

بررسی مقایسه‌ای مولفه‌های نشخوار فکری در بیماران افسرده، وسواس اجباری و افراد عادی

معصومه خسروی^{۱*} (Ph.D)، حسین علی مهربانی^۲ (M.Sc)، میعاده عزیزی مقدم^۱ (B.Sc)

۱ - دانشگاه سمنان، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، گروه علوم تربیتی

۲ - دانشگاه اصفهان، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، گروه علوم تربیتی

چکیده

سابقه و هدف: نشخوار فکری مؤلفه‌ای است که در اختلالات افسردگی و وسواس - جبری نقش به‌سزایی ایفا می‌کند و منجر به تداوم و تشدید علائم اختلال و زمینه‌ساز بروز سایر اختلالات روانی می‌شود. بر این اساس، بررسی میزان نشخوار فکری در بیماران افسرده و وسواس - جبری در مقایسه با گروه گواه در این پژوهش مد نظر قرار گرفت. مواد و روش‌ها: در این راستا، در قالب طرحی علمی - مقایسه‌ای، تعداد ۳۰ نفر (۱۵ مرد و ۱۵ زن) از بیماران افسرده، ۳۰ نفر (۱۵ مرد و ۱۵ زن) بیمار وسواس - جبری از مراکز روان‌پزشکی و بیمارستان‌های شهرهای سمنان و تهران انتخاب و با ۶۰ نفر (۳۰ مرد و ۳۰ زن) از افراد فاقد اختلال که به صورت تصادفی انتخاب شده بودند، با استفاده از پرسش‌نامه افسردگی بک (BDI)، پرسش‌نامه وسواس فکری - عملی مادزلی (MOCI) و پرسش‌نامه نشخوار فکری (RQ) مورد ارزیابی قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج تحلیل واریانس چند متغیره نشان داد تفاوت معناداری بین سه گروه در نمره کل نشخوار فکری و در خرده مقیاس‌های «مرور احساسات ناشی از مشکل»، «انتقاد از خود» و «نگرانی در مورد عدم حل مشکل» وجود دارد. مقایسه‌های زوجی هم نشان داد نشخوار فکری در حیطه‌های گرایش به تبیین‌گری و مرتبط با انزوا در بیماران افسرده به طور معناداری بیش از افراد عادی است. همچنین، میزان نشخوار فکری مرتبط با مرور احساسات ناشی از مشکل، نگرانی در مورد عدم حل مشکل و انتقاد از خود در بیماران افسرده و وسواس - جبری بیش از افراد عادی بود. ضمن این‌که، دو گروه بیمار، نشخوار فکری بیش‌تری نسبت به افراد عادی داشتند ($p=0/000$).

نتیجه‌گیری: بر اساس این نتایج، می‌تواند با در نظر گرفتن نقش نشخوارهای فکری در تداوم اختلالات افسردگی و وسواس، به درمان آن در قالب برنامه‌های روان‌درمانی مبتنی بر اصلاح نگرش‌های ناکارآمد و آموزش شیوه‌های صحیح کنترل فکر و شیوه‌های حل مسئله توجه ویژه مبذول داشت.

واژه‌های کلیدی: نشخوار فکری، اختلال وسواس فکری - جبری، اختلال افسردگی

مقدمه

است. دیدگاه فراشناختی در مورد اختلالات هیجانی، نشخوار فکری را از مولفه‌های اصلی در شروع و تداوم افسردگی می‌داند [۲، ۱].

نشخوار فکری به عنوان اشتغال دائمی به یک اندیشه یا موضوع و تفکر درباره آن شناخته می‌شود [۳]. نشخوار فکری

در سال‌های اخیر بررسی الگوهای تفکر در اختلالات هیجانی و بررسی افکار ناخواسته و نقش آن در دوام اختلالات هیجانی مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. از انواع این افکار ناخواسته، نشخوار فکری (Rumination)