پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۶

مطالعه اثربخشی درمان شفقت ورزی بر افسردگی، انعطاف پذیری کنشی، خودتمایزیافتگی و حمایت اجتماعی ادراک شده زنان مبتلا به افسردگی مراجعه کننده به مراکز مشاوره روانشناختی

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
مطالعه اثربخشی درمان شفقت ورزی بر افسردگی، انعطاف پذیری کنشی، خودتمایزیافتگی و حمایت اجتماعی ادراک شده زنان مبتلا به افسردگی مراجعه کننده به مراکز مشاوره روانشناختی

طراحی
کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی، بدون کورسازی ، تصادفی شده، بر روی 40 بیمار. برای تصادفی سازی از فانکشن rand نرم افزار اکسل استفاده خواهد شد.

نحوه و محل انجام مطالعه
جامعه آماري اين پژوهش، شامل تمامی بیماران زن مبتلا به اختلال افسردگی است که به مرکز مشاوره و خدمات روان شناختی امین شهر اهواز جهت درمان در بازه زمانی مشخص شده برای پژوهش مراجعه خواهند کرد. پس از انتخاب نمونه‌ها به حجم 40 نفر بر اساس معیارهای ورود و خروج پژوهش، شرکت‌کنندگان به‌صورت تصادفی در دو گروه « درمان شفقت ورزی » (گروه مداخله) و «لیست انتظار» (گروه کنترل) قرار خواهند گرفت.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
شرایط ورود به پژوهش: زنان دارای دامنه سنی 30 تا 45 سال، کسب نمره بین 20 تا 28 در سیاهه افسردگی بک، داشتن حداکثر 2سال سابقه اختلال افسردگی، تحت درمان دارویی افسردگی شرایط عدم ورود به پژوهش: شرکت در جلسات روان درمانی دیگر3 ماه قبل از پژوهش، عدم تمایل به شرکت در پژوهش

گروه‌های مداخله
گروه مداخله: تمام افرادی که درمان خود شفقت ورزی را دریافت خواهند کرد.جلسات این پژوهش بر اساس کتاب درمان متمرکز بر شفقت که مبتنی بر بسته درمانی متمرکز بر شفقت بر اساس مفاهیم گیلبرت (۲۰10) است طراحی خواهدشد ،که در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای انجام خواهد گرفت. گروه کنترل: تمام افرادی که هیچ گونه مداخله ای دریافت نخواهند کرد.

متغیرهای پیامد اصلی
افسردگی، انعطاف پذیری کنشی، خودتمایزیافتگی، حمایت اجتماعی ادراک شده

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260712070153N1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-07-15, ۱۴۰۵/۰۴/۲۴**
زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-07-15, ۱۴۰۵/۰۴/۲۴**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-07-15, ۱۴۰۵/۰۴/۲۴

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
مریم طرفی
نام سازمان / نهاد
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 61 3379 9217
آدرس ایمیل
maryamtorfi48@gmail.com

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2026-08-06, ۱۴۰۵/۰۵/۱۵
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
مطالعه اثربخشی درمان شفقت ورزی بر افسردگی، انعطاف پذیری کنشی، خودتمایزیافتگی و حمایت اجتماعی ادراک شده زنان مبتلا به

افسردگی مراجعه کننده به مراکز مشاوره روانشناختی

عنوان عمومی کارآزمایی
اثربخشی شفقت‌ورزی بر مؤلفه‌های روان‌شناختی زنان مبتلا به افسردگی
هدف اصلی مطالعه
آموزشی/مشاوره‌ای
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
زنان دارای دامنه سنی 30 تا 45 سال کسب نمره بین 20 تا 28 در سیاهه افسردگی بک داشتن حداکثر 2سال سابقه اختلال افسردگی تحت درمان دارویی افسردگی
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
شرکت در جلسات روان درمانی دیگر3 ماه قبل از پژوهش عدم تمایل به شرکت در پژوهش
سن
از سن **30 ساله** تا سن **45 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد
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
جامعه آماري اين پژوهش، شامل تمامی بیماران زن مبتلا به اختلال افسردگی است که به مرکز مشاوره و خدمات روان شناختی جهت درمان در بازه زمانی مشخص شده برای پژوهش مراجعه خواهند کرد. در مرحله انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده می‌شود. بطوریکه افرادی که از طرف متخصصین، و هم براساس پنجمین ویرایش طبقه بندي اختلالات روانی نیز با استفاده از چک لیست ساختارمند، تشخیص افسردگی قطعی خواهد انتخاب خواهند شد.پس از انتخاب نمونه‌ها به حجم 40 نفر بر اساس معیارهای ورود و خروج پژوهش، شرکت‌کنندگان به‌صورت تصادفی در دو گروه « درمان شفقت ورزی » (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. برای اطمینان از برابری متغیرهای پایه‌ای (مانند سطح اضطراب، سن و طول ازدواج) 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
2026-06-30, ۱۴۰۵/۰۴/۰۹
کد کمیته اخلاق
IR.IAU.AHVAZ.REC.1405.389

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
افسردگی
کد ICD-10
F32
توصیف کد ICD-10
Major depressive disorder, single episode

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
افسردگی
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 سیاهه افسردگی بک (1961) خواهد بود.

2

شرح متغیر پیامد
انعطاف پذیری کنشی
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 انعطاف پذیری کنشی کانر و دیویدسون (2003) خواهد بود.

3

شرح متغیر پیامد
خودتمایزیافتگی
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 تمایز یافتگی اسکورون و فریدلندر (1998)خواهد بود.

4

شرح متغیر پیامد
حمایت اجتماعی ادراک شده
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 مقیاس چند بُعدی حمایت اجتماعی ادراک شده زیمت و همکاران (1988) خواهد بود.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: درمان مبتنی بر شفقت؛ مدت زمان هر جلسه: ۹۰ دقیقه؛ تعداد کل جلسات: ۸ جلسه؛ توالی جلسات: هفته ای دو بار؛ ابزارهای درمانی مورد استفاده:این مداخله بر بازسازی سیستم‌های تنظیم هیجانی تکیه دارد. ابزارهای اصلی شامل موارد زیر است:آموزش روان‌شناختی.تمرینات ذهن‌آگاهی.تمرینات تصویرسازی هدایت‌شده.تکنیک‌های نوشتاری، تمرینات تمرکز بر بدن، محتوای جلسات:جلسه اول: اجرای پیش‌آزمون؛ آموزش روان‌شناختی درباره ساختار مغز و سیستم‌های هیجانی؛ تبیین مفهوم شفقت و تمایز آن با خودشفقت‌ورزی و دلسوزی.جلسه دوم: شناسایی «منتقد درونی»؛ بررسی الگوهای فکری خودبیگلی و آسیب‌های ناشی از خودتمایزیافتگی در زنان. جلسه سوم: آموزش تمرینات ذهن‌آگاهی برای مشاهده افکار منفی؛ معرفی تکنیک «تنفس تسکین‌بخش»؛ تمرینات اولیه برای فعال‌سازی سیستم تسکین جهت کاهش شدت علائم افسردگی.جلسه چهارم: آموزش مهارت‌های تصویرسازی شفقت‌ورزانه؛ تمرین ایجاد یک «شخصیت شفقت‌ورز» برای مقابله با خودبیگلی و افزایش انعطاف‌پذیری کنشی.جلسه پنجم: تمرین نوشتاری ؛ استفاده از تکنیک تخلیه هیجانی برای پردازش تجربه‌های دردناک گذشته با رویکرد شفقت‌محور.جلسه ششم: بررسی موانع شفقت‌ورزی؛ تقویت حمایت اجتماعی ادراک‌شده از طریق تمرینات شفقت‌ورزی در روابط بین‌فردی.جلسه هفتم: آموزش استراتژی‌های مقابله‌ای با افکار خودکار منفی با استفاده از رویکرد شفقت؛ تمرینات آرام‌سازی عمیق و تثبیت مهارت‌های آموخته شده در زندگی روزمره.جلسه هشتم: جمع‌بندی کلی؛ مرور برنامه‌های نگهداری از سلامت روان؛ اجرای پس‌آزمون و تعیین زمان برای آزمون پیگیری جهت ارزیابی ماندگاری اثرات مداخله.
طبقه بندی
درمانی - غیره

2

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 گواه یا تضعیف روحیه، به آن ها اطمینان داده خواهد شد که در نوبت بعدی (پس از جمع آوری داده ها) درمان خودشفقت ورزی را دریافت خواهند کرد.
طبقه بندی
درمانی - غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
مرکز مشاوره و خدمات روان شناختی امین شهر اهواز
نام کامل فرد مسوول
مریم طرفی
آدرس خیابان
اتوبان گلستان، فرهنگ شهر، روبروی خیابان کشاورز
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6134937333
تلفن
+98 61 3334 8421
ایمیل
Maryamtorfi48@gmail.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
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
مریم طرفی
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی انقلاب، خیابان راد، بین هلالی و عزنوی، پلاک ۱۶۱
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6144936535
تلفن
+98 61 3379 9217
ایمیل
Maryamtorfi48@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
مریم طرفی
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی انقلاب، خیابان راد، بین هلالی و عزنوی، پلاک ۱۶۱
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6144936535
تلفن
+98 61 3379 9217
ایمیل
Maryamtorfi48@gmail.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
مریم طرفی
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی انقلاب، خیابان راد، بین هلالی و عزنوی، پلاک ۱۶۱
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6144936535
تلفن
+98 61 3379 9217
ایمیل
Maryamtorfi48@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