

## رابطه نشخوار فکری با کیفیت زندگی زنان مبتلا به وسواس در استان کردستان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۳/۰۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۰۸

کد مقاله: ۷۸۴۹۶

ابوالقاسم عیسی مراد<sup>۱</sup>، ناهید خداداد محمودی<sup>۲\*</sup>

### چکیده

زمینه و هدف: نشخوار فکری گرایش به فکر کردن و تجزیه و تحلیل ناکارآمد مسائل اضطراب‌آور و پریشان‌ساز (مانند مشکلات روزمره، تجارب تلخ، موقعیت‌های استرس‌زا و تروماتیک، نگرانی درباره آینده و...) بدون تلاش برای حل مسئله است. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه نشخوار فکری با کیفیت زندگی زنان مبتلا به وسواس به پژوهش حاضر پرداخته است.

روش پژوهش: پژوهش از نوع همبستگی و علی - مقایسه ای است و از لحاظ هدف، از پژوهش های کاربردی می باشد و از نظر ماهیت کمی است. جامعه آماری این تحقیق شامل ۱۰۰ نفر از زنان مبتلا به وسواس است که توسط مشاور و متخصص اعصاب و روان در شهرهای استان کردستان شناسایی شدند. آزمون ضریب همبستگی و شاخص رگرسیون با نرم افزار (اس پی اس اس ۲۵) وبا استفاده از جدول های فراوانی و نمودارهای ستونی وضعیت شاخص های دموگرافیک و فرضیه های تحقیق ارائه شده است.

یافته ها: یافته ها نشان می دهد که با ارتقاء یک واحد نشخوار فکری به مقدار ۰/۴۵۰ متغیر کیفیت زندگی زنان ۱/۹۷۱ کاهش پیدا خواهد کرد. رابطه بین این دو متغیر معکوس و معنادار می باشد. بنابراین با افزایش نشخوار فکری ، کیفیت زندگی زنان کاهش می یابد.

بحث و نتیجه گیری: نتایج پژوهش بیانگر این است که با استفاده از راهبردهای درمانی در قالب برنامه های روان درمانی مبتنی بر اصلاح نگرش های ناکارآمد و آموزش شیوه های صحیح کنترل فکر و شیوه های حل مسئله می توان به کاهش نشخوار فکری و افزایش کیفیت زندگی مبتلایان کمک کرد.

واژگان کلیدی: نشخوار فکری ، کیفیت زندگی زنان، کردستان

۱- دکتری تخصصی روانشناسی، دانشیار گروه روان شناسی بالینی، دانشگاه علامه طباطبایی  
۲- کارشناسی ارشد، روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان. (نویسنده مسئول)