



دانشگاه علوم پزشکی تهران  
دانشکده پرستاری و مامایی

رساله دکترای تخصصی پرستاری

چگونگی شکل‌گیری رفتارهای سلامت در زنان میانسال: ارائه مدل

اساتید راهنما:

پرفسور مهوش صلصالی - دکتر نعیمه سیدفاطمی

استاد مشاور:

دکتر زهرا راهنورد

نگارش: نسرین رضائی

بهمن ۱۳۹۳

## چگونگی شکل‌گیری رفتارهای سلامت در زنان میانسال: ارائه مدل

### چکیده

**زمینه:** میانسالی یکی از دوره‌های تکاملی است، زنان در این دوره از توانایی‌هایی برخوردارند که نه تنها می‌توانند بر حفظ و ارتقا سلامت خود، بلکه بر سلامت سایر افراد خانواده نیز می‌توانند تاثیر گذار باشند. مطالعات انجام شده در این حوزه، در کشور نشان می‌دهد، این پژوهش‌ها تاکنون نتوانسته‌اند چالش‌های پیش روی سلامت زنان را به درستی شناسایی کنند که می‌تواند ناشی از عدم توجه مطالعات مذکور به چگونگی شکل‌گیری رفتارهای سلامت به ویژه در میان زنان میانسال بوده باشد. با این وجود، چگونگی شکل‌گیری رفتارهای مرتبط با سلامت به مرحله تکاملی که فرد در آن قرار دارد، وابسته است. بنابراین باید در این دوره از منظر خود زنان چگونگی شکل‌گیری رفتارهای سلامت مورد شناسایی قرار گیرد. این مطالعه با هدف چگونگی شکل‌گیری رفتارهای سلامت در زنان میانسال و ارائه مدل انجام شد.

**روش پژوهش:** این پژوهش کیفی با استفاده از روش گراند تئوری انجام شد. در این مطالعه، با ۲۰ زن میانسال زاهدانی که به شیوه نمونه‌گیری هدفمند و نظری انتخاب شده بودند، مصاحبه‌های نیمه ساختار یافته انجام شد. جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها از آغاز مطالعه بصورت پیوسته و همزمان با یکدیگر انجام شد. به این ترتیب که در ابتدا مصاحبه‌های ضبط شده پیاده شد، سپس بر مبنای نسخه کوربین و استراوس (۲۰۰۸) تحلیل داده‌ها برای مفاهیم، تحلیل داده‌ها برای زمینه، تحلیل برای فرایند و ترکیب انجام شد.

**یافته‌ها:** یافته‌های حاصل از این پژوهش در قالب یک طبقه مرکزی و چهار طبقه اصلی ارائه گردید. طبقه مرکزی این پژوهش "تلاش جهت دستیابی به ثبات و آرامش" و چهار طبقه اصلی با عناوین خودتدبیری، ارزشمندی خانواده، رشد یافتگی و سازگاری با تغییرات نام‌گذاری شدند. فرایند شکل‌گرفته در این مطالعه "فرایند دستیابی به حفظ و ارتقا سلامت" نامیده شد، که به اشکال حفظ توازن/عدم توازن در سلامت، تطابق موثر/ غیر موثر و حرکت در جهت تغییر شرایط، مورد شناسایی قرار گرفت. تغییر در وضعیت سلامت جسمی و روانی به عنوان نگرانی اصلی زنان میانسال شناسایی شد. "تلاش جهت دستیابی به ثبات و آرامش" برآیند تلاش زنان طی فرایند دستیابی به حفظ و ارتقا سلامت، بود. آنان در مسیر دستیابی به ثبات و آرامش خود، از خانواده خود نیز غافل نبودند. مدل شماتیک، که حاصل تلفیق طبقات و بیانگر فرایند چگونگی شکل‌گیری رفتارهای سلامت زنان میانسال است نیز ارائه شده است.

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های این پژوهش، بیانگر رفتارهایی بود که زنان در جهت دستیابی به ثبات و آرامش از خود بروز می‌دادند. مفاهیمی همچون خودتدبیری و رشد یافتگی نقشی اساسی در شکل‌گیری رفتارهای سلامت زنان بازی می‌کردند. در این رهگذر، ارزشمندی خانواده در شکل‌دهی به رفتارهای سلامت از جایگاه ویژه‌ای برخوردار بود. بدین گونه که زنان میانسال در مسیر حفظ و ارتقا سلامت خود، نمی‌توانستند نسبت به خانواده بی‌تفاوت باشند، آنان برای حفظ سلامت و آرامش در خانواده، از خود گذشته‌گی نشان می‌دادند. اما بدین معنا نبود که خانواده مانع سلامت زن است، بلکه متقابلاً زن نیز در خانواده دارای جایگاهی بود که نشان از ارزشمندی نقش او در خانواده داشت. زن، مظهر آرامش در خانواده بود و در عین حال آرامش خانواده، آرامش او بود. در این مطالعه نشان داده شد که ساختار زمینه در کنار تغییرات فرهنگی، نقشی تعیین‌کننده در سازگاری زنان با آن ساختار داشته است. این تغییرات هم در باور زنان و هم در باورهای فرهنگی مردان رخ داده است. همچنین، اشکال سه‌گانه فرایند رفتارهای مبتنی بر سلامت زنان را هدایت می‌نمودند. برآیند همه تلاش‌های زنان میانسال با حفظ جایگاه ارزشمندی خانواده و توجه به تغییرات فرهنگی، در مسیر حفظ و ارتقا سلامت آنان "تلاش جهت دستیابی به ثبات و آرامش" بود.

**کلیدواژه‌ها:** سلامت، شکل‌گیری رفتارهای سلامت، زنان میانسال، گراند تئوری



**Tehran University of Medical Sciences**

**School of Nursing and Midwifery**

**Dissertation in PhD of Nursing**

**Formation of health behaviors in the Middle aged  
women: Introducing a Model**

**Supervisors:**

**Prof. MahvashSalsali**

**Dr. NaimehSeyedfatemi**

**Advisor:**

**Dr. Zahra Rahnavard**

**Written by:**

**NasrinRezaee**

**Feb. 2015**

## **Formation of Health Behaviors in Middle-aged Women: Introducing a Model**

### **Abstract**

**Background:** Middle age is a developmental stage. Women in this stage are capable of preserving and promoting their own health as well as other members of their families. Studies which have been carried out so far, failed to truly identify health related behaviors among women. This might be due to lack of proper consideration of the formation of health behaviors among middle aged women. Nevertheless, the formations of health-related behaviors depend on the developmental stage each individual go through. Therefore, the study on women's health behaviors should be conducted from women's own perspectives. The present study was to explore the formation of health behaviors in middle-aged women methods and represent a model.

**Methodology:** This qualitative study was conducted with a grounded theory approach. In this study, 20 middle-aged women from Zahedan with a purposive and theoretical sampling method were selected. The interviews were conducted with semi-structured interviews. Data collection and analysis, from beginning, were conducted simultaneously. Accordingly, each interview, the recordings, were converted into written texts, and later based on Corbin and Strauss (2008) data analysis were carried out for concepts, context, process and integration analysis.

**Results:** The findings of this study were represented in the form of a central category and four main categories. The central category was called "A quest for stability and tranquility" and the four main categories were named self-management, family value, maturation, adaptation to changes. This process formed in present study was named "seeking health preservation and promotion", which was identified in the forms of balance / imbalance in health, effective / ineffective copying and move toward changes in situation. Changes in physical and mental health was identifies as a main concern among middle-aged women. "Quest for tranquility and stability" was the results of women's efforts to preserve and promote their own health. Women, in the road to achieve stability and tranquility, also, take their families into account. The schematic model has represented the result of the integration of categories and formation of middle-aged women's health behaviors.

**Conclusions:** The findings of the study are the explanation of women's behaviors that women expressed in order to achieve stability and tranquility. Concepts such as self-management and maturation played an integral role in shaping health behaviors among women. Along with, Family was of high importance in shaping health behaviors. Thus, the middle-aged women on the path to preserve and promote their health could not be indifferent to their own family. Women to protect the health and safety of their families

have shown devotion. But the family does not present an obstacle in the way of women's own health, but mutually women in the family had a dignity which represents her valuable role in the family. She was the epitome of comfort in family and family comfort was her ease. The present study explored that the contextual structure along with cultural changes played a prominent role in women's adaptation. These changes have occurred in cultural beliefs of women and men, simultaneously. The triplet forms of the process have directed behaviors based on women's health. The consequence of all women's efforts along with the retention of family value and consideration of cultural change, in the way of health preservation and promotion was a "quest for stability and tranquility".

**Key words:** Health, Formation of Health Behaviors, Middle-aged Women, Grounded Theory