

The Mediating Role of Meaning in Life and Loneliness in Suicidal Ideation Following Romantic Breakdowns

Mohammad Mahdi Taheri¹, Fatemeh Kouneshin², Alireza Jahani³, Zahra Jahanbakhshi⁴

1. Master's Student in Family Counseling, Department of Counseling, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran. mtaheri.m78@gmail.com
2. Master's Student in Family Counseling, Department of Counseling, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran. fatemeh.kouneshin@gmail.com
3. Master's Student in assessment and measurement, Department of Assessment and Measurement, Faculty of Psychology and Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. alirezajahani2001@gmail.com
4. PhD in Counseling, Assistant professor of Counselling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran. Email: z_jahanbakhshi@sbu.ac.ir

Abstract

Objective: Suicidal ideation is a significant public health concern influenced by various factors. This study aimed to investigate the relationship between romantic breakup and suicidal ideation, with the mediating roles of loneliness and meaning in life.

Method: This study employed a correlational descriptive design using structural equation modeling. The statistical population consisted of all students residing in Tehran, aged 18 to 35 years. A sample of 424 participants was selected through convenience sampling. The instruments included the Romantic Breakup Questionnaire (Rosse, 1999), Suicidal Ideation Scale (Beck et al., 1979), Meaning in Life Questionnaire (Steger et al., 2006), and Loneliness Scale (DiTommaso et al., 2004). Data analysis was conducted using SEM with SPSS and AMOS software.

Findings: The results indicated that the data fit the proposed model well, and all direct and indirect paths were significant. Romantic breakup had a direct positive effect on suicidal ideation ($\beta = 0.15$) and on loneliness ($\beta = 0.46$), and a direct negative effect on meaning in life ($\beta = -0.20$). Meaning in life had a negative direct effect on suicidal ideation ($\beta = -0.22$), while loneliness had a positive direct effect on suicidal ideation ($\beta = 0.29$). The indirect effects were also significant through the mediation of meaning in life (95% CI [0.02, 0.08]) and loneliness (95% CI [0.09, 0.18]) on suicidal ideation.

Conclusion: Part of the impact of romantic breakup on suicidal ideation is exerted through changes in loneliness and meaning in life. Interventions focusing on

strengthening social bonds and encouraging participation in meaningful activities may help reduce the risk of suicide among individuals who have experienced a romantic breakup.

Keywords: Suicidal Ideation, Romantic breakdown, Loneliness, Meaning in Life, Students

نقش واسطه ای معنا در زندگی و احساس تنهایی در پیشبینی افکار خودکشی بر اساس شکست عاطفی

محمد مهدی طاهری¹، فاطمه کوه نشین²، علیرضا جهانی³، زهرا جهانبخشی⁴

- 1- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، تهران، ایران. mtaheri.m78@gmail.com
- 2- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. fatemeh.kouhneshin@gmail.com
- 3- دانشجوی کارشناسی ارشد روان سنجی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران. alirezajahani2001@gmail.com
- 4- (نویسنده مسئول)، دکتری مشاوره، استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران. z_jahanbakhshi@sbu.ac.ir

چکیده

هدف: افکار خودکشی یک مسئله مهم در حوزه سلامت عمومی است که تحت تاثیر عوامل متعددی قرار دارد. هدف این مطالعه تعیین رابطه شکست عاطفی و افکار خودکشی با نقش میانجی احساس تنهایی و معنا در زندگی بود.

روش: این پژوهش از نوع توصیفی همبستگی با روش مدل سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آمار پژوهش را کلیه دانشجویان ساکن شهر تهران در بازه سنی 18 تا 35 سال تشکیل می دادند. نمونه پژوهش به شیوه در دسترس انتخاب شد. ابزارها شامل پرسشنامه شکست عاطفی (راس، 1999)، افکار خودکشی (بک و همکاران، 1979)، معنای زندگی (استگر و همکاران، 2006) و احساس تنهایی (دیتوماسو و همکاران، 2004) بود. حجم نمونه این پژوهش 424 نفر بود. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از معادلات ساختاری و نرم افزارهای SPSS و AMOS انجام شد.

یافته ها: نتایج نشان داد داده ها با مدل برازش داشته و تمامی مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم معنادار بودند ($p > 0.05$). شکست عاطفی تأثیر مستقیم بر افکار خودکشی ($\beta = 0.15$) و بر احساس تنهایی ($\beta = 0.46$) داشت. شکست عاطفی تأثیر معکوس بر معنا در زندگی ($\beta = -0.20$) نشان داد. معنا در زندگی تأثیر معکوس بر افکار خودکشی ($\beta = -0.22$) و احساس تنهایی تأثیر مستقیم بر افکار خودکشی ($\beta = 0.29$) داشت. مسیرهای

غیرمستقیم نیز از طریق میانجی‌گری معنا در زندگی ($CI [0.02, 0.08]$) و احساس تنهایی ($CI [0.09, 0.18]$) بر افکار خودکشی معنادار بودند.

نتیجه‌گیری: بخشی از تاثیر شکست عاطفی بر افکار خودکشی از طریق تغییرات در احساس تنهایی و معنا در زندگی اعمال می‌شود. مداخلاتی که بر تقویت پیوندهای اجتماعی و تشویق به مشارکت در فعالیتهای معنادار تمرکز کنند، می‌توانند به کاهش خطر خودکشی در افرادی که شکست عاطفی را تجربه کرده‌اند، کمک کنند.

کلید واژه: افکار خودکشی، شکست عاطفی، احساس تنهایی، معنا در زندگی، دانشجویان

مقدمه

خودکشی^۱ دومین عامل مرگ و میر در میان جوانان است (اسدی و همکاران، 1401) به طوری که در برخی از کشور های غربی که آمار دقیق وجود دارد، از هر نه جوان یک نفر اقدام به خودکشی می‌کند (وترال^۲ و همکاران، 2018). افکار خودکشی یکی از مهم‌ترین چالش‌های سلامت روان در جوامع مدرن محسوب می‌شود و به عنوان یک عامل پیش‌بینی‌کننده قوی برای رفتارهای خودکشی شناخته شده است (هی^۳ و همکاران، 2025). بر اساس آمارهای جهانی، افکار خودکشی در میان جمعیت‌های نوجوان، جوان و میانسال شیوع بالایی دارد (بشرپور و صمدی‌پور، 1397) و می‌تواند تحت تاثیر عوامل روانشناختی و اجتماعی مختلفی قرار گیرد (جو^۴ و همکاران، 2017). پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهد که این افکار نه تنها با اختلالات روانی مانند افسردگی، بلکه با تجربیات زندگی روزمره مانند شکست‌های عاطفی نیز رابطه دارد. فرآیند شکل‌گیری افکار خودکشی و گذار به رفتار خودآسیب‌رسان تحت تأثیر ترکیبی از فشارهای بین‌فردی و روان‌شناختی قرار دارد. علی‌رغم پیامدهایی که خودکشی برای نظام‌های مراقبتی و خانواده‌ها دارد، در پنج دهه گذشته پیشرفت چشمگیری در پیش‌بینی افکار و رفتار خودکشی رخ نداده است (مک‌کلند^۵ و همکاران، 2020).

¹ Suicide

² Wetherall & et al

³ He & et al

⁴ Jo & et al

⁵ McClelland & et al

پیشگیری از خودکشی در جوامع، امری ضروری است که نیازمند شناسایی و پیش‌بینی عوامل تاثیرگذار آن می‌باشد (مارکس^۱، 2019). درحالی که اکثر پژوهش‌ها به مطالعه عواملی همچون اختلالات اضطرابی، افسردگی و تاریخچه آسیب‌های روانی در ایجاد و بروز افکار و رفتار خودکشی پرداخته‌اند (لی^۲ و همکاران، 2022؛ بنتلی^۳ و همکاران، 2016؛ فاوریل^۴ و همکاران، 2022)، نقش شکست عاطفی به‌عنوان یکی از عوامل تاثیرگذار در شکل‌گیری و تشدید این افکار کمتر مورد توجه قرار گرفته است (لاو^۵ و همکاران، 2018؛ اسماجدا^۶ و همکاران، 2024).

یکی از تجربه‌های برجسته دوران جوانی، شکل‌گیری روابط عاشقانه است (شیا^۷ و همکاران، 2018). بر اساس دیدگاه وجودی، عشق به‌عنوان یکی از منابع اصلی معنا و احساس تعلق در زندگی شناخته می‌شود (فرانکل^۸، 2006). ایجاد یک رابطه رضایت‌بخش می‌تواند به‌عنوان منبعی از عواطف مثبت در تقویت خودپنداره مثبت، عزت‌نفس، احساس امنیت و رشد اجتماعی مؤثر واقع شود (هریس و اورت^۹، 2020). این تجربیات به‌طور کلی، احساس رضایت از زندگی را به همراه می‌آورند (داویلا^{۱۰} و همکاران، 2017؛ سلز^{۱۱} و همکاران، 2020).

شکست عاطفی، که اغلب به‌عنوان پایان روابط عاطفی یا شکست در روابط رمانتیک تعریف می‌شود، یکی از رویدادهای استرس‌زا در زندگی افراد است. این تجربه می‌تواند منجر به احساسات شدید غم، خشم و ناامیدی شود و در موارد شدید، به مشکلات روانی پایدار تبدیل گردد (زمان‌شعار و همکاران، 1401). احساس ناتوانی در ارتباط معنی‌دار با دیگران و فقدان تعلق همچنین، می‌تواند تمایل به مرگ را تقویت کند (قدرتی و تکلوی، 1398؛ ورهالن^{۱۲} و همکاران، 2019).

ارتباطات نزدیک با دیگران به‌عنوان یکی از مهم‌ترین منابع اولیه معنا در زندگی، در نظر گرفته شده و به افراد احساس هدفمندی و ارزشمندی می‌بخشد. با این حال، هنگامی که این روابط پایان می‌یابند، ممکن است پیامدهای منفی جدی به‌ویژه تمایل به مرگ را در افراد ایجاد کنند (ژائو و ژو^{۱۳}، 2023).

¹ Marks

² Li & et al

³ Bentley & et al

⁴ Favril & et al

⁵ Love, & et al

⁶ Szmajda, & et al

⁷ Xia & et al

⁸ Frankl

⁹ Harris & Orth

¹⁰ Davila & et al

¹¹ Sels & et al

¹² Verhallen & et al

¹³ hao & Zhou

امروزه با افزایش سن ازدواج و گسترش روابط عاطفی، به‌ویژه در میان دانشجویان، بسیاری از افراد ممکن است با تجربه شکست عاطفی روبه‌رو شوند (پاپ و روسو^۱، ۲۰۱۵). بیشتر افراد با گذشت زمان، روابط خود را بهبود می‌بخشند و شکست‌های عاطفی را به‌عنوان بخشی از تجربیات زندگی خود ادغام می‌کنند. در حالی که برای برخی دیگر، عبور از این تجربیات و سازگاری با آن‌ها به‌عنوان جزء طبیعی زندگی اتفاق نمی‌افتد و در چرخه‌های هیجانات منفی و آشفتگی‌های عاطفی گرفتار می‌شوند (پترسن^۲، ۲۰۱۹).

شکست عاطفی همچنین می‌تواند دامنه روابط اجتماعی فرد را محدود کند. تجربه شکست عاطفی اغلب با هیجاناتی منفی نظیر طرد شدن و احساس تنهایی همراه است (هوپف^۳ و همکاران، ۲۰۲۲). احساس تنهایی به‌عنوان یک وضعیت عاطفی تعریف می‌شود که در آن فرد عدم اتصال و ارتباط معنادار با دیگران را تجربه می‌کند. به عبارتی دیگر، احساس تنهایی، تجربه‌ای ذهنی و ناخوشایند است که در اثر ادراک فرد از عدم برآورده شدن نیازهای اجتماعی خود به‌ویژه کیفیت روابط اجتماعی، پدید می‌آید. احساس تنهایی اغلب نشان‌دهنده فاصله قابل توجه فرد از روابط مطلوب است (جان^۴ و همکاران، ۲۰۲۱). تجربه مداوم تنهایی می‌تواند بر کیفیت زندگی افراد تأثیر منفی گذاشته و پیامدهایی برای رفاه کلی و حتی طول عمر آنان داشته باشد (چیانو^۵ و همکاران، ۲۰۱۹). این احساس همچنین می‌تواند بر ادراک فرد از خود تأثیر بگذارد و دیدگاه فرد را نسبت به زندگی تغییر دهد (لیم^۶ و همکاران، ۲۰۲۰).

با توجه به اهمیت موضوع افکار خودکشی و شیوع فزاینده اقدام به خودکشی، مطالعه علل بروز این افکار و متغیرهای پیش‌بینی‌کننده آن، نیازمند توجه ویژه است. در حالی که مطالعات اندکی به بررسی تأثیر شکست عاطفی بر افکار و اقدام به خودکشی پرداخته‌اند (وللدارس-گاریدو^۷ و همکاران، ۲۰۲۳)، پژوهش‌های موجود در زمینه چگونگی اثرگذاری شکست عاطفی و همچنین متغیرهایی که در این رابطه نقش واسطه‌ای دارند، محدود است (ویلسون^۸ و همکاران، ۲۰۲۵). بر این اساس، مطالعه حاضر، با هدف تعیین نقش واسطه‌ای احساس تنهایی و معنای زندگی در رابطه شکست عاطفی و افکار خودکشی انجام شد.

^۱ Pop & Rusu

^۲ Petersen

^۳ Hopf & et al

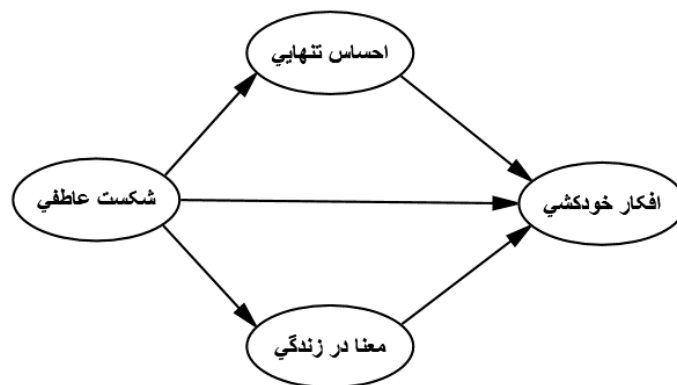
^۴ John & et al

^۵ Chiao & et al

^۶ Lim & et al

^۷ Valladares-Garrido & et al.

^۸ Wilson & et al



شکل 1 مدل مفهومی پژوهش

روش پژوهش

پژوهش حاضر با رویکرد کمی و از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشگاه‌های شهر تهران بود. داده‌های این مطالعه در دوره زمانی فروردین تا بهمن 1403 جمع‌آوری شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها، از روش نمونه‌گیری دردسترس استفاده شد. فراخوان شرکت در پژوهش از طریق شبکه‌های اجتماعی و گروه‌های دانشجویی دانشگاه‌های منتخب منتشر شد تا افرادی که شرایط ورود به پژوهش را داشتند لینک پرسشنامه را دریافت و آن را تکمیل کنند. ملاک‌های ورود به پژوهش دامن سنی 18 تا 35 سال و داشتن تجربه شکست عاطفی در سه سال اخیر بود که از طریق سوالات خودگزارشی در اول پرسشنامه مورد سنجش قرار گرفت. به همین طریق، ملاک‌های خروج شامل تکمیل ناقص پرسشنامه و ارائه پاسخ‌های ناسازگار، یک‌نواخت یا نامعتبر بود.

حجم نمونه پژوهش با استفاده از برآوردگر حجم نمونه برای پژوهش‌های معادلات ساختاری (سوپر، 2026)، محاسبه گردید. با هدف دستیابی به توان آماری 0/85 و اندازه اثر 0/2 برای آزمون برازش مدل و ضرایب مسیر، حجم نمونه پژوهش حداقل برابر با 381 در نظر گرفته شد. به‌منظور کاهش تأثیر ریزش احتمالی نمونه و حذف موارد دارای کیفیت پایین پاسخ‌دهی، فرایند گردآوری داده‌ها با در نظر گرفتن حجم نمونه‌ای بیش از مقدار برآوردشده انجام شد. در مجموع 446 پرسشنامه جمع‌آوری شد. پس از بررسی و پاک‌سازی اولیه داده‌ها، 22 مورد به دلیل عدم احراز ملاک‌های ورود یا وجود پاسخ‌های نامعتبر کنار گذاشته شدند. در نتیجه، داده‌های 424 شرکت‌کننده که واجد شرایط تحلیل بودند، در تحلیل‌های نهایی مورد

استفاده قرار گرفت. تحلیل داده‌ها با روش مدل‌سازی معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزارهای SPSS-27 و AMOS-24 انجام شد.

ابزار سنجش

افکار خودکشی: افکار خودکشی با استفاده از مقیاس افکار خودکشی بک^۱، مورد سنجش قرار گرفت (بک^۲ و همکاران، ۱۹۷۹). این مقیاس ابزاری خودگزارشی و مشتمل بر ۱۹ گویه است که مواردی مانند آرزوی مرگ، تمایل به خودکشی فعال و غیرفعال، میزان کنترل فرد بر افکار خودکشی و آمادگی وی برای اقدام به خودکشی را می‌سنجد. نمره‌گذاری پرسشنامه به این صورت است که هر گویه بین ۰ تا ۲ نمره دارد و مجموع نمرات نشان‌دهنده شدت افکار فرد است. دامنه نمرات بین ۰ تا ۳۸ بوده و کسب نمره بالاتر به معنای فکر خودکشی بیشتر است. در مطالعه اصلی، پایایی این مقیاس از طریق آلفای کرونباخ بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۷ گزارش شده است. همچنین، همبستگی این پرسشنامه با سوال خودکشی موجود در مقیاس افسردگی بک بین ۰/۵۸ تا ۰/۶۹ و با مقیاس‌های استاندارد افسردگی در بیماران بستری و سرپایی بین ۰/۹۰ تا ۰/۹۴ گزارش شده است. انیسی و همکاران (۱۳۸۴) در پژوهش خود پایایی این پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۵ گزارش نموده‌اند. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ، ۰/۹۲ به دست آمد.

شکست عاطفی: برای سنجش شکست عاطفی از پرسشنامه ضربه عشقی^۳ استفاده شد (راس^۴، ۱۹۹۹). این مقیاس به بررسی احساسات افراد پس از پایان رابطه می‌پردازد و شامل ۱۰ گویه می‌باشد. نمره گذاری بر اساس طیف لیکرت ۴ درجه ای از ۰ (اصلاً) تا ۳ (اکثر اوقات) انجام می‌شود. نمرات بالاتر نشان دهنده شدت بیشتر تجربه شکست عاطفی است. راس (۱۹۹۹) برای بررسی روایی همگرایی این پرسشنامه، همبستگی آن را با مقیاس اضطراب بک محاسبه کرد که ضریب همبستگی ۰/۷۴ به دست آمد و بیانگر روایی همگرایی مطلوب ابزار بود. همچنین، همسانی درونی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش شد. در مطالعه دهقانی‌فر و همکاران (۲۰۲۰)، روایی همگرایی نسخه فارسی از طریق همبستگی با پرسشنامه افسردگی، ۰/۶۴ گزارش شد. علاوه بر این، پایایی بازآزمایی

^۱ Beck Scale for Suicide Ideation (BSSI)

^۲ Beck & et al

^۳ Love Trauma Inventory

^۴ Rosse

پرسشنامه با فاصله یک هفته 0/83 و همسانی درونی آن بر اساس ضریب آلفای کرونباخ 0/81 به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه 0/80 محاسبه شد.

احساس تنهایی: برای سنجش احساس تنهایی، از نسخه کوتاه مقیاس تنهایی عاطفی و اجتماعی بزرگسالان^۱ استفاده شد. این مقیاس اساس نظریه چندبعدی تنهایی توسعه یافته است (دیتوماسو^۲ و همکاران، 2004) و نسخه کوتاه آن برای کاربردهای پژوهشی و بالینی طراحی شده است. مقیاس فوق، یک ابزار خودگزارش شامل ۱۵ گویه است که سه بعد تنهایی اجتماعی، تنهایی خانوادگی و تنهایی رمانتیک را می‌سنجد. نمره‌گذاری در این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» انجام می‌شود و نمرات هر گویه جمع می‌شود؛ دامنه نمرات کلی بین ۱۵ تا حداکثر 75 می‌باشد، به طوری که نمرات بالاتر نشان‌دهنده احساس تنهایی بیشتر در هر یک از ابعاد و در مجموع هستند. در مطالعه اصلی توسعه ابزار، شواهد مطلوب روایی سازه و همگرا ارائه شده است. تحلیل عاملی، ساختار سه‌عاملی آن را تأیید کرده. ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها در نمونه‌های مختلف بین 0/87 تا 0/90 گزارش شده است که نشان‌دهنده همسانی درونی بالا این نسخه می‌باشد. همچنین روایی همگرا و واگرا این ابزار از طریق همبستگی‌های معنادار با مقیاس‌های مرتبط با کیفیت رابطه و حمایت اجتماعی تأیید شده است (دیتوماسو و همکاران، 2004). در ایران نیز جوکار و سلیمی (۱۳۹۰) ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس را بررسی کردند؛ تحلیل عاملی، حاکی از وجود سه عامل اصلی و همچنین پایایی همسانی درونی با آلفای کرونباخ در دامنه 0/78 تا 0/92 قرار داشته است. در پژوهش حاضر نیز پایایی مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ با 0/93 به دست آمد.

معنا در زندگی: به منظور سنجش این متغیر، از پرسشنامه معنا در زندگی^۳ استفاده گردید. این ابزار که توسط استگر^۴ و همکاران (2006) طراحی شده، ابزاری خودگزارش است که برای ارزیابی دو بعد اصلی معنا در زندگی یعنی وجود معنا و جستجوی معنا به کار می‌رود. این مقیاس شامل ۱۰ گویه است. شیوه پاسخ‌دهی به گویه‌ها بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای است که از ۱ (کاملاً نادرست) تا ۷ (کاملاً درست) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات بین 7 تا 70 می‌باشد به طوری که کسب نمره بالاتر، نشان‌دهنده معنای زندگی بیشتر یا پویایی بیشتر در جستجوی آن است. شواهد مربوط به روایی و پایایی نسخه اصلی این ابزار در پژوهش استگر و همکاران (2006)، نشان‌دهنده ویژگی‌های روان‌سنجی مطلوبی است؛ تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی از ساختار دوعاملی پرسشنامه حمایت کرده و برازش

¹ Social and Emotional Loneliness Scale for Adults – Short Form (SELSA-S)

² DiTommaso & et al

³ Meaning in Life Questionnaire (MLQ)

⁴ Steger & et al

مطلوب مدل را نشان داده است. همچنین، روایی همگرا و واگرایی ابزار از طریق همبستگی مورد انتظار با شاخص‌های بهزیستی روان‌شناختی، رضایت از زندگی، خوش‌بینی و افسردگی تأیید شده است. ضریب آلفای کرونباخ نیز، در دامنه 0/82 تا 0/88 گزارش شده است. در جامعه ایران نیز، ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس مطلوب گزارش شده است. نتایج تحلیل عاملی تأییدی، ساختار دوعاملی پرسشنامه را تأیید و شاخص‌های برازش، مطلوب گزارش شده اند (نقیائی و همکاران، 2020). از منظر پایایی نیز، ضریب آلفای کرونباخ بین 0/82 تا 0/90 محاسبه شده که بیانگر همسانی درونی مناسب گویه‌های ابزار است. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه 0/82 به دست آمد.

یافته ها

در این مطالعه، مجموعاً 424 نفر در تحلیل‌های نهایی وارد شدند. از این تعداد، 301 نفر (71 درصد) زن و 123 نفر (29 درصد) مرد بودند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان 24/03 سال با انحراف استاندارد 3/96 بود. دامنه سنی افراد بین 18 تا 35 سال قرار داشت. در جدول 1، شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش شامل میانگین و انحراف استاندارد، به همراه ماتریس همبستگی پیرسون بین متغیرها ارائه شده است.

جدول 1 شاخص‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	1	2	3	4
1. شکست عاطفی	16/02	5/62	1			
2. احساس تنهایی	44/21	14/15	0/41 **	1		
3. معنا در زندگی	51/31	9/74	-	-	1	
			0/17 **	0/22 **		
4. افکار خودکشی	6/04	7/06	0/29 **	0/40 **	-	1
					0/31 **	

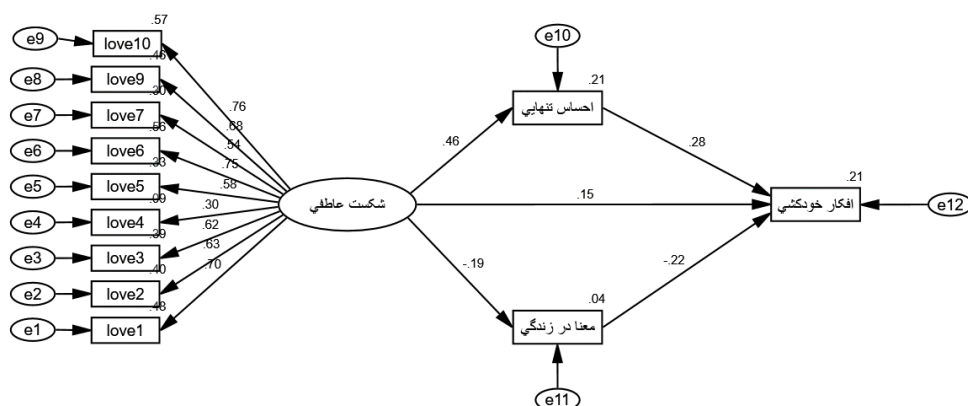
مطابق جدول 2، نتایج نشان داد شکست عاطفی با احساس تنهایی رابطه مستقیم و معنادار ($r = 0/41, p < 0/05$) و با افکار خودکشی نیز همبستگی مثبت و معناداری

نشان داد ($r = 0/29, p < 0/05$). شکست عاطفی با معنا در زندگی رابطه معکوس و معنادار داشت ($r = -0/17, p < 0/05$). احساس تنهایی با افکار خودکشی همبستگی مثبت و معناداری داشت ($r = 0/40, p < 0/05$) و با معنا در زندگی رابطه معکوس و معناداری نشان داد ($r = -0/22, p < 0/05$). در نهایت، معنا در زندگی با افکار خودکشی رابطه معکوس و معناداری داشت ($r = -0/31, p < 0/05$).

قبل از برازش مدل، مفروضات مدل سازی معادلات ساختاری شامل نرمال بودن توزیع داده ها، استقلال خطاها و همخطی چندگانه بررسی شدند. جهت تعیین نرمال بودن توزیع، شاخص های چولگی و کشیدگی بررسی و نتایج حاکی از برقراری مفروضه نرمال بودن توزیع داده ها بود (دامنه -2 تا $+2$). جهت آزمون مفروضه استقلال خطاها از آماره دوربین – واتسون استفاده شد که نتایج نشان دهنده برقراری این مفروضه بود. $DW=2/03$. شاخص تورم واریانس و تollerانس جهت بررسی مفروضه عدم همخطی چندگانه بین متغیر های پیشبین مورد استفاده قرار گرفت. نتایج نشان داد همخطی چندگانه بین متغیر های پیشبین وجود ندارد. مفروضه بعدی یعنی وجود رابطه خطی بین متغیر های پیشبین و ملاک با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون مورد آزمون قرار گرفت که نتایج حاکی از خطی بودن روابط بود. پارامترهای مدل با استفاده از روش بیشینه درست نمایی برآورد شدند. شاخص های برازش مدل در جدول 2 ارائه شده اند

جدول 2 شاخص های برازش مدل ساختاری پژوهش

SRMR	RMSEA	NFI	GFI	CFI	χ^2/df	شاخص برازش
$< 0/08$	$< 0/08$	$> 0/90$	$> 0/90$	$> 0/90$	$1 < \chi^2/df < 3$	بازه مطلوب
0/05	0/06	0/91	0/95	0/94	2/58	برآورد مدل



شکل 2 مدل ساختاری پژوهش در حالت ضرائب استاندارد

مطابق با جدول 2 شاخص های برازندگی مدل از جمله نسبت خیدو به درجه آزادی ($\chi^2/df=2/58$)، شاخص برازش تطبیقی ($CFI=0/94$)، شاخص نیکویی برازش ($GFI=0/95$)، شاخص برازش نرم شده ($NFI=0/91$)، ریشه میانگین مجذورات خطای تقریب ($RMSEA=0/06$) و ریشه میانگین مجذورات باقی مانده استاندارد شده ($SRMR=0/05$)، همگی در محدوده معیارهای پذیرفته شده قرار دارند، در نتیجه داده ها، با مدل پیشنهادی برازش قوی دارد. در جدول 3 نتایج آزمون مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم مدل ارائه شده است.

جدول 3 آزمون مسیرهای مستقیم و غیر مستقیم

مسیر	ضریب مسیر (β)	فاصله اطمینان 95%	معناداری
مسیر های مستقیم			
شکست عاطفی -> افکار خودکشی	0/15	[0/06 , 0/24]	0/008
شکست عاطفی -> احساس تنهایی	0/46	[0/39 , 0/53]	< /001
شکست عاطفی -> معنا در زندگی	-0/20	[-0/28 , -0/11]	< /001
معنا در زندگی -> افکار خودکشی	-0/22	[-0/30 , -0/14]	< /001
احساس تنهایی -> افکار خودکشی	0/29	[0/20 , 0/37]	< /001
مسیر های غیر مستقیم			
شکست عاطفی -> معنا -> افکار خودکشی	0/04	[0/02 , 0/08]	0/001
شکست عاطفی -> تنهایی -> افکار خودکشی	0/13	[0/9 , 0/18]	< /001

مطابق با جدول 3، نتایج نشان داد مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم در مدل معنادار هستند. شکست عاطفی تأثیر مستقیم بر افکار خودکشی ($\beta = 0/15, p < 0/05$) و نیز بر احساس تنهایی ($\beta = 0/46$).

۰/۰۵ < p) دارد، در حالی که تأثیر آن بر معنا در زندگی معکوس بود (۰/۲۰ = β , $p < ۰/۰۵$). همچنین، معنا در زندگی تأثیر منفی بر افکار خودکشی (۰/۲۲ = β , $p < ۰/۰۵$) و احساس تنهایی تأثیر مستقیم بر افکار خودکشی (۰/۲۹ = β , $p < ۰/۰۵$) نشان داد.

برای آزمون مسیرهای غیرمستقیم و نقش میانجی متغیرهای احساس تنهایی و معنا در زندگی، از روش بوت‌استرپ با ۲۰۰۰ نمونه برداری و فاصله اطمینان ۹۵٪ استفاده شد. نتایج نشان داد که هیچ یک از فواصل اطمینان شامل صفر نمی‌شوند، که بیانگر معناداری اثرهای غیرمستقیم است. با توجه به اینکه نرم‌افزار AMOS ضرایب مسیرهای غیرمستقیم را به‌طور جداگانه برای هر مسیر غیر مستقیم ارائه نمی‌دهد، از افزونه تحلیل اثر غیرمستقیم (گسکین^۱، ۲۰۱۶) برای برآورد این مسیرها استفاده شد. بر این اساس، مسیر شکست عاطفی -> معنا در زندگی -> افکار خودکشی (۰/۰۲ = CI, ۹۵٪, $\beta = ۰/۰۴$), ۰۸/۰ < p) و مسیر شکست عاطفی -> احساس تنهایی -> افکار خودکشی (۰/۱۳ = CI, ۹۵٪, $\beta = ۰/۰۵$), ۰/۰۵ < p) هر دو معنادار بودند، که نشان می‌دهد احساس تنهایی و معنا در زندگی نقش میانجی دارند. به بیانی دیگر، بخشی از اثر شکست عاطفی بر افکار خودکشی از طریق تأثیر شکست عاطفی بر احساس تنهایی و معنا در زندگی منتقل می‌شود.

بحث و نتیجه گیری

مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش میانجی معنا در زندگی و احساس تنهایی در رابطه بین شکست عاطفی و افکار خودکشی انجام شد. نتایج نشان داد که شکست عاطفی هم به طور مستقیم و هم به طور غیرمستقیم از طریق احساس تنهایی و معنای زندگی با افکار خودکشی رابطه دارد.

اولین یافته پژوهش نشان داد که شکست عاطفی اثر مستقیم و معناداری بر افکار خودکشی دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین، همسو می‌باشد (ناورین^۲، ۲۰۲۶). پژوهش‌های پیشین نیز، گسست رابطه را به‌عنوان محرکی نیرومند در فعال‌سازی و تشدید نشخوارهای مرتبط با خودکشی معرفی کرده است (وایادارس-گاریدو و همکاران، ۲۰۲۳). داده‌های فراتحلیلی اخیر نیز این موضوع را تأیید می‌کنند و نشان می‌دهند افرادی که شکست عاطفی را تجربه کرده‌اند، در واقع منبع دلبستگی خود را از دست

^۱ Gaskin

^۲ Nawreen

داده‌اند؛ این افراد در مقایسه با افرادی که در ارتباط پایدار قرار دارند، به احتمال بیشتری به خودکشی فکر می‌کنند (ویلسون و همکاران، 2025).

در تبیین این یافته می‌توان گفت که قطع یک پیوند دلبستگی عمیق، به عنوان یک رویداد استرس‌زا، بر عملکرد سیستم تنظیم هیجان اثر می‌گذارد. از دست دادن شریک عاطفی، فرد را با حجم بالایی از هیجانات منفی مانند سوگ، خشم و ناامیدی مواجه می‌سازد که در صورت فقدان مهارت‌های مقابله‌ای سازگارانه، این درد روان‌شناختی غیرقابل تحمل شده و فرد، خودکشی را به عنوان راهی برای فرار از این رنج هیجانی ادراک می‌کند (ناورین، 2026؛ مانکون^۱ و همکاران، 2025).

علاوه بر این، این نتیجه را می‌توان در چارچوب مدل‌های معاصر، از جمله نظریه بین‌فردی خودکشی، تفسیر کرد. فروپاشی یک رابطه عاشقانه به‌طور بنیادین منبع اصلی حمایت عاطفی و صمیمیت فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهد و اغلب به احساسات تعلق ناکام‌مانده و انزوای اجتماعی منجر می‌شود (لاو و مورگان^۲، 2024؛ ویلسون و همکاران، 2025). از آنجا که روابط عاشقانه سالم معمولاً نقش سپری محافظ در برابر درد روان‌شناختی و ناامیدی ایفا می‌کنند، از دست دادن این پیوند تعادل منابع مقابله‌ای فرد را برهم می‌زند. این آسیب‌پذیری می‌تواند به‌وسیله عوامل فردی، مانند سبک‌های دلبستگی ناایمن یا اضطراب طرد شدن، تشدید شود؛ عواملی که نشان داده شده شدت و فراوانی افکار خودکشی پس از جدایی را افزایش می‌دهند (زورته‌آ^۳ و همکاران، 2021).

نتایج همچنین نشان داد شکست عاطفی به‌طور معنادار و مستقیم، تنهایی را پیش‌بینی می‌کند، این یافته به‌طور گسترده توسط پژوهش‌های اخیر حمایت می‌شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهند پایان یک رابطه اغلب با احساسات عمیق رهاشدگی و بی‌حسی هیجانی مرتبط است (گل^۴ و همکاران، 2024). افراد عمدتاً برای حمایت هیجانی به شریک عاطفی خود متکی هستند بنابر این جدایی، شکافی عمیق در شبکه حمایتی ایجاد می‌کند که با تعریف تنهایی به‌عنوان ناهماهنگی میان روابط اجتماعی مطلوب و روابط اجتماعی موجود همخوان است (ارنست^۵ و همکاران، 2021). هنگامی که پیوند دلبستگی گسسته می‌شود، افراد غالباً با نیازهای برآورده‌نشده به حمایت مواجه می‌شوند؛ وضعیتی که می‌تواند

¹ Mancone & et al

² Love & Morgan

³ Zortea & et al

⁴ Gehl & et al

⁵ Ernst & et al

احساس بی‌ارزشی، طردشدگی و ناامیدی نسبت به امکان تجربه دوباره صمیمیت را تشدید کند (ساروبی و همکاران، 2024).

یافته دیگر مطالعه این بود که شکست عاطفی به‌طور معناداری کاهش معنای زندگی را پیش‌بینی می‌کند، این یافته نشان می‌دهد روابط صمیمی تا چه اندازه در شکل‌دهی به هویت فرد و احساس هدفمندی او نقش دارند (اسلاتر^۲ و همکاران، 2010). نتیجه به دست آمده با ادبیات پژوهشی موجود همسو است. روابط عاشقانه به‌طور عمیقی با خودپنداره فرد درهم‌تنیده‌اند (مک‌این‌تایر^۳ و همکاران، 2023). هنگامی که یک پیوند صمیمی پس از سرمایه‌گذاری هیجانی بلندمدت گسسته می‌شود، افراد اغلب با فقدان عمیق در معنای زندگی، احساس هدفمندی و پیوند با جهان مواجه می‌شوند. این گسست می‌تواند بحرانی وجودی را برانگیزد، دلیل بودن فرد را تضعیف کند و باورهای بنیادین او درباره آینده و ارزشمندی خویشتن را به چالش بکشد (ناورین، 2026).

یافته‌ها نشان داد احساس تنهایی و معنای زندگی به‌طور معناداری با افکار خودکشی مرتبط هستند، این نتایج با پژوهش‌های پیشین همسو است. پژوهش‌های طولی به‌طور مستمر نشان داده‌اند که تنهایی درد روان‌شناختی را تشدید کرده و به‌ویژه در شرایط گسست‌های شدید بین‌فردی مانند شکست عاطفی، به‌عنوان محرکی جدی برای شکل‌گیری افکار خودکشی عمل می‌کند (مکلند و همکاران، 2020؛ جین^۴ و همکاران، 2026). مطالعات پیشین، همبستگی منفی متوسطی میان معنای زندگی و افکار خودکشی در جمعیت‌های گوناگون نشان داده‌اند (لی و همکاران، 2024). زمانی که افراد زندگی خود را ارزشمند و هدفمند ادراک می‌کنند، آسیب‌پذیری آنان نسبت به افکار خودکشی به‌ویژه ابعادی مانند یأس و بدبینی، کاهش می‌یابد. در مقابل، فقدان معنا در زندگی می‌تواند تاب‌آوری را تضعیف کرده و به‌طور مستقیم میل به مرگ را افزایش دهد (گوو^۵ و همکاران، 2024).

یافته اصلی مطالعه حاضر تایید نقش واسطه‌ای احساس تنهایی و معنا در زندگی در رابطه بین شکست عاطفی و افکار خودکشی بود. فروپاشی رابطه عاشقانه هم اثر مستقیم و هم اثر غیرمستقیم بر افکار خودکشی دارد و مسیر غیرمستقیم آن از طریق افزایش تنهایی و کاهش معنای زندگی میانجی‌گری

¹ Sarubbi & et al

² Slotter & et al

³ McIntyre & et al

⁴ Jin & et al

⁵ Guo & et al

می‌شود. این یافته با چارچوب‌های معاصر مانند نظریه بین‌فردی خودکشی، همسو است (ون‌اوردن^۱ و همکاران، ۲۰۱۰). گسست رابطه از طریق قطع همزمان پیوندهای بین‌فردی و تضعیف دلایل فرد برای زندگی، گرایش به خودکشی را تشدید می‌کنند. مطابق با پژوهش‌های پیشین، شکست عاطفی اغلب به انزوای اجتماعی منجر می‌شود (کروان^۲ و همکاران، ۲۰۲۵) که به‌طور مستقیم مسیر شکل‌گیری افکار خودکشی را فعال می‌کند. برای مثال، ویلسون و همکاران (۲۰۲۵) تنهایی می‌تواند بخش قابل توجهی در برخی نمونه‌ها تا حدود ۲۵ درصد از ارتباط میان شکست عاطفی و افکار خودکشی را تبیین کند.

افزون بر این، شکست عاطفی تنها به از دست دادن یک رابطه صمیمی محدود نمی‌شود، بلکه یکی از مهم‌ترین منابع تعلق، حمایت هیجانی و تأیید و اعتبار بخشی به هویت فرد را با چالش مواجه می‌کند (فرناندس^۳ و همکاران، ۲۰۲۵). در نتیجه فرد، احساس تنهایی بیشتری را تجربه می‌کند و ممکن است این گسست را به‌عنوان نشانه‌ای از کاهش ارزشمندی خویش ادراک کند. هم‌زمان، پایان یک رابطه عاشقانه می‌تواند اهداف مشترک، نقش‌های هویتی و چشم‌انداز آینده را که در بستر رابطه شکل گرفته‌اند، از بین ببرد و در نتیجه احساس معنا و هدفمندی زندگی را کاهش دهد. پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که کاهش معنا در زندگی، توانایی افراد را برای بازتفسیر رویدادهای استرس‌زا، حفظ امید و استفاده از راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه تضعیف می‌کند (مک‌کلند و همکاران، ۲۰۲۳) و در چنین شرایطی احتمال تبدیل آشفتگی هیجانی ناشی از شکست عاطفی به افکار خودکشی افزایش می‌یابد. بنابراین، تنهایی و کاهش معنا در زندگی صرفاً پیامدهای همزمان شکست عاطفی نیستند، بلکه دو فرایند مکمل هستند که از یک سو احساس گسست از دیگران و از سوی دیگر احساس گسست از اهداف و ارزش‌های شخصی را تقویت کرده و در تعامل با یکدیگر خطر افکار خودکشی را افزایش می‌دهند.

در نهایت، این یافته‌ها نشان می‌دهد گذار از شکست عاطفی به افکار خودکشی ناشی از یک کمبود دوگانه است: احساس تنهایی در کنار از دست دادن معنای زندگی. از منظر بالینی، این امر ایجاب می‌کند که مداخلات برای افرادی که با آشفتگی ناشی از جدایی عاطفی مواجه‌اند، بر هردو بعد متمرکز شود. پروتکل‌های درمانی نباید تنها بر گسترش شبکه‌های حمایت اجتماعی برای کاهش تنهایی متمرکز کنند، بلکه لازم است درمان‌های معنامحور را نیز به‌طور فعال دربرگیرند تا به افراد کمک کنند سوگ رابطه را پردازش کرده، هویت مستقل خود را بازسازی کنند.

¹ Van Orden & et al

² Kirwan & et al

³ Fernandes & et al

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی همراه بود. استفاده از پرسشنامه‌های خودگزارش‌دهی ممکن است به دلیل سوگیری‌های فردی، اعتبار داده‌ها را کاهش دهد. همچنین ماهیت مقطعی مطالعه توانایی برقراری روابط علی را محدود می‌کند؛ نمونه‌گیری دردسترس نیز تعمیم‌پذیری یافته‌ها را محدود کرده و ممکن است نماینده کل جامعه مورد نظر نباشد.

با توجه به این محدودیت‌ها، پژوهش‌های آینده می‌توانند از طرح‌های طولی برای بررسی روابط علی استفاده کنند و سایر متغیرهای میانجی بالقوه را نیز بررسی نمایند. توصیه می‌شود متغیرهایی نظیر احساس شرم، حمایت اجتماعی ادراک شده و دشواری در تنظیم هیجان نیز به مطالعات آینده اضافه شوند تا مکانیزم‌های زیربنایی بین شکست‌های عاطفی و افکار خودکشی بهتر درک شوند.

ملاحظات اخلاقی: تمامی شرکت‌کنندگان در این پژوهش رضایت آگاهانه خود را برای

مشارکت اعلام کردند و اطلاعات لازم در مورد محرمانگی در ابتدای پرسشنامه به آن‌ها ارائه شد. این مطالعه با کد اخلاق اخذ شده از دانشگاه شهید بهشتی مورد تأیید کمیته اخلاق این دانشگاه قرار گرفت.

سهم نویسندگان: مفهوم‌سازی: همه نویسندگان؛ روش‌شناسی و تحلیل داده: نویسنده سوم؛

گردآوری داده‌ها: نویسنده اول و دوم؛ نگارش پیش‌نویس اولیه: نویسنده اول و دوم؛ بازبینی و ویرایش: نویسنده سوم؛ تصویرسازی: نویسنده دوم و سوم؛ نظارت: نویسنده چهارم؛ مدیریت پروژه: نویسنده چهارم.

حمایت مالی: این پژوهش تحت هیچ‌گونه حمایت مالی از سوی نهادها و سازمان‌ها قرار نگرفته

است و تمامی هزینه‌های مرتبط با آن توسط نویسندگان پرداخت شده است.

تعارض منافع: نویسندگان این مقاله اعلام می‌دارند یافته‌های این پژوهش هیچ تضادی با

منافع فردی یا سازمانی آنها ندارد.

سپاسگزاری: از مشارکت‌کنندگان این مطالعه که با صرف وقت و ارائه اطلاعات ارزشمند خود

به گردآوری داده‌ها کمک کردند، سپاسگزاریم.

منابع

اسدی، مسعود، نظری فر، محسن، ابراهیم زاده، حسن، فتحی، الهام، و دانشپور، منیژه (1401). مقایسه اختلالات روانی و تاب آوری در مقابل خودکشی در افراد با و بدون تجربه اقدام به خودکشی. *پژوهش‌های مشاوره*, 21(82), 114-140.

<https://doi.org/10.18502/qjcr.v22i82.10113>

انیسی، جعفر، فتحی آشتیانی، علی، سلیمی، سیدحسین، و احمدی نوده، خدابخش (1384). ارزیابی اعتبار و روایی مقیاس افکار خودکشی بک (BSSI) در سربازان. *مجله طب نظامی*, 7(1), (مسلسل 23), <https://sid.ir/paper/62015/fa37-33>

بشرپور، سجاد و صمدی فرد، حمیدرضا. (1397). افکار خودکشی در دانش آموزان پسر: نقش خودپنداره، عزت نفس و بهزیستی اجتماعی. *پژوهش های روانشناسی اجتماعی*, 8(31), 1-16.

جوکار، بهرام، و سلیمی، عظیمه (1390). ویژگی های روان سنجی فرم کوتاه مقیاس احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی بزرگسالان. *مجله علوم رفتاری*, 5(4), 311-317. <https://sid.ir/paper/502401/fa>

زمان شعار، الهام، رضائیان، حمید، حسینیان، سیمین، و عبداللهی، عباس (1401). دلتنگی برای خود مطلوب: تحلیل تماتیک روایت های افراد از تجربه شکست عاطفی. *پژوهش های مشاوره*, 21(83), 47-84. <https://doi.org/10.18502/qjcr.v21i83.11086>

قدرتی، سولماز، و تکلوی، سمیه. (1398). نقش شکست عاطفی و سبک های دلبستگی در پیش بینی افکار خودکشی دانشجویان. *مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اردبیل*, 21(2), 204-215. <https://sid.ir/paper/59560/fa>

Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of suicidal intention: The Scale for Suicide Ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(2), 343-352. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.47.2.343>

Bentley, K. H., Franklin, J. C., Ribeiro, J. D., Kleiman, E. M., Fox, K. R., & Nock, M. K. (2016). Anxiety and its disorders as risk factors for suicidal thoughts and behaviors: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 43, 30-46. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.11.008>

- Chiao, C., Chen, Y.-H., & Yi, C.-C. (2019). Loneliness in young adulthood: Its intersecting forms and its association with psychological well-being and family characteristics in Northern Taiwan. *PLOS ONE*, 14(5), e0217777. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217777>
- Davila, J., Mattanah, J., Bhatia, V., Latack, J. A., Feinstein, B. A., Eaton, N. R., Daks, J. S., Kumar, S. A., Lomash, E. F., McCormick, M., & Zhou, J. (2017). Romantic competence, healthy relationship functioning, and well-being in emerging adults. *Personal Relationships*, 24(1), 162–184. <https://doi.org/10.1111/pere.12175>
- Dehghanifar, F., Khosropour, F., & Mohammad tehrani, H. (2020). Structural Modeling of Object Relations Mediated by Cognitive Emotion Regulation to Predict the Love Trauma Syndrome in Female Students. *Preventive Care in Nursing & Midwifery Journal*, 10(2), 1–8. <https://doi.org/10.52547/pcnm.10.2.1>
- DiTommaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2004). Measurement and Validity Characteristics of the Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99–119. <https://doi.org/10.1177/0013164403258450>
- Ernst, M., Klein, E. M., Beutel, M. E., & Brähler, E. (2021). Gender-specific associations of loneliness and suicidal ideation in a representative population sample: Young, lonely men are particularly at risk. *Journal of Affective Disorders*, 294, 63–70. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.06.085>
- Favril, L., Yu, R., Uyar, A., Sharpe, M., & Fazel, S. (2022). Risk factors for suicide in adults: Systematic review and meta-analysis of psychological autopsy studies. *Evidence Based Mental Health*, 25(4), 148–155. <https://doi.org/10.1136/ebmental-2022-300549>
- Fernandes, J. G., Santos, C., & Martins, M. V. (2025). Psychosocial Effects of Romantic Breakups During Emerging Adulthood: A Systematic Review. *Clinical psychology & psychotherapy*, 32(5), e70139. <https://doi.org/10.1002/cpp.70139>
- Frankl, V. E. (with Kushner, H. S., & Winslade, W. J.). (2006). **Man's Search for Meaning**. Beacon Press.
- Gaskin, J. (2016), SpecificIndirectEffectsPath, Gaskination's Statistics. <http://statwiki.gaskination.com>

- Gehl, K., Brassard, A., Dugal, C., Lefebvre, A.-A., Daigneault, I., Francoeur, A., & Lecomte, T. (2024). Attachment and Breakup Distress: The Mediating Role of Coping Strategies. *Emerging Adulthood*, 12(1), 41–54. <https://doi.org/10.1177/21676968231209232>
- Guo, Z., Yang, T., He, Y., Tian, W., Wang, C., Zhang, Y., Liu, J., Liu, X., Zhu, X., & Wu, S. (2024). The Relationships Between Suicidal Ideation, Meaning in Life, and Affect: A Network Analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 22(5), 2805–2824. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01019-9>
- Harris, M. A., & Orth, U. (2020). The link between self-esteem and social relationships: A meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(6), 1459–1477. <https://doi.org/10.1037/pspp0000265>
- He, Y., Liu, X., Yang, T., Xu, X., Liu, W., Sun, K., & Wu, S. (2025). The relationships among the meaning of life, coping styles, and suicidal ideation: A network analysis. *BMC Public Health*, 25(1), 2587. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23877-9>
- Hopf, D., Schneider, E., Aguilar-Raab, C., Scheele, D., Morr, M., Klein, T., Ditzen, B., & Eckstein, M. (2022). Loneliness and diurnal cortisol levels during COVID-19 lockdown: The roles of living situation, relationship status and relationship quality. *Scientific Reports*, 12(1), 15076. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-19224-2>
- Jin, Y., Kieslich, K., Hall, A., & Pitman, A. (2026). Association between Loneliness and Suicidal Thoughts and Attempts in Adolescence and Young Adulthood: A Longitudinal Analysis of a Nationally Representative US Sample. *Archives of Suicide Research*, 30(1), 66–79. <https://doi.org/10.1080/13811118.2025.2489159>
- Jo, A., Jeon, M., & Oh, H. (2017). Age-differentiated Risk Factors of Suicidal Ideation among Young and Middle-aged Korean Adults. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 8(3), 201–210. <https://doi.org/10.24171/j.phrp.2017.8.3.07>
- John, A., Lee, S. C., Solomon, S., Crepaz-Keay, D., McDaid, S., Morton, A., Davidson, G., Van Bortel, T., & Kousoulis, A. A. (2021). Loneliness, coping, suicidal thoughts and self-harm during the COVID-19 pandemic: A repeat cross-sectional UK population survey. *BMJ Open*, 11(12), e048123. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-048123>

- Kirwan, E. M., Burns, A., O'Súilleabháin, P. S., Summerville, S., McGeehan, M., McMahon, J., Gowda, A., & Creaven, A.-M. (2025). Loneliness in Emerging Adulthood: A Scoping Review. *Adolescent Research Review*, 10(1), 47–67. <https://doi.org/10.1007/s40894-024-00240-4>
- Li, J., Zhang, Y., Siu Man Chan, B., Tan, S. N., Lu, J., Luo, X., Shen, Y., & Zhang, X. Y. (2022). Associations between anxiety, depression, and risk of suicidal behaviors in Chinese medical college students. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 1012298. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.1012298>
- Li, S., Luo, H., Huang, F., Wang, Y., & Siu Fai Yip, P. (2024). Associations between meaning in life and suicidal ideation in young people: A systematic review and meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 158, 107477. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107477>
- Lim, M. H., Eres, R., & Vasan, S. (2020). Understanding loneliness in the twenty-first century: An update on correlates, risk factors, and potential solutions. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55(7), 793–810. <https://doi.org/10.1007/s00127-020-01889-7>
- Love, H. A., & Morgan, P. (2024). The Interpersonal Theory of Suicide and Relationship Satisfaction: A Daily Diary Study. *Behavioral Sciences*, 14(12), 1138. <https://doi.org/10.3390/bs14121138>
- Love, H. A., Nalbone, D. P., Hecker, L. L., Sweeney, K. A., & Dharnidharka, P. (2018). Suicidal Risk Following the Termination of Romantic Relationships. *Crisis*, 39(3), 166–174. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000484>
- Mancone, S., Celia, G., Bellizzi, F., Zanon, A., & Diotaiuti, P. (2025). Emotional and cognitive responses to romantic breakups in adolescents and young adults: The role of rumination and coping mechanisms in life impact. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1525913. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1525913>
- Marks, M. (2019). *Artificial Intelligence Based Suicide Prediction* (SSRN Scholarly Paper No. 3324874). Social Science Research Network. <https://papers.ssrn.com/abstract=3324874>
- McClelland, H., Evans, J. J., & O'Connor, R. C. (2023). The association of family, social and romantic loneliness in relation to suicidal ideation and self-injurious behaviours. *Journal of psychiatric research*, 158, 330–340. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.12.022>
- McClelland, H., Evans, J. J., Nowland, R., Ferguson, E., & O'Connor, R. C. (2020). Loneliness as a predictor of suicidal ideation and behaviour: A systematic

review and meta-analysis of prospective studies. *Journal of Affective Disorders*, 274, 880–896. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.004>

McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., Stanton, S. C. E., Xu, X., Loving, T. J., & Lewandowski, G. W. (2023). Romantic Relationships and Mental Health: Investigating the Role of Self-Expansion on Depression Symptoms. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(1), 3–28. <https://doi.org/10.1177/02654075221101127>

Naghiyae, M., Bahmani, B., & Asgari, A. (2020). The Psychometric Properties of the Meaning in Life Questionnaire (MLQ) in Patients with Life-Threatening Illnesses. *TheScientificWorldJournal*, 2020, 8361602. <https://doi.org/10.1155/2020/8361602>

Nawreen, M. (2026). Love, loss and despair: The role of romantic relationships in suicidal ideation and prevention. *Discover Public Health*, 23(1), 57. <https://doi.org/10.1186/s12982-026-01392-5>

Petersen, K. (2019). *Breaking up is hard to do*. 19(3).

Pop, M. V., & Rusu, A. S. (2015). The Role of Parents in Shaping and Improving the Sexual Health of Children – Lines of Developing Parental Sexuality Education Programmes. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 209, 395–401. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.11.210>

Rosse, R. B. (1999). *The love trauma syndrome: Free yourself from the pain of a broken heart*. Insight Books.

Sarubbi, S., Rogante, E., Erbuto, D., Migliorati, M., Berardelli, I., Innamorati, M., & Pompili, M. (2024). The relationship among attachment styles, interpersonal needs, and suicidal ideation in patients with psychiatric disorders. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 27(3). <https://doi.org/10.4081/ripppo.2024.785>

Sels, L., Cabrieto, J., Butler, E., Reis, H., Ceulemans, E., & Kuppens, P. (2020). The occurrence and correlates of emotional interdependence in romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(1), 136–158. <https://doi.org/10.1037/pspi0000212>

Slotter, E. B., Gardner, W. L., & Finkel, E. J. (2010). Who Am I Without You? The Influence of Romantic Breakup on the Self-Concept. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(2), 147–160. <https://doi.org/10.1177/0146167209352250>

- Soper, D.S. (2026). A-priori Sample Size Calculator for Structural Equation Models [Software]. Available from <https://www.danielsoper.com/statcalc>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Szmajda, R., Mokros, Ł., Szmajda-Krygier, D., & Gmitrowicz, A. (2024). Factors associated with suicide attempt risk in adolescent inpatient psychiatric care: Toward a practical model. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(6), 1875–1881. <https://doi.org/10.1007/s00787-023-02272-y>
- Valladares-Garrido, D., Zila-Velasque, J. P., Santander-Hernández, F. M., Guevara-Morales, M. A., Morocho-Alburquerque, N., Failoc-Rojas, V. E., Pereira-Victorio, C. J., Vera-Ponce, V. J., León-Figueroa, D. A., & Valladares-Garrido, M. J. (2023). *Association between Love Breakup and Suicidal Ideation in Peruvian Medical Students: A Cross-Sectional Study during the COVID-19 Pandemic*. In Review. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-3085268/v1>
- Van Orden, K. A., Witte, T. K., Cukrowicz, K. C., Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Joiner Jr., T. E. (2010). The interpersonal theory of suicide. *Psychological Review*, 117(2), 575–600. <https://doi.org/10.1037/a0018697>
- Verhallen, A. M., Renken, R. J., Marsman, J.-B. C., & Ter Horst, G. J. (2019). Romantic relationship breakup: An experimental model to study effects of stress on depression (-like) symptoms. *PLOS ONE*, 14(5), e0217320. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217320>
- Wetherall, K., Cleare, S., Eschle, S., Ferguson, E., O'Connor, D. B., O'Carroll, R. E., & O'Connor, R. C. (2018). From ideation to action: Differentiating between those who think about suicide and those who attempt suicide in a national study of young adults. *Journal of Affective Disorders*, 241, 475–483. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.07.074>
- Wilson, M. J., Scott, A. J., Pilkington, V., Macdonald, J. A., Rice, S. M., Oliffe, J. L., & Seidler, Z. E. (2025). Suicidality in men following relationship breakdown: A systematic review and meta-analysis of global data. *Psychological Bulletin*, 151(7), 819–860. <https://doi.org/10.1037/bul0000482>
- Xia, M., Fosco, G. M., Lippold, M. A., & Feinberg, M. E. (2018). A Developmental Perspective on Young Adult Romantic Relationships: Examining Family and

Individual Factors in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(7), 1499–1516. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0815-8>

Zhao, L., & Zhou, Y. (2023). The Effect of Meaning in Life on College Students' Loneliness: A Serial Mediation Effect Model. *The Frontiers of Society, Science and Technology*, 5(5). <https://doi.org/10.25236/FSST.2023.050517>

Zortea, T. C., Gray, C. M., & O'Connor, R. C. (2021). The Relationship Between Adult Attachment and Suicidal Thoughts and Behaviors: A Systematic Review. *Archives of Suicide Research*, 25(1), 38–73. <https://doi.org/10.1080/13811118.2019.1661893>

© 2021 Iran Counseling Association, Tehran, Iran. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0 license) (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)