Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry
Vol. 8/ No. 3/ 2021
Page: 39-51

Investigate the relationship between social and emotional loneliness, fear of negative evaluation, thought suppression, and mindfulness with mediating self-concealment

Razieh Mansoory Nezhad[1], Nayere Abdollahi[2], Tayebeh Mahmoodi[3], Leila Abdolrasooli[1], Yadollah Zargar[4]

1-Master of Educational Psychology, Department of Educational Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Khoozestan, Iran.
2- Master of Family Counseling, Department of Family Counseling, Shahid Chamran University of Ahvaz, Khoozestan, Iran.
3- Ph. D Student of Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran.
4- Associate Professor, Department of Counseling, Hazrat-e Masoumeh University, Qom, Iran.
Corresponding Author: Razieh Mansoory Nezhad E-mail: Razieh.mansoory@gmail.com

Received: 14/03/2021 **Accepted:** 19/05/2021

Abstract

Introduction: Loneliness is the most painful experience of all human experiences that leads to severe psychological and physical problems**.**

Aim: The aim of this study was to investigate the relationship between social and emotional loneliness, fear of negative evaluation, thought Suppression, and mindfulness with mediating self-concealment in students of the Shahid Charmin University of Ahvaz.

Method: The research design is correlational and structural equations. The study population included all students of Shahid Charmin University of Ahvaz in the academic year of 2016-2017, 200 of them were selected as the research sample and answered the Mindfulness Attention Awareness Scale (MAAS), White Bear Suppression Inventory (WBSI), the brief version of the fear of negative evaluation scale (FNES), the short version of the social and emotional loneliness scale (SELSA-S) and self-conceal scale (SCS). Data analysis was performed using AMOS and SPSS software version 20 and Pearson correlation, path analysis, and bootstrap statistical methods.

Results: The fit indices of the model including RMSEA=0.01, NFI=0.99, CFI=0.99, IFI=0.99, AGFI=0.99, GFI=0.99, which indicate good fit the proposed model. All the indirect effects of fear of negative evaluation with mindfulness and thought Suppression and also social and emotional loneliness with mindfulness and thought Suppression with the mediation of self-concealment became significant ($p \leq 0.001$).

Conclusion: Mindfulness reduces social and emotional loneliness, the fear of negative evaluation, thought suppression and self-concealment by accepting feelings and thoughts**.**

Keywords: Social and emotional loneliness, Fear of negative evaluation, Mindfulness, Thought suppression, Self-concealment

How to cite this article: Mansoory Nezhad R, Abdollahi N, Mahmoodi T, Abdolrasooli L, Zargar Y. Investigate the relationship between social and emotional loneliness, fear of negative evaluation, thought suppression, and mindfulness with mediating self-concealment. Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry. 2021; 8 (3): 39-51 .URL: http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-934-en.pdf

Copyright © 2018 the Author (s). Published by Kurdistan University of Medical Sciences. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial License 4.0 (CCBY-NC), where it is permissible to download, share, remix, transform, and buildup the work provided it is properly cited. The work cannot be used commercially without permission from the journal.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت
سال هشتم، شماره ۳، ۱۴۰۰
صفحات: ۵۱-۳۹

بررسی رابطه احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی، ترس از ارزیابی منفی، سرکوب فکر و ذهن‌آگاهی با میانجی‌گری خود پنهانی

راضیه منصوری نژاد[۱]، نیره عبدالهی[۲]، طیبه محمودی[۳]، لیلا عبدالرسولی[۱]، یدالله زرگر[۴]

۱.کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز، خوزستان، ایران.
۲. کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز، خوزستان، ایران.
۳. دانشجوی دکتری روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران.
۴. دانشیار، گروه مشاوره، دانشگاه حضرت معصومه (س)، قم، ایران.

مولف مسئول: راضیه منصوری نژاد ایمیل: Razieh.mansoory@gmail.com

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۱۲/۲۴ **تاریخ پذیرش مقاله:** ۱۴۰۰/۰۲/۲۹

چکیده

مقدمه: تنهایی دردناک‌ترین تجربه از بین همه تجارب بشری است که منجر به مشکلات روانشناختی و جسمانی شدید می‌شود.

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی، ترس از ارزیابی منفی، سرکوب فکر و ذهن آگاهی با میانجیگری خود پنهانی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز بود.

روش: طرح پژوهش، همبستگی و از نوع معادلات ساختاری است. جامعه‌ی پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ بود، که از بین آن‌ها ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های ذهن آگاهی (MAAS)، سیاهه سرکوب خرس سفید (WBSI)، فرم کوتاه مقیاس ترس از ارزیابی منفی (FNES)، فرم کوتاه شده مقیاس احساس تنهایی اجتماعی- عاطفی بزرگسالان (SELSA-S) و مقیاس خود پنهانی (SCS) پاسخ دادند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار AMOS و SPSS نسخه ۲۰ و روش‌های آماری همبستگی پیرسون، تحلیل مسیر و روش بوت استراپ انجام شد.

یافته‌ها: شاخص‌های برازندگی مدل شامل RMSEA=۰/۰۱، NFI=۰/۹۹، CFI=۰/۹۹، IFI=۰/۹۹، AGFI=۰/۹۹، GFI=۰/۹۹ به دست آمد که حاکی از برازندگی خوب مدل پیشنهادی است. همه اثرات غیرمستقیم ترس از ارزیابی منفی با ذهن آگاهی و سرکوب فکر با میانجی‌گری خود پنهانی و همچنین احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با ذهن آگاهی و سرکوب فکر با میانجی‌گری خود پنهانی معنی‌دار شدند ($p\leq$۰/۰۰۱).

نتیجه‌گیری: ذهن آگاهی از طریق پذیرش احساسات و افکار موجب کاهش احساس تنهایی عاطفی و اجتماعی، ترس از ارزیابی منفی، سرکوب فکر و خود پنهانی می‌شود.

کلیدواژه‌ها: احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی، ترس از ارزیابی منفی، ذهن آگاهی، سرکوبی فکر، خود پنهانی

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی کردستان محفوظ است.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]

[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

مقدمه

انسان موجودی اجتماعی است و در تعامل با دیگر انسان‌هاست که می‌تواند به حیات اجتماعی خود ادامه دهد؛ اما از آنجا که پیچیده‌ترین کنش‌ها نیز در همین تعاملات اجتماعی بین انسان‌ها ایجاد می‌شود، برقراری و حفظ ارتباط سالم بین افراد یکی از دشوارترین کارها محسوب می‌شود. یکی از پیامدهای روابط بین فردی ناموفق، تنهایی[۱] است که گاهی اوقات یا همیشه توسط هر فردی در هر دوره‌ای از زندگی‌اش تجربه می‌شود. وقتی این احساس مورد بررسی و ارزیابی قرار می‌گیرد، مشخص می‌شود که یک مشکل اجتماعی در سراسر جهان است و در همه‌ی کشورهای توسعه نیافته، در حال توسعه و توسعه یافته دیده می‌شود. تنهایی دردناکترین تجربه از بین همه تجارب بشری است که در صورت برآورده نشدن نیاز به نزدیکی ایجاد می‌شود (اوزانهیسارلیکروگلو، آکگول و کاوونکگلو[۲]،۲۰۲۰).

یکی از عوامل مؤثر در احساس تنهایی ترس از ارزیابی منفی[۳] دیگران است. مورد ارزیابی قرار گرفتن توسط دیگران یک اتفاق موجود در طول زندگی روزمره است. این سازه به عنوان نگرانی بیش ازحد از پیش‌بینی و انتظار ارزیابی‌های بین فردی منفی تعریف می‌شود که افراد با این ترس، اضطراب زیادی را در موقعیت‌های اجتماعی تجربه می‌کنند و تلاش می‌کنند که از رویارو شدن با موقعیت‌های اجتماعی که تهدیدآمیز می‌دانند، اجتناب کنند (لری[۴]، ۱۹۸۳). به علاوه افراد برای کنترل ترس از ارزیابی منفی، از راهبرد سرکوب فکر[۵] استفاده می‌کنند که یکی از پر استفاده‌ترین راهبردهای کنترل ذهنی برای کنترل افکار منفی ناخواسته است (آیجیما و تانو[۶]، ۲۰۱۲) به این صورت که شامل تلاش آگاهانه برای پیشگیری و حذف افکار ویژه از ذهن است (ون اِسچی، وانماکر، یوکارینی و بوومیستر[۷]، ۲۰۱۶)؛ اما افکار سرکوب شده اثرات متناقض دارند و سبب می‌شوند که افکار، بیش از حد در دسترس باشد و به صورت ناخوانده و سرزده بروز یابند (آیجیما و تانو، ۲۰۱۲).

نقطه مقابل سرکوب فکر، ذهن آگاهی[۸] است که یک مدل نظری است که از طریق مجموعه‌ای از مراقبه و تمرینات روانی آموزشی با هدف درک موضوعات اساسی خاصی مانند استرس، دلبستگی و وابستگی به کنترل درونی و بیرونی و در نهایت مشاهده ذهنی افکار، عواطف و احساسات جسمی، پدید آمده است (روسا، تومایی، لوریولا، مارتینو و ترانی[۹]، ۲۰۱۹) و به عنوان تسهیل‌گر رفاه و سازگاری مراقبت‌های بهداشتی حرفه‌ای و مکانیزم‌های دفاعی انطباقی و پیشرفته شناخته می‌شود (دی گیوسپی، جمیگنانی و کانورسانو[۱۰]، ۲۰۲۰). از سوی دیگرخودپنهانی[۱۱] افراد در میزان استفاده از راهبرد ذهن آگاهی و سرکوب فکر مؤثر است. به این صورت که ماسودا، وندل، کو و فینستین[۱۲]، (۲۰۱۰) نشان دادند که یک رابطه منفی معنی‌داری بین خود پنهانی و ذهن‌آگاهی وجود دارد. خود پنهانی به طور کلی به عنوان گرایش رفتاری نسبتاً پایدار برای مخفی نگه‌داشتن اضطراب (ناراحتی‌ها) و اطلاعات شخصی بالقوه شرم‌آور از دیگران در نظر گرفته شده است (کرامر و بری[۱۳]، ۱۹۹۹).

[1]- Loneliness
[2]- Uzunhisarlikcıoglu, Akgul, & Kavuncuoglu
[3]- Fear of negative evaluation
[4]- Leary
[5]- Thought suppression
[6]- Iijima, & Tanno
[7]- Van Schie, Wanmaker, Yocarini, & Bouwmeester
[8]- Mindfulness
[9]- Rosa, Tomai, Lauriola, Martino, & Trani
[10]- Di Giuseppe, Gemignani, & Conversano
[11]- Self-concealment
[12]- Masuda, Wendell, Chou, & Feinstein
[13]- Cramer & Barry

اکدوگان و کمیسر (۲۰۱۹) در پژوهش خود دریافتند که خود پنهانی و احساس تنهایی به عنوان واسطه‌ای بین احساس حقارت و شادی ذهنی عمل می‌کنند، به این معنی که افراد با افزایش احساس حقارت تمایل بیشتری به خود پنهانی دارند که این به نوبه خود منجر به افزایش احساس تنهایی و کاهش شادی ذهنی می‌شود. بقایی، صفاریان و خویی (۲۰۱۹) نیز نشان دادند که رابطه مثبت بین ترس از ارزیابی منفی و احساس تنهایی وجود داشت و این دو متغیر بهزیستی فاعلی کم را پیش‌بینی کردند. کلر، زیمر-گمبک، دافی و بربر[1] (۲۰۲۰) در پژوهش خود نشان دادند که ویژگی ذهن آگاهی می‌تواند به طور معنی‌دار و منفی تنهایی دانشجویان را پیش‌بینی کند. لیو یانگ، وو و کنگ[2] (۲۰۲۰) در پژوهشی نقش ترس از ارزیابی منفی و اضطراب اجتماعی را در رابطه‌ی بین شفقت خود و تنهایی بررسی کردند و دریافتند که ترس از ارزیابی منفی و اضطراب اجتماعی دارای رابطه منفی با شفقت خود می‌باشند و شفقت خود، ترس کم‌تر از ارزیابی منفی که موجب کاهش علائم اضطراب اجتماعی می‌شد را پیش‌بینی کرد و کاهش اضطراب اجتماعی نیز، موجب کاهش احساس تنهایی شد.

در یک جمع‌بندی از نتایج پژوهش‌ها، شواهد حاکی از آن است که بین متغیرهای احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی، ترس از ارزیابی منفی، سرکوب فکر، ذهن-آگاهی و خود پنهانی رابطه‌ی معنی‌داری وجود دارد. با توجه به این که پژوهشی در ارتباط با بررسی متغیرهای ذکر شده با هم و در قالب مدل مشاهده نشد و همچنین با توجه به پیامدهای احساس تنهایی از قبیل احساس شدید پوچی و رها شدن، علائم افسردگی و زوال شناختی، کیفیت پایین زندگی، اختلال در سلامت جسمی و اختلالات خواب (پوچینهو و ماسدو[3]، ۲۰۱۷) که باعث می‌شود تنهایی به عنوان یک عامل خطر برای سلامت روان فرد شناخته شود؛ لذا مدل موجود ضمن غنا بخشیدن به دانش موجود در زمینه عوامل مؤثر بر احساس تنهایی عاطفی و اجتماعی، می‌تواند فراهم کننده زمینه لازم برای طراحی و اجرای برنامه‌های مداخله‌ای جهت ارتقاء رفتارهای سالم در افراد باشد. به همین دلیل این پژوهش با هدف بررسی رابطه احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی، ترس از ارزیابی منفی، سرکوب فکر و ذهن‌آگاهی با میانجی‌گری خود پنهانی انجام شد.

روش

طرح این پژوهش همبستگی و از نوع معادلات ساختاری است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز در سال تحصیلی ۱۳۹۶- ۱۳۹۵ بودند که تعداد ۲۰۰ نفر از دانشجویان به عنوان نمونه پژوهش و از طریق روش نمونه‌گیری خوشه‌ای از بین دانشکده‌های مختلف انتخاب شدند. به این صورت که بعد از هماهنگی با ریاست دانشکده‌ها و اساتید مربوطه، از هر دانشکده، چند کلاس و از هر کلاس به تعدادی از دانشجویان به صورت تصادفی پرسشنامه داده شد. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بود از دانشجو بودن، تمایل به تکمیل پرسشنامه و عدم ابتلای هم‌زمان به اختلالات روانشناختی و یا اختلال شخصیت. ملاک‌های خروج نیز شامل مصرف داروی روانپزشکی و سابقه مصرف مواد مخدر بود. همچنین در مورد مسائل اخلاقی پژوهش به شرکت‌کنندگان در پژوهش درباره محرمانه بودن

[1]- Clear, Zimmer-Gembeck, Duffy, & Barber
[2]- Liu, Yang, Wu, & Kong
[3]- Pocinho, & Macedo

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

اطلاعات و گمنامی در تکمیل ابزارها اطمینان داده شد. داده‌های این پژوهش به وسیله پرسشنامه گردآوری و در نهایت ۲۰۰ پرسشنامه برای تحلیل نهایی انتخاب شد. داده‌ها از طریق شاخص‌های میانگین، انحراف معیار و همبستگی پیرسون و از طریق نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. همچنین به منظور بررسی الگوی پیشنهادی پژوهش از روش تحلیل مسیر و برای آزمون اثرات غیر مستقیم از روش بوت استراپ موجود در نرم‌افزار AMOS نسخه ۲۰ استفاده شد.

ابزار

مقیاس ذهن‌آگاهی، توجه و هوشیاری (MAAS)[1]: توسط بروان و رایان[2]، (۲۰۰۳) برای اندازه‌گیری ذهن-آگاهی یا توجه به آگاهی مبتنی بر زمان حال طراحی شده است. پرسشنامه ذهن‌آگاهی ابزاری معتبر برای دانشجویان و جمعیت بزرگسالان است؛ و دارای ۱۵ ماده است که بر روی مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت (۱= تقریباً همیشه تا ۶= تقریباً هرگز) نمره‌گذاری می‌گردد. این مقیاس یک نمره‌ی کلی برای ذهن‌آگاهی ارائه می‌دهد که دامنه آن بین ۱۵ تا ۹۰ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده ذهن‌آگاهی بیشتر است. در پژوهش بروان و رایان (۲۰۰۳) آلفای کرونباخ برای نمونه دانشجویی ۰/۸۲ و برای یک نمونه از افراد بزرگسال ۰/۸۷ به دست آمد. روایی مقیاس با توجه به همبستگی منفی آن با ابزارهای سنجش افسردگی و اضطراب و همبستگی مثبت با ابزارهای سنجش عاطفه مثبت و حرمت خود، کافی گزارش شده است. در پژوهش کارگلو و یالسین[3] (۲۰۲۰) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۲ به دست آمد. آلفای کرونباخ برای نسخه فارسی این مقیاس در مورد یک نمونه ۷۲۳ نفری از دانشجویان ۰/۸۱ محاسبه شده است (قربانی، واتسون و ویتینگتون، ۲۰۰۹). پژوهش حاضر پایایی ابزار با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد و ضریب روایی سازه با استفاده از روش تحلیل عامل تأییدی نشان داد این ابزار از برازندگی مناسب براساس مؤلفه‌های قبلی برخوردار است.

سیاهه سرکوب خرس سفید (WBSI)[4]: یک سیاهه ۱۵ ماده‌ای است که برای سنجش تمایل به فکر توسط وگنر و زاناکوس[5]، (۱۹۹۴) ساخته شده است که بر روی یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (از ۱ تا ۵) است و دامنه‌ی نمرات آن بین ۱۵ تا ۷۵ است. در پژوهش ساعد، پوراحسان، اصلانی و زرگر (۱۳۹۰) ضرایب آلفای کرونباخ در نمونه وابسته به مواد ۰/۸۷ و در نمونه غیر بالینی ۰/۹۰ و ضریب اعتبار بازآزمایی آن در نمونه بالینی ۰/۵۳ گزارش شد. در پژوهش سیچن، سزکزپانوسکی و نیمیک (۲۰۲۰) که بر روی ۲۴۶ نفر انجام دادند آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمد و ضریب روایی سازه با استفاده از روش تحلیل عامل تأییدی نشان داد این ابزار از برازندگی مناسب براساس مؤلفه‌های قبلی برخوردار است.

فرم کوتاه مقیاس ترس از ارزیابی منفی(FNES)[6]: توسط لری[7] (۱۹۸۳) ساخته شد و شامل ۱۲ سؤال است که به توصیف شناخت‌های ترس‌آور و نگران کننده می-پردازد. پاسخ دهنده وضعیت خود را در هر سؤال در یک طیف پنج درجه‌ای (۱= هرگز صدق نمی‌کند تا ۵=

[1]- Mindfulness Attention Awareness Scale
[2]- Brown, & Ryan
[3]- Karaoglu, & Yalcin

[4]- White Bear Suppression Inventory
[5]- Wegner, & Zanakos
[6]- A brief version of the fear of negative evaluation scale
[7]- Leary

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

تقریباً همیشه صدق می‌کند) مشخص می‌کند و دامنه‌ی نمرات آن بین ۱۲ تا ۶۰ است. در این مقیاس، از طریق هشت سؤال وجود ترس و نگرانی درباره ارزیابی منفی دیگران و از طریق چهار سؤال دیگر نبود ترس و نگرانی درباره ارزیابی منفی دیگران اندازه‌گیری می‌شود. لری (۱۹۸۳) ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه کوتاه مقیاس ترس از ارزیابی منفی را در دانشجویان مطالعه کرد و همسانی درونی (α=۰/۹۶) و پایایی آزمون باز آزمون چهار هفته (r=۰/۷۵) بالا به دست آمد. نتایج مطالعه پیتارچ[1] (۲۰۱۰) نشان داد که همسانی درونی این ابزار ۰/۸۹ بوده و ضریب آلفای کرونباخ آن نیز ۰/۸۹ و ضریب پایایی اسپیرمن – بروان برای این ابزار ۰/۷۴ محاسبه شد. در پژوهش تاولی و منظری (۱۳۹۹) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ محاسبه شد و روایی آن نیز از طریق محاسبه همبستگی با مقیاس اضطراب اجتماعی ۰/۵۸ محاسبه شد. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس با روش آلفای کرونباخ برای نمره کل ۰/۸۲ به دست آمد و ضریب روایی سازه با استفاده از روش تحلیل عامل تأییدی نشان داد این ابزار از برازندگی مناسب براساس مؤلفه‌های قبلی برخوردار است.

مقیاس احساس تنهایی اجتماعی- عاطفی بزرگسالان (SELSA-S)[2]: این مقیاس به وسیله دی توماسو، برانن و بست در سال ۲۰۰۴ براساس تقسیم‌بندی ویس، طراحی و تهیه گردید. این مقیاس شامل ۱۵ گویه و سه زیرمقیاس احساس تنهایی رمانتیک (پنج گویه)، خانوادگی (پنج گویه) و اجتماعی (پنج گویه) است و احساس تنهایی عاطفی از مجموع نمرات زیرمقیاس‌های رمانتیک و خانوادگی به دست می‌آید. در مقابل هر گویه طیف ۵ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (نمره ۱) تا کاملاً موافقم (نمره ۵) قرار دارد و دامنه‌ی نمرات بین ۱۵ تا ۷۵ است. تمامی گویه‌ها به جز گویه‌های۱۴ و ۱۵ به شیوه‌ی معکوس نمره‌گذاری می‌شوند و کسب نمره بیشتر در هر یک از ابعاد این مقیاس، نشان‌دهنده‌ی احساس تنهایی بیشتر در آن بعد است. در پژوهش آموریم، فونسیکا، ماچادو، گیومارائس و داسیلوا[3] (۲۰۱۹) این پرسشنامه دارای برازش خوب (RAMSE=۰/۰۷) و پایایی ۰/۹۳ بود. در پژوهش جوکار و سلیمی (۱۳۹۱) ضریب آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس‌های تنهایی رمانتیک، اجتماعی و خانوادگی به ترتیب برابر با ۰/۹۲، ۰/۸۴ و ۰/۷۸ بود. در پژوهش کستیکیدو[4] (۲۰۲۰) ضریب آلفای کرونباخ برای برای تنهایی عاطفی و اجتماعی به ترتیب، ۰/۸۵ و ۰/۸۴ به دست آمد. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس با روش آلفای کرونباخ برای تنهایی کل ۰/۸۶ بدست آمد و ضریب روایی سازه با استفاده از روش تحلیل عامل تأییدی نشان داد این ابزار از برازندگی مناسب براساس مؤلفه‌های قبلی برخوردار است.

مقیاس خود پنهانی (SCS)[5]: توسط لارسون و کاستین[6] (۱۹۹۰) ساخته شده است. مقیاس خود پنهانی یک ابزار خودگزارش‌دهی است که برای اندازه‌گیری تمایل افراد به پنهان کردن اطلاعات شخصی که ناراحت کننده‌اند یا منجر به ارزیابی شخص به صورت منفی می‌شوند طراحی شده است. این پرسشنامه دارای ۱۰ سؤال و در طیف لیکرت پنج درجه‌ای از ۱ (به شدت مخالفم) تا ۵ (به شدت موافقم) طراحی شده است و دامنه‌ی نمرات بین ۱۰ تا ۵۰ است. کوستا، پریرا، سوراس، آزیویدو و ماسدو (۲۰۱۶) در پژوهشی روایی واگرای مقیاس خودپنهانی را

[1]- Pitarch
[2]- The short version of the social and emotional loneliness scale
[3]- Amorim, Fonseca, Machado, Guimaraes, & da Silva
[4]- Kostikidou
[5]- The Self Concealment Scale
[6]- Larson, & Chastain

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

با سلامت فیزیکی (۰/۲۰-) و سلامت روانشناختی (۰/۳۲-) و روایی همگرای آن را با مقیاس کمال‌گرایی خودمحور و کمال‌گرایی جامعه محور به طور متوسط ۰/۲۵ گزارش دادند. در پژوهش حاضر پایایی ابزار با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد و ضریب روایی سازه با استفاده از روش تحلیل عامل تأییدی نشان داد این ابزار از برازندگی مناسب برخوردار است.

یافته‌ها

در خصوص اطلاعات جمعیت شناختی شرکت‌کنندگان در پژوهش، ۸۹ درصد شرکت‌کنندگان مجرد و ۱۱ درصد متأهل بودند. همچنین ۸۱/۵ درصد زن و ۱۸/۵ درصد مرد بودند. ۲۰/۵ درصد شرکت‌کنندگان، دانشجوی رشته‌های علوم انسانی، ۲۳ درصد دانشجویان رشته‌های فنی و مهندسی، ۲۱/۵ درصد رشته‌های کشاورزی و ۳۵ درصد دانشجوی رشته‌های علوم پایه بودند و در نهایت میانگین سنی شرکت‌کنندگان در پژوهش ۲۳ سال بود. جدول ۱ یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱ میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی میان متغیرهای مورد مطالعه

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	٤	٥
ترس از ارزیابی منفی	۳۶/۹۲	۹/۲۰	۱				
احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی	۳۶/۲۳	۱۱/۲۸	۰/۲۹**	۱			
خود پنهانی	۳۰/۰۹	۸/۹۲	۰/۵۱**	۰/۳۵**	۱		
ذهن آگاهی	۵۶/۴۲	۱۰/۳۳	-۰/۲۰**	-۰/۳۲**	-۰/۴۵**	۱	
سرکوب فکر	۴۰/۳۵	۱۰/۸۶	۰/۴۹**	۰/۱۳*	۰/۶۳**	-۰/۲۶**	۱

** همبستگی معنی‌دار در سطح ۰/۰۱ * همبستگی معنی‌دار در سطح ۰/۰۵

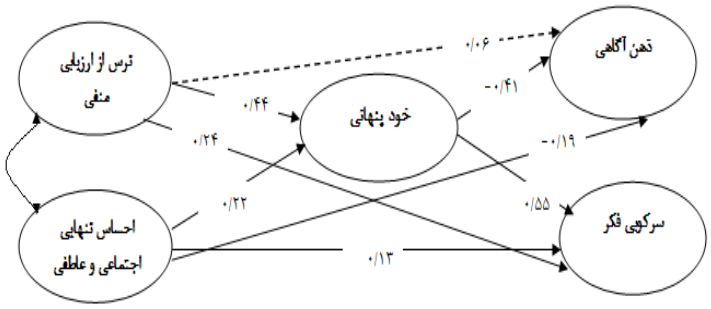
همان‌گونه که یافته‌های جدول ۱ نشان می‌دهد، رابطه ترس از ارزیابی منفی با احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی ۰/۲۹، با خود پنهانی ۰/۵۱، با ذهن‌آگاهی ۰/۲۰ و با سرکوبی فکر ۰/۴۹ بوده و همه روابط در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است. رابطه احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با خود پنهانی ۰/۳۵، با ذهن آگاهی ۰/۳۲ و در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است. رابطه احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با سرکوبی فکر ۱۳/ ۰ و در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار است. رابطه خود پنهانی با ذهن‌آگاهی ۰/۴۵ و با سرکوبی فکر ۰/۶۳؛ و در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است و در نهایت رابطه ذهن‌آگاهی با سرکوبی فکر ۰/۲۶ و در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است. جدول ۲ شاخص‌های برازندگی مدل پیشنهادی را نشان می‌دهد.

جدول ۲ **شاخص‌های برازندگی مدل پیشنهادی**

مدل‌ها	مجذور کای	درجه آزادی	سطح معنی‌داری	GFI	AGFI	IFI	CFI	NFI	RMSEA
مدل پیشنهادی و نهایی	۰/۰۱۲	۱	۰/۰۰۱	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۰۱

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، شاخص‌های مدل پیشنهادی از برازندگی عالی با داده‌ها برخوردار است. در پژوهش حاضر مقدار RMSEA، ۰/۰۱ به دست آمد و سایر شاخص‌های برازندگی مدل نیز شامل NFI=۰/۹۹، CFI=۰/۹۹، IFI=۰/۹۹، AGFI=۰/۹۹، GFI=۰/۹۹ به دست آمد که حاکی از برازندگی خوب مدل پیشنهادی است. در نمودار ۱ ضرایب مسیرهای مستقیم مدل نشان داده شده است.



نمودار۱ مدل نهایی رابطه‌ی علی ترس از ارزیابی منفی و احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با ذهن آگاهی و سرکوبی فکر با میانجی‌گری خود پنهانی (توجه: خطوط منقطع به معنای عدم معناداری مسیرهاست)

نمودار ۱ نشان می‌دهد که از میان هشت مسیر در مدل پیشنهادی هفت مسیر معنادار هستند: (ضرایب مسیر ترس از ارزیابی منفی با خود پنهانی ۰/۴۴، احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با خود پنهانی ۰/۲۲، خود پنهانی یا ذهن آگاهی ۰/۴۱- ، خود پنهانی و سرکوبی فکر ۰/۵۵، ترس از ارزیابی منفی و سرکوبی ۰/۲۴، احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با ذهن آگاهی ۰/۱۹- ، احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با سرکوبی فکر ۰/۱۳) و یک مسیر معنادار نیست: (ضریب مسیر ترس از ارزیابی منفی با ذهن آگاهی ۰/۰۶ مسیری است که در مدل پیشنهادی معنادار نیست). نتایج ضرایب مسیر غیر مستقیم مدل پیشنهادی به روش بوت استراپ در جدول ۳ نشان داده شده است. در جدول ۳ نتایج ضرایب غیرمستقیم بوت استراپ در مدل پیشنهادی (نهایی) گزارش شده است.

جدول ۳ نتایج ضرایب غیرمستقیم بوت استراپ در مدل پیشنهادی (نهایی)

متغیر مستقل	متغیر میانجی	متغیر وابسته	مقدار	حد پایین	حد بالا	سطح معنی‌داری
ترس از ارزیابی منفی	خود پنهانی	ذهن آگاهی	-۰/۱۹۴	-۰/۲۶۱	-۰/۱۲۶	P <۰/۰۰۱
ترس از ارزیابی منفی	خودپنهانی	سرکوبی فکر	۰/۲۷۲	۰/۱۸۶	۰/۳۲۲	P <۰/۰۰۱
احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی	خودپنهانی	ذهن آگاهی	-۰/۰۷۹	-۰/۱۵۰	-۰/۰۵۰	P <۰/۰۰۱
احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی	خود پنهانی	سرکوبی فکر	۰/۱۱۰	۰/۰۶۸	۰/۱۸۸	P <۰/۰۰۱

طبق مندرجات جدول ۳، خود پنهانی میانجی بین ترس از ارزیابی منفی و ذهن آگاهی بوده و این رابطه در سطح ۰/۰۰۱ معنی‌دار است. همچنین خود پنهانی میانجی بین ترس از ارزیابی منفی و سرکوبی فکر آگاهی بوده و این رابطه در سطح ۰/۰۰۱ معنی‌دار است. به علاوه خود پنهانی میانجی بین احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی و

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

ذهن آگاهی بوده و این رابطه در سطح ۰/۰۰۱ معنی‌دار است و در نهایت خود پنهانی میانجی بین احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی و سرکوبی فکر آگاهی بوده و این رابطه در سطح ۰/۰۰۱ معنی‌دار است.

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی، ترس از ارزیابی منفی، سرکوب فکر و ذهن آگاهی با میانجی‌گری خود پنهانی انجام شد. در این مطالعه رابطه ترس از ارزیابی منفی با میانجی‌گری خود پنهانی روی ذهن آگاهی معنی‌دار شد. این یافته همسو با پژوهش بروان، وینستین و کریسول (۲۰۱۲) است که در پژوهش خود نشان دادند که ذهن آگاهی پاسخ-های استرس مرتبط با ارزیابی اجتماعی را تعدیل می‌کند و افرادی که بیشتر ذهن آگاه هستند، پاسخ استرس را نسبت به ترس از ارزیابی اجتماعی کنترل می‌کنند. یافته دیگر پژوهش حاکی از این بود که خود پنهانی با ذهن آگاهی رابطه منفی دارد که با یافته ادمونز، ماسودا و تولی (۲۰۱۳) و ماسودا و همکاران (۲۰۱۰) همسو است. همچنین بروان، رایان و کریسول (۲۰۰۷) نیز در پژوهش خود نشان دادند که افراد ذهن آگاه توانایی بالایی در درک تجربیات و افکار چه خوشایند و چه ناخوشایند دارند. این در حالی است که تروب[1] (۲۰۱۷) در پژوهش خود دریافت که افراد با خود پنهانی بالا، ممکن است به - خاطر محافظت از خود در برابر آسیب پذیری در مقابل دیگران، اطلاعات خود را پنهان کنند.

مسیر مستقیم ترس از ارزیابی منفی با خود پنهانی رابطه مثبت داشت که با یافته‌های دوگان و سداکولاک (۲۰۱۶)؛ هیمبرگ، بروزوویچ و ریپی[2] (۲۰۱۰) و پتراک، دویلی، اسمیت، اسکینر و هدج[3] (۲۰۰۱) همسو بود. پوتوسزنیاک، آلدیو و دیبلیابر[4]، (۲۰۰۷) نیز در پژوهش خود نشان دادند که پنهان کردن خصایص خود، موجب احساس فشار و ناراحتی در فرد شده و پوتوسزینیاک و همکاران (۲۰۰۷) نیز در پژوهش خود دریافتند که ترس از ارزیابی دیگران نیز یک اتفاق ناگوار است که به این ناراحتی دامن می‌زند. اثر غیر مستقیم ترس از ارزیابی منفی با سرکوب فکر از طریق خود پنهانی معنی‌دار به دست آمد. این یافته همسو با پژوهش آیجیما و تانو[5] (۲۰۱۲) بود که در پژوهش خود نشان دادند سرکوبی فکر یکی از پر استفاده‌ترین راهبردهای کنترل ذهنی برای کنترل افکار ناخواسته منفی است که بخشی از همین افکار ناخواسته منفی می‌تواند همان ترس و نگرانی از ارزیابی دیگران باشد؛ بنابراین ترس از ارزیابی شدن توسط دیگران به خود پنهانی افراد دامن می‌زند و این افزایش خود پنهانی زمینه را برای سرکوب هر چه بیش‌تر افکار فراهم می‌کند.

مسیر مستقیم خود پنهانی با سرکوب فکر رابطه مثبت داشت که این یافته با یافته‌های پاچانکیز[6] (۲۰۰۷)؛ میجر و و گرامزو[7] (۱۹۹۹) همسو بود. همچنین میجر و گرامزو (۱۹۹۹) در پژوهش خود نشان دادند که افزایش سرکوب فکر به افزایش افکار مزاحم منجر شده و هر دو با هم با سطوح بالاتری از پریشانی روانی همراه هستند. همچنین مسیر مستقیم ترس از ارزیابی منفی با سرکوب فکر رابطه مثبت داشت. این یافته با یافته‌های اسلیپین، ایکاوا و

[1]- Trub

[2]- Heimberg, Brozovich, & Rapee
[3]- Petrak, Doyle, Smith, Skinner, & Hedge
[4]- Potoczniak, Aldea, & DeBlaere
[5]- Iijima, & Tanno
[6]- Pachankis
[7]- Major

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

اسمیت[1] (۲۰۱۴)، باکنر، زولن اسکای، فاریس و هوگان[2] (۲۰۱۴) و وگنر و زاناکوس (۱۹۸۷) همسو بود که در پژوهش خود دریافتند که با افزایش اضطراب ناشی از ترس از ارزیابی شدن توسط دیگران فرد به طور متوالی سعی در سرکوب افکار خویش می‌کند و در مقابل هر چه سرکوب افکار بیشتر می‌شود این ترس و اضطراب افزایش می‌یابد و در نهایت دوباره به سرکوب افکار منجر می‌گردد.

اثر غیرمستقیم احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با ذهن آگاهی با میانجی‌گری خود پنهانی رابطه داشت. این یافته همسو با یافته‌های سمخانیان، مهدوی، محمدپور و رحمانی (۲۰۱۵) بود که در پژوهش خود دریافتند که در ذهن آگاهی افراد تشویق به توجه به تجربیات خویش در حال می‌شوند. در حالی‌که در خود پنهانی افراد تجربیات خود را پنهان می‌کنند و به آن توجهی نمی‌کنند. این عدم توجه و فرار از تجربیات موجبات احساس تنهایی بیشتر را در افراد ایجاد می‌کند. به علاوه احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با ذهن آگاهی رابطه منفی داشت. این یافته نیز با پژوهش سمخانیان و همکاران (۲۰۱۵) همسو است. همچنین روزنستریچ و مارگالیت[3] (۲۰۱۵) در پژوهش خود نشان دادند که احساس تنهایی به راحتی می‌تواند در ذهن آگاهی تأثیر گذاشته و آن را کاهش دهد؛ زیرا تنهایی روانی باعث استرس و اضطراب می‌شود؛ بنابراین سطح ذهن آگاهی را کاهش می‌دهد.

احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با خود پنهانی رابطه مثبت داشت که این یافته با پژوهش دوگان و همکاران (۲۰۱۶)؛ و فریجنس، فینکنوور و کیجسرس[4] (۲۰۱۳) همسو است. رضوی قهفارخویی[5] (۲۰۱۶) نیز در پژوهش خود نشان داد که احساس تنهایی بالا با خود افشایی کم‌تر در ارتباط است؛ زیرا اجتناب از خود افشایی برای افرادی که احساس تنهایی می‌کنند راحت‌تر هست. این افراد مزایای خود افشایی را از دست داده و در نتیجه روز به روز تنهایی بیشتری احساس می‌کنند و موجب تداوم تنهایی در طول زمان می‌شود. اثر غیرمستقیم احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با سرکوب فکر با میانجی‌گری خود پنهانی رابطه داشت که همسو با یافته‌های رضوی قهفارخویی (۲۰۱۶) بود که در پژوهش خود نشان داد که تنهایی با استراتژی‌های محتاطانه از قبیل کمبود افشای خود (خود پنهانی) در طول تعاملات اجتماعی رابطه دارد که این استراتژی یک گرایش مضر برای روابط است.

در نهایت مسیر مستقیم احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی با سرکوب فکر رابطه مثبت داشت. این یافته با پژوهش آکین و همکاران (۲۰۱۰)؛ و ونهالست، لوویکس، ریس و گوسنس[6] (۲۰۱۲) همسو است. رضوی قهفارخویی (۲۰۱۶) نیز در پژوهش خود دریافت که احساس تنهایی باعث ایجاد برداشت‌های منفی و کمتر مثبت می‌شود که این به نوبه خود باعث سرکوبی می‌گردد در واقع افراد تنها خود را منفی ارزیابی می‌کنند و بر این باورند که دیگران نیز آنان را منفی و ضعیف می‌بینند و نتیجه چنین نگرشی سرکوب است.

نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که احساس تنهایی عاطفی و اجتماعی دارای تبعات روانشناختی منفی بسیاری بوده و یکی از عوامل مؤثر در

[1]- Slepian, Oikawa, & Smyth
[2]- Buckner, Zvolensky, Farris, & Hogan
[3]- Rosenstreich, & Margalit
[4]- Frijns, Finkenauer, & Keijsers
[5]- Razavi Ghahfarokhi
[6] Vanhalst, Luyckx, Raes & Goossens

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

بروز آن ترس از ارزیابی منفی دیگران است و فرد برای کنترل آن از راهبرد اجتنابی سرکوب فکر استفاده می‌کند؛ اما اگر فرد از راهبرد مثبت ذهن‌آگاهی استفاده نماید، از طریق تمرکز بر زمان حال و پذیرش افکار و احساسات خود، تجربه افکار منفی را کاهش داده و می‌تواند بدون ترس از ارزیابی منفی دیگران، اقدام به برقراری روابط بیش‌تر با اطرافیان خود کند و بدین گونه احساس تنهایی وی کاهش می‌یابد. نتایج این پژوهش محدود به شهر اهواز و جامعه دانشجویان است،؛ بنابراین، در تعمیم آن به سایر جوامع آماری باید جوانب احتیاط رعایت شود. یکی دیگر از محدودیت‌های این پژوهش زیاد بودن تعداد سؤالات پرسشنامه‌ها بود که می‌تواند باعث خستگی و کاهش اشتیاق شرکت‌کنندگان برای پاسخ‌دهی به سؤالات باشد.

سپاسگزاری

این پژوهش حاصل طرح پژوهشی نویسندگان پژوهش بوده که توسط کمیته اخلاق دانشگاه شهید چمران اهواز با کد EE/1400.3.02.18614/Scu.ac.ir تأیید و ثبت شده است. در نهایت از کلیه دانشجویانی که در پژوهش حاضر مشارکت داشتند، تقدیر و تشکر به عمل می‌آید.

References

Akdogan R, Cimsir E. (2019). Linking inferiority feelings to subjective happiness: Self-concealment and loneliness as serial mediators. Personality and Individual Differences, 149, 14-20.

Akin A. (2010). Self-compassion and loneliness. International Online Journal of Educational Sciences, 2(3), 702-718.

Amorim LAG, Da Fonseca PN, Machado GMA, Guimaraes CLC, Da Silva PGN. (2019). Social and Emotional Loneliness Scale for Adults: evidencias psicométricas en el noreste de Brasil. Ciencias Psicológicas, 13(2), 283-295.

Baghaei N, Saffarian TM, Khouei NG. (2019). Developing a Structural Model of Psychological Well-Being Based on Fear of Negative Evaluation by Mediating Loneliness in Female Adolescent Students with Psychosomatic Problems. Iranian journal of educational Sociology, 2(3), 112- 121. (In Persian)

Brown KW, Ryan RM, Creswell J. (2007). Mindfulness: Theoretical Foundations and Evidence for Its Salutary Effects. Psychological Inquiry, 18, 211-237.

Brown KW, Ryan RM. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 84(4), 822-830.

Brown KW, Weinstein N, Creswell JD. (2012). Trait mindfulness modulates neuroendocrine and affective responses to social evaluative threat. Psycho neuroendocrinology, 37(12), 2037-2041.

Buckner JD, Zvolensky MJ, Farris SG, Hogan J. (2014). Social Anxiety and Coping Motives for Cannabis Use: The Impact of Experiential Avoidance. Psychology of Addictive Behaviors, 28(2), 568–574.

Cichon E, Szczepanowski R, Niemiec T. (2020). Polish version of the White Bear Suppression Inventory (WBSI) by Wegner and Zanakos: factor analysis and reliability. Polish psyciatry, 54(1), 125-135.

Clear SJ, Zimmer-Gembeck MJ, Duffy AL, Barber BL. (2020). Internalizing symptoms and loneliness: Direct effects of mindfulness and protection against the negative effects of peer victimization and exclusion. International Journal of Behavioral Development, 44(1), 51-61.

Costa M, Pereira AT, Soares MJ, Azevedo J, Macedo A. (2016). Self-Concealment Scale: Validation of two Portuguese versions. 24th

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]

[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

European Congress of Psychiatry, 114-289. 2-15 March, Madrid, Spain.

Cramer KM, Barry JE. (1999). Psychometric properties and confirmatory factor analysis of the Self-Concealment Scale. Personality and Individual Differences, 27(4), 629-637.

Di Giuseppe M, Gernignani A, Conversano C. (2020). Psychological resources against the traumatic experience of COVID-19. Clinical Neuropsychiatry Journal of Treatment Evaluation, 17, 85–87.

Ditommaso E, Brannen C, Best LA. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. Educational and Psychological Measurement, 64(1), 99-119.

Dogan U, Seda Colak T. (2016). Self-concealment, Social Network Sites Usage, Social Appearance Anxiety, Loneliness of High School Students A Model Testing. Journal of Education and Training Studies, 4(6), 176-183.

Edmonds F, Masuda A, Tully EC. (2013). Relations among self-concealment, mindfulness, and internalizing problems. Mindfulness. 5(5), 497-504.

Frijns T, Finkenauer K, Keijsers L. (2013). Shared secrets versus secrets kept private are linked to better adolescent adjustment. Journal of Adolescence, 36, 55–64.

Ghorbani N, Watson PJ, Weathington BL. (2009). Mindfulness in Iran and the United States: Cross-cultural structural complexity and parallel relationships with psychological adjustment. Current Psychology, 28(4), 211-224.

Heimberg RG, Brozovich FA, Rapee RM. (2010). A cognitive-behavioral model of social anxiety disorder: Update and extension. Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives, 2, 395- 422.

Iijima Y, Tanno Y. (2012). The rebound effect in the unsuccessful suppression of worrisome thoughts. Personality and Individual Differences, 53(3), 347–350.

Jokar B, Salimi A. (2012). Psychometric feature of the short form of the scale of emotional and social loneliness of adults. Journal of Behavioral Sciences, 5(4), 311-317. (In Persian)

Karaoglu B, Yalcin I. (2020). The Effect of Mindful Attention Awareness on Ruminative Thought Styles: Physical Education and Sports Teacher Candidates. Cypriot Journal of Educational Sciences, 15(3), 511-518.

Kostikidou S. (2020). Culture and Grief: The concepts of social support and loneliness among bereaved individuals from collectivistic and individualistic cultures. Master's thesis, Faculty of Social and Behavioural Sciences, Utrecht University.

Larson DG, Chastain RL. (1990). Self-concealment: Conceptualization, measurement, and health implications. Journal of Social and Clinical Psychology, 9(4), 439-455.

Leary RM. (1983). A brief version of the fear of negative evaluation scale, Personality and Social Psychology Bulletin, 9, 371-375.

Liu X, Yang Y, Wu H, Kong X, Cui L. (2020). The roles of fear of negative evaluation and social anxiety in the relationship between self-compassion and loneliness: a serial mediation model. Current Psychology, 1, 1-9.

Major B, Gramzow RH. (1999). Abortion as stigma: cognitive and emotional implications of concealment. Journal of personality and social psychology, 77(4), 735- 745.

Masuda A, Wendell JW, Chou YY, Feinstein AB. (2010). Relationships among selfconcealment, mindfulness and negative psychological outcomes in Asian American and European American college students. International Journal for the Advancement of Counselling, 32(3), 165-177.

Pachankis JE. (2007). The psychological implications of concealing a stigma: A cognitive-affective-behavioral model. Psychological Bulletin, 133(2), 328-345.

Petrak JA, Doyle AM, Smith A, Skinner C, Hedge B. (2001). Factors associated with self-disclosure of HIV serostatus to significant others. British Journal of Health Psychology, 6(1), 69-79.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]

[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]

Pitarch MJG. (2010). Brief version of the fear of negative evaluation scale–straightforward items (BFNE-S): psychometric properties in a spanish population. Spanish Journal of Psychology, 13(2), 981-989.

Pocinho M, Macedo E. (2017). Solidao: Um Construto Complexo. Interações: Sociedade e as novas modernidades, 32, 53-66.

Potoczniak DJ, Aldea MA, De Blaere C. (2007). Ego identity, social anxiety, social support, and self-concealment in lesbian, gay, and bisexual individuals. Journal of Counseling Psychology, 54(4), 447 –457.

Razavi Ghahfarokhi SP. (2016). Loneliness and emotion regulation: the mediating role of attitudes towards expressivity. Doctoral dissertation, San Francisco State University.

Rosa V, Tomai M, Lauriola M, Martino G. (2019). Body mass index, personality traits, and body image in Italian pre-adolescents: An opportunity for overweight prevention. Psihologija, 52(4), 379-393.

Rosenstreich E, Margalit M. (2015). Loneliness, mindfulness, and academic achievements: a moderation effect among first-year college students. Open Psychology Journal, 8, 138-45.

Saed O, Pourheesan S, Aslani G, Zarger M. (2011). The role of thought suppression, meta-cognitive factors and negative emotions in predicting drug dependence disorder. Addiction Research, 18 (3): 69-84. (In Persian)

Samhkaniyan E, Mahdavi A, Mohamadpour S, Rahmani S. (2015). The effectiveness of mindfulness-based cognitive therapy on quality of life and loneliness of women with HIV. Journal of medicine and life, 8(4), 107-113. (In Persian)

Slepian ML, Oikawa M, Smyth JM. (2014). Suppressing thoughts of evaluation while being evaluated. Journal of Applied Social Psychology , 44, 31–39.

Tavoli A, Montazeri A. (2020). Psychometric evaluation of the Iranian version of brief fear of negative evaluation scale-straightforward item (BFNE-S): A validation study. Medical Journal of the Islamic Republic of Iran (MJIRI), 34(1), 204-208. (In Persian)

Trub L. (2017). A portrait of the self in the digital age: Attachment, splitting, and self-concealment in online and offline self-presentation. Psychoanalytic Psychology, 34(1), 78-86.

Uzunhisarlikcıoglu E, Akgul H, Kavuncuoglu E. (2020). "Estimation of Emotional and Social Loneliness in Elders with the Developed Artificial Neural Networks and Multiple Linear Regression Models", Mugla Journal of Science and Technology, 6 (1), 50-62.

Van Schie K, Wanmaker S, Yocarini I, Bouwmeester S. (2016). Psychometric qualities of the thought suppression inventory-revised in different age groups. Personality and Individual Differences, 23(3): 89-97.

Vanhalst J, Luyckx K, Raes F, Goossens L. (2012). Loneliness and depressive symptoms: The mediating and moderating role of uncontrollable ruminative thoughts. The Journal of psychology, 146(1-2), 259-276.

Wegner DM, Zanakos S. (1994). Chronic thought suppression. Journal of Personality, 62, 615–640.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.3.4.2]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.3.39]