



Positive Psychology Research

Positive Psychology Research

E-ISSN: 2476-3705

Vol. 11, Issue 4, No.44, 2026, P:59-76

Received: 16/06/2026 Accepted: 16/09/2026

Research Article

The Mediating Role of Anger Rumination in the Relationship between Core Self-Evaluations and Forgiveness

Fatemeh Alidoosti[✉]: Assistant Professor, Department of Social Science, Psychology and Consultant, Faculty of Letters and Humanities, Khayyam University, Mashhad, Iran
f.alidoosti@khayyam.ac.ir

Zahra Saghi[✉]: M.Sc. in General Psychology, Department of Social Science, Psychology and Consultant, Faculty of Letters and Humanities, Khayyam University, Mashhad, Iran
zhr.sgh1996@gmail.com

Abstract

The present study aimed to investigate the mediating role of anger rumination in the relationship between core self-evaluations and forgiveness. This study employed a descriptive correlational design in which the relationships among the variables were examined within a conceptual model. The statistical population of the study consisted of adults over 18 years old in Mashhad. A total of 202 participants were selected through convenience sampling and completed the questionnaires online. Data were collected using the Core Self-Evaluations Scale, the Anger Rumination Scale, and the Forgiveness Scale. The findings indicated significant negative relationships between core self-evaluations and anger rumination, as well as between anger rumination and forgiveness and all of its dimensions. Furthermore, significant positive relationships were found between core self-evaluations and overall forgiveness scores, as well as its dimensions. The analyses revealed that anger rumination played a significant mediating role in the relationship between core self-evaluations and forgiveness. Specifically, higher levels of core self-evaluations were associated with lower levels of anger rumination, which in turn were associated with greater forgiveness. These findings highlight the importance of positive cognitive emotional resources in facilitating the forgiveness process.

Keywords core self-evaluation, anger rumination, forgiveness.

Introduction

Forgiveness is an important construct in positive psychology and can promote psychological well-being following interpersonal transgressions. Previous research indicates that core self-evaluations are associated with more adaptive responses to stressful interpersonal

experiences and greater forgiveness. Core self-evaluations are also related to rumination and anger rumination, whereas anger rumination is associated with persistent anger and lower levels of forgiveness. These findings suggest that anger rumination may help explain the relationship between core self-evaluations and forgiveness.

*. Corresponding author



However, based on the literature reviewed, no study was found that directly examined the mediating role of anger rumination in this relationship. Therefore, the present study aimed to investigate the mediating role of anger rumination in the relationship between core self-evaluations and forgiveness. It was hypothesized that higher core self-evaluations would be associated with greater forgiveness through lower levels of anger rumination.

Method

The present study was fundamental in terms of purpose and descriptive-correlational in terms of method, using a modeling approach. The statistical population consisted of adults over 18 years residing in Mashhad, Iran, and data were collected in spring 2024. A total of 202 participants were selected through convenience sampling by distributing the questionnaires online. The research instruments included the Core Self-Evaluations Scale, the Forgiveness Scale, and the Anger Rumination Scale. The questionnaires were compiled electronically into a comprehensive survey and distributed through social media platforms, including Telegram, Instagram, WhatsApp, Eitaa, Bale, and Rubika. The survey link was shared in relevant groups, channels, and social media pages to recruit eligible participants. Participants reviewed the study information and the inclusion criteria, which included being at least 18 years of age and

residing in Mashhad, as well as the ethical considerations, including informed consent and confidentiality of information, and voluntarily completed the questionnaires. Following data collection, responses were extracted and coded for statistical analysis. Pearson's correlation coefficient and path analysis were used to analyze the data using SPSS version 26 and AMOS version 24.

Results

The participants included 143 women and 59 men, with a mean age of 30.60 years ($SD = 7.91$). Before the main analyses, the assumptions of Pearson's correlation coefficient and path analysis were examined. The absolute values of skewness and kurtosis for core self-evaluations, anger rumination, and forgiveness ranged from 0.04 to 0.51 and from 0.05 to 0.59, respectively, indicating acceptable normality. The variance inflation factor (VIF) was 1.52 and the tolerance value was 0.65, indicating no multicollinearity among the predictor variables. The Durbin-Watson statistics ranged from 1.86 to 1.93, supporting the assumption of independent errors. Overall, the assumptions required for the subsequent analyses were satisfied.

Table 2 presents the correlation coefficients of the study variables, indicating that the pairwise relationships among all study variables are statistically significant.

Table 1
Correlation Coefficients of the Study Variables

Variable	Core self-evaluation	Anger rumination
Forgiveness of self	0.66***	-0.50***
Forgiveness of others	0.54***	-0.61***
Forgiveness of situations	0.33***	-0.62***
Forgiveness	0.61***	-0.71***
Anger rumination	-0.58***	-

*** $p < 0.001$

Path analysis was used to examine the mediating role of anger rumination, with core self-evaluations as the exogenous variable, anger

rumination as the mediator, and the three components of forgiveness as endogenous variables. The initial model showed acceptable

fit ($\chi^2/df = 2.32$, RMSEA = 0.08, GFI = 0.99, AGFI = 0.93, CFI = 0.99). After removing the nonsignificant path from core self-evaluations to forgiveness of others, the final model showed good fit ($\chi^2/df = 1.38$, RMSEA = 0.04, GFI = 0.99, AGFI = 0.95, CFI = 0.99). Core self-evaluations had significant positive direct effects on forgiveness of self ($t = 5.50$, $p < 0.001$) and

forgiveness of situations ($t = 8.05$, $p < 0.001$), and a significant negative direct effect on anger rumination ($t = -10.30$, $p < 0.001$). Anger rumination had significant negative direct effects on forgiveness of self ($t = -3.94$, $p < 0.001$), forgiveness of others ($t = -10.94$, $p < 0.001$), and forgiveness of situations ($t = -5.99$, $p < 0.001$).

Table 2

Indirect and Total Effects on Forgiveness in the Final

Path	Standard dized Indirect Effect	Standard Error	Upper Bound	Lower Bound	p- value
Core Self-Evaluations on Forgiveness of Self through Anger Rumination	0.16	0.04	0.23	0.08	0.016
Core Self-Evaluations on Forgiveness of Others through Anger Rumination	0.35	0.04	0.42	0.27	0.012
Core Self-Evaluations on Forgiveness of Situations through Anger Rumination	0.20	0.04	0.27	0.13	0.013
	Standard ized Total Effect	Standard Error	Upper Bound	Lower Bound	p-value
Core Self-Evaluations on Forgiveness of Self	0.54	0.05	0.61	0.44	0.011
Core Self-Evaluations on Forgiveness of Situations	0.67	0.04	0.74	0.60	0.005

Table 3 presents the standardized indirect and total effects. Core self-evaluations had significant indirect effects on forgiveness of self ($\beta = 0.16$, $p < 0.05$), forgiveness of others ($\beta = 0.35$, $p < 0.05$), and forgiveness of situations ($\beta = 0.20$, $p < 0.05$) through anger rumination, indicating a significant mediating role of anger rumination. The total effects of core self-evaluations on forgiveness of self ($\beta = 0.54$, $p < 0.05$) and forgiveness of situations ($\beta = 0.67$, $p < 0.01$) were also positive and significant. In the final model, core self-evaluations and anger rumination explained 47.41% of the variance in forgiveness.

Conclusion

The present study aimed to investigate the mediating role of anger rumination in the relationship between core self-evaluations and forgiveness. The findings showed that core self-evaluations were positively associated with forgiveness and negatively associated with anger rumination, whereas anger rumination was negatively associated with forgiveness. These findings are consistent with previous research examining the relationships among these constructs (Ahmadi & Hokmabadi, 2024; Chatzimike-Levidi &

Collard, 2023; Collard et al., 2024). The findings further indicated that anger rumination significantly mediated the relationship between core self-evaluations and forgiveness, suggesting that higher core self-evaluations may facilitate forgiveness partly through lower levels of anger rumination. From a theoretical perspective, individuals with more positive evaluations of their abilities and personal worth may perceive stressful interpersonal events as less threatening and employ more adaptive emotion-regulation and coping strategies. Consequently, they may be less likely to engage in repetitive thoughts about anger, which can facilitate cognitive reappraisal of hurtful experiences and promote forgiveness. In contrast, persistent anger rumination may maintain attention on perceived injustice and negative emotions, thereby interfering with the cognitive and emotional processes involved in forgiveness.

The study had several limitations, including reliance on self-report questionnaires, the cross-sectional design, an imbalanced gender distribution, and the use of an online convenience sample, which may limit the generalizability of the findings. Future research should employ longitudinal designs

and qualitative methods, such as in-depth interviews, and recruit samples with a more balanced gender distribution. Further studies may also examine interventions aimed at strengthening core self-evaluations and reducing anger rumination to facilitate the forgiveness process.

Ethical Considerations

Compliance with Ethical Guideline: This study was approved by the Khayyam University Research Ethics Committee (ethics code: IR.KHAYYAM.REC.1403.018). All ethical considerations, including informed consent and ensuring the confidentiality of participants' information, were observed.

Authors' Contributions First author (Corresponding author): Supervision, conceptualization, methodology development, critical revision of the manuscript, editing and addressing reviewers' comments, final approval for submission, and handling of the peer review process. Second author: Study design, data collection, statistical analysis, drafting and writing of the manuscript.

Conflict of Interest: The authors declare that there is no conflict of interest regarding the publication of this paper.

Funding: This research received no specific grant from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Acknowledgment: The authors sincerely thank and appreciate all individuals who contributed to the conduct of this study.

نقش میانجی نشخوار خشم در رابطه بین خودارزشیابی مرکزی و بخشش

فاطمه علیدوستی^{۱*}: استادیار، گروه آموزشی علوم اجتماعی، روان‌شناسی و مشاوره، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه خيام،

مشهد، ایران

f.alidoosti@khayyam.ac.ir

زهرا ساقی^۱: کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی عمومی، گروه آموزشی علوم اجتماعی، روان‌شناسی و مشاوره، دانشکده ادبیات و علوم

انسانی، دانشگاه خيام، مشهد، ایران

zhr.sgh1996@gmail.com

چکیده

پژوهش حاضر^۱ با هدف بررسی نقش میانجی نشخوار خشم در رابطه بین خودارزشیابی مرکزی و بخشش انجام شد. روش این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود که در آن، روابط میان متغیرها در قالب یک مدل مفهومی بررسی شد. جامعه آماری این پژوهش را افراد بزرگسال بالای ۱۸ سال شهر مشهد تشکیل می‌دادند که در این پژوهش، تعداد ۲۰۲ نفر شرکت‌کننده به عنوان نمونه و با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه‌ها را به صورت آنلاین تکمیل کردند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های خودارزشیابی مرکزی، نشخوار خشم و بخشش استفاده شد. یافته‌های این پژوهش نشان داد بین خودارزشیابی مرکزی با نشخوار خشم و همچنین، بین نشخوار خشم با بخشش و همه مؤلفه‌های آن رابطه‌ای منفی و معنادار وجود دارد؛ و نیز بین خودارزشیابی مرکزی با نمره کل بخشش و مؤلفه‌های آن رابطه‌ای مثبت و معنادار مشاهده شد. تحلیل‌ها حاکی از آن بود که نشخوار خشم نقش میانجی معناداری در رابطه بین خودارزشیابی مرکزی و بخشش ایفا می‌کند؛ به گونه‌ای که سطوح بالاتر خودارزشیابی مرکزی با نشخوار خشم کمتر و در نتیجه با بخشش بیشتر همراه است. این یافته‌ها بر اهمیت منابع شناختی - هیجانی مثبت در تسهیل فرایند بخشش تأکید می‌کنند.

واژه‌های کلیدی: خودارزشیابی مرکزی، نشخوار خشم، بخشش.

^۱ این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد است.

* نویسنده مسئول:



مقدمه

تعارض بخش طبیعی و اجتناب‌ناپذیر روابط بین‌فردی است. با این حال، اگر تعارض‌ها و پیامدهای هیجانی ناشی از آنها به شیوه‌ای سازگارانه مدیریت نشوند، ممکن است به مرور زمان انباشته شوند و رنجی مداوم برای افراد درگیر ایجاد کنند. در همین جاست که اهمیت و نقش بخشش^۱ آشکار می‌شود (Sengupta et al., 2025). می‌توان گفت، بخشش به عنوان یکی از موضوع‌های محوری در روان‌شناسی مثبت‌گرا، معمولاً به عنوان نتیجه‌ای مطلوب پس از تعارض در نظر گرفته می‌شود؛ زیرا می‌تواند به بهبود سلامت روانی قربانیان و نیز خطاکاران کمک کند (Elaheh et al., 2021). انزایت و همکاری بخشش را به عنوان یک فضیلت اخلاقی یا هدیه‌ای که به فرد خطاکار اعطا می‌شود، مفهوم‌سازی می‌کنند؛ فرایندی که طی آن، فرد به صورت آگاهانه از رنجش، قضاوت یا بی‌تفاوتی دست می‌کشد، در حالی که همچنان حق تجربه این احساسات را به رسمیت می‌شناسد (Elaheh et al., 2021; Enright et al., 2021). این مفهوم‌سازی، بخشش را در دو بُعد شناختی و عاطفی تبیین می‌کند. بُعد شناختی بخشش به تصمیم آگاهانه برای کنارگذاشتن کینه و اتخاذ نگرشی دلسوزانه‌تر نسبت به فرد خاطی اشاره دارد؛ در مقابل، بُعد عاطفی بخشش مستلزم کاهش تدریجی احساساتی مانند خشم، تلخی و میل به انتقام است. ادغام این جنبه‌ها افراد را قادر می‌کند تا بدون چشم‌پوشی از رفتار یا فراموش کردن پیامدهای آن، از آسیب عبور کنند (Skalski-Bednarz et al., 2025). به طور کلی، این مفهوم در سه شکل متمایز بروز می‌یابد: بخشش خود، بخشش دیگران و بخشش موقعیت (Thompson & Snyder, 2019). پژوهش‌ها نشان می‌دهند بخشش می‌تواند

شدت واکنش‌های روان‌شناختی و رفتاری منفی افراد را پس از تجربه تخلف یا آسیب بین‌فردی کاهش دهد (Du & Wang, 2025; Lee & Enright, 2019). با توجه به اهمیت پیامدهای فردی و بین‌فردی بخشش، شناسایی عوامل روان‌شناختی مؤثر بر آن همواره مورد توجه پژوهشگران بوده است (Cowden, 2024; Gordon et al., 2020). در این میان، خودارزشیابی مرکزی (CSE)^۲ به عنوان یکی از ویژگی‌های شخصیتی، با نحوه تفسیر تجربیات منفی بین‌فردی و شیوه واکنش افراد به این تجربیات، از جمله گرایش به بخشش، مرتبط است (Collard & Stephens, 2025; Collard et al., 2024).

خودارزشیابی مرکزی یک مفهوم جامع و پایدار روان‌شناختی است که نمایانگر ارزیابی بنیادین و ناخودآگاه فرد از شایستگی‌ها، توانایی‌ها و ارزش‌های شخصی خود است (Stănescu & Romaşcanu, 2025). افزون بر این، خودارزشیابی مرکزی نحوه نگرش فرد به جهان را شکل می‌دهد و بر ارزیابی او از رویدادها و تجربیات بیرونی تأثیر می‌گذارد (Hong & Wang, 2024). این مفهوم از چهار مؤلفه اساسی تشکیل شده است: عزت‌نفس، خودکارآمدی، تعمیم‌یافته، منبع‌کنترل و روان‌رنجوری (Tian et al., 2025). عزت‌نفس به برداشت واقعی فرد از خود اشاره دارد (Bugay-Sökmez et al., 2023). خودکارآمدی تعمیم‌یافته بیانگر اعتماد یا باور فرد به توانایی لازم برای دستیابی به اهداف است (Guan et al., 2024). منبع‌کنترل به درک فرد از میزان کنترل خود بر محیط و شرایط پیرامون مربوط می‌شود (Chen et al., 2025). روان‌رنجوری نیز به گرایش فرد به تجربه هیجان‌های منفی اشاره دارد (Jamali et al., 2020). پژوهش‌ها نشان می‌دهند افرادی که خودارزشیابی مرکزی

² Core Self-Evaluation¹ Forgiveness

پایین تری دارند، اعتماد به نفس کمتری دارند، خود را کم توان تر از دیگران می بینند و معمولاً بر ضعف ها یا شکست های خود تمرکز می کنند و ذهنیت قربانی بودن را در پیش می گیرند (Stănescu & Romaşcanu, 2025). در مقابل، افرادی که خودارزشیابی مرکزی بالاتری دارند، احتمال بیشتری دارد که احساسات و افکار مثبت خود را حفظ کنند و نسبت به محیط خود واکنش هایی مثبت نشان دهند (Ding et al., 2022; Saleem & Salhotra, 2024). این افراد معمولاً خود را قادر به کنترل زندگی شان می دانند، توانایی بیشتری برای مدیریت محیط اطراف نشان می دهند و هنگام مواجهه با رویدادهای منفی، پریشانی کمتری تجربه می کنند (Yudes et al., 2025). در مجموع، شواهد موجود نشان می دهد خودارزشیابی مرکزی بالاتر با شیوه های سازگارانه تر مواجهه با موقعیت های تنش زای بین فردی و آمادگی بیشتر برای بخشش همراه است (Collard & Stephens, 2025). علاوه بر ارتباط خودارزشیابی مرکزی با بخشش، پژوهش ها نشان داده اند این سازه با نشخوار فکری^۱ (Cross et al., 2023; George & Chatzimike, 2024) و نیز با نشخوار خشم^۲ (Collard, 2024; Levidi & Collard, 2023) ارتباط دارد. از سوی دیگر، پژوهش ها نشان می دهند نشخوار خشم با تداوم تجربه خشم و دشواری در بخشش همراه است (Kalita & Vimala, 2023; Nedeljković et al., 2023; Zhai & Öztürk, 2025). بر این اساس، انتظار می رود نشخوار خشم یکی از عوامل تبیین کننده ارتباط میان خودارزشیابی مرکزی و بخشش باشد. نشخوار خشم یکی از فرایندهای شناختی-هیجانی مرتبط با خشم است که با وجود ارتباط نزدیک با این هیجان، به عنوان مفهومی نسبتاً متمایز در نظر گرفته می شود (Jiang et al., 2025). خشم را می توان هیجانی دانست که در پی

ادراک یک تهدید - معمولاً ناشی از رفتارهای ناعادلانه یا نادرست دیگران - بروز می کند (Scaini et al., 2024). در این چارچوب، اگر خشم یک هیجان در نظر گرفته شود، نشخوار خشم به تفکر مکرر درباره این هیجان اشاره دارد (علی اصغری لهداربنی و فرهادی، ۱۴۰۲). به عبارت دیگر، نشخوار خشم یکی از انواع نشخوار فکری است که به صورت فرایندی غیرارادی و تکرارشونده پس از تجربه یک رویداد خشم برانگیز پدیدار می شود. افرادی که دچار نشخوار خشم می شوند، احساس خشم را بارها در ذهن خود بازآفرینی و آن را همراه با جزئیات هیجانی، افکار پرخاشگرانه و حتی خیال پردازی های مرتبط با انتقام تجربه می کنند (میکائیلی و همکاران، ۱۴۰۳). نشخوار بیش از اندازه خشم می تواند ظرفیت خودکنترلی و کارکردهای اجرایی را مختل کند، برانگیختگی جسمانی را افزایش دهد و احتمال بروز رفتارهای مخرب و پرخاشگرانه را بیشتر کند (ابراهیمی، ۱۴۰۲). همچنین، این فرایند دامنه پاسخ های سازگارانه از جمله ارزیابی مجدد و حل مسئله را محدود می کند (Watkins & Roberts, 2020) و می تواند زمینه ساز تفسیرهای منفی از رویدادها و افزایش اسنادهای خصمانه نسبت به دیگران شود (Hou et al., 2024). در نهایت، نشخوار خشم با پیامدهایی همچون اختلال در عملکرد سازگارانه فرد و کاهش بخشش، جایگزینی روابط خصمانه به جای روابط مسالمت آمیز و حمایت گرانه، و تهدید سلامت جسمی و روانی همراه است (Ariyazangane et al., 2022; Nedeljković et al., 2023).

در مجموع، اگرچه پژوهش های پیشین ارتباط خودارزشیابی مرکزی با بخشش (Collard & Stephens, 2024; Collard et al., 2025) و نشخوار خشم

^۱ Rumination^۲ Anger Rumination

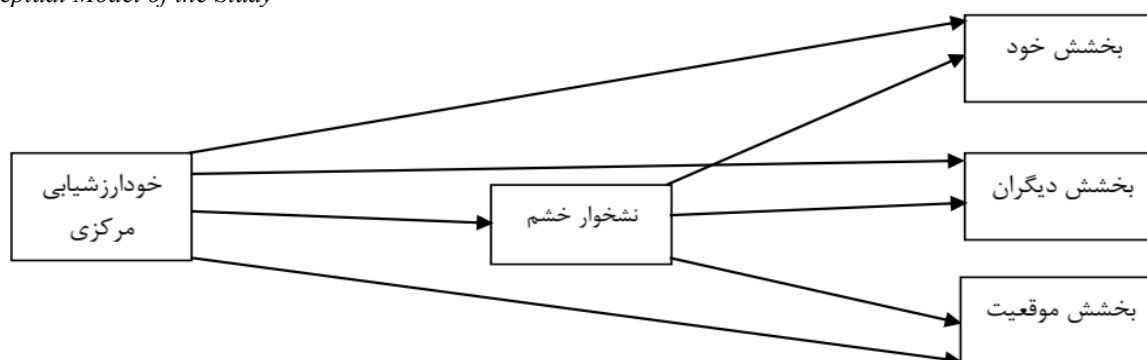
(شکل ۱) می‌تواند به درک دقیق‌تر چگونگی ارتباط ویژگی‌های شخصیتی با بخشش کمک کند. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی نشخوار خشم در رابطه بین خودارزشیابی مرکزی و بخشش انجام شد. انتظار می‌رود خودارزشیابی مرکزی بالاتر از طریق کاهش نشخوار خشم با افزایش بخشش همراه باشد.

(Chatzimike-Levidi & Collard, 2023) و نیز ارتباط نشخوار خشم با بخشش (احمدی و حکم‌آبادی، ۱۴۰۳؛ Kalita & Vimala, 2023; Nedeljković et al., 2023) را به طور جداگانه نشان داده‌اند، بر اساس جست‌وجوی انجام‌شده، مطالعه‌ای یافت نشد که نقش میانجی نشخوار خشم در رابطه بین خودارزشیابی مرکزی و بخشش را به طور مستقیم بررسی کرده باشد؛ از این رو، بررسی این مدل میانجی

شکل ۱

مدل مفهومی پژوهش

Figure 1
Conceptual Model of the Study



بودند. همچنین، بیشتر شرکت‌کنندگان دارای تحصیلات کارشناسی‌ارشد (۸۰ نفر) و افراد مجرد (۱۰۳ نفر) بودند. ابزار سنجش: پرسشنامه خودارزشیابی مرکزی (CSES)^۱: این مقیاس توسط جاج و همکاران^۲ در سال ۲۰۰۳ ساخته شده و دارای ۱۲ پرسش است (Judge et al., 2003). این مقیاس عزت‌نفس، خودکارآمدی تعمیم‌یافته، منبع‌کنترل و روان‌رنجوری را می‌سنجد. در این پرسشنامه، از شرکت‌کنندگان خواسته می‌شود تا عقاید خودشان را درباره هر مورد بر روی یک مقیاس پنج‌درجه‌ای مشخص کنند. پرسش‌های ۱-۳-۵-۷-۹-۱۱ با گزینه‌های کاملاً مخالفم (۱)، مخالفم (۲)، نظری ندارم (۳)، موافقم (۴) و

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: این پژوهش از نظر هدف، بنیادی و از نظر روش، توصیفی - همبستگی از نوع مدل‌یابی بود. جامعه آماری پژوهش شامل افراد بزرگسال شهر مشهد بود و فرایند جمع‌آوری داده‌ها در بهار ۱۴۰۳ انجام شد. با توجه به استفاده از روش مدل‌یابی در پژوهش حاضر، بر اساس پیشنهاد هو، حداقل حجم نمونه مورد نیاز ۲۰۰ نفر بود (Hoe, 2008)؛ از این رو، تعداد ۲۰۲ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس و از طریق انتشار پرسشنامه در بسترهای آنلاین انتخاب شدند. از میان شرکت‌کنندگان، ۱۴۳ نفر زن و ۵۹ نفر مرد

² Judge et al

¹ Core Self-Evaluations Scale

کاملاً موافقم (۵) و پرسش‌های ۱۲-۱۰-۸-۶-۴-۲ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. بر اساس این روش، نمره‌های به‌دست‌آمده از ۱۲ پرسش جمع می‌شوند. حداقل نمره ممکن ۱۲ و حداکثر نمره ۶۰ خواهد بود. نمره بین ۱۲ تا ۲۴ نشان‌دهنده میزان خودارزشیابی پایین، نمره بین ۲۴ تا ۳۶ نشان‌دهنده میزان خودارزشیابی متوسط و نمره بالاتر از ۳۶ نشان‌دهنده میزان خودارزشیابی بالاست. جاج و همکاران پایایی این پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ و روایی همگرای آن را ۰/۶۴ گزارش کردند (Judge et al., 2003). این مقیاس توسط هاشمی شیخ‌شبابی و همکاران (۱۳۹۰) نرم شده است. در پژوهش آنها، ضریب آلفای کرونباخ کل ۰/۷۱ به دست آمده و ضریب آلفای کرونباخ مقیاس خودارزشیابی مرکزی در حد قابل قبول است. در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ برای این مقیاس ۰/۸۳ به دست آمد.

پرسشنامه بخشش هارتلند (HFS)^۱: این مقیاس توسط تامپسون و همکاران در سال ۲۰۰۵ ساخته شده و دارای ۱۸ پرسش است (Thompson et al., 2005). پاسخ هر پرسش به صورت طیف لیکرت هفت‌درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱)، مخالفم (۲)، تقریباً مخالفم (۳)، نظری ندارم (۴)، تقریباً موافقم (۵)، موافقم (۶) و کاملاً موافقم (۷) است و سه مؤلفه بخشش خود (پرسش‌های ۱ تا ۶)، بخشش دیگران (پرسش‌های ۷ تا ۱۲) و بخشش موقعیت (پرسش‌های ۱۳ تا ۱۸) را می‌سنجد. پرسش‌های ۱۷-۱۵-۱۳-۱۱-۹-۷-۶-۴-۲ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. برای محاسبه نمره کلی این مقیاس، باید نمره همه پرسش‌ها را با هم جمع کرد. دامنه نمره این مقیاس بین ۱۸ تا ۱۲۶ است. هرچه نمره حاصل شده از این مقیاس بیشتر باشد، نشان‌دهنده میزان بیشتر بخشش خواهد بود و

برعکس. این پرسشنامه پایایی و روایی مناسبی دارد و اعتبار آن در پژوهش‌های متعدد تأیید شده است. این مقیاس در پژوهش تامپسون و همکاران سازگاری درونی خوبی دارد (آلفای کرونباخ = ۰/۸۷) (Thompson et al., 2005) و همچنین، توسط سرمد و همکاران (۱۳۹۰) نرم شده است. این نویسندگان آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۸۳ گزارش کرده‌اند. همچنین، در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس بخشش خود، بخشش دیگران، بخشش موقعیت و کل پرسشنامه به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۶۵، ۰/۷۷ و ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه نشخوار خشم (ARS)^۲: این مقیاس توسط سوخودولسکی و همکاران^۳ در سال ۲۰۰۱ ساخته شده و دارای ۱۹ پرسش است که تمایل به تفکر درباره موقعیت‌های خشم‌برانگیز فعلی و یادآوری تجربه‌های خشم‌برانگیز گذشته را می‌سنجد (Sukhodolsky et al., 2001). پرسش‌های این پرسشنامه نشخوار خشم را در اندازه‌های چهاردرجه‌ای لیکرت از خیلی کم (۱)، کم (۲)، زیاد (۳) و خیلی زیاد (۴) نمره‌گذاری می‌کنند. نمره‌گذاری آزمون به صورتی است که نمره بیشتر بیانگر نشخوار خشم بیشتر است. حداقل نمره ممکن ۱۹ و حداکثر نمره ممکن ۷۶ است. این پرسشنامه از پایایی و روایی مناسبی برخوردار است. در پژوهش سوخودولسکی و همکاران، پایایی این مقیاس با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ گزارش شده است (Sukhodolsky et al., 2001). این مقیاس توسط بشارت (۱۳۹۷) نرم شده است. در این پژوهش، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۵ محاسبه شده که نشانه همسانی درونی خوب این مقیاس است. همچنین، در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه ۰/۹۵ به دست آمد.

³ Sukhodolsky et al

¹ Heartland Forgiveness Scale

² Anger Rumination Scale

پس از دستیابی به حجم نمونه مدنظر، لینک دسترسی غیرفعال شد و داده‌ها پس از استخراج و کدگذاری، برای انجام تحلیل‌های آماری به نرم‌افزار SPSS 26 و سپس AMOS 24 منتقل شدند. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها، از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر استفاده شد.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان شامل ۱۴۳ زن و ۵۹ مرد بودند که میانگین سن آنها ۳۰/۶۰ با انحراف معیار ۷/۹۱ بود. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در **جدول ۱** گزارش شده است.

روش اجرا و تحلیل: ابزارهای پژوهش پس از تدوین، به صورت الکترونیکی در قالب یک پرسشنامه جامع طراحی شدند و از طریق شبکه‌های مجازی (تلگرام، اینستاگرام، واتساپ، ایتا، بله و رویکا) در اختیار افراد واجد شرایط قرار گرفتند. لینک پرسشنامه در گروه‌ها، کانال‌ها و صفحات مجازی مرتبط منتشر شد و شرکت‌کنندگان پس از مطالعه توضیحات اولیه پژوهش، معیارهای ورود شامل داشتن دست‌کم ۱۸ سال سن و مقیم‌بودن در شهر مشهد و ملاحظات اخلاقی^۱ شامل رضایت آگاهانه و تضمین محرمانگی اطلاعات، در صورت تمایل، پرسشنامه‌ها را به صورت داوطلبانه تکمیل کردند.

جدول ۱

شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

Table 1
Descriptive Statistics of the Study Variables

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
خودارزشیابی مرکزی	۳۹/۷۹	۶/۹۰	۱۷/۰۰	۵۹/۰۰
نشخوار خشم	۴۱/۰۷	۱۲/۶۴	۱۹/۰۰	۷۵/۰۰
بخشش	۸۲/۸۴	۱۴/۵۷	۴۶/۰۰	۱۲۶/۰۰
بخشش خود	۲۸/۲۸	۵/۳۶	۱۵/۰۰	۴۲/۰۰
بخشش دیگران	۲۶/۰۵	۶/۵۲	۱۰/۰۰	۴۲/۰۰
بخشش موقعیت	۲۸/۵۰	۵/۸۳	۱۶/۰۰	۴۲/۰۰

پژوهش، شاخص‌های تشخیص هم‌خطی برای نمره کل خودارزشیابی مرکزی و نشخوار خشم به عنوان متغیرهای پیش‌بین (برون‌زا و میانجی در مدل پیشنهادی) بررسی شدند. نتایج نشان داد مقدار تورم واریانس (۱/۵۲) برای متغیرهای پیش‌بین بزرگ‌تر از ۱۰ نیست و همچنین، مقدار شاخص تحمل (۰/۶۵) نیز برای این متغیرها در بازه صفر و یک قرار دارد. بنابراین، هم‌خطی چندگانه بین

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر استفاده شد. برای نرمال‌بودن نمرات متغیرهای پژوهش، کجی^۲ و کشیدگی^۳ این نمرات بررسی شد. در بررسی نمرات خودارزشیابی مرکزی، نشخوار خشم و بخشش، قدر مطلق مقادیر کجی (۰/۰۴-۰/۵۱) و کشیدگی (۰/۵۹-۰/۰۵) در بازه قابل قبول بودند که بیانگر نرمال‌بودن داده‌های این متغیرها بود. در این

² Skewness

³ Kurtosis

^۱ کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه خيام با کد

IR.KHAYYAM.REC.1403.018 این مطالعه را تأیید کرد.

بالا برقرار است. در مجموع، نتایج بالا حاکی از برقراری پیش فرض های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر است. در ادامه، نتایج مربوط به این تحلیل ها ارائه شده است.

در جدول ۲، ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش ارائه شده است. رابطه دوجه دوی تمامی متغیرها معنادار است.

متغیرهای پیش بین وجود نداشت. برای بررسی مفروضه استقلال خطاها از آماره دوربین – واتسون استفاده شد. اگر مقدار این آماره کمتر از ۴ باشد، بیانگر عدم وجود خودهمبستگی است. مقادیر آماره دوربین – واتسون برای پیش بینی مؤلفه های بخشش (۱/۸۶-۱/۹۳) از طریق متغیرهای موجود در مدل پیشنهادی کمتر از ۴ به دست آمد. بنابراین، پیش فرض استقلال خطاها برای متغیرهای

جدول ۲

ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

Table 2
Correlation Coefficients of the Study Variables

متغیر	خودارزشیابی مرکزی	نشخوار خشم
بخشش خود	۰/۶۶***	-۰/۵۰***
بخشش دیگران	۰/۵۴***	-۰/۶۱***
بخشش موقعیت	۰/۳۳***	-۰/۶۲***
بخشش	۰/۶۱***	-۰/۷۱***
نشخوار خشم	-۰/۵۸***	-

*** $p < 0.001$

از ۳؛ شاخص های برازندگی تطبیقی (CFI)، نیکویی برازش (GFI) و نیکویی برازش تعدیل شده (AGFI) نزدیک به ۱؛ و ریشه میانگین مجذورات تقریب (RMSEA) بین ۰ تا ۰/۰۵ (بیانگر برازش خوب) یا ۰/۰۵ تا ۰/۱۰ (بیانگر برازش قابل قبول). با وجود آنکه برای بررسی نیکویی برازش معمولاً از شاخص مجذور خی دو استفاده می شود، از آنجا که این شاخص با افزایش حجم نمونه و درجه آزادی افزایش می یابد، استفاده از شاخص ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب (RMSEA) توصیه شده است (میرز و همکاران، ۱۳۹۱). با در نظر گرفتن آنچه گفته شد، شاخص های کلی برای مدل اولیه مربوط به بخشش بررسی شدند و مقادیر این شاخص ها

برای بررسی نقش میانجی نشخوار خشم در رابطه بین خودارزشیابی مرکزی و بخشش، خودارزشیابی مرکزی به عنوان متغیر برونزا، نشخوار خشم به عنوان متغیر میانجی و سه مؤلفه بخشش به عنوان متغیرهای درونزا در نظر گرفته شدند و برازش مدل با روش تحلیل مسیر ارزیابی شد. برازش مدل از طریق شاخص های مجذور خی دو، شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)^۱، شاخص نیکویی برازش (GFI)^۲، شاخص نیکویی برازش تعدیل شده (AGFI)^۳ و ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب (RMSEA)^۴ بررسی شد. برای برازش مدل لازم بود این شاخص ها دارای استانداردهایی باشند. این استانداردها عبارتند از: نسبت مجذور خی دو به درجه آزادی کمتر

³ Adjusted Goodness of Fit Index

⁴ Root Mean Square Error of Approximation

¹ Comparative Fit Index

² Goodness of Fit Index

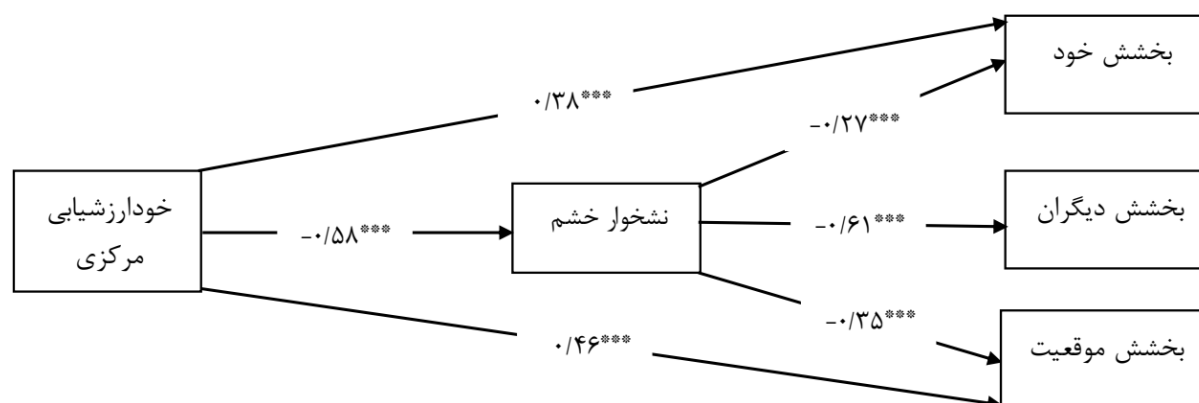
دیگران بود، مدل با برازش «خوب» تأیید شد ($\chi^2/df = ۱/۳۸$)
 $AGFI = ۰/۹۵$, $GFI = ۰/۹۹$, $RMSEA = ۰/۰۴$, χ^2/df
 $(CFI = ۰/۹۹)$.

حکایت از برازش «قابل قبول» مدل داشتند ($\chi^2/df = ۲/۳۲$)
 $AGFI = ۰/۹۳$, $GFI = ۰/۹۹$, $RMSEA = ۰/۰۸$
 $(CFI = ۰/۹۹)$. اما پس از اعمال اصلاحاتی بر روی مدل که
 شامل حذف مسیر غیرمعنادار خودارزشیابی به بخشش

شکل ۲

مدل نهایی پژوهش

Figure 2
Final Model of the Study



همچنین، نشخوار خشم اثر مستقیم منفی بر بخشش خود
 $(t = -۳/۹۴, p < ۰/۰۰۱)$ ، بخشش دیگران
 $(t = -۱۰/۹۴, p < ۰/۰۰۱)$ و بخشش موقعیت
 $(t = -۵/۹۹, p < ۰/۰۰۱)$ دارد.

بر اساس مدل نهایی پژوهش (شکل ۲)، خودارزشیابی
 مرکزی اثر مستقیم مثبت بر بخشش خود
 $(t = ۵/۵۰, p < ۰/۰۰۱)$ و بخشش موقعیت
 $(t = ۸/۰۵, p < ۰/۰۰۱)$ و اثر مستقیم
 منفی بر نشخوار خشم
 $(t = -۱۰/۳۰, p < ۰/۰۰۱)$ دارد.

جدول ۳

اثرات غیرمستقیم و کل در مدل نهایی برای بخشش

Table 3
Indirect and Total Effects on Forgiveness in the Final Model

مسیر	اثر غیرمستقیم	خطای	حد بالا	حد پایین	مقدار
استاندارد شده	استاندارد				معناداری
خودارزشیابی مرکزی بر بخشش خود از طریق نشخوار خشم	۰/۱۶	۰/۰۴	۰/۲۳	۰/۰۸	۰/۰۱۶
خودارزشیابی مرکزی بر بخشش دیگران از طریق نشخوار خشم	۰/۳۵	۰/۰۴	۰/۴۲	۰/۲۷	۰/۰۱۲
خودارزشیابی مرکزی بر بخشش موقعیت از طریق نشخوار خشم	۰/۲۰	۰/۰۴	۰/۲۷	۰/۱۳	۰/۰۱۳
اثر کل	خطای	حد بالا	حد پایین	مقدار	
استاندارد شده	استاندارد			معناداری	
خودارزشیابی مرکزی بر بخشش خود	۰/۵۴	۰/۰۵	۰/۶۱	۰/۴۴	۰/۰۱۱
خودارزشیابی مرکزی بر بخشش موقعیت	۰/۶۷	۰/۰۴	۰/۷۴	۰/۶۰	۰/۰۰۵

در جدول ۳، ضرایب اثرات غیرمستقیم و کل متغیرهای پژوهش ارائه شده است. بر اساس این نتایج، خودارزشیابی مرکزی بر بخشش خود ($\beta = 0.16, p < 0.05$)، بخشش دیگران ($\beta = 0.35, p < 0.05$) و بخشش موقعیت ($\beta = 0.20, p < 0.05$) اثر غیرمستقیم معناداری از طریق نشخوار خشم داشته است. به عبارتی، متغیر میانجی نقشی معنادار برای رابطه خودارزشیابی مرکزی و بخشش ایفا کرده است. همچنین، نتایج این جدول نشان می‌دهد اثر کل متغیر خودارزشیابی مرکزی بر بخشش خود ($\beta = 0.54, p < 0.05$) و بخشش موقعیت ($\beta = 0.67, p < 0.01$) نیز مثبت و معنادار است.

شاخص R^2 میزان واریانس تبیین‌شده متغیر درون‌زا را نشان می‌دهد. کوهن مقادیر R^2 ، ۰/۲۶، ۰/۱۳ و ۰/۰۲ را به ترتیب قوی، متوسط و ضعیف توصیف می‌کند (Cohen, 1992). شاخص R^2 یعنی ضریب تعیین متغیر بخشش در مدل نهایی نیز برابر ۴۷/۴۱ بود که نشان می‌دهد خودارزشیابی مرکزی و نشخوار خشم می‌توانند حدود ۴۸ درصد از تغییرات بخشش را پیش‌بینی کنند که این میزان در حد قوی است.

بحث

این پژوهش با هدف بررسی نقش میانجی نشخوار خشم در رابطه بین خودارزشیابی مرکزی و بخشش انجام شد. نتایج تحلیل مسیر نشان داد خودارزشیابی مرکزی با بخشش رابطه مثبت و معنادار و با نشخوار خشم رابطه منفی و معنادار دارد؛ همچنین، نشخوار خشم با بخشش رابطه‌ای منفی و معنادار نشان داد. این یافته‌ها هم‌سو با نتایج پژوهش‌هایی است که ارتباط این متغیرها را بررسی کرده‌اند (احمدی و حکم‌آبادی، ۱۴۰۳ Chatzimike-Levidi & Collard, 2023; Collard et al., 2024; Collard & Stephens, 2025; Cross et al., 2023; George & Collard, 2024; Kalita & Vimala, 2023; Nedeljković et al., 2023; Zhai & Öztürk,

2025). در نهایت، یافته‌ها نشان داد نشخوار خشم در رابطه بین خودارزشیابی مرکزی و بخشش نقش میانجی معناداری ایفا می‌کند؛ به این معنا که بخشی از نقش خودارزشیابی مرکزی بر بخشش از طریق کاهش نشخوار خشم تبیین می‌شود. این یافته‌ها نشان می‌دهد خودارزشیابی مرکزی نه فقط به صورت مستقیم با گرایش بیشتر به بخشش مرتبط است، بلکه از طریق تأثیر بر فرایندهای شناختی مرتبط با خشم نیز می‌تواند بر بخشش اثرگذار باشد.

خودارزشیابی مرکزی نقشی مهم در نحوه مواجهه افراد با چالش‌های زندگی و تفسیر رویدادهای روزمره ایفا می‌کند. همچنین، به افراد کمک می‌کند تا به احساساتشان نسبت به خود و دیگران آگاه‌تر باشند و بتوانند افکار درونی و رفتار بیرونی خود را بهتر تنظیم کنند. افرادی که از خودارزشیابی مرکزی بالاتری برخوردار هستند، معمولاً رویدادهای تنش‌زا را کمتر تهدیدآمیز ادراک می‌کنند و از راهبردهایی سازگارانه‌تر برای مقابله با هیجان‌های منفی استفاده می‌کنند. در مقابل، ضعف در مؤلفه‌های خودارزشیابی مرکزی می‌تواند افراد را در برابر فشارهای روان‌شناختی آسیب‌پذیرتر کند. در همین راستا، پژوهش‌ها نشان داده‌اند افرادی که دارای عزت‌نفس پایین‌تری هستند، پس از تجربه رویدادهای ناکام‌کننده بیشتر درگیر نشخوار فکری می‌شوند (Bugay-Sökmez et al., 2023). همچنین، روان‌رنجوری بالاتر با تجربه مکرر خشم، تداوم هیجان‌های خصمانه و افزایش افکار نشخواری مرتبط است (Jamali et al., 2020). افزون بر این، افراد دارای منبع کنترل بیرونی بیشتر از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌محور استفاده می‌کنند (Chen et al., 2025). از این رو، می‌توان انتظار داشت افرادی که دارای خودارزشیابی مرکزی پایین‌تری هستند، در مواجهه با رویدادهای منفی بیشتر درگیر نشخوار خشم شوند. نشخوار خشم فرایندی است که در اثر تفکر مداوم، رویدادهای

خشم‌برانگیز را احیا می‌کند و اگرچه به طور موقت تجربه خشم را در کوتاه‌مدت کاهش می‌دهد، معمولاً در کاهش خشم بی‌اثر است و معمولاً در درازمدت نتیجه معکوس می‌دهد (Chatzimike-Levidi & Collard, 2023). بنابراین، نشخوار خشم موجب افزایش هیجانات منفی می‌شود و اجازه فرایند خشی‌سازی و چارچوب‌دهی مجدد واکنش‌های منفی به تجربیات رنجش‌آور و جایگزین‌شدن آنها با هیجانات مثبت را نمی‌دهد و در نتیجه، موجب کاهش جنبه‌های مثبت در زندگی می‌شود.

از سوی دیگر، بخشش فرایندی التیام‌بخش است که از طریق بازپس‌گیری انرژی روانی و رهاسازی نیروهای صرف‌شده برای حفظ جراحات روانی گذشته، به ارتقای سلامت روان کمک می‌کند و به فرد اجازه می‌دهد جایگاهی فراتر از ناکامی‌ها و آسیب‌های گذشته برای خود قائل شود و از طریق ایجاد فاصله شناختی با تجربه‌های آسیب‌زا، از آنها رهایی یابد و آنها را به شیوه‌ای سازگارانه‌تر بازتفسیر کند. بر اساس دیدگاه گوردون و همکاران، بخشش مستلزم بازنگری در باورهای بنیادین و بازسازی شناختی تجربه‌های آزاردهنده است (Gordon et al., 2020). این سازه بازتابی از یک خودارزشیابی مرکزی منسجم است؛ بنابراین، می‌توان گفت مؤلفه‌های خودارزشیابی مرکزی نقشی تعیین‌کننده در این فرایند ایفا می‌کنند. همان‌طور که پژوهش‌های پیشین نشان داده‌اند، تفاوت در سطح عزت‌نفس، تفاوت در توانمندی بخشش را به دنبال دارد (Elaheh et al., 2021). همچنین، سطوح بالاتر روان‌رنجوری با دشواری در مدیریت هیجان‌های منفی و کاهش تمایل به بخشش همراه است (Quan et al., 2025)؛ در حالی که خودکارآمدی بالاتر از طریق افزایش احساس کنترل و استفاده از راهبردهای سازگارانه‌تر، فرایند بخشش را تسهیل می‌کند (Collard et al., 2024). بر این اساس، می‌توان استدلال کرد افرادی که از

خودارزشیابی مرکزی بالاتری برخوردار هستند، کمتر تخلفات را به عنوان نقضی برای ارزشمندی خود تفسیر می‌کنند و در نتیجه، کمتر درگیر واکنش‌های هیجانی شدید و انگیزه‌های انتقام‌جویانه می‌شوند. افزون بر این، توانایی بیشتر در تنظیم هیجان و بازپردازش شناختی رویدادهای آسیب‌زا زمینه را برای شکل‌گیری نگرش‌های بخشاینده و افزایش بخشش خود، دیگران و موقعیت‌ها فراهم می‌کند. با این حال، نشخوار خشم با حفظ توجه فرد به آسیب، بی‌عدالتی ادراک‌شده و هیجان‌های منفی مرتبط با آن، مانع این بازسازی شناختی می‌شود. در نتیجه، افرادی که بیشتر درگیر نشخوار خشم هستند، دشواری بیشتری در رهاکردن رنجش‌ها و حرکت به سوی بخشش تجربه می‌کنند. به عبارت دیگر، نشخوار خشم توانایی فرد را در مدیریت مؤثر تعارض، برقراری تعاملات سازنده با دیگران و به ویژه گرایش به بخشش محدود می‌کند. این فرایند شناختی با افزایش تمایلات تلافی‌جویانه، می‌تواند فرایند بخشش را تضعیف یا مختل کند؛ چرا زیرا اشتغال ذهنی مداوم با افکار مزاحم مرتبط با تعارض، توان فرد را برای حل‌وفصل موقعیت‌های ناخوشایند کاهش می‌دهد (Nedeljković et al., 2023).

پژوهش حاضر همانند سایر پژوهش‌ها با محدودیت‌هایی همراه بود؛ از جمله محدودکردن ابزار پژوهش به پرسشنامه‌ها، استفاده از طرح مقطعی، عدم تعادل جنسیتی نمونه (تعدادی چشمگیر از شرکت‌کنندگان را زنان تشکیل می‌دادند) که تعمیم‌پذیری یافته‌ها به هر دو جنس را با محدودیت مواجه می‌کند، و همچنین ماهیت نمونه، یعنی داوطلبان آنلاین که ممکن است منعکس‌کننده جمعیت عمومی نباشد. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی از روش‌هایی مانند مصاحبه‌های عمیق به منظور سنجش دقیق‌تر سازه‌های خودارزشیابی مرکزی، نشخوار خشم و بخشش بهره‌گیرند. همچنین، استفاده از طرح‌های طولی

می تواند به روشن تر شدن روابط علی و پیامدهای بلندمدت خودارزشیابی مرکزی بر نشخوار خشم و بخشش کمک کند. نمونه هایی با توزیع متعادل تر جنسیتی امکان تعمیم پذیری بیشتر یافته ها و بررسی تفاوت های جنسیتی بالقوه را فراهم خواهد کرد. در نهایت، انجام پژوهش هایی با تمرکز بر شناسایی و تقویت راهبردهایی که به ارتقای سطوح خودارزشیابی مرکزی می انجامند، می تواند به توسعه مداخلات مؤثر در پیشگیری و کاهش نشخوار خشم و در نهایت، تسهیل فرایند بخشش منجر شود.

سپاسگزاری

در پایان، از تمامی افرادی که در انجام این پژوهش ما را یاری رساندند، صمیمانه تشکر و قدردانی می کنیم.

منابع

ابراهیمی، س. (۱۴۰۲). پیش بینی نشخوار و ابراز خشم بر اساس سیستم بازداری و فعال ساز رفتار با میانجی گری دشواری در نظم دهی هیجان. *مطالعات روان شناختی*، ۱۹(۴)، ۷-۲۲.

<https://doi.org/10.22051/psy.2024.45605.2887>
احمدی، ع. ا.، و حکم آبادی، م. (۱۴۰۳). روابط ساختاری نشخوار خشم و بخشایش با بهزیستی فاعلی در زنان با توجه به نقش میانجی شرم و احساس گناه. *مطالعات روان شناختی*، ۱۶(۱)، ۳۹-۵۱.

<https://sid.ir/paper/1877566/fa>
بشارت، م. ع. (۱۳۹۷). مقیاس نشخوار خشم: پرسشنامه، روش اجرا و نمره گذاری. *روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)*، ۱۵(۵۸)، ۲۱۵-۲۱۳.

<https://sid.ir/paper/523563/fa>
سرمد، ز.، حجازی، الف.، و بازگان، ع. (۱۳۹۰). روش تحقیق در علوم رفتاری. آگاه.

علی اصغری لهداربنی، ف.، و فرهادی، ه. (۱۴۰۲). اثربخشی آموزش مجازی مدیریت خشم به روش شناختی رفتاری بر نشخوار خشم، سلامت روان، تعارض کار و خانواده و روابط بین فردی. *فصلنامه علمی تخصصی طب کار*، ۱۵(۱)، ۷۸-۹۱.

<https://doi.org/10.18502/tkj.v15i1.12981>
میرز، لاورنس، اس.، گامست، گلن، و گارینو، ا. جی. (۱۳۹۱). پژوهش چندمتغیری کاربردی (طرح و تفسیر) (حسن پاشا شریفی، ولی الله فرزاد، سیمین دخت رضاخانی، حمیدرضا حسن آبادی، بلال ایزانلو و مجتبی حبیبی، مترجمان). انتشارات رشد.

میکائیلی، ن.، سلمان، ع.، و شارعی، آ. (۱۴۰۳). اثربخشی مداخله روان درمانی مثبت نگر بر سردردهای میگرنی و نشخوار خشم در دانش آموزان دختر مبتلا به میگرن. *مجله روان شناسی سلامت*، ۱۳(۵۲)، ۷-۲۲.

<https://doi.org/10.30473/hpj.2024.72184.6104>
هاشمی شیخ شبنانی، س. ا.، بشلیده، ک.، تقی پور، م.، و نیسی، ع. (۱۳۹۰). بررسی ویژگی های روان سنجی مقیاس خودارزشیابی های مرکزی. پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره، ۱(۱)، ۹۹-۱۱۸.

<https://doi.org/10.22067/ijap.v1i1.2301>

References

- Ahmadi, E., & Hokmabadi, M. (2024). Structural relationships of anger rumination and forgiveness with subjective well-being in women considering the mediating role of shame and guilt. *Journal of Clinical Psychology*, 16(1), 39-51.
<https://sid.ir/paper/1877566/fa> [In Persian]
Aliasghari Lehdarboni, F., & Farhadi, H. (2023). The effectiveness of virtual anger management training using the cognitive behavioral method on anger rumination, mental health, work-family conflict, and interpersonal relationships. *Occupational Medicine Quarterly Journal*, 15(1), 78-91.
<https://doi.org/10.18502/tkj.v15i1.12981> [In Persian]
Ariyazangane, E., Borna, M. R., & Johari Fard, R. (2022). Relation of anger rumination and self-

- as an influence on emotional distress. *Current Psychology*, 42(3), 2087-2099.
<https://doi.org/10.1007/s12144-021-01628-4>
- Ding, H., Yu, E., & Li, Y. (2022). Exploring the relationship between core self-evaluation and employee innovative behavior: The role of emotional factors. *Journal of Psychology in Africa*, 32(5), 474-479.
<https://doi.org/10.1080/14330237.2022.2120700>
- Du, G., & Wang, X. (2025). Fighting mobile phone addiction with forgiveness following interpersonal transgressions: A psychological compensation perspective. *Behavioral Sciences*, 15(9), 1209. <https://doi.org/10.3390/bs15091209>
- Ebrahimi, S. (2024). Prediction of anger rumination and expression based on behavioral inhibition and activation systems with mediation of difficulty in emotion regulation. *Journal of Psychological Studies*, 19(4), 7-22.
<https://doi.org/10.22051/psy.2024.45605.2887>
 [In Persian]
- Elaheh, F., Nor, M. M., Abbas, G. B., & Danaee, M. (2021). The role of intimacy, belonging, and self-esteem in the association between anxious, avoidant attachment and forgiveness among married Iranian women. *Education*, 6, 74-92.
<https://gaexcellence.com/ijepc/article/view/3293>
- Enright, R., Rique, J., Lustosa, R., Song, J. Y., Komoski, M. C., Batool, I., ..., & Costuna, E. (2021). Validating the Enright Forgiveness Inventory-30 (EFI-30). *European Journal of Psychological Assessment*, 38(2), 113-123.
<https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000649>
- George, M. G., & Collard, J. J. (2024). The influence of core Self-Evaluation, mindfulness, and rumination on emotional distress. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 42(4), 681-698.
<https://doi.org/10.1007/s10942-023-00536-9>
- Gordon, K. C., Amer, Z., Lenger, K. A., Brem, M. J., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2020). Forgiveness and the dark side of intimate relationships: Infidelity, intimate partner violence, and divorce. In *Handbook of forgiveness* (2nd ed.; pp. 153-163). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781351123341-15>
- Guan, J., Zhao, L., Wang, J., & Wang, S. (2024). Values and national identity of adolescents in China: the chain mediating effect of core self-evaluations and identity motivation. *National Identities*, 26(3), 267-288.
- criticism with social maladjustment with the mediating role of psychological flexibility in adolescent boys and girls. *Caspian Journal of Health Research*, 7(1), 5-14.
<https://doi.org/10.32598/CJHR.7.1.381.1>
- Besharat, M. A. (2018). Anger rumination scale: Questionnaire, administration, and scoring. *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologists*, 15(54), 213-215.
<https://sid.ir/paper/523563/fa> [In Persian]
- Bugay-Sökmez, A., Manuoglu, E., Coşkun, M., & Sümer, N. (2023). Predictors of rumination and co-rumination: the role of attachment dimensions, self-compassion and self-esteem. *Current Psychology*, 42(6), 4400-4411.
<https://doi.org/10.1007/s12144-021-01799-0>
- Chatzimike-Levidi, M. D., & Collard, J. J. (2023). An integrated model of aggression: Links between core self-evaluations, anger rumination and forgiveness. *Current Psychology*, 42, 30235-30249. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-04077-9>
- Chen, S., Wang, X., Liu, Y., Teng, Z., & Luo, Y. (2025). How does trait anger associate with aggression among Chinese college students? The role of anger rumination and locus of control. *Psychology in the Schools*, 62(4), 1217-1227.
<https://doi.org/10.1002/pits.23386>
- Cohen, J. (1992). Statistical power analysis. *Current directions in psychological science*, 1(3), 98-101.
<https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10768783>
- Collard, J. J., Chatzimike-Levidi, M. D., Cross, B. J., & Kilby, C. J. (2024). The influence of core self-evaluation, rumination, and forgiveness on the experience and expression of anger. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 42(3), 1-24.
<https://doi.org/10.1007/s10942-023-00534-x>
- Collard, J. J., & Stephens, A. N. (2025). The influence of core self-evaluation, mindful awareness, & anger rumination on forgiveness. *Cognitive Processing*, 26, 1-12.
<https://doi.org/10.1007/s10339-025-01274-9>
- Cowden, R. G. (2024). Four key areas of interpersonal forgiveness research that have developed over the last three decades: A reflection and tribute to Everett I. Worthington Jr. *Spirituality in Clinical Practice*, 11(2), 94-104.
<https://doi.org/10.1037/scp0000329>
- Cross, B. J., Collard, J. J., & Levidi, M. D. C. (2023). Core self-evaluation, rumination and forgiveness

- interpretation (H. P. Sharifi, V. Farzad, S. D. Rezakhani, H. R. Hasanabadi, B. Izanloo, & M. Habibi, Trans.). Roshd. [In Persian]
- Mikaeili, N., Salmani, A., & Sharei, A. (2025). The effectiveness of positive psychotherapy intervention on migraine headaches and anger rumination in female students with migraine. *Health Psychology, 13*(52), 7-22. <https://doi.org/10.30473/hpj.2024.72184.6104> [In Persian]
- Nedeljković, B., Dinić, B., & Tucaković, L. (2023). The dark triad and forgiveness: The mediating role of anger rumination. *Personality and Individual Differences, 215*, 112362. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112362>
- Quan, S., Kang, H., & Yang, X. (2025). Emerging adults' neuroticism links with depressive symptoms through personal belief in a just world and forgiveness. *Frontiers in Psychology, 16*, 1489371. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1489371>
- Saleem, M., & Salhotra, A. (2024). The Optimism Effect: How Core Self-Evaluation Shapes Well-Being in Punjab's Nursing Students. *Journal of Iranian Medical Council, 8*(2). <https://doi.org/10.18502/jimc.v8i2.17704>
- Sarmad, Z., Hejazi, A., & Bazargan, A. (2011). *Research methods in behavioral sciences*. Agah. [In Persian]
- Scaini, S., Forresi, B., Torres, D., Piron, R., & Giani, L. (2024). The role of anger cognitions and anger rumination in predicting externalizing and internalizing problems in adolescence. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 39*(1). <https://doi.org/10.1891/JCP-2023-0050>
- Sengupta, P., Rai, V., & Mohanty, A. (2025). Forgive and forego? Exploring interpersonal forgiveness in non-reconciled relationships among young adults. *Psychological Studies, 70*(1), 46-60. <https://doi.org/10.1007/s12646-024-00813-2>
- Skalski-Bednarz, S. B., Toussaint, L. L., Kwiatkowska, A., & Mendrek, A. (2025). Latent profile analysis of moral foundations: Emotional and decisional forgiveness approaches to models of morality. *International Journal of Psychology, 60*(2), e70009. <https://doi.org/10.1002/ijop.70009>
- Stănescu, D. F., & Romașcanu, M. C. (2025). Neuroticism and artificial intelligence anxiety: The mediating role of core self-evaluation. *European Journal of Sustainable Development, 15*(1), 145. <https://doi.org/10.1080/14608944.2024.2305379>
- Hashemi Sheikh Shabani, S. E., Beshlideh, K., Taghipour, M., & Nisi, A. (2011). Psychometric properties of the Core Self-Evaluations Scale. *Journal of Clinical Psychology and Counseling, 1*(1), 99-118. <https://doi.org/10.22067/ijap.v1i1.2301> [In Persian]
- Hoe, S. L. (2008). Issues and procedures in adopting structural equation modelling technique. *Journal of Quantitative Methods, 3*(1), 76-83. https://ink.library.smu.edu.sg/sis_research/5168
- Hou, Y., Li, X., & Xia, L. X. (2024). Common mechanisms underlying the effect of angry rumination on reactive and proactive aggression: A moderated mediation model. *Journal of Interpersonal Violence, 39*(5-6), 1035-1057. <https://doi.org/10.1177/08862605231201819>
- Hong, S., & Wang, Z. (2024). Understanding the impact of expertise on compassion fatigue in counseling via core self-evaluation and resilience. *Scientific Reports, 14*(1), 22607. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-73666-4>
- Jamali, S. S., Lahooti, S., & Aganj, N. (2020). The mediating role of alexithymia in the relationship between differentiation, neuroticism and anger rumination with marital burnout in women. *Psychology of Woman Journal, 1*(2), 40-52. <https://doi.org/10.61838/kman.pwj.1.2.4>
- Jiang, H., Jin, Y., & Yang, Q. (2025). Traditional bullying victimization and cyberbullying perpetration: The role of anger rumination and self-control. *Psychology Research and Behavior Management, 8*77-886. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S507510>
- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E., & Thoresen, C. J. (2003). The core self-evaluations scale: Development of a measure. *Personnel Psychology, 56*(2), 303-331. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2003.tb00152.x>
- Kalita, K. & Vimala, A.M. (2023). Anger rumination, mindfulness and forgiveness among young adults. *International Journal of Indian Psychology, 11*(3), 900-906. <https://ijip.in/articles/anger-rumination-mindfulness-and-forgiveness-among-young-adults/>
- Lee, Y. R., & Enright, R. D. (2019). A meta-analysis of the association between forgiveness of others and physical health. *Psychology & Health, 34*(5), 626-643. <https://doi.org/10.1080/08870446.2018.1554185>
- Meyers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2012). *Applied multivariate research: Design and*

- mediation model involving basic psychological needs and core self-evaluations. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1597798.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1597798>
- Watkins, E. R., & Roberts, H. (2020). Reflecting on rumination: Consequences, causes, mechanisms and treatment of rumination. *Behavior Research and Therapy*, 127, 103573.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2020.103573>
- Yudes, C., Chamizo-Nieto, M. T., Peláez-Fernández, M. A., & Extremera, N. (2025). Core self-evaluations and perceived classmate support: Independent predictors of psychological adjustment. *Scandinavian Journal of Psychology*, 66(1), 150-157.
<https://doi.org/10.1111/sjop.13072>
- Zhai, C., & Öztürk, İ. (2025). The path to driving aggression and crash risk: The role of metacognition and anger rumination in anger expression among Chinese drivers. *Aggressive Behavior*, 51(4), e70041.
<https://doi.org/10.1002/ab.70041>
- <https://doi.org/10.14207/ejsd.2026.v15n1p145>
- Sukhodolsky, D. G., Golub, A., & Cromwell, E. N. (2001). Development and validation of the anger rumination scale. *Personality and Individual Differences*, 31(5), 689-700.
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00171-9](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00171-9)
- Thompson, L. Y., & Snyder, C. R. (2019). Forgiveness. In M. W. Gallagher & S. J. Lopez (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (2nd ed., pp. 285–303). American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/0000138-018>
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ..., & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313-360.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Tian, X., Gu, L. Q., Zhang, M. Y., Gu, F. R., Zhang, Y. L., Wang, W. J., ..., & Ma, X. R. (2025). The impact of family environment on social avoidance in adolescents with depressive disorders: a chain