

The Relationship between Emotion Regulation and Emotion Expression Styles with Bullying Behaviors in Adolescent Students

Basharpour S¹, Molavi P^{2*}, Sheykhi, S³, Khanjani S¹, Rajabi M¹, Mosavi SA⁴

¹ Department of Psychology, School of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran ² Department of Psychiatry, School of Medicine, Ardabil University of Medical Sciences, Ardabil, Iran
³ Department of Psychiatry, School of Medicine, Uremia University of Medical Sciences, Uremia, Iran ⁴ General Practitioner, School of Medicine, Islamic Azad University of Ardabil, Ardabil, Iran

*Corresponding Author. Tel: +989141511179 Fax: +984515510132 E-mail: Pmolavi@tums.ac.ir

Received: 28 Jun 2012 Accepted: 30 Nov 2012

ABSTRACT

Background & objectives: Students bullying, especially in the adolescence period, is a prevalent problem in the schools, that emotional dysregulation is posed as a one cause of it. Considering this issue, the aim of this study was to investigate the relationships between emotion regulation and emotion expression styles with bullying behaviors in adolescent students.

Methods: The method of this study was correlation. Whole male students of secondary and high schools in Ardabil at 90-91 educational year comprised statistical population of this research. Two hundred thirty students, were selected by multistage cluster sampling method, responded to the questionnaires of bullying/victimization, emotion regulation and emotion expression. Gathered data were analyzed by Pearson correlation and multiple regression tests.

Results: The results showed that victimization by bullying has positive relationship with cognitive reappraisal ($r= 0.15, p<0.02$), emotion suppression ($r= 0.47, p<0.001$), and positive expression ($r= 0.25, p<0.02$), but has negative relationship with impulse severity ($r= -0.35, p<0.001$), and negative emotion expression ($r= -0.43, p<0.001$). Furthermore bullying has a positive relationship with cognitive reappraisal ($r= 0.14, p<0.03$), impulse severity ($r= 0.31, p<0.003$), and negative expression ($r= 0.29, p<0.001$), but has negative relationship with emotion suppression ($r= 0.28, p<0.001$), and positive expression ($r= 0.24, p<0.001$). In sum emotion regulation and emotion expression styles explained 36 percent of the variance of the victimization by bullying and 19 percent of the variance of the bullying.

Conclusion: This research demonstrated that emotion dysregulation at the adolescent period plays important role in bullying and victimization, thus the training of emotion regulation abilities is suggested as the one of interventions methods for this behavioral problems.

Key words: Emotion Regulation; Emotion Expression; Bullying; Adolescents

بررسی ارتباط شیوه های تنظیم و ابراز هیجان با رفتارهای قلدری در دانش آموزان نوجوان

سجاد بشرپور^۱، پرویز مولوی^{۲*}، سیامک شیخی^۳، سجاد خانجانی^۱، مسلم رجبی^۱، سید امین موسوی^۴

^۱ گروه روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران ^۲ گروه روانپزشکی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران ^۳ گروه روانپزشکی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی ارومیه، ارومیه، ایران ^۴ پزشک عمومی، دانشکده پزشکی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل، اردبیل، ایران.

* نویسنده مسئول تلفن: ۰۹۱۴۱۵۱۱۱۷۹ فاکس: ۰۴۵۱۵۵۱۰۱۳۲ پست الکترونیک: Pmolavi@tums.ac.ir

چکیده

زمینه و هدف: قلدری دانش آموزان به ویژه در دوره نوجوانی یک مشکل شایع در مدارس است که از جمله علل مطرح برای آن بدتنظیمی هیجانی می باشد، بر این اساس هدف این پژوهش بررسی ارتباط شیوه های تنظیم و ابراز هیجان با رفتارهای قلدری در دانش آموزان نوجوان بود.

روش کار: کل دانش آموزان مدارس پسرانه راهنمایی و متوسطه شهر اردبیل در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ جامعه آماری این پژوهش بودند. تعداد ۲۲۰ نفر که به روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شده بودند به پرسشنامه های قلدری/قربانی شدن، شیوه های تنظیم و ابراز هیجان پاسخ دادند، داده های بدست آمده نیز با استفاده از آزمونهای ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیری تحلیل شد.

یافته ها: نتایج نشان داد که نمرات افراد در شاخص قربانی قلدری شدن با ارزیابی شناختی مجدد ($p < 0/02, r = 0/15$)، سرکوبی هیجانات ($p < 0/001, r = 0/47$) و ابراز مثبت هیجان ($p < 0/001, r = 0/25$) ارتباط مثبت ولی با شدت تکانه ($r = -0/35$) قلدری/قربانی شدن، شیوه های تنظیم و ابراز مثبت هیجان ($p < 0/001, r = -0/43$) و ابراز منفی هیجان ($p < 0/001, r = -0/29$) ارتباط شناختی مجدد ($p < 0/03, r = 0/14$) و شدت تکانه ($p < 0/001, r = 0/31$) و ابراز منفی هیجان ($p < 0/001, r = 0/29$) ارتباط مثبت ولی با سرکوبی هیجانات ($p < 0/001, r = -0/28$)، ابراز مثبت هیجان ($p < 0/001, r = -0/24$) رابطه منفی دارد. شیوه های تنظیم و ابراز هیجان ۳۶٪ واریانس قربانی قلدری شدن و ۱۹٪ از واریانس قلدری کردن را تبیین کردند.

نتیجه گیری: این مطالعه آشکار کرد که بی نظمی هیجانی در طول دوره نوجوانی نقش مهمی در رفتارهای قلدری و قربانی قلدری شدن دارد لذا آموزش مهارتهای تنظیم هیجان به عنوان یک روش مداخله برای چنین مشکلات رفتاری پیشنهاد می شود.

کلمات کلیدی: تنظیم هیجان؛ ابراز هیجان؛ قلدری؛ نوجوانان

پذیرش: ۹۱/۹/۱۰

دریافت: ۹۱/۴/۸

مقدمه

در طول چند دهه گذشته حجم وسیعی از علایق پژوهشی، سیاسی و عمومی به رفتارهای قلدری^۱ تمرکز داشته اند [۱]. اگرچه حداقل میزانی از تعارض و سر به سر هم گذاشتن از جمله رفتارهای معمولی روابط با همسالان بحساب می آید [۲]، ولی قلدری و

زورگویی نشانگر یک تهدید با ثبات به سازگاری روانی-اجتماعی افراد جامعه بوده و پیامدهای جدی روان شناختی، اجتماعی، آموزشی و رفتاری قلدری باعث شده است که تلاشهای علمی زیادی در سطح پیش گیری و مداخله برای این مشکل صورت بگیرد. رفتار قلدری به عنوان یک حالت عدم تعادل قدرت بین دو نفر تعریف می شود که در آن فرد قوی تر

^۱ Bullying

قلدری علل چندگانه ای دارد و این علل هم به خود افراد و هم به محیط خانوادگی - اجتماعی آنها مربوط می شوند. دانش آموزانی که از لحاظ فیزیکی قوی و فعال بوده و خیلی پرخاشگر و مخاطره طلب هستند، دارای گرایش ذاتی به قلدری می باشند. بر عکس دانش آموزانی که از لحاظ فیزیکی و هیجانی ضعیف بوده و خیلی محتاط، کم حرف و محقر^۴ و فاقد کینه جویی هستند، به احتمال زیاد قربانی قلدری می شوند. بررسی ارتباط قلدری با عوامل خانوادگی نشان می دهد که عوامل خانوادگی بزرگترین عامل خطر قلدری می باشند. معمولاً افراد قلدر از خانواده‌های فاقد الگوهای نقش و انضباط و مواجهه شده با خشونت می باشند، در خانواده های این افراد از روش های انضباطی پرخاشگرانه استفاده می شود و این خانواده ها معمولاً فاقد مهارتهای حل مسئله می باشند [۶]. بر خلاف افراد قلدر، قربانیان قلدری گرایش به سکوت و انفعال داشته و فقط چند دوست محدود دارند. این قربانیان نمی توانند پاسخ های مؤثری به رفتار پرخاشگرانه دیگران داده و مهار شده می باشند، درباره زورگویی دیگران چیزی به والدین خود نمی گویند مدت زمان زیادی منتظر می مانند تا این وضعیت ادامه پیدا کند [۱۳]. بزدلی، ترس از گزارش قلدری و ترس از اینکه خانواده هایشان نمی توانند در محل های که به آنها قلدری می شود از آنها محافظت کنند، برخی از علل این وضعیت می باشند [۱۴].

یکی از عوامل تأثیر گذار مهم بر سلامت روانی که تاکنون کمتر در ارتباط با رفتارهای قلدری مورد توجه قرار گرفته است چگونگی تنظیم هیجان می باشد. مطابق نظریه بی نظمی هیجانی^۵ برخی الگوهای تنظیم هیجانی یا فقدان آنها می توانند کارکرد فرد را مختل کرده و علائم شناختی را ایجاد و دوام بخشند [۱۵]. تنظیم هیجان به فرایندی

به کرات و به اشکال مختلف فیزیکی، کلامی یا روان شناختی باعث ایجاد آزار و اذیت و صدمه در فرد ضعیف تر می شود [۳]. قلدری دانش آموزان به ویژه در دوره نوجوانی یک مشکل مهم بین المللی است [۴] زیرا هر ساله بیش از ۱۰۰ تا ۶۰۰ میلیون نوجوان در سرتاسر جهان به صورت مستقیم درگیر رفتارهای قلدری می شوند [۵]. مطالعات در زمینه قلدری نشان می دهند که حدود ۳۰٪ دانش آموزان به طریقی در رفتارهای قلدری یا به عنوان فرد قلدر یا فرد قربانی یا هر دو درگیر می شوند [۶، ۷]. بر اساس گزارشات انستیتوی ملی سلامت کودک و رشد انسان^۱ از کل ۳۰٪ دانش آموزانی که درگیر قلدری بودند، ۱۳٪ گزارش کردند که بر دانش آموزان دیگر قلدری کرده اند، ۱۱٪ گزارش کردند که قلدری را تجربه کرده اند و ۶٪ نیز در قلدری هم به عنوان فرد قلدر هم قربانی درگیر بودند [۸]. در یک مطالعه دیگر ۸٪ دانش آموزان گزارش کردند که حداقل یکبار در هفته مورد قلدری قرار می گیرند [۹]. مطالعات مختلفی که در کشورهای انگلستان، آلمان، فنلاند، استرالیا انجام گرفته اند میزان شیوع قلدری را از ۱۵ تا ۲۰ درصد گزارش کرده اند [۱۰]. در مطالعه ای که توسط گریف^۲ بر روی ۳۶۰ دانش آموز پایه چهارم تا ششم انجام گرفت، ۵۶٪/۴ دانش آموزان گزارش کردند که مورد قلدری واقع شده اند [۱۱]. نتایج بررسی کارنال^۳ بر روی دانش آموزان مقاطع ابتدایی ترکیه نیز نشان داد که ۷۹٪/۶ دانش آموزان مدارس ابتدایی در طول ماه گذشته مورد قلدری قرار گرفته بودند [۱۰]. ایوبی و همکاران میزان شیوع قلدری در دانش آموزان پسر دبیرستانی شهر زنجان را ۲۶٪/۳ گزارش کردند [۱۲].

¹ National Institute of Child Health and Human Development

² Greeff

³ Kartal

⁴ Unpretentious

⁵ Emotion Dysregulation Theory

دلالت دارد که به وسیله آن، تجربه هیجانی ارزیابی، بازبینی و نگهداری یا اصلاح می شود، در نهایت با کمک چنین فرایندی افراد ترغیب می شوند به اینکه چه زمانی چه نوع هیجانی را داشته باشند و چگونه آن هیجان را تجربه و ابراز نمایند [۱۶]. بد تنظیمی^۱ هیجانی هم زمانی رخ می دهد که فرد نمی تواند به طور مؤثری تجربه و ابراز هیجان خود را کنترل کند. تحقیقات نشان می دهند که مهارت های هیجانی رشد نیافته و استفاده از راهبردهایی که عاطفه منفی را طولانی کرده و افزایش می دهند خطر معنی داری برای رشد و دوام بیماری روانی به حساب می آیند. برای مثال استفاده زیاد از روش سرکوب هیجان، خودسرنوشتی، نشخوار گری، فاجعه آمیز کردن و استفاده کمتر از ارزیابی و تمرکز مجدد شناختی با سطوح بالای افسردگی و اضطراب و مشکلات وسیع با همسالان در نوجوانان همراه بوده است [۱۷، ۱۸].

تحقیقات نشان داده اند که کودکان دارای مشکلات برونی سازی از جمله قلدری و اختلال سلوک در مقایسه با کودکان دارای مشکلات درونی سازی و کودکان عادی گرایش دارند سطوح پایین تری از تنظیم و کنترل هیجانی نشان دهند. آنها همچنین زمانی که به تجلیات چهره ای می نگرند بازنشاسی هیجانی ضعیفی دارند [۱۹]. چنین دشواریهایی در پردازش اطلاعات عاطفی، نتیجه نارسایی های آنها در احساس ترس، همدلی و گناه است. چون این هیجانها که به طور طبیعی ارتکاب تکانه های خشن را مهار می کنند، در افراد مبتلا به اختلال سلوک تجربه نمی شوند بنابراین آنها بیشتر رفتارهای پرخاشگرانه و ضد اجتماعی انجام می دهند [۲۰].

شواهد تجربی پیشنهاد می کنند افرادی که توانایی های تنظیم هیجان ناقصی دارند به احتمال خیلی زیاد رفتارهای پرخاشگرانه نشان می دهند [۲۰، ۲۱].

^۱ Dysregulation

و لیتل^۲ با انجام فراتحلیلی از ادبیات پژوهش مربوط به پرخاشگری و سازگاری روانی - اجتماعی در افراد زیر ۱۸ سال دریافتند که دو شکل پرخاشگری (پیش گستر^۳ و واکنشی) با بی نظمی هیجانی و علائم اختلال بیش فعالی و کمبود توجه مرتبط می باشد [۲۲]. روبین^۴ و همکاران نیز با مشاهده تعاملهای کودکان با مادر و همسال در ۲ و ۴ سالگی به این نتیجه رسیدند که کنترل کمتر هیجانی و رفتاری در ۲ سالگی مشکلات برونی سازی در ۴ سالگی را پیش بینی می کند [۲۳]. فریک^۵ و همکاران نیز با بررسی بی نظمی هیجانی و رفتاری در کودکان سنین مدرسه دارای مشکلات سلوک و گروه همتای سنی آنها بر اساس سنجه های اضطراب و تکانش وری / بیش فعالی به این نتیجه رسیدند که کودکان دارای مشکلات سلوک به طور معنی داری بی نظمی هیجانی و رفتاری شدیدتری در همه این سنجه ها نشان دادند. همچنین پژوهش در زمینه رشد کودک هم نشان می دهد که بی نظمی هیجانی پیش بینی کننده رفتارهای پرخاشگرانه دوره کودکی می باشد [۲۰]. هانس^۶ و همکاران نیز نشان داده اند که هیجان پذیری منفی از جمله عوامل روان شناختی مرتبط با قلدری / قربانی شدن در مدارس می باشد [۲۱].

رفتارهای قلدری و قربانی شدن به وسیله آن با برخی مهارتهای هوش هیجانی هم ارتباط داشته اند. مطالعات انجام شده در این زمینه گزارش کرده اند که ارتباط معنی داری بین این متغیرها و توانایی همدلی وجود دارد [۲۴، ۲۵]. رفتارهای قلدری نوجوانان با پاسخ دهی همدلانه پایین و نگرانی همدلانه کمتر نسبت به دیگران همراه می باشد [۲۴]. گرایش کودکان به قربانی شدن توسط همسالانشان با توانایی اندک آنها برای تشخیص و

^۲ Card and Little

^۳ proactive

^۴ Rubin

^۵ Frick

^۶ Hansen

پسرانه شهر اردبیل در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ بود. تعداد ۲۲۰ نفر از این جامعه به روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب و در این پژوهش شرکت کردند.

به منظور جمع آوری اطلاعات لازم برای این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شد:

۱- پرسش نامه اطلاعات جمعیت شناختی: این پرسش نامه شامل برخی اطلاعات جمعیت شناختی چون سن، پایه تحصیلی، وضعیت اقتصادی - اجتماعی، معدل ترم گذشته و غیره بود.

۲- پرسش نامه تجدید نظر شده قلدری/قربانی شدن الویوس^۳: این پرسش نامه توسط الویوس در سال ۱۹۹۶ ساخته شده و در سال ۲۰۰۳ توسط سولبرگ و الویوس مورد تجدید نظر قرار گرفته است. این ابزار یک مقیاس کودک گزارشی ۳۹ سوالی است که بر اساس مقیاس درجه بندی لیکرت ۱- مواجهه با اشکال مختلف فیزیکی، کلامی، غیر مستقیم، قومی و جنسی قلدری، آزار و اذیت (قربانی قلدری شدن: سوالات ۴ تا ۲۳) و ۲- اشکال مختلف قلدری کردن بر دانش آموزان دیگر (قلدری بر دیگران: سوالات ۲۴ تا ۳۹) در طول ۲ یا ۳ ماه گذشته را اندازه گیری می کند [۲۹]. ضرایب پایایی ثبات درونی این پرسش نامه در یک نمونه معرف وسیع بیش از ۵ هزار دانش آموز در دامنه ۰/۸۰ تا ۰/۹۰ بدست آمده است. ضرایب اعتبار همگرای سوالات این پرسش نامه نیز با درجه بندی معتبر همسالان متوسط (در دامنه ۰/۴۰ الی ۰/۶۰) بدست آمده است [۳۲]. ضرایب آلفای کرونباخ این آزمون در پژوهش حاضر برای خرده مقیاسهای قربانی قلدری شدن و قلدری کردن بر دیگران به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۷۸ و برای کل مقیاس نیز ۰/۷۴ بدست آمد.

۳- فرم تجدید نظر شده پرسش نامه تنظیم هیجان: فرم تجدید نظر شده پرسش نامه تنظیم هیجان توسط گروس و جان در سال ۲۰۰۳ تهیه شده و

شناسایی هیجانها دیگران و همچنین ادراک افکار، باورها و خواسته های آنها همبسته بوده است [۲۶]. نتایج لوماس^۱ و همکاران (۲۰۱۲) نشان داد که ابعاد شناخت مستقیم هیجانها، کنترل و مدیریت هیجانی به طور معنی داری گرایش نوجوانان به در معرض خطر قربانی شدن توسط همسالان را پیش بینی می کند [۲۷]. ساهین^۲ نیز نشان داد که برنامه آموزش همدلی به عنوان یک مؤلفه ی هوش هیجانی رفتارهای قلدری دانش آموزان را به طور معنی داری کاهش می دهد [۲۸].

در مجموع شواهد تجربی و پژوهشی نشان می دهند که قلدری مشکل متداولی بوده و با توجه به اینکه در اکثر موارد در دوره کودکی و نوجوانی رخ می دهد [۲۹]، در هر بخشی از جامعه به ویژه در مدارس در حال افزایش است. این در حالی است که قلدری بر جو روانی مدرسه و وضعیت روان شناختی دانش آموزان اثرات منفی گذاشته و به عنوان عامل خطر برای علائم آسیب شناسی روانی، رفتارهای ضد اجتماعی، بزهکاری و ارتکاب جرم در دوره های بعدی زندگی می باشد [۳۰]. بر اساس شواهد موجود به نظر می رسد که نظریه بدتنظیمی هیجانی می تواند تا حد زیادی رفتارهای قلدری و قربانی شدن به وسیله آن را توجیه نماید، برای آزمون این فرض پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط شیوه های تنظیم و ابراز هیجان با رفتارهای قلدری در نوجوانان انجام گرفت.

روش کار

روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است که جهت بررسی ارتباط شیوه های تنظیم و ابراز هیجان با رفتارهای قلدری انجام گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان پایه های اول، دوم و سوم مدارس راهنمایی و متوسطه

¹ Lomas

² Sahin

³ Revised Olweus Bully/Victim Questionnaire

هیجانهای مثبت را ارزیابی می کند. کل این پرسشنامه ثبات درونی بالایی نشان داده و پایایی بازآزمایی خوبی دارد. اعتبار همگرا و واگرایی هر یک خرده مقیاسهای این پرسشنامه خوب گزارش شده است [۳۵]. در مطالعه دابس^۵ و همکاران (۲۰۰۷) ضریب آلفای کرونباخ هر یک از خرده مقیاسهای قدرت تکانه، بیانگری منفی و مثبت به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۶۳، ۰/۶۳ و برای کل پرسشنامه در مطالعه ۰/۸۲ بدست آمد [۳۶].

جهت اجرای این پژوهش ابتدا از بین دو ناحیه آموزش و پرورش شهر اردبیل یک ناحیه انتخاب و سپس از آن ناحیه یک مدرسه پسرانه راهنمایی و یک مدرسه پسرانه دبیرستان به تصادف انتخاب شدند. بعد از مراجعه به مدارس از هر پایه تحصیلی (اول، دوم، سوم در مقاطع راهنمایی و دبیرستان) یک کلاس به تصادف انتخاب شدند. بعد از مراجعه به تک کلاسها و تبیین اهداف پژوهش از آنها درخواست شد تا به ترتیب به پرسشنامه های قلدری، شیوه های تنظیم هیجان و شیوه های ابراز هیجان در محل کلاسها و به صورت گروهی و با حضور پژوهشگر پاسخ دهند. بعد از اجرای پرسشنامه ها تعداد ۸ پرسشنامه به صورت ناقص تکمیل شده بودند که از تحلیل کنار گذاشته شدند. داده های جمع آوری شده نیز با استفاده از آزمونهای همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیری با کاربرد نرم افزار SPSS^{۱۸} مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها

تعداد ۲۱۲ دانش آموز پسر با میانگین سنی ۱۵/۰۶ و انحراف معیار ۱/۴۷ در این پژوهش شرکت داشتند که ۱۰۴ نفر از مقطع راهنمایی و ۱۰۸ نفر آنها از مقطع متوسطه انتخاب شده بودند. تعداد ۱۰ نفر وضعیت اقتصادی خود را ضعیف، تعداد ۷۶ نفر

شامل ۱۰ سوال است که برای ارزیابی کاربرد دو راهبرد تنظیم هیجان یعنی ارزیابی مجدد شناختی و سرکوبی هیجانی بکار می رود. آزمودنی ها به سوالات این پرسشنامه در یک مقیاس لیکرت ۷ نقطه ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷) پاسخ می دهند. گروس^۱ و جان ضرایب آلفای کرونباخ این آزمون را در نمونه های مختلف برای خرده مقیاس ارزیابی مجدد شناختی ۰/۷۲ تا ۰/۷۹ و برای خرده مقیاس سرکوبی از ۰/۶۴ تا ۰/۶۹ گزارش کرده اند [۳۳]. گولون^۲ و تافه نیز ضرایب آلفای کرونباخ این آزمون را در دامنه ۰/۸۲ تا ۰/۸۶ برای ارزیابی مجدد شناختی و در دامنه ۰/۶۹ تا ۰/۷۹ برای سرکوبی در نمونه های نوجوان گزارش کردند، همچنین این پژوهشگران بیان کردند که این پرسشنامه در نمونه های نوجوان از اعتبار سازه و همگرایی خوبی برخوردار است [۳۴]. ضرایب آلفای کرونباخ این آزمون در پژوهش حاضر برای خرده مقیاسهای ارزیابی مجدد شناختی و سرکوبی هیجان به ترتیب ۰/۶۲ و ۰/۷۵ و برای کل مقیاس نیز ۰/۷۷ محاسبه شد.

۴- پرسشنامه ابراز هیجانی برکلی: این آزمون یک ابراز ۱۶ سوالی است که توسط گروس و جان در سال ۱۹۹۵ ساخته شده و میزان ابراز یا بیانگری هیجانی را در یک مقیاس لیکرت ۷ نقطه ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۷ (کاملاً موافقم) اندازه گیری می کند. این پرسشنامه از ۳ مقیاس شدت تکانه، بیانگری منفی^۳ هیجان و بیانگری مثبت^۴ هیجان تشکیل شده است. خرده مقیاس شدت تکانه شامل ۶ سوال است که شدت تکانه های هیجانی فرد را اندازه می گیرد، خرده مقیاس بیانگری منفی شامل ۶ آیتم است که شدت ابراز هیجانهای منفی و خرده مقیاس بیانگری مثبت نیز شامل ۴ آیتم است که شدت ابراز

¹ Gross

² Gullone

³ Negative expression

⁴ Positive expression

⁵ Dobbs

جدول ۲ نشان می دهد که ۳۶٪ از کل واریانس میزان قربانی قلدری شدن به وسیله شیوه های تنظیم و ابراز هیجان تبیین می شود. نسبت F هم نشان می دهد که رگرسیون میزان قربانی قلدری شدن بر اساس شیوه های تنظیم و ابراز هیجان معنی دار است، یعنی رابطه بین میزان قربانی قلدری شدن و یک ترکیب خطی مبتنی بر کمترین مجذورات از شیوه های تنظیم و ابراز هیجان احتمالاً نمی تواند تصادفی پیش آمده باشد. نتایج ضرایب رگرسیون نیز نشان می دهد که به استثنای متغیر ابراز مثبت هیجان، t حاصل از تمام متغیرها معنی دار می باشد. نتایج مربوط به ضرایب رگرسیون هم نشان می دهد که ارزیابی شناختی مجدد و سرکوبی هیجان به طور مستقیم ولی شدت تکانه و ابراز منفی هیجان به صورت معکوس میزان قربانی قلدری شدن را پیش بینی می کنند.

جدول ۳ نشان می دهد که ۱۹٪ از کل واریانس میزان قلدری کردن بر دیگران به وسیله شیوه های تنظیم و ابراز هیجان تبیین می شود. نسبت F هم نشان می دهد که رگرسیون این متغیر بر اساس

متوسط، تعداد ۶۴ نفر خوب و ۶۰ نفر عالی گزارش کردند. ۴۴ نفر شغل پدر خود را دولتی، ۶۸ نفر آزاد، ۵۸ نفر بیکار و ۴۲ نفر به سایر موارد (چون بازنشسته و ...) گزارش کردند. شغل مادر اکثریت اعضای نمونه (۱۸۰ نفر) خانه داری، ۱۸ نفر دولتی و ۱۰ نفر آزاد بود و ۴ نفر نیز شغل مادر خود را گزارش نکرده بودند.

نتایج نشان می دهد که میزان قربانی قلدری شدن به طور مثبت با ارزیابی شناختی مجدد ($r=0/15$ ، $p<0/02$)، سرکوبی هیجان ($r=0/47$ ، $p<0/001$) و ابراز مثبت هیجان ($r=0/25$ ، $p<0/001$) همبستگی دارد و به طور منفی نیز با شدت تکانه ($r=-0/35$ ، $p<0/001$) و ابراز منفی هیجان ($r=-0/43$ ، $p<0/001$) مرتبط می باشد. قلدری کردن بر دیگران نیز همبستگی مثبت معنی داری با ارزیابی شناختی مجدد ($r=0/14$ ، $p<0/03$) و شدت تکانه ($r=0/31$ ، $p<0/001$) دارد و ابراز منفی هیجان ($r=0/29$ ، $p<0/001$) و ولی به طور منفی با سرکوبی هیجان ($r=-0/28$ ، $p<0/001$)، ابراز مثبت هیجان ($r=-0/24$ ، $p<0/001$) همبسته می باشد (جدول ۱).

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین میزان رفتارهای قلدری / قربانی شدن با شیوه های تنظیم و ابراز هیجان

متغیرها	M	SD	قلدری کردن بر دیگران	ارزیابی شناختی مجدد	سرکوبی	ابراز مثبت هیجان	شدت تکانه	ابراز منفی هیجان
قربانی قلدری شدن	۲۴/۴۵	۹/۷۲	-۰/۱۲	۰/۱۵'	۰/۴۷''	۰/۲۵''	-۰/۳۵''	-۰/۴۳''
قلدری کردن بر دیگران	۳۰/۱۴	۱۰/۱۴	-۰/۰۶	۰/۱۴'	-۰/۲۸''	-۰/۲۴''	۰/۳۱''	۰/۲۹''
ارزیابی شناختی مجدد	۱۶/۶۶	۶/۷۳	۰/۰۲	۰/۱۵'	۰/۰۲	۰/۰۸	۰/۲۹''	۰/۱۵''
سرکوبی	۱۲/۱۷	۶/۸۳	۰/۰۳	۰/۵۶''	۰/۰۳	۰/۰۳	-۰/۱۵'	-۰/۴۶''
ابراز مثبت هیجان	۱۳/۲۴	۶/۱۶	۰/۰۲	۰/۱۶''	۰/۰۲	۰/۰۲	-۰/۳۷''	-۰/۳۷''
شدت تکانه	۱۸/۸۱	۸/۰۴	۰/۰۲	۰/۴۶''	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۲
ابراز منفی هیجان	۲۴/۶۸	۸/۲۰	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۲

جدول ۲. نتایج تحلیل رگرسیون میزان مورد قلدری قرار گرفتن بر اساس شیوه های تنظیم و ابراز هیجان

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	R	R ²	R تعدیل شده	F	Sig of F	B	SE B	β	t	p	آماره های هم خطی	VIF تحمل
میزان مورد قلدری دیگران قرار گرفتن	مقدار ثابت	۰/۶۰	۰/۳۶	۰/۳۴	۲۳/۳۹	۰/۰۰۱	۲۵/۱۰	۲/۸۷		۸/۷۲	۰/۰۰۱		
	ارزیابی شناختی مجدد						-۰/۳۱	-۰/۰۸	-۰/۲۱	۳/۶۲	۰/۰۰۱	۱/۱۶	۰/۸۶
	سرکوبی هیجان						-۰/۴۱	-۰/۱۰	-۰/۲۸	۳/۹۰	۰/۰۰۱	۱/۷۶	۰/۵۶
	ابراز مثبت هیجان						-۰/۰۷	-۰/۱۱	-۰/۰۴	۰/۶۲	۰/۵۳	۱/۸۳	۰/۵۴
	شدت تکانه						-۰/۳۶	-۰/۰۸	-۰/۳۰	-۴/۱۹	۰/۰۰۱	۱/۶۵	۰/۶۰
	ابراز منفی هیجان						-۰/۲۰	-۰/۰۸	-۰/۱۷	-۲/۲۷	۰/۰۲	۱/۸۴	۰/۵۴

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون میزان قلدری کردن بر دیگران بر اساس شیوه های تنظیم و ابراز هیجان

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	R	R ²	R تعدیل شده	F	Sig of F	B	SE B	β	t	p	آماره های هم خطی	VIF تحمل
میزان قلدری کردن بر دیگران	مقدار ثابت	۰/۴۴	۰/۱۹	۰/۱۷	۹/۹۳	۰/۰۰۱	۲۷/۸۴	۳/۳۹		۸/۱۹	۰/۰۰۱		
	ارزیابی شناختی مجدد						-۰/۱۶	-۰/۱۰	۰/۱۰	۱/۵۹	۰/۱۱	۱/۱۵	۰/۸۶
	سرکوبی هیجان						-۰/۱۸	-۰/۱۲	-۰/۱۲	-۱/۵۰	۰/۱۳	۱/۷۶	۰/۵۶
	ابراز مثبت هیجان						-۰/۳۷	-۰/۱۳	-۰/۲۲	-۲/۷۰	۰/۰۰۷	۱/۸۲	۰/۵۴
	شدت تکانه						-۰/۳۷	-۰/۱۰	۰/۲۹	۳/۶۹	۰/۰۰۱	۱/۶۴	۰/۶۰
	ابراز منفی هیجان						-۰/۰۰۸	-۰/۱۰	-۰/۰۰۶	-۰/۰۷	۰/۹۴	۱/۸۴	۰/۵۴

۳۶٪ واریانس قربانی قلدری شدن به وسیله متغیرهای ارزیابی شناختی مجدد و سرکوبی هیجان به طور مستقیم و شدت تکانه و ابراز منفی هیجان به صورت معکوس پیش بینی می شود. این نتایج با نتایج کان^۱ و کانتر [۶]، بلایر^۲ و همکاران [۱۹]، جینی^۳ [۲۶] و لوماس^۴ و همکاران [۲۷] مبنی بر مهارتهای ضعیف قربانیان قلدری در تشخیص و کنترل هیجانات و همچنین ابرازگری پایین هیجانی آنها همخوانی می باشد. این نتایج مبین آن است افرادی که رویدادهای تنیدگی را به استفاده از روش ارزیابی مجدد تعدیل نموده و از روش سرکوب هیجان به میزان بیشتر برای تنظیم هیجانهای خود استفاده می

شیوه های تنظیم و ابراز هیجان معنی دار است. نتایج ضرایب رگرسیون نیز نشان می دهد که ابراز گری مثبت هیجان به صورت معکوس و شدت تکانه به صورت مستقیم می توانند میزان قلدری بر دیگران را پیش بینی کنند.

بحث

هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط شیوه های تنظیم و ابراز هیجان با رفتارهای قلدری و قربانی قلدری شدن در دانش آموزان پسر نوجوان بود. یافته های این پژوهش آشکار کرد که میزان قربانی قلدری شدن با ارزیابی شناختی مجدد، سرکوبی هیجانات و ابراز مثبت هیجان رابطه مثبت دارد ولی به طور منفی هم با شدت تکانه و ابراز منفی هیجان مرتبط می باشد. نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که

¹ Cohn
² Blair
³ Gini
⁴ Lomas

کنند و از نظر شیوه های ابراز هیجان نیز شدت تکانه آنها برای ابراز هیجان ضعیف بوده و فقط هیجان‌های مثبت خود را ابراز می‌کنند و در ابراز هیجان‌های منفی چون خشم و خصومت ناتوان هستند بیشتر در معرض قربانی شدن به قلدری همسالان قرار دارند. افراد قربانی قلدری با استفاده از ارزیابی مجدد سعی دارند تجارب قربانی شدن خود را قابل قبول ارزیابی کنند. از طرف دیگر سرکوب کردن هیجانها به ویژه سرکوبی هیجان‌های منفی باعث می‌شود که این افراد در روابط اجتماعی خود به صورت منفعلانه عمل کرده و به تکرار آماج قلدری های دیگران قرار بگیرند چرا که ابراز شدید هیجان‌های منفی خود می‌تواند به عنوان یک عامل دفاعی در برابر قلدری دیگران به حساب آید. در تبیین این نتایج همچنین می‌توان به نقش واسطه ای برخی متغیرهای شخصیت چون اعتماد به نفس، ابراز وجود پایین، هوش هیجانی پایین و روان رنجوری بالا و غیره اشاره کرد که فرد را در معرض قربانی قلدری شدن قرار می‌دهند.

نتایج این پژوهش همچنین نشان داد که رفتارهای قلدری کردن بر دیگران نیز همبستگی مثبت معنی داری با ارزیابی شناختی مجدد و شدت تکانه و ابراز منفی هیجان دارد ولی این رفتارها به طور منفی با سرکوبی هیجان‌ها و ابراز مثبت هیجان همبسته می‌باشد. نتایج تحلیل رگرسیون هم آشکار کرد که ۱۹٪ از کل واریانس میزان قلدری کردن بر دیگران به وسیله ابراز گری مثبت هیجان به صورت معکوس و شدت تکانه به صورت مستقیم تبیین می‌شود. این نتایج نیز با نتایج کان و کانتر [۶]، فریک و همکاران [۲۰]، کارد و لیتل [۲۲]، رویین و همکاران [۲۳] مبنی بر نقش بد تنظیمی هیجانی در ارتکاب به اعمال پرخاشگرانه و قلدری نسب به دیگران همخوان می‌باشد. بر خلاف افرادی که قربانی قلدری قرار می‌گیرند، افراد قلدر کمتر به سرکوبی هیجان‌ها خود به ویژه هیجان‌های منفی می‌پردازند، آنها هیجان‌های

مثبت خود را با شدت کمتری ابراز می‌کنند ولی از روش ارزیابی شناختی مجدد استفاده نموده و شدت تکانه برای اعمال هیجانی در آنها بالا بوده و هیجان‌های منفی خود را با شدت بیشتری ابراز می‌کنند. که خود این حالت می‌تواند با ایجاد احساس ترس و تهدید در دیگران به ویژه قربانی‌های قلدری آنها را برای همیشه هدف قلدری این افراد قرار دهد. مطابق شواهد پژوهشی دانش آموزان قلدر از لحاظ فیزیکی قوی و فعال بوده و خیلی پرخاشگر و مخاطره طلب هستند. لذا به نظر منطقی می‌رسد که این افراد هیجان‌های خود را سرکوب نکنند از آنجا که شدت تکانه های هیجانی آنها قویتر است گرایش درونی به اعمال خطرناک و قلدری دارند. عدم ابراز یا ابراز ضعیف هیجان‌های مثبت و بر عکس ابراز قوی هیجان‌های منفی در آنها باعث می‌شود که دیگران آنها را به عنوان افرادی خشن قلمداد کرده و به رفتارهای قلدری آنها تن دهند که خود چنین حالتی می‌تواند به منزله یک عامل تقویتی برای استمرار رفتارهای قلدری آنها باشد.

نتایج این پژوهش آشکار کرد که نمی‌توان گفت هیجانی خاص (مثبت یا منفی) فرد را نسبت به اختلالی خاص آسیب پذیر می‌سازد بلکه چگونگی کنترل و ابرازگری آنها است که منجر به کارکردهای سازگارانه یا ناسازگارانه در افراد می‌گردد. این پژوهش چند محدودیت نیز داشت اولاً نتایج این پژوهش تنها مبتنی بر پرسش‌نامه های خودگزارشی بود ولی برای سنجش کامل رفتارهای قلدری می‌توان از گزارشات والدین و همسالان و معلمان نیز استفاده کرد که به علت محدودیت های اجرایی این مهم امکان پذیر نشد. دوماً در این پژوهش به ویژه در ارزیابی مهارت های هیجانی نقطه اتکا بر مدل مطرح شده توسط گروس و جان [۳۵] بود ولی برای دستیابی به ادراک وسیعتری از چگونگی کاربرد راهبردهای تنظیم هیجانی در افراد قلدر و قربانیان آن در تحقیقات آینده می‌توان از ابزارهای دیگری

نتیجه گیری

در مجموع نتایج این مطالعه آشکار کرد که بی نظمی هیجانی در طول دوره نوجوانی که به عنوان دوره ای خطر آفرین برای انواع حالت های آسیب شناسی روانی می باشد نقش مهمی در رفتار های قلدری و قربانی قلدری شدن دارد. این امر لزوم توجه به مهارت های تنظیم و ابراز هیجان در مداخلات درمانی برای این رفتار های مشکل زا را نشان می دهد.

تشکر و قدردانی

نویسندگان مقاله مراتب تقدیر و تشکر خود را از مدیریت محترم ناحیه ۱ آموزش و پرورش شهر اردبیل و مدیران مدارس این ناحیه و کلیه دانش آموزان شرکت کننده در پژوهش اعلام می کنند.

فرا تر از این مدل برای ارزیابی مهارت های هیجانی استفاده کرد. عدم استفاده از نمونه های بالینی از افراد قلدر، طرح تحقیق همبستگی که امکان ارزیابی علی را فراهم نمی کند نیز از محدودیت های دیگر این پژوهش به حساب می آیند. علاوه بر این به دلیل شیوع بالای رفتار های قلدری در بین پسران در این پژوهش فقط از جنس پسر استفاده شد، با توجه به وجود تفاوت های جنسی در کاربرد راهبردهای تنظیم هیجان [۳۷] پیشنهاد می شود در تحقیقات آینده با بهره گیری از نمونه های دختر و پسر و مقایسه آنها با هم به بررسی نقش جنسیت در تعامل با شیوه های تنظیم هیجان بر رفتار های قلدری/قربانی شدن پرداخته شود. این نتایج همچنین آموزش مهارت های تنظیم هیجان به عنوان یک روش مداخله در رفتار های قلدری را پیشنهاد می کنند.

References

- 1- Smokowski PR, Kopasz KH. Bullying in school: An overview of types, effects, family characteristics, and intervention strategies. *Children and Schools*. 2005 April; 27 (2): 101-110.
- 2- Roberts W. The bully as victim: Understanding bully behaviors to increase the effectiveness of intervention programs. *Professional School Counseling*. 2000 Dec; 4 (2): 148-155.
- 3- Olweus D. *Bullying at school: What we know and what we can do*. NY: Wiley- Blackwell. 1993: 8.
- 4- Pepler D, Craig W. *Understanding and addressing bullying: An international perspective*. Bloomington: Author House, 2008: 237.
- 5- Volk A, Craig W, Boyce W, King M. Adolescent risk correlates of bullying and different types of victimization. *Int J Adolesc Med Health*. 2006 Oct-Dec; 18(4): 375-386.
- 6- Cohn A, Canter A. *Bullying: facts for schools and parents*. Bethesda, MD: National Association of School Psychologists. 2003: 38.
- 7- Harris S, Willoughby W. Teacher Perceptions of Student Bullying Behaviors. *ERS Spectrum*. 2003 Jun; 21(3): 11-180.
- 8- Kass D, Evans P, Shah R. *Bullying Prevention is Crime Prevention. A Report by Fight Crime: Invest in Kids*. 2003: 1-25.
- 9- Brewster C, Railsback J. *School wide Prevention of Bullying*. Portland, OR: Northwest Regional Educational Laboratory. 2001: 54-58.
- 10- Kartal H. The ratio of bullying and victimization among turkish elementary school students and its relationship to gender and grade level, *J Soc Sci*. 2009 Dec; 20 (2): 109-119.
- 11- Greeff P. *The nature and prevalence of bullying during the intermediate school phase. thesis of master of arts (counseling psychology) degree in the faculty of humanities, department of psychology, at the university of the free State*. 2004:1.

- 12- Ayyubi E, Nazarzadeh M, Bidel Z, Bahrami A, Tezwal J, Rahimi M, et al. Prevalence of bullying and deliberated self-harm behaviors among high school students. *J Funda Men Health*. 2013 spring; 15(1): 366-77. (Full text in Persian)
- 13- Marano HE. Big bad bully. *Psychology Today*. 1995 Sep/ Oct; 28(5): 51-82.
- 14- Garrity C, Jens K, Porter W, Sager N, Short-Camilli C. Bully-proofing your school: a comprehensive approach. *Nati Sch Saf Cen Ne J*. 1996 Oct; 3(1): 20-23.
- 15- Cole PM, Michel MK, Teti LO. The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monog Soc Res Child Devel*. 1994 Jun; 59(2-3): 73-100.
- 16- Thompson RA. Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monog Soci Res Chi Devel*. 1994 May; 59(2-3): 250-283.
- 17- Betts J, Gullone E, Allen JS. An examination of emotion regulation, temperament, and parenting style as potential predictors of adolescent depression risk status: A correlational study. *Br J Devel Psycho*. 2009 Jun; 27(2): 473-485.
- 18- Hughes EK, Gullone E, Dudley A, Tongue B. A case-control study of emotion regulation and school refusal in children and adolescents. *J Earl Adolec*. 2010; 30(5): 691-706.
- 19- Blair RJR, Colledge E, Murray L, Mitchell DGV. A selective impairment in the processing of sad and fearful expressions in children with psychopathic tendencies. *J Abnorm Chi Psycho*. 2001 Dec; 29(6): 491-498.
- 20- Frick PJ, Cornell AH, Bodin SD, Dane HE, Barry CT, Loney BR. Callous-unemotional traits and developmental pathways to severe conduct problems. *Devel Psycho*. 2003 Mar; 39(2), 246-260.
- 21- Hansen TB, Steenberg LM, Pablic S, Elklit A. A review of psychological factors related to bullying victimization in schools. *Aggr Viol Beha*. 2012 May; 17(4): 383-387.
- 22- Card NA, Little TD. Proactive and reactive aggression in childhood and adolescence: A meta-analysis of differential relations with psychosocial adjustment. *Int J Beha Devel*. 2006 Sep; 30(5): 466-480.
- 23- Rubin KH, Burgess KB, Dwyer KM, Hastings PD. Predicting preschoolers externalizing behaviors from toddler temperament, conflict, and maternal negativity. *Devel Psycho*. 2003 Jan; 39(1): 164-176.
- 24- Gini G, Albiero P, Benelli B, Altoe G. Does empathy predict bullying and defending behavior? *Aggr Beha*. 2007 Sep-Oct; 33(5): 467-476.
- 25- Jolliffe D, Farrington DP. Examining the relationship between low empathy and bullying. *Aggr Beha*. 2006 Oct; 32(6): 540-550.
- 26- Gini G. Social cognition and moral cognition in bullying: what's wrong? *Aggr Beha*. 2006 Oct; 32(6): 528-539.
- 27- Lomas J, Stough C, Hansen K, Downey LA. Brief report: Emotional intelligence, victimisation and bullying in adolescents. *J Adolec*, 2012 Jul; 35(1): 207-211.
- 28- Sahin M. An investigation into the efficiency of empathy training program on preventing bullying in primary school. *Child Yout Ser Rev*. 2012 Oct; 34(7): 1325-1330.
- 29- Carney AG, Merrell KW. Bullying in schools: Perspective on understanding and preventing an international problem. *Int J Scho Psycho*. 2001 August; 22(3): 364-382.
- 30- Olweus D. Bully/victim problems in school: Facts and intervention. *Eur J Psychol Educ*. 1997 Dec; 12(4): 495-510.
- 31- Solberg ME, Olweus D. Prevalence estimation of school bullying with the Olweus bully/victim questionnaire. *Aggr Beha*. 2003 Apr; 29(3): 239-268.
- 32- Olweus D. Bullying at school: Basic facts and effects of a school based intervention program. *J Child Psychol Psychiatry*. 1994 Dec; 35(7): 1171-1190.
- 33- Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *J Pers Soc Psychol*. 2003 Aug; 85(2): 348-362.

- 34- Gullone E, Taffe J. The emotion regulation questionnaire for children and adolescents: a psychometric evaluation. *Psychol Assess.* 2012 Jun; 24(2): 409-417.
- 35- Gross JJ, John OP. Facets of emotional expressivity: Three self-report factors and their correlates. *Pers Individ Dif.* 1995 Oct; 19(4): 555-568.
- 36- Dobbs JL, Sloan DM, Karpinski A. A psychometric investigation of two self-report measures of emotional expressivity. *Pers Individ Dif.* 2007 Sep; 43(4): 693-702.
- 37- Flynn JJ, Hollenstein T, Mackey A. The effect of suppressing and not accepting emotions on depressive symptoms: Is suppression different for men and women? *Pers Individ Dif.* 2010 Oct; 49(6): 582-586.