بررسی عوامل مؤثر در نشخوار فکری زنان دارای تعارضات زناشویی

فهیمه نامدارپور[۱]، مریم فاتحی زاده[۲]، فاطمه بهرامی[۳]، رحمت‌اله محمدی فشارکی[۴]

مقاله پژوهشی

چکیده

زمینه و هدف: نشخوار فکری می‌تواند آسیب‌های مختلفی ایجاد نماید و میزان آسیب‌پذیری زنان در این زمینه بیشتر است. بنابراین، هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی عوامل مؤثر در نشخوار فکری زنان دارای تعارضات زناشویی بود.

مواد و روش‌ها: این مطالعه به صورت کیفی و با روش تحلیل مضمون (تماتیک) انجام گرفت. نمونه‌ها به روش غیر تصادفی هدفمند انتخاب شدند. داده‌ها با ۱۵ زن دارای تعارضات زناشویی، به حد اشباع رسید. جهت جمع‌آوری داده‌ها، از روش مصاحبه نیمه ساختار یافته استفاده گردید.

یافته‌ها: از محتوای داده‌های به دست آمده، ۳ مقوله اصلی و ۱۴ مقوله فرعی حاصل شد. مقوله‌های اصلی شامل عوامل استرس‌زا (مشکلات جنسی، مشکلات مالی و شغلی، انتظارات برآورده نشده، ناکامی، تفاوت‌های شخصیتی، تفاوت‌های ارزشی و تفاوت‌های خانوادگی)، ویژگی‌های فردی (روان‌رنجوری، عدم مهارت‌های ارتباطی و اعتماد به نفس پایین) و ویژگی‌های همسر (کنترل‌گری، پاسخگو نبودن، ویژگی‌های سخت داشتن و نفوذ ناپذیر بودن) بود.

نتیجه‌گیری: عوامل استرس‌زا راه‌انداز نشخوار فکری می‌باشد، اما هنگامی که ویژگی‌های همسر با ویژگی‌های فردی تداخل پیدا کند، تعارضات زناشویی قابلیت حل خود را از دست می‌دهد و پیامد آن، نشخوار فکری است. نشخوار فکری از یک سو منجر به افزایش استرس و از سوی دیگر، باعث افزایش تعارضات زناشویی می‌شود و این چرخه خودتداوم‌سازی را شکل می‌دهد.

واژه‌های کلیدی: نشخوار فکری، تعارضات زناشویی، عوامل استرس‌زا، ویژگی‌های فردی، همسران

ارجاع: نامدارپور فهیمه، فاتحی زاده مریم، بهرامی فاطمه، محمدی فشارکی رحمت‌اله. **بررسی عوامل مؤثر در نشخوار فکری زنان دارای تعارضات زناشویی.** مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۳۹۶؛ ۱۵ (۴): ۴۶۶-۴۵۹

دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۶/۸ پذیرش مقاله: ۱۳۹۶/۸/۱۱

مقدمه

نشخوار فکری (Rumination)، یکی از الگوهای ذهنی است که در سبب‌شناسی و عود اختلالات هیجانی به ویژه افسردگی نقش اساسی دارد (۱). نشخوار فکری به صورت چندین نوع فکر بروز می‌کند و اغلب به عنوان افکار چرخان و افسرده کننده که در پاسخ به خلق پایین است، شناخته می‌شود (۲). در واقع، نشخوار فکری یک عادت ذهنی و نوعی پاسخ شناختی خودکار می‌باشد که نسبت به محرک‌هایی مانند خلق و خوی پایین شرطی شده است (۳). می‌توان گفت نشخوار فکری یک پاسخ مقابله‌ای هیجان‌مدار است که افراد در آن به واسطه تفکر مکرر در مورد رویدادها، تلاش می‌کنند بدون به کارگیری تکنیک‌های حل مسأله فعالانه (Active problem solving techniques)، بینش عمیق‌تری را نسبت به خلق و خوی ملال‌آور خود که حاصل آن رویداد است، به دست آورند (۴).

نشخوار فکری منفعلانه، فرد را در نشخوار فکری هیجان‌مدار و خودمتمرکز درگیر می‌کند. این درگیری باعث می‌شود افراد برای حل مشکلاتشان کمتر از حل مسأله فعال و دارای ساختار استفاده نمایند (۵) و بیشتر پاسخ‌های ناسازگار و حتی خطرناک به یک دلخوری بین فردی بدهند (۶). آن‌ها رضایت و تعهد کمی نسبت به راه‌حل‌های خود دارند (۷).

پاسخ نشخواری به تجربه ملال‌آور، دوره‌های خلق افسرده را طولانی‌تر و شدیدتر می‌کند (۸). نشخوار فکری به عنوان یک مکانیسم قوی، در شروع و ادامه افسردگی به شدت مشاهده شده است (۹). در مطالعات طولی مقیاس بزرگ، نشخوار فکری شروع دوره‌های افسردگی اساسی و علایم افسردگی را در افراد غیر افسرده و در حال حاضر افسرده پیش‌بینی می‌کند و واسطه اثرات دیگر عوامل خطرناک بر افسردگی است (۱۰). می‌توان گفت که نشخوار فکری با آسیب‌پذیری نسبت به خلق و خوی افسرده، شروع دوره‌های افسردگی، دوره‌های طولانی‌تر و شدیدتر افسردگی و همچنین، علایم مختلف افسردگی همچون بی‌خوابی و افکار خودکشی مرتبط است (۱۱).

۱- دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران
۲- دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران
۳- استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران
۴- استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران
نویسنده مسؤول: مریم فاتحی زاده
Email: m.fatehizade@edu.ui.ac.ir

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1396.15.4.9.4]

پژوهش‌های تجربی نیز نشان داده است که نشخوار فکری، عاطفه و احساس منفی فعلی و شناخت منفی را تشدید می‌کند (۱۲). این تشدید منجر به بروز نتایج منفی و در برخی موارد خطرناک می‌شود؛ به طوری که باعث بروز علایم بالینی افسردگی، تفکر بدبینانه‌تر و حل مسأله ناکارامد می‌گردد. انگیزش، تمرکز و شناخت فرد آسیب دیده، او را از فعالیت مؤثر باز می‌دارد و در نهایت، منجر به افزایش استرس می‌گردد (۱).

به عبارت دیگر، پاسخ‌های نشخواری به هنگام خلق افسرده می‌تواند با حل مسأله مؤثر مداخله کند و به انگیزش و ابتکار فرد آسیب وارد نماید. در نتیجه، تمرکز روی علایم افسردگی حفظ می‌گردد و باعث می‌شود فرد کارایی خود را از دست بدهد و در رفتارهای سازنده شرکت نکند. در واقع، افرادی که به هنگام خلق منفی، روی خود و احساساتشان متمرکز می‌شوند، برای شروع رفتارهای کارساز دچار کاهش انگیزه می‌گردند (۱۳).

درگیری در نشخوار فکری ملال‌آور می‌تواند باعث شود که افراد کلیدهای اجتماعی مهم در خلال گفتگو یا فرصت ارایه نقطه نظرات خود را از دست بدهند و یا نسبت به همسر و بچه‌هایشان بی‌دقت باشند. در کل، انگیزش پایین، شناخت ناقص یا نقص رفتاری و نشخوار فکری ناخواسته، ممکن است منجر به افزایش سطح مشکلات و تنش و تقویت نشانه‌های افسردگی گردد. آخرین نتیجه نشخوار فکری ملال‌آور، ادامه نشخوار فکری می‌باشد (۱). نشخوار فکری در چرخه‌ای از افکار منفی درگیر می‌باشد و هدف آن، کسب بصیرت درباره مشکل، افکار و احساسات و دستیابی به راه‌حل برای آن است و نتیجه واقعی آن اغلب شدت بخشیدن به افکار منفی و بدتر کردن خلق می‌باشد.

پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که نشخوار فکری در زنان بیش از مردان مشاهده می‌شود (۱۵، ۱۴). از یک سو زنان به واسطه استرس‌های زیادی که تجربه می‌کنند، تمایل به نشخوار فکری بیشتر در آن‌ها وجود دارد (۱۶) و همین باعث از بین رفتن خوش‌بینی نسبت به جهان و قابل اعتماد بودن دیگران می‌شود. این تجارب، خوراکی برای نشخوار فکری هستند. از سوی دیگر، زنان تنش‌های مزمن‌تری را نسبت به مردان گزارش می‌کنند که از آن جمله می‌توان به درامد پایین و ازدواج نامناسب اشاره نمود و این می‌تواند رابطه‌ای برای تفاوت جنسی در نشخوار فکری باشد (۱۷).

یافته‌ها حاکی از آن است چه زنانی که باورهای محکمی درباره کنترل هیجانات، احساس مسؤولیت برای روابط و تسلط بر روی حوادث مهم زندگی دارند و چه آنان که باورهای ضعیفی دارند، ممکن است بیشتر از مردان مستعد نشخوار فکری باشند، اما ترکیب سه عامل مذکور به همراه احساس ضعف درباره آن‌ها، منجر به بروز نشخوار فکری خواهد شد. بسیاری از زنان ممکن است درباره هر سه عامل احساس ضعف نکنند، اما باز هم مستعد نشخوار فکری باشند. ممکن است زنان روی حوادث مهم زندگی خود تسلط کافی داشته باشند، اما باز هم به نشخوار فکری تمایل نشان دهند. شاید آن‌ها درباره آهنگ هیجانی ارتباطاتشان نگران هستند و نسبت به مشکلات مربوط به روابطشان گوش به زنگ می‌باشند. علاوه بر این، حتی زمانی که اعتقاد دارند بر حوادث مهم زندگی خود مسلط هستند، باز هم هنگامی که هیجانات منفی را تجربه می‌کنند، ممکن است احساس نمایند که هیجاناتشان غیر قابل کنترل است و این مسأله باعث می‌شود آن‌ها به نشخوار فکری گرایش پیدا کنند (۱). به طور کلی، زنان رفتارهای ارتباطی منفی‌تری را نسبت به شوهران خود به نمایش می‌گذارند (۱۸). اگرچه شوهران نیز به صورت منفی رفتار مقابله به مثل را به نمایش می‌گذارند، اما زنان با فراوانی بیشتری از مقابله به مثل منفی در طول تعامل استفاده می‌کنند (۱۹).

نتایج مطالعات مختلف نشان داده است که نشخوار فکری می‌تواند فرد را در حیطه‌های مختلف دچار مشکل کند؛ به طوری که ابتدا فرد درگیر خلق منفی و افکار ناکارامد می‌شود، شناخت و انگیزه او مختل می‌گردد و در نهایت، به سمت افسردگی سوق داده می‌شود. با توجه به این که میزان آسیب‌پذیری زنان از نشخوار فکری بیشتر از مردان است و تعارضات زناشویی اغلب بستر مناسبی برای ایجاد آن می‌باشد، به نظر می‌رسد نشخوار فکری می‌تواند زندگی زناشویی را به مخاطره اندازد. بنابراین، هدف از انجام تحقیق حاضر، بررسی عوامل مؤثر بر نشخوار فکری در زنان دارای تعارضات زناشویی بود.

مواد و روش‌ها

این پژوهش کیفی با روش تحلیل مضمون یا تماتیک (Thematic analysis) انجام گرفت و هدف از انجام آن، بررسی محتوای نشخوار فکری زنان دارای تعارضات زناشویی بود. نمونه‌ها به صورت هدفمند از بین زنانی که برای حل تعارضات زناشویی در سال ۱۳۹۵ به مراکز مشاوره شهر اصفهان مراجعه کرده بودند، انتخاب شدند و با آنان مصاحبه بالینی انجام شد. شرایط ورود به پژوهش شامل گذشت دو سال از زندگی مشترک و محرز شدن نشخوار فکری و تعارضات زناشویی بود. در آستانه طلاق بودن و داشتن مشکلات حاد روان‌شناختی و شخصیتی نیز به عنوان معیارهای خروج در نظر گرفته شد. با توجه به ملاک‌های ورود و خروج، افراد حایز شرایط مناسب انتخاب شدند. سپس هدف از مصاحبه برای آن‌ها توضیح داده شد و بعد از اعلام رضایت جهت شرکت در مطالعه، رضایت‌نامه کتبی از آن‌ها اخذ و مصاحبه‌ها آغاز گردید.

روش انجام مصاحبه به صورت نیمه ساختار یافته بود و هر مصاحبه حدود ۴۵ تا ۱۰۰ دقیقه به طول انجامید. مصاحبه‌ها با سؤالات جمعیت‌شناختی آغاز شد و پس از گرم شدن فضا، با سؤالات باز که متناسب با اهداف تحقیق طراحی شده بود، ادامه یافت. هر گاه در پاسخ‌های مصاحبه شوندگان نکات مبهمی مشاهده شد، از آن‌ها درخواست گردید که توضیحات بیشتری ارایه دهند تا برداشت همگان از پاسخ‌های آنان یکسان شود. مصاحبه‌ها تا رسیدن یافته‌ها به درجه اشباع ادامه یافت؛ به گونه‌ای که در سه مصاحبه آخر هیچ داده جدیدی حاصل نشد.

جهت تحلیل یافته‌های حاصل از مصاحبه، ابتدا تک‌تک مصاحبه‌ها که ضبط شده بود، چندین بار گوش داده شد و به دقت روی کاغذ آورده شد و چندین بار بازخوانی گردید. عبارات و جملات مفهوم‌سازی شد و کد اولیه به آن‌ها اختصاص یافت و دوباره مورد بازخوانی قرار گرفت؛ به گونه‌ای که جملات شبیه به هم در کنار یکدیگر قرار گرفت و در برخی موارد مقوله‌های شبیه به هم در هم ادغام گردید؛ به طوری که بتوان مقوله‌های اصلی و فرعی را از آن‌ها به دست آورد. جهت بررسی اعتبار یافته‌ها، از روش Guba استفاده شد. در این روش، یافته‌ها در چهار محور (ارزش واقعی، کاربردی بودن، ارزیابی ثبات و تداوم و مبتنی بر واقعیت بودن) مورد بررسی قرار می‌گیرند (۲۰). برای بررسی ارزش واقعی بودن یافته‌ها در مطالعه حاضر، پس از شناسایی مؤلفه‌ها، به مصاحبه شوندگان مراجعه گردید و آن‌ها به همان مقوله‌های ارایه شده اشاره نمودند. جهت بررسی کاربردی بودن، سه مصاحبه شونده دیگر انتخاب شدند و دوباره

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1396.15.4.9.4]

مورد مصاحبه قرار گرفتند و همان یافته‌ها به دست آمد. در ارزیابی ثبات و تداوم نیز سؤالاتی شبیه سؤالات پیشین، اما به شکل دیگری طراحی و برای مصاحبه شوندگان ارایه گردید که از پاسخ آن‌ها همان مقوله‌های قبلی به دست آمد. در نهایت، برای بررسی مبتنی بر واقعیت بودن پژوهش، کدگذاری‌ها توسط سه متخصص دیگر مورد ارزیابی قرار گرفت و یافته‌ها مورد تأیید آن‌ها بود.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان پژوهش، ۱۵ زن دارای تعارضات زناشویی و نشخوار فکری بودند که در محدوده سنی ۲۴ تا ۴۰ سال قرار داشتند. مدت زمان ازدواج آن‌ها بین ۲ تا ۱۵ سال بود. از نظر سطح تحصیلات، ۱ نفر زیر دیپلم، ۶ نفر دیپلم، ۵ نفر کارشناسی و ۳ نفر دانشجوی کارشناسی ارشد بودند. از این تعداد، ۶ نفر شاغل و بقیه خانه‌دار بودند. ۵ نفر فرزندی نداشتند، ۶ نفر دو فرزند و یک نفر ۳ فرزند و ۳ نفر یک فرزند داشتند. از یافته‌های مطالعه، ۳ مقوله اصلی و ۱۴ مقوله فرعی به دست آمد که در ادامه به تفصیل بیان شده است.

عوامل استرس‌زا: این مقوله از ۶ مقوله فرعی تشکیل شده است. هنگامی که فرد در موقعیت‌های نامطلوب قرار می‌گیرد و راه برون‌رفت از این موقعیت‌ها را نمی‌داند یا شدت و تعداد این موقعیت‌ها بیش از حد می‌شود، بستر برای تعارضات زناشویی مهیا می‌گردد و چنانچه فرد موفق به حل تعارض نشود، درگیر نشخوار فکری می‌شود و نشخوار فکری تعارضات زناشویی را پیچیده‌تر و حتی حل‌نشدنی می‌نماید.

تفاوت‌های شخصیتی: این مقوله به تفاوت شخصیتی بین زوجین اشاره می‌کند. هنگامی که تیپ‌های شخصیتی افراد متفاوت می‌شود، هر دو یا یکی از زوجین احساس می‌کنند که نیازهایش دیده نمی‌شود و مورد بی‌توجهی قرار می‌گیرد و آزرده می‌شود. شرکت‌کننده شماره ۱۳ گفت: «من از این زن‌ها هستم که سریع سر و ته کار رو هم می‌یارم، تمومش می‌کنم، ولی به اون باشه دو سال طول می‌کشه و لفتش می‌ده...». شرکت‌کننده شماره ۹ نیز بیان کرد: «من اون زنی نبودم که اون دوست داشته باشه... خیلی معیارهای متفاوتی داشتیم».

تفاوت‌های ارزشی: این مقوله به ارزش‌های متفاوت داشتن اشاره دارد؛ به طوری که شرکت‌کننده شماره ۶ عنوان نمود: «طرز فکر متفاوت داشتیم. خیلی سنتی بود و افکار متفاوت داشتیم... اون دوست نداشت کفش سفید یا شلوار لی بپوشم، جورابم نازک نباشه، یک سری این‌طوری بود». شرکت‌کننده شماره ۱۵ گفت: «من و همسرم در زمینه نحوه پول خرج کردن خیلی با هم فرق داریم. من اگه پول داشته باشم تجملات رو دوست دارم... به عنوان مثال بهترین مبلمان رو بخرم، اما اون می‌گه این‌ها پول هدر دادن هست».

تفاوت‌های فرهنگی خانواده‌ها: این مقوله به تفاوت‌های فرهنگی و عدم تناسب خانواده‌ها اشاره نمود. برخی مصاحبه شوندگان مطرح کردند که از لحاظ فرهنگی با هم تفاوت دارند. شرکت‌کنندگان شماره ۱۴ و ۱۸ اظهار نمودند: «اختلاف فرهنگی داریم». شرکت‌کننده شماره ۳ گفت: «پدرم با عقد طولانی مخالف بود و می‌گفت حداکثر سه ماه... عقد طولانی بشه اختلافات ایجاد می‌شه، رفت و آمدها زیاد می‌شه، نمی‌خوام فامیل حرف بزنند، اما اون‌ها انتظار داشتند که من چند سالی تو عقد بمونم تا همه کارها ردیف بشه».

مشکلات جنسی: این مقوله به مشکلاتی مانند کم بودن میل جنسی، نبودن رابطه جنسی و مسایلی در زمینه جنسی اشاره کرد. برای نمونه شرکت‌کننده شماره ۴ بیان کرد: «میل جنسی من خیلی کم هست». شرکت‌کننده شماره ۷ اظهار داشت: «رابطه جنسی ما قطع شده و خیلی دیر به دیر هست... چند ماه طول می‌کشه».

ناکامی: این مقوله تجارب تلخ و انتظارات و توقعات برآورده نشده را نشان داد. شرکت‌کننده شماره ۵ عنوان نمود: «بچه‌ام مشکل جسمی داره، پای چپش مشکل داره... انتظار داشتم حداقل مادرش بگه آرامش براشون فراهم کنم». شرکت‌کننده شماره ۱ گفت: «سر بله‌برون فوق‌العاده اذیت شدم، پنج مرتبه کنسل شد».

مشکلات اقتصادی: این مقوله به مشکلات مالی، از دست دادن شغل و بیکاری اشاره نمود. شرکت‌کننده شماره ۱۴ گفت: «ورشکست شده بودیم». شرکت‌کننده شماره ۶ مطرح کرد: «بی‌فکر هستش... ضرر مالی پشت سر هم».

ویژگی‌های فردی

این مقوله به مجموع خصلت‌های فردی اشاره می‌کند که در شکل‌گیری و دوام تعارض نقش دارد و به دنبال آن، نشخوار فکری نیز اتفاق می‌افتد. ویژگی‌های فردی زنان مورد مصاحبه شامل سه مقوله فرعی بود.

روان‌رنجوری: این مقوله به زودرنجی و حساس بودن اشاره نمود؛ به طوری که بیشتر مصاحبه شوندگان خود را حساس و زودرنج معرفی کردند و در موارد دیگر به طور غیر مستقیم به این مقوله اشاره نمودند. شرکت‌کننده شماره ۱۲ گفت: «اشکم دمه مشکمه، زودرنج هستم... به خاطر مسایل روحی و روانی حساس‌تر شدم، گریه‌ام می‌گیره». شرکت‌کننده شماره ۹ بیان کرد: «روحیه رنجور، عاطفی و حساسی دارم».

عدم مهارت‌های ارتباطی: این مقوله به عدم مهارت نه گفتن و جرأت‌ورز نبودن از یک سو و از سوی دیگر، نداشتن مهارت برقراری یک مکالمه اثربخش اشاره می‌نماید. شرکت‌کننده شماره ۱۱ اظهار داشت: «من این توانایی رو نداشتم که بگم نه نمی‌خوام، اصلاً نه نگفتم، اصلاً نمی‌دونستم باید بگم آره یا نه...». شرکت‌کننده شماره ۶ مطرح کرد: «خیلی وقت‌ها من یه حرفی می‌زنم و اون ناراحت می‌شه؛ در صورتی که منظوری نداشتم، نمی‌دونم خواستم رو چه جوری بگم که باعث بحث نشه».

اعتماد به نفس پایین: این مقوله به احساس ناتوانی و بی‌کفایتی اشاره نمود. شرکت‌کننده شماره ۱۵ گفت: «آدمای خاصی هستند، اهل جنگند... من با عاطفه‌ای که دارم از پس اینا برنمیام». شرکت‌کننده شماره ۳ بیان نمود: «مشکلاتی که به وجود میاد احساس بی‌کفایتی می‌کنم». شرکت‌کننده شماره ۱۲ مطرح کرد: «هنوز می‌ترسم و تقصیر شوهرم می‌دونم».

ویژگی‌های همسر

این مضمون به ویژگی‌های همسر اشاره می‌کند که از طرف زنان اظهار گردید و باعث می‌شود صمیمیتی در رابطه زناشویی به وجود نیاید و یا صمیمیت از بین برود. این مقوله شامل چهار مقوله فرعی بود.

ویژگی‌های شخصیتی سخت همسر: این مقوله به ویژگی‌های شخصیتی مانند بددل بودن، سرد بودن، وسواسی بودن، اجتنابی بودن و سردی عاطفی اشاره می‌کند که باعث می‌شود ارتباطات بین فردی با مشکل روبه‌رو شود. شرکت‌کنندگان شماره ۲ و ۱۴ بیان کردند: «خیلی بددل هستش، مشکلات زندگیمون از سر بددلیش هست، تهمت زدن و بدبین بودنش...». شرکت‌کننده شماره ۱۵ گفت: «از نظر عاطفی سفت و سخته، نمی‌شه توش از لحاظ عاطفی نفوذ کنی».

www.mui.ac.ir
[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1396.15.4.9.4]

کنترل‌گری: این مقوله به رفتارهای کنترل کننده از طرف همسر اشاره نمود؛ به گونه‌ای که طرف مقابل هیچ‌گونه اختیاری از خود ندارد که از آن جمله می‌توان به تصمیم‌گیری در همه امور و ایجاد محدودیت‌های مختلف اشاره کرد. شرکت‌کننده شماره ۱۰ اظهار نمود: «شوهرم نمی‌ذاره من با کسی دوست بشم». شرکت‌کننده شماره ۶ گفت: «مثل بچه کوچیک با آدم رفتار می‌کنه». شرکت‌کننده شماره ۲ بیان کرد: «تصمیم‌گیری‌ها با اون هست، مشخص می‌کنه کدوم مغازه خرید کن، چی بپوش، کجا این رو بپوش و نپوش. برای من هم تصمیم می‌گیره، تعیین تکلیف می‌کنه».

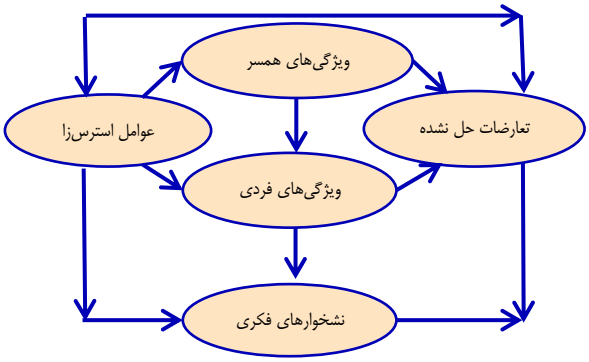
پاسخگو نبودن همسر: این مقوله به حامی نبودن همسر و نبودن صمیمیت و توجه اشاره می‌کند. شرکت‌کننده شماره ۲ اظهار داشت: «خودش (همسرم) به اون‌ها اجازه این رو می‌داد که هر کار دوست دارند بکنند، هر حرفی می‌خوانند بزنند. وقتی توهین به من می‌کردند، راحت از کنارش می‌گذشت». شرکت‌کننده شماره ۱۲ بیان کرد: «به من نگاه نمی‌کنه... براش تیپ می‌زنم، به خودم می‌رسم، اما اصلاً توجه نمی‌کنه». شرکت‌کننده شماره ۲ مطرح کرد: «خیلی مواقع حرص می‌خوردم، شوهرم چرا منو دوست نداره».

نفوذناپذیری: این مقوله اشاره به این دارد که همسر اجازه دخالت به همسرش را نمی‌دهد و به عبارت دیگر، قابلیت توافق‌پذیری و انعطاف ندارد. شرکت‌کننده شماره ۲ بیان کرد: «ولی فایده نداشت... هر کاری کردم به بن‌بست رسید و نتیجه‌ای نداشت». شرکت‌کننده شماره ۸ بیان نمود: «مشکل دیگه این که یواشکی کاری رو انجام می‌ده و بعد به گوش من می‌رسه».

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی عوامل مؤثر در نشخوار فکری زنان دارای تعارضات زناشویی بود. یافته‌های پژوهش در سه مقوله اصلی و ۱۴ مقوله فرعی خلاصه شد. بر اساس نتایج به دست آمده، هنگامی که زنان با استرسی روبه‌رو می‌شوند، چنانچه دارای ویژگی‌های فردی مانند روان‌رنجوری، عدم مهارت ارتباطی و اعتماد به نفس پایین باشند و همسری با ویژگی‌های خاص مانند پاسخگو نبودن، ویژگی‌های شخصیتی سخت داشتن (سردی عاطفی، بدبینی و اجتنابی بودن)، کنترل‌گری و نفوذناپذیری داشته باشند، این عوامل می‌توانند منجر به حل نشدن تعارضات زناشویی گردد و حتی آن‌ها را تشدید نماید. پیامد حل نشدن تعارضات زناشویی، بروز نشخوار فکری است و نشخوار فکری هم منجر به استرس بیشتر و شدت یافتن تعارضات زناشویی می‌شود. تعارضات برای فرد استرس بیشتری را ایجاد می‌کند و این چرخه همان‌گونه که در شکل ۱ نشان داده شده است، ادامه می‌یابد.

هنگامی استرس در روابط رخ می‌دهد که زوجین اهداف، انگیزه‌ها و اولویت‌های متناقضی داشته باشند. منابع عمومی تعارض مشتمل بر انتظارات برآورده نشده، صمیمیت، زمان سپری شده با یکدیگر، مشکلات مالی، اختلاف در برابری و قدرت، مسؤولیت‌های خانگی و خانوادگی، فرزندپروری، حسادت، عادات نامطلوب و... است (۲۱). تعارضات حل نشده و استرس وقتی با هم همراه شوند، حتی رضایت‌بخش‌ترین رابطه را در معرض خطر قرار می‌دهند (۲۲). مدیریت و حل تعارض دشوار است و به نوبه خود می‌تواند منبع قابل ملاحظه‌ای از استرس باشد (۲۳).



شکل ۱. عوامل مؤثر در نشخوار فکری زنان دارای تعارضات زناشویی

عوامل استرس‌زا شامل هرگونه مشکل، فقدان، ناکامی و انتظارات برآورده نشده می‌شود.

عوامل استرس‌زا هنگامی که با ویژگی‌های همسر و ویژگی‌های فردی تعامل پیدا می‌کند، چنانچه این تعامل به صورت کارامد نباشد، فرایند حل مشکل را با مانع روبه‌رو می‌سازد. در واقع، هنگامی که زوجین پاسخگو نیستند، مشکلاتشان بیشتر می‌شود و از سطح رضایت خود می‌کاهند، اما هنگامی که زوجین رفتار مشکل‌ساز را تغییر می‌دهند، به حفظ رضایت کمک می‌نمایند (۲۴).

زوجین به منظور تبدیل تعارض به یک سازمان دهنده برای ساخت روابط سالم‌تر و شادتر، به انطباق ارتباط خود با تقاضاهای بافتی که با آن مواجه هستند، نیاز دارند (۲۵). نتایج مطالعه حاضر نشان داد که بیشتر همسران زنانی که دارای نشخوار فکری هستند، قابلیت این انطباق را ندارند. ویژگی‌های زنان همچون روان‌رنجوری، فقدان مهارت‌های ارتباطی و اعتماد به نفس پایین نیز باعث آسیب‌پذیری بیشتر خودشان می‌شود. فردی که زودرنج است، حالت عاطفی منفی برای او ایجاد می‌شود و در این شرایط، روان‌رنجوری بر وی غالب می‌گردد (۲۶). عنصر اصلی روان‌رنجوری، بی‌ثباتی خلق و خو می‌باشد (۲۸، ۲۷). نتایج تحقیقات متعدد نشان داده است که همبستگی مستقیمی بین بی‌ثباتی خلق و تکانشگری وجود دارد (۳۰، ۲۹). در واقع، این تکانشگری فرد را از روند حل مسأله مؤثر خارج می‌کند. با توجه به این که روان‌رنجورخویی یک ویژگی شخصیتی است که با تمایل به نسبت پایدار فرد برای پاسخدهی به استرس با عواطف منفی ارتباط دارد (۳۱)، هنگامی که فرد درگیر عواطف منفی شد، قادر نیست بتواند در فرایند حل مشکل به طور مؤثر فعال باشد و این حاکی از عدم حل تعارض می‌باشد و حل نشدن تعارض نیز منجر به نشخوار فکری می‌گردد.

افراد، پاسخ دهندگان منفعل به رویدادهای استرس‌زا نیستند، بلکه به طور فعال تلاش می‌کنند با محرک استرس‌زا مقابله نمایند و گاهی به صورت ناسازگار مانند نشخوار فکری به آن واکنش نشان می‌دهند. بر اساس نتایج به دست آمده، نشخوار فکری در رابطه با عوامل استرس‌زا، نقش مهمی جهت پیش‌بینی علایم افسردگی ایفا می‌کند (۳۲). مطابق با نتایج تحقیقات گسترده، نشخوار فکری حل مشکل بی‌نتیجه و بی‌اثر را ترغیب می‌کند (۳۳) و موجب می‌شود مشکلات به صورت غیر قابل حل و گیج کننده ارزیابی شوند (۳۴). این مسأله می‌تواند به نوبه خود خلق و خوی ضعیف را در کوتاه مدت تشدید کند و نقش آن را در سبب‌شناسی افسردگی در بلندمدت توضیح دهد (۳۲).

فرایندهای شناختی همچون نشخوار فکری، در واکنش به استرس و سبک شناختی منفی نیز به عنوان عوامل پیش‌بین قوی جهت آغاز افسردگی شناخته

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1396.15.4.9.4]
www.mui.ac.ir

شده‌اند (۳۵). افرادی که دچار نشخوار فکری هستند، محتوای شناختی منفی را بعد از رویدادهای استرس‌زا تکرار می‌کنند (۳۶). عوامل استرس‌زای بین فردی عامل خطری برای علایم افسردگی می‌باشد (۳۷). یک نشخوار کننده فکری ممکن است احساس افسردگی کند که این احساس، مسایل شخصی و رفتارهای او را تحت تأثیر قرار می‌دهد و حتی تهدیدی برای او محسوب می‌شود. به دنبال آن، با انتظارات بدبینانه‌اش از خطر دوری کند و افکار منفی او ممکن است نتایج و انتظارات منفی را پیش‌بینی کند و برای او ایجاد مشکل نماید (به عنوان مثال از طریق روبه‌رو شدن با همسرش درباره مشکلات زناشویی) (۱). در واقع، افرادی که پس از حوادث استرس‌زای زندگی نشخوار فکری می‌کنند، با احتمال بیشتری افسرده می‌شوند. این نشخوار فکری تحت عنوان نشخوار فکری واکنش به استرس شناخته می‌شود (۳۵). با توجه به نتایج به دست آمده از پژوهش، نشخوار فکری که در واکنش به استرس ایجاد می‌شود، نقش مهمی در علت‌شناسی افسردگی ایفا می‌کند.

همه افراد پس از تجربه استرس وارد چرخه خودنظم‌دهی می‌شوند، اما افرادی که از لحاظ شناختی آسیب‌پذیر هستند، به سختی از این چرخه خارج می‌گردند (۳۸). زمانی که افراد با یک حادثه منفی در زندگی روبه‌رو می‌شوند، به جای این که توجهشان به سمت مشکل معطوف شود، روی ناهمخوانی بین حالت موجود و وضعیت مطلوب متمرکز می‌کنند (۳۹). به طور طبیعی، توجه به ناهمخوانی باید به پیدا کردن راه‌حل، رها کردن اهداف یا پرت کردن حواس ختم شود. همه این راه‌ها، شیوه‌هایی برای خروج از چرخه خودنظم‌دهی است. افرادی که آسیب‌پذیری بیشتری دارند، برای خروج از چرخه خودنظم‌دهی مشکل دارند و برای آن‌ها توجه نکردن به ناهمخوانی‌های درک شده اگر غیر ممکن نباشد، بسیار دشوار است و می‌تواند به خودنظم‌دهی مداوم ختم گردد، بدون این که راه‌حل رضایت‌بخشی داشته باشد که از آن می‌توان تحت عنوان نشخوار فکری یاد کرد (۴۰). نشخوار فکری به کمک طرحواره‌های افسرده‌ساز و حفظ آن‌ها، باعث تداوم خلق افسره و مانع راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه‌تر و فعالانه‌تر می‌گردد. نشخوار فکری ممکن است مکانیسم‌هایی را ایجاد نماید که به عوامل خطرناک متفاوت برای افسردگی تبدیل شود. در واقع، نشخوار فکری به بیشتر شدن فشارها، حمایت اجتماعی و خوش‌بینی کمتر و روان‌رنجورگرایی بیشتر منجر می‌گردد. در واقع، تمایل به نشخوار فکری به هنگام غم و اندوه، تابع تفاوت‌های فردی می‌باشد (۱۷).

زمانی که فرد نشخوار فکری را آغاز می‌کند، برایش دشوار است تا از چرخه آن خارج شود و درباره حل مسأله دچار تردید می‌گردد که این تردید موجب افزایش نشخوار فکری می‌شود. بر اساس نتایج مطالعه حاضر، از جمله تفاوت‌های فردی که در بستر روابط زوجی منجر به تمایل فرد به نشخوار فکری می‌شود، می‌توان به نداشتن مهارت‌های ارتباطی و فقدان اعتماد به نفس و روان‌رنجوری اشاره نمود. به نظر می‌رسد که فقدان مهارت‌ها، عدم اعتماد به نفس و روان‌رنجوری، فرد را آسیب‌پذیر می‌نماید و این آسیب‌پذیری منجر به نشخوار فکری می‌شود. رابطه معنی‌داری بین نشخوار فکری و روان‌رنجورگرایی وجود دارد (۳۶) و افراد آسیب‌پذیر بیشتر وارد چرخه نشخوار فکری می‌شوند (۴۰) که نتایج پژوهش حاضر نیز در همین راستا بود.

به طور کلی، می‌توان گفت آنچه که باعث می‌شود تعارضات زناشویی حل نشود و مانع شکل‌گیری یک تعامل رضایت‌بخش می‌گردد، تداخل سه عامل اصلی «عوامل استرس‌زا، ویژگی‌های فردی و ویژگی‌های همسر» می‌باشد. با توجه به این که عوامل استرس‌زا کم و بیش همیشه وجود دارد و بخشی از آن‌ها اجتناب‌ناپذیر است و عامل اصلی راه‌انداز تعارضات زناشویی محسوب می‌گردد، این که چرا قابلیت حل تعارضات از بین می‌رود، به نظر می‌رسد هنگامی که این عوامل با ویژگی‌های همسر و ویژگی‌های فردی خود شخص تداخل پیدا می‌کند، بسته به کم و کیف ویژگی‌های فردی و ویژگی‌های همسر، می‌تواند منجر به حل یا عدم حل تعارضات شود. با توجه به نتایج تحقیق حاضر، چنانچه زنان از یک سو از عدم مهارت‌های ارتباطی، فقدان اعتماد به نفس و روان‌رنجوری برخوردار باشند و از سوی دیگر، با همسری داشته باشند که به نیازهای آن‌ها توجه نکند، قابلیت نفوذپذیری نداشته باشد و احساس امنیت را به آن‌ها ندهد، فرد در چرخه نشخوار و تعارضات زناشویی گیر می‌افتد؛ به طوری که از یک سو نکات آسیب‌شناختی خودش مانع یک تعامل رضایت‌بخش می‌شود و از سوی دیگر، به دلیل این که همسر نیز این قابلیت را ندارد که به او کمک نماید تا با رفتارهای حمایت‌گرانه او را در مسیر مناسبی قرار دهد، فرایند حل تعارض با اشکال مواجه می‌گردد. در واقع، ویژگی‌های همسر مانند پاسخگو نبودن، نفوذناپذیری و کنترل‌گری می‌تواند شدت آسیب‌پذیری فرد را افزایش دهد. فرد آسیب‌پذیر آمادگی نشخوار فکری را دارد. همچنین، عوامل استرس‌زا آن را فعال می‌کند و ویژگی‌های سخت همسر به تداوم آن کمک می‌نماید. هنگامی که فرد در چرخه نشخوار فکری قرار می‌گیرد، کارامدی‌اش کاهش می‌یابد و دیگر نمی‌تواند به طور مؤثر با مسایل برخورد نماید. بنابراین، تعارض حل نمی‌شود و حتی احتمال پیچیده شدن آن وجود دارد. حل نشدن تعارض، استرس جدیدی را حاصل می‌کند واین چرخه ادامه می‌یابد.

یافته‌های پژوهش حاضر نقش ویژگی‌های فردی همراه با ویژگی‌های همسر را در بروز مشکلات زوجی و نشخوار فکری مؤثر می‌داند. بنابراین، برای حل مشکلات زوجی و قطع چرخه نشخوار فکری، توصیه می‌شود تمرکز درمان از یک سو روی ارتقای مهارت‌های ارتباطی، افزایش اعتماد به نفس و کاهش روان‌رنجوری و از سوی دیگر، بر پذیرش ویژگی‌های غیر قابل تغییر همسر باشد.

با توجه به این که مصاحبه‌ها فقط بر روی زنان صورت گرفت و ویژگی‌های همسر توسط آن‌ها اظهار شد، نمی‌توان به طور قطع گفت که همسران آن‌ها این ویژگی‌ها را دارند یا نه؟ بنابراین، پیشنهاد انجام مطالعه‌ای روی همسران آن‌ها توصیه می‌شود.

سپاسگزاری

تحقیق حاضر برگرفته از پایان‌نامه مقطع دکتری مشاوره خانواده با شماره ۱۱۹۳۶۷۴، مصوب دانشگاه اصفهان می‌باشد. بدین وسیله از همه همکاران و مراجعانی که در انجام این پژوهش همکاری نمودند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

References

1. Papageorgiou C, Wells A. Depressive rumination: Nature, theory and treatment. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons; 2004.
2. Rippere V. What's the thing to do when you're feeling depressed? A pilot study. Behav Res Ther 1977; 15(2): 185-91.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1396.15.4.9.4]

3. Watkins E, Moulds M. Distinct modes of ruminative self-focus: Impact of abstract versus concrete rumination on problem solving in depression. Emotion 2005; 5(3): 319-28.
4. Nolen-Hoeksema S. The response styles theory. In: Papageorgiou C, Wells A, Editors. Depressive rumination: Nature, theory and treatment. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons; 2004. p. 105-23.
5. Nolen-Hoeksema S, Morrow J. A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta Earthquake. J Pers Soc Psychol 1991; 61(1): 115-21.
6. McCullough ME, Garth Bellah C, Kilpatrick SD, Johnson JL. Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the big five. Pers Soc Psychol Bull 2001; 27(5): 601-10.
7. Ward A, Lyubomirsky S, Sousa L, Nolen-Hoeksema S. Can't quite commit: Rumination and uncertainty. Pers Soc Psychol Bull 2003; 29(1): 96-107.
8. Gibbons FX, Smith TW, Ingram RE, Pearce K, Brehm SS, Schroeder DJ. Self-awareness and self-confrontation: Effects of self-focused attention on members of a clinical population. J Pers Soc Psychol 1985; 48(3): 662-75.
9. Watkins ER, Nolen-Hoeksema S. A habit-goal framework of depressive rumination. J Abnorm Psychol 2014; 123(1): 24-34.
10. Michl LC, McLaughlin KA, Shepherd K, Nolen-Hoeksema S. Rumination as a mechanism linking stressful life events to symptoms of depression and anxiety: Longitudinal evidence in early adolescents and adults. J Abnorm Psychol 2013; 122(2): 339-52.
11. Morrison R, O'Connor RC. A systematic review of the relationship between rumination and suicidality. Suicide Life Threat Behav 2008; 38(5): 523-38.
12. Watkins ER. Constructive and unconstructive repetitive thought. Psychol Bull 2008; 134(2): 163-206.
13. Lyubomirsky S, Nolen-Hoeksema S. Self-perpetuating properties of dysphoric rumination. J Pers Soc Psychol 1993; 65(2): 339-49.
14. Schwartz AJ, Koenig LJ. Response styles and negative affect among adolescents. Cognit Ther Res 1996; 20(1): 13-36.
15. Butler LD, Nolen-Hoeksema S. Gender differences in responses to depressed mood in a college sample. Sex Roles 1994; 30(5-6): 331-46.
16. Nolen-Hoeksema S, Parker LE, Larson J.Ruminative coping with depressed mood following loss. J Pers Soc Psychol 1994; 67(1): 92-104.
17. Nolen-Hoeksema S, Davis CG. Thanks for sharing that": Ruminators and their social support networks. J Pers Soc Psychol 1999; 77(4): 801-14.
18. Leonard KE, Roberts LJ. The effects of alcohol on the marital interactions of aggressive and nonaggressive husbands and their wives. J Abnorm Psychol 1998; 107(4): 602-15.
19. Birchler GR, Weiss RL, Vincent JP. Multimethod analysis of social reinforcement exchange between maritally distressed and nondistressed spouse and stranger dyads. J Pers Soc Psychol 1975; 31(2): 349-60.
20. Holloway I, Freshwater D. Narrative research in nursing. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons; 2009.
21. Papp LM, Cummings EM, Goeke-Morey MC. For richer, for poorer: Money as a topic of marital conflict in the home. Fam Relat 2009; 58(1): 91-103.
22. Le B, Dove N, Agnew CR, Korn MS, Mutso AA. Predicting nonmarital romantic relationship dissolution: A meta-analytic synthesis. Pers Relatsh 2010; 17(3): 377-90.
23. Storaasli RD, Markman HJ. Relationship problems in the early stages of marriage: A longitudinal investigation. J Fam Psychol 1990; 4(1): 80-98.
24. McNulty JK. Forgiveness in marriage: Putting the benefits into context. J Fam Psychol 2008; 22(1): 171-5.
25. Overall NC, McNulty JK. What type of communication during conflict is beneficial for intimate relationships? Curr Opin Psychol 2017; 13: 1-5.
26. Sharma L, Markon KE, Clark LA. Toward a theory of distinct types of "impulsive" behaviors: A meta-analysis of self-report and behavioral measures. Psychol Bull 2014; 140(2): 374-408.
27. Bowen R, Balbuena L, Leuschen C, Baetz M. Mood instability is the distinctive feature of neuroticism. Results from the British Health and Lifestyle Study (HALS). Pers Individ Dif 2012; 53(7): 896-900.
28. Trull TJ, Solhan MB, Tragesser SL, Jahng S, Wood PK, Piasecki TM, et al. Affective instability: Measuring a core feature of borderline personality disorder with ecological momentary assessment. J Abnorm Psychol 2008; 117(3): 647-61.
29. Anestis MD, Peterson CB, Bardone-Cone AM, Klein MH, Mitchell JE, Crosby RD, et al. Affective lability and impulsivity in a clinical sample of women with bulimia nervosa: The role of affect in severely dysregulated behavior. Int J Eat Disord 2009; 42(3): 259-66.
30. Oliver MNI, Simons JS. The affective lability scales: Development of a short-form measure. Pers Individ Dif 2004; 37(6): 1279-88.
31. Hutchinson JG, Williams PG. Neuroticism, daily hassles, and depressive symptoms: An examination of moderating and mediating effects. Pers Individ Dif 2007; 42(7): 1367-78.
32. Vanderhasselt MA, Brose A, Koster EHW, De Raedt R. Co-variation between stressful events and rumination predicts

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1396.15.4.9.4]

depressive symptoms: An eighteen months prospective design in undergraduates. Behav Res Ther 2016; 87: 128-33.
33. Nolen-Hoeksema S, Wisco BE, Lyubomirsky S. Rethinking rumination. Perspect Psychol Sci 2008; 3(5): 400-24.
34. Lyubomirsky S, Tucker KL, Caldwell ND, Berg K. Why ruminators are poor problem solvers: Clues from the phenomenology of dysphoric rumination. J Pers Soc Psychol 1999; 77(5): 1041-60.
35. Robinson MS, Alloy LB. Negative cognitive styles and stress-reactive rumination interact to predict depression: A prospective study. Cognit Ther Res 2003; 27(3): 275-91.
36. Nolen-Hoeksema S, Parker LE, Larson J. Ruminative coping with depressed mood following loss. J Pers Soc Psychol 1994; 67(1): 92-104.
37. Kato T. Impact of coping with interpersonal stress on the risk of depression in a Japanese sample: A focus on reassessing coping. Springerplus 2015; 4: 319.
38. Smith JM, Alloy LB, Abramson LY. Cognitive vulnerability to depression, rumination, hopelessness, and suicidal ideation: Multiple pathways to self-injurious thinking. Suicide Life Threat Behav 2006; 36(4): 443-54.
39. Carver CS, Scheier MF. Origins and functions of positive and negative affect: A control-process view. Psychol Rev 1990; 97(1): 19-35.
40. Pyszczynski T, Greenberg J. Depression, self-focused attention, and self-regulatory perseveration. In: Snyder CR, Ford CE, Editors. Coping with negative life events: Clinical and social psychological perspectives. Berlin, Germany: Springer US; 1987.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1396.15.4.9.4]

Factors Affecting Rumination among Women Having Marital Conflicts

Fahimeh Namdarpour[1], Maryam Fatehizade[2], Fatemeh Bahrami[3], Rahmatollah Mohammadi-Fesharaki[4]

Original Article

Abstract

Aim and Background: Rumination can cause various kinds of damage to which women are more vulnerable. Therefore, the aim of this study was to determine the factors affecting rumination among women having marital conflicts.

Methods and Materials: This was a qualitative study in which a thematic analysis was carried out. The nonrandom purposive sampling method was used, and the research sample saturated upon selecting 15 women having marital conflicts. The semi-structured interviews were conducted to collect the data.

Findings: After the content analysis, the resultant data included three themes and 14 subthemes. The themes were stressors (sexual problems, financial and occupational issues, unfulfilled expectations, frustration, personality differences, value differences, and familial differences), personal characteristics (neuroticism, lack of communication skills, and low self-confidence), and spousal characteristics (dominance, unaccountability, harsh characteristics, and imperviousness).

Conclusions: According to the findings, stressors trigger rumination. However, when they interfere with spousal characteristics and personal rumination characteristics, marital conflicts will lose solvability and result in rumination. On the one hand, it increases stress. Besides, it increases marital conflicts, and forms this self-sustaining cycle.

Keywords: Rumination, Marital conflicts, Stressors, Personal characteristics, Spouses

Citation: Namdarpour F, Fatehizade M, Bahrami F, Mohammadi-Fesharaki R. **Factors Affecting Rumination among Women Having Marital Conflicts.** J Res Behav Sci 2018; 15(4): 459-66.

Received: 30.08.2017 Accepted: 02.11.2017

1- PhD Student, Department of Counseling, School of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran
2- Associate Professor, Department of Counseling, School of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran
3- Professor, Department of Counseling, School of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran
4- Assistant Professor, Department of Counseling, School of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran
Corresponding Author: Maryam Fatehizade, Email: m.fatehizade@edu.ui.ac.ir

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1396.15.4.9.4]