

مقاله پژوهشی

سلامت جامعه

دوره یازدهم، شماره ۳ و ۴، پاییز و زمستان ۱۳۹۶

رابطه بین حس انسجام و تنظیم شناختی هیجان با افکار خودکشی در دانشجویان دانشگاه

محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۶

اسماعیل صدوری دمیرچی<sup>۱\*</sup>، عارفه کیانی<sup>۲</sup>، سعید خاکدال قوجه بگلو<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۱۰/۶ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۶/۳

خلاصه

**مقدمه:** سال‌های دانشگاه دوره‌ی انتقالی مهمی است که طی آن، دانشجویان فشارهای تحصیلی، شغلی و زندگی زیادی را پشت سر می‌گذارند. در این راستا وجود ایده‌پردازی خودکشی در بین دانشجویان آثار منفی روانی و اجتماعی گسترده‌ای به دنبال دارد. پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه حس انسجام و تنظیم شناختی هیجان با افکار خودکشی در دانشجویان انجام گرفت.

**مواد و روش‌ها:** پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه محقق اردبیلی در سال تحصیلی ۱۳۹۶ بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای یک مرحله‌ای تعداد ۳۶۷ دانشجو به‌عنوان نمونه انتخاب شد. ابزارهای پژوهش شامل پرسش‌نامه‌های تجدید نظر شده خودکشی، فرم کوتاه پرسش‌نامه حس انسجام آنتونوسکی و فرم کوتاه پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی، کرایچ و اسپاینهون بود. داده‌های پژوهش با روش‌های آمار توصیفی شامل فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد و رگرسیون خطی چندگانه به روش هم‌زمان مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد بین حس انسجام ( $r=-0/25$ ) و تنظیم شناختی هیجان ( $r=-0/32$ ) با افکار خودکشی رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد ( $p<0/011$ ). بین تنظیم شناختی هیجان ناسازگار ( $r=0/27$ ) با افکار خودکشی نیز رابطه مثبت معنی‌داری وجود داشت. حس انسجام و تنظیم شناختی هیجان سازگار و ناسازگار تقریباً ۲۳ درصد از تغییرات افکار خودکشی را پیش‌بینی می‌کنند.

**نتیجه‌گیری:** حس انسجام و تنظیم شناختی هیجان سازگار و ناسازگار می‌تواند از متغیرهای مرتبط با افکار خودکشی دانشجویان باشد؛ بنابراین، توصیه می‌شود درمانگران و مشاوران به ویژه در مراکز مشاوره دانشگاه‌ها جهت درمان و کاهش افکار خودکشی دانشجویان، توجه به این مؤلفه‌ها را در دستور کار خود قرار دهند.

**واژه‌های کلیدی:** حس انسجام، تنظیم شناختی، هیجان سازگار، هیجان ناسازگار، افکار خودکشی، دانشجویان

۱- استادیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران. (نویسنده مسئول)

پست الکترونیکی: e.sadri@uma.ac.ir، تلفن: ۰۴۵-۳۱۵۰۵۶۴۴

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره شغلی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۳- کارشناس ارشد مشاوره خانواده، گروه علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

## مقدمه

دانشجویان به‌عنوان فرهیختگان جوان، اصلی‌ترین سرمایه‌های ملی و توسعه اجتماعی هستند و زمانی می‌توانند در پیشبرد اهداف مورد نظر موفق باشند که از سلامت روان شناختی لازم برخوردار باشند [۱]. از جمله عواملی که منجر به بروز مشکلات جدی و اساسی در زمینه سلامت عمومی شده است، خودکشی و پیامدهای مرتبط با آن می‌باشد [۲]. خودکشی یکی از معضلات بهداشت روان است، بر اساس آمار WHO، خودکشی سومین علت شایع مرگ‌ومیر در سنین ۱۵ تا ۴۴ سال می‌باشد [۳]. در سال‌های اخیر، افزایش قابل توجه خودکشی در میان نوجوانان و جوانان وجود داشته است [۴]. در آمریکا از هر ۶ جوان یک نفر در طی زندگی‌اش به خودکشی فکر کرده است و ۵/۵ درصد اقدام به خودکشی نموده‌اند [۵]. بنابراین، افکار خودکشی مرحله‌ای مهم از فرآیند خودکشی است که هم به‌عنوان یک پیش‌آیند معمول و هم یک عامل خطر معنادار برای اقدام به خودکشی و خودکشی کامل شناخته شده است [۶] و بروز آن در جوانان دانشجو یکی از تأسفاترترین رخدادهایی است که می‌بایست توجه تمامی دست‌اندرکاران را به حل مشکلاتی که زندگی آنان را تا بدین حد غیرقابل تحمل می‌کند، برانگیزاند [۷]. شناسایی افراد دارای افکار خودکشی به‌عنوان یک عامل پیش‌بینی کننده مهم، می‌تواند زمینه را برای جلوگیری از انجام خودکشی فراهم نماید [۸].

یکی از عوامل مرتبط با افکار خودکشی که می‌تواند به فرد کمک کند تا با یک عامل استرس‌زا مواجهه کند، حس انسجام قوی است که این مسئله منجر به حفظ سلامتی وی خواهد شد [۹]. Aaron Antonovsky، حس انسجام را مطرح کرد و بر اساس تئوری Antonovsky حس انسجام یک تجربه درونی است که به صورت تدریجی در طی جوانی رشد می‌کند تا در فرد به یک کیفیت نسبتاً پایدار می‌رسد [۱۰]. این سازه شخصی سه ویژگی دارد که عبارتند از: ادراک‌پذیری (Perceptualism)، کنترل‌پذیری (Control-ability) و معناداری (Meaningful) [۱۱].

از طرف دیگر تنظیم شناختی هیجان (Cognitive Emotion Regulation)، از جمله متغیرهایی است که

می‌تواند با افکار خودکشی رابطه داشته باشد. در واقع، یکی از مهم‌ترین مهارت‌هایی که باید آموخته شود توانایی فرد در کنترل هیجاناتش می‌باشد. تنظیم هیجان فرایندی است که از طریق آن، افراد هیجان‌های خود را به‌صورت هشیار یا ناهشیار تعدیل می‌کنند [۱۲]. تنظیم شناختی هیجان دارای ابعادی شامل: مقصر دانستن خود (Blaming yourself)، مقصر دانستن دیگران (Blaming others)، پذیرش (Reception)، توجه مجدد به برنامه‌ریزی (Refocus on Retiring positive)، توجه مثبت مجدد (planning attention)، نشخوار ذهنی (Mental crawl) یا تمرکز بر تفکر باز (Focus on open thinking)، ارزیابی مثبت (Positive evaluation)، در جای حقیقی خود قرار دادن (Put it in its place)، مصیبت‌بار تلقی کردن (Consider the disaster) می‌باشد [۱۳].

در رابطه با متغیرهای پژوهش تحقیقاتی انجام گرفته است؛ Azad و همکاران در پژوهشی تحت عنوان راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در پردازش افکار خودکشی دانشجویان دانشگاه خوارزمی کرج به این نتیجه رسیدند که: بین راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و ایده پردازش خودکشی میزان همبستگی بالا می‌باشد [۱۴]. Hasani and Mir Aghaee در پژوهشی تحت عنوان رابطه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با ایده‌پردازی خودکشی به این نتیجه رسیدند که؛ راهبردهای خود سرزنش‌گری، نشخوارگری، فاجعه‌نمایی و دیگر سرزنش‌گری با ایده‌پردازی خودکشی رابطه مثبت دارد، در حالی که راهبردهای پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد برنامه‌ریزی، کم‌اهمیت شماری و ارزیابی مجدد مثبت به‌صورت منفی با ایده‌پردازی خودکشی همبسته است [۱۵]. Hirsch و همکاران، پژوهشی را با عنوان "خوش بینی و ایده‌پردازی خودکشی در میان دانشجویان جوان کالج" انجام داده‌اند و به این نتیجه رسیدند که متغیر خوش‌بینی دارای ارتباط معکوسی با ایده‌پردازی خودکشی است [۱۶]. از آنجایی که سال‌های دانشگاه، دوره انتقالی مهمی است که طی آن، دانشجویان فشارهای تحصیلی، انتخاب‌های شغلی، دوری از خانواده و شبکه حمایت اجتماعی را پشت سر می‌گذارند، وجود افکار خودکشی در بین دانشجویان آثار منفی

روانی و اجتماعی گسترده‌ای به دنبال دارد [۱۷]. از این رو، سلامت روانی آن‌ها اهمیت زیادی برای جامعه دارد و هرگونه عدم آشنایی با این مسائل ممکن است سبب تشدید واکنش‌های زمینه‌ساز در بروز رفتارهای خطرناکی شود که می‌تواند دامن‌گیر جامعه هم گردد که این مسئله باعث هدر رفتن منابع مادی، بودجه دانشگاه و نیروی حرفه‌ای کار می‌گردد [۱۸]. لذا، شناخت همه‌جانبه این پدیده در میان دانشجویان به عنوان قشر جوان جامعه در جهت اتخاذ رویکردهای پیشگیرانه، ضروری به نظر می‌رسد. براین اساس، مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه بین حس انسجام، تنظیم شناختی هیجان با افکار خودکشی در دانشجویان انجام شد.

## مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع توصیفی است. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه محقق اردبیلی (۸۰۰۰ نفر) در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ تشکیل می‌دادند. با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای یک مرحله‌ای، ۳۶۷ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای اجرای پژوهش مجوز لازم برای توزیع پرسش‌نامه از دانشگاه اخذ و پس از تکثیر پرسش‌نامه‌ها، به دانشکده‌های مختلف مراجعه شد. پس از توجیه دانشجویان نسبت به موضوع پژوهش و جلب رضایت آن‌ها، ۳۶۷ پرسشنامه توزیع و ۳ پرسشنامه به دلیل ناتمام بودن پاسخ‌ها از تحلیل حذف شد. در نهایت ۳۶۴ پرسشنامه سالم جمع‌آوری گردید. ۳ پرسشنامه به دلیل ناتمام بودن پاسخ‌ها از تحلیل حذف شد. در این پژوهش از پرسش‌نامه خودکشی، فرم کوتاه پرسش‌نامه حس انسجام و فرم کوتاه پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان استفاده شد. پرسش‌نامه ویژگی‌های جمعیت شناختی شامل: سن، جنس، مقطع تحصیلی و دانشکده بود.

۱- فرم کوتاه پرسش‌نامه حس انسجام آنتونوسکی (Sense of Coherence Questionnaire-Short Form (Antonovsky): فرم کوتاه پرسش‌نامه در سال ۱۹۸۷ طراحی شده است [۱۰] و دارای ۱۳ سؤال ۷ گزینه‌ای است که با مقیاس لیکرت هفت درجه‌ای با دامنه ۱ (هرگز) تا ۷ (همیشه) نمره‌دهی می‌شود. که عدد ۱ عدم تمایل و ۷ شدت تمایل را

نشان می‌دهد. سؤالات ۱، ۲، ۳، ۷ و ۱۰ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. این پرسش‌نامه سه خرده مقیاس دارد که عبارتند از: الف- ادراک‌پذیری، ب- کنترل‌پذیری و ج- معناداری. در ایران Mohammad Zadeh و همکاران پرسش‌نامه مذکور را پس از ترجمه بر روی دانشجویان ایرانی هنجاریابی کردند که آلفای کرونباخ در دانشجویان پسر و دختر به ترتیب ۰/۷۵ و ۰/۷۸ و روایی هم‌زمان این مقیاس با پرسش‌نامه ۴۵ سؤالی سرسختی روان‌شناختی ۰/۵۴ به دست آمد. حداقل نمره ۱۳ و حداکثر نمره ۹۱ می‌باشد. در افرادی که حس انسجام بالایی دارند، اطلاعات مربوط به مؤلفه‌های شناختی مرتب، جامع، ساختارمند و روشن است نه مغشوش، آسیب‌دیده، تصادفی و انعطاف‌ناپذیر. همچنین ضریب اعتبار بازآزمایی کل مقیاس ۰/۶۶ بود. این پژوهشگران به منظور بررسی اعتبار پرسش‌نامه، ارتباط خرده مقیاس‌های ادراک-پذیری، کنترل‌پذیری و معناداری را با نمره کل پرسش‌نامه بررسی کردند که به ترتیب این نتایج به دست آمد ۰/۸۶، ۰/۸۱ و ۰/۷۶. نتایج به‌دست‌آمده نشان از اعتبار و پایایی مطلوب مقیاس دارد [۱۹].

۲- فرم کوتاه پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان (Short form of the cognitive emotion regulation questionnaire): این پرسش‌نامه توسط Garnefski و همکاران در کشور هلند تدوین شده و دارای دو نسخه انگلیسی و هلندی است [۱۳]. پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان یک پرسش‌نامه چندبعدی است که جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت‌های منفی مورد استفاده قرار می‌گیرد. این پرسش‌نامه یک ابزار خود گزارشی است و ۳۶ گویه دارد که هر زیرمقیاس شامل ۴ گویه است. فرم کوتاه شده آن ۱۸ گویه‌ای است که در آن برای هر زیرمقیاس ۲ گویه در نظر گرفته شده است. در این پژوهش از فرم کوتاه شده استفاده گردید.

فرم کوتاه شده ۱۸ گویه‌ای، یکی از معتبرترین ابزارهای ارزیابی راهبردهای گوناگون شناختی می‌باشد. پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان دارای پایه تجربی و نظری محکمی بوده و از ۹ زیرمقیاس تشکیل شده است. ۵ زیر مقیاس این پرسش‌نامه سبک‌های تنظیم هیجان شناختی سازگار (۱- کم اهمیت شماری ۲- پذیرش ۳- ارزیابی مجدد مثبت ۴- تمرکز

مجدد مثبت ۵- تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی) و ۴ زیرمقیاس دیگر سبک‌های تنظیم هیجان شناختی ناسازگار (۱-نشخوارگری ۲-دیگر سرزنشگری ۳-فاجعه‌نمایی ۴-خودسرزنشگری) هستند. دامنه نمرات مقیاس از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (همیشه) است. نمره کل هر یک از زیرمقیاس‌ها از طریق جمع کردن نمره گویه‌ها به دست می‌آید. حداقل و حداکثر نمره در تنظیم شناختی هیجانی سازگار ۱۰ و ۵۰ و حداقل و حداکثر نمره در تنظیم شناختی ناسازگار ۸ و ۴۰ می‌باشد. افرادی که تنظیم شناختی هیجانی سازگار بالایی دارند در پیش‌بینی خواسته‌های دیگران توانایی بیشتری دارند. آن‌ها فشارهای ناخواسته دیگران را درک و هیجان‌های خود را بهتر مهار می‌کنند و در نتیجه در برابر مصرف مواد مقاومت بیشتری نشان می‌دهند و بالعکس. افرادی که تنظیم شناختی هیجانی ناسازگار بالایی دارند اغلب فاقد مهارت‌های لازم برای مدیریت و تنظیم این تجارب هیجانی شدید هستند که این موجب افزایش انگیزش فیزیولوژیک شده و برای مقابله با هیجان‌های منفی خود، اغلب به سوی مصرف مواد کشیده می‌شوند و بالعکس [۱۳]. در بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسش‌نامه در نمونه‌ای از جمعیت عمومی ( $n = 368$ ; زن، ۱۹۷؛ مرد، ۱۷۱)، ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها از ۰/۶۷ تا ۰/۸۹ محاسبه شد [۲۰]. این ضرایب همسانی درونی پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان را تأیید می‌کنند. ضرایب همبستگی بین نمره‌های تعدادی از شرکت‌کنندگان در پژوهش (۴۳ زن، ۳۶ مرد) در دو نوبت با فاصله چهار هفته برای زیرمقیاس‌های پرسش‌نامه از  $r = 0.57$  تا  $r = 0.76$  محاسبه شده است. این ضرایب که در سطح  $p < 0.001$  معنی‌دار بودند، پایایی بازآزمایی پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان را تأیید می‌کنند [۲۱].

۳. پرسش‌نامه تجدید نظر شده خودکشی (Suicidal Behavior Questionnaire-Revised; SBQ-R): پرسش‌نامه SBQ-R، توسط Osman و همکاران [۲۲] تدوین شده است از ۴ گویه تشکیل شده است که هر گویه، ابعاد مختلفی از قابلیت فرد را برای خودکشی مورد سنجش قرار می‌دهد. گویه اول، افکار و اقدام به خودکشی (Suicidal

پس از جمع‌آوری داده‌ها، اطلاعات با استفاده از نرم‌افزار SPSS ویرایش ۲۳ و آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون چندگانه به روش هم‌زمان و شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار با سطح معنی‌داری ( $p < 0.05$ )، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

### یافته‌ها

در این پژوهش ۱۵۹ نفر (۴۳/۷٪) دانشجوی پسر و ۲۰۵ نفر (۵۶/۳٪) دانشجوی دختر معادل مشارکت داشتند. میانگین و انحراف معیار سن دانشجویان شرکت‌کننده در پژوهش  $24.32 \pm 3.87$  بود. ۲۲۵ نفر (۶۱/۸٪) دانشجوی مقطع کارشناسی و ۱۳۹ نفر (۳۸/۲٪) دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد بودند. ۱۰۰ نفر (۲۷/۴۷٪) از دانشکده روانشناسی، ۵۳ نفر (۱۴/۵۶٪) از دانشکده علوم انسانی، ۶۱ نفر (۱۶/۷۸٪) از دانشکده علوم، ۴۰ نفر (۱۰/۹۸٪) از دانشکده فنی، ۶۰ نفر (۱۶/۴۸٪) از دانشکده کشاورزی و ۵۰ نفر (۱۳/۷۳٪) از دانشکده ریاضی بودند.

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین و انحراف معیار حس انسجام نمره بالاتری را به خود اختصاص داده است.

جدول ۱- آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در بین دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۶

(n=۳۶۴)

متغیرها	انحراف معیار ± میانگین
حس انسجام	۴۸/۹۲ ± ۷/۳۸
تنظیم شناختی هیجان سازگار	۲۵/۳۱ ± ۷/۸
تنظیم شناختی هیجان ناسازگار	۴۸/۶۶ ± ۱۸/۵
افکار خودکشی	۶۵/۸۲ ± ۱۶/۲

شناختی هیجان سازگار با افکار خودکشی ( $r = -0.32, p < 0.05$ )  
 رابطه‌ی منفی معناداری وجود دارد و بین تنظیم شناختی  
 هیجان ناسازگار با افکار خودکشی ( $r = 0.27, p < 0.01$ ) رابطه  
 مثبت و معناداری وجود دارد.

برای بررسی نرمال بودن پژوهش از آزمون کولموگروف  
 اسمیرنوف استفاده شد که سطح معنی داری برای هر سه متغیر  
 بالاتر از ۰/۰۵ بود و همچنین نرمال بودن داده‌ها با ارزیابی  
 چولگی و کشیدگی بررسی شد. چولگی و کشیدگی متغیرها  
 بین بازهٔ (+۲ و -۲) بود که نرمال بودن داده‌ها را نشان می‌داد.  
 همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، بین حس  
 انسجام با افکار خودکشی ( $r = -0.25, p < 0.01$ )، بین تنظیم

جدول ۲- ضرایب همبستگی حس انسجام و تنظیم شناختی هیجان سازگار و ناسازگار با افکار خودکشی دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۶ (n=۳۶۴)

متغیرها	حس انسجام	تنظیم شناختی هیجان سازگار	تنظیم شناختی هیجان ناسازگار	افکار خودکشی
حس انسجام	۱			
تنظیم شناختی هیجان سازگار	۰/۱۹	۱		
تنظیم شناختی هیجان ناسازگار	**۰/۲۱	-۰/۵۹	۱	
افکار خودکشی	**۰/۲۵	*۰/۳۲	**۰/۲۷	۱

\*\*سطح معنی داری ۰/۰۱  $p <$  \*سطح معنی داری ۰/۰۵  $p <$

پیش‌بین کمتر از ۸۰ است بنابراین، این مفروضه تأیید  
 می‌گردد.

جهت بررسی مفروضه عدم هم خطی چندگانه، همان‌طور  
 که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، همبستگی بین متغیرهای

جدول ۳- خلاصه نتیجه رگرسیون خطی متغیرهای پیش‌بین بر افکار خودکشی با روش Enter در دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۶ (n=۳۶۴)

مدل	مجموع مجزورات	df	MS	F	P	R	R <sup>2</sup>
رگرسیون	۳۱۱/۶۶۷	۳	۱۰۳/۸۸۹	۱۴/۵۲	*۰/۰۰۱	۰/۴۷۱	۰/۲۱۶
باقیمانده	۲۵۷۳/۹۰۵	۳۶۰	۷/۱۵۰				
ثابت	B	خطای معیار	$\beta$	t	p		
	۷/۳۲۰	۱/۱۵۴		۶/۳۴۲	**۰/۰۰۱		
حس انسجام	-۰/۷۵	۰/۲۰	-۰/۱۹۶	-۳/۷۹	**۰/۰۰۱		
تنظیم شناختی هیجان سازگار	-۰/۱۶	۰/۱۹	-۰/۳۵	-۰/۲۸۸	۰/۰۷۲		
تنظیم شناختی هیجان ناسازگار	۰/۱۷	۰/۳	۰/۲۳	۳/۶۳	**۰/۰۰۱		

\*\*سطح معنی داری ۰/۰۱  $p <$  \*سطح معنی داری ۰/۰۵  $p <$

خودکشی از طریق تحلیل رگرسیون خطی چندگانه ارائه شده  
 است. چنان‌که ملاحظه می‌شود، ضریب تعیین ( $R^2$ ) برابر با

در جدول ۳ روابط چندگانه حس انسجام، تنظیم شناختی  
 هیجان سازگار و تنظیم شناختی هیجان ناسازگار با افکار

۲۱۶٪ است که در سطح کمتر از ۰/۰۰۱ معنی‌دار است؛ بنابراین، این متغیرها تقریباً ۲۲٪ از واریانس افکار خودکشی را تبیین می‌کنند. متغیرها به شیوه Enter و به طور هم‌زمان وارد مطالعه شدند. نتایج نشان می‌دهد که از میان متغیرهای حس انسجام، تنظیم شناختی هیجان سازگار و تنظیم شناختی هیجان ناسازگار به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین افکار خودکشی، به ترتیب حس انسجام به‌طور معکوس و تنظیم شناختی هیجان ناسازگار به‌طور مستقیم واریانس افکار خودکشی را تبیین می‌کنند و متغیر تنظیم شناختی هیجان سازگار در نهایت از مدل رگرسیون حذف شد.

### بحث

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بین حس انسجام و تنظیم شناختی هیجان با افکار خودکشی در دانشجویان انجام گرفت.

یافته‌های پژوهش نشان داد بین حس انسجام و افکار خودکشی همبستگی منفی معنی‌داری وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد که حس انسجام به‌طور منفی توان پیش‌بینی افکار خودکشی را دارد. بدین معنا که با کاهش حس انسجام، افکار خودکشی افزایش می‌یابد. نتایج این پژوهش با پژوهش Sarenmalm و همکاران [۹] همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت حس انسجام سازه‌ای است که جهت‌گیری کلی فرد نسبت به زندگی و احساس اعتماد و پویایی مداوم و فراگیر را در زندگی و دنیای پیرامون وی نشان می‌دهد [۱۰]. در نتیجه حس انسجام یعنی تمایل افراد به اینکه دنیای خودشان را درک کردنی، اداره شدنی و بامعنا ببینند، که امید به زندگی افزایش و افکار خودکشی کاهش می‌یابد [۲۴].

حس انسجام بالا با کیفیت زندگی افراد رابطه مستقیم دارد و یک عامل حفاظتی است که با تنظیم روانی و بهبود کیفیت زندگی منجر به نجات از بیماری می‌شود [۲۵]. چندین بررسی وجود رابطه قوی منفی، بین حس انسجام و افسردگی و اضطراب را مورد تأیید قرار دادند. Demetrius و همکارانش اظهار داشتند حس انسجام به‌عنوان عامل محافظتی در برابر افسردگی می‌باشد و افزایش شیوع افسردگی با کاهش حس انسجام در بیماران همراه بود [۲۶]. حس انسجام به‌عنوان یک

عامل روانی، سلامتی و سازگاری در افراد را پیش‌بینی می‌کند و حس انسجام پایین، پیش‌بینی‌کننده افکار خودکشی در آینده است.

Groholt و همکاران درباره ارتباط حس انسجام و سلامتی کودکان نشان داده‌اند که حس انسجام بالا تمایل به مدیریت بهتر و مؤثرتر استرس را افزایش می‌دهد در حالی که پایین بودن حس انسجام، آسیب‌پذیری در برابر بیماری را می‌افزاید [۲۷] که از جمله این بیماری افزایش افکار خودکشی می‌باشد. همچنین همبستگی منفی قوی بین نمره‌های حس انسجام و نمره‌های افسردگی و اضطراب به‌دست آمده است [۲۸].

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با افکار خودکشی همبستگی مثبت دارد. به این معنا که هر چه استفاده از این راهبردها توسط افراد بیشتر شود میزان همبستگی آن‌ها با افکار خودکشی افزایش می‌یابد البته باید در نظر داشت که با افزایش میزان آگاهی و شناخت افراد در استفاده از این راهبردها برای مقابله با هیجان‌ها این میزان همبستگی، کاهش می‌یابد. همچنین با توجه به رابطه مثبت نمرات ملامت خویش، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران با افکار خودکشی می‌توان گفت که این یافته‌ها با نتایج Miranda و همکاران [۲۹] و Hill و Petit [۳۰] همسو می‌باشد. اگر استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان بدون شناخت باشد با افکار خودکشی همبستگی مثبت خواهد داشت. با مد نظر قرار دادن یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان گفت که شناخت و هیجان دو جنبه بسیار مهم زندگی انسان است و در تجلی اکثر رفتارهای افراد، تعامل این دو سازه به چشم می‌خورد. بنابراین، برای درک بهتر رفتارهای خودکشی و همبسته‌های رفتاری آن، مطالعه هر دو سازه شناخت و هیجان ضروری است. پژوهش‌های ناهم‌سو مطرح می‌کنند مقیاس خودکشی با راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان به‌عنوان یک راهبرد مقابله‌ای رابطه منفی دارد؛ بنابراین در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت افراد زمانی که با شناخت و آگاهی کامل روی افکارشان، راهبردهای مثبت را به کار می‌گیرند با شناخت هیجانی صحیح، افکار مثبت را جایگزین افکار خودکشی می‌کنند. یعنی افرادی که بیشتر از راهبردهای ناسازگارانه

درمان و کاهش افکار خودکشی دانشجویان، توجه به این مؤلفه‌ها را در دستور کار خود قرار دهند.

### تعارض منافع

نتایج پژوهش پیش رو با منافع هیچ ارگان و سازمانی در تعارض نیست.

### سهم نویسندگان

اسماعیل صدری دمیرچی: ایده، روش‌شناسی و نگارش پژوهش، عارفه کیانی: اجرا و جمع‌آوری داده‌ها و سعید خاکدال قوجه بگلو: تجزیه و تحلیل داده‌ها

### تشکر و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از کلیه شرکت‌کنندگان در این پژوهش تقدیر و تشکر به عمل آورند.

(ملامت خود، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران) بدون شناخت هیجانی استفاده می‌کنند بیشتر مستعد خودکشی هستند [۳۱].

محدودیت‌های پژوهش شامل: ۱- تعداد سؤالات زیاد پرسش‌نامه که شاید موجب کاهش کیفیت و دقت پاسخگویی دانشجویان شده باشد ۲- همکاری ضعیف برخی دانشجویان در تکمیل پرسش‌نامه.

موضوعات زیر برای تحقیقات آینده پیشنهاد می‌شود: ۱- مطالعات مشابه در مناطق دیگر و سایر دانشگاه‌ها تکرار شود زیرا افکار خودکشی امری عارضی است که با کنترل عوامل مرتبط تا حد زیادی قابل کنترل است.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج پژوهش کاهش حس انسجام و استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان بدون شناخت باعث افزایش افکار خودکشی می‌شود؛ بنابراین، توصیه می‌شود درمانگران و مشاوران به‌ویژه در مراکز مشاوره دانشگاه‌ها جهت

## References

1. Bamber MD, Schneider JK. Mindfulness-based meditation to decrease stress and anxiety in college students: A narrative synthesis of the research. *ERR* 2016;18:1-32.
2. Grunbaum JA, Kann L, Kinchen SA, Williams B, Ross JG, Lowry R, et al. Youth risk behavior surveillance—United States, 2001. *JSH* 2002;72(8):313-28.
3. Rostami C, Daliri S, Sayehmiri K, Delpisheh A, Sayehmiri F. The incidence of suicide attempt in Iran (2001-12): A metaanalysis. *JKUMS* 2016; 19: 374-82.
4. Arslan M, Akçan R, Hilal A, Batuk H, Çekin N. Suicide among children and adolescents: data from Cukurova, Turkey. *Child psychiatry and human development* 2007;38(4):271-7. [Persian]
5. Gaynes BN, West SL, Ford CA, Frame P, Klein J, Lohr KN. Screening for suicide risk in adults: a summary of the evidence for the US Preventive Services Task Force. *Annals of internal medicine* 2004;140(10):822-35.
6. Davis TE, Munson MS, Tarcza EV. Anxiety disorders and phobias. In maston, eds. *Social behavior and skills in children*: Springer 2010;12(2):219-43.
7. Panaghi L, Gholamrezaei M. Assessment and management of suicide. 1nd ed. Tehran: Nardis publication; 2011:42-5.
8. Anderson RN, Smith BL. Deaths: leading causes for 2001. *NVSR* 2003; 52(9):81-5.
9. Sarenmalm EK, Browall M, Persson LO, Fall- Dickson J, Gaston- Johansson F. Relationship of sense of coherence to stressful events, coping strategies, health status, and quality of life in women with breast cancer. *Psycho- oncology* 2013;22(1):20-7.
10. Antonovsky A. The Jossey-Bass social and behavioral science series. Amazon 1987;12(1):21-6.
11. Grevenstein D, Bluemke M. Can the Big Five explain the criterion validity of Sense of Coherence for mental health, life satisfaction, and personal distress? *PID* 2015;77:106-11.
12. Bargh JA, Williams LE. The nonconscious regulation of emotion. *HER* 2007;1:429-45.

13. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *PID* 2001;30(8):1311-27.
14. Azad M, Abdollahi M, Hasani J. Cognitive emotion regulation strategies in processing suicidal thoughts. *SJIUMS* 2014;22(4):225-35. [Persian]
15. HASANI J, MIRAGHAIE AM. The relationship between strategies for cognitive regulation of emotions and suicidal ideation. *contemporary psychology* 2012;1(13):61-72. [Persian]
16. Hirsch JK, Webb JR, Jeglic EL. Forgiveness, depression, and suicidal behavior among a diverse sample of college students. *JCP* 2011;67(9):896-906.
17. Guaiana G, D'Avanzo B, Barbui C. Update of suicide trends in Italy from 1986 to 1996. *SPPE* 2002;37(6):267-70.
18. Mohammadinia N, Rezaei M, Sameizadehtooosi T, Darban F. Assessing suicidal ideation frequency in medical students. *Quarterly Journal of* 2012; 1(1):83-91. [Persian]
19. Mahammadzadeh A, Poursharifi H, Alipour A. Validation of Sense of Coherence (SOC) 13-item scale in Iranian sample. *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 2010;5:1451-5.
20. Besharat MA. Relation of alexithymia with ego defense styles. *JFMH* 2008;10(39):181-90. [Persian]
21. Besharat Ma, Bazzazian S. Psychometric properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire in a sample of Iranian population. *ANM* 2015;24(84):61-70. [Persian]
22. Osman A, Bagge CL, Gutierrez PM, Konick LC, Kopper BA, Barrios FX. The Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R): validation with clinical and nonclinical samples. *Assessment* 2001;8(4):443-54.
23. Rashid S, Khorramdel K, Gholami F, Senobar L. The Relationship between Interpersonal Psychological Theory of Suicide Constructs (Loneliness, Perceived Social Support, Thwarted Belongingness and Burdensomeness) and Suicidal Behavior among Iranian Students. *Health Education & Health Promotion* 2016;4(2):35-48. [Persian]
24. Kravetz S, Drory Y, Florian V. Hardiness and sense of coherence and their relation to negative affect. *European Journal of Personality* 1993;7(4):233-44.
25. Khanjari S, Mosavipoor S, Oskouie F, Haghani H. Quality of Life and Sense of Coherence in the Mothers with Term and Preterm Infants. *IJN* 2017;30(106):57-67. [Persian]
26. Demetrius LA, Magistretti PJ, Pellerin L. Alzheimer's disease: the amyloid hypothesis and the Inverse Warburg effect. *Frontiers in physiology* 2015;5:522.
27. Grøholt E-K, Stigum H, Nordhagen R, Köhler L. Is parental sense of coherence associated with child health? *The European Journal of Public Health*. 2003;13(3):195-201.
28. Konttinen H, Haukkala A, Uutela A. Comparing sense of coherence, depressive symptoms and anxiety, and their relationships with health in a population-based study. *Social science & medicine* 2008;66(12):2401-12.
29. Miranda R, De Jaegere E, Restifo K, Shaffer D. Longitudinal follow-up study of adolescents who report a suicide attempt: Aspects of suicidal behavior that increase risk of a future attempt. *Depression and anxiety*. 2014;31(1):19-26. [Persian]
30. Hill RM, Pettit JW. Perceived burdensomeness and suicide-related behaviors in clinical samples: Current evidence and future directions. *JCP* 2014;70(7):631-43.
31. Gross JJ. The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of general psychology* 1998;2(3):271-99.



# The Relationship between Sense of Coherence and Cognitive Emotion Regulation with Suicidal Thoughts among Students at University of Mohaghegh Ardabili in 2017

Sadri Damirchi E<sup>1</sup>, Kiani A<sup>2</sup>, Khakdal Ghojebeygloo S<sup>3</sup>

1- Assistant Prof, Dept of Educational Sciences, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran. (Corresponding Author)

Email: e.sadri@uma.ac.ir, Tel: 045-31505644

2- MA student at Career Counseling, Dept of Educational Sciences, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

3- MA in Family Counseling, Dept of Educational Sciences, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

Received: 27 December 2017 Accepted: 25 August 2018

**Introduction:** Student years at university are an important transitional period in which students undergo a lot of academic, occupational and living pressures. In this regard, the existence of suicidal ideation, also known as suicidal thoughts, among students has a wide range of negative psychosocial effects. The purpose of this study was to determinate the relationship between sense of coherence and cognitive emotion regulation with suicidal ideation in students.

**Materials and Methods:** In this descriptive and correlational study, among all undergraduate and postgraduate students of the University of Mohaghegh Ardabili in 2017, 367 students were selected by a cluster sampling method. The suicidal revised questionnaires (SBQ-R), a short form of Antonovsky Integrity sense questionnaire and a short form of the Gravinsky Craig and Spinach on Critical Settlement Questionnaire were used for data collection. The research data were analyzed using descriptive statistics including frequency, mean and standard deviation and multiple linear regression in simultaneously method at a significant level of  $p < 0.041$ .

**Results:** The results showed that while a negative significant relationship between sense of coherence ( $r = -0.25$ ) and cognitive emotion regulation ( $r = -0.32$ ) with suicidal thoughts ( $p < 0.011$ ) was observed, correlation between suicidal ideation and cognitive-emotional confusion ( $r = 0.27$ ) was significantly positive. Also, the sense of coherence and cognitive adjustment of compatible and incompatible excitement predict about 23% of changes in suicidal ideation.

**Conclusion:** Based on these results, the sense of coherence and cognitive adjustment of compatible and incompatible excitement can be related to the suicidal thoughts of students; therefore, it could be recommended that therapists and counselors especially who working at university counseling centers to take into account these considerations to reduce the rate of students' suicidal thoughts.

**Keywords:** Sense of Consistency, Adaptive cognitive adjustment, Cognitive adjustment of incompatible excitement, Students, Suicidal thoughts

---

### Please cite this article as follows:

Sadri Damirchi E, Kiani A, Khakdal Ghojebeygloo S. The Relationship between Sense of Coherence and Cognitive Emotion Regulation with Suicidal Thoughts among Students at University of Mohaghegh Ardabili in 2017. *Community Health journal* 2017, 2018; 11(3, 4): 56-64.

**Funding:** The present study was not funded by any organization or institution.

**Conflict of interest:** None declared.

**Ethical approval:** For ethical approval, all participants in the study were satisfied with draw.