



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

عنوان

**تأثیر آموزش مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی بر خودشفقتی و
خودکارآمدی زنان پره منوپوز**

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد در رشته مامایی

نگارنده:

زینب میرزایی مقصود

استاد راهنما:

دکتر زهرا بهبودی مقدم

استاد مشاور:

دکتر الهام رضایی

۱۴۰۱

"چکیده"

مقدمه:

دوران پره منوپوز و یائسگی یکی از معضلات دوران باروری زنان در سراسر جهان می باشد. عوارض ناشی از تغییرات هورمونی می تواند مشکلات روحی و جسمی متعددی را در این دوران ایجاد کند. زنان به دلیل اینکه یکی از اقشار موثر جامعه هستند در این دوران نیازمند خودکارآمدی و خودشفقتی ویژه ای هستند. از بین مدل های آموزش بهداشت، آموزش مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی می تواند در راستای آموزش در این دوران موثر باشد لذا هدف این پژوهش تعیین تاثیر آموزش مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی بر خودشفقتی و خودکارآمدی زنان پره منوپوز مراجعه کننده به مراکز جامع سلامت تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی کرمان در سال ۱۴۰۰ بود.

روش کار :

پژوهش حاضر یک مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی بود که بر روی ۸۶ نفر (۴۵ نفر گروه کنترل و ۴۱ نفر گروه مداخله) از زنان مراجعه کننده به مراکز جامع سلامت تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی کرمان با معیارهای ورود داشتن ملیت ایرانی سن حداقل ۴۰ سال و حداکثر ۵۰ سال، سواد خواندن و نوشتن، نداشتن اختلالات و مشکلات روانپزشکی مزمن و بیماری های بدخیم شناخته شده و داشتن تلفن همراه هوشمند به دلیل مجازی بودن آموزش، انجام شد. گروه مداخله در ۴ جلسه بر اساس سازه های مدل اعتقاد بهداشتی تحت آموزش قرار گرفتند که جلسات آموزشی به دلیل شیوع کرونا در زمان پژوهش، در فضای مجازی در محیط اسکایپ برگزار شدند که ۳ جلسه اول به صورت ارسال فیلم آموزشی و بروشور و در انتها پرسش و پاسخ آخر جلسه بود و جلسه ۴ به صورت پرسش و پاسخ آنلاین و رفع اشکال برگزار شد. پرسشنامه ها توسط گروه مداخله و کنترل در سه نوبت قبل مداخله، بلافاصله بعد مداخله و یک ماه بعد مداخله تکمیل شد و نتایج آماری با استفاده از نرم افزار spss18 تحلیل شد.

یافته ها:

میزان خود کارآمدی و خودشفقتی بین دو گروه مداخله و کنترل قبل از مداخله تفاوت معنی داری وجود ندارد (به ترتیب $P=0,101$ و $P=0,118$) و این در حالی است که بعد از مداخله و یک ماه بعد از مداخله میزان خود شفقتی و خودکارآمدی بین دو گروه مداخله و کنترل تفاوت معنی دار داشته است ($P=0,000$). همچنین از نظر میزان نمره کل مدل اعتقاد بهداشتی بر اساس سازه های آن بین دو گروه مداخله و کنترل قبل از مداخله تفاوت معنی داری وجود نداشته است ($P=0,105$) و این در حالی است که میزان نمره کل مدل اعتقاد بهداشتی بعد از مداخله و یک ماه بعد از مداخله بین دو گروه مداخله و کنترل تفاوت معنی دار پیدا کرده است ($P=0,000$).

نتایج :

این مطالعه نشان داد که میزان خودکارآمدی و خودشفقتی زنان پره منوپوز بعد از مداخله افزایش یافته است و آموزش مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی موثر بوده است.



Tehran University of Medical Sciences and Health Services

School of Nursing and Midwifery

Title

**The effect of training based on the health belief model on
self-compassion and self-efficacy of premenopausal
women**

By:

Zainab Mirzaei Maqsood

Supervisor:

Dr. Zahra Behbodi Moghadam

Consultant:

Dr. Elham Rezaei

2022

"Abstract"

Introduction:

Premenopause and menopause for women is one of the problems that faced in fertility period all over the world. The Complications arising from hormonal changes can cause many mental and physical problems during this period. Women need special self-efficacy and self-compassion because they are one of the most effective sections of society. Among the health education models, education based on the health belief model can be effective in this period, so the purpose of this study was evaluating The effect of education based on health belief model on self-compassion and self - efficacy of premenopausal women referring to comprehensive health centers.

method :

This study was a randomized clinical trial study that done on 86 women (45 in the control group and 41 in the intervention group) of women who referring to comprehensive health centers under the coverage of Kerman University of Medical Sciences, with the inclusion criteria of having Iranian nationality, at least 40 years old and at most 50 years, reading and writing literacy, not having chronic psychiatric disorders and known malignant diseases, and having a smart mobile phone in case of virtual education done. The intervention group was trained in 4 sessions based on the health belief model. Due to the spread of the Corona virus during the research, the training sessions were held in virtual space in the Skype environment. And the fist three sessions were done by educational film and brochure and at least question and answer.

the 4th session was held as an online question and answer and troubleshooting. Questionnaires were completed by the intervention and control groups three times before the intervention, immediately after the intervention and one month after the intervention, and the statistical results were analyzed using spss18 software.

Results :

The results of this study showed that there is no significant difference in terms of self-efficacy and self-compassion between the two intervention and control groups before the intervention ($P=0.101$ and $P=0.118$, respectively) and this is despite the fact that after the intervention and one month After the intervention, there was a significant difference in the level of self-compassion and self-efficacy between the intervention and control groups ($P=0.000$). Also, in terms of the total score of the health belief model based on its structures, there was no significant difference between the two intervention and control groups before the intervention ($P=0.105$), while the total score of the health belief model after the intervention and One month after the intervention, there is a significant difference between the intervention and control groups ($P=0.000$).