



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

عنوان:

**بررسی تاثیر معنادرمانی بر سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در
دختران نوجوان تک سرپرست**

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد
در
پرستاری سلامت جامعه

نگارنده:

فاطمه حسین زاده

استاد راهنما:

دکتر شهزاد پشایی پور

اساتید مشاور:

دکتر رضا نگارنده

دکتر اکرم السادات سادات حسینی

چکیده

عنوان: بررسی تاثیر معنادرمانی بر سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در دختران نوجوان تک سرپرست

مقدمه و هدف: نوجوانان تک سرپرست جزء گروه های آسیب پذیر جامعه بوده و سلامتی آنها در معرض مخاطرات بیشتری قرار دارد. بنابراین تلاش برای بهبود رفتارهای مرتبط با سبک زندگی سالم آنان، به توجه بیشتری نیاز دارد. هدف برنامه های ارتقاء سلامت، تشویق افراد به تغییر عادت های غیربهداشتی از طریق ایجاد انگیزه برای خواستن تغییر و افزایش مسئولیت پذیری آنان است. یکی از روش های موثر در ایجاد انگیزه و مسئولیت پذیری استفاده از معنادرمانی است. وجود معنا در زندگی، پیش بینی کننده قوی خوب بودن، سلامت ذهنی و رفتارهای سالم در نوجوانی است. به همین دلیل این مطالعه با هدف تعیین تاثیر معنادرمانی بر سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در دختران نوجوان تک سرپرست انجام شده است.

روش کار: در این کارآزمایی بالینی تصادفی شده، ۸۸ نفر از دختران نوجوان تک سرپرست واجد معیارهای ورود، در بازه زمانی مهر تا آذر ۱۳۹۹ در کمیته امداد امام خمینی (ره) شهر تهران وارد مطالعه شدند. نمونه های پژوهش با تخصیص تصادفی بلوکی به دو گروه آزمون و کنترل تخصیص داده شدند. ابزار گرد آوری اطلاعات دموگرافیک و پرسشنامه ارتقاء سلامت نوجوانان (AHP-SF) در ابتدای مطالعه برای گروه آزمون و کنترل تکمیل شد. سپس برای گروه آزمون، مداخله معنادرمانی در گروه های ۳-۵ نفره به صورت ۸ جلسه به مدت ۹۰ دقیقه، هفته ای دو بار به صورت آنلاین (پخش زنده و تماس های صوتی و تصویری) و آفلاین انجام شد. ۸ هفته پس از پایان مداخله پرسشنامه های مورد نظر برای هر دو گروه تکمیل و داده ها با استفاده از آزمون های آماری در نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شد.

یافته ها: در این مطالعه تعداد ۸۸ نفر از نوجوانان تک سرپرست وارد مطالعه شدند که در نهایت ۷۶ نفر از آنها مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. براساس نتایج آزمون t مستقل، قبل از مداخله، میانگین نمرات کل سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در گروه آزمون و کنترل به ترتیب $72/80 \pm 9/30$ در مقابل $73/58 \pm 16/74$ بود و تفاوت معناداری مشاهده نشد ($P=0/085$). در حالی که براساس نتایج آزمون من-ویتنی یو، پس از مداخله، میانگین نمره کل سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در گروه آزمون ۸۲ و در گروه کنترل $71/50$ بود و نتایج، تفاوت معناداری را نشان داد ($P<0/05$). همچنین با تعدیل اثر نمرات پیش آزمون با استفاده از محاسبه تفاضل نمرات، همچنان تفاوت دو گروه در نمرات کل سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت و نیز ابعاد آن شامل تغذیه، فعالیت جسمی، مسئولیت پذیری در قبال سلامتی، مدیریت استرس، حمایت اجتماعی و درک از زندگی معنادار بود ($P<0/05$).

نتیجه گیری: به طور کلی نتایج مطالعه حاضر نشان داد که معنادرمانی بر همه ابعاد سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در دختران نوجوان تک سرپرست موثر است. پیشنهاد می شود که سیاست گذاران و برنامه ریزان حیطه سلامت از آموزش های مبتنی بر معنادرمانی جهت ارتقای سطح سلامت نوجوانان تک سرپرست استفاده نمایند.

کلمات کلیدی: معنادرمانی؛ سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت؛ نوجوانان تک سرپرست



**Teheran University of Medical Sciences
School of Nursing and Midwifery**

Title:

**The effect of logotherapy on health-promoting
lifestyle in single-parent adolescent girls**

**A thesis submitted as partial fulfillment of the requirements for Master of Science
(MSc) Degree**

**In
Community Health Nursing**

**By
Fatemeh Hosseinzadeh**

**Supervisor
Dr. Shahzad Pashaeypoor**

**Consultant(s)
Dr. Reza Negarandeh
Dr. Akram Sadat Hosseini**

2021

Abstract

Title: The effect of logotherapy on health-promoting lifestyle in single-parent adolescent girls.

Introduction & Aim: Single-parent adolescents are among the most vulnerable groups in society, and their health is at greater risk. Therefore, helping them to improve their health-promoting lifestyle requires more attention. The goal of health promotion programs is to encourage people to change unhealthy behaviors by motivating them to change and increase their responsibility. One of the most effective ways to boost and take responsibility is to use logotherapy. Having meaning in life is a strong predictor of well-being, mental health, and healthy behaviors in adolescence. Therefore, this study aims to determine the effect of logotherapy on health-promoting lifestyle in single-parent adolescent girls.

Materials and Methods: This study is a randomized clinical trial with block randomization. 88 single-parent adolescent girls, who met the inclusion criteria, were enrolled in the Imam Khomeini Relief Committee between October and December 2020. Study subjects were assigned to the intervention and control groups using block randomization. The instruments used in this study were the demographic questionnaire and adolescent health promotion questionnaire (AHP-SF) completed by the adolescents before the intervention and eight weeks after the completion of the intervention. Then, for the intervention group, the logotherapy intervention was performed in groups of 3-5 people in 8 sessions for 90 minutes, twice a week, online (live broadcast and audio and video calls) and offline. Eight weeks after the end of the intervention, Data analysis was performed using descriptive statistics, frequency, median, mean, and standard deviation in SPSS version 26 software. In order to test the research hypothesis, independent t-test, Mann-Whitney U Test, Chi-Square, and Fisher's Exact Test were used.

Results: Based on the results of the independent t-test, before the intervention, the mean of health-promoting lifestyle scores in the intervention and control groups was $(72/80 \pm 9/30)$ vs. $(73/58 \pm 16/74)$ respectively, and no significant difference was observed ($P=0/805$). While according to the results of the Mann-Whitney U test, after the intervention, the median of health-promoting lifestyle scores in the intervention and control groups was (82) vs. $(71/50)$ respectively, and the results showed a significant difference ($P<0/05$). Also, by adjusting the effect of pre-test scores using the score difference calculation, the difference between the two groups in health-promoting lifestyle scores and its dimensions including nutrition, physical activity, health responsibility, stress management, social support and perception of life, was still significant ($P<0/05$).

Conclusion: According to the findings of this study, logotherapy improves the health-promoting lifestyle in single-parent adolescent girls. It is suggested that policy makers and health planners use education based on logotherapy to improve the health of single-parent adolescents.

Key words: Logotherapy; health-promoting lifestyle; single parent adolescents.