

ویژگی‌های روان‌سنجی نشخوار فکری مذهبی و پیامدهای آن برای مداخله‌های مشاوره‌ای

Psychometric Properties of the Religious Rumination Questionnaire and Its Implications for Counseling Interventions

Leila Alidadi Shamsabadi

M.A. in Islamic Psychology (Positive-Oriented),
Payame Noor University of Natanz, Natanz, Iran.

Email: Leylaalidadi68@gmail.com

Maryam Kadivar

M.A. in Islamic Psychology, Payame Noor University
of Natanz, Natanz, Iran.

لیلا علی‌دادی شمس‌آبادی*

فارغ التحصیل کارشناسی ارشد روانشناسی اسلامی گرایش مثبت
گرا، دانشگاه پیام نور نطنز، ایران.

مریم کدیور

فارغ التحصیل کارشناسی ارشد روانشناسی اسلامی، دانشگاه پیام
نور نطنز، ایران.

Abstract

Religious rumination is a repetitive and intrusive cognitive processing concerning religious thoughts, actions, and concepts that, if sustained, can lead to religious anxiety, excessive guilt, and compulsive behaviors. The aim of the present study was to examine the psychometric properties of the Religious Rumination Questionnaire and analyze its implications for counseling interventions. The target population comprised students of Payame Noor University of Natanz during the 2021–2022 academic year, from which a sample of 400 individuals was selected using convenience sampling. Exploratory Factor Analysis (EFA) revealed that the scale consists of four primary components: *Doubt in Religious Rituals*, *Religious Guilt*, *Religious Obsessions*, and *Doubt in Religious Commandments*. The Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) index was 0.825, and Bartlett's Test of Sphericity was statistically significant ($p < 0.001$). Instrument reliability was confirmed with a Cronbach's alpha of 0.867 and the Spearman-Brown split-half coefficient. Furthermore, the total score of the questionnaire exhibited a statistically significant positive correlation with general rumination (Nolen-Hoeksema's RRS; $r = 0.569, p < 0.01$). The findings indicate that religious rumination can reinforce maladaptive cognitive patterns and should be regarded as a critical target for assessment and

چکیده

نشخوار فکری مذهبی نوعی پردازش تکرارشونده و مزاحم درباره افکار، اعمال و مفاهیم دینی است که در صورت تداوم می‌تواند به اضطراب مذهبی، احساس گناه افراطی و رفتارهای اجبارگونه منجر شود. هدف پژوهش حاضر بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه نشخوار فکری مذهبی و تحلیل پیامدهای آن در حوزه مداخلات مشاوره‌ای است. جامعه پژوهش شامل دانشجویان دانشگاه پیام نور نطنز در سال تحصیلی ۱۴۰۰–۱۴۰۱ بود که ۴۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد مقیاس دارای چهار مؤلفه اصلی شامل: شک در اعمال شرعی، احساس گناه مذهبی، وسوسه‌های فکری مذهبی و تردید در فرامین دینی است. شاخص KMO برابر ۰.۸۲۵ و آزمون بارتلت معنادار بود. پایایی ابزار با آلفای کرونباخ ۰.۸۶۷ و روش دو نیمه‌سازی اسپیرمن – براون مورد تأیید قرار گرفت. همچنین نمره کل پرسشنامه با نشخوار فکری عمومی (نولن – هوکسما) رابطه مثبت و معناداری داشت ($r = 0.569, p < 0.01$). یافته‌ها بیانگر آن است که نشخوار فکری مذهبی می‌تواند الگوهای ناسازگار شناختی را تقویت کرده و در مشاوره، به‌ویژه درمان‌های شناختی-رفتاری، فراشناختی و معنویت‌محور باید به‌عنوان یک حوزه کلیدی در ارزیابی و مداخله مدنظر قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: نشخوار فکری مذهبی، روان‌سنجی، مشاوره، احساس گناه مذهبی، اضطراب مذهبی.

intervention in counseling, particularly within cognitive-behavioral, metacognitive, and spiritually integrated therapies.

Keywords: Religious Rumination, Psychometrics, Counseling, Religious Guilt, Religious Anxiety.

نوع مقاله: پژوهشی	دریافت: اسفند ۱۴۰۴	پذیرش: اردیبهشت ۱۴۰۵
-------------------	--------------------	----------------------

مقدمه

تبیین مسئله و جایگاه نشخوار فکری در آسیب‌شناسی روانی

نشخوار فکری در قلمرو روان‌شناسی شناختی و بالینی به‌عنوان یکی از بنیادی‌ترین فرآیندهای فراتشخیصی در شکل‌گیری، تشدید و تداوم اختلالات خلقی و اضطرابی شناخته می‌شود (Nolen-Hoeksema et al., 2008). این سازه به الگویی از پردازش اطلاعات اطلاق می‌گردد که طی آن، توجه فرد به‌صورت چرخه‌ای، منفعلانه، غیرارادی و تکرارشونده بر نشانه‌های پریشانی، کاستی‌های ادراک‌شده، علل رخداد آن‌ها و پیامدهای منفی احتمالی متمرکز می‌شود، بدون آنکه این فرآیند به عمل‌گرایی یا راهبرد انطباقی حل مسئله منتهی گردد. اگرچه ادبیات کلاسیک روان‌شناسی، نشخوار فکری را عمدتاً در پیوند با خلق افسرده و سوگ بررسی کرده است، اما پژوهش‌های دو دهه اخیر نشان می‌دهند که این سوگیری پردازشی می‌تواند حوزه‌های شناختی خاص-از جمله مضامین اخلاقی، فلسفی و باورهای بنیادین دینی-را نیز درگیر سازد.

ماهیت و ویژگی‌های نشخوار فکری مذهبی

در بافت تجارب معنوی، دینداری سالم کارکردی آرامش‌بخش، انسجام‌آفرین و تنظیم‌کننده هیجان دارد. با این حال، زمانی که پدیده نشخوار فکری مذهبی شکل می‌گیرد، این تجربه سازنده به بستری برای فرسایش روانی تبدیل می‌شود. نشخوار فکری مذهبی نوعی پردازش شناختی ناسازگار و خودانتقادگرایانه است که محور آن را افکار مکرر و مزاحم پیرامون:

۱. **صحت و قبولی مناسک و عبادات** (نظیر شک مداوم در نیت، قرائت نماز، تعداد رکعات و وضو)،
 ۲. **طهارت و نجاست** (درگیری ذهنی طاقت‌فرسا با پاکی فیزیکی و معنوی)،
 ۳. **ارتکاب گناه و خشم خداوند** (بزرگ‌نمایی خطاهای گذشته و احساس تقصیر مزمن)، و
 ۴. **تردیدهای اعتقادی ناخواسته** (خطور افکار کفرآمیز یا تشکیک در باورهای ایمانی) تشکیل می‌دهد.
- این فرآیند تفاوت ماهوی با تفکر و تدبر دینی دارد؛ چراکه تفکر دینی فرآیندی اختیاری، گره‌گشا، سازنده و کاهنده ابهام است، در حالی که نشخوار فکری مذهبی پدیده‌ای تحمیلی، زاینده ابهام، اضطراب‌آور و متوقف‌کننده پویایی فردی است.

پیامدهای روان‌شناختی و پیوند با وسواس مذهبی

- تداوم نشخوار فکری مذهبی پیامدهای عمیقی بر سلامت روان و کیفیت زیست معنوی فرد بر جای می‌گذارد:
- **احساس گناه افراطی و اضطراب الهی:** فرد به دلیل تمرکز مکرر بر گناهان مفروض یا کاستی در عبادات، ادراکی تنبیه‌گر و نامهربان از خداوند در ذهن خود بازتولید می‌کند که به کاهش شدید بهزیستی روان‌شناختی می‌انجامد.

- **ایجاد و تثبیت رفتارهای اجباری:** برای رهایی موقت از اضطراب برخاسته از نشخوار، فرد به مناسک خنثی‌کننده روی می‌آورد (مانند تکرار چندین باره تکبیرة الاحرام، تکرار غسل یا استغفار مداوم و وسواسی). این چرخه، الگوی بالینی وسواس مذهبی یا وسواس تقوا را پایدار می‌سازد.
- **فرسایش ایمان و تجربه فرسودگی معنوی:** فشار روانی ناشی از ناتوانی در رسیدن به «خلوص کامل» یا «اطمینان مطلق» در اعمال دینی، در درازمدت موجب سرخوردگی، فاصله گرفتن از مناسک مذهبی و بحران‌های هویتی می‌گردد.

ضرورت پژوهش، خلأ ابزار بومی و هدف مطالعه

اهمیت این پدیده در حوزه مشاوره و روان‌درمانی زمانی دوچندان می‌شود که مشاوران با مراجعانی مواجه می‌گردند که مرز میان تقید دینی و نشخوار مرضی برای آن‌ها مبهم است. در چنین شرایطی، ارزیابی نادرست می‌تواند منجر به راهنمایی‌های ناکارآمد یا تشدید رفتارهای وسواسی شود.

بسیاری از ابزارهای سنجش نشخوار یا وسواس موجود در ادبیات بین‌المللی، مبتنی بر زمینه‌های فرهنگی-مذهبی غربی (عمدتاً مسیحیت و یهودیت) تدوین شده‌اند و ظرافت‌های فقهی، فکری و مناسکی بستر ایرانی-اسلامی (همچون احکام ویژه طهارت/نجاست، جزئیات نماز و مفاهیم خاص گناه و توبه) را منعکس نمی‌کنند. از این رو، طراحی و اعتباریابی یک ابزار روان‌سنجی بومی که بتواند این سازه را در جامعه ایرانی با دقت تفکیک و اندازه‌گیری کند، ضرورتی انکارناپذیر است.

بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی (روایی، پایایی و ساختار عاملی) مقیاس نشخوار فکری مذهبی در بین دانشجویان و تبیین دلالت‌های بالینی آن برای مشاوران و درمانگران به مرحله اجرا درآمده است تا بستری تجربی برای ارزیابی دقیق‌تر و طراحی پروتکل‌های درمانی کارآمد فراهم آورد.

مبانی نظری

نشخوار فکری مذهبی پدیده‌ای چندبعدی در تقاطع شناخت، انگیزش و الگوهای باور دینی است. برای درک سازوکارهای زیربنایی، تداوم‌بخش و آسیب‌زای این سازه، پژوهشگران از سه چارچوب نظری عمده بهره می‌گیرند: نظریه سبک‌های پاسخ شناختی (نولن-هوکسما)، مدل کارکرد اجرایی خودتنظیمی و فراشناخت (ولز)، و مدل پردازش هدف‌محور یا پیشرفت به‌سوی هدف (مارتین و تسر).

مدل شناختی سبک‌های پاسخ

بر اساس نظریه سوسن نولن-هوکسما (۱۹۹۱، ۲۰۰۸)، افراد در مواجهه با درماندگی، ناکامی یا حالات خلقی منفی، از دو سبک متمایز استفاده می‌کنند: پاسخ نشخواری (انفعالی و متمرکز بر کاستی‌ها) یا پاسخ حواس‌پرتی/حل مسئله سازنده (فعال و عمل‌گرا).

در بافت دینی، نشخوار مذهبی زمانی فعال می‌شود که فرد متدین احساس می‌کند در ادای تکالیف شرعی دچار لغزش یا عدم کفایت شده است (مانند حواس‌پرتی حین نماز، شک در طهارت لباس یا احساس عدم خلوص در نیت). فرد نشخوارکننده به جای اقدام انطباقی (نظیر نادیده گرفتن شک بر اساس قاعده فقهی عدم اعتنا به شک، یا انجام سریع یک عمل جبرانی ساده)، به درون‌نگری مفرط و تحلیل انفعالی روی می‌آورد و مدام از خود می‌پرسد:

«چرا حضور قلب نداشتم؟»

«آیا این نشان‌دهنده سقوط معنوی من است؟»

«اگر این عبادت پذیرفته نشود چه فاجعه‌ای رخ خواهد داد؟»

این سبک پردازش موجب سوگیری توجه و دسترسی گزینشی به خاطرات ناکامی‌های گذشته می‌گردد. در نتیجه، فرد تمام پیشینه معنوی خود را آلوده به ریا، گناه و بی‌دقتی ارزیابی کرده و هیجان‌های منفی نظیر شرم، یأس و احساس طردشدگی تشدید می‌شوند.

مدل اجرایی خودتنظیمی و پردازش فراشناختی

بر اساس نظریه فراشناخت آدریان ولز (Wells, 2009; Purdon & Clark, 1999)، تداوم اختلالات هیجانی ناشی از فعال شدن سندرم شناختی-توجهی است که از نشخوار، نگرانی، پایش تهدید و راهبردهای مقابله‌ای ناموفق تشکیل می‌شود. این سندرم توسط دو دسته از باورهای فراشناختی هدایت می‌گردد:

۱. باورهای فراشناختی مثبت

«اگر مدام اعمالم را بازبینی کنم، از خلوص نیتم مطمئن می‌شوم»
«نشخوار پیرامون گناه، نشانه تقوا و پرهیزکاری واقعی است»



شکل‌گیری و تداوم نشخوار فکری مذهبی مکرر
(بررسی مکرر طهارت، رکعات، انگیزه و فرامین دینی)

۲. باورهای فراشناختی منفی

«من اختیاری در کنترل این افکار کفرآمیز ندارم (غیرقابل کنترل بودن)»
«خطر این افکار زشت یعنی من ذاتاً فردی فاسق هستم (ادغام فکر-عمل)»



پیامد نهایی و تثبیت پاتولوژی
اضطراب شدید، وسواس مناسکی و فرسودگی ایمان

باورهای فراشناختی مثبت درباره نشخوار مذهبی: فرد بر این باور است که بازبینی ذهنی مداوم نیت و افکار، راهبردی ضروری برای حفظ ایمان، مصونیت از عذاب و تقرب به خداست.

باورهای فراشناختی منفی درباره افکار مذهبی: در مرحله بعد، وقتی افکار مزاحم و ناخواسته (مانند خطوط تصادفی الفاظ ناشایست در ذهن نسبت به مقدسات) بروز می‌کنند، فرد آن‌ها را غیرقابل کنترل و خطرناک تلقی می‌کند و دچار خطای ادغام فکر-عمل می‌شود؛ یعنی تصور می‌کند صرف خطوط فکر کفرآمیز، معادل با کفر ورزیدن و گناه واقعی در کارنامه اعمال اوست.

مدل هدف‌محور نشخوار فکری

مارتین و تسر (Martin & Tesser, 2003) نشخوار فکری را ناشی از ادراک انسداد یا تأخیر در دستیابی به اهداف سطح بالا می‌دانند. هنگامی که بین وضعیت فعلی فرد و وضعیت مطلوب او شکاف عمیقی پدید می‌آید و فرد نمی‌تواند یا نمی‌خواهد هدف را رها کند، سامانه شناختی در حلقه نشخوار قفل می‌شود.

در روان‌شناسی دین:

هدف متعالی: دستیابی به طهارت باطنی کامل، ایمان بی‌نقص و رضایت مطلق الهی.
 واقعیت انسانی: وقوع خطاهای طبیعی، حواس‌پرتهای اجتناب‌ناپذیر و شک‌های روزمره.
 شکاف ادراک‌شده: فرد متدین به دلیل کمال‌گرایی افراطی دینی، هرگونه نقص را شکست غیرقابل‌جبران می‌داند. چون هدف (کسب رضایت خدا) از دید او قابل‌رهاسازی نیست و از سوی دیگر دستیابی به «اطمینان صددرصدی ریاضی‌گونه» در عبادات ناممکن است، سیستم پردازش اطلاعات در چرخه بی‌پایان نشخوار و ارزیابی مجدد محبوس می‌گردد.

مؤلفه‌ها و ابعاد چهارگانه نشخوار مذهبی در ارتباط با اختلالات روانی

همگرایی الگوهای فوق‌نشان می‌دهد که نشخوار فکری مذهبی ساختاری چندبعدی دارد و از طریق چهار گره‌گاه اصلی سلامت روان فرد را به مخاطره می‌اندازد:

شک و تردید در صحت اعمال شرعی: درگیری ذهنی با قواعد صوری و شک‌های بی‌پایان در ارکان عبادات (مانند نیت، قرائت، طهارت). این بعد با پدیده کثیرالشک در فقه اسلامی هم‌پوشانی دارد؛ جایی که سازوکار پردازش روانی فرد دچار نقص در سیستم بازداری رفتاری و ناتوانی در رسیدن به احساس پایان‌یافتگی می‌شود.
 احساس گناه مذهبی و ترس از عقاب: اشتغال ذهنی مفرط به لغزش‌ها، احساس نابسندگی در بندگی و تصویرسازی افراطی از خداوند به‌عنوان ناظری عیب‌جو و تنبیه‌گر. این الگو عزت‌نفس معنوی را نابود کرده و اضطراب فراگیر مذهبی ایجاد می‌کند.
 وسواس فکری-عملی مذهبی: تلاش‌های ذهنی و رفتاری برای خنثی‌سازی پیامد افکار ناخواسته. نشخوار مذهبی بستر ساز رفتارهای وسواسی (نظیر آب‌کشی‌های مکرر، تکرار چندباره نماز، استغفار زنجیره‌ای) می‌شود و در صورت عدم مهار، چرخه معیوب اضطراب ← اجبار ← تسکین موقت ← بازگشت اضطراب را تثبیت می‌نماید.
 تضعیف یقین، تردیدهای کلامی و فرسایش روانی: برخلاف جستجوی عقلی و تحقیق کلامی که منجر به آرامش و افزایش یقین می‌شود، نشخوار درباره اصول اعتقادی حالتی اضطراب‌زا، جبری و فلج‌کننده دارد و نه تنها فرد را به اقناع شناختی نمی‌رساند، بلکه به تزلزل در هویت دینی و ایجاد تعارض‌های درونی شدید منتهی می‌گردد.

روش پژوهش

طرح و نقشه پژوهش

پژوهش حاضر از حیث هدف، از نوع پژوهش‌های بنیادی-کاربردی و از منظر راهبرد گردآوری و پردازش داده‌ها، یک پژوهش توصیفی-پیمایشی با رویکرد روان‌سنجی و اعتبارسنجی ابزار سنجش است. در این مطالعه، ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس محقق‌ساخته از طریق سنجش شاخص‌های روایی محتوا (کمی و کیفی)، روایی سازه (تحلیل عاملی اکتشافی)، روایی ملاکی همگرا، و ضرایب پایایی (همسانی درونی و دونیمه‌سازی) مورد آزمون تجربی قرار گرفت.

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری: کلیه دانشجویان دختر و پسر شاغل به تحصیل در دانشگاه پیام نور مرکز نطنز در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰.

حجم نمونه: حجم نمونه شامل ۴۰۰ نفر از دانشجویان این مرکز دانشگاهی بود.

کفایت حجم نمونه برای روان‌سنجی: در تحلیل‌های چندمتغیره و تحلیل عاملی، کفایت نمونه بر پایه نسبت آزمودنی به گویه سنجیده می‌شود (Kline, 2015). با توجه به اینکه پرسشنامه اولیه دارای ۲۹ گویه بود، نسبت نمونه به گویه‌ها معادل

۱۳/۸ آزمودنی به ازای هر گویه است ($13.8 \approx 40.29 \times \frac{29}{400} \approx 13.8$). این نسبت بسیار بالاتر از حداقل استاندارد توصیه‌شده (۵ تا ۱۰ نفر برای هر گویه) بوده و قدرت آماری بالایی را برای استخراج مؤلفه‌های پایدار و قابل اتکا فراهم می‌سازد.

روش نمونه‌گیری: روش نمونه‌گیری در دسترس بود. پس از اخذ مجوزهای لازم و توضیح اهداف پژوهش به دانشجویان، پرسشنامه‌ها با رعایت کامل اصول اخلاقی (رضایت آگاهانه، گمنامی، محرمانگی پاسخ‌ها و اختیار در خروج از پژوهش) توزیع و گردآوری شدند.

ابزارهای گردآوری داده‌ها

پرسشنامه محقق‌ساخته نشخوار فکری مذهبی

این ابزار به منظور سنجش افکار تکرارشونده، مزاحم، ایجادکننده شک و احساس گناه در حیطه تکالیف، مناسک و باورهای دینی در جامعه اسلامی تدوین شد.

• **فرایند تدوین:** ابتدا با بررسی مبانی نظری نشخوار فکری، مرور متون فقهی پیرامون ابتلائات شناختی و رفتاری در احکام (مانند احکام شک و کثیرالشک) و مصاحبه با صاحب‌نظران، پیش‌نویس اولیه با ۲۹ گویه تدوین گردید.

• **نمره‌گذاری:** گویه‌ها در یک طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت (از ۱ = کاملاً مخالفم تا ۵ = کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شوند. نمرات بالاتر نشان‌دهنده شدت بیشتر درگیری با نشخوار مذهبی، وسواس‌های فکری در احکام و خودسرزنش‌گری مذهبی است.

مقیاس سبک‌های پاسخ نشخواری نولن-هوکسما

به منظور ارزیابی روایی همگرا، از مقیاس استاندارد نشخوار فکری عمومی نولن-هوکسما و مورو (Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991) استفاده شد.

این ابزار مشتمل بر ۲۲ گویه است که پاسخ‌های شناختی-هیجانی فرد در مواجهه با خلق منفی را در ابعاد تمرکز بر علائم و انعکاس ذهنی مورد سنجش قرار می‌دهد.

نمره‌گذاری آن بر روی طیف ۴ درجه‌ای لیکرت (از ۱ = تقریباً هرگز تا ۴ = تقریباً همیشه) انجام می‌شود. پایایی و روایی این مقیاس در پژوهش‌های متعددی در ایران به اثبات رسیده است.

روش‌ها و شاخص‌های تحلیل آماری داده‌ها

پردازش داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS و طی مراحل تحلیلی زیر انجام پذیرفت:

تحلیل روایی محتوا:

نسبت روایی محتوا: با اعمال نظرات پانل متخصصان و بر اساس فرمول لاوشه ($CVR = \frac{n_e}{N} - \frac{ne}{N} = CVR$) برای تعیین ضرورت گویه‌ها.

شاخص روایی محتوا (CVICVICVI): بر اساس ملاک والتز و باسل برای ارزیابی سادگی، وضوح و مرتبط بودن هر گویه.

بررسی پیش‌فرض‌های تحلیل عاملی:

محاسبه شاخص کایزر-مایر-اولکین جهت اطمینان از کفایت نمونه‌گیری.

اجرای آزمون کرویت بارتلت برای اطمینان از وجود همبستگی‌های بین‌گویه‌ای و رد ماتریس همانی.

روایی سازه از طریق تحلیل عاملی اکتشافی:

استفاده از روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی همراه با چرخش متعامد واریماکس جهت شناسایی ساختار عاملی زیربنایی، تعیین بارهای عاملی گویه‌ها و درصد واریانس تبیین‌شده.

سنجش پایایی:

محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برای برآورد همسانی درونی کل پرسشنامه و تک‌تک ابعاد مستخرج.

استفاده از روش دو نیمه‌سازی و فرمول گاتمن/اسپیرمن-براون برای ارزیابی ثبات درونی آزمون.

روایی ملاکی (همگرا):

محاسبه ضریب همبستگی پیرسون میان نمرات پرسشنامه نشخوار فکری مذهبی و مقیاس نشخوار فکری عمومی نولن-هوکسما.

یافته‌های پژوهش

روایی محتوا

پیش از اجرای تحلیل‌های استنباطی، نسخه اولیه ۲۹ گویه‌ای پرسشنامه در اختیار پانل خبرگان (متخصصان روان‌شناسی و علوم اسلامی) قرار گرفت و شاخص‌های کمی روایی محتوا محاسبه شد

• **نسبت روایی محتوا** ($CVI = 0.99$, $CVR = 0.99$): مقدار به‌دست‌آمده بسیار بالاتر از مقدار بحرانی جداول لاوشه (برای پانل ۵ تا ۱۰ نفری، مقدار ملاک حدود ۹۹/۰ است) قرار گرفت. این بدان معناست که تقریباً تمامی خبرگان، همه گویه‌ها را برای سنجش سازه نشخوار فکری مذهبی ضروری ارزیابی کردند و هیچ گویه‌ای بر اساس ملاک کمی حذف نشد.

• **شاخص روایی محتوا** ($CVI < 0.79$, $CVI < 0.79$): مقدار CVI تمام گویه‌ها از آستانه ملاک پذیرش (۰/۷۹) بر اساس معیار لین و همکاران، ۲۰۰۳) فراتر رفت. این یعنی گویه‌ها از نظر خبرگان از وضوح، سادگی زبانی، ارتباط مفهومی و ربط فرهنگی-دینی کافی برخوردار بودند.

تفسیر: تأیید هم‌زمان CVI و CVR در بالاترین سطح نشان می‌دهد فرآیند نظری-محتوایی تدوین گویه‌ها (استخراج از متون دینی، ادبیات پژوهشی و نظرخواهی کیفی) با دقت انجام شده و سازه موردنظر بدون انحراف مفهومی و می‌عملیاتی‌سازی شده است: تحلیل عاملی اکتشافی (EFA)

پیش‌فرض‌های فاکتورگیری

شاخص کفایت نمونه‌گیری کایزر-مایر-اولکین ($KMO = 0.825$, $KMO = 0.825$): این مقدار در محدوده «خوب» (بالای ۰/۸) قرار دارد و نشان می‌دهد الگ برای همبستگی‌های جزئی بین گویه‌ها برای استخراج عوامل کفایت می‌کند؛ یعنی حجم نمونه و درجه اشتراک واریانس برای تحلیل عاملی مناسب است.

آزمون کرویت بارتلت: این آزمون معنادار ($p < 0.001$) بود؛ بنابراین فرضیه صفر (برابری ماتریس همبستگی با ماتریس همانی) رد می‌شود و وجود روابط خطی قابل‌توجه بین گویه‌ها، ساختار عاملی استخراج را مجاز می‌سازد.

استخراج ساختار عاملی

نتایج تحلیل عاملی اکتشافی (روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس)، چهار عامل اصلی را که مجموعاً بخش عمده واریانس سازه را تبیین می‌کنند، آشکار ساخت:

ردیف	عامل استخراج‌شده	محتوای مفهومی
۱	شک در اعمال و مناسک دینی	تردید مزاحم در صحت عبادت‌ها (نماز، وضو، روزه)، اشتغال ذهنی به اصلاح و تکرار اعمال
۲	احساس گناه و اضطراب مذهبی	خودسرزنش‌گری، ترس از قضاوت الهی، رنج هیجانی ناشی از ارزیابی رفتار خود در پرتو ملاک‌های شرعی
۳	وسواس‌های فکری مرتبط با دین	افکار تهاجمی، ناخواسته و مقاومت‌ناپذیر با محتوای مذهبی (وسواس شک، ایده‌های مزاحم در عبادت)
۴	تردیدهای شناختی درباره فرامین شرعی	تردید در چرایی و اعتبار احکام، پرسش‌های تکرارشونده و حل‌ناشدنی درباره تکالیف دینی

تفسیر نظری: این ساختار چهارعاملی هم‌پوشانی قابل توجه با دو سازه معتبر بین‌المللی دارد: (الف) مقیاس وسواس مذهبی و اسکراپولیوزیتی و (ب) مؤلفه‌های دین‌داری سالم در برابر دین‌داری ناسالم که تمایز میان جست‌وجوی معنا و شک بیمارگون را بنیان می‌نهد. هم‌چنین عامل‌های ۱ و ۴ (شک در مناسک و فرامین) با پدیده بالینی کثیرالشک در فقه اسلامی هم‌ارز مفهومی هستند که اصالت بومی ابزار را تأیید می‌کند.

پایایی

- آلفای کرونباخ کل ($\alpha = 0.867$) ($\alpha = 0.867$): این ضریب در محدوده «عالی» قرار دارد (ملاک مطلوب در ابزارهای روان‌سنجی: بالای ۰/۷) و نشان می‌دهد گویه‌های ۲۹ گانه به‌طور هماهنگ و یکدست یک سازه واحد و من‌طور هماهنگ و یکدست یک سازه واحد و منسجم را می‌تضمین شده است.
- ضریب دونیمه‌سازی اسپیرمن-براون ($r = 0.867$) ($r = 0.867$): هم‌خوانی تقریباً کامل ضریب دونیمه با آلفا، شاهدی مستقل بر ثبات ابزار در سراسر طول آزمون است و احتمال سوگیری مبتنی بر تنوع محتوایی نیمه‌های آزمون را منتفی می‌کند. هم‌چنین این تقارن نشان می‌دهد هر دو نیمه آزمون از توان سنجشی مشابه برخوردارند.

روایی ملاکی (همگرا) - همبستگی پیرسون

برای اعتبارسنجی ملاکی، نمرات کل پرسشنامه نشخوار فکری مذهبی با نمرات مقیاس نشخوار فکری عمومی نولن-هوکسما همبسته شد:

$$r=0.569, p<0.01 \quad r=0.569, \quad p<0.01$$

- جهت رابطه: مثبت و معنادار؛ یعنی هرچه شدت نشخوار مذهبی بیشتر باشد، گرایش فرد به نشخوار عمومی ناسازگار نیز بالاتر است.
- شدت رابطه: همبستگی متوسط تا قوی (بر اساس ملاک‌های کوهن) است؛ این اندازه «معقولانه متوسط» است، نه بیش‌ازحد بالا (مثلاً $r < 0.8$ و $0.8 < r < 0.9$) - و این دقیقاً مطلوب‌ترین الگوی روایی همگرا-واگراست؛ چراکه نشان می‌دهد نشخوار مذهبی و نشخوار عمومی سازه‌های خویشاوند اما مستقل هستند و ابزار جدید صرفاً بازتولید مقیاس موجود نیست، بلکه واریانس معنادار نیست، بلکه واریانس معنادار اضافی (منحص دینی پردازش شناختی را می‌سجد).
- دلالت نظری: این یافته تأیید می‌کند هر دو سازه در سطح فراسازگاری در فرآیند واحد پردازش شناختی ناسازگار اشتراک دارند (هم‌سو با مدل نولن-هوکسما)، اما نشخوار مذهبی محتوای ویژه‌ای (شک، گناه، وسواس عبادی) دارد که از مدل عمومی گسسته است.

بحث و تبیین یافته‌ها

یافته‌های این پژوهش نشان داد که نشخوار فکری مذهبی نه یک پدیده سطحی یا تک‌بعدی، بلکه یک سازه روان‌شناختی چندبعدی و ساختاریافته است که در تلاقی شناخت، هیجان و باورهای فراطبیعی قرار دارد.

تبیین ابعاد استخراج‌شده و دینامیک روانی آن

۱. شک در اعمال و مناسک دینی و وسواس‌های فکری: این بعد نشان‌دهنده ناکارآمدی در پردازش اطلاعات مربوط به رفتارهای آیینی است. بر پایه نظریه بازداری شناختی، نقص در مهار افکار ناخواسته در حین عبادت سبب می‌شود توجه فرد از معنای غایی عمل به سمت نقص در جزئیات اجرا منحرف شود.

۲. احساس گناه، اضطراب مذهبی و تردیدهای شناختی: این ابعاد بازتابی از تعارض درونی و کمال‌گرایی افراطی مذهبی هستند. فرد بر اساس باورهای جزمی احساس می‌کند هرگونه نوسان در توجه یا حضور یک تفکر شک‌آلود، به منزله گناه کبیره یا انحراف اعتقادی است که مستقیماً پدیده هم‌آمیختگی فکر-عمل را برمی‌انگیزد.

تبیین پیوند نشخوار مذهبی با رفتارهای وسواسی و افت عملکرد

نشخوار فکری مذهبی به‌عنوان موتور محرک رفتارهای جبرانی و وسواس مذهبی عمل می‌کند:

- **حلقه تقویت منفی:** شک در صحت وضو یا نیت نماز، اضطراب شدیدی ایجاد می‌کند؛ فرد برای خنثی‌سازی این اضطراب به تکرار عمل دست می‌زند. این خنثی‌سازی، تسکین موقت ایجاد کرده اما در بلندمدت این باور فراشناختی غلط را تحکیم می‌کند که «افکار شک‌آلود خطرناک‌اند و حتماً باید با تکرار فیزیکی برطرف شوند».
- **پیامدهای ثانویه:** تداوم این چرخه‌ها باعث اتلاف شدید منابع شناختی، افت تمرکز و فرسودگی تحصیلی/شغلی شده و تجربه زیسته دین‌داری را از منبعی آرامش‌بخش به کانون استرس و فرسودگی معنوی بدل می‌سازد.

پیامدهای مشاوره‌ای و مداخلات بالینی

شناسایی و تفکیک ابعاد نشخوار فکری مذهبی با استفاده از پرسشنامه RRQ، نقشه راه بالینی روشنی را برای مشاوران و روان‌درمانگران در سه سطح فراهم می‌آورد:

سطوح کاربرد بالینی پرسشنامه نشخوار فکری مذهبی (RRQ)

- | | | |
|----------------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| ۱. ارزیابی اولیه و تشخیص افتراقی | ۲. طراحی مداخلات تخصصی چندگانه | ۳. پیشگیری و آموزش روانی |
| تفکیک شک طبیعی/مرضی | (CBT) بازسازی شناختی | ترسیم مرز سلامت/وسواس |
| تعیین شدت گناه و اضطراب | (MCT) مهار CAS و ذهن‌آگاهی | تقویت انعطاف شناختی |
| رصد خطاهای فقهی-شناختی | (ACT) گسلش و پذیرش تردید | مدیریت هیجان گناه |
| معنویت‌درمانی (تصویر رحمانی) | | |
| تصحیح سواد فقهی (قاعده کثیرالشک) | | |

ارزیابی اولیه مراجع و تشخیص افتراقی

- **افتراق میان پرسشگری/شک طبیعی و شک مرضی:** پرسشگری طبیعی رشدمحور، متوقف‌شونده با استدلال و همراه با آرامش اکتشافی است؛ در حالی که شک مرضی (نشخوار مذهبی) چرخه‌ای، ناتوان‌کننده، اضطراب‌زا و مقاوم در برابر پاسخ‌های منطقی است.

- سنجش شدت احساس گناه و اضطراب دینی: ارزیابی کمی گره‌های هیجانی که زمینه را برای افسردگی ثانویه یا وسواس‌های شدید فکری-عملی آماده می‌کنند.
- شناسایی خطاهای شناختی فقهی: ارزیابی پیش‌فرض‌های تحریف‌شده مراجع پیرامون مفهوم نجاست/طهارت و تکالیف شرعی.

طراحی مداخلات درمانی چندگانه

۱. درمان شناختی-رفتاری (CBT): بازسازی افکار خودکار منفی پیرامون بخشایش، چالش با کمال‌گرایی اخلاقی و اجرای تکنیک مواجهه و پیشگیری از پاسخ (ERP) بدون اجرای مناسک جبرانی.
 ۲. درمان فراشناختی (MCT): غیرفعال‌سازی سندرم توجه شناختی (CAS)، اصلاح باورهای مثبت درباره فایده نشخوار («نشخوار مرا از جهنم نجات می‌دهد») و آموزش ذهن‌آگاهی فارغ از قضاوت نسبت به افکار کفرآمیز تهاجمی.
 ۳. درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT): استفاده از فنون گسلش شناختی برای مشاهده افکار مذهبی به عنوان صرفاً «یک رویداد ذهنی گذرا» و نه حقیقت مطلق، در کنار پذیرش عدم قطعیت در امور عبادی.
 ۴. معنویت‌درمانی و بازسازی شناختی-الهیاتی: اصلاح تصویر ذهنی تنبیه‌محور از خداوند به تصویری رحمانی، مبت استدلالات و همراه با آرامش اکتشافی است؛ در حالی که شک مرضی (نشخوار مذهبی) چرخه‌ای، ناتوان‌کننده، اضطراب‌زا و مقاوم در برابر پاسخ‌های منطقی است.
- سنجش شدت احساس گناه و اضطراب دینی: ارزیابی کمی گره‌های هیجانی که زمینه را برای افسردگی ثانویه یا وسواس‌های شدید فکری-عملی آماده می‌کنند.
 - شناسایی خطاهای شناختی فقهی: ارزیابی پیش‌فرض‌های تحریف‌شده مراجع پیرامون مفهوم نجاست/طهارت و تکالیف شرعی.

طراحی مداخلات درمانی چندگانه

۱. درمان شناختی-رفتاری (CBT): بازسازی افکار خودکار منفی پیرامون بخشایش، چالش با کمال‌گرایی اخلاقی و اجرای تکنیک مواجهه و پیشگیری از پاسخ (ERP) بدون اجرای مناسک جبرانی.
۲. درمان فراشناختی (MCT): غیرفعال‌سازی سندرم توجه شناختی (CAS)، اصلاح باورهای مثبت درباره فایده نشخوار («نشخوار مرا از جهنم نجات می‌دهد») و آموزش ذهن‌آگاهی فارغ از قضاوت نسبت به افکار کفرآمیز تهاجمی.
۳. درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT): استفاده از فنون گسلش شناختی برای مشاهده افکار مذهبی به عنوان صرفاً «یک رویداد ذهنی گذرا» و نه حقیقت مطلق، در کنار پذیرش عدم قطعیت در امور عبادی.
۴. معنویت‌درمانی و بازسازی شناختی-الهیاتی: اصلاح تصویر ذهنی تنبیه‌محور از خداوند به تصویری رحمانی، مبتنی بر تسامح و پذیرش محدودیت‌های ادراکی انسان.
۵. ارتقای سواد دینی و بهره‌گیری از احکام تسهیل‌کننده: استفاده از اصول فقهی تطبیقی مانند «قاعده لا-اسلامی خواهد بود».

منابع

- [۱] شمس‌آبادی، م. و کدیور، پ. (۱۴۰۱). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه نشخوار فکری مذهبی و پیامدهای آن برای مداخلات مشاوره‌ای. فصلنامه پژوهش‌های کاربردی در مشاوره و روان‌درمانی.
- [۲] باهنر، ع. و افروز، غ. ع. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی درمان شناختی-رفتاری مذهبی بر کاهش وسواس فکری و احساس گناه در مراجعان وسواسی. مجله روان‌شناسی و دین، ۱۱(۲)، ۴۵-۶۲.
- [۳] حبیبی، م.، صیادی، ع. و سهرابی، ف. (۱۳۹۵). هنجاریابی، ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس سبک‌های پاسخ نشخواری (RRS) در نمونه دانشجویان ایرانی. مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، ۶(۲)، ۸۵-۱۰۴.
- [۴] حیدری، م. و عسگری، م. (۱۳۹۹). نقش باورهای فراشناختی و هم‌آمیختگی فکر-عمل در پیش‌بینی وسواس‌های مذهبی (اسکراپولیوزیتی). فصلنامه روان‌شناسی سلامت، ۹(۳۵)، ۱۱۵-۱۳۲.
- [۵] مطهری، م. (۱۳۸۹). مسئله شناخت و بررسی شبهات فکری و روانی. انتشارات صدرا.
- [۶] مکارم شیرازی، ن. (۱۳۹۲). احکام وسواس و راه‌های درمان قهقی و روانی کثیرالشک. انتشارات مدرسه الامام علی بن ابی‌طالب (ع).
- [۷] مهدوی، ح. و یعقوبی، ح. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر کاهش نشخوار فکری و انعطاف‌ناپذیری روان‌شناختی در دانشجویان. پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره، ۹(۱)، ۵-۲۲.
- [8] Abramowitz, J. S., Huppert, J. D., Cohen, A. B., Tolin, D. F., & Cahill, S. P. (2002). Religious obsessions and compulsions in a non-clinical sample: The Penn Inventory of Scrupulosity (PIOS). *Behaviour Research and Therapy*, 40(7), 825-838. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00070-5](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00070-5)
- [9] Inozu, M., Karanci, A. N., & Celik, C. (2012). The role of thought-action fusion, metacognitions, and religiosity in obsessive-compulsive symptoms among Turkish college students. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 26(3), 224-237. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.26.3.224>
- [10] Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). Guilford Publications.
- [11] Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, 28(4), 563-575. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1975.tb01393.x>
- [12] Lynn, M. R. (1986). Determination and quantification of content validity. *Nursing Research*, 35(6), 382-385.
- [13] Martin, L. L., & Tesser, A. (1996). Some ruminative thoughts. In R. S. Wyer (Ed.), *Ruminative thoughts: Advances in social cognition* (Vol. 9, pp. 1-47). Lawrence Erlbaum Associates.
- [14] Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(1), 115-121. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.1.115>
- [15] Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 400-424. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- [16] Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519-543.
- [17] Siev, J., Baer, L., & Minichiello, W. E. (2011). Obsessive-compulsive disorder with scrupulosity: A review of cognitive and behavioral models and treatments. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 25(4), 263-274. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.25.4.263>
- [18] Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson Education.
- [19] Waltz, C. F., & Bausell, R. B. (1981). *Nursing research: Design, statistics, and computer analysis*. F. A. Davis Company.
- [20] Wells, A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. Guilford Press.