

رابطه احساس تنهایی و ویژگی‌های شخصیت و نشخوار فکری با افکار خودکشی در نوجوانان دختر

تاریخ ارسال: ۱۴۰۴/۰۹/۱۷

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۰۱/۰۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۱/۰۷

تاریخ چاپ اولیه: ۱۴۰۵/۰۲/۱۲

تاریخ چاپ نهایی: ۱۴۰۵/۰۵/۰۱

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه احساس تنهایی و ویژگی‌های شخصیت و نشخوار فکری با افکار خودکشی در نوجوانان دختر شهر کرج انجام شد. این مطالعه از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم در مدارس الزهراء، حجاب و راضیه در منطقه ۱ شهر کرج در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، ۱۶۸ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه افکار خودکشی بک (۱۹۷۴)، پرسشنامه احساس تنهایی راسل (۱۹۸۰)، پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی هگزاکو (۲۰۰۰) و پرسشنامه نشخوار فکری هوکسما و مارو (۱۹۹۱) بود. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیره همزمان تحلیل شدند. نتایج نشان داد که بین احساس تنهایی ($p < 0/01$)، عامل شخصیتی هیجان‌پذیری بالا ($p < 0/05$) و نشخوار فکری ($p < 0/01$) با افکار خودکشی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین بین ویژگی‌های برون‌گرایی، بازبودن به تجربه‌ها، توافق‌پذیری و باوجدان بودن با افکار خودکشی رابطه منفی و معنادار ($p < 0/01$) مشاهده شد. نتایج رگرسیون نشان داد که متغیرهای احساس تنهایی، ویژگی‌های شخصیت و نشخوار فکری توانستند در مجموع حدود ۳۸ درصد ($R^2 = 0/388$) از واریانس افکار خودکشی را پیش‌بینی کنند. احساس تنهایی، ویژگی شخصیتی هیجان‌پذیری و نشخوار فکری نقش مؤثری در شکل‌گیری افکار خودکشی در نوجوانان دختر دارند؛ بنابراین توجه به این عوامل در پیشگیری و مداخلات درمانی ضروری است.

کلیدواژگان: احساس تنهایی، افکار خودکشی، [نشخوار] فکری، ویژگی‌های شخصیتی.

HEALTH PSYCHOLOGY AND
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری

سارا محمودخانی^{*۱}

۱. گروه روانشناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول:

Sara.mahmoudkhani1995@gmail.com

شیوه استناددهی: محمودخانی، سارا. (۱۴۰۵). رابطه احساس تنهایی و ویژگی‌های شخصیت و نشخوار فکری با افکار خودکشی در نوجوانان دختر. *روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری*، ۳(۳)، ۱۸-۰۱.



The Relationship Between Loneliness and Personality Traits and Rumination with Suicidal Thoughts in Adolescent Girls

Submit Date:
2025-12-08

Revise Date:
2026-03-22

Accept Date:
2026-03-27

Initial Publish Date:
2026-05-02

Final Publish Date:
2026-07-23

Abstract

The present study aimed to investigate the relationship between loneliness, personality traits, and rumination with suicidal thoughts in adolescent girls in Karaj. This was a descriptive-correlational study. The statistical population included all female high school students in Alzahra, Hejab, and Razieh schools in District 1 of Karaj during the 2022-2023 academic year. A sample of 168 students was selected using convenience sampling. The research instruments included Beck Scale for Suicidal Ideation (1974), Russell's Loneliness Questionnaire (1980), HEXACO Personality Inventory (2000), and Nolen-Hoeksema & Morrow's Rumination Questionnaire (1991). Data were analyzed using Pearson correlation coefficient and simultaneous multiple regression analysis. The results indicated a significant positive relationship between loneliness ($p < 0.01$), high emotionality personality factor ($p < 0.05$), and rumination ($p < 0.01$) with suicidal thoughts. Moreover, a significant negative relationship was found between extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness with suicidal thoughts ($p < 0.01$). Regression analysis showed that loneliness, personality traits, and rumination altogether predicted approximately 38% ($R^2 = 0.388$) of the variance in suicidal thoughts. Loneliness, emotionality personality trait, and rumination play an effective role in the formation of suicidal thoughts in adolescent girls; therefore, considering these factors is essential for prevention and therapeutic interventions.

Keywords: Loneliness, suicidal thoughts, rumination, personality traits.

HEALTH PSYCHOLOGY AND
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری

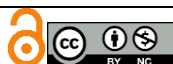


Sara Mahmoudkhani^{1*}

1. Department of Psychology, CT.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

*Corresponding Author's Email:
Sara.mahmoudkhani1995@gmail.com

How to cite: Mahmoudkhani, S. (2026). The Relationship Between Loneliness and Personality Traits and Rumination with Suicidal Thoughts in Adolescent Girls. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 4(3), 1-18.



دوره نوجوانی یکی از حساس‌ترین و پرچالش‌ترین مراحل رشد انسان است که با تغییرات گسترده جسمی، شناختی، هیجانی و اجتماعی همراه است. این دوران گذار، نوجوانان را در معرض تجربه‌های جدیدی قرار می‌دهد که نیازمند سازگاری و مدیریت هیجانات پیچیده است. از منظر روان‌شناختی و تربیتی، سلامت روان نوجوانان همواره یکی از دغدغه‌های اصلی خانواده‌ها، مربیان و سیستم‌های بهداشتی بوده است (Hallahan & Kauffman, 2022). درک پیچیدگی‌های این دوره و فراهم آوردن بستر مناسب برای رشد روانی سالم، از ارکان اساسی در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و روانی به شمار می‌رود (Thompson & Douglas, 2024). با این حال، بسیاری از نوجوانان در مواجهه با فشارهای ناشی از بلوغ، انتظارات تحصیلی، تغییرات در روابط با همسالان و خانواده، دچار بحران‌های هویتی و هیجانی می‌شوند که می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلات جدی در بهداشت روان آن‌ها شود. بروز ناهنجاری‌های رفتاری و تمایل به رفتارهای پرخطر در این سنین، به طور فزاینده‌ای به عنوان یک مشکل بهداشت عمومی در سراسر جهان شناخته شده است (Zarei et al., 2020). عواملی نظیر استرس‌های محیطی، ضعف در مهارت‌های مقابله‌ای و باورهای ناکارآمد می‌توانند به شدت نوجوانان را در معرض آسیب‌های نوپدید اجتماعی قرار دهند (Mohammadeini & Fayyaz, 2016). علاوه بر این، ناتوانی در تنظیم هیجانات و مدیریت خشم، از جمله عواملی است که می‌تواند تمایل به رفتارهای پرخطر را در جوانان و نوجوانان افزایش دهد (Maleki et al., 2019). در مدارس، بروز این آسیب‌های اجتماعی و روانی می‌تواند عملکرد تحصیلی و ارتباطی دانش‌آموزان را به شدت تحت‌الشعاع قرار دهد (Norouzi Poreshkough et al., 2016).

یکی از جدی‌ترین و نگران‌کننده‌ترین پیامدهای مشکلات بهداشت روان در دوره نوجوانی، پدیده افکار خودکشی و رفتارهای مرتبط با آن است. افکار خودکشی طیف گسترده‌ای از افکار گذرا درباره مرگ تا برنامه‌ریزی‌های دقیق برای پایان دادن به زندگی را در بر می‌گیرد و به عنوان یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های اقدام به خودکشی شناخته می‌شود. آمارهای اخیر نشان می‌دهد که میزان شیوع افکار خودکشی در میان دانش‌آموزان دبیرستانی در سال‌های اخیر به طرز نگران‌کننده‌ای افزایش یافته است (Verlenden, 2024). سلامت روان ضعیف، عدم برخورداری از حمایت‌های اجتماعی کافی، افت تحصیلی و درگیری با اختلالات خلقی از جمله عواملی هستند که می‌توانند خطر بروز این افکار را تشدید کنند. از سوی دیگر، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که متغیرهای مثبتی نظیر شادکامی، عزت‌نفس و بهزیستی معنوی می‌توانند به عنوان عوامل محافظتی در برابر شکل‌گیری افکار خودکشی عمل کنند و تاب‌آوری نوجوانان را ارتقا بخشند (Mikaeili & Samadifard, 2019). با این حال، زمانی که نوجوانان با اختلالات روانی زمینه‌ای نظیر اختلال شخصیت مرزی یا افسردگی اساسی دست‌وپنجه نرم می‌کنند، مدیریت هیجانات منفی نظیر شرم، خشم و انتقاد از خود به شدت دشوار شده و خطر بروز خودآزاری بدون قصد خودکشی و در نهایت افکار خودکشی افزایش می‌یابد (Weatherford et al., 2024). مداخلات روان‌شناختی نوین، از جمله درمان مبتنی بر پذیرش و پابندگی (ACT)، با هدف قرار دادن سطوح انتقاد از خود و بهبود انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، نقش مؤثری در کاهش افکار خودکشی در نوجوانان دارای سابقه خودآزاری ایفا کرده‌اند (Parsa et al., 2023).

در تبیین علل شکل‌گیری افکار خودکشی، نقش احساس تنهایی به عنوان یکی از دردناک‌ترین تجربیات بشری، بسیار پررنگ است. احساس تنهایی یک تجربه ذهنی ناخوشایند است که از شکاف بین روابط اجتماعی مطلوب و واقعی فرد نشأت می‌گیرد و لزوماً به معنای انزوای فیزیکی نیست. مطالعات مقطعی و طولی متعددی ارتباط قوی بین احساس تنهایی و رفتارهای خودکشی‌گرایانه را در میان نوجوانان تأیید کرده‌اند (Lee & Lee, 2026). تنهایی می‌تواند به عنوان یک عامل خطر مستقل، منجر به ناامیدی و احساس طردشدگی شود که هر دو از مؤلفه‌های کلیدی در نظریه‌های روان‌شناختی خودکشی هستند. همچنین، تحقیقات نشان داده‌اند که احساس تنهایی می‌تواند در تعامل با سبک‌های فرزندپروری درک شده توسط نوجوان، افکار خودکشی را پیش‌بینی کند (Hamid & Dasht Bozorgi, 2025). در عصر دیجیتال، گسترش استفاده از شبکه‌های اجتماعی و بازی‌های آنلاین اگرچه به ظاهر ارتباطات را تسهیل کرده است، اما اعتماد به این فضاها می‌تواند با افزایش احساس تنهایی، به طور غیرمستقیم خطر بروز افکار خودکشی را تشدید کند (Koçak et al., 2025). علاوه بر این، نوجوانانی که از اعتماد

به اینترنت رنج می‌برند، اغلب در مهارت‌های ارتباطی چهره‌به‌چهره دچار ضعف بوده و احساس تنهایی عمیقی را تجربه می‌کنند که این امر مستقیماً با افزایش ایده‌پردازی خودکشی در آن‌ها مرتبط است (Khatcherian et al., 2022). احساس تنهایی نه تنها بر سلامت روان تأثیر می‌گذارد، بلکه می‌تواند در یک چرخه معیوب با بیماری‌های متابولیک و جسمی نیز در ارتباط باشد و کیفیت زندگی فرد را به طور کلی کاهش دهد (Ahmed et al., 2023). مداخلات مبتنی بر امیددرمانی گروهی نشان داده‌اند که می‌توانند با افزایش خودکارآمدی، احساس تنهایی و افسردگی را در میان دانش‌آموزان دختر کاهش دهند (Moayedghaedi & Ghorbanshiroudi, 2016). جالب توجه است که احساس تنهایی و اضطراب مرگ محدود به دوره نوجوانی نبوده و در دوران سالمندی نیز به شدت تحت تأثیر جهت‌گیری‌های خوش‌بینانه یا بدبینانه به زندگی قرار دارد (Moradi & Shariatmadari, 2016). همچنین در بررسی مسیرهای روان‌شناختی، مشخص شده است که احساس تنهایی می‌تواند به عنوان یک میانجی در رابطه بین بی‌لذتی (آنهدونیا) و افکار خودکشی عمل کند و هوش هیجانی قادر است این مسیر را تعدیل نماید (Lee & Bae, 2025).

ویژگی‌های شخصیتی نیز از دیگر عوامل بنیادین در تعیین میزان آسیب‌پذیری یا تاب‌آوری افراد در برابر استرس‌های زندگی و متعاقباً شکل‌گیری افکار خودکشی محسوب می‌شوند. شخصیت، الگوی نسبتاً پایداری از تفکر، احساس و رفتار است که نحوه تعامل فرد با محیط را مشخص می‌کند. تحقیقات نشان داده‌اند که ویژگی‌های شخصیتی تاریک شامل خودشیفتگی، ماکیاولیسم و سایکوپاتی، همراه با تجربیات ناگوار دوران کودکی و سبک‌های دلبستگی ناایمن، می‌توانند در قالب مدل‌های معادلات ساختاری، پیش‌بینی‌کننده قوی برای افکار خودکشی باشند (Azizi et al., 2022). در این میان، خودشیفتگی به ویژه زمانی که با تجربه شرم همراه می‌شود، می‌تواند به عنوان یک مکانیسم جبرانی ناکارآمد، نوجوان را به سمت افکار خودکشی سوق دهد (Basreh & Mami, 2022). همچنین در دانشجویان و دانش‌آموزان دارای علائم افسردگی، ترکیب صفات تاریک شخصیت و نقص در همدلی عاطفی، خطر ایده‌پردازی خودکشی را به طور معناداری افزایش می‌دهد (Mir Khan, 2024). تفاوت‌های فردی در ویژگی‌های شخصیتی به حدی تعیین‌کننده است که مقایسه آن در میان گروه‌های مختلف (مانند جوانان شاغل و بیکار) نشان می‌دهد که صفات شخصیتی می‌توانند نقش محافظتی یا تسهیل‌گر در بروز افکار خودکشی ایفا کنند (Shahmohammadi, 2016). در نوجوانان مبتلا به اختلال شخصیت مرزی که با بی‌ثباتی هیجانی و تکانشگری مشخص می‌شوند، آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان تأثیر بسزایی در کاهش افکار خودکشی دارد (Jafari, 2024). علاوه بر ویژگی‌های پاتولوژیک، نقش عزت‌نفس آشکار و پنهان نیز در پیش‌بینی علائم افسردگی، احساس تنهایی و افکار خودکشی حائز اهمیت است؛ به طوری که عزت‌نفس پایین به عنوان یک متغیر شخصیتی، فرد را در برابر فشارهای روانی خلع سلاح می‌کند (Maleki, 2018).

در کنار احساس تنهایی و ویژگی‌های شخصیتی، «نشخوار فکری» به عنوان یک فرآیند شناختی ناسازگار، نقش کاتالیزور را در تشدید افکار منفی و سوق دادن فرد به سوی خودکشی ایفا می‌کند. نشخوار فکری به معنای تفکر مکرر، منفعلانه و مزاحم درباره علل، پیامدها و علائم پریشانی هیجانی است بدون آنکه فرد اقدام مؤثری برای حل مسئله انجام دهد. مطالعات گسترده نشان داده‌اند که نشخوار فکری و نقص در تنظیم هیجانات، ارتباط تنگاتنگی با رفتارهای خودآزاری بدون قصد خودکشی (NSSI) در نوجوانان افسرده دارند (He et al., 2025). در دانشجویان مبتلا به بی‌خوابی، نشخوار فکری به عنوان یک متغیر میانجی، نقش مهمی در ارتباط بین کیفیت پایین خواب و رفتارهای خودآسیب‌رسان ایفا می‌کند (Wang, 2024). همچنین، در بررسی تأثیر تروماهای دوران کودکی بر خودآزاری و افکار خودکشی، نقش میانجی‌گری زنجیره‌ای ناگویی خلقی (آلکسی تیمیا) و نشخوار فکری به وضوح تأیید شده است (Wang & Sun, 2024). سوءرفتارهای دوران کودکی می‌تواند از طریق تأثیر بر دلبستگی والد-فرزندی و افزایش نشخوار فکری مشترک (Co-rumination) منفی، زمینه‌ساز بروز آسیب‌های روان‌شناختی جدی در دوران جوانی شود (Zheng et al., 2025). علاوه بر این، در زمینه قلدری سایبری، نشخوار فکری می‌تواند به عنوان یک متغیر میانجی، تأثیرات مخرب قربانی شدن در فضای مجازی را بر رفتارهای خودآسیب‌رسان تشدید کند، در حالی که تاب‌آوری به عنوان یک تعدیل‌کننده از شدت این اثر می‌کاهد (Liu et al., 2025). تفکر نشخوارگرایانه نه تنها علائم افسردگی را تشدید می‌کند، بلکه می‌تواند

زمینه‌ساز گرایش به مصرف الکل و انگیزه نوشیدن در دانشجویان به منظور فرار از افکار آزاردهنده شود (Bravo et al., 2018). در تبیین مدل‌های علی آمادگی برای اعتیاد، متغیرهایی نظیر اضطراب، نشخوار فکری، غفلت و روابط نامطلوب با همسالان به شدت اثرگذار بوده‌اند (Chamani & Sajjadian, 2019). نشخوار فکری به همراه نگرانی فراگیر (Meta-worry) و انعطاف‌پذیری شناختی پایین، با علائم طیف اختلالات وسواسی-اجباری نیز ارتباط دارد که خود نشان‌دهنده ماهیت مخرب این سبک تفکر در طیف وسیعی از اختلالات روانی است (Alikhani & Amirimajd, 2019). همچنین، نشخوار فکری و پایین بودن سرسختی روان‌شناختی، خطرپذیری دانش‌آموزان را برای درگیر شدن در رفتارهای ناهنجار افزایش می‌دهد (Rahbarian et al., 2020). در مقایسه با سایر مکانیسم‌های ناسازگار نظیر اجتناب تجربه‌ای، نشخوار فکری به عنوان یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های بسیار قوی برای تداوم علائم افسردگی شناخته می‌شود (Schut & Boelen, 2017). مدل‌های علی نشان می‌دهند که نشخوار فکری خود تحت تأثیر متغیرهای مثبت و منفی روان‌شناختی شکل می‌گیرد و نیازمند مداخلات هدفمند شناختی برای اصلاح است (Shahhosseini & Manavipour, 2016).

با توجه به مطالب بیان شده، دوران نوجوانی به ویژه در دختران، با چالش‌های هیجانی و اجتماعی فراوانی همراه است که نیازمند توجه ویژه است. شیوع روزافزون افکار خودکشی در میان نوجوانان و پیامدهای جبران‌ناپذیر آن، ضرورت انجام پژوهش‌های جامع و چندبعدی را برای شناسایی عوامل خطر و مکانیسم‌های زیربنایی این پدیده دوچندان می‌کند. اگرچه در مطالعات پیشین نقش تک‌تک عواملی چون احساس تنهایی، ویژگی‌های شخصیتی و نشخوار فکری در بروز مشکلات روان‌شناختی مورد بررسی قرار گرفته است، اما بررسی همزمان این متغیرها در یک مدل منسجم و در جامعه آماری دانش‌آموزان دختر ایرانی، می‌تواند شکاف‌های تحقیقاتی موجود را پر کرده و چشم‌انداز روشن‌تری برای تدوین پروتکل‌های پیشگیرانه و درمانی در مدارس فراهم آورد. درک چگونگی تعامل احساس انزوای اجتماعی با ساختار شخصیتی فرد و سبک‌های تفکر تکرارشونده و منفی، برای متخصصان بهداشت روان و مشاوران مدارس بسیار حیاتی است. از این رو، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه احساس تنهایی و ویژگی‌های شخصیت و نشخوار فکری با افکار خودکشی در نوجوانان دختر شهر کرج انجام شد.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر توصیفی (غیر آزمایشی) از نوع پژوهش‌های همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش را دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم منطقه ۱ شهر کرج تشکیل دادند که در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ مشغول به تحصیل بودند. با توجه به فرمول نمونه‌گیری پلنت ۱۸۰ نفر از دانش‌آموزان دختر که قادر و مایل به شرکت در پژوهش بودند به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و مورد مطالعه قرار گرفتند. ملاحظات اخلاقی شامل: دانش‌آموزان آزاد بودند نام و مشخصات خود را یادداشت نموده و یا از نوشتن خودداری نمایند. تفسیر نتایج نیز به صورت کاملاً خصوصی صورت گرفت و از ذکر نام دانش‌آموزان به هر دلیلی خودداری گردید ولی در پایان کار می‌توان نتایج را به صورت خصوصی در صورت تمایل گروه نمونه در اختیار آن‌ها قرار داد.

پرسشنامه افکار خودکشی یک: مقیاس افکار خودکشی یک ابزار خودسنجی ۱۹ سؤالی می‌باشد. که توسط یک در سال ۱۹۷۴ ساخته شده است. این پرسشنامه به منظور آشکارسازی و اندازه‌گیری شدت نگرش‌ها، رفتارها و طرح ریزی برای ارتکاب به خودکشی در طی هفته گذشته تهیه شده است. مقیاس بر اساس طیف لیکرت ۳ درجه‌ای از ۰ تا ۲ تنظیم شده است. نمره کلی فرد بر اساس جمع نمرات محاسبه می‌شود که از ۰ تا ۳۸ قرار دارد. در مقیاس یک برای شناسایی میزان افکار خودکشی فرم خاصی تهیه نشده است ولیکن از نظر محتوای سؤالات می‌توان خطر خودکشی را به شرح زیر تعیین کرد. (۵-۰) = داشتن افکار خودکشی^۱ (۶-۱۹) = آمادگی جهت خودکشی^۲ (۲۰-۳۸) = قصد اقدام به خودکشی^۳. با استفاده از روش آلفای کرونباخ ضرائب ۰/۸۷ تا ۰/۹۷ و با استفاده از روش آزمون - بازآزمون پایایی آزمون ۰/۵۴

1. low risk
2. high risk
3. very high risk

به دست آمده است. انیسی، فتحی‌آشتیانی، سلیمی، احمدی‌نوده (۱۳۸۴) پرسشنامه را ترجمه کردند و در پژوهش بر روی ۱۰۰ نفر آزمودنی مذکر با دامه سنی ۱۹ تا ۲۸ سال که به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب شده بودند، اعتبار و روایی مقیاس افکار خودکشی بک را مورد ارزیابی قرار دادند. نتایج به دست آمده نشان داد که مقیاس بک با مقیاس افسردگی آزمون گلدبرگ ۰/۷۶ همبستگی داشت، همچنین اعتبار مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۵ و از روش دو نیمه ۰/۷۵ به دست آمد (انیسی و همکاران، ۱۳۸۴). آلفای کرونباخ بدست آمده برای این پرسشنامه در این پژوهش ۰/۹۱ بدست آمد.

پرسشنامه احساس تنهایی: پرسشنامه احساس تنهایی (نسخه سوم) به عنوان اولین آزمون احساس تنهایی در سال ۱۹۸۰ توسط راسل، پیلا و کورتونا^۱ در دانشگاه کالیفرنیا ساخته شد. این مقیاس شامل ۲۰ گویه است. با استفاده از مقیاس نمره‌گذاری ۴ درجه‌ای لیکرت از ۱ (هرگز) تا ۴ (اغلب)، نارضایتی افراد از روابط اجتماعی را در دو بعد فقدان روابط صمیمانه و فقدان شبکه اجتماعی می‌سنجد. بدین ترتیب دامنه نمره گسب شده در این مقیاس بین ۲۰ تا ۸۰ قرار دارد. راسل و همکاران (۱۹۸۰) ضریب همسانی درونی این ابزار را ۰/۹۴ گزارش کردند. با توجه به این که مقادیر آلفای کرونباخ در تمامی موارد مساوی یا بیش از ۰/۸۰ است آزمون از اعتبار بالایی برخوردار است. در پژوهش داورپناه (۱۳۸۳) ضریب همسانی درونی برابر با ۰/۷۸ به دست آمده است. روایی همزمان این پرسشنامه نیز با بهره‌گیری از ارزیابی دوستان و افراد درباره احساس تنهایی آنان ۰/۵۵ محاسبه شد و برای بررسی روایی صوری آن نیز از ۱۲ کارشناس نظر خواهی شده است که همگی آن‌ها توان سنجش احساس تنهایی را توسط این آزمون تایید کردند (بحیرایی، ۱۳۸۵). پژوهش‌های انجام شده با این مقیاس حکایت از روایی و اعتبار مناسب مقیاس دارد؛ به عنوان مثال اعتبار مقیاس احساس تنهایی در پژوهش ولیمالای ۰/۸۸ به دست آمد. در پژوهشی که حسین چاری و خیر (۱۳۸۱) در ایران با هدف بررسی روایی و اعتبار مقیاس احساس تنهایی ۴۴ ماده‌ای به روی ۳۶۹ دانش‌آموز (۱۸۶ دختر و ۱۸۳ پسر) مقطع راهنمایی تحصیلی انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که مقیاس مورد بحث از روایی و اعتبار قابل قبولی برخوردار می‌باشد (بحیرایی، ۱۳۸۵). همسانی درونی مقیاس در پژوهش رضایی و همکاران (۱۳۹۲) ۰/۸۱ به دست آمد. اعتبار مقیاس احساس تنهایی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد. نتایج نشان داد که اعتبار مقیاس احساس تنهایی برای کل مقیاس ۰/۸۴، برای خرده مقیاس احساس تنهایی عاطفی ۰/۸۲، و برای خرده مقیاس احساس تنهایی اجتماعی نیز ۰/۷۱ به دست آمد که رضایت بخش می‌باشند (رضایی و همکاران، ۱۳۹۲). آلفای کرونباخ بدست آمده این پرسشنامه در این پژوهش ۰/۹۳ بدست آمد.

پرسشنامه ویژگی شخصیتی هگزاکو: این پرسشنامه دارای ۶۰ سؤال است، شش بعد شخصیتی مدل یعنی صداقت - تواضع، هیجان‌پذیری، برون‌گرایی، توافق، وظیفه‌شناسی و باز بودن به تجربه را می‌سنجد. پرسشنامه توسط اشتون و لی (۲۰۰۰) ساخته شده است و نمره‌گذاری آن به صورت طیف لیکرتی با دامنه نمرات بین ۱ تا ۵ است. در مطالعه اشتون و لی^۲ (۲۰۰۱) آلفای کرونباخ برای ابعاد صداقت - تواضع ۰/۹۲، هیجان‌پذیری ۰/۹۰، برون‌گرایی ۰/۹۲، توافق ۰/۸۹، وظیفه‌شناسی ۰/۸۹ و باز بودن به تجربه ۰/۹۰ به دست آمد. در تحقیق بشیری و همکاران (۱۳۸۹) برای جامعه ایرانی از فرم کوتاه شده ۶۰ سؤالی استفاده شده و آلفای کرونباخ برای صداقت - تواضع ۰/۸۰، هیجان‌پذیری ۰/۷۴، برون‌گرایی ۰/۸۱، توافق ۰/۷۳، وظیفه‌شناسی ۰/۷۱ و باز بودن به تجربه ۰/۷۶ به دست آمد.

پرسشنامه نشخوار فکری: پرسشنامه نشخوار فکری توسط هوکسما و مارو در سال (۱۹۹۱) برای سنجش نشخوار فکری طراحی و تدوین شده است. پرسشنامه از دو مقیاس پاسخ‌های نشخواری و مقیاس پاسخ‌های منحرف کننده حواس تشکیل شده است. این پرسشنامه دارای ۲۲ سؤال می‌باشد و بر اساس طیف چهار گزینه‌ای لیکرت با سوالاتی مانند (سعی می‌کنید شخصیت خود را بررسی کنید تا بفهمید که چرا افسرده‌اید) به سنجش نشخوار فکری می‌پردازد. این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۴ گزینه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. به این صورت که هرگز = ۱، گاهی اوقات = ۲، اغلب اوقات = ۳، همیشه = ۴ می‌باشد. مؤلفه‌های پرسشنامه عبارتند از: بروز داد یا بازتاب؛ ۷-۱۱-۱۲-۲۰-۲۱؛ در فکر

1. Russell

2. Ashton, & Lee

3. Reflection

فرو رفتن؛ ۵-۱۰-۱۳-۱۵-۱۶؛ افسردگی؛ ۱-۴-۶-۸-۹-۱۴-۱۷-۱۸-۱۹-۲۲. نمره‌های به دست آمده را جمع کرده و نمره کل محاسبه می‌شود. بدین ترتیب که پایین‌ترین نمره = ۲۲، حد متوسط نمرات = ۵۵ و حد بالای نمرات = ۸۸ می‌باشد. نمره بین ۲۲ تا ۳۳: میزان نشخواری فکری پایین است. نمره بین ۳۳ تا ۵۵: میزان نشخواری فکری متوسط است. نمره بالاتر از ۵۵: میزان نشخواری فکری بالا است. بر پایه شواهد تجربی، مقیاس پاسخ‌های نشخواری، پایایی درونی بالایی دارد. ضریب آلفای کرونباخ در دامنه‌ای از ۰,۸۸ تا ۰,۹۲ قرار دارد. پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهند همبستگی باز آزمایشی برای پرسشنامه، ۰,۶۷ است. در ایران توسط شاه‌حسینی و معنوی‌پور (۱۳۹۵) بر روی دانشجویان دانشگاه آزاد اجرا شد. برای تعیین روانی مقیاس سبک پاسخ‌دهی نشخواری از روش تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس استفاده شد. ضریب آلفای کرونباخ ۰,۸۵ گزارش شده است.

تحلیل داده‌ها به کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ و در دو سطح آمار توصیفی (شاخص مرکزی، شاخص پراکندگی، جهت بررسی طبیعی بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف) و آمار استنباطی (روش ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیره) صورت پذیرفت.

یافته‌ها

در این پژوهش، از روش‌های آماری در دو سطح توصیفی و استنباطی استفاده می‌شود. ۱۲ پرسشنامه به دلیل مخدوش بودن کنار گذاشته شد. با توجه به جدول ۱ توزیع درصد و فراوانی پاسخ دهندگان مشخص شده است.

جدول ۱: توزیع درصد و فراوانی مقطع تحصیلی پاسخ دهندگان

متغیر تحصیلات	شاخص فراوانی	درصد
دهم	۶۷	۳۹,۹٪
یازدهم	۵۶	۳۳,۳٪
دوازدهم	۴۵	۲۶,۸٪
جمع کل	۱۶۸	۱۰۰

مطابق جدول ۱ مشاهده شد که ۶۷ نفر (۳۹,۹) درصد از افراد نمونه پایه دهم و ۵۶ نفر (۳۳,۳) از افراد نمونه پایه یازدهم و ۴۵ نفر (۲۶,۸) از افراد نمونه پایه دوازدهم بودند. با توجه به جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش مشاهده می‌شود.

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش (N=۱۶۸)

عامل کلی	زیر مقیاس‌ها	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
افکار خودکشی	-----	۲۰,۵۲	۷,۰۳	-۰,۱۶	-۰,۴۰
احساس تنهایی	-----	۱۵,۸۴	۳۱,۶۸	-۰,۶۰	۰,۶۷
نشخوار فکری	-----	۴۸,۴۸	۷,۷۰	۱,۱۸	۰,۲۳
ویژگی‌های شخصیت	صداقت - تواضع	۱۲,۱۵	۲,۹۱	-۰,۳۱	۰,۱۶
	برون‌گرایی	۱۲,۶۵	۲,۵۸	-۰,۳۷	۰,۵۹
	باز بودن به تجربه‌ها و اندیشه‌ها	۱۵,۴۲	۳,۲۹	۰,۷۰	-۰,۰۱
	توافق پذیری	۱۴,۹۷	۴,۱۷	-۰,۱۴	-۰,۲۹
	با وجدان بودن	۱۵,۳۷	۴,۱۹	۰,۴۰	-۰,۳۳
هیجان پذیری	۱۴,۱۵	۳,۹۱	-۰,۳۲	-۰,۱۲	

1. Brooding

2. Depression -Related

همان‌طور که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود میانگین گروه نمونه در متغیر افکار خودکشی (۲۰,۵۲)، در متغیر احساس تنهایی (۱۵,۸۴)، در متغیر نشخوار فکری (۴۸,۴۸) و در متغیر ویژگی‌های شخصیت (صداقت - تواضع: ۱۲,۱۵؛ برون‌گرایی: ۱۲,۶۵؛ باز بودن به تجربه‌ها و اندیشه‌ها: ۱۵,۴۲؛ توافق پذیری: ۱۴,۹۷؛ با وجدان بودن: ۱۵,۳۷؛ هیجان پذیری: ۱۴,۱۵) بدست آمد.

جهت بررسی نرمال بودن توزیع فراوانی هر یک از موارد محاسبه شده از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد.

جدول ۳: نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	کولموگروف-اسمیرنوف	معناداری (P)
افکار خودکشی	۱,۰۷	۰,۱۹
احساس تنهایی	۱,۵۳	۱,۱۸
هیجان پذیری	۱,۷۲	۰,۹۲
برون‌گرایی	۰,۵۴	۰,۵۲
باز بودن به تجربه‌ها و اندیشه‌ها	۰,۹۷	۰,۲۹
توافق پذیری	۰,۸۹	۰,۳۹
با وجدان بودن	۰,۹۰	۰,۳۸
صداقت - تواضع	۰,۸۱	۰,۳۲
نشخوار فکری	۰,۷۸	۰,۳۲

همان‌طور که مشاهده می‌گردد با توجه به معنی‌دار نبودن مقدار F و نیز سطح معنی‌داری بالاتر از $P > 0.05$ داده‌های متغیرهای حاضر نرمال هستند. لذا می‌توان از آزمون‌های پارامتریک مناسب برای تحلیل داده‌ها استفاده کرد.

به منظور بررسی رابطه بین افکار خودکشی و احساس تنهایی از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: خلاصه نتایج ماتریس همبستگی بین احساس تنهایی با افکار خودکشی

متغیرها	۱	۲
۱- افکار خودکشی	-	
۲- احساس تنهایی	**۰/۳۵	-

$P < 0.05^*$ $p < 0.01^{**}$

با توجه به جدول ۴ و نتایج ماتریس همبستگی ملاحظه می‌شود که بین احساس تنهایی با افکار خودکشی رابطه مثبت و معنادار وجود داشت.

جدول ۵: خلاصه نتایج ماتریس همبستگی بین ویژگی‌های شخصیت با افکار خودکشی

مقیاس‌ها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱- هیجان پذیری	-						
۲- برون‌گرایی	*-۰,۲۳	-					
۳- باز بودن به تجربه‌ها و اندیشه‌ها	**۰,۳۵	*۰,۲۲	-				
۴- توافق پذیری	*-۰,۱۹	*۰,۲۶	*۰,۳۷	-			
۵- با وجدان بودن	**۰,۳۶	*۰,۳۸	*۰,۵۲	*۰,۶۲	-		
۶- تواضع-فروتنی	*-۰,۳۱	*۰,۴۲	*۰,۳۷	*۰,۴۱	*۰,۳۷	**۰,۲۸	
۷- افکار خودکشی	*۰,۳۰	*-۰,۳۱	*-۰,۲۸	*-۰,۳۷	*-۰,۳۱	۰,۱۲	-

$P < 0.05^*$ $p < 0.01^{**}$

با توجه به جدول ۵ و نتایج ماتریس همبستگی ملاحظه می‌شود که بین ویژگی‌های شخصیت (هیجان‌پذیری، برون‌گرایی، باز بودن به تجربه‌ها و اندیشه‌ها، توافق‌پذیری، با وجدان بودن) با افکار خودکشی رابطه معنادار وجود داشت.

جدول ۶: خلاصه نتایج ماتریس همبستگی بین افکار خودکشی با افکار خودکشی

متغیرها	۱	۲
۱- نشخوار فکری	-	
۲- افکار خودکشی	** ۰/۳۳	-
	$P < ۰.۰۵^*$	$p < ۰.۰۱^{**}$

با توجه به جدول ۶ و نتایج ماتریس همبستگی ملاحظه می‌شود که بین نشخوار فکری با افکار خودکشی رابطه معنادار وجود داشت. علاوه بر نتایج بدست آمده از ضرایب همبستگی بین متغیرهای پیش بین با ملاک در این پژوهش به منظور پیش‌بینی افکار خودکشی دانش‌آموزان بر اساس احساس تنهایی، ویژگی‌های شخصیت و نشخوار فکری از رگرسیون چند متغیره به روش همزمان استفاده شد. قبل از انجام تحلیل‌های مربوطه، وضعیت کلی داده‌ها مورد بررسی قرار گرفت. ابتدا مفروضات این روش مورد بررسی قرار گرفت. به منظور ارزیابی مفروضه همخطی بودن عامل تورم واریانس^۱ (VIF) و ضریب تحمل^۲، به منظور آزمون استقلال خطاها در بین متغیرهای پیش‌بین، ارزش شاخص دوربین واتسون (خود همبستگی) استفاده شد. ضریب تحمل و تورم واریانس متغیرهای پژوهش به ترتیب بزرگتر از ۱/۰ و کوچک‌تر از ۱۰ است. این مطلب نشان دهنده آن است که پدیده همخطی بودن در متغیرهای پژوهش وجود ندارد. براساس دیدگاه مایر، گامست و گوارینو^۳ (۲۰۰۶) ارزش عامل تورم واریانس بالاتر از ۱۰ و ارزش ضریب تحمل کمتر از ۰/۱ باشد نشان دهنده هم خطی بودن است. در این مطالعه به منظور آزمون استقلال خطاها در بین متغیرهای پیش‌بین، ارزش شاخص دوربین واتسون مورد بررسی قرار گرفت، ارزش شاخص مذکور ۱/۳۹ بود که نشان می‌دهد خطاها از یکدیگر مستقل هستند، زیرا مقادیر بین ۱/۵ تا ۲/۵ بیانگر استقلال خطاهاست. بر این اساس با توجه به ارزش شاخص دوربین واتسون محاسبه شده، می‌توان گفت مفروضه استقلال خطاها نیز در بین داده‌های پژوهش برقرار بود. بنابراین از تجزیه و تحلیل رگرسیون چند متغیره می‌توان استفاده کرد که نتایج آن در زیر آمده است.

جدول ۷: خلاصه نتایج معنی داری مدل رگرسیون برای پیش‌بینی افکار خودکشی بر اساس احساس تنهایی و ویژگی‌های شخصیت و

نشخوار فکری

شاخص آماری	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	R	R ^۲
رگرسیون	۱۴۵۵۱.۸	۶	۲۴۲۵.۳۰	۲۷.۹۹	۰.۰۰۴	۰.۶۲۳	۰.۳۸۸
باقیمانده	۱۳۹۴۹.۰۴	۱۶۱	۸۶.۶۴				
مجموع	۲۸۵۰۰.۸۴	۱۶۷					

میزان ضریب تبیین R^۲ برای پیش‌بینی افکار خودکشی برابر با ۰/۳۸۸ می‌باشد که نشان می‌دهد ۳۸ درصد افکار خودکشی به متغیرهای احساس تنهایی و ویژگی‌های شخصیتی و نشخوار فکری وابسته می‌باشد یعنی ۳۸ درصد از متغیر افکار خودکشی توسط احساس تنهایی و ویژگی‌های شخصیتی و نشخوار فکری تبیین می‌شود. این میزان ضریب تبیین به ویژه در علوم انسانی مقدار مطلوبی است.

1. variance inflation factor

2. tolerance

3. Meyers

جدول ۸: خلاصه جدول ضرایب رگرسیون برای پیش بینی افکار خودکشی بر اساس اساس احساس تنهایی و ویژگی‌های شخصیت و

نشخوار فکری

سطح معناداری	T	سهم متغیرها	B	
۰,۰۰۱	۵,۷۸		۲۹,۸۳	ضریب ثابت
۰,۶۸	۰,۴۱	۰,۰۲	۰,۳۰	هیجان پذیری
۰,۶۵	-۰,۴۵	۰,۰۳	-۰,۲۸	برون‌گرایی
۰,۲۴	-۱,۱۷	۰,۰۶	-۰,۵۲	باز بودن به تجربه‌ها و اندیشه‌ها
**۰,۰۲	-۲,۹۲	-۰,۰۷	-۰,۷۷	توافق پذیری
***۰,۰۰۲	-۳,۲۳	-۰,۲۲	-۱,۱۱	با وجدان بودن
***۰,۰۰۳	۲,۹۹	۰,۰۹	۰,۸۲	احساس تنهایی
***۰,۰۰۳	۳,۴۰۱	۰,۲۳	۰,۲۸	نشخوار فکری

$p < 0.05^*$

$p < 0.01^{**}$

نتایج حاصل از جدول ۸ نشان می‌دهد که ویژگی شخصیتی توافق‌پذیری ($-0,07$)، باوجدان بودن ($-0,22$) و احساس تنهایی ($0,09$) و نشخوار فکری ($0,23$) درصد در پیش‌بینی افکار خودکشی سهم دارند. بیشترین سهم مربوط به ویژگی شخصیتی با وجدان بودن ($-0,22$) بود. با توجه به منفی بودن ضرایب رگرسیونی در متغیر ویژگی شخصیتی توافق‌پذیری و باوجدان بودن می‌توان گفت که مؤلفه‌های توافق‌پذیری و باوجدان بودن اثر منفی و معکوس بر پیش‌بینی افکار خودکشی دارند. متغیر احساس تنهایی و نشخوار فکری اثر مثبت و مستقیم در پیش‌بینی افکار خودکشی دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه احساس تنهایی، ویژگی‌های شخصیت و نشخوار فکری با افکار خودکشی در نوجوانان دختر شهر کرج انجام شد. نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که بین احساس تنهایی، عامل شخصیتی هیجان‌پذیری بالا و نشخوار فکری با افکار خودکشی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. از سوی دیگر، ویژگی‌های شخصیتی برون‌گرایی، بازبودن به تجربه‌ها، توافق‌پذیری و باوجدان بودن با افکار خودکشی رابطه منفی و معناداری نشان دادند. همچنین تحلیل رگرسیون چندمتغیره آشکار ساخت که متغیرهای احساس تنهایی، ویژگی‌های شخصیت و نشخوار فکری در مجموع قادرند حدود ۳۸ درصد از واریانس افکار خودکشی را در نوجوانان دختر پیش‌بینی کنند. این یافته‌ها با مبانی نظری و پژوهش‌های پیشین همسو بوده و نقش تعیین‌کننده عوامل شناختی، هیجانی و بین‌فردی را در گرایش به افکار خودکشی برجسته می‌سازد (Verlenden, 2024; Zarei et al., 2020).

نخستین یافته مهم این پژوهش، تأیید رابطه مثبت و معنادار بین احساس تنهایی و افکار خودکشی بود. این یافته نشان می‌دهد که هرچه نوجوانان دختر احساس تنهایی بیشتری را تجربه کنند، میزان درگیری آن‌ها با افکار خودکشی به طور معناداری افزایش می‌یابد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که انسان‌ها به طور ذاتی نیازمند تعلق خاطر و برقراری روابط اجتماعی معنادار هستند (Hallahan & Kauffman, 2022; Thompson & Douglas, 2024). هنگامی که نوجوان در ایجاد شبکه‌های حمایتی در خانواده یا میان همسالان ناکام می‌ماند، احساس طردشدگی و انزوای عمیقی را تجربه می‌کند که این انزوا خود پیش‌زمینه‌ای برای شکل‌گیری افکار ناامیدکننده و در نهایت ایده‌پردازی خودکشی است. این یافته با نتایج مطالعات متعددی که تنهایی را یک عامل خطر بنیادین برای رفتارهای خودکشی‌گرایانه در نوجوانان می‌دانند، همسو است (Hamid & Dasht Bozorgi, 2025; Lee & Lee, 2026). احساس تنهایی به عنوان یک درد روان‌شناختی، با تضعیف مکانیسم‌های مقابله‌ای، فرد را در یک چرخه معیوب از انزوا و مشکلات سلامت روان گرفتار می‌کند (Ahmed et al., 2023). علاوه بر این، در عصر حاضر، استفاده مفرط از فضای مجازی و اعتیاد به اینترنت، اگرچه ظاهری از ارتباطات را فراهم می‌کند، اما با تعمیق احساس تنهایی

واقعی، خطر افکار خودکشی را به شدت افزایش می‌دهد (Khatcherian et al., 2022; Koçak et al., 2025). احساس تنهایی در تعامل با سایر مؤلفه‌های روان‌شناختی نظیر بی‌لذتی (آنهدونیا) و افسردگی، به عنوان یک متغیر میانجی مخرب عمل کرده و فرد را نسبت به ادامه زندگی دلسرد می‌سازد (Lee & Bae, 2025; Moayedghaedi & Ghorbanshiroudi, 2016). همچنین، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که احساس تنهایی و انزوای اجتماعی با اضطراب مرگ و کاهش تاب‌آوری در برابر فشارهای زندگی ارتباط تنگاتنگی دارد که این امر محدود به یک دوره سنی خاص نیست و در تمام مراحل رشد آسیب‌زا است (Maleki, 2018; Moradi & Shariatmadari, 2016).

یافته دوم پژوهش حاکی از ارتباط معنادار ویژگی‌های شخصیتی با افکار خودکشی بود. بر اساس نتایج، ویژگی هیجان‌پذیری بالا (که با مفاهیمی نظیر روان‌رنجورخویی و بی‌ثباتی عاطفی همپوشانی دارد) با افکار خودکشی رابطه مثبت داشت. نوجوانانی که دارای نمرات بالایی در هیجان‌پذیری هستند، معمولاً در مواجهه با استرس‌ها، واکنش‌های شدیدتری نشان داده و توانایی کمتری در تنظیم هیجان‌ها منفی نظیر اضطراب، خشم و شرم دارند (Maleki et al., 2019; Weatherford et al., 2024). این ضعف در تنظیم هیجان می‌تواند به رفتارهای تکانشی و افکار خودکشی منجر شود؛ یافته‌ای که در پژوهش‌های مرتبط با اختلالات شخصیت، به‌ویژه اختلال شخصیت مرزی و صفات تاریک شخصیت نیز تأیید شده است (Azizi et al., 2022; Jafari, 2024). علاوه بر این، ویژگی‌هایی نظیر خودشیفتگی آسیب‌پذیر هنگامی که با شرم درآمیخته می‌شود، می‌تواند افکار خودکشی را تسهیل نماید (Basreh & Mami, 2022; Mirkhan, 2024). در مقابل، صفات شخصیتی برون‌گرایی، بازبودن به تجربه‌ها، توافق‌پذیری و باوجدان بودن رابطه منفی و بازدارنده‌ای با افکار خودکشی داشتند. افراد برون‌گرا معمولاً از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردارند و مهارت‌های ارتباطی بهتری دارند که به عنوان سپری در برابر افکار منفی عمل می‌کند (Norouzi Poreshkouh et al., 2016). افراد باوجدان و توافق‌پذیر نیز به دلیل داشتن مهارت‌های حل مسئله قوی‌تر و برخورداری از روابط بین‌فردی سالم‌تر، کمتر به راه‌حل‌های افراطی و مخرب نظیر خودکشی روی می‌آورند (Shahmohammadi Shahrestani & Babakhani, 2016). این ویژگی‌ها از طریق افزایش عزت‌نفس، شادکامی و باورهای کارآمد، تاب‌آوری نوجوانان را ارتقا داده و بهزیستی روانی آن‌ها را تضمین می‌کنند (Mikaeili & Samadifard, 2019; Mohammadeini & Fayyaz, 2016).

سومین یافته کلیدی این پژوهش، وجود رابطه مثبت و معنادار بین نشخوار فکری و افکار خودکشی بود. نشخوار فکری به عنوان یک سبک پاسخ‌دهی شناختی ناسازگار، باعث می‌شود که فرد به جای جستجوی راه‌حل برای مشکلات، به طور مداوم بر افکار منفی، احساسات آزاردهنده و تجربیات تلخ گذشته تمرکز کند. این درگیری ذهنی مداوم، فرد را در تاریکی افسردگی و ناامیدی فرو برده و احتمال بروز خودآزاری و افکار خودکشی را به شدت افزایش می‌دهد (He et al., 2025; Wang & Sun, 2024). مطالعات نشان داده‌اند که نشخوار فکری نقش تعیین‌کننده‌ای در تداوم علائم افسردگی و رفتارهای پرخطر نظیر مصرف مواد و الکل دارد (Bravo et al., 2018; Schut & Boelen, 2017). زمانی که نوجوانان قربانی قلدری، ترومای کودکی یا طردشدگی در فضای مجازی می‌شوند، نشخوار فکری به عنوان یک مکانیزم میانجی، درد روان‌شناختی آن‌ها را تشدید کرده و مستقیماً به ایده‌پردازی خودکشی می‌انجامد (Liu et al., 2025; Zheng et al., 2025).

علاوه بر این، تفکر نشخوارگرایانه با متغیرهای دیگری نظیر بی‌خوابی، نگرانی فراگیر، و انتقاد از خود همراه شده و ظرفیت شناختی فرد را برای مواجهه منطقی با بحران‌ها کاهش می‌دهد (Alikhani & Amirimajd, 2019; Parsa et al., 2023; Wang, 2024). مدل‌های علی در آسیب‌شناسی روانی نشان می‌دهند که نشخوار فکری ریشه در ترکیبی از عوامل روان‌شناختی، اضطراب و غفلت محیطی دارد که اگر به موقع شناسایی و مدیریت نشود، می‌تواند پیامدهای جبران‌ناپذیری برای نوجوانان به همراه داشته باشد (Chamani & Sajjadian, 2019; Rahbarian et al., 2020; Shahhosseini & Manavipour, 2016). ترکیب سه عامل احساس تنهایی، هیجان‌پذیری شخصیتی و نشخوار فکری، مثلثی از آسیب‌پذیری را تشکیل می‌دهد که توانمندی روان‌شناختی نوجوان را تحلیل برده و خودکشی را به عنوان تنها راه‌گریز از رنج در ذهن او متصور می‌سازد. از این رو، تبیین ۳۸ درصدی واریانس افکار خودکشی توسط این متغیرها، گواه روشنی بر اهمیت این ساختارهای روان‌شناختی در ارزیابی بالینی نوجوانان است.

پژوهش حاضر، مانند هر مطالعه علمی دیگری، با محدودیت‌هایی مواجه بود که تعمیم‌پذیری نتایج را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. نخستین محدودیت، ماهیت توصیفی-همبستگی و مقطعی بودن طرح پژوهش است که امکان استنتاج روابط علی و معلولی بین متغیرهای احساس تنهایی، ویژگی‌های شخصیت، نشخوار فکری و افکار خودکشی را سلب می‌کند. دومین محدودیت به استفاده از ابزارهای خودگزارشی (پرسشنامه) بازمی‌گردد؛ در این گونه ابزارها، همواره خطر سوگیری در پاسخ‌گویی، تمایل به ارائه تصویر مطلوب اجتماعی یا عدم درک دقیق گویه‌ها توسط آزمودنی‌ها وجود دارد که می‌تواند بر دقت نتایج تأثیر بگذارد. علاوه بر این، جامعه آماری این پژوهش تنها به دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم در شهر کرج محدود بوده و انتخاب نمونه‌ها به روش در دسترس انجام گرفته است؛ بنابراین، تعمیم یافته‌ها به دانش‌آموزان پسر، نوجوانان سایر گروه‌های سنی و یا ساکنین مناطق جغرافیایی و فرهنگی متفاوت باید با احتیاط فراوان صورت گیرد. همچنین عدم کنترل متغیرهای مداخله‌گری نظیر وضعیت اقتصادی-اجتماعی خانواده‌ها، سابقه اختلالات روانی در خانواده و تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی، از دیگر محدودیت‌هایی است که می‌تواند بر روابط بین متغیرهای مورد مطالعه اثرگذار باشد.

با توجه به محدودیت‌های ذکر شده، پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده از طرح‌های پژوهشی طولی و آزمایشی استفاده شود تا بتوان روند تغییرات متغیرها را در طول زمان بررسی کرده و به استنباط‌های علی دقیق‌تری دست یافت. همچنین برای افزایش روایی داده‌ها و کاهش خطای واریانس روش مشترک، استفاده از روش‌های جمع‌آوری داده چندگانه شامل مصاحبه‌های بالینی ساختاریافته، گزارش‌های معلمان و والدین در کنار پرسشنامه‌های خودگزارشی اکیداً توصیه می‌گردد. از آنجایی که جنسیت می‌تواند نقش تعدیل‌کننده‌ای در نحوه بروز افکار خودکشی و عوامل مرتبط با آن ایفا کند، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های مشابهی بر روی جامعه دانش‌آموزان پسر انجام شده و نتایج آن با نوجوانان دختر مورد مقایسه قرار گیرد. علاوه بر این، انجام این مطالعه در سایر بافت‌های فرهنگی و جغرافیایی با حجم نمونه بزرگتر و با روش نمونه‌گیری تصادفی، می‌تواند به غنای ادبیات پژوهشی در این حوزه بیفزاید. بررسی نقش میانجی‌گر و تعدیل‌کننده متغیرهای دیگری نظیر هوش هیجانی، تاب‌آوری، سبک‌های دلبستگی و حمایت اجتماعی درک‌شده در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و افکار خودکشی، از دیگر افق‌های روشنی است که محققان می‌توانند در آینده به آن بپردازند.

یافته‌های این پژوهش تلویحات کاربردی ارزشمندی برای مشاوران مدارس، روان‌شناسان بالینی، سیاست‌گذاران آموزش و پرورش و خانواده‌ها به همراه دارد. با توجه به نقش پررنگ احساس تنهایی و نشخوار فکری در پیش‌بینی افکار خودکشی، پیشنهاد می‌شود پروتکل‌های غربالگری دوره‌ای و منظم در سطح مدارس اجرا گردد تا دانش‌آموزان در معرض خطر شناسایی شده و مداخلات زودهنگام دریافت نمایند. مشاوران مدارس می‌توانند با برگزاری کارگاه‌های آموزشی مبتنی بر رویکردهای شناختی-رفتاری (CBT) و درمان مبتنی بر پذیرش و پایبندی (ACT)، مهارت‌های تنظیم هیجان، کنترل خشم و راهکارهای توقف چرخه‌های نشخوار فکری را به دانش‌آموزان آموزش دهند. همچنین، به منظور کاهش احساس تنهایی، ایجاد فضای همدلانه در مدارس، تقویت کار گروهی و تشویق نوجوانان به مشارکت در فعالیت‌های فوق‌برنامه و اجتماعی می‌تواند بسیار راهگشا باشد. از سوی دیگر، برگزاری دوره‌های آموزشی و جلسات مشاوره گروهی برای والدین با هدف آشنایی آن‌ها با ویژگی‌های رشدی دوران نوجوانی، سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه و نحوه برقراری ارتباط مؤثر، می‌تواند محیط خانواده را به یک پناهگاه امن روانی تبدیل کرده و از بروز اختلالات هیجانی و افکار آسیب‌رسان در نوجوانان پیشگیری نماید. تدوین برنامه‌های جامع ارتقای سلامت روان با تأکید بر پرورش نقاط قوت شخصیتی و تاب‌آوری، باید در دستور کار نظام آموزشی قرار گیرد.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران از تمامی شرکت‌کنندگان که در اجرای پژوهش حاضر کمک نمودند نهایت قدردانی و سپاس را دارند.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

چکیده گسترده

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Adolescence represents a formative and tumultuous period of human development, characterized by profound biological, psychological, and social transformations. This stage, bridging childhood and adulthood, is often marked by a heightened search for identity, autonomy, and social belonging, making adolescents particularly susceptible to a range of mental health challenges. Among the most severe of these is suicidal ideation, which constitutes a significant public health crisis globally and serves as a critical precursor to suicide attempts and completed suicides. Understanding the intricate web of risk factors that contribute to the emergence of these life-threatening thoughts is paramount for developing effective prevention and intervention strategies. Research has consistently highlighted the multifactorial nature of suicide risk, pointing to a convergence of interpersonal distress, dispositional vulnerabilities, and maladaptive cognitive patterns. The present study focuses on three such prominent factors: loneliness, personality traits, and rumination, examining their collective and individual roles in predicting suicidal ideation among adolescent girls, a demographic often showing high rates of internalizing disorders and suicidal thoughts.

Loneliness, defined as the subjective and distressing experience of inadequate social connection, has been robustly identified as a potent risk factor for a myriad of adverse mental health outcomes, including suicidal ideation (Thompson & Douglas, 2024). The fundamental human need for belonging and meaningful interpersonal relationships is especially salient during adolescence, a time when peer networks become central to an individual's sense of self-worth and emotional stability (Hallahan & Kauffman, 2022). When this need

is unfulfilled, adolescents may experience profound feelings of isolation, social pain, and hopelessness, which can erode their will to live (Lee & Lee, 2026). This psychological distress, stemming from perceived social deficits, weakens coping mechanisms and fosters a sense of being a burden on others, a key component in interpersonal theories of suicide (Hamid & Dasht Bozorgi, 2025). In the contemporary digital age, the paradox of connectivity has emerged, wherein extensive online engagement can paradoxically deepen feelings of real-world loneliness and social exclusion, thereby amplifying suicide risk (Khatcherian et al., 2022; Koçak et al., 2025). Loneliness often interacts insidiously with other conditions like anhedonia and depression, creating a vicious cycle of social withdrawal and worsening psychopathology that paves the way for suicidal thoughts (Ahmed et al., 2023; Lee & Bae, 2025; Moayedghaedi & Ghorbanshiroudi, 2016).

Beyond situational and interpersonal factors, stable dispositional characteristics, or personality traits, play a crucial role in shaping an individual's vulnerability to psychopathology. The HEXACO model of personality provides a comprehensive framework for understanding these traits. The dimension of Emotionality (akin to neuroticism) has been consistently linked to a higher risk for suicidal ideation. Individuals high in Emotionality tend to experience intense negative emotions, exhibit poor emotion regulation skills, and react more strongly to stressors, making them more prone to feelings of despair and helplessness (Maleki et al., 2019; Weatherford et al., 2024). This emotional instability can lead to impulsive behaviors and a cognitive narrowing where suicide is perceived as the only escape from unbearable psychological pain, a finding supported by research on borderline personality disorder and dark personality traits (Azizi et al., 2022; Jafari, 2024). Conversely, other personality dimensions often serve as protective factors. Extraversion facilitates the development of broad social support networks, a critical buffer against stress (Norouzi Poreshkouh et al., 2016). Conscientiousness and Agreeableness are associated with better problem-solving skills, impulse control, and more harmonious interpersonal relationships, reducing the likelihood of severe social conflicts and subsequent distress (Shahmohammadi Shahrestani & Babakhani, 2016). Similarly, Openness to Experience may foster cognitive flexibility, enabling individuals to find alternative solutions to problems rather than resorting to self-harm. These protective traits enhance psychological well-being, self-esteem, and resilience, fortifying adolescents against suicidal ideation (Mikaeili & Samadifard, 2019; Mohammadeini & Fayyaz, 2016).

The third critical factor examined in this study is rumination, a maladaptive cognitive style characterized by a passive, repetitive, and abstract focus on the causes, meanings, and consequences of one's negative feelings and problems. Instead of engaging in active problem-solving, individuals caught in a ruminative cycle become trapped in a loop of negative self-appraisal and pessimistic thinking, which intensifies and prolongs depressive moods and feelings of hopelessness (He et al., 2025; Wang & Sun, 2024). Rumination acts as a cognitive vulnerability that exacerbates the impact of negative life events, such as bullying, trauma, or social rejection (Liu et al., 2025; Zheng et al., 2025). By depleting cognitive resources and inhibiting access to positive memories and coping strategies, this thought pattern directly fuels the cognitive triad of negativity—negative views of the self, the world, and the future—that lies at the heart of suicidal ideation (Wang, 2024). Rumination is closely linked to other detrimental processes such as insomnia, worry, and self-criticism, further degrading an adolescent's mental state and ability to cope with life's challenges (Alikhani & Amirimajd, 2019; Parsa et al., 2023). The interplay of these three domains—the interpersonal pain of loneliness, the dispositional vulnerability of personality, and the cognitive trap of rumination—creates a potent and perilous pathway to suicidal ideation. Therefore, the present study aimed to investigate the relationship between loneliness, personality traits, and rumination with suicidal ideation among female adolescent students in Karaj, Iran.

Methods and Materials

This study employed a descriptive-correlational research design with a cross-sectional approach to examine the relationships between the predictor variables (loneliness, personality traits, rumination) and the criterion variable (suicidal ideation). The study population consisted of all female students enrolled in the second cycle of secondary school in Karaj, Iran. A sample of 180 students was selected using a convenience sampling method. Participation was voluntary, and all students who agreed to take part in the research provided informed consent. Four standardized self-report questionnaires were administered to collect the data. Suicidal ideation was measured using the Beck Scale for Suicidal Ideation (BSSI), a 19-item inventory designed to assess the intensity, pervasiveness, and characteristics of suicidal thoughts. The experience of loneliness was assessed with the third version of the UCLA Loneliness Scale, a 20-item scale that measures subjective feelings of loneliness and social isolation. Personality traits were evaluated using the HEXACO Personality Inventory, which measures the six major dimensions of personality: Honesty-Humility, Emotionality, Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, and Openness to Experience. Finally, the tendency to ruminate was measured with the Ruminative Response Scale (RRS), which assesses ruminative coping responses to depressed mood. After data collection, the completed questionnaires were scored, and the data were analyzed using SPSS software. The statistical procedures included descriptive statistics (mean and standard deviation) to summarize the data, Pearson correlation coefficients to assess the bivariate relationships between the variables, and standard multiple regression analysis to determine the collective power of the predictor variables in explaining the variance in suicidal ideation.

Findings

The statistical analysis of the data yielded several significant findings. The descriptive statistics revealed notable levels of suicidal ideation, loneliness, and rumination among the sample of adolescent girls. The primary correlational analyses demonstrated a series of significant relationships between the predictor variables and suicidal ideation. A strong, positive, and statistically significant correlation was found between scores on the UCLA Loneliness Scale and the Beck Scale for Suicidal Ideation, indicating that as feelings of loneliness increased, so did the intensity and frequency of suicidal thoughts. Similarly, a significant positive correlation was identified between rumination and suicidal ideation, suggesting that a greater tendency to engage in ruminative thinking was associated with higher levels of suicidal ideation. The analysis of personality traits also revealed significant correlations. The Emotionality dimension of the HEXACO model showed a significant positive correlation with suicidal ideation, implying that higher emotional instability and reactivity were linked to a greater risk of such thoughts. Conversely, the dimensions of Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, and Openness to Experience all demonstrated significant negative correlations with suicidal ideation. This indicates that traits associated with sociability, empathy, self-discipline, and intellectual curiosity served as protective factors against the development of suicidal thoughts. Finally, the results of the multiple regression analysis were significant. The model, which included loneliness, the six personality dimensions, and rumination as predictor variables, was able to account for a substantial portion of the variance in suicidal ideation. The predictor variables collectively explained 38% of the variance ($R^2 = .38$) in suicidal ideation scores, highlighting the combined importance of these interpersonal, dispositional, and cognitive factors in predicting suicide risk in this population.

Conclusion

This study provides compelling evidence for the significant roles of loneliness, personality traits, and rumination as key correlates of suicidal ideation in adolescent girls. The findings underscore that a combination of feeling socially disconnected, possessing a personality style characterized by high emotional reactivity and low levels of protective traits (such as extraversion and conscientiousness), and engaging in a ruminative cognitive pattern creates a potent vulnerability for the development of life-threatening thoughts. The

conclusion that these variables collectively explain 38% of the variance in suicidal ideation emphasizes their clinical importance and suggests that a multi-faceted approach is essential for effective suicide prevention. The practical implications of these findings are substantial. For mental health professionals and school counselors, the results highlight the necessity of comprehensive screening programs that assess not only overt symptoms of depression but also underlying risk factors like loneliness, rumination, and personality vulnerabilities. Interventions should be tailored to address these specific factors. For instance, programs aimed at reducing loneliness could focus on social skills training, fostering inclusive peer environments, and encouraging participation in group activities. Cognitive-behavioral therapies (CBT) and mindfulness-based interventions could be particularly effective in targeting rumination by teaching adolescents to break free from negative thought cycles and develop more adaptive coping strategies. Furthermore, psychoeducational programs can help adolescents with high emotionality develop critical emotion regulation skills. However, the study's limitations must be acknowledged. Its cross-sectional design precludes the establishment of causal relationships; longitudinal research is needed to track how these variables influence each other over time. The reliance on self-report measures introduces the possibility of response bias, and future studies would benefit from incorporating multiple data sources, such as clinical interviews or parent and teacher reports. Additionally, the use of a convenience sample of female students from a single city limits the generalizability of the findings to male adolescents or youth in different cultural or geographical contexts. Future research should address these limitations by employing longitudinal designs, utilizing multi-method assessments, and recruiting more diverse and representative samples. Investigating the potential mediating and moderating roles of other variables, such as social support, resilience, and attachment styles, would also provide a more nuanced understanding of the pathways to suicidal ideation. In sum, this study contributes valuable insights to the literature on adolescent mental health and reinforces the urgent need for integrated prevention strategies that simultaneously address the interpersonal, dispositional, and cognitive dimensions of suicide risk.

References

- Ahmed, M., Cerda, I., & Maloof, M. (2023). Breaking the vicious cycle: The interplay between loneliness, metabolic illness, and mental health. *Frontiers in Psychiatry, 14*, 1134865.
- Alikhani, Z., & Amirimajid, M. (2019). Investigating the relationship between components of meta-worry, rumination and cognitive flexibility with symptoms of obsessive-compulsive spectrum disorders. *Thought and Behavior, 13*(52), 47-57.
- Azizi, M., Shahvardipour Jolfan, H., Shahabi, F., Aliabadi, Z., & Fallahi, H. (2022). Structural equation modeling of adverse childhood experiences, attachment and dark personality traits with suicidal ideation. *Psychology and Behavioral Sciences, 30*, 22-34.
- Basreh, M., & Mami, S. (2022). Investigating the relationship between narcissism and suicidal ideation based on the mediating role of shame experience in adolescents of Ilam city. *New Achievements in Humanities Studies, 5*(55), 119-129.
- Bravo, A. J., Pilatti, A., Pearson, M. R., Mezquita, L., Ibáñez, M. I., & Ortet, G. (2018). Depressive symptoms, ruminative thinking, drinking motives, and alcohol outcomes: A multiple mediation model among college students in three countries. *Addictive behaviors, 76*, 319-327.
- Chamani, N., & Sajjadian, I. (2019). The causal relationship of anxiety, rumination, neglect, peer relations and bullying with addiction readiness. *Quarterly Journal of Research on Addiction, 13*(51), 219-240.
- Hallahan, D., & Kauffman, J. M. (2022). *Exceptional Learners (An Introduction to Special Education)*. Virayesh Publication.
- Hamid, M., & Dasht Bozorgi, Z. (2025). The Correlation of Loneliness and Rumination with Suicidal Ideation in Female Students: The Mediating Role of Perceived Parenting Styles. *International Journal of School Health, 12*(2), 67-76. https://intjsh.sums.ac.ir/article_50720.html

- He, K., Chen, L., Fan, H., Sun, L., Yang, T., Liu, H., & Wang, K. (2025). Effects of Rumination and Emotional Regulation on Non-Suicidal Self-Injury Behaviors in Depressed Adolescents in China: A Multicenter Study. *Psychology research and behavior management*, 18, 271-279. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S483267>
- Jafari, S. M. (2024). Investigating the effectiveness of emotion regulation skills training on suicidal ideation in adolescents with borderline personality disorder. *Journal of Psychological and Educational Studies*, 70, 513-521.
- Khatcherian, E., Zullino, D., De Leo, D., & Achab, S. (2022). Feelings of loneliness: understanding the risk of suicidal ideation in adolescents with internet addiction. A theoretical model to answer to a systematic literature review, without results. *International journal of environmental research and public health*, 19(4), 2012.
- Koçak, O., Kovan, A., Alkhalayfi, A. M. A., Alshehri, N. A., Demirdöven, M., & Yıldırım, M. (2025). The relationship between social network addiction, online gaming addiction, and suicide ideation: mediating and moderating role of loneliness. *BMC psychology*, 13(1), 991-991. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02892-w>
- Lee, J., & Lee, M. A. (2026). Association Between Loneliness and Suicidal Behaviors Among Korean Adolescents: A Nationwide Cross-Sectional Study. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 39(1), e70047-e70047. <https://doi.org/10.1111/jcap.70047>
- Lee, S.-H., & Bae, S. M. (2025). The Effect of Anhedonia on Suicidal Ideation: The Moderated Mediation Effect of Emotional Intelligence Through Loneliness. *Psychiatry Investigation*, 22(5), 591-601. <https://doi.org/10.30773/pi.2024.0388>
- Liu, X. E., Liao, X., & Ni, J. (2025). A cross-sectional study of cybervictimization and non-suicidal self-injury among college students: A moderated mediation model of rumination and resilience. *Archives of Suicide Research*, 1-17. <https://doi.org/10.1080/00038628.2025.2488522>
- Maleki, B. (2018). The role of explicit and implicit self-esteem in predicting depression symptoms, suicidal ideation and loneliness. *Psychological studies*, 14(4), 92-107.
- Maleki, M., Mohagheghi, H., & Nabizadeh, S. (2019). Predicting the tendency to high-risk behaviors based on anger rumination and emotion regulation. *Thought and Behavior*, 13(52), 8-19.
- Mikaeili, N., & Samadifard, H. R. (2019). Predicting suicidal ideation based on happiness, self-esteem and spiritual well-being in adolescents. *Research on Religion and Health*, 5(3), 59-71.
- Mirkhan, I. (2024). Predicting suicidal ideation based on dark personality traits and affective empathy in students with depression symptoms. *Academic Motivation in Educational Systems*, 1(1), 1-9.
- Moayedghaedi, T., & Ghorbanshiroudi, S. (2016). The effectiveness of group hope therapy on depression, loneliness, and self-efficacy of female students. *Quarterly Journal of Child Mental Health*, 3(2), 65-76.
- Mohammadeini, Z., & Fayyaz, I. (2016). Investigating the relationship between dysfunctional beliefs and coping styles with the tendency towards high-risk behaviors in 14 to 18-year-old female high school students in Qom. *Quarterly Journal of Research in Educational Systems*, 10(32).
- Moradi, A., & Shariatmadari, A. (2016). Comparison of death anxiety and loneliness in the elderly with optimistic and pessimistic life orientation. *Psychology of Aging*, 2(2), 133-141.
- Norouzi Poreshkouh, N., Mirhadian, L., Emami Sigaroudi, A., Kazemnejad Leili, E., & Hassandoust, F. (2016). Loneliness and emerging social harms in high school students. *Comprehensive Nursing and Midwifery Journal*, 82(26), 99-108.
- Parsa, B., Ariapooran, S., Haghayegh, S. A., & Ghorbani, M. (2023). The effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on the levels of self-criticism and suicidal ideation in adolescents with self-injury. *Psychological studies*, 19(2), 23-37.
- Rahbarian, A., Salehi, H., Gharibdoust, M., & Mahmoudi, H. (2020). The role of rumination and psychological hardiness in predicting students' risk-taking. *Quarterly Journal of Child Mental Health*, 7(2), 31-40.
- Schut, D. M., & Boelen, P. A. (2017). The relative importance of rumination, experiential avoidance and mindfulness as predictors of depressive symptoms. *ACBS*, 6(1), 8-12.
- Shahhosseini, A., & Manavipour, D. (2016). Presenting a causal model for rumination based on positive and negative psychological variables. *Shefaye Khatam*, 4(3), 52-64.
- Shahmohammadi Shahrestani, O., & Babakhani, N. (2016). The relationship between personality traits and suicidal ideation and comparing it between unemployed and employed young men in District 2 of Tehran. *Social Research Quarterly*, 8(32), 37-53.
- Thompson, P., & Douglas, B. (2024). *Child and Adolescent Psychotherapy and Counseling (Practical Applications in Treatment Centers and Schools)*. Arjmand Publications.
- Verlenden, J. V. (2024). Mental health and suicide risk among high school students and protective factors—Youth Risk Behavior Survey, United States, 2023. *MMWR supplements*, 73.
- Wang, H., & Sun, H. (2024). The Mediating Role of Rumination in the Relationship Between Insomnia and Non-Suicidal Self-Injury of College Students. *Frontiers in psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1504890>

- Wang, Q. (2024). Childhood Trauma and Non-Suicidal Self-Injury Among Chinese Adolescents: The Chain-Mediated Role of Alexithymia and Rumination. *Psychiatry Investigation*, 21(7), 726-735. <https://doi.org/10.30773/pi.2024.0041>
- Weatherford, J. V., Ruork, A. K., Yin, Q., Lopez, A. C., & Rizvi, S. L. (2024). Shame, suicidal ideation, and urges for non-suicidal self-injury among individuals with borderline personality disorder receiving dialectical behavior therapy: The mediating role of anger. *Suicide and Life-Threatening Behavior*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/sltb.13045>
- Zarei, A., Bagherzadeh, R., Gharibi, T., & Ravanipour, M. (2020). Tendency to high-risk behaviors in adolescents of Bushehr city and its related factors. *South Medical Journal*, 23(6), 554-568.
- Zheng, X., Liu, Z., Liu, T., & Mu, S. (2025). Childhood Maltreatment and Non-Suicidal Self-Injury Among Chinese College Students: Roles of Parent-Child Attachment and Negative co-Rumination. *Journal of family violence*, 1-4. <https://doi.org/10.1007/s10896-025-00854-9>