پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۷

اثربخشی درمان شناختی رفتاری مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کیفیت خواب، تنظیم هیجانی و اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

تبیین اثربخشی درمان شناختی-رفتاری مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کیفیت خواب، تنظیم هیجان و اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر

طراحی

پژوهش حاضر از حیث هدف، پژوهشی کاربردی و از حیث اجرا، پژوهشی میدانی است. این مطاله با روش آزمایشی و با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل به اجرا درآمد.

نحوه و محل انجام مطالعه

این مطالعه طی دو ماه و ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، در کلینیک جامع سلامت معاونت علوم پزشکی دانشگاه آزاد واحد شیراز، بدون کورسازی انجام شد.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

شرایط ورود: داشتن رضایت آگاهانه و تمایل به شرکت فعال در تمامی مراحل پژوهش، عدم مصرف هیچ‌گونه داروهای روان‌پزشکی خاص در شش ماه گذشته، کسب حد نصاب در پیش‌آزمون کیفیت خواب، تنظیم هیجان و اضطراب امتحان، به منظور واجد شرایط دریافت مداخله قرار گرفتن. شرایط عدم ورود؛ ابراز عدم تمایل به ادامه همکاری با پژوهشگر در هر مرحله از تحقیق، ابتلا به بیماری‌های جسمی مزمن یا حاد جدید که به طور بالقوه می‌توانند بر کیفیت خواب، تنظیم هیجان، یا سطح اضطراب امتحان تأثیرگذار باشند، بروز مسائل یا بحران‌های خانوادگی عمده، از قبیل سوگ، طلاق والدین، یا مشکلات مالی شدید، که می‌توانند به طور قابل توجهی بر وضعیت روانی یا پاسخ‌های آزمودنی تأثیر بگذارند.

گروه‌های مداخله

گروه آزمایش پس از تکمیل پیش‌آزمون، به مدت ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به مدت دو ماه تحت درمان شناختی رفتاری مبتنی بر ذهن‌آگاهی قرار گرفتند و پس‌از آن پس‌آزمون را تکمیل نمودند. گروه کنترل پس از تکمیل پیش‌آزمون، در طول مدت دو ماه هیچ‌گونه مداخله یا آموزشی دریافت نکردند. پس از پایان آخرین جلسه آموزش گروه آزمایش، گروه کنترل، پس‌آزمون را تکمیل کردند.

متغیرهای پیامد اصلی

کیفیت خواب تنظیم هیجانی اضطراب امتحان

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260516069420N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-06-13, ۱۴۰۵/۰۳/۲۳**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-06-13, ۱۴۰۵/۰۳/۲۳**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2026-06-13, ۱۴۰۵/۰۳/۲۳

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

حدیث باقرزاده

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 937 599 3542

آدرس ایمیل

bagherzadeh.hadis6@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2026-06-22, ۱۴۰۵/۰۴/۰۱

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2026-08-22, ۱۴۰۵/۰۵/۳۱

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

اثربخشی درمان شناختی رفتاری مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کیفیت خواب، تنظیم هیجانی و اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم

عنوان عمومی کارآزمایی

تاثیر درمان شناختی رفتاری مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کیفیت خواب، تنظیم هیجانی و اضطراب امتحان

هدف اصلی مطالعه
آموزشی/مشاوره‌ای
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
داشتن رضایت آگاهانه و تمایل به شرکت فعال در تمامی مراحل پژوهش عدم مصرف هیچ‌گونه داروهای روان‌پزشکی خاص در شش ماه گذشته کسب حد نصاب در پیش‌آزمون کیفیت خواب، تنظیم هیجان و اضطراب امتحان، به منظور واجد شرایط دریافت مداخله قرار گرفتن
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
ابراز عدم تمایل به ادامه همکاری با پژوهشگر در هر مرحله از تحقیق ابتلا به بیماری‌های جسمی مزمن یا حاد جدید که به طور بالقوه می‌توانند بر کیفیت خواب، تنظیم هیجان، یا سطح اضطراب امتحان تأثیرگذار باشند بروز مسائل یا بحران‌های خانوادگی عمده، از قبیل سوگ، طلاق والدین، یا مشکلات مالی شدید، که می‌توانند به طور قابل توجهی بر وضعیت روانی یا پاسخ‌های آزمودنی تأثیر بگذارند
سن
از سن **15 ساله** تا سن **18 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
1
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
در ابتدا بر اساس معیارهای ورود و عدم ورود، ۶۰ آزمودنی با روش خوشه‌ای انتخاب شده و پس از برگزاری پیش‌آزمون و احتمال ریزش ۵۰ درصدی، ۳۰ آزمودنی با روش تصادفی ساده و به صورت قرعه‌کشی، در دو گروه ۱۸ نفره آزمایش و کنترل گمارده خواهندشد. در خصوص نحوه اجرای قرعه‌کشی نیز به صورت یکی در میان هر اسمی که از کیسه اسامی دربیاید در گروه آزمایش و اسم بعدی در گروه کنترل قرار می‌گیرد.
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 شیراز
آدرس خیابان
خیابان قاآنی جنوبی، کوچه ۱۴، دانشکده دندانپزشکی
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
۷۱۹۵۶۱۵۸۷۸
تاریخ تایید
2025-04-14, ۱۴۰۴/۰۱/۲۵
کد کمیته اخلاق
IR.IAU.SHIRAZ.REC.1404.021

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
کیفیت خواب
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

2

شرح
تنظیم هیجانی
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

3

شرح
اضطراب امتحان
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
کیفیت خواب
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
این متغیر یک بار قبل از شروع مداخله مورد سنجش قرار گرفته و باردوم، پس از دوره برگزاری مداخله، توسط پس‌آزمون سنجیده می‌شود.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه کیفیت خواب پیتزبورگ

2

شرح متغیر پیامد
تنظیم هیجانی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
این متغیر یک بار قبل از شروع مداخله مورد سنجش قرار گرفته و باردوم، پس از دوره برگزاری مداخله، توسط پس‌آزمون سنجیده می‌شود.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه تنظیم هیجانی گراس و جان (۲۰۰۳)

3

شرح متغیر پیامد
اضطراب امتحان
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
این متغیر یک بار قبل از شروع مداخله مورد سنجش قرار گرفته و باردوم، پس از دوره برگزاری مداخله، توسط پس‌آزمون سنجیده می‌شود.
نحوه اندازه‌گیری متغیر

پرسشنامه استاندارد اضطراب امتحان دریس کول (۲۰۰۷)

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به مدت دو ماه تحت درمان شناختی رفتاری مبتنی بر ذهن‌آگاهی قرار گرفتند. در هر جلسه تمرینات لازم به به صورت عملی به گروه آزمایش ارائه شد و تکالیف و فعالیت‌های منزل برای جلسات بعدی نیز بررسی شدند (ساری و همکاران، ۲۰۲۲). این پروتکل درمانی از پروتکل کابات-زین (۲۰۰۰) اقتباس شده است.
طبقه بندی
رفتاری

2

شرح مداخله
گروه کنترل: گروه کنترل پس از تکمیل پیش‌آزمون، در طول مدت دو ماه هیچ‌گونه مداخله یا آموزشی دریافت نکردند. پس از پایان آخرین جلسه آموزش گروه آزمایش، برای گروه کنترل نیز، پس‌آزمون با توزیع همان پرسشنامه‌های پیش‌آزمون، اجرا شد.
طبقه بندی
رفتاری

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
مرکز مشاوره و خدمات روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز
نام کامل فرد مسوول
دکتر فاطمه قنبری
آدرس خیابان
میدان دانشجو، حد فاصل کوچه ۲ و کوچه ۴، ساختمان معاونت پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی شیراز
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
7143613615
تلفن
+98 71 3229 7412
ایمیل
ghanbari.f@iau.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
دکتر بهرام امیری
آدرس خیابان
بلوار دانشگاه آزاد اسلامی، دانشگاه آزاد اسلامی فیروزآباد
شهر
فیروزآباد
استان
فارس
کد پستی
7471913111
تلفن
+98 71 3872 9701
ایمیل
info@fabad-ihe.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
حدیث باقرزاده
موقعیت شغلی
کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
شهرک استقلال، بلوار جهاد، کوچه ۷، پلاک ۱۶۵
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
7189853443
تلفن
+98 937 599 3542
فکس
ایمیل
bagherzadeh.hadis6@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
دکتر سمیه زارع
موقعیت شغلی
استادیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
میدان امام حسین به سمت پل باغ صفا، جنب بنیاد مسکن انقلاب اسلامی، ساختمان باغ صفا، طبقه ۳، واحد ۳۳
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
7135713497
تلفن
+98 71 3230 8655
ایمیل
Somayezare60@yahoo.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
حدیث باقرزاده
موقعیت شغلی
کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
شهرک استقلال، بلوار جهاد، کوچه ۷، پلاک ۱۶۵
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
7189853443
تلفن
+98 937 599 3542
فکس
ایمیل
bagherzadeh.hadis6@gmail.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
پروتکل مطالعه
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
نقشه آنالیز آماری
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
فرم رضایتنامه آگاهانه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
گزارش مطالعه بالینی
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
تمامی اطلاعات و داه‌های جمع‌آوری شده پس از غیرقابل شناسایی کردن آنها برای کمک به مطالعات مرتبط و تحقیقات آینده اشتراک‌گذاری خواهند شد.
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
شروع دسترسی به داده‌ها ۶ ماه پس از چاپ نتایج خواهد بود.
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
اساتید رشته روانشناسی، محققان و دانشجویان این رشته اجازه دارند برای دریافت داده‌ها و سایر مستندات، درخواست ارسال کنند.
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
داده‌ها به منظور توسعه نتایج پژوهش‌های آینده و متاآنالیزها قابل استفاده خواهند بود.
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
متقاضیان به منظور دریافت داده‌ها می‌توانند با ایمیل نویسنده مسئول ارتباط برقرار نمایند.
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
تقاضاکنندگان پس از ارسال درخواست خود با پیوست مستندات پژوهشی مبنی بر لزوم داده‌ها به منظور حصول اهداف پژوهشی، طی یک ماه، قادر به دریافت داده‌ها خواهند بود.
سایر توضیحات