

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۰۷

اثربخشی رویکرد مبتنی بر پذیرش- ذهن آگاهی - تعهد بر عملکرد ورزشی و اضطراب رقابتی ورزشی در دانشجویان ورزشکار

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

هدف اصلی مطالعه حاضر، تعیین میزان اثربخشی رویکرد ذهن آگاهی- پذیرش- تعهد (MAC) بر بهبود عملکرد ورزشی و اضطراب ورزشی دانشجویان ورزشکار است.

طراحی

طرح پژوهشی حاضر از نوع آزمایشی (نمونه گیری در دسترس با جایگزینی تصادفی) با طرح پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش، دانشجویان ورزشکار دانشگاه علوم پزشکی تهران و ایران بود. تیم بسکتبال زنان ایران و دانشگاه علوم پزشکی تهران به عنوان نمونه 37 نفر انتخاب شده است. اندازه نمونه در مطالعه حاضر بر اساس مطالعات قبلی و از طریق فرمول زیر با در نظر گرفتن توان آزمون 80٪ و سطح اطمینان 95٪ محاسبه می شود: $n = 2(z_{(1-\alpha/2)} + z_{(1-\beta)})^2 / \Delta^2 + 1$ Where: $n =$ sample size $Z_{1-\alpha/2} = 1.96$ when $\alpha = 5\%$ for two-sided test $Z_{1-\beta} = 0.842$ when $\beta = 20\%$ (test power = 80%) $\Delta =$ effect size نمونه پژوهش به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل بوسیله ایجاد اعداد تصادفی جایگزینی خواهد شد. گروه کنترل درمانی دریافت نمی کند. آزمودنی ها قبل و بعد از مداخله پرسشنامه را تکمیل می کنند.

نحوه و محل انجام مطالعه

بعد از هماهنگی با دانشکده ی علوم تربیتی جلسات مداخله شروع شد. در این مطالعه بعد از تصادفی سازی آزمودنی ها گروه آزمایشی براساس پروتکل MAC مور و گاردنر برای 8 جلسه یک و نیم ساعته توسط دانشجوی دکتری روانشناسی بالینی که دوره MAC را گذرانده است مورد مداخله قرار خواهند گرفت. گروه کنترل مداخله ای دریافت نخواهند کرد. دستور جلسات مداخله عبارتند از: مرحله آموزش روانی: انجام پیش آزمون شامل ارزیابی عملکرد ورزشی، اضطراب رقابتی ورزشی و اجتناب تجربه ای معرفی رویکرد مبتنی بر ذهن آگاهی- تعهد و پذیرش ارزیابی ارتباط فرد با تجربه های درونی چالش با کنترل کردن افکار و هیجان های منفی (کنترل به عنوان مشکل: نامیدی خلاقانه) و اثرات مخرب اجتناب تجربه ای آموزش تمرین تنفس آموزش خودارزیابی مرحله ذهن آگاهی: ادامه تمرینات قبلی آموزش ذهن آگاهی و همجوشی شناختی آموزش تمرینات ذهن آگاهی شامل: اسکن بدن، تمرین فضای تنفس سه دقیقه ای و تمرین ذهن آگاهی در زندگی روزمره مرحله شناسایی ارزش ها و تعهد ادامه تمرینات قبلی آموزش ارزشها و رفتارهای مبتنی بر ارزش ها ارزیابی ارزش ها، اهداف، عمل ها و موانع افزایش درگیر کردن در فعالیت های ارزشمند مرحله پذیرش: آموزش پذیرش و افزایش تعهد ایجاد پذیرش از طریق تمرین های ذهن آگاهی و استعاره ها حفظ و افزایش ذهن آگاهی- پذیرش- تعهد

انجام پس آزمون شامل ارزیابی عملکرد ورزشی، اضطراب رقابتی ورزشی و اجتناب تجربه ای

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

شرکت کنندگان دانشجویان رشته های علوم پزشکی هستند که مشغول تحصیل هستند و خود را برای مسابقات ورزشی آماده می کنند. دامنه سنی آنها بین 18 تا 30 سال است. ابتدا مصاحبه روانپزشکی براساس DSM-5 انجام گردید و آزمودنی هایی که از مشکلات روانشناختی رنج می بردند از مطالعه خارج شدند.

گروه های مداخله

گروه مداخله شامل دانشجویان ورزشکار دانشگاه های علوم پزشکی ایران و تهران هستند و در رشته های علوم پزشکی در حال تحصیل هستند. آزمودنی ها عضو تیم ورزشی بسکتبال هستند. و دامنه سنی آنها بین 18 تا 30 است. گروه کنترل شبیه گروه مداخله است. آزمودنی ها به صورت تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفته اند. به منظور رعایت اصول اخلاقی بعد از اتمام مداخله، رویکرد MAC به گروه کنترل آموزش داده شد.

متغیرهای پیامد اصلی

اضطراب ورزشی عملکرد ورزشی پذیرش

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

MAC

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20170409033333N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 17-12-2017, 1396/09/26

زمان بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی: 17-12-2017, 1396/09/26

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

17-12-2017, 1396/09/26

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

هادی غضنفری زرنق

نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی ایران

کشور

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی ایران

آدرس خیابان

تهران، بزرگراه همت

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

56765421234

تاریخ تایید

1395/11/25, 2017-02-13

کد کمیته اخلاق

IR.IUMS.REC 1395.95-04-185-29333

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

اضطراب

کد ICD-10

F48.9

توصیف کد ICD-10

Nonpsychotic mental disorder, unspecified

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

عملکرد ورزشی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

پیش آزمون و پس آزمون

نحوه اندازه‌گیری متغیر

پرسشنامه

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد

اضطراب رقابت ورزشی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

پیش آزمون و پس آزمون

نحوه اندازه‌گیری متغیر

پرسشنامه

گروه‌های مداخله

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

1616 6655 21 98+

آدرس ایمیل

ghzanfari.h@tak.iums.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

دانشگاه علوم پزشکی ایران

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

1396/02/01, 2017-04-21

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

1396/03/31, 2017-06-21

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

1396/02/01, 2017-04-21

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

1396/03/31, 2017-06-21

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

اثر بخشی رویکرد مبتنی بر پذیرش- ذهن آگاهی - تعهد بر عملکرد ورزشی و اضطراب رقابتی ورزشی در دانشجویان ورزشکار

عنوان عمومی کارآزمایی

اثر بخشی رویکرد مبتنی بر پذیرش- ذهن آگاهی - تعهد بر عملکرد ورزشی و اضطراب رقابتی ورزشی در دانشجویان ورزشکار

هدف اصلی مطالعه

درمانی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

عضو تیم ورزشی دانشگاه بودن سن بین 18 تا 30 عدم ابتلا به بیماری روانپزشکی خاص

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

دانشجو نبودن ابتلا به بیماری روانپزشکی خاص

سن

از سن 18 ساله تا سن 30 ساله

جنسیت

مونث

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 30

حجم نمونه تحقق یافته: 29

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

استفاده از جدول اعداد تصادفی

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

1

شرح مداخله

گروه مداخله: گروه مداخله: دستور جلسات مداخله عبارتند از: جلسه 1-2: مرحله آموزش روانی: انجام پیش آزمون شامل ارزیابی عملکرد ورزشی، اضطراب رقابت ورزشی و اجتناب تجربه ای؛ معرفی رویکرد مبتنی بر ذهن آگاهی-تعهد و پذیرش؛ ارزیابی ارتباط فرد با تجربه های درونی؛ چالش با کنترل کردن افکار و هیجان های منفی (کنترل به عنوان مشکل: ناامیدی خلاقانه) و اثرات مخرب اجتناب تجربه ای؛ آموزش تمرین تنفس آموزش؛ خودارزیابی. جلسه 3-4: مرحله ذهن آگاهی: ادامه تمرینات قبلی؛ آموزش ذهن آگاهی و همجوشی شناختی؛ آموزش تمرینات ذهن آگاهی شامل: اسکن بدن، تمرین فضای تنفس سه دقیقه ای و تمرین ذهن آگاهی در زندگی روزمره. جلسه 5-6: مرحله شناسایی ارزش ها و تعهد؛ ادامه تمرینات قبلی؛ آموزش ارزشها و رفتارهای مبتنی بر ارزش ها؛ ارزیابی ارزش ها، اهداف، عمل ها و موانع؛ افزایش درگیر کردن در فعالیت های ارزشمند. جلسه 7-8: مرحله پذیرش؛ آموزش پذیرش و افزایش تعهد؛ ایجاد پذیرش از طریق تمرین های ذهن آگاهی و استعاره ها حفظ و افزایش ذهن آگاهی-پذیرش-تعهد؛ انجام پس آزمون شامل ارزیابی عملکرد ورزشی، اضطراب رقابت ورزشی و اجتناب تجربه ای.

طبقه بندی

درمانی - غیره

2

شرح مداخله

گروه کنترل: در مرحله تحقیق، گروه کنترل مداخله ای دریافت نخواهند کرد. به منظور رعایت اصول اخلاقی، رویکرد MAC پس از اتمام پژوهش به گروه کنترل آموزش داده خواهد شد که به شرح زیر است: گروه مداخله: گروه مداخله: دستور جلسات مداخله عبارتند از: جلسه 1-2: مرحله آموزش روانی: انجام پیش آزمون شامل ارزیابی عملکرد ورزشی، اضطراب رقابت ورزشی و اجتناب تجربه ای؛ معرفی رویکرد مبتنی بر ذهن آگاهی-تعهد و پذیرش؛ ارزیابی ارتباط فرد با تجربه های درونی؛ چالش با کنترل کردن افکار و هیجان های منفی (کنترل به عنوان مشکل: ناامیدی خلاقانه) و اثرات مخرب اجتناب تجربه ای؛ آموزش تمرین تنفس آموزش؛ خودارزیابی. جلسه 3-4: مرحله ذهن آگاهی: ادامه تمرینات قبلی؛ آموزش ذهن آگاهی و همجوشی شناختی؛ آموزش تمرینات ذهن آگاهی شامل: اسکن بدن، تمرین فضای تنفس سه دقیقه ای و تمرین ذهن آگاهی در زندگی روزمره. جلسه 5-6: مرحله شناسایی ارزش ها و تعهد؛ ادامه تمرینات قبلی؛ آموزش ارزشها و رفتارهای مبتنی بر ارزش ها؛ ارزیابی ارزش ها، اهداف، عمل ها و موانع؛ افزایش درگیر کردن در فعالیت های ارزشمند. جلسه 7-8: مرحله پذیرش؛ آموزش پذیرش و افزایش تعهد؛ ایجاد پذیرش از طریق تمرین های ذهن آگاهی و استعاره ها حفظ و افزایش ذهن آگاهی-پذیرش-تعهد؛ انجام پس آزمون شامل ارزیابی عملکرد ورزشی، اضطراب رقابت ورزشی و اجتناب تجربه ای.

طبقه بندی

درمانی - غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

دانشگاه علوم پزشکی ایران، سالن تربیت بدنی

نام کامل فرد مسوول

هادی غضنفری

آدرس خیابان

تهران، بزرگراه همت، جنب برج میلاد، دانشگاه علوم پزشکی

ایران. سالن تربیت بدنی

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

14665-354

تلفن

+98 21 6655 1616

فکس

+98 21 8805 2248

ایمیل

Ghazanfari.hadi67@gmail.com

آدرس صفحه وب

http://iums.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی ایران

نام کامل فرد مسوول

هادی غضنفری

آدرس خیابان

تهران، بزرگراه همت، دانشگاه علوم پزشکی ایران

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

+98 (21-98) 88052248

تلفن

+98 21 6655 1616

فکس

+98 21 5566 1212

ایمیل

Ghazanfari.hadi67@gmail.com

ردیف بودجه

معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ایران

کد بودجه

95-04-185-29333-

آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟

بلی

عنوان منبع مالی

دانشگاه علوم پزشکی ایران

درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع

100

بخش عمومی یا خصوصی

عمومی

مبدا اعتبار از داخل یا خارج کشور

داخلی

طبقه بندی منابع اعتبار خارجی

خالی

کشور مبدا

طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار

دانشگاهی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی ایران

نام کامل فرد مسوول

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علوم پزشکی ایران
نام کامل فرد مسوول
هادی غضنفری
موقعیت شغلی
دانشجوی دکترای روانشناسی بالینی
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
تهران
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
123456789
تلفن
1616 6655 21 98+
فکس
1616 6655 21 98+
ایمیل
ghazanfari.hadi67@gmail.com
آدرس صفحه وب

هادی غضنفری
موقعیت شغلی
دانشجوی دکترای روانشناسی بالینی
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
تهران، بزرگراه همت، جنب برج میلاد، دانشگاه علوم پزشکی ایران
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
14665-354
تلفن
1616 6655 21 98+
فکس
1616 6655 21 98+
ایمیل
Ghazanfari.hadi67@gmail.com
آدرس صفحه وب
http://iums.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه ایران
نام کامل فرد مسوول
هادی غضنفری
موقعیت شغلی
کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
Iran University of Medical Sciences, Hemmat
Highway, Tehran
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
86709 (98-21)+
تلفن
1616 6655 21 98+
فکس
1616 6655 21 98+
ایمیل
ghazanfari.hadi67@gmail.com
آدرس صفحه وب
http://iums.ac.ir

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه ایران
نام کامل فرد مسوول
هادی غضنفری
موقعیت شغلی
کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
Iran University of Medical Sciences, Hemmat
Highway, Tehran
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
86709 (98-21)+
تلفن
1616 6655 21 98+
فکس
1616 6655 21 98+
ایمیل
ghazanfari.hadi67@gmail.com
آدرس صفحه وب
http://iums.ac.ir

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات