

ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის მეცნიერებათა და ხელოვნების
ფაკულტეტი

ნინო ლეჟავა

მიმართება რუმინაციას, ირაციონალურ აზრებსა და რეფლექსიას შორის

სამაგისტრო ნაშრომი

ნაშრომის ხელმძღვანელი: ნატა მეფარიშვილი, ასოცირებული პროფესორი

თბილისი

2023

სარჩევი

<i>კვლევის აქტუალობა.....</i>	<i>5</i>
<i>რუმინაცია.....</i>	<i>5</i>
<i>თვით-რეფლექსია.....</i>	<i>7</i>
<i>ირაციონალური აზრები.....</i>	<i>8</i>
<i>საკვლევი საკითხი / ჰიპოთეზები.....</i>	<i>10</i>
<i>კვლევის მეთოდი.....</i>	<i>11</i>
<i>კვლევის მონაწილეები / შერჩევის მეთოდი</i>	<i>11</i>
<i>კვლევის პროცედურა.....</i>	<i>11</i>
<i>კვლევის ინსტრუმენტები</i>	<i>12</i>
<i>მონაცემთა დამუშავება</i>	<i>14</i>
<i>შედეგები</i>	<i>14</i>
<i>გამოყენებული ლიტერატურა.....</i>	<i>25</i>
<i>დანართი.....</i>	<i>28</i>

აბსტრაქტი

წარმოდგენილ ნაშრომში ნაკვლევა როგორც რუმინაციას, ირაციონალურ აზრებსა და რეფლექსიას შორის მიმართება, ასევე, რუმინაციისა და ირაციონალური აზრების რეფლექსიაზე პოტენციური ეფექტის საკითხი. კვლევისთვის გამოყენებული იყო რაოდენობრივი კვლევის მეთოდი, კორელაციური და პრედიქტორული კვლევის დიზაინით. რაც შეეხება ცვლადების გაზომვას, გამოვიყენეთ თვითადმინისტრირებადი კითხვარები, კერძოდ, რუმინაცია-რეფლექსიის კითხვარი (RRQ) და ზოგადი განწყობების და რწმენების შემოკლებული სკალა (SGABS).

ხელმისაწვდომი შერჩევის პრინციპით, კვლევაში მონაწილეობა მიიღო 130-მა ადამიანმა. მათ შორის, როგორც მდებრობითი (N=103), ასევე, მამრობითი სქესის წარმომადგენლებმა (N=27). მონაცემები დამუშავდა სტატისტიკური პროგრამა SPSS-ით, რომლის ფარგლებშიც გამოვიყენეთ კორელაციური ანალიზი და მრავლობითი წრფივი რეგრესია. შედეგებმა გამოავლინა დადებითი კორელაცია რუმინაციასა და ირაციონალურ აზრებს შორის, რაც მიუთითებს იმაზე, რომ ირაციონალური აზრების უფრო მაღალი მაჩვენებელი კავშირშია რუმინაციის გამოვლენის გაზრდასთან. თუმცა, ჰიპოთეზის საწინააღმდეგოდ, რუმინაცია დადებითად იყო დაკავშირებული თვით-რეფლექსიასთან. ირაციონალურ აზრებსა და თვით-რეფლექსიას შორის კორელაცია სუსტი იყო და არა სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი.

მრავლობითი წრფივი რეგრესიის ანალიზმა აჩვენა, რომ თვით-რეფლექსია მნიშვნელოვნად წინასწარმეტყველებს რუმინაციას, ხოლო ირაციონალური აზრები უარყოფითად პროგნოზირებს თვით-რეფლექსიას. წარმოდგენილ მოდელში, ირაციონალურ აზრებთან შედარებით, რუმინაცია თვით-რეფლექსიის უფრო ძლიერი პრედიქტორი აღოჩნდა.

საერთო ჯამში, კვლევა მნიშვნელოვანია რუმინაციას, ირაციონალური აზრებსა და რეფლექსიას შორის ურთიერთმიმართების გაგების თვალსაზრისით. მიღებულმა შედეგებმა შესაძლოა გავლენა მოახდინოს ფსიქოთერაპიულ პრაქტიკაზე, რაც უზრუნველყოფს კლიენტებთან ეფექტური მიდგომების შემუშავებას.

Abstract

The study investigated the relationship between rumination, irrational thoughts, and reflection, as well as the potential effects of rumination and irrational thoughts on reflection. A quantitative research method was employed, utilizing a correlational and predictive research design. Self-administered questionnaires, including the Rumination-Reflection Questionnaire (RRQ) and the Shortened General Attitude and Belief Scale (SGABS), were used to measure the variables.

The sample consisted of 130 participants, both males and females aged 18 and above, selected through available sampling. Data analysis involved the use of descriptive and inferential statistics, including correlation analysis and multiple linear regression, performed using the statistical program SPSS.

The findings revealed a positive correlation between rumination and irrational thoughts, indicating that higher levels of irrational thinking were associated with increased rumination. However, contrary to the hypothesis, rumination was positively related to self-reflection, suggesting that higher levels of rumination were associated with increased reflection. The correlation between irrational thoughts and self-reflection was weak and not statistically significant.

Multiple linear regression analysis indicated that self-reflection significantly predicted rumination, while irrational thoughts negatively predicted self-reflection. In the model, rumination was positioned as a stronger predictive value compared to irrational thoughts.

Overall, the study contributes to understanding the relationships between rumination, irrational thoughts, and reflection. The findings have implications for psychotherapeutic practice, providing insights for developing effective approaches to clients.