



Journal Website

Article history:

Received 02 March 2025

Revised 30 March 2025

Accepted 03 May 2024

Published online 15 May 2025

Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders

Volume 4, Issue 2, pp 1-14



E-ISSN: 2981-1759

Psychometric Properties of the Breakup Distress Scale in Students

Mohammad Rasekhi¹, Mohsen Kachooei^{2*}, Elham Zamanshoar³

¹ PhD Student, Department of Psychology, Humanities Faculty, University of Science and Culture, Tehran, Iran

² Associated Professor, Department of Psychology, Humanities Faculty, University of Science and Culture, Tehran, Iran

³ PhD, Department of Psychology, Humanities Faculty, University of Science and Culture, Tehran, Iran

* Corresponding author email address: kachooei.m@usc.ac.ir

Article Info

Article type:

Original Research

How to cite this article:

Rasekhi, M., Kachooei, M., Zamanshoar, E. (2025). Psychometric Properties of the Breakup Distress Scale in Students. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 4(2), 1-14.



© 2025 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

Objective: The present study aims to determine the psychometric properties of the Breakup Distress Scale (BDS).

Methodology: This study is a cross-sectional descriptive correlational research. The statistical population included all students with breakup experiences in the city of Sari, from which 406 students were selected as the sample through convenience sampling. The tools used in this study were the Breakup Distress Scale (BDS), the Love Trauma Inventory (LTI), the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire 18-item version (CERQ-18), the Acceptance and Action Questionnaire 10-item version (AAQ-II), and the 10-item Repetitive Thoughts Questionnaire (RTQ-10). Data were analyzed using SPSS software version 24, employing statistical methods including Cronbach's alpha, exploratory factor analysis, and Pearson correlation coefficient.

Findings: The results showed that the Breakup Distress Scale had a unidimensional structure and a high internal consistency coefficient of 0.94. Additionally, the test-retest reliability coefficient was found to be 0.81. Furthermore, this tool showed significant positive correlations with the Love Trauma Inventory, the Repetitive Thoughts Questionnaire, the maladaptive subscale of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, and the emotional experience avoidance subscale of the Acceptance and Action Questionnaire. It also showed a significant negative correlation with the adaptive subscale of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire and the life control subscale of the Acceptance and Action Questionnaire, confirming its convergent and discriminant validity.

Conclusion: Based on the obtained results, it can be concluded that the Breakup Distress Scale appears to have good reliability and validity in the Iranian population and can serve as a useful tool for measuring the intensity of emotional distress caused by breakup.

Keywords: Breakup, Breakup Distress Scale, validity, reliability

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

The emotional distress caused by the end of a significant relationship, also known as breakup distress, is a psychological challenge often leading to prolonged grief. This form of grief can have severe consequences on individuals' mental health, leading to complications such as depression, anxiety, and social withdrawal. The intensity and duration of grief are influenced by various factors, including the depth of the relationship, individual coping mechanisms, and the emotional attachment to the person involved (Li et al., 2023). Prolonged grief, recognized in the latest edition of the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR) as persistent complex bereavement disorder, has been a growing area of concern in psychological research (Rahmani et al., 2023). While conventional grief naturally subsides over time, some individuals experience prolonged emotional distress, which may disrupt their daily lives significantly. Long-term grief associated with breakup can affect emotional regulation, leading to maladaptive coping strategies and negative emotional states (Eisma et al., 2022).

Psychometric tools are essential in diagnosing and understanding the severity of breakup distress, but tools specific to this context in Iranian populations have not been thoroughly validated. The Breakup Distress Scale (BDS) developed by Field et al. (2009) offers an opportunity to assess the intensity of emotional distress caused by relationship breakups. However, this scale has not been validated in the Iranian cultural context, where responses to emotional experiences may differ. Therefore, the primary objective of this study was to evaluate the psychometric properties of the Breakup Distress Scale in an Iranian student sample.

Methodology

This study employed a cross-sectional descriptive correlational design to examine the psychometric properties of the Breakup Distress Scale (BDS) within the Iranian student population. The sample consisted of 406 students from Sari city, who had experienced a romantic breakup. Convenience sampling was used to select participants from three universities. To ensure the reliability and validity of the scale, several tools were utilized alongside the BDS: the Love Trauma Inventory (LTI), the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ-18), the Acceptance and Action Questionnaire (AAQ-II), and the Repetitive Thoughts Questionnaire (RTQ-10). The participants were asked to complete demographic questionnaires and the aforementioned scales. The data were analyzed using SPSS version 24, employing Cronbach's alpha for internal consistency, exploratory factor analysis (EFA) for construct validity, and Pearson's correlation coefficient for evaluating the relationships between the BDS and other psychological measures.

Findings

The demographic analysis revealed that the sample consisted of 55.4% women and 44.6% men, with an age range of 18 to 39 years and a mean age of 25.65 years ($SD = 3.56$). The majority of participants were single (69%), while 20% were married, and 11% were divorced or separated. In terms of academic status, 62% were undergraduate students, 34.2% were postgraduate students, and 3.7% were doctoral candidates.

The psychometric evaluation of the BDS showed excellent internal consistency, with a Cronbach's alpha coefficient of 0.94, indicating a high level of reliability. Test-retest reliability, assessed with a 2-week interval, yielded a coefficient of 0.81. The factor analysis revealed a unidimensional structure for the scale, with all items loading strongly on a single factor, which corresponds to the emotional distress caused by breakups. The factor loadings ranged from 0.62 to 0.86, suggesting that each item significantly contributed to measuring breakup distress.

Convergent validity was confirmed through significant positive correlations between the BDS and the Love Trauma Inventory ($r = 0.88$), the Repetitive Thoughts Questionnaire ($r = 0.70$), the maladaptive subscale of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire ($r = 0.62$), and the emotional experience avoidance subscale of the Acceptance and Action Questionnaire ($r = 0.71$). Furthermore, the scale demonstrated discriminant validity with negative correlations with the adaptive subscale of the CERQ ($r = -0.52$) and the life control subscale of the AAQ-II ($r = -0.69$), further validating its ability to distinguish between different types of emotional regulation and distress.

Discussion and Conclusion

The findings of this study support the validity and reliability of the Breakup Distress Scale in the Iranian student population, showing that it is a useful tool for measuring the emotional distress associated with relationship breakups. The scale's high internal consistency and strong test-retest reliability are consistent with the original findings by Field et al. (2009) and other international studies ([Zapata-Vega et al., 2022](#)). The unidimensional structure of the scale, as revealed through exploratory factor analysis, suggests that breakup distress is a coherent construct, which aligns with theoretical expectations about the emotional upheaval experienced during the breakup of significant relationships.

The positive correlations with the Love Trauma Inventory and negative correlations with adaptive coping strategies further corroborate the scale's ability to capture the emotional disturbance that often accompanies breakups. These results also highlight the role of maladaptive emotional regulation strategies, such as rumination and emotional avoidance, in exacerbating breakup distress. The findings are consistent with previous research on prolonged grief and its emotional consequences ([Purwoko & Fitriyah, 2018](#); [Verhallen et al., 2019](#)).

Given its robust psychometric properties, the BDS can serve as an effective tool for both clinical and research purposes in Iran. It can aid clinicians in identifying individuals at risk of developing long-term emotional distress following a breakup, facilitating early interventions. However, limitations such as the homogeneity of the sample (i.e., university students) must be considered. Future research with a broader and more diverse sample, including different age groups and cultural contexts, is recommended to generalize the findings. Additionally, the application of the BDS in clinical settings for diagnosing breakup-related emotional distress and in therapeutic interventions would further validate its utility.

In conclusion, the Breakup Distress Scale is a reliable and valid instrument for assessing the intensity of emotional distress caused by relationship breakups in the Iranian population. The results underscore the need for culturally sensitive tools to measure psychological distress, particularly in the context of relationship transitions, which can significantly impact individuals' emotional well-being.



وبسایت مجله

تاریخچه مقاله

دریافت شده در تاریخ ۱۲ اسفند ۱۴۰۳

اصلاح شده در تاریخ ۱۰ فروردین ۱۴۰۴

پذیرفته شده در تاریخ ۱۳ اردیبهشت ۱۴۰۴

منتشر شده در تاریخ ۲۵ اردیبهشت ۱۴۰۴

پویایی‌های روانشناختی در اختلال‌های خلقی

دوره ۴، شماره ۲، صفحه ۱۴-۱



شاپای الکترونیکی: ۲۹۸۱-۱۷۵۹

ویژگی‌های روانسنجی مقیاس پریشانی شکست عاطفی در دانشجویان

محمد راسخی^۱، محسن کچویی^۲، الهام زمان شعار^۳

۱ دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علم و فرهنگ، تهران، ایران.

۲ استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علم و فرهنگ، تهران، ایران.

۳ دکتری تخصصی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علم و فرهنگ، تهران، ایران.

*ایمیل نویسنده مسئول: kachooei.m@usc.ac.ir

اطلاعات مقاله

چکیده

نوع مقاله

پژوهشی/اصیل

نحوه استناد به این مقاله:

راسخی، محمد، کچویی، محسن، زمان شعار، الهام. (۱۴۰۴). ویژگی‌های روانسنجی مقیاس پریشانی شکست عاطفی در دانشجویان. *پویایی‌های روانشناختی در اختلال‌های خلقی*، ۴(۲)، ۱-۱۴.



© ۱۴۰۴ 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.

هدف: هدف پژوهش حاضر تعیین ویژگی‌های روانسنجی مقیاس پریشانی شکست عاطفی می‌باشد. **روش‌شناسی:** پژوهش حاضر یک پژوهش مقطعی-توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری کلیه دانشجویان دارای تجربه شکست عاطفی شهرستان ساری بودند، که از بین آن‌ها ۴۰۶ دانشجوی به‌عنوان نمونه با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار استفاده شده در این مطالعه مقیاس پریشانی شکست عاطفی (BDS)، پرسشنامه ضربه عشق (LTI)، پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی نسخه ۱۸ سوالی (CERQ-۱۸)، پرسشنامه پذیرش و عمل نسخه ۱۰ سوالی (AAQ-II) و نسخه ۱۰ سوالی پرسشنامه افکار تکرارشونده (RTQ-۱۰) بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نسخه ۲۴ نرم‌افزار SPSS، و روش‌های آماری آلفای کرونباخ، تحلیل عاملی اکتشافی و ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد، مقیاس پریشانی شکست عاطفی از ساختار تک عاملی و ضریب همسانی درونی ۰/۹۴ برخوردار بود؛ به علاوه ضریب پایایی حاصل از روش بازآزمایی ۰/۸۱ به دست آمد. همچنین، این ابزار با پرسشنامه ضربه عشق، پرسشنامه افکار تکرارشونده، با خرده مقیاس راهبردهای ناسازگارانه پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان و با خرده مقیاس اجتناب از تجارب هیجانی پرسشنامه پذیرش و عمل همبستگی مثبت معنادار و با خرده مقیاس راهبردهای سازگارانه پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان و با خرده مقیاس کنترل زندگی پرسشنامه پذیرش و عمل همبستگی منفی معنادار نشان داد، که این نتایج روایی همگرا و واگرای آن‌را تایید نمود. **نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج به دست آمده، می‌توان نتیجه گرفت که به نظر می‌رسد مقیاس پریشانی شکست عاطفی در جمعیت ایرانی دارای اعتبار و روایی مطلوب بوده، و می‌تواند به عنوان ابزاری مفید جهت سنجش شدت پریشانی ناشی از شکست عاطفی مورد استفاده قرار گیرد.

کلیدواژگان: شکست عاطفی، مقیاس پریشانی شکست عاطفی، روایی، پایایی



مقدمه

از دست دادن یک فرد مهم در زندگی، اغلب منجر به تجربه فقدان و شکل‌گیری فرایند سوگ^۱ در انسان می‌شود، که می‌تواند خطر ایجاد واکنش‌های روان‌شناختی مختلف را افزایش دهد (Li et al., 2023). این‌گونه به نظر می‌رسد که هرچه میزان نزدیکی و اهمیت فرد در زندگی بیشتر باشد می‌تواند منجر به دوره‌های طولانی‌تر و شدیدتر تجربه سوگ گردد (Ratcliffe et al., 2023). سوگ یک پاسخ طبیعی به ازدست‌دادن عزیز است و برای اکثر افراد نشانه‌های سوگ با گذشت زمان کاهش می‌یابد، اما برای عده‌ای احساس شدید سوگ تداوم پیدا کرده و نشانه‌ها تا حدی شدید هستند که می‌توانند آن‌ها را از ادامه زندگی بازدارند. سوگ طولانی‌شده می‌تواند منجر به مشکلات و تداخل در زندگی روزمره افراد شود (Champion & Kilcullen, 2023; Rahmani et al., 2023; Ratcliffe et al., 2023).

اختلال سوگ طولانی‌مدت^۲ که از آن در منابع مختلف با نام‌های سوگ پیچیده^۳، سوگ مزمن^۴ و سوگ بیمارگون^۵ یاد شده، اختلالی است که در ویراست آخر (۲۰۲۲) راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی^۶ (DSM-5-TR) به صورت رسمی به عنوان یک اختلال روان‌شناختی تایید شده و در طبقه اختلالات مربوط به آسیب و استرس جای گرفته است. این اختلال به صورت تداوم نشانه‌های سوگواری حداقل تا ۱۲ ماه پس از تجربه فقدان تعریف می‌شود. این وضعیت شامل اشتیاق و عطش شدید و یا اشتغال ذهنی به خاطرات و افکار در مورد فرد از دست رفته می‌باشد. نشانه‌های اختلال شامل به هم ریختگی در هویت، احساس ناباوری، اجتناب از یادآورهای فرد از دست رفته، درد هیجانی شدید، مشکل در ادغام مجدد روابط و فعالیت‌ها، بی‌حسی هیجانی، احساس بی‌معنا بودن زندگی، و احساس تنهایی شدید می‌باشد. به طور تقریبی حدود ۷ تا ۱۰ درصد بزرگسالان داغدار، نشانه‌های اختلال سوگ طولانی‌مدت را تجربه می‌کنند (Babar et al., 2024; Bryant, 2024; Tang, 2024).

سوگ طبیعی یک دوره حاد رنج کشیدن شدید است که با اندوه و اشتیاق شدید مشخص می‌شود و به مرور زمان از بین می‌رود. به طور معمول سوگ با گذشت زمان در زندگی افراد ادغام شده و فرد داغدار می‌تواند واقعیت فقدان را بپذیرد و به تدریج دنیای جدیدی را بسازد. سوگ پیچیده اما سندرومی است که زمانی که فرایند طبیعی سوگ مختل یا طولانی مدت شود رخ می‌دهد (Champion & Kilcullen, 2023). هرچند، به‌طور معمول تجربه فقدان با از دست دادن موضوع عشق به دنبال مرگ یا بیماری جدی تعریف می‌شود، اما گاه بدون مرگ موضوع عشق نیز فرایند سوگ می‌تواند رخ دهد و تجربه شود که یکی از این موارد شکست در روابط عاطفی است (Tavassoli et al., 2018).

پایان یک رابطه عاطفی یک رویداد منفی در زندگی است که می‌تواند باعث ایجاد تجربه سوگ در افراد گردد. این تجربه می‌تواند موجب آثار سوء و تغییرات حیاتی در زندگی افراد نظیر تغییر شغل، تغییر محل زندگی، و بیگانگی اجتماعی گردد. جدایی می‌تواند یک منبع اصلی پریشانی برای بزرگسالان جوان باشد و منجر به انواع مختلفی از اختلالات هیجانی شود. در برخی از افراد پایان یک رابطه رمانتیک منجر به سطوح بالای اضطراب، اختلال آسیب پس از سانحه و تمایل به خودکشی می‌گردد (Eisma et al., 2022). نتایج پژوهش‌ها نشان داده است که پایان رابطه عاطفی با خشم (Purwoko & Fitriyah, 2018) و افسردگی (Verhallen et al., 2019)، ارتباط دارد، که این موضوع می‌تواند در دیگر روابط صمیمانه فرد یا همچنین در انتخاب شریک عاطفی در مراحل اول بزرگسالی تداخل ایجاد نماید. تاثیر شکست عاطفی اغلب شیوه

¹ Grief

² Prolonged Grief Disorder

³ Complicated Grief

⁴ chronic Grief

⁵ Pathological Grief

⁶ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, Text Revision



زندگی کردن فرد را با چالش رو به رو می‌کند، و می‌تواند با احساساتی نظیر سردرگمی و عدم اطمینان در مورد آینده ارتباط داشته باشد (Hsu et al., 2022).

با توجه به آثار سوء سوگ طولانی‌مدت بر سلامت روان و بهزیستی افراد و مشکلاتی که می‌تواند در زندگی افراد درگیر با آن ایجاد نماید، تشخیص صحیح این اختلال از اهمیت بالایی برخوردار است، و وجود ابزارهایی معتبر که می‌توانند به درمانگران کمک کنند تا به تشخیص درست‌تری دست پیدا نمایند ضروری به نظر می‌رسد. طی دهه‌های اخیر ابزارهای متعددی جهت سنجش سوگ طولانی مدت به وجود آمده‌اند و در ایران نیز مورد بررسی و اعتباریابی قرار گرفته‌اند. اما ابزاری که ویژگی‌های سوگ طولانی مدت را به طور مشخص در افراد دارای تجربه شکست عاطفی را ارزیابی نماید در جامعه ایرانی بررسی نماید در دسترس نیست. مقیاس پریشانی شکست عاطفی^۱ یک مقیاس ۱۶ گویه‌ای است که توسط فیلد و همکاران (۲۰۰۹) جهت سنجش ویژگی‌های سوگ طولانی مدت در افراد دارای تجربه شکست عاطفی ساخته شد (Field et al., 2010). گویه‌های این مقیاس برگرفته از مقیاس ۱۹ گویه‌ای سوگ پیچیده پریگرسون و همکاران (ICG) است که فیلد و همکاران ۱۶ گویه از ۱۹ گویه این پرسشنامه را که با موضوع شکست عاطفی همخوانی داشت انتخاب و جملات پرسشنامه را با موضوع شکست عاطفی منطبق نمودند. این پرسشنامه یکی از پرکاربردترین پرسشنامه‌ها در زمینه ارزیابی سوگ طولانی مدت در شکست عاطفی در جوامع مختلف می‌باشد که تا کنون در جامعه ایرانی اعتباریابی نشده است (Field et al., 2010).

بر همین اساس، با توجه به ملاحظات فرهنگی خاص جامعه ایرانی در برخورد با مسئله شکست عاطفی و پیامدهای سوء شکست عاطفی بر زندگی افراد و از طرف دیگر فقدان ابزارهای مناسب جهت سنجش سوگ در پژوهش‌های تجربی و مداخلات بالینی داخل کشور، هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس پریشانی شکست عاطفی در جامعه ایرانی بود.

مواد و روش پژوهش

پژوهش حاضر با توجه به هدف تعیین ویژگی‌های روانسنجی مقیاس پریشانی شکست عاطفی یک پژوهش توصیفی-مقطعی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانشجویان دارای شکست عاطفی شهرستان ساری بود، که در فاصله زمانی فروردین ۱۴۰۱ تا فروردین ۱۴۰۳، تجربه پایان یک رابطه عاطفی را داشته‌اند. جهت نمونه‌گیری در این پژوهش از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. به منظور انتخاب نمونه پژوهش، با مراجعه به سه دانشگاه شهرستان ساری تعداد ۴۵۰ نفر از افراد دارای تجربه اتمام رابطه عاطفی که تمایل داشتند در پژوهش شرکت کنند انتخاب شدند و پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت شناختی و پرسشنامه‌های مربوط به پژوهش را تکمیل کردند، که در نهایت ۴۰۶ پرسشنامه معتبر و قابل نمره‌گذاری به دست آمد. تعیین حجم نمونه برطبق نظر میرز و همکاران (۲۰۱۳) و برحسب نسبت مشارکت‌کنندگان به متغیرهای موجود (Meyers et al., 2013) در تحلیل عاملی (تعداد ماده‌های پرسشنامه) انجام شد که در آن تعداد افراد شرکت‌کننده می‌باید ۱۰ برابر تعداد متغیرها باشد؛ همچنین حجم نمونه نباید کمتر از ۲۰۰ مورد باشد. معیارهای ورود به پژوهش سن بالای ۱۸ سال، داشتن رضایت آگاهانه در تکمیل فرم‌ها، عدم وجود اختلال بارز روان‌شناختی، و ملاک خروج از پژوهش سن بالای ۴۰ سال و نداشتن زمان و تمرکز کافی برای تکمیل پرسشنامه و تکمیل ناقص پرسشنامه بود.

اجرای پژوهش شامل سه مرحله بود:

¹ Breakup Distress Scale

² Inventory of Complicated Grief



در مرحله اول، پرسشنامه پریشانی شکست عاطفی به روش ترجمه-بازترجمه با استفاده از "الگوی اسپربر" (۲۰۰۴)، ابتدا به زبان فارسی ترجمه و سپس توسط فردی دیگر به انگلیسی برگردانده شد. مقایسه نسخه ترجمه شده به انگلیسی با نسخه اصلی توسط یکی از متخصصین زبان انجام گرفت، که این مقایسه نشان داد بین دو پرسشنامه هماهنگی وجود دارد. متن ترجمه از نظر قابل فهم و رسا بودن کلمات، ابتدا توسط ۵ نفر از اساتید روانشناسی بازبینی شد. سپس پرسشنامه در اختیار ۲۰ نفر از دانشجویان قرار گرفت تا اشکالات احتمالی مشخص شود. پاسخ شرکت‌کنندگان نشان داد نیازی به تغییر در سوالات وجود ندارد.

در مرحله دوم، پس از ارزیابی اولیه برای رعایت ملاک‌های ورود، کسب رضایت شخصی و ارائه توضیحات لازم در مورد اهداف پژوهش، پرسشنامه‌ها به صورت گروهی و در محیطی آرام، همراه با مهار محرک‌های مزاحم و به صورت متناوب تکمیل گردید. به منظور رعایت حریم خصوصی، نام و نام خانوادگی شرکت‌کنندگان ثبت نشد. ابتدا پرسشنامه‌ها بین ۴۵۰ دانشجویی که ملاک‌های ورود به مطالعه را برآورده می‌کردند جهت تکمیل داده شد. با در نظر گرفتن ملاک‌های خروج، ۴۴ نفر از اعضای نمونه از مطالعه حذف و از تحلیل نهایی کنار گذاشته شدند. در نهایت ۴۰۶ پرسشنامه برای تحلیل نهایی در نظر گرفته شد.

در مرحله سوم، برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS نسخه ۲۴، و روش‌های آماری آلفای کرونباخ^۱، تحلیل عاملی اکتشافی^۲ و ضریب همبستگی پیرسون^۳ استفاده شد.

ابزار

مقیاس پریشانی شکست عاطفی: این مقیاس توسط فیلد و همکاران (۲۰۰۹) یک مقیاس خود گزارشی ۱۶ گویه‌ای است که به عنوان ابزاری جهت ارزیابی سوگ پیچیده در افراد دارای تجربه شکست عاطفی طراحی شده است. از پاسخ‌دهنده خواسته می‌شود به گویه‌های این مقیاس بر اساس طیف ۴ درجه‌ای لیکرت (۱=هرگز، ۲=به ندرت، ۳=گاهی، ۴=اکثر مواقع) پاسخ دهد. بدین ترتیب دامنه نمرات در این مقیاس از ۱۶ تا ۶۴ است، که هرچه نمره فرد در این مقیاس بیشتر باشد نشان‌دهنده شدت بیشتر پریشانی ناشی از شکست عاطفی در فرد است. در پژوهش فیلد و همکاران ضریب آلفای کرونباخ برای این مقیاس ۰/۹۱ گزارش شد (فیلد و همکاران، ۲۰۱۰). نسخه اسپانیایی این مقیاس توسط زاپاتا-وگا و همکاران (۲۰۲۲)، اعتباریابی شد که آن‌ها در پژوهش خود ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۹۳ گزارش دادند.

پرسشنامه ضربه عشق^۴ (LTI): این پرسشنامه توسط راس^۵ (۱۹۹۹) تهیه شده و از ۱۰ ماده ۴ گزینه‌ای تشکیل می‌شود، که میزان آشفتگی جسمی، هیجانی، شناختی و رفتاری را در مواجهه با شکست عاطفی ارزیابی می‌کند. در بخش نمره‌گذاری هر سوال سه گزینه دارد که به ترتیب نمره ۰ تا ۳ دریافت می‌کنند. دامنه نمرات در این پرسشنامه بین ۰ تا ۳۰ است که نشانگر وضعیت نشانگان ضربه عشق در فرد می‌باشد. نمرات بالاتر نشان‌دهنده ضربه عشق شدیدتر در فرد است. در پژوهش دهقانی و همکاران (۲۰۱۱)، ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه برای دانشجویان ۰/۸۱ و ضریب پایایی به روش آزمون-بازآزمون به فاصله یک هفته ۰/۸۳ به دست آمد. در پژوهش اکبری و همکاران (۱۳۹۱)، نیز ضریب پایایی به روش آزمون-بازآزمون ۰/۸۳ برای این پرسشنامه محاسبه شد. امان‌اللهی و همکاران (۱۳۹۳)، جهت بررسی روایی این پرسشنامه همبستگی آن با پرسشنامه افسردگی بک را ۰/۶۴ و با بخش صفت پرسشنامه اضطراب حالت-صفت اشیپلیبرگر ۰/۶۱، همچنین

¹ Cronbach's alpha

² Exploratory factor analysis

³ Pearson correlation

⁴ Love trauma inventory

⁵ Rosse



ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه را ۰/۷۸ به دست آوردند (Amanollahi et al., 2014). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۶ به دست آمد.

پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی^۱ نسخه ۱۸ سوالی (CERQ-۱۸): این پرسشنامه توسط گارنفسکی و کریچ^۲ در سال ۲۰۰۶ ساخته شد که یک پرسشنامه چندبعدی است و جهت شناسایی راهبردهای مقابله شناختی که شخص بعد از یک رویداد منفی به کار می‌برد استفاده می‌شود. نسخه کوتاه شده پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی که شامل ۱۸ گویه است و گویه‌ها روی یک مقیاس لیکرت از ۱ تا ۵ اندازه‌گیری می‌شوند. این پرسشنامه ۹ راهبرد مقابله‌ای ارزیابی مجدد مثبت، خود سرزنشی، تمرکز مجدد مثبت، فاجعه انگاری، کم اهمیت شماری، تمرکز مجدد بر روی برنامه ریزی، نشخوار فکری، پذیرش و سرزنش دیگران را می‌سنجد. نتایج پژوهش نسخه فارسی بر روی جمعیت ایرانی یک مدل دو عاملی را تایید کرد که نسبت به نسخه ۹ عاملی نسخه اصلی برازش بهتری دارد. این دو عامل عبارتند از راهبردهای سازگارانه و راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان. سازندگان این ابزار همسانی درونی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ بین ۰/۶۵ تا ۰/۷۸ گزارش کردند. این پرسشنامه در ایران توسط محسن آبادی و فتحی آشتیانی^۳ اعتباریابی شد (Khanzadeh et al., 2012). در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ و بازآزمایی به فاصله ۴ هفته در عامل راهبردهای مقابله‌ای سازگار به ترتیب ۰/۹۵ و ۰/۷۷، و در عامل راهبردهای مقابله‌ای ناسازگار به ترتیب ۰/۸۸ و ۰/۸۶ گزارش شد.

پرسشنامه پذیرش و عمل^۴ نسخه ۱۰ سوالی (AAQ-II): این پرسشنامه توسط بوند و همکاران^۵ (۲۰۰۷) از روی پرسشنامه اصلی AAQ-I هیز^۶ (۲۰۰۰) ساخته شده است که شامل ۱۰ گویه می‌باشد. این پرسشنامه سازه‌ای را می‌سنجد که به انعطاف پذیری روانشناختی و اجتناب تجربه‌ای برمی‌گردد. نمرات بالاتر نشان‌دهنده انعطاف پذیری روان‌شناختی بیشتر و نمرات پایین‌تر نشان‌دهنده اجتناب تجربه‌ای بیشتر است. گویه‌های این پرسشنامه در یک طیف لیکرت ۷ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شوند (۱: کاملاً مخالفم - ۷: کاملاً موافقم)، و دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۱۰ تا ۷۰ می‌باشد. براساس مطالعه بوند و همکاران (۲۰۱۱) بر روی ۲۸۱۶ شرکت‌کننده در طول ۶ نمونه نشان دهنده روایی، پایایی و اعتبار سازه رضایت بخش این ابزار بود. میانگین ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ (۰/۷۸ - ۰/۸۸) و پایایی بازآزمایی در فاصله ۳ و ۱۲ ماه به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۷۹ به دست آمد. این ابزار همچنین روایی افتراقی مناسبی را نشان می‌دهد. این پرسشنامه در ایران توسط عباسی و همکاران (۱۳۹۱) روی چهار گروه مورد اعتباریابی قرار گرفت. ضریب همسانی درونی بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۹ گزارش شد. تحلیل عامل اکتشافی دو عامل اجتناب از تجارب هیجانی و کنترل روی زندگی را گزارش دادند. همچنین نتیجه روایی افتراقی نشان دهنده تفاوت معنادار عامل اجتناب از تجارب هیجانی در بین دو گروه بالینی و غیر بالینی بود. همچنین در پژوهش علی اکبری دهکردی و همکاران (۱۳۹۹)، ضریب همسانی درونی برای این مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد (Aliakbari Dehkordi et al., 2020).

نسخه ۱۰ سوالی پرسشنامه افکار تکرارشونده^۷ (RTQ-۱۰): این پرسشنامه که در سال (۲۰۱۰) توسط مک اوئی و همکاران^۷ جهت سنجش افکار تکرارشونده منفی طراحی شد، یک ابزار ۱۰ گویه‌ای است که گویه‌های آن از بین ۲۷ گویه نسخه اصلی پرسشنامه افکار تکرارشونده که بیشترین بار عاملی را داشتند انتخاب شده است. گویه‌های این پرسشنامه بر روی یک مقیاس پنج درجه‌ای طیف لیکرت (۱:

¹ Cognitive emotion regulation questionnaire

² Garnefski & kraaij

³ Acceptance and action questionnaire

⁴ Bond et al

⁵ Hayes

⁶ Repetitive thinking questionnaire

⁷ McEvoy et al



کاملاً غلط تا ۵: کاملاً صحیح) نمره‌گذاری می‌شود. بررسی نسخه ۱۰ سؤالی پرسشنامه افکار تکرارشونده هم در جمعیت غیر بالینی و هم در جمعیت بالینی نشان داد که این ابزار از همسانی درونی بالایی برخوردار بود، به‌طوری‌که ضریب آلفای کرونباخ بزرگتر از ۰/۸۱ و همبستگی بالایی با مقیاس ۲۷ آیتمی نسخه اصلی پرسشنامه افکار تکرارشونده داشت، که حاکی از روایی مناسب پرسشنامه است. همچنین پایایی بازآزمایی بعد از دو هفته ۰/۷۲ تا ۰/۹۳ گزارش شده است. روایی همگرایی این ابزار با طیف گسترده‌ای از هیجان‌های منفی نظیر اضطراب، افسردگی، شرم، خشم و پریشانی عمومی مورد بررسی و تایید قرار گرفت (McEvoy et al., 2010). این ابزار در ایران توسط اکبری (۱۳۹۶) اعتباریابی شد، نتایج پژوهش نشان‌دهنده همسانی درونی بالای ۰/۹۱ بود، همچنین ضریب پایایی از طریق روش باز آزمون در فاصله دو هفته ۰/۷۶ گزارش شد (Akbari, 2017).

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان پژوهش شامل ۲۲۵ زن (۵۵/۴ درصد) و ۱۷۸ مرد (۴۴/۶ درصد) بودند. دامنه سنی شرکت‌کنندگان بین ۱۸ تا ۳۹ سال با میانگین ۲۵/۶۵ ($SD=۳/۵۶$) بود. از میان شرکت‌کنندگان ۲۸۰ نفر (۶۹ درصد) مجرد، ۸۱ نفر (۲۰ درصد) متاهل و ۴۵ نفر (۱۱ درصد) مطلقه یا جدانشده بودند. همچنین، ۲۵۲ نفر (۶۲/۱ درصد) از شرکت‌کنندگان در مقطع کارشناسی و ۱۳۹ نفر (۳۴/۲ درصد) در مقطع کارشناسی ارشد و ۱۵ نفر (۳/۷ درصد) در مقطع دکتری مشغول به تحصیل بودند. میانگین نمرات آزمودنی‌ها در مقیاس پریشانی شکست عاطفی ۳۵/۱۵ ($SD=۱۲/۹۲$) و در پرسشنامه ضربه عشق ۱۲/۴۳ ($SD=۶/۶۳$) بود.

به منظور بررسی همسانی درونی مقیاس پریشانی شکست عاطفی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر ۰/۹۴ بود. همچنین، جهت بررسی پایایی مقیاس از روش بازآزمایی^۱ استفاده شد. بدین منظور تعداد ۶۰ آزمودنی دوبار مقیاس پریشانی شکست عاطفی را در فاصله دو هفته تکمیل کردند، که ضریب پایایی بازآزمایی برای این مقیاس ۰/۸۱ به‌دست آمد.

جهت بررسی روایی سازه^۲ و نیز ساختار عاملی این پرسشنامه، از شیوه تحلیل عاملی اکتشافی و روش تحلیل مولفه‌های اصلی استفاده شد. پیش از اجرای تحلیل عاملی اکتشافی آزمون کفایت نمونه کایزر-مایر-اولکین^۴ (KMO) و آزمون کرویت بارتلت^۵ انجام گرفت. آزمون KMO اولین شرط تحلیل عاملی را مبنی بر این که آیا واریانس متغیرهای تحقیق تحت تاثیر واریانس مشترک برخی عامل‌های پنهانی و اساسی هست را مورد آزمون قرار می‌دهد. مقدار این آماره در پژوهش حاضر برابر با ۰/۹۴ بود که نشان می‌دهد انجام تحلیل عاملی برای داده‌های مورد نظر امکان‌پذیر بوده و می‌توان داده‌ها را به یک سری عامل‌های پنهانی تقلیل داد. همچنین در آزمون کرویت بارتلت میزان خی-دو، برابر با ۴۵۴۱/۰۱ به‌دست آمد که از نظر آماری معنادار است. نتایج این دو آزمون حکایت از کفایت نمونه و متغیرهای انتخاب شده برای انجام تحلیل عاملی داشت. جدول شماره ۱ داده‌های مربوط به این دو آماره را نشان می‌دهد.

¹ Internal Consistency

² Test-Retest

³ Construct Validity

⁴ Kaiser-Meyer-Olkin

⁵ Bartlett's Test of Sphericity



جدول ۱

آزمون KMO و بارتلت

مقدار	شاخص
۰/۹۴	آزمون کفایت نمونه‌گیری کایزر-مایر-اولکین
۴۵۴۱/۰۱	آزمون کرویت بارتلت
۱۲۰	خی-دو تقریبی
۰/۰۰۰۱	درجه آزادی
	سطح معناداری

در تحلیل عاملی اکتشافی به روش تحلیل مولفه‌های اصلی، با ارزش ویژه بالاتر از ۱، یک عامل شناسایی شد، که نشان دهنده ساختار تک عاملی مقیاس پربشانی شکست عاطفی می‌باشد. جدول شماره ۲ همبستگی هر گویه با کل مقیاس و شکل ۱ نمودار منحنی اسکری برحسب تعداد عامل‌ها و مقادیر ارزش ویژه نشان می‌دهد.

جدول ۲

ماتریس محتوا

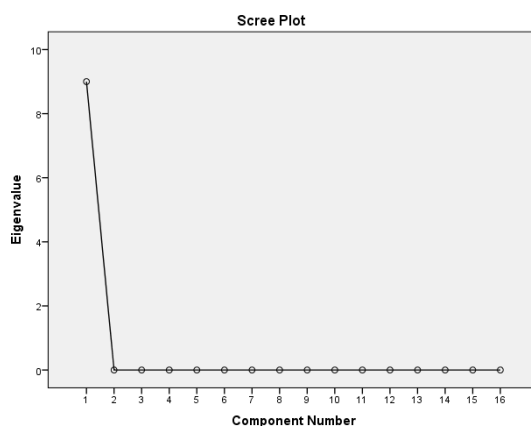
عامل	گویه‌ها
۰,۷۸	۱. آنقدر در مورد او فکر می‌کنم که برایم سخت است کارهایی که به طور معمول انجام می‌دادم را انجام دهم.
۰,۷۵	۲. خاطرات او مرا ناراحت و آشفتگی می‌کند.
۰,۸۶	۳. احساس می‌کنم نمی‌توانم جدایی را که تجربه کرده‌ام بپذیرم.
۰,۶۴	۴. احساس می‌کنم به مکان‌ها و چیزهایی که با او مرتبط است جذب می‌شوم.
۰,۷۳	۵. نمی‌توانم در مورد این جدایی احساس خشم نکنم.
۰,۸۰	۶. در مورد آنچه اتفاق افتاده احساس ناباوری دارم (باورم نمی‌شود این اتفاق افتاده است).
۰,۷۹	۷. در مورد اتفاقی که افتاده احساس بهت و گیجی می‌کنم.
۰,۷۳	۸. از وقتی این جدایی اتفاق افتاده برایم سخت است به مردم اعتماد کنم.
۰,۷۰	۹. از زمان جدایی احساس می‌کنم توانایی اینکه به دیگران اهمیت دهم را از دست داده‌ام، یا احساس می‌کنم از افرادی که برایم مهم بودند دور شده‌ام.
۰,۷۶	۱۰. از زمانی که جدایی اتفاق افتاده است در حال تجربه درد بوده‌ام.
۰,۶۲	۱۱. برای اینکه از چیزهایی که او را به یادم می‌آورند اجتناب کنم، مسیرم را عوض می‌کنم.
۰,۷۸	۱۲. احساس می‌کنم زندگی بدون او پوچ و توخالی است.
۰,۸۶	۱۳. من از این جدایی احساس تلخکامی می‌کنم (این جدایی برای من تلخ و جگرسوز است).
۰,۶۲۲	۱۴. به افرادی که جدایی مثل این را تجربه نکرده‌اند احساس حسادت دارم.
۰,۷۸	۱۵. از زمان جدایی بخش قابل ملاحظه‌ای از زمان را احساس تنهایی می‌کنم.
۰,۷۷	۱۶. وقتی در مورد او فکر می‌کنم دلم می‌خواهد گریه کنم.

¹ Eigen value



شکل ۱

نمودار منحنی اسکری



جهت بررسی روایی همزمان^۱ همگرای^۲ و واگرایی^۳ آزمون از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد مقدار ضریب همبستگی مقیاس پریشانی شکست عاطفی (BDS)، با پرسشنامه ضربه عشق (LTI) ۰/۸۸ بود که نشان دهنده همبستگی مثبت و قوی بین این دو مقیاس می‌باشد که موید روایی همزمان این ابزار است. همچنین همبستگی مقیاس پریشانی شکست عاطفی با پرسشنامه افکار تکرارشونده (RTQ) ۰/۷۰ و با خرده مقیاس راهبردهای ناسازگارانه پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ) ۰/۶۲ و با خرده مقیاس اجتناب از تجارب هیجانی پرسشنامه پذیرش و عمل (AAQ-II_۱) ۰/۷۱ بود که نشان دهنده روایی همگرای این ابزار است؛ با خرده مقیاس راهبردهای سازگارانه پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ) ۰/۵۲ و با خرده مقیاس کنترل روی زندگی پرسشنامه پذیرش و عمل (AAQ-II_۲) ۰/۶۹ بود که موید روایی واگرایی این ابزار می‌باشد. جدول شماره ۳ میزان ضرایب همبستگی پیرسون بین مقیاس پریشانی شکست عاطفی و سایر مقیاس‌ها و همچنین ضرایب همبستگی پرسشنامه ضربه عشق و سایر مقیاس‌ها را در سطح معناداری ۰/۰۱ نشان می‌دهد.

جدول ۳

ضرایب همبستگی پیرسون بین مقیاس‌ها

AAQ-II _۲	CERQ	AAQ-II _۱	CERQ	RTQ	LTI	BDS	
**۰/۶۹	**۰/۵۲	**۰/۷۱	**۰/۶۲	**۰/۷۰	**۰/۸۸	۱	ضریب همبستگی پیرسون BDS
**۰/۷۲	**۰/۵۷	**۰/۷۳	**۰/۶۲	**۰/۷۳	۱	**۰/۸۸	LTI
						۰/۰۰۱	سطح معناداری (دو دامنه)
						۴۰۶	تعداد

** همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار است (دو دامنه)

^۱ Concurrent validity

^۲ Convergent validity

^۳ Divergent validity



بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس پریشانی شکست عاطفی در یک نمونه ایرانی بود به طور کلی نتایج پژوهش حاضر حاکی از آن است که از روایی و اعتبار مطلوبی در جامعه ایرانی برخوردار است. این یافته‌ها بر کاربردپذیری بین فرهنگی این مقیاس در جامعه ایرانی صحه می‌گذارد. همسانی درونی ۰/۹۴ برای کل مقیاس و نشان از اعتبار مطلوب این مقیاس در نمونه حاضر داشت. آلفای به‌دست آمده در این پژوهش قابل مقایسه با ضرایب آلفای به دست آمده توسط سازندگان آزمون است. نتایج این مطالعه همچنین با نتایج مطالعه زاپاتا-وگا و همکاران (۲۰۲۲) همسو بود.

نتایج تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد این مقیاس دارای یک ساختار تک عاملی می‌باشد، که این موضوع با نتایج پژوهش سازندگان آزمون مطابقت داشت؛ این امر می‌تواند تاییدی بر قدرت کاربرد پذیری آزمون در شرایط بین فرهنگی باشد.

به منظور بررسی روایی همزمان همبستگی این مقیاس با پرسشنامه ضربه عشق بررسی شد. همبستگی مثبت و قوی بین این دو مقیاس نشان‌دهنده روایی همزمان مطلوب این مقیاس بوده و می‌توان نتیجه گرفت که جهت سنجش پریشانی و سوگ ناشی از ضربه عاطفی می‌توان از این پرسشنامه استفاده کرد. همچنین جهت بررسی روایی همگرا و واگرایی این مقیاس همبستگی آن با مقیاس افکار تکرارشونده (RTQ) و خرده مقیاس‌های پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ) و پرسشنامه پذیرش و عمل (AAQ-II) محاسبه شد. نتایج نشان داد که تمامی همبستگی‌ها معنادار و مطابق با مبانی نظری بودند. نتایج تحلیل‌های همبستگی حاکی از آن است که این مقیاس از روایی همگرا و واگرایی خوبی برخوردار است. این نتایج تاییدکننده این موضوع است که افرادی که در مقیاس پریشانی شکست عاطفی نمره بالا کسب می‌کنند، از نشخوار فکری و افکار تکرارشونده منفی رنج می‌برند، از تجربه احساسات منفی اجتناب می‌کنند، در پذیرش احساسات منفی ضعف دارند، احساس کنترل کمی روی زندگی خویش دارند، و همچنین از راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه جهت تنظیم هیجان استفاده می‌کنند، که با نتایج پژوهش‌های پیشین (Williams et al., 2019; Loan et al., 2023; Eisma & Stroebe, 2021; Arana et al., 2024) همسو می‌باشد.

درمجموع با توجه به نتایج به‌دست آمده از پژوهش حاضر، می‌توان نتیجه گرفت که مقیاس پریشانی شکست عاطفی در جمعیت ایرانی دارای اعتبار و روایی مطلوب بوده، و می‌تواند به عنوان ابزاری مفید جهت سنجش سوگ طولانی مدت و شدت پریشانی ناشی از شکست عاطفی مورد استفاده قرار گیرد. مانند هر پژوهشی این مطالعه نیز شامل محدودیت‌هایی می‌باشد. با توجه به دانشجویی بودن نمونه، نمی‌توان نتایج را به سایر گروه‌های جمعیت شناختی تعمیم داد. لذا برای موضع‌گیری قاطعانه‌تر در مورد ویژگی‌های آماری این مقیاس در جامعه ایرانی پیشنهاد می‌شود که انجام پژوهش با حجم نمونه بزرگتر، محدوده جغرافیایی وسیع‌تر و روی اقشار مختلف جامعه صورت پذیرد؛ همچنین استفاده از این ابزار جهت ارزیابی شدت پریشانی شکست عاطفی در مراجعین به مراکز درمانی همچنین انجام کار پژوهشی در زمینه شکست عاطفی به درمانگران و پژوهشگران پیشنهاد می‌گردد.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در این پژوهش ما را یاری نمودند تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.



مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازن اخلاقی

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

شفافیت داده‌ها

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

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

References

- Akbari, M. (2017). Validation and Reliability of the 10-Item Repetitive Thinking Questionnaire in a Non-Clinical Sample: A Transdiagnostic Tool. *Clinical Psychology*, 9(2), 59-71. <https://sid.ir/paper/152613/fa>
- Aliakbari Dehkordi, M., Ghafoori, S., Jafari, F., & Mohtashami, T. (2020). Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) Training on Somatic Symptoms, Psychological Flexibility, and Social Health in Patients with Psoriasis. *Knowledge and research in applied psychology*, 21(4), 118-132. <https://sid.ir/paper/398386/fa>
- Amanollahi, A., Tardast, K., & Aslani, K. (2014). Predicting Love Trauma Symptoms Based on Self-Compassion in Female Students with Emotional Breakup Experience. *Applied Psychology Quarterly*, 4(22), 43-61. https://apsy.sbu.ac.ir/article_96262_bc7edbb26020ec71f4f9d9a813a00f4c.pdf
- Arana, F. G., Rice, K. G., & Aiello, M. (2024). A Cross-Cultural Look at the Role of Rumination in the Relationship Between Trait Anxiety and Romantic Breakup Distress. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 8(1), 100376. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2023.100376>
- Babar, A., Nosheen, N., & Ahsan, L. (2024). Exploring the Effectiveness of Narrative Therapy Among Prolonged Grief Disorder. *J. Asian Dev. Studies*, 13(4), 66-81. <https://doi.org/10.62345/jads.2024.13.4.5>
- Bryant, R. A. (2024). Cognitive Behavior Therapy vs Mindfulness in Treatment of Prolonged Grief Disorder. *JAMA Psychiatry*, 81(7), 646. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2024.0432>
- Champion, M. J., & Kilcullen, M. (2023). Complicated Grief Following the Traumatic Loss of a Child: A Systematic Review. *OMEGA - Journal of Death and Dying*. <https://doi.org/10.1177/00302228231170417>
- Eisma, M. C., & Stroebe, M. S. (2021). Emotion Regulatory Strategies in Complicated Grief: A Systematic Review. *Behavior therapy*, 52(1), 234-249. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2020.04.004>
- Eisma, M. C., Tonus, D., & de Jong, P. J. (2022). Desired Attachment and Breakup Distress Relate to Automatic Approach of the Ex-Partner. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 75, 101713. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2021.101713>
- Field, T., Diego, M., Pelaez, M., Deeds, O., & Delgado, J. (2010). Breakup Distress and Loss of Intimacy in University Students. *Psychology*, 1(3), 173. <https://doi.org/10.4236/psych.2010.13023>
- Hsu, W. S., Chen, H. Y., & Chen, H. J. (2022). The Effectiveness of Solution-Focused Group Counseling for Taiwanese Unmarried Females' Post-Breakup Loss: A Pilot Study. *Journal of Solution Focused Practices*, 6(1), 6. <https://doi.org/10.59874/001c.75001>
- Khanzadeh, M., Saeedian, M., Hosseini Chari, M., & Idrisi, F. (2012). Factor structure and psychometric properties of the emotional regulation difficulties scale. *Journal of Behavioral Sciences*, 6(1), 87-96. https://www.behavsci.ir/article_67768_01a5f82ae30d4cbf3dd322fd6618c7eb.pdf
- Li, Y., Chan, W. C. H., & Marrable, T. (2023). "I never told my family I was grieving for my mom": The not-disclosing-grief experiences of parentally bereaved adolescents and young adults in Chinese families. *Family Process*. <https://doi.org/10.1111/famp.12865>



- Loan, N. T., Minh, T. T. K., Truc, N. V. T., & My, T. T. H. (2023). The Mediating Role Of Rumination In Breakup Distress After Romantic Relationships And Sleep Disturbance Of The Students And A Five-Day-Proposed Intervention Program. *Journal of Namibian Studies: History Politics Culture*, 33, 1464-1496.
- McEvoy, P. M., Mahoney, A. E., & Moulds, M. L. (2010). Are worry, rumination, and post-event processing one and the same?: Development of the Repetitive Thinking Questionnaire. *Journal of anxiety disorders*, 24(5), 509-519. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.03.008>
- Meyers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2013). *Applied Multivariate Research: Design and Interpretation* (2nd ed.). Sage Publications, Inc. <https://www.amazon.com/Applied-Multivariate-Research-Design-Interpretation/dp/1506329764>
- Purwoko, B., & Fitriyah, F. (2018). Anger Management in Adolescents Behind Romantic Breakup: Implementation of Solution-Focused Brief Therapy. 1st International Conference on Education Innovation (ICEI 2017),
- Rahmani, F., Hosseinzadeh, M., & Gholizadeh, L. (2023). Complicated Grief and Related Factors Among Nursing Staff During the Covid-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study. *BMC psychiatry*, 23(1), 73. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04562-w>
- Ratcliffe, M., Richardson, L., & Millar, B. (2023). On the Appropriateness of Grief to Its Object. *Journal of the American Philosophical Association*, 9(2), 318-334. <https://doi.org/10.1017/apa.2021.55>
- Tang, S. (2024). Healing Grief – An Online Self-Help Intervention Programme for Bereaved Chinese With Prolonged Grief: Study Protocol for a Randomised Controlled Trial. *European Journal of Psychotraumatology*, 15(1). <https://doi.org/10.1080/20008066.2024.2323422>
- Tavassoli, Z., Aghamohammadian Sharbaf, H. R., Sepehri Shamloo, Z., & Shahsavari, M. (2018). Effectiveness of Group Reality Therapy on Love Trauma Symptoms and General Functioning in Individuals with Emotional Breakup. *Applied Psychology Quarterly*, 12(1), 83-102. https://apsy.sbu.ac.ir/article/view/article_97040.html?lang=en
- 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>
- Williams, J. L., Hardt, M. M., Henschel, A. V., & Eddinger, J. R. (2019). Experiential Avoidance Moderates the Association Between Motivational Sensitivity and Prolonged Grief but Not Posttraumatic Stress Symptoms. *Psychiatry research*, 273, 336-342. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.01.020>
- Zapata-Vega, D., Pichardo-Marte, C., Frías-Hiciano, M., Pacheco del Castillo, L., Espinal, J., & Garrido, L. E. (2022). Heartache in Young Adulthood: Cross-Cultural Adaptation and Validation of a Spanish Version of the Breakup Distress Scale. *Emerging Adulthood*, 10(3), 788-803. <https://doi.org/10.1177/21676968221076340>