پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۶/۲۷

مقایسه اثربخشی آموزش راهبردهای روان شناسی مثبت گرا و تکنیک های یوگا بر تاب آوری، بخشش و اضطراب مرگ در زنان سالمند شهرستان شهربابک

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
تعیین تفاوت اثربخشی آموزش راهبردهای روان¬شناسی مثبت¬گرا و تکنیک¬های یوگا بر تاب¬آوری، بخشش و اضطراب مرگ زنان سالمند شهرستان شهربابک

طراحی
کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با دو گروه های مداخله، یک سویه کور، بر روی ۴۵ بیمار به شکل در دسترس اجرا شده است

نحوه و محل انجام مطالعه
این پژوهش بعد از نمونه گیری از بین زنان سالمند تحت پوشش خانه بهداشت که بعد از پیش آزمون ملاک های ورود را دارند در محل خانه بهداشت تحت ارائه متغییر ها قرار می گیرمد

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه زنان سالمند شهرستان شهربابک در سال 1402 خواهد بود. روش نمونه-گیری به¬صورت در دسترس می¬باشد. که ملاک های ورود به پژوهش را دارند ملاک¬های ورود به پژوهش: سالمند بودن، سواد خواندن و نوشتن، نداشتن بیماری شدید، نداشتن فعالیت منظم ورزشی، علاقمند بودن به مشارکت در برنامه¬های تمرینی، شرکت نکردن همزمان در برنامه¬های تمرینی دیگر، کسب نمره پایین در پرسشنامه تاب¬آوری و بخشش و کسب نمره بالا در پرسشنامه اضطراب مرگ، رضایت کتبی شرکت در پژوهش.

گروه‌های مداخله
آزمودنی ها در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل (هر کدام 15 نفر) تقسیم خواهند شد. سپس به گروه آزمایشی اول، راهبردهای روان-شناسی مثبت¬گرا در 9 جلسه، هر جلسه 70 دقیقه و هر هفته دو جلسهو به گروه آزمایشی دوم، تکنیک¬های یوگا شامل 15 دقیقه چرخش آگاهی و حرکات کششی و چرخشی، 30 دقیقه آساناها و 15 دقیقه شاواسانا خواهد بود، ارائه خواهد شد. گروه کنترل در این مدت مداخله-ای دریافت نخواهند کرد.

متغیرهای پیامد اصلی
تاب¬آوری؛ بخشش و اضطراب مرگ

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20230929059551N1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **۱۴۰۲/۰۷/۲۵ ,17-10-2023**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **۱۴۰۲/۰۷/۲۵ ,17-10-2023**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
۱۴۰۲/۰۷/۲۵ ,2023-10-17

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
حکیمه کافی
نام سازمان / نهاد
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 34 3323 6528
آدرس ایمیل
hakime.kafi.1401@gmail.com

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
۱۴۰۲/۰۸/۳۰ ,2023-11-21
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
۱۴۰۲/۱۱/۳۰ ,2024-02-19
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
مقایسه اثربخشی آموزش راهبردهای روان شناسی مثبت گرا و تکنیک های یوگا بر تاب آوری، بخشش و اضطراب مرگ در زنان سالمند شهرستان شهربابک

عنوان عمومی کارآزمایی
مقایسه اثربخشی آموزش راهبردهای روان شناسی مثبت گرا و تکنیک های یوگا بر تاب آوری، بخشش و اضطراب مرگ در زنان سالمند

هدف اصلی مطالعه
پیشگیری
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سالمند بودن سواد خواندن و نوشتن نداشتن بیماری شدید نداشتن فعالیت منظم ورزشی علاقمند بودن به مشارکت در برنامه¬های تمرینی شرکت نکردن همزمان در برنامه¬های تمرینی دیگر کسب نمره پایین در پرسشنامه تاب¬آوری و بخشش کسب نمره بالا در پرسشنامه اضطراب مرگ رضایت کتبی شرکت در پژوهش
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
مرد بودن داشتن بیماری جسمی خاص داشتن بیماری صعب العلاج عدم داشتن رضایت به شرکت در پژوهش
سن
از سن **60 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **45**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص غیر تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
کور سازی (به نظر محقق)
کور نشده است
توصیف نحوه کور سازی
دارو نما
ندارد
اختصاص به گروه‌های مطالعه
موازی
سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق
نام کمیته اخلاق
کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان
آدرس خیابان
بلوار امام علی، خیابان حافظان قران، حافظان یک
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7617737151
تاریخ تایید
2023-09-09, ۱۴۰۲/۰۶/۱۸
کد کمیته اخلاق
IR.IAU.KERMAN.REC.1402.089

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
زنان سالمند
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
تاب آوری
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
اندازه گیری تاب آوری در ابتدای مطالعه (قبل از شروع مداخله) و ۵ هفته پس از شروع آموزش راهبردهای روان شناسی مثبت گرا و آموزش تکنیک های یوگا
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه تاب آوری کونور و دیویدسون، سال 2003

2

شرح متغیر پیامد
بخشش
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
اندازه گیری بخشش در ابتدای مطالعه (قبل از شروع مداخله) و ۵ هفته پس از شروع آموزش راهبردهای روان شناسی مثبت گرا و آموزش تکنیک های یوگا
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه بخشش ری و همکاران (2001)

3

شرح متغیر پیامد
اضطراب مرگ
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
اندازه گیری اضطراب مرگ در ابتدای مطالعه (قبل از شروع مداخله) و ۵ هفته پس از شروع آموزش راهبردهای روان شناسی مثبت گرا و آموزش تکنیک های یوگا
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه اضطراب مرگ تمپلر (1970)

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: آموزش راهبردهای روان شناسی مثبت گرا در این پژوهش آموزش راهبردهای روان¬شناسی مثبت¬گرا در 9 جلسه، هر جلسه 70 دقیقه و هر هفته دو جلسه برگزار خواهد شد خلاصه محتوای جلسات آموزش راهبردهای روان¬شناسی مثبت¬گراجلسه محتوااول معارفه اعضای گروه به یکدیگر و برقراری ارتباط اولیه، مروری بر قوانین گروه، ساختار و اهداف جلسات، ارائه دورنمایی از برنامه جلسات آتی و اجرای پیش آزموندوم چهارچوب¬دهی آزمودنی¬ها بر اساس روان¬درمانی مثبت¬گرا، درخواست از آزمودنی¬ها برای نوشتن داستان معرفی مثبت خودشان و ارائه تکلیف خانگی (تفکر و گفتگو با اطرافیان در مورد ویژگی¬های مثبت خودشان)سوم ارائه خلاصه از جلسه قبل و دریافت بازخورد، مرور داستان معرفی مثبت و شناسایی و بحث در مورد توانمندی¬های درون داستان، درخواست از

آزمودنی¬ها برای طراحی یک طرح خاص برای به اجرا درآوردن توانمندی¬ها و ارائه تکلیف خانگی (تفکر و گفتگو با اطرافیان در مورد توانمندی خودشان به هدف شناخت توانمندی¬ها)چهارم ارائه خلاصه از جلسه قبل و دریافت بازخورد، تمرکز بر سازه بخشش و معرفی آن به¬عنوان ابزاری برای از بین بردن هیجان¬های منفی و ارائه تکلیف خانگی (شناسایی هیجان¬های منفی خود و تمرکز بر بخشش و آمادگی گفتگو برای جلسه بعد)پنجم ارائه خلاصه از جلسه قبل و دریافت بازخورد، تمرکز بر سازه شکرگزاری و معرفی مزایای آن به صورت پیامدهای روان¬شناختی، فیزیکی و میان¬فردی و به ویژه افزایش احساس رضایت از زندگیششم ارائه خلاصه از جلسه قبل و دریافت بازخورد، تمرکز بر موضوع¬های امید و خوش¬بینی، آموزش مفهوم اسنادها به آزمودنی¬ها، آموزش اسنادهای درونی، کلی و پایدار به درمان¬جویان برای افزایش امید و خوش¬بینی آنانهفتم ارائه خلاصه از جلسه قبل و دریافت بازخورد، تمرکز بر عشق و دلبستگی، توصیه به آزمودنی¬ها برای برقراری ارتباط و پیوند با دیگرانهشتم ارائه خلاصه از جلسه قبل و دریافت بازخورد، آشنا کردن آزمودنی¬ها با مفهوم حس ذائقه، آموزش به درمان¬جویان برای مشارکت در فعالیت¬های لذت¬بخشنهم بررسی تکالیف، دریافت بازخورد از اعضا، بررسی پیشرفت¬ها و دستاوردهای به¬دست آمده، جمع-بندی و نتیجه¬گیری، گفتگو در مورد تعمیم یافته¬ها و کاربرد مباحث در زندگی و اجرای پس¬آزمون

طبقه بندی

پیشگیری

2

شرح مداخله

گروه مداخله: آموزش تکنیک¬های یوگا:برنامه تکنیک¬های یوگا شامل 15 دقیقه چرخش آگاهی و حرکات کششی و چرخشی، 30 دقیقه آساناها و 15 دقیقه شاواسانا خواهد بود. چرخش آگاهی، آرام¬تنی ابتدای کلاس برای متمرکز کردن توجه و آگاهی از محیط بیرون به درون کلاس و آمادگی بدنی و ذهنی آزمودنی¬ها برای شروع تمرینات می¬باشد. حرکات کششی و چرخشی نیز برای آمادگی بدن برای شروع آساناها همراه با تمرکز بر روی دم و بازدم اجرا خواهد شد. آساناها شامل حرکات و تمرینات بدنی یوگا و شاواسانا، آرام¬تنی انتهای کلاس خواهد بود که در آن تمام بدن وانهاده می¬شود. خلاصه محتوای جلسات تکنیک¬های یوگا در جدول زیر ارائه شده است. برنامه تمرینی منتخب یوگا تمرین¬های منتخب یوگا مراحل تمرین زمان(دقیقه)چرخش آگاهی، حرکات کششی و چرخشی مفاصل گرم کردن بدن 15آساناها: ایستادن صحیح، تمرین¬های کنار دیوار (حرکات تقویتی عضلات بازو، پهلوها و پاها).پرانایاما: تمرینات تنفسی حرکات بدنی و تنفسی 30شاواسانا: حالت جسد و آرامش، ذکر، دعای جهانی یوگا آرام¬سازی و تفکر 15

طبقه بندی

پیشگیری

3

شرح مداخله

گروه کنترل: گروه گواه

طبقه بندی

مصداق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

مرکز خدمات جامع سلامت شهری شماره یک

نام کامل فرد مسوول

فروزان ریاحیان مدواری

آدرس خیابان

خیابان امام، کوچه بهداشت، پایگاه ضمیمه شهری شماره یک

شهر

شهربابک

استان

کرمان

کد پستی

7751681147

تلفن

+98 34 3411 3387

ایمیل

kmuamar@kmu.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

دکتر حمید ملایی

آدرس خیابان

کرمان،میدان دانشگاه، جاده سرباغ، دانشگاه آزاد اسلامی

شهر

کرمان

استان

کرمان

کد پستی

7761146595

تلفن

+98 34 3345 0856

ایمیل

Hamid.molayi@iau.ac.ir

ردیف بودجه

کد بودجه

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

بلی

عنوان منبع مالی

دانشگاه آزاد اسلامی

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 آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

حکیمه کافی

موقعیت شغلی

دانشجوی دکتری

آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
بلوار جمهوری، خیابان شهید شیروانی، مجتمع صادقیه
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7617737141
تلفن
+98 34 3282 0625
ایمیل
Hakime.kafi.1401@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
حکیمه کافی
موقعیت شغلی
دانشجوی دکتری
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
بلوار جمهوری، خیابان شهید شیروانی، مجتمع صادقیه
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7617737141
تلفن
+98 34 3282 0625
ایمیل
Hakime.kafi.1401@gmail.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
حکیمه کافی
موقعیت شغلی
دانشجوی دکتری
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
بلوار جمهوری، خیابان شهید شیروانی، مجتمع صادقیه
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7617737141
تلفن
+98 34 3282 0625
ایمیل
Hakime.kafi.1401@gmail.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
پروتکل مطالعه
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
نقشه آنالیز آماری
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
فرم رضایتنامه آگاهانه
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
گزارش مطالعه بالینی
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
فایل خام داده های استخراج شده داخل پرسشنامه ها فایل تحلیل آماری داده ها
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
شروع دوره دسترسی 8 ماه پس از چاپ نتایج
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
صرفا برای محققین و شاغلین در موسسات دانشگاهی
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
برای استفاده از این داده ها در هنگام ارتباط هماهنگی های لازم در خصوص نحوه آنالیز های مجاز صورت می گیرد. صرفا برای تحقیقات علمی دانشگاهی قابل استفاده می باشند
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
می توانند با ارسال ایمیل و برقراری ارتباط هماهنگی های لازم برای دریافت داده ها را انجام دهند. hakime.kafi.1501@gmail.com
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
عد از بیان درخواست توسط متقاضی و دریافت تاییده از استاد راهنما، فایل داده ها از طریق ایمیل ارسال می گردد
سایر توضیحات