Scientific Journal of Nursing, Midwifery and Paramedical Faculty, 2024; Vol 9(4), spring, pp 417 - 430

The effectiveness of education on the level of awareness, attitude and performance of teenage girls about menstrual health

Majid kianmehr[1], Sara AbediKooshki[2]*, Saeede Sadat Babaei[3], Hadise Mohammadi[3], Asma Gholami moghadam[4]

1. Department of Basic Sciences, Esfarayen Faculty of Medical Sciences, Esfarayen, Iran
2. Graduate of PhD in Educational Administration, Esfarayen Faculty of Medical Sciences, Esfarayen, Iran
3.Undergraduate student, Department of Public Health, Esfarayen Faculty of Medical Sciences, Esfarayen, Iran
4. Nursing graduate, Esfarayen Faculty of Medical Sciences, Esfarayen, Iran

***Corresponding Author:** Sara AbediKooshki, **E-mail:** sara.abedi.kooshki@gmail.com

Received: 12 March 2024 **Accepted:** 19 June 2024

Abstract

Background & Aim: Puberty is the turning point of passing from childhood and entering adulthood, and the lack of proper knowledge about the functioning of the body during this period and the lack of preparation for menstruation causes fear and negative attitudes about puberty. The present study aims to determine the effectiveness of education on the level of awareness, attitude and performance of teenage girls about menstrual health in high schools. The first secondary school) in Esfarayen city, 2022.

Materials & Methods: This study was an intervention type, in which 413 female students of the first secondary school of Esfarayen city were selected using Cochran's formula as the sample size. In this study, sampling was done by cluster method. To collect data, the questionnaire of Nissi et al., which measures the level of knowledge, attitude and performance regarding menstrual hygiene, was used. The reliability rate was calculated to be 0.89. The pre-test was conducted, then the training was conducted in 3 sessions of 60 minutes in the form of lectures and presentations of educational PowerPoints, as well as questions and answers. A few days after the completion of the training course, the post-test was taken and three months later, the follow-up test was conducted. Then the collected data was entered into SPSS software version 24 and analyzed using paired T-test and other descriptive tests.

Results: The results of paired t-test showed that there is a significant difference between the performance of girls before (23.68 ± 2.67) and after training (26.12 ± 2.91), which indicates the effectiveness of the intervention (2.44 ± 2.77 and $p \leq 0.05$). Also, the results of the research showed that the educational intervention in the field of puberty health was effective in the level of knowledge (2.66 ± 2.95) and attitude (5.09 ± 4.6) of students ($p < 0.001$).

Conclusion: The results showed that the education of health topics during puberty (menstrual hygiene) had a noticeable effect on the level of knowledge, attitude and performance of students, so the correct information in this matter should be provided through correct information sources, especially through mothers and health officials. schools should be transferred to them, therefore, it is suggested that the relevant authorities should make the necessary efforts to increase the awareness of adolescent girls regarding pubertal health through public education in order to improve their attitude, improve their performance and, as a result, improve their health level.

Keywords: Education، awareness, attitude, performance

How to cite this article: kianmehr M, AbediKooshki S, Babaei SS, Mohammadi H, Gholami moghadam A. The effectiveness of education on the level of awareness, attitude and performance of teenage girls about menstrual health. Scientific Journal of Nursing, Midwifery and Paramedical Faculty, 2024; Vol 9(4), spring, pp 417 – 430.**https://sjnmp.muk.ac.ir/article-1-609-fa.html.**

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

اثربخشی آموزش بر میزان آگاهی، نگرش و عملکرد دختران نوجوان درباره بهداشت دوران قاعدگی

مجید کیان مهر[۱]، سارا عابدی کوشکی*[۲]، سعیده سادات بابایی[۳]، حدیثه محمدی[۳]، اسما غلامی مقدم[۴]

۱. استادیار فیزیولوژی، دانشکده علوم پزشکی اسفراین، اسفراین، ایران

۲. دانش آموخته دکتری تخصصی مدیریت آموزشی، دانشکده علوم پزشکی اسفراین، اسفراین، ایران

۳. دانشجوی کارشناسی بهداشت عمومی، دانشکده علوم پزشکی اسفراین، اسفراین، ایران

۴. دانش‌آموخته رشته پرستاری، دانشکده علوم پزشکی اسفراین، اسفراین، ایران

* **نویسنده مسئول:** سارا عابدی کوشکی، **ایمیل:** sara.abedi.kooshki@gmail.com

تاریخ دریافت:۱۴۰۲/۱۲/۲۲ **تاریخ پذیرش:** ۱۴۰۳/۳/۳۰

چکیده

زمینه و هدف: بلوغ نقطه عطف عبور از کودکی و ورود به دوران بزرگ‌سالی است و عدم آگاهی درست در رابطه با عملکرد بدن در این دوران و عدم آمادگی برای قاعدگی باعث ترس و وحشت و نگرش منفی در رابطه با بلوغ می‌شود. پژوهش حاضر به تعیین اثربخشی آموزش بر میزان آگاهی، نگرش و عملکرد دختران نوجوان درباره بهداشت قاعدگی در دبیرستان‌های (متوسطه اول) شهرستان اسفراین در سال ۱۴۰۱ می‌پردازد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه، از نوع مداخله‌ای بوده که ۴۱۳ نفر از دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهرستان اسفراین با استفاده از فرمول کوکران به عنوان حجم نمونه انتخاب شدند. در این مطالعه نمونه‌گیری به روش خوشه‌ای انجام شد. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه نیسی و همکاران که میزان آگاهی، نگرش و عملکرد را در مورد بهداشت قاعدگی می سنجد استفاده شد. میزان پایایی ۰/۸۹ محاسبه شد. پیش آزمون اجرا شد سپس آموزش در ۳ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای و به شکل سخنرانی و ارائه پاورپوینت‌های آموزشی و نیز پرسش و پاسخ انجام گردید چند روز بعد از اتمام دوره آموزشی، پس آزمون گرفته و سه ماه بعد، آزمون پیگیری انجام شد. سپس داده‌های جمع‌آوری شده وارد نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴شد و با استفاده از آزمون آماری T زوجی و سایر آزمون‌های توصیفی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج آزمون تی زوجی نشان داد که بین میزان عملکرد دختران قبل (۲/۶۷± ۲۳/۶۸) و بعد از آموزش (۲/۹۱ ± ۲۶/۱۲) تفاوت معناداری وجود دارد که نشان‌دهنده موثر بودن مداخله می‌باشد (۲/۷۷ ± ۲/۴۴ و$p\leq$ ۰/۰۵) و همچنین نتایج پژوهش نشان داد مداخله آموزش در حوزه بهداشت بلوغ در میزان نمره آگاهی(۲/۹۵± ۲/۶۶) و نگرش(۴/۶± ۵/۰۹) دانش‌آموزان نیز تأثیرگذار بود($p<$۰/۰۰۱)

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که آموزش مطالب بهداشتی دوران بلوغ(بهداشت قاعدگی) تاثیر محسوسی در میزان آگاهی، نگرش و عملکرد دانش‌آموزان داشته است بنابرین اطلاعات صحیح در این مورد باید از طریق منابع اطلاع‌رسانی درست به ویژه از طریق مادران و مسئولین بهداشت مدارس به آنان منتقل شود، لذا پیشنهاد می‌شود مسئولین مربوطه در جهت افزایش آگاهی دختران نوجوان در رابطه با بهداشت بلوغ به وسیله آموزش همگانی در راستای بهبود نگرش، ارتقا عملکرد و در نتیجه بهبود سطح سلامت تلاش لازم را انجام دهند.

واژه‌های کلیدی: آموزش بلوغ، آگاهی، نگرش، عملکرد

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

مقدمه

بلوغ معمولا در محدوده سنی ۹تا۱۶سال رخ داده و هورمون‌های بسیاری در بروز آن دخیل‌اند(۱). بلوغ مهم‌ترین تغییر و تحول این دوران است و توجه به سلامت دختران امروز و مادران فردا به دلیل نقش اساسی در تولیدمثل و باروری اهمیت ویژه‌ای دارد(۲). با ورود فرد به بازه سنی بلـوغ، تغییـرات مهمی در وضعیت ظـاهری، رفتارهـای اساسی و وضعیت روانی وی ایجاد شده و فرد درحال گذار از کودکی و ورود به مرحله تازه‌ای از زندگی است(۲۲). دوران بلوغ زمانی است که زیر بنای زندگی بزرگسالی فرد پی ریزی شده و در صورت عدم توجه لازم ممکن است بسیاری از مشکلات روانی، بیماری‌های عفونی، ازدواج‌های ناموفق و بارداری‌های زودرس و مخاطره‌آمیز اتفاق بیفتد. در این دوره، سازگاری دچار آشفتگی می شود و علائم بلوغ جسمی و روانی یکی پس از دیگری مشخص می‌گردد و در فرد نوعی غافلگیری مشاهده می‌شود(۶).

بهداشت بلوغ شامل اصول و مراقبت‌هایی است که منجر به حفظ و ارتقا سلامت روانی، جسمی و عاطفی فرد در این دوران و دوران‌های دیگر می‌شود، که بیش از هر چیزی نیازمند آموزش می‌باشد. بسیاری از عادات و رفتارهای بهداشتی در این مرحله از زندگی شکل می‌گیرد و تاثیر مهمی بر رفتارهای بهداشتی در بزرگسالی دارد که بیش از هر چیز نیازمند آموزش صحیح می‌باشد(۱). آگاهی پایین دختران نوجوان درباره تغییرات جسمی_روانی دوران بلوغ می‌تواند مشکلات متعددی را برای آن‌ها ایجاد کند لذا افزایش آگاهی آن‌ها می‌تواند موجب نشاط، شادابی، رشد اجتماعی و سلامت بهتر ایشان در آینده شود. از این رو ارائه محتواهای آموزشی مرتبط توسط والدین، معلمان و کارکنان بهداشتی برای افزایش آگاهی و تغییر نگرش و عملکرد آن‌ها امری ضروری است(۱۹).

مطالعات نشان می‌دهد تنها ۲۹ درصد دختران نسبت به مسائل بلوغ و تغییرات آن آگاهی داشتند و ۱۰٫۸ درصد از آن‌ها موارد بهداشتی را رعایت می‌کردند، براساس نتایج پژوهش‌ها آگاهی کم دختران نوجوان منجر به احساس ناخوشایند آن‌ها نسبت به دوران بلوغ و قاعدگی می‌شود و فقط حدود ۲۳ درصد آن‌ها این فرایند طبیعی را برای فعالیت تخمدان‌ها و سلامت باروری مفید می‌دانستند(۱۹). همچنین مطالعات انجام شده نشان می‌دهد سطح آگاهی دختران درباره بلوغ و سطح رفتارهای بهداشتی آنان بسیار پایین تر از حد انتظار است که این امر می‌تواند ناشی از عدم انتقال اطلاعات صحیح به نوجوانان باشد(۲۱). در بسیاری از کشورهای آفریقایی سطح دانش و آگاهی دختران در دوران بلوغ پایین گزارش شده است. در کشور ما نیز به دلایل فرهنگی اکثر دختران نوجوان اطلاعات صحیح در مورد تغییرات جسمی، جنسی و روانی ناشی از بلوغ ندارند و چه بسا با کسب کردن

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

اطلاعات از منابع غیرمعتبر و غیرموثق در زندگی خانوادگی خود دچار مشکلات متعددی می‌شوند(۳). در واقع آموزش بهداشت جسمی- روانی بلوغ، سرمایه‌گذاری آموزشی محسوب شده و راهکار اصلی برای بهبود عملکرد دختران نوجوان است(۴). سرمایه‌گذاری اندک در زمینه آموزش دختران دستاوردهای گسترده‌ای را در تمامی ابعاد توسعه اجتماعی به دنبال خواهد داشت(۲۲).

مطالعه علمی رشد و تکامل در مرحله نوجوانی به عنوان یک دوره‌ی مشخص در رشد و تکامل آدمی در واقع، با تحقیقات استانلی هار آغاز شد که او را پدر روانشناسی بلوغ و نوجوانی می‌نامند. این روانشناس تحت تاثیر عمیق تکاملی داروین قرار گرفت و حتی آن را توسعه داد و نظریه‌ای با عنوان "رشد و تکامل فردی" یا "بازیستی" پدید آورد(۵). برنامه‌ریزی برای آمادگی دختران نوجوان در رو به رو شدن با مسائل بلوغ، باید براساس اطلاعات دقیق در مورد الگوی رفتاری و نیاز آموزشی آنان در سیستم مراقبت‌های بهداشتی پیش‌بینی‌شده و اطلاعات، آموزش‌ها و ارتباطات لازم تدارک دیده شود(۱)

مدرسه یکی از بسترهای مناسب آموزش محسوب می‌شود اما نباید نقش پررنگ پدر و مادر، دوستان و وسایل ارتباط جمعی را فراموش کرد، نتایج پژوهش راتر نشان داد رابطه صمیمانه نوجوان با والدین رفتارهای خطرساز جنسی را کاهش می‌دهد(۲۳). محیط آموزشی یکی از عرصه‌های مهم اجرایی برنامه‌های ارتقای سلامت جوانان و نوجوانان می‌باشد. برای این منظور، لازم است مسئولین مدارس با روش‌های مختلف آموزشی آشنا شده و روشی را که در ارتقای آگاهی دانش‌آموزان نقش مهمی دارد، به مدد اعضای تیم بهداشتی به کار گیرند(۷). آموزش سبب افزایش اطلاعات، بهبود نگرش و ارتقای عملکرد دختران شده و موجب نگرش مثبت آنها نسبت به پدیده بلوغ و قبول این تغییرات فیزیولوژیک می‌شود و به این ترتیب باعث رفع نگرانی، تقویت حس اعتماد به نفس و احترام به خویشتن می‌شود(۳). افزایش آگاهی مادران در مورد تغییر و تحول در دوران بلوغ، ایجاد نگرش مثبت، نسبت به تغییرات و انجام اقدامات لازم در این زمینه و به تبع آن عملکرد خوب آن‌ها می‌تواند در برقراری ارتباط مناسب بین دانش‌آموزان و نوجوانان و مادرانشان موثر باشد(۸). لذا با توجه به اهمیت بلوغ در دختران نوجوان، تعیین دانش آگاهی، چگونگی نگرش و عملکرد آنان درباره بهداشت بلوغ و همچنین تعیین ارتباط و تاثیر این عوامل بر یکدیگر به منظور ارائه آموزش‌های کافی و لازم در جهت ارتقاء سطح دانش دختران نوجوان و در نتیجه ایجاد نگرش مثبت و عملکرد بهتر در آنان و در نهایت افزایش سطح سلامتی جامعه ضروری می‌باشد، لذا با توجه به ضرورت‌های ذکرشده هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش بر میزان آگاهی، نگرش و عملکرد دختران نوجوان

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

درباره بهداشت دوران قاعدگی در دبیرستان‌های(متوسطه اول) شهرستان اسفراین در سال تحصیلی ۱۴۰۱ می‌باشد.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر یک مطالعه مداخله‌ای بوده، جامعه آماری این پژوهش، دانش‌آموزان دختر دبیرستان‌های شهرستان اسفراین در سال ۱۴۰۱ بودند. روش نمونه‌گیری در این مطالعه، روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای(خوشه‌ای_ تصادفی ساده) بود. هنگامی که، واریانس جامعه و احتمال موفقیت یا عدم موفقیت متغیر مشخص نیست، نمی‌توان از فرمول‌های آماری برای برآورد حجم نمونه استفاده کرد. در این حالت می‌توان از جدول مورگان استفاده کرد. این جدول حاصل تلاش دو محقق به نام‌های کریسی (کرجسی) و مورگان است که بر این اساس، اعداد مختلف در فرمول کوکران و در سطح خطای ٪۵ قرار داده شد و حجم نمونه حاصل در یک جدول ارائه شد که برآورد این جدول حداکثر تعداد نمونه را می‌دهد. تعداد کل دانش‌آموزان دختر دبیرستانی ۱۹۸۸ نفر بود، که با استفاده از جدول مورگان، حجم نمونه ۴۱۳ نفر تعیین شد. برای نمونه‌گیری از جامعه از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای استفاده شد، در مرحلهٔ اول، به اداره آموزش و پرورش شهر اسفراین مراجعه شد و براساس لیست مدارس، مدرسه‌های دخترانه متوسطه اول مشخص و از بین آن‌ها ۶ مدرسه به صورت تصادفی برگزیده شد. در مرحله بعد، به مدارس انتخاب شده مراجعه و بر اساس تعداد کلاس‌ها و پایه‌های تحصیلی به صورت تصادفی سه کلاس تعیین (هر مدرسه به عنوان یک خوشه در نظر گرفته و از هر خوشه تعداد ۳کلاس به تصادف انتخاب شد) و سپس نمونه مورد نیاز جمع‌آوری گردید. شرط ورود به مطالعه، گذراندن حداقل ۳ دوره عادت ماهیانه بود و معیار خروج نیز عدم قاعدگی و عدم تمایل برای شرکت در مطالعه بود.

ابزار گردآوری داده‌ها در این مطالعه، پرسشنامه‌ی Nisi و همکاران (۱۳۹۵) بود که میزان آگاهی و نگرش و عملکرد دختران نوجوان درباره بهداشت بلوغ را می سنجد این پرسشنامه دارای دو بخش است، بخش اول با ۷ سوال مربوط به ویژگی‌های جمعیت شناختی شامل: سن، سن اولین قاعدگی، میزان تحصیلات مادر، شغل مادر، داشتن خواهر بزرگ‌تر، داشتن مراقب بهداشتی در مدرسه، منبع کسب آگاهی در رابطه با بهداشت بلوغ می‌باشد بخش دوم با ۱۰ سوال مربوط به آگاهی، ۹ سوال مربوط به نگرش و ۱۳ سوال در رابطه با نحوه عملکرد واحدهای مورد پژوهش در زمینه سلامت بلوغ می‌باشد. برای تعیین روایی پرسشنامه‌ها از روش اعتبار محتوا استفاده شد. به این منظور براساس مطالعه کتب و نشریه‌ها و مقاله‌های مرتبط، پرسشنامه‌ای طراحی شد و سپس توسط ۸ نفر از اعضای هیئت‌علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام بررسی شده است. به منظور سنجش پایایی پرسشنامه، ۳۰ نفر از دانش‌آموزان مورد مطالعه قرار گرفتند و پس از تکمیل، مجدد پرسشنامه به آن‌ها

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

داده شد. این افراد در مطالعه اصلی وارد نشدند، میزان پایایی ۸۹/. گزارش شد(۹).

محتوای برنامه آموزشی بهداشت بلوغ دربرگیرنده موضوعاتی نظیر رخ دادن قاعدگی، تغییرات جسمی و روحی دوران بلوغ در دختران، رشد قد و پستان‌ها، قاعدگی و علائم قبل از قاعدگی، بهداشت قاعدگی و تغذیه و ورزش در دوران بلوغ بودکه به رویت صاحب نظران رسید و پس از جمع‌آوری نظرات و پیشنهادان آن‌ها، اصلاحات لازم اعمال و به صورت نهایی درآمد و پس از طی کردن مراحل اداری و کسب مجوز از اداره آموزش و پرورش استان، در قالب سه جلسه ۶۰ دقیقه‌ای و به شکل سخنرانی و ارائه پاورپوینت‌های آموزشی و نیز پرسش و پاسخ در کلاس‌هایی با میانگین ۳۰ نفر توسط تیم پژوهش تدریس شد. چند روز بعد از اتمام دوره آموزشی، پس آزمون گرفته و سه ماه بعد، آزمون پیگیری انجام شد.

هماهنگی با مسئولان سازمان آموزش و پرورش استان و شهرستان به ویژه مدیران و معلمان مدارس به منظور انجام پژوهش، کسب اجازه از والدین و محرمانه نگه‌داشتن اطلاعات ثبت شده در پرسشنامه عمده‌ترین ملاحظات اخلاقی در پژوهش حاضر بود. سپس داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون، آزمون T زوجی با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

در این پژوهش در مجموع ۴۱۳ نفر دانش‌آموز متوسطه اول شرکت کردند و هیچ‌گونه ریزشی در تعداد افراد وجود نداشت. میانگین سنی افراد شرکت‌کننده در این مطالعه ۱۳ سال بود که کم‌ترین سن ۱۲ سال و بیش‌ترین سن ۱۶ سال بودند. غالب دانش‌آموزان شرکت‌کننده در مطالعه (۵۹/۳ درصد)، بالاتر از سن ۱۲ سالگی قاعدگی را تجربه کرده بودند. مادران اکثریت دانش‌آموزان خانه‌دار بوده و دارای تحصیلات دیپلم بودند، همچنین بیش‌ترین منبع کسب آگاهی در دانش‌آموزان(۷۹/۹ درصد) مادران بوده‌اند. سایر مشخصات فردی نمونه‌های مورد مطالعه در جدول شماره ۱ گزارش شده است.

جدول شماره۱: مشخصات فردی نمونه‌های مورد مطالعه(متغیرهای دموگرافیک کیفی)

متغیر		فراوانی	درصد
خواهر بزرگتر	دارد	۱۴۱	۳۴/۱
	ندارد	۲۷۲	۶۵/۹
تحصیلات مادر	بیسواد	۴۹	۱۱/۹
	زیر دیپلم	۱۱۰	۲۶/۶
	دیپلم	۱۵۵	۳۷/۵
	فوق دیپلم	۳۱	۷/۵
	کارشناسی	۴۹	۱۱/۹
	کارشناسی ارشد	۱۷	۴/۱
	دکتری و بالاتر	۲	۰/۵

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

سن اولین قاعدگی	پایین تر از ۱۱ سال	۱۰	۲/۴
	۱۱ تا ۱۲ سال	۱۵۸	۳۸/۳
	بالاتر از ۱۲ سال	۲۴۵	۵۹/۳
مراقب بهداشت در مدرسه	دارد	۱۹۹	۴۸/۲
	ندارد	۲۱۴	۵۱/۸
شغل مادر	دانشجو	۲	۰/۵
	شاغل در حرفه پزشکی و پیراپزشکی	۷	۱/۷
	کارمند	۲۰	۴/۸
	معلم	۲۵	۶/۱
	خانه دار	۲۴۴	۸۰/۹
	سایر	۲۵	۶/۱
منبع کسب آگاهی	مادر	۲۲۰	۷۹/۹
	سایر اعضا خانواده	۲۶	۶/۲
	اقوام و آشنایان	۹	۲/۲
	معلمین	۱۳	۳/۱
	دوست و همکلاسی	۸	۱/۹
	کتب و مجلات	۲	۰/۵
	رسانه و اینترنت	۱۲	۳/۱
	مراقب بهداشت	۴	۱
	سایر موارد	۸	۱۹

به منظور بررسی همبستگی بین آگاهی، نگرش، عملکرد و عوامل مرتبط با آن در میان دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهرستان اسفراین از آزمون آماری همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج در جدول شماره ۲ ذکر گردیده است.

جدول شماره۲: بررسی همبستگی متغیرهای مورد مطالعه

		آگاهی	نگرش	عملکرد
آگاهی	R	۱	۰/۱۶۶**	۰/۱۶۵**
	P- value		۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
نگرش	R	۰/۱۶۶**	۱	۰/۱۵۲**
	P- value	۰/۰۰۱		
عملکرد	R	۰/۱۶۵**	۰/۱۵۲**	۱
	P- value	۰/۰۰۱	۰/۰۰۲	

* همبستگی معنی دار در سطح ۰/۰۵، ** همبستگی معنی دار در سطح ۰/۰۱

با توجه به نتایج جدول شماره ۲ بین نمره آگاهی و نمره نگرش و نمره عملکرد دانش‌آموزان همبستگی معنادار و مستقیم وجود دارد. به منظور بررسی تاثیر مداخله (آموزش در حوزه بلوغ) بر متغیرهای مورد مطالعه (آگاهی – نگرش – عملکرد) در میان

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهرستان اسفراین از آزمون آماری Paired samples Test (T زوجی) استفاده شد. نتایج در جدول شماره ۳ بیان شده است.

جدول شماره۳: بررسی تاثیر مداخله آموزش بر متغیرهای مورد مطالعه (آگاهی – نگرش – عملکرد)

متغیر		میانگین	انحراف معیار	p-value
آگاهی	قبل از آموزش	۳۵/۷۳	۳/۱	۰/۰۰۱
	بعد از آموزش	۳۸/۳۹	۲/۸	
نگرش	قبل از آموزش	۲۹/۱۶	۳/۷	۰/۰۰۱
	بعد از آموزش	۳۴/۲۵	۵/۵	
عملکرد	قبل از آموزش	۲۳/۶۸	۲/۶	۰/۰۰۱
	بعد از آموزش	۲۶/۱۲	۲/۹	

با توجه به نتایج جدول شماره ۳ مداخله (آموزش در حوزه بلوغ) در تغییر آگاهی، نگرش و عملکرد دانش‌آموزان گروه هدف تاثیرگذار بوده است

جدول شماره ۴ : بررسی تاثیر متغیرهای دموگرافیک کیفی بر متغیرهای اصلی مورد مطالعه (آگاهی – نگرش – عملکرد)

متغیر	آگاهی	نگرش	عملکرد
سطح تحصیلات	۰/۰۱۲ P=۰/۰۴۱	۰/۰۹۱ P=۰/۳۳۹	۰/۴۴۷ P=۰/۲۲۳
شغل مادر	۰/۰۱۹ P=۰/۰۲۶	۰/۴۵۸ P=۰/۴۳۲	۰/۱۸۵ P=۰/۳۴۳

باتوجه به نتایج جدول شماره ۴ تحلیل واریانس(آنوا)، از میان متغیرهای کیفی فقط میزان تحصیلات و شغل مادر با میزان آگاهی دانش‌آموزان ارتباط معناداری داشت.

بحث

هدف از مطالعه‌ی حاضر بررسی تاثیر آموزش بهداشت بلوغ بر آگاهی، نگرش و عملکرد دختران مقطع متوسطه اول در شهرستان اسفراین در سال ۱۴۰۱ بود. نتایج نشان داد بین نمره آگاهی و نمره نگرش همبستگی معناداری وجود داشت. نجفی، کاظمی و ملکشاهی نیز گزارش کردند که بین میزان آگاهی و نگرش رابطه معناداری وجود دارد(۲،۵،۱۶). در مطالعه‌ی Nisi و همکاران (۲۰۱۵) هم این نکته تاکید می‌شود که آگاهی و نگرش دانش‌آموزان در یک دامنه قرار دارند و بر یکدیگر موثر هستند(۹).

نتایج این پژوهش نشان داد که بین نمره آگاهی و میزان عملکرد همبستگی معناداری وجود دارد که همسو با مطالعه Nisi و

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

همکاران (۲۰۱۵) می‌باشد(۹). در واقع می‌توان گفت بلوغ نقطه عطف عبور از کودکی و ورود به دوران بزرگسالی است و عدم آگاهی درست در رابطه با عملکرد بدن در این دوران و عدم آمادگی برای قاعدگی باعث ترس و وحشت و نگرش منفی در رابطه با بلوغ می‌شود. به دلیل اینکه در این دوران نوجوانان از لحاظ روحی و روانی با چالش‌هایی مواجهه می‌شوند این نگرش منفی می‌تواند به سلامت روان آنها لطمه بزند و نیز باعث عملکرد نادرست شود، و از آنجایی که دوران بلوغ زمان کسب قدرت باروری است این عدم آگاهی و نگرش منفی و عملکرد نادرست باعث پیامدهای ناگواری چون دید منفی از خود، کاهش اعتمادبه‌نفس، بیزاری از خود، ازدواج ناموفق،نازایی، بیمارهای عفونی و ..... شود .

نتایج پژوهش نشان داد که نمره آگاهی، نگرش و عملکرد دانش‌آموزان پس از آموزش اختلاف آماری معنی‌داری با نمره آگاهی، نگرش و عملکرد قبل از آموزش داشته است. نتایج مطالعه مصطفی محسنی زاده و همکاران(۲۰۱۷) نیز نشان داد که نمره آگاهی بهداشتی گروه آزمون یک ماه پس از آموزش اختلاف آماری معنی‌داری با نمره گروه کنترل داشته است(۳) که همسو با مطالعه حاضر بوده است بدین معنی که مداخله موثر بوده است. مطالعه زهرا جلیلی و همکاران(۲۰۰۴) همسو با مطالعه حاضر نشان‌دهنده افزایش میانگین نمرات آگاهی و عملکرد افراد پس از آموزش است(۱۵). مکاری (۶)، مروتی (۸)، کرامتی(۴) و زارع (۱۹) هم در مطالعات خود نتیجه مشابه با پژوهش حاضر دست یافتند.

نتایج این مطالعه نشان داد بین میزان تحصیلات مادر و میزان نمره آگاهی دانش‌آموزان رابطه معناداری وجود دارد، مطالعه فاطمه نجفی و همکاران نیز نشان داد که بین میزان تحصیلات مادر با آگاهی دانش‌آموزان مورد بررسی ارتباط معناداری وجود داشته است که همسو با مطالعه حاضر بوده یعنی با افزایش میزان تحصیلات مادر میزان آگاهی فرزندان آن‌ها در مورد بهداشت بلوغ افزایش پیدا می‌کند(۲). در مطالعه‌ی علوی، نیسی و ملکشاهی هم این موضوع تائید شد(۱۴،۹،۱۶). در مطالعه‌ی دبیری(۱۷) و ذبیحی (۱۸) بر خلاف مطالعه حاضر بین سطح سواد والدین و سطح آگاهی ارتباط معناداری وجود نداشت. وجود رابطه معنادار بین میزان تحصیلات مادر و نمره آگاهی بدین معنی است که در دانش‌آموزانی که مادران آنها تحصیلات بیشتری داشتند میانگین نمره آگاهی بالاتری نسبت به بقیه مشاهده شد. به نظر می‌رسد مادرانی که میزان تحصیلات بالاتری دارند به طبع آگاهی بالاتر و اطلاعات بیشتر ، بهتر و درست تری نسبت به دوران بلوغ و موارد بهداشتی مرتبط با آن دارند و در نتیجه می‌توانند فرزندان خود را بهتر در این مسیر همراهی کنند. با توجه به اینکه مادر به عنوان اولین منبع کسب آگاهی محسوب می‌شود؛ زنان با تحصیلات پایین هم مفاهیم مرتبط را به فرزندان خود انتقال می‌دهند اما با این تفاوت که اطلاعات مادر خود و

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

تجربیات خود و دیگران را به فرزند می‌دهند و این اطلاعات از صحت کمتری نسبت به زنان با تحصیلات بالا برخوردار است. همین امر موجب کاهش میزان آگاهی درست در این دانش‌آموزان می‌شود.

بررسی مطالعه حاضر حاکی از آن است که بین شغل مادر و میزان آگاهی همبستگی معناداری وجود دارد. یعنی دانش‌آموزانی که مادران آنها پزشک یا پیراپزشک هستند میزان نمره آگاهی آنان بالا است اما با کاهش موقعیت اجتماعی مادر این نمره کاهش می‌یابد. در مطالعه ملکشاهی و همکاران(۲۰۰۶) که همسو با مطالعه حاضر است بین شغل مادر و آگاهی، نگرش و عملکرد ارتباط معناداری وجود داشت(۱۶). اما در مطالعه‌ی نیسی و همکاران(۲۰۱۵) بین شغل مادر و آگاهی ارتباط وجود نداشت(۹). در مطالعه ذبیحی و همکاران(۲۰۰۲) برخلاف مطالعه حاضر ارتباطی بین شغل والدین و سطح آگاهی و نگرش و عملکرد وجود نداشت(۱۸).

با توجه به نتایج بیش‌ترین منبع کسب آگاهی در دانش‌آموزان مادر بوده است. در مطالعه علوی و همکاران(۲۰۰۹) همسو با مطالعه حاضر بیشتر دانش‌آموزان منبع کسب آگاهی را خانواده معرفی کرده بودند و همچنین درصد بیشتر دانش‌آموزان در اولین قاعدگی فوراً قبل از هر کاری با مادر مشورت کرده بودند(۱۴). زارع(۱۹)، ذبیحی(۱۸) و نیسی(۹)هم در مطالعات خود به این نتیجه رسیدند که اغلب دانش‌آموزان مادر را به عنوان اصلی‌ترین و مهم‌ترین منبع کسب آگاهی انتخاب کردند؛ درحالی‌که در مطالعه‌ی عباسی و همکاران(۲۰۱۳) دانش‌آموزان، دوستان و همسالان را اولین منبع کسب آگاهی خود می‌دانستند که با نتایج مطالعه حاضر ناهمسو هست(۲۰). در واقع مادران از کودکی به عنوان اولین فرد پاسخگو به سوالات فرزندان شناخته می‌شوند و به نظر می‌رسد هم جنس بودن مادر هم در مسئله بلوغ به عنوان اولین منبع کسب آگاهی بی تاثیر نباشد. با توجه به نتایج مطالعه به نظر می‌رسد مادران در دسترس ترین، مهم‌ترین و اصلی‌ترین فرد در انتقال اطلاعات درست به دختران باشند از این رو میزان آگاهی آنها بر میزان آگاهی، نگرش و همچنین نحوه عملکرد دختران در زمینه بلوغ موثر است بنابراین آموزش مادران هم به عنوان یکی ازمهم‌ترین عوامل موثر بر رفتارهای بهداشتی دانش‌آموزان در زمینه بلوغ می‌تواند بسیار کمک کننده باشد. در این راستا برگزاری جلسات آموزشی در پایگاه‌های سلامت، خانه‌های بهداشت جهت ارتقای سطح آگاهی مادران در زمینه بلوغ و در نهایت ارتقای سطح آگاهی، نگرش و عملکرد مادران و دختران دانش‌آموز پیشنهاد می‌شود.

در ایران به علت حجب و حیای دختران در پرسیدن سوالات مربوط به قاعدگی و فرهنگ حاکم بر جامعه به نظر می‌رسد آگاهی ضعیف باشد. با توجه به این امر که آگاهی و نگرش و عملکرد نادرست در رابطه با بلوغ با عواقب خطرناکی نظیر عفونت، کاهش اعتمادبه‌نفس و .... همراه است، این عواقب

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

همچنین می‌تواند هزینه‌های هنگفتی را به خانواده و جامعه تحمیل کند(۶)؛ که گاه می‌توان با آموزش‌های ساده با هزینه‌های ناچیز از این عواقب خطرناک جلوگیری کرد. با توجه به اهمیت افزایش جمعیت و فرزند آوری آموزش دختران نوجوان در رابطه با فیزیولوژی و ساختار بدن آن‌ها امری بسیار ضروری و مهم است.

مطالعه حاضر دارای محدودیت‌هایی بود. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به جمع‌آوری اطلاعات با استفاده از پرسشنامه و به صورت خود گزارش دهی اشاره کرد که ممکن است برخی از پاسخ‌دهندگان به طور صادقانه پرسشنامه‌ها را تکمیل نکرده باشند. سخت و زمان بر بودن متقاعد کردن مسئولان آموزش و پرورش و همچنین تهیه مطالب آموزشی دقیق و مناسب و از طرفی مخالفت بعضی خانواده‌ها در ارائه مطالب آموزشی به فرزندانشان از دیگر مشکلات و محدودیت‌های این پژوهش بود.

با توجه به اهمیت و ضرورت این موضوع در فرزندآوری و سلامت جامعه پیشنهاد می‌شود عوامل موثر بر آگاهی و نگرش و عملکرد دختران در زمینه بلوغ بیشتر بررسی شود تا مسئولین مربوطه بتوانند در این زمینه بهتر تصمیم‌گیری کنند. از آنجایی که مادران اولین دروازه کسب اطلاعات برای فرزندان محسوب می‌شوند پیشنهاد می‌شود تاثیر آگاهی مادران بر آگاهی ، نگرش و عملکرد دختران هم در پژوهش‌های آتی با حساسیت و دقت بیشتری بررسی شود تا با افزایش آگاهی مادران هم بتوانیم جامعه را به سوی جامعه‌ای سالم تر سوق بدهیم.

نتیجه‌گیری

از آنجایی که دختران امروز مادران فردا هستند و نقش بسیار موثری در تجدید نسلی سالم دارند میزان آگاهی و نحوه عملکرد آن‌ها در رابطه با بهداشت بلوغ در آینده کشور بسیار تاثیرگذار خواهد بود. با توجه به اینکه آموزش باعث افزایش نمره آگاهی، نگرش و عملکرد دانش‌آموزان مورد بررسی در این مطالعه شده است می‌توان نتیجه گرفت یکی از راه‌های حمایت از این گوهرهای ارزشمند افزایش آگاهی آنان در رابطه با بهداشت بلوغ به وسیله آموزش همگانی در راستای بهبود نگرش، بهبود عملکرد و در نتیجه بهبود سطح سلامت است.

تشکر و قدردانی

از معاونت آموزش و پژوهش دانشکده علوم پزشکی اسفراین که از این طرح تحقیقاتی با کد اخلاق IR.ESFARAYENUMS.REC.1400.012 حمایت مالی نمودند، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌گردد. همچنین از وزارت آموزش و پرورش، معلمین عزیز، دانش‌آموزان و خانواده‌های محترمشان و تمامی عزیزانی که در این طرح همکاری داشتند بسیار سپاسگزاریم.

تعارض منافع

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

نویسندگان این مقاله متعهد می‌شوند که هیچ‌گونه تعارض منافعی وجود ندارد.

References

1. Bahari Shargh R, Amin Shakouri F, Anoushe M, Goodarzi A. Assessment of health education educational needs of blind adolescent girls in Tehran. Journal of Military Care Sciences. 2016; 3(1): 257-63. [Persian]

2. Najafi F, Mozaffari S, Mirzaii S. Evaluation of knowledge and attitude of adolescent third grade female students in adolescence health. Guilan University of Medical Sciences. 2010; 20(80): 22-28. [Persian]

3. Mohsenizadeh M, Ebadi Nejad Z, Dashtgerd A, Modi A. The effect of puberty health education on public awareness and health of middle school girls in Qaen city. Iranian Nursing Research Journal. 2017; 12(2): 28-36. [Persian]

4. Keramatti M, Esfandiari M, Mahjob Eshrat Abadi H. The effect of puberty health education program on knowledge, attitude and general health of adolescents. Journal of New thoughts on Education. 2009;5(1): 35-50. [Persian]

5. Kazemi Z. Investigating the effect of family variebles on the level of awareness of middle school female students about puberty health. Journals of Family Research. 2012; 8(31): 319-35. [Persian]

6. Mokarie H, KHairkhah M, Nisani L, Hoseini F. The impact of puberty health education on self-concept of adolescents. Journal nursing research. 2013; 8(3): 47-57. [Persian]

7. Majlisi F, Mahmoudi M, Rahimi A. Comparison of two methods of lecturing and educational package in changing the awareness and attitude of girls' puberty health. Hormozgan Medical Journal. 2010 ;15(4): 327-32. [Persian]

8. Morowatisharifabadi M, Najafi S, Faghihzadeh S, Dastjerdi G. Study of knowledge, attitude and practice of parents about psychological changes in puberty and its association with adolescent-parent relationship in the female students of seventh and third grade of secondary schools in the city of Zanjan. TB. 2017; 15(5): 69-80. [Persian]

9. Nisi N, Ashraf Eivazi A, Hosseini Rad M, Deir Kond Moghadam A, Pour Najaf A. Investigating the awareness of the attitude and performance of girls in the third grade of middle school in Ilam city in the field of puberty health in the academic year 2013-14. Scientific Journal of Ilam University of Medical Sciences. 2015; 24(1): 28-34. [Persian]

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

10. Mohammad Alizadeh Charandabi S, Mirghoforvand M, Rahmani A, Seidi S, Saffari A, Mahini M. The impact of computer software on the awareness and performance of adolescent girls in the field of puberty health. Iranian Journal of medical education. 2014; 2(14): 110-21. [Persian]

11. Dhakal B. Knowledge and Attitude Regarding Pubertal Health among Adolescent Girls. Journal of Nepal Health Research Council. 2020; 17(4): 437-442.

12. Sankhyan A, Sheoran P, Kaur S, Sarin J. Knowledge and attitude regarding reproductive and sexual health among school teachers: a descriptive survey. Int J Adolesc Med Health. 2019;34(1): 1-7.

13. Adhikari P, Kadel B, Dhungel SI, Mandal A. Knowledge and practice regarding menstrual hygiene in rural adolescent girls of Nepal. Kathmandu Univ Med J (KUMJ). 2007;5(3):382-6.

14. Alavi M, Poushaneh K, Khosravi A.A. Puberty health: knowledge, attitude and practice of the adolescent girls in Tehran, Iran. Payesh. 2009; 8(1): 59-65. [Persian]

15. Jalili Z, Mohammad Alizadeh S, Atta Olahi S. Impact of health education on the knowledge and practice of 3rd grade guidance school girls of Shahrbabak in relation to menstruation health in 2003. Strides in Development of Medical Education. 2004;1(1): 41-47.

16. Malekshahi F, Farhadi A. Knowledge, attitude and practice of female high school students on menstrual health. Yafteh. 2006; 8(1); 73-88. [Persian]

17. Debiri F, Abedini S, Shahi A, Kamjo A. Comparison of the effect of two teaching methods on the level of awareness, attitude and performance of high school girls in Bandar Abbas city in the field of menstrual health. Hormozgan Medical Journal. 2005; 12(4):85-95. [Persian]

18. Zabihi A. Effect of education on knowledge and practice of female students about puberty health. J Babol Univ Med Sci. 2002; 4(3): 58-62. [Persian]

19. Zare Joshghani M, Malek Afzali H, Jandaghi J, Rabab Allameh M, Kolahdoz M, Asadi I. The effect of teaching pubertal health issues on the awareness, attitude and performance of 12-14-year-old girls. Journal of Gilan University of Medical Sciences. 2014;14(56):18-26. [Persian]

20. Abbasi E, Sadr A, Rost M, Mohammad Khan Kermanshahi S. Investigation, attitude and performance of secondary school female students in Ilam province regarding personal hygiene (menstrual hygiene). Psychological achievements. 2013; 20(2): 93-116. [Persian]

21. Noori Sistani, M, Merghati Khoi, E, Taghdisi M. Promoting Knowledge, Attitude and Practices (KAP) of the Mothers in their Girls' Pubertal Health Based on Peer Education Approach. J Babol Univ Med Sci. 2010; 11(6) :33-39. [Persian]

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]

22. Khakbazan Z, Jamshidi A, Mehran M. Effects of Lecture Presentation and Presenting Educational Packages on Girl's Knowledge About Adolescence Health. Hayat. 2008; 14(1): 41-52. [Persian]

23. Rutter M. Protective factors to children, Primary Prevention of Psychopathology.1999; 5(1): 35-50.

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-26]