پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۷

Studying the effect of mindfulness-based stress reduction techniques on job stress and work- family conflict of emergency department nurses in selected hospitals

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
تعیین تاثیر آموزش تکنیک های کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر استرس و تعارض کار و خانواده پرستاران بخش اورژانس بیمارستان های منتخب آجا

طراحی
کارآزمایی تصادفی کنترل شده دارای گروه کنترل؛ با نرم افزار G Power و احتمال ریزش 10 درصد برای هر گروه، 32 نمونه درنظر گرفته شد

نحوه و محل انجام مطالعه
نمونه از بین پرستاران شاغل در بخش‌های اورژانس بیمارستان‌های منتخب آجا انتخاب خواهند شد.بیمارستان‌ها به‌صورت در دسترس و با استفاده از روش دیجیتال‌شده معادل پرتاب سکه به گروه‌های مداخله و کنترل تقسیم خواهند شد. تعداد بیمارستان‌ها بر اساس حجم نمونه محاسبه و انتخاب خواهد شد

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
معیارهای ورود: 1. اشتغال در بخش اورژانس بیمارستان‌های منتخب آجا و داشتن حداقل شش ماه سابقه کار 2. عدم ابتلا به بیماری‌های جسمی جدی 3. عدم مصرف داروهای مؤثر بر روان 4. عدم مواجهه با بحران ها 5. رضایت آگاهانه 6. عدم شرکت قبلی در دوره‌های آموزش ذهن‌آگاهی یا برنامه‌های رسمی کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی
معیارهای خروج: 1.عدم حضور در بیش از ۲ جلسه آموزشی 2.ابتلا به بیماری 3.انصراف داوطلبانه از ادامه شرکت در پژوهش.

گروه‌های مداخله
آموزش تکنیک های کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی در پرستاران، به‌صورت هفتگی و در طی پنج هفته متوالی (هرهفته یک جلسه 60 دقیقه ای)برگزار خواهد شد؛درمقابل در گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نخواهند کرد.اما پس از پایان پژوهش این برنامه برای گروه کنترل نیز ارائه خواهد شد.

متغیرهای پیامد اصلی
راهنمایی برای طراحی برنامه‌های آموزشی؛ بررسی میزان استرس و تعارض کار و خانواده و بررسی تاثیر برنامه آموزشی بر آنها، خدمت‌رسانی در بیمارستان‌های نظامی و سایر مراکز درمانی؛ الگویی برای پژوهش‌های آینده

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260104068541N1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-01-24, ۱۴۰۴/۱۱/۰۴**
زمان‌بندی ثبت: **registered_while_recruiting**

آخرین بروز رسانی: **2026-01-24, ۱۴۰۴/۱۱/۰۴**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-01-24, ۱۴۰۴/۱۱/۰۴

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
زهرا قیصری
نام سازمان / نهاد
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 930 299 6750
آدرس ایمیل
gheisary80@gmail.com

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2026-01-21, ۱۴۰۴/۱۱/۰۱
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2026-10-23, ۱۴۰۵/۰۸/۰۱
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
Studying the effect of mindfulness-based stress

reduction techniques on job stress and work- family conflict of emergency department nurses in selected hospitals

عنوان عمومی کارآزمایی
Studying the effect of mindfulness-based stress reduction techniques on job stress and work- family conflict of emergency department nurses in selected hospitals

هدف اصلی مطالعه
آموزشی/مشاوره‌ای

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
اشتغال در بخش اورژانس بیمارستان‌های منتخب آجا و داشتن حداقل شش ماه سابقه کار در همین بخش عدم ابتلا به بیماری‌های جسمی جدی شامل بیماری‌های قلبی–عروقی شدید، بیماری‌های تنفسی مزمن ناتوان‌کننده، سرطان در مرحله فعال، اختلالات نورولوژیک شدید و بیماری‌های غدد با ناتوانی عملکردی عدم مصرف داروهای مؤثر بر روان مانند داروهای ضدافسردگی، ضداضطراب، ضدروان‌پریشی یا داروهای پایدارکننده خلق که می‌توانند بر میزان استرس یا واکنش به درمان اثر بگذارند عدم مواجهه با آسیب‌های شدید ناشی از بحران‌ها به‌ویژه جنگ ایران (ژوئن ۲۰۲۵)؛ افرادی که در این دوره دچار سوگ شدید، آسیب روانی حاد ، آسیب فیزیکی جدی یا از دست‌دادن اعضای درجه‌یک شده‌اند، وارد مطالعه نمی‌شوند داشتن تمایل و رضایت آگاهانه برای شرکت در جلسات آموزشی و همکاری در پژوهش عدم شرکت قبلی در دوره‌های آموزش ذهن‌آگاهی یا برنامه‌های رسمی کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی (MBSR)

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
عدم حضور در بیش از ۲ جلسه آموزشی ابتلا به بیماری یا شرایطی که مانع از ادامه حضور در پژوهش شود انصراف داوطلبانه از ادامه شرکت در پژوهش.

سن
بدون محدودیت سنی

جنسیت
هر دو

فاز مطالعه
مصداق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **64**

تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی
مشارکت کنندگان این پژوهش از بین پرستاران شاغل در بخش‌های اورژانس بیمارستان‌های منتخب آجا انتخاب خواهند شد. ابتدا، بیمارستان‌های مورد نظر به‌صورت در دسترس انتخاب و به روش تخصیص تصادفی شرکت‌کنندگان به گروه‌های مداخله و کنترل با استفاده از روش دیجیتال‌شده معادل پرتاب سکه انجام شد. به هر شرکت‌کننده یک عدد تصادفی صحیح بین 1 تا 1000 با تابع RANDBETWEEN در نرم‌افزار Excel اختصاص یافت. سپس بر اساس زوج یا فرد بودن عدد، افراد به گروه مداخله (اعداد زوج) یا کنترل (اعداد فرد) تقسیم شدند. این روش ساده و معتبر، معادل آماری پرتاب سکه است و دقت کافی برای مطالعات تصادفی را داراست. پرستاران هر بیمارستان، با رعایت معیارهای ورود و خروج مطالعه، به گروه مداخله یا گروه کنترل اختصاص خواهند یافت.

کور سازی (به نظر محقق)
کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

دارو نما
ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه
تنها

سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق
دانشگاه علوم پزشکی ارتش جمهوری اسلامی

آدرس خیابان
خیابان فاطمی، خیابان اعتمادزاده، دانشگاه علوم پزشکی ارتش

شهر
تهران

استان
تهران

کد پستی
1411718541

تاریخ تایید
2025-12-15, ۱۴۰۴/۰۹/۲۴

کد کمیته اخلاق
IR.AJAUMS.REC.1404.259

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
استرس شغلی؛ تعارض کار و خانواده

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
تاثیر تکنیک کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر میزان استرس پرستاران بخش اورژانس بیمارستان های منتخب آجا. تعیین میزان استرس با پرسشنامه استرس شغلی پرستاران

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
پیش آزمون/ پس آزمون/ گروه کنترل

نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه استرس شغلی پرستاران: : این مقیاس توسط گری‌تافت و آندرسون طراحی شده است. شامل 34 عبارت است که در 7 حیطه تنظیم شده است. مجموع امتیازات 136- 34 است که نمره کمتر یا مساوی 68 معرف استرس کم، 103-69 استرس متوسط، و بیشتر یا مساوی 104 امتیاز، استرس زیاد طبقه‌بندی می‌شود.

2

شرح متغیر پیامد
تاثیر تکنیک کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر میزان تعارض کار و خانواده پرستاران بخش اورژانس بیمارستان های منتخب آجا. تعیین میزانتعارض کار و خانواده با پرسشنامه تعارض کار و خانواده پرستاران

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
پیش آزمون/ پس آزمون/ گروه کنترل

نحوه اندازه‌گیری متغیر

پرسشنامه تعارض کار و خانواده پرستاران: از پرسشنامه تعارض کار و خانواده مینه‌سوتا استفاده خواهد شد. این پرسشنامه شامل 19 گویه در مقیاس لیکرت 5 نمره‌ای بوده که در مجموع، امتیاز کل پرسشنامه 95 و بازه‌ای بین 38 تا 57 نشان‌دهنده وضعیت متوسط، کمتر از 38 وضعیت ضعیف، و بالای 57 نشان‌دهنده شرایط تعارض کار و خانواده مطلوب بودند.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: برنامه کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی برای پرستاران، به‌صورت هفتگی و در طی پنج هفته متوالی برگزار خواهد شد؛ به‌طوری‌که در هر هفته یک جلسه ۶۰ دقیقه‌ای به‌صورت گروهی در سالن آموزش بیمارستان، خارج از ساعات کاری شرکت‌کنندگان برگزار می‌گردد. جلسات در محل بیمارستان مربوطه و در زمان‌های مشخص‌شده برگزار خواهند شد، به شکلی که با شیفت کاری پرستاران تضادی ایجاد نکند.محتوای جلسات مبتنی بر پروتکل استاندارد "کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی" که به تناسب زمان و شرایط محیطی بومی‌سازی شده است، توسط پژوهشگر آموزش‌دیده در این حوزه و با استفاده از فایل‌های صوتی راهنما، تمرین‌های تنفس آگاهانه، اسکن بدن، تمرکز بر حواس پنج‌گانه، و مراقبه‌های کوتاه انجام خواهد شد.همچنین در پایان هر جلسه، تمرین‌هایی به شرکت‌کنندگان داده خواهد شد تا در منزل انجام دهند (۱۵–۲۰ دقیقه در روز)، و از آنان خواسته خواهد شد تجارب خود را در ابتدای جلسه بعدی بیان کنند. محتوای جلسات در قالب فایل پاورپوینت، مدیتیشن صوتی، و فرم تمرین هفتگی ارائه خواهد شد. حضور منظم در جلسات و انجام تمرینات خانگی به‌عنوان بخشی از مداخله تلقی خواهد گردید.برای افزایش انگیزه و مشارکت، افراد در پیام‌رسان داخلی (واتساپ یا ایتا) عضو می شوند تا فایل‌های تمرینی و یادآوری‌های لازم ارسال گردد. در طول مطالعه، پژوهشگر به سؤالات و مشکلات شرکت‌کنندگان پاسخ خواهد داد و از نظر اخلاقی متعهد می شود محتوای بحث‌ها محرمانه باقی بماند.

طبقه بندی

مصداق ندارد

2

شرح مداخله

گروه کنترل: پرستاران گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نخواهند کرد و به روال عادی فعالیت‌های خود ادامه خواهند داد. اما برای رعایت ملاحظات اخلاقی و به‌منظور فراهم‌کردن فرصت برابر برای تمامی شرکت‌کنندگان، پس از پایان پژوهش برنامه آموزش کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی برای اعضای گروه کنترل نیز ارائه خواهد شد.

طبقه بندی

مصداق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

بیمارستان امام رضا علیه السلام

نام کامل فرد مسوول

زهرا قیصری

آدرس خیابان

خیابان داوود آبادی، خیابان محمدی، کوچه شهرابی، پلاک 7

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1765759173

تلفن

+98 930 299 6750

ایمیل

gheisary80@gmail.com

2

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

بیمارستان بعثت

نام کامل فرد مسوول

زهرا قیصری

آدرس خیابان

خیابان داوود آبادی، خیابان محمدی، کوچه شهرابی، پلاک 7

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1765759173

تلفن

+98 930 299 6750

ایمیل

gheisary80@gmail.com

3

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

بیمارستان گلستان

نام کامل فرد مسوول

زهرا قیصری

آدرس خیابان

خیابان داوود آبادی، خیابان محمدی، کوچه شهرابی، پلاک 7

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1765759173

تلفن

+98 930 299 6750

ایمیل

gheisary80@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی ارتش

نام کامل فرد مسوول

معاونت تحقیقات و فناوری

آدرس خیابان

خیابان فاطمی، خیابان اعتمادزاده، دانشگاه علوم پزشکی ارتش

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1411718541

تلفن

+98 21 4382 2157

ایمیل

gheisary80@gmail.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

بلی

عنوان منبع مالی

دانشگاه علوم پزشکی ارتش

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 ارتش

نام کامل فرد مسوول

زهرا قیصری

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

پرستاری

آدرس خیابان

خیابان فاطمی، خیابان اعتمادزاده، بیمارستان 501 آجا

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1765759173

تلفن

+98 930 299 6750

فکس

ایمیل

gheisary80@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی ارتش

نام کامل فرد مسوول

زهرا قیصری

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

پرستاری

آدرس خیابان

خیابان فاطمی، خیابان اعتمادزاده، بیمارستان 501 آجا

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1765759173

تلفن

+98 930 299 6750

فکس

ایمیل

gheisary80@gmail.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی ارتش

نام کامل فرد مسوول

زهرا قیصری

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

پرستاری

آدرس خیابان

خیابان فاطمی، خیابان اعتمادزاده، بیمارستان 501 آجا

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1765759173

تلفن

+98 930 299 6750

فکس

ایمیل

gheisary80@gmail.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

پروتکل مطالعه

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

نقشه آنالیز آماری

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

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

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند

بخشی ازداده نظیر اطلاعات مربوط به پیامد اصلی یا امثال آن امکان اشتراک گذاری دارد.

بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

شروع دوره دسترسی 6 ماه پس از چاپ نتایج

کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

محققین شاغل در موسسات دانشگاهی و علمی

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

استفاده از محتوای تحقیقات فقط با ذکر منبع و رعایت اصول علمی و اخلاقی مطالعه قابل استفاده است.

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

آدرس ایمیل: gheisary80@gmail.com محقق: زهراقیصری

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

زمان ارائه مستندات 6 ماه پس از تصویب و چاپ

سایر توضیحات