

مقایسه نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس سربار بودن ادراک شده و تعلق پذیری ناکام در افراد با و بدون افکار خودکشی

تاریخ چاپ نهایی: ۱۴۰۵/۱۱/۰۱

تاریخ چاپ اولیه: ۱۴۰۵/۰۳/۳۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۳/۰۹

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۰۲/۲۱

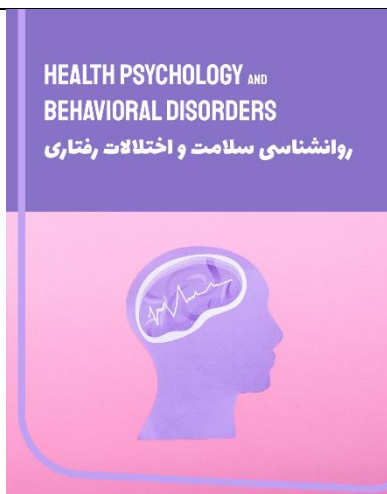
تاریخ ارسال: ۱۴۰۴/۱۱/۰۵

چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس سربار بودن ادراک شده و تعلق پذیری ناکام در افراد دارای افکار خودکشی و افراد فاقد افکار خودکشی انجام شد. پژوهش حاضر از نوع علی-مقایسه‌ای بود که بر روی ۱۳۰ نفر از بزرگسالان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر ایزده در سال ۱۴۰۴ انجام شد. نمونه‌ها به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و بر اساس نمرات مقیاس افکار خودکشی بک در دو گروه دارای افکار خودکشی و فاقد افکار خودکشی جای‌دهی شدند. ابزارهای مورد استفاده شامل مقیاس نشخوار ذهنی خودکشی راجرز و همکاران (۲۰۱۷)، مقیاس دشواری در تنظیم هیجان گراتز و راتمر (۲۰۰۴)، پرسشنامه نیازهای بین‌فردی ون اوردن و همکاران (۲۰۱۲) و مقیاس افکار خودکشی بک و همکاران (۱۹۷۹) بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS-26 و از طریق تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) و آزمون‌های تعقیبی تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره نشان داد که بین دو گروه دارای افکار خودکشی و فاقد افکار خودکشی در ترکیب متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد ($P < .001$). نتایج تحلیل‌های تک‌متغیره نیز نشان داد که افراد دارای افکار خودکشی در نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس سربار بودن ادراک شده و تعلق‌پذیری ناکام به طور معناداری نمرات بالاتری نسبت به گروه فاقد افکار خودکشی کسب کردند. همچنین، اندازه اثرها نشان داد که نشخوار ذهنی خودکشی و احساس سربار بودن ادراک شده قوی‌ترین عوامل تمایزدهنده بین دو گروه بودند. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که عوامل شناختی، هیجانی و بین‌فردی نقش برجسته‌ای در تمایز افراد دارای افکار خودکشی از افراد فاقد این افکار دارند. به نظر می‌رسد که نشخوار ذهنی خودکشی، نقص در تنظیم هیجان و باورهای منفی بین‌فردی از مهم‌ترین سازوکارهای روان‌شناختی مرتبط با افکار خودکشی باشند. بنابراین، طراحی مداخلات درمانی مبتنی بر کاهش نشخوار ذهنی، بهبود مهارت‌های تنظیم هیجان و تقویت احساس تعلق اجتماعی می‌تواند در کاهش افکار خودکشی و پیشگیری از رفتارهای خودآسیب‌رسان مؤثر باشد.

کلیدواژه‌گان: افکار خودکشی، نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس

سربار بودن ادراک شده، تعلق‌پذیری ناکام



رضوان لیموچی نیا^{۱*}، سنا دلالی^۲، جعفر کاردان^۳

۱. گروه روانشناسی، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی،

نجف آباد، ایران

۲. گروه روانشناسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی،

زنجان، ایران

۳. گروه روانشناسی، واحد تربت جام، دانشگاه آزاد اسلامی،

تربت جام، ایران.

* ایمیل نویسنده مسئول:

rezvan.limochinia@iau.ir

شیوه استناددهی: لیموچی نیا، رضوان، دلالی، سنا، و کاردان،

جعفر. (۱۴۰۵). مقایسه نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم

هیجان، احساس سربار بودن ادراک شده و تعلق‌پذیری ناکام در افراد

با و بدون افکار خودکشی. *روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری*.

۱-۱۶، (۶)۴

Comparison of Suicide-Specific Rumination, Difficulties in Emotion Regulation, Perceived Burdensomeness, and Thwarted Belongingness in Individuals With and Without Suicidal Ideation

Submit Date:
2026-01-25

Revise Date:
2026-05-11

Accept Date:
2026-05-30

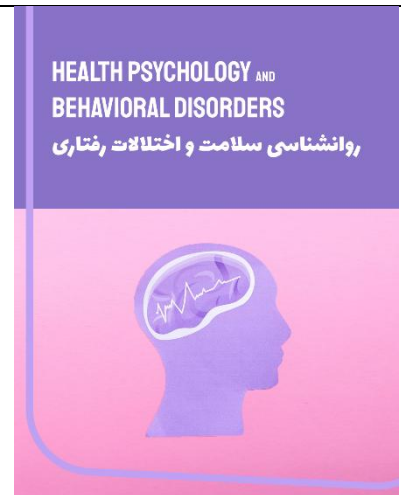
Initial Publish Date:
2026-06-20

Final Publish Date:
2027-01-21

Abstract

The present study aimed to compare suicide-specific rumination, difficulties in emotion regulation, perceived burdensomeness, and thwarted belongingness in individuals with and without suicidal ideation. This causal-comparative study was conducted on 130 adults referring to counseling and psychological service centers in Izeh in 2025. Participants were selected through purposive sampling and categorized into two groups based on their scores on the Beck Scale for Suicide Ideation. The research instruments included the Suicide Rumination Scale developed by Rogers et al. (2017), the Difficulties in Emotion Regulation Scale developed by Gratz and Roemer (2004), the Interpersonal Needs Questionnaire developed by Van Orden et al. (2012), and the Beck Scale for Suicide Ideation developed by Beck et al. (1979). Data were analyzed using SPSS-26 through multivariate analysis of variance (MANOVA) and follow-up tests. The results of multivariate analysis of variance demonstrated a significant difference between individuals with and without suicidal ideation regarding the combined dependent variables ($P < 0.001$). Univariate analyses further revealed that individuals with suicidal ideation scored significantly higher in suicide-specific rumination, difficulties in emotion regulation, perceived burdensomeness, and thwarted belongingness compared to individuals without suicidal ideation. Moreover, effect size indices indicated that suicide-specific rumination and perceived burdensomeness were the strongest discriminating variables between the two groups. The findings of the present study highlighted the prominent role of cognitive, emotional, and interpersonal factors in distinguishing individuals with suicidal ideation from those without such thoughts. Suicide-specific rumination, deficits in emotion regulation, and maladaptive interpersonal beliefs appear to be among the most important psychological mechanisms associated with suicidal ideation. Therefore, therapeutic interventions focused on reducing rumination, improving emotion regulation skills, and strengthening social connectedness may be effective in reducing suicidal ideation and preventing self-injurious behaviors.

Keywords: *Suicidal ideation, suicide-specific rumination, emotion regulation difficulties, perceived burdensomeness, thwarted belongingness*



Rezvan Limoochinia^{1*}, Sana Dalali², Jafar Kardan³

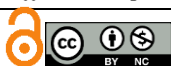
1. Department of Psychology, Na.C., Islamic Azad University, Najafabad, Iran.

2. Department of Psychology, Za.C., Islamic Azad University, Zanjan, Iran

3. Department of Psychology, ToJ.C., Islamic Azad University, Torbat Jam, Iran

*Corresponding Author's Email:
rezvan.limoochinia@iau.ir

How to cite: Limoochinia, R., Dalali, S., & Kardan, J. (2027). Comparison of Suicide-Specific Rumination, Difficulties in Emotion Regulation, Perceived Burdensomeness, and Thwarted Belongingness in Individuals With and Without Suicidal Ideation. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 4(6), 1-16.



افکار خودکشی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین شاخص‌های خطر در طیف رفتارهای خودآسیب‌رسان، در دهه‌های اخیر به یکی از دغدغه‌های اصلی حوزه سلامت روان تبدیل شده است. افزایش روزافزون میزان افکار خودکشی در جوامع مختلف، پژوهشگران را به سوی شناسایی سازوکارهای روان‌شناختی دخیل در شکل‌گیری و تداوم این پدیده سوق داده است. گزارش‌های جهانی نشان می‌دهد که افکار خودکشی نه تنها در جمعیت‌های بالینی بلکه در جمعیت عمومی نیز روندی افزایشی داشته و به یکی از مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های اقدام به خودکشی تبدیل شده است (Tucker, 2024). در رویکردهای نوین خودکشی، تأکید می‌شود که افکار خودکشی حاصل تعامل پیچیده‌ای از عوامل شناختی، هیجانی و بین‌فردی است و نمی‌توان آن را صرفاً پیامد مستقیم اختلالات روان‌پزشکی دانست (Klonsky et al., 2023). بر اساس نظریه‌های «از اندیشه تا عمل»، افکار خودکشی نقطه آغاز زنجیره‌ای از فرایندهای روان‌شناختی هستند که در صورت تداوم و تشدید می‌توانند به رفتارهای خودکشی منجر شوند (Klonsky et al., 2023). بنابراین، شناسایی متغیرهایی که افراد دارای افکار خودکشی را از افراد فاقد این افکار متمایز می‌کنند، از اهمیت نظری و کاربردی ویژه‌ای برخوردار است.

یکی از مهم‌ترین سازه‌های شناختی مرتبط با افکار خودکشی، نشخوار ذهنی خودکشی است. نشخوار ذهنی به درگیری مکرر، تکرارشونده و غیرارادی با افکار منفی اشاره دارد که معمولاً با تمرکز بر ناکامی‌ها، درماندگی و احساس ناامیدی همراه است. در سال‌های اخیر، پژوهشگران مفهوم «نشخوار ذهنی اختصاصی خودکشی» را مطرح کرده‌اند که به اشتغال ذهنی مداوم با افکار مرتبط با مرگ و خودکشی اشاره دارد (Rogers et al., 2017). این سازه نه تنها شدت افکار خودکشی را افزایش می‌دهد، بلکه می‌تواند به تثبیت شناختی این افکار و کاهش انعطاف‌پذیری شناختی منجر شود. یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که افراد دارای افکار خودکشی در مقایسه با افراد عادی، بیشتر درگیر چرخه‌های نشخواری هستند و این نشخوارها به تداوم هیجان‌های منفی و ناتوانی در یافتن راه‌حل‌های سازگارانه منجر می‌شود (Law & Tucker, 2023). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند که نشخوار ذهنی خودکشی حتی پس از کنترل متغیرهایی مانند افسردگی و اضطراب نیز نقش مستقلی در پیش‌بینی افکار و رفتارهای خودکشی دارد (Rogers et al., 2023). در واقع، تکرار مداوم افکار خودکشی موجب عادی‌سازی شناختی این افکار شده و فاصله روانی فرد با ایده مرگ را کاهش می‌دهد.

مطالعات اخیر نیز اهمیت نشخوار ذهنی را در نوجوانان و بزرگسالان در معرض خطر تأیید کرده‌اند. به‌عنوان مثال، پژوهش وو و همکاران نشان داد که راهبردهای ناسازگار تنظیم هیجان شناختی، به‌ویژه نشخوار ذهنی و فاجعه‌سازی، نقش واسطه‌ای مهمی در ارتباط بین عدم تحمل بلا تکلیفی و افکار خودکشی ایفا می‌کنند (Wu et al., 2025). علاوه بر این، پژوهش‌های جدید نشان می‌دهند که نشخوار ذهنی با افزایش درد روانی، احساس ناامیدی و کاهش توانایی حل مسئله همراه است و از این طریق خطر خودکشی را افزایش می‌دهد (Villacura-Herrera et al., 2025). بنابراین، نشخوار ذهنی را می‌توان یکی از سازوکارهای شناختی اصلی در پویایی افکار خودکشی دانست که در تعامل با سایر عوامل هیجانی و بین‌فردی عمل می‌کند.

در کنار فرایندهای شناختی، دشواری در تنظیم هیجان نیز به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل آسیب‌پذیری روان‌شناختی مرتبط با خودکشی شناخته می‌شود. تنظیم هیجان به مجموعه فرایندهایی اشاره دارد که افراد از طریق آن‌ها هیجان‌های خود را شناسایی، ارزیابی و مدیریت می‌کنند. نقص در این فرایند می‌تواند موجب تجربه هیجان‌های شدید، ناپایدار و کنترل‌ناپذیر شود. مرورهای نظام‌مند اخیر نشان داده‌اند که دشواری در تنظیم هیجان با طیف وسیعی از رفتارهای پرخطر، از جمله افکار و رفتارهای خودکشی، ارتباط معنادار دارد (Dixon-Gordon et al., 2024; Weiss et al., 2023). افرادی که در تنظیم هیجان مشکل دارند، معمولاً از راهبردهای ناسازگار مانند اجتناب شناختی، سرکوب هیجان و تکانشگری استفاده می‌کنند و همین امر زمینه را برای افزایش پریشانی روانی فراهم می‌سازد.

پژوهش‌های جدید در حوزه رفتارهای خودآسیب‌رسان نیز نقش محوری تنظیم هیجان را تأیید کرده‌اند. برای مثال، راجما و هندراوان نشان دادند که نقص در کارکردهای اجرایی از طریق بی‌نظمی هیجانی می‌تواند رفتارهای خودآسیب‌رسان را در نوجوانان پیش‌بینی کند (Rachma

(Hendrawan, 2025 &). همچنین، ترنر و چپمن گزارش کردند که دشواری در تنظیم هیجان در کنار تکانشگری، با علائم اختلال شخصیت مرزی و رفتارهای خودآسیب‌رسان غیرخودکشی مرتبط است (Turner & Chapman, 2025). در بیماران مبتلا به اختلال دوقطبی نیز مشخص شده است که استفاده از راهبردهای ناسازگار تنظیم هیجان با افزایش خطر خودکشی همراه است (Polat, 2025). افزون بر این، پژوهش‌های انجام‌شده در جمعیت‌های افسرده‌نشان داده‌اند که تنظیم هیجان نقش میانجی در ارتباط میان سیستم‌های مغزی-رفتاری و افکار خودکشی دارد (Vashaghani Farahani & Safari, 2025). در مجموع، این یافته‌ها بیانگر آن هستند که ناتوانی در مدیریت هیجان‌ها می‌تواند فرد را در برابر افکار خودکشی آسیب‌پذیر سازد.

در سال‌های اخیر، توجه فزاینده‌ای به نقش عوامل بین‌فردی در شکل‌گیری افکار خودکشی معطوف شده است. نظریه بین‌فردی خودکشی، که توسط ون اوردن و همکاران مطرح شد، دو سازه اساسی «احساس سربرابردن ادراک‌شده» و «تعلق‌پذیری ناکام» را به‌عنوان مهم‌ترین عوامل روان‌شناختی مرتبط با افکار خودکشی معرفی می‌کند (Van Orden et al., 2012). احساس سربرابردن ادراک‌شده به این باور اشاره دارد که فرد حضور خود را برای دیگران مضر و هزینه‌زا می‌داند و تصور می‌کند نبود او برای اطرافیان مفیدتر خواهد بود. این احساس معمولاً با شرم، گناه و بی‌ارزشی همراه است و می‌تواند انگیزه مرگ را تقویت کند. فراتحلیل‌های اخیر نشان داده‌اند که احساس سربرابردن یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های افکار خودکشی در گروه‌های سنی و فرهنگی مختلف است (Ma et al., 2024). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند که این متغیر می‌تواند میانجی ارتباط میان افسردگی، درد روانی و افکار خودکشی باشد (Hill et al., 2024).

از سوی دیگر، تعلق‌پذیری ناکام به تجربه ذهنی فقدان ارتباط معنادار با دیگران اشاره دارد. افرادی که احساس می‌کنند به دیگران تعلق ندارند یا از سوی جامعه طرد شده‌اند، بیشتر در معرض احساس تنهایی، ناامیدی و افکار خودکشی قرار می‌گیرند. نظریه بین‌فردی خودکشی بیان می‌کند که زمانی که احساس سربرابردن و تعلق‌پذیری ناکام به‌طور همزمان تجربه شوند، خطر افکار خودکشی به‌صورت چشمگیری افزایش می‌یابد (Chu, Hom, et al., 2023). مرور نظام‌مند چو و همکاران نیز نشان داد که شواهد تجربی گسترده‌ای از نقش این دو سازه در پیش‌بینی افکار خودکشی حمایت می‌کنند (Chu, Hom, et al., 2023). افزون بر این، پژوهش هیل و همکاران نشان داد که تعلق‌پذیری ناکام به‌ویژه در نوجوانان و جوانان دارای مشکلات بین‌فردی، ارتباط معناداری با افکار خودکشی دارد (Hill et al., 2024).

برخی پژوهش‌های جدید نیز بر تعامل عوامل هیجانی و بین‌فردی در خودکشی تأکید کرده‌اند. برای مثال، نیکولیچ و همکاران نشان دادند که مشکلات خانوادگی، بی‌نظمی هیجانی، قلدری سایبری و اختلالات خواب به‌طور مشترک خطر گرایش‌های خودکشی را در نوجوانان افزایش می‌دهند (Nikolić et al., 2025). همچنین، مطالعاتی درباره بی‌خوابی نشان داده‌اند که اختلالات خواب با افزایش افکار و رفتارهای خودکشی مرتبط هستند و این ارتباط از طریق تشدید آشفتگی هیجانی و احساس انزوای اجتماعی تقویت می‌شود (Chu, Buchman-Schmitt, et al., 2023). در همین راستا، وان و همکاران گزارش کردند که تعارض والدین می‌تواند از طریق کاهش عزت‌نفس و خودکارآمدی هیجانی، احتمال رفتارهای خودآسیب‌رسان را افزایش دهد (Wan et al., 2025). این یافته‌ها نشان می‌دهد که عوامل شناختی، هیجانی و بین‌فردی در قالب شبکه‌ای پیچیده با یکدیگر تعامل دارند و نمی‌توان آن‌ها را به‌صورت مجزا بررسی کرد.

علاوه بر شناسایی عوامل خطر، پژوهشگران بر توسعه مداخلات درمانی مبتنی بر این سازه‌ها نیز تمرکز کرده‌اند. مرور نظام‌مند ساکارو و همکاران نشان داد که مداخلات مبتنی بر بهبود تنظیم هیجان که در دوره بستری بحران خودکشی اجرا می‌شوند، می‌توانند به کاهش افکار خودکشی و پریشانی روانی منجر شوند (Saccaro et al., 2026). این یافته‌ها اهمیت تمرکز بر مؤلفه‌های هیجانی و شناختی را در برنامه‌های پیشگیرانه و درمانی برجسته می‌سازد. همچنین، مطالعات جدید نشان داده‌اند که بهبود مهارت‌های مقابله‌ای و تنظیم هیجان می‌تواند شدت نشخوار ذهنی و احساس سربرابردن را کاهش دهد و از این طریق خطر افکار خودکشی را کم کند (Villacura-Herrera et al., 2025).

با وجود گسترش پژوهش‌ها در زمینه خودکشی، هنوز خلأهای پژوهشی مهمی وجود دارد. نخست آنکه بیشتر پژوهش‌ها هر یک از متغیرهای نشخوار ذهنی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس سربرابردن ادراک‌شده و تعلق‌پذیری ناکام را به‌صورت جداگانه بررسی کرده‌اند و مطالعات

محدودی این متغیرها را به طور همزمان در افراد با و بدون افکار خودکشی مقایسه کرده‌اند. دوم آنکه بخش عمده پژوهش‌ها در جوامع غربی انجام شده و تعمیم نتایج به بافت‌های فرهنگی دیگر، به‌ویژه جامعه ایرانی، نیازمند احتیاط است. سوم آنکه در ایران، پژوهش‌های اندکی با تمرکز بر مدل‌های چندعاملی شناختی-هیجانی-بین‌فردی خودکشی انجام شده است و هنوز مشخص نیست کدام‌یک از این متغیرها سهم بیشتری در تمایز افراد دارای افکار خودکشی دارند. از سوی دیگر، تفاوت‌های فرهنگی در تجربه هیجان، روابط بین‌فردی و نگرش به خودکشی می‌تواند الگوهای متفاوتی از این سازه‌ها ایجاد کند و ضرورت انجام پژوهش‌های بومی را برجسته سازد. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف مقایسه نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس سربار بودن ادراک‌شده و تعلق‌پذیری ناکام در افراد با و بدون افکار خودکشی انجام شد.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نوع علی-مقایسه‌ای (پس‌رویدادی) بود که با هدف مقایسه متغیرهای نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس سربار بودن ادراک‌شده و تعلق‌پذیری ناکام در افراد با و بدون افکار خودکشی انجام شد. جامعه آماری شامل تمامی بزرگسالان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر ایزده در سال ۱۴۰۴ بود. از این جامعه، تعداد ۱۳۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند؛ این روش به دلیل ماهیت حساس متغیر مورد مطالعه (افکار خودکشی) و ضرورت شناسایی دقیق افراد دارای و فاقد افکار خودکشی، مناسب‌ترین شیوه برای دسترسی به نمونه‌های واجد شرایط در نظر گرفته شد. نمونه‌ها بر اساس نمره برش در مقیاس افکار خودکشی بک و همکاران (۱۹۷۹) در دو گروه دارای افکار خودکشی و فاقد افکار خودکشی جای‌دهی شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل سن ۱۸ تا ۵۵ سال، توانایی خواندن و نوشتن، رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش و نداشتن اختلالات روان‌پریشی یا ناتوانی شناختی شدید (بر اساس پرونده یا مصاحبه اولیه) بود؛ همچنین معیارهای خروج شامل عدم تکمیل پرسشنامه‌ها، پاسخ‌دهی تصادفی یا وجود شرایط بحرانی حاد (نیاز به مداخله فوری) در نظر گرفته شد. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس نشخوار ذهنی خودکشی (روگرز و همکاران، ۲۰۱۷)، مقیاس دشواری در تنظیم هیجان گراتز و رومر (۲۰۰۴)، پرسشنامه نیازهای بین‌فردی ون اوردن و همکاران (۲۰۱۲) و مقیاس افکار خودکشی بک و همکاران (۱۹۷۹) بود. در فرآیند اجرا، پس از اخذ مجوزهای لازم و هماهنگی با مراکز مربوطه، شرکت‌کنندگان به‌صورت فردی در محیطی آرام پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند و در صورت نیاز، توضیحات لازم ارائه شد. ابزارهای پژوهش شامل:

پرسشنامه نشخوار ذهنی خودکشی! مقیاس نشخوار ذهنی خودکشی توسط راجرز و همکاران^۱ (۲۰۱۷) با هدف سنجش میزان درگیری شناختی تکرارشونده، مزاحم و متمرکز بر افکار خودکشی طراحی شده است. این ابزار شامل ۱۰ گویه است که به‌صورت تک‌بعدی عمل می‌کند و پاسخ‌ها بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» نمره‌گذاری می‌شوند؛ دامنه نمرات بین ۱۰ تا ۵۰ بوده و نمرات بالاتر نشان‌دهنده نشخوار ذهنی بیشتر است. در مطالعه اولیه، تحلیل عاملی تأییدی ساختار تک‌عاملی مقیاس را تأیید کرد و روایی همگرا آن از طریق همبستگی مثبت معنادار با افکار خودکشی و افسردگی و روایی واگرا آن از طریق همبستگی پایین‌تر با سازه‌های غیرمرتبط گزارش شد. پایایی این ابزار نیز در مطالعات خارجی بسیار مطلوب گزارش شده است، به‌طوری‌که آلفای کرونباخ آن حدود ۰/۹۰ و پایایی بازآزمایی آن در فاصله زمانی دو هفته‌ای حدود ۰/۸۰ گزارش شده است. در ایران، این مقیاس در پژوهش‌های مختلف از جمله توسط عزیزی و همکاران (۱۳۹۹) و همچنین جمعیت دانشجویی مورد استفاده قرار گرفته و نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان‌دهنده برازش مناسب مدل بوده است؛ همچنین ضرایب پایایی درونی در این مطالعات بیش از ۰/۸۱ گزارش شده که بیانگر ثبات درونی مطلوب ابزار در بافت فرهنگی ایران است.

1 Suicide Rumination Scale

2 Rogers et al

پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجان! مقیاس دشواری در تنظیم هیجان توسط گراتز و رائمر^۱ (۲۰۰۴) طراحی شده و یکی از جامع‌ترین ابزارها برای سنجش ابعاد مختلف نقص در تنظیم هیجان به شمار می‌رود. این مقیاس شامل ۳۶ گویه و ۶ زیرمقیاس است: عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی (۶ گویه)، دشواری در انجام رفتار هدفمند (۵ گویه)، دشواری در کنترل تکانه (۶ گویه)، فقدان آگاهی هیجانی (۶ گویه)، دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجان (۸ گویه) و فقدان وضوح هیجانی (۵ گویه). پاسخ‌ها در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از «تقریباً هرگز» تا «تقریباً همیشه» نمره‌گذاری شده و دامنه نمرات کل بین ۳۶ تا ۱۸۰ است؛ نمرات بالاتر نشان‌دهنده دشواری بیشتر در تنظیم هیجان است. در مطالعه اصلی، تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی ساختار شش‌عاملی را تأیید کرد و روایی همگرا آن با شاخص‌های افسردگی، اضطراب و تکانشگری بالا گزارش شد. پایایی درونی این مقیاس در مطالعات خارجی بین ۰/۸۶ تا ۰/۹۳ و پایایی بازآزمایی آن حدود ۰/۸۸ گزارش شده است. در ایران، این مقیاس توسط خیر و همکاران (۱۳۸۹) هنجاریابی شده است؛ نتایج این مطالعه نشان داد که ساختار عاملی مقیاس در نمونه ایرانی نیز تأیید می‌شود و آلفای کرونباخ برای کل مقیاس حدود ۰/۸۶ و برای زیرمقیاس‌ها بین ۰/۷۰ تا ۰/۸۵ گزارش شده است. همچنین روایی همگرا از طریق همبستگی با مقیاس‌های افسردگی و اضطراب و روایی سازه از طریق تحلیل عاملی تأییدی مورد تأیید قرار گرفته است.

پرسشنامه نیازهای بین فردی:^۲ پرسشنامه نیازهای بین فردی توسط ون اوردن و همکاران^۴ (۲۰۱۲) بر اساس نظریه بین فردی خودکشی طراحی شده و به طور خاص دو سازه احساس سربرابردن ادراک‌شده و تعلق‌پذیری ناکام را اندازه‌گیری می‌کند. نسخه مورد استفاده در این پژوهش شامل ۱۵ گویه است که در دو زیرمقیاس احساس سربرابردن ادراک‌شده (۶ گویه) و تعلق‌پذیری ناکام (۹ گویه) سازمان‌دهی شده است. پاسخ‌ها در طیف لیکرت ۷ درجه‌ای از «اصلاً درست نیست» تا «کاملاً درست است» نمره‌گذاری می‌شوند و دامنه نمرات کل بین ۱۵ تا ۱۰۵ است؛ نمرات بالاتر نشان‌دهنده شدت بیشتر نیازهای بین فردی ناکام است. در مطالعات اولیه، تحلیل عاملی تأییدی ساختار دوعاملی را تأیید کرد و روایی همگرا آن از طریق همبستگی بالا با افکار خودکشی و افسردگی و روایی واگرا از طریق تمایز با سازه‌های غیرمرتبط گزارش شد. پایایی درونی این ابزار در مطالعات خارجی برای زیرمقیاس‌ها بین ۰/۸۰ تا ۰/۹۰ گزارش شده است. در ایران، این پرسشنامه توسط بشارت و همکاران (۱۳۹۵) مورد بررسی روان‌سنجی قرار گرفته و نتایج نشان داده است که ساختار عاملی دوبعدی آن در نمونه ایرانی نیز تأیید می‌شود؛ همچنین ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها بیش از ۰/۷۹ و شاخص‌های برازش مدل در تحلیل عاملی تأییدی مطلوب گزارش شده است که بیانگر روایی و پایایی مناسب ابزار در جامعه ایرانی است.

پرسشنامه افکار خودکشی:^۵ مقیاس افکار خودکشی بک توسط بک و همکاران (۱۹۷۹) برای سنجش شدت نگرش‌ها، تمایلات و برنامه‌ریزی مرتبط با خودکشی طراحی شده است. این مقیاس شامل ۱۹ گویه است که هر گویه در مقیاس سه‌درجه‌ای از ۰ تا ۲ نمره‌گذاری می‌شود و دامنه نمرات کل بین ۰ تا ۳۸ است؛ نمرات بالاتر نشان‌دهنده شدت بیشتر افکار خودکشی است. این ابزار دارای ساختار چندبعدی شامل مؤلفه‌هایی مانند تمایل به مرگ، برنامه‌ریزی و کنترل بر افکار است. در مطالعات خارجی، روایی همگرا این مقیاس از طریق همبستگی بالا با افسردگی و ناامیدی و روایی پیش‌بین آن در پیش‌بینی رفتارهای خودکشی تأیید شده است. پایایی درونی این ابزار در مطالعات مختلف بین ۰/۸۵ تا ۰/۹۱ و پایایی بازآزمایی آن نیز مطلوب گزارش شده است. در ایران، این مقیاس توسط کویانی و موسوی (۱۳۸۷) هنجاریابی شده است؛ نتایج این مطالعه نشان داد که آلفای کرونباخ کل مقیاس حدود ۰/۸۹ بوده و روایی همگرا آن با مقیاس افسردگی بک و سایر شاخص‌های روان‌شناختی تأیید شده است. همچنین تحلیل عاملی نشان‌دهنده ساختار مناسب این ابزار در نمونه ایرانی بوده و کاربرد آن را در پژوهش‌های داخلی معتبر می‌سازد.

1 Difficulties in Emotion Regulation Scale

2 Gratz & Roemer

3 Interpersonal Needs Questionnaire

4 Van Orden et al

5 Beck Scale for Suicide Ideation

داده‌های به‌دست‌آمده با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند؛ به‌منظور بررسی تفاوت بین گروه‌ها از تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) استفاده شد و در ادامه، برای تعیین محل تفاوت‌ها از آزمون‌های تعقیبی و شاخص‌های اندازه اثر بهره گرفته شد.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی متغیرهای جمعیت شناختی در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: یافته‌های توصیفی متغیرهای جمعیت شناختی

متغیر	گروه با افکار خودکشی		گروه بدون افکار خودکشی	
	فرآوانی	درصد	فرآوانی	درصد
تحصیلات	دیپلم و فوق دیپلم	۳۰	۲۰	۳۰/۸
	لیسانس	۲۲	۲۷	۴۱/۵
	فوق لیسانس و دکتری	۱۳	۱۸	۲۷/۷
متغیر	میانگین (انحراف استاندارد)		میانگین (انحراف استاندارد)	
سن	۳۱/۱۲ (۶/۲۵)		۲۸/۹۴ (۵/۸۸)	

باتوجه به نتایج جدول فوق، توزیع سطح تحصیلات در دو گروه نشان می‌دهد که در گروه دارای افکار خودکشی، بیشترین فراوانی مربوط به افراد با تحصیلات دیپلم و فوق دیپلم (۴۶/۲ درصد) بوده است، در حالی که در گروه فاقد افکار خودکشی، بیشترین فراوانی مربوط به افراد دارای مدرک لیسانس (۴۱/۵ درصد) است. همچنین، میانگین سن در گروه دارای افکار خودکشی (۳۱/۱۲ سال) نسبت به گروه فاقد افکار خودکشی (۲۸/۹۴ سال) بالاتر گزارش شد.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در گروه‌ها

متغیر	با افکار خودکشی		بدون افکار خودکشی	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
نشخوار ذهنی خودکشی	۳۸/۷۲	۶/۱۵	۲۴/۸۳	۵/۹۲
دشواری در تنظیم هیجان	۱۲۴/۵۶	۱۴/۲۸	۹۶/۴۱	۱۲/۷۵
احساس سربار بودن ادراک شده	۳۲/۱۸	۶/۸۷	۲۰/۳۵	۵/۹۴
تعلق پذیری ناکام	۴۱/۶۷	۷/۲۲	۲۹/۵۴	۶/۴۸

با توجه به جدول فوق، میانگین نمرات تمامی متغیرهای پژوهش در گروه دارای افکار خودکشی به‌طور قابل‌توجهی بالاتر از گروه فاقد افکار خودکشی است. به‌طور مشخص، میانگین نشخوار ذهنی خودکشی در افراد دارای افکار خودکشی (۳۸/۷۲) در مقایسه با افراد بدون افکار خودکشی (۲۴/۸۳) بالاتر گزارش شد. همچنین، در متغیر دشواری در تنظیم هیجان، گروه دارای افکار خودکشی میانگین بالاتری (۱۲۴/۵۶) نسبت به گروه مقابل (۹۶/۴۱) داشت که نشان‌دهنده نقص بیشتر در مهارت‌های تنظیم هیجان در این افراد است. در خصوص متغیرهای بین‌فردی نیز، میانگین احساس سربار بودن ادراک شده و تعلق‌پذیری ناکام در گروه دارای افکار خودکشی به‌مراتب بالاتر از گروه فاقد افکار خودکشی بود.

قبل از اجرای تحلیل واریانس چندمتغیره، پیش‌فرض‌های آن شامل نرمال بودن توزیع داده‌ها، همگنی واریانس‌ها، همگنی ماتریس‌های کوواریانس و عدم هم‌خطی چندگانه بررسی شد.

جدول ۳: نتایج آزمون‌های پیش فرض برای متغیرهای پژوهش

متغیر	نرمال بودن (Shapiro-Wilk)	Si g	همگنی واریانس‌ها (Levene)	Si g	VIF
نشخوار ذهنی خودکشی	۰/۹۶	۰/۱۲	۱/۴۵	۰/۲۳	۱/۷۸
دشواری در تنظیم هیجان	۰/۹۵	۰/۰۹	۱/۸۷	۰/۱۵	۲/۱۰
احساس سربار بودن ادراک شده	۰/۹۷	۰/۱۸	۱/۳۲	۰/۲۷	۱/۶۵
تعلق پذیری ناکام	۰/۹۴	۰/۰۸	۲/۰۳	۰/۱۱	۱/۹۲

بر اساس نتایج جدول فوق، پیش فرض‌های لازم برای اجرای تحلیل واریانس چندمتغیره به طور کامل بررسی شد. نتایج آزمون شاپیرو-ویلک نشان داد که توزیع نمرات تمامی متغیرهای پژوهش از نرمال بودن انحراف معناداری ندارد ($P > 0.05$). همچنین، آزمون لوین برای تمامی متغیرها غیرمعنادار گزارش شد که بیانگر همگنی واریانس‌ها بین دو گروه است. علاوه بر این، شاخص‌های تورم واریانس (VIF) در تمامی متغیرها کمتر از ۵ بود که نشان دهنده عدم وجود هم خطی چندگانه بین متغیرها است. در سطح چندمتغیره نیز، آزمون ام باکس غیرمعنادار بود ($P < 0.05$) که حاکی از برابری ماتریس‌های کوواریانس است. بنابراین، با توجه به رعایت تمامی پیش فرض‌ها، استفاده از تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) برای تحلیل داده‌ها مناسب تشخیص داده شد.

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس چندگانه جهت مقایسه دو گروه با افکار خودکشی و بدون افکار خودکشی در متغیرهای پژوهش

آزمون	مقدار	F	df فرضیه	df خطا	Si g	η^2	توان آماری
Pillai's Trace	۰/۶۹	۶۹/۸۴	۴	۱۲۵	۰/۰۰۱	۰/۶۹	۰/۹۹
Wilks' Lambda	۰/۳۱	۶۹/۸۴	۴	۱۲۵	۰/۰۰۱	۰/۶۹	۰/۹۹
Hotelling's Trace	۲/۲۱	۶۹/۸۴	۴	۱۲۵	۰/۰۰۱	۰/۶۹	۰/۹۹
Roy's Largest Root	۲/۲۱	۶۹/۸۴	۴	۱۲۵	۰/۰۰۱	۰/۶۹	۰/۹۹

نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره نشان داد که اثر گروه (با و بدون افکار خودکشی) بر ترکیب متغیرهای وابسته معنادار است. تمامی شاخص‌های چندمتغیره معنادار بودند ($P < 0.001$). با توجه به مقدار شاخص‌ها، می‌توان نتیجه گرفت که تفاوت معناداری بین دو گروه در ترکیب خطی متغیرهای نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس سربار بودن ادراک شده و تعلق پذیری ناکام وجود دارد. اندازه اثر $\eta^2 = 0.69$ نشان دهنده اثر بسیار بزرگ بوده و بیانگر آن است که حدود ۶۹ درصد از واریانس ترکیبی متغیرهای وابسته توسط متغیر گروه تبیین می‌شود. همچنین، توان آماری بالا (۰/۹۹) نشان دهنده کفایت حجم نمونه و قدرت مناسب آزمون در شناسایی تفاوت‌ها است.

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس تک متغیره جهت مقایسه دو گروه با افکار خودکشی و بدون افکار خودکشی در متغیرهای پژوهش

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	Si g	η^2
نشخوار ذهنی خودکشی	بین گروهی	۸۴۲۱/۳۵	۱	۸۴۲۱/۳۵	۱۱۲/۴۵	۰/۰۰۱	۰/۴۶
	درون گروهی	۹۵۹۳/۲۲	۱۲۸	۷۴/۹۵			
	کل	۱۸۰۱۴/۵۷	۱۲۹				
دشواری در تنظیم هیجان	بین گروهی	۱۵۴۳۲/۱۸	۱	۱۵۴۳۲/۱۸	۹۸/۳۲	۰/۰۰۱	۰/۴۳
	درون گروهی	۲۰۰۸۷/۶۴	۱۲۸	۱۵۶/۹۳			
	کل	۳۵۵۱۹/۸۲	۱۲۹				
احساس سربار بودن	بین گروهی	۶۲۳۴/۷۱	۱	۶۲۳۴/۷۱	۱۰۵/۶۷	۰/۰۰۱	۰/۴۵
	درون گروهی	۷۵۴۹/۳۸	۱۲۸	۵۸/۹۷			
	کل	۱۳۷۸۴/۰۹	۱۲۹				
تعلق پذیری ناکام	بین گروهی	۵۸۱۲/۴۴	۱	۵۸۱۲/۴۴	۸۷/۲۱	۰/۰۰۱	۰/۴۰
	درون گروهی	۸۵۳۱/۶۶	۱۲۸	۶۶/۶۵			
	کل	۱۴۳۴۴/۱۰	۱۲۹				

همان‌گونه که در جدول فوق مشاهده می‌شود، نتایج تحلیل واریانس تک‌متغیره نشان داد که اثر گروه در تمامی متغیرهای پژوهش معنادار است ($P < 0.001$). به طوری که در تمامی متغیرها، مقدار F بالا و سطح معناداری کمتر از 0.01 گزارش شد که بیانگر تفاوت معنادار بین دو گروه است. همچنین، اندازه اثر (η^2) در تمامی متغیرها در سطح بالا قرار دارد (بین 0.40 تا 0.46) که نشان‌دهنده نقش قابل توجه متغیر گروه در تبیین واریانس متغیرهای وابسته است.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین افراد دارای افکار خودکشی و افراد فاقد افکار خودکشی از نظر نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس سربرابردن ادراک‌شده و تعلق‌پذیری ناکام تفاوت معناداری وجود دارد و افراد دارای افکار خودکشی در تمامی این متغیرها نمرات بالاتری کسب کردند. همچنین، نتایج تحلیل اندازه اثر نشان داد که نشخوار ذهنی خودکشی و احساس سربرابردن ادراک‌شده از قوی‌ترین عوامل تمایزدهنده میان دو گروه بودند. این یافته‌ها با مدل‌های معاصر خودکشی، به‌ویژه نظریه‌های «از اندیشه تا عمل» همسو است که بیان می‌کنند افکار خودکشی محصول تعامل پویا میان عوامل شناختی، هیجانی و بین‌فردی است و صرفاً به وجود یک اختلال روانی محدود نمی‌شود (Klonsky et al., 2023). همچنین، این نتایج با روندهای جهانی گزارش‌شده در زمینه افزایش افکار خودکشی و ضرورت شناسایی عوامل خطر روان‌شناختی همخوانی دارد (Tucker, 2024).

در تبیین یافته مربوط به نشخوار ذهنی خودکشی می‌توان بیان کرد که این سازه به‌عنوان یک فرایند شناختی تکرارشونده عمل می‌کند که فرد را در چرخه‌ای از افکار منفی، ناامیدی و اشتغال ذهنی با مرگ گرفتار می‌سازد. افراد دارای افکار خودکشی معمولاً درگیر بازبینی مکرر شکست‌ها، احساس درماندگی و آینده‌ای تاریک هستند و همین امر سبب می‌شود افکار خودکشی در ذهن آن‌ها تثبیت شود. از منظر نظریه‌های پردازش شناختی، نشخوار ذهنی موجب سوگیری توجه به سمت محرک‌های منفی، کاهش انعطاف‌پذیری شناختی و محدود شدن توانایی حل مسئله می‌شود. در نتیجه، فرد در مواجهه با مشکلات زندگی، گزینه‌های مقابله‌ای سازگارانه را کمتر در دسترس می‌بیند و افکار خودکشی را به‌عنوان راهی برای پایان دادن به پریشانی روانی تجربه می‌کند. این تبیین با یافته‌های راجرز و همکاران همسو است که نشان دادند نشخوار ذهنی اختصاصی خودکشی با شدت افکار و رفتارهای خودکشی ارتباط مستقیم دارد (Rogers et al., 2023). همچنین، فراتحلیل لائو و تاکر نشان داد که نشخوار ذهنی یکی از پایدارترین پیش‌بینی‌کننده‌های افکار خودکشی در گروه‌های سنی مختلف است (Law & Tucker, 2023). افزون بر این، وو و همکاران گزارش کردند که راهبردهای ناسازگار تنظیم هیجان شناختی، به‌ویژه نشخوار ذهنی، در انتقال اثر عدم تحمل بلاتکلیفی به افکار خودکشی نقش واسطه‌ای دارند (Wu et al., 2025). بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که نشخوار ذهنی نه‌تنها پیامد پریشانی روانی، بلکه یکی از سازوکارهای فعال در تداوم و تشدید افکار خودکشی است.

یافته دیگر پژوهش نشان داد که افراد دارای افکار خودکشی در مقایسه با افراد فاقد این افکار، دشواری بیشتری در تنظیم هیجان دارند. این نتیجه نشان می‌دهد که ناتوانی در مدیریت هیجان‌های منفی، یکی از عوامل کلیدی آسیب‌پذیری در برابر افکار خودکشی است. از منظر مدل‌های تنظیم هیجان، افرادی که در تنظیم هیجان مشکل دارند، معمولاً در شناسایی، پذیرش و تعدیل هیجان‌های خود ناتوان هستند و در نتیجه هیجان‌های منفی در آن‌ها شدت بیشتری پیدا می‌کند. چنین افرادی به‌جای استفاده از راهبردهای سازگارانه مانند بازسازی شناختی یا حل مسئله، بیشتر به اجتناب، سرکوب هیجان یا تکانشگری متوسل می‌شوند که همین امر می‌تواند خطر افکار خودکشی را افزایش دهد. این یافته با مرور نظام‌مند دیکسون-گوردون و همکاران همسو است که نشان داد بی‌نظمی هیجانی با افزایش خطر خودکشی و رفتارهای خودآسیب‌رسان مرتبط است (Dixon-Gordon et al., 2024). همچنین، ویس و همکاران تأکید کردند که دشواری در تنظیم هیجان یکی از مهم‌ترین عوامل زمینه‌ساز رفتارهای پرخطر و آسیب‌رسان است (Weiss et al., 2023). نتایج پژوهش حاضر همچنین با یافته‌های پولات همخوانی دارد که نشان داد راهبردهای ناسازگار تنظیم هیجان در بیماران مبتلا به اختلال دوقطبی با افزایش خطر خودکشی همراه

است (Polat, 2025). افزون بر این، پژوهش‌های واشقانی فراهانی و صفری نشان داد که تنظیم هیجان نقش میانجی در رابطه بین سیستم‌های مغزی-رفتاری و افکار خودکشی در بیماران افسرده دارد (Vashaghani Farahani & Safari, 2025). در همین راستا، پژوهش‌های راجما و هندراوان نیز نشان داد که بی‌نظمی هیجانی می‌تواند ارتباط میان مشکلات کارکرد اجرایی و رفتارهای خودآسیب‌رسان را توضیح دهد (Rachma & Hendrawan, 2025). بنابراین، می‌توان گفت که نقص در تنظیم هیجان از طریق تشدید آشفتگی روانی و کاهش توان مقابله مؤثر، زمینه را برای شکل‌گیری افکار خودکشی فراهم می‌کند.

از دیگر یافته‌های مهم پژوهش حاضر، تفاوت معنادار دو گروه در احساس سربرابری ادراک‌شده بود. افراد دارای افکار خودکشی در مقایسه با افراد فاقد این افکار، احساس بیشتری از سربرابری برای دیگران را گزارش کردند. این یافته را می‌توان در چارچوب نظریه بین‌فردی خودکشی تبیین کرد. بر اساس این نظریه، زمانی که فرد باور دارد حضور او برای اطرافیان دردسرساز، بی‌فایده یا آسیب‌زا است، انگیزه مرگ در او تقویت می‌شود، زیرا مرگ را راهی برای رهایی دیگران از «بار وجود خود» می‌داند (Van Orden et al., 2012). احساس سربرابری معمولاً با هیجان‌هایی مانند شرم، گناه، بی‌ارزشی و ناامیدی همراه است و همین هیجان‌ها می‌توانند افکار خودکشی را تشدید کنند. یافته حاضر با فراتحلیل ما و همکاران همسواست که نشان داد احساس سربرابری یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های افکار خودکشی است (Ma et al., 2024). همچنین، هیل و همکاران گزارش کردند که این متغیر نقش محوری در ارتباط میان مشکلات بین‌فردی و افکار خودکشی دارد (Hill et al., 2024). افزون بر این، مرور نظام‌مند چو و همکاران نشان داد که احساس سربرابری در اغلب مدل‌های تجربی خودکشی، نقش مرکزی در شکل‌گیری افکار خودکشی ایفا می‌کند (Chu, Hom, et al., 2023). بنابراین، می‌توان گفت که زمانی که فرد خود را فاقد ارزش و مایه رنج دیگران می‌پندارد، آمادگی شناختی و هیجانی بیشتری برای تجربه افکار خودکشی پیدا می‌کند.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که تعلق‌پذیری ناکام در افراد دارای افکار خودکشی بیشتر از افراد فاقد این افکار است. این یافته نشان می‌دهد که احساس انزوای اجتماعی، فقدان حمایت عاطفی و ناتوانی در ایجاد روابط معنادار، از عوامل مهم مرتبط با افکار خودکشی هستند. از دیدگاه نظریه‌های دلبستگی و نیازهای بنیادین روان‌شناختی، انسان‌ها نیاز ذاتی به تعلق و ارتباط دارند و ناکامی در ارضای این نیاز می‌تواند به احساس تنهایی، بی‌معنایی و ناامیدی منجر شود. افرادی که احساس می‌کنند به جایی تعلق ندارند یا از سوی دیگران طرد شده‌اند، معمولاً در برابر افکار خودکشی آسیب‌پذیرتر هستند. این یافته با نتایج پژوهش هیل و همکاران همسواست که نشان داد تعلق‌پذیری ناکام با افکار خودکشی ارتباط معناداری دارد، به‌ویژه زمانی که با احساس سربرابری همراه شود (Hill et al., 2024). همچنین، مرور نظام‌مند چو و همکاران نشان داد که ترکیب احساس سربرابری و تعلق‌پذیری ناکام می‌تواند خطر افکار خودکشی را به‌طور چشمگیری افزایش دهد (Chu, Hom, et al., 2023). در همین راستا، نیکولیچ و همکاران گزارش کردند که مشکلات خانوادگی، احساس طرد اجتماعی و بی‌نظمی هیجانی از عوامل مهم گرایش‌های خودکشی در نوجوانان هستند (Nikolić et al., 2025). افزون بر این، یافته‌های پژوهش وان و همکاران نشان داد که تعارض والدین و کاهش خودکارآمدی هیجانی می‌تواند احساس انزوای اجتماعی و رفتارهای خودآسیب‌رسان را افزایش دهد (Wan et al., 2025). بنابراین، تعلق‌پذیری ناکام را می‌توان به‌عنوان زمینه‌ای اجتماعی-هیجانی در نظر گرفت که در تعامل با سایر عوامل شناختی و هیجانی، خطر افکار خودکشی را افزایش می‌دهد.

نتایج پژوهش حاضر همچنین از دیدگاه مدل‌های چندعاملی خودکشی قابل تبیین است. این مدل‌ها بیان می‌کنند که افکار خودکشی حاصل تعامل همزمان عوامل شناختی، هیجانی و بین‌فردی است و هیچ عامل واحدی به‌تنهایی قادر به تبیین کامل این پدیده نیست (Klonsky et al., 2023). در پژوهش حاضر نیز مشاهده شد که افراد دارای افکار خودکشی نه‌تنها در یک متغیر، بلکه در تمامی ابعاد شناختی، هیجانی و بین‌فردی نمرات بالاتری داشتند. این یافته نشان می‌دهد که افکار خودکشی زمانی شکل می‌گیرد که چندین عامل خطر به‌طور همزمان فعال شوند و شبکه‌ای از آسیب‌پذیری‌های روان‌شناختی را ایجاد کنند. در همین راستا، ویلاکورا-هرا و همکاران نشان دادند که ناامیدی، آسیب‌شناسی روانی، بی‌نظمی هیجانی و ضعف مهارت‌های مقابله‌ای در قالب یک شبکه روان‌شناختی با یکدیگر تعامل دارند و به تداوم افکار خودکشی منجر

می‌شوند (Villacura-Herrera et al., 2025). همچنین، یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعات مربوط به اختلال خواب و خودکشی نیز همسواست؛ به‌گونه‌ای که چو و همکاران نشان دادند بی‌خوابی از طریق افزایش آشفتگی هیجانی و انزوای اجتماعی، خطر افکار خودکشی را افزایش می‌دهد (Chu, Buchman-Schmitt, et al., 2023). این نتایج اهمیت رویکردهای یکپارچه در تبیین و درمان افکار خودکشی را برجسته می‌سازد.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که نشخوار ذهنی خودکشی، دشواری در تنظیم هیجان، احساس سرباربودن ادراک‌شده و تعلق‌پذیری ناکام نقش مهمی در تمایز افراد دارای افکار خودکشی از افراد فاقد این افکار دارند. این یافته‌ها از مدل‌های شناختی-هیجانی-بین‌فردی خودکشی حمایت می‌کند و نشان می‌دهد که افکار خودکشی حاصل تعامل پیچیده‌ای از فرایندهای روان‌شناختی است. همچنین، نتایج حاضر بر اهمیت توجه همزمان به عوامل شناختی، هیجانی و اجتماعی در ارزیابی و مداخله‌های مرتبط با خودکشی تأکید دارد. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و محدود بودن نمونه به مراجعان مراکز مشاوره یک شهر اشاره کرد که ممکن است تعمیم‌پذیری یافته‌ها را محدود سازد. همچنین، استفاده از ابزارهای خودگزارشی می‌تواند تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی و تمایل به ارائه تصویر مطلوب اجتماعی قرار گیرد. از دیگر محدودیت‌ها می‌توان به ماهیت مقطعی پژوهش اشاره کرد که امکان استنتاج روابط علی میان متغیرها را فراهم نمی‌کند.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با استفاده از طرح‌های طولی، نقش متغیرهای شناختی، هیجانی و بین‌فردی را در پیش‌بینی سیر تحول افکار خودکشی بررسی کنند. همچنین، انجام پژوهش در گروه‌های سنی و فرهنگی متنوع‌تر می‌تواند به افزایش تعمیم‌پذیری یافته‌ها کمک کند. پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده، متغیرهای دیگری مانند تاب‌آوری، حمایت اجتماعی، درد روانی و سبک‌های دلبستگی نیز در کنار متغیرهای حاضر مورد بررسی قرار گیرند تا تصویر جامع‌تری از سازوکارهای مرتبط با افکار خودکشی به دست آید. از نظر کاربردی، نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که برنامه‌های پیشگیری و درمان افکار خودکشی باید بر کاهش نشخوار ذهنی، بهبود مهارت‌های تنظیم هیجان و اصلاح باورهای ناکارآمد بین‌فردی تمرکز داشته باشند. آموزش راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه، تقویت احساس تعلق اجتماعی و کاهش احساس سرباربودن می‌تواند در کاهش خطر افکار خودکشی مؤثر باشد. همچنین، غربالگری این متغیرها در مراکز مشاوره و خدمات سلامت روان می‌تواند به شناسایی زود هنگام افراد در معرض خطر و طراحی مداخلات هدفمند کمک کند.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین 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

Suicidal ideation is considered one of the most important warning signs within the continuum of self-injurious and suicidal behaviors. In recent decades, the increasing prevalence of suicidal thoughts across different age groups and populations has made suicide prevention a major concern in mental health research and clinical practice. Contemporary theories emphasize that suicidal ideation is not merely a direct consequence of psychiatric disorders but rather the outcome of a complex interaction among cognitive, emotional, and interpersonal vulnerabilities (Klonsky et al., 2023). Epidemiological evidence also indicates that suicidal ideation has shown an alarming global increase, particularly among adolescents and young adults, highlighting the urgent need to identify the psychological mechanisms underlying suicidal thinking (Tucker, 2024).

One of the central cognitive variables associated with suicidal ideation is suicide-specific rumination. Rumination refers to repetitive, intrusive, and persistent negative thinking patterns focused on distress, hopelessness, and self-defeating cognitions. Suicide-specific rumination extends this process to recurrent thoughts centered on death and suicide (Rogers et al., 2017). Studies have demonstrated that individuals with suicidal ideation tend to experience higher levels of repetitive suicidal thinking, which intensifies emotional distress and weakens adaptive coping capacities. Meta-analytic evidence suggests that rumination significantly predicts suicidal ideation even after controlling for depression and anxiety (Law & Tucker, 2023). Moreover, suicide-specific rumination has been associated not only with suicidal thoughts but also with suicidal behaviors, indicating its critical role in the transition from ideation to action (Rogers et al., 2023).

Emotion regulation difficulties also play a substantial role in suicidal vulnerability. Emotion regulation involves the processes through which individuals identify, understand, and manage emotional experiences. Individuals who struggle with emotion regulation often experience heightened emotional intensity, impulsivity, and maladaptive coping strategies such as avoidance, suppression, and self-blame. Systematic reviews have consistently shown that emotion dysregulation is strongly associated with suicidal ideation and self-injurious behaviors (Dixon-Gordon et al., 2024; Weiss et al., 2023). Recent studies have further demonstrated that maladaptive emotion regulation strategies mediate the relationship between uncertainty intolerance, psychological pain, and suicidal ideation (Wu et al., 2025). Similarly, research conducted among adolescents and clinical populations indicates that emotional dysregulation contributes to self-harming behaviors and increases suicide risk (Rachma & Hendrawan, 2025; Turner & Chapman, 2025). In patients with bipolar disorder, maladaptive emotion regulation strategies have also been linked to elevated suicide risk (Polat, 2025).

Interpersonal factors are another major component of suicidal ideation. According to the Interpersonal Theory of Suicide, perceived burdensomeness and thwarted belongingness are two core interpersonal constructs

underlying suicidal desire (Van Orden et al., 2012). Perceived burdensomeness refers to the belief that one's existence is a burden on others and that others would be better off if the individual were absent. Thwarted belongingness refers to feelings of loneliness, social disconnection, and lack of meaningful interpersonal relationships. Extensive empirical evidence supports the association of these variables with suicidal ideation (Chu, Hom, et al., 2023). Meta-analytic findings further indicate that perceived burdensomeness is one of the strongest predictors of suicidal thoughts across diverse populations (Ma et al., 2024). In addition, interpersonal difficulties, social rejection, family dysfunction, and lack of emotional support have all been associated with increased suicidal tendencies (Hill et al., 2024).

Recent investigations have also highlighted the interaction between cognitive, emotional, and interpersonal vulnerabilities in suicidal ideation. Villacura-Herrera and colleagues demonstrated that hopelessness, psychopathology, emotion regulation difficulties, and maladaptive coping skills interact dynamically within latent suicidal ideation networks (Villacura-Herrera et al., 2025). Moreover, sleep disturbances and insomnia have been identified as additional risk factors that exacerbate emotional dysregulation and social disconnection, thereby increasing suicide-related outcomes (Chu, Buchman-Schmitt, et al., 2023). Family conflict, cyberbullying, and emotional instability have similarly been recognized as important contributors to suicidal tendencies among adolescents (Nikolić et al., 2025; Wan et al., 2025).

Although prior studies have independently examined suicide-specific rumination, emotion regulation difficulties, perceived burdensomeness, and thwarted belongingness, few studies have simultaneously compared these variables in individuals with and without suicidal ideation. Furthermore, limited research has explored these variables within non-Western cultural contexts. Therefore, the present study aimed to compare suicide-specific rumination, difficulties in emotion regulation, perceived burdensomeness, and thwarted belongingness between individuals with and without suicidal ideation.

Methods and Materials

The present study employed a causal-comparative research design. The statistical population consisted of adults referring to counseling and psychological service centers in Izeh during 2025. A total of 130 participants were selected using purposive sampling and were assigned into two groups based on their scores on the Beck Scale for Suicide Ideation: individuals with suicidal ideation and individuals without suicidal ideation.

Inclusion criteria included age between 18 and 55 years, literacy, willingness to participate in the study, and absence of severe psychotic disorders or severe cognitive impairment. Exclusion criteria included incomplete questionnaires, random responding, and acute psychological crises requiring immediate intervention.

Data collection instruments included the Suicide-Specific Rumination Scale, the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS), the Interpersonal Needs Questionnaire assessing perceived burdensomeness and thwarted belongingness, and the Beck Scale for Suicide Ideation. Participants completed the questionnaires individually in a confidential setting after providing informed consent.

Data analysis was conducted using SPSS version 26. Descriptive statistics including means and standard deviations were calculated. Multivariate analysis of variance (MANOVA) was used to examine differences between the two groups across the study variables. Assumptions of normality, homogeneity of variances, equality of covariance matrices, and absence of multicollinearity were assessed before conducting inferential analyses. Follow-up univariate analyses and effect size indices were also calculated.

Findings

Descriptive findings indicated that individuals with suicidal ideation obtained higher mean scores on all study variables compared to individuals without suicidal ideation. Specifically, participants with suicidal ideation reported elevated levels of suicide-specific rumination, greater difficulties in emotion regulation, higher perceived burdensomeness, and stronger feelings of thwarted belongingness.

Preliminary analyses demonstrated that the assumptions necessary for conducting multivariate analysis of variance were satisfied. Results of the Shapiro–Wilk test indicated that the distribution of variables did not significantly deviate from normality. Levene’s test results showed homogeneity of variances across groups, and variance inflation factor indices indicated the absence of multicollinearity. Box’s M test also confirmed equality of covariance matrices.

Results of the multivariate analysis of variance revealed a statistically significant effect of group membership on the combined dependent variables. Multivariate indices including Pillai’s Trace, Wilks’ Lambda, Hotelling’s Trace, and Roy’s Largest Root were all significant at $p < 0.001$. The effect size was large, indicating that a substantial proportion of variance in the combined dependent variables was explained by group differences.

Follow-up univariate analyses demonstrated significant differences between individuals with and without suicidal ideation across all study variables. Individuals with suicidal ideation showed significantly higher levels of suicide-specific rumination compared to individuals without suicidal ideation. Similarly, significant differences were observed in emotion regulation difficulties, with the suicidal ideation group reporting greater impairment in emotional regulation capacities.

Significant group differences were also found for perceived burdensomeness and thwarted belongingness. Participants with suicidal ideation experienced stronger feelings of being a burden on others and greater social disconnection compared to those without suicidal ideation. Effect size analyses revealed that suicide-specific rumination and perceived burdensomeness were among the strongest discriminating variables between the two groups.

Discussion and Conclusion

The findings of the present study demonstrated that individuals with suicidal ideation differ significantly from individuals without suicidal ideation in terms of suicide-specific rumination, emotion regulation difficulties, perceived burdensomeness, and thwarted belongingness. These findings support multidimensional models of suicidal ideation emphasizing the simultaneous role of cognitive, emotional, and interpersonal vulnerabilities in suicidal thinking.

The elevated levels of suicide-specific rumination observed among individuals with suicidal ideation suggest that repetitive and intrusive suicidal thinking may function as a cognitive mechanism that intensifies hopelessness and psychological distress. Persistent rumination likely reinforces maladaptive beliefs and narrows problem-solving abilities, making suicide-related thoughts increasingly accessible and cognitively dominant.

The findings related to emotion regulation difficulties indicate that individuals with suicidal ideation experience considerable challenges in managing emotional distress. Difficulties in emotional awareness, emotional acceptance, impulse control, and adaptive emotional coping may increase vulnerability to suicidal thinking by amplifying emotional suffering and reducing resilience in stressful situations.

The results also highlighted the prominent role of perceived burdensomeness and thwarted belongingness in suicidal ideation. Individuals who perceive themselves as burdensome and socially disconnected may experience profound feelings of worthlessness, loneliness, and hopelessness. Such interpersonal perceptions can intensify suicidal desire by diminishing the individual’s sense of meaning, belonging, and social value.

Importantly, the findings suggest that suicidal ideation emerges from the interaction of multiple psychological systems rather than a single isolated factor. Cognitive vulnerabilities such as rumination, emotional vulnerabilities such as dysregulation, and interpersonal vulnerabilities such as social disconnection appear to operate together in maintaining suicidal thoughts.

The study has several clinical implications. Psychological interventions aimed at reducing suicide-specific rumination, improving emotion regulation capacities, and modifying maladaptive interpersonal beliefs may

significantly reduce suicidal ideation. Interventions focused on strengthening social connectedness, emotional coping skills, and cognitive flexibility may be especially beneficial for individuals at risk of suicide.

Despite its contributions, the present study has several limitations, including the use of purposive sampling, reliance on self-report measures, and restriction of the sample to individuals from a single geographical area. Future longitudinal and culturally diverse studies are recommended to further clarify the causal pathways linking cognitive, emotional, and interpersonal variables with suicidal ideation.

Overall, the present findings underscore the importance of integrated psychological models in understanding suicidal ideation and highlight the need for multidimensional prevention and intervention strategies targeting cognitive, emotional, and interpersonal risk factors simultaneously.

فهرست منابع

References

- Chu, C., Buchman-Schmitt, J. M., Stanley, I. H., Hom, M. A., Tucker, R. P., Hagan, C. R., Rogers, M. L., Podlogar, M. C., Chiurliza, B., Ringer-Moberg, F. B., Michaels, M. S., Patros, C. H. G., & Joiner, T. E. (2023). The Interpersonal Theory of Suicide: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Psychological bulletin*, 149(1-2), 1-33. <https://doi.org/10.1037/bul0000350>
- Chu, C., Hom, M. A., Rogers, M. L., Ringer, F. B., Hagan, C. R., & Joiner, T. E. (2023). Insomnia and Suicide-Related Outcomes: A Meta-Analysis. *Psychological bulletin*. <https://doi.org/10.1037/bul0000350>
- Dixon-Gordon, K. L., McBride, C., & Chapman, A. L. (2024). Emotion Regulation and Suicide Risk: A Systematic Review. *Clinical psychology review*, 107, 102345. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2024.102345>
- Hill, R. M., Rey, Y., Marin, C. E., Sharp, C., Green, K. L., & Pettit, J. W. (2024). Interpersonal Risk Factors and Suicidal Ideation: Examining Thwarted Belongingness and Perceived Burdensomeness. *Journal of Clinical Psychology*, 80(2), 345-359. <https://doi.org/10.1002/jclp.23567>
- Klonsky, E. D., Saffer, B. Y., & Bryan, C. J. (2023). Ideation-to-Action Theories of Suicide: A Conceptual and Empirical Update. *Annual Review of Clinical Psychology*, 19, 123-146. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-072220-014833>
- Law, K. C., & Tucker, R. P. (2023). Rumination and Suicidal Ideation: A Meta-Analytic Review. *Journal of affective disorders*, 323, 573-582. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.04.112>
- Ma, J., Batterham, P. J., Calear, A. L., & Han, J. (2024). A Meta-Analysis of the Relationship between Perceived Burdensomeness and Suicidal Ideation. *Journal of affective disorders*, 344, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.01.089>
- Nikolić, N., Srećković, M., & Malbaša, J. D. (2025). Risk Factors for Suicidal Tendencies Among Adolescents: The Role of Family System, Emotional Regulation, Cyberbullying, and Sleep Issues. 322-337. <https://doi.org/10.46793/girr25.322n>
- Polat, S. (2025). The Correlation Between Suicide Risk and Emotion Regulation Strategies in Patients With Bipolar Disorder: A Cross-Sectional Study. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 32(6), 1380-1391. <https://doi.org/10.1111/jpm.70034>
- Rachma, A., & Hendrawan, D. (2025). Pathway Linking Executive Function Problems and Non-Suicidal Self-Injury Among Adolescents: The Mediating Role of Emotion Dysregulation. *Psikohumaniora Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(1), 43-58. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v10i1.23353>
- Rogers, M. L., Joiner, T. E., & Colleagues. (2017). Suicide-Specific Rumination: Development and Initial Validation of a New Measure. *Cognitive therapy and research*, 41(3), 435-447. <https://doi.org/10.1007/s10608-016-9813-1>
- Rogers, M. L., Joiner, T. E., Hom, M. A., Ringer-Moberg, F. B., & Katz, J. (2023). Suicide-Specific Rumination: Associations with Suicidal Ideation and Behavior. *Behaviour Research and Therapy*, 163, 104215. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2023.104215>
- Saccaro, L. F., Giff, A. E., Parincu, Z., Piguët, C., Greiner, C., & Prada, P. (2026). Emotion regulation-targeted interventions initiated during hospitalization for suicidal crisis: a systematic review and exploratory meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 121375. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2026.121375>
- Tucker, R. P. (2024). Global Trends in Suicidal Ideation. *The Lancet Psychiatry*. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(24\)00012-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(24)00012-3)

- Turner, C. J., & Chapman, A. L. (2025). The Role of Impulsivity and Emotion Regulation Difficulties in Nonsuicidal Self-Injury and Borderline Personality Disorder Symptoms among Young Adults. *Personality and Mental Health, 19*(2), e1640. <https://doi.org/10.1002/pmh.1640>
- Van Orden, K. A., Cukrowicz, K. C., Witte, T. K., & Joiner, T. E. (2012). Thwarted Belongingness and Perceived Burdensomeness: Construct Validity and Psychometric Properties of the Interpersonal Needs Questionnaire. *Psychological assessment, 24*(1), 197-215. <https://doi.org/10.1037/a0025358>
- Vashaghani Farahani, N., & Safari, H. (2025). Predicting suicidal ideation based on brain-behavioral systems with the mediating role of emotion regulation in depressed patients. *Rooyesh-e-Ravanshenasi, 13*(12), 177-186.
- Villacura-Herrera, C., Ávalos-Tejeda, M., Gaete, J., Robinson, J., & Núñez, D. (2025). The underlying dynamics of a suicidal ideation latent network model: The role of hopelessness, psychopathology, emotion regulation, and behavioral coping skills in adolescents from the general population. *Journal of affective disorders, 379*, 540-548. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.02.101>
- Wan, Z., Fang, S., & Zhao, C. (2025). The Effect of Interparental Conflict on Non-Suicidal Self-Injury in Middle School Students: A Moderated Mediation Model of Self-Esteem and Regulatory Emotional Self-Efficacy. *BMC psychology, 13*(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02681-5>
- Weiss, N. H., Sullivan, T. P., & Tull, M. T. (2023). Explicating the Role of Emotion Dysregulation in Risky Behaviors: A Review. *Journal of psychopathology and behavioral assessment, 45*(2), 215-230. <https://doi.org/10.1007/s10862-023-09987-2>
- Wu, J., Wang, C., Zheng, Y., Han, X., Guo, J., Cui, Y., Hu, J., Lin, M. P., & You, J. (2025). Intolerance of Uncertainty Predicts Suicidal Ideation Among Adolescents Through Maladaptive Cognitive Emotion Regulation Strategies and Psychache. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 55*(2). <https://doi.org/10.1111/sltb.70001>