



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

بررسی تأثیر اجرای برنامه مقابله هیجان مدار بر استرس شغلی و حفظ
سلامت عمومی پرسنل پرستاری شاغل در مراکز درمانی کودکان دانشگاه
علوم پزشکی قم

استاد راهنما: جناب آقای محمد رضا موقری سادات محله

استاد مشاور: سرکار خانم دکتر سید نعیمه سید فاطمی

استاد مشاور آمار: جناب آقای عباس مهران

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد پرستاری در گرایش روانپرستاری

نگارش: زهرا کفاش

تیرماه ۱۳۹۴

چکیده

زمینه و هدف: استرس شغلی یک موضوع شایع و گسترده در دنیا در حرفه پرستاری طبق مطالعات متعدد و مورد توجه پژوهش می باشد که این سطح استرس تأثیر منفی نه فقط بر سلامتی پرستاران، بلکه بر عملکرد صحیح شغلی و کیفیت مراقبت ارائه شده توسط آنها نیز دارد. یادگیری واکنش موثر به استرس، مهم ترین مهارت برای ایفای این حرفه می باشد. این پژوهش با هدف تعیین تأثیر اجرای برنامه مقابله هیجان مدار بر استرس شغلی و حفظ سلامت عمومی پرسنل پرستاری شاغل در مراکز درمانی کودکان دانشگاه علوم پزشکی قم انجام گرفت.

روش پژوهش: این پژوهش یک مطالعه نیمه تجربی از نوع پیش و پس آزمون با ۲ گروه آزمون و کنترل است. جامعه پژوهش پرسنل پرستاری بیمارستان حضرت معصومه (س) بودند که با نمونه گیری در دسترس، انتخاب و به صورت تصادفی با ۴۵ نفر در هر گروه تعیین شد. جهت جمع آوری داده ها از فرم اطلاعات دموگرافیک و پرسش نامه سلامت عمومی و مقیاس تجدیدنظر شده استرس پرستاری استفاده شد. برنامه ۶ جلسه ۲ ساعته در گروه آزمون ارائه گردید و قبل و یک ماه بعد از اتمام برنامه، پرسش نامه ها توسط دو گروه تکمیل و تحلیل داده ها با نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ انجام گرفت.

یافته ها: بین میانگین سلامت عمومی و استرس شغلی قبل از مداخله در دو گروه و میانگین سلامت عمومی و استرس شغلی قبل و یک ماه بعد گروه کنترل اختلاف معنی دار آماری وجود نداشت ولی بین میانگین سلامت عمومی و استرس شغلی قبل و بعد گروه آزمون اختلاف معنی دار آماری وجود داشت ($P < 0/001$).

نتیجه گیری: نمره سلامت عمومی و استرس شغلی گروه آزمون بعد از مداخله کاهش یافته که نتایج تأثیر برنامه آموزشی مقابله هیجان مدار را در کاهش استرس شغلی و ارتقاء سلامت عمومی پرستاران را تأیید می کنند. لذا آموزش برنامه مقابله هیجان مدار جهت کاهش استرس پرستاران توصیه می شود.

واژه های کلیدی: استرس شغلی، سلامت عمومی، پرستار



Tehran University of medical sciences

School of Nursing & midwifery

**The effect of the emotional-focused coping program on
occupational stress and maintenance general health in
Nurses working in child care centers in Qom University of
Medical Sciences**

Under Supervision : Mohhamadreza Movaghari Sadat Mahaleh

Advisor: Dr. Sayed Naimeh Sayedfatemi

Master of Statistics: Abbas Mehran

Thesis Submitted to the graduate studies
Office in partial Fulfillment of the requirement
For the degree of Master of Sciences
In Psychiatric Nursing

By: Zahra kaffash

July, 2015

Abstract

Background: occupational stress is a common and widespread issue in the nursing profession in the world and of interest of researches according to numerous studies that has negative impact not only on nurses' health and well-being but also on the functionality of the nursing profession and The quality of care provided by them as well. Learning to deal with work-related stress in a proactive and positive manner may be the most important skill set a nurse may acquire for a career in nursing. This study aim the effect of the emotional-focused coping program on occupational stress and maintainance general health in Nurses working in child care centers in Qom University of Medical Sciences was conducted.

Methods: A quasi-experimental research was carried out with Pre- and post tests in the intervention and control groups. The study population were the nursing staff of Hazrat Masoomeh (AS) Hospital who were determined randomizing With available sampling, selected 45 members in each group. For data collection Was used of demographic information and general health questionnaire and Expanded Nursing Stress Scale. Training program during the sixth sessions in 2 hours for the intervention group was done and all nurses in two groups completed questionnaires before and one month after intervention and data were analyzed statistically by SPSS 22 .

Results: There weren't any significant differences between mean and standard deviations of stress and general health before the intervention in 2 groups and between mean of general health and stress before and one month after the intervention in control group, but there was significant differences between mean of general health and stress before and one month after the program in intervention group ($P < 0/001$) .

Conclusion: the score of general health and stress in intervention group significantly reduced after training. Therefore, the Findings were confirmed the success of the emotional-focused coping program on occupational stress and maintainance general health in Nurses working in child care centers. Recommendation for education of emotional-focused coping program is suggested for reduceing stress among nurses.

Keywords: occupational stress , general health , Nurse, coping.