

Development of a Growth-Oriented Educational Package for Adults Aged 35 to 45

ARTICLE INFO

Article Type

Research Article

Authors

Roya Mosaei¹

Khadije Abolmaali Alhoseini^{2*}

Fariborz Bagheri³

How to cite this article

Roya Mosaei, Khadije Abolmaali Alhoseini, Fariborz Bagheri, Development of a Growth-Oriented Educational Package for Adults Aged 35 to 45, *Journal of Islamic Life Style Centeredon Health*, 2023:7(1): 138-148.

1. PhD student, Department of Educational Psychology, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran.

2. Academic staff member, Department of Educational Psychology, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran (Corresponding Author).

3. Academic staff member, Department of Educational Psychology, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran.

* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: abolmaali@irau.ac.ir

Article History

Received: 2022/08/24

Accepted: 2022/11/02

ABSTRACT

Purpose: The current research was conducted with the aim of developing a growth-oriented educational package for adults aged 35 to 45 years.

Materials and Methods: The present research was conducted using a qualitative method of qualitative analysis of the text using a conventional method. The research community includes Persian and English specialized books and articles available in the field of adult development and education in the last 20 years. In order to collect information in the first stage of the research, articles were searched in the databases of Magiran, Noormags Eric, Scopus, Elsevier, Jihad Academic Information Database, Iran Doc, Alam Net. The sampling unit in the current research includes all words and themes that were in the field of adult education, cognitive-emotional and social education, growth-oriented education, adult educational needs, etc. The collected texts were coded by thematic analysis method. The main themes obtained include: self-discovery and its realization in life, adopting a new worldview, rebuilding life, giving meaning to life, managing problems, the role of the group in adult learning, and maintaining adult agency in learning.

Findings: The themes obtained from the analysis of the texts show that two general categories are significant: 1. Themes that can determine the content of the educational package, such as: self-discovery and its realization in life, adoption of a new worldview, Rebuilding life, giving meaning to life, managing problems. And the second category of articles that includes the method of implementing the package, which includes the role of the group in adult learning and maintaining adult agency in learning.

Conclusion: According to the findings, education in adulthood requires considering the developmental characteristics of adults and the self-determining role of adults should be considered.

Keywords: Developmental, Developmental Tasks, Adult Education

مقدمه

افراد در تمام طول عمر در حال یادگیری هستند، هرچند در اکثر اوقات یادگیری با کلاس‌های رسمی و مدرسه عجین شده است، اما یادگیری بزرگسالان مختص به کلاس درس نیست، بلکه آن‌ها دائماً در جریان تجربه‌های روزانه خود، در حال یادگیری هستند. در واقع، در یک برنامه آموزشی، فرد بزرگسال به رشد شخصی، علمی و حرفه‌ای مجهز می‌شود و به عنوان یک یادگیرنده برخوردار از قابلیت به طور مستقل تلاش کند تا توانمندیهای خود را توسعه دهد؛ و با تأمل و ژرف‌نگری بین تئوری و عمل پیوندی قوی ایجاد کند (۱). در آموزش بزرگسالان، بر توسعه توانمندیهای بزرگسال برای قرار گرفتن در فرایند تغییر، تأکید می‌شود. تفکر و یادگیری عوامل مهم برای ایجاد آگاهی از رفتارها و مهارت‌های جدید هستند. بنابراین ورود افراد به فرایند تغییر، نیازمند فرایندهای بنیادی یادگیری بیشتری است (۲). بنابراین، آموزش بزرگسالان، امری تجملی نیست (۳) و مختص زمان و مکان خاصی نیست (۴). لذا، از همه فرصتهای زندگی بزرگسالی برای آموزش بزرگسالان می‌بایست استفاده نمود.

در بزرگسالی، ساختار زندگی شامل روابط با دیگران مهم، گروه‌های دوستان و کاری و ارتباط با مؤسسات است. از نظر لوینسون دوره جوانی، مرحله بیشترین انرژی، تضاد و استرس است. به نظر لوینسون جوانان با ساختن رؤیا و کم از یک مشاور در راه رسیدن به این رؤیا با فرصت‌ها مخاطرات این دوره کنار می‌آیند. رؤیای مردان شامل شغل و رؤیای زنان شامل شغل و ازدواج است (۵). اما در عین حال با گذر از جوانی و ورود به میانسالی، توجه به دنیای درون و تعالی معنوی اهمیت می‌یابد. یونگ معتقد است زمانی می‌توان جوانی و میانسالی متعادل را تجربه کرد که بتوان در هر برهه، تعادل بین دو جنبه درونی و بیرونی را برقرار ساخت. طبق نظر یونگ در دوران جوانی، تأکید بر جنبه‌های بیرونی، موفقیت و پیشرفت غلبه دارد، اما نباید از جنبه‌های درونی و معنوی غافل شد. در عین حال در دوران میانسالی، توجه به جنبه‌های درونی، ناخودآگاه و معنوی نباید موجب از دست رفتن همه آن پیشرفتهایی شود که دوران جوانی صرف آن شده (۶).

از آنجایی که هر مرحله از زندگی ویژگی‌های خاص خود را دارد، به نظر منطقی می‌رسد که زمینه رشد در هنگام تجزیه و تحلیل سبک زندگی افراد در یک مرحله معین بررسی شود (۷). تحقیقات نشان می‌دهد که تنها با در نظر گرفتن ماهیت رشد می‌توان تصویر کاملی از رضایت از زندگی، سلامت و عملکرد روانی اجتماعی افراد در مراحل مختلف بزرگسالی ارائه داد. برای هر مرحله رشد و تکامل، انتظارات اجتماعی وجود دارند. روان‌شناسان رشد و تکامل

رویا موسایی^۱

دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

خدیجه ابوالمعالی الحسینی^{۲*}

عضو هیات علمی، گروه روان‌شناسی تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران (نویسنده مسئول)

فریبرز باقری^۳

عضو هیات علمی، گروه روان‌شناسی تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف تدوین بسته آموزشی رشد‌محور ویژه بزرگسالان ۳۵ تا ۴۵ سال انجام شد.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر به روش کیفی از نوع تحلیل کیفی متن به روش قراردادی صورت گرفت جامعه پژوهشی شامل کتب و مقالات تخصصی فارسی و انگلیسی در دسترس در حوزه رشد و آموزش بزرگسالان در ۲۰ سال اخیر می‌باشد. جهت گردآوری اطلاعات در مرحله اول پژوهش جستجوی مقالات در پایگاه‌های magiran, Noormags Eric, scopus, Elsevier, پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، ایران داک، علم نت صورت گرفت. واحد نمونه‌گیری در پژوهش حاضر شامل تمامی لغات و مضامینی است که در حوزه آموزش بزرگسالان، آموزش‌های شناختی - عاطفی و اجتماعی، آموزش رشد‌محور، نیازهای آموزشی بزرگسالان، و ... بود. متون جمع‌آوری شده با روش تحلیل مضمون، کدگذاری شدند. مضامین اصلی به دست آمده شامل: کشف خود و تحقق آن در زندگی، اتخاذ جهان بینی جدید، بازسازی زندگی، معنابخشی به زندگی، مدیریت مساله‌ها، نقش گروه در یادگیری بزرگسال و حفظ عاملیت بزرگسال در یادگیری است.

یافته‌ها: مضامین به دست آمده از تحلیل متون نشان می‌دهد که دو دسته کلی قابل توجه است: ۱. مضامینی که می‌توانند تعیین‌کننده محتوای بسته آموزشی باشند، مثل: کشف خود و تحقق آن در زندگی، اتخاذ جهان بینی جدید، بازسازی زندگی، معنابخشی به زندگی، مدیریت مساله‌ها. و دسته دوم مضامینی که شامل روش اجرای بسته است که شامل نقش گروه در یادگیری بزرگسال و حفظ عاملیت بزرگسال در یادگیری است.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها آموزش در دوره بزرگسالی مستلزم در نظر گرفتن ویژگیهای رشدی بزرگسالان است و نقش خودتعیین‌گر بزرگسالان می‌بایست در نظر گرفته شود

کلمات کلیدی: رشد‌محور، تکالیف رشدی، آموزش بزرگسالان

تصمیم‌گیری موفق منجر نمی‌شود و فرایندهای عاطفی در ارتباط بین استدلال و عمل، تأثیرگذار هستند. همچنین، از چشم‌انداز نظریه پردازان نوپیاژه‌ای و نواریکسونی، رشد شناختی و عاطفی از یکدیگر مجزا نیستند. از نظر لایبویف توانایی یکپارچه کردن هیجانها و شناختها، نقش بزرگسالی بالغانه و مرحله نهایی شناخت بزرگسالی است. (۹).

آموزش بزرگسالان باید منطبق بر تجارب زندگی بزرگسالی بوده و بتواند حس بارور شدن و توانایی تصمیم‌گیری را در فرد رشد دهد. تجارب انباشته زندگی باید به یک حس بارور شدن در خود تبدیل شود. هویت یکپارچه از فرایند دوجانبه محاسبه و خویششننداری ایجاد می‌شود. در روند محاسبه، انسان هویت ساخته به دست خویش را ارزیابی می‌کند. هویتی که در طول زندگی، تصمیم‌ها و رفتارها را می‌سازد. روند خویششننداری با تسلیم هویت ساخته شده از خود و بازیابی حسی عمیقتر از خود، به عنوان جزئی از یک کل عظیمتر، تکمیل می‌سازد (۱۱). از نظر اریکسون، هراندازه فرد در زندگی گذشته به نحو بهتر و کارآمدتری با مشکلات کنار آمده باشد، در سنین بالاتر بیشتر احساس خشنودی و رشدیافتگی می‌کند. فردی که از مرور رویدادهای زندگی خود ناخوش است و غم فرصت‌های از دست رفته را می‌خورد و احساس ناامیدی^۴ و واماندگی به او دست می‌دهد و از هدف‌های تحقق نیافته رنج می‌برد، نمی‌تواند به انسجام خود دست یابد (۱۲).

بنابراین، ایجاد تجارب ارزنده در زندگی، ارتقای رشد شناختی و عاطفی جهت بهره‌برداری از تجربه‌های زندگی و نیل به دگرگونی و هدایت مبتنی بر خودمختاری بزرگسال در جریان آموزش، شکل‌گیری انسجام خود برای درک و مدیریت تجارب استرس‌زا و نیل به معنایابی در زندگی و ایجاد انگیزه برای تداوم یادگیری در فرد بزرگسال و در نهایت بهبود روابط بین فردی بزرگسال در محیط کار و خانواده این ضرورت را نمایان می‌سازد که می‌بایست، آموزش بزرگسالان مورد تجدید نظر قرار گرفته و با هدف نیل به موارد فوق‌الذکر، بتواند محتوا و ساز و کارهای اجرایی برای آموزش متناسب با نیاز جامعه بزرگسال مورد بازبینی و طراحی مجدد قرار گیرد. براساس موارد فوق‌الذکر، در پژوهش حاضر تلاش خواهد شد تا بسته آموزشی ویژه بزرگسالان که مبتنی بر نیازهای رشدی دوره بزرگسالی بوده و تسهیل‌کننده مسیر تحول مثبت در آنها باشد، تدوین شود.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر به روش کیفی از نوع تحلیل کیفی متن به روش قراردادی صورت گرفت. تحلیل محتوای کیفی به منظور کشف معانی اساسی نهفته در متن گسترش یافته است. تحلیل متن کیفی عمدتاً استقرایی است و موضوعات و مضامین را در درون زمینه و بافت آنها بررسی می‌کند و به خوبی از آنها نتیجه می‌گیرد و نمونه‌های متنی عمدتاً به صورت هدفمند از متونی انتخاب می‌شوند که

این انتظارات اجتماعی را با اصطلاح تکالیف رشد و تکاملی^۱ تعبیر می‌کنند. به طور خاص، بسیاری از مطالعات نظری و تجربی اخیر بر ارتباط کاربرد عملی تکالیف رشدی هر دوره با دستیابی به تکالیف رشدی در دوره بعدی زندگی تأکید می‌کنند.

زادوورنا-کیسلک فرهنگ و هنجارهای اجتماعی را بر یادگیری جنبه‌های مختلفی از تکالیف رشدی موثر می‌داند. درواقع، مردم در هر گروه فرهنگی الگوهای رفتاری خاص و مهارتهای خاصی را آسانتر و بسیار موفقیت‌آمیزتر از الگوهای رفتاری و مهارتهای دیگر یاد می‌گیرند. بنابراین، هر گروه از اعضایش انتظار دارد امور خاصی را در مراحل گوناگون رشد و تکامل انجام دهند. لوینسون معتقد است که برای ایجاد ساختار زندگی، وجود یک مربی برای فرد ضروری است. درواقع، وی بر آموزشهای متناسب با رشد تأکید دارد. مربی و ارائه آموزشهای اصولی به بزرگسالان می‌تواند مهارتها، دانش و نگرش لازم برای تحقق رویای زندگی بزرگسالی را به فرد عرضه کند (۸).

شای در خصوص بزرگسالی معتقد است که وقتی افراد در موقعیتهای مختلف بزرگسالی، اقدام به استفاده از دانش خود برای تفکر در خصوص مسائل زندگی و تصمیم‌گیری در آن خصوص می‌کنند، درواقع می‌توانند از تفکر صوری فراتر بروند. بزرگسالان کمتر روی فراگیری دانش تمرکز می‌کنند و بیشتر به کاربرد آن در زندگی روزمره تأکید می‌ورزند. روشی که فرد با مسائل محیط کار و روابط صمیمانه و عاطفی، برخورد می‌کند می‌تواند کل روند زندگی را تحت تأثیر قرار دهد بنابراین آنها باید هم به مساله و هم به موقعیت توجه کنند. این امر نشان می‌دهد که بزرگسال، بی‌نیاز از آموزش نیست و فقط موضوعات و روشهای آموزش بزرگسالی متفاوت از سایر دوره‌هاست (۵).

در نظر گرفتن تکالیف و ویژگیهای رشدی و همچنین، اصول یادگیری در بزرگسالان جهت تدوین بسته آموزشی رشد محور ضروری است. در بزرگسالی همچون سایر دوره‌های سنی، فرد دارای ویژگیها و نیازهای مربوط به دوره خود است. به عنوان مثال لوینسون روی ساختار زندگی تأکید دارد و این ساختار را شامل وظایف شخص برای مرزبندی دنیای درونی و بیرونی خود می‌داند. ساختار زندگی عمدتاً از روابط اجتماعی و روابط با محیط و دستاوردهایی است که فرد از این طریق به دست می‌آورد. افراد عمدتاً روابط کاری و خانوادگی را مهمترین دغدغه بزرگسالی عنوان می‌نمایند. شای رشد شناختی در بزرگسالی را شامل تجربه تفکر در موضوعات مختلف زندگی و فراتر رفتن از مرحله صوری می‌داند و کاربست تواناییهای شناختی در زندگی را مهمترین بخش رشد شناختی در بزرگسالان می‌داند (۸).

برخی دیگر از صاحب‌نظران نظیر لایبویف^۲ (۹) و اسکرت^۳ و همکاران (۱۰) درک تضاد پدیده‌ها و شناسایی یک کل منسجم با وجود درک تضادها را مهمترین بخش رشد شناختی بزرگسالی می‌دانند. اما استدلال شناختی در پیشرفته‌ترین سطوحش، الزاماً به

³ Skerrett

⁴ . disappointment

¹ developmental tasks

² Labouvie-Vief

ابزار گردآوری داده ها شامل فیش های مرتبط با مطالعه متن و براساس واحد تحلیل در پژوهش حاضر می باشد. به این صورت که فیش برداری براساس واحد نمونه گیری در پژوهش شامل تمامی لغات و مضامینی است در حوزه آموزش بزرگسالان، آموزش های شناختی - عاطفی و اجتماعی، آموزش رشد محور، نیازهای آموزشی بزرگسالان، نقشهای والدینی، انسجام خود، یادگیری مادام العمر و ... صورت گرفته است.

به منظور تجزیه و تحلیل داده های حاصل از مطالعه کتابخانه ای از روش تحلیل مضمون استفاده شد. در این پژوهش برای شناسایی و استخراج مولفه های آموزش بزرگسالان از تحلیل استقرایی و از روش شبکه مضامین نیز، استفاده شده است. به منظور اعتباریابی محتوای آموزشی تدوین شده از نظر ممیز بیرونی و اعتباریابی براساس نظر خبرگان روانشناسی و آموزش بزرگسالان استفاده شد. در نظر ممیز بیرونی، برای بررسی کل پروژه از یک ارزیابی بیرونی جهت سنجش عینی از جریان اجرای فرایند پژوهش و نتیجه گیری از یافته ها استفاده خواهد شد. در این راستا، مضامین به دست آمده به چند تن از روانشناسان و متخصصین آموزش بزرگسالان ارائه شد و با ارائه توضیحات شفاهی در خصوص اهداف پژوهش، متن و فیش های تهیه شده در مطالعه کتابخانه ای در اختیار ایشان قرار گرفت تا ایشان، مضامین به دست آمده را مورد بازنگری قرار دهند. به علاوه، از گروهی از خبرگان که دانش کافی درباره ابعاد و جنبه های مختلف موضوع داشتند، در رابطه با بسته آموزشی نظرخواهی شد.

یافته ها

برای پاسخ به سوالات پژوهش مناسبند. به منظور دستیابی به استنباطهای روا و قابل اطمینان، تحلیل کیفی متن مجموعه ای از مراحل و روشهای واضح و منظم، اما منعطف و چرخه ای را برای پردازش داده ها معرفی می کند (۱۳).

در انجام پژوهش، این پژوهش با استفاده از یک طرح کیفی به شناسایی محتوای بسته آموزشی رشد محور بزرگسالان شد. در این مرحله ضمن مرور ادبیات نظری و پژوهشی و مطالعه تجارب جهانی در این خصوص، به شناسایی ویژگیهای رشدی بزرگسالان، نیازهای آموزشی مبتنی بر مراحل رشد بزرگسالی، اصول آموزش، راهکارهای اجرایی بسته آموزشی و ... پرداخته شد. سپس بسته آموزشی تدوین شده براساس مطالعات کتابخانه ای اعتباریابی شد. جامعه پژوهشی شامل کتب و مقالات تخصصی فارسی و انگلیسی در دسترس در حوزه رشد و آموزش بزرگسالان در ۲۰ سال اخیر می باشد. جهت گردآوری اطلاعات در مرحله اول پژوهش جستجوی مقالات در پایگاههای *magiran, Noormags, scopus, Elsevier Eric*، پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، ایران داک، علم نت صورت گرفت. واحد نمونه گیری در پژوهش حاضر شامل تمامی لغات و مضامینی است که در حوزه آموزش بزرگسالان، آموزش های شناختی - عاطفی و اجتماعی، آموزش رشد محور، نیازهای آموزشی بزرگسالان، نقشهای والدینی، انسجام خود، یادگیری مادام العمر و ... وجود دارد. واحد جمع آوری داده ها نیز شامل تمامی متن یا بخشهای مرتبطی از مقالات، کتب و بسته های آموزشی ۲۰ سال اخیر است که با هریک از واحدهای نمونه گیری فوق الذکر مرتبط است. واحد تحلیل نیز به تبع واحدهای نمونه گیری و به منظور تدوین محتوای آموزش رشد محور بزرگسالان تعیین شد.

جدول ۱.

مضامین فراگیر	مضامین سازمان دهنده	مضامین پایه
کشف خود و تحقق آن در زندگی	ادراک از خود	ادراک نسبی درونی (کد ۵) (۵). اکتشاف دنیای درونی (کد ۴۷) (۱۴). کمرنگ شدن تلاش برای اهداف بیرونی (کد ۵۹) (۱۵). درک تصور فرد از خود (کد ۶۲) (۵). صداقت نسبت به خود (کد ۸۷) شناخت واقع گرایانه ظرفیتهای فردی (کد ۲۳) (۱۶). تشبیه انسجام خود در سی سالگی (کد ۱۰۷)
تبلور خویشتن منحصر به فرد	تبلور خویشتن منحصر به فرد	شناخت سودمندی بالقوه فردی (کد ۲۴) (۱۶). تبلور خویشتن (کد ۴۸) (۱۵). منحصر به فرد بودن (کد ۷۶) ایجاد یک تفاوت مثبت (کد ۷۸) زندگی صادقانه در مقابل خود (کد ۸۰) سرمایه گذاری بر ظرفیت های خود (کد ۹۰) اعتماد به منابع درونی برای مواجهه با خواسته ها (کد ۱۰۲) (۱۷). کشف گزینه هایی برای نقش ها، روابط و اقدامات جدید (کد ۱۴۹) (۱۸). برنامه ریزی یک دوره عملی (کد ۱۵۰) (۱۸). به دست آوردن دانش و مهارت برای اجرای برنامه های خود (کد ۱۵۱) (۱۸).

تعالد جویی در جنبه های متضاد	سازش و تعادل بین گرایشهای متضاد (کد ۳۹) تعالد در بخشهای متضاد شخصیت (کد ۵۰) (۱۵). وحدت شخصیت (کد ۴۹) (۱۵). توجه به بخشهای نزیسته (کد ۵۱) (۱۵). تجمیع اضداد (کد ۶۱) (۱۵). تغییر خودهای مغرورانه (کد ۶۳) (۵). متعادل شدن خودهای ممکن (کد ۶۴) (۵). عینی شدن خودهای ممکن (کد ۶۵) (۵).
جهت گیری شخصی اصیل	هویت یابی در شیوه های شخصی (کد ۹) (۵). اتحاد جهت گیری فردی (کد ۱۰) (۵). جستجوی ارزش برای خود (کد ۲۲) (۱۶). تعهد به خود (کد ۲۱) (۱۶). تلاش برای ارائه نقشهای جدید (کد ۱۵۲) (۱۸).
تحقق خود در تجربه زیسته	هویت بسط یافته (کد ۱۱) (۵). تعمیق تعهدات (کد ۲۵) (۱۶). تعمیق اهداف در زندگی (کد ۳۵) دوره سر و سامان یافتن خود (کد ۳۶) اوج گرفتن ساختار زندگی (کد ۳۷) اکتشاف عمیق دنیای درون (کد ۵۶) (۱۵). اتمام پرداختن به دنیای بیرون (کد ۵۵) (۱۵). پرداختن به خویشتن درونی (کد ۶۰) (۱۵). واقف شدن عمیق به ویژگیهای خوب و بد خود (کد ۶۸) (۱۲).
اتخاذ جهان بینی جدید	بازسازی جهان بینی
	دیدگاه افراد حاصل منابع اجتماعی (کد ۱۳۷) (۱۹). لزوم بازسازی دیدگاه برای فهم معانی (کد ۱۳۸) (۱۹). دگرگونی دیدگاهها در تجربه های جدید (کد ۱۳۹) (۱۹). فعالتهای بزرگسالی منجر به تغییر جهان بینی (کد ۱۴۰) (۱۹). تغییر در عقاید به واسطه یادگیری (کد ۱۴۳) (۲۰). تغییر در دیدگاهها به واسطه یادگیری (کد ۱۴۴) (۲۰). خود آزمایی (کد ۱۴۶) (۱۸). ارزیابی انتقادی از مفروضات معرفتی در همه ابعاد (کد ۱۴۷) (۱۸).
انعطاف در تفکر	ایجاد دانش در چارچوب تفکر فرد (کد ۲) (۵) انعطاف در تعریف حقیقت (کد ۳) (۵). تفکر انعطاف پذیر (کد ۴) (۵). تجهیز افراد به انعطاف ذهنی (کد ۵۷) (۱۵).
کاهش تعصب ها	نیل به تفکر نسبیّت گرا (کد ۱) (۵). کم شدن تعهد به حقیقتی واحد (کد ۶) (۵). قضاوت براساس هر دو جنبه متضاد موضوع (کد ۷) (۵). تعهدپذیری پس از نسبیّت گرایی (کد ۸) (۵).
پذیرش و ثبات	پذیرش آرزوهای محقق نشده (کد ۴۳) باکیفیت شدن در نقشهای قدیمی (کد ۶۶) (۵). عدم تلاش برای تعریف نقش های جدید (کد ۶۷) (۵). پذیرش خود (کد ۶۹) (۱۲). یکپارچه سازی بخشهای خود برای شکوفایی (کد ۷۰) (۱۲). پذیرش و سازش با نقشهای اجتماعی به شکل انعطاف پذیر (کد ۷۴) (۲۱). برنامه ریزی برای زندگی بدنی رضایت بخش (کد ۷۵) (۲۱).

پذیرش آشفته‌گی‌های ذهنی (کد ۱۴۵) (۱۸).		
پیوند و همجوشی با دیگران (کد ۱۹) (۱۶) ارائه صمیمیت (کد ۲۰) (۱۶). به فکر دیگران بودن (کد ۳۰) (۱۶). برقراری پیوند با گروه سنی (کد ۷۳) (۲۱). (من) زندگی ای که برای دیگران اهمیت دارد (کد ۸۴)	روابط صمیمی	بازسازی زندگی
ارزیابی گذشته (کد ۲۶) (۱۶). ارزیابی ساختار زندگی (کد ۳۳) ارزیابی سبک زندگی (کد ۴۰) مرور عملکردهای گذشته (کد ۴۲) ارزیابی تعهدات انجام شده در قبال خانواده (کد ۵۲) (۱۵). ارزیابی تعهدات انجام شده در قبال شغل (کد ۵۳) (۱۵).	ارزیابی زندگی	
اتخاذ نگاه جدید به زندگی (کد ۳۲) (۱۶). تغییر اجزای نامناسب قبلی (کد ۳۴) (۱۶). اندیشیدن برای حفظ یا تغییر زندگی (کد ۴۱) (۱۶).	تمایل به ایجاد تغییر	
زندگی به طور کامل (کد ۷۷) عدم بازداری‌های افراطی و کامل کردن زندگی (کد ۸۶) انتخاب زندگی متناسب با عمق وجودی خود (کد ۸۸) تجربه رضایت درونی (کد ۹۲) هماهنگی با خود و زندگی (کد ۹۴) انعکاسی از آنچه برای فرد عزیز است در زندگی (کد ۸۹) یکپارچگی مجدد در زندگی شخصی (کد ۱۵۴) (۱۸).	زندگی تحقق یافته	
باور به کنترل پذیری رویدادهای زندگی (کد ۱۰۸) (۱۷). باور به پیش بینی پذیری رویدادهای زندگی (کد ۱۰۹) (۱۷). تلاش بیشتر برای اهداف خود (کد ۱۱۱) (۱۷). جهان و رویدادهایش قابل پیش بینی است (کد ۱۱۵) ساختاریافتگی رویدادهای جهان (کد ۱۱۶) اختیار فرد در کنترل رویدادها (کد ۱۱۷) ایجاد صلاحیت و اعتماد به نفس در نقش‌ها و روابط جدید (کد ۱۵۳) (۱۸).	تسلط بر زندگی	
نیل به حالت پدیدآورنده (کد ۲۷) (۱۶). تاثیرگذاری بر جامعه (کد ۲۹) (۱۶). تاثیر مثبت بر دیگران (کد ۸۵) پیگیری‌های معتبر (کد ۷۹) مشارکتی که منعکس کننده خود است (کد ۸۱)	به جا گذاشتن میراث ماندگار	معنابخشی به زندگی
تمرکز بر زندگی معنادار (کد ۳۸) لزوم معنایابی در میانسالی (کد ۵۸) (۱۵). زندگی ارزشمند (کد ۸۳) مشارکت‌های ارزشمند (کد ۸۲) معنایابی در مشکلات (کد ۱۰۵) (۱۷). ارزش قائل شدن برای معنای رنج‌ها (کد ۱۰۶) (۱۷).	زندگی معنادار	
تجربه احساس قدردانی (کد ۹۳) سطح پایین احساس پوچی (کد ۹۵) سطح پایین احساس پشیمانی (کد ۹۶) سطح پایین ناامیدی (کد ۹۷)	امید و قدردانی	

مدیریت مساله ها	مواجهه جدید با چالش ها	تغییر دیدگاه به چالش های زندگی (کد ۹۸) (۱۷). باور به توانایی های خود در مدیریت چالش (کد ۹۹) (۱۷). توانایی استفاده از منابع برای حل مساله (کد ۱۰۰) (۱۷). توانایی روبرو شدن با اتفاقات دوست نداشتنی زندگی (کد ۱۰۴) (۱۷). احساس تعهد به آنچه در حال انجام است (کد ۱۱۰) (۱۷). استفاده از مهارتهای حل مساله (کد ۱۶۰). انتخاب هدفمند در برخورد با محدودیتهای زندگی (کد ۱۷۹) (۲۲). طرح ریزی مسیر نو در جریان انتخاب (کد ۱۸۰) (۲۲).
مدیریت هیجانات	مقابله با استرس (کد ۱۰۱) (۱۷). قابلیت عاطفی در مدیریت مشکلات (کد ۱۱۲) خودتنظیمی بالاتر (کد ۱۱۴)	
یادگیری مساله محور	انطباق توانایی ها با موقعیتهای زندگی (کد ۱۳) (۵). تمرکز بر کاربرد دانش تا فراگیری آن (کد ۱۴) (۵). لزوم توجه به موقعیت فرد (کد ۱۸) (۵). توجه به چالش های پیش روی مخاطب (کد ۷۲) (۴۱). فعالیتی فراتر از گردآوری اطلاعات (کد ۱۴۱) (۲۰). معنا بخشیدن به اطلاعات (کد ۱۴۲) (۲۰). تغییر دیدگاه کاربرد زمانی یادگیری (کد ۱۶۸) (۲۳). کاربرد در زمان حال به جای آینده (کد ۱۶۹) (۲۳). یادگیری متمرکز بر مساله تا بر موضوع (کد ۱۷۰) (۲۳). توجه به کاربرد یادگیری در زمان حال (کد ۱۸۶). آموزش مساله محور به جای محتوا محور (کد ۱۸۷). آموزش عملکرد محور (کد ۱۸۸)	
اهمیت تجربه های قبلی	آمادگی برای یادگیری (کد ۱۲) (۵) توجه به تکالیف رشدی (کد ۷۱) (۱۶) بهره گیری از اندوخته های تجربی در یادگیری (کد ۱۶۴) (۲۳). تجربه های قبلی، منبعی غنی در یادگیری بزرگسالان (کد ۱۶۵) (۲۳) یادگیری مبتنی بر تکالیف رشدی در نقش های اجتماعی (کد ۱۶۶) (۲۳). یادگیری مبتنی بر تکالیف شغلی (کد ۱۶۷) (۲۳). وظایف اجتماعی، ضرورت آمادگی بزرگسال (کد ۱۸۵)	
کمرنگ شدن اهداف کاری	اتمام دوره استحکام شغلی (کد ۴۴) (۱۴). به سرانجام رساندن اهداف فردی (کد ۴۵) (۱۴). فاصله گرفتن از یادگیری حرفه ای در شروع میانسالی (کد ۴۶) (۱۴).	
تکالیف خانوادگی	مواجهه با چالش های زناشویی (کد ۱۶) (۵). مواجهه با چالش های فرزندپروری (کد ۱۷) (۵). تربیت فرزندان (کد ۲۸) (۱۶). هدایت نسل بعد (کد ۳۱) (۱۶).	
نقش گروه در یادگیری بزرگسال	یادگیری در گروه	تاثیرپذیری از بافت در جریان یادگیری (کد ۱۷۴) (۲۲). لزوم رفتار فعالانه فرد در جریان فعالیت گروهی (کد ۱۷۶) (۲۲). فعالیت در تعاملات اجتماعی (کد ۱۷۷) (۲۲).
تحول در گروههای مشارکتی	عضویت در گروههای دگرگون ساز (کد ۱۱۸) تعهد اعضا به گروه دگرگون ساز (کد ۱۱۹) تعامل عمیق بین اعضا (کد ۱۲۱) گفتگوهای دگرگون ساز (کد ۱۲۲) ایجاد بافت نگهدارنده و منسجم در گروه (کد ۱۲۵) حفظ حریم اعضا (کد ۱۲۷)	

انگیزه مشترک اعضای گروه (کد ۱۳۰)		
اشتراک گذاری فرآیند دگرگونی خود با دیگران و دریافت تجربه آنها (کد ۱۴۸) (۱۸).		
ارتقای خودپنداره انتقادی (کد ۱۲۰)	تفکر انتقادی در گروه	
تسهیل تامل انتقادی در لحات عدم توافق (کد ۱۲۴)		
حفظ انسجام روایت های ناسازگار اعضا (کد ۱۲۶)		
لزوم کنجکاوی بالا در اعضا (کد ۱۳۱)		
به تعلیق درآمدن یقین (کد ۱۳۴)		
آمادگی برای کشف جدید (کد ۱۳۵)		
کند و کاو جدید درباره سوالات آشنا (کد ۱۳۶)		
پذیرش لحظات عدم توافق در گروه (کد ۱۲۳)	پذیرش تفاوت ها در گروه	
باز بودن به تجربه در اعضا (کد ۱۳۲)		
به تعلیق درآمدن قضاوت (کد ۱۳۳)		
حفظ حریم خود در عین در معرض بودن (کد ۱۲۸)	تبلور "خود" در گروه	
حفظ حریم خود بدون نیاز به ذوب در ایده دیگران (کد ۱۲۹)		
انگیزش درونی برای یادگیری در بزرگسالان (کد ۱۵۵)	جستجوی انگیزه های درونی	حفظ عاملیت بزرگسال در یادگیری
میل قوی به یادگیری (کد ۱۵۹)		
دارای نیروی انگیزه درونی (کد ۱۷۱) (۲۳).		
ضرورت درک دلیل یادگیری در موضوعات مختلف (کد ۱۷۲) (۲۳).		
لزوم شناخت فرایندهای یادگیری خود. فراشناخت (کد ۱۵۶)	یادگیری خودراهبر	
ضرورت خودتنظیمی در یادگیری بزرگسالان (کد ۱۵۷)		
توانایی یادگیری مستقل (کد ۱۶۱)		
خودمختاری در یادگیری (کد ۱۶۱)		
یادگیری خودراهبر (کد ۱۶۲) (۲۳).		
خودپنداره مستقل در بزرگسالی (کد ۱۶۳) (۲۳).		
خودراهبری فراگیر در آندراگوژی (کد ۱۸۳)		
خودگردانی در یادگیری (کد ۱۸۹)		
یادگیری خودمختار (کد ۱۹۲)		
یادگیرنده فعال (کد ۱۵۸) (لای و وانگ، ۲۰۱۷).	یادگیری فعال	
یادگیری فراگیر محور به جای معلم محور (کد ۱۷۳) (۲۳).		
عدم وابستگی به دیگران در یادگیری (کد ۱۹۰)		
نقش مدرس صرفا تسهیل گر (کد ۱۹۱)		
اهمیت فعال بودن "خود" در جریان ارتباط با بافت (کد ۱۷۵) (۲۲).	عاملیت فرد در یادگیری	
عاملیت فرد در انتخاب ها (کد ۱۷۸) (۲۲).		
شکل گیری عاملیت در جریان ارتباطات (کد ۱۸۱)		
رشد عاملیت در جریان ارتباطات (کد ۱۸۲)		
تجربیات فراگیر، منبع یادگیری (کد ۱۸۴)		

نتیجه گیری

مساله ها، نقش گروه در یادگیری بزرگسال و حفظ عاملیت بزرگسال در یادگیری است. مضامین به دست آمده آمده از تحلیل متون نشان می دهد که دو دسته کلی قابل توجه است: ۱. مضامینی که می توانند تعیین کننده محتوای بسته آموزشی باشند، مثل: کشف خود و تحقق آن در زندگی، اتخاذ جهان بینی جدید، بازسازی زندگی، معنابخشی به زندگی، مدیریت مساله ها. و دسته دوم

پژوهش حاضر با هدف تدوین بسته آموزشی رشد محور ویژه بزرگسالان ۳۵ تا ۴۵ سال انجام شد. برای انجام پژوهش، منابع کتابخانه ای با روش تحلیل کیفی متن مورد بررسی قرار گرفتند و متون مورد بررسی با روش تحلیل مضمون، کدگذاری شدند. مضامین اصلی به دست آمده شامل: کشف خود و تحقق آن در زندگی، اتخاذ جهان بینی جدید، بازسازی زندگی، معنابخشی به زندگی، مدیریت

خود^۱ در میانسالی پرداخته است. از نظر یونگ "خود" در هسته روان سکنی گزیده است. سلف (خود) که از همه کهن الگوها جامعتر است، کهن الگوی کهن الگوهاست، زیرا که کهن الگوهای دیگر را کنار هم قرار می دهد و آنها را در فرایند خودشکوفایی^۲ یکپارچه می سازد (۱۲).

از جمله مفاهیم مهم که در فرایند بزرگسالی و بخصوص در ورود به میانسالی و اتمام آن مهم است، انسجام خود است که با درک و کنترل سروکار دارد. حس انسجام به یک جهت گیری کلی پایدار در رابطه با درک و کنترل محیط برای داشتن یک رفتار یا عمل معنادار و مناسب مربوط می شود و با بقیه بخشهای زندگی بزرگسالی مرتبط است. برای نیل شایسته به تکالیف بزرگسالی، یادگیری مادام العمر برای انواع تغییرات و درک مفهومی آن که می تواند با تحولات جاری همگام شود و همچنین، روز به روز بر اهمیت آن و همچنین نیاز و علاقه به یادگیری مادام العمر افزوده می شود

بخش دیگری از یافته ها حاکی از آن است که روش آموزش به بزرگسالان می بایست براساس مشارکت گروهی و فعالیت های خودانگیزه و خودراهبر باشد. یکی از تفاوت های یادگیری بزرگسالان و کودکان این است که یادگیری بزرگسالان خودراهبر است و آنها کنترل یادگیری خود را در دست دارند. مزبور معتقد است که یادگیری در بزرگسالی می تواند دگرگون ساز^۳ باشد. یادگیری دگرگون ساز به تجربه های زندگی بزرگسالان و عملکرد شناختی در سطح بالایی از بلوغ مرتبط است. یادگیری دگرگون ساز در بزرگسالی چیزی بیشتر از اضافه کردن اطلاعات است و به معنای معنا بخشیدن به تجربه است و می تواند موجب تغییر در عقیده، نگرش یا دیدگاه افراد شود که این تغییرات عامل اصلی در این نوع یادگیری هستند (۲۰). بنابراین، آموزش در دوره بزرگسالی مستلزم در نظر گرفتن ویژگیهای رشدی بزرگسالان است و نقش خودتعیین گر بزرگسالان می بایست در نظر گرفته شود. آموزش بزرگسالان در شکل گیری خودتعیین گری می تواند حائز اهمیت باشد، زیرا نظریه پردازان مسیر زندگی بر این امر تاکید دارند که عاملیت انسان در دایره ارتباطهای اجتماعی شکل می گیرد. عاملیت انسانی، سازه ای کاملاً پویاست که در ارتباطهای اجتماعی شکل گرفته، توسعه می یابد و منجر به پیامدهای مثبت می شود.

References

1. Woods P, Pharm B, Gapp R, King M A. (2015). Researching pharmacist managerial capability: philosophical perspectives and paradigms of inquiry. *Research in Social and Administrative Pharmacy*, 11: 265–279.

³ - Transformative

مضمایی که شامل روش اجرای بسته است که شامل نقش گروه در یادگیری بزرگسال و حفظ عاملیت بزرگسال در یادگیری است. مضمون فراگیر کشف خود و تحقق آن در زندگی، شامل مضامین جزئی تر: ادراک از خود، تبلور خویشتن منحصر به فرد، تعادل جویی در جنبه های متضاد، جهت گیری شخصی اصیل، تحقق خود در تجربه زیسته است. مضمون فراگیر اتخاذ جهان بینی جدید شامل مضامین جزئی تر: بازسازی جهان بینی، انعطاف در تفکر، کاهش تعصب ها و پذیرش و ثبات است. مضمون بازسازی زندگی شامل: روابط صمیمی، ارزیابی زندگی، تمایل به ایجاد تغییر، زندگی تحقق یافته و تسلط بر زندگی است. توجه به زندگی، شامل مضمون فراگیر دیگری به نام معنابخشی به زندگی است که شامل مضامین جزئی تر: به جا گذاشتن میراث ماندگار، زندگی معنادار و امید و قدردانی است. مدیریت مساله ها، مضمون فراگیر دیگری است که شامل مواجهه جدید با چالش ها، مدیریت هیجانات، یادگیری مساله محور، اهمیت تجربه های قبلی، کمرنگ شدن اهداف کاری و تکالیف خانوادگی است. نقش گروه در یادگیری بزرگسال مضمون کلی دیگری است که شامل یادگیری در گروه، تحول در گروههای مشارکتی، تفکر انتقادی در گروه، پذیرش تفاوت ها در گروه و تبلور "خود" در گروه است. مضمون فراگیر دیگر، حفظ عاملیت بزرگسال در یادگیری است که شامل مضامین جزئی تر: جستجوی انگیزه های درونی، یادگیری خودراهبر، یادگیری فعال و عاملیت فرد در یادگیری است.

بسته آموزشی براساس نیازهای رشدی گروه سنی ۳۵ تا ۴۵ سال تدوین شده است. به لحاظ رشدی، این گروه در پایان سن جوانی و شروع میانسالی هستند. مهمترین و پرتکرارترین نیاز و تکلیف رشدی در این سنین، کاوش و کشف خود و همین، تنظیم زندگی براساس خوداصیل است. کارل یونگ معتقد است میانسالی سن تبلور خویشتن و وحدت شخصیت است. به عقیده یونگ میانسالی دوره ای حساس برای تحولی شگرف به حساب می آید. به عقیده یونگ رشد سالم بزرگسال مستلزم تفرّد یعنی پیدایش خویشتن واقعی به واسطه تعادل یا یکپارچگی بخش های متضاد شخصیت، از جمله بخش هایی که قبلاً مورد بی توجهی واقع شده اند، است. به گفته یونگ، بزرگسالان تا حدود ۴۰ سالگی عمدتاً به تعهدات خود در قبال خانواده و اجتماع توجه دارند و آن جنبه هایی از شخصیت که به آنها در رسیدن به هدف های بیرونی کمک می کنند را رشد می دهند. نیمه اول عمر، از نظر یونگ زمان پرداختن به دنیای بیرون است و نیمه دوم را زمانی برای کشف دنیای درون می داند. برای ورود به میانسالی، تجهیز افراد به انعطاف ذهنی، درون نگری و معنایابی می تواند در انجام تکالیف میانسالی مفید واقع شود (۱۵). اغلب افراد میانسال دیگر آرزو ندارند بهتر و بسیار موفق باشند بلکه می خواهند در اجرای نقش هایی که از قبل شروع کرده اند، با کفایت باشند (۵). افراد میانسال بیشتر از جوانان نسبت به ویژگی های خوب و بد خود، واقف هستند، آنها را می پذیرند و در مورد خود و زندگی، احساس مثبتی دارند. یونگ به

¹ - Self

² - Self-realization

- & F.C. Power (Eds.), *Self, Ego, and Identity: Integrative Approaches*, New York: Springer-Verlag.
12. Schultz D and Schultz S. (2018). *Personality theories*, translation: Seyyed Mohammadi, Yahya, Tehran: Ed.
 13. Abul Ma'ali Kh. (2013). *Qualitative text analysis: induction/simulation*. Biquarterly Research Journal of Islamic Education and Educational Sciences, 1 (1).
 14. Mohseni K. (2013). Identifying the professional competences of the employees of the technical and professional center of Tehran based on the Borich model. The fifth national conference and the fourth international conference on skill training and employment.
 15. Papalia D E, Wendkas-Olds S and Feldman R D. (2004). *Psychology of human growth and development*. Translation: Arab Qahestani, Daoud, Avadisians, Hamaik, Sohrabi, Hamidreza, Davrpanah, Farozandeh, Hayat Al-Sahreh, Afsanah and Naqshbandi, Siamak. (2019), Tehran: Roshd.
 16. Khoinejad Gh and Rajaei A. (2011). *Parent-adolescent conflict and behavioral victimization: a new model in explaining victimization*.
 17. Feldt T (2014). Development of sense of coherence in adulthood. *European Health Psychologist*, 16(S): 389.
 18. Mezirow J. (2018). *Learning as Transformation: Critical Perspectives on a Theory*.
 19. Mezirow J. (1991). *Fostering critical reflection in adulthood* (pp. 1-20). San Francisco.
 20. Timmer D. (2015). *How to stimulate transformative learning? : an explorative study into the triggers of transformative learning in the context of entrepreneurial development*. Bachelor Thesis. University of Twente, Enschede, the Netherlands.
 21. McGinnis D. (2018). *Resilience, Life Events, and Well-Being During Midlife*:
 2. Boström M, Andersson E, Berg M, et al. (2018). *Conditions for Transformative Learning for Sustainable Development: A Theoretical Review and approach*. *Sustainability*, 10: 4479.
 3. Jarvis P. (2011). *Adult education and continuing education*. Translation: Sarmad, Gholam Ali, Tehran: Samit Publications.
 4. Rahimi Pasand H. (2016). *Analytical investigation of the theoretical foundations of the idea of lifelong learning as an educational approach*. PhD thesis, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz.
 5. Burke L. (2018). *Psychology of adolescent development until the end of life*, vol. 2, translated by Seyyed Mohammadi, Yahya, Arsbaran Publishing House.
 6. Johnson R A. (2007). *live your unlived life* Translation: Mohed, Simin (2020), published by the Farhang Zنده Foundation.
 7. Zadworna-Cieslak M. (2020). *Psychometric properties of the Developmental Tasks Questionnaire for Seniors*. *Current Psychology*, 39: 1172–1180.
 8. Ahadi H and Mohseni N. (2015). *Developmental psychology: fundamental concepts in adolescent and youth psychology*. Campus publication.
 9. Labouvie-Vief G. (2015). *Emotions and cognition: from myth and philosophy to modern psychology and neuroscience*. In *Integrating Emotions and Cognition throughout the Lifespan* (pp. 1–16), New York, Springer.
 10. Skerrett K, Spira M & Chandy J. (2021). *Emerging Elderhood: Transitions from Midlife*. *Clinical Social Work Journal*, <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s10615-021-00791-2.pdf>.
 11. Power FP, Power AR, Snarey J. (1988). *Integrity and Aging: Ethical, Religious, and Psychosocial Perspectives*. In K.D. Lapsley

Examining Resilience Subgroup. *J Adult Dev*, 25(3): 198–221.

22. Elder G H. (1998). The life course and human development. In: R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of child psychology, Vol. 1: Theoretical models of human development*, New York: Wiley.

23. Yousefi A, Gardanshekan M. (2010) A review on the development of self-directed learning. *Iranian Journal of Education in Medical Sciences (Education Development Special Issue)*, 10(5): 783-776.