

نقش نشخوار فکری در بهزیستی روانی و اضطراب در همسران مبتلا به سرطان در استان قم

علیرضا آقاییوسفی*، اکرم خاربو**، حمیدرضا حاتمی***

دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه علوم تحقیقات تهران، ساوه، ایران (نویسنده مسئول)^۱

دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه جامع امام حسین، تهران، ایران.

چکیده

تاریخچه:

دریافت: ۱۳۹۲/۱۰/۰۴

تجدیدنظر: ۱۳۹۳/۰۲/۱۱

پذیرش: ۱۳۹۳/۰۶/۲۳

هدف: هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی نقش نشخوار فکری بر بهزیستی روان‌شناختی و اضطراب در همسران مبتلا به سرطان در استان قم بود.

روش: طرح تحقیق از نوع علی-مقایسه‌ای و همبستگی بود که ۱۴۷ نفر از بین همسران افراد مبتلا به سرطان با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. ابزار گردآوری در این پژوهش مقیاس نشخوار فکری نولن-هوکسما، پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی مک-کامیز و پرسشنامه اضطراب بک بود، برای تحلیل داده‌ها در ابتدا از طریق ماتریس همبستگی بین متغیرها محاسبه گردید و سپس رابطه بین این تغییرها را از طریق مجموعه‌ای از تحلیل‌های رگرسیون چند متغیره با استفاده از نرم‌افزار *SPSS* به دست آمد.

کلیدواژه‌ها:

نشخوار فکری، اضطراب، بهزیستی روان‌شناختی.

یافته‌ها: تحلیل داده‌ها نشان داد بین نشخوار فکری و بهزیستی روانشناسی رابطه منفی معناداری وجود دارد و بین نشخوار فکری و اضطراب رابطه مثبت معناداری وجود دارد. در نهایت می‌توان این‌گونه نتیجه گرفت: متغیر پیش‌بین (نشخوار فکری) در بین همسران مبتلا به سرطان قادر است تغییرات بهزیستی روانی و اضطراب را پیش‌بینی کند.

نتیجه‌گیری: نتایج پژوهش حاضر حاکی از پایین بودن بهزیستی روان‌شناختی همسران مبتلا به سرطان است. لذا توجه به نیازهای روانی همسران مبتلا به سرطان مؤلفه ضروری در موفقیت درمانی بیماران است.

The role of rumination on psychological well-being and anxiety the spouses' cancer patients

*A. Aghayosefi, **A. Kharbu, ***H.R. Hatami

Associate of Professor, Department of Psychology, Payame noor University, Tehran, Iran.

M.A in Psychology, Olum Tahghighat University, Saveh, Iran.

Associate of Professor, Department of Psychology, Imam Hossein university, Tehran, Iran.

Abstract

Objective: The main objective of this study was the role of rumination on psychological well-being and anxiety the spouses' cancer patients in the Qom province.

Method: The research method was causal-comparative, 147 persons of spouses' cancer patients using random sampling method selected. Collected in this study three questionnaires: rumination Nolen-Hoksema and psychological well-being (Mc Cummins, 2006) and anxiety beck. Data were calculated from the correlation matrix then relationship between these variables derived through series of multiple regression analysis (Using SPSS software).

Results: The results showed that there was a Significant negative relation between rumination and psychological well-being a Significant positive relationship exists between rumination and anxiety, and predictor Variable (rumination) are able to predict feed changes of psychological well-being and anxiety Variable.

Conclusion: Study results suggest that low psychological well-being of spouses of patients with cancer. Therefore the mental needs of cancer patients Essential component in the successful treatment of patients.

Article Information:

History:

Receipt: 2013/12/25

Revise: 2014/05/01

Acceptance: 2014/09/14

Keywords:

Rumination, Psychological well-being, Anxiety

بسیاری از افراد در اکثر اوقات آشفتگی را تجربه می‌کنند یا مستعد افکار پریشان کننده می‌باشند. عموماً، در این موقعیت‌ها روشی که مردم تلاش می‌کنند تا افکارشان را کنترل کنند استفاده از مکانیسم فرونشانی افکار است، نشخوار فکری به‌عنوان نوعی از افکار برگشتی که معمولاً به‌طور طولانی مدتی دوام می‌آورد. باین‌حال، شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد فرونشانی افکار می‌تواند دارای نتایج متناقضی باشد (وینگر^۴، ۱۹۹۴، به نقل از کوان یانگ یوک^۵، ۲۰۱۰). وینگر و همکارانش دریافتند که فرونشانی اولیه افکار می‌تواند منجر به مشغولیت فکری یا همان افکار تکراری گردد. برخلاف تعداد اندکی از شواهد افکار فرونشاننده شده ادامه می‌یابند و برای اکثر افراد دارای تبعات منفی روان‌شناختی است. آن‌ها در چندین پژوهش به این نتیجه رسیدند که فرونشانی افکار خود منجر به سطوح بالاتر آسیب‌شناسی روانی می‌شود. در مقابل، محققان دیگر بحث می‌کنند که آسیب‌پذیری‌ها و آمادگی‌های قبلی باعث استفاده از مکانیسم فرونشانی برای مواجهه با پریشانی‌های ناشی از استرس‌ها است. کوونزی جی وانگ^۶ (۲۰۰۹) پیشنهاد می‌کنند که چندین فرایند در گسترش و ابقاء اضطراب تجربه‌شده در اضطراب اجتماعی وجود دارد. آن‌ها مشاهده کرده‌اند که این فرایندها بدون توجه به شرایط برانگیزاننده اجتماعی شبیه هم هستند. وقتی این فرایند قبل از قرار گرفتن در شرایط اجتماعی رخ می‌دهد پس نشخوار فکری به‌عنوان یک شرایط پیش‌بینی کننده به حساب می‌آید

در سال‌های اخیر بررسی الگوهای تفکر در اختلالات هیجانی و بررسی افکار ناخواسته و نقش آن را در دوام اختلالات هیجانی مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. از انواع این افکار ناخواسته نشخوار فکری^۱ است. نشخوار فکری به‌عنوان اشتغال دائمی به یک اندیشه یا موضوع و تفکر درباره آن شناخته می‌شود. نشخوار فکری طبقه‌ای از افکار آگاهانه است که حول یک محور مشخص می‌گردد و بدون وابستگی به تقاضاهای محیطی، این افکار تکرار می‌شوند (نولن هوکسما، ۲۰۰۸)^۲. دیدگاه فرا شناختی در مورد اختلالات هیجانی، نشخوار فکری را از مؤلفه‌های اصلی در شروع و تداوم اختلال‌های اضطرابی و خلقی می‌داند. نولن و هوکسما نشخوار فکری را به‌عنوان نمونه‌ای از افکار منفی عودکننده مطرح کرده و آن را فرایندی فراشناختی می‌دانند که در بسیاری از آسیب‌های روان‌شناختی اتفاق می‌افتد. (نولن و هوکسما، ۲۰۰۷). علاوه بر این، به نظر می‌رسد نشخوار فکری پیش‌بینی کننده سطوح اضطراب و افسردگی بوده و با هیپومانیا، قماربازی مرضی، اضطراب اجتماعی، تداوم علائم استرس پس از سانحه، کیفیت پایین خواب، آشفتگی خواب، شراب‌خواری و علائم سوء‌مصرف الکل در بزرگسالان و دختران و نوجوانان، رفتار خودزنی و تفکر خودکشی رابطه دارد. به‌طور کلی افکار عودکننده منفی نقش بسزای در ابتلا و تداوم اختلال‌های خلقی و اضطرابی و بی‌خوابی بازی می‌کند. (پاپا‌جورجیو ولز^۳، ۲۰۰۵).

4. Winger.
5. Keunyoung youk.
6. Quincy J. Wong.

1. Rumination.
2. Nolen Hoeksema.
3. Papageorgiou, Wells.

وقتی به دنبال شرایط خاصی اتفاق می‌افتد به عنوان نشخوار فکری بسته به موقعیت به حساب می‌آید. نشخوار فکری می‌تواند آزارنده بوده و با کارهای فرد تداخل ایجاد کند. به‌طور خاص نشخوار فکری به‌عنوان تمایل به تمرکز مکرر بر روی نشانگان استرس‌زا بوده و باعث استرس شده و برگرفته از این استرس است. (نولن-هوکسما؛ ۱۹۹۱، به نقل از کوان یانگ^۱، ۲۰۱۰).

به‌علاوه ژوئن، چن^۲ (۲۰۱۳) دریافت که یک رابطه مثبت معناداری بین نشخوار فکری بسته به رویدادهای گذشته و اضطراب وجود دارد که بعد از کنترل افسردگی در افراد همچنان پابرجا می‌ماند. در نتیجه فرونشانی افکار به‌عنوان تلاشی برای جلوگیری از نشخوار فکری مورد استفاده قرار می‌گیرد. به‌طور خاص‌تری افرادی که تحمل ابهامشان (با توجه به ابهام به‌عنوان عامل استرس‌زا، برانگیزاننده اضطراب و فرونشاندن اضطراب) پایین است باور دارند که باید از شرایط غیرمطمئن اجتناب کنند. آن‌ها همچنین تمایل دارند تا پیش‌بینی ناپذیری حوادث یا وقوع حوادث منفی را بیش‌ازحد تخمین بزنند. این مسئله باعث می‌شود که آن‌ها اطلاعات مبهم و دوپهلوی را تهدیدکننده تعبیر کنند. تعدادی از مطالعات تحمل پایین در برابر عدم قطعیت با پریشانی بالا و نگرانی مرتبط است، ارتباط قوی‌ای بین این حالت با اضطراب وجود دارد. به‌طور خاص‌تری تحمل پایین در برابر ابهام یک ارتباط قوی را با نگرانی و اضطراب شرح می‌دهد (دوگاس، ۲۰۰۶؛ لاگسن و بوکووسکی، ۲۰۰۳ به

نقل از کیسوک تاکانو^۳، ۲۰۰۹). اگرچه تحمل ابهام پایین در ادبیات پژوهشی به‌صورت متغیر مرتبط با اضطراب توصیف می‌شود اما این حالت علاوه بر ارتباط خاص با اضطراب با افسردگی هم ارتباط دارد. درحالی‌که نگرانی یک تفکر دارای ویژگی تهدیدکننده است، با اضطراب بیشتر از افسردگی ارتباط دارد (بک، براون، استیر، ایدلسون و ریسکیند، ۱۹۸۷، به نقل از کوان یانگ یوک، ۲۰۱۰). در بررسی تحمل پایین ابهام ممکن است نه‌تنها با نگرانی ارتباط داشته باشد بلکه با نشخوار فکری نیز ارتباط داشته باشد. به‌علاوه گزارش داده‌اند که تحمل پایین ابهام با نگرانی و نشخوار فکری ارتباط دارد. (کوان یانگ یوک، ۲۰۱۰)

امکان دارد که اشخاص که دارای تحمل پایینی در عدم قطعیت هستند از افکار تکراری برای کاهش ابهام استفاده کنند و افکار تکراری ممکن است به‌صورت یک طرح‌واره عمیق درآید و باعث تقویت حالت‌های هیجانی منفی گردد. (ژوئن چن، ۲۰۱۳) یکی از مفاهیم مثبت، بهزیستی روانی^۴ است که به معنای فقدان عواطف منفی (اضطراب و افسردگی) و رضایتمندی از زندگی است. (دینر، ۲۰۰۳). بهزیستی روان‌شناختی مقوله از پدیده‌ها است که پاسخ‌های هیجانی افراد، قلمروی رضایت‌ها و ارزیابی‌های کلی از زندگی را شامل می‌شود. (روینی^۵، ۲۰۰۳) بهزیستی یعنی احساس مثبت و احساس رضامندی عمومی از زندگی که شامل خود و دیگران در حوزه‌های مختلف، خانواده، شغل و... می‌شود (دینر^۶، ۲۰۰۳). بهزیستی روانی می‌تواند از

4. Psychological well-being.
5. Roini.
6. Dinner.

1. Keun young.
2. Junwen Chena.
3. Keisuke T.

شامل ۱۰ هزار زوج بوده که یکی از آنان به سرطان مبتلا شده و در مرحله پیشرفت بیماری قرار داشته است. نتایج این تحقیق حاکی از آن است که یکی از بهترین روش‌های مقابله با انواع سرطان تنها حفظ روحیه همراه بیمار است که گاه حتی پیشرفت این بیماری را در بدن بیمار به کمترین حد ممکن می‌رساند. محققان انگلیسی بر این باورند که خنده و حفظ شادابی کلید مقابله با انواع بیماری سرطان است. (پایگاه اینترنتی افسردگی) لذا یکی از سیاست‌های مهم مراقبتی این است که خانواده به‌عنوان یک مددجو نیاز به دانش و درک بیشتری نسبت به فرآیند بیماری و درمان دارد. لذا، لازم است تا وضعیت روان‌شناختی خانواده‌های آنان بالأخص افرادی که بیشتر با آنان در ارتباط هستند مورد بررسی قرار گیرد. (پایگاه اینترنتی انجمن افسردگی)

علاوه بر اثرات مثبت سلامت روانی و بهزیستی در این همسران، بیشتر تحقیقات بر روی افراد سرطانی انجام شده است و تحقیقات انجام شده بر روی همسران آنان اندک است و همچنین با توجه به اینکه تحقیقات انجام شده در زمینه نشخوار فکری با متغیرهای بهزیستی روانی و اضطراب اندک است پژوهشگر بر آن شد تا به انجام این تحقیق تا ضمن آگاهی از وضعیت روانی این قشر آسیب‌پذیر گامی در جهت حل مشکلات آنان بردارد.

روش

روش پژوهش حاضر از نوع علی، مقایسه‌ای (غیرآزمایشی) و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش را، کلیه همسران افراد مبتلا به سرطان که تحت پوشش مراکز تأمین اجتماعی شهر

طریق ارزیابی‌های ذهنی افراد از تجارب خودشان سنجیده شود؛ مانند ادراکاتی از عاطفه و بهزیستی معنوی و اندازه‌گیری‌های عینی نظیر (راهنماهای سلامتی جسمی و فشارخون و...) (بنکه^۱ و مک درمید^۲، ۲۰۰۴، به نقل از کهکی، ۱۳۸۴).

پایگاه اینترنتی انجمن افسردگی معتقد است بیماری‌های مزمن و صعب‌العلاج، فقط خود بیمار را درگیر نمی‌کنند و همسران افراد مبتلا به سرطان، بیشتر از خود آنان نگران درمان یا عود بیماری‌اند و پزشکان باید علاوه بر توجه به درمان اصل بیماری، به وضعیت روانی اطرافیان بیمار هم توجه داشته باشند. سرطان از جمله بیماری‌های مزمن است که به‌واسطه علائم و عوارض جانبی ناشی از درمان‌های موضعی و سیستمیک از جمله جراحی و شیمی‌درمانی می‌تواند وضعیت روان‌شناختی بیماران را تحت تأثیر قرار دهد و از آنجایی که خانواده به‌عنوان اولین منبع مراقبتی و حمایتی برای عضو مبتلا به بیماری محسوب می‌شود، نوع نگرش خانواده نسبت به بیماری و علائم و عوارض ناشی از آن و اختلال‌های خلقی ناشی از آن تأثیر ویژه‌ای در امر مراقبت از بیمار دارد. (ساروفینو، ۲۰۰۲)

محققان انگلیسی به‌تازگی اعلام کرده‌اند که همسران مهم‌ترین نقش را در حفظ روحیه بیمار مبتلا به سرطان انجام می‌دهند و می‌توانند مرگ همسر بیمارشان را به تعویق بیندازند. پیشرفت سرطان در بدن بیمارانی که همسرانی باروچیه و شاداب دارند بیش از ۱۰ درصد کمتر از بیمارانی است که همسرانشان به‌واسطه ابتلای ایشان به سرطان، دچار افسردگی شده‌اند. دامنه این تحقیق

2. Mac Dermid.

1. Benke.

قم بوده‌اند (بیمارستان بقیه‌الله) را تشکیل می‌دهند که تعداد کلی آن‌ها ۲۴۰ نفر بوده است. از بین آن‌ها ۱۴۷ نفر (زن) به صورت تصادفی انتخاب شدند. به منظور جمع‌آوری اطلاعات مورد نیاز پژوهش، برای تکمیل پرسشنامه‌ها زنانی که جهت شیمی‌درمانی شوهرانشان مراجعه کرده بودند دعوت به عمل آمد و پاکت‌های حاوی دستورالعمل‌های پرسشنامه به همراه برگه‌های پاسخنامه، با هماهنگی پرستاران و پزشکان که از قبل توجیه شده بودند در اختیار آنان، قرار داده شد و پس از تکمیل پرسشنامه به پرستاران تحویل داده شد.

به منظور بررسی روابط بین متغیرهای پژوهش، برای تحلیل آماری داده‌های پژوهش از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و از آمار استنباطی ابتدا ماتریس همبستگی بین متغیرها محاسبه می‌گردد و سپس رابطه بین این متغیرها را از طریق مجموعه‌ای از تحلیل‌های رگرسیون چند متغیره به دست می‌آید. ابزار گردآوری اطلاعات: ۱- پرسشنامه نشخوار فکری نولن و هوکسما: نولن و هوکسما و ماور (۱۹۹۱) پرسشنامه خودآزما تدوین کردند که چهار نوع متفاوت از واکنش به خلق منفی را مورد ارزیابی قرار داد. پرسشنامه سبک‌های پاسخ (RSQ) از دو مقیاس پاسخ‌های نشخواری (PRS) و مقیاس پاسخ‌های منحرف‌کننده حواس (DRS) تشکیل شده است. RRS ۲۲ عبارت دارد که از پاسخ‌دهندگان خواسته می‌شود هرکدام را در مقیاس از ۱ (هرگز) تا ۴ (اغلب اوقات) درجه‌بندی کنند (نولن هوکسما، ۲۰۰۳) بر پایه شواهد تجربی، مقیاس پاسخ‌های نشخواری پایایی درونی بالایی دارند. ضریب آلفای کرونباخ در دامنه‌ای از ۰.۸۸ تا ۰.۹۲ قرار دارد. پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد همبستگی

بازآزمایی برای RRS، ۰.۶۷ است (لامیت ۲۰۰۴) این مقیاس برای اولین بار از زبان انگلیسی توسط نویسندگان حاضر به فارسی مقیاس‌ها را مناسب و آلفای کرونباخ آن‌ها را بین ۰.۷۷ تا ۰.۹۰ یافته است چمت و ریف (۱۹۹۷) همسانی درونی مقیاس‌های بهزیستی روان‌شناختی را بین ۰/۸۲ تا ۰/۹۰ گزارش داده‌اند. همچنین این پرسشنامه توسط یوسفی در سال ۱۳۸۳ تدوین گردید.

۲- پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی مک کامینز: در سال ۲۰۰۳ حدود ۱۰۰ پژوهشگر از بیش از ۴۰ کشور جهان متعهد شدند که مقیاس بین‌المللی برای برآورد بهزیستی روانی به نام نشانگر بهزیستی شخصی را هنجار‌گزینی کنند. مقیاس حاضر علاوه بر ماده کلی که رضایت عمومی فرد از زندگی را ارزیابی می‌کند و در نمره مقیاس محاسبه نمی‌شوند. دارای ۸ ماده است که هرکدام یک حوزه را مورد پرسش قرار می‌دهند. پاسخ‌ها در مقیاس درجه‌ای که از صفر تا ۱۰۰ نمره‌گذاری شده‌اند قرار می‌گیرند، هر ماده برگرفته از مواد مرتبط در مقیاس کامل کیفیت زندگی و بیانگر یک قلمرو است. (آقا یوسفی، ۱۳۸۸) در پژوهش روی همسران شاهد جانباز آزاده استان قم، همبستگی منفی میان این مقیاس با بهزیستی نشانه‌های تنیدگی (۰.۵۰) و مقیاس افکار خودکار (۰.۵۲) را به‌عنوان روایی هم‌زمان به دست آورده است. پایایی این مقیاس در آن پژوهش به روش آلفای کرونباخ ۰.۸۵ محاسبه شد. در پژوهش حاضر، همبستگی منفی معنادار با اختلال پس آسیبی (۰/۴۷۳) و نیز همبستگی منفی معنی‌دار (۰/۷۴۹) با نشانه‌های تنیدگی حاکی از روایی آن بود. اعتبار روایی خارجی، یک رابطه ۰/۷۸ با

نشان می‌دهد که این پرسشنامه از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است. به‌عنوان مثال غرابی (۱۳۷۲) ضریب اعتبار آن را از طریق بازآزمایی و به فاصله دو هفته ۰/۸۰ گزارش کرده است. همچنین کاویانی و موسوی (۱۳۷۸) در بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این آزمون در جمعیت ایرانی، ضریب روایی در حدود ۰/۷۲ و ضریب اعتبار آزمون - آزمون مجدد به فاصله یک ماه را ۰/۸۳ و آلفای کرونباخ ۰/۹۲ را گزارش کرده‌اند. (آشتیانی، ۱۳۹۱).

یافته‌ها

نمرات نشخوار فکری: بر اساس یافته‌های حاصله، میانگین نشخوار فکری ۲۶/۵۳ و انحراف معیار آن ۱۰/۷۸ است؛ و ضرایب کجی و کشیدگی نشان می‌دهد که توزیع نرمال است؛ و بیشترین فراوانی متعلق به نمره ۲۶ نشخوار فکری است. طیف نمره دهی آن ۵ تا ۹ در صد است که در صد نمره آن پایین‌تر از حد متوسط است.

نمرات اضطراب: بر اساس یافته‌های حاصله، میانگین اضطراب ۱۹/۲۰ و انحراف معیار آن ۱۳/۶۲ است؛ و ضرایب کجی و کشیدگی نشان می‌دهد که توزیع نرمال است؛ و بیشترین فراوانی متعلق به نمره ۲۳ و ۱۱ اضطراب است که ۵ تا ۹ درصد این نمره را به خود اختصاص می‌دهد. نمره درصد آن پایین‌تر از حد متوسط است.

نمرات ابعاد بهزیستی شخصی: بر اساس یافته‌های حاصله، میانگین رضایت از زندگی و انحراف معیار آن به ترتیب ۶/۷۲ و ۲/۰۸، استانداردها به ترتیب ۴/۱۴ و ۲/۲۰، تندرستی ۶/۸۴ و ۲/۶۴، به دست آورده‌ها ۶/۶۸ و ۲/۳۲، تندرستی

رضایت از مقیاس زندگی گزارش شده است ۵٪ اعتبار است شانزده تحقیق در مورد جمعیت استرالیا یک تنوع در حداکثر حدود ۳/۲ درصدی ایجاد کرده است که مربوط به بهزیستی روانی است. خطوط آلفای کرونباخ بین ۰/۷۰ و ۰/۸۵ در استرالیا و کشورهای دور دیگر دیده شده است، ارتباط‌های بین دامنه‌ها در حدود ۰/۳۰ تا ۰/۵۵ بود و مقدار ارتباط (کل آیتم) حداقل ۰/۵۰ است. شاخص همچنین به این بحث پرداخته است که اعتبار آزمایش مجدد از ۱-۲ هفته با ارتباط روایی بیرونی تأثیر ۰/۸۴ داشته است.

۳- پرسشنامه اضطراب بک: پرسشنامه اضطراب بک یک پرسشنامه خود گزارشی است که برای اندازه‌گیری شدت اضطراب در نوجوانان و بزرگسالان تهیه شده است. این پرسشنامه یک مقیاس ۲۱ ماده‌ای است که آزمودنی در هر ماده یکی از چهار گزینه که نشان‌دهنده شدت اضطراب است را انتخاب می‌کند. چهار گزینه هر سؤال در یک طیف چهاربخشی از ۰ تا ۳ نمره‌گذاری می‌شود. هر یک از ماده‌های آزمون یکی از علائم شایع اضطراب (علائم ذهنی، بدنی و هراس) را توصیف می‌کند؛ بنابراین نمره کل این پرسشنامه در دامنه‌ای از صفر تا ۶۳ قرار می‌گیرد. در خارج از کشور بک، ضریب همسانی درونی آن (ضریب آلفا) ۰/۹۲، اعتبار آن با روش بازآزمایی به فاصله یک هفته ۰/۷۵ و همبستگی ماده‌های آن از ۰/۳۰ تا ۰/۷۶ متغیر است. پنج نوع روایی محتوا هم‌زمان سازه تشخیصی و عاملی برای این آزمون سنجیده شد است که همگی نشان‌دهنده کارایی بالای این ابزار در اندازه‌گیری شدت اضطراب است (بک و همکاران، ۱۹۸۸). مطالعات انجام شده در ایران

۶/۸۴ و ۲/۶۴، روابط ۷/۸۲ و ۲/۱۳، احساس امنیت در آینده ۶/۲۵ و ۲/۷ و حالات معنوی ۶/۷۷ و ۲/۳۶ و ۶/۹۵ و ۲/۲۹، احساس بستگی ۷ و ۲/۷۲، امنیت است.

جدول شماره ۱. مجذور آر تنظیم شده

خطای استاندارد برآورد	ضریب همبستگی تعدیل کننده	ضریب تعیین	ضریب همبستگی چندگانه	مدل متغیرها
۱۲. ۶۳۷۹۰	۱۷۶.	۱۸۲.	۴۲۶ ^a .	۱
۱. ۸۸۳۵۴	۱۸۲.	۱۸۸.	۴۳۴ ^a .	۱
۲. ۱۱۷۷۹	۰۷۵.	۰۸۱.	۲۸۵ ^a .	۱
۲. ۵۵۹۳۹	۰۶۲.	۰۶۸.	۲۶۱ ^a .	۱
۲. ۰۸۶۸۷	۰۴۲.	۰۴۸.	۲۱۹ ^a .	۱
۲. ۲۹۰۸۹	۰۲۸.	۰۳۴.	۱۸۵ ^a .	۱
۲. ۲۳۶۱۸	۰۵۲.	۰۵۸.	۲۴۱ ^a .	۱
۲. ۶۴۸۸۰	۰۵۴.	۰۶۱.	۲۴۶ ^a .	۱
۲. ۶۲۷۹۶	۰۵۸.	۰۶۴.	۲۵۴ ^a .	۱
۲. ۳۳۸۸۹	۰۲۳.	۰۳۰.	۱۷۳ ^a .	۱

بررسی رابطه نشخوار فکری و اضطراب

جدول شماره ۲. تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig
رگرسیون	۵۱۳۶. ۹۷۶	۱	۵۱۳۶. ۹۷۶	۳۲. ۱۶۳	۰.۰۰ ^b .
باقی مانده	۲۳۱۵۸. ۹۰۱	۱۴۵	۱۵۹. ۷۱۷		
مجموع	۲۸۲۹۵. ۸۷۸	۱۴۶			

نمود؛ بنابراین می توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود.

با تأکید بر میزان F به دست آمده می توان اضطراب را از طریق نشخوار فکری پیش بینی

جدول شماره ۳. بتا

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب بدون استاندارد		ضرایب استاندارد شده	t	سطح معناداری
	B	خطای معیار	Beta		
ثابت	۴.۶۰۴	۲.۷۷۷		۱.۶۵۸	۱۰۰.
نشخوار. فکری	۵۵۰.	۰۹۷.	۴۲۶.	۵.۶۷۱	۰۰۰.

تأثیر متوسطی بر اضطراب داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی متوسطی را از اضطراب ارائه می‌دهد.

با توجه به جدول شماره ۳، میزان بتای به دست آمده (۰/۴۲۶) و سطح معناداری می‌توان بیان نمود که نشخوار فکری با اضطراب رابطه مثبت و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه نمونه

رابطه نشخوار فکری با ابعاد بهزیستی روانی

جدول شمار ۴. تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig
رگرسیون	۱۱۹.۱۴۷	۱	۱۱۹.۱۴۷	۳۳.۵۸۴	۰۰۰ ^b .
باقی‌مانده	۵۱۴.۴۱۸	۱۴۵	۳.۵۴۸		
مجموع	۶۳۳.۵۶۵	۱۴۶			

پیش‌بینی نمود؛ بنابراین می‌توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود.

با تأکید بر میزان F به دست آمده می‌توان رضایت از زندگی را از طریق نشخوار فکری

جدول شماره ۵. بتا

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب بدون استاندارد		ضرایب استاندارد شده	t	سطح معناداری
	B	خطای معیار	Beta		
ثابت	۸.۹۴۵	۴۱۴.		۲۱.۶۰۸	۰۰۰.
نشخوار. فکری	-۰.۰۸۴	۰۱۴.	-۰.۴۳۴	-۵.۷۹۵	۰۰۰.

با توجه به جدول شماره ۵، میزان بتای به دست آمده (۰/۴۳۴) و سطح معناداری می‌توان بیان نمود که نشخوار فکری با رضایت از زندگی رابطه منفی و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه

نمونه تأثیر متوسطی بر رضایت از زندگی داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی متوسطی را از رضایت از زندگی ارائه می‌دهد.

رابطه نشخوار فکری با بعد استانداردهای بهزیستی شخصی

جدول شماره ۶: تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig
رگرسیون	۵۷. ۶۷۰	۱	۵۷. ۶۷۰	۱۲. ۸۵۸	.۰۰۰ ^b
باقی‌مانده	۶۵۰. ۳۳۰	۱۴۵	۴. ۴۸۵		
مجموع	۷۰۸. ۰۰۰	۱۴۶			

تأکید بر میزان F به دست آمده می‌توان استانداردها را از طریق نشخوار فکری پیش‌بینی نمود؛ بنابراین می‌توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود.

جدول شماره ۷: بتا

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب بدون استاندارد		t	سطح معناداری
	B	خطای معیار		
ثابت	۷. ۶۹۰	۴۶۵.	۱۶. ۵۲۲	.۰۰۰.
نشخوار فکری	-. ۰۵۸	۰۱۶.	-۳. ۵۸۶	.۰۰۰.

با توجه به جدول شماره ۷، میزان بتای به دست آمده (۰/۲۵۸) و سطح معناداری می‌توان بیان نمود که نشخوار فکری با استانداردها رابطه منفی و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه

نمونه تأثیر بسیار ناچیزی بر استانداردها داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از استانداردها ارائه می‌دهد.

رابطه نشخوار فکری با بعد تندرستی بهزیستی شخصی

جدول شماره ۸: تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig
رگرسیون	۶۹. ۵۷۹	۱	۶۹. ۵۷۹	۱۰. ۶۲۲	.۰۰۱ ^b
باقی‌مانده	۹۴۹. ۸۲۳	۱۴۵	۶. ۵۵۱		
مجموع	۱۰۱۹. ۴۰۱	۱۴۶			

با تأکید بر میزان F به دست آمده می توان تندرستی را از طریق نشخوار فکری پیش بینی نمود. بنابراین می توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود.

جدول شماره ۹. جدول بتا

متغیرهای پیش بین	ضرایب بدون استاندارد		ضرایب استاندارد شده	t	سطح معناداری
	B	خطای معیار			
ثابت	۸. ۵۴۳	۵۶۲.		۱۵. ۱۸۷	۰۰۰.
نشخوار. فکری	-۰. ۰۶۴	۰۲۰.	-۰. ۲۶۱	-۳. ۲۵۹	۰۰۱.

با توجه به میزان بتای به دست آمده (۰/۲۵۸) ناچیزی بر تندرستی داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش بینی بسیار ناچیزی را از تندرستی ارائه می دهد. فکری با تندرستی رابطه منفی و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه نمونه تأثیر بسیار

رابطه نشخوار فکری با بعد به دست آورده های بهزیستی شخصی

جدول شماره ۱۰. تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig
رگرسیون	۲۶. ۹۸۷	۱	۲۶. ۹۸۷	۵. ۱۴۲	۰. ۲۵ ^b .
باقی مانده	۷۶۰. ۹۸۶	۱۴۵	۵. ۲۴۸		
مجموع	۷۸۷. ۹۷۳	۱۴۶			

با تأکید بر میزان F به دست آمده می توان دست آورده ها را از طریق نشخوار فکری پیش بینی نمود؛ بنابراین می توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود.

جدول شماره ۱۱. جدول بتا

متغیرهای پیش بین	ضرایب بدون استاندارد		ضرایب استاندارد شده	t	سطح معناداری
	B	خطای معیار			
ثابت	۷. ۷۳۹	۵۰۳.		۱۵. ۳۷۰	۰۰۰.
نشخوار. فکری	-۰. ۰۴۰	۰۱۸.	-۰. ۱۸۵	-۲. ۲۶۸	۰۲۵.

با توجه به میزان بتای به دست آمده (۰/۱۵۸) و سطح معناداری می‌توان بیان نمود که نشخوار فکری با به دست آورده‌ها رابطه منفی و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه نمونه تأثیر بسیار

ناچیزی بر به دست آورده‌ها داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از به دست آورده‌ها ارائه می‌دهد.

رابطه نشخوار فکری با بعد روابط بهزیستی شخصی

جدول شماره ۱۲. تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig
رگرسیون	۳۱.۹۲۲	۱	۳۱.۹۲۲	۷.۳۳۰	.۰۰۸ ^b
باقی‌مانده	۶۳۱.۴۷۹	۱۴۵	۴.۳۵۵		
مجموع	۶۶۳.۴۰۱	۱۴۶			

با تأکید بر میزان F به دست آمده در جدول ۱۲ می‌توان روابط را از طریق نشخوار فکری پیش‌بینی نمود؛ بنابراین می‌توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود.

جدول شماره ۱۳. بتا

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب بدون استاندارد		t	سطح معناداری
	B	خطای معیار		
ثابت	۸.۹۷۴	۴۵۹.	۱۹.۵۶۷	.۰۰۰.
نشخوار فکری	-.۰۴۳	۰۱۶.	-۲.۷۰۷	.۰۰۸.

با توجه به جدول ۱۳ میزان بتای به دست آمده (۰/۲۱۹) و سطح معناداری می‌توان بیان نمود که نشخوار فکری با روابط رابطه منفی و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه نمونه تأثیر بسیار

ناچیزی بر روابط داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از روابط ارائه می‌دهد.

رابطه نشخوار فکری با بعد احساس امنیت بهزیستی شخصی

جدول شماره ۱۴. تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig
رگرسیون	۴۴.۶۸۰	۱	۴۴.۶۸۰	۸.۹۳۵	.۰۰۳ ^b
باقی‌مانده	۷۲۵.۰۷۵	۱۴۵	۵.۰۰۱		
مجموع	۷۶۹.۷۵۵	۱۴۶			

با تأکید بر میزان F به دست آمده می‌توان احساس امنیت را از طریق نشخوار فکری پیش‌بینی نمود؛ بنابراین می‌توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود.

جدول شماره ۱۵. بتا

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب بدون استاندارد		t	سطح معناداری
	B	خطای معیار		
ثابت	۸.۳۲۱	۴۹۱.	۱۶.۹۳۱	۰۰۰.
نشخوار. فکری	-۰.۰۵۱	۰۱۷.	-۲.۹۸۹	۰۰۳.

با توجه به جدول ۱۵ میزان بتای به دست آمده (۰/۲۴۱) و سطح معناداری می‌توان بیان نمود که نشخوار فکری با به احساس امنیت رابطه منفی و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه نمونه تأثیر بسیار ناچیزی بر به دست آورده‌ها داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از احساس امنیت ارائه می‌دهد.

رابطه نشخوار فکری با بعد احساس بستگی بهزیستی شخصی

جدول شماره ۱۶. جدول تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig.
رگرسیون	۶۵.۶۵۳	۱	۶۵.۶۵۳	۹.۳۵۷	۰.۰۳ ^b
باقی‌مانده	۱۰۱۷.۳۴۱	۱۴۵	۷.۰۱۶		
مجموع	۱۰۸۲.۹۹۳	۱۴۶			

با تأکید بر میزان F به دست آمده می‌توان احساس بستگی را از طریق نشخوار فکری پیش‌بینی نمود؛ بنابراین می‌توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود.

جدول شماره ۱۷. بتا

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب بدون استاندارد		t	سطح معناداری
	B	خطای معیار		
ثابت	۸.۶۵۷	۵۸۲.	۱۴.۸۷۲	۰۰۰.
نشخوار. فکری	-۰.۰۶۲	۰۲۰.	-۳.۰۵۹	۰۰۳.

تأثیر بسیار ناچیزی بر احساس بستگی داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از احساس بستگی ارائه می‌دهد.

با توجه به جدول ۱۷ میزان بتای به دست آمده (۰/۲۴۶) و سطح معناداری می‌توان بیان نمود که نشخوار فکری با احساس بستگی رابطه منفی و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه نمونه

رابطه نشخوار فکری با بعد امنیت در آینده بهزیستی شخصی

جدول شماره ۱۸. تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig
رگرسیون	۶۸.۷۸۵	۱	۶۸.۷۸۵	۹.۹۶۰	.۰۰۲ ^b
باقی‌مانده	۱۰۰۱.۳۹۲	۱۴۵	۶.۹۰۶		
مجموع	۱۰۷۰.۱۷۷	۱۴۶			

نمود؛ بنابراین می‌توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود

با تأکید بر میزان F به دست آمده می‌توان امنیت در آینده را از طریق نشخوار فکری پیش‌بینی نمود

جدول شماره ۱۹. بتا

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب بدون استاندارد		t	سطح معناداری
	B	خطای معیار		
ثابت	۷.۹۴۸	.۵۷۸	۱۳.۷۶	.۰۰۰
نشخوار فکری	-.۰۶۴	.۰۲۰	-۳.۱۵۶	.۰۰۲

تأثیر بسیار ناچیزی بر امنیت در آینده داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از امنیت در آینده ارائه می‌دهد.

با توجه به جدول ۱۹ میزان بتای به دست آمده (۰/۲۵۴) و سطح معناداری می‌توان بیان نمود که نشخوار فکری با امنیت در آینده رابطه منفی و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه نمونه

رابطه نشخوار فکری با بعد حالات معنوی بهزیستی شخصی

جدول شماره ۲۰- تحلیل واریانس برای معناداری مدل

منبع تغییرات	Ss	Df	MS	F	Sig
رگرسیون	۲۴.۳۸۳	۱	۲۴.۳۸۳	۴.۴۵۷	.۰۳۶ ^b
باقی‌مانده	۷۹۳.۲۰۹	۱۴۵	۵.۴۷۰		
مجموع	۸۱۷.۵۹۲	۱۴۶			

با تأکید بر میزان F به دست آمده می‌توان حالات معنوی را از طریق نشخوار فکری پیش‌بینی نمود؛ بنابراین می‌توان ضرایب رگرسیون را مطرح نمود.

جدول شماره ۲۱- بتا

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب بدون استاندارد		t	سطح معناداری
	B	خطای معیار		
ثابت	۷.۷۸۱	۵۱۴.	۱۵.۱۳۸	۰۰۰.
نشخوار فکری	-۰.۰۳۸	۰۱۸.	-۲.۱۱۱	۰۳۶.

ارائه می‌دهد. نشخوار فکری با تندرستی رابطه منفی و معناداری دارد، به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از تندرستی ارائه می‌دهد.

نشخوار فکری با به دست آورده‌ها رابطه منفی و معناداری دارد، به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از به دست آورده‌ها ارائه می‌دهد. نشخوار فکری با به احساس امنیت رابطه منفی و معناداری دارد، به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از احساس امنیت ارائه می‌دهد.

نشخوار فکری با احساس بستگی رابطه منفی و معناداری دارد، به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از احساس بستگی ارائه می‌دهد. نشخوار فکری با امنیت در آینده رابطه منفی و معناداری دارد، به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از امنیت در آینده ارائه می‌دهد.

نشخوار فکری با حالات معنوی رابطه منفی و معناداری دارد، به عبارت دیگر نشخوار فکری

با توجه به جدول ۲۱ میزان بتای به دست آمده ($0/173$) و سطح معناداری می‌توان بیان نمود که نشخوار فکری با حالات معنوی رابطه منفی و معناداری دارد و نشخوار فکری در این گروه نمونه تأثیر بسیار ناچیزی بر حالات معنوی داشته است؛ به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از حالات معنوی ارائه می‌دهد.

نتیجه‌گیری و بحث

فرضیه اول پژوهش حاضر چنین است که بین نشخوار فکری و بهزیستی روانی رابطه وجود دارد. طبق یافته‌های به دست آمده در پژوهش حاضر رابطه نشخوار فکری و ابعاد بهزیستی روانی بدین شکل است:

نشخوار فکری با رضایت از زندگی رابطه منفی و معناداری دارد به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی متوسطی را از رضایت از زندگی ارائه می‌دهد. نشخوار فکری با استانداردها رابطه منفی و معناداری دارد به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از استانداردها

پیش‌بینی بسیار ناچیزی را از حالات معنوی ارائه می‌دهد.

به‌طور کلی فرضیه دوم پژوهش تأیید می‌شود. این یافته با نتایج رونی و همکاران (۲۰۰۳) و ریف و کینز (۱۹۹۵) و همچنین بیانی، گودرزی و کوچکی (۱۳۸۷) سازگار است مبنی بر اینکه بین بهزیستی روانی و افسردگی (که مؤلفه اصلی افسردگی نشخوار فکری است) رابطه منفی و معناداری است.

همچنین با یافته‌های مایرز و داینرا^۱ (۱۹۹۵) همسو است مبنی بر اینکه، افراد با بهزیستی روانی پایین حوادث وقایع زندگی‌شان را نامطلوب ارزیابی نموده و بیشتر هیجانات منفی نظیر خشم، اضطراب و افسردگی (نشخوار فکری به‌عنوان یکی از مهم‌ترین مؤلفه افسردگی شناخته شده است) تجربه می‌کنند، به عبارتی بهزیستی با اضطراب و افسردگی رابطه قوی دارد، حال فرد با بهزیستی روانی بالا هیجانات مثبت را تجربه می‌کند و میزان اضطراب و افسردگی آن‌ها بسیار پایین است به‌علاوه راجمن؛ (۲۰۰۰) دریافت که یک رابطه مثبت معناداری بین نشخوار فکری بسته به رویدادهای گذشته و اضطراب و افسردگی وجود دارد، با مقایسه این دو پژوهش به این نتیجه می‌رسیم که افراد با بهزیستی روانی پایین و همچنین افراد دارای نشخوار فکری، حوادث زندگی را نامطلوب تلقی می‌کنند و بر حوادث گذشته بسیار تأکید دارند و همچنین آن‌ها دچار علائم اضطراب و افسردگی می‌باشند. همچنین یافته‌های به دست آمده با پژوهش عسگری و

صفرزاده (۱۳۸۶) مبنی بر رابطه معنادار بهزیستی روانی و افسردگی، همسو است. لذا با مقایسه پژوهش‌های ذکر شده در بالا به نتیجه منطقی این پژوهش مبنی بر رابطه بین نشخوار فکری و بهزیستی روانی می‌رسیم.

فرضیه دوم پژوهش حاضر چنین است که بین نشخوار فکری و اضطراب رابطه وجود دارد، طبق یافته‌های به دست آمده در پژوهش حاضر نشخوار فکری با اضطراب رابطه مثبت و معناداری دارد، به عبارت دیگر نشخوار فکری پیش‌بینی متوسطی را از اضطراب ارائه می‌دهد؛ بنابراین فرضیه دوم پژوهش تأیید می‌شود. این یافته با نتایج پژوهش‌های:

کونگ، یونگ یوک وشین یانگ سو (۲۰۱۰)، مبنی بر ارتباط بین نشخوار فکری و اضطراب، همخوانی دارد.

کوان یانگ یوک (۲۰۱۰) در پژوهشی دریافت که نشخوار فکری با اضطراب و افسردگی ارتباط دارد. این پژوهش با پژوهش حاضر مبنی بر رابطه مثبت معنادار بین نشخوار فکری و اضطراب همسو است.

به‌علاوه راجمن؛ (۲۰۰۰) دریافت که یک رابطه مثبت معناداری بین نشخوار فکری بسته به رویدادهای گذشته و اضطراب وجود دارد که بعد از کنترل افسردگی در افراد همچنان پابرجا می‌ماند. این پژوهش با پژوهش حاضر مبنی بر رابطه مثبت معنادار بین نشخوار فکری و اضطراب همسو است. باقری نژاد، صالحی فدردی و طباطبایی (۱۳۸۹) در پژوهشی به معرفی نشخوار فکری در

اجتماعی انجام شد. نتایج نشان داد که باورهای ناسازگار نسبت به حواس پرتی، اضطراب و اضطراب اجتماعی با نمرات بالایی از نشخوار فکری حمایت می‌کنند (میچل، مولدز، کوینسی ونگ ۲۰۰۹)، بنابراین اضطراب با نشخوار فکری رابطه دارد. با پژوهش حاضر همخوانی دارد.

با توجه به تحقیقات ذکر شده در بالا از اضطراب و نشخوار فکری به نتیجه منطقی این پژوهش مبنی بر رابطه مثبت بین اضطراب و نشخوار فکری می‌رسیم.

به‌طور کلی یافته‌های این پژوهش نشان‌دهنده تأثیر نشخوار فکری بر بهزیستی و اضطراب است. با توجه به این‌که همسران نقش مهمی در بهبودی و روند درمان و مراحل طولانی شیمی‌درمانی دارند پیشنهاد می‌گردد برای این قشر آسیب‌پذیر کارگاه‌های آموزشی شیوه‌های کنترل افکار نشخواری و کاهش اضطراب و همچنین کارگاه‌های افزایش بهزیستی و شادکامی برگزار شود. با توجه بر اینکه این پژوهش در منطقه خاص انجام گرفته است، در مناطق دیگر نیز اجرا گردد، همچنین این پژوهش بر روی نمونه بیشتری انجام گردد. علاوه بر این پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی به سنجش میزان نشخوار فکری و بهزیستی روانی اضطراب در بین هر دو زوج پرداخته شود.

سپاسگزاری

نگارندگان این مقاله مراتب سپاس و قدردانی خود را از پزشکان و پرستاران محترم بیمارستان بقیه‌الله قم ابراز می‌دارند.

چارچوب نظریه سبک‌های پاسخ و پیامدهای آن برای خلق غمگین و اختلال افسردگی پرداختند. نتایج نشان داد نشخوار فکری با اضطراب رابطه وجود دارد. این یافته با توجه به نقش نشخوار فکری در اضطراب و با پژوهش حاضر همخوانی دارد.

جون چن، رونالد، راب، ماری، ابات (۲۰۱۳) در پژوهشی مبنی بر اینکه نشخوار فکری با اضطراب رابطه مثبت معنادار وجود دارد با پژوهش حاضر همخوانی دارد.

یوک، کیم، یانگ سوه و کانگ سولی (۲۰۱۰) در پژوهشی اثرات واسطه، نشخوار و نگرانی در رابطه بین خود شفقتی و اضطراب و افسردگی مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج نشان داد که بین خود شفقتی و اضطراب و افسردگی و نشخوار به‌عنوان یک میانجی قابل توجه، رابطه وجود دارد؛ بنابراین نتایج این پژوهش با پژوهش حاضر مبنی بر اینکه نشخوار فکری با اضطراب رابطه مثبت معنادار وجود دارد، همخوانی دارد.

کلارک ولز (۱۹۹۵) و همبرگ (۱۹۹۷) شواهد تجربی بسیاری حاکی از عوارض جانبی نشخوار فکری در خلق‌وخوی افراد افسرده و شناخت آن‌ها وجود دارد. در مقابل، مدل‌های برجسته هراس اجتماعی کلارک ولز (۱۹۹۵) همبرگ (۱۹۹۷) نشخوار را به‌عنوان یک عامل کلیدی در حفظ اثرات اضطراب اجتماعی به‌صورت گسترده پیشنهاد کرده‌اند.

در پژوهشی، با هدف بررسی تأثیر نشخوار در برابر حواس پرتی ناشی از اضطراب و هراس

منابع

روانشناسی تهران. شماره ۳۶ و ۳۵، ص ۱۶۴-۱۵۳.

ساروفینو، ادوارد. (۲۰۰۲). روانشناسی سلامت. ترجمه میرزای (۱۳۹۱). تهران انتشارات رشد.

کهنکی، فاطمه. (۱۳۸۴). بررسی رابطه سازگاری زناشویی و بهزیستی روان‌شناختی در بین دانشجویان متأهل دانشگاه الزهرا (س). پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی

عسگری. پرویز و صفرزاده. سحر. (۱۳۸۶). رابطه نگرش مذهبی، بهزیستی روان‌شناختی و افسردگی با عملکرد تحصیلی دانشجویان. فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، سال چهاردهم، شماره ۵۱.

آقاییوسفی، علیرضا (۱۳۸۸). افکار خودکار و بهزیستی روانی در جانبازان قم، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور قم مجله سلامت روانی. صفحات ۱۸۳-۱۸۹.

باقری نژاد، مینا؛ صالحی فدردی، جواد؛ و طباطبایی، محمود. (۱۳۸۹). نشخوار فکری در چارچوب نظریه سبک‌های پاسخ و پیامدهای آن برای خلق غمگین و اختلال افسردگی. مجله مطالعات تربیتی و روانشناسی، ۱۱(۱)، ۳۸-۲۱.

بیانی، علی‌اصغر؛ گودرزی، حسینی و کوچکی، عاشورا (۱۳۸۷). رابطه ابعاد بهزیستی روان‌شناختی و سلامت عمومی. در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد دانش و پژوهش در

References

Diner, E., Oishi, S. & Lucasc, R.E., (2003). "Personality culture and subjective well-being: Emotional and cognitive-Evaluations of life". annual Review of psychology, 54-403-425.

Junwen, C., Ronald, M., Rapeeb. & Maree J. "Abbottc , Mediators of the relationship between social anxiety and post-event rumination". Journal of Anxiety Disorders (2013) 27(5) 480-486.

Keisuke, T. & Yoshihiko, T. (2009). "Self-rumination, self-reflection, and depression: Self-rumination counteracts the adaptive effect of self-reflection". J Behaviour Research and Therapy 47 260-264.

Keunyoung, Y., Keun, H.K., Shin, Y.S. & Kang, S.L. (2010). "Intolerance of uncertainty, worry, and rumination in

major depressive disorder and generalized anxiety disorder". journal of Anxiety Disorders. 6, 623-628.

Nolen-Hoeksema, S. & Jackson, B. (2007). "Mediators of the gender difference in Nolen-Hoeksema, s., Morrow, J. (1991)". A prosoective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1999 loma prieta earthquake. Joarnal of personality and social psyohology, 61,115-121.

Nolen-Hoeksema, S. (2003). "Responsesto depression and their effects on the duration of depressive episodes". Journal of abnormal psychology 100(4) 569-582.

Nolen-Hoeksema, S., Wisco, E.B., & Lyubomirsky, S. (2008). "Rethinking rumination. J Perspectives on Psychological Science". 2008; 3(5): 400-24.

- Papageorgiou, C. & Wells, A. (2004). "Depressive rumination: nature, theory, and treatment". New York: John Wiley & Sons; 78(3). 687-699.
- Quincy, J. J. & Wong, Michelle, L. (2009). "Moulds , Impact of rumination versus distraction on anxiety and maladaptive self-beliefs in socially anxious individuals". J Behaviour Research and Therapy 47 861-867.
- Roini, C., Ottolini, F., Raffanelli, C., Tossani, E., Ryff, C.D. & Fave, A. G. (2003). "The relationship of psychological well-being distress and personality". Psychotherapy psychosomatics. 72, 268-375.
- Ryff, C.D. & Keyes, C.L. (1995). "The structure of psychological wellbeing revisited". Journal of personality and social psychology. 69(14)719-727.