



The Relationship Between Identity Styles and War-Related Thought Rumination in 13–15-Year-Old Adolescent Girls in Ardakan

Mehdi Shomali Ahmadabadi¹, Fatemeh Khoshgoftar^{*2}

¹ PhD in Psychology, Education department, Ardakan, Yazd, Iran

² Bachelor of Psychology, Payame Noor University, Ardakan, Yazd, Iran

* **Corresponding Author:** ftm.kh.0014@gmail.com

Received: 2026-08-03

Accepted: 2026-08-18

Publication: 2026-08-30

Abstract

Background and Aim: War-related tensions and media coverage can contribute to rumination about war and heightened emotional vulnerability among adolescents. The organization of identity and dominant identity processing styles may play either a protective or risk-enhancing role in this context. The present study aimed to examine the relationship between identity styles and war-related thought rumination in 13–15-year-old adolescent girls in Ardakan. **Method:** This study employed a descriptive–correlational design. The statistical population comprised all 13–15-year-old adolescent girls residing in Ardakan and enrolled in lower secondary school, from whom 102 participants were selected through convenience sampling via the Eitaa social media platform. The research instruments included the Berzonsky Identity Style Inventory (ISI-3) assessing informational, normative, diffuse–avoidant styles and identity commitment, and the War-Related Thought Rumination Scale developed by Shomali and Barkhordari (2026/1405). Data were analyzed using SPSS version 26 and Pearson correlation coefficients at a significance level of 0.05. **Results:** The findings indicated a significant negative relationship between informational identity style and war-related thought rumination ($p < 0.05$), as well as between normative identity style and rumination ($p < 0.05$). In contrast, diffuse–avoidant identity style showed a significant positive relationship with war-related thought rumination ($p < 0.05$). Moreover, identity commitment was significantly and negatively associated with war-related thought rumination ($p < 0.05$). **Conclusion:** The results suggest that informational and normative identity styles, along with stronger identity commitment, play a protective role against war-related thought rumination in adolescents, whereas a diffuse–avoidant identity style constitutes a psychological risk factor. Accordingly, it is recommended that school- and family-based interventions focus on strengthening the informational style, fostering identity commitment, and promoting adaptive value frameworks, alongside training in cognitive rumination management skills, in order to enhance adolescents' resilience when facing war-related threats and news.

Keywords: War, Identity, Rumination, Adolescent girls

© 2026 A New Approach To School Education (NASE)



This work is published under CC BY-NC 4.0 license.

© 2022 The Authors.

How to Cite This Article: Shomali Ahmadabadi, M & Khoshgoftar, F. (2026). The Relationship Between Identity Styles and War-Related Thought Rumination in 13–15-Year-Old Adolescent Girls in Ardakan. *NASE*, 1(2): 38-45.





رابطه بین سبک‌های هویت با نشخوارگری افکار جنگ نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ شهرستان اردکان

مهدی شمالی احمدآبادی^۱، فاطمه خوش گفتار^{۲*}

^۱ دکتری روانشناسی، سازمان آموزش و پرورش، اردکان، یزد، ایران

^۲ کارشناسی روانشناسی، دانشگاه پیام نور، اردکان، یزد، ایران

* نویسنده مسئول: ftm.kh.0014@gmail.com

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۵/۰۵/۱۲ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۵/۰۵/۲۷ تاریخ چاپ مقاله: ۱۴۰۵/۰۶/۰۸

چکیده

زمینه و هدف: تنش‌های مرتبط با جنگ و اخبار آن می‌تواند در نوجوانان به نشخوارگری افکار جنگ و افزایش آسیب‌پذیری هیجانی منجر شود. در این میان، نحوه سازمان‌یافتگی هویت و سبک‌های پردازش هویتی می‌تواند نقش محافظتی یا خطرزا داشته باشد. هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین سبک‌های هویت و نشخوارگری افکار جنگ در نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال شهرستان اردکان بود. روش: طرح پژوهش توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال ساکن اردکان و مشغول به تحصیل در مقطع متوسطه اول بود که از میان آن‌ها ۱۰۲ نفر به شیوه نمونه‌گیری در دسترس از طریق فضای مجازی ایتا انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه سبک هویت برزونسکی (ISI-3) برای سنجش سبک‌های اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم/اجتنابی و تعهد هویتی، و مقیاس نشخوارگری افکار جنگ شمالی و برخورداری (۱۴۰۵) بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ و آزمون همبستگی پیرسون در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ تحلیل شدند. یافته‌ها: نتایج نشان داد بین هویت اطلاعاتی و نشخوارگری افکار جنگ منفی معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/05$)؛ بین هویت هنجاری و نشخوارگری افکار جنگ منفی معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/05$)؛ بین هویت سردرگم/اجتنابی و نشخوارگری افکار جنگ مثبت معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/05$)؛ بین هویت تعهد و نشخوارگری افکار جنگ منفی معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/05$). نتیجه‌گیری: یافته‌ها حاکی از آن است که سبک‌های هویتی اطلاعاتی و هنجاری و نیز تعهد هویتی، نقش محافظتی در برابر نشخوارگری افکار جنگ در نوجوانان ایفا می‌کنند، در حالی که سبک سردرگم/اجتنابی یک عامل خطرزا محسوب می‌شود. بر این اساس، توصیه می‌شود مداخلات مدرسه‌محور و خانواده‌محور با تمرکز بر تقویت سبک اطلاعاتی، تعهد هویتی و چارچوب‌های ارزشی سازگار، و نیز آموزش مهارت‌های مدیریت نشخوار فکری طراحی و اجرا شوند تا تاب‌آوری نوجوانان در مواجهه با تهدیدات و اخبار جنگ افزایش یابد.

واژگان کلیدی: جنگ، هویت، نشخوار، نوجوانان دختر

تمامی حقوق نشر برای مجله رویکردی نو بر آموزش مدارس محفوظ است.

شیوه استناد به این مقاله: شمالی احمدآبادی، مهدی و خوش گفتار، فاطمه. (۱۴۰۵). رابطه بین سبک‌های هویت با نشخوارگری افکار جنگ نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ شهرستان اردکان. مجله رویکردی نو بر آموزش مدارس، ۱(۲): ۳۸-۴۵.

مقدمه

جنگ یکی از پیچیده‌ترین و ویرانگرترین پدیده‌های اجتماعی در تاریخ بشر است که پیامدهای آن صرفاً به ابعاد نظامی و خسارت‌های فیزیکی محدود نمی‌شود، بلکه بافت اجتماعی،

فرهنگی و روان‌شناختی جوامع را به‌طور عمیق متأثر می‌کند (پورسید آقایی، تشکری موحد، و قاسمی نیائی، ۱۴۰۴). تجربه‌ی جنگ، حتی در سطح تهدید و ناامنی‌های مرتبط با آن، می‌تواند زندگی روزمره‌ی شهروندان را مختل کند، احساس امنیت

ارزش‌ها و تعهدات زندگی، نقشی کلیدی در نحوه‌ی مواجهه‌ی نوجوانان با تهدیدهای بیرونی، از جمله جنگ، ایفا می‌کنند. (2003) Berzonsky بر اساس مدل خود-اجتماعی هویت، سبک‌های هویت را در چهار بُعد اصلی سبک هویت اطلاعاتی، که در آن فرد به‌طور فعالانه به جست‌وجو و ارزیابی انتقادی اطلاعات درباره‌ی خود، آینده و ارزش‌ها می‌پردازد؛ سبک هویت هنجاری، که با درونی‌سازی قوی ارزش‌ها و هنجارهای مرجع (خانواده، دین، فرهنگ) و اتکای زیاد بر آن‌ها برای تصمیم‌گیری مشخص می‌شود؛ سبک هویت سردرگم/اجتنابی، که با تعویق تصمیم‌ها، اجتناب از مواجهه با مسائل هویتی و واکنش‌پذیری موقعیتی همراه است؛ و در نهایت، «تعهد هویتی» که به میزان انسجام، ثبات و پایداری فرد به انتخاب‌ها و خط‌مشی‌های زندگی اشاره دارد (تک‌لوی و زارع، ۱۳۹۸). پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که سبک‌های هویتی ناسازگار (به‌ویژه سبک سردرگم/اجتنابی و تعهدات ضعیف) با سطوح بالاتر نشخوار فکری، افسردگی و دشواری در تنظیم هیجان مرتبط‌اند، در حالی که سبک اطلاعاتی و تعهد مستحکم می‌توانند نقش محافظتی در برابر نشخوارگری مداوم افکار منفی ایفا کنند (عبدی زرین، آقاییوسفی، قائدآمین، محمدی، کهالی، ۱۳۸۸؛ رحیمی نژاد، برجلی لو، فراهانی، یزدانی ورزنه، امانی، ۱۳۹۱؛ دهقان پور و فروع الدین عدل، ۱۳۹۴؛ فلاح، علیزاده، قنبری، نیکزاد، زمانی پور، ۱۳۹۸). با وجود این، بخش عمده‌ای از مطالعات موجود بر نشخوار عمومی یا نشخوار افسردگی‌محور و نمونه‌های بزرگسال یا دانشجویان متمرکز بوده و کمتر به «نشخوارگری افکار جنگ» در نوجوانان، به‌ویژه در بافت‌های فرهنگی خاص و در سنین حساس ۱۳ تا ۱۵ سالگی، پرداخته‌اند. این شکاف پژوهشی در زمینه‌ی پیوند میان سبک‌های هویت و نشخوارگری افکار جنگ در دختران نوجوان شهرستان اردکان، ضرورت انجام پژوهش‌های کمی را برجسته می‌کند تا روشن شود کدام سبک‌های هویتی و سطح تعهد، نوجوانان را در برابر نشخوارگری مداوم افکار جنگ آسیب‌پذیر یا مقاوم‌تر می‌سازند. بر این اساس، هدف کلی پژوهش حاضر بررسی رابطه بین سبک‌های هویت و نشخوارگری افکار جنگ در میان نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال شهرستان اردکان است.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، توصیفی-همبستگی است. در این مطالعه، به‌دنبال تبیین رابطه‌ی بین سبک‌های هویت و نشخوارگری افکار جنگ در نوجوانان دختر بودیم؛ بنابراین، بدون دست‌کاری متغیرها، همبستگی بین نمره‌های حاصل از پرسشنامه سبک هویت برزونسکی و مقیاس

وجودی را تضعیف سازد و به فرسایش اعتماد اجتماعی بینجامد (Lagrange, 2026). اضطراب جنگ و مواجهه‌ی مداوم با تصاویر، اخبار و روایت‌های خشونت‌آمیز، به‌ویژه برای نوجوانان که در دوره‌ی حساس شکل‌گیری هویت قرار دارند، می‌تواند به بروز مشکلات هیجانی و شناختی گسترده‌ای از جمله اضطراب، افسردگی، بی‌خوابی، کاهش تمرکز، افت انگیزش تحصیلی و احساس درماندگی منجر شود (Nolen-Hoeksema, Wisco, 2008 & Lyubomirsky). در این میان، نوجوانان به‌دلیل موقعیت تحولی خاص و حساسیت بیشتر به تهدیدهای محیطی، در برابر فشارهای ناشی از ناامنی، فقدان و آینده‌ی نامعلوم، آسیب‌پذیری بیشتری نشان می‌دهند و ممکن است درگیر الگوهای ناسازگار شناختی-هیجانی شوند که یکی از مهم‌ترین آن‌ها نشخوارگری افکار مرتبط با جنگ است (Kamardina, Saunders, & Broglia, 2026).

نشخوار فکری، بر اساس الگوی سبک پاسخ نولن-هوکسما و همکاران، به‌عنوان نوعی تمرکز تکراری، غیرارادی و پایدار بر علائم، علل و پیامدهای یک رویداد یا مشکل تعریف می‌شود که بدون حل مسئله، فرد را در چرخه‌ای خودتشدیدکننده از افکار منفی و پریشانی هیجانی گرفتار می‌کند. در زمان جنگ، این الگو به شکل «نشخوارگری افکار جنگ» خود را نشان می‌دهد؛ یعنی درگیری مداوم و ناخواسته‌ی ذهن با تصاویر، اخبار و روایت‌های مرتبط با جنگ، تمرکز وسواسی بر تهدیدها، خسارت‌ها، فقدان‌ها و سناریوهای آینده‌ی نامعلوم، و ناتوانی در فاصله‌گیری شناختی از این افکار (Bailey, Wilkerson, 2026 Stearns, Siciliano & Danielson). یافته‌های پژوهش‌های پیشین در زمینه‌ی نشخوارگری افکار جنگ نشان می‌دهد که این پدیده با درگیری ذهنی شدید، چرخه‌ی خودتقویت‌شونده‌ی اضطراب و بی‌قراری، ناتوانی در ابراز و تنظیم هیجان، تشدیدکننده‌های بین‌فردی و رسانه‌ای و پیامدهای چندبعدی در حوزه‌های تحصیلی، شغلی، خانوادگی و کیفیت زندگی همراه است (Hu, Zhang, Zheng, Deng & Wan, 2025). از منظر علمی، نشخوارگری افکار جنگ تنها پیامد استرس موقعیتی نیست، بلکه با ویژگی‌های شخصیتی، سبک‌های مقابله‌ای، الگوهای تنظیم هیجان و به‌ویژه ساختار هویت فرد ارتباط دارد؛ به‌گونه‌ای که ضعف در انسجام هویت، سبک‌های هویتی ناکارآمد و تعهدات شکننده می‌توانند زمینه‌ی تداوم نشخوار و دشواری در پردازش سازگار تجارب مرتبط با جنگ را فراهم کنند (Shapiro, Threeton, Morris & Raines, 2026).

در این چارچوب، سبک‌های هویت به‌عنوان الگوهای نسبتاً پایدار پردازش اطلاعات خود-مرتبط و تصمیم‌گیری درباره‌ی اهداف،

نشخوارگری افکار جنگ بررسی شد. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل کلیه‌ی نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال ساکن شهرستان اردکان در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۵ بود که در مقطع متوسطه‌ی دوم (پایه‌های هفتم تا نهم) مشغول به تحصیل بودند. این گروه سنی به دلیل قرار داشتن در دوره‌ی حساس شکل‌گیری و تثبیت هویت شخصی و اجتماعی، و نیز حساسیت بیشتر به تهدیدهای محیطی و اخبار جنگ، برای بررسی پیوند بین سبک‌های هویتی و نشخوارگری افکار جنگ مناسب تشخیص داده شد. نمونه‌ی پژوهش شامل ۱۰۲ نفر از نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال شهرستان اردکان بود که به روش در دسترس از میان دانش‌آموزان مدارس این شهرستان انتخاب شدند. با توجه به شرایط اجرایی و محدودیت‌های زمانی و نیز سهولت دسترسی، پرسشنامه‌ها در بستر فضای مجازی و از طریق پیام‌رسان «یتا» توزیع و تکمیل گردید. لینک پرسشنامه آنلاین برای دانش‌آموزان واجد شرایط ارسال شد و پس از توضیح هدف پژوهش، تأکید بر محرمانگی اطلاعات و کسب رضایت آگاهانه از خود دانش‌آموز و والدین، افراد مایل در مطالعه شرکت کردند. پرسشنامه‌های ناقص و پاسخ‌های نامعتبر از تحلیل حذف شد و در نهایت داده‌های ۱۰۳ نفر وارد تحلیل آماری گردید. پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع آموزشی شهرستان و هماهنگی با مدیران مدارس، لینک پرسشنامه‌ی آنلاین (شامل فرم اطلاعات جمعیت‌شناختی، پرسشنامه سبک هویت برزونسکی و مقیاس نشخوارگری افکار جنگ) از طریق پیام‌رسان ایتا در اختیار دانش‌آموزان واجد شرایط قرار گرفت. شرکت‌کنندگان پس از مطالعه‌ی توضیحات اولیه و تأیید رضایت آگاهانه، پرسشنامه‌ها را به صورت فردی و در زمان مناسب تکمیل کردند. داده‌های جمع‌آوری شده در فایل نرم‌افزار SPSS وارد و برای تحلیل آماده شد.

ابزارهای پژوهش

نشخوارگری افکار جنگ: مقیاس نشخوارگری افکار جنگ (Iranian Scale of War-related Rumination; ISWR): فرم اولیه‌ی این مقیاس که یک ابزار خودگزارشی است که توسط شمالی و برخورداری (۱۴۰۵) و به منظور ارزیابی مصرف رسانه‌ای مرتبط با جنگ طراحی شد. فرم اولیه این مقیاس ۱۳ گویه بر اساس مرور ادبیات مربوط نشخوار فکری، ابزارهای موجود و مصاحبه‌های اکتشافی و عمیق با دانشجویان دارای نشخوار فکری جنگ، اساتید و خبرگان دانشگاهی، طراحی شد در مرحله اول و پس از بررسی روایی محتوایی و پس از کسب نظر خبرگان و ادغام برخی از گویه‌ها ۳ گویه به دلیل همپوشانی بالا با سایر سوالات حذف شدند. در نهایت پس از

بررسی تحلیل اکتشافی و عاملی و حذف گویه‌های با بار عاملی کمتر از ۰/۴ و آلفای کرونباخ نامناسب، به ۷ گویه کاهش یافت. پاسخگویی به گویه‌ها در یک مقیاس ۵ گزینه‌ای شامل اصلاً در مورد من صحیح نیست (۱) تا کاملاً در مورد من صحیح است (۵)، انجام می‌شود. حداقل نمره ۷، حداکثر آن ۳۵، میانگین ۲۱ و نمرات بالاتر بیانگر سطح بالاتر نشخوارگری افکار جنگ است. سازندگان ساختار تک‌عاملی را در تحلیل عاملی تأیید کردند و یافته‌های تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که دارای ساختاری تک‌عاملی ۶۲/۹۶۳ درصد از واریانس کل سازه را تبیین می‌کند. همچنین شاخص‌های برازندگی مدل را مطلوب گزارش شد ($RMSEA=0/031$ ، $CFI=0/991$ ؛ $GFI=0/998$ ؛ $TLI=0/995$)، که نشان‌دهنده برازش بسیار خوب مدل تک‌عاملی با داده‌هاست. نتایج نشان داد بین افکار تکرارشونده و نشخوارگری افکار جنگ رابطه مثبت معنی‌دار ($r=0/786$) و بین امیدواری و نشخوارگری افکار جنگ رابطه منفی معنی‌دار ($r=-0/568$) وجود دارد که روایی همگرا و واگرا را تأیید کرد. همچنین ضریب آلفای کرونباخ برای کل سؤالات مقیاس ۰/۸۹۶ به‌دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مناسب آن است.

سبک‌های هویت: پرسشنامه سبک هویت برزونسکی به منظور هویت افراد توسط برزونسکی در سال ۱۹۸۹ ساخته و در سال ۱۹۹۲ مورد تجدید نظر قرار گرفت. این آزمون یک ابزار خود گزارشی ۴۰ عبارتی است که از ۴ زیر مقیاس تشکیل یافته است که شامل جهت‌گیری اطلاعاتی، جهت‌گیری هنجاری، جهت‌گیری سردرگم/اجتنابی و تعهد است. پرسشنامه سبک هویت (برزونسکی، ۱۹۹۲) یک مقیاس ۴۰ سوالی است که ۱۱ سوال آن مربوط به مقیاس اطلاعاتی، ۹ سوال مربوط به مقیاس هنجاری، ۱۰ سوال آن مربوط به مقیاس سردرگم یا اجتنابی و ۱۰ سوال دیگر مربوط به مقیاس تعهد است که برای تحلیل ثانویه استفاده می‌شود و یک سبک هویتی محسوب نمی‌شود. نمره گذاری پرسشنامه پرسشنامه سبک هویت برزونسکی ر اساس یک مقیاس ۵ درجه‌ای انجام می‌گیرد؛ که امتیاز هر یک به ترتیب ذیل است: کاملاً مخالفم: ۱، مخالفم: ۲، نظری ندارم: ۳، موافقم: ۴، کاملاً موافقم: ۵. روایی آن از طریق ارزیابی همبستگی با مقیاس وضعیت هویت بنیون و آدامز (۱۹۸۶) تأیید شده است. نتایج نشان داد که هویت کسب شده با زیر مقیاس جهت‌گیری اطلاعاتی و تعهد و هویت تأخیری با زیر مقیاس های تعهد، جهت‌گیری هنجاری، جهت‌گیری اطلاعاتی و جهت‌گیری سردرگم/اجتنابی همبستگی دارد. غضنفری (۱۳۸۳) نیز ضریب پایایی آنرا از طریق آلفای کرونباخ بدست آورده است. آلفای کرونباخ بدست آمده برای هر یک از زیر مقیاس ها عبارت بود از: تعهد ۰/۷۵، جهت‌گیری هنجاری ۰/۷۲، جهت‌گیری

سردرگم/اجتنابی ۰/۸۲، جهت گیری اطلاعاتی ۰/۷۶، و مقیاس کل ۰/۸۳.

برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ استفاده گردید. ابتدا شاخص‌های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار برای متغیرهای اصلی (سبک‌های هویت و نشخوارگری افکار جنگ) محاسبه شد. سپس پیش‌فرض‌های لازم برای اجرای آزمون‌های همبستگی (مانند نرمال بودن توزیع نمره‌ها) بررسی شد. به‌منظور آزمون فرضیه‌های پژوهش و تعیین میزان و جهت رابطه‌ی بین سبک‌های هویت (اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم/اجتنابی و تعهد) و نشخوارگری افکار جنگ، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. سطح معناداری آماری در تمامی تحلیل‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

در این پژوهش، داده‌های ۱۰۲ نفر از نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال شهرستان اردکان مورد تحلیل قرار گرفت. از نظر پایه‌ی تحصیلی، ۳۴ نفر (۳۳/۳ درصد) در پایه‌ی هفتم، ۳۵ نفر (۳۴/۳ درصد) در پایه‌ی هشتم و ۳۳ نفر (۳۲/۴ درصد) در پایه‌ی نهم مشغول به تحصیل بودند که نشان‌دهنده‌ی توزیع نسبتاً متعادل نمونه در سه پایه متوسطه اول است. از نظر وضعیت تحصیلی خودگزارش‌شده، ۳۹ نفر (۳۸/۲ درصد) عملکرد تحصیلی خود را «خیلی خوب»، ۴۱ نفر (۴۰/۲۰ درصد) «خوب» و ۲۲ نفر (۲۱/۶ درصد) «متوسط» ارزیابی کردند؛ به‌گونه‌ای که اکثریت شرکت‌کنندگان در دو سطح «خیلی خوب» و «خوب» قرار داشتند. یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: آمار توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
نشخوارگری افکار جنگ	۱۹/۸۹	۶/۲۴۷	-۰/۰۶۷	-۰/۴۵۸
هویت اطلاعاتی	۳۲/۹۱	۵/۸۱	۰/۶۶۳	۱/۳۳۴
هویت هنجاری	۲۹/۱۹	۴/۴۹	-۰/۶۶۱	۱/۲۳۹
هویت سردرگمی/اجتنابی	۳۰/۷۶	۴/۱۸	۰/۳۹۹	-۰/۴۶۳
تعهد	۳۲/۳۷	۶/۱۹	۱/۴۳۲	۰/۴۹۹

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد آماره‌های کجی و کشیدگی همه متغیرها بین ۲- قرار دارد که بیانگر عدم انحراف بیش از حد توزیع نمرات متغیرها از توزیع نرمال است. ضرایب همبستگی

پیرسون رابطه بین سبک‌های هویت با نشخوارگری افکار جنگ نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ شهرستان اردکان در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: ضرایب همبستگی پیرسون رابطه بین سبک‌های هویت با نشخوارگری افکار جنگ نوجوانان

متغیر پیش‌بین	ضریب همبستگی	معنی‌داری
هویت اطلاعاتی	-۰/۲۷	۰/۰۱۱
هویت هنجاری	-۰/۲۱	۰/۰۱۹
هویت سردرگمی/اجتنابی	۰/۳۴	۰/۰۰۳
تعهد	-۰/۳۱	۰/۰۰۵

بر اساس یافته‌های ارائه شده در جدول ۲، بین هویت اطلاعاتی و نشخوارگری افکار جنگ منفی معنی‌داری وجود دارد ($P < ۰/۰۵$)؛ بین هویت هنجاری و نشخوارگری افکار جنگ منفی معنی‌داری وجود دارد ($P < ۰/۰۵$)؛ بین هویت سردرگمی/اجتنابی و نشخوارگری افکار جنگ مثبت معنی‌داری وجود دارد ($P < ۰/۰۵$)؛ بین هویت تعهد و نشخوارگری افکار جنگ منفی معنی‌داری وجود دارد ($P < ۰/۰۵$).

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین سبک‌های هویت و نشخوارگری افکار جنگ در میان نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال شهرستان اردکان انجام شد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین سبک هویت اطلاعاتی و نشخوارگری افکار جنگ، رابطه‌ی منفی و معناداری وجود دارد. این نتیجه با چارچوب نظری برزنونسکی (۲۰۰۳) و شواهد پژوهشی پیشین همسو است؛ به این معنا که نوجوانانی که از سبک اطلاعاتی استفاده می‌کنند، در مواجهه با رویدادهای تهدیدآمیز - از جمله جنگ و پیامدهای آن - با رویکردی فعال،

جست‌وجوگرانه و بازاندیشانه به پردازش اطلاعات می‌پردازند، گزینه‌های مختلف را بررسی می‌کنند و تلاش دارند معنایی سازگار برای تجربه‌ی خود بیابند. چنین رویکردی، از نظر شناختی و هیجانی، با توانمندی بالاتر در تنظیم هیجان، حل مسئله و بازسازی شناختی همراه است و در نتیجه احتمال گرفتار شدن در چرخه‌ی تکراری و غیرسازنده‌ی نشخوار فکری را کاهش می‌دهد (Nolen-Hoeksema ET AL, 2008; Hu et al, 2025). در زمان جنگ و اضطراب ناشی از ناامنی، نوجوانان دارای سبک اطلاعاتی به جای توقف بر «چرا»های فلج‌کننده و سناریوهای فاجعه‌آمیز، بیشتر به دنبال درک واقع‌بینانه‌ی شرایط، استفاده از حمایت اجتماعی و جست‌وجوی معانی شخصی و معنوی‌اند که این امر با یافته‌های پورسید آقایی و همکاران (۱۴۰۴) درباره‌ی نقش الگوهای محافظ روانی و معنوی خانواده در بافت جنگ همخوانی دارد.

نتایج نشان داد بین هویت هنجاری و نشخوارگری افکار جنگ منفی معنی‌داری وجود دارد. در بافت‌های فرهنگی-دینی مانند اردکان، سبک هویتی هنجاری - که بر درونی‌سازی ارزش‌های خانوادگی، دینی و فرهنگی و اتکا بر آن‌ها در تصمیم‌گیری استوار است - می‌تواند نوعی چارچوب معنایی و هنجاری نسبتاً پایدار برای تعبیر رویدادهایی مانند جنگ فراهم کند. هنگامی که نوجوانان در خانواده‌هایی با انسجام ارزشی و معنوی نسبی رشد می‌کنند، احتمال بیشتری دارد که با توجیهات معنابخش، روایت‌های جمعی از تاب‌آوری و الگوهای مقابله‌ی مبتنی بر امید و توکل مواجه شوند؛ عواملی که به گفته‌ی پورسید آقایی و همکاران (۱۴۰۴)، بخشی از «مؤلفه‌های محافظ روانی و معنوی» در شرایط جنگ محسوب می‌شوند. در چنین شرایطی، گرچه سبک هنجاری در برخی زمینه‌ها می‌تواند با انعطاف‌پذیری کمتر همراه باشد، اما در رویارویی با ناامنی وجودی و ترس از آینده‌ی نامعلوم، داشتن چارچوب ارزشی روشن، از فروغلتیدن نوجوانان در سردرگمی شناختی و نشخوارگری بی‌پایان درباره‌ی تهدیدها و از دست‌دادگی‌ها می‌کاهد.

نتایج نشان داد بین هویت سردرگمی/اجتنابی و نشخوارگری افکار جنگ مثبت معنی‌داری وجود دارد. در این سبک، فرد در مواجهه با مسائل هویتی، تصمیم‌های مهم و تهدیدهای بیرونی، تمایل دارد از درگیری فعالانه اجتناب کند، تصمیم‌ها را به تعویق بیندازد و بیشتر بر واکنش‌های موقعیتی و هیجانی تکیه کند تا پردازش سنجیده و هدفمند (تکلوی و زارع، ۱۳۹۸; Berzonsky, 2003). این الگوی پردازش، زمینه را برای چرخه‌ی معیوب نشخوار فراهم می‌کند: نوجوان در سطح عاطفی و شناختی در معرض حجم بالایی از اخبار و تصاویر جنگ قرار می‌گیرد، اما فاقد ساختار هویتی منسجم و سبک مقابله‌ی

سازمان‌یافته برای مواجهه با این تنش‌هاست؛ در نتیجه به جای پردازش فعال، معناجویی و برنامه‌ریزی، در حلقه‌ی افکار تکراری و مبهم درباره‌ی تهدید، ناامنی و آینده‌ی نامعلوم گرفتار می‌شود. این وضعیت با یافته‌های (Nolen-Hoeksema et al (2008); Hu et al (2025); Bailey et al (2026) همخوان است که نشخوار را عاملی کلیدی در تداوم افسردگی، اضطراب و اختلال خواب در نوجوانان معرفی می‌کنند. به‌طور خاص، در بافت اضطراب جنگ که (Lagrange (2026 آن را به عنوان تجربه‌ای مرتبط با «توان بالقوه‌ی منابع» و احساس ناتوانی در کنترل آینده تبیین می‌کند، سبک سردرگم/اجتنابی می‌تواند نوجوان را نسبت به احساس درماندگی و افکار تکراری درباره‌ی فقدان، ناامنی و بی‌پناهی آسیب‌پذیرتر سازد.

یافته‌ی دیگر پژوهش حاضر، رابطه‌ی منفی و معنادار بین تعهد هویتی و نشخوارگری افکار جنگ بود. تعهد هویتی، به‌عنوان میزان ثبات، پایداری و انسجام در اهداف، ارزش‌ها و نقش‌های زندگی، در ادبیات هویت به‌عنوان عامل حفاظتی مهم در سلامت روان و سازگاری اجتماعی شناخته شده است (Berzonsky, 2003; عبدی زرین و همکاران، ۱۳۸۸؛ رحیمی‌نژاد و همکاران، ۱۳۹۱). نوجوانانی که تعهدات نسبتاً روشنی در حوزه‌های تحصیلی، خانوادگی و معنوی دارند، با احتمال بیشتری می‌توانند تجربه‌ی جنگ و تهدیدهای مرتبط با آن را در یک روایت منسجم‌تر از زندگی خود جای دهند؛ یعنی به جای اینکه جنگ را صرفاً منبعی از تهدید و فقدان ببینند، آن را در چارچوب هدف‌های بلندمدت، مسئولیت‌های شخصی و امید به آینده تفسیر می‌کنند. این انسجام هویتی، همان‌گونه که رحیمی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۱) نشان داده‌اند، از شدت افسردگی، اضطراب و استرس می‌کاهد و می‌تواند به کاهش نشخوارگری مزمن کمک کند. همچنین، ارتباط تعهد با تنظیم هیجان و بهداشت روانی که در پژوهش‌های داخلی و خارجی گزارش شده است (دهقان‌پور و فروغ‌الدین عدل، ۱۳۹۴؛ فلاح و همکاران، ۱۳۹۸)، با این نتیجه هم‌سو است که نوجوانان متعهد، کمتر در چرخه‌ی افکار تکراری، خودسرزنش‌گر و بی‌ثمر درباره‌ی جنگ گرفتار می‌شوند و سریع‌تر به سوی راهبردهای سازگار مانند جست‌وجوی حمایت، معناجویی و برنامه‌ریزی حرکت می‌کنند.

نتایج پژوهش نشان داد که سبک‌های هویت اطلاعاتی و هنجاری و نیز تعهد هویتی، با نشخوارگری افکار جنگ رابطه‌ای منفی و سبک هویت سردرگم/اجتنابی رابطه‌ای مثبت دارند. به بیان دیگر، هرچه ساختار هویت نوجوانان منسجم‌تر، هدفمندتر و متکی بر پردازش فعال اطلاعات و چارچوب‌های ارزشی روشن باشد، احتمال گرفتار شدن آنان در چرخه‌ی افکار تکراری و نگران‌کننده درباره‌ی جنگ کاهش می‌یابد؛ و برعکس، فقدان

منابع فارسی

- پورسید آقایی، زهرا سادات، تشکری موحد، پگاه و قاسمی نبائی، فاطمه. (۱۴۰۴). الگوی تاب‌آوری خانواده در سایه جنگ: تبیین مؤلفه‌های محافظ روانی و معنوی. فرهنگ مشاوره و روان درمانی، ۱۷(۴)، ۲۳-۳۹.
- تک‌لوی، سمیه، زارع، رویا. (۱۳۹۸). نقش سبک‌های هویت در پیش‌بینی توجیه روابط فرازنشویی در افراد متاهل رویش روان‌شناسی ۸(۵)، ۶۰۰-۵۳.
- دهقان پور، ویدا، فروغ‌الدین عدل، اصغر. (۱۳۹۴). پیش‌بینی احتمال ابتلا به افسردگی بر اساس سبک‌های دلبستگی و پایگاه هویت، نشریه اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی، ۱۰(۳۸)، ۶۷.
- رحیمی نژاد، عباس، برجعلی‌لو، سمیه، حجت‌الله فراهانی، محمد جواد یزدانی ورزنده، امانی، حبیب. (۱۳۹۱). اثر سبک‌های هویت بر افسردگی، اضطراب، و استرس دانشجویان: نقش واسطه‌ی تعهد هویت، نشریه روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۲(۹)، ۱-۱۶.
- عبدی زرین، سهراب، آقاییوسفی، علیرضا، قائدامینی، غلامرضا، محمدی، الهام، کهالی، عباس. (۱۳۸۸). رابطه سبک‌های هویت، بهداشت روانی دوران بلوغ، افسردگی و موفقیت تحصیلی در دانش‌آموزان پسر دبیرستانی قم، نشریه پژوهش‌های یاددهی و یادگیری، ۵(۳)، ۱۱۹.
- فلاح، صادق، علیزاده، شهرام، قنبری، نیکزاد، زمانی پور، فاطمه. (۱۳۹۸). افسردگی، ترس از جا ماندن و پراکندگی هویت: اعتیاد به تلفن همراه در نوجوانان، نشریه روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ۱۶(۶۱)، ۸۷-۹۵.

فهرست منابع

- Abdi Zarrin, S, Agha Yousefi, A, Qaedamini, G, Mohammadi, A, Kahali, A. (2009). The relationship between identity styles, adolescent mental health, depression, and academic success in male high school students in Qom, Journal of Teaching and Learning Research, 5(3), 119. [Persian]
- Bailey, B., Wilkerson, A. K., Stearns, M. A., Siciliano, R. E., & Danielson, C. K. (2026). Prospective Pathways Among Rumination, Depression, and Insomnia in Youth. Research on Child and Adolescent Psychopathology, 54(1), 12.
- Berzonsky, M. D. (2003). Identity style and well-being: Does Commitment matter? Identity: An International Journal of Theory and Research, 3, 131-142
- Dehghanpour, V., Foroueddin Adl, A. (2015). Predicting the probability of developing depression based on attachment styles and identity base, Journal of Thought and Behavior in Clinical Psychology, 10(38), 67. [Persian]

انسجام هویتی و تمایل به اجتناب از مواجهه با مسائل خود و آینده، زمینه‌ساز تشدید نشخوارگری افکار جنگ و آسیب‌پذیری هیجانی است. این یافته‌ها اهمیت نگاه هویت‌محور به سلامت روان نوجوانان در بافت‌های در معرض تهدید جنگ را برجسته می‌کند و نشان می‌دهد که نشخوارگری افکار جنگ تنها محصول شرایط بیرونی نیست، بلکه به چگونگی سازمان‌یافتگی «خود» و سبک پردازش هویتی نوجوان نیز وابسته است. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های مدرسه‌محور و خانواده‌محور در شهرستان اردکان و مناطق مشابه، علاوه بر آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان و مدیریت افکار مزاحم، بر تقویت سبک اطلاعاتی (از طریق آموزش خودآگاهی، تفکر انتقادی و تصمیم‌گیری مسئولانه)، حمایت از شکل‌گیری تعهدات تحصیلی و ارزشی واقعی‌نانه، و کاهش الگوهای اجتنابی و تعویق‌گرا تأکید کنند. طراحی کارگاه‌هایی برای والدین و مربیان با محوریت «حمایت هویت‌یاب» و ایجاد فضاهای گفت‌وگو درباره‌ی نگرانی‌های مرتبط با جنگ، می‌تواند به کاهش نشخوارگری و افزایش احساس امنیت روانی نوجوانان کمک کند. در حوزه‌ی پژوهش، انجام مطالعات طولی، استفاده از طرح‌های مداخله‌ای و بررسی نقش متغیرهای میانجی مانند حمایت خانواده، مذهب و امید می‌تواند به تبیین دقیق‌تر سازوکار ارتباط بین سبک‌های هویت و نشخوارگری افکار جنگ یاری رساند. از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به استفاده از نمونه‌ی در دسترس، خودگزارشی بودن ابزارها، تمرکز بر دختران ۱۳ تا ۱۵ سال اردکان و طرح مقطعی اشاره کرد؛ بنابراین تعمیم نتایج محدود است. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از طرح‌های طولی و مداخله‌ای، نمونه‌های بزرگ‌تر و متنوع‌تر (جنسیتی-فرهنگی) و نیز روش‌های چندمنبعی استفاده شود.

موازین اخلاقی

در این مطالعه اصول اخلاق در پژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان و حفظ اطلاعات محرمانه آنها رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران مراتب قدردانی و تشکر خود را از کلیه شرکت‌کنندگان این پژوهش که با استقبال و بردباری، در روند استخراج نتایج همکاری نمودند، اعلام می‌دارند.

تعارض منافع

نویسندگان این مطالعه هیچ گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

- resilience model in the shadow of war: explaining the psychological and spiritual protective components. *Culture of Counseling and Psychotherapy*, 17(4), 23-39. [Persian]
- Rahiminejad, A., Borjaali Lou, S., Farahani H., Yazdani Varzaneh M. J., Amani, H. (2012). The effect of identity styles on students' depression, anxiety, and stress: The mediating role of identity commitment, *Journal of Psychological Methods and Models*, 2(9), 1-16. [Persian]
- Shapiro, M. O., Threeton, E. M., Morris, P. E., & Raines, A. M. (2026). Examining reductions in thwarted belongingness, perceived burdensomeness, and rumination within group-based behavioral activation treatment for depression. *Journal of Behavioral and Cognitive Therapy*, 36(2), 100553.
- Taklavoi, S., Zare, R. (2019). The role of identity styles in predicting the justification of extramarital relationships in married individuals. *Development of Psychology* 8(5): 60-53. [Persian]
- Falah, S, Alizadeh, S, Ghanbari, Nikzad, Zamanipour, F. (2019). Depression, fear of being left behind, and identity fragmentation: Mobile phone addiction in adolescents, *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologists*, 16(61), 87-95. [Persian]
- Hu, Z., Zhang, J., Zheng, S., Deng, Y., & Wan, C. (2025). Chain mediating roles of rumination and emotion regulation self-efficacy in the relationship between social support and depression among college students. *Scientific Reports*, 15(1), 23466.
- Kamardina, A., Saunders, R., & Broglia, E. (2026). The impact of initial depression and anxiety levels on symptom severity change during psychological treatment for common mental disorders: a systematic review. *Journal of Mental Health*, 1-21.
- Lagrange, H. (2026). War Anxiety and Resource-Holding Potential. DOI: 10.5772/intechopen.1014330
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on psychological science*, 3(5), 400-424.
- Poursaid Aghaei, Z., Takshori Movahed, P., and Ghasemi-Niaei, F. (2025). Family