطفی، با بهزیستی ذهنی ۷۶ جوان (۲۹-۲۰ سال)، ۷۳ میانسال (۴۹-۴۰ سال)، و ۷۳ سالخورده (۶۹-۶۰ سال) بررسی شد. نتایج نشان دادند که در افراد میانسال، پاسخ خشم بیشتر به فیلم، با سطوح بالای بهزیستی ذهنی و در افراد سالخورده پاسخ اندوه بیشتر با سطوح بالای بهزیستی ذهنی همراه بودند، اما این مسئله در مورد جوانان و افراد میانسال صادق نبود. همچنین این یافته‌ها در مورد بهزیستی شناختی (برای مثال، رضایت از زندگی) بیش از بهزیستی عاطفی (برای مثال، بهره عاطفی مثبت و منفی) صدق می‌کردند. هیجان‌های خشم و اندوه (و نه انزجار یا ترس) نسبت به فیلم خنثای هیجانی ابراز می‌شدند، در حالی که فیلم‌های غمگین و منجرکننده چنین هیجان‌هایی را ایجاد نمی‌کردند. نتایج در زمینه کنش‌هایی که به نظر می‌رسد، خشم و اندوه فراهم می‌آورند و فرصت‌هایی که این کنش‌های سازش‌یافته در دوره میانسالی و سالمندی ارائه می‌دهند، مورد بحث قرار گرفتند.

Schöllgen, I., Huxhold, O., & Schmiedek, F. (2012). Emotions and physical health in the second half of life: Interindividual differences in age-related trajectories and dynamic associations according to socioeconomic status. *Psychology and Aging*, 27(2), 338-352.

هیجان‌ها و سلامت جسمانی در نیمه دوم زندگی: نقش وضعیت اجتماعی-اقتصادی در تفاوت‌های بین‌فردی مسیرهای مرتبط به سن و روابط پویا

نقش وضعیت اجتماعی و اقتصادی در کنش‌وری روانی در گستره زندگی، در پژوهش‌های روان‌شناختی تا حد زیادی مطرح شده است. بر اساس الگوی ظرفیت نگهداری گالو و ماتئوز (۲۰۰۳) وضعیت اجتماعی و اقتصادی نه‌تنها با سلامت جسمانی، بلکه با تجربه هیجان‌های مثبت و منفی نیز ارتباط دارد. افزون بر آن، با توجه به تفاوت منابع روانی، امکان دارد ارتباط متقابل هیجان و سلامت جسمانی با توجه به وضعیت اجتماعی - اقتصادی نیز تفاوت نشان دهد. پژوهش حاضر به بررسی تحولات مربوط به سن در عاطفه مثبت (PA)، عاطفه منفی (NA)، سلامت جسمانی و همچنین ارتباط پویای بین سلامت جسمانی و هیجان در نیمه دوم زندگی می‌پردازد. تفاوت‌های موجود در این مسیرها و روابط درونی آنها با توجه به آموزش به عنوان یکی از جنبه‌های وضعیت اجتماعی-اقتصادی، در نظر گرفته شدند. داده‌های سه دوره ۱۲ ساله که از زمینه‌یابی ملی سالمندان آلمان (دامنه سنی ۸۵-۴۰ سال، N=۳۸۴۷) به دست آمده بود، مورد استفاده قرار گرفتند. با به کارگیری الگوی نمره تغییر دوگانه چند گروهی، تفاوت تغییرات وابسته به سن عاطفه مثبت و سلامت جسمانی مشخص شدند، اما در دو گروه متفاوت از لحاظ سطح آموزش، تغییری در عاطفه منفی دیده نشد و صرفاً این نوع عاطفه تغییر در سلامت جسمانی را در افراد با تحصیلات پایین، پیش‌بینی می‌کرد. در حالی که سلامت جسمانی به شدت با تغییر عاطفه مثبت در هر دو گروه آموزشی ارتباط داشت. این نتایج نشان می‌دهند که وضعیت اجتماعی - اقتصادی نه‌تنها سلامت جسمانی و کنش‌وری عاطفی را تغییر می‌دهد، بلکه بر روابط بین آنها نیز تأثیر گذار است.

ترجمه زهره صیادپور

دانشگاه آزاد اسلامی

واحد تهران جنوب