پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۶

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

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
مقایسه اثربخشی درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی و درمان هیجان مدار بر اضطراب امتحان، خوداثرمندی، 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 1405-1404 مشغول به تحصیل هستند را تشکیل می دهد. 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 به‌صورت 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

گروه‌های 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، خوداثرمندی، اهمال کاری تحصیلی،خودناتوان سازی تحصیلی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260512069378N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-05-13, ۱۴۰۵/۰۲/۲۳**
زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-05-13, ۱۴۰۵/۰۲/۲۳**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-05-13, ۱۴۰۵/۰۲/۲۳

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
حیدر ساعدی
نام سازمان / نهاد
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 61 3672 2192
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، خوداثرمندی، 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
مصداق 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 1405-1404 مشغول به تحصیل هستند را تشکیل می دهد. 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 60 نفر بر اساس معیارهای ورود و خروج پژوهش، شرکت‌کنندگان به‌صورت 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 (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. 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
2026-04-15, ۱۴۰۵/۰۱/۲۶
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
خوداثرمندی
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 خوداثرمندی 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.

4

شرح متغیر پیامد
خودناتوان سازی 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 مقیاس خود ناتوان سازی تحصیلی شوینگر و استینسمیر-پلستر (2011) خواهد بود.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی؛ مدت زمان هر جلسه: 90 دقیقه؛ تعداد کل جلسات: 8 جلسه؛ توالی جلسات: هر هفته دوبار؛ ابزارهای درمانی مورد استفاده: این مداخله بر آموزش توجه‌آگاهی، پذیرش، مشاهده بدون قضاوت تجربه‌های درونی، و تمرین‌های رسمی و غیررسمی ذهن‌آگاهی تکیه دارد. ابزارهای درمانی اصلی شامل این موارد هستند:تمرین تن‌آگاهی؛تمرین اسکن بدن؛تمرین تنفس آگاهانه؛تمرین مراقبه نشسته؛تمرین‌های کشش و حرکت آگاهانه؛ تمرین‌های توجه‌آگاهی در فعالیت‌های روزمره؛آموزش پذیرش افکار و هیجان‌ها بدون درگیری و قضاوت.محتوای جلسات مختلف بر این پایه است:جلسه اول: آشنایی با اعضای گروه، معرفی برنامه درمانی، توضیح مفهوم ذهن‌آگاهی، استرس و رابطه آن با اضطراب امتحان، و اجرای پیش‌آزمون؛ جلسه دوم: آموزش توجه به تنفس و تمرین تن‌آگاهی، 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 تجربه‌های ذهنی؛ جلسه پنجم: آموزش حرکات و کشش‌های آگاهانه، افزایش آگاهی از بدن در حرکت و تمرین ذهن‌آگاهی در فعالیت‌های روزمره؛جلسه ششم: کار با افکار و هیجان‌های ناخوشایند، آموزش مشاهده افکار به‌عنوان رویدادهای ذهنی و کاهش درگیری شناختی؛ جلسه هفتم: مرور و تمرین مهارت‌های آموخته‌شده، تعمیم ذهن‌آگاهی به موقعیت‌های استرس‌زا به‌ویژه موقعیت‌های امتحانی؛ جلسه هشتم: جمع‌بندی جلسات، مرور تمرین‌ها، ارائه توصیه‌های پایانی، اجرای پس‌آزمون و تعیین زمان آزمون پیگیری.
طبقه بندی
درمانی - غیره

2

شرح مداخله
گروه مداخله: درمان هیجان‌مدار؛ 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 هیجان‌ها، کاهش اجتناب هیجانی و بهبود پردازش هیجانات ناکارآمد تکیه دارد. ابزارهای درمانی اصلی شامل آموزش آگاهی هیجانی، بیان هیجان، پردازش هیجان، تنظیم هیجان و راهبردهای مقابله‌ای سازگار است. محتوای جلسات مختلف بر این پایه است: جلسه اول: آشنایی با اعضای گروه، معرفی برنامه درمانی، توضیح کلی درمان هیجان‌مدار و اجرای پیش‌آزمون؛ جلسه دوم: شناسایی و برچسب‌گذاری هیجان‌ها و بررسی هیجان‌های مرتبط با اضطراب امتحان؛ جلسه سوم: آموزش تجربه و پذیرش هیجان‌های اصلی و کاهش اجتناب هیجانی؛ جلسه چهارم: کار بر افکار و معانی هیجانی و تمرین بیان سازگار هیجان‌ها؛ جلسه پنجم: آموزش راهبردهای تنظیم هیجان و تکنیک‌های آرام‌سازی؛ جلسه ششم: شناسایی الگوهای ناکارآمد و تمرین پاسخ‌های هیجانی جدید؛ جلسه هفتم: مرور مهارت‌ها و تعمیم آن‌ها به موقعیت‌های استرس‌زا، به‌ویژه موقعیت‌های امتحانی؛ جلسه هشتم: جمع‌بندی، مرور تمرین‌ها، اجرای پس‌آزمون 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 مسوول
حیدر ساعدی
آدرس خیابان
فلکه ساعت، بلوار فاطمی، جنب دبیرستان شهدا
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6133332414
تلفن
+98 61 3333 2414
ایمیل
haydar.saedi@yahoo.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
اصلان اگدر نژاد
آدرس خیابان
اتوبان گلستان، فرهنگ شهر، روبروی خیابان کشاورز
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6134937333
تلفن
+98 61 3334 8421
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
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
حیدر ساعدی
موقعیت شغلی
دانشجوی دکترا تخصصی
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی انقلاب اسلامی، خیابان دوم غربی، جنب مسجد امام علی.
شهر
حمیدیه
استان
خوزستان
کد پستی
6344147515
تلفن
+98 61 3672 2192
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 حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی انقلاب اسلامی، خیابان دوم غربی، جنب مسجد امام علی.
شهر
حمیدیه
استان
خوزستان
کد پستی
6344147515
تلفن
+98 61 3672 2192
ایمیل
haydar.saedi@yahoo.com

فرد مسوول به‌روز 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 حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی انقلاب اسلامی، خیابان دوم غربی، جنب مسجد امام علی.
شهر
حمیدیه
استان
خوزستان
کد پستی
6344147515
تلفن
+98 61 3672 2192
ایمیل
haydar.saedi@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