

Correlation of spirituality and psychological well-being with pregnancy-specific stress

Taibeh Dilgony¹, Mahrokh Dolatian^{2*}, Jamal Shams³, Farid Zayeri⁴, Zohreh Mahmoodi⁵

1- Department of Midwifery, School of Nursing and Midwifery, International branch of Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

2- Department of Midwifery, School of Nursing and Midwifery, Center for the Study of Religion and Health, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

3- Department of Psychiatry, Behavioral Research Center, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

4- Proteomics Research Center, Faculty of Paramedical Sciences, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

5- Department of Midwifery, School of Nursing and Midwifery, Alborz University of Medical Sciences, Karaj, Iran.

Abstract

Background and Objectives: Pregnancy is a natural function for women, it is nonetheless a stressful experience, associated with extensive psychological and physical changes that make women psychologically vulnerable. One of the components of a healthy life is attending to spiritual needs, which can enhance quality of life and gradually reduce harmful behaviors. The present study, titled "Correlation of spirituality and psychological well-being with pregnancy-specific stress in women visiting health centers in Dehdasht township in 2015", was conducted considering the available data.

Materials and Methods: The present descriptive-correlational study recruited 450 pregnant women visiting health centers in Dehdasht township. The data were collected using personal-social, pregnancy-specific stress, and spirituality and psychological well-being questionnaires, and were analyzed in SPSS-20.

Results: The present study results showed correlations between spirituality and pregnancy stress ($r=0.156$) and also between psychological well-being and pregnancy stress ($r=0.294$). The results relating to the contribution of spirituality components in pregnancy stress showed that religious and spiritual health are able to affect pregnancy stress, and the results relating to the contribution of subscales of psychological well-being showed that purposeful life well-being and independent well-being can affect pregnancy stress ($P=0.01$).

Conclusion: The results showed that spirituality and psychological well-being are associated with stress during pregnancy. It is recommended due to the impact of variable both spiritual and psychological well-being in developing coping skills, stress reduction program.

Keywords: Stress, Spirituality, Psychological Well-being, Pregnancy

*Corresponding Author: Mahrokh Dolatian; Email: mhdolatian@gmail.com

دراسة التضامن بين المعنوية و رفاهية علم النفس و بين الإجهاد الخاص لفترة الحمل

طية ديلكوني^١، ماهرخ دولتيان^{٢*}، جمال شمس^٣، فريد زائري^٤، زهرة محمودي^٥

- ١- قسم القبالة والصحة الإنجابية، الوحدة الدولية لجامعة الشهيد بهشتي للعلوم الطبية، طهران، إيران.
- ٢- قسم القبالة والصحة الإنجابية، مركز الدراسات للدين والصحة، جامعة الشهيد بهشتي للعلوم الطبية، طهران، إيران.
- ٣- مركز البحوث للعلوم السلوكية، طبيب نفساني، جامعة الشهيد بهشتي للعلوم الطبية، طهران، إيران.
- ٤- مركز البحوث للبروتيوميئات، قسم الإحصاء الحيوي لكلية شبه الطبية، جامعة الشهيد بهشتي للعلوم الطبية، طهران، إيران.
- ٥- قسم القبالة، كلية التمريض والقبالة، جامعة ألبرز للعلوم الطبية، كرج، إيران.

الملخص

السابقة و الأهداف: بالرغم من أن الحمل يعتبر عملاً طبيعياً للنساء لكنه في الوقت نفسه يعتبر تجربة مرهقة. هذه الخبرة تصاحب التغيرات النفسية والجسدية الواسعة وتجعل النساء في الصدمة نفسياً. إحدى مكونات الحياة السليمة هي الانتباه إلى الاحتياجات المعنوية. والمعنوية تقدر أن تُعطي نمط حياة الإنسان وتخفف السلوكيات المضرة شيئاً فشيئاً. وفقاً للمعلومات الموجودة، قد تم بحث بعنوان «تضامن المعنوية ورفاهية علم النفس مع الإجهاد الخاص لفترة الحمل في النساء المراجعات إلى المراكز الصحية في مدينة دهدشت» سنة ٢٠١٥م.

المواد و الأساليب: قد تمت هذه الدراسة في النوع الوصفي التضامني في ٤٥٠ امرأة حاملاً مراجعة إلى المراكز الصحية في مدينة دهدشت. وتم جمع المعلومات بالاستفادة من الاستمارات الفردية - الاجتماعية، والإجهاد الخاص لفترة الحمل والمعنوية ورفاهية علم النفس، كما تم تحليل المعطيات بالاستفادة من البرمجة spss (الإصدار ٢٠).

المكتشفات: قد كشفت مكتشفات الحاصلة من البحث أن بين المعنوية وبين الإجهاد لفترة الحمل ($T=0.156$) وبين رفاهية علم النفس والإجهاد لفترة الحمل ($T=0.294$) تضامناً. تعيين حصّة المكونات الفرعية للمعنوية في إجهاد الحمل، كشفت النتائج أن الصحة الدينية والصحة المعنوية تؤثران في إجهاد الحمل، و في تعيين حصّة المكونات الفرعية لرفاهية علم النفس، بإمكان الرفاهية الهادفة للحياة ولرفاهية الاستقلال أن تؤثرا في إجهاد الحمل ($P=0.01$).

النتيجة: قد كشفت النتائج أن بين المعنوية ورفاهية علم النفس وبين الإجهاد لفترة الحمل تضامناً. وبما أن لأي من المتغيرين أي المعنوية ورفاهية علم النفس، تأثيراً في مهارات المواجهة مع الإجهاد، نقترح التخطيط لتخفيض الإجهاد والضغط العصبي.

الألفاظ الرئيسية: الإجهاد، المعنوية، رفاهية علم النفس، الحمل.

بررسی همبستگی بین معنویت و بهزیستی روان‌شناختی؛ و استرس مختص دوران بارداری

طیبه دیلگونی^۱، ماهرخ دولتیان^{۲*}، جمال شمس^۳، فرید زائری^۴، زهره محمودی^۵

۱- گروه مامایی و بهداشت باروری، واحد بین الملل دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.

۲- گروه مامایی و بهداشت باروری، مرکز مطالعات دین و سلامت، دانشکده‌ی پرستاری- مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهران، ایران.

۳- مرکز تحقیقات علوم رفتاری، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهران، ایران.

۴- مرکز تحقیقات پروتئومیکس، گروه آمار زیستی، دانشکده‌ی پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.

۵- گروه مامایی، دانشکده‌ی پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی البرز، کرج، ایران.

چکیده

سابقه و اهداف: اگرچه بارداری عملکردی طبیعی برای زنان به حساب می‌آید؛ ولی در عین حال تجربه‌ی پرسترس تلقی می‌شود. این تجربه با تغییرهای گسترده‌ی روانی و جسمی همراه است و زنان را از نظر روانی آسیب‌پذیر می‌کند. یکی از اجزای زندگی سالم، توجه به نیازهای معنوی است؛ معنویت می‌تواند سبک زندگی انسان را اعتلا بخشد و رفتارهای آسیب‌زا را به تدریج کاهش دهد. با توجه به اطلاعات موجود، پژوهشی با عنوان همبستگی بین معنویت و بهزیستی روان‌شناختی؛ و استرس مختص دوران بارداری در زنان مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی شهر دهدشت در سال ۱۳۹۴ انجام شده است.

مواد و روش‌ها: این پژوهش به روش توصیفی- همبستگی، بر روی ۴۵۰ زن باردار مراجعه‌کننده به مراکزهای بهداشتی شهر دهدشت انجام شده است. اطلاعات با استفاده از پرسش‌نامه‌های فردی- اجتماعی، استرس مختص دوران بارداری؛ معنویت و بهزیستی روان‌شناختی جمع‌آوری و داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS (نسخه‌ی ۲۰)، تحلیل شده است.

یافته‌ها: یافته‌های حاصل از تحقیق نشان داده است که بین معنویت با استرس بارداری ($r=0/156$) و همچنین بین بهزیستی روان‌شناختی با استرس بارداری، همبستگی وجود دارد ($r=0/294$). برای تعیین سهم خرده‌مؤلفه‌های معنویت در استرس بارداری، یافته‌ها نشان داده که سلامت مذهبی و سلامت معنوی بر استرس بارداری تأثیر می‌گذارد. همچنین تعیین سهم خرده‌مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی، معلوم شد که بهزیستی هدف‌دار زندگی و بهزیستی استقلال نیز می‌تواند روی استرس بارداری تأثیرگذار باشد- ($p=0/01$).

نتیجه‌گیری: نتیجه‌ی کار نشان داده است که بین معنویت و بهزیستی روان‌شناختی؛ و استرس دوران بارداری همبستگی وجود دارد. پیشنهاد می‌شود با توجه به تأثیر هر دو متغیر معنویت و بهزیستی روان‌شناختی در مهارت‌های مقابله با استرس، برای کاهش استرس برنامه‌ریزی شود.

واژگان کلیدی: استرس، معنویت، بهزیستی روان‌شناختی، بارداری

مقدمه

تلقی می‌شود که با تغییرهای گسترده‌ی روانی و جسمی همراه است (۱). تقریباً ۲۵ درصد زنان در دوران بارداری خود درجه‌ی از استرس را تجربه می‌کنند. از دیدگاه بهداشت عمومی، شناسایی کسانی که از استرس‌های روانی در دوران بارداری رنج می‌برند بسیار مهم است؛ زیرا عامل‌های روانی و

بارداری و زایمان، رویدادی طبیعی در چرخه‌ی زندگی زنان محسوب می‌شود. با این حال، اگرچه بارداری عملکردی طبیعی برای زنان به حساب می‌آید، در عین حال تجربه‌ی پر استرس