

The Role of Emotion Regulation Difficulties, Forecasting, and Personal Values in Predicting Fear of Loneliness among University Students with Dependent Personality Disorder Traits

Haniyeh Babai  *

MSc. in General Psychology, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran

Ali Shaker Dioulagh 

Associate Professor, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran

Extended Abstract

Introduction

Dependent personality disorder is characterized by an excessive need to be cared for, intense fear of separation, and difficulty making independent decisions (Bornstein, 2020). This is particularly consequential for university students, who are expected to develop greater psychological and social autonomy and to make important educational and occupational decisions (Arnett, 2000). A key consequence of dependency is fear of loneliness, an anxiety-provoking experience of losing supportive relationships or lacking the companionship of others (De Francisco Carvalho et al., 2019). This fear is intensified among dependent individuals and may contribute to depression, anxiety, and social isolation (Wei et al., 2005).

* Corresponding Author: haniyeh.babai2025@gmail.com



© 2026 The Author(s). This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

DOI: <https://doi.org/10.22034/rip.2025.544568.1109>

Received: 01 July 2025

Revised: 19 October 2025

Accepted: 27 October 2025

Three factors may explain this fear. First, emotion regulation difficulties are associated with anxiety, depression, and loneliness (Eres et al., 2021; Groarke et al., 2021; Moradi & Ghanaei Chamanabad, 2024), and maladaptive strategies such as suppression and rumination tend to amplify rather than reduce distress (Gross & John, 2003). Second, personal values, as enduring principles guiding choices and behavior (Schwartz, 1992), may prioritize security and belonging over autonomy in dependent individuals (Bornstein, 2012). Third, future orientation, encompassing hopes, expectations, and concerns about the future (Zimbardo & Boyd, 1999), is linked to better psychological adjustment (Hallford et al., 2018) and to lower perceived social isolation (Stout et al., 2024). However, previous studies have examined these variables separately, focused on the full disorder rather than subthreshold features, and rarely targeted students. The present study therefore examined the role of emotion regulation difficulties, future orientation, and personal values in predicting fear of loneliness among university students with with dependent personality disorder traits.

Method

This basic correlational study used multiple regression. The statistical population comprised students at all academic levels of Islamic Azad University, Urmia Branch, in the second semester of the 2024–2025 academic year. In the first stage, dependent personality symptoms were screened electronically through an online platform, and the link was distributed in student groups, and contact details were collected for follow-up. A cutoff of one standard deviation above the mean screening score was applied. Accordingly, 135 eligible students constituted the final sample, and in the second stage the main study variables were assessed electronically through the same contact channels. Sampling was thus nonrandom and screening-based. Inclusion criteria were current enrollment, informed consent, ability to complete an electronic form, valid contact information, meeting the cutoff score, and willingness to participate in the second stage. Exclusion criteria were withdrawal, incomplete, invalid, or duplicate responses, loss to follow-up, and a self-reported severe psychological disorder interfering with responding. Data were analyzed using Pearson correlation and simultaneous multiple regression in SPSS version 25.

Results

Participants' mean age was 26.21 years ($SD = 2.01$). Data screening revealed no univariate or multivariate outliers, and skewness and kurtosis values fell within ± 2 . The regression assumptions were also met: the Durbin–Watson statistic was 1.91, tolerance values ranged from .52 to .83, and variance inflation factors ranged from 1.20 to 1.92, indicating independent errors and no multicollinearity. Fear of loneliness correlated positively with emotion regulation difficulties ($r = .56, p < .01$) and negatively with future orientation ($r = -.43, p < .01$) and personal values ($r = -.13, p < .05$). The regression model was significant, $F = 89.76, p < .01$, and explained 67% of the variance in fear of loneliness ($R^2 = .67$, adjusted $R^2 = .66$). Emotion regulation difficulties positively predicted fear of loneliness ($\beta = .59, t = 7.87, p < .01$), whereas future orientation ($\beta = -.66, t = -6.60, p < .01$) and personal values ($\beta = -.45, t = -4.50, p < .01$) were negative predictors. Future orientation made the largest contribution to the model.

Discussion and Conclusion

This study examined whether emotion regulation difficulties, future orientation, and personal values predict fear of loneliness among students with dependent personality disorder traits. Emotion regulation difficulties positively predicted fear of loneliness, consistent with Moradi and Ghanaei Chamanabad (2024), Eres et al. (2021), and Groarke et al. (2021), and with the view that ineffective regulation strategies intensify anxiety (Gross & John, 2003). A plausible explanation is a self-reinforcing cycle: when abandonment is anticipated, deficits in regulating negative emotions allow anxiety to escalate, prompting excessive reliance on others as external regulators. Although this reduces distress in the short term, it may strengthen beliefs about one's inability to cope alone and thereby sustain fear of loneliness (Bornstein, 2020; De Francisco Carvalho et al., 2019).

Future orientation was a negative predictor and the strongest one, in line with Stout et al. (2024) and with evidence linking future-oriented thinking to psychological adjustment (Hallford et al., 2018). Students who cannot envision or feel in control of a future without their primary source of support may perceive it as threatening, heightening fear of being alone. Personal values also negatively predicted fear of loneliness. This is consistent with Schwartz's (1992) conceptualization of values as guiding principles and with the observation that dependent individuals tend to prioritize security and belonging over autonomy (Bornstein, 2012). Value systems centered on independence and self-direction may therefore act as a protective factor and support independent identity development (Kroger, 1985).

Overall, fear of loneliness in students with dependent personality disorder traits appears to be a multifaceted phenomenon shaped by emotional, cognitive, and value-related factors. Interventions should therefore address emotion regulation skills, constructive future orientation, and the clarification of autonomy-oriented values simultaneously. Several limitations should be noted. Online self-report data may reflect response bias; the cross-sectional design precludes causal inference; and the single-university sample limits generalizability. Future studies should use longitudinal or mixed-methods designs and more diverse samples.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: Written informed consent was obtained through an item at the beginning of the electronic form. Participants were informed about the study aims, confidentiality, and their right to withdraw. Data were used solely for research purposes and reported anonymously at the group level, and measures were taken to prevent potential psychological harm.

Funding: This research is a personal study without financial support.

Authors' contribution: All parts of the research and preparation of the article were shared equally between the authors.

Conflict of interest: The authors declare no conflicts of interest.

Acknowledgements: The authors thank the Research Department of Islamic Azad University, Urmia Branch, for its scientific and moral support, and all participating students.

Keywords: Dependent Personality, Emotion Regulation, Loneliness.

Citation: Babai, H., & Shaker Dioulagh, A. (2026). The Role of Emotion Regulation Difficulties, Forecasting, and Personal Values in Predicting Fear of Loneliness among University Students with Dependent Personality Disorder Traits. *Recent Innovations in Psychology*, 3(3), 59-73. <https://doi.org/10.22034/rip.2025.544568.1109>.

نقش دشواری‌های تنظیم هیجان، آینده‌نگری و ارزش‌های شخصی در پیش‌بینی ترس از تنهایی در دانشجویان دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته

هانیه بابایی 

کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران

علی شاکر دولق 

دانشیار، گروه روان‌شناسی، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران

چکیده

هدف از این پژوهش بررسی نقش دشواری‌های تنظیم هیجان، آینده‌نگری و ارزش‌های شخصی در پیش‌بینی ترس از تنهایی در دانشجویان دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته بود. تعداد ۱۳۵ نفر از دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه که بر اساس سیاهه تجدیدنظر شده اختلال شخصیت وابسته (DPI-R) دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته بودند، به صورت در دسترس انتخاب شدند. گردآوری داده‌ها با مقیاس احساس تنهایی دانشجویان (SLFS)، زمینه یاب ارزشی شوارتز (SVS)، پرسشنامه سنجش آینده‌نگری (FOQ) و مقیاس دشواری‌های تنظیم هیجان (DERS) انجام شد. نتایج نشان داد که بین ترس از تنهایی با دشواری در تنظیم هیجان همبستگی مثبت و معنادار ($p < 0/05$) و با آینده‌نگری و ارزش‌های شخصی همبستگی منفی و معناداری ($p < 0/05$) وجود دارد. تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که دشواری‌های تنظیم هیجان، آینده‌نگری و ارزش‌های شخصی، ترس از تنهایی را به میزان ۶۷ درصد پیش‌بینی می‌کنند. آینده‌نگری سهم بیشتری در پیش‌بینی متغیر ملاک داشت. یافته‌های این پژوهش گویای آن بود که آینده‌نگری، ارزش‌های شخصی و دشواری‌های تنظیم هیجان تأثیر معناداری بر ترس از تنهایی در دانشجویان دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته دارند.

کلیدواژه‌ها: احساس تنهایی، اختلال شخصیت وابسته، تنظیم هیجان

استناد: بابایی، هانیه، و شاکر دولق، علی. (۱۴۰۵). نقش دشواری‌های تنظیم هیجان، آینده‌نگری و ارزش‌های شخصی در پیش‌بینی ترس از تنهایی در دانشجویان دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته. *نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی*، ۳(۳)، ۷۳-۵۹.

<https://doi.org/10.22034/rip.2025.544568.1109>

مقدمه

اختلال شخصیت وابسته^۱ یکی از پایدارترین الگوهای اختلالات شخصیت است که با نیاز افراطی به مراقبت شدن، ترس شدید از جدایی و ناتوانی در تصمیم‌گیری مستقلانه تعریف می‌شود (بورنستاین، ۲۰۲۰). افراد دارای این الگو، به سبب ترس از رهاشدگی، به روابطی وابسته می‌شوند که گاه آسیب‌زا است و برای حفظ آن، نیازها و خواسته‌های واقعی خود را نادیده می‌گیرند (دی فرانسیسکو کاروالیو و همکاران، ۲۰۱۹). اهمیت این مسأله در جمعیت دانشجویان دوچندان است؛ زیرا دوره دانشجویی مرحله‌ای تحولی است که فرد باید استقلال روانی و اجتماعی بیشتری کسب کند و درباره آینده تحصیلی و شغلی خود تصمیم‌های مهمی بگیرد (آرنت، ۲۰۰۰). وجود ویژگی‌های وابستگی در این گروه می‌تواند به مشکلاتی مانند افت تحصیلی، وابستگی به همسالان یا خانواده، ناتوانی در مدیریت روابط اجتماعی و آسیب‌پذیری بیشتر در برابر فشارهای روانی منجر شود (بورنستاین، ۲۰۱۱). از این‌رو، بررسی نشانگان اختلال شخصیت وابسته در دانشجویان، به‌ویژه از منظر پیامدهای روان‌شناختی آن، ضرورتی انکارناپذیر دارد.

یکی از پیامدهای مهم اختلال شخصیت وابسته، ترس از تنهایی است. ترس از تنهایی تجربه‌ای آزاردهنده و اضطراب‌آور تعریف می‌شود که در آن فرد نگران از دست دادن روابط حمایتی یا نبود همراهی دیگران است (دی فرانسیسکو کاروالیو و همکاران، ۲۰۱۹). هرچند احساس تنهایی پدیده‌ای رایج و تا حدودی طبیعی در زندگی انسان است، اما در افراد دارای نشانگان وابستگی شدت بیشتری می‌یابد و به عاملی مخرب در عملکرد تحصیلی و اجتماعی آنان تبدیل می‌شود (وی و همکاران، ۲۰۰۵). نتایج برخی پژوهش‌ها نشان داده است که ترس از تنهایی می‌تواند به افسردگی، اضطراب، انزوای اجتماعی و حتی وابستگی بیش‌ازحد به روابط ناسالم منجر شود (رودریگز و هیلدرینک، ۲۰۲۳). بنابراین، شناسایی متغیرهای پیش‌بینی‌کننده این ترس در دانشجویان دارای نشانگان شخصیت وابسته، برای پیشگیری و مداخله‌های روان‌شناختی اهمیت فراوان دارد.

یکی از متغیرهای روان‌شناختی مؤثر در این زمینه، دشواری‌های تنظیم هیجان^۲ است. تنظیم هیجان شامل فرآیندهایی است که افراد از طریق آن‌ها هیجانات خود را تجربه و ابراز می‌کنند (اریس و همکاران، ۲۰۲۱). شواهد نشان می‌دهد ناتوانی در مدیریت هیجانات با اختلالات شخصیت، اضطراب و افسردگی ارتباط معناداری دارد (اسکارلت و همکاران، ۲۰۱۹؛ گروارک و همکاران، ۲۰۲۱) و نارسایی‌های هیجانی با اضطراب اجتماعی و اضطراب مرتبط با تنهایی همبستگی مثبت دارند (شیرمحمدی و همکاران، ۱۳۹۸). افراد دارای ویژگی‌های وابستگی هنگام مواجهه با احتمال تنهایی یا طردشدن دچار آشفتگی شدید می‌شوند و معمولاً از راهبردهای ناکارآمدی همچون سرکوب یا نشخوار فکری استفاده می‌کنند که نه تنها به کاهش اضطراب کمک نمی‌کند، بلکه آن را تشدید کرده و در نهایت ترس از تنهایی را افزایش می‌دهد (گراس و جان، ۲۰۰۳). این چرخه معیوب باعث تقویت باور ناتوانی و افزایش ترس از تنهایی می‌شود (کرتلی و همکاران، ۲۰۱۹) و ضعف در تنظیم هیجان، اضطراب و ترس از تنهایی را تداوم و تشدید می‌کند (کراوس-اوتر و همکاران، ۲۰۱۹). تنظیم هیجان به‌عنوان یکی از مهارت‌های کلیدی در سلامت روان، نقشی تعیین‌کننده در تجربه احساس تنهایی ایفا می‌کند. در همین راستا، مرادی و غنائی چمن‌آباد (۱۴۰۳) نشان دادند که بدتنظیمی هیجانی قادر به پیش‌بینی تنهایی اجتماعی و عاطفی در دانشجویان است.

1. dependent personality disorder

2. emotion regulation difficulties

این پژوهش همچنین تأکید کرد که این رابطه، به‌ویژه در میان زنان، بر هر دو نوع تنهایی تأثیرگذار است؛ یافته‌ای که اهمیت این سازه را در روابط بین‌فردی برجسته می‌سازد.

در کنار هیجانات، نظام ارزش‌های شخصی نیز می‌تواند عاملی تعیین‌کننده باشد. ارزش‌ها به‌عنوان اصول اساسی و پایدار زندگی، جهت‌گیری‌ها، انتخاب‌ها و رفتارهای فردی را هدایت می‌کنند (شوارتز، ۱۹۹۲). در افراد دارای وابستگی، ارزش‌هایی مانند امنیت و تعلق معمولاً بر ارزش‌هایی همچون استقلال و ابراز وجود اولویت دارند. چنین الگوهای ارزشی باعث می‌شود فرد از هر موقعیتی که احتمال تجربه تنهایی در آن وجود دارد اجتناب کند و در نتیجه، ترس از تنهایی در او تقویت شود (بورنستاین، ۲۰۱۲). در گروه دانشجویان، این موضوع می‌تواند به مشکلاتی مانند ناتوانی در ایجاد هویت مستقل و وابستگی افراطی به روابط دوستی یا خانوادگی منجر شود (کروگر، ۱۹۸۵). عامل شناختی دیگری که باید مورد توجه قرار گیرد، آینده‌نگری یا نگرش فرد نسبت به آینده است. آینده‌نگری شامل امیدها، انتظارات و نگرانی‌های فرد درباره آینده است (زیمباردو و بوید، ۱۹۹۹) و با سلامت روان، کاهش اضطراب و سازگاری بهتر روان‌شناختی ارتباط دارد (هالفورد و همکاران، ۲۰۱۸). آینده‌نگری صرفاً به معنای خوش‌بینی نیست، بلکه شامل توانایی شبیه‌سازی آینده، هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی، و احساس عاملیت یا کنترل بر سرنوشت است (هاپوود، ۲۰۱۸). در افراد دارای شخصیت وابسته، ترس مزمن از تنهایی این مؤلفه‌ها را تضعیف می‌کند: شبیه‌سازی آینده به فاجعه‌سازی تبدیل می‌شود (رانیا و کاپولا، ۲۰۲۲)، هدف‌گذاری مستقل محدود می‌شود (وندیک و همکاران، ۲۰۱۹)، و احساس عاملیت آسیب می‌بیند (نیسمیت و همکاران، ۲۰۱۹). دانشجویانی که به‌شدت به حضور دیگران وابسته‌اند، ممکن است آینده‌ای بدون حامی اصلی را بسیار تهدیدآمیز و ناامن تصور کنند. این نگرش منفی نسبت به آینده، چرخه‌ای معیوب از وابستگی و ترس از تنهایی ایجاد می‌کند (رودریگز و هیلدرینک، ۲۰۲۳). استوت و همکاران (۲۰۲۴) در پژوهشی با نمونه‌ای از دانشجویان مقطع کارشناسی نشان دادند که آینده‌نگری با احساس انزوای اجتماعی رابطه‌ای منفی و معنادار دارد. محدود بودن چشم‌انداز آینده می‌تواند تلاش فرد برای ایجاد و حفظ روابط کیفی را کاهش دهد و در نتیجه انزوای ادراک‌شده را افزایش دهد.

با توجه به آنچه گفته شد، ترس از تنهایی در دانشجویان دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته پدیده‌ای چندوجهی است که هم‌زمان از عوامل هیجانی، ارزشی و شناختی تأثیر می‌پذیرد. از آنجا که این نشانگان با ترس شدید از طردشدگی و تنها ماندن شناخته می‌شود، این پرسش مطرح است که چگونه دشواری در تنظیم هیجان، در کنار متغیرهایی مانند آینده‌نگری و ارزش‌های شخصی، می‌تواند میزان ترس از تنهایی را در این جمعیت آسیب‌پذیر پیش‌بینی کند. با این حال، مرور پیشینه نشان می‌دهد پژوهش‌ها بیشتر هر یک از این متغیرها را به‌طور جداگانه بررسی کرده‌اند و کمتر به نقش ترکیبی و تعاملی آن‌ها در یک مدل یکپارچه پرداخته‌اند؛ در پژوهش‌های داخلی نیز دانشجویان به‌عنوان گروهی که در مرحله گذار به استقلال روانی و اجتماعی قرار دارند و در برابر مشکلات وابستگی آسیب‌پذیرند، کمتر به‌طور اختصاصی کانون توجه بوده‌اند. علاوه بر این، نشانگان اختلال شخصیت وابسته غالباً در قالب اختلال تمام‌عیار مطالعه شده و ویژگی‌های زیرآستانه‌ای و ابعادی آن در جمعیت دانشجویی کم‌تر بررسی شده است؛ سهم هم‌زمان و افتراقی عوامل هیجانی، ارزشی و شناختی در پیش‌بینی ترس از تنهایی روشن نیست؛ و سازوکارهای میانجی و تعدیل‌گر و جهت رابطه میان این متغیرها در این جمعیت مبهم باقی مانده است. از این‌رو، پژوهش حاضر با هدف پر کردن این خلأها، نقش دشواری در تنظیم هیجان، آینده‌نگری و ارزش‌های شخصی را در پیش‌بینی میزان ترس از تنهایی در دانشجویان دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته بررسی می‌کند.

روش

پژوهش حاضر بنیادی و از نوع همبستگی بود و برای آزمون فرضیه‌ها از رگرسیون چندگانه استفاده شد. جامعه آماری دانشجویان مقاطع مختلف دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه در نیمسال دوم ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. در مرحله نخست، سیاهه تجدیدنظر شده اختلال شخصیت وابسته^۱ (DPI-R) به صورت الکترونیکی در پرس‌لاین^۲ طراحی و لینک آن در گروه‌های دانشجویی منتشر شد. برای پیگیری، ایمیل دانشگاهی یا شماره تلفن شرکت کنندگان گرفته شد و توضیح داده شد که در صورت واجد شرایط بودن، پرسشنامه‌های تکمیلی ارسال می‌شود. پس از جمع‌آوری داده‌ها، نمرات استخراج و میانگین و انحراف معیار محاسبه شد و مطابق دستورالعمل، حد نصاب یک انحراف معیار بالاتر از میانگین در نظر گرفته شد. بر این اساس ۱۳۵ نفر واجد شرایط به عنوان نمونه نهایی انتخاب شدند و در مرحله دوم پرسشنامه‌های اصلی از طریق همان ایمیل یا شماره تماس برای آنان ارسال شد؛ بنابراین نمونه‌گیری غیرتصادفی و بر پایه غربالگری نظام‌مند بود. ملاک ورود شامل اشتغال به تحصیل در همان نیم‌سال، رضایت آگاهانه، توانایی تکمیل پرسشنامه الکترونیکی، داشتن ایمیل یا شماره معتبر، کسب نمره حد نصاب و تمایل به شرکت در مرحله دوم بود. ملاک خروج نیز انصراف، پاسخ‌دهی ناقص، نامعتبر یا تکراری، عدم امکان پیگیری، عدم کسب حد نصاب، عدم پاسخ به مرحله دوم و وجود اختلال شدید روانی مختل کننده پاسخ‌دهی بر اساس خوداظهاری بود. در تمام مراحل، اصول اخلاقی رعایت شد؛ رضایت آگاهانه کتبی طی یک سوال در ابتدای فرم الکترونیکی اخذ شد و شرکت کنندگان درباره اهداف، محرمانگی، حق انصراف و استفاده پژوهشی و گروهی و بی‌نام داده‌ها توجیه شدند. همچنین تمهیدات لازم برای پیشگیری از آسیب روانی احتمالی به شرکت کنندگان در نظر گرفته شد. گردآوری داده‌ها با ابزارهای ذیل صورت گرفت:

سیاهه تجدیدنظر شده اختلال شخصیت وابسته (DPI-R): این سیاهه توسط هوپر (۲۰۰۷) برای غربالگری ویژگی‌های شخصیت وابسته تدوین شده است. نسخه تجدیدنظر شده این ابزار شامل ۵۵ عبارت با پاسخ‌دهی بلی/خیر است. نمرات بالاتر به معنای دارا بودن اختلال شخصیت وابسته است. در مطالعه اصلی ضریب آلفای کرونباخ کل آزمون ۰/۹۰ گزارش شده و روایی سازه ابزار، از طریق همبستگی با زیرمقیاس درون‌گرایی اجتماعی از سیاهه چندوجهی شخصیتی مینه‌سوتا^۳ (MMPI) تأیید شده است. گلوگزیک (۲۰۰۹) نیز روایی پیش‌بین DPI-R را برای غربالگری اختلال شخصیت وابسته در نمونه دانشجویان با استفاده از مصاحبه بالینی ساختاریافته^۴ (SCID-II) تأیید کرد. در مطالعات داخلی، کریمیایی و آل‌یاسین (۱۴۰۲) ضریب آلفای کرونباخ این ابزار را ۰/۶۶ گزارش کردند.

مقیاس دشواری‌های تنظیم هیجان^۵ (DERS): این مقیاس توسط گراتز و رومر (۲۰۰۴) تدوین شد و دارای ۳۶ عبارت است که پاسخ‌دهی به آن‌ها بر پایه طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت از تقریباً هرگز (۱) تا تقریباً همیشه (۵) انجام می‌شود. نمره بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده دشواری بیشتر در تنظیم هیجان است. در مطالعه اصلی، پایایی این مقیاس با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش شد. در ایران، بشارت (۱۳۹۷) روایی و اعتبار این پرسشنامه را

1. the Dependent Personality Inventory-Revised (DPI-R)

2. <https://porsline.ir>

3. Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI)

4. Structured Clinical Interview for DSM-IV Axis II Personality Disorders (SCID-II)

5. the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS)

تأیید کرد و ضرایب آلفای کرونباخ را در دامنه ۰/۷۹ تا ۰/۹۲ به دست آورد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۸ محاسبه شد.

پرسشنامه سنجش آینده‌نگری^۱ (FOQ): این پرسشنامه توسط پارسا و همکاران (۱۳۹۰) طراحی شده و شامل ۴۵ عبارت است. نمره‌گذاری بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای از بسیار کم (۱) تا بسیار زیاد (۵) انجام می‌شود. نمرات بالاتر بیانگر توانایی بیشتر در آینده‌نگری هستند. در نسخه اصلی، روایی عاملی اکتشافی مطلوب و پایایی با آلفای کرونباخ ۰/۸۹ گزارش شده است. ترک زاده و کشاورزی (۱۳۹۴) نیز ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۷۲ گزارش کردند. در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ کلی آن ۰/۹۰ محاسبه شد.

زمینه‌یاب ارزشی شوارتز^۲ (SVS): این ابزار بر پایه نظریه ارزش‌های بنیادی شوارتز (۱۹۹۲) طراحی شده و شامل ۵۷ عبارت است که برای سنجش ارزش‌های مختلف زندگی فرد تدوین شده‌اند. پاسخ‌دهندگان باید میزان اهمیت هر ارزش را در زندگی خود در مقیاسی از برخلاف ارزش‌های من (۱) تا بسیار مهم (۷) ارزیابی کنند. در نسخه اصلی، پایایی از ۰/۶۵ تا ۰/۸۵ گزارش شده است. در ایران، دلخوش (۱۳۸۵) ضرایب پایایی بازآزمایی ارزش‌های مختلف را در دامنه ۰/۷۶ تا ۰/۸۶ گزارش کرده است. در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ ۰/۹۵ محاسبه شد.

مقیاس احساس تنهایی دانشجویان^۳ (SLFS): این مقیاس توسط آشور و همکاران (۱۹۸۴) طراحی شده و دارای ۲۴ عبارت است. نمره‌گذاری بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) انجام می‌شود و نمرات بالاتر نشان‌دهنده ترس بیشتر از تنهایی است. در مطالعه اصلی پایایی این مقیاس با آلفای کرونباخ ۰/۸۸ گزارش شده است. در ایران، رضایی و همکاران (۱۳۹۱) این مقیاس را در جمعیت دانشجویان ترجمه و اعتباریابی کرده و ضریب پایایی آن را ۰/۸۴ اعلام کردند. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ برای کل مقیاس به دست آمد.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد. تحلیل‌ها با نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ انجام شد.

یافته‌ها

توصیف جمعیت‌شناختی نشان داد که میانگین و انحراف معیار سنی شرکت‌کنندگان به ترتیب ۲۶/۲۱ و ۲/۰۱ است. غربالگری داده‌ها نشان داد که پرت تک متغیره و چندمتغیره‌ای وجود ندارد. شاخص‌های توصیفی و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	۱	۲	۳
۱. دشواری‌های تنظیم هیجان	۹۷/۳۲	۱۷/۱۸	-۰/۸۲	۰/۴۵	۱		
۲. آینده‌نگری	۱۴۹/۱۳	۱۹/۷۰	۱/۳۰	۱/۰۱	-۰/۵۵**	۱	
۳. ارزش‌های شخصی	۲۵۳/۶۴	۵۰/۲۸	-۰/۲۱	-۰/۹۱	-۰/۵۵**	۰/۷۸**	۱
۴. ترس از تنهایی	۴۵/۰۱	۱۰/۶۳	-۰/۲۲	۰/۱۷	۰/۵۶**	-۰/۴۳**	-۰/۱۳*

** P<۰/۰۱ * P<۰/۰۵

^۱ the Future-Orientation Questionnaire (FOQ),

^۲ the Schwartz Value Survey (SVS)

^۳ the Student Loneliness Feeling Scale (SLFS)

جدول ۱ نشان می‌دهد که دشواری‌های تنظیم هیجان با ترس از تنهایی رابطه مثبت و معناداری دارد ($P < 0.01$). رابطه آینده‌نگری و ارزش‌های شخصی با ترس از تنهایی منفی و معنادار بود ($P < 0.05$). در بررسی مفروضات تحلیل رگرسیون جدول ۱ نشان داد که کجی و کشیدگی در دامنه مطلوب ± 2 قرار داشته و نرمال بودن تک متغیره محقق شده است. مفروضه‌ی استقلال خطاها با استفاده از آماره دوربین واتسون بررسی شد که مقدار به دست آمده برابر $1/91$ بود؛ این عدد بین دامنه‌ی مجاز $1/5$ تا $2/5$ قرار دارد و نشان‌دهنده‌ی استقلال خطاهاست. مقادیر تحمل در دامنه $0/52$ تا $0/83$ و تورم واریانس در دامنه $1/20$ و $1/92$ قرار داشت. این نتایج بیانگر نبود هم‌خطی قابل توجه میان متغیرهای پیش‌بین است. خلاصه مدل و ضرایب رگرسیون در جدول ۲ آورده شده است.

جدول ۲. خلاصه مدل و ضرایب رگرسیون ترس از تنهایی

متغیرهای پیش‌بین	b	SE	β	t	R^2	$R^2_{adjusted}$	F
دشواری‌های تنظیم هیجان	0/37	0/05	0/59	7/87**			
آینده‌نگری	-0/36	0/05	-0/66	-6/60**	0/66		89/76**
ارزش‌های شخصی	-0/10	0/02	-0/45	-4/50**			

** $P < 0.01$ * $P < 0.05$

جدول ۲ نشان داد که دشواری‌های تنظیم هیجان ($\beta = 0/59$) پیش‌بین مثبت و معنادار ترس از تنهایی است؛ آینده‌نگری ($\beta = -0/66$) و ارزش‌های شخصی ($\beta = -0/45$) نیز پیش‌بینی کننده منفی ترس از تنهایی بودند. تمامی ضرایب رگرسیون معنادار بودند ($P < 0.01$). آینده‌نگری بیشترین سهم را در پیش‌بینی ترس از تنهایی داشت. میزان واریانس تبیین شده ترس از تنهایی بر اساس متغیرهای پیش‌بین برابر با ۶۷ درصد بود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش دشواری در تنظیم هیجان، آینده‌نگری و ارزش‌های شخصی در پیش‌بینی ترس از تنهایی دانشجویان دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته انجام شد. یافته‌ها به‌طور کلی نشان داد که این سه متغیر قادرند بخش قابل توجهی از واریانس ترس از تنهایی را تبیین کنند و هر یک به شکلی متمایز در این پیش‌بینی سهم دارند نتایج نشان داد که دشواری در تنظیم هیجان پیش‌بین مثبت و معنادار ترس از تنهایی است. به این معنا که هرچه توانایی فرد در مدیریت و تنظیم هیجانات خود کمتر باشد، ترس او از تنها ماندن شدیدتر می‌شود. این یافته با پژوهش مرادی و غنائی چمن‌آباد (۱۴۰۳) همسو است که نشان دادند بدتنظیمی هیجانی قادر به پیش‌بینی تنهایی اجتماعی و عاطفی در دانشجویان است. همچنین با یافته‌های شیرمحمدی و همکاران (۱۳۹۸) همخوانی دارد که نشان دادند نارسایی‌های هیجانی و ضعف در تنظیم هیجان با انواع آسیب‌های روان‌شناختی از جمله اضطراب اجتماعی و اضطراب مرتبط با تنهایی همبستگی مثبت دارند. از منظر نظری نیز گراس و جان (۲۰۰۳) معتقدند راهبردهای ناکارآمد تنظیم هیجان نه تنها به کاهش اضطراب کمک نمی‌کنند، بلکه آن را تشدید می‌کنند.

تبیین این رابطه را می‌توان در قالب یک چرخه معیوب و خودتقویت‌کننده درک کرد. افراد دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته، به دلیل ترس بنیادین از رها شدن و بی‌ثباتی در روابط بین فردی، به‌طور طبیعی سطح بالایی از اضطراب را تجربه می‌کنند (بورنستاین، ۲۰۲۰). وقتی این اضطراب برانگیخته می‌شود، نقص در مهارت‌های تنظیم هیجان مانع از کاهش یا کنترل هیجان منفی می‌شود و اضطراب به سطحی غیرقابل تحمل می‌رسد. در چنین وضعیتی، فرد برای کاهش آشفتگی درونی به تنها راهبرد آشنای خود، یعنی وابستگی افراطی به دیگران و جلب حمایت آنان،

پناه می‌برد. این رفتار اگرچه در کوتاه‌مدت اضطراب را کاهش می‌دهد، اما باورهای مخرب را تقویت می‌کند و همین باورها، ترس از تنهایی را در بلندمدت تشدید می‌کنند (کرتلی و همکاران، ۲۰۱۹). به بیان دیگر، تنهایی صرفاً فقدان حضور دیگران نیست، بلکه از دست دادن ابزار اصلی مدیریت هیجانات منفی است. بسیاری از افراد دارای شخصیت وابسته به دلیل الگوهای دلبستگی ناایمن در دوران کودکی، مهارت خودآرام‌بخشی و تنظیم هیجانات درونی را نیاموخته‌اند و به دیگران به‌عنوان تنظیم‌کننده هیجانی بیرونی وابسته‌اند. بنابراین، ضعف در تنظیم هیجان، اضطراب و ترس از تنهایی را تداوم و تشدید می‌کند (کراوس-اوتر و همکاران، ۲۰۱۹) و فرد را در چرخه‌ای روان‌شناختی گرفتار می‌کند که هر دور آن، وابستگی و ترس را عمیق‌تر می‌کند. این نتیجه با تأکید دی فرانسیسکو کاروالیو و همکاران (۲۰۱۹) بر نقش تنظیم هیجان در اختلال شخصیت وابسته نیز همسو است.

یافته دیگر پژوهش نشان داد که آینده‌نگری پیش‌بین منفی و معنادار ترس از تنهایی است و در میان سه متغیر، بیشترین سهم را در پیش‌بینی این متغیر دارد. به این معنا که هرچه فرد نگرش مثبت‌تر و امیدوارانه‌تری نسبت به آینده داشته باشد، ترس او از تنهایی کمتر است. این یافته با پژوهش استوت و همکاران (۲۰۲۴) همخوانی دارد که نشان دادند آینده‌نگری با احساس انزوای اجتماعی رابطه‌ای منفی و معنادار دارد. همچنین با یافته‌های هالفورد و همکاران (۲۰۱۸) همسو است که نشان دادند آینده‌نگری و نگرش مثبت نسبت به آینده با سلامت روان، کاهش اضطراب و سازگاری بهتر روان‌شناختی ارتباط دارد و ضعف در آینده‌نگری می‌تواند آسیب‌پذیری افراد را در برابر نگرانی‌ها و ترس‌های مرتبط با روابط بین‌فردی افزایش دهد. از منظر نظری نیز زی‌مباردو و بوید (۱۹۹۹) آینده‌نگری را شامل امیدها، انتظارات و نگرانی‌های فرد درباره آینده می‌دانند.

برای تبیین این ارتباط، باید به ماهیت چندبعدی آینده‌نگری توجه کرد. آینده‌نگری صرفاً به معنای خوش‌بینی نیست، بلکه شامل توانایی شبیه‌سازی آینده، هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی، و احساس عاملیت یا کنترل بر سرنوشت است (هاپوود، ۲۰۱۸). در افراد دارای نشانگان شخصیت وابسته، ترس مزمن از تنهایی هر سه مؤلفه را به شکل نظام‌مندی تضعیف می‌کند. نخست، فرآیند شبیه‌سازی آینده به جای آنکه منبع امید و انگیزه باشد، تحت تأثیر اضطراب تنهایی به تمرینی برای فاجعه‌سازی تبدیل می‌شود. فرد آینده را نه به‌عنوان عرصه‌ای برای رشد فردی، بلکه صحنه‌ای برای تجربه فقدان، طرد و بی‌پناهی تصور می‌کند (رانیا و کاپولا، ۲۰۲۲). دوم، توانایی هدف‌گذاری مستقل در این افراد محدود است؛ زیرا اهداف و هویت آنان به شدت در دیگری ادغام شده و بر اساس وابستگی به دیگران تعریف می‌شود. چنین الگویی سبب می‌شود که برنامه‌ریزی فردی برای آینده تضعیف شود و فرد به جای حرکت به سوی شکوفایی شخصی، همه انرژی روانی خود را صرف حفظ رابطه کند (وندیک و همکاران، ۲۰۱۹). سوم، احساس عاملیت و خودکارآمدی آسیب می‌بیند؛ زیرا فرد معتقد است که بدون حضور دیگران، توانایی مدیریت آینده خود را ندارد. به این ترتیب، آینده نه یک مسیر ساخته‌شدنی، بلکه تقدیری وابسته به اراده و حمایت دیگران تلقی می‌شود (نیسمیت و همکاران، ۲۰۱۹). این سه مکانیسم در تعامل با یکدیگر چرخه‌ای معیوب ایجاد می‌کنند: فردی که آینده را تهدیدآمیز می‌بیند، از برنامه‌ریزی برای آن اجتناب می‌کند؛ اجتناب او باعث می‌شود احساس عاملیت و تسلط بر آینده کاهش یابد؛ و این کاهش عاملیت، تصور آینده را ترسناک‌تر می‌سازد. بدین ترتیب، رابطه منفی مشاهده‌شده میان آینده‌نگری و ترس از تنهایی، بازتاب‌دهنده یک فرآیند روان‌شناختی پیچیده است که در آن، ضعف آینده‌نگری به شکل مستقیم و غیرمستقیم، ترس از تنهایی را در افراد دارای شخصیت وابسته تداوم و تشدید می‌بخشد. این نتیجه با نظر رودریگز و هیلدرینک (۲۰۲۳) همسو است که نگرش منفی نسبت به آینده را عاملی برای ایجاد چرخه معیوب وابستگی و ترس از تنهایی می‌دانند.

یافته سوم پژوهش نشان داد که ارزش‌های شخصی پیش‌بین منفی و معنادار ترس از تنهایی است. به این معنا که هرچه نظام ارزشی فرد بر استقلال، خودرهنمودی و ابراز وجود متمرکزتر باشد، ترس او از تنهایی کمتر است. این یافته با نظریه شوارتز (۱۹۹۲) همسو است که ارزش‌ها را اصول اساسی و پایدار زندگی می‌داند که جهت‌گیری‌ها، انتخاب‌ها و رفتارهای فردی را هدایت می‌کنند. در افراد دارای نشانگان وابستگی، ارزش‌هایی مانند امنیت و تعلق معمولاً بر ارزش‌هایی همچون استقلال و ابراز وجود اولویت دارند (بورنستاین، ۲۰۱۲). چنین الگوهای ارزشی باعث می‌شود فرد از هر موقعیتی که احتمال تجربه تنهایی در آن وجود دارد اجتناب کند و در نتیجه، ترس از تنهایی در او تقویت شود. در مقابل، هرچه فرد ارزش‌های شخصی خود را بر پایه استقلال و خوداتکایی بنا نهد، کمتر در معرض ترس از تنهایی قرار می‌گیرد. در گروه دانشجویان، این موضوع می‌تواند به ناتوانی در ایجاد هویت مستقل و وابستگی افراطی به روابط دوستی یا خانوادگی منجر شود (کروگر، ۱۹۸۵). بنابراین، ارزش‌های شخصی نه تنها به عنوان یک عامل شناختی، بلکه به عنوان یک نیروی انگیزشی پایدار، در شکل‌گیری ترس از تنهایی نقش تعیین‌کننده دارند. فقدان نظام ارزشی شخصی و خوداتکایی در این افراد موجب می‌شود که ترس از تنهایی نه تنها یک تجربه موقعیتی، بلکه یک ترس وجودی و پایدار باشد. از این رو، تقویت ارزش‌های مبتنی بر استقلال و خودرهنمودی می‌تواند به عنوان یک عامل محافظتی در برابر ترس از تنهایی عمل کند.

در مجموع، یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که ترس از تنهایی در دانشجویان دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته پدیده‌ای چندوجهی است که هم‌زمان از عوامل هیجانی (دشواری تنظیم هیجان)، شناختی (آینده‌نگری) و ارزشی (ارزش‌های شخصی) تأثیر می‌پذیرد. این نتیجه با تأکید بورنستاین (۲۰۲۰) بر ماهیت چندعاملی اختلال شخصیت وابسته همسو است و ضرورت پرداختن به تعامل میان مؤلفه‌های هیجانی، شناختی و ارزشی را در مدل‌های تبیین این اختلال برجسته می‌سازد. به بیان دیگر، ترس از تنهایی صرفاً واکنشی به فقدان حضور دیگران نیست، بلکه محصول درهم‌تنیدگی ناتوانی در مدیریت هیجانات، ناامیدی نسبت به آینده و فقدان نظام ارزشی مستقل است. از این رو، مداخلات درمانی باید به صورت هم‌زمان بر این سه حوزه متمرکز شوند تا بتوانند چرخه معیوب وابستگی و ترس را در این افراد متوقف کنند.

این پژوهش محدودیت‌هایی داشت. نخست، داده‌ها از طریق پرسشنامه‌های خودگزارشی آنلاین گردآوری شدند که ممکن است تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی اجتماعی و درک ذهنی شرکت‌کنندگان قرار گرفته باشند. دوم، با توجه به ماهیت مقطعی و غیرآزمایشی مطالعه، استنتاج روابط علی میان متغیرها امکان‌پذیر نیست و نتایج صرفاً در حد تبیین همبستگی‌ها تفسیر می‌شود. سوم، نمونه پژوهش تنها شامل دانشجویان دارای نشانگان اختلال شخصیت وابسته در دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه بود؛ بنابراین، قابلیت تعمیم نتایج به سایر گروه‌های سنی یا جمعیت‌های بالینی محدود است. همچنین، شناسایی شرکت‌کنندگان واجد شرایط در بستر آنلاین علی‌رغم دقت در کنترل‌ها، ممکن است با خطای نمونه‌گیری یا افت پاسخ‌گویی همراه بوده باشد.

بر اساس یافته‌های پژوهش، پیشنهاد می‌شود در سطح کاربردی، مداخلات درمانی بر آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان، تقویت آینده‌نگری سازنده و شفاف‌سازی ارزش‌های شخصی متمرکز شوند تا از شدت ترس از تنهایی در افراد دارای نشانگان شخصیت وابسته کاسته شود. در سطح نظری نیز یافته‌ها ضرورت پرداختن به تعامل میان مؤلفه‌های هیجانی، شناختی و ارزشی را در مدل‌های تبیین اختلال شخصیت وابسته برجسته می‌سازد و می‌تواند به غنای ادبیات مربوط به مکانیزم‌های روان‌شناختی این اختلال کمک کند. برای پژوهش‌های آتی، استفاده از

روش‌های طولی یا کیفی- تجربی برای بررسی پویایی رابطه بین این متغیرها و مطالعه نمونه‌هایی متنوع‌تر از نظر فرهنگی و جمعیت‌شناختی پیشنهاد می‌شود.

ملاحظات اخلاقی

رضایت آگاهانه کتبی اخذ و شرکت‌کنندگان درباره اهداف، محرمانگی و حق انصراف در هر مرحله توجیه شدند. داده‌ها فقط برای اهداف پژوهشی و به صورت گروهی و بی‌نام گزارش شد و تمهیدات لازم برای پیشگیری از آسیب روانی احتمالی به آزمودنی‌ها در نظر گرفته شد.

حمایت مالی و سپاسگزاری

بدین وسیله از حمایت‌ها و پشتیبانی‌های گروه پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه، که زمینه انجام این تحقیق را فراهم آوردند، نهایت قدردانی به عمل می‌آید. این پژوهش از هیچ‌گونه حمایت مالی یا بودجه خاص پژوهشی بهره‌مند نبوده است و تمامی مراحل آن با اتکا به امکانات شخصی و دانشگاهی صورت پذیرفته است.

تعارض منافع

در این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

منابع

- بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۷). مقیاس دشواری تنظیم هیجان. *اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*، ۱۲ (۴۷)، ۸۹-۹۲.
<https://sanad.iau.ir/Journal/jtbcp/Article/1118414>
- پارسا، عبدالله، کشاورزی، فهیمه، و دهقان، نجمه. (۱۳۹۰). سنجش میزان اثربخشی آموزش عالی بر توانمندی‌های آینده‌شناسی و موفقیت تحصیلی دانشجویان (مطالعه موردی: دانشگاه شهید چمران اهواز). در *مجموعه مقالات اولین همایش بین‌المللی انجمن آموزش عالی ایران: مدیریت، آینده‌نگری، کارآفرینی و صنعت در آموزش عالی، سنندج، ایران*.
- دلخوش، محمدتقی. (۱۳۸۵). سلسله‌مراتب ارزشی دانشجویان ایرانی. *روان‌شناسی تحولی*، ۲ (۸)، ۲۹۹-۳۱۸.
<https://sanad.iau.ir/en/Article/1054920>
- رضایی، علی‌محمد، صفایی، مریم، و هاشمی، فاطمه‌سادات. (۱۳۹۲). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس احساس تنهایی دانشجویان (SLFS). *روان‌شناسی بالینی: نوآوری‌ها در پژوهش و عمل*، ۵ (۳)، ۸۱-۹۰.
<https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2138>
- شیرمحمدی، سمیرا، و حسینی، سعیده‌سادات، و امیری، حسن. (۱۳۹۸). نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و آسیب‌شناسی روانی در زنان متقاضی جراحی زیبایی شهر کرمانشاه. *پوست و زیبایی*، ۱۰ (۲)، ۱۰۱-۱۱۶.
<http://jdc.tums.ac.ir/article-1-5393-en.html>
- مرادی، محدثه، و غنائی‌چمن‌آباد، علی. (۱۴۰۳). پیش‌بینی تنهایی اجتماعی و عاطفی در دانشجویان بر اساس بدتنظیمی هیجانی: نقش تعدیل‌کننده جنسیت. *نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی*، ۱ (۴)، ۱-۱۶.
<https://doi.org/10.22034/rip.2024.459422.1036>
- کریمیایی، میترا، و آل‌یاسین، سیدعلی. (۱۴۰۲). اثربخشی طرحواره‌درمانی بر وابستگی بین‌فردی و نارسایی هیجانی در زنان با اختلال شخصیت وابسته. *فصلنامه روان‌شناسی تحلیلی-شناختی*، ۱۴ (۵۴)، ۱-۱۴.
<https://sanad.iau.ir/fa/Article/866407>

ترک زاده، جعفر، و کشاورزی، فهیمه. (۱۳۹۴). تبیین رابطه آینده‌نگری و عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شیراز: سهم واسطه‌گری متغیر جهت‌گیری هدف. پژوهش در آموزش علوم پزشکی، ۷(۴)، ۱۲-۳.
<http://dx.doi.org/10.18869/acadpub.rme.7.4.3>

References

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Asher, S. R., Hymel, S., & Renshaw, P. D. (1984). Loneliness in children. *Child development*, 1456-1464. <https://doi.org/10.2307/1130015>
- Besharat, M. A. (2018). Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). *Thought and Behavior in Clinical Psychology*, 12(47), 89-92 (In Persian). <https://sanad.iau.ir/Journal/jtbcp/Article/1118414>
- Bornstein, R. F. (2011). An interactionist perspective on interpersonal dependency. *Current Directions in Psychological Science*, 20(2), 124-128. <https://doi.org/10.1177/0963721411403121>
- Bornstein, R. F. (2012). From dysfunction to adaptation: An interactionist model of dependency. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8(1), 291-316. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143058>
- Bornstein, R. F. (2020). Dependent personality disorder. *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences: Clinical, Applied, and Cross-Cultural Research*, 193-198. <https://doi.org/10.1002/9781118970843.ch296>
- De Francisco Carvalho, L., Pianowski, G., & Gonçalves, A. P. (2019). Dimensional Clinical Personality Inventory-2: Investigating key factors on the assessment of dependent personality disorder. *Psychology, Health & Medicine*, 24(6), 732-738. <https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1554254>
- Delkhamoush, M. T. (2006). Value hierarchy among Iranian university students. *Developmental Psychology*, 2(8), 299-318 (In Persian). <https://sanad.iau.ir/en/Article/1054920>
- Eres, R., Lim, M. H., Lanham, S., Jillard, C., & Bates, G. (2021). Loneliness and emotion regulation: Implications of having social anxiety disorder. *Australian Journal of Psychology*, 73(1), 46-56. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1904498>
- Gluszik, L. A. (2009). *Dependent Personality Inventory-Revised (DPI-R): Incorporating a dimensional model in the assessment of dependent personality disorder* (Master's thesis). Cleveland State University, Ohio.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Groarke, J. M., McGlinchey, E., McKenna-Plumley, P. E., Berry, E., Graham-Wisener, L., & Armour, C. (2021). Examining temporal interactions between loneliness and depressive symptoms and the mediating role of emotion regulation difficulties among UK residents during the COVID-19 lockdown: Longitudinal results from the COVID-19 psychological wellbeing study. *Journal of Affective Disorders*, 285, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.02.033>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Hallford, D. J., Austin, D. W., Takano, K., & Raes, F. (2018). Psychopathology and episodic future thinking: A systematic review and meta-analysis of specificity and episodic detail. *Behaviour Research and Therapy*, 102, 42-51. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2018.01.003>
- Hopwood, C. J. (2018). Interpersonal dynamics in personality and personality disorders. *European Journal of Personality*, 32(5), 499-524. <https://doi.org/10.1002/per.2140>
- Huber, N. M. (2007). *Dependent personality inventory (DPI): A scale to assess dependent personality subtypes based on DSM-IV-TR criteria* (Master's thesis, Cleveland State University).
- Karimae, Z., & Aleyasin, S. A. (2023). The effectiveness of schema therapy on interpersonal dependency and alexithymia in women with dependent personality. *Journal of Analytical-Cognitive Psychology*, 14(54), 1-14 (In Persian). <https://sanad.iau.ir/en/Article/866407>
- Kirtley, J., Chiocchi, J., Cole, J., & Sampson, M. (2019). Stigma, emotion appraisal, and the family environment as predictors of carer burden for relatives of individuals who meet the diagnostic criteria for borderline personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, 33(4), 497-514. https://doi.org/10.1521/pedi_2018_32_354

- Krause-Utz, A., Erol, E., Broussianou, A. V., Cackowski, S., Paret, C., Ende, G., & Elzinga, B. (2019). Self-reported impulsivity in women with borderline personality disorder: The role of childhood maltreatment severity and emotion regulation difficulties. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 6(6), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s40479-019-0115-5>
- Kroger, J. (1985). Separation-individuation and ego identity status in New Zealand University students. *Journal of Youth and Adolescence*, 14(2), 133–147. <https://doi.org/10.1007/BF02098653>
- Moradi, M., & Ghanaei Chamanabad, A. (2024). Predicting Social and Emotional Loneliness in Students Based on Emotional Dysregulation: The Moderating Role of Gender. *Recent Innovations in Psychology*, 1(4), 1–16 (In Persian). <https://doi.org/10.22034/rip.2024.459422.1036>
- Naismith, I., Zarate Guerrero, S., & Feigenbaum, J. (2019). Abuse, invalidation, and lack of early warmth show distinct relationships with self-criticism, self-compassion, and fear of self-compassion in personality disorder. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 26(3), 350–361. <https://doi.org/10.1002/cpp.2368>
- Parsa, A., Keshavarzi, F., & Dehghan, N. (2011, May 18). Assessing the effectiveness of higher education on students' foresight capabilities and academic achievement: A case study of Shahid Chamran University of Ahvaz. In *Proceedings of the First International Conference of the Iranian Higher Education Association on Management, Foresight, Entrepreneurship, and Industry in Higher Education*. Sanandaj, Iran. (In Persian).
- Rania, N., & Coppola, I. (2022). The fear of contagion and the attitude toward the restrictive measures imposed to face COVID-19 in Italy: The psychological consequences caused by the pandemic one year after it began. *Frontiers in Psychology*, 13, 805706. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.805706>
- Rezaei, A. M., Safaei, M., & Hashemi, F. S. (2013). Psychometric properties of the Student Loneliness Feeling Scale (SLFS). *Journal of Clinical Psychology: Innovations in Research and Practice*, 5(3), 81–90 (In Persian). <https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2138>
- Rodriguez, M., & Hilderink, H. (2023). *Scenario development using foresight studies*. Springer.
- Scarlett, L., Baikie, E., & Chan, S. W. (2019). Fear of falling and emotional regulation in older adults. *Aging & Mental Health*, 23(12), 1684–1690. <https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1506749>
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1–65. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60281-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60281-6)
- Shirmohammadi, S., Sadat Hasani, S., & Amiri, H. (2019). The mediating role of difficulty in emotion regulation in the relationship between attachment styles and psychopathology in women seeking cosmetic surgery in the city of Kermanshah. *Skin and Beauty*, 10(2), 101–116. (In Persian). <http://jdc.tums.ac.ir/article-1-5393-fa.html/>
- Stout, M. E., Medlin, A. R., Gupta, R., & Tsotsoros, C. E. (2024). Time perspective and perceived social isolation: The role of social interaction anxiety. *Healthcare*, 12(17), 1736. <https://doi.org/10.3390/healthcare12171736>
- Torkzade, J., & Keshavarzi, F. (2016). Relationship between futurism and educational performance of students in medical sciences of Shiraz University: Mediation role of goal orientation. *Research in Medical Education*, 7(4), 3–12 (In Persian). <http://dx.doi.org/10.18869/acadpub.rme.7.4.3>
- Vandyk, A., Bentz, A., Bissonette, S., & Cater, C. (2019). Why go to the emergency department? Perspectives from persons with borderline personality disorder. *International Journal of Mental Health Nursing*, 28(3), 757–765. <https://doi.org/10.1111/inm.12574>
- Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.52.4.602>
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>