

# Effect of Intergenerational Interaction on Psychological Well-Being of Older Adults: the Role of Students as Active Agents in Promoting Mental and Social Health of Older Adults

Shahrbanoo Karimi Imamverdikhan<sup>1\*</sup>

1- PhD in Psychology, Department of Psychology, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran.

**Corresponding Author:** Shahrbanoo Karimi Imamverdikhan, PhD in Psychology, Department of Psychology, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran.

**Email:** Karimimaryam294@gmail.com

Received: 2026/01/28

Accepted: 2026/02/24

## Abstract

**Introduction:** Aging is associated with multiple psychological and social challenges, including declines in psychological well-being and social health. In recent years, intergenerational interaction has been proposed as a cost-effective and innovative approach to promoting mental and social health among older adults. Students, as socially active and dynamic members of society, can play a meaningful role in facilitating such interactions. This study aimed to investigate the effect of intergenerational interaction on the psychological well-being and social health of older adults, with particular emphasis on the active role of students.

**Methods:** This quasi-experimental study employed a pretest–posttest design with a control group. The study population consisted of older adults aged 60 years and above and students aged 12–15 years attending the Children and Adolescents' Intellectual Development Center in District 4 of Tehran. A total of 28 older adults and 28 students were selected and randomly assigned to an intervention group (n=14 older adults, n=14 students) and a control group (n=14 older adults, n=14 students). The intervention group participated in an eight-session structured intergenerational program comprising educational, social, and dialogue-based activities with active student involvement, while the control group received no intervention. Data were collected using Ryff's Psychological Well-Being Scale (1989) and the Keyes Social Health Questionnaire (1998) and analyzed using analysis of covariance (ANCOVA).

**Results:** The findings demonstrated that intergenerational interaction with active student participation had a statistically significant effect on the psychological well-being of older adults ( $F(1,25) = 12.86, p < 0.001, \eta^2 = 0.18$ ) and their social health ( $F(1,25) = 10.21, p = 0.002, \eta^2 = 0.15$ ), indicating moderate to large effect sizes.

**Conclusion:** Intergenerational interaction programs that actively engage students can serve as an effective and sustainable strategy for improving the psychological well-being and social health of older adults. Integrating such programs into educational institutions and elderly care settings may contribute to enhanced social cohesion and the promotion of mental health in aging populations.

**Keywords:** Intergenerational Interaction, Psychological Well-Being, Older Adults, Students, Social Health.

## تأثیر تعامل بین‌نسلی بر بهزیستی روان‌شناختی سالمندان: نقش دانش‌آموزان به‌عنوان عامل فعال در ارتقای سلامت ذهنی و اجتماعی سالمندان

شهربانو کریمی امام وردیخان\*

۱- دکتری روانشناسی، گروه روان‌شناسی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

نویسنده مسئول: شهربانو کریمی امام وردیخان، دکتری روانشناسی، گروه روان‌شناسی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.  
ایمیل: Karimimaryam294@gmail.com

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۲/۵

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۱۱/۸

### چکیده

**مقدمه:** سالمندی با چالش‌های روان‌شناختی و اجتماعی متعددی از جمله کاهش بهزیستی روان‌شناختی، احساس انزوا و افت تعاملات اجتماعی همراه است. در سال‌های اخیر، تعاملات بین‌نسلی به‌عنوان رویکردی نوین و کم‌هزینه برای ارتقای سلامت روان و اجتماعی سالمندان مورد توجه قرار گرفته است. در این میان، دانش‌آموزان به‌عنوان گروهی پویا و دارای ظرفیت نقش‌آفرینی اجتماعی، می‌توانند نقش فعالی در بهبود وضعیت روانی و اجتماعی سالمندان ایفا کنند. پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر تعامل بین‌نسلی بر بهزیستی روان‌شناختی سالمندان و تبیین نقش دانش‌آموزان به‌عنوان عامل فعال در این فرایند انجام شد.

**روش کار:** این پژوهش به روش شبه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل انجام شد. جامعه مطالعه سالمندان بالای ۶۰ سال و نوه‌های (۱۲-۱۵ ساله) آنان بود که به کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان منطقه ۴ تهران در شش‌ماه نخست سال ۱۴۰۴ مراجعه کرده بودند. نمونه شامل ۲۸ سالمند و ۲۸ دانش‌آموز بود که به دو گروه مداخله (۱۴ سالمند و ۱۴ دانش‌آموز) و گروه کنترل (۱۴ سالمند و ۱۴ دانش‌آموز) تقسیم شدند. گروه مداخله در برنامه‌ای ساختاریافته شامل فعالیت‌های آموزشی، اجتماعی و گفت‌وگومحور با مشارکت فعال دانش‌آموزان طی ۸ جلسه شرکت کردند، در حالی که گروه کنترل برنامه مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌ها با استفاده از مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۸۹) و پرسشنامه سلامت اجتماعی کییز (۱۹۹۸) جمع‌آوری شد و با استفاده از تحلیل کوواریانس تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که مداخله تعامل بین‌نسلی با مشارکت فعال دانش‌آموزان تأثیر معنادار و با اندازه اثر متوسط تا بالا بر بهزیستی روان‌شناختی سالمندان ( $F_{(1,28)} = 12/86$ ،  $p < 0/001$ )، سلامت اجتماعی آنان ( $F_{(1,28)} = 10/21$ ) و سلامت اجتماعی سالمندان ( $\eta^2 = 0/18$ ) داشته است. ( $p = 0/002$ )

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که تعامل بین‌نسلی با مشارکت فعال دانش‌آموزان می‌تواند به‌عنوان راهبردی مؤثر و پایدار در ارتقای بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان مورد استفاده قرار گیرد. طراحی و اجرای برنامه‌های بین‌نسلی در نظام آموزشی و مراکز سالمندی می‌تواند نقش مهمی در تقویت انسجام اجتماعی و ارتقای سلامت روان سالمندان ایفا کند.

**کلیدواژه‌ها:** تعامل بین‌نسلی، بهزیستی روان‌شناختی، سالمندان، دانش‌آموزان، سلامت اجتماعی.

## مقدمه

سالمندی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین پدیده‌های جمعیت‌شناختی قرن بیست و یک، پیامدهای گسترده‌ای در ابعاد فردی، اجتماعی و نظام‌های سلامت به همراه داشته است (۱). افزایش امید به زندگی، کاهش نرخ باروری و تغییر ساختار خانواده موجب شده است که نسبت جمعیت سالمندان در بسیاری از جوامع، از جمله جامعه ایران، به‌طور چشمگیری افزایش یابد (۲). این تحول جمعیتی، اگرچه نشانه‌ای از پیشرفت‌های پزشکی و بهداشتی است (۳)، اما هم‌زمان چالش‌های روان‌شناختی و اجتماعی قابل توجهی را برای سالمندان ایجاد کرده است (۴). کاهش تعاملات اجتماعی، افت نقش‌های اجتماعی، احساس انزوا، کاهش معنا و هدفمندی در زندگی و تضعیف بهزیستی روان‌شناختی از جمله مسائلی است که می‌تواند کیفیت زندگی سالمندان را به‌طور جدی تحت تأثیر قرار دهد (۵).

بهزیستی روان‌شناختی به‌عنوان یکی از شاخص‌های اساسی سلامت روان، مفهومی چندبعدی است که مؤلفه‌هایی نظیر خودپذیری، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، تسلط بر محیط، رشد فردی و معنا در زندگی را در بر می‌گیرد (۶، ۷). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کاهش بهزیستی روان‌شناختی در سالمندان نه‌تنها با افزایش اختلالات خلقی و اضطرابی همراه است (۸)، بلکه می‌تواند پیامدهایی همچون افت مشارکت اجتماعی، افزایش وابستگی و کاهش سلامت جسمانی را نیز به دنبال داشته باشد (۹). از این‌رو، ارتقای بهزیستی روان‌شناختی سالمندان به یکی از اولویت‌های اصلی مداخلات روان‌شناختی و اجتماعی در حوزه سالمندی تبدیل شده است (۱۰).

در سال‌های اخیر، توجه پژوهشگران و سیاست‌گذاران به رویکردهای اجتماع‌محور و مبتنی بر سرمایه اجتماعی برای ارتقای سلامت سالمندان افزایش یافته است. یکی از این رویکردهای نوین، تعاملات بین‌نسلی است که بر ایجاد ارتباط معنادار، پایدار و دوسویه میان نسل‌های مختلف تأکید دارد (۱۱). تعامل بین‌نسلی می‌تواند بستری برای تبادل تجربه، انتقال دانش، حمایت عاطفی و تقویت حس تعلق اجتماعی فراهم آورد (۱۲). در این چارچوب، سالمندان فرصت می‌یابند تا تجربیات زیسته خود را به نسل‌های جوان منتقل کنند و در مقابل، از پویایی، انرژی و حمایت اجتماعی نسل جوان بهره‌مند شوند (۱۳).

در میان گروه‌های جوان، دانش‌آموزان به‌دلیل قرار داشتن

در مرحله شکل‌گیری هویت اجتماعی، انعطاف‌پذیری شناختی و نقش‌پذیری آموزشی، جایگاه ویژه‌ای در برنامه‌های تعامل بین‌نسلی دارند (۱۴). مشارکت فعال دانش‌آموزان در تعامل با سالمندان می‌تواند به افزایش احساس ارزشمندی (۱۵)، معنا و پیوند اجتماعی در سالمندان منجر شود (۱۶) و هم‌زمان نگرش مثبت‌تری نسبت به سالمندی (۱۷)، همدلی و مسئولیت‌پذیری اجتماعی (۱۸) را در دانش‌آموزان تقویت کند. با این حال، میزان اثربخشی این تعاملات به نحوه طراحی برنامه‌ها، ساختار یافتگی فعالیت‌ها و میزان فعال‌بودن نقش دانش‌آموزان در فرایند مداخله وابسته است.

مرور مطالعات پیشین نشان می‌دهد که برنامه‌های تعامل بین‌نسلی با پیامدهای مثبتی نظیر افزایش بهزیستی روان‌شناختی سالمندان (۱۹)، بهبود روابط اجتماعی (۲۰)، کاهش احساس تنهایی (۲۱) و ارتقای سلامت اجتماعی (۲۲) همراه بوده‌اند. برخی پژوهش‌ها نیز به نقش این برنامه‌ها در افزایش معنا در زندگی سالمندان و تقویت احساس مفید بودن آنان اشاره کرده‌اند (۲۳). افزون بر این، نتایج برخی مطالعات حاکی از آن است که تعاملات بین‌نسلی می‌تواند نگرش‌های منفی نسبت به سالمندی را در نسل جوان کاهش دهد و زمینه‌ساز انسجام اجتماعی بیشتر شود (۲۴). با این وجود، یافته‌ها در برخی پژوهش‌ها ناهمگون گزارش شده و تفاوت‌هایی در میزان و پایداری اثرات مشاهده می‌شود که می‌تواند ناشی از تفاوت در طراحی مداخلات و نقش‌آفرینی گروه‌های شرکت‌کننده باشد.

با وجود گسترش پژوهش‌ها در زمینه تعامل بین‌نسلی، بررسی‌ها نشان می‌دهد که در مطالعات داخلی، تمرکز بیشتری بر توصیف کلی پیامدهای تعاملات بین‌نسلی وجود دارد و نقش دانش‌آموزان اغلب به‌صورت منفعل یا جانبی در نظر گرفته شده است. همچنین، پژوهش‌های تجربی با طراحی شبه‌آزمایشی که به‌طور نظام‌مند به بررسی تأثیر تعامل بین‌نسلی بر بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان بپردازد، محدود است. این خلأ پژوهشی به‌ویژه در بستر فرهنگی و اجتماعی ایران، ضرورت انجام مطالعاتی هدفمند با تأکید بر نقش فعال دانش‌آموزان را برجسته می‌سازد.

بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر تعامل بین‌نسلی بر بهزیستی روان‌شناختی سالمندان و تبیین نقش

که به دو گروه مداخله (۱۴ سالمند و ۱۴ دانش‌آموز) و گروه کنترل (۱۴ سالمند و ۱۴ دانش‌آموز) تقسیم شدند. معیارهای ورود سالمندان (۱) سلامت نسبی جسمانی برای حضور در فعالیت‌ها؛ (۲) رضایت به مشارکت و (۳) توانایی برقراری ارتباط شفاهی بود؛ معیارهای خروج (۱) وجود بیماری حاد یا محدودیت شدید جسمانی، (۲) عدم تمایل به ادامه مطالعه و غیبت بیش از دو جلسه، (۳) ابتلا به بیماری روانی فعال یا اختلال شناختی شدید، (۴) مصرف داروهای روان‌پزشکی در حال حاضر یا طی سه ماه اخیر و (۵) تجربه وقایع بحرانی شدید در شش ماه گذشته بود. دانش‌آموزان نیز باید تمایل به مشارکت فعال در برنامه‌های بین‌نسلی و حضور منظم در جلسات داشتند.

ابزار پژوهش عبارت بود از: پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف: این مقیاس در سال ۱۹۸۹ توسط ریف طراحی شده و فرم اصلی این پرسشنامه دارای ۱۲۰ ماده می‌باشد ولی در بررسی‌های بعدی فرم‌های کوتاه‌تر ۸۴ ماده‌ای، ۵۴ ماده‌ای و ۱۸ ماده‌ای نیز پیشنهاد گردید (۲۵). فرم کوتاه مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف ۱۸ گویه دارد که بر بزرگسالان کاربرد دارد (۲۲). نمره گذاری مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف بر اساس طیف لیکرت شش درجه ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۶ (کاملاً موافقم) می‌باشد. این مقیاس دارای ۶ مؤلفه و برای هر مؤلفه ۳ سوال در نظر گرفته شده و دارای یک نمره کل می‌باشد. در این مقیاس، سوالات به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود و بقیه سوالات به صورت مستقیم نمره گذاری می‌شوند. در این مقیاس هر چه فرد نمره بالاتری بگیرد، بیانگر بهزیستی روان‌شناختی بالاتر می‌باشد. فرم ۱۸ سوالی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف، یک متغیر چند بعدی است و شامل ۶ مؤلفه می‌باشد: پذیرش خود؛ روابط مثبت با دیگران؛ خودمختاری یا استقلال؛ تسلط بر محیط؛ زندگی هدفمند و رشد فردی. ضرایب پایانی محاسبه شده برای پرسشنامه فرم کوتاه این پرسشنامه ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۹ بوده است که نشان دهنده همسانی درونی خوبی است (۲۶). میرسمعی، آتش پور و آقایی (۲۷) ضرایب پایانی محاسبه شده برای پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف را بر اساس ضریب آلفای کرونباخ، در پژوهشی با عنوان اثربخشی آموزش نظم جویی هیجان پیشرفت بر هیجان‌های منفی و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه شهر تهران، ۰/۹۲ گزارش نموده است.

دانش‌آموزان به‌عنوان عامل فعال در ارتقای سلامت ذهنی و اجتماعی سالمندان انجام شد. این مطالعه می‌کوشد با ارائه شواهد تجربی، به غنای ادبیات پژوهشی حوزه سالمندی بیفزاید و مبنایی علمی برای طراحی و اجرای برنامه‌های تعامل بین‌نسلی در نظام آموزشی و مراکز سالمندی فراهم آورد.

## روش کار

این پژوهش به روش شبه‌آزمایشی و با طرح پیش‌آزمون پس‌آزمون همراه با گروه کنترل انجام شد و هدف آن بررسی اثر برنامه تعامل بین‌نسلی با مشارکت فعال دانش‌آموزان بر بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان بود. جامعه آماری شامل سالمندان ۶۰ سال و بالاتر و نوه‌های آنان در بازه سنی ۱۲ تا ۱۵ سال بود که در شش‌ماهه نخست سال ۱۴۰۴ به کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان منطقه ۴ تهران مراجعه کرده بودند. نمونه پژوهش شامل ۲۸ سالمند و ۲۸ دانش‌آموز بود که به‌صورت مساوی در دو گروه مداخله و کنترل (هر گروه شامل ۱۴ سالمند و ۱۴ دانش‌آموز) قرار گرفتند.

معیارهای ورود سالمندان شامل برخورداری از سلامت نسبی جسمانی جهت شرکت در فعالیت‌ها، رضایت آگاهانه برای مشارکت در پژوهش و توانایی برقراری ارتباط شفاهی بود. معیارهای خروج نیز شامل ابتلا به بیماری حاد یا محدودیت شدید جسمانی، عدم تمایل به ادامه همکاری یا غیبت بیش از دو جلسه، وجود بیماری روانی فعال یا اختلال شناختی شدید، مصرف داروهای روان‌پزشکی در زمان مطالعه یا سه ماه پیش از آن و تجربه وقایع بحرانی شدید در شش ماه گذشته در نظر گرفته شد. دانش‌آموزان شرکت‌کننده نیز می‌بایست تمایل به مشارکت فعال در برنامه‌های بین‌نسلی و امکان حضور منظم در جلسات مداخله را داشته باشند.

این پژوهش به روش شبه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل انجام شد تا اثر برنامه تعامل بین‌نسلی با مشارکت فعال دانش‌آموزان بر بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان بررسی شود. جامعه مطالعه سالمندان بالای ۶۰ سال و نوه‌های (۱۲-۱۵ ساله) آنان بود که به کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان منطقه ۴ تهران در ۶ ماهه اول سال ۱۴۰۴ مراجعه کرده بودند. نمونه شامل ۲۸ سالمند و ۲۸ دانش‌آموز بود

شامل بازی‌های فکری، تمرین‌های تیمی و کاردستی بود و سالمندان در کنار دانش‌آموزان، مهارت‌های اجتماعی و حل مسئله خود را تمرین کردند.

در جلسه ششم و هفتم، تمرکز بر گفتگوهای هدفمند و تبادل تجربه بود. سالمندان فرصت یافتند تجربیات زندگی و ارزش‌های خود را با نسل جوان به اشتراک بگذارند و دانش‌آموزان نیز بازخورد، حمایت عاطفی و تشویق برای مشارکت فعال ارائه کردند. این جلسات بر ایجاد حس تعلق، ارزشمندی و افزایش تعاملات اجتماعی تأکید داشت. جلسه هشتم به جمع‌بندی برنامه اختصاص داشت؛ در این جلسه بازخورد از مشارکت‌کنندگان جمع‌آوری شد، فعالیت‌ها مرور شد و نکات کلیدی هر جلسه تثبیت گردید. همچنین برنامه‌ریزی برای استمرار تعامل‌ها در محیط طبیعی سالمندان مورد بحث قرار گرفت.

در این پژوهش، برای تحلیل داده‌ها از معنی‌داری بالینی استفاده شد. معنی‌داری بالینی نشان‌دهنده ارزش عملی و اهمیت اثر واقعی مداخله بر شرکت‌کنندگان است. دو رویکرد رایج برای ارزیابی معنی‌داری بالینی عبارت‌اند از: شاخص تغییر پایا و مقایسه هنجاری. علاوه بر آن، برای بررسی اثر مداخله و کنترل اثرات پیش‌آزمون و کاهش خطای ناشی از متغیرهای مداخله‌ای، از تحلیل کوواریانس (ANCOVA) استفاده شد که امکان مقایسه دقیق گروه مداخله و گروه کنترل را فراهم می‌کند.

### یافته‌ها

در این پژوهش، ۵۶ نفر شامل ۲۸ سالمند و ۲۸ دانش‌آموز شرکت داشتند که به‌صورت تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل (هر گروه ۱۴ سالمند و ۱۴ دانش‌آموز) قرار گرفتند. ابتدا ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان به منظور بررسی همگنی گروه‌های مداخله و کنترل ارائه می‌شود. این اطلاعات شامل سن سالمندان، جنسیت آنان (مادر بزرگ/ پدر بزرگ) و نوه‌های شرکت‌کننده در هر گروه است. بررسی توزیع این متغیرها پیش از اجرای مداخله، امکان کنترل اثر متغیرهای مداخله‌گر و تفسیر دقیق‌تر نتایج اصلی پژوهش را فراهم می‌سازد. نتایج توصیفی نشان داد که گروه‌های مداخله و کنترل از نظر متغیرهای جمعیت‌شناختی تفاوت معناداری نداشتند و از همگنی آماری مناسبی برخوردار بودند ( $p > 0.05$ ).

پرسشنامه سلامت اجتماعی کییز: این مقیاس در سال ۱۹۹۸ توسط کییز به منظور سنجش سلامت اجتماعی طراحی و تدوین شده است و دارای ۲۰ سوال و پنج مولفه انسجام اجتماعی، پذیرش اجتماعی، مشارکت اجتماعی و شکوفایی اجتماعی و براساس طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت بود. ضرایب پایانی محاسبه شده برای پرسشنامه توسط کییز (۲۸) محاسبه شد و ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۱ بوده است که نشان‌دهنده همسانی درونی خوبی است. این پرسشنامه در ایران توسط علی‌پور، رفیعی، بلوچی و همکاران در سال ۱۴۰۳ ترجمه و هنجاریابی شد و از مجموع گویه‌های اولیه بعد از انجام تحلیل عاملی اکتشافی، ۱۶ گویه در مدل باقی ماندند که روی ۴ عامل مسئولیت‌پذیری اجتماعی، اعتماد اجتماعی، مشارکت سیاسی و حمایت سازمانی بار شدند. این ۴ عامل در مجموع ۶۹/۳۸ درصد از واریانس کل سازه را تبیین می‌کنند. همچنین همخوانی درونی سؤالات پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ نیز تأیید شد (۲۹).

برنامه تعامل بین‌نسلی ساختاریافته: مطالعه حاضر بر اساس چارچوب‌ها و برنامه‌های مداخله‌ای قبلی در حوزه تعاملات بین‌نسلی سالمندان و نسل جوان از جمله مطالعه دسوزا و همکاران (۳۰) درباره ارتباطات بین‌نسلی و بهزیستی سالمندان و مطالعه شکوهی یکتا و همکاران (۳۱) درباره اثرات برنامه مداخله‌ای روابط والد-نوجوان بر تعاملات بین‌نسلی با هدف آن ارتقای بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان از طریق تعامل هدفمند با دانش‌آموزان تدوین شد. این برنامه بر اساس پروتکل استاندارد تعامل بین‌نسلی سالمندان و نوجوانان شامل ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای بود. هر جلسه به صورت هدفمند و مطابق با مراحل برنامه‌ریزی اجرا شد.

در جلسه اول، مشارکت‌کنندگان معرفی شدند و اهداف برنامه برای سالمندان و دانش‌آموزان توضیح داده شد. این جلسه با فعالیت‌های یخ‌شکن و ایجاد اعتماد اولیه و فضای صمیمی آغاز شد تا مشارکت فعال در جلسات بعدی تسهیل شود.

جلسه دوم و سوم بر فعالیت‌های آموزشی و گفتگوهای کوتاه تمرکز داشت؛ دانش‌آموزان و سالمندان تجربیات زندگی و مهارت‌های خود را به اشتراک گذاشتند و تسهیل‌گر آموزش دیده، جریان گفت‌وگو را هدایت کرد. جلسه چهارم و پنجم شامل فعالیت‌های اجتماعی و بازی‌های گروهی طراحی شد تا همکاری، تعامل و روابط مثبت بین شرکت‌کنندگان تقویت شود. این فعالیت‌ها

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی سالمندان و دانش‌آموزان به تفکیک گروه‌های پژوهش

متغیر	گروه مداخله	گروه کنترل
دامنه سن سالمندان	۶۰-۷۸	۶۱-۷۹
سن سالمندان (سال)	۵/۳۱ ± ۶۸/۴۲	۵/۷۴ ± ۶۷/۸۵
جنسیت سالمندان	مادربزرگ ۱۰ (۷۱/۴ درصد)	مادربزرگ ۹ (۶۴/۳ درصد)
	پدربزرگ ۴ (۲۸/۶ درصد)	پدربزرگ ۵ (۳۵/۷ درصد)
تعداد کل نوه‌ها (دانش‌آموزان)	۱۴	۱۴
دامنه سن سالمندان	۱۲-۱۵	۱۲-۱۵
سن سالمندان (سال)	۱/۰۱ ± ۱۳/۵۷	۰/۹۶ ± ۱۳/۶۴

شامل ۱۴ نوه با دامنه سنی ۱۲-۱۵ سال بودند؛ میانگین سن نوه‌ها در گروه مداخله  $1/01 \pm 13/57$  و در گروه کنترل  $0/96 \pm 13/64$  سال بود که اختلاف معناداری نداشت. این همگنی در متغیرهای دموگرافیک، اعتبار مقایسه گروه مداخله و کنترل را افزایش می‌دهد و نشان می‌دهد که تفاوت‌های مشاهده شده در نتایج پس‌آزمون، احتمالاً ناشی از مداخله تعامل بین‌نسلی با مشارکت فعال دانش‌آموزان است، نه اختلافات پیش‌آزمون یا متغیرهای جمعیت‌شناختی.

میانگین سن سالمندان گروه مداخله  $5/31 \pm 68/42$  سال و گروه کنترل  $5/74 \pm 67/85$  سال بود و دامنه سنی هر دو گروه نزدیک به هم (گروه مداخله: ۶۰-۷۸، گروه کنترل: ۶۱-۷۹) بود، که نشان‌دهنده همگنی سنی بین گروه‌ها است. در گروه مداخله، ۱۰ نفر مادربزرگ (۷۱/۴ درصد) و ۴ نفر پدربزرگ (۲۸/۶ درصد) و در گروه کنترل، ۹ نفر مادربزرگ (۶۴/۳) و ۵ نفر پدربزرگ (۳۵/۷) حضور داشتند که نسبت جنسیت نیز بین گروه‌ها متوازن بود. هر دو گروه

جدول ۲. نتایج پیش‌آزمون و پس‌آزمون بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان

متغیر	گروه	پس‌آزمون (میانگین ± انحراف معیار)	پس‌آزمون (میانگین ± انحراف معیار)	F (۱, ۲۵)	p	$\eta^2$
بهزیستی روان‌شناختی	مداخله	$65/43 \pm 7/12$	$78/86 \pm 6/45$	۱۲/۸۶	$< 0/001$	۰/۱۸
	کنترل	$66/12 \pm 6/88$	$66/75 \pm 7/02$	-		
سلامت اجتماعی	مداخله	$54/21 \pm 5/98$	$63/10 \pm 6/12$	-۱۰/۲۱	$< 0/002$	۰/۱۵
	کنترل	$52/87 \pm 6/05$	$54/22 \pm 6/20$			

در ارتقای کیفیت زندگی سالمندان است و پاسخ روشنی به سؤال پژوهش مبنی بر این که آیا برنامه‌های تعاملی ساختاریافته می‌توانند سلامت روان و اجتماعی سالمندان را بهبود بخشند، ارائه می‌دهد. ارتباط مستقیم یافته‌های حاضر با چارچوب نظری بهزیستی روان‌شناختی ریف (۲۵) قابل مشاهده است؛ طبق این مدل، مؤلفه‌هایی همچون پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد فردی از عوامل کلیدی بهزیستی روان‌شناختی هستند. در مطالعه حاضر، تعامل بین‌نسلی نه تنها فرصت تجربه مثبت در روابط اجتماعی را فراهم کرد، بلکه محیطی امن و حمایتگر برای سالمندان ایجاد نمود که به بهبود خودارزیابی، حس تعلق و افزایش مشارکت فعال اجتماعی منجر شد. این یافته نشان می‌دهد که فعالیت‌های مشترک با نسل جوان می‌تواند مؤلفه‌های مختلف بهزیستی روان‌شناختی را

نتایج نشان می‌دهد که مداخله تعامل بین‌نسلی با مشارکت فعال دانش‌آموزان باعث افزایش معنادار بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان شد، در حالی که گروه کنترل تغییر قابل توجهی نداشت. اندازه اثر متوسط تا بالا ( $\eta^2 = 0/15 - 0/18$ ) نشان‌دهنده تأثیر عملی و معنادار برنامه است.

## بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر تعامل بین‌نسلی با مشارکت فعال دانش‌آموزان بر بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان طراحی شد. نتایج مطالعه نشان داد که مشارکت فعال نسل جوان در برنامه‌های هدفمند بین‌نسلی، منجر به افزایش قابل توجه بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان گردید. این یافته‌ها به وضوح حاکی از نقش مؤثر تعاملات بین‌نسلی

به طور همزمان تقویت کند.

یافته‌های مرتبط با سلامت اجتماعی نیز مورد تأیید تحقیقات پیشین در ایران و جهان قرار دارند. برای نمونه، مطالعه‌ی ویسی، اماعیل زاده قندهاری و ابراهیمی (۳۲) نشان داد که برنامه‌های تعامل بین‌نسلی باعث افزایش احساس تعلق اجتماعی و کاهش انزوا در سالمندان می‌شود. مشابه آن، پژوهش‌های بین‌المللی مانند مطالعات دسوزا و همکاران (۲۴) و شکوهی یکتا و همکاران (۱۲) نیز گزارش کردند که تعامل هدفمند بین سالمندان و نوجوانان، اعتماد اجتماعی و مشارکت اجتماعی سالمندان را تقویت می‌کند. یافته‌های حاضر با این مطالعات همسو است و تأکید می‌کند که نقش دانش‌آموزان به عنوان عامل فعال در فرایند تعامل بین‌نسلی، عامل کلیدی موفقیت برنامه‌های مداخله‌ای است.

از سوی دیگر، تفاوت‌های جزئی در شدت اثر مداخله بر بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی، مشابه تفاوت‌هایی است که در مطالعات پیشین مشاهده شده است. برخی پژوهش‌ها مانند مطالعه مصاحبی، عریضی، یزدخواستی و بیدرام (۳۳) گزارش کردند که اثر مداخلات بین‌نسلی بر مؤلفه‌های روان‌شناختی کمتر از مؤلفه‌های اجتماعی قابل مشاهده است. این تفاوت‌ها می‌تواند ناشی از ساختار برنامه، مدت زمان مداخله، تعداد جلسات و سطح تعامل فعال مشارکت‌کنندگان باشد. در پژوهش حاضر، طراحی هشت جلسه‌ای با تمرکز بر فعالیت‌های گفت‌وگومحور، بازی‌های گروهی و اشتراک تجربه، توانست تعادل مناسبی بین تقویت مؤلفه‌های روان‌شناختی و اجتماعی ایجاد کند. یکی از یافته‌های قابل توجه و غیرمنتظره مطالعه، افزایش محسوس احساس خودمختاری و تسلط بر محیط سالمندان بود. انتظار نمی‌رفت که برنامه‌ای با حضور دانش‌آموزان جوان، به این میزان بر خودارزیابی و احساس کنترل سالمندان تأثیر بگذارد. این امر می‌تواند ناشی از فرصت‌های یادگیری متقابل و اعتمادسازی ایجاد شده در جلسات باشد؛ سالمندان هنگام هدایت فعالیت‌های گروهی یا ارائه تجربه‌های زندگی خود، احساس تسلط و توانمندی بیشتری یافتند که به تقویت مؤلفه‌های روان‌شناختی آنان منجر شد.

یافته‌ها همچنین نشان می‌دهند که مشارکت فعال دانش‌آموزان می‌تواند نقش حمایت عاطفی و انگیزشی قوی برای سالمندان ایفا کند. این موضوع با مطالعاتی چون

پژوهش صادق مقدم، فروغان، محمدی و احمدی و همکاران (۱۳) همسو است که نشان داده‌اند حضور نسل جوان باعث افزایش انگیزه و کاهش انزوا در سالمندان می‌شود. تحلیل داده‌های ما نشان داد که حس ارزشمندی و تعلق اجتماعی، عامل اصلی ایجاد تغییرات مثبت در بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی بود.

با بررسی توزیع دموگرافیک شرکت‌کنندگان، مشخص شد که ترکیب جنسیتی سالمندان در گروه مداخله و کنترل نسبتاً مشابه بوده و شامل ۱۰ مادربزرگ و ۴ پدربزرگ در گروه مداخله و ۹ مادربزرگ و ۵ پدربزرگ در گروه کنترل بوده است. میانگین سنی سالمندان در گروه مداخله  $74/5 \pm 85/67$  سال بود. این همسانی نشان می‌دهد که تفاوت‌های مشاهده شده در نتایج، ناشی از مداخله بوده و نه تفاوت‌های دموگرافیک. همچنین، میانگین سن نوه‌ها (۱۵-۱۲ سال) در دو گروه مشابه و تضمین‌کننده مقایسه دقیق است.

مقایسه یافته‌ها با مطالعات بین‌المللی، نکات مهمی را آشکار می‌کند. برای مثال، در مطالعه ویر، کمپیل، راجرز و همکاران (۳۴)، مشاهده شد که فعالیت‌های مشترک بین نسل‌ها باعث کاهش احساس انزوا و افزایش رضایت زندگی سالمندان شد، اما تأکید کمتری بر نقش فعال نسل جوان در هدایت برنامه‌ها وجود داشت. نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که حضور فعال دانش‌آموزان نه تنها تعامل اجتماعی را افزایش می‌دهد بلکه موجب ایجاد انگیزه و مشارکت فعال سالمندان نیز می‌شود. این نکته، تفاوت کلیدی مطالعه حاضر با برخی پژوهش‌های پیشین است و می‌تواند به عنوان رویکردی نوین برای طراحی برنامه‌های بین‌نسلی در محیط‌های آموزشی و مراکز سالمندان مورد توجه قرار گیرد.

علاوه بر این، یافته‌های ما تأکید می‌کند که تعامل هدفمند بین سالمندان و نوجوانان می‌تواند اثرات بلندمدت نیز داشته باشد، زیرا سالمندان با احساس افزایش ارزشمندی و تعلق اجتماعی، تمایل بیشتری به شرکت در فعالیت‌های جمعی و حفظ ارتباطات اجتماعی از خود نشان می‌دهند. این نتیجه با نظریه ارتباطات بین‌نسلی و مدل تعاملات اجتماعی سالمندان (۱۳، ۱۷) هماهنگ است و تأکید می‌کند که مشارکت فعال نسل جوان، عامل تسهیل‌کننده برای دستیابی به نتایج مثبت پایدار است.

جمع‌بندی یافته‌ها نشان می‌دهد که برنامه‌های تعامل

ارتقای کیفیت تعاملات اجتماعی و روانی سالمندان شود. مشارکت هدفمند نسل جوان نه تنها به ایجاد فضایی پویا و حمایتگر برای سالمندان کمک می‌کند، بلکه موجب تقویت حس ارزشمندی، انگیزه مشارکت و انسجام اجتماعی آنان می‌گردد. این یافته‌ها تأکید می‌کند که برنامه‌های بین‌نسلی می‌توانند به‌عنوان راهبردی کاربردی و مقرون‌به‌صرفه در سیاست‌گذاری‌های اجتماعی و آموزشی مورد توجه قرار گیرند. با توجه به محدودیت‌های نمونه و زمان‌بندی مطالعه، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده به بررسی اثرات بلندمدت و تفاوت‌های فرهنگی و منطقه‌ای این مداخلات بپردازند تا دامنه کاربرد و تعمیم‌پذیری آن‌ها گسترده‌تر شود.

### سیاسگزاری

نویسنده پژوهش بر خود لازم می‌داند از معاونت محترم پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری به دلیل حمایت معنوی و همکاری در اجرای پژوهش حاضر قدردانی نمایند. همچنین از کلیه شرکت‌کنندگان در این پژوهش که با مشارکت خود زمینه انجام این مطالعه را فراهم کردند، صمیمانه سپاسگزاری می‌شود. این پژوهش دارای کد اخلاق IR.IAU.SARI.REC.1404.072 بوده و تأییدیه اخلاق پژوهش را از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری دریافت کرده است.

### Reference

1. Tanavardi A, Karimi E. The Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on Social Self-Efficacy and Social Anxiety of the Elderly in Bardsir City. *Joge*. 2026; 10 (4) :1-8. URL: <http://joge.ir/article-1-785-fa.html>
2. Noto S. Perspectives on Aging and Quality of Life. *Healthcare (Basel)*. 2023;11(15):2131. <https://doi.org/10.3390/healthcare11152131>
3. Hajjar RR, Atli T, Al-Mandhari Z, Oudrhiri M, Balducci L, Silbermann M. Prevalence of aging population in the Middle East and its implications on cancer incidence and care. *Ann Oncol*. 2013;24 Suppl 7(Suppl 7): vii11-vii24. doi:10.1093/annonc/mdt268 <https://doi.org/10.1093/annonc/mdt268>
4. Koosha M, Lalegani A. Assessing the social health of the elderly in Tehran: Challenges

بین‌نسلی ساختاریافته با مشارکت فعال دانش‌آموزان، می‌تواند به‌طور همزمان مؤلفه‌های مختلف بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان را بهبود دهد. یافته‌های این مطالعه نه تنها موافق با نتایج مطالعات داخلی و بین‌المللی است، بلکه به‌طور خاص نقش فعال نسل جوان را در افزایش تأثیر مداخلات بین‌نسلی برجسته می‌کند. بنابراین، اجرای برنامه‌های بین‌نسلی در کانون‌های پرورش فکری کودکان و نوجوانان و سایر مراکز مشابه می‌تواند به‌عنوان راهبردی مؤثر و پایدار در ارتقای سلامت روان و اجتماعی سالمندان به کار گرفته شود. در نهایت، مطالعه حاضر با محدودیت‌هایی همچون حجم نمونه کوچک و کوتاهی مدت مداخله مواجه است که باید در تفسیر نتایج مدنظر قرار گیرد و پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی با نمونه بزرگ‌تر و پیگیری بلندمدت، اثرات مداخله را ارزیابی کنند. با این حال، یافته‌های حاضر پایه محکمی برای طراحی برنامه‌های هدفمند بین‌نسلی و گسترش تعاملات اجتماعی سالمندان فراهم می‌کند و به وضوح نشان می‌دهد که دانش‌آموزان می‌توانند به‌عنوان عامل فعال، نقش کلیدی در ارتقای بهزیستی روان‌شناختی و سلامت اجتماعی سالمندان ایفا کنند.

### نتیجه‌گیری

این پژوهش نشان داد که طراحی و اجرای برنامه‌های بین‌نسلی با مشارکت فعال نوجوانان می‌تواند زمینه‌ساز

- and strategic solutions. *Aging and Geriatric Psychiatry*. 2024;100091. <https://doi.org/10.1016/j.aggp.2024.100091>
5. Gelaw HA. Exploring the Psychosocial and Economic Challenges of Elders in Debre Tabor Metropolitan City: A Holistic Perspective. *J Aging Res*. 2025; 2025:5665088. <https://doi.org/10.1155/jare/5665088>
6. Shadfar Z, Rajabpour M, kashefi A. Predicting Psychological Well-being based on Brain-Behavioral Systems and Metacognitive in Substance-Dependent People Undergoing Maintenance Treatment. *Research on Addiction* 2024; 18 (71) :213-232. URL: <http://etiadpajohi.ir/article-1-2974-fa.html> <https://doi.org/10.61186/etiadpajohi.18.71.213>
7. Amini, Z., Norouzi, G., Ashori, M. Development of a psychological well-being model based on

- perceived social support and resilience with the mediating role of social self-efficacy in mothers of children with intellectual and developmental disabilities. *Journal of Applied Psychological Research*, 2025; 1(11): 14-21.
8. Safara, M., salmabadi, M. Psychological Well-Being in the Elderly: The Role of Self-Compassion and Alexithymia. *Aging Psychology*, 2021; 7(1): 92-83.
  9. Moatamedy A, Borjali A, Sadeqpur M. Prediction of Psychological Well-Being of the Elderly Based on the Power of Stress Management and Social Support. *Salmand: Iranian Journal of Ageing* 2018; 13 (1) :98-109 <https://doi.org/10.21859/sija.13.1.98>
  10. Akbarizardkhaneh S, Sajjadianari S. The relationship between psychological well-being and religiosity in the elderly of Tehran. *joge* 2020; 5 (3) :45-53. URL: <http://joge.ir/article-1-401-fa.html>
  11. Pourmollamirza A, Valizaeh L, Navab E, Matlabi H, Zamanzadeh V. Elderly Perceived Challenges of the Intergenerational Gap: A Qualitative Study. *Salmand: Iranian Journal of Ageing* 2026; 21 (1) URL: <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-3050-fa.html>
  12. Shokoohi-Yekta M, Akbari Zardkhaneh S, Mahmoodi M, Mahdavi M. Effects of the intervention program of parent-adolescent relationship on intergenerational interactions. *J Psychol Sci*. 2018;17(65):46-60. Available from: <http://psychologicalscience.ir/article-1-107-fa.html>
  13. Sadeghmoghadam L, Foroughan M, Mohammadi Shabboulaghi F, Ahmadi F, Nazari S, Farhadi A et al . The Lived Experiences of Aging in Older Adults: A Phenomenological Study. *Salmand: Iranian Journal of Ageing* 2020; 14 (4) :478-493. URL: <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1520-fa.html>
  14. Dadgaran I, Mansourghanaei R. Implementation and Evaluation of Community health Education through Service Learning in the elderly sanitarium. *Res Med Edu* 2012; 4 (2) :9-16. URL: <http://rme.gums.ac.ir/article-1-98-fa.html> <https://doi.org/10.18869/acadpub.rme.4.2.9>
  15. Khalighi G, Abolfathi Mumtaz Y, Foroughan M, Tehrani Far F. The effect of a nursing home visit program on students' attitudes about the nursing home. *joge* 2022; 7 (3) :68-78. URL: <http://joge.ir/article-1-592-fa.html>
  16. Heravi M, Anooosheh M, Frooghan M, Shaikhi M T, Hajizadeh E. Elder abuse by family members: An exploration in the lived experiences of older people. *IJNR* 2010; 5 (18) :6-17. URL: <http://ijnr.ir/article-1-683-fa.html>
  17. Mahmoudpour A, Shariatmadar A, Borjali A, Shafiabadi A. The Lived Experiences of Iranian Older Adults With Empty Nest Syndrome: A Phenomenological Study. *Salmand: Iranian Journal of Ageing* 2024; 19 (2) :276-295. URL: <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-2653-fa.html> <https://doi.org/10.32598/sija.2024.3694.1>
  18. Augustin F, Freshman B. The Effects of Service-Learning on College Students' Attitudes Toward Older Adults. *Gerontol Geriatr Educ*. 2016;37(2):123-144. <https://doi.org/10.1080/02701960.2015.1079705>
  19. Torabian N, Adib-Hajbaghery M. The effect of intergenerational interaction program on the elderly's psychological health. *Nurs Midwifery J*. 2022;20(5):379-387. Available from: <http://unmf.umsu.ac.ir/article-1-4654-fa.html> <https://doi.org/10.52547/unmf.20.5.4>
  20. Orang S, Hashemi Razini H, Ramshini M, Orang T. Investigating the Meaning of Life and Psychological Well-being, in Youth, Adults, and Elderly (A Comparative Study of Three Age Groups). *Salmand: Iranian Journal of Ageing* 2018; 13 (2) :182-197. URL: <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1570-fa.html> <https://doi.org/10.32598/sija.13.2.182>
  21. Dakhteh Harouni M, Norouzi K, Fallahi Khoshknab M, Faday Vatan R, Seyedbager Madah S. Factors Affecting the Intergenerational Relationships in Nursing Homes in Iran Using Grounded Theory Approach. *Salmand: Iranian Journal of Ageing* 2023; 17 (4) :596-613. URL: <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-2453-fa.html> <https://doi.org/10.32598/sija.2022.3471.1>
  22. Ebrahimi Z, Esmacilzadeh Ghandehari M R, Veisi K. The Effect of Physical Activity Based on Intergenerational Programs on the Quality of Life of Older Adults. *Salmand: Iranian Journal of Ageing* 2020; 14 (4) :406-421. URL: <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1499-fa.html>
  23. Baker JR, Webster L, Lynn N, Rogers J, Belcher J. Intergenerational Programs May Be Especially Engaging for Aged Care Residents With Cognitive Impairment: Findings From the Avondale

- Intergenerational Design Challenge. *Am J Alzheimers Dis Other Demen.* 2017;32(4):213-221. <https://doi.org/10.1177/1533317517703477>
24. Dsouza JM, Chakraborty A, Kamath N. Intergenerational communication and elderly well-being. *Clin Epidemiol Glob Health.* 2023;20:101251. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2023.101251>
  25. Ryff CD, Keyes CL. The structure of psychological well-being revisited. *J Pers Soc Psychol.* 1995;69(4):719-727. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.69.4.719>
  26. Ryff CD. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychother Psychosom.* 2014;83(1):10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
  27. Mirsamiee M, Atashpour H, Aghaei A. The effectiveness of achievement emotion regulation training on negative emotions and psychological well-being of female middle school students in Tehran. *Journal of Psychological Science.* 2023; 18(77), 539-546. URL: <http://psychologicalscience.ir/article-1-332-fa.html>
  28. Keyes CLM. Social well-being. *Soc Psychol Q.* 1998;61(2):121-140. doi:10.2307/2787065 <https://doi.org/10.2307/2787065>
  29. Alipoor F, Rafiee H, Baloochi M, Eslami F, Afsharpooya H. Construction and validation of the short form of social health questionnaire in Iran (SHQ16). *Refah J.* 2024;24(94):8. <https://doi.org/10.32598/refahj.24.94.4475.1>
  30. Dsouza JM, Chakraborty A, Kamath N. Intergenerational communication and elderly well being. *Clin Epidemiol Glob Health.* 2023; 20:101251. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2023.101251>
  31. Shokoohi Yekta M, Akbari Zardkhaneh S, Mahmoodi M, Mahdavi M. Effects of the intervention program of parent adolescent relationship on intergenerational interactions. *J Psychol Sci.* 2018;17(65):46-60. URL: <http://psychologicalscience.ir/article-1-107-en.html>
  32. Veisi K, Ismailzadeh Ghandehary MR, Ebrahimi Z. Comparison of intergenerational interaction programs and physical activities on the depression rate of elderly women and men. *joge* 2023; 8 (1) :10-19 URL: <http://joge.ir/article-1-620-fa.html>
  33. Mosahebi M, Oreyzi H, Yazdkhasti F, Bidram H. The effectiveness of four dimensional physical psychological interventions on promoting positive psychological conditions and functional health in old age women. *Clin Psychol: Res Pract Innov.* 2019;11(3):51-66. <https://doi.org/10.29252/joge.4.1.11>
  34. Whear R, Campbell F, Rogers M, et al. What is the effect of intergenerational activities on the wellbeing and mental health of older people?: A systematic review. *Campbell Syst Rev.* 2023;19(4):e1355. Published 2023 Oct 3. <https://doi.org/10.1002/cl2.1355>