

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۵/۰۵

مقایسه اثربخشی درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی و درمان هیجان مدار بر اضطراب امتحان، خودآزمندی، اهمال کاری تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی دانش آموزان پسر پایه نهم مبتلا به اضطراب امتحان

تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۳-۰۵-۲۰۲۳, ۱۴۰۵/۰۲/۲۳
زمان بندی ثبت: prospective

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

مقایسه اثربخشی درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی و درمان هیجان مدار بر اضطراب امتحان، خودآزمندی، اهمال کاری تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی دانش آموزان پسر پایه نهم مبتلا به اضطراب امتحان

طراحی

کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی، بدون کورسازی، تصادفی شده، بر روی 60 بیمار. برای تصادفی سازی از فانکشن rand نرم افزار اکسل استفاده خواهد شد.

نحوه و محل انجام مطالعه

جامعه آماری پژوهش حاضر، تمامی دانش آموزان پسر دارای اضطراب امتحان پایه نهم شهر اهواز که در سال تحصیلی 1404-1405 مشغول به تحصیل هستند را تشکیل می دهد. در مرحله انتخاب نمونه از روش نمونه گیری در دسترس استفاده می شود. پس از انتخاب نمونه ها به حجم 60 نفر بر اساس معیارهای ورود و خروج پژوهش، شرکت کنندگان به صورت تصادفی در سه گروه « درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی » (گروه مداخله 1)، « درمان هیجان مدار » (گروه مداخله 2) و « لیست انتظار » (گروه کنترل) قرار خواهند گرفت.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

معیارهای ورود: دانش آموزان پسر پایه نهم، کسب نمره یک انحراف معیار بالای میانگین در اضطراب امتحان معیارهای عدم ورود: عدم تمایل به شرکت در پژوهش، شرکت در جلسات روان درمانی دیگر

گروه های مداخله

گروه مداخله 1: تمام افرادی که مداخله درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی را دریافت خواهند کرد. گروه مداخله 2: تمام افرادی که مداخله درمان هیجان مدار را دریافت خواهند کرد. گروه کنترل: تمام افرادی که هیچگونه مداخله ای را دریافت نخواهند کرد.

متغیرهای پیامد اصلی

اضطراب امتحان، خودآزمندی، اهمال کاری تحصیلی، خودناتوان سازی تحصیلی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20260512069378N1

آخرین بروز رسانی: ۱۳-۰۵-۲۰۲۳, ۱۴۰۵/۰۲/۲۳
تعداد بروز رسانی ها: 0
تاریخ تایید ثبت در مرکز
13-05-2026, ۱۴۰۵/۰۲/۲۳

اطلاعات تماس ثبت کننده نام

حیدر ساعدی

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

2192 3672 61 98+

آدرس ایمیل

haydar.saedi@yahoo.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2026-06-05, ۱۴۰۵/۰۳/۱۵

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2026-06-21, ۱۴۰۵/۰۳/۳۱

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه اثربخشی درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی و درمان هیجان مدار بر اضطراب امتحان، خودآزمندی، اهمال کاری تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی دانش آموزان پسر پایه نهم مبتلا به اضطراب امتحان

عنوان عمومی کارآزمایی

ارزیابی اثربخشی دو مداخله درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی و درمان هیجان مدار بر اضطراب امتحان و پیامدهای مرتبط در دانش‌آموزان

هدف اصلی مطالعه

درمانی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

دانش آموزان پسر پایه نهم کسب نمره یک انحراف معیار بالای میانگین در اضطراب امتحان

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

عدم تمایل به شرکت در پژوهش شرکت در جلسات روان درمانی دیگر

سن

از سن 14 ساله تا سن 15 ساله

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 60

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

جامعه آماری پژوهش حاضر، تمامی دانش آموزان پسر دارای اضطراب امتحان پایه نهم که در سال تحصیلی 1404-1405 مشغول به تحصیل هستند را تشکیل می‌دهد. در این نوع مطالعات اثربخشی، 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 60 نفر بر اساس معیارهای ورود و خروج پژوهش، شرکت‌کنندگان به صورت تصادفی در سه گروه «درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی» (گروه مداخله 1)، «درمان هیجان مدار» (گروه مداخله 2) و «لیست انتظار» (گروه کنترل) قرار خواهند گرفت. تصادفی‌سازی به روش بلوک‌های تصادفی با اندازه‌های متغیر (4 و 6 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 شماره‌گذاری شده 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. برای اطمینان از برابری متغیرهای پایه‌ای (مانند سطح اضطراب، سن) توزیع آن‌ها در دو گروه در مرحله تحلیل آماری بررسی 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

15-04-2026, 1405/01/26

کد کمیته اخلاق

IR.IAU.AHVAZ.REC.1405.039

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

اضطراب

کد ICD-10

F40

توصیف کد ICD-10

Phobic anxiety disorders

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

اضطراب امتحان

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 اندازه‌گیری متغیر بوسیله سیاهه اضطراب امتحان اهواز

ابوالقاسمی و همکاران (1375) خواهد بود.

2

شرح متغیر پیامد

خودآزمندی

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 اندازه‌گیری متغیر بوسیله از پرسشنامه خودآزمندی موریس و

همکاران (2001) خواهد بود.

3

شرح متغیر پیامد

اهمال کاری تحصیلی

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 اندازه‌گیری متغیر بوسیله پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی سواری

(1390) خواهد بود.

شرح متغیر پیامد

خودناتوان سازی تحصیلی

مقاطع زمانی اندازه گیری

۱. پیش آزمون (قبل از شروع مداخله) ۲. پس آزمون (بلافاصله بعد از پایان دوره مداخله) ۳. پیگیری یک ماهه پس از مداخله

نحوه اندازه گیری متغیر

نحوه اندازه گیری متغیر بوسیله مقیاس خود ناتوان سازی تحصیلی شونینگر و استینسمیر-پلستر (2011) خواهد بود.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه های مداخله**1****شرح مداخله**

گروه مداخله: درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی؛ مدت زمان هر جلسه: 90 دقیقه؛ تعداد کل جلسات: 8 جلسه؛ توالی جلسات: هر هفته دوبار؛ ابزارهای درمانی مورد استفاده: این مداخله بر آموزش توجه آگاهی، پذیرش، مشاهده بدون قضاوت تجربه های درونی، و تمرین های رسمی و غیررسمی ذهن آگاهی تکیه دارد. ابزارهای درمانی اصلی شامل این موارد هستند: تمرین تن آگاهی؛ تمرین اسکن بدن؛ تمرین تنفس آگاهانه؛ تمرین مراقبه نشسته؛ تمرین های کشش و حرکت آگاهانه؛ تمرین های توجه آگاهی در فعالیتهای روزمره؛ آموزش پذیرش افکار و هیجان ها بدون درگیری و قضاوت. محتوای جلسات مختلف بر این پایه است: جلسه اول: آشنایی با اعضای گروه، معرفی برنامه درمانی، توضیح مفهوم ذهن آگاهی، استرس و رابطه آن با اضطراب امتحان، و اجرای پیش آزمون؛ جلسه دوم: آموزش توجه به تنفس و تمرین تن آگاهی، آگاهی از بدن و آغاز تمرین اسکن بدن؛ جلسه سوم: ادامه تمرین اسکن بدن، تمرکز بر مشاهده افکار و احساسات بدون قضاوت و آموزش بازگشت توجه به لحظه حال؛ جلسه چهارم: آموزش مراقبه نشسته، تمرکز بر صداها، تنفس و افکار، و تمرین پذیرش تجربه های ذهنی؛ جلسه پنجم: آموزش حرکات و کشش های آگاهانه، افزایش آگاهی از بدن در حرکت و تمرین ذهن آگاهی در فعالیتهای روزمره؛ جلسه ششم: کار با افکار و هیجان های ناخوشایند، آموزش مشاهده افکار به عنوان رویدادهای ذهنی و کاهش درگیری شناختی؛ جلسه هفتم: مرور و تمرین مهارت های آموخته شده، تعمیم ذهن آگاهی به موقعیت های استرس زا به ویژه موقعیت های امتحانی؛ جلسه هشتم: جمع بندی جلسات، مرور تمرین ها، ارائه توصیه های پایانی، اجرای پس آزمون و تعیین زمان آزمون پیگیری.

طبقه بندی

درمانی - غیره

2**شرح مداخله**

گروه مداخله: درمان هیجان مدار؛ مدت زمان هر جلسه: 90 دقیقه؛ تعداد کل جلسات: 8 جلسه؛ توالی جلسات: هر هفته دوبار؛ ابزارهای درمانی مورد استفاده: این مداخله بر شناسایی، تجربه و تنظیم هیجان ها، کاهش اجتناب هیجانی و بهبود پردازش هیجان ها ناکارآمد تکیه دارد. ابزارهای درمانی اصلی شامل آموزش آگاهی هیجانی، بیان هیجان، پردازش هیجان، تنظیم هیجان و راهبردهای مقابله ای سازگار است. محتوای جلسات مختلف بر این پایه است: جلسه اول: آشنایی با اعضای گروه، معرفی برنامه درمانی، توضیح کلی درمان هیجان مدار و اجرای پیش آزمون؛ جلسه دوم: شناسایی و برجسب گذاری هیجان ها و بررسی هیجان های مرتبط با اضطراب امتحان؛ جلسه سوم: آموزش تجربه و پذیرش هیجان های اصلی و کاهش اجتناب هیجانی؛ جلسه چهارم: کار بر افکار و معانی هیجانی و تمرین بیان سازگار هیجان ها؛ جلسه پنجم: آموزش راهبردهای تنظیم هیجان و تکنیک های آرام سازی؛

جلسه ششم: شناسایی الگوهای ناکارآمد و تمرین پاسخ های هیجانی جدید؛ جلسه هفتم: مرور مهارت ها و تعمیم آن ها به موقعیت های استرس زا، به ویژه موقعیت های امتحانی؛ جلسه هشتم: جمع بندی، مرور تمرین ها، اجرای پس آزمون و تعیین زمان پیگیری.

طبقه بندی

درمانی - غیره

3**شرح مداخله**

گروه کنترل: گروه کنترل 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 کنترل یا تضعیف روحیه، پس از جمع آوری داده ها، مداخله ها را دریافت خواهند کرد.

طبقه بندی

درمانی - غیره

مراکز بیمار گیری**1****مرکز بیمار گیری****نام مرکز بیمار گیری**

مرکز مشاوره اداره کل آموزش و پرورش اهواز

نام کامل فرد مسؤول

حیدر ساعدی

آدرس خیابان

فلکه ساعت، بلوار فاطمی، جنب دبیرستان شهدا

شهر

اهواز

استان

خوزستان

کد پستی

6133332414

تلفن

2414 3333 61 98+

ایمیل

haydar.saedi@yahoo.com

حمایت کنندگان / منابع مالی**1****حمایت کننده مالی****نام سازمان / نهاد**

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسؤول

اصلاں اگدر نژاد

آدرس خیابان

اتوبان گلستان، فرهنگ شهر، روبروی خیابان کشاورز

شهر

اهواز

استان

خوزستان

کد پستی

6134937333

تلفن

8421 3334 61 98+

ایمیل

a_eigder@ymail.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
خصوصی
مبدأ اعتبار از داخل یا خارج کشور
داخلی
طبقه بندی منابع اعتبار خارجی
خالی
کشور مبدأ
طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار
دانشگاهی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
حیدر ساعدی
موقعیت شغلی
دانشجوی دکترا تخصصی
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه های کاری/تخصص ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی انقلاب اسلامی، خیابان دوم غربی، جنب مسجد امام علی.
شهر
حمیدیه
استان
خوزستان
کد پستی
6344147515
تلفن
2192 3672 61 98+
ایمیل
haydar.saedi@yahoo.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
حیدر ساعدی
موقعیت شغلی
دانشجوی دکترا تخصصی
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه های کاری/تخصص ها
روانشناسی

آدرس خیابان
کوی انقلاب اسلامی، خیابان دوم غربی، جنب مسجد امام علی.
شهر
حمیدیه
استان
خوزستان
کد پستی
6344147515
تلفن
2192 3672 61 98+
ایمیل
haydar.saedi@yahoo.com

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
حیدر ساعدی
موقعیت شغلی
دانشجوی دکترا تخصصی
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه های کاری/تخصص ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی انقلاب اسلامی، خیابان دوم غربی، جنب مسجد امام علی.
شهر
حمیدیه
استان
خوزستان
کد پستی
6344147515
تلفن
2192 3672 61 98+
ایمیل
haydar.saedi@yahoo.com

برنامه انتشار

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