اثربخشی مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی بر میزان استرس پرستاران تازه کار

جمه‌العمل‌ها: نجمه علی‌بیکی یبری ۱ مسعود فلاحی خشکیب ۲ حمیدرضا خانکی ۳ حمیدرضا خانکی ۴ محمدعلی حسینی ۵ محسن یزدانی ۶

چکیده
زمینه و هدف: پتختاده‌های مثبت و منفی مداخله‌های شناختی رفتاری به شیوه گروهی بر میزان استرس پرستاران تازه کار بود.

روش پژوهش: طرح پژوهش حاضر تجربی یک‌دوره از نوع پیش‌آزمون- پس آزمون که گروه کنترل می‌باشد که با انتخاب هدف‌گذاری اولیه و تخصصی ۸۰ نفر از پرستاران تازه کار به دو گروه ۴۰ نفر به دقت پژوهش آزمون و گروه کنترل به روش مناسب بر هدف انجام شد. برای گروه آزمون، ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مداخله‌های شناختی رفتاری به شیوه گروهی در هفته آخر شش و گروه کنترل هیچگونه مداخله ای نداشتند. داده‌ها از طریق پرس‌نامه منجمد پرسنال استرس پرستاری (Expanded Nursing Stress Scale) تهیه شد. پرس‌نامه‌ی انجام شده و پرس‌نامه‌ی تهیه شده، با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ به روش مجموعه‌ای تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که میانگین استرس در گروه آزمون از ۴۴/۴۴ قبل مداخله به ۴۳/۷۱ بعد از مداخله کاهش یافت و نتایج از نظر آماری معنی‌دار بوده است (p<0/05). در گروه کنترل قبل و بعد از مداخله تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد (p>0/05).

نتیجه‌گیری: کلیه‌ها: با توجه به این مطالعه مداخله‌های شناختی رفتاری به شیوه گروهی می‌تواند منجر به کاهش میزان استرس پرستاران تازه کار شود. لذا پیشنهاد می‌شود از این مداخله در ابتدا شروع به کار برای پرستاران تازه کار اجرا شود.

کلیدواژه‌ها: مداخله شناختی رفتاری، استرس، پرستاران تازه کار

تاریخ دریافت: ۹۳/۱/۱۵
تاریخ پذیرش: ۹۴/۱/۱۱

اطلاعات مراجعه‌کننده:
۱. دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت رسانه‌های پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی تهران، ایران
۲. دانشگاه علوم پزشکی تهران، ایران
۳. دانشگاه علوم پزشکی تهران، ایران
۴. دانشگاه علوم پزشکی تهران، ایران
۵. دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، ایران

Email: mslflir@yahoo.com

DOI: 10.29252/ijn.28.93.94.11
مقدمه
کار در زندگی هر فرد بخش مهمی از حیات وی به شمار می‌آید و با توجه به این که هدایت یک سوم از عمر هر فرد در محدوده کار بیشتر می‌شود، توجه به سیاست‌های از پژوهشگران را به خود جلب کرده است. عوامل مورد ارزیابی در محیط کار به واسطه سیاست‌های سازمانی و بدست آوردن اطلاعات از ارتباط سازمانی ارتقای ارتقا و بهبود عملکرد شده و در کلیه نواحی همچون بازدهی و شفافیت، توانایی و ظرفیت هر فرد، تأثیر نکاتی را به توانادن افراد افزایش ایجاد کرده، سبب بهبود عملکرد شده و در صورتی که از طرفیت مقابله ای در تجاوز کننده ای بر عملکرد فرد و سازمانی بر جای خواهد گذاشت (1). روشن‌سازی و محضق شناسی استرس را در وضعیت‌های مختلف بررسی نموده‌اند. در این میان نتایج استرس بر کارکنان بخش بهداشت و درمان به دلیل پیچیدگی کاری سبب تغییر است (2). اعمال گروه خدمات بهداشتی درمانی و به ویژه پرستاران، فرداً هستند که سطح بالایی از استرس را در زندگی حرفه‌ای خود تجربه می‌کنند (3). پرستاران به عنوان بارز توأم‌سازی سیستم خدمات بهداشتی درمانی، نقش پیوندی در تحلول و بی‌طرفی امور مراقبتی درمانی و ارتباط سلامت جامعه ایفا می‌کنند (4). در پرستاری، سال‌های اوّلیه استفاده یک دوره برخی می‌پیش نکته که در آن پرستاران تازه فارغ التحصیل شده بپرسند به عنوان پرستاران جدید وارد حرفه پرستاری می‌شوند و برای تبلیغ شدن به پرستاری حرفه‌ای اموزش و تربیت را داریفند. (5). حرفه‌های اموزش و تربیت در انتهای مداران (6). در پرستاران تازه فارغ التحصیل شده، فرمان‌گذاری از نقش دانشجویی به پرستار حرفه‌ای از دریافت به عنوان یک تجربه تشکل شناختی شده است. (7). تحقیقات بسیاری نشان داده‌اند که این اموزش در پرستاران تازه فارغ التحصیل شده از سایر پرستاران بیشترب‌از است. (8). با ماهیت کافی‌تر به نظر نمی‌رسد و هرگونه یک دانشجویی به پرستار حرفه‌ای از دریافت به عنوان یک تجربه تشکل شناختی شده است. (7). تحقیقات بسیاری نشان داده‌اند که این اموزش در پرستاران تازه فارغ التحصیل شده از سایر پرستاران بیشترب‌از است. (8). با ماهیت کافی‌تر به نظر نمی‌رسد و هرگونه
اثربخشی مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی بر میزان استرس... 

همکاران و نجمه علی یاری

مراجعه‌های و رود به پژوهش شامل: داشتن مدرک تحصیلی کارشناسی پرستاری، پرستار مشمول طرح نیروی انسانی، سابقه کار گردی از یک سال، ندانستن سابقه کار بالی بد از فراغت از تحصیل، عدم دریافت آموزش‌های مربوط به کاهش استرس، کسب شماره بیشتر از ۸۹ از پرسش‌نامه‌های استرس شغلهای انسانی تا پرسش‌نامه نامه داری، تفاوت‌های طبقه‌بندی عاطفی، تفاوت‌های طبقه‌بندی تربیتی، تفاوت‌های طبقه‌بندی با توجه به شیوه گروهی بر میزان استرس. گروهی مدرک محترم می‌کند. در هر جلسه گروهی، یک روش جدید ارزیابی مدلین آزمون‌گیری عضلانی بررسی، تکنیک‌های آزمون‌گیری معنی‌داری می‌شود. مراحل مداخله بر میزان استرس نیز، در ازای هتل بی‌اختلال، راهبرد اختلاف ارجاعی و آموزش‌های اجتماعی مشاهده می‌شود.

پطسف در این مطالعه اطلاعات فردی از متی لند این مطالعه فقط از طرف کسانی که در پژوهش شرکتکنند، تهیه شده است.

از آنجا که پرستاران نازه کار استرس زیادی را متحمل می‌شوند و در صورت کلیه ناموفق پیاده‌های از قبل بهره وری کاری کمتر، کاهش رضایت شغلی، فرسودگی شغلی، ترک حرفه پرستاری و در نهایت کمپرسیون نیروی پرستاری و بهبود آن کاهش کیفیت مراقبت از بیمار و در نهایت بود.

پژوهش با هدف تعیین تأثیر مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی بر میزان استرس پرستاران نازه کار در بیمارستان‌های منتهب دانشگاه علوم پزشکی شهر اصفهان در سال ۱۳۹۳ اجرای گردید.

روش پژوهشی

این پژوهش یک مطالعه نیمه تجربی از نوع پیش آزمون پس پژوهش ۸۰ نفر از پرستاران مشمول طرح نیروی انسانی در بیمارستان‌های منتهب دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در سال ۱۳۹۳ پرداخت.
درگیری با پرستاران دیگر، حجم کاری و عدم اطمینان در مورد درمان ممکن باشد. این ارای بر اساس مقیاس لیکرت، چهار پرسش به صورت هرگز استرس زا نیست (1)، کاهش اوقات استرس (2) اغلب اوقات استرس زاست (3) و همیشه استرس زاست (4) نتایج محاسبه است.

مراجعات اختلافی صورت در این پژوهش شامل اخذ مجوز لازم از دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران و دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، توییب دیروزه‌ای در انتخاب و تأثیر دادن اهداف و روش کار برای پرستاران و اخذ رضایت آگاهانه کتی در ابتدا مورد بود. حق خروج از مطالعه به شکی کننده داده شد و به ویژه مورد پژوهش اطمینان داده شد که تمامی اطلاعات آنها محفوظ خواهد ماند و نمی‌تواند مورد خواهد شد.

آخرین قرار خواهند گرفت. مجوز انجام پژوهش از کمیته م乌鲁های دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی به شماره 92/2/10/1802/69کسب شد و پروپوزال طرح در سامانه لیت کارآزمایی بالینی ایران IRCT IRCT2015012620811N1 به شماره ۱۴ گردید.

یافته‌ها

ازمزم های آماری نشان داد که دو گروه از نظر مشخصات جمعیت شناختی همسان بوده اند (جدول شماره ۱).

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیر</th>
<th>تجربه آزمون</th>
<th>گروه کنترل</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>سطح معناداری</td>
<td>p&lt;0.001</td>
<td>p&lt;0.001</td>
</tr>
<tr>
<td>T test</td>
<td>0.079</td>
<td>0.075</td>
</tr>
<tr>
<td>Chi-square</td>
<td>0.031</td>
<td>0.031</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیر</th>
<th>تجربه آزمون</th>
<th>گروه کنترل</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>سابقه کار (سال)</td>
<td>0.079</td>
<td>0.075</td>
</tr>
<tr>
<td>سابقه کار (ماه)</td>
<td>0.031</td>
<td>0.031</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیر</th>
<th>تجربه آزمون</th>
<th>گروه کنترل</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>جنس</td>
<td>مرد</td>
<td>زن</td>
</tr>
<tr>
<td>تعداد درصد</td>
<td>10/33/33</td>
<td>10/33/33</td>
</tr>
<tr>
<td>وزه</td>
<td>11/21/21</td>
<td>11/21/21</td>
</tr>
<tr>
<td>داخلی</td>
<td>11/21/21</td>
<td>11/21/21</td>
</tr>
<tr>
<td>جراحی</td>
<td>11/21/21</td>
<td>11/21/21</td>
</tr>
<tr>
<td>واحد محل کار</td>
<td>11/21/21</td>
<td>11/21/21</td>
</tr>
<tr>
<td>ساپر بخش‌ها</td>
<td>11/21/21</td>
<td>11/21/21</td>
</tr>
</tbody>
</table>

[DOI: 10.29252/ijn.28.93.94.11]
مقایسه میانگین و انحراف معیار نمرات استرس در گروه آزمون و کنترل قبل و بعد از مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی با استفاده از آزمون های تی مستقل و زوجی نشان داد میانگین نمره استرس قبل از مداخله در گروه آزمون 44/44 و در گروه کنترل 42/87 بوده است که از نظر آماری اختلاف معناداری بین دو گروه وجود نداشت (p = 0/001).

جدول شماره 2: مقایسه میانگین استرس کل و دو گروه آزمون و کنترل قبل و بعد از مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیر</th>
<th>آزمون</th>
<th>کنترل</th>
<th>آزمون قبل</th>
<th>کنترل قبل</th>
<th>آزمون بعد</th>
<th>کنترل بعد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>تی</td>
<td>میانگین</td>
<td>انحراف معیار</td>
<td>میانگین</td>
<td>انحراف معیار</td>
<td>میانگین</td>
<td>انحراف معیار</td>
</tr>
<tr>
<td>آزمون</td>
<td>44/44</td>
<td>6/62</td>
<td>29/44</td>
<td>6/12</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>کنترل</td>
<td>44/44</td>
<td>6/62</td>
<td>29/44</td>
<td>6/12</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>متغیر</td>
<td>آزمون</td>
<td>کنترل</td>
<td>آزمون قبل</td>
<td>کنترل قبل</td>
<td>آزمون بعد</td>
<td>کنترل بعد</td>
</tr>
<tr>
<td>-------</td>
<td>-------</td>
<td>-------</td>
<td>------------</td>
<td>------------</td>
<td>------------</td>
<td>------------</td>
</tr>
<tr>
<td>تی</td>
<td>میانگین</td>
<td>انحراف معیار</td>
<td>میانگین</td>
<td>انحراف معیار</td>
<td>میانگین</td>
<td>انحراف معیار</td>
</tr>
<tr>
<td>آزمون</td>
<td>44/44</td>
<td>6/62</td>
<td>29/44</td>
<td>6/12</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>کنترل</td>
<td>44/44</td>
<td>6/62</td>
<td>29/44</td>
<td>6/12</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

* p = 0/001

جدول شماره 3: مقایسه میانگین و انحراف معیار نمره استرس مربوط به زیر مقياس‌های برسه‌نامه سنجش استرس شغلی در گروه آزمون و کنترل قبل و بعد از مداخله شناختی

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیر</th>
<th>آزمون</th>
<th>کنترل</th>
<th>آزمون قبل</th>
<th>کنترل قبل</th>
<th>آزمون بعد</th>
<th>کنترل بعد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>نتیجه t- زوجی</td>
<td>پ = 0/001</td>
<td>پ = 0/001</td>
<td>پ = 0/001</td>
<td>پ = 0/001</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>تی</td>
<td>میانگین</td>
<td>انحراف معیار</td>
<td>میانگین</td>
<td>انحراف معیار</td>
<td>میانگین</td>
<td>انحراف معیار</td>
</tr>
<tr>
<td>آزمون</td>
<td>44/44</td>
<td>6/62</td>
<td>29/44</td>
<td>6/12</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>کنترل</td>
<td>44/44</td>
<td>6/62</td>
<td>29/44</td>
<td>6/12</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

* p = 0/001
بحث و تنبیه گیری

در این پژوهش، مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی بر میزان استرس پرستاران تاکید کارپیماستان های مبتلا دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در سال 1393 مورد بررسی قرار گرفت. بر اساس نتایج مطالعه، نتایج بین میانگین تغییرات آزمون استرس در پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمون با میانگین تغییرات پس آزمون و پس آزمون گروه کنترل از نظر آماری بود. از آن جا که گروه آزمون و کنترل در یکپارچه هم جمعیت شانی، آزمون ایجاد شده در میانگین نمرات پیش آزمون و پس آزمون دو گروه توان به دلیل مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی باشد. به عبارت دیگر، مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی در کاهش میزان استرس پرستاران تاکید کارپیماستان های مبتلا دانشگاه علوم پزشکی اصافه می‌تواند به دست آید.

یافته‌های این پژوهش مانند یافته‌های سایر پژوهش‌های این است که اثر مثبت مداخله شناختی رفتاری را بر سیستم اسکارف‌هاي یافته‌های این پژوهش نتایج کرده‌اند. همچنین وهمکارانش نیز در حیطه کاهش استرس پرسنل در این مطالعه به شیوه گروهی که به مدت هفته توان به دلیل مداخله شناختی رفتاری کارپیماستان که بالینی نمره استرس، اضطراب و افسردگی را کسب کرده بودند، نشان داده می‌باشد. اثر رفتاری می‌تواند به عنوان شیوه انتخابی جهت کاهش استرس اضطراب و افسردگی در دوران بارداری به کار گرفته‌شود. در مطالعه قاسم زاده و همکاران نشان دادند که مداخله شناختی رفتاری موجب افزایش سلامت...
انتخابی مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی بر میزان استرس... نجمه علی باری و همکاران

به‌دست آمده از مقایسه زیر مقياس‌های انی مطالعه هم‌خوانی دار. بنابراین های حاصل از پژوهش پیمان باک و همکاران نشان داد که از میان موفق‌های سه بررسی نام‌ استرس شغلی پرستاری، موفقیت‌های تعریف با پزشکان و کمیابی‌های حمایتی، پیش‌گیری بروز استرس در پرستاران می‌باشد. (۵) مطالعه پرون و همکاران نیز نشان داد در بین عوامل استرس زای شغلی پرستاری که با استفاده از پرسش‌نامه استرس پرستاری به‌دلیل تبعیض با انتخاب نشان داد می‌باشد. (۶) توصیه‌های ورودی برای مداخله نشان داد که اجرای مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی در پرسش‌نامه تفاوت ایجاد کرده است. (۷) همچنین مداخله و همکاران نتایج نشان داد که اجرای مداخله شناختی رفتاری به شیوه گروهی در پرسش‌نامه مثبت کنند از سالمندان که در معرض افزایش استرس بودند. در مقایسه با استرس‌های کاهش‌افکار منفی و افزایش روابط همکاری، در مداخله جمع‌آوری شد، پرسش‌نامه رفتاری پرستاران یک موردی نشان داد که این نشان دهنده است که از تکنیک‌های پاساره‌ای به‌دلیل امنیت و در نتیجه درک حواض استرس‌زا استفاده نمایند. (۸) فرض آن‌ها بود که این مداخله به میزان استرس بیشتری در افراد شد. این نشان می‌دهد که استرس استرس‌زا استفاده برای پزشکان و کمترین میزان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس‌ناب ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس ناشی از تعارض با پزشکان استرس مربوط به استرس Nجمه علی باری و همکاران

نتایج برخی مطالعات با تابعه
نتایج کار از قبل افزایدگی، اضطراب، فقد ترک حرکه مورد سنجش قرار گرفتند اند. لذا پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده هیچ گاهی دیگری به غیر از استرس، مثال‌‌های مداخله‌شناختی رفتاری، بر سری مشکلات پرستاران تازه کار از قبل افزایدگی، اضطراب، فقد ترک حرکه و ... سنجیده شود. همچنین مسئولین و پرستاران حرکه‌های بهداشتی و بخوش‌مایی پرستاران با آکاهی از نتایج این پژوهش ها، می‌توانند در برنامه‌ریزی‌های آموزشی، ارتباط میانه‌ای جهت ارتقاء توان علمی و عملی پرستاران تازه کار در جهت کنترل استرس و ایجاد بهبود از نیازهای بته گیرند. بر اساس پژوهش‌های این پژوهش، مداخله نیازمندی رفتاری به شیوه گروهی بر کارگر استرس پرستاران تازه کار نیاز مبتل در مدار دارد و این مداخله می‌تواند در کنار سایر روش‌های مدرک‌بند استرس بر کاهش میزان استرس پرستاران تازه کار مؤثر باشد. لذا برگزاری دوره‌های

فهرست منابع

1. McLean J. Forgotten Faculty: Stress and Job Satisfaction Among Distance Educators 2008; Available from: http://www.westga.edu/~distance/ojdla/summer92/mclean92.htm.


The Effectiveness of Cognitive Behavioral Group Intervention on the Stress Levels of New Graduate Nurses

1Aliyari N., MS.  2Fallahi Khoshknab M., PhD.  3Khankeh HR., PhD.
4Hoseini MA. PhD.  5Yazdani M., MS.

Abstract
Background & Aim: New graduate nurses bear high levels of stress which could lead to unpleasant personal and professional outcomes. This study aimed to determine the effectiveness of cognitive behavioral group intervention on the stress levels of new graduate nurses.

Material & Methods: It was a quasi-experimental pretest-posttest study with control group. A total of 80 new graduate nurses were first recruited by purposeful sampling and then were randomly assigned into two experimental and control groups (n=40). Eight, 90 minutes sessions of cognitive behavioral group intervention was performed for the experimental group two times a week. Control group received no intervention. The data was collected before and after the intervention by “Expanded Nursing Stress Scale” and analyzed by inferential statistics such as chi-square and independent T test using SPSS- PC (v. 20).

Results: The findings showed that the mean score of stress level has reduced significantly after the intervention (from 44/44 to 29/44) (p<0/001). No significant reduction was found in the stress levels of control group (p=0/276). There was also a significant difference between the mean score of stress levels of the two groups after intervention (p<0/001).

Conclusion: According to the findings cognitive behavioral group intervention can reduce the stress levels of new graduate nurses. Therefore, using this intervention in the beginning of new graduate nurses’ work is suggested.

Key Words: Cognitive behavior therapy, Stress, Licensed practical nurses

Received: 5 Jan 2015  
Accepted: 31 Mar 2015

1 Master student of psychiatric nursing management, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran. 
2 Associate professor, Nursing group, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran. (*Corresponding author). Tel: 09125097144  
Email: msflir@yahoo.com 
3 Associate professor, Nursing group, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran. 
4 Assistant professor, Nursing group, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran. 
5 Master student of nursing, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran.