



Scientific Journal

## Journal of Research in Educational Systems

Volume 16, Issue 59,  
Pp. 33-48  
Winter 2023

Print ISSN: 2383-1324

Online ISSN: 2783-2341

Indexed by ISC

www.jiera.ir



Journal by  
Research in Educational  
Science is licensed under a  
Creative Commons  
Attribution-  
NonCommercial 4.0  
International License.

Document Type:

Original Article

✉ Corresponding Author:

cpsychology67@gmail.com

Receive Date: 24 May 2022

Revise Date: 29 July 2022

Accept Date: 06 December 2022

Publish Date: 05 Jan 2023

**How to Site:** Alimoradi, H.,  
Pourshahryar, H., Shokri, O., &  
Shahidi, S. (2023). Psychometric  
properties of the Verbal Efforts  
Questionnaire Among Students.  
*Journal of Research in Educational  
Science*, 16(59), 33-48.

doi: 20.1001.1.23831324.1401.16.59.2.5

## Psychometric properties of the Verbal Efforts Questionnaire among Students\*

**Hamzeh Alimoradi** ✉

Ph.D. Student in Clinical Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran

**Hossain Pourshahriar**

Assistant Professor, Shahid Beheshti University

**Omid Shokri**

Assistant professor, Shahid Beheshti University

**Shahryar Shahidi**

Professor, Shahid Beheshti University

### Abstract

Verbal efforts refer to a set of co-worry, co-rumination and interpersonal intimacy that people with emotional problems use as a verbal safety behavior to reduce and relieve dysfunctional symptoms in relation to others. This study sought to investigate the psychometric properties of the Verbal Effort Questionnaire in a student sample. The research method is descriptive correlation. Through cluster sampling method, 550 people from Tehran universities were randomly selected and all those willing to cooperate were asked to answer the relevant questionnaire questions. Factor load values indicate that the operating loads of all questions (shared rumination, shared concern, and intimacy) on the principal component are significant and satisfactory. The factor load of all questions except question 42 is higher than 0.40. Cronbach's alpha coefficient and Guttman halving for the Verbal Effort Questionnaire were estimated to be 0.95 and 0.92, respectively. Which indicates the desired internal consistency of this scale. Therefore, due to the similarity and strong structural relationship between the components of the questionnaire, the components of this scale are important in a newer structure called verbal effort as a coping method. According to the results of this study, this new structure can play an important role in understanding emotional problems.

### Keywords:

Psychometric properties, Verbal efforts, co-rumination, Co-worry, Intimacy

\* ✉ The present article is taken from the doctoral dissertation in General Psychology, Science and Research Branch of Islamic Azad University



نشریه علمی

## پژوهش در نظام‌های آموزشی

دوره ۱۶، شماره ۵۹،  
ص ۳۳-۴۸  
زمستان ۱۴۰۱

شاپا (چاپی): ۱۳۲۴-۲۳۸۳

شاپا (الکترونیکی): ۲۳۴۱-۲۷۸۳

نمایه در ISC

www.jiera.ir



نشریه علمی  
پژوهش در نظام های آموزشی تحت قانون  
بین المللی کپی رایت Creative  
Commons: BY-NC می باشد.

نوع مقاله:

مقاله اصیل پژوهشی

✉ نویسنده مسئول:

cpsychology67@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۳/۰۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۰۵/۰۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۹/۱۵

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱۰/۱۵

استناد به این مقاله: علیمردی، ح، پورشهریار، ح،

شکری، ا. و شهیدی، ش. (۱۴۰۱). ویژگی های

روان‌سنجی پرسشنامه تلاش‌های کلامی در یک

نمونه‌ی دانشجویی. پژوهش در نظام های آموزشی،

۱۶(۵۹)، ۳۳-۴۸.

doi: 20.1001.1.23831324.1401.16.59.2.5

## ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه تلاش‌های کلامی در یک نمونه‌ی دانشجویی \*

✉ حمزه علیمردی

دانشجوی دکتری روان‌شناسی بالینی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

حسین پورشهریار

استادیار گروه مشاوره، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

امید شکری

استادیار گروه روان‌شناسی کاربردی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

شهریار شهیدی

استاد گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

### چکیده

تلاش‌های کلامی به مجموعه نگرانی‌ها و نشخوارهای فکری مشترک و همچنین صمیمیت بین فردی اشاره دارد که افراد با مشکلات هیجانی به صورت یک رفتار ایمنی‌بخش کلامی جهت کاهش و رهایی از علائم بیمارگون در ارتباط با دیگران به کار می‌گیرند. این پژوهش به دنبال بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه‌ی تلاش‌های کلامی در یک نمونه‌ی دانشجویی بود. روش پژوهش از نوع توصیفی همبستگی بود. از طریق روش نمونه‌گیری خوشه‌ی ۵۵۰ نفر از بین دانشگاه‌های شهر تهران به صورت تصادفی انتخاب و از همه‌ی افراد مایل به همکاری خواسته شد که به سؤالات پرسشنامه‌های مربوطه پاسخ دهند. مقادیر بارهای عاملی حاکی از آن است بارهای عاملی همه سؤال‌ها (نشخوار فکری مشترک، نگرانی مشترک و صمیمیت) روی مؤلفه اصلی معنی‌دار و رضایت بخشی است. بار عاملی همه سؤالات غیر از سؤال ۴۲ بالاتر از ۰/۴۰ بود. ضریب آلفای کرونباخ و دونیمه کردن گاتمن برای پرسشنامه تلاش‌های کلامی ۰/۹۵ و ۰/۹۲ برآورد شده است؛ که بیانگر همسانی درونی مطلوب این مقیاس است؛ بنابراین با توجه به همسانی و ارتباط ساختاری قوی بین مؤلفه‌های پرسشنامه، مؤلفه‌های این مقیاس در یک سازه جدیدتر به نام تلاش‌های کلامی به‌عنوان یک روش مقابله‌ای اهمیت می‌یابد. این سازه‌ی جدید با توجه به نتایج این پژوهش می‌تواند در فهم مشکلات هیجانی نقش مهمی داشته باشد.

### واژه‌های کلیدی:

تلاش‌های کلامی، صمیمیت، نشخوار فکری مشترک، نگرانی مشترک، ویژگی روان‌سنجی

\* مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری رشته روان‌شناسی بالینی دانشگاه شهید بهشتی است.

(Goldstein, 2014)؛ بنابراین ارتباط کلامی در بررسی و سبب‌شناسی علائم افراد مبتلا به اضطراب فراگیر به‌عنوان یک سازه جدید، مسئله‌ای مهم و اساسی محسوب می‌شود.

باین‌حال، این ارتباطات کلامی ناکارآمد در روابط بین فردی خود یک عامل حمایتی و همچنین باعث عمیق شدن رابطه<sup>۹</sup> می‌شوند (Dombrowski, 2014). به‌گونه‌ای که این سبک‌های ارتباط دارای ویژگی گمراه‌کننده‌ای به نام تنظیم دویپولو<sup>۱۰</sup> است یعنی می‌تواند هم تأثیرات مفید داشته باشد و هم تأثیرات مضر (Rose, 2013) در همین راستا این پژوهش برای کنترل بعد مفید متغیرهای نشخوار فکری و نگرانی مشترک، صمیمیت در روابط را نیز به‌عنوان عامل سوم متغیر تلاش‌های کلامی در نظر گرفته است. صمیمیت در روابط دوستانه با احساس نزدیکی به فرد دیگر و خودافشایی نزد او تعریف می‌شود و سطح بالای صمیمیت با احساس تعلق خاطر و اطمینان بیشتری در روابط دوستانه همراه است (Cited by Rose, 2002). از آنجایی که افراد با سطوح بالای نگرانی و نشخوار فکری مشترک در روابط دوستانه‌ی خود دست به خودافشایی زیادی می‌زنند پس ممکن است بیشتر در روابط خود صمیمیت و همدلی (یکی از مقیاس‌های تلاش‌های کلامی) را تجربه کنند (Dombrowski, 2014) و برخلاف میلشان شدت علائم بیشتری را تجربه کنند.

تحقیقات پیشین به ارتباط نگرانی و نشخوار فکری اشاره کرده‌اند (Nolen-Hoeksema, 2000)؛ Nolen-Hoeksema et al. 1994؛ Nolen-Hoeksema et al. 2007). به گونه‌ی که (Nolen-Hoeksema, 2007) نشان داده‌اند در افراد با سبک پاسخ نشخوار فکری میزان بیشتری از نگرانی به‌عنوان یک علامت اختلال هیجانی وجود خواهد داشت. همچنین Dombrowski (2014) نشان داد که نشخوار فکری مشترک و نگرانی مشترک هم‌ایندی بالای باهم دارند. به این صورت که نشخوار فکری مشترک همراه با نگرانی مشترک واریانس بالایی از علائم درونی سازی در نوجوانان را تبیین می‌کند (Dombrowski, 2014). جالب اینجاست که (Bergeron, 2013) نشان داده‌اند که در افراد با

سبک‌های مقابله‌ی انسان‌ها در مواجهه با استرس و تنش نشان‌دهنده‌ی میزان سلامت روانی آن‌هاست (Lazarus, 1966). از جمله این سبک‌های مقابله‌ای اجتناب‌های شناختی است. به این صورت که انسان‌ها با اصرار به افکاری مانند نگرانی و نشخوار فکری، سعی دارند تا بتوانند خود را از علائم اختلالات هیجانی رهایی دهند (Barlow, 2020). نگرانی بارزترین جلوه اختلال اضطراب فراگیر است (Barlow, 2018؛ Dugas, 2004). مطالعات زیادی نشان داده‌اند نگرانی، نوعی تفکر کلامی<sup>۱</sup> معطوف به آینده است. برای مثال بورکوک (۱۹۹۰) معتقد است افراد با و بدون اختلال اضطراب فراگیر، در زمان نگرانی غالباً تفکر کلامی تا تصویرسازی<sup>۲</sup> را گزارش می‌کنند. هرچند نظریه‌هایی در مورد فواید تخلیه هیجانی<sup>۳</sup> بحث کرده‌اند و همچنین نظر عموم نشان می‌دهند که صحبت کردن در مورد مشکلات باعث می‌شود افراد احساس بهتری داشته باشند اما صحبت کردن با دوستان یک روش مناسب مقابله با مشکلات نیست (Landoll et al., 2011). نشخوار فکری مشترک<sup>۴</sup> به بحث کردن بیش‌ازحد مشکلات<sup>۵</sup> شخصی در رابطه‌های دونفره و توصیف مکرر مشکلات، بحث از مشکلی به‌صورت مکرر، ترغیب متقابل بحث از مشکلات<sup>۶</sup>، تأمل بر مشکلات و تمرکز بر احساسات منفی<sup>۷</sup>، گفته می‌شود (Rose, 2002). نشخوار فکری مشترک ممکن است همراه با نشانگان افسرده کننده باشد که این نیز ناشی از تمرکز منفی مداوم بر موضوعات آزاردهنده و اضطراب است؛ زیرا نشخوار فکری مشترک ممکن است نگرانی‌هایی در مورد اینکه آیا این مشکلات حل خواهد یا پیامدهای منفی بالقوه مشکلات را تشدید می‌کند (Rose, 2002)؛ مانند نشخوار فکری، نگرانی نیز می‌تواند در روابط بین فردی خود را نشان دهد. نگرانی مشترک<sup>۸</sup>، به‌عنوان مکالمات تکراری و دوتایی در مورد تهدیدات ادراک‌شده، ناتوانی در کنترل نگرانی، عدم توانایی مقابله با سناریوهای مربوط به آینده و پیش‌بینی وقایع منفی آینده تعریف می‌شود و جهت ارزیابی الگوهای اضطرابی در مکالمات بین فردی مطرح شده است

6. encouragement of problem-focused talk  
7. dwelling on negative feelings  
8. Co-woory  
9. support and depth of peer relationships  
10. adjustment trade-off

1. verbal thought  
2. Imagery  
3. catharsis  
4. Co-rumination  
5. excessive discussion of problems

فکری مشترک). همچنین این تحلیل از اعتبار واگرای نگرانی مشترک با نشخوار فکری مشترک حمایت می‌کند. پژوهش Dombrowski (2014) در نمونه‌ای نوجوان نیز، همسانی درونی سؤالات این پرسشنامه را مناسب ارزیابی کرد ( $0/88 = \alpha$ ).

از طرف دیگر پرسشنامه‌ی نشخوار فکری مشترک<sup>۲</sup> دارای ۲۷ آیتم است و مربوط به سنجش رابطه‌ی افراد با دوستان هم‌جنس است که با آن‌ها نشخوار مشترک دارند و توسط Alimoradi و همکاران (2020) در ایران ترجمه و هنجاریابی شد. آیتم‌های سه‌گانه، نه ناحیه را اندازه‌گیری می‌کند: - فراوانی بحث از مشکلات - بحث از مشکلات به جای سرگرم شدن به فعالیت‌های دیگر - ترغیب توجه کودکان به بحث در مورد مشکلات دوستان - ترغیب کودکان به بحث در مورد مشکلات از طریق دوستان - بحث کردن در مورد یک مشکل به صورت تکراری - تأمل در مورد علت یک مشکل - تأمل در مورد پیامدهای مشکلات - تأمل در مورد بخش‌های از مشکلی که قابل فهم نیست - تمرکز بر احساسات منفی. شرکت‌کننده‌ها به هریک از آیتم‌ها بر اساس مقیاس ۵ گزینه‌ی لیکرت که از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) رتبه‌بندی شده است و توصیف‌کننده درجه هر آیتم است، جواب می‌دهند. یک کاوش تحلیل عاملی برای آزمایش اینکه چه اطلاعاتی بهترین نماینده برای یک عامل یا چندین عامل که نشانگر حوزه‌های مورد بررسی است، انجام شد. آزمایش عدد خاصی، یک عامل قوی را نشان داد (همه آن‌ها  $< 0/45$ ) (Rose, 2002). Davidson و همکاران (2014) از طریق تحلیل عاملی اکتشافی نشان دادند که این پرسشنامه دارای سه عامل اصلی است: تداعی منفی<sup>۳</sup>، غوطه‌وری در افکار<sup>۴</sup> و تشویق به صحبت کردن در مورد مشکل<sup>۵</sup> که در مورد همسانی درونی این پرسشنامه باید گفت که آلفای کرونباخ سه عامل اصلی به این صورت است: تداعی منفی (0/94)، غوطه‌وری در فکر (0/85)، تشویق به بحث در مورد یک مشکل (0/85). همچنین در هنجاریابی این مقیاس توسط Alimoradi و همکاران (2020) بر اساس تحلیل عاملی اکتشافی: عامل‌های ۱- نشخوار در مورد مشکلات طرف مقابل<sup>۶</sup> و ۲- نشخوار فکری در مورد

نشخوار فکری مشترک و نگرانی مشترک میزانی قابل توجهی از صمیمیت بین فردی مشاهده می‌شود. پس با توجه به ارتباط نظری بین سه سازه‌ی نشخوار فکری مشترک، نگرانی مشترک و صمیمیت بین فردی این پژوهش به دنبال بررسی و ارائه یک سازه جدیدی به نام تلاش کلامی است که نشان‌دهنده‌ی انسجام نظری بین این سه متغیر است؛ بنابراین به مجموعه نگرانی‌ها و نشخوارهای فکری دونفره که در فضای دوستانه انجام می‌شود و به تبع آن صمیمیت بین فردی که از این نگرانی و نشخوارهای فکری مشترک پدید می‌آید به اصطلاح تلاش‌های کلامی<sup>۱</sup> گویند. تلاش کلامی به عنوان رفتاری ایمنی‌بخش که افراد مبتلا به اختلالات هیجانی برای کاهش و رهایی از افسردگی و اضطراب در ارتباط با دیگران به کار می‌گیرند، در نظر گرفته می‌شود.

در پیشینه‌ی پژوهشی برای هر یک از این سه متغیر (نشخوار فکری مشترک، نگرانی مشترک و صمیمیت) از قبل مقیاس‌های در نظر گرفته شده است. برای مثال پرسشنامه نگرانی مشترک یک پرسشنامه ۱۲ ماده‌ای است که برای سنجش بحث‌های نگران‌کننده بین دو نفر در روابط بین فردی ساخته شده است (هرتزیگ-اندرسون و همکاران، ۲۰۱۲). این پرسشنامه به صورت ویژه برای بررسی مکالمات متمرکز بر مشکل برای اضطراب، در مقایسه با نشخوار فکری مشترک در مورد بحث‌های افسرده‌کننده است، سؤالات با توجه محتوای نظری نگرانی، یعنی اظهارات ترس‌آور تکراری، ادراک تهدید و نداشتن توان راه‌مدار، طراحی شده‌اند (Hong, 2007). به آزمودنی‌ها گفته می‌شود که یک دوست هم‌جنس را در نظر بگیرند و در مورد نحوه اینکه «ما چگونه در مورد نگرانی‌هایمان بحث می‌کنیم» به ۱۲ سؤال در مقیاس لیکرت ۵ نقطه‌ای که از ۱ تا ۵ متغیر است پاسخ دهند. به صورتی که گزینه‌ی ۱ را که بهترین توصیف‌کننده‌ی چگونگی مکالمات دونفره در آن مورد است، انتخاب کنند. برای بررسی رابطه این مقیاس با نشخوار فکری مشترک، با تحلیل عاملی اکتشافی به دو عامل متمایز منجر شد. سؤالات CoWQ در دو گروه قرار گرفتند: ارزیابی بیش‌ازحد تهدید / دست‌کم گرفتن روش‌های مقابله‌ای و سؤالات تکراری تمرکز بر مشکل (بیشتر شبیه سؤالات نشخوار

4. Mulling  
5. Encouraging problem talk  
6. Participant's problems

1. verbal efforts  
2. Co-Rumination Questionnaire (CRQ)  
3. Rehashing



بنابراین این پژوهش در نظر دارد با بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی سه پرسشنامه‌ی نگرانی مشترک، نشخوار فکری مشترک و صمیمیت بین فردی، بر اساس مبانی نظری این سه متغیر، مقیاسی با عنوان تلاش‌های کلامی را با توجه به سؤالات و آیت‌های این مقیاس‌های معرفی و ویژگی‌های روان‌سنجی آن را موردبررسی قرار دهد.

### روش

این پژوهش به دنبال ساخت و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس تلاش‌های کلامی است. جامعه آماری پژوهش شامل همه دانشجویان دانشگاه‌های سطح شهر تهران بود که در سال تحصیلی ۱۴۰۰/۰۱ در یکی از واحدهای دانشگاهی این شهر مشغول به تحصیل بودند. از آنجایی که تعداد متغیرهای موردبررسی در این مرحله از پژوهش ۱۶ متغیر است حداقل حجم نمونه لازم بر اساس هر متغیر ۲۰ آزمودنی، ۳۶۰ نفر است. همچنین از طرفی تعداد دانشجویان دانشگاه‌های شهر تهران بیشتر از ۱۰۰۰۰۰ نفر است که بر اساس جدول مورگان حداقل تعداد نمونه‌ای که بیشتر از ۳۸۴ نفر باشد مناسب است. همچنین بنا بر تحقیقات اعتبارسنجی مشابه، حجم نمونه لازم برای چنین پژوهش‌های ۵۰۰ نفر است که مناسب این نوع پژوهش‌ها است (۵۰ نفر نیز جهت کنترل افت آزمودنی‌ها در نظر گرفته شد) در واقعاً برای این پژوهش ۵۵۰ نفر نمونه در نظر گرفته شد. سپس با توجه به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای از بین دانشگاه‌های شهر تهران به صورت تصادفی سه واحد دانشگاهی انتخاب و از هر واحد دانشگاهی ۳ دانشکده و از هر دانشکده به صورت تصادفی ۳ کلاس انتخاب شدند و از همه‌ی افراد مایل به همکاری خواسته شد که به سؤالات مقیاس‌های ذکرشده در ذیل پاسخ دهند.

روند ساخت و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه شامل مراحل به شرح ذیل است. از آنجایی که مقیاس نشخوار فکری مشترک (CORS) و پرسشنامه کیفیت روابط (QRI) قبلاً در تحقیقات داخلی ترجمه و اعتبارسنجی شده‌اند؛ در این مرحله فقط پرسشنامه نگرانی مشترک (CoWQ) توسط ۲ مترجم مسلط به هر دو زبان فارسی و انگلیسی از زبان انگلیسی به فارسی ترجمه شد. تفاوت‌ها و

مشکلات دوست<sup>۱</sup> با میزان واریانس توضیحی (Explained Variance) برای هر کدام به ترتیب ۰/۸۹؛ و ۰/۷ به دست آمده بود. جهت سنجش بعد صمیمیت در تلاش‌های کلامی از پرسشنامه کیفیت روابط<sup>۲</sup> Pires و همکاران (1991)، استفاده می‌شود. این پرسشنامه دارای ۲۹ ماده بود اما در اعتبارسنجی آن ۴ ماده حذف شد و در نهایت ۲۵ ماده باقی ماند. پرسشنامه کیفیت روابط (QRI) دارای سه زیر مقیاس است: حمایت اجتماعی ادراک‌شده (۷ آیت)، تعارض‌های بین فردی (۱۲ آیت) و عمق روابط (۶ آیت). همچنین در هر یک از ۲۵ آیت، فرد باید کیفیت روابط خود را با خانواده یا دوستان ارزیابی کند. حداقل امتیاز ممکن ۲۵ و حداکثر ۱۰۰ خواهد بود؛ که به صورت کیفیت روابط پایین (۲۵ تا ۵۰ نمره)، کیفیت روابط متوسط (۵۰ تا ۶۵ نمره) کیفیت روابط بالا (نمره ۶۲ به بالاتر) تقسیم‌بندی می‌شود (Pires, 1991). پایایی به روش بازآزمایی ۰/۸۳ برای کل پرسشنامه و برای خرده مقیاس‌ها بالای ۰/۷۰ حاصل شد (Pierce et al., 1991). همچنین در پژوهش نظری و همکاران (۱۳۹۶)، پایایی پرسشنامه کیفیت روابط، با استفاده از آلفای کرونباخ بر روی ۷۷ نفر برابر با ۰/۹۲ گزارش شد. جهت افزایش دقت نظری در این پژوهش از زیر مقیاس عمق روابط یا همان صمیمیت بین فردی که ۶ ماده سؤال دارد، استفاده شده است.

پرسشنامه‌های ذکرشده در فوق، به صورت ابزاری جهت سنجش متغیرهای مربوط به نگرانی و نشخوار فکری مانند علائم اختلالات هیجانی در تحقیقات مختلف دیگری مورد استفاده قرار گرفته‌اند. این پژوهش قصد دارد با نگاهی به محتوای موردبررسی پرسشنامه‌های نشخوار فکری و نگرانی مشترک و صمیمیت بین فردی، یک ابزار جدیدتر البته با توجه به مبانی نظری آن‌ها معرفی کند. با توجه به جستجوهای انجام‌شده محقق، در هیچ پژوهشی این سه متغیر به‌عنوان یک رفتار ایمنی‌بخش و یا اجتنابی در ارتباط باهم مطرح نشده‌اند. از طرفی پیشینه پژوهشی نشان می‌دهد کلام و فرایندهای شناختی می‌توانند در افراد مبتلا به عواطف منفی به‌عنوان یک مکانیزم سرکوب‌ناکارآمد بکار برده شود (زولیگ و بورکووک (۲۰۰۵) به همین دلیل این پژوهش سازه‌ی تلاش کلامی را در ارتباط با علائم افسردگی و اضطراب بررسی خواهد کرد؛

نمونه یکی از آن‌ها به صورت تصادفی انتخاب و بعد از گذشت زمان ۲ هفته دوباره بر روی آن‌ها این پرسشنامه‌ها اجرا شد. در مرحله آخر پرسشنامه‌های جمع‌آوری شده با کدگذاری نمره‌گذاری و داده‌های خام و نمرات مربوطه جهت انجام تجزیه و تحلیل ثبت شدند. نسخه رایانه‌ای پرسشنامه‌ها، به وسیله نرم‌افزار برخط پرسلاین ساخته شد. اعتبار سازه آزمون به وسیله تحلیل عاملی تأییدی در نرم‌افزار لیزرل و همچنین جهت بررسی روایی درونی مقیاس‌ها از آزمون آلفای کرونباخ و برای بررسی روایی همگرا مقیاس‌ها با سازه‌های همگرا از آزمون همبستگی پیرسون بررسی شد.

ابزارهای مورد استفاده در پژوهش حاضر از قرار زیر است: برای ساخت و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی متغیر جدید تلاش‌های کلامی از ابزارهای زیر استفاده شد: نگرانی مشترک؛ مقیاس نشخوار فکری مشترک (CORS) و پرسشنامه کیفیت روابط (QRI) قبلاً در تحقیقات دیگر اعتبارسنجی شده‌اند؛ به این صورت که با تحلیل محتوایی جملات و سؤالات این پرسشنامه‌ها، بار عاملی و اعتبار آماری ابزارهای موردنظر بررسی شد. بر همین اساس برای بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه‌ی تلاش‌های کلامی بر اساس مدل نظری آن از سه مقیاس اصلی نگرانی مشترک، نشخوار فکری مشترک و صمیمیت بین فردی استفاده شد.

**پرسشنامه نگرانی مشترک (CoWQ):** پرسشنامه نگرانی مشترک یک پرسشنامه ۱۲ ماده‌ای است که برای سنجش بحث‌های نگران‌کننده بین دو نفر در روابط بین فردی ساخته شده است (هرتزیگ-اندرسون و همکاران، ۲۰۱۲). این پرسشنامه به صورت ویژه برای بررسی مکالمات متمرکز بر مشکل برای اضطراب، در مقایسه با نشخوار فکری مشترک در مورد بحث‌های افسرده کننده است، سؤالات با توجه محتوای نظری نگرانی، یعنی اظهارات ترس‌آور تکراری، ادراک تهدید و نداشتن توان راه‌مدار، طراحی شده‌اند (Hong, 2007). به آزمودنی‌ها گفته می‌شود که یک دوست هم‌جنس را در نظر بگیرند و در مورد نحوه اینکه «ما چگونه در مورد نگرانی‌هایمان بحث می‌کنیم» به ۱۲ سؤال در مقیاس لیکرت ۵ نقطه‌ای که از ۱ تا ۵ متغیر است پاسخ دهند. به صورتی که گزینه‌ی ۱ را که

تناقض‌های دو مترجم اصلاح گردید و نهایتاً با ادغام ترجمه‌های اولیه، نسخه نهایی ترجمه شده به زبان فارسی پدید آمد. نسخه نهایی که ترجمه آن در مرحله قبل پایان یافته بود، توسط یک مترجم که به هر دو زبان مسلط بود و در مراحل قبلی شرکت نداشته، از زبان فارسی به انگلیسی برگردانده شد. سپس سؤالات مربوط به همی پرسشنامه‌ها (نگرانی مشترک، نشخوار فکری مشترک و کیفیت روابط) جهت تأیید اعتبار سازه و محتوایی آن‌ها، به ۹ نفر از اساتید روان‌شناسی بالینی دانشگاه‌های وزارت علوم و بهداشت که در حیطه موردنظر تحقیقات مشابه انجام داده‌اند ارائه شد. از گروه متخصصین درخواست شد نظر خود را در مورد ارتباط سؤالات و مقیاس‌های موردنظر اعلام نمایند؛ و اگر لازم می‌دانستند سؤالاتی را حذف یا اصلاح کنند. نظرات همه اساتید جمع‌آوری و با هم انطباق داده شد. در نهایت شکاف بین نظرات تصحیح شد. بعد از آن به منظور بررسی روایی صوری پرسشنامه‌ها از بین گروه هدف که تعداد ۳۰ نفر به صورت در دسترس انتخاب شده، پرسشنامه‌ها ارائه شد تا در مورد قابل فهم بودن هر سؤال نظرات خود را بیان کنند. همچنین برای تعیین اعتبار همگرای پرسشنامه، میزان همگرایی نمرات آن‌ها با آزمون‌های افسردگی بک (BDI)، پرسشنامه نگرانی پنسیلوانیا (PSWQ) و پرسشنامه نشخوار فکری (RPQ) محاسبه شد. در مرحله بعد، از بین دانشگاه‌های شهر تهران به صورت تصادفی سه واحد دانشگاهی انتخاب و از هر واحد دانشگاهی ۳ دانشکده و از هر دانشکده به صورت تصادفی ۳ کلاس انتخاب شدند و از همه‌ی افراد مایل به همکاری خواسته شد که به سؤالات مقیاس‌های: نگرانی مشترک (CoWQ)، کیفیت روابط، پرسشنامه نگرانی پنسیلوانیا (PSWQ) و پرسشنامه نشخوار فکری (RPQ)، نشخوار فکری مشترک (CORS) و پرسشنامه افسردگی و اضطراب بک (BAI) پاسخ دهند. پس از انتخاب نمونه تحقیق پرسشگران به صورت آنلاین و پس از توضیح کافی در مورد تحقیق و کسب رضایت افراد به جمع‌آوری اطلاعات لازم و پر کردن پرسشنامه‌ها توسط افراد پرداخته شد. برای بررسی پایایی بازآزمایی: مقیاس‌های تلاش‌های کلامی از بین کلاس‌های گروه

کردن در مورد یک مشکل به صورت تکراری - تأمل در مورد علت یک مشکل - تأمل در مورد پیامدهای مشکلات - تأمل در مورد بخش‌های از مشکلی که قابل فهم نیست - تمرکز بر احساسات منفی. شرکت‌کننده‌ها به هریک از آیتم‌ها بر اساس مقیاس ۵ گزینه‌ی لیکرت که از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) رتبه‌بندی شده است و توصیف‌کننده درجه هر آیتم است، جواب می‌دهند. یک کاوش تحلیل عاملی برای آزمایش اینکه چه اطلاعاتی بهترین نماینده برای یک عامل یا چندین عامل که نشانگر حوزه‌های موردبررسی است، انجام شد. آزمایش عدد خاصی، یک عامل قوی را نشان داد (همه آن‌ها  $< 0/45$ ) (Rose, 2002). Davidson و همکاران (2014) از طریق تحلیل عاملی اکتشافی نشان دادند که این پرسشنامه دارای سه عامل اصلی است: تداعی منفی<sup>۲</sup>، غوطه‌وری در و تشویق به صحبت کردن در مورد مشکل<sup>۴</sup> که در مورد همسانی درونی این پرسشنامه باید گفت که آلفای کرونباخ سه عامل اصلی به این صورت است: تداعی منفی (0/94)، غوطه‌وری در فکر (0/85)، تشویق به بحث در مورد یک مشکل (0/85). Rose و همکاران (2002, 2010, 2013) برای این پرسشنامه همسانی درونی 0/90 تا 0/97 را بر اساس آزمون آلفای کرونباخ به دست آورده‌اند. اخیراً نیز در یک مطالعه تحلیل عاملی که Davidson و همکاران (2014) در مورد ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه بود، نشان دادند که در زیرمقیاس‌های مختلف از 0/85 تا 0/93 دارای همسانی درونی است که به نظر کافی است. از طریق آزمون آلفا نیز در مطالعه‌ی اخیر نیز همسانی درونی این پرسشنامه 0/89 بود. همچنین در هنجاریابی این مقیاس توسط Alimoradi و همکاران (2020) بر اساس تحلیل عاملی اکتشافی: عامل‌های ۱- نشخوار در مورد مشکلات طرف مقابل<sup>۵</sup> و ۲- نشخوار فکری در مورد مشکلات دوست<sup>۶</sup> با میزان واریانس توضیحی (Explained Variance) برای هرکدام به ترتیب 0/89 و 0/7 به دست آمده بود. همچنین از روایی درونی 0/90 آلفای کرونباخ و روایی همگرا 0/64 با مقیاس پاسخ نشخوار فکری و 0/77 با مقیاس افسردگی بک برخوردار بود.

بهترین توصیف‌کننده‌ی چگونگی مکالمات دونفره در آن مورد است، انتخاب کنند. سؤالات بیشتر شامل این موارد است: ناتوانی در کنترل نگرانی: «وقتی که من شروع به گفتگو در مورد نگرانی‌های خود با دوستم کردم، متوقف کردن آن دشوار است.» درک تهدید: «وقتی من در یک وضعیت نگران‌کننده هستم، دوستم به من می‌گوید که همین شرایط را او بسیار بد تجربه کرده است.» پیش‌بینی احتمال وقایع استرس‌زا در آینده: «وقتی درباره اتفاقات بدی که می‌تواند رخ دهند بحث می‌کنیم، چنان صحبت می‌کنیم؛ انگار این اتفاق بد رخ داده است.» فهم ناکارآمد بودن روش مدارا: «پس از بحث و گفتگو با دوستانم در مورد نگرانی‌هایم، به نظر می‌رسد که راه‌حلی برای این مشکل کارایی نخواهد داشت.» در نمونه گسترده‌تر با 401 شرکت‌کننده اصلی، CoWQ قابلیت اعتبار درونی قوی را با آلفای 0/89 و روایی همگرا با همبستگی معنادار با نگرانی و اضطراب ( $p < 0/001$ ) نشان داد. تحلیل عاملی نگرانی مشترک منجر به یک راه‌حل یک عاملی با همه مقادیر خاص  $< 0/45$  شد. برای بررسی رابطه این مقیاس با نشخوار فکری مشترک، با تحلیل عاملی اکتشافی به دو عامل متمایز منجر شد. سؤالات CoWQ در دو گروه قرار گرفتند: ارزیابی بیش‌ازحد تهدید / دست‌کم گرفتن روش‌های مقابله‌ای و سؤالات تکراری تمرکز بر مشکل (بیشتر شبیه سؤالات نشخوار فکری مشترک). همچنین این تحلیل از اعتبار واگرایی نگرانی مشترک با نشخوار فکری مشترک حمایت می‌کند. پژوهش Dombrowski (2014) در نمونه‌ای نوجوان نیز، همسانی درونی سؤالات این پرسشنامه را مناسب ارزیابی کرد ( $\alpha = 0/88$ ).

**پرسشنامه‌ی نشخوار فکری مشترک (CRQ):** پرسشنامه‌ی نشخوار فکری مشترک<sup>۱</sup> دارای ۲۷ آیتم است و مربوط به سنجش رابطه‌ی افراد با دوستان هم‌جنس است که با آن‌ها نشخوار مشترک دارند و توسط علیمرادی و همکاران (۱۳۹۴) در ایران ترجمه و هنجاریابی شد. آیتم‌های سه‌گانه، نه ناحیه را اندازه‌گیری می‌کند: - فراوانی بحث از مشکلات - بحث از مشکلات به‌جای سرگرم شدن به فعالیت‌های دیگر - ترغیب توجه کودکان به بحث در مورد مشکلات دوستان - ترغیب کودکان به بحث در مورد مشکلات از طریق دوستان - بحث

4. Encouraging Problem Talk  
5. Participant's problems  
6. Friend's problem

1. Co-Rumination Questionnaire (CRQ)  
2. rehashing  
3. mulling

پایایی این مقیاس در نمونه‌ی ایرانی در مطالعه محمدی (۱۳۷۷)، به نقل از عدالتی شاطری و همکاران، (۲۰۰۹) توسط آلفای کرونباخ ۰/۹۲؛ و همبستگی درونی آیت‌ها ۰/۴۲ گزارش شده است. در پژوهش دهشیری و همکاران (۲۰۰۹) نیز ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه در کل نمونه ۰/۸۸؛ و ضریب بازآزمایی ۰/۷۹ به دست آمد که بیانگر همسانی درونی بالای پرسشنامه است.

**پرسشنامه نشخوار فکری (RRQ):** پرسشنامه نشخوار فکری توسط Nolen-Hoeksema and Morrow (1991) به صورت یک پرسشنامه خودآزما تدوین شد که چهار نوع متفاوت از واکنش به خلق منفی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. پرسشنامه سبک‌های پاسخ (RSQ)، از دو مقیاس پاسخ‌های نشخواری (PRS) مقیاس پاسخ‌های منحرف‌کننده حواس (DRS) تشکیل شده است. این پرسشنامه ۲۲ عبارت دارد که از پاسخ‌دهندگان خواسته می‌شود هر کدام را در مقیاس از ۱ (هرگز) تا ۴ (اغلب اوقات) درجه‌بندی کنند (Nolen-Hoeksema, 2003). 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 آقایوسفی، خاربو و حاتمی (۱۳۹۴) به فارسی ترجمه شد و آلفای کرونباخ مقیاس‌های آن 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.

**پرسشنامه‌ی افسردگی بک - ویرایش دوم:** این پرسشنامه نشانگان افسردگی را طبق ملاک‌های تشخیصی اختلال افسردگی که انجمن روان‌پزشکی آمریکا در راهنمای تشخیصی آماری اختلالات روانی چاپ چهارم ارائه داده ارزیابی می‌کند (Beck et al., 1996). این پرسشنامه دارای ۲۱ آیت چهارگزینه‌ای از ۰-۳ است و نمره کلی بین صفر تا ۶۳ متغیر است. همبستگی درونی این مقیاس (آلفای کرونباخ: ۰/۹۳) و پایایی باز آزمایی (۰/۹۳) است (دابسون و محمدخانی، ۱۳۸۶). ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه در مطالعه‌ی فتی، بیرشک، عاطف

**پرسشنامه کیفیت در روابط (QRI):** جهت بررسی بعد صمیمت در تلاش‌های کلامی از پرسشنامه کیفیت روابط<sup>۱</sup> که توسط Pires و همکاران (1991) ساخته شده است، استفاده می‌شود. این پرسشنامه دارای ۲۹ ماده بود اما در اعتبارسنجی آن ۴ ماده حذف شد و در نهایت ۲۵ ماده باقی ماند. پرسشنامه کیفیت روابط (QRI) دارای سه زیر مقیاس است: حمایت اجتماعی ادراک‌شده (۷ آیت)، تعارض‌های بین فردی (۱۲ آیت) و عمق روابط (۶ آیت). هم‌چنین در هر یک از ۲۵ آیت، فرد باید کیفیت روابط خود را با خانواده یا دوستان ارزیابی کند. حداقل امتیاز ممکن ۲۵ و حداکثر ۱۰۰ خواهد بود؛ که به صورت کیفیت روابط پایین (۲۵ تا ۵۰ نمره)، کیفیت روابط متوسط (۵۰ تا ۶۵ نمره) کیفیت روابط بالا (نمره ۶۲ به بالاتر) تقسیم‌بندی می‌شود (Pires, 1991). پایایی به روش بازآزمایی ۰/۸۳ برای کل پرسشنامه و برای خرده مقیاس‌ها بالای ۰/۷۰ حاصل شد (Pierce et al., 1991). هم‌چنین در پژوهش نظری و همکاران (۱۳۹۶)، پایایی پرسشنامه کیفیت روابط، با استفاده از آلفای کرونباخ بر روی ۷۷ نفر برابر با ۰/۹۲ گزارش شد.

**پرسشنامه‌ی حالت نگرانی پنسیلوانیا<sup>۲</sup> (PSWQ):** این پرسشنامه، یک پرسشنامه‌ی خودگزارش دهی است که توسط Meyer و همکاران (1990) ساخته شده است. این پرسشنامه ۱۶ آیت دارد و گرایش افراد به نگرانی را در حالت کلی و بدون در نظر گرفتن موضوع نگرانی خاصی می‌سنجد. پاسخ‌ها در یک مقیاس ۵ درجه‌ای از ۱ (اصلاً درست نیست) تا ۵ (همیشه درست است) سنجیده می‌شود (Meyer et al., 1990). Timoty و همکاران (1992) در خصوصیات روان‌سنجی پرسشنامه‌ی نگرانی پنسیلوانیا را در ۴۳۶ بیمار مضطرب و ۳۲ فرد سالم به‌عنوان گروه کنترل بررسی کردند. نتایج حاصل از تحلیل عاملی نشان داد که PSWQ یک ساختاری تک‌بعدی را می‌سنجد. روایی درونی این پرسشنامه بر اساس تحلیلی که طی آن افراد GAD از افراد با سایر اختلالات اضطرابی (اختلال وسواسی جبری) مجزا شد، مناسب تشخیص داده شد. به‌علاوه، یافته‌های تحقیق، استفاده از این پرسشنامه را برای بررسی و تشخیص فرایند نگرانی نرمال و بیمارگونه، مناسب گزارش دادند. روایی و

3. Rumination Response Scale (RRS)

1. Quality of relationship inventory  
2. Penn state worry Questionnaire



### یافته‌ها

قبل از بررسی چگونگی برازش مدل ساختار عاملی تأییدی با داده‌ها، مفروضه‌های فاصله‌ای یا نسبی مقیاس اندازه‌گیری بررسی شد (Hajduk, 1987). در پژوهش حاضر، نیز موارد موردبررسی و رعایت آن‌ها تأیید شد. رعایت پیش‌فرض اول با توجه به نتایج آزمون تک متغیره و چند متغیره نرمال بودن در نرم‌افزار لیزرل بررسی شد. همچنین بروندادهای نرم‌افزار لیزرل و برازش یافتن مدل‌های ساختاری نشان داد که پیش‌فرض‌های «مدلی بیش از حد مشخص شده» و «عدم هم خطی چندگانه» بین متغیرها نیز رعایت شده است. پیش‌فرض مربوط به متغیرهای مشاهده‌شده چندگانه نیز در مرحله مدل اندازه‌گیری (تحلیل عاملی تأییدی) رعایت شد. همچنین پیش‌فرض مربوط به وجود رابطه خطی در بررسی ماتریس کوواریانس و همبستگی و نهایتاً مفروضه فاصله‌ای بودن مقیاس اندازه‌گیری با توجه به ماهیت داده‌ها مورد تأیید قرار گرفت.

ابتدا برازش آماری مدل اندازه‌گیری داده‌های پژوهش با استفاده از نرم‌افزار لیزرل ۸/۸ موردبررسی قرار گرفت. مدل موردبررسی شامل مدل چهار عاملی، با بار شدن ۴۵ سؤال روی ۴ عامل بود. در جدول ۱ بارهای عاملی و دیگر شاخص‌های توصیفی به تفکیک هر سؤال ارائه شده است. در این راستا از روش بیشینه درست‌نمایی ماکسیمم (Maximum Likelihood Robust Procedure) برای برآورد مدل استفاده‌شده و شاخص‌های زیر برای برازش مدل استفاده شد: شاخص مجذور خی ساتورا-بتنلر ( $\chi^2$ ) (Satorra-Bentler آزادی ( $\chi^2/df$ ), شاخص نیکویی برازش (Goodness of Fit Index) (GFI), شاخص نیکویی برازش انطباقی (Adjusted Goodness of Fit Index) (AGFI), شاخص نیکویی برازش مقایسه‌ای (Comparative Fit Index) (CFI), خطای ریشه مجذور میانگین تقریب (Root Mean Square Error of Approximation) (RMSEA) و باقی‌مانده ریشه مجذور میانگین (Root Mean Square Residual) (RMSR).

وحید و دابسون (۱۳۸۲) بررسی شود که به این شرح بود: ضریب آلفا ۰/۹۱، همبستگی میان دو نیمه آزمون ۰/۸۹؛ و ضریب بازآزمایی ۰/۹۴ به دست آمد.

**پرسشنامه اضطراب بک (BAI):** پرسشنامه اضطراب بک<sup>۱</sup> یک مقیاس ۲۱ بخشی برای اندازه‌گیری شدت بی‌قراری و اضطراب در افراد است. در مجموع، نمره آزمودنی‌ها بین ۱ تا ۶۳ متغیر است. نمره کمتر از ۹ نشانه عدم اضطراب، ۲۱-۱۱، نشانگر اضطراب خفیف، نمره ۳۱-۲۱، نشانه اضطراب متوسط و ۳۱ به بالا بیانگر اضطراب شدید است (Beck, 1988). به نقل از قاسم‌زاده و همکاران، (۲۰۰۵). پرسشنامه اضطراب بک (BAI) توسط کاویانی و موسوی در ایران هنجاریابی شده است. به این ترتیب، ۱۵۱۳ نفر زن و مرد در گروه‌های سنی - جنسی مختلف در شهر تهران، از طریق نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای، این آزمون را پر نمودند. همچنین ۲۶۱ بیمار مبتلا به اضطراب مراجعه‌کننده به درمانگاه‌ها و مراکز درمانی در مطالعه شرکت داشتند. تحلیل آماری برای به دست آوردن ضریب هم‌آهنگی درونی و تحلیل ماده‌ها صورت گرفت. برای به دست آوردن ضریب پایانی آزمون - باز آزمون، ۱۱۲ نفر از آزمودنی‌های قبلاً آزمون شده از جمعیت بهنجار، در فاصله زمانی یک ماه از مرحله اول، مجدداً به تکمیل آزمون پرداختند. همچنین برای به دست آوردن ضریب روایی، ۱۵۱ نفر از بیماران مبتلا به اضطراب بالینی مورد مصاحبه بالینی قرار گرفتند و به‌طور موازی دو ارزیاب بر اساس یک درجه‌بندی کمی از ۱۰ - ۰، میزان اضطراب افراد را ارزیابی کردند. نتایج نشان داد، آزمون موردنظر دارای روایی (۰/۷۲)، پایایی (۰/۸۳) و ثبات درونی (آلفای ۰/۹۲) مناسبی است (کاویانی و موسوی، ۱۳۸۷).

جدول ۱.

شاخص‌های توصیفی برای سؤال‌های مقیاس تلاش‌های کلامی

گویه	M	SD	FL	V	I.T.	C.D.	SK	K
s1	۲,۶۱	۱,۱۵۷	۰,۸۱	۷۲۴,۳۵۵	,۵۰۵	,۹۵۴	,۴۳۸	-,۴۸۵
s2	۲,۴۳	۱,۱۱۷	۰,۸۴	۷۲۸,۸۷۹	,۴۴۸	,۹۵۴	,۷۹۹	-,۰۰۹
s3	۲,۶۲	۱,۱۷۰	۰,۸۲	۷۲۳,۵۲۳	,۵۱۲	,۹۵۴	,۴۷۳	-,۵۱۷
s4	۲,۵۹	۱,۲۲۳	۰,۹۳	۷۲۲,۲۰۲	,۵۰۸	,۹۵۴	,۴۹۲	-,۶۲۴
s5	۲,۵۴	۱,۱۲۲	۰,۸۰	۷۲۹,۴۰۲	,۴۳۶	,۹۵۴	,۷۴۸	-,۱۰۸
s6	۳,۵۶	۱,۱۶۲	۰,۴۷	۷۳۰,۶۳۸	,۴۰۰	,۹۵۵	-,۵۴۴	-,۴۷۸
s7	۳,۱۵	۱,۱۴۱	۰,۶۲	۷۲۰,۳۵۱	,۵۷۹	,۹۵۳	-,۰۵۵	-,۸۱۵
s8	۲,۷۷	۱,۱۹۴	۰,۷۸	۷۱۷,۶۲۶	,۵۹۵	,۹۵۳	,۳۵۸	-,۷۸۵
s9	۲,۴۴	۱,۰۲۹	۰,۵۰	۷۳۴,۳۸۷	,۳۸۹	,۹۵۴	,۸۲۸	,۴۴۰
s10	۲,۶۴	۱,۲۲۴	۰,۸۶	۷۲۳,۵۲۲	,۴۸۷	,۹۵۴	,۴۲۶	-,۸۲۲
s11	۲,۴۷	۱,۲۵۱	۰,۸۸	۷۲۳,۳۵۲	,۴۷۸	,۹۵۴	,۶۶۳	-,۵۲۹
s12	۲,۴۸	۱,۰۴۳	۰,۷۶	۷۲۷,۰۵۸	,۵۱۵	,۹۵۴	,۸۶۵	,۲۹۲
s13	۳,۱۹	۱,۱۸۸	۰,۶۵	۷۱۹,۰۳۸	,۵۷۵	,۹۵۴	-,۰۱۲	-,۹۷۲
s14	۳,۷۳	,۹۲۹	۰,۴۶	۷۳۴,۲۱۰	,۴۳۸	,۹۵۴	-,۳۸۵	-,۲۸۱
s15	۳,۲۰	۱,۰۶۹	۰,۶۴	۷۲۷,۴۷۹	,۴۹۴	,۹۵۴	-,۱۴۱	-,۷۳۴
s16	۲,۹۰	۱,۰۸۱	۰,۸۰	۷۱۹,۴۴۲	,۶۲۹	,۹۵۳	,۳۲۰	-,۶۶۳
s17	۳,۴۰	۱,۰۱۸	۰,۶۹	۷۲۱,۶۶۱	,۶۲۹	,۹۵۳	-,۲۷۹	-,۵۰۶
s18	۳,۴۸	,۹۹۲	۰,۵۸	۷۲۹,۳۹۲	,۴۹۹	,۹۵۴	-,۳۴۱	-,۳۸۰
s19	۳,۰۹	۱,۱۱۸	۰,۷۰	۷۲۴,۰۸۷	,۵۲۸	,۹۵۴	,۰۵۷	-,۸۸۶
s20	۲,۸۷	۱,۰۳۴	۰,۷۹	۷۲۰,۴۰۹	,۶۴۲	,۹۵۳	,۱۹۱	-,۶۵۳
s21	۲,۸۷	۱,۰۷۵	۰,۷۴	۷۱۶,۴۵۷	,۶۸۶	,۹۵۳	,۱۸۰	-,۷۳۶
s22	۲,۹۷	۱,۰۷۰	۰,۸۰	۷۱۷,۳۱۷	,۶۷۴	,۹۵۳	,۱۲۱	-,۷۴۰
s23	۳,۰۱	۱,۱۰۵	۰,۸۰	۷۱۹,۳۰۶	,۶۱۷	,۹۵۳	,۰۵۹	-,۹۴۳
s24	۲,۸۲	۱,۰۷۱	۰,۸۲	۷۱۹,۲۶۰	,۶۳۹	,۹۵۳	,۲۴۲	-,۶۸۴
s25	۳,۰۶	۱,۰۴۷	۰,۶۷	۷۲۰,۱۸۷	,۶۳۸	,۹۵۳	-,۱۴۷	-,۶۸۳
s26	۳,۲۵	۱,۰۳۸	۰,۷۵	۷۲۰,۲۹۵	,۶۴۱	,۹۵۳	-,۳۱۰	-,۵۰۰
s27	۳,۳۶	,۹۸۰	۰,۶۸	۷۲۳,۴۹۴	,۶۱۹	,۹۵۳	-,۲۴۶	-,۴۵۱
s28	۳,۱۲	۱,۰۲۰	۰,۷۷	۷۲۰,۲۶۹	,۶۵۴	,۹۵۳	,۰۴۰	-,۷۴۱
s29	۳,۲۰	۱,۰۳۰	۰,۷۸	۷۱۸,۶۲۹	,۶۷۸	,۹۵۳	-,۰۷۶	-,۵۴۴
s30	۳,۲۰	۱,۰۹۹	۰,۸۶	۷۱۶,۳۹۶	,۶۷۱	,۹۵۳	-,۱۰۲	-,۸۲۷
s31	۳,۱۹	۱,۰۸۴	۰,۸۹	۷۱۵,۹۴۲	,۶۸۹	,۹۵۳	-,۱۱۷	-,۷۸۵
s32	۲,۹۷	۱,۱۰۷	۰,۹۲	۷۱۳,۰۲۱	,۷۲۵	,۹۵۳	,۰۳۲	-,۷۶۱
s33	۳,۰۴	۱,۰۵۸	۰,۸۸	۷۱۵,۹۲۶	,۷۰۸	,۹۵۳	,۰۷۵	-,۷۵۶
s34	۳,۳۲	۱,۰۳۴	۰,۷۸	۷۱۸,۵۸۳	,۶۷۶	,۹۵۳	-,۲۹۴	-,۵۱۷
s35	۲,۳۴	۱,۱۳۶	۰,۶۸	۷۱۷,۳۶۳	,۶۳۲	,۹۵۳	,۷۵۴	-,۲۴۱
s36	۳,۰۴	۱,۰۸۲	۰,۸۶	۷۱۴,۶۹۳	,۷۱۳	,۹۵۳	-,۰۴۸	-,۷۴۴
s37	۲,۹۶	۱,۰۵۸	۰,۸۵	۷۱۴,۰۳۶	,۷۴۲	,۹۵۳	,۰۷۴	-,۷۵۴
s38	۲,۸۳	۱,۰۷۱	۰,۸۱	۷۱۴,۸۶۹	,۷۱۸	,۹۵۳	,۲۲۸	-,۵۹۸
s39	۳,۰۶	۱,۰۶۶	۰,۸۴	۷۱۴,۰۱۶	,۷۳۶	,۹۵۳	-,۰۹۳	-,۷۳۵
s40	۳,۳۶	,۷۹۷	۰,۵۲	۷۴۳,۲۱۲	,۳۰۵	,۹۵۵	-,۱,۱۶۴	,۷۸۹
s41	۳,۱۶	,۸۵۹	۰,۶۶	۷۴۴,۴۴۱	,۲۵۵	,۹۵۵	-,۷۴۰	-,۲۵۴
s42	۳,۳۸	,۷۲۶	۰,۳۸	۷۴۵,۵۹۲	,۲۷۷	,۹۵۵	-,۱,۱۵۴	۱,۳۰۶
s43	۳,۲۵	,۸۹۵	۰,۶۳	۷۴۶,۳۸۵	,۲۰۳	,۹۵۵	-,۱,۰۱۴	,۱۴۵
s44	۳,۴۸	,۷۵۱	۰,۵۵	۷۴۸,۶۸۱	,۱۹۱	,۹۵۵	-,۱,۳۹۶	۱,۴۲۱
s45	۳,۲۶	,۸۱۵	۰,۵۴	۷۴۶,۷۰۴	,۲۱۹	,۹۵۵	-,۹۵۰	,۳۲۶

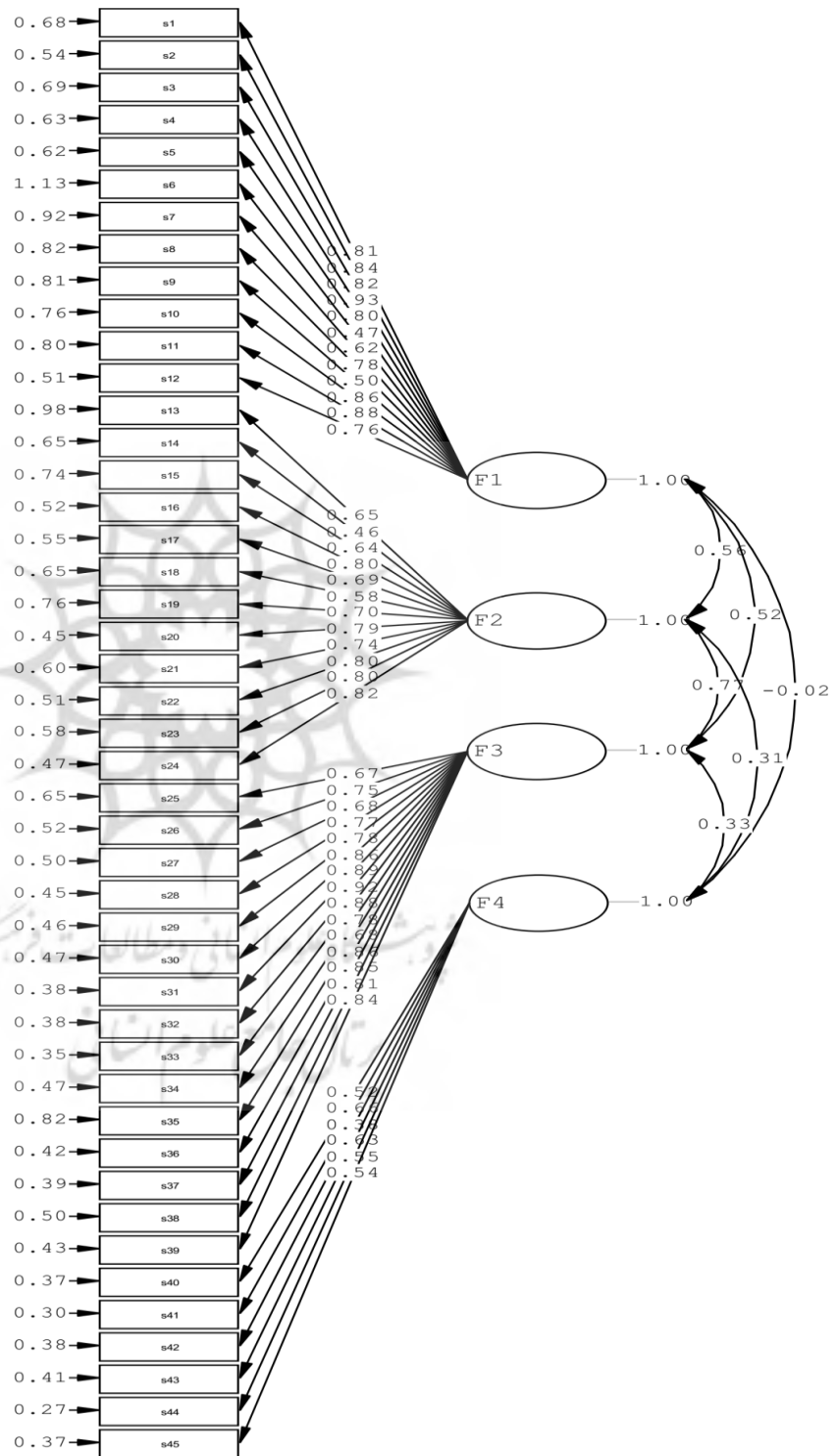
نکته: M، میانگین؛ SD، انحراف استاندارد؛ FL، بار عاملی؛ V، واریانس در صورت حذف سؤال؛ C.D، آلفای کرونباخ در صورت حذف سؤال؛ SK، کشیدگی؛ K، کجی

بخشی است. بار عاملی همه سؤالات غیر از سؤال ۴۲ بالاتر از ۰/۴۰ است.

بررسی مقادیر بارهای عاملی حاکی از آن است بارهای عاملی همه سؤالات روی مؤلفه اصلی معنی‌دار و رضایت

نمودار ۱.

آماره‌های استاندارد شده سؤالات پرسشنامه تلاش‌های کلامی روی مدل چهار عاملی



Chi-Square=4095.57, df=939, P-value=0.00000, RMSEA=0.079

نکته: F1؛ نگرانی مشترک، F1؛ نشخوار فکری دو نفره، F1؛ نشخوار فکری انفرادی، F1؛ صمیمیت بین فردی.

## جدول ۲.

شاخص‌های برازش مدل (تعداد ۵۱۶ نفر)

$sbX^2$	SRMR	CFI	NFI	IFI	NFI	PNFI	RMSEA
۴۰۹۵/۵	۰/۰۷۵	۰/۹۶	۰/۹۴	۰/۹۶	۰/۹۴	۰/۹۰	۰/۰۷۹

ضریب آلفای کرونباخ و دونیمه کردن گاتمن برای پرسشنامه تلاش‌های کلامی ۰/۹۵ و ۰/۹۲ برآورد شده است؛ که بیانگر همسانی درونی مطلوب این مقیاس است. همبستگی مؤلفه‌های پرسشنامه تلاش‌های کلامی با سایر متغیرهای روان‌شناختی در جمعیت عادی

بررسی میزان تفاوت برازش مدل موردبررسی حاکی از آن بود که مدل با داده‌ها برازش خوبی دارد، یعنی نتایج پژوهش از مدل چهار عاملی حمایت می‌کند. بررسی شاخص‌های برازش مدل حاکی از آن است که مدل موردنظر برازش نسبتاً مطلوبی با داده‌ها دارد. شاخص‌های  $GFI$ ،  $CFI$ ،  $NFI$ ،  $IFI$ ،  $PNFI$  و  $SRMR$  بر برازش مطلوب و مناسب دلالت دارد (جدول ۲ و نمودار ۱).

## جدول ۳.

همبستگی پیرسون مؤلفه‌های مقیاس تلاش‌های کلامی با افسردگی، اضطراب، نگرانی و نشخوار فکری

اضطراب بک	نگرانی	نشخوار فکری	افسردگی بک	
,۴۹۷**	,۵۵۱**	,۵۱۸**	,۵۳۸**	نگرانی مشترک
,۳۵۹**	,۴۱۷**	,۴۱۴**	,۳۸۷**	نشخوار فکری دو نفره
,۳۵۴**	,۳۸۱**	,۴۳۵**	,۴۲۰**	نشخوار فکری انفرادی
,۱۲۱**	,۱۶۸**	,۱۶۸**	,۱۲۵**	صمیمت بین فردی
,۴۵۱**	,۵۰۶**	,۵۱۷**	,۵۰۳**	نمره کل

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این مطالعه، بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه تلاش‌های کلامی در یک نمونه‌ی دانشجویی بود. روابط ساختاری بین ماده سؤالات و عوامل اصلی مورد مطالعه، نشان‌دهنده‌ی همسانی و همبستگی بین این سه متغیر بود. بررسی مقادیر بارهای عاملی حاکی از آن است بارهای عاملی همه سؤالات روی مؤلفه اصلی معنی‌دار و رضایت بخشی است. بار عاملی همه سؤالات غیر از یک سؤال بالاتر از ۰/۴۰ بود؛ بنابراین مؤلفه‌های تلاش کلامی یعنی نشخوار فکری مشترک انفرادی و دوتایی، نگرانی مشترک و صمیمیت بین فردی؛ ارتباطی مبتنی بر نظریات قبل در این ۴ متغیر را دارند که نشان از همسانی این مؤلفه‌ها در تبیین نظری هستند. به این صورت که افرادی که نگرانی مشترک و نشخوار فکری مشترک

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که میان مقیاس تلاش‌های کلامی با افسردگی ( $r=0/503, P<0/001$ )؛ نشخوار فکری ( $r=0/517, P<0/001$ )؛ نگرانی ( $r=0/506, P<0/001$ ) و اضطراب ( $r=0/451, P<0/05$ ) رابطه معنی‌داری به لحاظ آماری وجود دارد؛ که بیانگر روایی همگرایی مطلوب این پرسشنامه است.

برای بررسی تفاوت موجود در میانگین نمره کل مقیاس در دو گروه زنان و مردان از آزمون  $t$  مستقل استفاده شد. نتایج حاکی از آن بود که بین میانگین مردان ( $M=134/96$ ) و زنان ( $M=154/3$ ) تفاوت معنی‌داری ( $P<0/01, t(514)=6/36$ ) وجود دارد و نمرات زنان از نظر آماری بالاتر از نمرات مردان است.



می‌گیرد و همچنین نشان داد در هر دو جنس تلاش کلامی بالا با افزایش و ماندگاری علائم اضطراب و افسردگی همراه بوده است (Dombrowski, 2014). به‌طورکلی نتایج پژوهش‌های زیادی نشان می‌دهد تلاش کلامی بیشتر، حالت خلق افسرده شدیدتر و طولانی‌تر و همچنین این افرادی که در واکنش به استرس‌های روزمره، بیشتر اقدام به تفکر کلامی داشتند اضطراب بیشتری را تجربه کرده بودند (Nolen-Hoeksema, 2000; Nolen-Hoeksema et al. 1999). قابل توجه است که (Nolen-Hoeksema, 2007; et al. 1994). نتایج نشان داد که تلاش کلامی بالا علائم افسردگی و اضطراب بیشتری را پیش‌بینی خواهند کرد و برعکس هر چه صمیمیت بین فردی (بعد مثبت تلاش کلامی) بیشتر باشد، افسردگی و اضطراب کمتری تجربه خواهد شد؛ بنابراین تلاش کلامی به دلیل جنبه‌ی مثبتی که دارد یعنی صمیمت، این امکان را که افراد مبتلا به آن از مضرات تلاش کلامی آگاهی شوند را غیرممکن می‌کند (Dombrowski, 2014). به این صورت که این سبک ارتباطی کلامی ناکارآمد در روابط بین فردی یک عامل حمایتی محسوب می‌شود چراکه در روابط بین فردی منجر به خودافشایی و دوستانه شدن ارتباط می‌شود و در این پژوهش نیز این مسئله نشان داده شده است. به این گونه که صمیمت با اینکه با علائم افسردگی و اضطراب رابطه منفی دارد اما منجر نشخوار فکری و نگرانی مشترک بیشتر شد. به عبارتی این تلاش کلامی دارای ویژگی گمراه‌کننده‌ای به نام تأثیر دوپهلوی است؛ یعنی می‌تواند هم تأثیرات مفید داشته باشد و هم تأثیرات مضر (Rose, 2013)؛ و این تأثیرات دوگانه برای فردی که تلاش کلامی انجام می‌دهد متأسفانه صرفاً تأثیرات مثبت و مفید برداشت می‌شود و جنبه منفی آن بی‌خبرند. پژوهش حاضر علاوه بر مفهوم‌سازی مؤلفه‌های تلاش‌های کلامی و علائم افسردگی و اضطراب، با شناسایی عوامل معنی‌دار و مؤثر در شکل‌گیری مشکلات هیجانی مانند افسردگی و اضطراب، به تدوین روش‌های مناسب پیشگیری و درمان مؤثر اختلال اضطراب فراگیر می‌تواند کمک کند؛ مانند سایر پژوهش‌های رفتاری، این تحقیق نیز محدودیت‌هایی داشته است که می‌توان به مواردی چون اجرای پژوهش بر

(انفرادی و دوتایی) بیشتری داشتند با دوستان خود صمیمت بین فردی بیشتری را تجربه می‌کردند. بررسی میزان تفاوت برازش مدل موردبررسی حاکی از آن بود که مدل با داده‌ها برازش خوبی دارد، یعنی نتایج پژوهش از مدل چهار عاملی حمایت می‌کند. بررسی شاخص‌های برازش مدل حاکی از آن است که مدل موردنظر برازش نسبتاً مطلوبی با داده‌ها دارد. همچنین ضریب آلفای کرونباخ و دونیمه کردن گاتمن برای پرسشنامه تلاش‌های کلامی ۰/۹۵ و ۰/۹۲ برآورد شده است؛ که بیانگر همسانی درونی مطلوب این مقیاس است. از طرفی نتایج نشان می‌دهد که میان مقیاس تلاش‌های کلامی با افسردگی؛ نشخوار فکری؛ نگرانی و اضطراب رابطه معنی‌داری به لحاظ آماری وجود دارد؛ که بیانگر روایی همگرایی مطلوب این پرسشنامه است. پس نتایج نشان می‌دهد که بین نگرانی مشترک، نشخوار فکری مشترک انفرادی و نشخوار فکری مشترک دوتایی با اضطراب و افسردگی، همبستگی مثبت وجود دارد. Lyubomirsky و همکاران (2007)؛ Borkovec و همکاران (2004) اعلام کردند جنبه‌ی کلامی تفکر به‌عنوان ابزاری برای جلوگیری از تصاویر بالقوه پریشان‌کننده استفاده می‌شود. به این صورت که نگرانی کلامی ممکن است با کاهش اضطراب در ابتدا تقویت شود، اما این پاداش با هزینه جلوگیری از کاهش طولانی‌مدت اضطراب اتفاق می‌افتد؛ یعنی زمانی که افراد تلاش کلامی بیشتری را انجام می‌دهند به‌صورت موقت افت علائم افسردگی و اضطراب را تجربه خواهند کرد چراکه یک اجتناب شناختی محسوب می‌شود ولی در طولانی‌مدت این اجتناب علائم افسردگی و اضطراب بیشتری را به تلاش‌کننده‌های کلامی تحمیل خواهند کرد.

نتایج مقایسه تفاوت میانگین نمره کل مقیاس تلاش‌های کلامی در دو گروه زنان و مردان حاکی از آن بود که بین میانگین مردان ( $M=134/96$ ) و زنان ( $M=154/3$ ) تفاوت معنی‌داری وجود دارد و نمرات زنان از نظر آماری بالاتر از نمرات مردان است. این یافته در تأیید پژوهش Dombrowski (2014) بود که نشان داد زنان و مردان در تلاش‌های کلامی، نشخوار فکری مشترک با همسالان بیشتر توسط زنان و نگرانی مشترک با دوستان بیشتر توسط مردان مورداستفاده قرار

(Eds.), Generalized anxiety disorder: advances in research and practice (pp. 77–108). New York, NY, US: Guilford Press.

Brandish, Emma K., & Baldwin, David S. (2012). Anxiety disorders. *Published by Elsevier Ltd. Medicine*, 40:11. from <http://www.springer.com/>.

Brandl Eva J., Nora Dietrich, Nicoleta Mell, Johanna G. Winkler, Stefan Gutwinski H. Joachim Bretz, Meryam Schouler-Ocak. (2020). Attitudes towards psychopharmacology and psychotherapy in psychiatric patients with and without migration background. *BMC Psychiatry* (2020) 20:176.

Buhrmester, D. (1990). Intimacy of friendship, interpersonal competence, and adjustment during pre adolescence and adolescence. *Child Development*, 61, 1101–1111.

Bushman, B. J., Bonacci, A. M., Pedersen, W.C., Vasquez, E.A., & Miller, N. (2005). Chewing on it can chew you up: Effects of rumination on triggered displaced aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 969–983.

Butler, L.D., & Nolen-Hoeksema, S. (1994). Gender differences in responses to depressed mood in a college sample. *Sex Roles*, 30, 331–346.

Christine A. Calmes, John E. Roberts (2008). *Rumination in Interpersonal Relationships: Does Co-rumination Explain Gender Differences in Emotional Distress and Relationship Satisfaction Among College Students?*. from <http://www.springer.com/>.

Dugas, M. J. Gagnon, F. Ladouceur, R. & Freeston, M. H. (1998). Generalized Anxiety Disorder: a Preliminary Test of a Disorders. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 33, (4), 750-759

Dugas, M. J., & Robichaud, M. (2010). *Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: from science to practice*. New York: Routledge.

Dugas, M. J., Buhr, K., & Ladouceur, R. (2004). The role of intolerance of uncertainty in etiology and maintenance. In: R. G. Heimberg, C. L. Turk, & D. S. Mennin (Eds.),

Dugas, M. J., Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (1997). Intolerance of uncertainty and problem orientation in worry. *Cognitive Therapy and Research*, 21, 593–606.

Furnham, A., Raja, N. & Khan, U. (2008) A cross-cultural comparison of British and Pakistani medical students' understanding of schizophrenia. *Psychiatry Research*, 159, 308–319.

Goldstein, Michelle H., "Co-Worry in Friendship Dyads" (2014). *Honors Scholar Theses*. 402. [https://opencommons.uconn.edu/srhonors\\_theses/402](https://opencommons.uconn.edu/srhonors_theses/402).

Gray, J. A., and McNaughton, N. (2000). *Neuropsychology of anxiety*. London: Oxford university press

Hale, W. W., Engels, R., & Meeus, W. (2006). Adolescent's perceptions of parenting behaviors and its relationship to adolescent generalized anxiety disorder. *Journal of Adolescence*, 29, 407–417.

Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. D. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: a functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1152–1168.

جمعیت غیر دانشجویی و عدم اطمینان در تعمیم دادن نتایج به سایر جمعیت‌ها، عدم استفاده از ابزارهای دیگر جمع‌آوری اطلاعات در کنار پرسشنامه‌های خودسنجی و همبسته بودن روش پژوهش و عدم قطعیت در مورد روابط علی اشاره کرد. بنابراین پیشنهاد می‌شود این پژوهش در سایر جمعیت‌ها تکرار شده و نتایج مقایسه شود.

## منابع

سادوک، و. و سادوک، ب. (۱۳۹۵). خلاصه روان‌پزشکی: علوم رفتاری روان‌پزشکی بالینی (مترجم فرزین رضاعی)، جلد دوم. تهران: ارجمند. (تاریخ انتشار به زبان اصلی ۲۰۱۵).

علیم‌رادی، ح. (۱۳۹۴). نقش نشخوار فکری مشترک در پیش‌بینی علائم افسردگی و اضطراب نوجوانان دختر و پسر. پایان‌نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته روان‌شناسی بالینی کودک و نوجوان. دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه تبریز.

## References

- Barlow, D. H., Blanchard, E. B., Vermilyea, J. A., Vermilyea, B. B., & Di Nardo, P. A. (1986). Generalized anxiety and generalized anxiety disorder: description and reconceptualization. *American Journal of Psychiatry*, 143, 40–44.
- Barlow, D. H., Rapee, R. M., & Brown, T. A. (1992). Behavioral treatment of generalized anxiety disorder. *Behavior Therapy*, 23, 551–570.
- Beck, A. T., & Steer, R. A. (1990). Manual for the Beck Anxiety Inventory. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression: a treatment manual*. New York: Guilford.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Garbin, M. G. (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review*, 8, 77–100.
- Beck, A.T., & Epstein, N. (1993). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 893–897.
- Behar, E., Zullig, A. R., & Borkovec, T. D. (2005). Thought and imaginal activity during worry and trauma recall. *Behavior Therapy*, 36, 157–158.
- Bergeron, Andrew A. (2013). A Curvilinear Approach to Examining Co- Rumination and Depressive Symptoms. *Honors College*. Paper 118. <http://digitalcommons.library.umaine.edu/honors/118>.
- Borkovec, T. D., Alcaine, O. M., & Behar, E. (2004). Avoidance theory of worry and generalized anxiety disorder. In: R. Heimberg, C. Turk, & D. Mennin

- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). Response styles and the duration of episodes of depressed mood. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(1): 20-28.
- Nolen-Hoeksema, S., Larson, J., & Grayson, C. (1999). Explaining the gender difference in depressive symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1061-1072.
- Nolen-Hoeksema, S., Parker, L. E., & Larson, J. (1994). Ruminative coping with depressed mood following loss. *Journal of personality and social psychology*, 67(1), 92.
- Nolen-Hoeksema, Susan; Wisco, Blair E.; Lyubomirsky, Sonja (September 2008), "Rethinking rumination", *Perspectives on Psychological Science* 3 (5): 400-424, doi:10.1111/j.1745-6924.2008.00088
- Rose, A. J. (2002). Co-rumination in the friendships of girls and boys. *Child Development*, 73, 1830-1843. from <http://www.springer.com/>.
- Rose, A. J., Carlson, W., & Waller, E. M. (2007). Prospective associations of co-rumination with friendship and emotional adjustment: considering the socioemotional trade-offs of co-rumination. *Developmental Psychology*, 43, 1019-1031.
- Ross, M. (1989). Relation of implicit theories to the construction of personal histories. *Psychological Review*, 96, 341-357.
- Ross, M., & Conway, M. (1986). Remembering one's own past: The construction of personal histories. In R. M. Sorrentino & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior* (pp. 122-144). New York: Wiley.
- Schmid-Otta G. S. Reiboldb G. Ernstc H.H. Niederauerd H.-W. Künsebecka W. Schulzb F. Lamprechta B. Jägera. (2003). Development of a Questionnaire to Assess Attitudes towards Psychotherapeutic Treatment. *Dermatology and Psychosomatics / Dermatologie und Psychosomatik · January 2003*.
- Schraedley, P. K., Gotlib, I. H., & Hayward, C. (1999). Gender differences in correlates of depressive symptoms in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 25, 98-108.
- Schwartz, D., Duong, M.T., Nakamoto, J., & Gorman, A.H. (2008). *Peer relationships and academic achievement as interacting predictors of depressive symptoms during middle childhood*. *Journal of Abnormal Psychology*, 117 (2), 289.
- Segal, A., Williams, J.M.G., & Teasdale, J.D. (2002). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression: A new approach to preventing relapse*. New York: Guilford.
- Sibrava, N. J., & Borkovec, T. D. (2006). The cognitive avoidance theory of worry. In: G. C. L. Davey & A. Wells (Eds.), *Worry and its psychological disorders: theory, assessment and treatment* (pp. 239-258). West Sussex, England: Wiley & Sons.
- Timothy, A. Brown, M. Antony and Davin, H. Barlow. (1992). Psychometric Properties of The penn State Worry Questionnaire in a Clinical Anxiety Disorders Sample. *Behavioral Research and Therapy*. 30,(1), 33-37
- Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Brigidi, B. D., & Foa, E. B. (2003). Intolerance of uncertainty in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 17, 233-242.
- Hong, R. Y. (2007). Worry and rumination: Differential associations with anxious and depressive symptoms and coping behavior. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 277-290.
- Lazarus RS (1966). *Psychological stress and the coping process*. New New York: Springer.
- Lewinsohn, Peter M. Seeley, R John. Paul Rohde. Kelin, Daniel. Gotlib, Ian, H. (2000). *Natural course of adolescent Major depression disorder in a community sample*. *Am J Psychiatry* 157:10.
- Lim L, Goh J, Chan YH, Poon SH. (2017). Attitudes toward utility, effects and side effects of treatment for anxiety and depression. *Australas Psychiatry*. 2016 Dec;24 (6):556-560. Epub 2016 Jul 15.
- Lyonfields, J. D., Borkovec, T. D., & Thayer, J. F. (1995). Vagal tone in generalized anxiety disorder and the effects of aversive imagery and worrisome thinking. *Behavior Therapy*, 26, 457-466.
- Lyubomirsky, S., Boehm, J.K., Kasri, F., & Zehm, K. (2007). The cognitive and hedonic costs of unwarranted dwelling. Manuscript submitted for publication.
- Mennin, D. S., Holaway, R. M., Fresco, D. M., Moore, M. T., & Heimberg, R. G. (2007). Delineating components of emotion and its dysregulation in anxiety and mood psychopathology. *Behavior Therapy*, 38, 284-302.
- Meyer, T. J. Miller, M. L. Metzger, R. L. & Borkovec, T. D. (1990). Development and Validation of the Penn State Worry Questionnaire. *Behaviour Research and Therapy*. 28, (6), 487-495.
- Meyer, T. J., Miller, M. L., Metzger, R. L., & Borkovec, T. D. (1990). Development and Validation of the Penn State
- Milin, R, Walkers, Chow J. (2003). "Major depressive disorder in adolescence: a brief review of the recent treatment literature". *Jpsychoiatry*, 48, 600-6.
- Mowrer, O. H. (1947). On the dual nature of learning: a reinterpretation of "conditioning" and "problem solving". *Harvard Educational Review*, 17, 102-148.
- Muris, P. (2012). An expanded childhood anxiety sensitivity index. Its factor structure, reliability and validity in a non-clinical adolescent sample. *Behaviour Research and therapy*, 40(3): 299-311.
- Muris, P. Merckelbach, H. Wessel, I. & Vandeven, M. (1999). Psychopathological Correlates of Self-Reported Behavioural Inhibition in Normal Children. *Behavioral Research and Therapy*. 37, (6), 575-584
- Muris, P., Roelofs, J., Rassin, E., Franken, I., & Mayer, B. (2005). Mediating effects of rumination and worry on the links between neuroticism, anxiety and depression. *Personality and Individual Differences*, 39(6): 1105-1111.
- Newman, M. G., Castonguay, L. G., Borkovec, T. D., Fisher, A. J., & Nordberg, S. S. (2008). An open trial of integrative therapy for generalized anxiety disorder. *Psychotherapy*, 45, 135-147.
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/ depressive symptom. *Journal of Abnormal Psychology*, 109(3), 504-511.

- Wells (Eds.), *Worry and its psychological disorders: theory, assessment and treatment* (pp. 179–200). West Sussex, England: Wiley & Sons.
- Wells, A., & King, P. (2006). Metacognitive therapy for generalized anxiety disorder: an open trial. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 37, 206–212.
- Tompkins, Tanya L. Ashlee R. Hockett, Nadia Abraibesh, Jody L. Witt. (2011). A closer look at co-rumination: Gender, coping, peer functioning and internalizing/externalizing problems. *Journal of Adolescence* 34 (2011) 801–811.
- Wells, A. (2006). The Metacognitive Model of Worry and generalized anxiety disorder. In: G. Davey & A.

