پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۷

بررسی اثربخشی برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر مؤلفه‌های مقیاس خودورزی در دانشجویان زن دارای سبک دلبستگی ناایمن

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
بررسی اثربخشی برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر مؤلفه‌های مقیاس خودورزی در دانشجویان زن دارای سبک دلبستگی ناایمن.
طراحی
مطالعه مداخله‌ای تصادفی، کورنشده و با گروه‌های موازی، شامل ۳۰ دانشجوی زن، با تخصیص ۱۵ نفر به هر یک از گروه‌های آزمایش و کنترل
نحوه و محل انجام مطالعه
دانشجویان زن دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز به‌صورت آنلاین جذب و غربالگری می‌شوند. گروه آزمایش ۱۴ جلسه برنامه آموزشی‌درمانی خودورزی را دریافت می‌کند و گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نمی‌کند. در پایان، از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته می‌شود
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
شرکت‌کنندگان، دانشجویان زن ۱۸ تا ۴۵ ساله دارای سبک دلبستگی ناایمن هستند. ورود: زن بودن؛ دانشجو بودن؛ سن ۱۸ تا ۴۵ سال؛ نمره برابر یا بالاتر از میانگین به علاوه یک انحراف معیار در حداقل یکی از ابعاد اضطراب یا اجتناب دلبستگی در پرسشنامه تجارب در روابط نزدیک نسخه بازبینی‌شده؛ رضایت آگاهانه؛ آمادگی حضور منظم در جلسات. عدم ورود: اختلالات شدید روانی؛ سابقه یا مصرف فعلی مواد مخدر؛ دریافت همزمان سایر مداخلات روان‌شناختی.
گروه‌های مداخله
شرکت کنندگان به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل، هر گروه شامل ۱۵ نفر، قرار می‌گیرند. گروه آزمایش برنامه آموزشی درمانی خودورزی را در ۱۴ جلسه دریافت می‌کند. گروه کنترل در طول دوره مداخله برنامه آموزشی درمانی خودورزی را دریافت نمی‌کند
متغیرهای پیامد اصلی
نمره کل مقیاس خودورزی؛ تن‌ورزی؛ هیجان‌ورزی؛ ادراک‌ورزی؛ توجه‌ورزی؛ آتیه‌ورزی؛ زیست‌ورزی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260913071041N1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-10-13, ۱۴۰۵/۰۷/۲۱**
زمان‌بندی ثبت: **prospective**
آخرین بروز رسانی: **2026-10-13, ۱۴۰۵/۰۷/۲۱**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-10-13, ۱۴۰۵/۰۷/۲۱

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
لیلا شجاعی پناه
نام سازمان / نهاد
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 61 3227 1185
آدرس ایمیل
leyla.shojaeipanah@iau.ir

وضعیت بیمار گیری
در حال بیمار گیری
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2026-10-17, ۱۴۰۵/۰۷/۲۵
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2026-12-21, ۱۴۰۵/۰۹/۳۰
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
بررسی اثربخشی برنامه آموزشی درمانی خودورزی بر مؤلفه‌های مقیاس خودورزی در دانشجویان زن دارای سبک دلبستگی ناایمن

عنوان عمومی کارآزمایی
«اثربخشی برنامه آموزشی-درمانی خودورزی بر مؤلفه‌های مقیاس خودورزی در دانشجویان زن دارای سبک دلبستگی ناایمن
هدف اصلی مطالعه
آموزشی/مشاوره‌ای
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

1. زن بودن و دانشجوی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز بودن2. داشتن سن 18 تا 45 سال3. داشتن سبک دلبستگی ناایمن بر اساس ابزار غربالگری مورد استفاده در پژوهش4. تمایل و رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

1. وجود شرایط یا مشکلاتی که بر اساس ارزیابی اولیه، مانع مشارکت فرد در جلسات مداخله باشد2. عدم امکان ارائه رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش

سن

از سن **18 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: **15**

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

پس از انتخاب ۳۰ شرکت‌کننده واجد شرایط، تخصیص افراد به دو گروه مداخله و گواه به‌صورت تصادفی ساده و در سطح فردی انجام خواهد شد. برای ایجاد توالی تصادفی از نرم‌افزار آماری استفاده خواهد شد. به هر شرکت‌کننده یک کد اختصاص داده شده و کدها به‌صورت تصادفی به دو گروه مداخله و گواه، هر گروه شامل ۱۵ نفر، تخصیص خواهند یافت. در صورت امکان، فهرست تخصیص گروهی پیش از ورود شرکت‌کنندگان به مرحله مداخله در اختیار فرد مسئول تخصیص قرار خواهد گرفت و پژوهشگر پیش از تخصیص از ترتیب گروه‌ها اطلاع نخواهد داشت.

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

این پژوهش یک مطالعه نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون ـ پس‌آزمون با دو گروه مداخله و گواه است. تعداد ۳۰ شرکت‌کننده واجد شرایط پس از غربالگری و انتخاب به روش هدفمند، به‌صورت تصادفی و در سطح فردی به دو گروه ۱۵ نفره تخصیص خواهند یافت. گروه مداخله برنامه آموزشی ـ درمانی خودورزی را طی ۱۴ جلسه دریافت خواهد کرد و گروه گواه در طول اجرای مداخله این برنامه را دریافت نخواهد کرد. پیش‌آزمون پیش از شروع مداخله و پس‌آزمون پس از پایان مداخله برای هر دو گروه اجرا خواهد شد.

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

کوی نبوت -خیابان مطهر6 هلال یکم پلاک 18

شهر

اهواز

استان

خوزستان

کد پستی

6177983919

تاریخ تایید

2026-09-13, ۱۴۰۵/۰۶/۲۲

کد کمیته اخلاق

IR.IAU.AHVAZ.REC.1405.537

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

سبک دلبستگی ناایمن

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

نمره کل مقیاس خودورزی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه، پیش از شروع مداخله، و بلافاصله پس از پایان ۱۴ جلسه مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

مقیاس خودورزی، شامل ۳۶ گویه در شش مؤلفه تن‌ورزی، هیجان‌ورزی، ادراک‌ورزی، توجه‌ورزی، آتیه‌ورزی و زیست‌ورزی

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد

نمره تن‌ورزی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه، پیش از شروع مداخله، و بلافاصله پس از پایان ۱۴ جلسه مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

مؤلفه تن‌ورزی در مقیاس خودورزی ۳۶ گویه ای

2

شرح متغیر پیامد

نمره هیجان‌ورزی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه، پیش از شروع مداخله، و بلافاصله پس از پایان ۱۴ جلسه مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

مؤلفه هیجان‌ورزی در مقیاس خودورزی ۳۶ گویه‌ای

3

شرح متغیر پیامد

نمره ادراک‌ورزی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه، پیش از شروع مداخله، و بلافاصله پس از پایان ۱۴ جلسه مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

مؤلفه ادراک‌ورزی در مقیاس خودورزی ۳۶ گویه ای

4

شرح متغیر پیامد
نمره توجه ورزی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
در ابتدای مطالعه، پیش از شروع مداخله، و بلافاصله پس از پایان ۱۴ جلسه مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
مؤلفه توجه‌ورزی در مقیاس خودورزی ۳۶ گویه‌ای

5

شرح متغیر پیامد
آتیه‌ورزی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
در ابتدای مطالعه، پیش از شروع مداخله، و بلافاصله پس از پایان ۱۴ جلسه مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
مؤلفه آتیه‌ورزی در مقیاس خودورزی ۳۶ گویه‌ای

6

شرح متغیر پیامد
نمره زیست ورزی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
در ابتدای مطالعه، پیش از شروع مداخله، و بلافاصله پس از پایان ۱۴ جلسه مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
مؤلفه زیست‌ورزی در مقیاس خودورزی ۳۶ گویه‌ای

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: گروه مداخله: دریافت برنامه آموزشی‌درمانی خودورزی در ۱۴ جلسه، دو جلسه در هفته، هر جلسه به مدت ۲ ساعت جدول 3-4: برنامه تمرین 14 جلسه خودورزی (جوهری فرد، 1403) جلسه اول :معارفه و آشنایی با هنجارهای گروهی؛ آشنایی با موضوع استرس و بیماری روان تنی جلسه دوم :گام اول: تن ورزی (Body Working): شامل تمرینات تن آگاهی؛ تن آرامی؛ تن آموزی جلسه سوم :گام دوم: هیجان ورزی (Emotion working): تمرینات رهاسازی جلسه چهارم گام دوم: هیجان ورزی: تمرینات برون سازی. آشنایی با تمرینات بُنه سازی جلسه پنجم گام دوم: هیجان ورزی: تمرینات بُنه سازی بیرونی (کشف بنه سازهای بیرونی با شبکه خورشیدی)جلسه ششم گام دوم: هیجان ورزی: تمرینات بُنه سازی درونی (کشف بنه سازهای درونی با شبکه خورشیدی)جلسه هفتم گام سوم: ادراک ورزی (Perception Working): تمرینات مفهوم پردازیجلسه هشتم گام سوم: ادراک ورزی: تمرینات روایت پردازی جلسه نهم گام چهارم: توجه ورزی (Attention Working): گسست گذشته، هست آگاهی، سپاسگزاری جلسه دهم گام پنجم: آتیه ورزی (Future Working): خود آزمانی، کشف نقاط قوت، ارزش ها جلسه یازدهم گام پنجم: آتیه ورزی: بُنه سازهای سازنده (کشف بنه سازهای سازنده با شبکه خورشیدی)جلسه دوازدهم گام ششم: زیست ورزی (Life Working): زیستن با تم هشیارانه، زیستن با تم بالغانه جلسه سیزدهم گام ششم: زیست ورزی: زیستن با تم مسئولانه، زیستن با تم خلاقانه جلسه چهاردهم بررسی بازخوردها، جمع بندی
طبقه بندی
درمانی - غیره

2

شرح مداخله
گروه کنترل: در طول دوره مداخله برنامه آموزشی‌درمانی خودورزی را دریافت نمی‌کنند.
طبقه بندی
مصداق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز
نام کامل فرد مسوول
لیلا شجاعی پناه
آدرس خیابان
کوی نبوت مطهر 6هلال یکم پلاک 18
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6177983919
تلفن
+98 61 3227 1185
ایمیل
Leyla.sh2023@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
رضا جوهری فرد
آدرس خیابان
اهواز، کوی پیروزی، خیابان شاهد، خیابان بیست و هفت آذر
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6177983919
تلفن
+98 61 3445 6112
ایمیل
rjoharifard@gmail.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
لیلا شجاعی پناه
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی نبوت مطهر6 هلال یکم پلاک 18
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6177983919
تلفن
+98 61 3227 1185
ایمیل
Leyla.sh2023@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
رضا جوهری فرد
موقعیت شغلی
استاد راهنما
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
اهواز، کیانپارس، بین خیابان چهارم و پنجم شرقی، مجتمع مهتاب، طبقه اول، مرکز مشاوره رایان
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6155867347
تلفن
+98 61 3392 1294
ایمیل
rjoharifard@gmail.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
لیلا شجاعی پناه
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
روانشناسی
آدرس خیابان
کوی نبوت مطهر6 هلال یکم پلاک 18
شهر
اهواز
استان
خوزستان
کد پستی
6177983919
تلفن
+98 61 3227 1185
ایمیل
Leyla.sh2023@gmail.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD
با توجه به ماهیت روان‌شناختی داده‌ها و ضرورت حفظ محرمانگی اطلاعات شرکت‌کنندگان، برنامه‌ای برای اشتراک‌گذاری فایل داده‌های فردی غیرقابل‌شناسایی وجود ندارد.
پروتکل مطالعه
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
نقشه آنالیز آماری
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
فرم رضایتنامه آگاهانه
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
گزارش مطالعه بالینی
مصداق ندارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
مصداق ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
مصداق ندارد
عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
پروتکل مطالعه شامل اهداف، طراحی پژوهش، معیارهای ورود و خروج، روش نمونه‌گیری و تخصیص تصادفی، شرح مداخله آموزشی‌درمانی خودورزی، ابزارهای اندازه‌گیری و روش کلی اجرای مطالعه است. نسخه نهایی پروتکل پس از پایان مطالعه و انتشار نتایج اصلی قابل اشتراک‌گذاری خواهد بود.
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
دسترسی از زمان انتشار نتایج اصلی مطالعه آغاز می‌شود و تا زمانی که مستندات برای اهداف پژوهشی قابل استفاده باشند ادامه خواهد داشت.
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
پژوهشگران و اعضای هیئت علمی دانشگاه‌ها و مؤسسات علمی و پژوهشی که درخواست آنها با اهداف پژوهشی و علمی مرتبط باشد.
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
پروتکل صرفاً برای اهداف علمی و پژوهشی قابل استفاده است. استفاده از آن باید با حفظ حقوق مالکیت علمی پژوهشگر و بدون استفاده تجاری یا ارائه مطالب به‌عنوان پژوهش مستقل انجام شود.
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
متقاضیان می‌توانند درخواست خود را از طریق پست الکترونیکی به استاد راهنمای مطالعه، دکتر رضا جوهری‌فرد، به نشانی

rjoharifard@gmail.com ارسال کنند.

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

متقاضی باید درخواست خود را از طریق ایمیل ارسال و نام، وابستگی سازمانی، هدف پژوهشی و نحوه استفاده از مستند مورد درخواست را مشخص کند. درخواست بررسی می‌شود و در صورت تأیید، مستند مورد نظر از طریق ایمیل ارسال خواهد شد.

سایر توضیحات