

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۰۷

## اثربخشی آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی رفتاری بر راهبردهای تنظیم هیجان، امید به زندگی، بهزیستی ذهنی و سازگاری اجتماعی در دانش آموزان دارای اختلال اضطراب فراگیر

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

تعیین میزان اثربخشی آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی رفتاری بر راهبردهای تنظیم هیجان، امید به زندگی، بهزیستی ذهنی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دارای اختلال اضطراب فراگیر

#### طراحی

این پژوهش شامل پیش آزمون، پس آزمون و پی گیری در دو گروه آزمایش و کنترل می باشد.

#### نحوه و محل انجام مطالعه

این پژوهش در آموزش و پرورش ناحیه 1 سنندج اجرا خواهد شد. پس از گرفتن مجوزهای لازم، 30 نفر دانش آموزان دختر دارای اختلال اضطراب فراگیر انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل قرار داده می شوند. برای گروه آزمایش 10 جلسه مداخله برگزار می شود اما گروه کنترل مداخله ندارد.

#### شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

این پژوهش برای دانش آموزان مقطع متوسطه که دارای اختلال اضطراب فراگیر هستند برگزار خواهد شد.

#### گروه های مداخله

گروه مداخله: در این پژوهش، برای گروه آزمایش از پروتکل آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی-رفتاری آنتونی و همکاران (2007) و منابع دیگر استفاده می شود. جلسات به شرح زیر است: 1. شرح استرسورها و پاسخ به آنها، 2. تأثیر استرس بر افکار، هیجان و رفتار 3. ارتباط افکار و هیجانات، 4. شناسایی تفکرات منفی و تحریفات شناختی 5. جایگزینی افکار منطقی به جای غیر منطقی 6. آموزش مقابله موثر با استرس 7. اجرای پاسخ های مقابله ای کارآمد 8. آموزش مدیریت خشم 9. آموزش ابرازگری در روابط بین فردی 10. : حمایت اجتماعی و تکنیک های حفظ شبکه اجتماعی گروه کنترل: در این پژوهش گروه کنترل در پیش آزمون و پس آزمون و پی گیری شرکت کردند اما هیچ مداخله ای آموزشی یا روانشناختی برای این گروه اجرا نشد.

#### متغیرهای پیامد اصلی

راهبردهای تنظیم هیجان، امید به زندگی، بهزیستی ذهنی و سازگاری اجتماعی

### اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اثربخشی آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی رفتاری

#### اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20230417057932N2

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 10-01-2024, ۱۴۰۲/۱۰/۲۰

زمان بندی ثبت: registered\_while\_recruiting

آخرین بروز رسانی: 10-01-2024, ۱۴۰۲/۱۰/۲۰

تعداد بروز رسانی ها: 0

#### تاریخ تایید ثبت در مرکز

10-01-2024, ۱۴۰۲/۱۰/۲۰

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

انور دست باز

نام سازمان / نهاد

دانشگاه کردستان

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

5050 3372 87 98+

آدرس ایمیل

anvardastbaz@uok.ac.ir

#### وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2023-12-22, ۱۴۰۲/۱۰/۰۱

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2024-01-21, ۱۴۰۲/۱۱/۰۱

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خانمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

6616935391

تاریخ تایید

2023-07-11, ۱۴۰۲/۰۴/۲۰

کد کمیته اخلاق

IR.IAU.SDJ.REC.1402.019

اثر بخشی آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی رفتاری بر راهبردهای تنظیم هیجان، امید به زندگی، بهزیستی ذهنی و سازگاری اجتماعی در دانش آموزان دارای اختلال اضطراب فراگیر

عنوان عمومی کارآزمایی

اثر بخشی آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی رفتاری بر راهبردهای تنظیم هیجان، امید به زندگی، بهزیستی ذهنی و سازگاری اجتماعی در دانش آموزان دارای اختلال اضطراب فراگیر

هدف اصلی مطالعه

آموزشی/مشاوره‌ای

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

دانش آموز مقطع متوسطه و حضور در مدرسه طی دوره پژوهش داشتن سن بین 14-18 سال دارای اختلال اضطراب فراگیر (تشخیص براساس پرسشنامه اضطراب فراگیر اسپیتزر و همکاران (2006) و مصاحبه توسط روانشناس مجرب بر طبق ملاک های DSM-5-TR)

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

وجود بیماری مزمن و ناتوان کننده وجود بیماری روانی های همزمان شرکت در دوره های مشابه با متغیر مستقل در گذشته یا همزمان مصرف داروهای اعصاب و روان

سن

از سن 14 ساله تا سن 18 ساله

جنسیت

مونث

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش بینی شده: 30

تصادفی سازی (نظر محقق)

مصادق ندارد

توصیف نحوه تصادفی سازی

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه های مطالعه

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین المللی

خالی

تاییدیه کمیته های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کارگروه/ کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی- واحد

سنندج

آدرس خیابان

سنندج - سه راهی ادب - سایت مرکزی دانشگاه آزاد اسلامی واحد

سنندج

شهر

سنندج

استان

کردستان

کد پستی

بیماری های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

اختلال اضطراب فراگیر

کد ICD-10

F41.1

توصیف کد ICD-10

Generalized anxiety disorder

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

راهبردهای تنظیم هیجان

مقاطع زمانی اندازه گیری

پیش آزمون (قبل از مداخله)، پس آزمون (بعد مداخله) ، پی گیری ( 2

ماه بعد از مداخله)

نحوه اندازه گیری متغیر

مقیاس تنظیم هیجان (گروس و جونز، 2003)

2

شرح متغیر پیامد

امید به زندگی

مقاطع زمانی اندازه گیری

پیش آزمون (قبل از مداخله)، پس آزمون (بعد مداخله) ، پی گیری ( 2

ماه بعد از مداخله)

نحوه اندازه گیری متغیر

مقیاس امید میلر (1988)

3

شرح متغیر پیامد

بهزیستی ذهنی

مقاطع زمانی اندازه گیری

پیش آزمون (قبل از مداخله)، پس آزمون (بعد مداخله) ، پی گیری ( 2

ماه بعد از مداخله)

نحوه اندازه گیری متغیر

پرسشنامه بهزیستی ذهنی کی یز و ماگیارمو (2003)

4

شرح متغیر پیامد

سازگاری اجتماعی

مقاطع زمانی اندازه گیری

پیش آزمون (قبل از مداخله)، پس آزمون (بعد مداخله) ، پی گیری ( 2

ماه بعد از مداخله)

نحوه اندازه گیری متغیر

پرسشنامه سازگاری اجتماعی کالیفرنیا (کلارک و همکاران ، 1993)

متغیر پیامد ثانویه

خالی

## گروه‌های مداخله

1

### شرح مداخله

گروه مداخله: در این پژوهش برای گروه مداخله پروتکل آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی-رفتاری استفاده می شود. جلسه اول: شرح استرسورها و پاسخ به آنها، آگاهی از پیامدهای سلامت احتمالی، معرفی پروتکل به شرکت کنندگان، آگاهی از تاثیرات جسمی استرس، آرمیدگی عضلانی برای 16 گروه عضلات. جلسه دوم: تأثیر استرس بر هیجان و رفتار، آگاهی از تأثیر استرس بر افکار، آرمیدگی عضلانی برای 8 گروه عضلات. جلسه سوم: ارتباط افکار و هیجانات، آگاهی از تکنیک تصویرسازی، تنفس دیافراگمی، آرمیدگی عضلانی برای 4 گروه عضلات. جلسه چهارم: شناسایی تفکرات منفی و تحریفات شناختی، راهکارهای به چالش کشیدن تفکرات منفی، تصویرسازی و آرمیدگی عضلانی منفعل، جلسه پنجم: جایگزینی افکار منطقی به جای غیر منطقی، آموزش خودزاد برای احساس سنگینی و گرما، جلسه ششم: آموزش مقابله کارآمد با استرس، آموزش خودزاد برای ضریان قلب، تنفس، شکم و پیشانی. جلسه هفتم: اجرای پاسخ‌های مقابله ای کارآمد آموزش خود زاد همراه با تصویرسازی و خودالقای. جلسه هشتم: آموزش مدیریت خشم و مراقبه مانترا، تکرار و تمرین مراقبه. جلسه نهم: آموزش ابرازگری در روابط بین فردی، مراقبه شمارش تنفس. جلسه دهم: حمایت اجتماعی و تکنیک‌های حفظ شبکه اجتماعی ایجاد برنامه مدیریت استرس شخصی.

طبقه بندی  
رفتاری

2

### شرح مداخله

گروه کنترل: در این پژوهش گروه کنترل در پیش آزمون و پس آزمون و پی گیری شرکت کردند اما هیچ مداخله ای آموزشی یا روانشناختی برای این گروه اجرا نشد.

طبقه بندی  
رفتاری

## مراکز بیمار گیری

1

### مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

مرکز مشاوره ادراه کل آموزش و پرورش

نام کامل فرد مسوول

علی سلیمانی

آدرس خیابان

ایران - سنندج - میدان آزادی - خیابان فردوسی - پلاک 10.

شهر

سنندج

استان

کردستان

کد پستی

6648578634

تلفن

4715 3323 87 98+

ایمیل

a\_solimani2003@yahoo.com

## حمایت کنندگان / منابع مالی

1

### حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

قادر بایزیدی

آدرس خیابان

ایران، سنندج، خیابان ادب، دانشگاه آزاد اسلامی، پلاک 1.

شهر

سنندج

استان

کردستان

کد پستی

6616935391

تلفن

8684 3328 87 98+

ایمیل

q\_bayzidi@yahoo.com

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 کردستان

نام کامل فرد مسوول

انور دست باز

موقعیت شغلی

استادیار

آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

روانشناسی

آدرس خیابان

ایران، سنندج، بلوار پاسداران، دانشگاه کردستان، پلاک 64.

شهر

سنندج

استان

کردستان

کد پستی

6617715175

تلفن

4600 3366 87 98+

ایمیل

Anvardastbaz@uok.ac.ir

آدرس صفحه وب

## فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه کردستان  
نام کامل فرد مسوول  
انور دست باز  
موقعیت شغلی  
استادیار  
آخرین مدرک تحصیلی  
Ph.D

### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

روانپزشکی

### آدرس خیابان

ایران، سنندج، بلوار پاسداران، دانشگاه کردستان، پلاک 64.

### شهر

سنندج

### استان

کردستان

### کد پستی

6617715175

### تلفن

4600 3366 87 98+

### ایمیل

Anvardastbaz@uok.ac.ir

### آدرس صفحه وب

<https://uok.ac.ir/~anvardastbaz/home>

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه کردستان  
نام کامل فرد مسوول  
انور دست باز  
موقعیت شغلی  
استادیار  
آخرین مدرک تحصیلی  
Ph.D

### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

روانشناسی

### آدرس خیابان

ایران، سنندج، بلوار پاسداران، دانشگاه کردستان، پلاک 64.

### شهر

سنندج

### استان

کردستان

### کد پستی

66177- 15175

### تلفن

009887133664600

### ایمیل

anvardastbaz@uok.ac.ir

### آدرس صفحه وب

<https://uok.ac.ir/~anvardastbaz/home>

## 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

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

### 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)

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

### عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند

در این پژوهش برنامه مداخلاتی جلسات همراه با مانگین نمرات در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پی گیری بدون مشخص کردن نام شرکت کنندگان ارائه می شود همچنین نتایج نهایی ذکر می شود

### بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

1 ماه بعد از چاپ نتایج

### کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

برای همه

### به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است

شرایطی لازم نیست

### برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود

ایمیل

### یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

1 ماه

### سایر توضیحات