

## ساخت و اعتباریابی مقیاس ایرانی چالش‌های میانسالی Construction and Validation of the Iranian scale of Midlife Challenges

Abbas Roozbehani

Mahnaz Aliakbari Dehkordi

عباس روزبهانی\*

مهناز علی‌اکبری دهکردی\*\*

### چکیده

### Abstract

The aim of the present study is to construct an instrument for research in the field of middle age development that It can help in launching various researches in this field. After reviewing various theories about the middle age development, 12 areas of developmental challenges were identified and based on them, 66 questions (on average 5.5 questions per each domain) were designed. At first, the questions were reviewed by four experts in the field of developmental psychology in terms of content validity and after some changes in the wording of some questions, were administrated on 398 subjects (204 women and 194 men) from 22 districts of Tehran residents between the ages of 40 to 65 years. The factor analysis showed that the scale consisted of 6 factors which respectively include; job satisfaction, leisure without pleasure, concerns, marital dissatisfaction, interaction with the next generation and social responsibility. Statistics of the internal consistency of the questionnaire showed that most of the subscales have desirable reliability. As a result, the questionnaire is appropriate for applying in the researches on middle age developmental challenges.

**Keywords:** Iranian scale of Midlife Challenges, Middle Age Development, Developmental Psychology, Factor Analysis

هدف از مطالعه حاضر ساخت ابزاری مناسب برای پژوهش در حوزه‌ی تحول میانسالی است که می‌تواند کمکی در راه-اندازی تحقیقات مختلف در این زمینه باشد. به همین منظور، پس از بررسی تئوری‌های گوناگون مربوط به تحول میانسالی ۱۲ حوزه از چالش‌های تحولی شناسایی و بر اساس آنها تعداد ۶۶ سوال (به طور متوسط برای هر حوزه ۵٫۵ سوال) طراحی شدند. سوالات در ابتدا توسط ۴ نفر از متخصصین در حوزه‌ی روانشناسی تحولی از نظر محتوایی بررسی شدند و پس از تغییراتی در جمله‌بندی برخی سوالات، روی ۳۹۸ نفر (۲۰۴ زن و ۱۹۴ مرد) از ساکنین مناطق ۲۲ گانه‌ی شهر تهران بین سنین ۴۰ تا ۶۵ سال اجرا شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که پرسشنامه دارای ۶ عامل که به ترتیب شامل: رضایت از شغل، بی لذتی اوقات فراغت، نگرانی‌ها، نارضایتی از تأهل، تعامل با نسل بعدی و مسئولیت‌پذیری اجتماعی است. بررسی ثبات درونی پرسشنامه نشان داد که همه‌ی خرده مقیاس‌ها از اعتبار مطلوبی برخوردارند. در نتیجه پرسشنامه برای انجام تحقیقات در زمینه‌ی چالش‌های تحول میانسالی مناسب است.

**واژه‌های کلیدی:** مقیاس ایرانی چالش‌های میانسالی، تحول میانسالی، روانشناسی تحولی، تحلیل عاملی

email: aroozbehani@yahoo.com

\*نویسنده مسئول: دانشجوی دکتری روانشناسی. گروه روانشناسی مرکز تحصیلات تکمیلی دانشگاه پیام نور، تهران  
\*\* استاد گروه روانشناسی. دانشکده روانشناسی دانشگاه پیام نور، تهران

Received: 23Nov 2016 Accepted: 17May 2017

پذیرش: ۹۶/۲/۲۷

دریافت: ۹۵/۹/۰۲

## مقدمه

دوره‌ی میانسالی از نظر سنی چه دوره‌ای را در بر می‌گیرد و اصولاً ویژگی‌های این دوره چیست؟ به اعتقاد بسیاری، میانسالی دوره‌ی اوج زندگی است (تمیر، ۱۹۸۲). دوره‌ای که فرد از نظر وضعیت درآمدی، شغل و رابطه با دیگران رشدیافتگی بالایی دارد. با این حال، در تعریف دوره‌ی میانسالی اختلاف نظر وجود دارد. برخی میانسالی را مرتبط با دامنه‌ی سنی تعریف کرده‌اند و برخی دیگر در تعریف میانسالی بر تکالیف تحولی این دوره متمرکز شده‌اند. در شروع دوره‌ی میانسالی از نظر دامنه‌ی سنی اختلاف نظر وجود دارد. برخی آن را محدود به ۳۵ تا ۵۰ سالگی و برخی آن را بین سنین ۴۰ تا ۶۵ سالگی می‌دانند (فروند و رایتر، ۲۰۰۹). میانسالی، مرکزی‌ترین دوره‌ی زندگی است که به طور کلی اشاره به بزرگسالی بدون تقسیم آن به بزرگسالی اولیه یا انتهایی دارد (استادنگر و بلاک، ۲۰۰۱). مرزهای سنی دقیقی برای این دوره تعریف نشده است و درحالی‌که سن ۴۰ تا ۶۰ سالگی برای این دوره بیشتر مورد توافق است (لاچمن، ۲۰۰۴)، هنوز این مرزها تفسیربردار است. بدین معنی که هر کس به فراخور سنی که در آن قرار دارد، ممکن است گستره‌ی آن را کم یا زیاد کند. مرزهای نادقیق سنی باعث سردرگمی در تعریف دقیق این دوره، از جنبه سن تقویمی و نبود دستورالعمل روشن برای محققان شده است. به همین جهت برخی معتقدند که میانسالی باید با الگوهای از شاخص‌ها و نه سن تقویمی به تنهایی، تعریف شود (استادنگر و بلاک، ۲۰۰۱). به همین منظور، برخی از محققان پیشنهاد می‌کنند که تقسیم‌بندی میانسالی به میانسالی اولیه و ثانویه می‌تواند به توسعه‌ی تحقیقات کمک کند. آنها معتقدند که برای میانسالی اولیه می‌توان شاخص‌هایی مانند: تثبیت خانواده و شغل، مسئولیت‌پذیری در مورد بچه‌ها و خانواده، و رابطه با والدین و برای میانسالی ثانویه می‌توان نگرانی‌هایی درباره سلامت، بازنشستگی و پدر بزرگ یا مادر بزرگ شدن را برشمرد (استادنگر و بلاک، ۲۰۰۱). یونگ اولین کسی بود که از عقیده‌ی تغییر در تحول میانسالی حمایت تئوریک کرد. او نوشت: "خورشید، بعد از دادن نور خود به جهان از دادن اشعه صرف نظر می‌کند تا خود را روشن سازد. تمام جایگزین‌های اسفناک بجای روشن ساختن خود، عواقب غیرقابل اجتناب این توهم است که نیمه دوم زندگی باید با اصول نیمه اول اداره شود ... ما نمی‌توانیم بعد از ظهر زندگی خود را مطابق برنامه صبح زندگی کنیم. بعد از ظهر زندگی انسان نیز باید به اندازه‌ی خود معنی‌دار باشد و نمی‌تواند تنها زایده‌ی ناچیزی به صبح زندگی باشد" (یونگ، ۱۹۳۳ ص ۱۰۹ و ۱۷). به عقیده‌ی یونگ در این دوره پدیده‌ی تفرّد و تمایز فرد از محیط اطراف رخ می‌دهد و این خود باعث می‌شود جنبه‌های غیر غالب خود برای مورد توجه قرار گرفتن و آشکار شدن فشار آورند. از نظر یونگ فرد در میانسالی بین ویژگی‌های مردانه و زنانه تعادل ایجاد می‌کند. تحقیقات نشان داده‌اند که وقتی فرد میانسال به سمت دوجنسیتی شدن حرکت می‌کند، ممکن است برای برخی منبع لذت باشد و برای برخی دیگر ایجاد ناراحتی کند (هویکز، ۱۹۹۹). بعلاوه از نظر یونگ در این زمان درونگرایی و برونگرایی فرد نیز متعادل می‌شود.

از میان همه‌ی مباحث مربوط به دوره‌ی میانسالی، مفهوم "بحران میانسالی" بیش از سایر ویژگی‌های این دوره از تحول مورد توجه بوده، نظریه‌پردازی‌های گوناگون در این زمینه رشد یافته است. این اصطلاح اولین بار توسط الیوت جکوز (۱۹۶۵ به نقل از منون، ۲۰۰۱) معرفی شد. به اعتقاد او بحران میانسالی مرحله‌ی مهمی از تحول انسانی است و زمانی رخ می‌دهد که بزرگسال فناپذیری خود را قبول می‌کند. بحران میانسالی انتقال دشواری است که حول و حوش ۴۰ سالگی رخ می‌دهد (ویتینگتون، ۲۰۰۰). همچنین، بحران میانسالی در بردارنده‌ی

تغییرات سریع در شخصیت است (برایم، ۱۹۹۲). فرد میانسال به دلیل بررسی آینده‌ی شخصی، احساس‌های دوگانه در رابطه با گذشته، ارزیابی دوگانه دستاوردهای گذشته و تقلا برای اهداف شخصی جدید، عواطف منفی زیادی را تجربه می‌کند. (فروند و رایتر، ۲۰۰۹). لوینسون (۱۹۷۸) بحث برانگیزترین مباحث را در مورد میانسالی مطرح کرد. او معتقد است که ۸۰ درصد افراد در میانسالی دچار بحران می‌شوند. به اعتقاد او، فرد در این مرحله شروع به ارزیابی زندگی خود می‌کند. وی از اصطلاح سیکل زندگی<sup>۱</sup> برای توصیف مرحله‌ای بودن دوره‌ی زندگی و از ساختار زندگی<sup>۲</sup> برای توصیف الگو یا طرحی از زندگی فرد در زمان بخصوص استفاده کرد. به نظر لوینسون (۱۹۸۶) ساختار زندگی جواب به این سوال است که زندگی کنونی من چگونه است؟ کدام قسمت از زندگی من اکنون مهم است؟ آیا جای خالی چیزی در زندگی من وجود دارد که بخواهم آن را پر کنم؟ ساختار زندگی در میانسالی مشتمل بر روابط، ازدواج/خانواده و شغل است (لوینسون، ۱۹۷۸). به اعتقاد لوینسون هر انتقال در پنج مرحله رخ می‌دهد: ثبات، افزایش ناراحتی، بحران، جهت‌گیری دوباره و ثبات مجدد. بحران میانسالی زمانی بوجود می‌آید که فرد هم به تغییر و هم به ثبات نیاز دارد. لوینسون (۱۹۷۸) بحران میانسالی را به عنوان پدیده‌ی هنجاری تحول می‌داند و اعتقاد دارد در بسیاری از افراد رخ می‌دهد. البته بعدها محققان دیگر نسبت به جهان‌شمولی این پدیده تردید کردند (روبرت و نیوتن، ۱۹۸۷؛ شک، ۱۹۹۶). این محققان به تنوع جنسیتی در شروع سنی بحران و نبود شیوع‌شناسی، آنچنانکه در نظریه‌ی لوینسون آمده است، معتقد هستند. بعد از مطرح شدن هنجاری بودن بحران میانسالی از سوی لوینسون، تحقیقات در این زمینه نشان داد که تجربه‌ی بحران میانسالی به عنوان نقطه‌ی عطف میانسالی است و نه برای مرد و نه برای زن عامل جهانی زندگی بزرگسالی محسوب نمی‌شود (وتینگتون، ۲۰۰۰؛ شک، ۱۹۹۶؛ روبرت و نیوتن، ۱۹۸۷). به همین علت، اخیراً این بحث مطرح شده است که برای مفهوم‌سازی برای میانسالی، تعاریف سخت، مانند هنجاری بودن، مختص مرحله‌ی بخصوصی از زندگی بودن و به طور ساختاری متفاوت از سایر بحران‌ها بودن، که تعریفی لوینسونی است، همچنین تعریف متوسط که دربردارنده‌ی دو مولفه هنجاری بودن و ویژه‌ی سن بخصوص بودن است، با توجه به تحقیقات انجام شده نمی‌تواند مورد توافق عام باشد (فروند و رایتر، ۲۰۰۹). فروند و رایتر (۲۰۰۹) مطرح می‌کنند که تعریف ملایمر بحران میانسالی می‌تواند شامل ویژگی‌های زیر باشد: ۱) به‌عنوان چالشی که در میانسالی نیاز به روبرو شدن با آن است. ۲) ضرورتاً به صورت هنجاری رخ نمی‌دهد، بلکه برای برخی افراد و در سن خاصی بروز پیدا می‌کند. ۳) نمی‌تواند به عنوان بحران تلقی شود، بلکه باید از آن به عنوان چالش تحولی یاد کرد. به این ترتیب، مفهوم چالش تحولی میانسالی به جای بحران میانسالی توسط شواهد تجربی حمایت شده است و می‌تواند جهت‌گیری تحقیقات جدید را در این حوزه عوض کند. نوگارتن، که دیدگاه زمانی (تئوری زمان‌بندی اجتماعی<sup>۳</sup>) را مطرح کرد، معتقد به نقش زمان در تحول است. نوگارتن برخلاف لوینسون که بحران را عامل اساسی تحول می‌داند، زمان‌بندی را اساس تحول بزرگسال می‌پندارد (پرون و بیلای، ۱۹۷۹؛ وایت برون و وایت برون، ۲۰۱۱). به اعتقاد او احساس بزرگسال از زمان و زمان‌بندی متفاوت از گذشته اوست. بزرگسال در حالی که تاکنون زندگی را از زمان تولد در نظر می‌گرفته است، اکنون باقی

<sup>۱</sup>- Life Cycle

<sup>۲</sup>- Life Structure

<sup>۳</sup>- Social Timing Theory

مانده‌ی زندگی برای او مهم است. او به آینده بیشتر به عنوان تحول شخصی می‌نگرد و درباره‌ی پایان دوره‌ی زندگی شروع به اندیشیدن می‌کند و این احساس پایان قریب‌الوقوع با افزایش انتخاب اجتماعی مرتبط است (کارستنسن و تراک چارلز، ۱۹۹۴). این آگاهی از سیکل زندگی، در انتخاب اهداف و اولویت‌ها و مقایسه با دیگران تاثیر می‌گذارد و او پیشرفت‌های خود را با زمان‌بندی اجتماعی وقایع و انتقال‌های مهم مقایسه می‌کند. بزرگسال خود را با همسالانش مقایسه می‌کند که چگونه با چالش‌های شغلی و خانوادگی در دوره‌ی میانسالی کنار آمده‌اند. بنابراین، دو حوزه مهم تحولی در این دوره، خانواده و شغل است. بیشتر افراد سعی می‌کنند بین این دو تعادل ایجاد کنند.

جرج وایلانت در سال ۱۹۳۸ روی ۳۰۰ دانشجوی ۱۸ ساله به مدت ۱۶ سال مطالعه‌ای انجام داد (لو، ۱۹۹۸). او مراحل تحول بزرگسالی اریکسون را تأیید کرد و دو دوره به آن اضافه نمود؛ دوره‌ی تثبیت شغلی در برابر جذب خود شدن و نگهداشت معنی در برابر خشک و نامتعطف بودن. او تکالیف تحولی بزرگسالی را شامل موارد زیر می‌دانست: تحول هویت (جداشدن از والدین)، تحول صمیمیت، تثبیت شغلی، زاینده‌ی (دادن مشاوره به نسل جدید)، نگهداشت معنا (انتقال سنت‌ها به نسل بعدی) و رسیدن به یکپارچگی (احیای آرامش و یگانگی) (لو، ۱۹۹۸). درحالی‌که زاینده‌ی کسانی را شامل می‌شود که ظرفیت باروری و مراقبت و راهنمایی نسل بعدی را نشان می‌دهند، نگهدارندگان معنا، حسی از خردورزی و محافظت از فرهنگ را به نمایش می‌گذارند. به این ترتیب، زاینده‌ی متمرکز بر مراقبت و دلسوزی برای نسل بعدی و نگهداری معنا بر ایدئولوژی و ارزش‌ها متمرکز است (برتراند و لاجمن، ۲۰۰۳). وایلانت (۱۹۹۷) از مطالعه‌ی طولانی مدت خود نتیجه گرفت که برخی مردان در میانسالی طلاق می‌گیرند، شغل عوض می‌کنند و یا دچار افسردگی می‌شوند (نقل از آیزنگ، ۲۰۰۰). بنابراین، و طبق نظر وایلانت تکالیف زاینده‌ی، نگهداشت معنا و رسیدن به یکپارچگی می‌تواند برای دوره‌ی میانسالی در نظر گرفته شود.

گلد (۱۹۹۸، نقل از ترنر، ۲۰۰۲) در رابطه با تحول بزرگسالی معتقد است که بزرگسال باید به فرض‌های غلط دوران کودکی خود فایق آید. وی چهار فرض غلط را مطرح می‌کند: ۱- من متعلق به والدینم هستم و دنیای آنها را باور دارم. ۲- انجام امور به روش والدینم همراه با پشتکار نتیجه‌بخش است و اگر من ناامید، خسته و گیج شوم والدینم پا پیش می‌گذارند. ۳- زندگی ساده و کنترل پذیر است. ۴- هیچ شر بد و مرگ و میری در جهان وجود ندارد. به نظر او بزرگسالی دوران بحران تحول است، چون فرد می‌آموزد که چگونه کنترل زندگی خود را در دست بگیرد و فرض‌های کودکی را زیر سوال ببرد. آنها در بزرگسالی پی به غلط بودن فرض‌ها می‌برند. در عین حال تحول بزرگسالی دربرگیرنده‌ی "برچیده شدن" توهم تحول ایمن در کودکی است. به عقیده‌ی گلد، بعد از میانسالی فرض غلطی وجود ندارد و آن زمان، وقت ساختن معنا برای زندگی است. فرد باید با آگاهی‌های جدید که شامل: کنار آمدن با ازدست دادن، عدم توانایی انجام کارها مثل گذشته، نزدیک شدن به مرگ و روبرو شدن با ارزش‌ها است، کنار بیاید. فرد بزرگسال با این آگاهی‌های جدید آماده مواجهه با چالش‌های زندگی بدون سعی در مقابله با شر و بدی‌های درون خود می‌شود.

هویگهورست (۱۹۷۲ به نقل از استادینگر و بلاک، ۲۰۰۱) میانسالی را زمانی برای تلاش در جهت موفقیت در تکالیف تحولی گوناگون می‌داند. تکالیف میانسالی شامل: مسئولیت‌پذیری اجتماعی و مدنی، فراهم آوردن شغل و وضعیت اقتصادی استاندارد، کمک به نوجوان در جهت مسئولیت‌پذیری، توجه به فعالیت‌های اوقات فراغت، داشتن ارتباط با همسر، قبول و سازگاری با تغییرات جسمانی میانسالی و سازگاری با والدین مسن است. دیدگاه

هویگهورست در بردارنده‌ی نگاهی زیستی-روانی-اجتماعی به تحول بزرگسالی است. مطالعه‌ای در خصوص اعتبار نظریه‌ی هویگهورست نشان داد که آزمودنی‌های بزرگسال سه تکلیف با اهمیت میانسالی را رابطه با همسر، کمک به رشد مسئولیت‌پذیری و خوشبختی نوجوان در بزرگسالی و برقراری و تثبیت زندگی دارای استاندارد اقتصادی می‌دانند. همچنین تکالیفی مانند: سازگاری با والدین مسن، پذیرش تغییرات فیزیولوژیک، رشد و توسعه فعالیت‌های اوقات فراغت مخصوص بزرگسالی و دستیابی به مسئولیت‌پذیری اجتماعی و مدنی در رتبه‌های بعدی تکالیف تحولی میانسالی از نظر اهمیت قرار گرفتند (مریام و مولینز، ۱۹۸۱). در نهایت، اریکسون (۱۹۸۰) چالش "زایش در برابر رکود" را ویژه‌ی دوره‌ی میانسالی می‌داند. او بیان می‌دارد که در این دوره افراد پخته و رشدیافته دارای مهارت‌ها و منابعی برای ارائه به دیگران هستند. او زایش را فعالیتی می‌داند که از نگرانی درباره نسل بعدی نشأت می‌گیرد. از طریق نگرانی نسبت به نسل بعدی، بزرگسال نه تنها به دیگران یا رشد و توسعه‌ی جامعه کمک می‌کند، بلکه این نگرانی را به خارج از زندگی و زمان خود انتقال می‌دهد. به طور خلاصه و با توجه به نظریه‌های موجود، اولین موضوع در بحران میانسالی فائق آمدن به سرخوردگی ناشی از آرزوهای جوانی است که به طور کامل تحقق نیافته و آرزوهای جدید از نوع واقع بینانه که باید ایجاد شود. دومین موضوع، تصمیم‌گیری درباره چگونگی ادامه دادن به ساختار زندگی است. فرد با سوالاتی درباره ازدواج، مواجهه با تحول نوجوان، دست و پنجه نرم کردن با ارتقاء یا تنزل شغلی، تفکر درباره وضعیت مردم و جهان، حل مسأله‌ی چند قطبی بودن شخصیت مانند زنانگی- مردانگی، احساس درباره‌ی زندگی و مرگ، نیاز به خودمختاری و وابستگی به دیگران مواجه است (وایت بورن و وایت بورن، ۲۰۱۱). به همین ترتیب، شک (۱۹۹۶) ۸ ویژگی را به عنوان مفهوم‌سازی چالش میانسالی بیان می‌کند: (۱) نگرانی درباره‌ی آینده، (۲) ناتوانی از لذت بردن از اوقات فراغت، (۳) احساس کاهش سلامت، (۴) ارزیابی منفی از رابطه‌ی والد-نوجوان، (۵) ارزیابی منفی از روابط زوجین، (۶) ارزیابی منفی از زندگی شغلی، (۷) سردرگمی وجودی و معنی زندگی، (۸) استرس ناشی از مراقبت از بستگان مسن. همچنین از نظر برینگز و لوس (۱۹۹۹) سه ویژگی عمده‌ی چالش میانسالی عبارتند از (۱) سازگاری دوره‌ی بزرگسالی اولیه که دیگر کارآمد نیست، (۲) احساس تغییر زمان از (زمان بدو تولد) به زمان (باقی مانده)، و (۳) تفسیر مجدد از خود با تأکید بر برنامه‌ریزی برای نیمه دوم زندگی.

با مروری بر نظریه‌های مختلف در خصوص تحول بزرگسالی، متوجه می‌شویم که چند تکلیف مهم به طور مشترک از سوی نظریه‌های مختلف برای میانسالی مطرح شده است که شامل: انتقال سنتها به نسل بعدی، کاهش توانایی جسمانی و قبول تغییرات جسمی است. بعلاوه سایر تکالیف تحولی از دیدگاه نظریه‌های مختلف شامل: اوقات فراغت، سازگاری با والدین مسن و نگهداری از آنها، کنار آمدن با ازدست دادن آنها، رسیدن به احساس یکپارچگی، نگاه به آینده به عنوان تحول شخصی، مقایسه پیشرفت‌ها با سایر همسالان و زمان‌بندی اجتماعی، متعادل شدن ویژگی‌های شخصیتی، تجدید نظر در اهداف و حساسیت نسبت به گذشت زمان و برقراری تعادل بین خانواده و شغل است. بنابراین، تهیه ابزار مناسب برای سنجش چالش‌های میانسالی به نظر می‌رسد باید دربرگیرنده‌ی همه‌ی تکالیف یاد شده باشد. بر اساس جستجوی اینترنتی، تعداد اندکی مقیاس ساخته شده برای بررسی بحران یا چالش میانسالی یافت شد. از برخی مقیاس‌ها اطلاعات چندانی گزارش نشده است. به عنوان مثال، مککری و کوپر (۲۰۰۵ ص ۱۷۶) مقیاس بحران میانسالی را طراحی کردند که در برگیرنده‌ی متغیرهایی

مانند فاقد معنا بودن، نارضایتی از شغل و خانواده، گیجی و اغتشاشات درونی، و حس کاهش توان جسمی و مرگ است. مقیاس بحران میانسالی چینی<sup>۱</sup> (C-MCS) توسط شک (۱۹۹۲) ساخته شد. متغیرهای این مقیاس دربردارنده حوزه‌های زیر است: نگرانی درباره‌ی سن (۲ متغیر)، ناتوانی در لذت بردن از اوقات فراغت (۱ متغیر)، احساس کاهش سلامتی (۱ متغیر)، ارزیابی منفی از رابطه‌ی والد-فرزند (۳ متغیر)، ارزیابی منفی از روابط زناشویی (۱ متغیر)، ارزیابی منفی از زندگی شغلی (۳ متغیر)، سردرگمی وجودی (۱ متغیر)، نبود زمان برای دستیابی به هدف (۱ متغیر)، نبود موفقیت (۱ متغیر)، استرس ناشی از مراقبت از بستگان پیر (۱ متغیر). این مقیاس در مجموع دارای ۱۵ متغیر است که حوزه‌های مشکلات میانسالی مرتبط با خود، مرتبط با دیگری و ترس از بالا رفتن سن را در بر می‌گیرد (نقل از شک، ۱۹۹۶). پرسشنامه‌ی بحران میانسالی<sup>۲</sup> (MCQ) توسط هرمانز و اولس (۱۹۹۹) ساخته شد. این پرسشنامه شامل ۱۱۵ متغیر مرتبط با حوزه‌های زیر است: تغییرات بدنی، تغییرات در علایق، ترجیحات و اهداف زندگی، نارضایتی از پیشرفت‌های گذشته و وضعیت تخصصی فعلی، زندگی خانوادگی یا زناشویی، تغییر چشم‌انداز زمان، مواجهه شخصی با مرگ، درگیر تلاش‌های شخصی بودن، ضرورت تغییر در زندگی، آگاهی از زاینده‌گی شخصی، و تغییر نگرش درباره‌ی آینده. فرم کوتاه آن با عنوان بحران میانسالی (MLC) با ۵۲ متغیر نیز بعدها ساخته شد.

در مورد اهمیت مطالعه‌ی حاضر دو نکته‌ی مهم وجود دارد. یکی اینکه در حوزه‌ی تحول میانسالی تحقیقات اندکی صورت گرفته است. این حوزه از تحول بنا به دلایلی مانند: نبود تعریف دقیق حدود و مرز میانسالی، فقدان دلایل اجتماعی و روانشناختی و کمتر دیده شدن مشکلات این دوره از تحول و همچنین ناهمگن بودن این مرحله از تحول هم از نظر تکالیف مختلف تحولی و هم از نظر قرار گرفتن بین دو دوره‌ی جوانی و پیری، آنچنان که شایسته است مورد توجه قرار نگرفته است (استادنگر و بلاک، ۲۰۰۱). اما اخیراً علاقه‌ی مضاعفی به سال‌های میانسالی در گستره‌ی زندگی بوجود آمده است. بخش عمده‌ی آن به دلیل تغییرات جمعیت‌شناختی (افزایش جمعیت میانسال در سراسر جهان) و بخشی به دلیل شکاف‌های پژوهشی در این حوزه است که موجب شده است این دوره به عنوان آخرین قلمرو ناشناخته در تحول انسان لقب بگیرد (لاچمن، ۲۰۰۱). تهیه‌ی ابزاری مناسب جهت تحریک تحقیقات راجع به این دوره از تحول انسان ضروری است. در ایران تاکنون ابزاری برای مطالعات تحول میانسالی تهیه نشده است. به همین علت و لزوم تهیه‌ی ابزاری در این خصوص که منطبق با شرایط فرهنگی ایران باشد تصمیم بر این شد که مقیاس ایرانی چالش‌های میانسالی جهت استفاده در پژوهش‌های میانسالی رشد و توسعه داده شود.

## روش

تحقیق حاضر به لحاظ هدف در زمره‌ی تحقیقات توسعه‌ای است و از نظر شیوه‌ی گردآوری داده‌ها از نوع پیمایشی است. به دلیل بزرگ بودن جامعه‌ی آماری که شامل ساکنین شهر تهران بود، روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انتخاب شد. بدین ترتیب که از مناطق ۲۲ گانه شهر تهران، بر پایه پنج بخش غرب، شرق، مرکز، جنوب و شمال

<sup>۱</sup>- Chines Middle Age Crisis Scale

<sup>۲</sup>- Middle Age Crisis Questionnaire

ساخت و اعتباریابی مقیاس ایرانی چالش‌های میانسالی

تقسیم و فرهنگ‌سراهای هر محله (به دلیل احتمال دسترسی بیشتر به آزمودنی‌ها) مشخص شدند. سپس از هر منطقه ۲۲ گانه یک فرهنگ‌سرا به طور تصادفی انتخاب، و از هر کدام از آنها زنان و مردان به طور تصادفی ساده از محل فرهنگ‌سرا برگزیده شدند. لازم به ذکر است که تمام موارد لازم اعم از اهداف پژوهش، رازداری، عدم افشای اطلاعات و غیره به شرکت کنندگان توضیح داده شد تا بدین ترتیب ملاحظات اخلاقی پژوهش مراعات شود. پرسشنامه روی ۳۹۸ نفر از زنان (۲۰۴) و مردان (۱۹۴) سنین ۴۰ تا ۶۵ سال ساکن در مناطق ۲۲ گانه شهر تهران اجرا شد. متغیرهای جمعیت‌شناسی شرکت کنندگان در جدول ۱ آمده است.

### ابزار و طراحی اولیه‌ی سوال‌ها

برای طراحی اولیه‌ی سوالات، ابتدا تئوری‌های مطرح در زمینه‌ی تحول بزرگسالی شامل: اریکسون، یونگ، لویسون، نوگارتن، وایلانت، گلد و هویگهورست مورد مطالعه قرار گرفت. هر یک از این تئوری‌ها بر جنبه‌های خاصی از تحول بزرگسالی تأکید داشتند که با توجه به آن سوالات طراحی شدند. ۱۲ حوزه تحولی شامل: شغل، خانواده، تعامل با نوجوان، توانایی جسمانی، اوقات فراغت، نگهداری از سالمند، ارزشیابی شخصی، پیشرفت و زمان-بندی اجتماعی، حساسیت نسبت به زمان، معنای زندگی، نگرانی مالی نسبت به دوران پیری و نزدیکی به مرگ شناسایی شدند. در مجموع ۵۳ متغیر به عنوان سوالات اولیه‌ی مقیاس چالش‌های تحولی میانسالی طراحی شدند که ۱۵ جمله آن به صورت منفی و مابقی به صورت مثبت جمله‌بندی شده بودند (نگاه کنید به جدول ۱). پرسشنامه در مقیاس لیکرت (کاملاً مخالفم، مخالفم، نمی‌دانم، موافقم، کاملاً موافقم) است و به ترتیب نمره ۱ تا ۵ به آنها تعلق می‌گیرد. به منظور بررسی اعتبار ظاهری پرسشنامه، از ۵ تن از متخصصان روانشناسی خواسته شد نظر خود را اعلام کنند. پس از جمع‌آوری نظرات برخی کاملاً آن را تأیید و برخی نظرات اصلاحی در خصوص جمله‌بندی سوالات ارائه دادند. پس از اعمال تغییرات در پرسشنامه و اضافه کردن ۱۳ متغیر دیگر، پرسشنامه با ۶۶ متغیر آماده‌ی اجرای اولیه شد.

### مواد نهایی و نحوه اجرا

شرکت کنندگان به ۶۶ سوال در خصوص چالش‌های میانسالی پاسخ دادند. سوالات در مقیاس لیکرت تنظیم شده بودند. برای مثال شرکت کنندگان در برابر سوال "نگران وضعیت مالی دوران پیری‌ام هستم" باید یکی از گزینه‌های "کاملاً مخالفم"، "مخالفم"، "نمی‌دانم"، "موافقم"، "کاملاً موافقم" را انتخاب می‌کردند. پرسشنامه‌ها توسط دانشجویان روانشناسی شاغل به تحصیل در مقطع کارشناسی در دانشگاه پیام نور واحد تهران جنوب روی شرکت کنندگان اجرا شدند. قبل از اجرا، به دانشجویان توضیحات لازم در خصوص هدف پژوهش، نوع پرسشنامه، نحوه‌ی اجرا و همچنین نحوه‌ی کدگذاری ارائه شد. پرسشنامه‌ها به آزمودنی‌ها ارائه شدند و پس از توضیحات راجع به هدف پژوهش از آنها خواسته شد تا به سوالات پاسخ دهند. بنابراین، همه آزمودنی‌ها بایستی از سواد خواندن و نوشتن روان برخوردار بودند تا بتوانند به سوالات شخصاً پاسخ بدهند. سوالات مربوط به هر نظریه به شرح زیر استخراج شده است:

جدول ۱- سوالات استخراج شده از ۱۲ حوزه‌ی تحولی به تفکیک تئوریهای تحول بزرگسالی

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>سوالات مربوط به خانواده (وایلانت، لوینسون، هویگهورست)<br/>از اینکه ازدواج کردم و تشکیل خانواده داده‌ام پشیمانم<br/>ارتباط صمیمانه‌ای با همسر ندارم<br/>اگر بار دیگر به دنیا می‌آمدم همچنان ازدواج می‌کردم<br/>از تشکیل خانواده راضی هستم<br/>دوست دارم خانواده‌ام را ترک کنم<br/>رابطه‌ام با همسر متفاوت از گذشته شده است<br/>اکنون خانواده‌ام را در اولویت قرار داده‌ام</p> | <p>سوالات مربوط به شغل (هویگهورست، لوینسون، نوگارتن)<br/>شغلم را دوست ندارم<br/>مسئولیت‌های شغلی فشار زیادی بر من وارد می‌کند<br/>از شغلم راضی هستم<br/>اگر دوباره می‌خواستم شغلی را انتخاب کنم شغل فعلیم را انتخاب می‌کردم<br/>هر روز بیشتر بی‌میلی می‌شوم که کارم خسته کننده و یکنواخت شده است<br/>در شغلم به آنچه که می‌خواستم رسیده‌ام<br/>اگر می‌توانستم شغلم را عوض می‌کردم</p>                                                   |
| <p>سوالات مربوط به توانایی جسمانی (گلد، هویگهورست)<br/>برایم دشوار است بپذیرم که از نظر جسمانی ضعیف شده‌ام<br/>نگران سلامتی خودم هستم<br/>سلامتی‌ام به طور روز افزون در حال کاهش است<br/>از اینکه دیگر توان گذشته را ندارم ناراحت نیستم<br/>نسبت به پیر شدنم حساس نیستم</p>                                                                                                     | <p>سوالات مربوط به تعامل با نسل بعدی (هویگهورست، اریکسون، وایلانت)<br/>سرو کله زدن با نوجوان برایم دشوار است<br/>ارتباط خوبی با بچه‌هایم دارم<br/>فکر می‌کنم نتوانستم آنچنانکه شایسته است سنت‌ها و ارزش‌ها را به بچه‌ها<br/>هایم انتقال دهم<br/>من نسبت به نوجوانان مهمنم دلمشغولی دارم<br/>اگر دوباره ازدواج می‌کردم همچنان دوست داشتم بچه دار شوم<br/>نصیحت و راهنمایی نوجوانان را دوست دارم<br/>تعامل با نوجوان برایم دشوار نیست</p> |
| <p>سوالات سازگاری با والدین بیمار (هویگهورست)<br/>من به دلیل مراقبت از بستگانم دچار استرس هستم<br/>من از نگهداری والدین پیرم (یا اگر می‌توانستم که آنها را نگهداری کنم) لذت<br/>می‌برم<br/>به نظرم افراد پیر بیشتر ایجاد دردسر می‌کنند تا اینکه مفید باشند<br/>تحمل نگهداری و مراقبت از بستگان پیرم را ندارم</p>                                                                | <p>سوالات مربوط به اوقات فراغت (هویگهورست)<br/>می‌دانم چگونه از اوقات فراغتم لذت ببرم<br/>اوقات فراغت من بدون برنامه سپری می‌شود<br/>من نمی‌دانم چگونه از اوقات فراغتم لذت ببرم<br/>از اوقات فراغتم لذت نمی‌برم</p>                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>سوالات مقایسه پیشرفت‌ها و زمانبندی اجتماعی (نوگارتن)<br/>وقتی موفقیت‌هایم را با همسالانم مقایسه می‌کنم احساس شرم می‌کنم<br/>من در این سن به آنچه که می‌خواستم رسیده‌ام<br/>در مقایسه با دیگران نسبت به وضعیت اقتصادی‌ام راضی هستم<br/>در مقایسه با سایر همسالان خودم را در این سن در جایگاه مطلوبی ارزیابی<br/>می‌کنم</p>                                                    | <p>سوالات مربوط به ارزشیابی شخصی (نوگارتن)<br/>باید در اهداف زندگیم تجدید نظر کنم<br/>فکر می‌کنم هدف‌هایم زندگیم را به خوبی انتخاب کرده‌ام<br/>ناراحتیم که به آن چیزهایی که می‌خواستم نرسیدم<br/>درصد هستم که هدف‌های تازه‌ای برای ادامه زندگیم جستجو کنم</p>                                                                                                                                                                           |
| <p>معنای زندگی (وایلانت، گلد)<br/>چرایی وجودی خودم را در این جهان می‌دانم<br/>فلسفه وجودی خودم را گم کرده‌ام (نمی‌دانم برای چه به دنیا آمده‌ام).</p>                                                                                                                                                                                                                            | <p>حساسیت نسبت به زمان (نوگارتن)<br/>نسبت به گذشت زمان حساس شده‌ام<br/>من نگران گذشت زمان نیستم<br/>احساس می‌کنم زمان کافی برای رسیدن به اهدافم ندارم</p>                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>قریب الوقوع بودن مرگ (گلد و نوگارتن)<br/>احساس می‌کنم مرگ نزدیک است<br/>زمان زیادی از زندگیم نمانده است<br/>احساس قریب الوقوع بودن مرگ را ندارم</p>                                                                                                                                                                                                                          | <p>نگرانی مالی (هویگهورست)<br/>نگران وضعیت مالی خودم در دوران پیری هستم<br/>فکر می‌کنم شرایط مالی و وضعیت اقتصادی من شبیه اکثر همسن‌های خودم<br/>است</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>وضعیت اقتصادی من بدتر از اطرافیان همسال من است.<br/>من ناراحت گذشت زمان هستم.<br/>در این سن هنوز سالم و خوش بنية هستم.<br/>فلسفه وجودی خودم را گم کرده‌ام (نمی‌دانم برای چه به دنیا آمده‌ام).<br/>خیلی به مرگ فکر نمی‌کنم.<br/>نگهداری از بستگان پیرم دغدغه من شده است.<br/>فکر می‌کنم بخوبی توانسته‌ام هدف‌های زندگیم را مشخص کنم و به سوی<br/>آنها گام بردارم.</p>         | <p>سوالات اضافه شده<br/>نصیحت و راهنمایی نوجوانان را دوست دارم.<br/>شغلم همان چیزی است که همیشه می‌خواستم.<br/>در این زمان به این نتیجه رسیده‌ام که کاش مجرد می‌ماندم.<br/>با بچه‌هایم بخوبی کنار می‌آیم.<br/>اینکه دارم پیرتر می‌شوم این روزها ذهنم را بیشتر درگیر کرده است.<br/>من برای اوقات فراغتم برنامه دارم.</p>                                                                                                                 |



### یافته‌ها

غربالگری داده: داده‌ها برای نقاط دورافتاده تک متغیره واریسی شدند. هیچ داده خارج از محدوده ارزش‌ها، به دلیل اشتباهات ورود داده‌ها و کدگذاری به عنوان داده‌های از دست رفته وجود نداشت. حداقل مقدار مشاهدات برای تحلیل عاملی، با حجم نمونه ۳۹۸ برابر بود با ۶ مورد برای هر سوال و این مطابق است با توصیه معمول مبنی بر اینکه برای کفایت تحلیل عاملی باید حداقل بین ۵ تا ۱۰ مشاهده وجود داشته باشد (کومری و لی، ۱۹۹۲).

جدول ۲- فراوانی و درصد متغیرهای جمعیت‌شناسی (تعداد=۳۹۸)

| متغیر         | فراوانی | درصد |
|---------------|---------|------|
| سن            |         |      |
| ۴۵=<          | ۹۶      | ۲۴/۱ |
| ۴۶-۵۰         | ۱۳۷     | ۳۴/۴ |
| ۵۱-۵۵         | ۹۸      | ۲۴/۶ |
| ۵۶-۶۰         | ۴۵      | ۱۱/۳ |
| ۶۱-۶۵         | ۲۲      | ۵/۵  |
| جنسیت         |         |      |
| زن            | ۲۰۴     | ۵۱/۳ |
| مرد           | ۱۹۴     | ۴۸/۷ |
| وضعیت تاهل    |         |      |
| متاهل         | ۳۴۸     | ۸۷/۴ |
| مجرد          | ۵۰      | ۱۲/۶ |
| تعداد فرزندان |         |      |
| بدون فرزند    | ۴۲      | ۱۰/۶ |
| ۱-۲           | ۲۳۱     | ۵۸   |
| ۳-۴           | ۹۷      | ۲۴/۴ |
| ۵ به بالا     | ۲۸      | ۷    |
| شغل           |         |      |
| دولتی         | ۲۵۴     | ۶۳/۸ |
| ازاد          | ۵۸      | ۱۴/۸ |
| غیر شاغل      | ۸۴      | ۲۱/۱ |

### نتایج تحلیل عاملی

در ابتدا قابلیت اجرای تحلیل عاملی روی داده‌ها بررسی شد. در این خصوص چندین ملاک در نظر گرفته شد. اول اینکه همه‌ی ۶۶ متغیر حداقل ۰/۳ با دیگر متغیرها همبستگی داشتند. دوم اینکه، مقیاس کفایت نمونه‌گیری کیزر مایر ۰/۸۹ بود که بالاتر از حداقل ۰/۶ پیشنهاد شده است و سوم اینکه، آزمون بارتلت کرویت معنادار بود ( $P < 0.01, df = 820, X^2 = 6634.01$ ). چهارم همبستگی قطری ضد تصویر همه‌ی متغیرها بالای ۰/۵ بود که نشان‌دهنده کفایت ورود همه‌ی متغیرها در تحلیل عاملی است. با توجه به این شاخص به طور کلی، تحلیل عاملی با تمام ۶۶ متغیر انجام شد. ابتدا سوالاتی که دارای واریانس مشترک کمتر از ۰/۳۰ بودند، شناسایی و از تحلیل

حذف شدند. در نتیجه ۶۶ سوال ۲۵ سوال از تحلیل حذف و ۴۱ سوال مجدداً مورد تحلیل قرار گرفتند. در انجام تحلیل عاملی از روش تحلیل محور اصلی<sup>۱</sup> استفاده شد. به جهت همبسته بودن عامل‌ها چرخش پروماکس (۴) روی عامل‌ها صورت گرفت. تعداد عامل‌ها بر اساس ارزش ویژه‌ی بالاتر از ۱ تعیین گردید. بر اساس معیار ارزش ویژه جهت تعیین تعداد عامل‌ها، ۱۰ عامل شناسایی شدند که در مجموع ۶۰/۷۴ درصد واریانس پرسشنامه را تبیین می‌کردند. (نگاه کنید به جدول ۳). راه‌حل‌های ۱۰، ۹، ۸ و ۷ عاملی اجرا شدند. راه‌حل‌های مذکور به دلیل برون‌داد تک یا دو متغیره در برخی از عوامل حذف شدند و راه‌حل ۶ عاملی که ۵۰ درصد واریانس پرسشنامه را تبیین می‌کرد به دلیل تناسب بهتر و برون‌داد مطلوب‌تر انتخاب شد (نگاه کنید به جدول ۴).

جدول ۳- ارزش ویژه‌ی عوامل قبل و پس از محدود کردن تعداد عوامل

| کل واریانس تبیین شده   |        |              |                     |       |              |            |
|------------------------|--------|--------------|---------------------|-------|--------------|------------|
| مجموع چرخش مجذور بارها |        |              | ارزش ویژه‌های اولیه |       |              |            |
| عامل                   | کل     | درصد واریانس | درصد تجمعی          | کل    | درصد واریانس | درصد تجمعی |
| ۱                      | ۱۰,۷۷۲ | ۲۶,۲۷۳       | ۲۶,۲۷۳              | ۳,۴۹۷ | ۸,۵۲۸        | ۸,۵۲۸      |
| ۲                      | ۳,۱۵۹  | ۷,۷۰۴        | ۳۳,۹۷۷              | ۳,۲۰۲ | ۷,۸۱۰        | ۱۶,۳۳۹     |
| ۳                      | ۲,۱۰۲  | ۵,۱۲۷        | ۳۹,۱۰۵              | ۲,۹۲۰ | ۷,۱۲۲        | ۲۳,۴۶۱     |
| ۴                      | ۱,۵۸۲  | ۳,۸۵۸        | ۴۲,۹۶۳              | ۲,۵۸۵ | ۶,۳۰۶        | ۲۹,۷۶۷     |
| ۵                      | ۱,۴۹۶  | ۳,۶۴۸        | ۴۶,۶۱۱              | ۲,۵۸۰ | ۶,۲۹۲        | ۳۶,۰۵۹     |
| ۶                      | ۱,۳۵۸  | ۳,۳۱۳        | ۴۹,۹۲۵              | ۲,۳۷۰ | ۵,۷۸۱        | ۴۱,۸۴۰     |
| ۷                      | ۱,۱۷۰  | ۲,۸۵۴        | ۵۲,۷۷۹              |       |              |            |
| ۸                      | ۱,۱۲۲  | ۲,۷۳۵        | ۵۵,۵۱۴              |       |              |            |
| ۹                      | ۱,۰۹۴  | ۲,۶۶۹        | ۵۸,۱۸۳              |       |              |            |
| ۱۰                     | ۱,۰۵۲  | ۲,۵۶۵        | ۶۰,۷۴۸              |       |              |            |

روش استخراج: تحلیل محور اصلی

<sup>۱</sup>- Principal axis factoring

ساخت و اعتباریابی مقیاس ایرانی چالش‌های میان‌سالی

جدول ۴- نتایج تحلیل عاملی و بارهای عاملی بر اساس روش تحلیل محور اصلی (PAF) و با چرخش پروماکس (۴) بر روی متغیرها پس از حذف متغیرهای دارای اشتراک کمتر از ۰/۳۰ (تعداد=۳۹۸)

| متغیرها                                                                          | ۱     | ۲     | ۳     | ۴ | ۵ | ۶ |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|---|---|---|
| اگر می‌توانستم شغلم را عوض می‌کردم                                               | -۰/۷۰ |       |       |   |   |   |
| شغلم آن چیزی است که می‌خواستم                                                    | ۰/۶۷  |       |       |   |   |   |
| اگر دوباره می‌خواستم شغل فعلی را انتخاب می‌کردم                                  | ۰/۶۵  |       |       |   |   |   |
| از شغلم راضی نیستم                                                               | -۰/۵۶ |       |       |   |   |   |
| شغلم را دوست دارم                                                                | ۰/۵۶  |       |       |   |   |   |
| در شغلم به آنچه که می‌خواستم رسیدم                                               | ۰/۵۴  |       |       |   |   |   |
| هر روز بیشتر پی می‌برم که شغلم خسته کننده است                                    | -۰/۴۳ |       |       |   |   |   |
| من نمی‌دانم چگونه از اوقات فراغتم لذت ببرم                                       | ۰/۷۰  |       |       |   |   |   |
| من می‌دانم چگونه از اوقات فراغتم لذت ببرم                                        | -۰/۶۶ |       |       |   |   |   |
| غالباً اوقات فراغت من بدون برنامه است                                            | ۰/۵۵  |       |       |   |   |   |
| من برای اوقات فراغتم برنامه دارم                                                 | -۰/۵۴ |       |       |   |   |   |
| از اوقات فراغتم لذت نمی‌برم                                                      | ۰/۵۱  |       |       |   |   |   |
| نگران وضعیت مالی دوران پیری‌ام هستم.                                             |       | ۰/۵۶  |       |   |   |   |
| وضعیت اقتصادی من بدتر از اطرافیان همسال من است.                                  |       | ۰/۵۴  |       |   |   |   |
| در مقایسه با همسالان نسبت به وضعیت اقتصادی‌ام راضی هستم.                         |       | -۰/۴۷ |       |   |   |   |
| اینکه دارم پیرتر می‌شوم این روزها ذهنم را بیشتر درگیر کرده است.                  |       | ۰/۴۱  |       |   |   |   |
| من در این سن به آنچه می‌خواستم رسیده‌ام.                                         |       | -۰/۴۰ |       |   |   |   |
| فکر می‌کنم بخوبی توانسته‌ام هدفهای زندگی‌م را مشخص کنم و به سوی آنها گام بردارم. |       | -۰/۳۸ |       |   |   |   |
| باید در هدفهای زندگی‌م تجدیدنظر کنم.                                             |       | ۰/۳۷  |       |   |   |   |
| وقتی موفقیت‌هایم را با همسالانم مقایسه می‌کنم احساس شرم می‌کنم.                  |       | ۰/۳۶  |       |   |   |   |
| از اینکه ازدواج کرده، تشکیل خانواده داده‌ام راضی نیستم                           |       |       | ۰/۷۱  |   |   |   |
| خوشحالم که متاهل شده‌ام                                                          |       |       | -۰/۶۸ |   |   |   |
| ارتباط صمیمانه‌ای با همسر ندارم                                                  |       |       | ۰/۴۲  |   |   |   |
| اگر دوباره ازدواج می‌کردم همچنان دوست داشتم بچه دار شوم                          |       |       | -۰/۴۲ |   |   |   |
| با بچه‌هایم خوب کنار می‌آیم                                                      |       | ۰/۶۸  |       |   |   |   |
| ارتباط خوبی با فرزندانم دارم                                                     |       | ۰/۵۷  |       |   |   |   |
| از تشکیل خانواده راضی هستم                                                       |       | ۰/۴۷  |       |   |   |   |
| در این زمان به این نتیجه رسیدم که کاش مجرد بودم                                  |       | -۰/۴۴ |       |   |   |   |
| من نسبت به نوجوانان میهنم دلمشغولی دارم                                          | ۰/۶۱  |       |       |   |   |   |
| به نظرم افراد پیر بیشتر در درس‌ساز هستند تا اینکه مفید باشند                     | -۰/۶۰ |       |       |   |   |   |
| از نگهداری والدین پیرم (یا اگر می‌توانستم نگهداری کنم) لذت می‌برم                |       |       | ۰/۴۵  |   |   |   |
| از نظر اجتماعی خودم را مسئولیت‌پذیر می‌دانم.                                     |       | ۰/۴۲  |       |   |   |   |
| نصیحت و راهنمایی نوجوانان را دوست دارم.                                          |       | ۰/۴۱  |       |   |   |   |
| تحمل نگهداری و مراقبت از بستگان پیرم را ندارم                                    |       | -۰/۴۰ |       |   |   |   |

توجه: سوالاتی که دارای بار عاملی منفی هستند در زیر مقیاس مربوط به خود به صورت منفی نمره‌گذاری می‌شوند. به دلیل حجم نسبتاً کم نمونه و برای اطمینان بیشتر، همبستگی ۰/۳۵ متغیرها با عوامل به عنوان کمترین میزان همبستگی قابل قبول در نظر گرفته شد (نگاه کنید به قمرانی و همکاران، ۱۳۹۵؛ خدایاری فرد و همکاران، ۱۳۹۳؛ علوی و همکاران، ۱۳۹۵). از مجموع ۶۶ متغیر، ۳۴ متغیر دارای بار عاملی قابل قبول و بالای ۰/۳۵ در هر عامل بودند (نگاه کنید به جدول ۴). ثبات درونی برای هر یک از عامل‌ها از طریق الفای کرونباخ محاسبه شد (نگاه کنید به جدول ۵). همانگونه که در جدول آمده است، تمامی عوامل از ثبات درونی مطلوبی برخوردارند.

**جدول ۵- آمار توصیفی و الفای کرونباخ عامل‌های ۶ گانه مقیاس چالش‌های میانسالی**

| عامل | تعداد متغیرها | میانگین | انحراف استاندارد | چولگی | کشیدگی | الفای کرونباخ |
|------|---------------|---------|------------------|-------|--------|---------------|
| ۱    | ۷             | ۲۳/۵۳   | ۶/۷۴             | -۰/۳۴ | -۰/۵۱  | ۰/۸۵          |
| ۲    | ۵             | ۱۲/۵۰   | ۴/۳۵             | ۰/۴۲  | -۰/۵۵  | ۰/۸۰          |
| ۳    | ۸             | ۲۱/۴۱   | ۶/۱۳             | ۰/۱۹  | -۰/۰۱  | ۰/۷۹          |
| ۴    | ۴             | ۸/۵۲    | ۳/۵۱             | -۰/۶۳ | -۰/۲۳  | ۰/۷۲          |
| ۵    | ۴             | ۱۵/۵۵   | ۳/۲۸             | -۰/۴۵ | -۰/۶۹  | ۰/۷۵          |
| ۶    | ۶             | ۲۲/۳۷   | ۴/۳۹             | -۰/۵۶ | -۰/۱۸  | ۰/۷۳          |

به طور کلی، بررسی حاضر نشان داد که مقیاس چالش‌های میانسالی تقریباً دارای همان عواملی است که در نظریه‌های مختلف به آنها اشاره شده است. برای نامگذاری عوامل به بیشترین قدر مطلق بار عاملی در هر یک از عوامل توجه شد. به این ترتیب، نام‌های زیر برای عوامل ۱ تا ۶ انتخاب شد: عامل ۱ "رضایت از شغل"، عامل ۲ "اوقات فراغت"، عامل ۳ "نگرانی‌ها و ناکامی‌ها"، عامل ۴ "نارضایتی از تشکیل خانواده"، عامل ۵ "تعامل با نسل بعدی"، و عامل ۶ "مسئولیت‌پذیری اجتماعی". تفسیر نمرات به این ترتیب است که برای عامل‌های اوقات فراغت، نگرانی‌ها و نارضایتی از تشکیل خانواده، نمرات بالا نشان‌دهنده‌ی چالش هستند. برای سایر عوامل نمرات بالا نشانگر نبود چالش در آن حوزه‌ها می‌باشند.

### نتیجه‌گیری

بررسی سازه‌های پرسشنامه چالش‌های میانسالی که برگرفته از تئوری‌های موجود در زمینه تحول میانسالی است، نشان داد که برای این دوره‌ی تحولی، می‌توان ۶ (عامل) یا چالش را شناسایی نمود. این عوامل عبارتند از: رضایت از شغل، نگرانی‌ها، مسئولیت‌پذیری اجتماعی، بی‌لذتی اوقات فراغت، نارضایتی از تأهل و تعامل با نسل بعدی. ثبات درونی هر یک از عوامل بررسی شد و نشان داد که در مجموع عوامل دارای پایایی مناسبی است. به طور کلی، پرسشنامه‌ی چالش‌های میانسالی، هم دارای اعتبار سازه و هم پایایی مناسبی برای بکار بستن در تحقیقات مربوط به تحول میانسالی است. مطالعه‌ی حاضر شامل محدودیت‌هایی نیز بود. تعداد متغیرها برای برخی زیر مقیاس‌ها کم بود. محدودیت دیگر به نحوه‌ی اجرای پرسشنامه مربوط است. از آنجاکه، نظارت دقیقی بر اجرای پرسشنامه‌ها وجود نداشت، مشخص نیست آیا همه‌ی آنها به دقت تکمیل شده باشند. همچنین به دلیل مشکلات مربوط به اجرا مانند: نبود منابع مالی، پرسشنامه روی نمونه نسبتاً کوچکی اجرا شد. با این وجود پرسشنامه حاضر را می‌توان در مطالعات تحقیقی و توسعه‌ای بکار برد.

## References

- Alavi, K., Asghari Moghadam, M. A., Rahiminezhad, A., Farahani, H., Shams, G. (2017). Psychometric properties of personal need for structure scale. *Applied Psychological research quarterly*, 7(4), 133-150 (in Persian).
- Bertrand. R. M., & Luchman. M. E. (2003). Personality development in adulthood and old age. In Learner. R. M., Easterbrookes. M. A. & Mistry. J (Ed). *Handbook of psychology, Developmental psychology* (p. 468). John Wiley & sons. New Jersey.
- Brim. O. G. (1992). *Ambition: How we manage success and failure throw ought our lives*. New York: Basic Books.
- Carstensen. L. L., & Turk-Charles. S. (1994). The salience of emotion across the adult life span. *Psychology and Aging*, 9, 259-264.
- Comrey, L.A. & Lee, H.B. (1992). *A first course in factor analysis* (2nd ed.). Hillside, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Eysenk.M. W. (2000). *Psychology: A student handbook*. Taylor &Francies.P (479).
- Freund.A.M., Ritter.J.O.(2009). Midlife crises: A debate, *Gerontology Behavioral Science Section*, Vol 55: 582-591.
- Ghamarani, A., Salehi, H., Golkar, T., Arab Baferani, H, R. (2017). Investigate the psychometric features of work related flow inventory. *Applied Psychological research quarterly*, 7 (2), 48-33 (in Persian).
- Hermans.H.J.M., & Oles.P.K. (1999). Midlife crisis in men: Affective organization of personal meanings.*Human Relations*, Vol 52(11).
- Huyck.M.H. (1999). Gender roles and gender identity in midlife. In S.L.Wills&J.D.Reid (Ed). *Life in the midlife: Psychological and social issues in middle age* (pp.209-232). Sa,nDiego,CA: Academic Press.
- Jung.C.G.(1933). *Modern man in search of a soul*.New York: Harcourt, Barce& World.
- Khodayarifard, M., Gobaribonab, B., Zardkhaneh, A, S., Zamanpour, A., Derakhshan, M., Musavi, S, A. (2015). Iranian Positive Thinking Scale (IPTs): Development and Standardization. *Applied Psychological research quarterly*. 5 (4), 130-103 (in Persian).
- Kim, J. O., & Mueller, C. W. (1978). *Introduction to factor analysis: What it is and how to do it*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Levinson.D. J. (1987). A Conception of Adult Development. *American Psychologist*.Vol. 41, No. 1, 3-13.
- Levinson.D. J., Darow. C. N., Klein. E. B., Levinson. M. H., & McKee. B. (1978). *The seasons of man's life*.New York: KNOFF.
- Louw. A. D. (1998). *Human development, Kagiso Tertiary*, P (508-509).
- Luchman.M.E, (2001).*Handbook of midlife development*. John Wiley & Sons, New York.
- Luchman.M.E. (2004). Development in midlife.*Annu. Rev. Psychol.* 2004. 55:305–31.
- McCrea. R., & Costa. P. T. (2005). *Personality in adulthood: A five factor theory perspective*. The Guilford Press, New York.

- Menon.U. (2001). Midlife adulthood in cultural perspective: The imagined and the experienced in three cultures, In. Luchman. M.E, (Ed). Handbook of midlife development. Wiley e book.
- Merriam.S., & Mullins.L. (1981). Havighurst's adult development tasks: a study of their importance relative to income, age and sex. *Adult Education*, Vol 31 (3). PP 123-141.
- Perun. P. J., & Bielby. D. D. V. (1979). Midlife a discussion of competing models. *Research on Aging*. Vol 1 (3), 275-300.
- Roberts. P., & Newton. P. M. (1987). Levinson studies of woman's adult development. *Psychology and aging*. P (154-163).
- Shek. D. T. L. (1996). Midlife in Chinese man and woman, *Journal of Psychology*, 130, 109-119.
- Studinger.U.M., & Bluck. S. (2001). A view on midlife development from lifespan theory, In Luchman.M.E, (Ed).Handbook of midlife development.( pp 3-39), New York, NY: Wiley e book.
- Tamir. L. M. (1982). Men at Middle Age: Developmental Transitions, *ANNALS, AAPSS*.464 (pp 47-56).
- Turner. J. S. (2002). *Families in America: Reference handbook*. ABC-CLIO California. P (145).
- Whitborn.S.K., & Whitborn.S.B.(2011). *Adult development and aging: Biological perspective*, 4th ed. John Wiley & Sons, P 185.