

بکارگیری برنامه مشارکتی - آموزشی بر اساس الگوی پرسید به منظور ارتقاء احترام به خود و بهداشت روان دانشجویان

دکتر مهدی مشکی^۱ دکتر فضل‌ا... غفرانی‌پور^۲ دکتر پرویز آزاد فلاح^۳ دکتر ابراهیم حاجی‌زاده^۴

^۱ استادیار گروه بهداشت عمومی، دانشگاه علوم پزشکی گناباد ^۲ دانشیار گروه آموزش بهداشت، ^۳ دانشیار گروه روانشناسی، ^۴ دانشیار گروه آمار حیاتی، دانشگاه تربیت مدرس

مجله پزشکی هرمزگان سال چهاردهم شماره اول بهار ۸۹ صفحات ۳۱-۲۲

چکیده

مقدمه: آسیب‌پذیری دانشجویان به ویژه شاغلین به تحصیل در رشته‌های علوم پزشکی در مقابل موقعیت‌ها و مشکلات مختلف می‌تواند بطور خاص بر سلامت روانی آنها اثرگذار باشد. در این راستا مطالعه حاضر با هدف بکارگیری یک برنامه مشارکتی - مهارتی بر اساس الگوی پرسید به منظور ارتقای احترام به خود و بهداشت روان دانشجویان دانشگاه‌های علوم پزشکی گناباد و بیرجند در مدت دو سال انجام شد.

روش کار: مطالعه حاضر یک تحقیق تجربی بر اساس الگوی پرسید بود که ۱۵۴ دانشجو به صورت تصادفی برای گروه‌های آزمون و شاهد انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های عوامل مستعدکننده، قادرکننده و تقویت‌کننده، احترام به خود روزنبرگ و GHQ-28 استفاده شد. برنامه مداخله به شیوه بحث گروهی متمرکز و در قالب مهارت‌های زندگی منتخب طراحی و اجرا شد و پس از پایان جلسات برنامه‌ریزی شده در هر دو گروه به طور مجزا برآورد و مقایسه گردید. داده‌های استخراج شده با استفاده از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی در قالب نرم‌افزار SPSS تجزیه و تحلیل گردید.

نتایج: بررسی یافته‌ها نشان داد که عوامل مستعدکننده، عوامل قادرکننده و تقویت‌کننده، احترام به خود و بهداشت روان دانشجویان در گروه آزمون نسبت به گروه شاهد بعد از مداخله تفاوت معنی‌داری داشتند. بطوری که پس از مداخله متغیرهای بهداشت روان ($P < 0.001$)، احترام به خود ($P < 0.001$)، عوامل مستعدکننده ($P < 0.01$) و عوامل قادرکننده و تقویت‌کننده ($P < 0.02$) بین گروه‌های آزمون و شاهد تفاوت معنی‌داری نشان دادند.

نتیجه‌گیری: این نتایج خاطر نشان می‌کنند که برنامه‌ریزی به صورت آموزش مهارت‌های زندگی منتخب و بر اساس الگوی پرسید موجب مشارکت و توانمندسازی در راستای ارتقای احترام به خود و بهداشت روان دانشجویان می‌شود.

کلیدواژه‌ها: بهداشت روان - دانشجویان - آموزش - الگوی پرسید

نویسنده مسئول:

دکتر مهدی مشکی

مرکز تحقیقات توسعه اجتماعی و

ارتقاء سلامت گناباد، دانشگاه

علوم پزشکی گناباد

گناباد - ایران

تلفن: +۹۸۹۱۵۱۳۵۹۰۶۶

پست الکترونیکی:

dmoshki@gmail.com

دریافت مقاله: ۸۸/۲/۳ اصلاح نهایی: ۸۸/۹/۸ پذیرش مقاله: ۸۸/۱۰/۲۷

مقدمه:

مفهوم بهداشت روان حالتی از سلامتی است که در آن فرد توانایی‌های خود را می‌شناسد، می‌تواند با فشارهای طبیعی زندگی مقابله کند، برای جامعه مثمرتر باشد و قادر به تصمیم‌گیری و مشارکت جمعی باشد (۱). احترام به خود به معنی پذیرش و ارزشمندی است که شخص نسبت به خویشین احساس می‌کند. روانشناسان نیز بر این باورند که بهره‌مندی از احترام به خودبخشی از سلامت روانی به شمار می‌رود و

برخورداري از احترام به خود را به عنوان عامل مرکزی و اساسی سازگاری عاطفی - اجتماعی افراد می‌دانند (۲). احترام به خود در تمام فعالیتهای روزانه انسان به نوعی جلوه‌گر می‌شود و به این شکل از مهمترین جنبه‌های شخصیت و تعیین‌کننده ویژگی‌های رفتاری و شکوفایی انسان است و بیشتر صاحب نظران آن را به عنوان عامل مهم و اساسی در سازگاری عاطفی و اجتماعی می‌دانند (۳). این صفت یک ویژگی عمومی است و در همه انسان‌ها وجود دارد و محدود و گذرا