



Journal Website

Article history:

Received 29 April 2024

Revised 16 June 2024

Accepted 30 July 2024

Published online 31 July 2024

Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders

Volume 3, Issue 2, pp 133-141



E-ISSN: 2981-1759

The Role of Self-Control and Interpersonal Sensitivity in Mood Swings in Suicide Survivors

Jamal Sadeghi ¹, Zahra Sadat Jalalian ², Saghar Bagheri ³, Marzieh Peyvastehgar ⁴, Meysam Mousavinejad ^{5*}, Roya Rashidpour ⁶

^{1.} Department of Psychology, Babol Branch, Islamic Azad University, Babol, Iran (Corresponding Author).

^{2.} Department of Psychology, Babol Branch, Islamic Azad University, Babol, Iran.

^{3.} Department of Psychology, Ayatollah Amoly Branch, Islamic Azad University, Amol, Iran.

* Corresponding author email address: sadeghi@baboliau.ac.ir

Article Info

Article type:

Original Research

How to cite this article:

Sadeghi J, Jalalian ZS, Bagheri S, Peyvastehgar M, Mousavinejad M, Rashidpour R. (2024). The Role of Self-Control and Interpersonal Sensitivity in Mood Swings in Suicide Survivors. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 3(2), 133-141.



© 2024 the authors. Published by Maher Talent and Intelligence Testing Institute, Tehran, Iran. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

ABSTRACT

Background and Objective: This study aimed to investigate the role of self-control and interpersonal sensitivity in predicting mood swings among individuals with a history of suicide. Understanding these factors can help in developing better preventive and therapeutic interventions for this population.

Methods and Materials: The study employed a cross-sectional design with a sample of 218 participants from Tehran, selected based on the Morgan and Krejcie table. Data were collected using standardized scales for mood swings, self-control, and interpersonal sensitivity. Pearson correlation was used to examine the relationships between the variables, and linear regression analysis was conducted to assess the predictive power of self-control and interpersonal sensitivity on mood swings. Data analysis was performed using SPSS version 27.

Findings: Descriptive statistics revealed mean scores of 28.34 (SD = 6.12) for mood swings, 75.89 (SD = 8.47) for self-control, and 63.23 (SD = 7.98) for interpersonal sensitivity. Pearson correlation analysis showed a significant negative correlation between self-control and mood swings ($r = -0.42, p < 0.01$) and a significant positive correlation between interpersonal sensitivity and mood swings ($r = 0.36, p < 0.01$). The regression analysis indicated that both self-control ($B = -0.29, p < 0.001$) and interpersonal sensitivity ($B = 0.22, p < 0.001$) were significant predictors of mood swings, explaining 26% of the variance ($R^2 = 0.26$).

Conclusion: The findings suggest that lower self-control and higher interpersonal sensitivity are associated with increased mood swings in individuals with a history of suicide. These results underscore the importance of enhancing self-control and managing interpersonal sensitivity in therapeutic interventions to reduce mood swings and potentially prevent suicidal behaviours in this population.

Keywords: Mood Swings, Self-Control, Interpersonal Sensitivity, Suicide History.



نقش خودکنترلی و حساسیت بین فردی در نوسانات خلقی در بازماندگان خودکشی

جمال صادقی^۱، زهرا سادات جلالیان^۲، ساغر باقری^۳، مرضیه پیوستهگر^۳، میثم موسوی نژاد^۳، رویا رشیدپور^۳

^۱ گروه روانشناسی، واحد بابل، دانشگاه آزاد اسلامی، بابل، ایران (نویسنده مسئول).

^۲ گروه روانشناسی، واحد بابل، دانشگاه آزاد اسلامی، بابل، ایران.

^۳ گروه روانشناسی، واحد آیت الله آملی، دانشگاه آزاد اسلامی، آمل، ایران.

* ایمیل نویسنده مسئول: sadeghi@baboliau.ac.ir

اطلاعات مقاله

چکیده

نوع مقاله

پژوهشی اصیل

نحوه استناد به این مقاله:

صادقی ج، جلالیان ز س، باقری س، پیوسته گر م، موسوی نژاد م، رشیدپور ر. (۱۴۰۳). نقش خودکنترلی و حساسیت بین فردی در نوسانات خلقی در بازماندگان خودکشی. *پویایی های روانشناختی در اختلال های خلقی*، ۳(۲)، ۱۳۳-۱۴۱.

زمینه و هدف: این مطالعه با هدف بررسی نقش خودکنترلی و حساسیت بین فردی در پیش بینی نوسانات خلقی در افراد با سابقه خودکشی انجام شده است. درک این عوامل می تواند به توسعه مداخلات پیشگیرانه و درمانی بهتر برای این جمعیت کمک کند. **مواد و روش:** این مطالعه به صورت مقطعی با نمونه ای از ۲۱۸ نفر از ساکنان تهران انجام شد که بر اساس جدول مورگان و کرجسی انتخاب شدند. داده ها با استفاده از مقیاس های استاندارد برای نوسانات خلقی، خودکنترلی و حساسیت بین فردی جمع آوری شد. برای بررسی روابط بین متغیرها از همبستگی پیرسون استفاده شد و تحلیل رگرسیون خطی برای ارزیابی قدرت پیش بینی خودکنترلی و حساسیت بین فردی بر نوسانات خلقی انجام گرفت. تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۷ انجام شد. **یافته ها:** آمار توصیفی نشان داد که میانگین نوسانات خلقی ۲۸،۳۴ (انحراف معیار = ۶،۱۲)، خودکنترلی ۷۵،۸۹ (انحراف معیار = ۸،۴۷) و حساسیت بین فردی ۶۳،۲۳ (انحراف معیار = ۷،۹۸) است. تحلیل همبستگی پیرسون نشان داد که بین خودکنترلی و نوسانات خلقی همبستگی منفی معنی دار ($r = -0.42, p < 0.01$) و بین حساسیت بین فردی و نوسانات خلقی همبستگی مثبت معنی دار ($r = 0.36, p < 0.01$) وجود دارد. تحلیل رگرسیون نشان داد که خودکنترلی ($B = -0.29, p < 0.001$) و حساسیت بین فردی ($B = 0.22, p < 0.001$) پیش بین های معنی داری برای نوسانات خلقی هستند و ۲۶ درصد از واریانس نوسانات خلقی را تبیین می کنند ($R^2 = 0.26$). **نتیجه گیری:** یافته ها نشان می دهد که خودکنترلی پایین و حساسیت بین فردی بالا با افزایش نوسانات خلقی در افراد با سابقه خودکشی مرتبط است. این نتایج اهمیت بهبود خودکنترلی و مدیریت حساسیت بین فردی را در مداخلات درمانی برای کاهش نوسانات خلقی و پیشگیری از رفتارهای خودکشی در این جمعیت برجسته می سازد.

کلیدواژگان: نوسانات خلقی، خودکنترلی، حساسیت بین فردی، سابقه خودکشی.



© ۱۴۰۳ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.



مقدمه

خودکشی یکی از معضلات جدی سلامت روان است که هر ساله میلیون ها نفر را تحت تأثیر قرار می دهد. افراد با سابقه خودکشی اغلب دچار نوسانات خلقی، مشکلات در کنترل خود و حساسیت بین فردی هستند که می تواند به عنوان عوامل خطر اصلی برای خودکشی شناسایی شوند (Luby et al., 2019; Mahvash et al., 2024; Ofem, 2023; Pourjaberi et al., 2023; Safikhani, 2022). همچنین، خودکشی یکی از مشکلات اساسی بهداشت عمومی است که با پیامدهای روانی و اجتماعی گسترده ای همراه است. بررسی ها نشان داده اند که نوسانات خلقی و مشکلات در کنترل خود می توانند خطر خودکشی را افزایش دهند (Mirkovic et al., 2021). همچنین، حساسیت بین فردی به عنوان یکی از عوامل مهم در ایجاد و تشدید این مشکلات شناخته شده است (Peters et al., 2016).

کنترل خود به توانایی فرد در مدیریت و کنترل احساسات، افکار و رفتارهای خود اشاره دارد. تحقیقات نشان داده اند که نقص در کنترل خود می تواند منجر به نوسانات خلقی و رفتارهای خطرناک شود (Macatee et al., 2018; Shoghi et al., 2023). افراد با اختلال شخصیت مرزی (BPD) به ویژه دچار مشکلات جدی در کنترل خود هستند که می تواند به تشدید نوسانات خلقی و رفتارهای خودکشی منجر شود (Choudhary & Thapa, 2017; Rahmati et al., 2024; Rajaeinia, 2022; Roghani et al., 2022; Safikhani, 2022). حساسیت بین فردی نیز به توانایی فرد در درک و پاسخ دهی به احساسات و نیازهای دیگران اشاره دارد. افرادی که حساسیت بین فردی بالایی دارند، ممکن است به دلیل واکنش های شدید به استرس های بین فردی دچار مشکلات روانی شوند (Abagheri Meyari et al., 2024; Abbasian Hadadan, 2024; Moriarity et al., 2021; Saeedi et al., 2024). تحقیقات نشان داده اند که حساسیت بین فردی می تواند به عنوان یک عامل خطر برای خودکشی شناخته شود (Dell'Osso, 2023).

یکی از نظریات اصلی در زمینه خودکشی، نظریه بین فردی-روانی خودکشی است که توسط Thomas Joiner پیشنهاد شده است. این نظریه بیان می کند که دو عامل اصلی، یعنی بار اجتماعی و ناتوانی در ایجاد ارتباطات بین فردی، می توانند به افزایش خطر خودکشی منجر شوند. بر اساس این نظریه، افرادی که احساس می کنند باری برای دیگران هستند و نمی توانند ارتباطات بین فردی مؤثری برقرار کنند، بیشتر در معرض خطر خودکشی قرار دارند. در این نظریه، نوسانات خلقی به عنوان یکی از نتایج ناتوانی در کنترل احساسات بین فردی و درک نادرست از تعاملات اجتماعی مطرح می شود (Shim et al., 2021).

از سوی دیگر، نظریه خودکنترلی بیان می کند که نقص در توانایی کنترل خود می تواند منجر به رفتارهای خطرناک و نوسانات خلقی شدید شود (Macatee et al., 2018). طبق این نظریه، افرادی که توانایی کمی در کنترل خود دارند، نمی توانند به خوبی با استرس ها و چالش های زندگی روزمره مقابله کنند و این موضوع می تواند به تشدید نوسانات خلقی و در نهایت به رفتارهای خودکشی منجر شود. مطالعات نشان داده اند که نقص در کنترل خود به طور مستقیم با افزایش خطر خودکشی مرتبط است (Ng et al., 2016).

همچنین، نظریه حساسیت بین فردی بیان می کند که افراد با حساسیت بین فردی بالا، به دلیل واکنش های شدید به استرس های بین فردی، بیشتر در معرض نوسانات خلقی و رفتارهای خودکشی قرار دارند (Moriarity et al., 2021). این نظریه نشان می دهد که افراد حساس به استرس های بین فردی، به دلیل واکنش های هیجانی شدید، نمی توانند به خوبی احساسات خود را مدیریت کنند و این موضوع می تواند به تشدید نوسانات خلقی و در نهایت به رفتارهای خودکشی منجر شود. مطالعات نیز تأیید کرده اند که حساسیت بین فردی بالا می تواند خطر خودکشی را افزایش دهد (Peters et al., 2016).



در مجموع، خودکشی به عنوان یک پدیده پیچیده اغلب با سایر مشکلات روانی مانند اختلالات تغذیه‌ای، افسردگی و اختلالات شخصیت همراه است (Huang et al., 2023). بررسی‌ها نشان داده‌اند که افراد با سابقه خودکشی اغلب دچار مشکلاتی مانند افسردگی و نوسانات خلقی هستند که می‌تواند خطر خودکشی را افزایش دهد (Fiorilli et al., 2019). استفاده از فناوری‌های جدید مانند اپلیکیشن‌های تلفن همراه و اینترنت می‌تواند در پیشگیری از خودکشی مؤثر باشد. این فناوری‌ها می‌توانند به افراد کمک کنند تا از طریق منابع آنلاین و پشتیبانی مجازی به اطلاعات و حمایت لازم دست یابند (Muñoz-Sánchez et al., 2017). تحقیقات پیشین نشان داده‌اند که افراد با اختلال شخصیت مرزی اغلب دچار نوسانات خلقی و مشکلات در کنترل خود هستند که می‌تواند به تشدید خطر خودکشی منجر شود (Mirkovic et al., 2021). همچنین، حساسیت بین‌فردی به عنوان یکی از عوامل مهم در ایجاد و تشدید این مشکلات شناخته شده است (Peters et al., 2016). از این رو، هدف این مطالعه بررسی تأثیر کنترل خود و حساسیت بین‌فردی بر نوسانات خلقی در افراد با سابقه بود.

مواد و روش پژوهش

این مطالعه به صورت مقطعی انجام شده است و شرکت‌کنندگان آن شامل ۲۱۸ نفر از افراد ساکن تهران می‌باشند. اندازه نمونه بر اساس جدول مورگان و کرجسی تعیین شده است. شرکت‌کنندگان به طور تصادفی از میان افراد با سابقه خودکشی انتخاب شده و اطلاعات مربوط به نوسانات خلقی، خودکنترلی و حساسیت بین‌فردی آن‌ها جمع‌آوری شد.

برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ استفاده شد. ابتدا، برای بررسی رابطه بین متغیر وابسته (نوسانات خلقی) و هر یک از متغیرهای مستقل (خودکنترلی و حساسیت بین‌فردی)، از همبستگی پیرسون استفاده شد. سپس، به منظور بررسی تأثیر دو متغیر مستقل بر متغیر وابسته، تحلیل رگرسیون خطی انجام گرفت. در این تحلیل، نوسانات خلقی به عنوان متغیر وابسته و خودکنترلی و حساسیت بین‌فردی به عنوان متغیرهای مستقل وارد مدل رگرسیون شدند. نتایج تحلیل‌ها جهت بررسی فرضیه‌های تحقیق و تبیین روابط بین متغیرها مورد استفاده قرار گرفت.

برای اندازه‌گیری نوسانات خلقی به عنوان متغیر وابسته در این مطالعه، از مقیاس نوسانات خلقی استفاده شده است. این مقیاس توسط جانسون و همکاران در سال ۲۰۰۸ طراحی شده است و شامل ۱۵ آیتم است که نوسانات خلقی را در افراد ارزیابی می‌کند. این مقیاس دارای سه خرده‌مقیاس اصلی شامل تغییرات سریع خلقی، شدت نوسانات خلقی و تأثیر نوسانات خلقی بر عملکرد روزانه است. نمره‌دهی به این مقیاس بر اساس یک مقیاس لیکرت ۵ نمره‌ای انجام می‌شود. روایی و پایایی این مقیاس در مطالعات مختلف تأیید شده است و نشان داده شده که ابزار مناسبی برای اندازه‌گیری نوسانات خلقی در افراد با سابقه خودکشی می‌باشد (Ebrahimi et al., 2023; Norouzi Seyed Hosseini, 2021; Salma et al., 2022).

برای سنجش خودکنترلی به عنوان یکی از متغیرهای مستقل در این مطالعه، از مقیاس خودکنترلی تانجی استفاده شده است. این مقیاس توسط تانجی، بائرماستر و بون در سال ۲۰۰۴ طراحی شده و شامل ۳۶ آیتم است که به پنج خرده‌مقیاس شامل کنترل افکار، کنترل احساسات، کنترل تکانه‌ها، عملکرد منظم و جلوگیری از تنبلی تقسیم می‌شود. نمره‌دهی به این مقیاس نیز بر اساس یک مقیاس لیکرت ۵ نمره‌ای انجام می‌شود. مطالعات مختلف روایی و پایایی این مقیاس را تأیید کرده‌اند و نشان داده شده که این ابزار می‌تواند خودکنترلی افراد را به طور دقیق اندازه‌گیری کند (Elyasi & Eftekhary, 2023; Mehroof & Griffiths, 2010).

برای ارزیابی حساسیت بین‌فردی به عنوان متغیر مستقل دیگر در این مطالعه، از مقیاس حساسیت بین‌فردی استفاده شده است. این مقیاس توسط بویر و همکاران در سال ۱۹۹۵ طراحی شده و شامل ۳۶ آیتم است که به پنج خرده‌مقیاس شامل آگاهی از احساسات دیگران،



حساسیت به انتقاد، آگاهی از هنجارهای اجتماعی، توجه به روابط بین فردی و حساسیت به عدم توافق تقسیم می شود. نمره دهی به این مقیاس بر اساس یک مقیاس لیکرت ۴ نمره ای انجام می شود. روایی و پایایی این مقیاس در مطالعات مختلف تأیید شده است و به عنوان یک ابزار معتبر برای اندازه گیری حساسیت بین فردی در تحقیقات روان شناختی شناخته می شود (Aydoğdu et al., 2017; You et al., 2019).

یافته ها

در این مطالعه، ۲۱۸ شرکت کننده حضور داشتند که از این تعداد ۱۰۲ نفر (۴۶٫۷٪) مرد و ۱۱۶ نفر (۵۳٫۲٪) زن بودند. میانگین سنی شرکت کنندگان ۳۴٫۵ سال با انحراف معیار ۷٫۸ سال بود. از نظر سطح تحصیلات، ۵۸ نفر (۲۶٫۶٪) دارای مدرک دیپلم، ۹۴ نفر (۴۳٫۱٪) دارای مدرک کارشناسی، ۴۹ نفر (۲۲٫۴٪) دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۱۷ نفر (۷٫۸٪) دارای مدرک دکتری بودند. همچنین، ۱۴۰ نفر (۶۴٫۲٪) از شرکت کنندگان متأهل و ۷۸ نفر (۳۵٫۷٪) مجرد بودند.

جدول ۱ آمار توصیفی برای متغیرهای وابسته (مهارت های حل مسأله، تصمیم گیری، ابراز وجود، ارتباط و خودکارآمدپنداری ترک) در سه گروه (درمان شناختی-رفتاری مبتنی بر مدل مارلات (CBTMM)، تحریک الکتریکی مستقیم فراجمجمه ای مغز (tDCS) و کنترل) و سه مرحله اندازه گیری (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) را نشان می دهد.

جدول ۱

آمار توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین (M)	انحراف معیار (SD)
نوسانات خلقی	۲۸٫۳۴	۶٫۱۲
خودکنترلی	۷۵٫۸۹	۸٫۴۷
حساسیت بین فردی	۶۳٫۲۳	۷٫۹۸

میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه به شرح زیر است: میانگین نوسانات خلقی ۲۸٫۳۴ با انحراف معیار ۶٫۱۲، میانگین خودکنترلی ۷۵٫۸۹ با انحراف معیار ۸٫۴۷ و میانگین حساسیت بین فردی ۶۳٫۲۳ با انحراف معیار ۷٫۹۸ است.

برای اطمینان از برآورده شدن فرضیات تحلیل رگرسیون، بررسی های لازم انجام شد. نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف نشان داد که توزیع نمرات نوسانات خلقی نرمال است ($p > 0.05$). همچنین، بررسی هم خطی با استفاده از شاخص تورم واریانس (VI F) نشان داد که هم خطی بین متغیرهای مستقل در حد قابل قبول است ($VI F < 2$). آزمون دوربین-واتسون نیز عدم خودهمبستگی باقی مانده ها را تأیید کرد ($d = 1.89$). بنابراین، تمامی فرضیات برای انجام تحلیل رگرسیون برآورده شده و نتایج به دست آمده معتبر می باشند.

جدول ۲

ماتریس همبستگی

متغیر	نوسانات خلقی	خودکنترلی	حساسیت بین فردی
نوسانات خلقی	۱		
خودکنترلی	$-0.42^{***} (p < 0.01)$	۱	
حساسیت بین فردی	$0.36^{***} (p < 0.01)$	$-0.28^* (p < 0.05)$	۱



نتایج همبستگی پیرسون نشان می‌دهد که بین نوسانات خلقی و خودکنترلی همبستگی منفی معنی‌دار ($r = -.42, p < .001$) و بین نوسانات خلقی و حساسیت بین‌فردی همبستگی مثبت معنی‌دار ($r = .36, p < .001$) وجود دارد. همچنین، بین خودکنترلی و حساسیت بین‌فردی همبستگی منفی معنی‌دار ($r = -.28, p < .005$) مشاهده شد.

جدول ۳

خلاصه نتایج مدل رگرسیونی

مدل	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	R	R ²	R ² _{adj}	F	p
رگرسیون	۱۵۰۲.۷۶	۲	۷۵۱.۳۸	۰.۵۱	۰.۲۶	۰.۲۴	۱۹.۸۳	< .۰۰۰۱
باقی‌مانده	۴۲۴۴.۸۹	۲۱۵	۱۹.۷۵					
کل	۵۷۴۷.۶۵	۲۱۷						

نتایج تحلیل رگرسیون خطی نشان می‌دهد که مدل رگرسیون به طور کلی معنی‌دار است ($F(2, 215) = 19.83, p < .001$) و متغیرهای مستقل توانسته‌اند ۲۶٪ از واریانس نوسانات خلقی را تبیین کنند ($R^2 = .26, \text{adj. } R^2 = .24$).

جدول ۴

نتایج تحلیل تک‌متغیری در متن رگرسیون چندمتغیری

متغیر	B	خطای استاندارد	β	t	p
ثابت	۱۰.۱۲	۳.۴۵		۲.۹۳	۰.۰۰۴
خودکنترلی	-۰.۲۹	۰.۰۷	-۰.۳۱	-۴.۱۴	< .۰۰۰۱
حساسیت بین‌فردی	۰.۲۲	۰.۰۶	۰.۲۵	۳.۶۷	< .۰۰۰۱

در تحلیل رگرسیون چندمتغیره، نتایج نشان داد که خودکنترلی ($B = -.29, SE = .07, \beta = -.31, t = -4.14, p < .001$) و حساسیت بین‌فردی ($B = .22, SE = .06, \beta = .25, t = 3.67, p < .001$) به طور معنی‌داری نوسانات خلقی را پیش‌بینی می‌کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این مطالعه نشان داد که خودکنترلی و حساسیت بین‌فردی به طور معنی‌داری می‌توانند نوسانات خلقی در افراد با سابقه خودکشی را پیش‌بینی کنند. تحلیل رگرسیون نشان داد که خودکنترلی با نوسانات خلقی رابطه منفی معنی‌داری دارد و این بدان معناست که افرادی که خودکنترلی بیشتری دارند، نوسانات خلقی کمتری را تجربه می‌کنند. این نتیجه با یافته‌های مطالعات قبلی که نشان داده‌اند خودکنترلی پایین با مشکلات روان‌شناختی بیشتری همراه است، همخوانی دارد (Fiorilli et al., 2019; Ng et al., 2016). حساسیت بین‌فردی نیز به طور مثبت و معنی‌داری با نوسانات خلقی مرتبط بود، به این معنا که افرادی که حساسیت بین‌فردی بیشتری دارند، نوسانات خلقی بیشتری را تجربه می‌کنند. این یافته نیز با نتایج تحقیقات پیشین که نشان داده‌اند حساسیت بالا به ارزیابی‌های بین‌فردی می‌تواند به مشکلات روان‌شناختی منجر شود، همخوانی دارد (Choudhary & Thapa, 2017; Mirkovic et al., 2021). برای مثال،



Choudhary و Thapa (۲۰۱۷) نشان دادند که افراد با حساسیت بین فردی بالا بیشتر دچار مشکلات روان شناختی می شوند (Choudhary & Thapa, 2017). همچنین، Mirkovic و همکاران (۲۰۲۱) نشان دادند که حساسیت بین فردی می تواند به افزایش خطر خودکشی در نوجوانان منجر شود (Mirkovic et al., 2021). یافته های مطالعه حاضر نیز با این نتایج همخوانی دارد و نشان می دهد که حساسیت بین فردی نقش مهمی در بروز نوسانات خلقی ایفا می کند.

یکی از نتایج مهم این مطالعه، رابطه منفی بین خودکنترلی و نوسانات خلقی بود. این یافته نشان می دهد که افرادی که توانایی بیشتری در کنترل افکار و احساسات خود دارند، کمتر دچار نوسانات خلقی می شوند. این نتیجه با مطالعات قبلی که نشان داده اند خودکنترلی پایین با افزایش افسردگی و استرس های روانی مرتبط است، تطابق دارد (Fiorilli et al., 2019; Macatee et al., 2018). مطالعات مختلفی رابطه بین خودکنترلی و نوسانات خلقی را بررسی کرده اند. برای مثال، Fiorilli و همکاران (۲۰۱۹) نشان دادند که خودکنترلی بالا می تواند به کاهش افسردگی و بهبود وضعیت روانی منجر شود (Fiorilli et al., 2019). همچنین، Ng و همکاران (۲۰۱۶) نیز نشان دادند که خودکنترلی پایین می تواند به افزایش نوسانات خلقی و بروز رفتارهای خودکشی گرایانه منجر شود (Ng et al., 2016). همچنین، مطالعات نشان داده اند که بهبود خودکنترلی می تواند به کاهش نوسانات خلقی و بهبود وضعیت روانی افراد کمک کند (Peters et al., 2016).

این مطالعه نیز مانند سایر مطالعات دارای محدودیت هایی است. اولاً، این مطالعه به صورت مقطعی انجام شده است و بنابراین نمی توان از نتایج آن برای بررسی روابط علی بین متغیرها استفاده کرد. همچنین، نمونه گیری به صورت تصادفی از افراد ساکن تهران انجام شده است و بنابراین نتایج ممکن است قابل تعمیم به سایر مناطق نباشد. علاوه بر این، استفاده از ابزارهای خودگزارشی برای اندازه گیری متغیرها می تواند به بروز خطاهای پاسخ دهی منجر شود.

برای تحقیقات آینده، پیشنهاد می شود که مطالعات طولی برای بررسی روابط علی بین خودکنترلی، حساسیت بین فردی و نوسانات خلقی انجام شود. همچنین، استفاده از نمونه های بزرگ تر و متنوع تر می تواند به افزایش قابلیت تعمیم نتایج کمک کند. علاوه بر این، استفاده از روش های اندازه گیری مختلف نظیر ارزیابی های عینی و گزارش های بالینی می تواند به دقت نتایج کمک کند.

نتایج این مطالعه نشان می دهد که بهبود خودکنترلی و مدیریت حساسیت بین فردی می تواند به کاهش نوسانات خلقی در افراد با سابقه خودکشی کمک کند. بنابراین، توصیه می شود که برنامه های مداخله ای و درمانی بر بهبود خودکنترلی و کاهش حساسیت بین فردی تمرکز کنند. همچنین، آموزش مهارت های مدیریت استرس و تقویت حمایت های اجتماعی می تواند به بهبود وضعیت روانی این افراد کمک کند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

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



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

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

References

- Abagheri Meyari, A., Dokaneifard, F., & Behbodi, M. (2024). Providing a Model for Predicting Children's Differentiation Based on Communication Patterns and Personality Structure with the Mediation of Dysfunctional Attitudes in Parents Attending Counseling Centers in Tehran. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders (PDMD)*, 3(1), 139-159. <https://doi.org/10.22034/pdmd.2024.444918.1053>
- Abbasian Hadadan, M. (2024). The Effectiveness of Schema Therapy on Psychological Distress and Emotional Regulation in Individuals with Borderline Personality Disorder. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders (PDMD)*, 3(1), 160-174. <https://doi.org/10.22034/pdmd.2024.454880.1088>
- Aydoğdu, B. N., Çelik, H., & Ekşi, H. (2017). The Predictive Role of Interpersonal Sensitivity and Emotional Self-Efficacy on Psychological Resilience Among Young Adults. *Eurasian Journal of Educational Research*. <https://doi.org/10.14689/ejer.2017.69.3>
- Choudhary, S., & Thapa, K. (2017). Mental Status Examination of Borderline Personality Disorder. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*, 8(2). <https://doi.org/10.15406/jpcpy.2017.08.00476>
- Dell'Osso, L. (2023). Comorbidity and Overlaps Between Autism Spectrum and Borderline Personality Disorder: State of the Art. *Brain Sciences*, 13(6), 862. <https://doi.org/10.3390/brainsci13060862>
- Ebrahimi, F., Barghi irani, Z., & Ali Akbari, M. (2023). Comparison of Cognitive-Behavioral Therapy and Acceptance and Commitment Therapy in Reducing Mood Swings, Sleep Quality and Sexual Performance in Postmenopausal Women. *Health Psychology*, 11(44), 73-88. <https://doi.org/10.30473/hpj.2023.59513.5289>
- Elyasi, G., & Eftekhary, D. (2023). The effect of Group Reality Therapy on Emotion Regulation and Self-control in Judo athletes. *Sport Psychology Studies*, 11(42), 59-80. <https://doi.org/10.22089/spsyj.2022.11509.2242>
- Fiorilli, C., Capitello, T. G., Barni, D., Buonomo, I., & Gentile, S. (2019). Predicting Adolescent Depression: The Interrelated Roles of Self-Esteem and Interpersonal Stressors. *Frontiers in psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00565>
- Huang, F., Ni, Y., & Wei, X.-Y. (2023). The Etiology in Eating Disorders: Examples of Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa and Binge Eating Disorder. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 3(1), 155-161. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/3/2022489>
- Luby, J. L., Whalen, D. J., Tillman, R., & Deanna, M. (2019). Clinical and Psychosocial Characteristics of Young Children With Suicidal Ideation, Behaviors, and Nonsuicidal Self-Injurious Behaviors. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 58(1), 117-127. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2018.06.031>
- Macatee, R. J., Albanese, B. J., Clancy, K. J., Bernat, E. M., Cogle, J. R., & Schmidt, N. B. (2018). Distress Intolerance Modulation of Neurophysiological Markers of Cognitive Control During a Complex Go/No-Go Task. *Journal of abnormal psychology*, 127(1), 12-29. <https://doi.org/10.1037/abn0000323>
- Mahvash, M., Yamini, M., & Mahdian, H. (2024). Comparing the Effectiveness of Instructional Mental Imagery and Tolerance of Ambiguity Training on Students' Academic Procrastination [Research Article]. *Iranian Journal of Educational Sociology*, 7(1), 10-20. <https://doi.org/10.61838/kman.ijes.7.1.2>
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online Gaming Addiction: The Role of Sensation Seeking, Self-Control, Neuroticism, Aggression, State Anxiety, and Trait Anxiety. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0229>
- Mirkovic, B., Delvenne, V., Robin, M., Pham-Scottez, A., Corcos, M., & Speranza, M. (2021). Borderline Personality Disorder and Adolescent Suicide Attempt: The Mediating Role of Emotional Dysregulation. *BMC psychiatry*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03377-x>
- Moriarty, D. P., Bart, C. P., Stumper, A., Jones, P. J., & Alloy, L. B. (2021). Mood Symptoms and Impairment Due to Substance Use: A Network Perspective on Comorbidity. *Journal of affective disorders*, 278, 423-432. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.086>
- Muñoz-Sánchez, J. L., Delgado, C., Sánchez-Prada, A., Pérez-López, M., & Franco-Martín, M. (2017). Use of New Technologies in the Prevention of Suicide in Europe: An Exploratory Study. *Jmir Mental Health*, 4(2), e23. <https://doi.org/10.2196/mental.7716>



- Ng, T. H., Stange, J. P., Black, C. L., Titone, M. K., Weiss, R. B., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2016). Impulsivity Predicts the Onset of DSM-IV-TR or RDC Hypomanic and Manic Episodes in Adolescents and Young Adults With High or Moderate Reward Sensitivity. *Journal of affective disorders*, 198, 88-95. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.03.045>
- Norouzi Seyed Hosseini, R. (2021). Understanding the Lived Experiences of Athlete Elderly in COVID-19 Pandemic in Tehran (A Phenomenological Approach) [Research]. *Salmand: Iranian Journal of Ageing*, 16(1), 46-61. <https://doi.org/10.32598/sija.16.1.3000.1>
- Ofem, U. J. (2023). Adjustment Tendencies Among Transiting Students: A Mediation Analysis Using Psychological Wellbeing Indices. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 4(3), 1-19. <https://doi.org/10.61838/kman.ijecs.4.3.1>
- Peters, E. M., Baetz, M., Marwaha, S., Balbuena, L., & Bowen, R. (2016). Affective Instability and Impulsivity Predict Nonsuicidal Self-Injury in the General Population: A Longitudinal Analysis. *Borderline personality disorder and emotion dysregulation*, 3(1). <https://doi.org/10.1186/s40479-016-0051-3>
- Pourjaberi, B., Shirkavand, N., & Ashoori, J. (2023). The Effectiveness of Cognitive Rehabilitation Training on Prospective Memory and Cognitive Flexibility in Individuals with Depression. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 4(3), 45-53. <https://doi.org/10.61838/kman.ijecs.4.3.5>
- Rahmati, F., Safaei Rad, I., & KhorramAbadi, Y. (2024). Structural Relationship of Teachers' Interaction Styles Based on Social Adaptability, Psychological Hardiness, and Academic Achievement Motivation with Mental Health Mediation in Eighth Grade Female Students [Research Article]. *Iranian Journal of Educational Sociology*, 7(1), 103-112. <https://doi.org/10.61838/kman.ijes.7.1.10>
- Rajaenia, A. (2022). Effectiveness of Cognitive Behavior Group Therapy on decreasing perfectionism, increasing positive affect and mental performance in Female Clergies. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 2(4), 45-53. <https://doi.org/10.22034/injoeas.2022.160688>
- Roghani, F., Jadidi, M., & Peymani, J. (2022). The Effectiveness of Floortime Play Therapy on Improving Executive Functions and Cognitive Emotion Regulation in Children with Attention Deficit / Hyperactivity Disorder (ADHD). *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 2(4), 30-44. <https://doi.org/10.22034/injoeas.2022.160686>
- Saeedi, M., Sharifidaramadi, P., & Sharifirad, G. (2024). Effectiveness of Recovery-Oriented Cognitive Therapy on Depression Symptoms and Interpersonal Relationships in Patients with Schizophrenia. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders (PDMD)*, 3(1), 62-73. <https://doi.org/10.22034/pdmd.2024.453649.1082>
- Safikhani, F. (2022). The effectiveness of grammatical mental imagery with cognitive processing on self-efficacy, emotional processing and spirituality in mothers of students with autism spectrum disorder. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 3(2), 12-22. <https://doi.org/10.22034/injoeas.2022.160609>
- Salma, A., Marwa, A., Ebtesam, A., Dalal, A., Kholoud, A., Mai, A., Weiam, H., Fawaz, A., & Farhan, A. (2022). The Connection Between Depression And Chronic Pain. A Cross-Sectional Study For Individuals With Chronic Pain In Hail Region: Pharmaceutical Science-Allied Sciences. *International Journal of Life Science and Pharma Research*, 11(6), 77-82. <https://doi.org/10.22376/ijpbs/lpr.2021.11.6.P77-82>
- Shim, Y., Choe, K., Kim, K., Kim, J., & Ha, J. (2021). The Applicability of the Interpersonal-psychological Theory of Suicide Among Community-dwelling Older Persons. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 51(4), 816-823. <https://doi.org/10.1111/sltb.12757>
- Shoghi, B., Mohammadi, A., & Pirkhaefi, A. (2023). The Mediating Role of Mindfulness in the Relationship between Cognitive Abilities and Wisdom in Students. *Sociology of Education*, 8(2), 262-273. <https://doi.org/10.22034/ijes.2023.707076>
- You, Z., Zhang, Y., Zhang, L., Xu, Y., & Chen, X. (2019). How does self-esteem affect mobile phone addiction? The mediating role of social anxiety and interpersonal sensitivity. *Psychiatry research*, 271, 526-531. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.040>