Journal of Research in Behavioral Sciences

Year 2025, Volume 23, Issue 2

The Effectiveness of Cognitive Bias Modification on Perfectionism and Cognitive Flexibility in Individuals with Obsessive-Compulsive Personality Disorder

Sepideh Mahmoudzadeh[1], **Ali Pakizeh**[2], **Seyed Mousa Golestaneh**[3], **Mahnaz Jokar**[4]

1 PhD Candidate in Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

2 (Corresponding Author) * Associate Professor, Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

3 Associate Professor, Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

4 Assistant Professor, Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

Abstract

Aim and Background: Cognitive biases are systematic distortions in thinking that result in judgment and decision-making errors. They are known to contribute to maladaptive behaviors and play a role in the onset and maintenance of psychological disorders. This study aimed at evaluating the effectiveness of cognitive bias modification (CBM) in reducing perfectionism and enhancing cognitive flexibility among individuals with Obsessive-Compulsive Personality Disorder (OCPD).

Methods and Materials: The study population comprised individuals diagnosed with OCPD who attended the Hamraz Counseling and Psychological Services Center affiliated with the Gonbad-e Kavus Department of Education in 2024. Diagnoses were established using the Obsessive-Compulsive Personality Disorder Questionnaire (Martukovich, 2010) and the Structured Clinical Interview for DSM Axis II Disorders. A total of 40 individuals were selected through convenience sampling and randomly assigned to experimental and control groups (20 participants each) with a pre-test–post-test. The experimental group participated in eight sessions of CBM intervention delivered via specialized software over a two-month period. All participants completed the Frost Multidimensional Perfectionism Scale (1990) and the Cognitive Flexibility Inventory by Dennis et al. (2010) at both pre-test and post-test.

Findings: The findings indicated that CBM intervention significantly reduced levels of perfectionism and its components while improving cognitive flexibility and its associated components.

Conclusions: Cognitive Bias Modification may serve as an effective and cost-efficient adjunctive treatment, particularly for individuals with OCPD who often show limited responsiveness to conventional therapeutic approaches.

Keywords: Cognitive Bias Modification, Perfectionism, Cognitive Flexibility, Obsessive-Compulsive Personality Disorder

Citation: Mahmoudzadeh S, Pakizeh A, Golestaneh SM, Jokar M. **The Effectiveness of Cognitive Bias Modification on Perfectionism and Cognitive Flexibility in Individuals with Obsessive-Compulsive Personality Disorder**. Res Behav Sci 2025; 23(2): 282-294.

* **Ali Pakizeh,**
Email: Pakizeh@pgu.ac.ir

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

اثربخشی اصلاح سوگیری شناختی بر کمال‌گرایی و انعطاف‌پذیری شناختی در اختلال شخصیت وسواسی جبری

سپیده محمودزاده[۱]، علی پاکیزه[۲]، سید موسی گلستانه[۳]، مهناز جوکار[۴]

۱- دانشجوی دکتری روانشناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

۲-(نویسنده مسئول)* دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

۳-دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

۴-استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: سوگیری‌های شناختی الگوی مشخصی از انحراف در تفکر هستند که خطاهایی را در قضاوت و تصمیم‌گیری فرد ایجاد می‌نماید و می‌توانند در ابراز رفتار ناسازگارانه و در شکل‌گیری و تداوم اختلالات روانشناختی نقش داشته باشند. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی اصلاح سوگیری شناختی بر کمال‌گرایی و انعطاف پذیری شناختی در اختلال شخصیت وسواسی جبری انجام شد.

مواد و روش‌ها: جامعه آماری شامل کلیه افراد مبتلا به اختلال شخصیت وسواسی جبری مراجعه کننده به مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی همراز آموزش و پرورش گنبدکاووس در سال ۱۴۰۳ که با استفاده از پرسشنامه سنجش اختلال شخصیت وسواسی جبری مارتوکوویچ (۲۰۱۰) ، و مصاحبه بالینی ساختاریافته برای اختلالات محور دو ، مبتلا به اختلال تشخیص داده شده بودند و نمونه شامل ۴۰ نفر بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفری آزمایش و کنترل با پیش آزمون و پس آزمون قرار گرفته و در ۸ جلسه مداخله با نرم افزار اصلاح سوگیری شناختی شرکت کردند که مدت دو ماه به طول انجامید. آزمودنی ها در مرحله پیش آزمون و پس آزمون به مقیاس کمال‌گرایی چند بعدی فراست (۱۹۹۰) ، و مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و همکاران (۲۰۱۰) پاسخ دادند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد اصلاح سوگیری‌های شناختی طی جلسات منجر به کاهش کمال گرایی و مولفه‌های آن و افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و مولفه‌های آن می‌شود.

نتیجه‌گیری: مداخلات اصلاح سوگیری شناختی می‌توانند به عنوان درمان کمکی مقرون به صرفه در کنار سایر روش‌ها به ویژه برای افراد با اختلال شخصیت وسواسی جبری که به خاطر ویژگی‌های اختلال کمتر از درمان‌های موجود بهره می‌برند، اثربخش باشد.

واژگان کلیدی: اصلاح سوگیری شناختی، کمال‌گرایی، انعطاف‌پذیری شناختی، اختلال شخصیت وسواسی جبری.

ارجاع: محمودزاده سپیده، پاکیزه علی، گلستانه سید موسی، جوکار مهناز **اثربخشی اصلاح سوگیری شناختی بر کمال‌گرایی و انعطاف‌پذیری شناختی در اختلال شخصیت وسواسی جبری.** مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۴۰۴؛ ۲۳(۲): ۲۸۲-۲۹۴.

* **علی پاکیزه،**

رایانامه: Pakizeh@pgu.ac.ir

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

مقدمه

ویژگی‌های شخصیتی را می‌توان به عنوان الگوهای گسترده افکار، احساسات و رفتار تعریف کرد (۱).اختلال شخصیت[1] الگوی بادوام تجربه درونی و رفتار است که به طور چشمگیری از انتظارات فرهنگ فرد منحرف می‌شود. این الگو در دو یا تعداد بیشتری از زمینه‌های شناخت، حالت عاطفی، عملکرد بین فردی و کنترل تکانه آشکار می‌شود و در دامنه وسیعی از موقعیت‌های شخصی و اجتماعی فراگیر و انعطاف ناپذیر است(۲) . یکی از شایع ترین اختلال‌های شخصیت اختلال شخصیت وسواسی جبری[2] است(۳) . شیوع اختلال شخصیت وسواسی جبری در بین جمعیت عمومی (۱٪ تا 1/7%) و بیماران سرپایی تا ۶/۵٪ و در برخی پژوهش‌ها در گروه‌های بالینی تا ۲۶٪ گزارش شده است(۴) . این اختلال با هشت ویژگی شخصیتی اشتغال به جزئیات، کمال گرایی، تعهد بیش از حد به کار و بهره وری، وظیفه شناسی بیش از حد، ناتوانی در دور انداختن اشیاء بی-ارزش، ناتوانی برای تفویض وظایف، خساست و سفت و سخت بودن مشخص می‌شود(۵) .مشخصه اصلی اختلال شخصیت وسواسی جبری محدود بودن هیجان، نظم داشتن، پشتکار، سرسختی و لجاجت، تردید و دودلی است. خصوصیتی که بیش از همه در اختلال شخصیت وسواسی جبری به چشم می‌خورد؛ کمال گرایی[3] و انعطاف ناپذیری[4] است (۶).

کمال‌گرایی یکی از ویژگی‌های شخصیتی و انگیزشی است که رفتار فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهد و با ملاک هایی همچون تلاش برای کامل و بی نقص بودن و تعیین معیارهای بسیار افراطی در عملکرد همراه با گرایش به ارزیابی انتقادی رفتار مشخص می‌شود. به عبارت دیگر کمال‌گرایی، به عنوان ترکیبی از استانداردهای شخصی بسیار بالا و خودارزیابی‌های انتقادی(۷) یکی از ویژگی‌هایی اختلال شخصیت وسواسی جبری است. افراد دارای کمال‌گرایی منفی نمی‌توانند از تلاش-های دشوار و طاقت‌فرسای خود احساس رضایت کنند و این نارضایتی این افراد را با شاخص‌های ناسازگاری و عواطف منفی مرتبط می‌کند. کمال‌گرایی از طریق تضعیف حرمت خود و اعتماد به خود، ویژگی‌هایی مانند انتظارات غیر واقع بینانه؛ عدم پذیرش محدودیت‌های شخصی و انعطاف ناپذیری شناختی به طور منفی بهزیستی روانشناختی را تحت تاثیر قرار می‌دهد(۸). تحقیقات در مورد جنبه های شناختی کمال گرایی نشان می‌دهد که کمال‌گرایان توجه و پردازش بیشتر، یا در حقیقت سوگیری بیشتری، را نسبت به اطلاعات منفی در مقایسه با اطلاعات مثبت، اختصاص می دهند(۹, ۱۰). بنابراین، با توجه به رابطه بین سوگیری‌های شناختی و کمال گرایی، اصلاح سوگیری‌های شناختی می تواند با کاهش کمال‌گرایی، به بهبود سلامت روان کمک کند(۱۱) .

همچنین افراد مبتلا به اختلال شخصیت وسواسی جبری اغلب به عنوان افرادی انعطاف ناپذیر و بسیار کنترل کننده شناخته می‌شوند(۱۲) . انعطاف‌پذیری شناختی یکی از عوامل مهم در تعاملات اجتماعی است و به عنوان فرآیندی پویا تعریف می‌شود که مسئول ایجاد انطباق مثبت فرد با محیط است. به گونه‌ای که فرد انعطاف‌پذیر علی‌رغم وجود تجارب مخالف یا آسیب‌زا قادر است با محرک‌های در حال تغییر محیط سازگار شود. سه جنبه برای انعطاف‌پذیری شناختی برشمرده شده‌است: الف) تمایل برای درک موقعیت‌های دشوار به عنوان شرایط قابل کنترل؛ ب) توانایی ارائه‌ی تبیین‌های چندگانه برای رخدادهای زندگی و رفتار انسان؛ ج) توانایی خلق راه‌حل‌های چندگانه برای موقعیت‌های دشوار(۱۳). اهمیت انعطاف‌پذیری شناختی از آنجایی مشخص است که با بسیاری از مسائل روانشناختی ارتباط دارد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که سبک شناختی انعطاف‌ناپذیر به واسطه تاثیری که بر سوگیری شناختی دارد، بر پذیرش خودکار اطلاعات و افکار ناکارآمد تاثیر می‌گذارد(۱۴) .این افراد نیرو و توان شناختی‌شان را بر پاسخ‌های تکراری و غیرسودمند متمرکز می‌کنند. انعطاف‌ناپذیری شناختی زمینه‌ی بروز افکار غیرمنطقی را فراهم می‌کند و افکار غیرمنطقی، منجر به پریشانی، اضطراب و مشکلات روانشناختی می‌شوند(۱۵) .

در سال‌های اخیر رویکرد شناختی[5] به اختلالات روانی، بیشتر بر پردازش اطلاعات (شیوه‌ای که افراد محرک‌های برخاسته از محیط را درک می‌کنند) تمرکز یافته اند. سوگیری شامل تغییر در تمرکز است، که می‌تواند هم به صورت ارادی و هم غیرارادی اتفاق بیافتد (۱۶). سوگیری‌های شناختی[6] به صورت پردازش سوگیرانه و تحریف شده اطلاعات هستند که واکنش رفتاری، هیجانی، بدنی و حتی حافظه و شناخت فرد را

[1] Personality disorder
[2] Obsessive Compulsive Personality Disorder
[3] Perfectionism
[4] inflexibility
[5] Cognitive approach
[6] Cognitive bias

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]
[DOI: 10.48305/23.2.282]

تحت تأثیر قرار می‌دهد(۱۷) .سوگیری‌های شناختی در سه حوزه توجه، تفسیر و حافظه مورد مطالعه قرار گرفته‌اند (۱۸) و روش های مداخله ای متناسب با هر کدام نیز تحت عنوان کلی اصلاح سوگیری‌های شناختی(CBM)[1]، در سه قالب اصلاح سوگیری توجه (ABM)، اصلاح سوگیری تفسیر (IBM)، و اصلاح سوگیری حافظه (MBM)، براساس شواهد و نظریه‌های شناختی، شکل گرفته‌اند(۱۹) .اصلاح سوگیری‌های شناختی بر اهمیت تأثیر بر فرایندهای شناختی تأکید دارد تا روابط علی را آزمون و مکانیسم‌های زیربنایی اختلالات را شناسایی کند و شیوه‌ای که فرد اطلاعات را پردازش می‌کند را تغییر دهد (۲۰). روش های اصلاح سوگیری شناختی دسته‌ای نسبتا جدید از فرآیندهای درمانی تا حدودی مستقل از درمانگر هستند، و عمدتا برای درمان اختلالات اضطرابی، عاطفی و انواع اعتیاد به عنوان درمان سرپایی مورد استفاده قرار می‌گیرند(۲۱) . مداخلات CBMبه دلیل دسترسی راحت و مقرون به صرفه بودن جذاب هستند، زیرا شامل جلسات مختصری از یک کار مبتنی بر رایانه است که احتمالاً به صورت آنلاین انجام می شود(۲۲) .اصلاح سوگیری شناختی، سوگیری را از طریق روندهای بیشتر ناآشکار و آزمایشی (در مقایسه با فرآیندهای روان‌درمانی آشکارتر و کلامی) تغییر می‌دهد. اگرچه انجام یک تکلیف CBM ارادی است، اما پردازش‌های مورد هدف این تکلیف معمولا در شرایط کنترل ارادی اتفاق نمی‌افتد و آزمودنی‌ها از این تکلیف آگاه نیستند(۲۳) . در اصلاح سوگیری از نوع تفسیر هدف این است که تفسیر منفی فرد نسبت به موقعیت‌ها، جملات یا تصاویر با یک تفسیر خنثی، جایگزین گردد. در همین راستا، رایج‌ترین روش مورد استفاده، استفاده از سناریوهای مبهمی بوده که در آن، یک موقعیت مبهم به فرد ارائه شده و به فرد آموزش داده می‌شود که تفسیر خنثی را در مورد آن، انتخاب نماید(۲۴) .پژوهش‌های زیادی نشان داده اند که اصلاح سوگیری شناختی قادر است سوگیری‌های طولانی مدتی که در افراد با اختلالات هیجانی وجود دارد را تغییر دهد (۲۵). نیکبخت (۱۳۹۸) مروری بر مداخلات جدید رایانه‌ای اصلاح سوگیری شناختی در حوزه‌ی افسردگی و اضطراب انجام داد و بیان کرد همه‌ی پژوهش‌های مورد بررسی نشان از اثربخشی روش‌های مداخله‌ای جدید در حوزه‌هایی چون اضطراب و افسردگی دارند(۲۶). در پژوهش خدادادی ارکوینی، خدادادی و داوودی (۱۴۰۰) که به صورت روایتی به مرور نتایج ۲۰ مقاله پرداختند، گزارش شده که اصلاح سوگیری شناختی در اختلالات مختلف از جمله اضطرابی، خلقی، درد مزمن، وسواس، اعتیاد و نشخوار فکری مؤثر بوده است(۲۱). همچنین نصیری؛ آملی و پزشکی(۲۰۲۰) بیان کردند روش‌های اصلاح سوگیری تفسیر قادر به تعدیل سوگیری‌ها در کودکان مبتلا به اختلال وسواسی-جبری است، می‌تواند شدت اختلال آنها را کاهش دهد و به عنوان یک مداخله آنلاین عمل می‌کند (۲۷)این مداخله مختصر و ارزان می‌تواند به عنوان یک درمان کمکی یا مستقل برای OCD در کودکان در نظر گرفته شود. ژانگ، یانگ، سونگ و همکاران (۲۰۱۹)، اولین بررسی محدوده-ای که دامنه مداخلات اصلاح سوگیری شناختی مبتنی بر وب را برای اختلالات روانپزشکی ترسیم می‌کند با هدف برجسته کردن اثربخشی آن انجام دادند و بیان کردند مداخلات مبتنی بر وب عمدتاً برای اضطراب اجتماعی و اختلالات اعتیادآور استفاده است(۲۸). همچنین شواهد اولیه ای وجود دارد که نشان می دهد مداخلات مبتنی بر وب می‌تواند سوگیری‌ها را در میان نوجوانان با علائم شدید اضطراب و افسردگی و در میان افراد مبتلا به اختلال وسواسی جبری کاهش دهد. در یک برنامه اصلاح سوگیری شناختی نیز تأثیر مستقیم این برنامه بر سوگیری حافظه منفی و تأثیر غیر مستقیم آن بر تغییر نشانه‌های افسردگی و تأثیر مستقیم و غیر مستقیم این برنامه بر نگرش‌های ناسازگارانه مشخص شد(۲۹) .همچنین در پژوهش فالکستین، کلی و داتولیکو (۲۰۲۲)، اصلاح سوگیری‌های شناختی در افراد با اختلال وسواسی جبری و اختلالات مرتبط، تأثیر بیشتری نسبت به آموزش روانی در کاهش سوگیری تفسیر افراد داشت(۳۰). در پژوهش هت، تاکارنگی و فلو (۲۰۲۱) نیز، اصلاح سوگیری‌های شناختی در سطح باورهای فراشناختی در افراد دچار اختلال استرس پس از سانحه، مؤثر بود(۳۱).

روان درمانی برای اختلال شخصیت وسواسی جبری(OCPD) ، که در آن کمال‌گرایی و انعطاف‌ناپذیری شناختی معیارهای تعیین کننده هستند، کمتر مورد مطالعه قرار گرفته است و با وجود شیوع بالای این اختلال در میان اختلالات شخصیت، تعداد کمی از درمان‌های مبتنی بر شواهد برای ارائه در دسترس هستند(۳۲) .با وجود پروتکل‌های روان-درمانی برای اختلالات، برخی از بیماران به طور کامل از درمان-های موجود سود نمی برند و این شرایط منجر به جستجوی

[1] Cognitive bias modification

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

بیشتر برای رویکردهای جدید می شود که بتواند به اثربخشی درمان های استاندارد کمک کند. در این راستا استفاده از روش های مبتنی بر فناوری که اصلاح سوگیری شناختی یکی از این روش‌هاست، در تحقیقات اخیر توجه قرار گرفته است(۳۳) . لذا پژوهش حاضر به اثربخشی اصلاح سوگیری شناختی بر کمال-گرایی و انعطاف‌پذیری شناختی در اختلال شخصیت وسواسی جبری پرداخته است.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر به صورت نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون انجام شد. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه افراد مبتلا به اختلال شخصیت وسواسی جبری مراجعه کننده به مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی همراز آموزش و پرورش گنبدکاووس در سال ۱۴۰۳ بود که با استفاده از پرسشنامه سنجش اختلال شخصیت وسواسی جبری مارتوکوویچ (۲۰۱۰)، و مصاحبه بالینی ساختاریافته برای اختلالات محور دو، مبتلا به اختلال تشخیص داده شده بودند. نمونه شامل ۴۰ نفر بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفری آزمایش و کنترل با پیش آزمون و پس آزمون قرار گرفته و در ۸ جلسه مداخله با نرم افزار اصلاح سوگیری شناختی شرکت کردند که مدت دو ماه به طول انجامید. آزمودنی ها در مرحله پیش آزمون و پس آزمون به مقیاس کمال‌گرایی چند بعدی فراست (۱۹۹۰)، و مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و همکاران (۲۰۱۰) پاسخ دادند. ملاک‌های ورود به پژوهش، دارا بودن اختلال شخصیت وسواسی جبری، داشتن توانایی حداقل برای کار با کامپیوتر و دامنه سنی۱۸ تا ۴۸ سال و ملاک خروج نیز سابقه مصرف هرگونه داروی روانپزشکی در رابطه با اختلالات سایکوتیک، خلقی، اضطرابی و سابقه سوء مصرف مواد و نیز تکمیل ناقص پرسشنامه و عدم شرکت در تمام جلسات مداخله بود. نرم افزار سنجش و اصلاح سوگیری های شناختی استفاده شده در پژوهش با استفاده از زبان برنامه نویسی پایتون طراحی شده که در این نرم افزار تعداد ۱۲۰ سناریو ارائه می شوند که ۲۰ سناریو برای سنجش سوگیری‌های شناختی در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون و یکصد سناریو نیز در هشت جلسه اصلاح سوگیری‌های شناختی ارائه می‌شوند. هر سناریو در طی هشت جلسه‌ی اصلاح سوگیری شناختی، دو بار به صورت تصادفی ارائه می‌شود (در مجموع دویست سناریو برای هشت جلسه). به این ترتیب که ابتدا پنج موقعیت به ترتیب برای آزمودنی ارائه می‌شوند. هر موقعیت در ۴ عبارت توصیف می شود. سپس عناوین هر کدام از موقعیت ها و تعدادی استنباط از آن موقعیت ارائه می‌شود و آزمودنی باید با در نظر گرفتن محتوای موقعیت، بهترین استنباط ارائه شده برای موقعیت را مشخص نماید. پس از اینکه پنج سناریو ارائه شدند (شامل: عنوان موقعیت، چهار عبارت توصیف کننده موقعیت، و سوال پایانی موقعیت)، نوبت مرحله بازشناسی آن پنج موقعیت می‌رسد. در این مرحله، عناوین پنج موقعیت با ترتیب کاملا تصادفی ارائه می‌شوند. پس از نمایش عنوان هر موقعیت، چهار استنباط از آن موقعیت در یک اسلاید ولی با ترتیب تصادفی نمایش داده می‌شوند و شرکت کننده باید مشخص نماید که کدام استنباط، تناسب بیشتری با محتوای موقعیت دارد.

مصاحبه بالینی ساختاریافته برای اختلالات محور دو (SCID-II): مصاحبه بالینی ساختاریافته برای ارزیابی ۱۰ اختلال شخصیتی محور دو DSM IV-TR طراحی شده‌است. آرنتز و همکارانش با استفاده از یک طرح روایی مشترک، روایی فرم SCID- II داچ را در نمونه ۷۰ نفری از بیماران بستری مورد استفاده قرار دادند. کاپا از ۰/۷۷ برای اختلال شخصیت وسواسی جبری تا ۰/۸۲ برای اختلال شخصیت اجتنابی بود و وزن کاپا برای همه اختلال‌های شخصیت ۰/۸۰ بدست آمد(۳۴) .

پرسشنامه سنجش اختلال شخصیت وسواسی جبری[1] (OCPDQ): این پرسشنامه توسط مارتوکوویچ [2] ساخته شده و دارای ۸۰ سوال است که ۸ ملاک اشتغال ذهنی با جزئیات، کمال‌گرایی، تخصیص وقت بیش از اندازه به کار، با وجدان بودن، احتکار، بی میلی نسبت به واگذار کردن کارها، خساست و انعطاف ناپذیری را با مقیاس صحیح و غلط می-سنجد. در پژوهش مارتوکوویچ این پرسشنامه دارای سطح بالایی از پایایی با آلفای کرونباخ (۰/۸۲) می‌باشد و نمره ۴۰/۱ به عنوان نمره برش گزارش شده است (۳۵). ضریب پایایی این پرسشنامه پس از اجرا بر روی یک نمونه مقدماتی ایرانی؛ ۰/۸۹ بدست آمده که نشانه پایایی خوب آن است(۳۴) . همچنین در پژوهش کریم‌پور، فراهانی و خانی‌پور (۱۴۰۰) میانگین نمره

[1]Obsessive-Compulsive Personality Disorder Questionnaire
[2]Martukovich

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]
[DOI: 10.48305/23.2.282]

شدت علائم اختلال شخصیت وسواسی- اجباری ۵۴/۶۲ و آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۹۱ گزارش شده است(۳۶). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه ۰/۸۶ بدست آمد.

مقیاس کمال‌گرایی چند بعدی فراست (FMPS): فراست و همکاران (۱۹۹۰) این مقیاس را براساس مفهوم چند بعدی کمال‌گرایی طراحی کردند که شامل ۳۵ گویه و ۶ بعد: نگرانی در مورد اشتباه‌ها، شک درباره اعمال، انتظارهای والدینی، انتقادگری والدینی، معیارهای شخصی و سازماندهی است که به صورت لیکرت ۵ امتیازی از ۱(کاملا مخالف) تا ۵ (کاملا موافق) نمره‌گذاری می‌شود. سپس با جمع زیر مقیاس ها نمره ی کلی بدست می آید. نمره های محتمل در آزمون FMPS دامنه ای بین ۳۵ تا ۱۷۵ دارد (۳۷). ضرایب همسانی دورنی برای کل پرسشنامه، برابر با ۰/۸۶ و برای زیر مقیاس‌های نگرانی درباره اشتباهات، شک درباره اعمال، انتظارهای والدینی، انتقادگری والدینی، معیارهای شخصی و سازمان‌دهی به ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۷۲، ۰/۷۸، ۰/۴۷، ۰/۵۷، ۰/۸۳ است. ضریب بازآزمایی برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۹۰ و برای زیر مقیاس‌های نگرانی درباره اشتباهات، شک درباره اعمال، انتظارهای والدینی، انتقادگری والدینی، معیارهای شخصی و سازمان‌دهی به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۱، ۰/۷۹، ۰/۵۳، ۰/۸۵، ۰/۸۳ می باشد که بیانگر اعتبار نسبتا مناسب پرسشنامه مذکور است. همچنین روایی همگرای این پرسشنامه با پرسشنامه کمال‌گرایی مثبت و منفی حاکی از روایی مناسب این پرسشنامه بود(۳۸) . در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه ۰/۷۸ بدست آمد.

پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی دنیس و وندروال: پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی توسط دنیس و وندروال (۲۰۱۰)، یک ابزار خودگزارشی کوتاه و دارای ۲۰ سوال می باشد که در طیف هفت درجه‌ای از کاملا مخالفم تا کاملا موافقم نمره‌گذاری می‌شود. در کل گویه‌های این پرسشنامه موفقیت فرد برای به چالش کشیدن افکار ناکارآمد و جایگزینی آن‌ها با افکار کارآمد را بررسی می‌کند و با توجه به سه جنبه‌ی انعطاف‌پذیری شناختی شامل میل به درک موقعیت‌های سخت به عنوان موقعیت‌های قابل کنترل، توانایی درک چندین توجیه جایگزین برای رویدادهای زندگی و رفتار انسان‌ها و توانایی ایجاد چندین راه‌حل جایگزین برای موقعیت‌های سخت ساخته-شده‌است. دو عامل ادراک گزینه‌های مختلف (ادراک توجیه رفتار) و ادراک کنترل‌پذیری برای این پرسشنامه شناسایی شده که همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، ادراک کنترل و ادراک گزینه‌های مختلف به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۹۱، ۰/۸۴ به‌دست‌آمد(۱۳) .این پرسشنامه در ایران توسط کهندانی و ابواالمعالی الحسینی (۱۳۹۶) اعتباریابی شده و یکی از سوالات به دلیل بار عاملی پایین از نسخه فارسی آن حذف شده است. گویه‌های پرسشنامه‌ی انعطاف‌پذیری شناختی تحت دو عامل پردازش حل مسئله (۱۳ گویه) و ادارک کنترل‌پذیری (۶ گویه) قرار گرفته و ضریب آلفای کرونباخ برای پردازش حل مسئله و ادارک کنترل‌پذیری به ترتیب معادل ۰/۷۷۹ و ۰/۸۱ گزارش شده‌است که بیانگر همسانی درونی قابل قبول گویه‌های هر یک از عوامل مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی است(۱۵) . در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه ۰/۷۹ بدست آمد.

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد سن در گروه آزمایش ۲۵/۳۰، ۴/۸۵ و میانگین و انحراف استاندارد سن در گروه کنترل ۲۶/۸۵، ۵/۳۷ می‌باشد. میانگین نمره کل کمال گرایی و انعطاف پذیری شناختی و خرده مقیاس‌های آن‌ها در گروه آزمایش و کنترل در مرحله پیش آزمون و پس آزمون در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱. آمار توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	آزمایش				کنترل			
	پیش آزمون		پس آزمون		پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
نگرانی‌در مورد اشتباهات	۳۳/۵۵	۴/۶۸	۳۱/۶۵	۴/۸۴	۳۲/۹۰	۳/۳۳	۳۲/۲۰	۳/۳۴
معیارهای فردی	۲۷/۸۰	۳/۱۲	۲۵/۸۵	۲/۹۹	۲۶/۹۰	۲/۳۳	۲۶/۶۰	۲/۴۵
انتظارات والدینی	۲۰/۴۵	۱/۷۶	۱۸/۴۰	۲/۵۶	۱۹/۲۵	۱/۸۳	۱۹/۱۰	۱/۸۶

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

انتقادگری الدینی	۱۶/۳۰	۱/۴۱	۱۴/۱۵	۱/۴۱	۱۵/۲۵	۱/۸۸	۱۴/۹۵	۱/۹۰
تردید در مورد کارها	۱۶/۰۵	۱/۷۰	۱۳/۸۵	۲/۳۶	۱۵/۴۵	۱/۴۶	۱۱۵/۳۰	۱/۹۲
سازماندهی	۲۲/۳۵	۲/۳۹	۱۹/۸۵	۲/۷۳	۲۰/۳۵	۱/۸۹	۲۰/۱۰	۲/۳۵
نمره کل کمال گرایی	۱۳۶/۵۰	۸/۳۸	۱۱۷/۰۵	۶/۶۰	۱۳۰/۱۰	۶/۹۵	۱۲۸/۲۵	۷/۸۲
کنترل	۱۶/۰۵	۵/۱۳	۱۷/۴۵	۵/۱۵	۱۶/۸۰	۵/۸۹	۱۶/۷۵	۶/۰۵
جایگزین ها	۳۶/۴۰	۱۰/۵۸	۳۸/۸۰	۱۱/۳۱	۳۹/۴۰	۱۰/۷۸	۳۹/۹۰	۱۰/۴۹
نمره کل انعطاف پذیری شناختی	۵۲/۴۵	۱۳/۷۱	۵۶/۲۵	۱۴/۸۴	۵۳/۳۲	۱۳/۷۷	۵۳/۵۴	۱۴/۱۰

در ادامه، جهت اجرای تحلیل کواریانس یک راهه برای کمال‌گرایی، ابتدا پیش فرض‌های آن بررسی گردید. نتایج نشان داد پیش‌فرض نرمال بودن متغیرها با توجه به نتایج کجی و کشیدگی نمرات متغیرها و آزمون کلموگروف اسمیرنوف در پیش آزمون و پس آزمون هر دو گروه رعایت شده است. پیش فرض همگنی واریانس‌ها در دو گروه نیز از طریق آزمون لوین مورد بررسی قرار گرفت (Sig=۰/۲۵, F=۱/۳۴). همگنی شیب رگرسیون نیز به عنوان یکی از پیش‌فرض‌ها، با توجه به تعامل بین نمره پیش‌آزمون با گروه بررسی شد (F=۱/۷۶ ، Sig=۰/۲۱) .به این معنا که پیش فرض همگنی شیب رگرسیون نیز برقرار است.

جدول ۲. تحلیل کواریانس یک راهه برای کمال‌گرایی

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	مجذور اتا نسبی
گروه	۲۱۲۳/۴۹	۱	۲۱۲۳/۴۹	۹۷/۳۹	۰/۰۰۱	۰/۷۲
خطا	۸۰۶/۷۳	۳۷	۲۱/۸۰			
کل	۶۰۴۹۶۸/۰۰	۴۰				

جدول بالا نشان می دهد که بین گروه آزمایش و کنترل از نظر متغیر کمال گرایی بعد از اصلاح سوگیری شناختی، تفاوت معناداری (P<۰/۰۰۱, F=۹۷/۳۹) وجود دارد. بنابراین تاثیر مداخله اصلاح سوگیری شناختی بر کمال گرایی تایید می‌گردد. جهت تجزیه و تحلیل کواریانس چند متغیره ابتدا پیش فرض-های تحلیل کواریانس چند متغیره، مورد بررسی قرار گرفت. پیش فرض نرمال بودن با توجه به مقادیر کجی و کشیدگی برای هر ۶ متغیر برقرار بود. در مورد همگنی کوورایانس‌ها از آزمون ام باکس استفاده شد (M-box=۱۹/۰۸، Sig=۰/۷۸۰). همچنین نتایج آزمون لوین نیز نشان داد که فرض همگنی واریانس‌ها بین گروه آزمایش و کنترل در متغیرهای پژوهش برقرار است (p>۰/۰۵).

جدول ۳. تاثیر مداخله اصلاح سوگیری شناختی بر خرده مقیاس های کمال گرایی (تحلیل کواریانس چند متغیره)

آزمون	مقدار	F	درجه آزادی	خطای درجه آزادی	معناداری	مجذور اتا
اثر پیلایی	۰/۶۲۲	۷/۴۰	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۲
لامبدای ویکلز	۰/۳۷۸	۷/۴۰	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۲
اثرهوتلینگ	۱/۶۴	۷/۴۰	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۲
بزرگترین ریشه روی	۱/۶۴	۷/۴۰	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۲

نتایج جدول بالا نشان می دهد که بین مولفه‌های کمال-گرایی، در دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معناداری وجود دارد.(اتا= ۰/۶۲ ، p< ۰/۰۱ ، F=۷/۴۰ ، لامبدا=۰/۳۷۸). مقدار ضریب اتا نشان می‌دهد که ۰/۶۲ واریانس‌ها توسط مولفه‌های کمال‌گرایی تبیین می‌شوند.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

جدول ٤. تفاوت بین گروهی خرده مقیاس های کمال گرایی در اثر اصلاح سوگیری شناختی

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	مجذور اتا نسبی
نگرانی د رمورد اشتباهات	۱۷/۷۶	۱	۱۷/۷۶	۱۴/۵۶	۰/۰۰۱	۰/۳۱۳
معیارهای فردی	۱۵/۶۷	۱	۱۵/۶۷	۱۰/۲۲	۰/۰۰۳	۰/۲۴۲
انتظارات والدینی	۲۶/۶۲	۱	۲۶/۶۲	۱۲/۹۸	۰/۰۰۱	۰/۲۸۹
انتقادگری والدینی	۲۱/۸۷	۱	۲۱/۸۷	۱۳/۸۰	۰/۰۰۱	۰/۳۰۱
تردید در مورد کارها	۲۹/۰۲	۱	۲۹/۰۲	۱۸/۵۹	۰/۰۰۰	۰/۳۶۸
سازماندهی	۳۲/۴۹	۱	۳۲/۴۹	۱۶/۳۹	۰/۰۰۰	۰/۳۳۹

براساس معناداری آزمون F برای متغیرهای نگرانی درمورد اشتباهات ۱۴/۵۶، معیارهای فردی۱۰/۲۲، انتظارات والدینی ۱۲/۹۸، انتقادگری والدینی۱۳/۸۰، تردید در مورد کارها ۱۸/۵۹و سازماندهی ۱۶/۳۹با درجه آزادی ۱ در سطح$P<۰/۰۱$، مداخله سوگیری شناختی توانسته است این متغیرها را در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل به طور معناداری کاهش دهد. براساس مقادیر مجذور اتا ۰/۳۶۸ برای تردید در مورد کارها نشان می دهد که مداخله اصلاح سوگیری شناختی بیشترین تاثیر را در این متغیر تردید در مورد کارها داشته است داشته است. در ادامه، جهت اجرای تحلیل کواریانس یک راهه برای متغیر انعطاف-پذیری شناختی، ابتدا پیش فرض‌های آن بررسی گردید. نتایج نشان داد پیش‌فرض نرمال بودن متغیرها با توجه به نتایج کجی و کشیدگی نمرات متغیرها و آزمون کلموگروف اسمیرنوف در پیش آزمون و پس آزمون هر دو گروه رعایت شده است. پیش فرض همگنی واریانس ها در دو گروه نیز از طریق آزمون لوین مورد بررسی قرار گرفت (Sig=۰/۲۵, F=۵/۵۱). همگنی شیب رگرسیون نیز به عنوان یکی از پیش فرض‌ها، با توجه به تعامل بین نمره پیش‌آزمون با گروه بررسی شد (F=۲/۷۶ ۰/۳۱ Sig=). به این معنا که پیش فرض همگنی شیب رگرسیون نیز برقرار است.

جدول ۵. تفاوت انعطاف پذیری روانشناختی بین دو گروه (تحلیل کواریانس یک راهه)

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	مجذور اتا نسبی
گروه	۱۱۵/۶۶	۱	۱۱۵/۶۶	۲۴/۸۰	۰/۰۰۱	۰/۴۰
خطا	۱۷۱/۵۳	۳۷	۴/۶۶			
کل	۱۳۵۲۲۴/۰۰	۴۰				

نتایج جدول بالا نشان می دهد که بین گروه آزمایش و کنترل از نظر متغیر انعطاف پذیری شناختی بعد از اصلاح سوگیری شناختی، تفاوت معناداری (P<۰/۰۰۱, F=۲۴/۸۰) وجود دارد. بنابراین تاثیر مداخله اصلاح سوگیری شناختی بر انعطاف پذیری شناختی تایید می گردد. برای تجزیه و تحلیل کواریانس چند متغیره ابتدا پیش فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت. پیش فرض نرمال بودن با توجه به مقادیر کجی و کشیدگی برای هر دو مولفه برقرار بود. در مورد همگنی کوواریانس‌ها از آزمون ام باکس استفاده گردید(M-۱/۹۸ box=، Sig=۰/۶۰). همچنین نتایج آزمون لوین نیز نشان داد که فرض همگنی واریانس‌ها بین گروه آزمایش و کنترل در متغیرهای پژوهش برقرار است (p>۰/۰۵).

جدول ٦. تاثیر مداخله اصلاح سوگیری شناختی بر خرده مقیاس های انعطاف‌پذیری شناختی (تحلیل کواریانس چند متغیره)

آزمون	مقدار	F	درجه آزادی	خطای درجه آزادی	معناداری	مجذور اتا
اثر پیلایی	۰/۴۶۳	۱۵/۰۶	۲	۳۵	۰/۰۰۱	۰/۴۶
لامبدای ویکلز	۰/۵۳۷	۱۵/۰۶	۲	۳۵	۰/۰۰۱	۰/۴۶
اثرهوتلینگ	۰/۸۶۱	۱۵/۰۶	۲	۳۵	۰/۰۰۱	۰/۴۶

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

جدول ٦. تاثیر مداخله اصلاح سوگیری شناختی بر خرده مقیاس های انعطاف‌پذیری شناختی (تحلیل کواریانس چند متغیره)

آزمون	مقدار	F	درجه آزادی	خطای درجه آزادی	معناداری	مجذور اتا
بزرگترین ریشه روی	۰/۸۶۱	۱۵/۰۶	۲	۳۵	۰/۰۰۱	۰/۴۶

نتایج جدول بالا نشان می دهد که بین گروه آزمایش و کنترل از نظر تفاوت پس آزمون خرده مقیاس‌های کنترل و جایگزین‌ها به پیش‌آزمون آن‌ها، تفات معناداری وجود دارد(اتا= ۰/۴۶، p<۰/۰۱ ،F=۱۵/۰۶، لامبدا= ۰/۵۳۷). بنابراین بنابراین مداخله اصلاح سوگیری شناختی منجر به افزایش انعطاف‌پذیری شناختی می‌شود. مقدار ضریب اتا نشان می‌دهد که ۰/۴۶ واریانس‌ها توسط مولفه‌های انعطاف‌پذیری شناختی تبیین می-شوند.

جدول ۷. تفاوت بین گروهی مولفه‌های انعطاف پذیری شناختی در اثر اصلاح سوگیری شناختی

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	مجذور اتا نسبی
کنترل	۲۲/۵۹	۱	۲۲/۵۹	۱۹/۹۷	۰/۰۰۱	۰/۳۵۷
جایگزین ها	۳۶/۱۵	۱	۳۶/۱۵	۹/۲۴	۰/۰۰۱	۰/۲۰۴

براساس معناداری آزمون F برای متغیرهای کنترل ۱۹/۹۷و جایگزین‌ها ۹/۲۴ با درجه آزادی ۱ در سطح۰/۰۱>P، مداخله سوگیری شناختی توانسته است این متغیرها را در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل به طور معناداری افزایش دهد. براساس مقادیر مجذور اتا ۰/۳۵ برای خرده مقیاس کنترل نشان می دهد که مداخله اصلاح سوگیری شناختی بیشترین تاثیر را در این متغیر داشته است داشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی اصلاح سوگیری شناختی بر کمال‌گرایی و انعطاف‌پذیری شناختی در اختلال شخصیت وسواسی جبری انجام شد. نتایج نشان داد اصلاح سو-گیری‌های شناختی طی جلسات منجر به کاهش کمال گرایی و مولفه‌های آن و افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و مولفه‌های آن می‌شود. که همسو با یافته‌های پژوهش‌های دیگر مبنی بر اثربخشی روش‌های تعدیل سوگیری شناختی بر گروه‌های نمونه‌ی مختلف است. پژوهش‌هایی از جمله نیکبخت (۱۳۹۸) مبنی بر اثربخشی روش‌های اصلاح سوگیری شناختی در اضطراب و افسردگی(۲۶)، خدادادی و همکاران(۱۴۰۰) مبنی بر اثربخشی اصلاح سوگیری شناختی در اختلالات مختلف از جمله اختلالات اضطرابی، خلقی، درد مزمن، وسواس، اعتیاد و نشخوارفکری(۲۱)، نصیری و همکاران(۲۰۲۰) مبنی بر اثربخشی اصلاح سوگیری تفسیر در تعدیل سوگیری در کودکان مبتلا به اختلال وسواسی جبری و کاهش شدت اختلال آن‌ها(۲۷)، موسوی و همکاران (۱۴۰۳) مبنی بر اثربخشی اصلاح سوگیری شناختی بر عاطفه منفی و بازداری اجتماعی در تیپ شخصیتی دی(۳۹)، ژانگ و همکاران(۲۰۱۹) با هدف برجسته کردن مداخلات مبتنی بر وب عمدتاً برای اضطراب اجتماعی و اختلالات اعتیادآور (۲۸)، نیتو و وازکوئز(۲۰۲۱) مبنی بر اثربخشی مداخلات مبتنی بر وب به کاهش سوگیری‌ها در میان نوجوانان با علائم شدید اضطراب و افسردگی و وسواس، و اثربخشی مستقیم آن بر حافظه منفی و تاثیر غیرمستقیم آن نشانه‌های افسردگی و نگرش‌های ناسازگارانه(۲۹)، فالکستین و همکاران(۲۰۲۲) مبنی بر اصلاح سوگیری‌های شناختی در افراد با اختلال وسواسی جبری و اختلالات مرتبط(۳۰)، هت و همکاران(۲۰۲۱) مبنی بر اصلاح سوگیری‌های شناختی در سطح باورهای فراشناختی در افراد دچار اختلال اضطراب پس از سانحه می‌باشد(۳۱). در اصلاح سوگیری از نوع تفسیر هدف این است که تفسیر منفی فرد نسبت به موقعیت‌ها، جملات یا تصاویر با یک تفسیر خنثی، جایگزین گردد. در همین راستا، رایج‌ترین روش مورد استفاده، استفاده از سناریوهای مبهمی است که در آن، یک موقعیت مبهم به فرد ارائه شده و به فرد آموزش داده می شود که تفسیر خنثی را در مورد آن، انتخاب نماید(۲۴). سوگیری‌های شناختی الگوی مشخصی از انحراف در تفکر را نشان می‌دهد که می‌تواند خطاهایی را در قضاوت و تصمیم‌گیری فرد ایجاد نماید. سوگیری‌های شناختی در نتیجه ایجاد تعارض بین دو سیستم مفهومی در مغز انسان ایجاد می‌شود. سیستم اول، حاکی از تفکر سریع و خودکار در فرد است. اما سیستم دوم بر اساس تجزیه و تحلیل فرد از اطلاعات صورت

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

می‌گیرد و به همین دلیل، به صورت آگاهانه و با سرعت کندتری اتفاق می‌افتد. در صورتی که سیستم اول در پردازش اطلاعات مسلط شود، اطلاعات به صورت خودکار مورد پردازش قرار می‌گیرند اما آسیب این شیوه پردازش این است که با شدت بیشتری مستعد خطا است. وقتی که سیستم دوم وارد عمل می‌شود اطلاعات به صورت قابل اعتمادتری پردازش می‌شود اما نیاز به تلاش بیشتری دارد و به همین دلیل، فرایند تصمیم‌گیری بر اساس این سیستم کندتر اما قابل اعتمادتر اتفاق می‌افتد(۴۰) . به همین جهت مداخله‌ی اصلاح سوگیری شناختی طی جسات به همراه بازخوردهایی با هدف تقویت پردازش آگاهانه‌تر اطلاعات منجر به پردازش صحیح‌تری از موقعیت‌ها شده و کاهش کمال‌گرایی و بهبود انعطاف‌پذیری شناختی را به دنبال می‌آورد. همچنین در تبیین نتایج با توجه به نظریه ارزیابی می‌توان بیان کرد که چون ارزیابی‌ها تعیین کننده اصلی عواطف هستند (۴۱) ، داشتن ارزیابی‌های منفی و در نتیجه سوگیری‌های تفسیری می‌توانند عواطف منفی بیشتری ایجاد کنند. لذا مداخله‌ی اصلاح سوگیری تفسیر با تعدیل سوگیری‌ها و کاهش عاطفه منفی منجر به کاهش کمال گرایی در افراد با شخصیت وسواسی جبری می‌شود که به دلیل معیارهای سخت‌گیرانه و ارزیابی‌های خود انتقادی عواطف منفی زیادی را تجربه می‌کنند. براساس نظریه هدف محور نیز در طی ایمن سازی، فرد موقعیت را مجددا مورد ارزیابی قرار می‌دهد تا با هدف آن تطابق بیشتری داشته باشد(۴۱) ، بنابراین اصلاح سوگیری شناختی نیز ممکن است از طریق ایمن‌سازی به ارزیابی واقع‌بینانه‌تر فرد از موقعیت‌ها و در نتیجه، به انطباق بیشتر با آن‌ها کمک کرده و از این طریق منجر به کاهش کمال‌گرایی و افزایش انعطاف‌پذیری شناختی شود. انعطاف‌پذیری شناختی به عنوان یکی از ویژگی‌های رایج اختلال شخصیت وسواسی جبری بیشتر به عنوان توانایی تغییر تفکر فرد از موقعیت‌های قدیمی به موقعیت‌های جدید، غلبه بر پاسخ‌ها یا تفکرات رایج و همچنین سازگاری و انطباق یافتن با موقعیت‌های جدید توصیف شده که وقتی فرد مداخله ی اصلاح سوگیری تفسیر دریافت می‌کند، طی جلسات آموزش، هشیارانه تر و آگاهانه‌تر موقعیت‌ها را بررسی می‌کند که منجر به افزایش انعطاف‌پذیری شناختی می‌شود. همچنین براساس نظریه پردازش پیش‌بینی‌کننده نیز چون پیش‌بینی فرد از موقعیت‌ها بر ارتباط او با موقعیت بیرونی تاثیر می‌گذارد(۴۱)، احتمالا اصلاح سوگیری تفسیر با بهبود پیش‌بینی‌های فرد نسبت به موقعیت‌ها به بهبود انعطاف‌پذیری شناختی و کاهش کمال‌گرایی منجر می‌شود. نظریه انعطاف‌پذیری شناختی بر ماهیت یادگیری در حوزه‌های پیچیده متمرکز می‌شود (۴۲) و به مقدار زیادی روی انتقال دانش و مهارت‌ها در ورای موقعیت اولیه متمرکز می‌شود و یادگیری را وابسته به زمینه می‌داند، بنابراین بر اهمیت ساخت دانش توسط یادگیرنده تاکید می‌کند. براساس این نظریه یادگیرندگان باید فرصت داشته باشند که بازنمایی‌های اطلاعات از چشم‌اندازهای چندگانه را گسترش دهند(۴۳) ، که نرم‌افزار اصلاح سوگیری شناختی با ارائه استنباط‌های متفاوت از هر موقعیت و بازخوردهایی که طی جلسات آموزشی به آزمودنی می‌دهد منجر به افزایش انعطاف‌پذیری شناختی می‌شود.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که مداخلات اصلاح سوگیری شناختی می‌توانند به عنوان درمان کمکی مقرون به صرفه در کنار سایر روش‌ها به ویژه برای اختلال شخصیت وسواسی جبری که به خاطر ویژگی‌های اختلال کمتر از درمان‌های موجود بهره می‌برند، اثربخش باشد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی برای سنجش انعطاف‌پذیری شناختی به پرسشنامه اکتفا نشود و سنجش آن با ابزارهایی مانند نسخه کامپیوتری کارت‌های ویسکانسین انجام گیرد که در پژوهش حاضر با توجه به محدودیت های پژوهش امکان‌پذیر نبود.

تعارض منافع

هیچ گونه تعارض منافعی در پژوهش حاضر وجود ندارد. پژوهش حاضر برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول می‌باشد.

حمایت مالی

پژوهش حاضر هیچ حامی مالی نداشته است.

ملاحظات اخلاقی

جهت رعایت اصول اخلاقی، توضیحاتی درمورد هدف پژوهش به آزمودنی ها داده شد، هویت آنان از طریق عدم نیاز به ذکر نام و نام خانوادگی و انتخاب نام مستعار حفظ شد و داشتن حق انتخاب برای مشارکت در پژوهش یا انصراف از ادامه همکاری برای افراد لحاظ گردید. پژوهش حاضر مستخرج از رساله دکتری نویسنده اول مقاله در رشته روانشناسی دانشگاه خلیج فارس با کد اخلاق (IR.BPUMS.REC.1403.093) می‌باشد.

تقدیر و تشکر

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

از مدیریت محترم مرکز مشاوره همراز گنبدکاووس، کلیه مراجعین و اساتیدی که جهت اجرای پژوهش حاضر همکاری نمودند، کمال تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

References

1. Mayer JD, Bryan VM. On personality measures and their data: A classification of measurement approaches and their recommended uses. Personality and Social Psychology Review. 2024;28(3):325-45.
2. Association AP. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: American psychiatric association; 2013.
3. Atroszko PA, Demetrovics Z, Griffiths MD. Work addiction, obsessive-compulsive personality disorder, burn-out, and global burden of disease: Implications from the ICD-11. International journal of environmental research and public health. 2020;17(2):660.
4. Clemente MJ, Silva ASM, Pedro MOP, Paiva HS, Périco CdAM, Torales J, et al. A meta-analysis and meta-regression analysis of the global prevalence of obsessive-compulsive personality disorder. Heliyon. 2022;8(7).
5. Diedrich A, Voderholzer U. Obsessive–compulsive personality disorder: a current review. Current psychiatry reports. 2015;17(2):2.
6. Chirita V, Untu I. Kaplan and sadock's synopsis of psychiatry: Behavioural sciences/clinical psychiatry. Bulletin of Integrative Psychiatry. 2016;22(1):119-23.
7. Curran T, Hill AP. Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. Psychological bulletin. 2019;145(4):410.
8. AmirKalali S, Samari A, Teimouri S, Saghebi A. Modeling Structural Equations of Psychological Well-being in Migraine Patients based on Perfectionism and Rumination with the Mediation Role of Negative Affect. Medical Journal of Mashhad university of Medical Sciences. 2024;67(2):478-93(In Persian).
9. Howell JA, McEvoy PM, Grafton B, Macleod C, Kane RT, Anderson RA, et al. Biased interpretation in perfectionistic concerns: an experimental investigation. Anxiety, Stress, & Coping. 2019;32(3):259-69.
10. Tonta KE, Howell JA, Hasking PA, Boyes ME, Clarke PJ. Attention biases in perfectionism: Biased disengagement of attention from emotionally negative stimuli. Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry. 2019;64:72-9.
11. Marsh EM. Cognitive biases in perfectionism: attention bias and memory bias for perfectionism-relevant and negative stimuli: Illinois State University; 2022.
12. Besharat MA, HOSSEINI SA, Jahed H. Obsessive-compulsive personality disorder and perfectionism: A brief review. Thought & Behavior in Clinical Psychology. 2019;13(51):77-89(In Persian).
13. Dennis JP, Vander Wal JS. The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. Cognitive therapy and research. 2010;34(3):241-53.
14. Taghavi M, Tavoosi A, Goudarzi M. The effect of attentional bias modification towards food cues on attention of obese women. Journal of psycological models and methods. 2016;7(25):1-10(In Persian).
15. Kohandani M, ABOLMAALI AK. Factor structure and psychometric properties of Persian version of cognitive flexibility of Dennis, Vander Wal and Jillon. Journal of Psychological Models and Methods. 2017;8(29):53-70(In Persian).
16. Roshani F, Nejati V, Fathabadi J. Effect of interpretation bias modification on remediation of behavioral and cognitive symptoms in depression. Journal of Psychological Science. 2020;19(85):1-10(In Persian).

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

17. Bogie BJ, Kapczinski FP, McCabe RE, McKinnon MC, Frey BN. Emotional reactivity and explicit emotional memory biases in major depressive disorder during euthymia. Psychiatry research. 2020;285:112847.
18. Peckham AD, McHugh RK, Otto MW. A meta-analysis of the magnitude of biased attention in depression. Depression and anxiety. 2010;27(12):1135-42.
19. Burack JA, Enns JT, Fox NA. Cognitive neuroscience, development, and psychopathology: Typical and atypical developmental trajectories of attention: Oxford University Press; 2012.
20. Jopling E, Gotlib IH, LeMoult J. Effects of working memory training on cognitive, affective, and biological responses to stress in major depression: A novel cognitive bias modification protocol. Journal of Affective Disorders. 2020;265:45-51.
21. Khodadadi arkavini S, Khodadadi M, Davoodi H. A Review of Cognitive Therapy for Mental Disorders Based on Bias Modification. The Neuroscience Journal of Shefaye Khatam. 2021;9(3):140-50(In Persin).
22. Fodor LA, Georgescu R, Cuijpers P, Szamoskozi Ş, David D, Furukawa TA, et al. Efficacy of cognitive bias modification interventions in anxiety and depressive disorders: a systematic review and network meta-analysis. The Lancet Psychiatry. 2020;7(6):506-14.
23. Cristea IA, Kok RN, Cuijpers P. Efficacy of cognitive bias modification interventions in anxiety and depression: meta-analysis. The British Journal of Psychiatry. 2015;206(1):7-16.
24. Jones EB, Sharpe L. Cognitive bias modification: A review of meta-analyses. Journal of affective disorders. 2017;223:175-83.
25. Doolan EL, Bryant RA. Modifying insecure attachment style with cognitive bias modification. Journal of behavior therapy and experimental psychiatry. 2021;73:101664.
26. Nik bakht A. Review of novel computerized and virtual interventions in the field of depression and anxiety: cognitive bias modification. Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ). 2019;8(8):137-48(In Persian).
27. Nasiry S, Ameli Z, Pezeshki P. Online Cognitive Bias Modification of Interpretation for Children With Obsessive-Compulsive Disorder. Practice in Clinical Psychology. 2020;8(4):325-34(In Persian).
28. Zhang M, Ying J, Song G, Fung DS, Smith H. Web-based cognitive bias modification interventions for psychiatric disorders: scoping review. JMIR mental health. 2019;6(10):e11841.
29. Nieto I, Vazquez C. Disentangling the mediating role of modifying interpretation bias on emotional distress using a novel cognitive bias modification program. Journal of Anxiety Disorders. 2021;83:102459.
30. Falkenstein MJ, Kelley KN, Dattolico D, Kuckertz JM, Bezahler A, Krompinger J, et al. Feasibility and acceptability of cognitive bias modification for interpretation as an adjunctive treatment for OCD and related disorders: a pilot randomized controlled trial. Behavior Therapy. 2022;53(2):294-309.
31. Hett D, Takarangi MK, Flowe HD. The effects of computerised metacognitive cognitive bias modification training on the development of adaptive metacognitive beliefs and post-traumatic stress disorder symptoms. Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry. 2022;75:101716.
32. Cheli S, MacBeth A, Popolo R, Dimaggio G. The intertwined path of perfectionism and self-criticism in a client with obsessive-compulsive personality disorder. Journal of clinical psychology. 2020;76(11):2055-66.
33. Derin S, Yorulmaz O. Cognitive Bias Modification in obsessive compulsive disorder. Psikiyatride Guncel Yaklasimlar. 2020;12(3):299-317.
34. Montazeri M, NeshatDoust H, Abedi M, Abedi A. Effectiveness of schema therapy on symptoms intensify reduction and depression in a patient with obsessive compulsive personality disorder: A single case study. JOURNAL OF CLINICAL PSYCHOLOGY. 2013;5(1(17)):35-45(In Persian).

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]

35. Martukovich R. A Reexamination of the Obsessive-Compulsive Personality Disorder Questionnaire Reliability and Validity in a College Student Sample: Cleveland State University; 2010.
36. Karimpour M, Farahani MN, Khanipour H. The Relationship between Self-Regulation Processes and Severity of Obsessive-Compulsive Personality Disorder Symptoms: the Role of Conscientiousness. Journal of Psychology. 2021;99(3):389-411(In Persian).
37. Tsai M-Y. Using the Chinese Version of Frost Multidimensional Perfectionism Scale to Identify the Psychometrics Properties and Typology of Perfectionism Among Gifted Junior High School Students. SAGE Open. 2024;14(4):21582440241287285.
38. Bitaraf S, Shaeeri MR, Hakim Javadi M. Social phobia, parenting styles, and perfectionism. Developmental psychology (journal of iranian psychologists). 2010;7(25):75-83(In Persian).
39. Mousavi SZ, Pakizeh A, Rajabi S, Ress KJ. The effectiveness of online interpretation bias modification on type D personality. Current Psychology. 2025;44:11025–35.
40. Azzopardi L, editor Cognitive biases in search: a review and reflection of cognitive biases in Information Retrieval. Proceedings of the 2021 conference on human information interaction and retrieval; 2021.
41. Moors A, Van de Cruys S, Pourtois G. Comparison of the determinants for positive and negative affect proposed by appraisal theories, goal-directed theories, and predictive processing theories. Current Opinion in Behavioral Sciences. 2021;39:147-52.
42. Spiro RJ, Coulson RL, Feltovich PJ, Anderson DK, editors. Cognitive flexibility theory: Advanced knowledge acquisition in ill-structured domains. 10th Annual Conference Cognitive Science Society Pod; 2019: Psychology Press.
43. Carvalho AA, Moreira A. Criss-crossing Cognitive Flexibility Theory based research in Portugal: an overview. Interactive Educational Multimedia. 2005:1-26.

© 2022 The Author(s). Published by Isfahan University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-12]

[DOI: 10.48305/23.2.282]