



دانشگاه علوم پزشکی تهران  
دانشکده پرستاری و مامایی

**عنوان:**

**بررسی تاثیر آموزش مهارت حل مسئله بر مقابله با استرس و افکار خودکشی در  
دانشجویان پرستاری**

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته روان پرستاری

**نگارنده:**

محمد رضا خزایی پول

استاد راهنما: دکتر فاطمه نوغانی

اساتید مشاور: دکتر ترانه تقوی لاریجانی

حمید حقانی

سال ۱۳۹۷

## چکیده فارسی

**مقدمه:** خودکشی یکی از مهمترین مسائل بهداشتی جهان می باشد و هزینه های زیادی را به جوامع بشری تحمیل می کند و بزودی یکی از علل اصلی مرگ خواهد بود. شیوع خودکشی در کشور های مختلف بسیار متفاوت است. از عواملی که منجر به افکار خودکشی می شود می توان به ژنتیک، عوامل محیطی، بیماری های روانی، استرس و عدم توانایی در مقابله با آن را اشاره کرد که خود به دنبال مهارت حل مسئله نامناسب می باشد. استفاده از این مهارت می تواند از فرد در مقابل استرس های مختلف زندگی محافظت نماید.

**روش کار:** این پژوهش یک مطالعه نیمه تجربی است که جامعه آن را ۸۵ نفر از دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تهران تشکیل می دهد افراد به شکل تصادفی به دو گروه آزمون و کنترل تقسیم شدند (۴۲ نفر گروه آزمون و ۴۳ نفر گروه کنترل). ابتدا گروه کنترل در دو نوبت با فاصله ۸ هفته پرسشنامه ها را تکمیل نمودند سپس گروه آزمون یک نوبت پیش از مداخله و یک نوبت با فاصله ۸ هفته پس از مداخله پرسشنامه های مربوطه را تکمیل نمودند. آموزش مهارت حل مسئله در گروه آزمون طی شش جلسه به شکل کارگاهی و پرسش و پاسخ برگزار گردید.

**یافته ها:** یافته های حاصل از این پژوهش بیانگر آن بود که در متغیر پذیرش اجتماعی از دیدگاه خود ۹۳ درصد افراد سطوح متوسط و بالایی را گزارش نمودند. نتایج حاصل از پرسشنامه بک نشان داد نمرات افراد قبل از مداخله در دو گروه تفاوت معنی داری ندارد  $P = 0/759$  ولی بعد از مداخله نمرات در گروه آزمون کاهش یافت و معنی دار بود  $P = 0/046$ . سبکهای مقابله ای در گروه آزمون قبل و بعد از آموزش تغییر محسوسی داشت و معنی دار بود  $P < 0/001$  و بیشتر تغییرات به نفع مهارت حل مسئله بود در حالی که این متغیر در گروه کنترل تغییر جزئی داشت و معنی دار نبود.

**نتیجه گیری:** استرس یکی از مهمترین مسائل بهداشت روانی می باشد. در موارد غیر قابل کنترل می تواند منجر به افکار خودکشی و یا خودکشی منتهی شود. آموزش مهارت حل مسئله با بهبود و یا تغییر سبک مقابله ای افراد به سبک حل مسئله موجب کاهش افکار خودکشی شد و علت آن سازش صحیح و نظام مند افراد به دنبال یادگیری چگونگی مقابله با استرس می باشد. لذا توصیه می شود از این روش آموزشی برای بهبود مهارت های زندگی افراد عملکرد هدفمند در آینده استفاده شود.

**کلمات کلیدی:** استرس، مقابله با استرس، خودکشی، مهارت حل مسئله



**Teheran University of Medical Sciences**

**School of nursing and midwifery**

**Title:**

**The effect of problem solving skills training  
on coping with stress and suicidal ideation in  
nursing students**

"A thesis submitted as partial fulfillment of the requirements for Master of Science  
(MSc) Degree" In Psychiatric nursing

**By**

Mohammad Raza khazaei pool

**Supervisor**

Dr. Fatemeh Noughani

**Consultants**

Dr. Taraneh Taghavi Larijani, Hamid Haghani

2018

## Abstract

**Back ground:** Suicide is one of the most important health issues in the world. of the factors that lead to suicidal thoughts, can point to genetics, environmental factors, mental illness, stress, and inability to deal with it, which can be followed by inappropriate problem solving skills. Using this skill can protect a person from various stresses in life.

**Method:** This research is a quasi-experimental study that consists of 85 nursing students of Tehran University of Medical Sciences. The subjects were randomly divided into experimental and control groups (42 in the experimental group and 43 in the control group). At first, the control group completed questionnaires in two time, with an 8-week interval. Then, the test group completed questionnaires before and 8 weeks after intervention.

**Result:** The results of Beck's questionnaire showed that there was no significant difference between the scores before and after the intervention in the two groups ( $P = 0.779$ ). but after the intervention, the scores in the experimental group decreased ( $P = 0.046$ ). The coping styles in the test group before and after the training were significant ( $P < 0.0001$ ) and most of the changes were in favor of problem-solving skills, while this variable was modest and was not significant in the control group.

**Conclusions:** Stress is one of the most important issues of mental health. In uncontrolled cases, it can lead to suicidal ideation or suicide. different methods for coping with stress are suggested. in this study, problem solving skills training with improving or changing the coping style of people in the problem-solving style led to reduction of suicidal ideation and the reason for that was the correct and systematic compilation of individuals Looking to learn how to deal with stress. it is recommended to use this educational method to improve people's life skills. And be trained in early nursing students

**Key words:** problem solving, suicide ideation, coping with stress.