

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

1

کلیه حقوق مادی مترتب بر نتایج مطالعات، ابتکارات و

نوآوری های ناشی از موضوع این پایان نامه

متعلق به دانشگاه رازی است.



دانشگاه رازی
دانشکده علوم اجتماعی
گروه روان شناسی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته‌ی روان شناسی گرایش

عمومی

عنوان:

مقایسه‌ی نشخوار فکری و مکانیسم‌های دفاعی در افراد مبتلا به اختلال افسردگی

اساسی و وسواسی – جبری با افراد غیر مبتلا

استاد راهنما:

دکتر خدامراد مؤمنی

استاد مشاور:

دکتر جهانگیر کرمی

نگارش:

آذر سراج خرمی

مهر ۱۳۹۲



دانشکده علوم اجتماعی
گروه روان شناسی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته روان شناسی گرایش عمومی

نام دانشجو: آذر سراج خرمی

تحت عنوان

مقایسه‌ی نشخوار فکری و مکانیسم‌های دفاعی در افراد مبتلا به اختلال افسردگی

اساسی و وسواسی - جبری با افراد غیر مبتلا

در تاریخ	توسط هیأت داوران زیر بررسی و با درجه	به تصویب نهایی رسید.
۱- استاد راهنمای پایان نامه	دکتر خدامراد مؤمنی	با مرتبه علمی دانشیار
۲-استاد مشاور پایان نامه	دکتر جهانگیر کرمی	با مرتبه علمی دانشیار
۳-استاد داور داخل گروه	دکتر کامران یزدانبخش	با مرتبه علمی استادیار
۵-استاد داور خارج از گروه	دکتر فرهاد هژیر	با مرتبه علمی استادیار

تقدیم به:

ماحصل آموخته‌هایم را تقدیم می‌کنم به آنان که مهر آسمانی‌شان آرام‌بخش آلام زمینی‌ام است...

به استوارترین تکیه‌گاه‌ام، پدر بی‌نظیرم

به آبی‌ترین نگاه زندگی‌ام، مادر عزیزتر از جانم

رهاوردی گران‌سنگ‌تر از این ارزان نداشتم تا به خاک پایتان نثار کنم، باشد که حاصل تلاشم،

نسیم‌گونه غبار خستگی‌تان را بزدايد!

سپاس و قدردانی

سپاس خدای را که هرچه دارم از اوست.

به امید آنکه توفیق یابم جز خدمت به خلق او نکوشم.

با تشکر از خواهر و برادر م علی و آذین نازنین، قلبم لبریز از عشق به شماست و خوشبختی تان منتهای آرزویم.

سپاس می گویم همه ی کسانی را که لحظه ای بعد انسانی و وجدانی خود را فراموش نمی کنند و بر آستان گران سنگ انسانیت سر فرود می آورند و انسان را با همه ی تفاوت هایش ارج می نهند.

از استاد گرامی، جناب آقای دکتر مؤمنی بسیار سپاسگزارم، چرا که بدون راهنمایی های ایشان تأمین این پایان نامه بسیار مشکل می نمود.

از استاد مشاور عزیزم، جناب آقای دکتر کرمی، جهت همکاری های بی دریغشان در پیشبرد این پایان نامه نهایت سپاس را دارم.

هم چنین، از عموی عزیزم دکتر ناصر سراج خرمی، دکتر سخاوت، دکتر پیروزمند، دکتر آذریبگ، آقایان مجذوبی، زکی یی، علیخانی، کارمندان بخش اعصاب و روان بیمارستان گنجویان دزفول، فرهنگیان شهرستان دزفول و کلیه ی دوستانی که به نوعی مرا در انجام رساندن این مهم یاری رساندند، کمال تشکر را دارم.

چکیده

هدف این پژوهش، مقایسه‌ی نشخوار فکری و مکانیسم‌های دفاعی در افراد مبتلا به اختلال افسردگی اساسی و وسواسی-جبری با افراد غیرمبتلا است. جامعه‌ی آماری این پژوهش توصیفی از نوع پس رویدادی را افراد ساکن در شهر دزفول که بر اساس ملاک‌های تشخیصی DSM IV-TR و مصاحبه‌های تشخیصی ساخت‌یافته از جمله SID، توسط روانپزشکان واجد ملاک‌های تشخیصی اختلال افسردگی اساسی و وسواسی-جبری بودند و همچنین کلیه‌ی فرهنگیان ساکن در این شهر به عنوان گروه مقایسه تشکیل دادند. حجم نمونه شامل ۳۰ نفر افسرده بالینی، ۳۰ نفر وسواسی بالینی، و همچنین ۶۰ نفر افراد غیرمبتلا بودند که نمونه‌ی بالینی با روش نمونه‌گیری هدفمند و نمونه‌ی غیرمبتلا به صورت هدفمند و با روش غربالگری با استفاده از پرسشنامه MMPI، انتخاب شدند. ابزارهای به‌کارگرفته‌شده شامل پرسشنامه‌ی نشخوار فکری (RQ)، پرسشنامه‌ی مکانیسم‌های دفاعی (DSQ40) و پرسشنامه‌ی ۷۱ سؤال MMPI بود. جهت تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس چندمتغیره استفاده شد. نتایج پژوهش حاکی از آن بود که میزان استفاده از نشخوارفکری در گروه افسرده و وسواس، بیشتر از گروه غیرمبتلا بود. میزان استفاده از سبک دفاعی رشدنیافته در گروه مبتلا بیشتر از گروه غیرمبتلا و میزان استفاده از سبک روان‌آزرده نیز در مبتلایان به افسردگی بیشتر از گروه وسواس و غیرمبتلا بود؛ علاوه بر آن مشخص گردید که بین گروه‌ها در استفاده از برخی از مکانیسم‌های دفاعی تفاوت معناداری وجود دارد. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که نشخوارفکری و مکانیسم‌های دفاعی می‌توانند پیش‌بینی‌کننده‌ی اختلال‌های خلقی و اضطرابی باشند. تلاش در راستای کاهش بکارگیری نشخوار فکری و سبک‌های رشدنیافته و روان‌آزرده می‌تواند گامی مهم جهت ارتقای سلامت روانی بیماران باشد.

کلید واژه‌ها: نشخوار فکری، مکانیسم‌های دفاعی، اختلال افسردگی اساسی، اختلال وسواسی-جبری

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول: مقدمه
۲-۱-۱	بیان مسأله.....
۵-۲-۱	اهمیت و ضرورت پژوهش.....
۶-۳-۱	اهداف.....
۶-۴-۱	فرضیه‌های پژوهش.....
۶-۵-۱	سوال‌های پژوهش.....
۶-۶-۱	تعاریف متغیرها.....
۶-۶-۱-۱	تعاریف مفهومی متغیرها.....
۸-۶-۱-۲	تعاریف عملیاتی متغیرها.....
	فصل دوم: ادبیات و پیشینه پژوهش
۱۰-۱-۲	تعریف نابهنجاری.....
۱۰-۲-۲	افسردگی.....
۱۲-۲-۲-۱	تاریخچه.....
۱۳-۲-۲-۲	تعاریف افسردگی اساسی.....
۱۴-۲-۲-۳	دوره‌های افسردگی.....
۱۶-۲-۲-۴	نظریه‌های افسردگی اساسی.....
۱۶-۲-۲-۴-۱	نظریه زیستی.....
۱۹-۲-۲-۴-۲	نظریه روان‌پوشی.....
۲۱-۲-۲-۴-۳	نظریه‌های شناختی.....
۲۲-۲-۲-۴-۳-۱	نظریه شناختی بک در مورد افسردگی.....
۲۲-۲-۲-۴-۳-۲	نظریه درماندگی آموخته شده افسردگی.....
۲۳-۲-۲-۴-۴	نظریه فراشناختی افسردگی.....
۲۶-۲-۳-۲	اختلال‌های اضطرابی.....
۲۷-۲-۴-۲	اضطراب و اختلال وسواس فکری و عملی.....
۲۷-۲-۴-۱	تعاریف اختلال وسواسی - جبری.....
۲۹-۲-۴-۲	بیماری‌های هم‌زمان.....
۳۰-۲-۴-۳	همه‌گیرشناسی.....
۳۱-۲-۴-۴	نظریه‌های وسواس.....
۳۱-۲-۴-۴-۱	نظریه زیستی.....
۳۲-۲-۴-۴-۲	نظریه روان‌کاوی.....
۳۳-۲-۴-۴-۳	نظریه رفتاری.....
۳۴-۲-۴-۴-۴	نظریه‌های شناختی - رفتاری معاصر.....

- ۳۶.....۱-۴-۴-۴-۲- الگوی مسئولیت‌پذیری افراطی سالکوسکیس.....
- ۳۷.....۲-۴-۴-۴-۲- نظریه سوءتعبیر اهمیت راجمن.....
- ۳۹.....۵-۴-۴-۲- نظریه فراشناختی ولز.....
- ۴۰.....۵-۲- نشخوار فکری.....
- ۴۰.....۱-۵-۲- تعاریف.....
- ۴۲.....۲-۵-۲- اثرات نشخوار فکری بر سلامت روان.....
- ۴۴.....۳-۵-۲- منابع تفاوت فردی در نشخوار فکری.....
- ۴۶.....۴-۵-۲- پیش‌آیندهای رشدی نشخوار فکری.....
- ۴۷.....۵-۵-۲- نظریه‌های نشخوار فکری.....
- ۴۸.....۱-۵-۵-۲- نظریه سبک‌های پاسخ.....
- ۴۹.....۲-۵-۵-۲- نظریه فراشناخت نشخوار فکری و مدل عملکرد اجرایی خودنظمی.....
- ۵۰.....۱-۲-۵-۵-۲- فراشناخت و نشخوار فکری در اختلال‌های هیجانی.....
- ۵۰.....۳-۵-۵-۲- نظریه نشخوار فکری به عنوان عملکرد پیشبرد هدف و عملکرد نیمکره‌های مغزی.....
- ۵۱.....۶-۵-۲- نشخوار فکری در بیماران بالینی.....
- ۵۲.....۱-۶-۵-۲- نشخوار فکری نرمال در مقابل نشخوار فکری غیرنرمال.....
- ۵۳.....۲-۶-۵-۲- نشخوار فکری در اختلال‌های متفاوت.....
- ۵۴.....۶-۲- مکانیسم‌های دفاعی.....
- ۵۴.....۱-۶-۲- تعاریف.....
- ۵۴.....۲-۶-۲- منشأ و هدف مکانیسم‌های دفاعی من از نظر فروید.....
- ۵۷.....۳-۶-۲- پیدایش و منشأ دفاع‌های درونی.....
- ۵۸.....۴-۶-۲- ویژگی‌های دفاعی درونی.....
- ۶۱.....۵-۶-۲- انواع مکانیسم‌های دفاعی.....
- ۶۷.....۶-۶-۲- نظریه‌ها و طبقه‌بندی‌های مختلف مکانیسم‌های دفاعی.....
- ۶۹.....۷-۲- پیشینه پژوهش‌های انجام شده.....

فصل سوم: روش پژوهش

- ۸۰.....۱-۲- روش پژوهش.....
- ۸۰.....۲-۲- جامعه‌ی آماری.....
- ۸۰.....۳-۲- نمونه و روش نمونه‌گیری.....
- ۸۱.....۴-۲- ابزار پژوهش.....
- ۸۱.....۱-۴-۳- تشخیص بالینی.....
- ۸۱.....۲-۴-۳- فرم مشخصات جمعیت شناختی.....
- ۸۱.....۳-۴-۳- پرسشنامه نشخوار فکری.....
- ۸۲.....۴-۴-۳- پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ-40).....
- ۸۳.....۵-۴-۳- پرسشنامه شخصیتی چند وجهی مینه سوتا.....
- ۸۴.....۵-۳- روش تجزیه و تحلیل اطلاعات.....

فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده‌ها

۸۵.....۱-۴- یافته‌های توصیفی.....

۸۹.....۲-۴- یافته‌های استنباطی.....

فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری

۱۰۳.....۱-۵- تحلیل یافته‌های مرتبط با فرضیه‌های پژوهش.....

۱۰۸.....۲-۵- محدودیت‌های پژوهش.....

۱۰۹.....۳-۵- پیشنهادها.....

۱۰۹.....۱-۳-۵- پیشنهادهای پژوهشی.....

۱۰۹.....۱-۳-۵- پیشنهادهای کاربردی.....

۱۱۱.....پیوست.....

۱۲۱.....منابع.....

فهرست شکل‌ها

عنوان	صفحه
شکل ۱-۲- مدل فراشناختی افسردگی.....	۲۴
شکل ۲-۲- الگوی اصلی نظریه‌های ارزیابی شناختی - رفتاری وسواس.....	۳۵
شکل ۳-۲- مدل شناختی اختلال وسواسی- جبری سالکوسکیس.....	۳۷
شکل ۴-۲- مدل فراشناختی اختلال وسواسی- اجباری.....	۴۰
شکل ۵-۲- مدل S- REF برای افسردگی و نشخوار فکری.....	۵۰

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۸۵.....	جدول ۴-۱- توزیع فراوانی گروه‌ها بر حسب جنسیت.....
۸۶.....	جدول ۴-۲- وضعیت تحصیلی گروه‌های مورد بررسی.....
۸۶.....	جدول ۴-۳- توزیع فراوانی گروه‌ها بر حسب وضعیت تاهل.....
۸۶.....	جدول ۴-۴- وضعیت سنی گروه‌های مورد بررسی.....
۸۷.....	جدول ۴-۵- میانگین و انحراف استاندارد خرده مقیاس‌های نشخوار فکری در گروه‌ها.....
۸۷.....	جدول ۴-۶- میانگین و انحراف معیار نشخوار فکری در گروه‌ها.....
۸۸.....	جدول ۴-۷- میانگین و انحراف معیار مکانیسم‌های دفاعی در گروه‌ها.....
۸۹.....	جدول ۴-۸- میانگین و انحراف استاندارد سبک‌های دفاعی در گروه‌ها.....
۸۹.....	جدول ۴-۹- نتایج آزمون لون برای بررسی برابری واریانس‌های نمرات خرده مقیاس‌های نشخوار فکری.....
۹۰.....	جدول ۴-۱۰- نتایج تحلیل واریانس درون گروهی چند راهه برای بررسی تفاوت میانگین‌های خرده مقیاس‌های نشخوار فکری.....
۹۰.....	جدول ۴-۱۱- آزمون تحلیل واریانس بین گروهی برای بررسی تفاوت میانگین‌های خرده مقیاس‌های نشخوار فکری در سه گروه.....
۹۱.....	جدول ۴-۱۲- نتایج آزمون شفه برای تشخیص تفاوت میزان خرده مقیاس‌های نشخوار فکری در گروه‌ها.....
۹۲.....	جدول ۴-۱۳- نتایج تحلیل واریانس یک راهه برای مقایسه میانگین‌های نشخوار فکری در سه گروه.....
۹۲.....	جدول ۴-۱۴- نتایج آزمون شفه برای تشخیص تفاوت میزان نشخوار فکری در گروه‌ها.....
۹۳.....	جدول ۴-۱۵- نتایج آزمون لون برای بررسی برابری واریانس‌های نمرات مکانیسم‌های دفاعی.....
۹۴.....	جدول ۴-۱۶- نتایج تحلیل واریانس درون گروهی چند راهه برای بررسی تفاوت میانگین‌های مکانیسم‌های دفاعی.....
۹۵.....	جدول ۴-۱۷- آزمون تحلیل واریانس بین گروهی برای بررسی تفاوت میانگین‌های مکانیسم‌های دفاعی در سه گروه.....
۹۶.....	جدول ۴-۱۸- نتایج آزمون شفه برای تشخیص تفاوت میزان مکانیسم‌های دفاعی در گروه‌ها.....
۹۸.....	جدول ۴-۱۹- نتایج تحلیل واریانس درون گروهی چند راهه برای بررسی تفاوت میانگین‌های مکانیسم‌های دفاعی و نشخوار فکری.....
۹۹.....	جدول ۴-۲۰- نوع مکانیسم دفاعی استفاده شده در گروه‌ها و بررسی با استفاده از آزمون خی دو.....
۱۰۰.....	جدول ۴-۲۱- نتایج تحلیل واریانس چند راهه برای بررسی تفاوت میانگین‌های سبک‌های دفاعی در گروه‌ها.....
۱۰۰.....	جدول ۴-۲۲- آزمون تحلیل واریانس بین گروهی برای بررسی تفاوت میانگین‌های سبک‌های دفاعی در گروه‌ها.....
۱۰۱.....	جدول ۴-۲۳- نتایج آزمون شفه برای تشخیص تفاوت سبک‌های دفاعی در گروه‌ها.....
۱۰۱.....	جدول ۴-۲۴- ضریب همبستگی بین نشخوار فکری و مکانیسم دفاعی.....

فصل اول

مقدمه

۱-۱- بیان مسأله

اختلال افسردگی اساسی^۱ و وسواسی-جبری^۲ دو اختلال روانی به شمار می‌روند که عوامل مؤثر بر بروز و تداوم آنها به‌خوبی شناخته نشده‌اند (اریکسون، فلدمن و اشناینر^۳، ۱۹۹۶). این اختلال‌ها با علائمی که به همراه دارند، مشکل قابل ملاحظه‌ای در روند معمولی و طبیعی زندگی، کارکرد شغلی، فعالیت‌های معمول اجتماعی یا روابط فرد ایجاد می‌کنند (سادوک، کاپلان^۴، ۲۰۰۷).

عوامل مختلفی در بروز اختلال‌های خلقی و اضطرابی تأثیر دارند که یکی از مهمترین این عوامل، نشخوار فکری^۵ است. این نوع تفکر در برخی اختلال‌های هیجانی نظیر افسردگی، وسواس فکری-عملی، اضطراب فراگیر^۶ و اختلال استرس پس از سانحه^۷ مشاهده می‌شود (پاپا جورجیا و ولز^۸، ۲۰۰۷). مدل‌ها و تعریف‌های زیادی از نشخوار فکری ارائه شده است که نیرومندترین نظریه در این مورد نظریه سبک‌های پاسخ نالن-هاک سما^۹ است (اسمیت و الوی^{۱۰}، ۲۰۰۹). در این نظریه نشخوار فکری به عنوان تفکر تکرار شونده درباره علائم افسردگی، علل احتمالی و پیامدهای این علائم تعریف شده است (موریس^{۱۱} و همکاران، ۲۰۰۹) که شدت و سیر افسردگی، پیامد نوع ارزیابی فرد از علائم افسردگی خود است؛ علاوه بر این، نشخوار فکری، افسردگی را به واسطه تفکر منفی، حل مسأله ناکارآمد، تداخل با رفتار هدفمند و کاهش حمایت اجتماعی تشدید و تداوم می‌بخشد (نالن هاک سما، ۲۰۰۸). نشخوار فکری در بیماری وسواس، شامل افکاری هستند که به‌طور پایان‌ناپذیر مرور می‌شوند و به ناامیدی درباره آینده و ارزیابی‌های منفی درباره خود منجر می‌شود (کلارک^{۱۲}، ۲۰۰۴). نشخوار فکری زیربنای شناختی بیماران افسرده و وسواسی-جبری را

¹. major depression disorder
².obsessive- compulsive disorder
³.Erickson&Feldman&Steiner
⁴.Sadock & Kaplan
⁵.thinking rumination
⁶.general anxiety disorder
⁷.post traumatic stress disorder
⁸.Papageorgiou&Welz
⁹.Nolen Hoeksema
¹⁰.Smith&Alloy
¹¹Muris
¹²Clark

دچار ناهنجاری می‌کند و با ناسازگاری ضعیف روان‌شناختی و افزایش احساسات منفی مانند خشم و فشار روانی رابطه دارد (ونزولف و ونر^۱، ۲۰۰۰).

یکی دیگر از مهم‌ترین مفاهیمی که در نظام روان‌تحلیل‌گری جهت تبیین عملکرد دفاعی دستگاه روانی در برابر اضطراب و تنیدگی معرفی شده است، مکانیسم‌های دفاعی^۲ می‌باشد که فروید^۳ آنها را راهکارهای ناهشیار من^۴ جهت کنترل غرایز و تکانه‌ها تعریف کرد (آفر^۵ و همکاران، ۲۰۰۰).

بنا به تعریف آنها فروید^۶ مکانیسم‌های دفاعی راه‌ها و شیوه‌هایی هستند که من با کمک آنها اضطراب و رنجش را پس زده و رفتار تکانشی و غریزی را کنترل می‌کند؛ او همچنین علائم روان‌آزرده را پیامد استفاده‌ی مستمر و عادت‌ی از شکل خاصی از دفاع می‌داند (آنا فروید، ۱۹۶۴؛ به نقل از محمدپور یزدی و بیرشک، ۱۳۸۸)؛ به این ترتیب، مکانیسم‌های دفاعی برای مهار اضطراب تشکیل شده و اضطراب به منزله‌ی هشدار برای من است تا مکانیسم‌های دفاعی را به خدمت بگیرد (آرلو^۷، ۲۰۰۰ به نقل از کروسینی^۸، ۲۰۰۰). مکانیسم‌های دفاعی در DSM-IV-TR به عنوان فرایندهای روان‌شناختی خودکار که افراد را در مقابل اضطراب و آگاهی از استرس‌زاهای درونی و بیرونی حفظ می‌کنند، تعریف می‌شود. این مکانیسم‌ها واسطه بین واکنش فرد به تعارض‌های هیجانی و عوامل تنش‌زای درونی و بیرونی هستند (انجمن روانپزشکی آمریکا^۹، ۲۰۰۰). مکانیسم‌های دفاعی به دلیل اهمیت ویژه‌ای که در مفهوم‌پردازی اختلال‌های روانی و درمان آنها از دیدگاه روانپوشی دارند، مورد توجه بالینی و پژوهشی خاصی قرار گرفته‌اند (کرامر^{۱۰}، ۲۰۰۰).

با توجه به اینکه نشخوار فکری به عنوان مهم‌ترین مؤلفه‌ی افسردگی شناخته شده است (چنگ^{۱۱}، ۲۰۰۴) و از طرف دیگر با توجه به اینکه هر اختلال روانی با مکانیسم‌های دفاعی خاصی مشخص می‌شود (باند و پری^{۱۲}، ۲۰۰۴)، لذا استفاده بیش از حد از نشخوار فکری و دفاع‌ها ممکن است مشخصه‌ی تعداد زیادی از بیماری‌های روانی باشد و مدیریت آنها ممکن است نقشی ویژه در درمان‌های حمایت‌کننده داشته باشد.

¹.Wenzolf&Vener

².defence mechanisms

³.Freud

⁴.Ego

⁵.Offer

⁶.Anna Freud

⁷.Arlo

⁸.Corsini

⁹.american Psychiatric Association

¹⁰.Cramer

¹¹.Chang

¹².Bond&Perry

با توجه به مطالب ذکر شده و همچنین به دلیل شیوع بالای اختلال‌های خلقی و اضطرابی و تأثیری که این اختلال‌ها بر عملکرد افراد دارند و همچنین به علت اندک بودن مطالعات جهت شناسایی عوامل روانشناختی دخیل در شروع و تداوم هریک از اختلال‌های مذکور و یافته‌های متفاوت و متناقض بدست آمده و با توجه به اینکه تاکنون در هیچ پژوهشی به بررسی رابطه‌ی بین نشخوار فکری و مکانیسم‌های دفاعی پرداخته نشده است، مسأله‌ی اصلی پژوهش حاضر این است که آیا نشخوار فکری و مکانیسم‌های دفاعی در افراد مبتلا به اختلال افسردگی اساسی، وسواسی-جبری و افراد بهنجار با یکدیگر تفاوت دارند؟ این پژوهش درصدد آن است که علاوه بر مقایسه‌ی این گروه‌ها، با شناسایی میزان بکارگیری نشخوار فکری و تعیین مکانیسم‌هایی که افراد افسرده و وسواسی بکار می‌برند، گامی مقدماتی در فرایند طرح‌ریزی چارچوب درمان برای بیماران برداشته شود. هم‌چنین هدف دیگر انجام این پژوهش، تعیین سهم هریک از متغیرهای مذکور در بروز و تداوم افسردگی و وسواس است.

۱-۲- اهمیت و ضرورت پژوهش

تحقیقات انجام شده پیرامون نشخوارفکری نشان می‌دهد که این سازه از طریق طولانی کردن و شدت بخشیدن به خلق افسرده مستقیماً منجر به رشد افسردگی می‌شود (نالن - هاک سما، ۱۹۹۳). این سازه شناختی سهم بسزایی در تشدید و تداوم اختلال‌های خلقی و اضطرابی بر عهده داشته و این موضوع نشان‌دهنده اهمیت آن در فرایند درمان می‌باشد. نتایج پژوهش باقری‌نژاد، صالحی و طباطبایی (۱۳۸۸)، نشان داد که نشخوارفکری می‌تواند میزان افسردگی را حتی پس از کنترل میزان اضطراب پیش‌بینی‌کنند که این یافته با توجه به نقش نشخوارفکری در اضطراب و علائم مختلط اضطراب-افسردگی، حایز اهمیت است.

یکی از مهم‌ترین مشکلاتی که نشخوار فکری برای افراد ایجاد می‌نماید، جداسازی آنها از واقعیت و فاصله گرفتن از اینجا و اکنون^۱ می‌باشد که روی پردازش آنها تأثیر منفی بجا می‌گذارد؛ شناسایی این سازه و کمک به بیماران در پیدا کردن بینش نسبت به اینکه به جای گذشته در حال و اینجا زندگی کنند، فرایند واقعیت‌سنجی و درک کامل‌تر از وضعیت فعلی خود و اطرافیانش را تسریع می‌بخشد.

اولسون و وان^۲ (۲۰۰۷) نیز در پژوهشی نشان دادند که ارتباط و تداعی بین نشخوار و علائم افسردگی توسط سبک دفاعی نارس اداره می‌شود؛ در زمینه مکانیسم‌های دفاعی باید گفته شود که گرچه تدابیری ناهشیار جهت کنترل اضطراب می‌باشند، اما به واسطه ماهیت خودفریبی^۳ که دارند، بعضاً مکانیسم‌های ناپخته‌ای می‌باشند که عملاً با رفتار سازگارانه ناهماهنگی دارند و این در رفتار و سلوک افراد مبتلا به اختلال‌های خلقی و اضطرابی منعکس می‌گردد. شناخت این موارد و تبیین مناسب آنها دستاویزی را برای درمانگران فراهم می‌آورد تا ضمن شناسایی این مکانیسم‌های خودفریبانه و ناهشیار، به آنها یاری رسانند که از مکانیسم‌های سازگارانه مقابله همانند مقابله مسئله‌مدار^۴ و در کنار آن مقابله هیجان‌مدار^۵ بهره گرفته شود. توجه به تمام عوامل ذکر شده، اهمیت پرداختن به این موضوع را بیش از پیش روشن می‌کند، به-ویژه اینکه پژوهش‌های انجام شده در این حوزه و خصوصاً در ارتباط بین نشخوارفکری و مکانیسم‌های دفاعی در کشور محدود می‌باشد؛ این پژوهش با این هدف صورت پذیرفته است که نتیجه‌ای که از آن

¹.here and now

².Olson&Kwon

³.self deception

⁴.problem-centered coping

⁵.emotion-centered coping

بدست می‌آید، بر گستره علم روان‌شناسی افزوده و به متخصصان بالینی در امر شناخت، تشخیص و درک بهتر اختلال‌های خلقی و اضطرابی یاری رساند.

۱-۳- اهداف پژوهش

کمک به بیماران مبتلا به اختلال افسردگی اساسی و وسواسی-جبری برای شناخت بیشتر و بهتر نشخوار فکری و سازوکارهای دفاعی آنها در جهت ارائه‌ی راهکارها برای ارتقای سلامت روانی بیماران.

۱-۴- فرضیه‌های پژوهش

۱- میزان مؤلفه‌های نشخوار فکری در افراد مبتلا به اختلال افسردگی اساسی و وسواسی-جبری بیشتر از افراد غیرمبتلا است.

۲- نوع مکانیسم‌های دفاعی بکار برده شده در افراد مبتلا به اختلال افسردگی اساسی، وسواسی-جبری و افراد غیرمبتلا با یکدیگر متفاوت است.

۳- بیماران مبتلا به افسردگی، نشخوار فکری بیشتری نسبت به بیماران مبتلا به وسواسی-جبری دارند.

۱-۵- سؤالات پژوهش

آیا بین میزان استفاده از مؤلفه‌های نشخوار فکری و مکانیسم‌های دفاعی در افراد مبتلا به اختلال افسردگی اساسی و وسواسی-جبری، رابطه‌ی مثبتی وجود دارد؟

۱-۶- تعاریف متغیرها

۱-۶-۱- تعاریف مفهومی

اختلال افسردگی اساسی: طبق متن بازبینی شده چاپ چهارم راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (DSMIV- TR)، اختلال افسردگی اساسی، به طور کلی شامل خلق افسرده، از دست دادن علاقه، اضطراب، اختلال خواب، از دست دادن اشتها، فقدان انرژی و افکار مربوط به خودکشی است. گریه-کردن و کندی در عمل و گفتار ممکن است وجود داشته باشد و بعضی از مواقع گوشه‌گیری افراطی آشکار

است؛ لاقلاً چهار مورد از این علائم باید حداقل برای مدت دو هفته ادامه داشته باشد و بدون سابقه‌ای از دوره‌های مانیا، مختلط یا هیپومانیا رخ دهد (پاول و لندزی^۱، ۲۰۰۰).

اختلال وسواسی - جبری: خصیصه‌ی اصلی اختلال وسواسی - جبری، وجود وسواس‌های فکری یا عملی مکرر و چنان شدید است که رنج و عذاب قابل ملاحظه‌ای را برای فرد به بار می‌آورند. این وسواس‌های فکری یا عملی سبب اتلاف وقت می‌شوند و اختلال قابل ملاحظه‌ای در روند معمولی و طبیعی زندگی، کارکرد شغلی، فعالیت‌های معمول اجتماعی یا روابط فرد ایجاد می‌کنند. بیمار مبتلا به اختلال وسواسی - جبری ممکن است فقط وسواس فکری، فقط وسواس عملی و یا هر دو را با هم داشته باشد (سادوک - کاپلان، ۲۰۰۷).

نشخوار فکری: نشخوار فکری واژه‌ای عمومی است که به چندین نوع تفکر اشاره می‌کند ولی غالباً به عنوان افکار سمج، چرخان و افسرده کننده که پاسخی به خلق پایین است، شناخته می‌شود و نقشی اساسی در اختلال دیس فوریا^۲ و افسردگی اساسی دارد (رپری^۳، ۱۹۹۷). بر اساس نظریه‌ی نالن - هاک سما، نشخوار فکری به عنوان تفکر تکرار شونده درباره علائم افسردگی، علل احتمالی و پیامدهای این علائم تعریف شده است که شدت و سیر افسردگی، پیامد نوع ارزیابی فرد از علائم افسردگی خود است؛ علاوه بر این، نشخوار فکری، افسردگی را به واسطه تفکر منفی، حل مسأله ناکارآمد، تداخل با رفتار هدفمند و کاهش حمایت اجتماعی تشدید و تداوم می‌بخشد (نالن - هاک سما، ۲۰۰۸). بر طبق تعریف‌های ذکر شده، نشخوارهای فکری، افکاری هستند که به حوادث یا ماهیت خلق افسرده مربوطند، هدف‌مدار نبوده و افراد را به طرح و عمل راهنمایی نمی‌کنند و اینکه زمانی که فرد مشغول نشخوار فکری است از لحاظ اجتماعی با محیط همخوانی و مشارکت ندارد (یوسفی، ۱۳۸۶).

مکانیسم دفاعی: مکانیسم‌های دفاعی در DSM-IV به عنوان فرایندهای روانشناختی خودکار که افراد را در مقابل اضطراب و آگاهی از استرس‌زاهای درونی و بیرونی حفظ می‌کنند، تعریف می‌شود (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۰۰). بنا به تعریف آنا فروید مکانیسم‌های دفاعی راه‌ها و شیوه‌هایی هستند که منبأ کمک آنها اضطراب و رنجش را پس زده و رفتار تکانشی و غریزی را کنترل می‌کند (فروید ۱۹۶۴)، به نقل از محمدپور یزدی و بیرشک، ۱۳۸۸).

¹.Powell& Lindsay

².disphoria

³.Reppre

۱-۶-۲- تعاریف عملیاتی

نشخوار فکری: منظور از نشخوار فکری میزان نمره‌ای است که فرد در پرسشنامه‌ی نشخوار فکری یوسفی (۱۳۸۴) بدست می‌آورد.

مکانیسم‌های دفاعی: منظور از مکانیسم‌های دفاعی، میزان نمره‌ای است که فرد در پرسشنامه‌ی مکانیسم‌های دفاعی (DSQ40) اندروز و همکاران (۱۹۹۳) بدست می‌آورد.

اختلال افسردگی اساسی: منظور از افسردگی اساسی، اختلالی است که بر اساس مصاحبه تشخیصی با هریک از مراجعین توسط روانپزشکان و روانشناسان با توجه به ملاک‌های تشخیصی DSMIV-TR و همچنین مصاحبه‌های تشخیصی ساخت‌یافته (مثل SID)، تشخیص داده می‌شود؛ همچنین فرد باید حداقل چهار علامت از فهرستی شامل تغییرات اشتها و وزن، تغییرات خواب و فعالیت، فقدان انرژی، احساس گناه، مشکل در تفکر و تصمیم‌گیری و افکار عودکننده مرگ یا خودکشی را هم داشته باشد. دوره افسردگی اساسی باید حداقل دو هفته طول بکشد و بدون سابقه‌ای از دوره‌های مانیا، مختلط یا هیپومانیا رخ دهد (روزنهان و سلیگمن، ۲۰۰۸).

اختلال وسواسی - جبری: منظور از اختلال وسواسی - جبری، اختلالی است که بر اساس مصاحبه تشخیصی با هریک از مراجعین توسط روانپزشکان و روانشناسان با توجه به ملاک‌های تشخیصی DSMIV-TR و همچنین مصاحبه‌های تشخیصی ساخت‌یافته (مثل SID)، تشخیص داده می‌شود؛ همچنین فرد مبتلا باید دچار وسواس‌های فکری یا عملی مکرر و چنان شدید شدیدی باشد که رنج و عذاب قابل ملاحظه‌ای را برای فرد به‌بار آورده باشند. این وسواس‌های فکری یا عملی سبب اتلاف وقت شده و اختلال قابل ملاحظه‌ای در روند معمولی و طبیعی زندگی، کارکرد شغلی، فعالیت‌های معمول اجتماعی یا روابط فرد ایجاد کنند (سادوک و کاپلان، ۲۰۰۷).