

## اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر کاهش اضطراب دوران بارداری و ترس از زایمان ربابه رستمی<sup>۱</sup>، دکتر توکل موسی زاده<sup>۲</sup>

۱- نویسنده مسئول: گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

۲- گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر کاهش اضطراب دوران بارداری و ترس از زایمان بود. این پژوهش از نوع آزمایشی با طرح پیش-آزمون-پس-آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه زنان باردار مراجعه کننده به مراکز درمانی شهرستان اردبیل در نیمه دوم سال ۱۳۹۷ بودند که تعداد ۳۰ نفر به روش نمونه-گیری در دسترس انتخاب و در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش ۳ جلسه ۹۰ دقیقه ای مصاحبه انگیزشی دریافت کرد. برای گردآوری اطلاعات در پیش آزمون و پس-آزمون از پرسشنامه های اضطراب دوران بارداری و ترس از زایمان استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده ها با آزمون تحلیل کواریانس چندمتغیره (MANCOVA) صورت گرفت که برای این منظور از نرم افزار آماری SPSS20 استفاده شد. نتایج نشان داد که مصاحبه انگیزشی موجب کاهش اضطراب دوران بارداری و ترس از زایمان شده بود ( $p < 0/01$ ). نتایج به دست آمده بر اجرای مصاحبه انگیزشی به منظور کاهش اضطراب دوران بارداری و ترس از زایمان در کنار سایر خدمات بهداشتی درمانی برای زنان باردار تاکید دارد. **واژگان کلیدی:** مصاحبه انگیزشی، اضطراب بارداری، ترس از زایمان