



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

عنوان :

بررسی تاثیر آموزش معنویت بر شادکامی زنان یائسه

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته مامایی

نگارنده:

سیما آقای

استاد راهنما:

دکتر مریم مدرس

اساتید مشاور:

دکتر سهیل رحیمی

دکتر حمید حقانی

سال ۱۳۹۸

چکیده

زمینه و هدف: یائسگی یکی از مراحل مهم زندگی زنان می باشد. مشاوره و آموزش در دوران یائسگی یکی از وظایف مهم ماماها می باشد و علی رغم تغییرات روانی زنان در این دوران و اهمیت تاثیر سلامت روان بر سلامت عمومی، کماکان توجه به سلامت روانی زنان یائسه مورد غفلت مراقبین بهداشتی می باشد. آموزش معنویت روشی ساده و کم هزینه است که می تواند به علائم مثبت روانشناختی از قبیل شادکامی منجر شود. با توجه به اهمیت سلامت روان در زنان یائسه، این مطالعه با هدف بررسی تاثیر آموزش معنویت بر شادکامی زنان یائسه انجام گرفت.

روش بررسی: این مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی در سال ۱۳۹۷ با یک گروه آزمون و یک گروه کنترل، بر روی ۶۶ نفر زن یائسه مراجعه کننده به مرکز بهداشت اکبر آباد و پایگاه های 1، 2، 3 و 4 اکبر آباد (۳۴ نفر کنترل و ۳۲ نفر آزمون) که واجد شرایط بودند انجام شد. برای تخصیص تصادفی نمونه ها به دو گروه کنترل و آزمون از روش جدول اعداد تصادفی استفاده شد. ابزار گردآوری داده ها، پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک و پرسشنامه شادکامی آکسفورد بود. برنامه آموزش معنویت در ۶ جلسه ۹۰ دقیقه ای و به صورت هفته ای یک بار به شیوه سخنرانی تعاملی و بحث گروهی برای افراد شرکت کننده در پژوهش برگزار گردید. پرسشنامه قبل، بلافاصله بعد از انجام مداخله و نیز یک ماه بعد از مداخله توسط هر دو گروه آزمون تکمیل گردید. داده ها توسط نرم افزار آماری SPSS ویرایش ۲۵ و آزمون های آماری مجذور کای، تی مستقل و آنالیز واریانس با اندازه های تکراری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: نتایج نشان داد که قبل از مداخله آموزشی تفاوت معناداری در زمینه شادکامی بین دو گروه وجود نداشت ($P > 0/08$) ولی میانگین نمره شادکامی زنان یائسه در دو گروه، بلافاصله ($P < 0/001$) و یک ماه بعد از مداخله تفاوت معناداری داشت ($P = 0/004$).

نتیجه گیری: مطالعه حاضر کارایی آموزشی معنویت در ارتقاء شادکامی در زنان یائسه را تایید نمود. لذا پیشنهاد می شود این برنامه آموزشی بر روی زنان یائسه بویژه توسط ماماها، اجرا شود.

واژه های کلیدی: آموزش؛ معنویت؛ سلامت روان، شادکامی؛ زنان یائسه



**Tehran University of Medical Sciences and Health Services
School of Nursing and Midwifery**

**Title :
The Effect of Spiritual Education on the Happiness
of Postmenopausal Women**

**"A thesis submitted as partial fulfillment of the requirements for master of science
(MSc) degree"**

**By:
Sima Aghaee**

**Supervisor:
Dr. Modares**

2019

The Effect of Spiritual Education on the Happiness of Postmenopausal Women

Abstract

Background and aim: Menopause is one of the critical stages in women's lives. Care for women during menopause is one of the primary duties of midwives in primary care. Despite the psychological changes in women during this period and the importance of the effect of mental health on physical health, attention to mental health of postmenopausal women is still neglected by health care providers. Spirituality education is a simple and low-cost method that can lead to positive psychological symptoms such as happiness. Considering the importance of mental health in postmenopausal women, a study was conducted to investigate the effect of spiritual education on the happiness of postmenopausal women.

Materials and Methods: This randomized clinical trial study was performed on 66 postmenopausal women (34 controls and 32 controls) referred to Akbar Abad Health Center and the related sites that were eligible for treatment. Became Randomized random number method was used for randomly assigning samples to control and test groups. The data collection tool was a demographic questionnaire and Oxford Happiness Questionnaire. Spirituality training program was held in 6 sessions of 90 minutes and once a week, in an interactive lecture and a group discussion for the participants in the research. The questionnaire was completed before, immediately after the intervention and one month after the intervention by both groups. Data were analyzed by SPSS software version 25 and Chi-square, independent t-test and repeated variance analysis.

Results: The results showed that there was no significant difference in happiness between the two groups before the intervention ($P < 0.05$), but the mean score of happiness in postmenopausal women was immediately ($P < 0.001$) and one month later There was a significant difference between the intervention ($P = 0.004$).

Conclusion: The present study confirmed the effectiveness of teaching spirituality in promoting happiness in postmenopausal women. Therefore, it is recommended that this program be performed on postmenopausal women, especially midwives.

Keywords: Education; Spirituality; Mental Health; Happiness: Postmenopausal Wome