پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۷

بررسی اثر بخشی برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر روی ادراک خویشتن، معنای زندگی و اضطراب وجودی مراجعه کنندگان به کلینیک های روان درمانی

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

بررسی اثر برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر روی ادراک خویشتن، معنای زندگی و اضطراب وجودی مراجعه کنندگان به کلینیک های شهر اهواز

طراحی

کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی، بدون کورسازی، 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 حاضر شامل کلیه مراجعان داوطلب (زن و مرد با سن بین ۱۸ الی ۵۰ سال) به کلینیک روان شناسی رایان در شهر اهواز در بازه زمانی بهمن ماه سال ۱۴۰۴ است که دارای شرایط ورود به پژوهش هستند. در مرحله انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده می‌شود. پس از انتخاب نمونه‌ها به تعداد 30 نفر، بر اساس معیارهای ورود و خروج پژوهش، شرکت‌کنندگان به‌صورت تصادفی در دو گروه « آموزشی درمانی خودورزی » (گروه مداخله) و «لیست انتظار» (گروه کنترل) قرار خواهند گرفت.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

شرایط ورود: کسب نمره پایین‌تر از میانگین در پرسشنامه ادراک خویشتن، دارای دامنه سنی بین 18 تا 50 سال شرایط عدم ورود: عدم تمایل به شرکت در پژوهش، دریافت هم‌زمان درمان روان‌شناختی یا دارودرمانی

گروه‌های مداخله

گروه مداخله شامل افرادی هستند که برنامه آموزشی خودورزی را دریافت خواهند کرد. گروه کنترل شامل افرادی هستند که هیگونه مداخله ای را دریافت نخواهند کرد.

متغیرهای پیامد اصلی

ادراک خویشتن، معنای زندگی، اضطراب وجودی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260105068554N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-01-10, ۱۴۰۴/۱۰/۲۰**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-01-10, ۱۴۰۴/۱۰/۲۰**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2026-01-10, ۱۴۰۴/۱۰/۲۰

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

عاطفه صرخه

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 61 3333 3333

آدرس ایمیل

atefesarkhe@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2026-01-25, ۱۴۰۴/۱۱/۰۵

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2026-02-09, ۱۴۰۴/۱۱/۲۰

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

بررسی اثر بخشی برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر روی ادراک خویشتن، معنای زندگی و اضطراب وجودی مراجعه کنندگان به کلینیک های روان درمانی

عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی اثر رویکرد خودورزی بر سلامت روان و معنای زندگی افراد مضطرب

هدف اصلی مطالعه

درمانی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
شرکت کنندگان دارای دامنه سنی بین 18 تا 50 سال کسب نمره پایین‌تر از میانگین در پرسشنامه ادراک خویشتن
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
عدم تمایل به همکاری و شرکت در پژوهش دریافت هم‌زمان درمان روان‌شناختی یا دارودرمانی
سن
از سن **18 ساله** تا سن **50 ساله**
جنسیت
هر دو

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 حاضر شامل کلیه مراجعان داوطلب (زن و مرد با سن بین ۱۸ الی ۵۰ سال) به کلینیک روان شناسی در بازه زمانی بهمن ماه سال ۱۴۰۴ است که دارای مشکلاتی در زمینه اضطراب،معناجویی یا مسائل مربوط به هویت و خودشناسی بوده و علاقه مند به شرکت در دوره های آموزشی_درمانی هستند. در مرحله انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده می‌شود. پس از انتخاب نمونه‌ها بر اساس معیارهای ورود و خروج پژوهش، شرکت‌کنندگان به‌صورت تصادفی در دو گروه « آموزشی درمانی خودورزی » (گروه مداخله) و «لیست انتظار» (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). باز کردن پاکت و اطلاع از گروه تخصیص تنها در زمان ورود هر شرکت‌کننده به پژوهش انجام خواهد شد.
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
2025-12-17, ۱۴۰۴/۰۹/۲۶
کد کمیته اخلاق
IR.IAU.AHVAZ.REC.1404.563

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
افراد مبتلا به اختلال اضطراب با نشانه‌های اضطراب وجودی
کد ICD-10
F41.1
توصیف کد ICD-10
Generalized anxiety disorder

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
ادراک خویشتن
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 بوسیله پرسشنامه ادراک خویشتن خواهد بود.

2

شرح متغیر پیامد
معنای زندگی
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 بوسیله پرسشنامه معنای زندگی استگر (MLQ) خواهد بود.

3

شرح متغیر پیامد
اضطراب وجودی
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 بوسیله پرسشنامه اضطراب وجودی (نسخه فارسی‌شده مقیاس وجودی یالوم) خواهد بود.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: برنامه آموزشی درمانی خودورزی؛ مدت زمان هر جلسه: ۹۰ دقیقه تعداد کل جلسات: ۸ جلسه؛ توالی جلسات: هر هفته دو بار؛

ابزارهای درمانی مورد استفاده: این مداخله بر تقویت منابع درونی فرد، شامل آگاهی از خود، شفقت به خود و کشف معنای شخصی، تاکید دارد. ابزارهای درمانی اصلی شامل این موارد هستند: گفت‌وگوی گروهی هدایت‌شده؛ تمرینات ذهن‌آگاهی برای افزایش خودآگاهی؛ تمرینات تصویرسازی هدایت‌شده برای تقویت شفقت به خود؛ تمرینات خوداندیشی و بازبینی درونی برای شناخت ارزش‌ها و اهداف شخصی؛ تکنیک‌های مدیریت اضطراب و آرام‌سازی،محتوای جلسات مختلف به صورت خلاصه: جلسه اول: اجرای پیش‌آزمون؛ معرفی و تبیین مفهوم "خودورزی" و اهداف برنامه. جلسه دوم: بررسی ادراک خویشتن؛ شناسایی الگوهای فکری منفی و منتقد درونی. جلسه سوم: آموزش اصول و تمرینات ذهن‌آگاهی برای کاهش اضطراب. جلسه چهارم: معرفی و تقویت شفقت به خود؛ تمرینات تصویرسازی شفقت به خود. جلسه پنجم: کشف معنا و ارزش‌های شخصی زندگی؛ همسوسازی اعمال با ارزش‌ها. جلسه ششم: بحث و مواجهه با اضطراب وجودی؛ راهکارهای معنابخش برای آن. جلسه هفتم: مرور مهارت‌ها، آموزش تکنیک‌های آرام‌سازی و برنامه‌ریزی برای خودورزی پایدار. جلسه هشتم: جمع‌بندی مباحث؛ اجرای پس‌آزمون و برنامه‌ریزی برای پیگیری.

طبقه بندی

درمانی - غیره

2

شرح مداخله

گروه کنترل: گروه کنترل در طول اجرای پژوهش هیچ نوع مداخله ای دریافت نخواهند 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

کلینیک روان درمانی رایان اهواز

نام کامل فرد مسوول

عاطفه صرخه

آدرس خیابان

کیانپارس، بین خیابان 4 و 5 شرقی، مجتمع مهتاب، طبقه ۱

شهر

اهواز

استان

خوزستان

کد پستی

6133921294

تلفن

+98 61 3392 1294

ایمیل

rjoharifard@gmail.com

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

عاطفه صرخه

موقعیت شغلی

دانشجوی کارشناسی ارشد

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

روانشناسی

آدرس خیابان

کیان آباد، خیابان ۳۲، پلاک ۱۱

شهر

اهواز

استان

خوزستان

کد پستی

6155794345

تلفن

+98 61 3333 3333

ایمیل

Atefesarkhe@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

عاطفه صرخه

موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کیان آباد، خیابان ۳۲، پلاک ۱۱
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6155794345
تلفن
+98 61 3333 3333
ایمیل
Atefesarkhe@gmail.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
عاطفه صرخه
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کیان آباد، خیابان ۳۲، پلاک ۱۱
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6155794345
تلفن
+98 61 3333 3333
ایمیل
Atefesarkhe@gmail.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