



## Investigating the Relationship between Suicidal Ideation, Self-Differentiation, and Cognitive Flexibility in Female Students

Seyfullah Aghajani<sup>1</sup>, Shiva Rahimzadegan<sup>2\*</sup>, Hasan Taheri<sup>3</sup>

1. Professor of Psychology, Faculty of Educational Science and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili.

2. Ph.D. in Psychology, Faculty of Educational Science and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

3. MSc Student in Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

Received: 20 Apr 2022

Accepted: 22 Jun 2022

### Abstract

The aim of this study was to examine the relationship between suicidal ideation, self-differentiation, and cognitive flexibility in female students. This research employed a descriptive correlational design. The statistical population included all female high school students in the second stage of secondary education in Urmia during the 2021–2022 academic year ( $N = 1,214$ ). From this population, a sample of 150 students was selected through multi-stage cluster sampling. Participants completed the Suicidal Ideation Questionnaire (Kate, 1984), the Differentiation of Self Inventory (Skowron & Friedlander, 2003), and the Cognitive Flexibility Inventory (Dennis & Vander Wal, 2010). Data were analyzed using Pearson correlation coefficients and multiple regression analysis. The results of the multiple regression indicated that both self-differentiation and cognitive flexibility negatively predicted suicidal ideation among female students ( $p < .05$ ).

**Keywords:** Suicidal Ideation, Cognitive Flexibility, Self-Differentiation, Female Students

---

\* Corresponding Author email: [shiva.rahimzadegan65@gmail.com](mailto:shiva.rahimzadegan65@gmail.com)



## Extended Abstract

### Introduction

Suicide is one of the most serious public health issues and suicidal ideation is widely regarded as a major indicator of individuals' mental well-being (Basharpour & Samadifard, 2018). According to the World Health Organization (2012), suicide is the 13th leading cause of death worldwide and the third among individuals aged 14 to 34 (Emad & Hadianfard, 2019). Suicide is typically defined as self-inflicted harm with the intention to end one's life (Hausman, Meffert, Mosich, & Heinz, 2019). Shneidman, a pioneer in suicidology, described it as a conscious act of self-destruction rooted in multidimensional psychological pain and a perceived lack of alternatives (Miranda et al., 2018). Suicidal ideation includes a wide range of thoughts from vague death wishes to concrete plans (Mahmoodi et al., 2018).

Adolescents, particularly girls, are especially vulnerable due to biological, emotional, and social transitions that may overwhelm their coping capacities (Hidarisharaf et al., 2016). Among psychological factors linked to suicide, self-differentiation plays a significant role. Defined as the ability to balance emotional and intellectual functioning as well as intimacy and autonomy, it includes four dimensions: emotional reactivity, "I" position, emotional cutoff, and fusion with others (Eskandari et al., 2016). Lower levels of self-differentiation are associated with greater emotional dependence, anxiety, and psychological vulnerability (Momeni & Alikhani, 2013). Studies have shown a negative correlation between self-differentiation and suicidal ideation (Vaghee et al., 2017; Jankowski et al., 2011).

Another relevant factor is cognitive flexibility, the ability to adapt thinking and behavior in response to changing environmental demands (Ghodrati Mirkoochi et al., 2017). Individuals with low cognitive flexibility may struggle to disengage from unhelpful thoughts, increasing suicide risk (Lai et al., 2018). Research has consistently shown a negative relationship between cognitive flexibility and suicidal ideation (Sadri Damirchi et al., 2019; Heidarinejad et al., 2020; MacPherson et al., 2021). Given the rising rates of suicide among adolescent girls and the protective roles of these variables, this study aims to examine the predictive roles of self-differentiation and cognitive flexibility in suicidal ideation among high school female students.

### Methodology

This applied, descriptive-correlational study investigated whether self-differentiation and cognitive flexibility predict suicidal ideation in female students. The population consisted of all female students in the second stage of public secondary schools in Urmia during the 2021–2022 academic year ( $N = 1,214$ ). Based on Green's (1991) rule (cited in Motamed & Zamani, 2017) and to enhance statistical power (Hooman, 2018), a sample of 150 students (mean age = 17) was selected through multi-stage cluster sampling. Inclusion criteria included being a female high school student and providing informed consent; those unwilling or with incomplete responses were excluded. Ethical principles were upheld,

and confidentiality was ensured. Instruments included the 13-item Adolescent Suicidal Ideation Questionnaire (Keith, 1984;  $\alpha = .68$ ), the 45-item Differentiation of Self Inventory-Revised (Skowron & Friedlander, 1998;  $\alpha = .76$ ), and the 20-item Cognitive Flexibility Inventory (Dennis & Vander Wal, 2010;  $\alpha = .79$ ). Due to COVID-19, questionnaires were distributed via Telegram and WhatsApp. Data analysis was conducted using SPSS v23 with descriptive statistics and stepwise multiple regression.

## Result and Discussion

To ensure the validity of the multiple regression analysis, key assumptions—error independence, normality, and homogeneity of variance—were tested. The Durbin-Watson statistics for self-differentiation (2.06) and cognitive flexibility (2.27) confirmed error independence. The Kolmogorov-Smirnov test indicated normal distributions for both predictors ( $p = .200$ ), and Levene's test confirmed equal variances.

Descriptive analysis showed that the mean scores were 2.11 ( $SD = 3.02$ ) for suicidal ideation, 154.42 ( $SD = 8.05$ ) for self-differentiation, and 112.02 ( $SD = 8.87$ ) for cognitive flexibility. Pearson's correlations revealed significant negative associations between suicidal ideation and both self-differentiation ( $r = -.578, p < .01$ ) and cognitive flexibility ( $r = -.780, p < .01$ ).

Regression analysis (enter method) showed that both predictors significantly and negatively predicted suicidal ideation: self-differentiation ( $\beta = -.51, t = -5.88, p < .001$ ) and cognitive flexibility ( $\beta = -.76, t = -9.25, p < .05$ ), explaining 33% of the variance ( $R^2 = .33$ ).

These results confirm the study's hypotheses. Higher self-differentiation—linked to emotional independence and a coherent self-concept—correlates with reduced suicide risk, consistent with prior research (e.g., Vaghee et al., 2017; Fayaz & Arefi, 2014). Conversely, emotionally reactive and dependent individuals are more vulnerable to stress and suicidal ideation (Momeni & Alikhani, 2013).

Similarly, greater cognitive flexibility is associated with better coping, tolerance of ambiguity, and adaptive emotion regulation, protecting against suicidal thoughts (Sadri Damirchi et al., 2019; Ram et al., 2019). In contrast, cognitive rigidity hinders problem-solving and increases vulnerability.

In summary, self-differentiation and cognitive flexibility are key psychological buffers that can inform early preventive efforts and school-based interventions targeting adolescent mental health.

## Conclusion

The present study demonstrated that self-differentiation and cognitive flexibility are significant negative predictors of suicidal ideation among female high school students. These findings highlight the importance of enhancing adolescents' emotional independence and flexible thinking to reduce suicide risk. Students with lower self-differentiation may be more emotionally reactive and dependent on others,

while those with low cognitive flexibility may struggle to adapt and resolve problems effectively—both increasing vulnerability to suicidal thoughts.

Like most correlational studies, this research faces limitations regarding causal inference and generalizability. The focus on female students in public schools limits the application of results to male populations or other educational settings.

Nonetheless, the findings underscore the need for early school-based interventions that promote psychological resilience. It is recommended that school counselors and mental health professionals implement training programs aimed at improving students' self-differentiation and cognitive flexibility as protective factors against suicidal ideation.

### **Author Contributions**

Seifaleh Aghajani contributed to the conceptualization, supervision, and critical revision of the manuscript. Shiva Rahimzadegan was responsible for study design, data collection, statistical analysis, and initial drafting. Hasan Taheri contributed to data interpretation, literature review, and English editing of the extended abstract. All authors reviewed and approved the final version of the manuscript.

### **Conflict of Interest**

The authors declare no conflicts of interest regarding the publication of this article.

### **Ethical considerations**

All ethical standards in research involving human participants were strictly followed. Informed consent was obtained from all participants after explaining the purpose of the study. Anonymity and confidentiality of responses were ensured throughout the research process. The questionnaires were administered voluntarily and without identification information.

### **Acknowledgment and Funding**

The authors sincerely thank the students who participated in this study with responsibility and care. This research was conducted without any external financial support.

**Publisher:** Islamic Azad University, Isfahan Branch

## نقش تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی گرایش به خودکشی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم

سیف‌اله آقاجانی<sup>1</sup>، شیوا رحیم زادگان<sup>2\*</sup>، حسن طاهری<sup>3</sup>

1. استاد روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
2. دکتری روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
3. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

پذیرش: 1401/04/01

دریافت: 1401/01/31

### چکیده

هدف این پژوهش بررسی نقش مایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی گرایش به خودکشی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم بود. طرح این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر ارومیه در سال تحصیلی 1400 – 1401 (1214 نفر) بود که از میان آن‌ها 150 نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای، انتخاب و سپس به پرسشنامه‌های گرایش به خودکشی (Kate, 1984)، تمایز یافتگی خود (Scorne and Friedlander, 2003) و انعطاف‌پذیری شناختی (Dennis and Vanderwall, 2010) پاسخ دادند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه انجام پذیرفت. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی، گرایش به خودکشی را در دانش‌آموزان دختر به صورت منفی پیش‌بینی می‌کنند ( $p < 0/05$ ).

**واژه‌های کلیدی:** خودکشی، انعطاف‌پذیری شناختی، تمایز یافتگی خود، دانش‌آموزان دختر

## مقدمه

خوددکشی یکی از مشکلات جدی سلامت عمومی است و میزان گرایش به خوددکشی به عنوان یکی از شاخص‌های مهم بهداشت روانی افراد جامعه محسوب می‌شود (Basharpoor & Samadifard, 2018). بر اساس آمار سازمان جهانی بهداشت (2012)، خوددکشی سیزدهمین علت مرگ در جهان و سومین علت مرگ در گروه سنی 14 تا 34 سال است (Emad & Hadianfard, 2019). اصطلاح خوددکشی به معنی آسیب رساندن به خود با هدف از بین بردن خویش (Hausman, Meffert, Mosich & Heinz, 2019). (Shneidman) از بنیان روان‌شناسی خوددکشی این پدیده را چنین تعریف می‌کند: خوددکشی عمل آگاهانه‌ی نابودسازی به دست خود را گویند که در بهترین مفهوم می‌توان آن را ناراحتی چندبعدی در انسان نیازمندی دانست که برای رفع مسائل شخصی، خوددکشی را بهترین راه حل می‌داند (Miranda, Valderrama, Tsypes, Gadol & Gallagher, 2018). افکار خوددکشی یا گرایش به خوددکشی حالتی است که به وقوع هرگونه اندیشه‌ی خودتخریبی دالت دارد. این افکار، طیفی از اندیشه‌های مبهم را در مورد خاتمه دادن به زندگی تا خوددکشی کامل را در برمی‌گیرند (Mahmoodi, Mohammad Bagheri, Sufi, 2018).

نوجوانان، خصوصاً دانش‌آموزان دختر، در این دوره که دوره حساس و بحرانی است، بنا به دلایل مختلفی از جمله تکامل جسمی و جنسی، احساسات افراطی، جستجوی هویت و سایر مشکلات تحت فشارهای روانی زیادی قرار گرفته و به شدت در معرض خطر اقدام به خوددکشی هستند (Hidarisharaf, Dabirian, Parvaneh, Naderi, Karimi, 2016). پژوهش‌های وسیعی روی سازه‌های روان‌شناختی دخیل در نشانه‌شناسی اقدام به خوددکشی انجام گرفته است، یکی از حوزه‌های روان‌شناختی که در این راستا می‌تواند مورد توجه قرار گیرد، تمایز یافتگی خود، است که به عنوان توانایی برقراری تعادل بین خودمختاری هیجانی و عقلانی، صمیمیت و پیوستگی در روابط تعریف می‌شود (Eskandari, Pajouhinia, Abavisani, 2016). برای تمایز یافتگی چهار مؤلفه واکنش پذیری هیجانی، جایگاه من، گسلش عاطفی و هم‌آمیختگی با دیگران مطرح شده است. افراد هم‌آمیخته وابستگی زیادی به والدین دارند، به شدت به تأیید و حمایت اطرافیان خود نیاز دارند و سیستم هیجانی محیط، همراه با واکنش اطرافیان، شکل‌دهی رفتارهایشان را تا حد زیادی تحت تأثیر قرار می‌دهد. در مقابل افراد تمایزنا یافته که هویت تعریف شده‌ای از خود ندارند و در نقش‌ها و مسائل بین فردی موجود، همراه با موج عاطفی خانواده حرکت می‌کنند، اضطراب مزمن بالایی را تجربه می‌کنند و مستعد مشکلات روان‌شناختی و بروز نشانه‌های بیماری هستند (Momeni, & Alikhani, 2013). در رابطه با پیشینه‌ی پژوهش حاضر، مطالعات معدودی به بررسی رابطه‌ی گرایش به خوددکشی با تمایز یافتگی خود و انعطاف-پذیری شناختی پرداخته‌اند. نتایج مطالعه (Vaghee, salarhaji, Rezaei Ardani, Mazlom, Vaghei, & Alizadeh, 2017)، نشان داد که بین ابعاد تمایز یافتگی خود با افکار خوددکشی و تعداد دفعات اقدام به خوددکشی همبستگی معنادار و منفی وجود دارد، بدین معنا که هرچه سطح تمایز یافتگی خود و ابعاد آن در فرد بالاتر باشد، از میزان افکار خوددکشی و گرایش به خوددکشی کاسته می‌شود. نتایج پژوهش (Jankowskia, Hooper, Sandagec & Hannah, 2011) با عنوان بررسی رابطه مؤلفه‌های سلامت روان و تمایز یافتگی خود در دانشجویان دختر، نشان داد که تمایز یافتگی خود بالاتر با نرخ خوددکشی پایین‌تر رابطه معنادار دارد.

یکی دیگر از متغیرهایی که سبب سازگاری هرچه بیشتر انسان‌ها با نیازها و تهدیدات زندگی است و با خودکشی ارتباط دارد، انعطاف‌پذیری شناختی است (Sadri Damirchi, Honarmand Ghojebeyglou, Khakdal, 2019). انعطاف‌پذیری شناختی، توانایی تغییر مؤلفه‌های شناختی به منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی است، یعنی توانایی‌هایی مانند تغییر دیدگاه یا سازگاری انطباقی فرد با قوانین تقاضا یا شرایط محیطی جدید (Ghojebeyglou, Basir Amir, 2019). انعطاف‌پذیری شناختی همچنین به عنوان توانایی فرد در بازداری از یک پاسخ غالب اما ناکارآمد و نامناسب و توانایی دستیابی به پاسخ‌های جایگزین دور دست‌تر تعریف می‌شود. افرادی که انعطاف‌پذیری شناختی دارند، می‌توانند مشکلات و موقعیت‌های جدید را در سطوح مختلف بررسی کرده و گزینه‌ها و ایده‌های جایگزین را ارائه کنند. افرادی که از انعطاف‌پذیری کمتری برخوردارند به سختی می‌توانند یادگیری‌های اولیه خود را فراموش کنند، آن‌ها بر یادگیری‌های قبلی خود که پیامدهای منفی برایشان دارد، پافشاری می‌کنند و این پافشاری به سازگاری آنها با شرایط جدید آسیب می‌رساند (Lai, Sadri Damirchi, Honarmand, 2018). نتایج مطالعه (Chi Tan, Ting Wang, Chi Wu, Yi Wang & Shen, 2018) نیز نشان داد که انعطاف‌پذیری شناختی با گرایش به خودکشی همبستگی منفی معنادار دارد. همچنین نتایج پژوهش (HeidariNejad, Heidari, Davoodi, 2020) با عنوان ارائه مدل پیش‌بینی تمایل به خودکشی بر اساس متغیرهای دشواری تنظیم هیجانی، انعطاف‌پذیری شناختی و انعطاف‌پذیری خانواده با توجه به نقش میانجی تحمل پریشانی، رابطه منفی معناداری را بین انعطاف‌پذیری شناختی و تمایل به خودکشی نشان داد به این صورت که هرچه انعطاف‌پذیری شناختی افراد بالاتر باشد، تمایل به خودکشی کاهش می‌یابد. نتایج پژوهش مک فرسون، کودینا، و جکینز، گیلبرت و ماک‌فرسون (MacPherson, Kudinova, Schettini, Jenkins, Gilbert & Thomas, 2021) با عنوان رابطه انعطاف‌پذیری شناختی و افکار خودکشی در بزرگسالان جوان دارای سابقه اختلال دوقطبی کودکی، نشان داد که بین انعطاف‌پذیری شناختی و افکار خودکشی رابطه منفی معنادار وجود دارد و هرچه میزان انعطاف‌پذیری شناختی بالاتر باشد، میزان افکار خودکشی فراوانی کمتری دارد.

با توجه به اینکه خودکشی یکی از مشکلات جدی سلامت عمومی است و با توجه به آمار روزافزون گرایش به خودکشی در دانش‌آموزان دختر نوجوان و آثار زیان‌بار مختلفی که خودکشی می‌تواند در همه سطوح روان‌شناختی و جامعه‌شناختی از جمله فراگیر شدن این عمل، آسیب جدی به خانواده و اطرافیان فرد، جلوه‌ی نامناسب از فرهنگ و جامعه و از بین رفتن نوجوانان که هر کدام می‌توانند به عنوان نیروهای برای آینده‌ی رشد یک کشور نقش داشته باشند و همچنین به دلیل کم‌توجهی به مسئله‌ی خودکشی در گروه دانش‌آموزان به دلیل محدودیت‌های دسترسی به گروه نمونه و مسائل فرهنگی، و در نهایت جدید بودن موضوع پژوهش و پراکندگی و کمبود پژوهش‌ها در این زمینه در تحقیقات داخلی و خارجی با توجه به اهمیت نقش تمایز یافتگی خود به عنوان تعیین کننده‌ی رفتارها و واکنش‌های بعدی افراد در زندگی و همچنین نقش محافظت کنندگی انعطاف‌پذیری شناختی در برابر عوامل ایجاد کننده‌ی خودکشی و مشکلات روان‌شناختی و، ضرورت اجرای این پژوهش را نشان می‌دهد. بر این اساس، هدف از انجام این پژوهش، بررسی سهم هریک از متغیرهای تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی گرایش به خودکشی در

دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم است. فرضیه‌های پژوهش چنین است: 1. تمایز یافتگی خود، گرایش به خودکشی را در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم، پیش‌بینی می‌کند. 2. انعطاف‌پذیری شناختی، گرایش به خودکشی را در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم، پیش‌بینی می‌کند.

## روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: این پژوهش، از نظر هدف، کاربردی و از نظر نحوه گردآوری اطلاعات، توصیفی و از نوع همبستگی بود. در مدل تحلیلی پژوهش، تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی، متغیرهای پیش بین و گرایش به خودکشی متغیر ملاک بود. جامعه آماری، شامل کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع دوم متوسطه دبیرستان های دولتی شهر ارومیه در سال تحصیلی 1401-1400 (1214 نفر) بود. که برای تعیین حجم نمونه مورد نیاز در تحلیل رگرسیون بر اساس قاعده (Green (1991) (Quoted from Motamed, Zamani, 2017) عمل شد. بر اساس این قاعده، حجم نمونه باید بزرگ‌تر از تعداد متغیرهای پیش‌بین به علاوه عدد ثابت 104 باشد. با توجه به اینکه حجم نمونه بزرگ‌تر، اجازه می‌دهد که بخش‌های بحرانی  $t$  به سمت توزیع چندمتغیری نرمال نزدیک شود (Hooman, 2018) برای شبیه شدن بیشتر نمونه به جامعه، افزایش توان آماری و کاهش خطای نمونه‌گیری، تعداد 150 دانش‌آموز دختر مقطع دوم متوسطه با میانگین سنی 17 سال، به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. و به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بود از دانش‌آموزان دختر مشغول به تحصیل در مقطع متوسطه دوم، و داشتن رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان در پژوهش. ملاک‌های خروج از پژوهش عبارت بودند از: عدم تمایل به شرکت در پژوهش و عدم پاسخ‌گویی به سوالات. اخلاق پژوهش در این مطالعه رعایت گردید به گونه‌ای که به مشارکت‌کنندگان در زمینه محرمانه ماندن اطلاعات، اطمینان خاطر داده شد و پرسشنامه‌ها بدون نام در اختیار افراد قرار گرفت.

## ابزار سنجش

پرسشنامه خودکشی در نوجوانان (Adolescents Suicide Questionnaire): این پرسشنامه توسط (Keith, 1984)، طراحی شده است و یک ابزار خودگزارشی 13 سؤالی است. هدف اصلی آن ارزیابی میزان تمایل یا احتمال خودکشی در نوجوانان است. هر سؤال دو گزینه دارد. به هر گزینه بلی 1 امتیاز و به هر گزینه خیر 0 امتیاز تعلق می‌گیرد. البته این شیوه نمره‌گذاری در سؤالات 1، 5 و 11 معکوس خواهد شد. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه مجموع امتیازات سؤالات محاسبه می‌شود. هرچه این امتیاز بالاتر باشد، بیانگر تمایل بیشتر فرد پاسخ دهنده به خودکشی خواهد بود و برعکس. کیت پایایی پرسشنامه را 0/71 و قابلیت اعتماد آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ، 0/69 محاسبه کرد (Keith, 1984). در پایان‌نامه (Nouri, 2011)، روایی صوری پرسشنامه به تأیید دو تن از اساتید دانشگاهی رسید. پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ 0/65 به دست آمد که بیانگر پایایی قابل قبول این پرسشنامه است. در



این پژوهش پایایی این پرسشنامه 0/68 محاسبه شد. دو نمونه از گویه‌های این پرسشنامه عبارتند از: « فکر می‌کنم عامل تمام مشکلاتم خودم هستم » و « معمولاً احساس می‌کنم کاملاً بی‌ارزش هستم ».

**پرسشنامه تمایز یافتگی خود (Differentiation of Self Inventory-Revised):** این پرسشنامه توسط Skowron (1998 & Friedlander) ساخته شد و توسط (Smith & Skowron, 2003) مورد تجدید نظر قرار گرفت و پرسشنامه نهایی آن توسط (Jakson) در 45 ماده بر مبنای نظریه بوئن ساخته شد. یک ابزار خودگزارشی است که تمرکز آن بر ارتباط‌های مهم زندگی و روابط جاری افراد با خانواده اصلی است. بخش‌های این پرسشنامه در یک طیف از 1 تا 6 نمره‌گذاری می‌شوند. این مقیاس شامل چهار خرده مقیاس واکنش هیجانی، جایگاه من، گریز هیجانی و آمیختگی با دیگران است. نمره بیشتر به معنای تمایز یافتگی بیشتر و نمره کمتر به معنای تمایز یافتگی کمتر است، تمام زیرمقیاس‌ها به جز جایگاه من، به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده توسط اسکورون و فریدلندر برای این پرسشنامه 0/81 به دست آمد (Skowron & Friedlander, 1998). (Jahanbakhshi, 2013 Kalantarkousheh) پایایی پرسشنامه را با ضریب آلفای کرونباخ 0/69 و روایی آن را 0/85 محاسبه کردند. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه معادل 0/76 محاسبه شد. دو نمونه از گویه‌های این پرسشنامه عبارتند از: « می‌خواهم مطابق انتظاراتی که والدینم از من دارند، رفتار کنم » و « اعتماد به نفس‌ام خیلی به نظر دیگران بستگی دارد ».

**پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی (Cognitive Flexibility Inventory):** این پرسشنامه توسط (Dennis & Vanderwal, 2010) ساخته شده است. یک ابزار خودگزارشی کوتاه 20 سؤالی است و برای سنجش نوعی از انعطاف‌پذیری شناختی که برای چالش و جایگزینی افکار ناکارآمد با افکار کارآمدتر لازم است، به کار می‌رود. شیوه نامگذاری آن بر اساس یک مقیاس 7 درجه‌ای لیکرتی می‌باشد. این پژوهشگران اعتبار این پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ 0/91 گزارش کردند. در ایران، (Soltani, Shareh, ajid Bahrainian & Farmani, 2013)، اعتبار این ابزار را 0/90 گزارش نمودند. در این پژوهش پایایی پرسشنامه 0/79 به دست آمد. دو نمونه از گویه‌های این پرسشنامه عبارتند از: « هنگام تصمیم‌گیری، چندین گزینه را در نظر می‌گیرم » و « مهم است که به موقعیت‌های سخت، از زوایای زیادی نگاه کرد ».

### روش اجرا و تحلیل داده‌ها

برای انتخاب نمونه و اجرای پژوهش، پس از کسب مجوز لازم و هماهنگی با آموزش و پرورش شهرستان ارومیه، ابتدا به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تعداد 3 دبیرستان دخترانه از بین دبیرستان‌های دخترانه این شهرستان، انتخاب شدند و سپس با حضور در دبیرستان‌ها و هماهنگی با مسئولان مدارس، اسامی و شماره تلفن‌های دانش‌آموزان شرکت‌کننده در پژوهش با توجه به ملاک‌های ورود اخذ شد. با توجه به غیرحضوری بودن مدارس در نتیجه شیوع ویروس کرونا، پرسشنامه‌های گرایش به خودکشی، تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی از طریق پیام‌رسان‌های تلگرام و واتساپ در اختیار گروه نمونه قرار گرفت و به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه خواهند ماند. در

این پژوهش ابتدا برای تحلیل داده‌ها از روش آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و سپس آمار استنباطی (تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه گام به گام) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش با استفاده از نرم افزار spss نسخه 23 انجام شد.

### یافته‌ها

جهت استفاده از رگرسیون چندگانه باید مفروضات ذیل برقرار باشد: به منظور بررسی پیش فرض استقلال خطاها و عدم هم خطی بین متغیرهای پیش‌بین (تمایزیافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی) آماره‌ی دوربین واتسون و شاخص تولرنس بررسی شد. چنانچه آماره‌ی به دست آمده، کمتر از 4 باشد، نشان دهنده‌ی استقلال خطاها است. برای این تحلیل، مقدار این آماره برای تمایزیافتگی خود 2/06 و برای انعطاف‌پذیری شناختی 2/27 به دست آمد و بیانگر این است که این مفروضه برقرار است. همچنین جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌های متغیرهای تمایزیافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی، از آزمون کولموگروف-اسمیرنف تک نمونه‌ای استفاده گردید. جهت برقراری این مفروضه، سطوح معناداری به دست آمده هریک از متغیرهای پژوهش باید بزرگتر از 0/05 باشد، که در این پژوهش، سطح معناداری این آزمون برای تمایزیافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی (0/200) محاسبه شد. بنابراین داده‌های تمام متغیرها نرمال است و برای آزمون هریک از متغیرها می‌توان از آزمون‌های پارامتریک استفاده کرد. جهت آزمون برابری واریانس‌ها در این پژوهش از آزمون آماری لون استفاده گردید که فرض برابری واریانس‌ها نیز برقرار بود. اطلاعات مربوط به تجزیه و تحلیل آمار توصیفی بر اساس میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مورد مطالعه در جدول 1 آمده است.

جدول 1. یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

| متغیر               | M      | SD    | N   |
|---------------------|--------|-------|-----|
| گرایش به خودکشی     | 2/11   | 3/024 | 150 |
| تمایزیافتگی خود     | 154/42 | 8/047 | 150 |
| واکنش هیجانی        | 36/086 | 2/30  | 150 |
| مولفه جایگاه من     | 34/15  | 3/29  | 150 |
| مولفه گسلش عاطفی    | 44/20  | 3/24  | 150 |
| آمیختگی با دیگران   | 40/48  | 2/94  | 150 |
| انعطاف‌پذیری شناختی | 112/02 | 83/87 | 150 |

به‌منظور تحلیل استنباطی و بررسی فرضیه‌های پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد جدول 2، ماتریس همبستگی را نشان می‌دهد.

جدول 2. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

| متغیر                  | 1        | 2      | 3     | 4       | 5      | 6    | 7 |
|------------------------|----------|--------|-------|---------|--------|------|---|
| 1. گرایش به خودکشی     | 1        |        |       |         |        |      |   |
| 2. تمایز یافتگی خود    | -0/578** | 1      |       |         |        |      |   |
| 3. واکنش هیجانی        | -0/171** | 0/34** | 1     |         |        |      |   |
| 4. جایگاه من           | 0/025    | 0/24** | 0/019 | 1       |        |      |   |
| 5. گسلس عاطفی          | -0/34**  | 0/32** | 0/18  | -0/34** | 1      |      |   |
| 6. آمیختگی با دیگران   | 0/41**   | 0/42** | 0/014 | 0/18**  | 0/36** | 1    |   |
| 7. انعطاف‌پذیری شناختی | -0/78**  | 0/60** | 0/05  | -0/06   | 0/14   | 0/09 | 1 |

\*\* =  $p < 0/01$  \* =  $p < 0/05$ 

نتایج جدول 2 نشان می‌دهد که گرایش به خودکشی با تمایز یافتگی خود ( $p < 0/01$ ) و با انعطاف‌پذیری شناختی ( $p < 0/01$ )، همبستگی منفی معنی‌دار دارد. برای تعیین سهم هر یک از متغیرهای تمایز یافتگی خود و انعطاف-پذیری شناختی در پیش‌بینی گرایش به خودکشی دانش‌آموزان دختر از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش ورود استفاده شد که در مطالعه‌ی حاضر برای بررسی توزیع نمرات متغیر ملاک (گرایش به خودکشی) از آزمون کولموگروف - اسمیرنف استفاده شد که میزان معنی‌داری بیشتر از 0/5 به دست آمد که نشان از نرمال بودن توزیع متغیر ملاک (گرایش به خودکشی دانش‌آموزان دختر) است.

جدول 3. ضرایب رگرسیون چند گانه برای پیش‌بینی گرایش به خودکشی با تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی

| متغیر ملاک      | متغیرهای پیش‌بین    | B      | SE    | Beta  | t     | F     | R    | R2    | P     |
|-----------------|---------------------|--------|-------|-------|-------|-------|------|-------|-------|
| گرایش به خودکشی | تمایز یافتگی خود    | -0/19  | 0/033 | -0/51 | -5/88 | 42/75 | 0/57 | 0/33  | 0/000 |
|                 | انعطاف‌پذیری شناختی | -0/003 | 0/003 | -0/76 | -9/25 | 0/47  | 0/08 | 0/006 | 0/04  |

نتایج تحلیل رگرسیون در جدول 3، نشان می‌دهد که از بین 2 متغیر وارد شده (تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی) در معادله رگرسیون، متغیر تمایز یافتگی خود با ضریب استاندارد بتای -0/51 و انعطاف‌پذیری شناختی با ضریب بتای -0/76 دارای توان پیش‌بینی معناداری برای گرایش به خودکشی بوده و به طور منفی گرایش به خودکشی را پیش‌بینی می‌کنند ( $P < 0/05$ ). بنابراین فرضیه‌های اول و دوم پژوهش مبنی بر پیش‌بینی گرایش به خودکشی توسط تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی در دانش‌آموزان دختر، تأیید شد.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش، بررسی سهم هریک از متغیرهای تمایز یافتگی خود و انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی گرایش خودکشی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم بود. نتایج این پژوهش برای فرضیه اول نشان داد که گرایش به خودکشی با تمایز یافتگی خود رابطه‌ی منفی معنادار داشته و تمایز یافتگی خود، گرایش به خودکشی را به صورت منفی

پیش‌بینی می‌کند. این نتایج با یافته‌ی (Vaghee, salarhaji, Rezaei Ardani, Mazlom, Vaghei, & Alizadeh, 2017)، که نشان دادند بین ابعاد تمایزیافتگی خود با افکار خودکشی و تعداد دفعات اقدام به خودکشی همبستگی معنادار و منفی وجود دارد، همسو است. همچنین با نتایج پژوهش (Fayaz, Arefi, 2014) که نشان دادند، دانش‌آموزان با قصد و گرایش به خودکشی و دارای افکار خودکشی سطح پایین‌تری از تمایزیافتگی خود را دارا هستند، همسو است. در تبیین نتایج می‌توان گفت، افراد تمایزیافته تعریف مشخصی از خود و عقایدشان دارند، می‌توانند جهت خویش را در زندگی انتخاب نمایند و در موقعیت‌های عاطفی شدید که در بسیاری از افراد منجر به بروز رفتارهای غیر ارادی و گرفتن تصمیم‌های نافرجام از قبیل خودکشی و خودزنی، فرار از منزل و غیره می‌شود، کنترل خود را از دست ندهند و با در نظر گرفتن عقل و منطق تصمیم‌گیری کنند (Momeni & Alikhani, 2013). همچنین، افرادی که از استقلال عاطفی برخوردار نبوده و شدیداً وابسته به حمایت‌های بیش از حد خانواده می‌باشند، در رویارویی با وقایع استرس‌زای زندگی از کفایت لازم برخوردار نبوده و ممکن است در حل مسائل و مشکلات زندگی به خودکشی روی آورند (Vaghee, salarhaji, Rezaei Ardani, Mazlom, Vaghei, & Alizadeh, 2017). به طور کلی هر اندازه میزان تمایزیافتگی خود افراد پایین‌تر باشد، به رویدادها واکنش عاطفی و هیجانی شدیدتری نشان می‌دهند و در دام هیجانات خود گرفتار هستند و در موقعیت‌های بحرانی و برخورد با مشکلات زندگی به طور ناگهانی بر اساس احساساتشان تصمیم‌گیری می‌کنند، در حالی که افراد با سطح بالاتر تمایزیافتگی خود در بعد درون شخصیتی به راحتی می‌توانند احساساتشان را از عقلانیتشان جدا کنند و در موقعیت‌های مشکل‌زای زندگی قادر به استفاده از نظام عقلانی خود در چگونگی واکنش و حل موقعیت‌ها می‌باشند (Rahimi & Afsharina, 2018).

نتایج پژوهش حاضر، برای فرضیه دوم پژوهش همچنین نشان داد که بین انعطاف‌پذیری شناختی و گرایش به خودکشی رابطه منفی معنادار وجود دارد و انعطاف‌پذیری شناختی به صورت منفی گرایش به خودکشی را پیش‌بینی می‌کند ( $P < 0/05$ ). که این یافته با نتایج پژوهش (Sadri Damirchi, Honarmand Ghojebeyglou, Khakdal, 2019) که نشان دادند، انعطاف‌پذیری شناختی با گرایش به خودکشی همبستگی منفی معنادار دارد، همسو است. همچنین با یافته پژوهش (Ram, Chandran, Sadar, Gowdappa, 2019) که در مطالعه خود نشان دادند، در افرادی که انعطاف‌پذیری شناختی پایینی دارند، تکانه‌های مرتبط با خودکشی بالاتر است، همسو است. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت، افرادی که دارای انعطاف‌پذیری شناختی بالایی هستند، می‌توانند مشکلات و موقعیت‌های جدید را در سطوح مختلف بررسی کرده و گزینه‌ها و ایده‌های جایگزین را ارائه کنند و تحمل تعارض در آنها بیشتر است (Zeqeibi Ghannad, Baranian & Alipour, 2020). استدلالی که برای افراد خودکشی گرا مطرح است، مشکل در یافتن راه‌حلی برای موفقیت‌های ظاهراً غیر ممکن و عدم انعطاف‌پذیری شناختی و ناتوانی در بررسی گزینه‌های مختلف است (Rashid, kiani Chalmari, yeganeh, Zeinaddini, 2017) (همچنین کاهش انعطاف-پذیری شناختی از یک سو منجر به کاهش توانایی تغییر، تعدیل و سازگاری در تفکر و از سوی دیگر منجر به عدم استفاده از راه‌حل‌های جایگزین و رفتارهای مناسب با توجه به خواسته‌ها و ویژگی‌های محیطی می‌گردد، که این دو عامل در افزایش گرایش به خودکشی تأثیرگذار است. افرادی که درجات بالایی از گرایش به خودکشی را نشان

داده‌اند، دارای تفکر تک بعدی هستند که این شکل از تفکر منجر به جلوگیری از تلفیق و تغییر و تعادل در افکار می‌شود و در نتیجه توانایی‌های حل مسئله‌ی آنان به شدت کاهش می‌یابد و این کاهش توانایی حل مسئله نیز نشانگر درجات پایین انعطاف پذیری شناختی می‌باشد (Barzegar, 2016).

در نهایت می‌توان نتیجه گرفت که گرایش به خودکشی دانش‌آموزان دختر، توسط متغیرهای تمایز یافتگی خود و انعطاف پذیری شناختی قابل پیش بینی می‌باشد. این پژوهش مانند دیگر پژوهش‌های حوزه علوم انسانی با محدودیت‌هایی مواجه بود. بررسی این پژوهش به شیوه همبستگی است، بنابراین امکان مقایسه‌ی بین گروهی و تعمیم نتایج آن به سایر جامعه‌ها را با محدودیت مواجه می‌کند. همچنین محدود بودن به دانش‌آموزان دختر و مقطع متوسطه دوم، امکان تعمیم نتایج به دانش‌آموزان پسر را محدود می‌سازد. ضمناً یافته‌های این پژوهش به طور تلویحی از لزوم برنامه‌های مداخله‌ی زودهنگام در سطح خانوادگی برای پیشگیری از بروز افکار و رفتارهای خودکشی خبر می‌دهد، بنابراین پیشنهاد می‌شود که روانشناسان و مشاوران جهت کاهش افکار خودکشی و گرایش به خودکشی دانش‌آموزان، نقش تمایز یافتگی خود و انعطاف پذیری شناختی را مورد توجه قرار دهند و با آموزش‌های تخصصی در جهت بالا بردن سطح تمایز یافتگی خود و انعطاف پذیری شناختی به دانش‌آموزان در کاهش افکار و گرایش به خودکشی کمک کنند، بنابراین می‌توان با شناسایی دانش‌آموزانی که از تمایز یافتگی خود و انعطاف پذیری شناختی مناسبی برخوردار نیستند، این گروه‌های در معرض خطر را شناسایی کرد و با برگزاری کارگاه‌های آموزشی درمانی و برنامه‌های رفتاری آموزشی در این حوزه، گامی در جهت کاهش گرایش به خودکشی در دانش‌آموزان برداشت. همچنین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از روش‌های دیگر نظیر مصاحبه برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده شود.

## References

- Amani, E. Fadayi, E. Tavakoli, M. Shiri, E. and Shiri, V. (2018). Comparison among children with specific learning disorder (SLD) and typically children on measures of planning, selective attention and cognitive flexibility, *Journal of Learning Disabilities*, 7, 94-111. (Persian). [DOI:10.22098/JLD.2018.617]
- Basharpour, S. & samadifard, H. (2018). Suicidal Thoughts in Male Students: The Role of Self-Concept, Self-Esteem and Social Well-Being. *Journal of Social Psychology Researchs*, 8, 1-16. (Persian). [http://socialpsychology.ir/article\_87482\_77dfacf5826c91f6c46dc92d286bba1c].
- Barzegar, B. (2016). Investigation the relation personality characters and cognitive flexibility with educational exhaustion among high school students. *Journal of educational science and psychology studies*, 3, 35-45. (Persian).
- Dennis, J. P. Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: instrument development and estimates of reliability and validity. *Journal of Cognitive Therapy Researchs*, 34, 241-253. [DOI:10.1007/s10608-009-9276-4].
- Emad, Y. & Hadianfard, H. (2019). Forecasting Suicide Based on Sexuality, Marital Status, Coping Strategies, Religious Orientation, and Depression Rate. *Journal of psychiatry & clinical psychology*, 25, 178-193. (persian). [DOI:10.32598/ijpcp.25.2.178].
- Eskin Sun, J. M. Abuidhail, J. Yoshimasu, K. Kujan, O. Janghorbani, M. & et al. (2016). Suicidal Behavior and Psychological Distress in University Students. *Archives of Suicide Research*, 20, 369-88. [DOI:10.1080/13811118.2015.1054055].
- Eskandari, H. Pajouhinia, SH. Abavisani, Y. (2016). Explanation of Psychological Problems Based on Cognitive Flexibility and Self Differentiation. *Journal of shafaye khatam*, 4, 18 -27. (Persian). [DOI: 10.18869/acadpub.shefa.403018].

- Fayaz, m. h. Arefi, M. (2014). Comparison the self- differentiation, pure happiness and resiliency among girl students with suicidal and withouth suisidal thoughts. *4<sup>th</sup> International Congress on Sustainable Development*, Iran- Tehran. (Persian).
- Ghodrati mirkoochi, M. Baldaran, N. & Abdollahi bagharabadi, Gh. (2017). Anticipation cognitive flexibility among people under therapy with Metadon, Based on metaworry, anexiety, duration and amount of metadon usage. *Quarterly Journal of Research on Addiction*, 42, 182- 196. (Persian). [<http://etiadpajohi.ir/article-1-1373-fa.html>].
- Hausman, C. Meffert, B. N. Mosich, M. K. Heinz, A. J. (2019). Impulsivity and Cognitive Flexibility as Neuropsychological Markers for Suicidality: A Multi-Modal Investigation Among Military Veterans with Alcohol Use Disorder and PTSD. *Journal of Suicide Research*, 28, 145-159. [10.1080/13811118.2019.1635930].
- HeidariNejad M, Heidari H, Davoodi H. (2020). Presenting a model for predicting suicidal ideation based on variables of emotional regulation difficulty, cognitive flexibility and family flexibility according to the mediating role of distress tolerance. *RJMS*, 27:114-124. (Persian). <http://rjms.iums.ac.ir/article-1-6563-fa.html>
- Hidarisharaf, P. Dabirian, M. Parvaneh, A. Naderi, GH. Karimi, P. (2016). Relationship of quality of life, spirituality and resilience with suicidal thoughts in students. *Islam and Health Journal*, 2, 23 -29. (Persian). [<http://iahj.ir/article-1-108-fa.html>].
- Hooman, H. A. (2018). Structural Equation Modeling with LISREL Application. Tehran: Samt Publication. (Persian).
- Jahanbakhshi, Z. Kalantarkousheh, S.M. (2013). Relationship between dimensions of Early Maladaptive Schemas and desire for marriage among females and males' students at Allameh Tabatabai University. *Journal of family counseling and psychotherapy*, 2, 234- 256. (Persian). [DOI:20.1001.1.22516654.1391.2.2.7.4].
- Keith, O. (1984). Counseling Teenager, Loveland, COL Group Books, p. 376
- Lai, Y. Chi Tan, H. Ting Wang, C. H. Wan-Chi, W. Yi Wang, W. Shen, C. H. (2018). Difference in Cognitive Flexibility between Passive and Active Suicidal Ideation in Patients with Depression. *Journal of Neuropsychiatry*, 8, 1182–1185.
- Mahmoodi H, Mohammad Bagheri F, Sufi, S. (2018). Comparison of Depression, Suicidal Ideation and Social Support between Transsexual People with and without Gender Change. *Journal of Forensic Medicine*, 25, 131-138. (Persian). [<http://sjfm.ir/article-1-1038-en.html>].
- Miranda, R. Valderrama, J. Tsypes, A. Gadol, E. Gallagher, M. (2018). Cognitive inflexibility and suicidal ideation: Mediating role of brooding and hopelessness. *Journal of Psychiatry Researchs*, 30, 174–181. [DOI: 10.1016/j.psychres.2013.02.033].
- Momeni, kh. & Alikhani, M. (2013). Relation of family performance, self- differentiation and resiliency with stress, anxiety and depression among married women's in Kermanshah. *Journal of family counseling and psychotherapy*, 2, 298-320. (Persian). [DOI:20.1001.122516654.1392.3.2.7.1].
- Motamed, N., Zamani, F. (2017). *Sample size in applied approach research*. Tehran: Asre Roshanbini. (Persian).
- Nouri, A. R. (2011). The Relationship between Parenting Practices and Suicidality among adolescents in Jahrom, Bachelor's Thesis, Payem nour University, Department of Social Science.
- Rahimi, N. & Afsharinia, k. (2018). Anticipation psychological hardiness and frustration tolerance among aged people. *Journal of seniority psychology*, 2, 127- 136.(Persian). [<http://fa/journal/ViewPaper.aspx?id=315140>]
- Rashid, S. kiani Chalmari, A. yeganeh, N. Zeinaddini, S. (2017). The relationship between Death Anxiety, Mattering, Perceived Burdensomeness and Thwarted Belongingness with Suicidal Behavior in college students (The Interpersonal-Psychological Theory for suicide), *Journal of emergency care*, 1, 32-42. (Persian). [<http://pajoohande.sbm.ac.ir/article-1-2248-fa.html>]
- Ram, D. Chandran, S. Sadar, A., Gowdappa, B. (2019). Correlation of Cognitive Resilience, Cognitive Flexibility and Impulsivity in Attempted Suicide. *Journal of Indian Psychology Medicine*, 41, 362-367. [Doi:10.4103/IJPSYM\_189\_18]

- Ram, D. Darshan, M. & Basavana, GH. (2016). Correlates of process of suicide attempt and perception of its prevention. *Journal of Iranian Psychiatry*, 11, 178-84.
- Sadri Damirchi, E. Honarmand Ghojebeyglou, P. Khakdal Ghojebeyglou, S. Basir Amir, S. M. (2019). The Role of Cognitive Flexibility and Perceived Social Support in Predicting Suicidal Tendency in University Students. *Journal of Rooyesh-e-Ravanshenasi*, 8, 62 – 66. (Persian). [Doi:20.1001.1.2383353.1398.8.5.28.2]
- Skowron, E. A. & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self-inventory: development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 235-249. [Doi:10.1037/0022-0167.45.3.235]
- Soltani, E. Shareh, H. ajid Bahrainian, S. A. and Farmani, A. (2013). The mediating role of cognitive flexibility in correlation of coping styles and resilience with depression. *Journal of pajoohande*, 18, 88-96. (Persian). [http://pajoohande.sbm.ac.ir/article-1-1518-fa.html]
- Vaghee, S. salarhaji, A. Rezaei Ardani, A. Mazlom, S. Vaghei, N. and Alizadeh, F. (2017). The relationship of Self-Differentiation with Stress-Coping Strategies and Suicide in Patients with Mood Disorders. *Journal of Health Chimestry*, 5, 17-25. (Persian).
- World Health Organization. (2012). Public health action for the prevention of suicide.
- Zeqeibi Ghannad, S. Baranian, S. and Alipour, S. (2020). On the relationship between perceptions of classroom quality and cognitive flexibility with academic challenge and academic performance among high school students. *Journal of School Psychology*, 4, 112 -130. (Persian). [Doi:10.22098/JSP.2020.868]