



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی تهران

عنوان:

بررسی تأثیر آموزش همتایان بر پیشگیری از رفتارهای پرخطر در دختران نوجوان

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد
در
رشته پرستاری سلامت جامعه

نگارنده:

الهام نوعی آقاباقر

استاد راهنما:

دکتر شهزاد پاشایی پور

استاد مشاور:

دکتر شکوه ورعی

سال ۱۳۹۸

چکیده

مقدمه و هدف: دوران نوجوانی از مهمترین و پرچالش ترین سالهای زندگی هر فرد می باشد. در این مرحله فرد با تغییر و تحولات شدید جسمی، فکری، عاطفی، اخلاقی و اجتماعی روبرو می شود و در واقع آغاز شکل گیری شخصیت و تثبیت هویت نوجوانان می باشد. رفتارهای پرخطر می توانند در نوجوانی به صورت آزمایشی آغاز شوند، اما بعد از آن تبدیل به عادت های مادام العمر شده لذا نوجوانی دوره ی کلیدی اعمال تغییر و سرمایه گذاری بر سلامتی افراد است. بنابراین پژوهش حاضر با هدف " تعیین تأثیر آموزش همتایان بر پیشگیری از رفتارهای پرخطر در دختران نوجوان " انجام شد.

مواد و روش ها: پژوهش حاضر یک مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی شده است. در این مطالعه ۱۲۰ نفر از دختران نوجوان دوره دوم متوسطه در مدارس جنوب شهر تهران بر اساس معیارهای ورود انتخاب شدند و سپس به صورت تخصیص تصادفی ساده به دو گروه کنترل و مداخله تقسیم شدند. ابزار مورد استفاده در این مطالعه پرسشنامه جمعیت شناختی و پرسشنامه رفتارهای پرخطر نوجوان ۱۵-۱۸ سال بوده که پیش از شروع مداخله و همچنین ۶ هفته پس از اتمام مداخله توسط دانش آموزان تکمیل گردید. مداخله در گروه آزمون بدین صورت اجرا شد که ده نفر از دانش آموزان با توجه به معیارهای ورود به عنوان مربیان همتا انتخاب گردیدند و طی ۴ جلسه ۹۰ دقیقه ای دو بار در هفته توسط پژوهشگر تحت آموزش قرار گرفتند. پس از تأیید صلاحیت آنان توسط پژوهشگر مداخله توسط مربیان همتا طی ۴ جلسه ۹۰ دقیقه ای با استفاده از کتابچه آموزشی در گروه آزمون اجرا شد. افراد گروه کنترل در این مدت مداخله ای دریافت نکردند. داده ها با استفاده از آمار توصیفی، درصد فراوانی، انحراف معیار، میانگین و آمار استنباطی از جمله کای اسکور، تی زوجی و تی مستقل، ویلکاکسون، مک نمار، من ویتنی و فیشر با استفاده از نرم افزار spss 25 تجزیه و تحلیل شد.

یافته ها: قبل از مداخله بین نمرات رفتارهای پرخطر (رفتارهای تغذیه ای ناسالم، فعالیت فیزیکی ناکافی، صدمات غیر عمدی، صدمات عمدی (رفتارهای مرتبط با خشونت) در دو گروه آزمون و کنترل تفاوت معنی داری نداشته است ($P > 0/05$). در حالی که بعد از مداخله بین نمرات رفتارهای پرخطر در دو گروه آزمون و کنترل تفاوت معنی داری داشته است ($P < 0/05$). تغییرات نمره در گروه آزمون $2/47 \pm 5/22$ و در گروه کنترل $1/23 \pm 0/40$ بود. آزمون تی مستقل نشان داد تغییرات رفتارهای پرخطر بین گروه آزمون و کنترل تفاوت معنی داری داشت ($P < 0/001$). همچنین آموزش همتایان بر رفتارهای تغذیه ای دختران نوجوان هم تأثیر گذار بوده است ($P < 0/05$). اما آموزش همتایان نتوانسته است بر رفتارهای مرتبط با کنترل وزن تأثیر گذار باشد ($P > 0/05$).

نتیجه گیری: بر اساس یافته های این پژوهش، آموزش همتایان بر پیشگیری از رفتارهای پرخطر در دختران نوجوان موثر بوده است. بنابراین به مسئولین، سیاست گذاران و برنامه ریزان سلامت پیشنهاد میشود که از این روش جهت اجرای برنامه ی آموزشی کارآمدتر در راستای ارتقای رفتارهای مرتبط با سلامتی نوجوانان بهره گیرند.

کلید واژه ها: آموزش همتایان، دختران نوجوان، رفتارهای پرخطر



Teheran University of Medical Sciences

School of Nursing and Midwifery

Title:

**The effect of peer education on prevention of high risk behaviors
in adolescent girls**

**A thesis submitted as partial fulfillment of the requirements for Master of Science
Degree in Community health nursing**

By:

Elham Noei Aghabagher

Supervisor:

Shahzad pashaeipour

Consultant:

Shokoh Varaei

2019

Abstract:

Title: The effect of peer education on prevention of high risk behaviors in adolescent girls

Introduction & Aim: Adolescence is one of the most important and challenging years of any person's life. At this stage, the individual experiences severe physical, intellectual, emotional, moral, and social changes and it's actually the beginning of personality formation and identity-building for teenagers. Risky behaviors can begin experimentally in adolescence, but then become lifelong habits, so adolescence is a key period of change and investment in people's health. Therefore, this study was conducted to determine the effect of peer education on prevention of high risk behaviors in adolescent girls.

Materials and Methods: This study is a randomized clinical trial study. In this study, 120 high school adolescent girls in south schools of Tehran were selected based on inclusion criteria and then were randomly divided into control and intervention groups. The instruments used in this study were demographic questionnaire and adolescent high risk behaviors questionnaire 15-18 years old that were completed by students before the intervention and also 6 weeks after the intervention. The intervention in the experimental group was conducted in which ten students were selected as peer educators according to the inclusion criteria and were trained by the researcher twice a week for four 90-minute sessions. After confirmation of their competence by intervention researcher, peer educators performed 4 sessions of 90 minutes using instructional booklet in the experimental group. The control group received no intervention during this period. Data were analyzed using descriptive statistics, frequency, standard deviation, mean and inferential statistics including chi-square, paired t-test, independent t-test, Wilcoxon, McNemar, Mann-Whitney and Fisher software using SPSS 25 software.

Results: Before intervention, there was no significant difference between the scores of high risk behaviors (unhealthy eating behaviors, inadequate physical activity, unintentional injuries, intentional injuries (violence-related behaviors)) in the experimental and control groups ($p > 0.05$). However, after the intervention there was a significant difference between the high risk behaviors scores in the experimental and control groups ($p < 0.05$). Score changes in the experimental group were -5.22 ± 2.47 and in the control group were -0.40 ± 1.23 . Independent t-test showed that there was a significant difference between high risk behaviors between the experimental and control groups ($P < 0.001$). Peer education also affected the nutritional behaviors of adolescent girls ($P < 0.05$). But peer education could not influence weight control behaviors ($P > 0.05$).

Conclusion: According to the findings of this study, peer education has been effective in preventing high risk behaviors in adolescent girls. Therefore, health authorities, policy makers and planners are suggested to use this approach to implement a more effective educational program to promote adolescent health-related behaviors.

Key words: Peer education, Adolescent girls, High risk behaviors