پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۷

اثربخشی آموزش ذهن اگاهی بر احساس تنهایی،بهزیستی روانی و تجارب معنوی زنان سرپرست خانوار بهزیستی

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

تعیین اثربخشی آموزش مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر احساس تنهایی، بهزیستی روانشناختی و تجارب معنوی زنان سرپرست خانوار تحت پوشش بهزیستی شهرستان رشت

طراحی

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری جامعه آماری پژوهش را کلیه زنان سرپرست خانوار تحت پوشش سازمان بهزیستی شهرستان رشت در سال [1404] تشکیل می‌دهد. با توجه به محدودیت‌های دسترسی به کل جامعه، از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده خواهد شد. حجم نمونه بر اساس تحلیل توان آماری و با در نظر گرفتن سطح اطمینان ۹۵٪ و قدرت آزمون ۸۰٪، ۴۰ نفر (۲۰ نفر در گروه آزمایش و ۲۰ نفر در گروه کنترل) تعیین گردید. شرکت‌کنندگان واجد شرایط پس از تکمیل پرسشنامه دموگرافیک و کسب رضایت‌نامه آگاهانه، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین خواهند شد.

نحوه و محل انجام مطالعه

:در این پژوهش، آموزش ذهن آگاهي به صورت یک بسته مداخله ای استاندارد تعریف مي شود. این بسته شامل 8 جلسه آموزشي ۹۰ دقیقه‌ای است که به صورت هفتگي برای گروه آزمایش برگزار مي گردد. محتوای این جلسات بر اساس پروتکلهای معتبری مانند کاهش استرس مبتني بر ذهن آگاهي یا شناخت درماني مبتني بر ذهن آگاهي طراحي شده و شامل تمرین هایي مانند مراقبه بر تنفس، اسکن بدن و ذهن آگاهي در فعالیتهای روزمره است. میزان موفقیت شرکت کنندگان در این مداخله، از طریق حضور و مشارکت فعال آن ها در جلسات سنجیده مي شود.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

تمایل به شرکت در پژوهش ،عدم اعتیاد به مواد مخدر و الکل ،عدم مشکلات روانی و جسمی خاص سواد تا دیپلم ،سن 20 تا 50 سال

گروه‌های مداخله

گروه آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته ای یک جلسه) تحت برنامه آموزشی مبتنی بر ذهن آگاهی قرار می گیرد. در این جلسات، تکنیکهای اصلی ذهن آگاهی مانند مراقبه تنفس، اسکن بدن وذهن آگاهی در فعالیتهای روزمره آموزش داده می شود. گروه کنترل در این بازه زمانی هیچگونه مداخله روانشناختی دریافت نخواهد کرد.

متغیرهای پیامد اصلی

احساس تنهایی؛بهزیستی روانی،تجارب معنوی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

AMK

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20251210068278N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-06-02, ۱۴۰۵/۰۳/۱۲**

زمان‌بندی ثبت: **registered_while_recruiting**

آخرین بروز رسانی: **2026-06-02, ۱۴۰۵/۰۳/۱۲**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2026-06-02, ۱۴۰۵/۰۳/۱۲

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

فاطمه کامرانی

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 912 396 5279

آدرس ایمیل

fatemekam123@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2026-05-29, ۱۴۰۵/۰۳/۰۸

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

اثربخشی آموزش ذهن اگاهی بر احساس تنهایی،بهزیستی روانی و تجارب معنوی زنان سرپرست خانوار بهزیستی

عنوان عمومی کارآزمایی
بررسی اثر آموزش ذهن آگاهی بر احساس تنهایی،بهزیستی روانی و تجارب معنوی
هدف اصلی مطالعه
آموزشی/مشاوره‌ای
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
تمایل به شرکت در پژوهش عدم اعتیاد به مواد مخدر و الکل عدم مشکلات روانی و جسمی خاص سن 20 تا 50 سال سواد تا دیپلم
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
نداشتن تمایل به شرکت در پژوهش داشتن اعتیاد داشتن مشکل جسمی و روانی حاد سن بالاتر از 60 بی سواد
سن
از سن **20 ساله** تا سن **60 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
3
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **40**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
به علت عدم دسترسی به کل جامعه بر اساس تمایل افراد و شرایط شرکت در پژوهش به روش در دسترس انتخاب خواهند شد.نمونه گیری در دسترس روشی است که می توان در دسترس ترین افراد برای مطالعه را انتخاب کرد .چون نمی توان به کل جامعه زنان سرپرست خانوار دسترسی داشت بر همین اساس برای سهولت کار و دسترس پذیر بودن به جامعه زنان سرپرست خانوار بهزیستی رشت از نمونه گیری در دسترس استفاده خواهد شد. بعد از آن افراد برای گروه آزمایش و کنترل با روش تصادفی ساده انتخاب خواهند شد.به هریک از آنان کدهای مخصوص داده می شود و با استفاده از جدول اعداد به صورت تصادفی (باشانس برابر)، 20 نفر در گروه آزمایش و 20 نفر دیگر در گروه کنترل قرار داده خواهند شد.
کور سازی (به نظر محقق)
کور نشده است
توصیف نحوه کور سازی
دارو نما
ندارد
اختصاص به گروه‌های مطالعه
موارد دیگر
سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق
نام کمیته اخلاق
کمیته اخلاق دانشگاه آزادعلوم پزشکی تنکابن
آدرس خیابان
مسکن مهر
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
4196955385
تاریخ تایید
2026-05-23, ۱۴۰۵/۰۳/۰۲
کد کمیته اخلاق
IR.IAU.TON.REC.1405.019

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
تمرکز بر آسیب پذیری روانی اجتماعی زنان سرپرست خانوار
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
احساس تنهايي، يک تجربه روانشناختي ناخوشايند و ذهني است که از ادراک فرد از يک شکاف بين روابط اجتماعي مطلوب و روابط اجتماعي فعلي او ناشي مي شود (راسل و همکاران، 1984).
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
طرح کلی این پژوهش، نیمه آزمایشی با طرح پیشآزمون-پسآزمون همراه با گروه کنترل است که گروه آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای (هفته ای یک جلسه)تحت برنامه آموزشی مبتنی بر ذهن آگاهی قرار می گیرد.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
:در این پژوهش، احساس تنهايي از طريق نمره کل به دست آمده از پرسشنامه احساس تنهايي راسل و پپلوا و کورتونا (نسخه ۲۰ سؤالي)سنجيده مي شود. نمرهای که هر شرکت کننده در اين پرسشنامه کسب مي کند، به عنوان شاخص عملياتي احساس تنهايي او در نظر گرفته مي شود. نمرات بالاتر، نشاندهنده سطح بالاتری از احساس تنهايي است .

2

شرح متغیر پیامد
:بهزيستي روانشناختي، فراتر از صرفاً احساس خوشبختي يا عدم وجود بیماری است. اين مفهوم بر اساس نظريه کارول ريف (1989)، به عملکرد مثبت و رشد فردی در شش بُعد کليدی اشاره دارد: استقلال، تسلط بر محيط، رشد شخصي، ارتباط مثبت با ديگران، هدفمندی در زندگي و پذيرش خود. اين ديدگاه، سالمت روان را به چالش کشي، رشد و تحقق پتانسيلهای فردی گره مي زند .
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
طرح کلی این پژوهش، نیمه آزمایشی با طرح پیشآزمون-پسآزمون همراه با گروه کنترل است که گروه آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای (هفته ای یک جلسه)تحت برنامه آموزشی مبتنی بر ذهن آگاهی قرار می گیرد.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
در اين پژوهش، بهزيستي روانشناختي از طريق نمره کل و نمرات خرده مقياسها به دست آمده از پرسشنامه بهزيستي روانشناختي ريف (نسخه کوتاه 18 سؤالي) سنجيده مي شود. نمره ای که هر شرکت کننده در اين پرسشنامه کسب مي کند، به عنوان شاخص عملياتي سطح بهزيستي روانشناختي او در نظر گرفته مي شود. نمرات بالاتر، نشان دهنده سطح بالاتری از بهزيستي روانشناختي است .

3

شرح متغیر پیامد

تجارب معنوی، به تجربیات ذهني و احساسي شخصي اشاره دارد که شامل احساس ارتباط با چیزی بزرگتر از خود (مانند خداوند، طبیعت یا کل هستي)، یافتن معنا و هدف در زندگي و تجربه حس شگفتي، آرامش و وحدت مي شود(اندروود و ترسي، 2002).

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

طرح کلی این پژوهش، نیمه آزمایشی با طرح پیشآزمون-پسآزمون همراه با گروه کنترل است که گروه آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای (هفته ای یک جلسه)تحت برنامه آموزشی مبتنی بر ذهن آگاهی قرار می گیرد.

نحوه اندازه‌گیری متغیر

تجارب معنوی از طریق نمره کل به دست آمده از پرسشنامه تجارب معنوی روزانه اثر اندروود و ترسي (16 سؤالي)سنجیده مي شود. نمره ای که هر شرکت کننده در این پرسشنامه کسب مي کند، به عنوان شاخص عملیاتي میزان و فراواني تجارب معنوی او در نظر گرفته مي شود. نمرات بالاتر، نشان دهنده تجربیات معنوی مکرر و قوی تر است.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: گروه آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه) تحت برنامه آموزشی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر اساس کتاب کار توجه آگاهی جان تیزدل ، مارک ویلیامز . زیندل سگال که ترجمه دکتر انوشه امین زاده می باشد، قرار می‌گیرد. در این جلسات، تکنیک‌های اصلی ذهن‌آگاهی توسط فاطمه کامرانی آموزش داده می شود .گروه کنترل در این بازه زمانی هیچ‌گونه مداخله روانشناختی دریافت نخواهد کرد.

طبقه بندی

رفتاری

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

General Welfare of Gilan Province

نام کامل فرد مسوول

فاطمه کامرانی

آدرس خیابان

مسکن مهر

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

۴۱۹۶۹۵۵۳۸۵

تلفن

+98 21 2232 8397

ایمیل

fatemekam@gmail.com

آدرس صفحه وب

http://fatemehkamrani.ir/

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

مسعود قانع

آدرس خیابان

مسکن مهر

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

۴۱۹۶۹۵۵۳۸۵

تلفن

+98 21 2232 8397

ایمیل

fatemekam123@gmail.com

آدرس صفحه وب

http://fatemehkamrani.ir/

ردیف بودجه

کد بودجه

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

خیر

عنوان منبع مالی

بهزیستی استان گیلان

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 آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

فاطمه کامرانی

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

روانشناسی

آدرس خیابان

مسکن مهر

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

۴۱۹۶۹۵۵۳۸۵

تلفن

+98 912 396 5279

ایمیل

fatemekam123@gmail.com
آدرس صفحه وب
/http://fatemehkamrani.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
فاطمه کامرانی
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
مسکن مهر
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
۴۱۹۶۹۵۵۳۸۵
تلفن
+98 21 2232 8397
ایمیل
fatemekam123@gmail.com
آدرس صفحه وب
/http://fatemehkamrani.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
فاطمه کامرانی
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
مسکن مهر
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
۴۱۹۶۹۵۵۳۸۵
تلفن
+98 21 2232 8398
ایمیل
fatemekam123@gmail.com
آدرس صفحه وب
/http://fatemehkamrani.ir

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD
شرکت کنندگان زنان سرپرست خانوار تحت پوشش بهزیستی هستند و اجازه انتشار شرکت کنندگان از طرف بهزیستی و افراد شرکت کننده داده نشده است .
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
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
گزارش مطالعه بالینی
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست