

کد طرح / پایان نامه:

۷۹۸۳

عنوان طرح تحقیقاتی:

بررسی ارتباط چالش‌های میانسالی با شادی در زنان میانسال مراجعه‌کننده به مراکز خدمات جامع سلامت شهر کرد

تاریخ خاتمه طرح:

۱۴۰۴/۰۸/۲۶

مجری یا محقق اصلی و همکاران با ذکر وابستگی هر فرد:

دکتر الهام زارعان<sup>۱</sup>، دکتر معصومه علیدوستی<sup>۲</sup>، دکتر الهه توسلی<sup>۳</sup>، دکتر زینب کاظمی<sup>۴</sup>

۱. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد

۲ و ۳ و ۴. دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد

عنوان پیام پژوهشی ( حداکثر ۲۰ کلمه):

کاهش چالش‌های میانسالی در زنان متأهل می‌تواند شادی آن‌ها را افزایش دهد

پیام کلیدی (حداکثر ۸۰ کلمه):

این پژوهش روی ۲۱۵ زن متأهل میانسال نشان داد بین شادی و چالش‌های میانسالی ارتباط معکوس وجود دارد. به این معنا که هرچه چالش‌های دوران میانسالی کمتر باشد، شادی زنان بیشتر است. همچنین مشخص شد با افزایش مدت زمان ازدواج و تعداد فرزندان، چالش‌های میانسالی کاهش می‌یابد. زنانی که همسرانشان تحصیلات دانشگاهی داشتند، چالش‌های کمتری را تجربه می‌کردند. در مقابل، زنان لر و آن‌هایی که همسرانشان شاغل در مشاغل خصوصی بودند، چالش‌های بیشتری داشتند. توجه به این عوامل می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی زنان میانسال کمک کند.

متن پیام پژوهشی ( حداکثر ۲۴۰ کلمه):

- اهمیت موضوع (۵۰ کلمه)  
میانسالی دوره حساسی از زندگی زنان است که با تغییرات جسمی، روانی و اجتماعی همراه می‌باشد. این تغییرات می‌تواند چالش‌هایی ایجاد کند که بر شادی و رضایت از زندگی تأثیر بگذارد. شادی به عنوان یک احساس مثبت، نقش مهمی در سلامت روان و کیفیت زندگی دارد. این مطالعه به بررسی ارتباط بین شادی و چالش‌های میانسالی در زنان متأهل پرداخته است.
- مهمترین نتایج طرح به زبان غیر تخصصی (۷۰ کلمه)  
این پژوهش روی ۲۱۵ زن متأهل میانسال با میانگین سنی ۵۰ سال انجام شد. یافته‌ها نشان داد شادی زنان در سطح کمی بالاتر از حد متوسط قرار داشت، اما در بعد خودمدیریتی پایین‌تر از حد متوسط بود. چالش‌های میانسالی در مجموع کمتر از حد متوسط بود

تاریخ تهیه:

۱۴۰۴/۱۲/۲

تهیه کننده:

گروه کاربست نتایج تحقیقات



و بیشترین چالش مربوط به نارضایتی شغلی بود. نتایج حاکی از آن بود که بین شادی و چالش‌های میانسالی ارتباط معکوس وجود دارد؛ یعنی هرچه چالش‌ها کمتر باشد، شادی بیشتر است. همچنین زنانی که مدت زمان ازدواج طولانی‌تر و فرزندان بیشتری داشتند، چالش‌های کمتری تجربه می‌کردند. زنان لر نسبت به سایر قومیت‌ها چالش‌های بیشتری داشتند و زنانی که همسرانشان تحصیلات دانشگاهی داشتند، چالش‌های کمتری را گزارش کردند.

### تأثیرات و کاربردها:

این نتایج کاربردهای عملی مهمی دارند:

• تأثیر ۱: مشاوران و روانشناسان مراکز سلامت می‌توانند برنامه‌های آموزشی برای تقویت مهارت‌های خودمدیریتی زنان میانسال طراحی کنند تا شادی آن‌ها افزایش یابد.

• تأثیر ۲: مسئولان بهداشتی می‌توانند با شناسایی زنان در معرض خطر (دارای همسر با مشاغل خصوصی، قومیت لر) خدمات حمایتی و مشاوره‌ای ویژه‌ای برای کاهش چالش‌های میانسالی آن‌ها ارائه دهند.

### محدودیت‌های شواهد چه بودند؟

اعتماد ما به شواهد در حد متوسط است. این پژوهش در یک مقطع زمانی خاص انجام شده و نمی‌تواند رابطه علت و معلولی قطعی را ثابت کند. همچنین اطلاعات بر اساس اظهارات خود زنان جمع‌آوری شده و ممکن است پاسخ‌ها تحت تأثیر شرایط روحی آن‌ها در زمان تکرار پرسشنامه قرار گرفته باشد.

### مخاطبان طرح پژوهشی:

• گیرندگان خدمات سلامت (زنان میانسال، خانواده‌های آن‌ها، رسانه‌ها)

• ارائه‌کنندگان خدمات سلامت (پزشکان، پرستاران، روانشناسان، ماماها)

• مدیران و سیاست‌گذاران نظام سلامت (مدیران مراکز بهداشت، معاونت بهداشتی، معاونت سلامت خانواده)

آیا این خبر می‌تواند از نظر اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، بهداشتی، ارزش‌های دینی و قوانین سازمان غذا و دارو، تبعاتی داشته‌باشد؟

• تبعات بهداشتی: توجه به سلامت روان زنان میانسال می‌تواند از بروز افسردگی و سایر مشکلات روانی در این گروه جلوگیری کند.

• تبعات اجتماعی: این پژوهش گروه‌های آسیب‌پذیرتر (زنان با همسران شاغل در مشاغل خصوصی و زنان لر) را شناسایی کرده و می‌تواند به توسعه برنامه‌های حمایتی هدفمند منجر شود.

• تبعات فرهنگی: نتایج می‌تواند آگاهی جامعه را نسبت به اهمیت حمایت از زنان میانسال و نقش خانواده در کاهش چالش‌های این دوران افزایش دهد.

\* تبعات ارزش‌های دینی: توجه به شادی و سلامت روان زنان به عنوان مادران و همسران، با ارزش‌های دینی در مورد تحکیم خانواده و حفظ کرامت انسانی همخوانی دارد.

\* تبعات قانونی: یافته‌ها می‌تواند بر تدوین برنامه‌های غربالگری سلامت روان برای زنان میانسال در مراکز بهداشتی تأثیر بگذارد.

در صورتی که این طرح منتج به مقاله شده است لینک مقاله درج شود:

ایمیل ارتباطی و تلفن مجری اصلی طرح:

[ezarean@gmail.com](mailto:ezarean@gmail.com)

شماره تماس: ۰۳۸۳۳۳۴۹۵۰۷

منابع و مراجع: حداکثر چهار مرجع اصلی استفاده شده در طرح تحقیقاتی مورد نظر را ذکر نمایید

1. Mesbah I, Rezaei Sharif A. Confirmatory Factor Analysis of the Happiness assessment Scale for Middle-Aged Women. *The Women and Families Cult. Stud. Sci. Educ.* 2023;18(63):265-86.
2. Nikkhou G, Esmaeilpour K, Bayrami M, Hashemi T. Structural Relations between Psychological Capital and Life Expectancy through Mediating of Life satisfaction and Quality of Life Components in middle aged People. *Mod. Psychol. Stud.* 2020;15(57):181-202.
3. Moloudi A, Abdollahzadeh H. Qualitative study of middle age crisis coping strategies among middle-aged people in Tehran. *Psychol Achieve.* 2023;30(1):121-44.
4. Roozbehani A, Aliakbari Dehkordi M. Construction and Validation of the Iranian scale of Midlife Challenges. . *Appl. Psychol. Res.* 2017;8(2):167-80.