Print ISSN: 2423-4869
Online ISSN: 2423-4850

FAMILY PATHOLOGY JOURNAL

olume 8 - Issue 1 (9-2022 - Serial : 15)

Effect of Narrative Therapy on the Rumination of Divorced Mothers

Hosein Mohaghegh Department of Psychology, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran. Hm293na@gmail.com

Mina Rajabi M A in Psychology. Department of Psychology, Faculty of Economics and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamadan, Iran.

Abstract

Background: Increasing the tendency to divorce is one of the most important harms to the family and society; These injuries have great human, social, and economic costs, which are related to poor health, emotional disorders, addiction, and family poverty (Sands, Thompson, & Gaysina, 2017). **Objective:** The present study was conducted to investigate the effect of narrative therapy on the rumination of divorced mothers in Behbahan. **Method:** This research was a quasi-experimental study with a pretest and posttest design with a control group. The study population was all divorced mothers in Behbahan; 44 people were selected as a sample and randomly assigned to the experimental and control groups. After the pretest, the protocol of the eight-session narrative therapy and post-test sessions with the questionnaire: RRS Nolenhohaxma and Murrow (1991); **Findings:** Statistical analysis of covariance was performed on 44 people, which confirmed the findings of data analysis, The results showed that the protocol of narrative therapy, rumination: ($p < 0.01$, $F = 13.53$) has reduced the number of mothers in the area. **Conclusion:** Therefore, narrative therapy had an effect on the rumination of divorced mothers, and this treatment method can be applied to divorced mothers to increase mental health and reduce the harms of life after divorce and being a single parent.

Keywords: *narrative, therapy, rumination, divorced mothers*

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

Introduction

Increasing the tendency to divorce is one of the most important harms to the family and society; These harms include great human, social, and economic costs that are related to ill health, emotional disorder, addiction, and family poverty (Sands, Thompson, & Gassina, 2017). Although the damages and challenges of life after divorce affect both sexes, women face more damages in life after divorce due to gender barriers (Sadeghi Fasaei, & Ithari, 2013) Therefore, it can be said that divorced women are one of the vulnerable sections of society, whose life challenges are many and serious, and empowering and trying to solve their problems is very important. Among these problems, we can mention emotional tensions, anxiety, painful feedback from people around, and emotional problems, as negative consequences of divorce, which affect the mental health of separated people (Awad, Haddad, Shakeri, & et al., 2021).

Also, having or not having children makes a big difference in understanding the consequences of divorce among those who have divorced. One of the biggest challenges faced by divorced people with children is the change in parent-child relationships and the difficulties of playing the role of a single parent in managing children (Sadeghi Fasaei, & Ithari, 2013) And considering that divorce has a more negative effect on women, divorced mothers experience poor mental health compared to divorced fathers and mothers who have partners; And one of the main factors related to that is the existence of financial problems as well as the lack of social support. Also, the role of both parents in a child's life is important for his correct upbringing; And divorce usually involves the departure of the father from home; As a result, the father's absence makes the motherless caring and responsive, as her time and attention is divided between making a living and caring for the children (Crozier, & Butterworth, 2007).

Another consequence of divorce based on research is rumination. Rumination is passive and repeated thoughts about the symptoms, causes, and outcomes of depression and is conceptualized as a cognitive mechanism that links stressful life events with depression and anxiety symptoms (Mikell, McLaughlin, Shepherd, & Nolen-Hoeksma, 2013).

Rumination is a repetitive and often unavoidable process of thinking about past experiences, which is often associated with negative thoughts; rumination is known as a constant preoccupation with a thought or topic and thinking about it, these thoughts are repetitive, they focus on causes and results, they also prevent adaptive problem solving and increase negative thoughts (Nolen Hoeksma, 2000).

In this way, divorced mothers suffer from a vicious circle between negative thoughts, due to the concerns mentioned after the divorce, and on the other hand, rumination, due to repeated thinking about the worries, which prevents them

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

from their positive and active functions in their roles. It prevents them from being different; Perhaps a woman who divorced to gain more satisfaction from her life and create a calmer and healthier environment for her child or children, despite the mentioned difficulties, but because of a problem such as rumination, created more difficulty conditions for herself and her child or children. Slow For this reason, it is necessary to use interventions to solve these problems: by talking about culture, gender, social class, ethnicity, and the way of daily social life, it solves the disorders of a person's life; Among these interventions is the narrative therapy approach.

Narrative therapy is a solution-oriented approach; Mental health practitioners have used solution-oriented approaches to take advantage of their strengths in focusing on future-oriented goals and tasks (Arcoleta, & et al., 2015). Solution-oriented therapies have a non-pathological view of clients and help clients find solutions to their current problems, and these approaches emphasize finding solutions instead of focusing on problems (Brzezunoski, 2012).

Conversation therapy, which involves telling, listening, retelling, and rehearing stories (Savikas, 2011), attempts to change the person's story by rewriting some key elements of the life narrative (Hutto, & Gallagher, 2017), which ultimately helps people with Editing their life story can take an active role in improving their psychological, personal and social issues (Benker, Kastell, & Allen, 2010).

In general, therapists' narratives help clients to direct their attention to pleasant stories that lead them to a better identity and life instead of focusing on stories full of problems and futility (Goldenberg, & Goldenberg, 2000; translated by Hossein Shahi Baravati, & Naqshbandi, 2012). Narrative therapy interventions are presented in the form of questions; Also, narrative therapists pay special attention to the talents and abilities of clients (Nichols; translated by Dehaghani, & et al., 2009).

Many treatment strategies for rumination have been investigated; Such as: 1. The effect of cognitive-behavioral group therapy on the rumination of divorced women (Shoushtari, Rezaei, & Taheri, 2015), 2. In the clinical trial of neurofeedback of alpha distortion on rumination, the purpose of this research is to correct the asymmetry of frontal alpha to reduce depression. Rumination and executive actions of people suffering from reactive depression caused by love trauma, using neurofeedback intervention and comparing its effectiveness with the intervention group (Nategian, Sepehari Shamlou, Salehi Federdi, & Mashhadhi, 2017), 3. The effect of cognitive therapy based on mindfulness over rumination (Seraj Khorami, et al., 2017).

In this regard and considering that the effect of narrative therapy on the rumination of divorced mothers has not been investigated; the present study will be conducted with the aim of the effectiveness of narrative therapy on reducing the rumination of divorced mothers.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

None of the mentioned treatments have addressed the rumination of divorced mothers, thus considering the importance of the issue of divorce, its growing statistics in our country, and the damages caused by the dissolution of the marital relationship, which for women, especially women who are the guardians of their children. suffers more injuries, it seems necessary to address this segment of society. According to the said material, this research aims to investigate the issue of "Is narrative therapy effective on the rumination of divorced mothers?" is executed.

Methodology

The present study was applied in terms of purpose and semi-experimental in terms of type with a pre-test-post-test design with two experimental and control groups.

The population studied in the present study included all divorced mothers with rumination in Behbahan City who have been referred to counseling centers in Behbahan City for the treatment of the mentioned problems. And the sampling method was convenience sampling. In this way, among the divorced mothers with rumination, the society available to the divorced mothers with rumination referring to Neshat counseling center was considered under the welfare of Behbehan city during the years 2015-2020.

Results and discussion

The present study was applied in terms of purpose and semi-experimental in terms of type with a pre-test-post-test design with two experimental and control groups.

The results of this research showed that narrative therapy affects the rumination of divorced mothers. In such a way the implementation of this treatment method has led to the reduction of rumination. Therefore, it can be said that the emphasis on positive and multi-story narratives, the emphasis on individual strengths, and the remainder of the unique consequences that an individual has experienced in his life and are outside of his dominant narrative, have reduced the rumination of the participants in this research.

Conclusion

The results of Table 1 show that the effect of the pre-test was significant and its selection as a covariate variable was effective. The group effect is also significant ($p < 0.01$, $F = 13.53$), which means that narrative therapy has a significant effect on reducing the rumination of divorced mothers, according to these results, the second main hypothesis of the research is confirmed, and according to the square, The rate of this effect is 25%.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

Table 1

The results of univariate covariance analysis on rumination post-test scores by controlling the pre-test scores

Variable	Source	Type III sum of squares	df	Mean Squares	F	Sig.	Partial Eta Squared
rumination	Pretest	498.77	1	498.77	8.69	.005	0.17
	Group	776.42	1	776.42	13.53	.001	0.25
	Error	235.68	41	57.35			

The present study was applied in terms of purpose and semi-experimental in terms of type with a pre-test-post-test design with two experimental and control groups.

Balzamo, & et al (2015) showed in research: that when extreme psychological focus on an event or an object is repeated for long periods, the flow of thought follows the pattern of rumination. In the stage of research implementation and implementation of the treatment protocol on the participants, the problem is that divorced mothers are extremely focused on the problems of their lives and their children, and a single narrative full of problems without regard to their other experiences, which is beneficial and based on skills and Their merits have worked and they have not allowed the problem to dominate their lives, they present from their life path.

The present study was applied in terms of purpose and semi-experimental in terms of type with a pre-test-post-test design with two experimental and control groups.

The results of this research on the effect of narrative therapy on reducing rumination are consistent with the results of Karimi's research (2018) on the effectiveness of narrative therapy in reducing rumination and anxiety in male high school students of Lali City. Also, in the research of Naziri, & et al. (2009), the results of the research indicated that after a period of narrative therapy, the level of depression symptoms, negative spontaneous thoughts, and ineffective attitudes in the experimental group were lower than in the control group, and Stang's and Cooley research (2022) has shown the effect of narrative therapy on reducing depression and fear of death in a dying Holocaust survivor.

According to the information obtained from inferential statistics, this research succeeded in finding this result "Narrative therapy affects reducing rumination in divorced mothers."

Acknowledgments

The authors appreciate the participation of divorced mothers in this study.

Authors' contributions

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

This paper is a collaborative effort from the master's thesis, with the first author responsible for the research design; The second author was responsible for performing the study, administering the questionnaire, and collecting data, as well as creating the article's draft, statistical analysis of the data, and writing the section on the study's findings.

Funding

This research was not supported financially.

Availability of data and materials

No available

Ethics approval and consent to participate

All procedures in the study adhere to the 1964 Declaration of Helsinki and its later amendments or ethical standards.

Consent for publication

Participants were assured that their findings were confidential and would be published in an article without mentioning their personal information.

Competing interests

The author(s) declared no potential conflicts of interest to the research, authorship, and/or publication of this article.

References

Archuleta, K. L., Burr, E. A., Carlson, M. B., Ingram, J., Kruger, L. I., Grable, J. E., & Ford, M. R. (2015). Solution-focused financial therapy: A brief report of a pilot study. *Journal of Financial Therapy*. https://doi.org/10.1007/978-3-319-08269-1_8

Awad, E., Haddad, C., Sacre, H., Hallit, R., Soufia, M., Salameh, P., ... , & Hallit, S. (2021). Correlates of bullying perpetration among Lebanese adolescents: a national study. *BMC Pediatrics*, *21*(1), 1-8. https://doi.org/10.1186/s12887-021-02678-0

Banker, J. E., Kaestle, C. E., & Allen, K. R. (2010). Dating is hard work: A narrative approach to understanding sexual and romantic relationships in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, *32*(2), 173-191. https://doi.org/10.1007/s10591-009-9111-9

Brzezowskl, K. M. (2012). A solution-focused grouped treatment approach for individuals maladaptively expressing anger. Ohio: Wright state university. https://corescholar.libraries.wright.edu/etd_all/1124/

Goldenberg, Irene; Goldenberg, Herbert. (2012). Family Therapy. Translated by Hossein Shahi Baravati, Hamidreza, Naqshbandi, Siamak. Tehran: Ravan. 2000. 12th edition. https://ravabook.ir/%D8%AE%D8%A7%D9%86%D9%88%D8%A7%D8%AF%D9%87-%D8%AF%D8%B1%D9%85%D8%A7%D9%86%D9%8A [Persian].

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

Hutto, D. D., & Gallagher, S. (2017). Re-Authoring narrative therapy: Improving our self-management tools. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, *24*(2), 157-167. /10.1353ppp.2017.0020

Karimi, H. (2018). The effect of narrative therapy on mental rumination and anxiety of male high school students in Lali city. *Studies in Psychology and Educational Sciences, 22*(4), 153-161.https://www.noormags.ir/view/en/articlepage/1379599 [Persian]

Michl, L. C., McLaughlin, K. A., Shepherd, K., & Nolen-Hoeksema, S. (2013). Rumination as a mechanism linking stressful life events to symptoms of depression and anxiety: longitudinal evidence in early adolescents and adults. Journal of abnormal psychology, 122(2), 339 https://doi.org/10.1037/a0031994

Nateghiyan, S; Sepehri Shamlou, Z; Salehi Fedardi, J; , & Mashhadi, A. (2017). A clinical trial of asymmetric alpha neurofeedback to improve executive actions and rumination of people suffering from reactive depression caused by love trauma. *Cognitive Psychology Quarterly, 6*(2), 31-40. 20.1001.1.23455780.1397.6.2.4.7 [Persian]

Naziri, Q; Qadri, Z; and Zare, F. (2010). The effectiveness of the narrative therapy approach in reducing depression among women in Maroodasht city in 2088. *Women and Community Quarterly, 1*, 65-78. https://www.noormags.ir/ [Persian]

Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of abnormal psychology, 3*(5), 109- 504. https://doi.org/10.1037/0021-843X.109.3.504

Sadeghi Fasaei, S; and Ithari, M. (2013). "A Gender Analysis of Life After Divorce: A Qualitative Study," *Women in Development and Policy, 10*(3). 5-30 https://doi.org/10.22059/jwdp.2012.29480 [Persian]

Sands, A., Thompson, E. J., & Gaysina, D. (2017). Long-term influences of parental divorce on offspring affective disorders: A systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, *218*, 105-114 . https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.04.015

Savickas, A. (2011). Job counseling (H. Daroodi, & A. Zarebi Trans.). Tehran: Arasbaran.

Shushtri, A; Rezaei, A, and Taheri, E. (2016). The effectiveness of cognitive-behavioral group therapy on emotional regulation, metacognitive beliefs and rumination of divorced women. *Journal of Principles of Mental Health, 18*(6), 321-328. 10.22038/jfmh.2016.7792 [Persian]

Stahnke, B., & Cooley, M. E. (2022). End-of-Life Case Study: The Use of Narrative Therapy on a Holocaust Survivor with Lifelong Depression. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 1-8. https://doi.org/10.1007/s10879-022-09532-z

Seraj Khormi, A; Pasha R; Hafizi, F; Bakhtiarpour, S; , & Eftekhar, Z. (2018). The effectiveness of cognitive therapy based on mindfulness on the amount of rumination in people with major depressive disorder and obsessive-compulsive disorder. *Journal of Disability Studies, 104*(8), 104-114. 20.1001.1.23222840.1397.8.0.60.5 [Persian]

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

Balsamo, M., Carlucci, L., Sergi, M. R., Klein Murdock, K., & Saggino, A. (2015). The mediating role of early maladaptive schemas in the relation between co-rumination and depression in young adults. *PloS one*, *10*(10), e0140177. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0140177

Madigan, S. (2016). Narrative therapy (history, theory, therapy). (Translated by Khajeh, A; and Amiri, A). Tehran: Danje. 1956.https://danjehpub.com/

Print ISSN: 2423-4869
Online ISSN: 2423-4850

FAMILY PATHOLOGY JOURNAL

olume 8 - Issue 1 (9-2022 - Serial : 15)

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

Family Pathology Journal

تأثیر روایت درمانی بر نشخوار فکری مادران جداشده از همسر

حسین محققی دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده اقتصاد و علوم اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران.
Hm293na@gmail.com

مینا رجبی کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده اقتصاد و علوم اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران.

چکیده

افزایش گرایش به طلاق یکی از برجسته‌ترین آسیب‌های خانواده و اجتماع است؛ این آسیب‌ها هزینه‌های انسانی، اجتماعی و اقتصادی بزرگی دارند که با عدم سلامت، اختلال عاطفی، اعتیاد و فقر خانوادگی رابطه دارد (Sands, Thompson, & Gaysina, 2017). هدف پژوهش حاضر، بررسی تأثیر روایت درمانی بر نشخوار فکری مادران جداشده از همسر بود. این پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، همه مادران جداشده از همسر شهرستان بهبهان بودند؛ که از طریق یک مرکز مشاوره در بهبهان برای شرکت در پژوهش اعلام آمادگی کردند. روش نمونه‌گیری به روش هدفمند و به‌طور داوطلبانه بود. از میان کسانی که اعلام آمادگی کردند، ۴۴ نفر برمبنای ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. به‌منظور سنجش متغیرهای پژوهش از پرسشنامه نشخوار فکری نولن‌هوکسما و مارو (RRS)استفاده شد. این پرسش‌نامه توسط نولن‌هوکسما و مارو در سال (1991) برای سنجش نشخوار فکری طراحی و تدوین‌شده است؛ که دارای ۲۲ پرسش است و بر پایه طیف چهارگزینه‌ای لیکرت از ۱ (هرگز) تا ۴ (همیشه) است. پیش از آغاز درمان و در فرجام درمان، اعضای دو گروه به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. اعضای گروه آزمایش در مرکز مشاوره نشاط شهرستان بهبهان در معرض پروتکل هشت جلسه‌ای روایت درمانی پاین (2013) قرار گرفتند و اعضای گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. جهت تحلیل داده‌های پژوهش از روش تحلیل کوواریانس استفاده شد و نتایج نشان داد که روایت درمانی مایه کاهش معنادار نشخوار فکری: ($p< ۰/۰۱$ ،$F= 53/13$) در گروه آزمایش در سنجش با گروه کنترل شد. نتایج این پژوهش حاکی از این است که روایت درمانی می‌تواند روش شایسته و کارسازی در کاهش نشخوار فکری مادران جداشده از همسر باشد.

کلیدواژه‌ها: *نشخوار فکری، روایت درمانی، مادران جداشده از همسر*

مقدمه

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

افزایش گرایش به طلاق یکی از مهم‌ترین آسیب‌های خانواده و اجتماع است؛ این آسیب‌ها شامل هزینه‌های انسانی، اجتماعی و اقتصادی بزرگی می‌شود که با عدم سلامت، اختلال عاطفی، اعتیاد و فقر خانوادگی رابطه دار (Sands, Thompson, & Gaysina, 2017)علی‌رغم این‌که آسیب‌ها و چالش‌های زندگی پس از طلاق هردو جنس را متأثر می‌کند اما درمجموع زنان، به دلیل موانع جنسیتی، با آسیب‌های بیشتری در زندگی پس از طلاق روبه‌رو هستند(Sadeghi Fasai, & Ithari, 2013)؛ بنابراین، می‌توان گفت زنان جداشده از همسر از اقشار آسیب‌پذیرجامعه هستند که چالش‌های زندگی آن‌ها زیاد و جدی است و توانمندسازی و تلاش برای رفع مشکلات آنها اهمیت زیادی دارد. از این مشکلات می‌توان به تنش‌های هیجانی، تشویش، بازخوردهای دردناک اطرافیان و مشکلات عاطفی، به عنوان پیامدهای منفی طلاق، که سلامت روانی افراد جداشده را تحت تأثیر قرار می‌دهد نام برد Awad, (Haddad, Sacre, Hallit, Soufia, Salameh, & Hallit, 2021). یافته‌های پژوهش‌های اسمیت- اتکسبریا و ایکسیزیا [1](2021)، امورو[2] (2018) و گریمالدی[3] (2017) نشان داده است که باورهای ارتباطی نامطلوب، فقدان شریک عاطفی و براورده نشدن نیازهای عاطفی زنان جداشده از همسر ، ازچالش‌های اساسی آنان پس از طلاق است. همچنین، فرزند داشتن یا نداشتن، تفاوت زیادی را از درک پیامدهای طلاق، در کسانی که طلاق گرفته‌اند، ایجاد می‌کند. یکی از بیشترین چالش‌هایی که طلاق‌گرفته‌های واجد فرزند با آن مواجه می‌شوند، تغییر در روابط والد - فرزندی و دشواری‌های ایفای نقش تک والدی در مدیریت فرزندان است (Sadeghi Fasai, & Ithari, 2013) و با توجه به این‌که طلاق بر زنان تأثیر سوء بیشتری دارد، مادران جداشده از همسر نسبت به پدران جداشده از همسر و مادرانی که شریک زندگی دارند بهداشت روانی ضعیفی را تجربه می‌کنند؛ و از عوامل اصلی مرتبط با آن وجود مشکلات مالی و همچنین عدم حمایت اجتماعی است. همچنین، نقش هر دو والد در زندگی کودک برای تربیت صحیح او مهم است؛ و طلاق معمولاً رفتن پدر از خانه را به همراه دارد؛ در نتیجه، نبود پدر باعث مراقبت و پاسخگویی کمتر مادر می‌شود، زیرا وقت و توجه او بین امرار معاش و مراقبت از کودکان تقسیم شده است (Crosier , & butterwoth, 2007).

یکی دیگر از پیامدهای طلاق براساس پژوهش ها، نشخوار فکری[4] است. نشخوار فکری افکاری منفعلانه و مکرر درباره علائم و علل و نتایج افسردگی است و به عنوان یک سازوکار شناختی که رخدادهای فشارزای زندگی را با علائم افسردگی و اضطراب پیوند می‌زند، مفهوم سازی شده است(Michl, McLaughlin, Shepherd, & Nolen-Hoeksema، 2013). نشخوار فکری با عواطف منفی مانند غم، اندوه یا پریشانی همراه است و هرکسی با توجه به شرایط و موقعیت خود آن را تجربه می‌کند (Wagner, Alloy, & Abramson, 2015). به طور معمول طلاق، همه افراد درگیر را، آسیب پذیرتر می‌کند. مادران جداشده از همسر به دلیل مواجه بودن با واقعیت شرایط اقتصادی نامناسب و مسئولیت‌های چندگانه از نظر سلامت روان در خطراند و همچنین برخی از فرزندان آنها نیز از بیماری های جسمی و روحی فراوانی رنج می‌برند (Akbari, Turkman, Ghasemi, & Aghababai, 2017). کاهش بهزیستی

1 Smith-Etxeberria, & Eceiza.
2 Omoro
3 Grimaldi
4 rumination

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

روان‌شناختی مادران جداشده از همسر عاملی مخرب است که بر تمامی جنبه‌های زندگی این مادران و فرزندانشان آثاری نامطلوب به جا می‌گذارد و انگیزه‌ی آنان را برای داشتن یک زندگی مطلوب کاهش می‌دهد، درنتیجه طبیعی است که این مادران به دلیل مشکلات روان‌شناختی خود، انگیزه لازم جهت ابراز عشق و محبت مادری و به کارگیری شیوه‌های صحیح تربیتی برای فرزندانشان را نداشته باشند و نتوانند فرزندانی سالم، کارآمد و موفق را تربیت کرده و به جامعه تحویل دهند (Darfashi , & Zarnaghash, 2020).

قابل ذکر است، نگرانی درمورد فرزندان و سرنوشت آن‌ها پس از طلاق در مادران بیشتر از پدران دیده شده است (Akhavan tafti, 2012). ولز و متیوس[1](1914) تمایزی میان دو نگرانی سازگار و ناسازگار قائل هستند؛ از نظرآن‌ها نوع سازگارانه نگرانی در راستای حل مسائل است که باعث رفتار متمرکز بر مسأله می‌شود؛ اما نوع ناسازگارانه آن مجموعه تکرار شونده‌ای از نتایج منفی را در پی دارد، همچنین فرد تا زمانی که به هدف‌های درونی برسد به راه‌حل‌های مقابله‌ای ادامه می‌دهد. که یکی از این راهبردهای ناسازگار نشخوارگری است (Garanovsky, Kraich, & Spinhaven; 2002, quoted by Hosni and Mir Aghaei , 2011).

نشخوارگری عبارت است از فرایند تکرارشونده و غالباً اجتناب‌ناپذیر فکر کردن در مورد تجربه‌های گذشته، که اغلب با افکارمنفی در رابطه است و نشخوار فکری به عنوان اشتغال دائمی به یک فکر یا موضوع و تفکردرباره آن شناخته می‌شود، این افکار تکراری هستند، تمرکز بر علت‌ها و نتایج دارند، همچنین مانع حل‌مسئله سازگارانه شده و باعث افزایش افکارمنفی می‌شوند (Nolen-hoeksema, 2000).

به این صورت، مادران جداشده از همسر دچار یک دور باطل میان افکار منفی، به دلیل نگرانی‌های ذکر شده پس از طلاق و از طرف دیگر نشخوار فکری، به دلیل تکرار فکرکردن درمورد نگرانی‌ها، می‌شوند که این شرایط آن‌ها را از عملکردهای مثبت و فعالانه خود در نقش‌های مختلفشان باز می‌دارد؛ چه‌بسا زنی که باهدف به‌دست‌آوردن رضایت بیشتری از زندگی خود و ایجاد محیط آرام و سلامت‌تری برای فرزند یا فرزندانش، با وجود دشواری‌های ذکر شده، طلاق گرفته اما به دلیل مشکلی چون: نشخوار فکری شرایط دشوارتری را برای خود و فرزند یا فرزندانش ایجاد کند؛ به همین دلیل ضروری است از مداخلاتی برای حل این مشکلات استفاده کرد که: با گفت‌وگوکردن از فرهنگ، جنسیت، طبقه اجتماعی، قومیت و شیوه زندگی اجتماعی روزمره نابسامانی‌های زندگی شخص را حل می‌کند که از جمله این مداخلات رویکرد روایت درمانی[2] است.

روایت درمانی یک رویکرد راه‌حل مدار است؛ دست‌اندرکاران بهداشت روانی از رویکردهای راه‌حل مدار برای بهره‌گیری مراجعان از نقاط قوت خود در تمرکز بر اهداف آینده‌گرا و وظایفشان استفاده کرده‌اند (Arcoletta, & et al., 2015). درمان‌های راه حل مدار دیدگاهی غیر بیماری شناختی نسبت به مراجع دارند و به مراجعین کمک می‌کنند برای مشکلات کنونی خود راه حل بیابند و این رویکردها برخلاف دیدگاه مشکل محور به جای تمرکز بر مشکلات، بر یافتن راه حل‌ها تأکید می‌کنند (Brzezowski, 2012).

1 Wells & matthews
2 narrative therapy

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

مایکل وایت[1]، درمان‌گر استرالیایی و دیوید اپستون کانادایی مهاجر به نیوزلند فعالیت درمان بدیع و تازه‌ی خود را در اوایل دهه ۸۰ میلادی آغاز کردند و در سال‌های ۲۰۱۱_۲۰۱۰ روایت درمانی مرکز نظری فعالیت‌های هزاران درمان‌گر در سراسر دنیا شد (Madigan, 2011; Translated by Khajeh , & Amiri, 2016). از دیدگاه وایت روایت درمانی عبارت است از: به کارگیری مجموعه روش‌هایی برای فهم داستان‌های افراد، ساختارشکنی[2] و بازنویسی[3] این داستان‌ها توسط خود فرد و با کمک درمانگران (White , & epston, 1990) در روایت درمانی، مشکل داستانی است که نیازمند دوباره تألیف شدن از طریق گفتگوی درمانی است (White, 1995) باید برای حل مشکلاتمان، داستان‌های کهنه را ساخت‌زدایی کنیم و داستان‌های جدیدی بسازیم. ابتدا باید آگاه شویم که چقدر از داستان ما بر اساس موعظه‌های حاکم در خانواده‌ها و جوامع‌مان ساخته شده‌اند. برای ساختن داستانی جدید به کلمه‌ها، تصاویرذهنی و معانی جدید نیازمندیم. وقتی که زبان ما غنی‌تر شود، تجربه ما نیز غنی‌تر خواهد شد (Prochaska , & Norokras, 2007; translated by Seyed Mohammadi, 2011).

بنابراین می توان گفت گفتگوهای درمانی که شامل گفتن، گوش دادن، دوباره گفتن و دوباره شنیدن داستان ها است (Savickas, 2011) با بازنویسی برخی از عناصر کلیدی روایت زندگی، سعی در تغییر داستان شخص دارد (Hutto , & Gallagher, 2017) که در نهایت افراد با ویراستاری داستان زندگی خود می توانند نقش فعالی را در بهبود مسائل روانی، فردی و اجتماعی خود به عهده بگیرند (Banker, Castell , & Allen, 2010). بطورکلّی روایت درمانگران به مراجعین کمک می کنند به جای تمرکز بر داستان‌های سرشار از مشکل و بیهوده، توجه خود را به سمت داستان‌های پسندیده که آن‌ها را به سمت هویت و زندگی بهتر می‌کشاند، هدایت نمایند (Goldenberg; Goldenberg, 2000; translated by Hossein Shahi Baravati, & Naqshbandi, 2012). و مداخلات روایت درمانی در قالب سؤال ارائه می‌شوند. درمانگران این رویکرد درمانی تقریبا هیچ وقت اظهارنظر یا تفسیر به عمل نمی‌آورند. آن‌ها فقط پشت سر هم سؤال می‌پرسند و اغلب جواب‌ها را تکرار می کنند و آن‌ها را می‌نویسند. درمانگران روایتی جلسه اول را با بررسی این‌که افراد چگونه وقت خود را سپری می کنند شروع می‌نمایند. این سؤال به درمانگر فرصت می‌دهد تا بفهمد که مراجعان خود را چگونه می‌بینند. بدون اینکه درگیر یک پیشینه پرطول و دراز و اسنادهای مربوط به تقصیر شوند؛ که غالبا بخشی از این پیشینه هستند. همچنین، درمانگران روایتی توجه ویژه‌ای به استعدادها و شایستگی‌های مراجعان دارند (Nichols; translated by Dehghani et al., 2009).

راهبردهای درمانی بسیاری بر روی نشخوار فکری، بررسی شده است؛ همچون: ۱. تأثیر گروه درمانی شناختی–رفتاری بر نشخوار فکری زنان جداشده از همسر (Shushtri, Rezaei , & Taheri, 2015)، ۲. کارآزمایی بالینی نوروفیدبک ناقرینگی آلفا بر نشخوار فکری که هدف از این پژوهش، اصلاح اسیمتری آلفای فرونتال به منظور کاهش افسردگی، نشخوار فکری و کنش های اجرایی افراد مبتلا به افسردگی واکنشی ناشی از ضربه عشق، با استفاده از مداخله نوروفیدبک و مقایسه اثربخشی آن با گروه مداخله

1 White
2 deconstruct
3 rewriting

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

نما بوده است (Nategian, Sepehri Shamlou, Salehi Federdi , & Mashhadi, 2017)، ۳. تأثیر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر نشخوار فکری،(Seraj khorami, et al., 2017) ۴. اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر نشخوار فکری (Demhari, Saeedmanesh and Jala, 2018)، ۵. تأثیر طرحواره درمانی هیجانی گروهی بر نشخوار فکری زنان جداشده از همسر (Mohammadi, Sepehari Shamlou , & Asghari Ebrahimabad, 2019)، ۶. همچنین رضایی و گرجی (2020) اثربخشی الگوی نگارش بیانگر برکاهش نشخوار فکری زنان جداشده از همسر را بررسی کرده و نتیجه گیری کرده‌اند که این درمان موثر واقع شده است، ۷. تأثیر روایت درمانی بر نشخوار ذهنی و اضطراب دانش آموزان پسر دبیرستانی شهرستان لالی که نتایج حاصل از تحلیل داده ها نشان داد، روایت درمانی باعث کاهش نشخوارذهنی و اضطراب دانش آموزان گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شد و یافته ها بعد از یک ماه نیز پایدار بودند (Karimi, 2018).

لازم به ذکر است اثربخشی روایت‌درمانی تاکنون در طیف گسترده‌ای از مسائل روان‌شناختی مورد تأیید قرار گرفته است؛ چنگیزی، لیوارجانی و واحدی (2020) اثربخشی ذهن‌آگاهی مبتنی بر روایت درمانی گروهی بر بهبود علایم افسردگی و بازده‌های هیجانی، در دانش‌آموزان دارای نشانگان افسردگی را بررسی کرده و نتایج نشان داده است که این رویکرد درمانی باعث بهبود علایم افسردگی و بازده‌های هیجانی در دانش‌آموزان دارای نشانگان افسردگی در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل شده است. همچنین ریبرو، براگا، استیلس، تی‌خیرا و میگوئل[1](2016) اثربخشی روایت درمانی را برکاهش علائم افسردگی بررسی نموده و اثربخشی روایت‌درمانی بر عملکرد خانوادگی زوجین (Rabi'i, Fatihizadeh and Bahrami, 2008)، کاهش افسردگی زنان (Naziri, Qadri, & Zare, 2009)، میزان تمایل به بخشودگی در زنان (Nouri , & Kazemi, 2012).تقلیل علائم اختلال استرس پس از سانحه در زنان مبتلا (Cloitre et al., 2014) و علاوه بر پژوهش‌های یاد شده، سلیمی و همکاران (2015) از روایت درمانی در طلاق عاطفی زوجین متقاضی طلاق توافقی استفاده کرده‌اند که نتایج این مطالعه حاکی از اثربخشی این روش درمانی بر کاهش طلاق عاطفی بوده است ؛ همچنین مقیمی و حقیقت (2017) تأثیر روایت درمانی گروهی را بر کاهش علائم افسردگی و اضطراب در بیماران مبتلا به اختلالات استرس پس از سانحه بررسی کرده و نتیجه گرفته است که این درمان موثر واقع شده است؛ در همین راستا و باتوجه به این‌که تأثیر روایت درمانی برروی نشخوار فکری مادران جداشده از همسر بررسی نشده است؛ مطالعه حاضر با هدف اثربخشی روایت درمانی بر کاهش نشخوار فکری مادران جداشده از همسر انجام خواهد شد.

هیچ‌کدام از درمان‌های ذکر شده به نشخوار فکری مادران جداشده از همسر نپرداخته است، بدین ترتیب باتوجه‌به اهمیت موضوع طلاق، آمار روبه‌رشد آن در کشور ما و آسیب‌هایی که به دلیل انحلال رابطه زناشویی که برای زنان علی‌الخصوص زنانی که سرپرستی فرزندان با آن‌هاست صدمات بیشتری را متحمل می‌شود، پرداختن به این قشر جامعه ضروری به نظر می‌رسد. باتوجه‌به مطالب گفته شده، این پژوهش با هدف بررسی این موضوع که «آیا روایت درمانی بر نشخوار فکری مادران جداشده از همسر موثر است؟»، اجرا شده است.

1 Ribero, Braga, stiles, Teixeira, Miguel

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

فرضیهٔ پژوهش:

روایت درمانی بر کاهش نشخوار فکری مادران جداشده از همسر تأثیر دارد.

روش

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با دو گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه موردمطالعه در پژوهش حاضر شامل تمامی مادران جداشده از همسر دارای نشخوار فکری شهرستان بهبهان بود که جهت درمان مشکلات ذکر شده به مراکز مشاوره شهرستان بهبهان مراجعه نموده‌اند؛ و روش نمونه‌گیری، نمونه‌گیری در دسترس بود. بدین صورت که از مادران جداشده از همسر دارای نشخوار فکری، جامعه در دسترس مادران جداشده از همسر دارای نشخوار فکری مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره نشاط، زیر نظر بهزیستی شهرستان بهبهان طی سال‌های ۱۳۹۵-۱۴۰۰ در نظر گرفته شد. نمونه مورد مطالعه ۴۴ نفر از مادران جداشده از همسر دارای نشخوار فکری مرکز مشاوره نشاط است که با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. در پژوهش‌های نیمه آزمایشی حداقل میزان گروه های کنترل و آزمایش باید ۱۵ نفر باشد که برای جلوگیری از ریزش شرکت‌کنندگان، هرچقدر این میزان بیشتر باشد مطلوب‌تر است(Delawar, 2013)؛ و به همین دلیل ۲۲نفر در گروه کنترل و ۲۲ نفر در گروه آزمایش قرار گرفتند. ملاک ورود شرکت‌کنندگان در این پژوهش: ۱.داشتن سلامت جسمانی معمول ۲.داشتن نمره بالاتر از ۴۴ در مقیاس نشخوار فکری نالن‌هوکسما و مارو (1991) (RRS) ۳. گذشتن حداکثر پنج سال از طلاق شرکت کنندگان ۴. داشتن حداقل تحصیلات سیکل ۵. داشتن فرزند بود. همینطور ملاک خروج شرکت‌کنندگان از پژوهش: ۱. عدم پاسخ‌گویی کامل به سوالات پیش‌آزمون ۲. غیبت حداکثر دو جلسه از جلسات درمانی بود. همچنین ملاک خروج شرکت‌کنندگان در این پژوهش: ۱. عدم پاسخ‌گویی کامل به سوالات پیش‌آزمون ۲. غیبت حداکثر دو جلسه از جلسات درمانی ۳.در صورت تمایل شرکت‌کننده به خروج از درمان و پژوهش بوده است.

ابزارها

پرسش‌نامه نشخوار فکری نولن‌هوکسما و مارو (RRS)[1]

این پرسش‌نامه توسط نولن‌هوکسما و مارو در سال ۱۹۹۱ برای سنجش نشخوار فکری طراحی و تدوین‌شده است. این پرسش‌نامه دارای ۲۲ سؤال است و بر اساس طیف چهارگزینه‌ای لیکرت از ۱ (هرگز) تا ۴ (همیشه) است. در این آزمون نمره بیشتر نشان دهنده نشخوار فکری بالاتر است و بالعکس. دامنه نمرات این پرسش‌نامه از ۲۲ تا ۸۸ است؛ و شرکت کنندگان در صورت کسب ۵۰ درصد نمره، به عنوان فرد دارای نشخوار فکری شناخته می‌شوند. مؤلفه‌های این پرسش‌نامه: بروزدادن

1 Nolenhoeksma and Maro rumination questionnaire (RRS). This questionnaire was designed and compiled by Nolenhoeksma and Maro in (1991) to measure rumination. The components of this questionnaire: update (reflection); In thinking; Depression.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

(بازتاب): سوالات شماره ۷، ۱۱، ۱۲، ۲۰ و ۲۱؛ در فکر فرو رفتن: ۵، ۱۰، ۱۳، ۱۵ و ۱۶؛ افسردگی: ۱ تا ۴، ۶، ۸، ۹، ۱۴، ۱۷، ۱۸، ۱۹ و ۲۲ است. رابطه ی بین نشخوار فکری، افسردگی و اضطراب بر روی نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی مورد بررسی قرار گرفت. ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰.۸۸ درصد به عنوان شاخصی از همسانی درونی برای مقیاس پاسخ های‌نشخواری محاسبه شد. بر پایه شواهد تجربی، مقیاس پاسخ‌های‌نشخواری، از پایایی بالایی برخوردار است و ضریب آلفای کرونباخ آن در دامنه‌ای از ۸۸/. تا ۹۲/. قرار دارد. پژوهش ها نشان می‌دهند که همبستگی بازآزمایی برای RRS، ۶۷/. است (Laminate, 2004). در پژوهش فرخی، سیدزاده و مصطفی پور (2017) به منظورتعیین روایی مقیاس پاسخ‌های نشخواری از روش روایی سازه با اجرای پرسش‌نامه باورهای فراشناختی (MCO-30) استفاده شده است. و نتایج نشان داد که ضریب همبستگی بین نمرات گروه مورد مطالعه در پرسش‌نامه پاسخ‌های‌نشخواری (RRS) و پرسش‌نامه باورهای فراشناختی (MCQ-30) برابر با۸۷۵/. و ۸۶۷/. و پرسش‌نامه افسردگی بک (BDI-II) برابر با ۷۲۳/. و ۷۵۳/. است که در سطح (P< 0/001) معنادار است. وجود تفاوت های فرهنگی و اجتماعی یافته‌های پیشین در مورد رابطه ی نشخوار فکری و افسردگی در نمونه‌ی ایرانی نیز تأیید شد؛ مقیاس پاسخ‌های نشخواری توسط باقری‌نژاد و همکاران (2010) به فارسی ترجمه شده و ضریب آلفای کرونباخ آن را ۸۸/. گزارش کرده‌اند.

مداخله

پروتکل هشت جلسه‌ای روایت درمانی پاین[1] به نقل از قوامی و همکاران (2013)

در جلسه اول که جلسه مقدمه نام داشت اهداف جلسه با عناوین: آغاز فرایند آشنایی و بررسی روایت زندگی از زبان شرکت‌کننده دنبال شد و برای اشاره به طور دقیق‌تر می‌توان گفت: در این جلسه درمانگر و شرکت‌کننده باهم آشنا شدند، اهداف و قوانین جلسات برای شرکت‌کننده روشن شده و مدل درمانی موردنظر برای شرکت‌کننده تبیین شد. مهم‌ترین فعالیت این جلسه: تشویق اعضا برای شرح روایت‌های خود بود.

در جلسه دوم، موضوع جلسه داستان زندگی بود و هدف جلسه با عنوان: برونی‌سازی مشکل مطرح شد. برای اشاره دقیق‌تر محتوای جلسه دوم باید گفت که در این جلسه درمانگر و شرکت‌کننده با همراهی هم روایت‌های غالب شرکت‌کننده را بررسی کرده، داستان‌های اشباع از مشکلی که شرکت‌کننده تعریف می‌کند را مشخص ساخته و چگونگی ساخته‌شدن این داستان‌ها را برای او روشن می‌سازد. مهم‌ترین فعالیت‌های این جلسه: برونی‌سازی مشکل، بررسی نفوذ مشکل برفرد و برعکس است.

در جلسه سوم که موضوع آن رویدادهای مهم زندگی بود؛ هدف جلسه این‌گونه مطرح شد: بررسی نحوه داستان‌گویی فرد شرکت‌کننده از زندگی خود و محتوای دقیق‌تر جلسه به این صورت بود که شرکت‌کننده با همراهی درمانگر به اصول حاکم بر داستان‌گویی‌اش دستیابی پیدا می‌کنند و تجارب اوج و افت داستان زندگی او را می‌یابند؛ و مهم‌ترین فعالیت این جلسه: دیدن داستان از منظری دیگر بود.

1 Payne

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

در جلسه چهارم که موضوع آن ساخت شکنی بود؛ هدف جلسه: درنظرگرفتن مسائل اجتماعی و فرهنگی در ایجاد مشکل مطرح شد و محتوای دقیق‌تر جلسه بر نام‌گذاری مشکل، ساخت شکنی یا به طور دقیق‌تر از قدرت انداختن مشکل و فن باز معنایی دقت داشت؛ و مهم‌ترین فعالیت‌های این جلسه: نام‌گذاری مشکل. باز معناکردن آنچه پذیرفته شده بوده است.

جلسه پنجم با موضوع ابتکارات، با هدف معرفی چندداستانی به شرکت‌کنندگان آغاز شد و در این جلسه شرکت‌کننده به چالش کشیده شد، عوامل مثبت و منفی مؤثر در داستان‌های او مشخص شد، چالش‌های بزرگ زندگی او بررسی شد و به داستان‌های سایه‌ای زندگی او دستیابی صورت گرفت؛ و مهم‌ترین فعالیت‌های این جلسه این بود که: شرکت‌کننده باید سعی کند داستان‌های سایه‌ای را به یاد آورد.

در جلسه ششم که با موضوع پیامدهای بی‌همتا و هدف: اتخاذ موقعیت شرکت‌کننده نسبت به مشکل آغاز شد، محتوای جلسه در پی بررسی پیامدهای منحصربه‌فرد برای شرکت‌کننده، به‌کارگیری عناصر جدید در روایت مطرح شده توسط او و بررسی اولویت‌ها، آرزوها، اهداف و افراد مهم زندگی‌اش و همچنین تغییر چارچوب زندگی فرد گذشت و مهم‌ترین فعالیت‌های این جلسه: به یادآوری اشخاص تأثیرگذار در زندگی گذشته و حال. بررسی اولویت‌ها و اهداف زندگی او گذشت.

در جلسه هفتم، با موضوع بازسازی و بازگویی روایت زندگی با هدف: تأکید بر تأثیر روایات چندداستانی و مثبت بر زندگی آغاز شد و به طور دقیق‌تر جلسه با تأکید بر نقاط قوت شرکت‌کننده، تحلیل ارتباط روایت جدید با زندگی فرد، جریان بخشیدن به روایت جدید و تأکید بر نقطه بحرانی پیش رفت؛ و مهم‌ترین فعالیت این جلسه بازگویی مجدد داستان زندگی فرد شرکت‌کننده بود.

و در آخرین جلسه یعنی در جلسه هشتم با موضوع: بازسازی داستان زندگی و اهدافی چون بازگویی مجدد داستان، بازگویی نقش خود و دیگران در داستان جدید و غنی‌سازی آن آغاز شد و محتوای جلسه به این صورت بود که داستان تازه شرکت‌کنندگان بررسی می‌شد و مشکلات احتمالی آنها پیش‌بینی می‌شد، روایت جدید آنها ویرایش نهایی شده و از شرکت‌کننده دعوت می‌شود که در داستان جدید زندگی خود ایفای نقش کند. همچنین مهم‌ترین فعالیت‌های جلسه پایانی به‌اختصار: ویرایش نهایی روایت جدید و اجرای پرسش‌نامه‌های موردنظر بود.

پروتکل درمانی ذکر شده توسط مینا رجبی، کارشناس ارشد روان‌شناسی با شماره (Pine, 2004; quoted by Qavami et al., 2013). عضویت ۷۴۵۹۹ در سازمان نظام روانشناسی اجرا شده است.

شیوهٔ اجرا پژوهش

پس از بیان اهداف پژوهش و با رعایت ملاحظات اخلاقی، رضایت آزمودنی‌ها جهت شرکت در پژوهش به طور کامل جلب شد. روند انتخاب شرکت‌کنندگان در پژوهش بدین شرح بود که با همکاری مرکز مشاوره نشاط شهرستان بهبهان، به شماره تماس مادران جداشده از همسری که به دلیل مشکلات افسردگی و نشخواری، در طی سال ۱۳۹۵ تا ۱۴۰۰ به این مرکز مشاوره مراجعه کرده بودند تماس حاصل شد و از آنها دعوت به همکاری صورت گرفت. شرکت‌کنندگان پس از انتخاب نمونه بر اساس داشتن نمره بالاتر از ۴۴ در مقیاس پاسخ‌های نشخواری، بطور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل جایابی شدند؛ سپس گروه‌های

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

آزمایش یک دوره روایت درمانی هشت جلسه‌ای پاین به نقل از قوامی و همکاران (2013) را در مرکز مشاوره نشاط گذراندند که هر جلسه ۹۰ دقیقه به طول انجامید؛ اما گروه کنترل هیچ درمان روان‌شناختی دیگری دریافت نکردند. پس از اتمام دوره درمان از گروه‌های آزمایش و کنترل آزمون پاسخ های نشخواری به عمل آمد که نمرات پس‌آزمون را تشکیل دادند؛ و نمرات حاصل از آن به عنوان ملاکی برای پیشرفت درمان به کار برده شد. در این پژوهش تحلیل داده ها در دو بخش آمار توصیفی و آمار استنباطی انجام گرفت. در آمارتوصیفی از میانگین، انحراف معیار، جداول و نمودارها استفاده شد و در آمار استنباطی از تحلیل کوواریانس استفاده شد.

یافته‌ها

در این بخش ابتدا شاخص‌های جمعیت‌شناختی نمونه بررسی شد. دامنه سنی دو گروه بین ۲۵ تا ۴۸ سال بود و میانگین و انحراف معیار سن گروه آزمایش ۱/۸۶± ۲۹/۷۳ سال و میانگین و انحراف معیار سن گروه کنترل ۴/۲۷± ۳۰/۴۲ بود. از گروه آزمایش تحصیلات ۶ نفر (۲۷٪/۳) زیر دیپلم، ۱۱ نفر (۵۰٪) دیپلم، ۴ نفر (۱۸٪/۲) لیسانس و ۱ نفر (۴٪/۵) ارشد بودند و از گروه کنترل ۳ نفر (۱۳٪/۶) زیر دیپلم، ۱۳ نفر (۵۹٪/۱) دیپلم، ۵ نفر (۲۲٪/۷) لیسانس و ۱ نفر (۴٪/۵) ارشد بودند.

جدول ۲

اطلاعات دموگرافیک گروه آزمایش

سن	تحصیلات	مدت زمان جدا شدن از همسر	تعداد فرزندان	وضعیت اشتغال
۲۸	زیر دیپلم	یک سال	۱	شاغل نیست
۲۳	دیپلم	سه سال	۱	شاغل
۳۵	زیر دیپلم	یک سال	۱	شاغل
۲۸	فوق لیسانس	دو سال	۱	شاغل نیست
۴۲	دیپلم	پنج سال	۲	شاغل
۳۲	لیسانس	پنج سال	۱	شاغل
۲۷	زیر دیپلم	یک سال	۲	شاغل نیست
۲۸	دیپلم	سه سال	۲	شاغل
۴۰	زیر دیپلم	پنج سال	۱	شاغل
۲۵	لیسانس	دو سال	۱	شاغل
۱۹	دیپلم	یک سال	۱	شاغل نیست
۳۲	دیپلم	سه سال	۱	شاغل
۲۳	دیپلم	دو سال	۱	شاغل
۲۷	دیپلم	سه سال	۱	شاغل
۴۸	زیر دیپلم	پنج سال	۲	شاغل
۳۳	زیر دیپلم	یک سال	۱	شاغل نیست
۲۹	دیپلم	دو سال	۲	شاغل نیست
۳۸	لیسانس	سه سال	۱	شاغل
۳۱	دیپلم	دو سال	۲	شاغل
۳۰	دیپلم	پنج سال	۱	شاغل
۲۵	لیسانس	دو سال	۱	شاغل
۲۹	دیپلم	یک سال	۲	شاغل نیست

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

Family Pathology Journal

جدول ۳

اطلاعات دموگرافیک گروه کنترل

سن	تحصیلات	مدت زمان جدا شدن از همسر	تعداد فرزندان	وضعیت اشتغال
۲۵	دیپلم	یک سال	۱	شاغل نیست
۳۵	دیپلم	سه سال	۲	شاغل
۲۹	دیپلم	یک سال	۱	شاغل
۲۸	لیسانس	دو سال	۱	شاغل نیست
۳۶	دیپلم	پنج سال	۲	شاغل
۳۹	فوق لیسانس	پنج سال	۱	شاغل
۲۷	دیپلم	یک سال	۲	شاغل نیست
۲۵	زیر دیپلم	سه سال	۱	شاغل
۲۵	دیپلم	یک سال	۱	شاغل نیست
۴۵	دیپلم	دو سال	۱	شاغل
۳۶	دیپلم	چهار سال	۲	شاغل
۴۸	لیسانس	سه سال	۱	شاغل
۲۸	لیسانس	دو سال	۱	شاغل
۲۷	زیر دیپلم	سه سال	۱	شاغل
۳۴	دیپلم	پنج سال	۲	شاغل
۳۳	دیپلم	یک سال	۱	شاغل نیست
۲۶	لیسانس	دو سال	۲	شاغل نیست
۳۸	زیر دیپلم	سه سال	۱	شاغل
۳۳	دیپلم	دو سال	۲	شاغل
۳۰	لیسانس	پنج سال	۱	شاغل
۲۹	دیپلم	دو سال	۲	شاغل
۲۵	دیپلم	یک سال	۱	شاغل نیست

در ادامه شاخص‌های توصیفی متغیرنشخوار فکری در پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه کنترل و آزمایش آمده است. این آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار است

جدول ۴

شاخص‌های توصیفی متغیرنشخوار فکری در پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه کنترل و آزمایش

	آزمون	پیش‌آزمون			پس‌آزمون		
	گروه‌ها	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	فراوانی	میانگین	انحراف معیار
نشخوار فکری	آزمایش	۲۲	۴۳/۴۵	۶/۸۵	۲۲	۳۴/۸۶	۹/۴۱
	کنترل	۲۲	۴۲/۴۰	۷/۰۸	۲۲	۴۲/۷۷	۶/۸۶

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

اطلاعات مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهد که میانگین نمرات نشخوار فکری در پیش‌آزمون گروه کنترل ۴۲/۴۰ و در پس-آزمون این گروه ۴۲/۷۷ است. میانگین نمرات نشخوار فکری در پس‌آزمون گروه آزمایش نسبت به پیش‌آزمون این گروه، کاهش پیدا کرده و از ۴۳/۴۵ به ۳۴/۸۶ رسیده است.

به منظور بررسی معنی‌داری تفاوت میانگین نمرات نشخوار فکری بین دو گروه کنترل و آزمایش از تحلیل کوواریانس تک متغیره استفاده شد. قبل از انجام تحلیل ابتدا پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس مورد بررسی قرار گرفت که شامل مفروضه‌های همگنی شیب خط رگرسیون، رابطه خطی بین متغیر وابسته و همپراش، همگنی واریانس‌ها و همگنی ماتریس کوواریانس مورد بررسی قرار گرفت.

جدول ۵

نتایج تحلیل کواریانس تک متغیره روی نمرات پس آزمون نشخوار فکری با کنترل نمرات پیش‌آزمون

متغیر	عامل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معنی‌داری	مجذور اتا
نشخوار فکری	پیش‌آزمون	۴۹۸/۷۷	۱	۴۹۸/۷۷	۸/۶۹	۰/۰۰۵	۰/۱۷
	گروه	۷۷۶/۴۲	۱	۷۷۶/۴۲	۱۳/۵۳	۰/۰۰۱	۰/۲۵
	خطا	۲۳۵۱/۶۸	۴۱	۵۷/۳۵			

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که اثر پیش‌آزمون معنادار بوده و انتخاب آن به عنوان متغیر همپراش موثر بوده است. اثر گروه نیز معنادار است ($p<۰/۰۱$ ، $F= ۱۳/۵۳$) بدین معنا که روایت درمانی بر کاهش نشخوار فکری مادران جداشده از همسر اثر معناداری دارد و با توجه به این نتایج فرضیه پژوهش تأیید می‌شود و با توجه به مجذور اتا میزان این تأثیر ۲۵ درصد است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که روایت درمانی بر نشخوار فکری مادران جداشده از همسر تأثیر دارد. به‌گونه‌ای که اجرای این روش درمانی منجر به کاهش نشخوار فکری شده است. براین‌اساس می‌توان گفت که تأکید بر روایات چنداستانی و مثبت، تأکید روی نقاط قوت فرد و یادآوری پیامدهای بی‌همتایی که فرد در زندگی خود تجربه کرده و خارج از روایت مسلط اوست، باعث کم‌شدن نشخوار فکری شرکت‌کنندگان در این پژوهش شده است.

بالزامو (2015) در پژوهشی نشان داد: هنگامی که تمرکز افراطی روانی بر روی یک رویداد یا یک شیء در دوره‌های طولانی تکرار شود، جریان تفکر از الگوی نشخواری پیروی می‌کند؛ و در مرحله اجرای پژوهش و اجرای پروتکل درمانی بر روی شرکت‌کنندگان این مسئله که مادران جداشده از همسر بصورت افراطی روی مشکلات زندگی خود و فرزندانشان متمرکزشده و روایتی تک داستانی سرشار از مشکل و بدون توجه به تجربیات دیگرشان که در آن سودمند بوده و بر اساس مهارت‌ها و شایستگی‌هایشان عمل کرده و اجازه تسلط مشکل بر زندگیشان را نداده‌اند، از مسیر زندگی خود ارائه می‌دهند.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

مایکل وایت در نظریه خود یعنی روایت درمانی بیان می‌کند که افراد دچار مشکل معمولاً به ارائه مطالبی می‌پردازند که وایت آن را داستان‌های سرشار از مشکل درباره خودش می‌نامد و احتمالاً بیانگر احساس ناکامی، ناامیدی، ناتوانی و تنهایی آنهاست. او در تلاش برای‌آنکه افراد بتوانند خود و روابط خود را از مشکل تفکیک کنند، از فرایند بیرونی سازی استفاده می‌کند. با این شیوه این امکان برای افراد فراهم می‌شود تا بر اساس دیدگاهی جدید و عاری از مشکل به توصیف خویش و روابط خود بپردازند. افراد با اتخاذ این دیدگاه جدید قادر خواهند بود تا واقعیات مربوط به خود را پیدا کنند. حال‌آنکه وقتی توجیهات سرشار از مشکل را برای زندگی خویش داشتند، نمی‌توانستند آن‌ها را درک کنند. این واقعیت‌ها عموماً با توصیف‌های شخصی قبلی آنان راجع به شکست‌ها و احساس تنهایی و ناتوانی آن‌ها در برخورد با مشکل‌ها مغایرت دارند.

نتایج این پژوهش مبنی بر تاثیر روایت درمانی بر کاهش نشخوار فکری با نتایج پژوهش کریمی (2018) مبنی بر موثر بودن روایت درمانی بر کاهش نشخوار فکری و اضطراب در دانش‌آموزان پسر دبیرستانی شهرستان لالی، همسو بوده است. همچنین، در پژوهش نظیری و همکاران (2010) نتایج پژوهش حاکی از این بود که پس از یک دوره روایت درمانی، سطح علائم افسردگی، افکار خودآیند منفی و نگرش های ناکارآمد در گروه آزمایش پایین تر از گروه کنترل بوده است و در پژوهش استانگ و کوولی[1](2022) تأثیر گذاری روایت درمانی بر کاهش افسردگی و ترس از مرگ را در یک بازمانده از هولوکاست در آستانه مرگ نشان داده است.

محدودیت‌های پژوهش: در اجرای پژوهش حاضر محدودیت‌هایی وجود داشت که در زیر آمده‌اند و به طور خلاصه به هرکدام اشاره شده است.

۱. این پژوهش تنها بر روی مادران جداشده از همسری که طی پنج سال گذشته به یکی از مراکز مشاوره زیر نظر سازمان بهزیستی شهرستان بهبهان مراجعه کرده‌اند اجرا شده است؛ در تعمیم داده‌ها و نتایج این پژوهش باید جانب احتیاط رعایت شود.

۲. به دلیل پیک پنجم کرونا در زمان اجرای پژوهش و دستور ستاد مدیریت کرونا در شهرستان بهبهان مبنی‌بر: تعطیلی دوهفته‌ای این شهرستان، اجرای مراحل پژوهش برای برخی از شرکت‌کنندگان با تأخیر صورت گرفت.

۳. برخی شرکت‌کنندگان برای گفتن مسائل و مشکلات خود در جلسه‌های اجرای پژوهش همکاری و صداقت لازم را نداشته و این مسئله ممکن است بر نتایج پژوهش اثرات نامطلوبی داشته باشد.

۴. عدم امکان پیگیری درمان از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر است.

پیشنهادهای پژوهشی و کاربردی

پیشنهادهای پژوهشی

۱. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی روایت درمانی بر روی دیگر متغیرهایی که احتمال دارد در کاهش کیفیت زندگی و سلامت روانی مادران جداشده از همسر ارتباط داشته باشند، مانند ویژگی‌های شخصیتی، بدبینی به آینده و نشخوار خشم و غیره اجرا شود.

1 Stahnke, & Cooley

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

۲. جامعهٔ پژوهش را مادران جداشده از همسر تشکیل داده‌اند، پیشنهاد می‌شود این پژوهش بر روی پدرانی که از همسرخود جداشده و سرپرست فرزند خود هستند نیز اجرا شود.

۳. پیشنهاد می‌شود که کاربردهای درمانی این روش توسط متخصصین با اتکا به تعداد جلسات بیشتر و تمرین‌های غنی‌تر مورد بررسی قرار گیرد.

پیشنهادهای کاربردی

۱. مهم‌ترین کاربرد این پژوهش می‌تواند اثربخشی روایت درمانی در زمینه کاهش مشکلات نشخواری مادران جداشده از همسر باشد. باتوجه‌به تأثیر روایت درمانی بر بهبود نشخوار فکری مادران جداشده از همسر و بهبود ارتباطات متقابل مادر و فرزند، پیشنهاد می‌شود که این مدل در برنامه‌های حمایتی بهزیستی، به روان‌شناسان، متخصصان، روان‌پزشکان، مددکاران و همه متخصصان و دست‌اندرکاران درمانگر و حمایتگر اقشار پرچالش‌تر جامعه و مدارس برای مادران کودکانی که تک والد هستند مورداستفاده قرار گیرد.

اخلاق پژوهش

به در این پژوهش علاوه بر نوشتن راهنما در ابتدای پرسش‌نامه، در اجرای پژوهش هدف از اجرا به‌روشنی برای آنان توضیح داده شد؛ همچنین به آنان اطمینان داده شد که یافته‌های آنان محرمانه است و در مقاله‌ای بدون ذکر نام آن‌ها به چاپ خواهد رسید. سپس شرکت‌کنندگان فرم رضایت از شرکت در پژوهش را تکمیل کردند. علاوه براین در تمام متن مقاله امانت‌داری در استفاده از منابع داخلی و خارجی و دقت در استناددهی رعایت شده است.

منابع مالی

این مطالعه با هزینه شخصی پژوهشگران انجام‌گرفته و در هیچ‌یک از مراحل انجام این پژوهش هیچ‌گونه منابع مالی دریافت نشده است.

دسترسی به مواد و داده‌ها

داده‌ها محرمانه بوده و نتایج آن در اختیار هیچ‌کسی قرار نخواهد گرفت.

تائید اخلاقی و رضایت مشارکت‌کنندگان

در این مطالعه، علاوه بر نوشتن راهنما در ابتدای پرسشنامه، هدف از پژوهش برای شرکت‌کنندگان در پژوهش توضیح داده‌شده است. سپس آن‌ها فرم رضایت از شرکت در پژوهش را تکمیل کردند.

رضایت برای انتشار

نویسندگان برای انتشار این مقاله رضایت کامل دارند.

تصریح درباره تعارض منافع

این پژوهش با منافع شخص یا سازمانی منافات ندارد.

سپاسگزاری

و در پایان از خانم فاطمه ولادتی، مدیریت مرکز مشاوره نشاط و همچنین مادران شرکت کننده در این پژوهش، کمال تشکر و قدردانی را دارم.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

References

Akbari Turkmani, N; Ghasemi, V; Agha Babaei, E. (2017). Empowerment of women heads of households in District 5 of Isfahan City with emphasis on the employment component. *Social psychological studies of women. 16*(3), 36-7. 10.22051/jwsps.2019.19887.1704 [Persian]

Akhavan Tafti, M. (2003). Consequences of divorce in the transition from its stages. Women's Psychological Social Studies, 1(3), 151-125 /10.22051jwsps.2003.1323 [Persian]

Archuleta, K. L., Burr, E. A., Carlson, M. B., Ingram, J., Kruger, L. I., Grable, J. E., & Ford, M. R. (2015). Solution-focused financial therapy: A brief report of a pilot study. *Journal of Financial Therapy*. https://doi.org/10.1007/978-3-319-08269-1_8

Awad, E., Haddad, C., Sacre, H., Hallit, R., Soufia, M., Salameh, P., ... , & Hallit, S. (2021). Correlates of bullying perpetration among Lebanese adolescents: a national study. *BMC Pediatrics*, *21*(1), 1-8. https://doi.org/10.1186/s12887-021-02678-0

Bagherinejad, M; Salehi Faderdi, J; and Tabatabai, M. (1389). The relationship between rumination and depression in a sample of Iranian students. *Clinical Psychology and Counseling Research, 11*(1), 21-38 20.1001.1.23455780.1397.6.2.4.7 [Persian]

Banker, J. E., Kaestle, C. E., & Allen, K. R. (2010). Dating is hard work: A narrative approach to understanding sexual and romantic relationships in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, *32*(2), 173-191. https://doi.org/10.1007/s10591-009-9111-9

Brzezowskl, K. M. (2012). A solution-focused grouped treatment approach for individuals maladaptively expressing anger. Ohio: Wright State University. https://corescholar.libraries.wright.edu/etd_all/1124/

Chengizi, F; Azmodeh, M; Livarjani, Sh; , & Vahedi, SH. (2020). The effectiveness of mindfulness-based group narrative therapy on improving depression symptoms and emotional outcomes in students with depression symptoms. *Thought and behavior in clinical psychology, 15*(57), 57-66 https://jtbcp.riau.ac.ir/article_1940.html [Persian]

Cloitre, M., Henn-Haase, C., Herman, J. L., Jackson, C., Kaslow, N., Klein, C., & Petkova, E. (2014). A multi-site single-blind clinical study to compare the effects of STAIR Narrative Therapy to treatment as usual among women with PTSD in public sector mental health settings: study protocol for a randomized controlled trial. *Trials, 15*(1), 1-11.http://dx.doi.org/10.1186/1745-6215-15-197

Crosier, T., Butterworth, P., & Rodgers, B. (2007). Mental health problems among single and partnered mothers. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology, 42*(1), 6-13 https://doi.org/10.1007/s00127-006-0125-4

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

Delawar, A. (2013). Research method in psychology and educational sciences. Tehran. Virayesh. https://www.adinehbook.com/gp/product/9646184022 [Persian]

Demhari, F; and Saeedmanesh, M; Jala, N. (2018). The effectiveness of treatment based on acceptance and commitment to rumination and psychological well-being of adolescents with generalized anxiety disorder. *Disability Studies, 8*, 25-25 20.1001.1.23222840.1397.8.0.77.2 [Persian]

Derfashi, B.; and Zarnaghash, M. (2020). The effectiveness of cognitive therapy based on mindfulness on feelings of loneliness and psychological well-being of divorced mothers. *Women and Society Scientific-Research Quarterly, 11*(42), 105-122.https://jzvj.marvdasht.iau.ir/article_4188.html [Persian]

Farrokhi, H; Mustafapour, V. (2017). Examining the factorial structure, validity, and reliability of the [Persian] form of Anxiety Thought Questionnaire (AnTI), Thought Control Questionnaire (TCQ), and White Bear Suppression Inventory (WBSI) *in the clinical population. Cognitive Analytical Psychology Quarterly, 9*(33), 19-31https://psy.garmsar.iau.ir/article_664592.html [Persian]

Goldenberg and Goldenberg, translated by Hossein Shahi Barvati, Naqshbandi, and Arjmand. Criticism of the [Persian] version of the family therapy book, *academic research, and writing, 20*(39), 118-96.

Grimaldi, J. (2017). *The Efficacy of Divorce Education: A Pilot Study Evaluating FamilyKind's Implementation of the New York State Parent Education and Awareness Program*. Pace University.https://www.proquest.com

Hosni, J; and Mir Aghaei, A. (2012). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and suicidal ideation. Contemporary psychology, the *biannual journal of the Iranian Psychological Association, 7*(1), 61-72 https://bjcp.ir/article-1-26-fa.html [Persian]

Hutto, D. D., & Gallagher, S. (2017). Re-Authoring narrative therapy: Improving our self-management tools. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, *24*(2), 157-167. /10.1353ppp.2017.0020

Karimi, H. (2018). The effect of narrative therapy on mental rumination and anxiety of male high school students in Lali city. *Studies in Psychology and Educational Sciences, 22*(4), 153-161.https://www.noormags.ir/view/en/articlepage/ [Persian]

Luminet, O. (2004). 10 Measurement of Depressive Rumination and Associated Constructs. *Depressive Rumination, 187.*https://books.google.com/

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

Madigan, S. (2016). Narrative therapy (history, theory, therapy). (Translated by Khajeh, A; and Amiri, A). Tehran: Danje. 1956.https://danjehpub.com/product/ [Persian]

Michl, L. C., McLaughlin, K. A., Shepherd, K., & Nolen-Hoeksema, S. (2013). Rumination as a mechanism linking stressful life events to symptoms of depression and anxiety: longitudinal evidence in early adolescents and adults. Journal of abnormal psychology, 122(2), 339 https://doi.org/10.1037/a0031994

Moghimi, P; and Haqiqat, S. (2017). The effectiveness of group narrative therapy on reducing symptoms of depression and anxiety in patients with post-traumatic stress disorder. *Journal of New Advances in Behavioral Sciences, 2*(7), 1-10 http://ijndibs.com/browse.php?a_id=63, &sid=1, &slc_lang=fa [Persian]

Nateghiyan, S; Sepehri Shamlou, Z; Salehi Fedardi, J., & Mashhadi, A. (2017). A clinical trial of asymmetric alpha neurofeedback to improve executive actions and rumination of people suffering from reactive depression caused by love trauma. *Cognitive Psychology Quarterly, 6*(2), 31-40. 20.1001.1.23455780.1397.6.2.4.7 [Persian]

Naziri, Q; Qadri, Z; and Zare, F. (2010). The effectiveness of the narrative therapy approach in reducing depression among women in Maroodasht city in 2088. *Women and Community Quarterly, 1*, 65-78. https://www.noormags.ir/ [Persian]

Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of abnormal psychology, 3*(5),109-504.https://doi.org/10.1037/0021-843X.109.3.504

Nouri Tirtashi, E; Kazemi, N. (2012). Investigating the effect of narrative therapy on the willingness to forgive in women. *Clinical Psychology, 4*(2), 71-78 10.22075/JCP.2017.2090

Omoro, P. M. (2018). *Investigating the Causes and Possible Solutions of Divorce in Nairobi City County, Kenya* (Doctoral dissertation, University of Nairobi). http://erepository.uonbi.ac.ke/handle/11295/104659

Payne, Martin. (2016). Narrative therapy "for the familiarization of counseling and psychotherapy specialists" (translated by Maryam Esmaeili Nasab and Halimah Panahi). Tehran: Roshd. (2004). https://www.roshdpress.ir/Narrative-Therapy [Persian]

Prochaska, J. O., & Norcross, J. C. (2007). *Psychotherapy systems,* (Tr.) by Yahya Seyyed Mohammadi, (2012), Tehran.https://ravabook.ir/ [Persian]

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

Qavami, Marjan; Fatehizadeh, Maryam; Faramarzi, Salar; and Nouri Imamzadei, Asghar (2013). The effectiveness of narrative therapy approach on social anxiety and self-esteem of middle school girl students. *School Psychology Journal 3*(3). 61-73. jsp-3-3-4 [Persian]

Rabiei, S; Fatehizadeh, M; , & Bahrami, F. (2008). Investigating the effect of couple narrative therapy on the family functioning of couples in Isfahan City. *Family Studies, 4*(2). https://jfr.sbu.ac.ir/article_95125.html [Persian]

Rezaei, A; , & Gorji, Y. (2020). The effectiveness of expressive writing model in reducing rumination, depression, and stress of divorced women. *Journal of Cognitive Psychology and Psychiatry, 7*(3), 76-86 10.52547/shenakht.7.3.76 [Persian]

Ribeiro, A. P., Braga, C., Stiles, W. B., Teixeira, P., Gonçalves, M. M., & Ribeiro, E. (2016). Therapist interventions and client ambivalence in two cases of narrative therapy for depression. *Psychotherapy Research*, *26*(6), 681-693. https://doi.org/10.1080/10503307.2016.1197439

Sadeghi Fasaei, S; and Ithari, M. (2013). "A Gender Analysis of Life After Divorce: A Qualitative Study," *Women in Development and Policy, 10*(3). 5-30 https://doi.org/10.22059/jwdp.2012.29480 [Persian]

Sands, A., Thompson, E. J., & Gaysina, D. (2017). Long-term influences of parental divorce on offspring affective disorders: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, *218*, 105-114 .https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.04.015

Savickas, A. (2011). Job counseling (H. Daroodi, & A. Zarebi Trans.). Tehran: Arasbaran. https://ravabook.ir/

Shushtri, A; Rezaei, A, and Taheri, E. (2016). The effectiveness of cognitive-behavioral group therapy on emotional regulation, metacognitive beliefs and rumination of divorced women. *Journal of Principles of Mental Health, 18*(6), 321-328. 10.22038/jfmh.2016.7792 [Persian]

Smith-Etxeberria, K., & Eceiza, A. (2021). Parental divorce, interparental conflict, and parent-child relationships in Spanish young adults. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, *37*(1), 1-9.https://doi.org/10.6018/analesps.343041

Stahnke, B., & Cooley, M. E. (2022). End-of-Life Case Study: The Use of Narrative Therapy on a Holocaust Survivor with Lifelong Depression. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 1-8. https://doi.org/10.1007/s10879-022-09532-z

Wagner, C. A., Alloy, L. B., & Abramson, L. Y. (2015). Trait rumination, depression, and executive functions in early adolescence. *Journal of youth and adolescence*, *44*(1), 18-36. https://doi.org/10.1007/s10964-014-0133-8

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

White, M. K. (1995). Re-authoring lives: Interviews, & essays. *Adelaide: Dulwich Centre Publications.* https://www.amazon.com.au/

White, M., White, & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends. WW Norton, & Company. https://systemika.g-i.cz/record/*

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]