پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۷

بررسی اثر برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر تاب آوری و خودکارآمدی و خودآگاهی هیجانی در دانشجویان زن متاهل دانشگاه پیام نور

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
تعیین اثر بخشی برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر بر تاب آوری و خودکارآمدی و خودآگاهی هیجانی در دانشجویان زن متاهل دانشگاه پیام نور
طراحی
کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی، بدون کور سازی، تصادفی شده، بر روی 30 بیمار. برای تصادفی سازی از فانکشن rand نرم افزار اکسل استفاده خواهد شد
نحوه و محل انجام مطالعه
جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان زن متأهل دانشگاه پیام نور اهواز در بازه زمانی دی ماه 1404 می باشد. در مرحله انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده می‌شود. پس از انتخاب نمونه‌ها به حجم ۳۰ نفر بر اساس معیارهای ورود و خروج پژوهش، شرکت‌کنندگان به‌صورت تصادفی در دو گروه «برنامه آموزشی درمانی خودورزی » (گروه مداخله) و (گروه کنترل) قرار خواهند گرفت.
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
شرایط ورود به پژوهش: ملاک‌های ورود به پژوهش: رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش؛ کسب نمره پایین‌تر از میانگین در پرسشنامه تاب‌آوری و خودکارآمدی شرایط عدم ورود به پژوهش: دریافت مداخلات درمانی دیگر به‌طور هم‌زمان با پژوهش، دریافت مداخلات درمانی دیگر به‌طور هم‌زمان با پژوهش
گروه‌های مداخله
گروه مداخله: جلسات برنامه آموزشی خودورزی به صورت ۱۳ جلسه ۹۰ دقیقه ای طبق فنون برنامه آموزشی خودورزی (جوهری فرد، ۱۴۰۲) بر روی گروه آزمایشی به صورت گروهی انجام خواهد شد.
گروه کنترل: گروه گواه در طول اجرای پژوهش هیچ نوع مداخله ای دریافت نخواهدکرد اما، برای جلوگیری از عوامل تهدید کننده ی روایی درونی پژوهش، مانند رقابت جبرانی گروه گواه یا تضعیف روحیه، پس از جمع آوری داده ها، مداخله را دریافت خواهند کرد.
متغیرهای پیامد اصلی
تاب آوری؛ خودکارآمدی؛ خودآگاهی هیجانی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20251214068329N1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2025-12-27, ۱۴۰۴/۱۰/۰۶**
زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2025-12-27, ۱۴۰۴/۱۰/۰۶**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2025-12-27, ۱۴۰۴/۱۰/۰۶

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
مهدیه زلقی
نام سازمان / نهاد
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 61 3333 3333
آدرس ایمیل
m_zallaghi68@yahoo.com

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2026-01-05, ۱۴۰۴/۱۰/۱۵
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2026-01-20, ۱۴۰۴/۱۰/۳۰
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
بررسی اثر برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر تاب آوری و خودکارآمدی و خودآگاهی هیجانی در دانشجویان زن متاهل دانشگاه پیام نور

عنوان عمومی کارآزمایی
بررسی اثر برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر تاب‌آوری، خودکارآمدی و خودآگاهی هیجانی زنان متأهل دانشجو

هدف اصلی مطالعه
آموزشی/مشاوره‌ای
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش کسب نمره پایین تر از میانگین در پرسشنامه تاب آوری کسب نمره پایین در خودآگاهی هیجانی کسب نمره پایین تر از میانگین در پرسشنامه خودکارآمدی
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
دریافت مداخلات درمانی دیگر به‌طور هم‌زمان با پژوهش مصرف داروهای روان شناسی یا داروهای مخدر
سن
از سن **18 ساله** تا سن **40 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **30**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان زن متأهل دانشگاه پیام نور در بازه زمانی دی ماه 1404 می باشد. در این نوع مطالعات اثرسنجی ، معمولاً از یک رویکرد دو مرحله‌ای استفاده می‌شود: در مرحله انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده می‌شود. پس از انتخاب نمونه‌ها به حجم ۳۰ نفر بر اساس معیارهای ورود و خروج پژوهش، شرکت‌کنندگان به‌صورت تصادفی در دو گروه «برنامه آموزشی درمانی خودورزی » (گروه مداخله) و (گروه کنترل) قرار خواهند گرفت. تصادفی‌سازی به روش بلوک‌های تصادفی با اندازه‌های متغیر (۴ و ۶ نفره) توسط یک آمارشناس مستقل که در فرایند اجرا دخالتی ندارد انجام می‌شود. فهرست تخصیص تصادفی با استفاده از تابع RAND در نرم‌افزار Excel تولید و سپس در پاکت‌های مات و دربسته و شماره‌گذاری‌شده قرار داده می‌شود تا محقق و شرکت‌کنندگان از توالی تخصیص آگاه نباشند (مخفی‌سازی تخصیص).
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 دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز
آدرس خیابان
اتوبان گلستان، فرهنگ شهر، روبروی خیابان کشاورز
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6134937333
تاریخ تایید
2025-11-05, ۱۴۰۴/۰۸/۱۴
کد کمیته اخلاق
IR.IAU.AHVAZ.REC.1404.525

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
اختلال در تاب‌آوری و خودکارآمدی روان‌شناختی زنان متأهل دانشجو
کد ICD-10
F40.1
توصیف کد ICD-10
Social phobias

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
تاب آوری
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
۱. پیش‌آزمون (قبل از شروع مداخله) ۲. پس‌آزمون (بلافاصله بعد از پایان دوره مداخله) ۳. پیگیری یک‌ماهه پس از مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
نحوه اندازه گیری از طریق پرسشنامه تاب آوری کانر-دیویدسون (۲۰۰۳) انجام خواهد شد.

2

شرح متغیر پیامد
خودکارآمدی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
۱. پیش‌آزمون (قبل از شروع مداخله) ۲. پس‌آزمون (بلافاصله بعد از پایان دوره مداخله) ۳. پیگیری یک‌ماهه پس از مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
نحوه اندازه گیری از طریق پرسشنامه خودکارآمدی شرر و همکاران(۱۹۸۲) انجام خواهدشد.

3

شرح متغیر پیامد
خودآگاهی هیجانی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
۱. پیش‌آزمون (قبل از شروع مداخله) ۲. پس‌آزمون (بلافاصله بعد از پایان دوره مداخله) ۳. پیگیری یک‌ماهه پس از مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
نحوه اندازه گیری از طریق پرسش نامه خودآگاهی هیجانی گرنت و همکاران (۲۰۰۲) انجام خواهد شد.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: مدت زمان هر جلسه: ۹۰ دقیقه ؛ تعداد کل جلسات: ۱۳ جلسه؛ توالی جلسات: هفته‌ای یک جلسه گروهی؛ نوع مداخله: آموزشی–درمانی (غیرداروپی)؛ مبنای نظری: فنون برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر اساس مدل جوهری‌فرد (۱۴۰۲)ابزارهای درمانی مورد استفاده:این برنامه بر فعال‌سازی منابع درونی و بین‌فردی خویشتن‌ورزی و رشد خودآگاهی هیجانی تمرکز دارد. ابزارهای اصلی شامل موارد زیر است: گفت‌وگو درمانی هدایت‌شده گروهی، تمرینات ذهن‌آگاهی و پذیرش هیجانات، تصویرسازی ذهنی مرتبط با خودورزی و شفقت به خود، تمرینات بازسازی شناختی و نوشتن تأملی، آموزش حل مسئله هیجانی و تنظیم هیجان؛ محتوای جلسات برنامه آموزشی: جلسه ۱: اجرای پیش‌آزمون، معرفی منطق برنامه خودورزی و مفاهیم پایه (خودورزی، شفقت به خود، پذیرش هیجانی). جلسه ۲: آشنایی با مؤلفه‌های خودآگاهی هیجانی و شناسایی افکار و احساسات خودسرزنشگر. جلسه ۳: آموزش مهارت ذهن‌آگاهی و تمرین تنفس آرام‌بخش برای تنظیم هیجانات. جلسه ۴: تمرین تصویرسازی مثبت خودورزانه و بازسازی شناختی باورهای منفی نسبت به خود. جلسه ۵: تمرین شفقت‌ورزی به خود از طریق نوشتن نامه و گفت‌وگوی درونی پذیرنده. جلسه ۶: بررسی موانع هیجانی و شناختی در مسیر شفقت به خود؛ آگاهی از ترس از پذیرش خود. جلسه ۷: آموزش راهبردهای مقابله با خودانتقادگری و تمرین بازسازی نگرش‌های ناکارآمد.جلسه ۸: تقویت تاب‌آوری از طریق تکنیک‌های پذیرش واقعیت و بازیابی معنای شخصی.جلسه ۹: آموزش مهارت خودکارآمدی؛ تمرین تعیین هدف‌های کوچک و بازخورد مثبت. جلسه ۱۰: تقویت هیجان مثبت با تمرینات کار گروهی و همدلی متقابل. جلسه ۱۱: آموزش مهارت‌های ارتباطی و تأثیر خودورزی در روابط همسران و محیط دانشگاه. جلسه ۱۲: جمع‌بندی و مرور راهبردهای کلیدی برنامه، آمادگی برای حفظ تغییرات رفتاری. جلسه ۱۳: اجرای پس‌آزمون، بازخورد نهایی، برنامه‌ریزی برای پیگیری طولی.

طبقه بندی

درمانی - غیره

2

شرح مداخله

گروه کنترل: گروه گواه در طول اجرای پژوهش هیچ نوع مداخله ای دریافت نخواهد کرد اما، برای جلوگیری از عوامل تهدید کننده ی روایی درونی پژوهش، مانند رقابت جبرانی گروه گواه یا تضعیف روحیه، پس از جمع آوری داده ها، مداخله را دریافت خواهندکرد.

طبقه بندی

درمانی - غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

دانشگاه پیام نور اهواز

نام کامل فرد مسوول

مهدیه زلقی

آدرس خیابان

پردیس، بلوار گلفام، خیابان گلزار

شهر

اهواز

استان

خوزستان

کد پستی

6155663314

تلفن

+98 61 3332 9960

ایمیل

Info@pnum.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

پژمان تقی پور بیرگانی

آدرس خیابان

اتوبان گلستان، فرهنگ شهر، روبروی خیابان کشاورز

شهر

اهواز

استان

خوزستان

کد پستی

6134937333

تلفن

+98 61 3316 3394

ایمیل

p_taghipour@iauahvaz.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

خصوصی

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

مهدیه زلقی

موقعیت شغلی

دانشجوی کارشناسی ارشد

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

روانشناسی

آدرس خیابان

پردیس، پشت پمپ بنزین سیاحی، خیابان جویبار۳، پلاک ۲۲

شهر

اهواز

استان

خوزستان

کد پستی

6139714664

تلفن

+98 61 3374 6099

ایمیل
M_zallaghi68@yahoo.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
مهدیه زلقی
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
پردیس، پشت پمپ بنزین سیاحی، خیابان جویبار۳، پلاک ۲۲
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6139714664
تلفن
+98 61 3374 6099
ایمیل
M_zallaghi68@yahoo.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
مهدیه زلقی
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
پردیس، پشت پمپ بنزین سیاحی، خیابان جویبار۳، پلاک ۲۲
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6139714664
تلفن
+98 61 3374 6099
ایمیل
M_zallaghi68@yahoo.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
پروتکل مطالعه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
نقشه آنالیز آماری
مصداق ندارد
فرم رضایتنامه آگاهانه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
گزارش مطالعه بالینی
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
کدهای استفاده شده در آنالیز
مصداق ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
مصداق ندارد