

## Validity and Reliability Assessment of the Persian Version of the Co-Rumination Questionnaire

Tanhaye Reshvanloo, \*F., Torkamani, M., Mirshahi, S., Hajibakloo, N., Kareshki, H.

### Abstract

**Introduction:** Co-rumination refers to excessively frequent discussing personal problems within dyadic relationship. The purpose of present study was to investigate the validity and reliability assessment of the Persian version of the Co-rumination questionnaire.

**Method:** In a correlational design, 167 adults who were referred to health care centers in Mashhad were selected with multistage cluster sampling. Data were collected by a Co-rumination Questionnaire, Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS-21), and Rumination Response Scale (RRS). Exploratory factor analysis, Pearson correlation coefficient and multivariate analysis of variance were used to analyze the data.

**Results:** The results showed that the scale had three factors of rehashing, encouraging problem talk and mulling which explains 66.01% of the variance. Co-rumination had a positive and significant relationship with stress, anxiety, depression and rumination ( $P < 0.01$ ). Age had no significant relationship with Co-rumination. But differences were significant based on gender, and women had higher mean.

**Conclusion:** It seems that the Persian version of the Co-rumination Questionnaire has a proper validity and reliability in common population and can be used in related research.

**Keywords:** co-rumination, ruminative response, depression, validity, reliability.

## اعتباریابی و پایایی نسخه فارسی پرسشنامه

### نشخوار فکری مشترک

فرهاد تنهای رشوانلو<sup>۱</sup>، مرضیه ترکمنی<sup>۲</sup>، سارا میرشاهی<sup>۳</sup>، نفیسه حاجی بکلو<sup>۴</sup>، حسین کارشکی<sup>۵</sup>

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۲/۲۳ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۲۹

### چکیده

**مقدمه:** نشخوار فکری مشترک به گفتگوی مکرر در خصوص مشکلات شخصی در روابط دونفره اشاره دارد. هدف از این پژوهش اعتباریابی و پایایی نسخه فارسی پرسشنامه نشخوار فکری مشترک بود.

**روش:** در یک طرح همبستگی، ۱۶۷ نفر از افراد مراجعه کننده به مراکز بهداشتی شهر مشهد با روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. گردآوری داده‌ها با پرسشنامه نشخوار فکری مشترک، مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (DASS-21) و مقیاس پاسخ نشخواری (RRS) صورت گرفت. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل عاملی اکتشافی، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس چندمتغیره استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که پرسشنامه نشخوار فکری مشترک دارای سه عامل بازسازی، تشویق به گفتگو در مورد مشکل و ژرفاندیشی است که ۶۶/۰۱ درصد واریانس را تبیین می‌کنند. نشخوار فکری مشترک با استرس، اضطراب، افسردگی و پاسخ نشخواری رابطه مثبت و معناداری داشت ( $P < 0.01$ ). سن با نشخوار فکری مشترک رابطه معناداری نداشت، اما بر حسب جنسیت تفاوت‌ها معنادار بود و زنان میانگین بالاتری داشتند.

**نتیجه‌گیری:** به نظر می‌رسد نسخه فارسی پرسشنامه نشخوار فکری مشترک از پایایی و روایی مناسبی در جمعیت عمومی برخوردار بوده و می‌تواند در پژوهش‌های مرتبط مورد استفاده قرار گیرد.

**واژه‌های کلیدی:** نشخوار فکری مشترک، پاسخ نشخواری، افسردگی، روایی، پایایی.

## مقدمه

یکی از عوامل مهم اثرگذار بر شادکامی، سلامت روانی و جسمانی افراد، تعدد و کیفیت روابط دوستانه آنهاست. این روابط زمینه بروز هیجان‌های مثبت و کاهش هیجان‌های منفی را فراهم می‌آورند (۱). در هر رابطه نزدیک، خودافشایی، یا شناساندن افکار و حالات خود به دیگران، یکی از عناصر مهم و کیفیت‌بخش است (۲). خودافشایی منجر به روابط نزدیک با کیفیت و حل مسائل به کمک یکدیگر می‌شود. به نظر می‌رسد این رابطه نزدیک و وابستگی هیجانی می‌تواند به واسطه نشخوارگری مفرط و هم‌نشینی منفی، به مشکلات عاطفی از قبیل افسردگی و اضطراب منتهی شود (۳). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که نشخوارگری با افسردگی و اضطراب (۴)، استرس (۵) روان‌رنجورخویی و پرخاشگری (۶) رابطه مثبت دارد.

نشخوار فکری مشترک<sup>۱</sup> مشتمل بر خودافشایی و نشخوارگری بوده، اما با آنها متفاوت است. نشخوار فکری مشترک به گفتگوی مفرط دو نفره در خصوص مشکلات شخصی اشاره دارد که تمرکز بر احساسات منفی از مشخصه‌های اصلی آن است (۷). نشخوار فکری مشترک، بر خلاف نشخوار فکری، جنبه اجتماعی دارد و بر خلاف خودافشایی، ناسازگارانه است زیرا بر احساسات منفی متمرکز است (۳). مطالعات گویای آن است که نشخوار فکری مشترک با نشخوارگری (۸)، خودافشایی (۳)، احساس تنهایی (۹)، اضطراب (۱۰)، استرس (۸)، نگرانی و پایین بودن اعتماد به نفس (۷) و افسردگی (۹) رابطه مثبت داشته و می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند (۱۱). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که نشخوارگری (۱۲) و نشخوار فکری مشترک (۱۳) با سن در ارتباط نیستند. اما نتایج در خصوص جنسیت متفاوت است. چرا که سایر پژوهش‌ها (۱۲-۱۵) حاکی از وجود تفاوت‌های معنادار میان زنان و مردان و نمرات بالاتر زنان در این زمینه است.

رژ (۳) نخستین بار پرسشنامه نشخوار فکری مشترک<sup>۲</sup> را تدوین و در نمونه‌ای از دانش‌آموزان پایه‌های سوم تا نهم مدارس آمریکا به کار برد. این پرسشنامه، نشخوار فکری مشترک با دوست همجنس را با ۲۷ عبارت می‌سنجید.

عبارت‌ها از خلال مصاحبه با نمونه‌ای از دانشجویان دوره کارشناسی استخراج شده بودند. این عبارت‌ها ۹ مؤلفه شامل فراوانی گفتگو درباره مشکلات، بحث در مورد مشکلات به جای پرداختن به کارهای دیگر، تشویق دوست خود به حرف زدن در مورد مشکلات، تشویق شدن توسط دوست خود برای حرف زدن در مورد مشکلات، گفتگوی مکرر در مورد یک مسأله واحد، تعمق در مورد علل بروز مسأله، تعمق در مورد پیامدهای مسأله، تعمق در مورد بخشی از مسأله که آنرا نفهمیده‌اند و در نهایت تمرکز بر احساسات منفی را در بر می‌گرفت. وی تحلیل عاملی اکتشافی را به کار برده و ساختاری یک عاملی را به دست آورد که آلفای کرونباخ آن ۰/۹۶ بود. در این مطالعه نشخوار فکری مشترک با نشخوارگری، خودافشایی و گزارش شخصی از روابط صمیمانه با دوستان، رابطه مثبت و معناداری داشت.

پرسشنامه نشخوار فکری مشترک در مطالعات دیگری نیز به کار گرفته شده و ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ تا ۰/۹۷ برای آن گزارش شده است (۹، ۱۴). روایی پرسشنامه نیز در مطالعات دیگری مورد بررسی قرار گرفته و نسخه‌های متفاوتی از آن معرفی شده است. به عنوان نمونه کالمس و رابرتز (۱۰) بر اساس نسخه اصلی (۳) مقیاسی ۱۶ عبارتی مشتمل بر دو عامل مشکلات پاسخ‌دهنده و مشکلات دوست را تهیه کرده و پایایی مناسبی برای آن گزارش کردند. این فرم در مطالعات دیگری نیز به کار گرفته شد (۱۳). هانکین و همکاران (۱۶) نیز با تحلیل عاملی نسخه ۹ عبارتی از پرسشنامه تهیه کردند که ساختاری یک عاملی داشت و از پایایی مناسبی برخوردار بود. این فرم بعدها توسط دیگر پژوهشگران به کار گرفته شد (۱۷). کریس و همکاران (۱۱) نیز تنها زیر مقیاس بازسازی<sup>۳</sup> را در نمونه‌ای از نوجوانان به کار بردند.

دیویدسون و همکاران (۷) در مطالعه‌ای با هدف بررسی ساختار عاملی، فرم ۲۷ عبارتی پرسشنامه را طی سه مطالعه بر روی دانشجویان اجرا کرده و روایی عاملی اکتشافی، تأییدی و همگرایی آن را مورد بررسی قرار دادند. تحلیل عاملی اصلی نشان داد که پرسشنامه از سه عامل تشکیل شده است. آنان عامل اول را با پانزده عبارت، «بازسازی»

۱. Co-Rumination

۲. Co-Rumination Questionnaire- CRQ

۳. Rehashing

مطالعات مربوط به افسردگی و زمینه‌های وابسته به کار گیرند. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف اعتباریابی و پایایی سنجی پرسشنامه نشخوار فکری مشترک در جمعیت عمومی طراحی شد.

### روش

**طرح پژوهش:** پژوهش حاضر در زمره پژوهش‌های همبستگی و به طور دقیق‌تر مطالعات روان‌سنجی قرار داشت.

**آزمودنی‌ها:** جامعه آماری پژوهش را مراجعه‌کنندگان به مراکز بهداشتی شهر مشهد در سال ۱۳۹۷ تشکیل می‌دادند. نمونه‌گیری به صورت غیر احتمالی و خوشه‌ای چند مرحله‌ای انجام شد. بدین ترتیب که ابتدا از میان پنج مرکز بهداشتی جامع شهر مشهد (مراکز ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵)، دو مرکز شماره یک و دو به صورت تصادفی انتخاب شدند. در گام بعد از میان ۳۰ مرکز بهداشتی زیرمجموعه، پنج مرکز بهداشتی با در نظر گرفتن وضعیت اقتصادی و اجتماعی مراجعه‌کنندگان به آنها انتخاب شدند. سپس در بازه زمانی سه هفته‌ای در تابستان ۱۳۹۷ از بین مراجعه‌کنندگانی که جهت ویزیت پزشک به این مراکز مراجعه کرده بودند، افراد واجد ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش برخورداری از سلامت روانی و نداشتن بیماری خاص، سن بالای ۱۸ سال، داشتن سواد خواندن و نوشتن و ملاک‌های خروج از پژوهش داشتن سابقه ابتلا به بیماری روان‌پزشکی بود. جهت تعیین حجم نمونه میانگین آمار مراجعه‌کنندگان به مراکز جهت ویزیت پزشک در مدت زمان مشابه از مراکز اخذ شد و با استفاده از فرمول کوکران و با در نظر گرفتن مقادیر مورد نیاز ( $N=12500$ ،  $z=1/96$ ،  $P=0/50$ ،  $d=0/08$ ) حداقل حجم نمونه ۱۵۰ نفر برآورد گردید. با در نظر گرفتن احتمال ریزش نفرات و وجود پرسشنامه‌های ناقص، پرسشنامه در میان ۲۰۰ نفر (۱۲۵ زن و ۷۵ مرد) توزیع گردید.

پس از گردآوری داده‌ها و حذف پرسشنامه‌های ناقص، داده‌های مربوط به ۱۶۷ نفر مورد تحلیل قرار گرفت. در کل نمونه ۷۱/۳ درصد زن و ۲۸/۷ درصد مرد بودند. میانگین سنی در کل نمونه ۳۲/۵۴ با انحراف معیار ۷/۹۷ و دامنه ۱۸ تا ۵۸ سال بود. در میان شرکت‌کنندگان ۲۴/۶ درصد مجرد، ۶۷/۷ درصد متأهل و ۷/۸ درصد بدون همسر به واسطه

نامیدند، عامل دوم با هفت عبارت، « ژرف اندیشی<sup>۱</sup> » نامیده شد و در نهایت عامل سوم با چهار عبارت، « تشویق به گفتگو درباره مشکل<sup>۲</sup> »، نام گرفت. یک عبارت به دلیل بار عاملی پایین حذف گردید. آنان آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌ها را از ۰/۸۵ تا ۰/۹۷ گزارش کردند. روایی عاملی تأییدی مقیاس نیز بررسی شد که حاکی از برازش مدل سه عاملی و عدم برازش ساختار یک عاملی بود. در بررسی روایی همگرا رابطه مثبت و معناداری میان بازسازی و ژرف اندیشی و نیز نمره کل نشخوار فکری مشترک با نشخوارگری، نشانگان افسردگی، نگرانی و پایین بودن اعتماد به نفس به دست آمد. تشویق به گفتگو درباره مشکل، فقط با نگرانی و حواس‌پرتی رابطه معناداری داشت. روایی و پایایی این فرم در مطالعات دیگری نیز به تأیید رسید (۸، ۱۵).

بررسی پیشینه پژوهشی در داخل کشور نشان داد که پرسشنامه نشخوار فکری مشترک در نمونه‌ای از نوجوانان ایرانی به کار گرفته شده و رابطه معناداری میان نشخوار فکری مشترک با افسردگی و اضطراب به دست آمده است (۱۸). علیمرادی و همکاران (۱۹) در نمونه دیگری از نوجوانان آلفای کرونباخ ۰/۸۹ را برای پرسشنامه گزارش کردند. یادگاری (۲۰) پرسشنامه نشخوار فکری مشترک را در دانش‌آموزان دبیرستانی و شریف صلی (۲۱) پرسشنامه را در زنان متقاضی طلاق به کار گرفته است. مروری بر این مطالعات نشان داد که ساختار عاملی پرسشنامه نشخوار فکری مشترک مورد بررسی قرار نگرفته و جامعه آماری این مطالعات جمعیت عمومی نبوده اند. از این رو به نظر می‌رسد اطلاعاتی در خصوص پایایی و روایی پرسشنامه نشخوار فکری مشترک در جمعیت عمومی در داخل کشور در دست نیست. بر این اساس و با توجه به اهمیت این سازه و ارتباط آن با چالش‌های خلقی و عاطفی پیش گفته، انطباق‌یابی این ابزار جهت استفاده در مطالعات داخلی ضروری به نظر می‌رسد. یافته‌های چنین پژوهشی خواهد توانست ابزاری مفید جهت بررسی نشخوار فکری مشترک در اختیار درمانگران، به ویژه علاقمندان به کاربست مداخلات گروهی، فراهم آورد. علاوه بر آن پژوهشگران خواهند توانست با اطمینان از پایایی و روایی این پرسشنامه، آن را در

1. Mulling
2. Encouraging problem talk

شده و نمرات بالاتر به معنای افسردگی، اضطراب و استرس بالاتر خواهد بود. روایی و پایایی این مقیاس در مطالعه اصلی به تأیید رسیده است. صاحبی و همکاران (۲۳) روایی عاملی اکتشافی را مورد بررسی قرار داده و ساختار سه عاملی را به تأیید رساندند. روایی ملاکی نیز در ارتباط با مقیاس افسردگی بک، اضطراب زانگ و استرس ادراک شده به تأیید رسید. آنان ضرایب آلفای کرونباخ را از ۰/۷۷ تا ۰/۷۹ گزارش کردند. ضرایب آلفای کرونباخ در خرده مقیاس‌های افسردگی، اضطراب و استرس در مطالعه حاضر به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۷۹ و ۰/۸۷ به دست آمد.

۳. مقیاس پاسخ نشخواری<sup>۲</sup> (RRS): این مقیاس توسط نولن-هوکسما و همکاران (۲۴) تدوین شده و دارای ۲۲ سؤال است که در طیف چهار درجه ای لیکرت از هرگز (۱) تا همیشه (۴) نمره گذاری می‌شود. حداقل و حداکثر نمره در این مقیاس ۲۲ و ۸۸ بوده و نمرات بالاتر به معنای پاسخ نشخواری بیشتر افراد در هنگام مواجهه با موقعیت‌های استرس‌آور می‌باشد. ضرایب آلفای کرونباخ از ۰/۸۸ تا ۰/۹۲ و ضریب بازآزمایی مقیاس ۰/۶۷ گزارش شده است (۲۵). باقری نژاد و همکاران (۲۶) در نمونه‌ای از دانشجویان ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ را به دست آوردند. آنان همبستگی مثبت و معناداری را میان پاسخ نشخواری با اضطراب و افسردگی گزارش کردند. آلفای کرونباخ برای این مقیاس در مطالعه حاضر ۰/۸۶ به دست آمد.

**روند اجرای پژوهش:** ملاک ورود به پژوهش حاضر، رضایت شخصی افراد و داشتن سواد خواندن و نوشتن در سطح حداقل ابتدایی بود و پرسشگران که دو نفر از کارشناسان ارشد روانشناسی بالینی بودند، پیشتر طی یک جلسه در خصوص چگونگی تبیین اهداف طرح، کسب رضایت آگاهانه و گردآوری داده‌ها آموزش‌های لازم را دریافت کردند. افراد ابتدا باید یکی از دوستان نزدیک خود را در نظر گرفته و به عبارت‌ها در ارتباط با وی پاسخ می‌دادند. پرسشنامه‌ها بی‌نام بوده و به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات نزد محققان به صورت محرمانه باقی خواهد ماند. در نهایت پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص، اطلاعات ۱۶۷ نفر که ملاک‌های ورود به پژوهش را دارا بودند، مورد تحلیل قرار گرفت.

فوت یا طلاق بودند. میزان تحصیلات در ۴۳/۱ درصد افراد دیپلم و کمتر، ۲۶/۳ درصد کاردانی، ۲۵/۱ درصد کارشناسی و در ۵/۴ درصد کارشناسی ارشد و بالاتر بود. توصیف جمعیت بر حسب شغل نشان داد که در میان زنان ۳۸/۷ درصد شاغل در بخش خصوصی، ۲۶/۴ درصد شاغل در بخش دولتی و ۳۴/۹ درصد خانه‌دار بودند. در میان مردان ۱۸/۳ درصد بیکار، ۶۵/۹ درصد شاغل در بخش خصوصی و ۱۵/۸ درصد شاغل در بخش دولتی بودند.

## ابزار

۱. پرسشنامه نشخواری فکری مشترک: نسخه اصلی این پرسشنامه (۳) دارای ۲۷ عبارت است. در این پژوهش از نسخه رواسازی شده دیویدسون و همکاران (۷) که دارای ۲۶ عبارت بوده و در طیف پنج درجه‌ای از در واقع درست نیست (۱) تا واقعاً درست (۵) نمره‌گذاری می‌شود، استفاده شد. بر اساس این پرسشنامه، سه زیرمقیاس بازسازی، ژرف اندیشی و تشویق به گفتگو درباره مشکل و نیز یک نمره کل قابل محاسبه است. حداقل و حداکثر نمره کل پرسشنامه ۲۶ و ۱۳۰ می‌باشد. نمرات بالاتر در هر زیرمقیاس به معنای گرایش و اقدام بیشتر فرد در آن زیر مقیاس است (۳). روایی و پایایی این مقیاس در مطالعات مختلف مورد بررسی قرار گرفته و به تأیید رسیده است (۷).

جهت آماده‌سازی ابزار، پس از کسب اجازه از تدوین کنندگان (۳)، ابزار توسط یک متخصص روانشناسی بالینی مسلط به زبان انگلیسی، به فارسی برگردانده شد. سپس توسط یک روان‌پزشک عضو هیأت علمی ترجمه معکوس گردید. در نهایت نسخه‌ها مورد بررسی قرار گرفته و تفاوت‌ها به حداقل رسانده شد. پس از اصلاح ترجمه برخی از عبارت‌ها و نیز بررسی همخوانی محتوای عبارت‌ها با ویژگی‌های زبانی و فرهنگی جامعه، نسخه نهایی جهت اجرا آماده شد.

۲. مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس<sup>۱</sup> (DASS-21): این مقیاس توسط لوی‌باند و لوی‌باند (۲۲) تدوین شده و دارای ۲۱ عبارت است که هر ۷ عبارت آن به یک زیر مقیاس اختصاص می‌یابد. نمره گذاری مقیاس در طیف چهار درجه‌ای لیکرت از هیچ وقت (صفر) تا همیشه (۳) صورت می‌گیرد و مجموع نمرات افراد در هر زیر مقیاس محاسبه

۲. The Ruminative Response Scale-RRS

۱. Depression Anxiety Stress Scale-DASS-21

**یافته‌ها**

در ابتدا در بررسی همسانی درونی و قدرت تشخیص عبارت‌ها، همبستگی نمره هر عبارت با سایر عبارت‌ها و نیز با نمره کل مقیاس بررسی شد. نتایج نشان داد همبستگی میان عبارت‌ها از ۰/۱۸ تا ۰/۷۸ در تغییر است. همبستگی عبارت‌ها با نمره کل (جدول ۱) نیز از ۰/۴۴ تا ۰/۸۱ در تغییر بود.

در تجزیه و تحلیل داده‌ها، ابتدا همسانی درونی و قدرت تشخیص عبارت‌ها و سپس روایی عاملی اکتشافی بررسی شد. روایی همگرا در ارتباط با استرس، اضطراب، افسردگی و نیز نمره کل مقیاس پاسخ نشخواری با ضریب همبستگی پیرسون بررسی شد. رابطه نشخوار فکری مشترک با سن شرکت‌کنندگان با ضریب همبستگی پیرسون و تفاوت‌های جنسیتی با تحلیل واریانس چندمتغیره مورد بررسی قرار گرفت. از نرم افزار SPSS<sup>25</sup> جهت اجرای تحلیل‌ها استفاده شد.

**جدول ۱) نتایج بررسی همسانی درونی و تحلیل عاملی پرسشنامه نشخوار فکری مشترک**

بارهای عاملی			واریانس مشترک	همبستگی با نمره کل	عبارت‌ها
عامل سوم	عامل دوم	عامل اول			
		۰/۹۲	۰/۸۵	۰/۷۴	۱۲. ما حتی با دانستن تمام جزئیات درباره آنچه رخ داده، همچنان به صحبت کردن ادامه می‌دهیم.
		۰/۸۸	۰/۷۹	۰/۷۵	۲۵. سعی می‌کنیم همه چیز را درباره مشکل کشف کنیم حتی اگر بخش‌هایی وجود داشته باشند که هرگز درک نکنیم.
		۰/۸۶	۰/۸۰	۰/۸۱	۲۶. ما برای صحبت درباره غم یا خشمی که شخص دارای مشکل تجربه می‌کند، زمان زیادی صرف می‌کنیم.
		۰/۸۲	۰/۶۹	۰/۶۶	۲۱. مادرباره اینکه مشکل چقدر من یا دوستم ناراحت کرده است، زمان زیادی صحبت می‌کنیم.
		۰/۸۱	۰/۶۷	۰/۶۹	۲۰. مادرباره قسمت‌هایی از مشکل که با عقل ما جور در نمی‌آیند زیاد صحبت می‌کنیم.
		۰/۷۸	۰/۶۵	۰/۷۱	۱۸. مادرباره مشکل زیاد صحبت می‌کنیم تا بفهمیم چرا رخ داده است.
		۰/۷۴	۰/۵۹	۰/۶۷	۱۹. مادرباره تمام پیامدهای ناشی از مشکل پیش آمده، زیاد صحبت می‌کنیم.
		۰/۷۳	۰/۵۵	۰/۵۵	۱۷. مادرباره هر بخش از مشکل بارها و بارها صحبت می‌کنیم.
		۰/۷۳	۰/۵۹	۰/۶۸	۱۵. ما برای کشف بخش‌هایی از مشکل که قادر به درکش نیستیم، زمان زیادی صرف می‌نماییم.
		۰/۷۱	۰/۵۳	۰/۶۰	۲۲. ما معمولاً هر روز درباره مشکل صحبت می‌کنیم حتی اگر چیز جدیدی رخ نداده باشد.
		۰/۷۰	۰/۵۶	۰/۶۵	۱۴. ما سعی می‌کنیم تمام پیامدهای منفی احتمالی مربوط به مشکل پیش آمده را کشف کنیم.
		۰/۷۰	۰/۵۳	۰/۵۹	۱۶. مادرباره اینکه شخص دارای مشکل چه احساس بدی دارد، زیاد صحبت می‌کنیم.
		۰/۶۹	۰/۵۷	۰/۶۹	۲۴. ما برای صحبت درباره چیزهای بدی که به خاطر مشکل رخ خواهند داد، زمان زیادی صرف می‌کنیم.
		۰/۶۹	۰/۵۲	۰/۶۴	۲۳. ما درباره تمام دلایلی که باعث رخ دادن مشکل شده اند صحبت می‌کنیم.
		۰/۶۷	۰/۵۴	۰/۶۵	۱۳. ما برای کشف علل رخ دادن مشکل مان، زمان زیادی صحبت می‌کنیم.
	۰/۸۵		۰/۷۵	۰/۴۴	۸. ما تقریباً هر زمان که همدیگر را می‌بینیم درباره مشکلاتی که من یا او داریم صحبت می‌کنیم.
	۰/۸۵		۰/۷۵	۰/۴۷	۱۱. وقتی مشکلی دارم، دوستم سعی می‌کند مرا ترغیب کند تا درباره آنچه رخ داده با تمام جزئیات یا صحبت کنم.
	۰/۸۲		۰/۷۰	۰/۴۶	۱۰. وقتی دوستم مشکلی دارد، تمام تلاشم را می‌کنم تا به صحبت کردن درباره آن ادامه دهد.
	۰/۸۲		۰/۷۰	۰/۴۶	۷. وقتی مشکلم را به دوستم می‌گویم، او همیشه مرا ترغیب می‌کند بعداً بیشتر درباره آن صحبت کنم.
	۰/۸۰		۰/۶۸	۰/۵۳	۳. وقتی مشکلی دارم، دوستم سخت تلاش می‌کند تا به صحبت کردن درباره آن ادامه دهد.
	۰/۷۸		۰/۶۸	۰/۵۶	۲. وقتی دوستم درباره مشکلی چیزی می‌گوید، سعی می‌کنم او را به بیشتر حرف زدن ترغیب کنم.
	۰/۶۵		۰/۵۰	۰/۴۸	۶. وقتی دوستم مشکلی دارد، همیشه سعی می‌کنم او را ترغیب کنم تا تمام جزئیات را برایم بگوید.
	۰/۸۷		۰/۸۰	۰/۴۵	۱. اگر یکی از ما مشکلی داشته باشد، بیشتر درباره آن مشکل صحبت می‌کنیم تا چیزهای دیگر.
	۰/۸۶		۰/۷۱	۰/۴۴	۹. اگر یکی از ما مشکلی داشته باشد، بدون فکر در مورد کارهای دیگر، درباره آن صحبت می‌کنیم.
	۰/۸۱		۰/۶۹	۰/۴۶	۴. وقتی من یا دوستم مشکلی داریم، زمان زیادی درباره آن صحبت می‌کنیم.
	۰/۸۰		۰/۷۸	۰/۴۴	۵. اگر یکی از ما مشکلی داشته باشد، هنگام دیدار، حتی بدون برنامه قبلی درباره آن صحبت می‌کنیم.
۳/۲۴	۴/۸۶	۹/۰۶			ارزش ویژه
۱۲/۴۷	۱۸/۶۸	۳۴/۸۶			واریانس تبیین شده
۶۶/۰۱	۵۳/۵۴	۳۴/۸۶			واریانس تبیین شده تجمعی
۰/۸۹	۰/۹۲	۰/۹۵			الفای کرونباخ
۰/۸۹	۰/۸۹	۰/۹۴			ضریب دو نیمه کردن

شد. عامل دوم با ارزش ویژه ۴/۸۶ و واریانس تبیین شده ۱۸/۶۸ درصد همانند نسخه اصلی «تشویق به گفتگو درباره مشکل» نامیده شد. در نهایت عامل سوم با ارزش ویژه ۳/۲۴ و واریانس تبیین شده ۱۲/۴۷ درصد همسو با نسخه اصلی «ژرف اندیشی» نامیده شد. نتایج بررسی همسانی درونی، واریانس مشترک و بارهای عاملی چرخش یافته مربوط به هر عبارت در جدول ۱ آورده شده است. نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد تمامی عبارات‌ها واریانس مشترک ۰/۵۰ و بالاتر دارند و بارهای عاملی از ۰/۶۵ تا ۰/۹۲ در تغییر است.

نتایج بررسی روایی همگرایی پرسشنامه نشخوار فکری مشترک از طریق محاسبه همبستگی با اضطراب، استرس، افسردگی و پاسخ نشخواری در جدول ۲ ارائه شده است.

در ادامه شاخص کیزر-میر-الکین (KMO) با ضریب ۰/۹۲ و رد فرض صفر در آزمون کرویت بارتلت ( $P= ۰/۰۰۰۱$ )،  $\chi^2= ۳۳۱۸/۹۹$ ،  $df= ۳۲۵$  نشان داد که شرایط برای تحلیل عاملی وجود دارد. تحلیل مؤلفه‌های اصلی با در نظر گرفتن بار عاملی بیشتر از ۰/۳۵ اجرا شد. تحلیل اولیه سه عامل با ارزش ویژه بالاتر از ۱ را به دست می‌داد. نمودار اسکری از ساختار حمایت می‌کرد. واریانس تبیین شده این ساختار ۶۶/۰۱ درصد بود. در ادامه از چرخش ابلیمین مستقیم استفاده شد. نتایج نشان داد که تمامی عبارات‌ها دارای بار عاملی شفاف ذیل یک عامل بوده و عامل‌ها حداقل دارای ۳ عبارت می‌باشند. عامل اول با ارزش ویژه ۹/۰۶ به میزان ۳۴/۸۶ درصد، واریانس کل را تبیین می‌کرد. این عامل نسبت به نسخه اصلی بدون تغییر مانده و «بازسازی» نامیده

جدول ۲) شاخص‌های توصیفی و ضرایب همبستگی ابعاد نشخوار فکری مشترک، اضطراب، استرس، افسردگی و پاسخ نشخواری

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱. بازسازی	۱							
۲. تشویق به گفتگو درباره مشکل	۰/۳۲**	۱						
۳. ژرف اندیشی	۰/۳۳**	۰/۳۳**	۱					
۴. نشخوار فکری مشترک	۰/۹۱**	۰/۶۴**	۰/۵۶**	۱				
۵. اضطراب	۰/۳۱**	۰/۲۲**	۰/۱۸**	۰/۳۴**	۱			
۶. استرس	۰/۴۹**	۰/۲۶**	۰/۲۴**	۰/۴۴**	۰/۶۵**	۱		
۷. افسردگی	۰/۵۱**	۰/۳۰**	۰/۲۸**	۰/۵۳**	۰/۷۲**	۰/۷۰**	۱	
۸. پاسخ نشخواری	۰/۶۳**	۰/۳۷**	۰/۳۳**	۰/۶۶**	۰/۵۵**	۰/۵۸**	۰/۷۳**	۱
میانگین	۳۸/۰۰	۱۷/۰۵	۸/۹۸	۶۴/۰۴	۴/۸۰	۷/۶۸	۵/۷۶	۴۸/۷۵
انحراف معیار	۱۱/۵۸	۵/۴۶	۳/۲۸	۱۵/۸۷	۴/۰۸	۴/۹۶	۵/۵۴	۲۳/۷۱

\*\* $P \leq ۰/۰۱$  \* $P \leq ۰/۰۵$

جدول ۲ نشان می‌دهد میان بازسازی، تشویق به گفتگو درباره مشکل و ژرف‌اندیشی و نیز نمره کل نشخوار فکری مشترک با اضطراب، استرس، افسردگی و پاسخ نشخواری رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ( $P \leq ۰/۰۰۱$ ). در ادامه همبستگی ابعاد و نمره کل نشخوار فکری مشترک با سن شرکت‌کنندگان مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که رابطه معناداری میان سن و ابعاد و نمره کل نشخوار فکری مشترک وجود ندارد ( $P \geq ۰/۰۵$ ). بررسی تفاوت‌های بین گروهی بر حسب جنسیت با تحلیل واریانس چند متغیره صورت گرفت. بررسی مفروضه بهنجار بودن توزیع متغیرها با آزمون کالموگروف-اسمیرنوف نشان از نرمال بودن توزیع به تفکیک گروه‌ها داشت ( $P \geq ۰/۰۵$ ). مفروضات همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس با آزمون ام.باکس ( $P \geq ۰/۰۵$ )

و کرویت بارتلت جهت بررسی همبستگی متغیرهای وابسته ( $P \leq ۰/۰۱$ ) نیز محقق شدند. آزمون چندمتغیره بودن بر حسب جنسیت ( $P= ۰/۰۰۱$ )،  $F= ۷/۰۰$ ،  $Wilks' = ۰/۸۹$  مشترک نشان می‌داد زنان میانگین بالاتری دارند (۶۷/۱۹ در برابر ۵۶/۲۱). نتایج تحلیل تک متغیره در جدول ۳ آورده شده است. نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که در بازسازی ( $P \leq ۰/۰۱$ )، تشویق به گفتگو درباره مشکل ( $P \leq ۰/۰۱$ ) و ژرف‌اندیشی ( $P \leq ۰/۰۵$ ) بر حسب جنسیت تفاوت معناداری وجود دارد و زنان میانگین بالاتری دارند. در نهایت ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ تا ۰/۹۵ و نیز ضرایب دو نیمه کردن ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ برای زیر مقیاس‌ها (جدول ۱)

و آلفای کرونباخ ۰/۹۴ و ضریب دو نیمه کردن ۰/۷۰ برای کل مقیاس نشان از پایایی مناسب پرسشنامه نشخوار فکری مشترک داشت.

جدول ۳) نتایج تحلیل واریانس چند متغیره جهت مقایسه ابعاد نشخوار فکری مشترک بر حسب جنسیت

متغیر	گروه	میانگین	انحراف معیار	میانگین مجذورات*	F	سطح معناداری
بازسازی	زن	۳۹/۹۳	۱۱/۴۶	۱۵۴۶/۶۲	۱۲/۳۳	۰/۰۰۱
	مرد	۳۳/۲۱	۱۰/۵۲			
تشویق به گفتگو درباره مشکل	زن	۱۷/۷۰	۵/۵۷	۱۷۱/۴۹	۵/۹۲	۰/۰۰۰۱
	مرد	۱۵/۴۶	۴/۸۹			
ژرف اندیشی	زن	۹/۵۶	۳/۱۳	۱۳۹/۷۵	۱۳/۹۷	۰/۰۲
	مرد	۷/۵۴	۳/۲۴			

\* درجات آزادی برابر با ۱ است. بر این اساس تنها میانگین مجذورات گزارش شده است.

## بحث

هدف از پژوهش حاضر اعتباریابی و پایایی سنجی نسخه فارسی پرسشنامه نشخوار فکری مشترک بود. نتایج نشان داد که پرسشنامه نشخوار فکری مشترک از همسانی درونی و پایایی مناسبی برخوردار است. این یافته با نتایج پژوهش‌های قبلی (۷، ۸، ۱۵) همخوانی دارد. پایایی پرسشنامه و زیرمقیاس‌های آن در مطالعه حاضر همانند سایر مطالعات در سطح بالایی قرار داشت. به عنوان مثال دیویدسون و همکاران (۷) آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌ها را از ۰/۸۵ تا ۰/۹۷ گزارش کردند. بر این اساس به نظر می‌رسد پرسشنامه نشخوار فکری مشترک، ابزاری پایا و در برگیرنده عبارت‌هایی است که از همسانی درونی و پایایی مناسبی برخوردارند.

نتایج تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که پرسشنامه نشخوار فکری مشترک با ۲۶ عبارت، از ساختاری سه عاملی مشتمل بر بازسازی، تشویق به گفتگو درباره مشکل و ژرف‌اندیشی برخوردار است. این یافته با نتایج پژوهش دیویدسون و همکاران (۷) همسویی داشت. آنان نیز ساختاری سه عاملی با ۲۶ عبارت را به دست آورده بودند. بر این اساس به نظر می‌رسد پرسشنامه نشخوار فکری مشترک از روایی عاملی مناسبی برخوردار بوده و عبارت‌های آن به درستی توانسته‌اند سازه زیربنایی خود را اندازه‌گیری کنند.

سایر نتایج پژوهش نشان داد که میان ابعاد و نمره کل نشخوار فکری مشترک با استرس، اضطراب، افسردگی و پاسخ نشخواری همبستگی مثبت وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین (۳، ۷، ۹) همخوانی دارد. به نظر می‌رسد گفتگوهای مفراط میان افراد در صورتی که دارای

محتوای منفی باشد به نشخوارگری افکار حین یا پس از گفتگو و تجربه استرس و اضطراب بیشتر می‌انجامد (۸، ۱۰). وجود چنین روابطی نشان دهنده آن است که پرسشنامه نشخوار فکری مشترک از روایی همگرایی مناسبی برخوردار است. کریس و همکاران (۱۱) نشان دادند که بر اساس نشخوار فکری مشترک می‌توان افسردگی را پیش‌بینی کرد. به نظر می‌رسد نشخوار فکری مشترک، از طریق زمینه سازی برای نشخوار فکری بعدی و نیز برانگیختن عواطف و ارزیابی‌های شناختی منفی می‌تواند افراد را مستعد نشانگان افسردگی کند.

دیگر نتایج پژوهش گویای آن بود که میان سن و نشخوار فکری مشترک رابطه معناداری وجود ندارد. این یافته با پژوهش امس نیکورا و همکاران (۱۳) همسویی دارد. آنان نیز رابطه معناداری میان سن و نشخوار فکری مشترک به دست نیاوردند. دیویدسون و همکاران (۷) بر این باورند که گرچه نشخوار فکری مشترک در نوجوانان بیشتر به چشم می‌خورد اما در همه سنین وجود داشته و با پیامدهای عاطفی در افراد در ارتباط است.

از دیگر نتایج پژوهش حاضر وجود تفاوت معنادار در ابعاد و نمره کل نشخوار فکری مشترک میان زنان و مردان بود. این یافته با غالب پژوهش‌های قبلی (۳، ۱۳، ۱۴) همخوانی دارد. رز (۳) بر این باور است که زنان بیشتر از مردان روابط دوستانه نزدیک برقرار می‌کنند و این روابط باید به مواجهه بهتر با مشکلات عاطفی بیانجامد؛ اما به نظر می‌رسد این روابط نمی‌تواند از زنان در برابر افسردگی و اضطراب محافظت کنند. نشخوار فکری مشترک یکی از سازه‌هایی است که می‌تواند این مسأله را توضیح دهد. نشخوار فکری

than worry. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. 2018;36(1):15-27.

5. 5. Mediating role of rumination. *Clin Res*. 2018;4(1):1-5.

6. Roelofs J, Muris P, Huibers M, Peeters F, Arntz A. On the measurement of rumination: A psychometric evaluation of the ruminative response scale and the rumination on sadness scale in undergraduates. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*. 2006;37(4):299-313.

7. Davidson CL, Grant DM, Byrd-Craven J, Mills AC, Judah MR, Lechner WV. Psychometric properties of the co-rumination questionnaire. *Personality and Individual Differences*. 2014;70:171-5.

8. Fan C, Chu X, Wang M, Zhou Z. Interpersonal stressors in the schoolyard and depressive symptoms among Chinese adolescents: The mediating roles of rumination and co-rumination. *School Psychology International*. 2016;37(6):664-79.

9. Guarneri-White ME. Making a Bad Situation Worse: Co-rumination and Peer Victimization in Two Adolescent Samples. Texas The University of Texas at Arlington; 2017.

10. Calmes CA, Roberts JE. Rumination in interpersonal relationships: Does co-rumination explain gender differences in emotional distress and relationship satisfaction among college students? *Cognitive Therapy and Research*. 2008;32(4):577-90.

11. Criss MM, Houlberg BJ, Cui L, Bosler CD, Morris AS, Silk JS. Direct and indirect links between peer factors and adolescent adjustment difficulties. *Journal of applied developmental psychology*. 2016;43:83-90.

12. Krause ED, Vélez CE, Woo R, Hoffmann B, Freres DR, Abenavoli RM, et al. Rumination, depression, and gender in early adolescence: a longitudinal study of a bidirectional model. *The Journal of Early Adolescence*. 2018;38(7):923-46.

13. Ames-Sikora AM, Donohue MR, Tully EC. Nonlinear associations between co-rumination and both social support and depression symptoms. *The Journal of psychology*. 2017;151(6):597-612.

14. Rose AJ, Carlson W, Waller EM. Prospective associations of co-rumination with friendship and emotional adjustment: Considering the socioemotional trade-offs of co-rumination. *Developmental psychology*. 2007;43(4):1019-44.

15. Parr NJ. Somatization in the Social Environment: Relations to Victimization and Friendship Processes Among Middle School Students. Williamsburg, Virginia: College of William & Mary; 2015.

16. Hankin BL, Stone L, Wright PA. Corumination, interpersonal stress generation, and internalizing symptoms: Accumulating effects and transactional influences in a multiwave study of adolescents.

مشترک در میان زنان فراگیرتر از مردان است و می‌تواند روابط صمیمانه زنان و به همین طریق افسردگی و اضطراب بالاتر آنان را تبیین کند.

در مجموع یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که پرسشنامه نشخوار فکری مشترک از پایایی و روایی عاملی و همگرایی مناسبی برخوردار است. بر این اساس به نظر می‌رسد پرسشنامه نشخوار فکری مشترک را می‌توان در گروه‌های سنی بزرگسال و با در نظر گرفتن جنسیت افراد مورد استفاده قرار داد. یافته‌های پژوهش حاضر به واسطه وجود برخی محدودیت‌ها باید با احتیاط مورد استفاده قرار گیرد. کم بودن حجم نمونه، به واسطه موانع قانونی جهت دسترسی به افراد عمده‌ترین محدودیت پژوهش حاضر است که تعمیم نتایج و استفاده از ابزار در گروه‌های دیگر از قبیل دانشجویان را مستلزم رعایت احتیاط می‌کند. علاوه بر آن شرکت کنندگان در این پژوهش در دامنه ۱۸ تا ۵۸ سال قرار داشتند. بر این اساس نمی‌توان نتایج را به سایر سنین تعمیم داد. علاوه بر آن نسخه فعلی پرسشنامه در ارتباط با دوستان مورد بررسی قرار گرفته است؛ بر این اساس اجرای ابزار در ارتباط با سایر گروه‌ها همانند همسر، فرزند، والدین، همکاران و... نیازمند انجام مطالعات دیگری است. علی‌رغم این محدودیت‌ها، این ابزار به واسطه کم بودن نسبی تعداد عبارات، ساختار چندبعدی و برخوردارگی از پایایی و روایی مناسب می‌تواند ابزاری مناسب برای استفاده در پژوهش‌های آتی باشد. بررسی روایی عاملی تأییدی، پایایی بازآزمایی، روایی واگرا و اجرا در سایر گروه‌ها از قبیل نوجوانان، دانشجویان و... به پژوهشگران آتی پیشنهاد می‌شود.

تشکر و قدردانی: از همکاری و مساعدت مسئولان و کارکنان مراکز بهداشتی شهر مشهد و نیز تمامی شرکت کنندگان در پژوهش تشکر و قدردانی می‌شود.

## منابع

1. Dunbar RI. The anatomy of friendship. *Trends in cognitive sciences*. 2018;22(1):32-51.
2. Tsay-Vogel M, Shanahan J, Signorielli N. Social media cultivating perceptions of privacy: A 5-year analysis of privacy attitudes and self-disclosure behaviors among Facebook users. *new media & society*. 2018;20(1):141-61.
3. Rose AJ. Co-rumination in the friendships of girls and boys. *Child development*. 2002;73(6):1830-43.
4. Constantin K, English MM, Mazmanian D. Anxiety, depression, and procrastination among students: rumination plays a larger mediating role



- Development and Psychopathology. 2010;22(1):217-35.
17. Stone LB, Hankin BL, Gibb BE, Abela JR. Co-rumination predicts the onset of depressive disorders during adolescence. *Journal of abnormal psychology*. 2011;120(3):752-7.
18. Alimoradi H. The role of co-rumination in predicting symptoms of depression and anxiety in adolescent boys and girls. Tabriz: Tabriz University; 2015.
19. Alimoradi H, Jahandari P, Garmsari G. The role of Co-rumination in predicting symptoms of internalization of active users of virtual social networks. *Studies in Psychology and Education*. 2016;3:85-100.
20. Yadegari SK. The Effectiveness of Life Skills Training on Reducing Co-Rumination and Anxiety in High School Male Students in Bandar Abbas. Bandar Abbas: Islamic Azad University, Bandar Abbas Branch; 2018.
21. Sharif Salghi S. The mediating role of early maladaptive schemas in relation to rumination and the quality of marital relationship of divorced women in Bandar Abbas. Bandar Abbas: Hormozgan University; 2019.
22. Lovibond PF, Lovibond SH. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*. 1995;33(3):335-43.
23. Sahebi A, Asghari MJ, Salari R. Validation of depression anxiety and stress scale (DASS-21) for an Iranian population. *Iranian Psychologists*. 2005;4(1):299-313.
24. Nolen-Hoeksema S, Morrow J. A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: the 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of personality and social psychology*. 1991;61(1):115-21.
25. Luminet O. Measurement of Depressive Rumination and Associated Constructs. In: Papageorgiou C, Wells A, editors. *Depressive Rumination: Nature, Theory and Treatment*. New York: Wiley; 2004. p. 187-215.
26. Bagherinejad M, Salehi Fadardi J, Tabatabaei SM. The relationship between rumination and depression in a sample of Iranian university of students. *Research in Clinical Psychology and Counseling*. 2010;11(1):21-38.

