



تأثیر مشاوره حمایتی با رویکرد روانشناسی مثبت گرا بر الگوهای مقابله ای زنان باردار مبتلا به تهوع و استفراغ

مینا عباسی، اعظم ملکی، لقمان ابراهیمی و بهناز مولایی

چکیده

مقدمه: تهوع و استفراغ بارداری (NVP) با طیف وسیعی از تغییرات جسمی و روحی در مادران همراه است و می تواند بر سازگاری آنها با بارداری تأثیر بگذارد. در مورد اثربخشی مشاوره با رویکرد روانشناسی مثبت گرا در بهبود الگوهای مقابله ای در زنان مبتلا به NVP، شکاف دانشی وجود دارد.

هدف: این مطالعه با هدف تعیین تأثیر مشاوره حمایتی با رویکرد روانشناسی مثبت گرا بر بهبود الگوهای مقابله ای زنان مبتلا به NVP انجام شد.

روش کار: مطالعه حاضر یک کارآزمایی تصادفی کنترل شده بر روی ۶۰ زن باردار مبتلا به تهوع و استفراغ در استان زنجان در شمال غرب ایران در سال ۲۰۲۰-۲۰۲۰ بود. با استفاده از نمونه گیری تصادفی چهار بلوکی، زنان واجد شرایط به طور تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند. طبق پروتکل سلیگمن، گروه مداخله در شش جلسه ۴۵ دقیقه و ۳ بار در هفته مشاوره حمایتی دریافت کرد. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه مقابله ای پیش از تولد تجدیدنظر شده (Nu PCI) استفاده شد و با استفاده از مجذور کای، آنالیز واریانس با اندازه های مکرر و MANOVA در سطح اطمینان ۹۵ درصد تجزیه و تحلیل شد.

نتایج: در گروه مشاوره، میانگین (SD) نمره کل مقابله با بارداری قبل از مداخله ۶/۱۱ (۱/۳۱) بود که در ۴ هفته پس از مداخله به ۸/۴۰ (۱/۰۳) رسید. بر اساس آزمون MANOVA با تعدیل تعداد حاملگی، میانگین نمره کل مقابله با بارداری ۴ هفته پس از مداخله در مقایسه با گروه کنترل از نظر آماری معنی دار بود (میانگین اختلاف تعدیل شده، -1.84 , $CI_{95\%} = -2.36$, $AMD = -1.32$, $p = 0.001$).

نتیجه گیری: استفاده از روانشناسی مثبت نگر در مشاوره حمایتی باعث بهبود مقابله مادران مبتلا به تهوع و استفراغ در دوران بارداری شد. توصیه می شود که این رویکرد در مراقبت های دوران بارداری برای ارتقای سلامت زنان باردار گنجانده شود.

کلید واژه: روانشناسی مثبت، سازگاری، تهوع و استفراغ بارداری، سلامت زنان