

طاهره خسروجردی، ۱۴۰۳

عنوان: اثربخشی درمان شناختی رفتاری مبتنی بر ذهن آگاهی بر خودکار آمدی و ترس از زایمان طبیعی در زنان نخست زا شهر سبزوار

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری مبتنی برذهن آگاهی بر خودکارآمدی و ترس از زایمان طبیعی در زنان نخست زا شهر سبزوار بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی و طرح تحقیق از نوع پیشآزمون و پسآزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه مادران باردار نخست زا (حاملگی اول) مراجعه کننده به بیمارستان مبینی سبزوار از ابتدای اسفند ماه ???? تا پایان اردیبهشت ???? بود. از میان جامعه آماری با استفاده از روش نمونه گیری داوطلبانه و دردسترس و براساس نمره پرسشنامه خودکارآمدی (لویی، 1993) و پرسشنامه ترس از زایمان (هارمن، 1988) در پیشآزمون، 30 نفر که ملاکهای ورود و خروج را دارا بودند نمونه آماری را تشکیل دادند. این 30 نفر به شکل تصادفی در ? گروه آزمایش درمان شناختی رفتاری مبتنی بر ذهن آگاهی را دریافت کرد و گروه کنترل در لیست انتظار قرار دارند. همچنین برای تجزیه و تحلیل داده ها از آمون کوواریانس و برای تسریع در نتایج حاصله از نرم افزار SPSS24 استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که درمان شناختی رفتاری مبتنی برذهن آگاهی به طور معناداری منجر به افزایش خودکارآمدی زایمان و کاهش ترس از زایمان طبیعی در زنان نخست زا شهر سبزوار شد. در نتیجه می توان گفت درمان شناختی رفتاری مبتنی برذهن آگاهی رویکرد مناسبی جهت افزایش خودکارآمدی و کاهش ترس از زایمان طبیعی در زنان نخست زا شهر سبزوار می باشد.

کلیدواژهها: درمان شناختی رفتاری مبتنی برذهن آگاهی، خودکارآمدی، ترس از زایمان طبیعی، زنان نخست زا

شمارهی پایاننامه: ۱۴۰۳/۹۷۰۷۹۰۴۳۷۱۲۰۱۰۲۷۱۶۲۸۶۷۸۱۳ تاریخ دفاع: ۱۴۰۳/۰۶/۱۱ رشتهی تحصیلی: دانشکده: استاد راهنما: رضا جعفری نسب

Thesis:

The effectiveness of cognitive behavioral therapy based on mindfulness on self-efficacy and fear of natural childbirth in primiparous women in Sabzevar city



The purpose of this study was to investigate the effectiveness of cognitive behavioral therapy based on mindfulness on self-efficacy and fear of natural childbirth in primiparous women in Sabzevar city. The research method is semi-experimental and the research design is pre-test and post-test with a control group. The statistical population of this research included all primiparous pregnant mothers (first pregnancy) referred to Mobini Sabzevar Hospital from the beginning of March 1402 to the end of May 1403. From among the statistical population, using the voluntary and available sampling method and based on the score of the self-efficacy questionnaire (Lowe, 1993) and the fear of childbirth questionnaire (Hartman, 1988) in the pre-test, 30 people who met the entry and exit criteria formed the statistical sample. they gave These 30 people were randomly replaced in 2 experimental and control groups of 15 people, the experimental group received cognitive behavioral therapy based on mindfulness, and the control group is on the waiting list. Also, covariance test was used to analyze the data and SPSS-24 software was used to speed up the results. The results of the research showed that cognitive behavioral therapy based on mindfulness significantly increased childbirth self-efficacy and reduced fear of natural childbirth in primiparous women in Sabzevar city. As a result, it can be said that cognitive behavioral therapy based on mindfulness is a suitable method for increasing self-efficacy and reducing fear of natural childbirth in primiparous women of Sabzevar city.