

Research Paper

Role of Difficulties in Emotional Regulation and Alexithymia in Prediction of Bullying

Reza Shabahang^{1*}, Seyedeh Farnaz Sedighian², Abbas Rahimi Nezhad³, Reza Soltani Shal⁴

1. M.A. in General Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Iran

2. M.A. in General Psychology, Faculty of Literature and Humanities, University of Guilan, Rasht, Iran

3. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Iran

4. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, University of Guilan, Rasht, Iran



Citation: Shabahang R, Sedighian SF, Rahimi Nezhad A, Soltani Shal R. Role of difficulties in emotional regulation and alexithymia in prediction of bullying. Quarterly Journal of Child Mental Health. 2019; 6(3): 40-50.

<http://dx.doi.org/10.29252/jcmh.6.3.5>

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Keywords:

Bullying,
difficulties in emotional
regulation,
alexithymia

Background and Purpose: Bullying is an important and prevalent issue that can have many psychological, behavioral, cognitive, physical, economic, social, and cultural implications. In the meantime, the ability to regulate the emotions and alexithymia are among the factors influencing bullying behaviors. Therefore, the present study was carried out to investigate the role of difficulties in emotional regulation and alexithymia in predicting bullying.

Method: The research design was descriptive and correlational. The study population consisted of all first cycle secondary school students of district 2 of Rasht city in the academic year 2017-2018. The study sample included 250 students selected by convenience sampling method. *Illinois Bullying Scale* (Espelage & Holt, 2001), *Difficulties in Emotional Regulation Scale* (Gratz & Roemer, 2004) and the twenty-item *Toronto Alexithymia Scale* (Bagby et al., 1994) were used to gather of data.

Results: The results showed that non-acceptance of emotional responses ($\beta= 0.21$), difficulty engaging in goal-directed behavior ($\beta= 0.43$), impulse control difficulties ($\beta= 0.70$), lack of emotional awareness ($\beta=0.33$), lack of emotional clarity ($\beta= 0.32$) at the significance level of 0.01, limited access to emotion regulation strategies ($\beta= 0.21$), difficulty in identifying the feelings ($\beta= 0.16$), difficulty in describing the feelings ($\beta= 0.23$), and externally-oriented thinking ($\beta= 0.24$) at the significance level of 0.05 are able to predict bullying.

Conclusion: In sum, the results showed the relationship between bullying, difficulties in emotional regulation and alexithymia. According to findings, applying programs and methods to increase the ability to regulate emotions and reduce the mood of adolescents' alexithymia may reduce bullying behaviors which are associated with many physical and psychological disorders.

Received: 29 Apr 2018

Accepted: 17 Sep 2018

Available: 9 Nov 2019

* **Corresponding author:** Reza Shabahang, M.A. in General Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Iran.

E-mail addresses: Reza.shabahang@ut.ac.ir

2476-5740/ © 2019 The Authors. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>).

نقش مشکلات تنظیم هیجانی و ناگویی طبیعی در پیش‌بینی قلدری

رضا شباهنگ*^۱، سیده فرناز صدیقیان^۲، عباس رحیمی نژاد^۳، رضا سلطانی شال^۴

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران

۲. کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران

۳. دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران

۴. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران

مشخصات مقاله

چکیده

کلیدواژه‌ها:

قلدری، مشکلات تنظیم هیجانی، ناگویی طبیعی

زمینه و هدف: قلدری مسئله‌ای مهم و شایع است که می‌تواند پیامدهای روان‌شناختی، رفتاری، شناختی، جسمانی، اقتصادی، اجتماعی، و فرهنگی بسیاری را در پی داشته باشد. در این بین توانایی تنظیم هیجانی و ناگویی طبیعی از جمله عوامل تأثیرگذار در رفتارهای قلدرانه به حساب می‌آیند. از این رو، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش مشکلات تنظیم هیجانی و ناگویی طبیعی در پیش‌بینی قلدری انجام شده است.

روش: طرح پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان مدارس متوسطه دوره اول ناحیه دو شهر رشت در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ بود. نمونه مورد مطالعه شامل ۲۵۰ دانش‌آموز از جامعه مذکور بودند که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها در این مطالعه از مقیاس قلدری ایلی‌نویز (اسپلاگوهولت، ۲۰۰۱)، مقیاس دشواری در نظم‌بخشی هیجانی (گراتزورونمر، ۲۰۰۴)، و مقیاس ناگویی خلقت ورتو (باگبی و همکاران، ۱۹۹۴) استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی ($\beta=0/21$)، دشواری در انجام رفتار هدفمند ($\beta=0/43$)، دشواری در مهار تکانه ($B=0/70$)، نبود آگاهی هیجانی ($\beta=0/33$)، نبود وضوح هیجانی ($\beta=0/32$) در سطح معناداری ۰/۰۱؛ و راهبردهای محدود ($\beta=0/21$)، دشواری در تشخیص احساسات ($\beta=0/16$)، دشواری در توصیف احساسات ($\beta=0/23$)، و تفکر برون‌مدار ($\beta=0/24$) در سطح معناداری ۰/۰۵، قادر به پیش‌بینی قلدری هستند.

نتیجه‌گیری: در مجموع، نتایج به دست آمده حاکی از ارتباط بین قلدری، مشکل در تنظیم هیجانی، و ناگویی طبیعی است. بر طبق یافته‌های حاصل از این پژوهش می‌توان با به‌کارگیری برنامه‌ها و روش‌هایی برای افزایش توانایی تنظیم هیجانی و کاهش ناگویی طبیعی دانش‌آموزان از میزان رفتارهای قلدرانه آنها که با بسیاری از اختلالات جسمانی و روان‌شناختی مرتبط است، به‌طور معناداری کاست.

دریافت شده: ۹۷/۰۲/۰۹

پذیرفته شده: ۹۷/۰۶/۲۶

منتشر شده: ۹۸/۰۸/۱۸

* نویسنده مسئول: رضا شباهنگ، کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران.

رایانامه: Reza.shabahang@ut.ac.ir

تلفن تماس: ۰۲۱-۶۱۱۱۱

مقدمه

قلدری^۱ موضوعی جدی است که توسط دولت‌ها و عموم مردم مورد توجه بسیاری قرار گرفته است و بسیاری از افراد را در فرهنگ‌ها و حوزه‌های اجتماعی مختلف با مشکلات عمده‌ای مواجه ساخته است (۱). در واقع قلدری مسئله سلامت جمعی پیچیده و گسترده‌ای است که از ابعاد مختلف می‌تواند بر کودکان و نوجوانان تأثیر بگذارد (۲)؛ تأثیراتی که تمامی قربانیان، قلدرها، و شاهدان را در برمی‌گیرد و تنها به قربانیان رفتارهای قلدرانه محدود نمی‌شود (۳). در متون علمی، قلدری به صورت رفتارهای مکرر پرخاشگرانه با هدف آسیب به فردی که قدرت کمتری دارد، تعریف می‌شود (۴) که سه مشخصه ارادی بودن رفتار، نابرابری قدرت، و تکرار عمل را شامل می‌شود (۵). در واقع قلدری رفتار پرخاشگرانه و هدف‌دار است که شخص دیگری را در معرض اختلاف و نابرابری قدرت قرار می‌دهد (۶). طی مطالعه الگار و همکاران بر روی نوجوانان و جوانان ۷۹ کشور، شیوع رفتارهای قلدرانه به صورت میانگین ۳۰ درصد گزارش شد (۷) که حاکی از گستردگی و شیوع نسبتاً زیاد این رفتارها است. از جمله گروه‌هایی که قلدری و رفتارهای قلدرانه در آن از وضوح و اهمیت بیشتری برخوردار است، گروه دانش‌آموزان است (۸). در رابطه با شیوع قلدری در دانش‌آموزان، بجرلد، دانبک و پتزولد بیان می‌کنند، ۱۹/۲ درصد از دانش‌آموزان کشورهای اسکانندیناوی حداقل یک بار قربانی قلدری شده‌اند (۹). همچنین مطالعات در سایر کشورها، شیوع رفتارهای قلدرانه را در اردن ۴۴/۳ درصد، لبنان ۳۳/۶ درصد، عمان ۳۸/۹ درصد، مراکش ۳۱/۹ درصد، و امارات ۲۰/۹ درصد گزارش می‌دهند (۱۰ و ۱۱). در واقع مطالعات مختلف گستردگی و رواج بسیار زیاد رفتارهای قلدرانه را در سرتاسر دنیا نشان می‌دهند که اهمیت بررسی قلدری را دوچندان می‌کند.

قلدری به‌عنوان عامل خطر ایجاد اختلالات روان‌شناختی (۱۲) بر شاخص‌های سلامت روان تأثیرگذار است (۱۳) و می‌تواند با بسیاری از ابعاد روان‌شناختی، رفتاری، شناختی، جسمانی، و اجتماعی همچون شخصیت (۱۴)، افسردگی (۱۵)، اضطراب (۱۶)، تنش روان‌شناختی (۱۷)، کیفیت زندگی سلامت‌محور (۱۸)، نشانه‌های سایکوسوماتیک (۱۹)، آسیب به خود (۲۰) و حتی حمل سلاح (۲۱) مرتبط باشد. ارتباط

قلدری با جنبه‌های مختلف بیانگر گستردگی و پیچیدگی رفتارهای قلدرانه و اهمیت بررسی و تبیین این دسته از رفتارها است که می‌تواند پیامدهای منفی بسیاری را در پی داشته باشد.

از جمله متغیرهای مهمی که در ارتباط با قلدری مطرح می‌شود، توانایی تنظیم هیجانی^۲ است. در واقع انتظار می‌رود توانایی تنظیم هیجانی در افزایش و کاهش نشانه‌های قلدری مؤثر باشد؛ بدین معنا که مشکل در توانایی تنظیم هیجانی، افزایش رفتارهای قلدرانه را در پی دارد و در مقابل توانایی مناسب تنظیم هیجانات با قلدری کمتری مرتبط باشد. مطالعات مختلف، نقش واکنش‌های هیجانی و تنظیم هیجانی را در آغاز و نگهداری بسیاری از نشانه‌های روان‌شناختی نشان می‌دهند (۲۲). تنظیم هیجانی به‌عنوان راهبردهای افراد برای مهار و تنظیم هیجان‌هاشان، عاملی مهم تلقی می‌شود که مشکل در آن با بسیاری از اختلالات روان‌شناختی مرتبط است (۲۳). گراتز و روثمدر در تعریف توانایی تنظیم هیجانی چهار بعد را مطرح می‌کنند: الف) آگاهی و درک هیجانات، ب) پذیرش هیجانات، ج) توانایی مهار رفتارهای تکانشی و رفتار کردن بر اساس اهداف خواستنی در هنگام تجربه هیجانات منفی، و د) توانایی استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان متناسب با موقعیت برای تعدیل پاسخ‌های هیجانی به سطح بهینه تا امکان رسیدن به اهداف شخصی و خواسته‌های محیطی فراهم شود. باید توجه داشت که مشکل در هر یک از این ابعاد، نارسایی در تنظیم هیجانات را موجب می‌شود (۲۴). بر این اساس می‌توان ادعا داشت، توانایی هیجانی به‌عنوان یک توانایی بسیار مهم در مهار و تنظیم هیجانات می‌تواند نقشی مهم در قلدری و رفتارهای قلدرانه ایفا کند (۲۵). پژوهش‌ها نشان می‌دهند، هم قلدرها و هم قربانیان قلدری معمولاً از روش‌های مقابله و راهبردهای تنظیم هیجانی ناکارآمد استفاده می‌کنند (۲۵ و ۲۶). در همین رابطه، پژوهش کلسلی، زمان و دالایر (۲۷) و ریف و همکاران (۲۸) بیانگر ارتباط بین مشکلات تنظیم هیجانی و قلدری هستند. شیلدز و سیجی مطرح می‌کنند، هم قلدرها و هم قربانیان قلدری مشکلاتی در تنظیم هیجانی‌شان دارند (۲۹). شوارتز و پروکتر نیز عنوان می‌کنند، قربانی‌خسونت شدن با پیامدهای اجتماعی منفی همچون پرخاشگری، طرد، و قلدری همسالان ارتباط دارد که در این بین مشکل تنظیم هیجانی نقش میانجی را ایفا می‌کند (۳۰). بر اساس نتایج مطالعه

نقش مهمی را ایفا می‌کند (۳۸). در مجموع، منطبق با یافته‌های مطالعات پیشین، ابعاد هیجانی به‌عنوان عواملی بسیار مهم در قلدری به‌حساب می‌آیند که می‌توانند پیش‌بینی‌کننده سطوح متفاوت قلدری باشند؛ موضوعی که پژوهش‌های مشخص‌اندکی را به‌ویژه در داخل کشور به خود اختصاص داده است. این در حالی است که آگاهی از این موضوع، می‌تواند در شناسایی و ارزیابی هر چه بهتر پدیده قلدری و ابعاد هیجانی مرتبط با آن بسیار مفید باشد.

در مجموع، مطالعه پدیده قلدری به‌عنوان موضوعی پیچیده و گسترده که پیامدهای بسیاری می‌تواند داشته باشد، بسیار الزامی است که در این بین بررسی رابطه قلدری با متغیرهای مهمی همچون تنظیم هیجانی و ناگویی طبیعی حائز اهمیت است. پی بردن به این مسئله که آیا ارتباطی بین قلدری، تنظیم هیجانی، و ناگویی طبیعی وجود دارد یا خیر و همچنین فهم این نکته که آیا مشکل در تنظیم هیجانی و ناگویی طبیعی در رفتارهای قلدرانه تأثیرگذار است یا خیر، بسیار مهم تلقی می‌شود. بر همین اساس هدف از پژوهش حاضر، بررسی نقش مشکلات تنظیم هیجانی و ناگویی طبیعی در پیش‌بینی قلدری است.

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان: طرح پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش‌آموزان پسر و دختر پایه‌های هفتم تا نهم مدارس متوسطه دوره اول ناحیه دو شهر رشت در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ بود. نمونه‌ها ۱۲۵ دانش‌آموز پسر و ۱۲۵ دانش‌آموز دختر (۳۵ دانش‌آموز پایه هفتم، ۱۰۲ دانش‌آموز پایه هشتم، ۱۱۳ دانش‌آموز پایه نهم) بودند که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. جهت انتخاب افراد نمونه ابتدا مجوزهای لازم از کمیته علمی، پژوهشی، و اخلاقی هسته مشاوره سازمان آموزش و پرورش استان گیلان اخذ شد. همچنین ابزارهای لازم جهت جمع‌آوری داده‌ها شامل مقیاس‌های مربوط به اندازه‌گیری قلدری، دشواری در نظم‌بخشی هیجانی، و ناگویی خلقی مورد تأیید آنها قرار گرفت. ملاک‌های ورود آزمودنی‌ها به پژوهش سن، مقطع تحصیلی (هفتم تا نهم) و رضایت

گارنر و هیتون، افراد قلدر و قربانیان قلدری از مهارت‌های خود-تنظیمی هیجان^۱ ضعیف‌تری برخوردار هستند (۳۱).

با توجه به اهمیت ابعاد هیجانی در قلدری و رفتارهای قلدرانه، ناگویی طبیعی متغیر دیگری است که انتظار می‌رود با رفتارهای قلدرانه در ارتباط باشد؛ بدین معنا که افراد با رفتارهای قلدرانه بیشتر، ناگویی طبیعی بیشتری را تجربه می‌کنند و در فهم و شناسایی هیجانات مشکل دارند. ناگویی طبیعی به‌عنوان نارسایی در توانایی شناختی تنظیم هیجانی به دلیل توانایی درون‌نگری محدود و توانایی ضعیف شناسایی و توصیف احساسات تعریف می‌شود (۳۲). مطالعات انجام شده، سطح بالاتر ناگویی طبیعی را با مجموعه‌ای از شاخص‌های سلامت و تنظیم ضعیف به‌ویژه نشانه‌های مشکلات سلامت جسمانی و روانی نشان می‌دهند. در افراد با ناگویی طبیعی در آگاهی هیجانی و تعاملات درای مشکلات اساسی هستند و آگاهی کمی نسبت به احساسات، نشانه‌ها، و انگیزه‌های خودشان دارند. وقتی از این افراد درباره احساساتشان در مواقع هیجانی پرسیده می‌شود، از پاسخ‌های مبهم و ساده استفاده می‌کنند و برای توصیف احساسات خود، گزارش جسمانی یا رفتاری ارائه می‌دهند (۳۳). در واقع ناگویی طبیعی یک نارسایی کلی در پردازش هیجانی است که به محدودیت در ابراز و شناسایی هیجانات منجر می‌شود (۳۴). گاریسچ و ویلسون بیان می‌کنند، در ارتباط بین قلدری و رفتارهای مخرب، ناگویی طبیعی نقش تعدیل‌گر و تا حدودی واسطه‌ای را ایفا می‌کند (۳۵). جیوزو و همکاران مطرح می‌کنند، ناگویی طبیعی در ارتباط قربانی قلدری شدن و نشانه‌های تیدگی پس از سانحه نقش میانجی را دارد. در واقع مشکلات در شناسایی و توصیف هیجانات همراه با تفکر و توجه بیرونی، به‌عنوان نشانه‌های اصلی ناگویی طبیعی، عاملی تأثیرگذار در رابطه قربانی قلدری شدن و شروع نشانه‌های اختلال تیدگی پس از سانحه در نوجوانان هستند (۳۶). همچنین بر اساس نتایج مطالعه آریکاک و اوزبی ناگویی طبیعی، افزایش قلدری مجازی^۲ و قربانی قلدری مجازی شدن^۳ را پیش‌بینی می‌کند (۳۷). نتایج پژوهش واچز و رایتم نیز نشان داد که قلدری و ناگویی طبیعی عواملی در آمیخته با هم هستند؛ بدین معنا که در مورد انواع مختلف قلدری همچون قلدری سنتی و قلدری مجازی، ناگویی هیجانی

3. Cyber victimization

1. Emotion self-regulation
2. Cyber bullying

دانش‌آموزان، رضایت والدین، و مسئولین مدرسه بود و ملاک‌های خروج از مطالعه، وجود اختلالات جسمانی و روانی ناتوان‌کننده قابل مشاهده، عدم رضایت دانش‌آموزان، والدین، و مسئولین مدرسه را شامل می‌شد.

(ب) ابزار

۱. **مقیاس قلدری ایلی‌نویز^۱**: پرسشنامه قلدری ایلی‌نویز ۱۸ گویه و ۳ زیرمقیاس قلدری، زدوخورد، و قربانی را شامل می‌شود که به صورت لیکرت (یک= هرگز تا پنج= هفت بار یا بیشتر) و بر پایه شدت رفتارهای قلدرانه پاسخ‌دهی و نمره‌گذاری می‌شود. زیرمقیاس قلدری شامل سؤالات ۱، ۲، ۸، ۹، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷ و ۱۸، زیرمقیاس زدوخورد شامل سؤالات ۳، ۱۰، ۱۱، ۱۲ و ۱۳ و زیرمقیاس قربانی شامل سؤالات ۴، ۵، ۶ و ۷ است. اسپلاگ و هولت آلفای کرونباخ را به ترتیب برای کل مقیاس و زیرمقیاس‌های قلدری، زدوخورد، و قربانی ۰/۸۳، ۰/۸۷، ۰/۸۳ و ۰/۸۸ گزارش کردند. یافته‌های مطالعه این دو پژوهشگر بیانگر روایی همگرا و افتراقی مناسب مقیاس نیز بود. بر طبق نتایج به دست آمده، مقیاس قلدری ایلی‌نویز همبستگی مناسبی با مقیاس پرخاشگری آخنباخ داشت و همچنین بین ابعاد قلدری و قربانی در این مقیاس تفاوت معناداری به دست آمد (۳۹). در ایران، چالمه برای کل مقیاس و زیرمقیاس‌های قلدری، زدوخورد، و قربانی، ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۹، ۰/۹۰، ۰/۷۱ و ۰/۸۳، ضریب دونیمه‌سازی ۰/۷۳، ۰/۸۳، ۰/۶۵ و ۰/۶۲ و ضریب بازآزمایی ۰/۷۹، ۰/۷۷، ۰/۶۸ و ۰/۷۴ را به دست آوردند. در مورد روایی مقیاس، چالمه با بررسی ارتباط مقیاس قلدری ایلی‌نویز و پرسشنامه پرخاشگری باس-پری^۲، روایی هم‌زمان مناسب مقیاس را تأیید کردند. نتایج ضرایب همبستگی زیرمقیاس-کل مقیاس نیز بیانگر روایی مطلوب مقیاس قلدری ایلی‌نویز بود (۴۰).

۲. **مقیاس دشواری در نظم‌بخشی هیجانی^۳**: این پرسشنامه توسط گراتز و روئمر برای سنجش میزان دشواری در تنظیم هیجانی طراحی شده است و شامل ۳۶ سؤال و ۶ زیرمقیاس عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، دشواری در انجام رفتار هدفمند، دشواری در مهار تکانه، نبود آگاهی هیجانی، راهبردهای محدود، و نبود وضوح هیجانی است. گراتز و روئمر ضریب

آلفای کرونباخ ۰/۸۵، ۰/۸۹، ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۸۸ و ۰/۸۴ را به ترتیب برای عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، دشواری در انجام رفتار هدفمند، دشواری در مهار تکانه، نبود آگاهی هیجانی، راهبردهای محدود و نبود وضوح هیجانی گزارش کردند. همبستگی مناسب بین مقیاس دشواری در تنظیم هیجانی و مقیاس تنظیم خلق منفی^۴ بیانگر روایی سازه مناسب مقیاس بود. همچنین به منظور سنجش روایی پیش‌بین، همبستگی بین مقیاس دشواری در تنظیم هیجانی و ابزار سنجش خودآزایی عمدی^۵ و سوءاستفاده از شریک صمیمی^۶ بررسی شد که نتایج، روایی پیش‌بین مناسب مقیاس دشواری در تنظیم هیجان را نشان دادند (۲۴). در ایران، خانزاده، سعیدیان، حسین‌جاری و ادیسی با روش ضریب همسانی درونی، آلفا کرونباخ را در دامنه ۰/۶۶ تا ۰/۸۸ و با روش بازآزمایی در دامنه ۰/۷۹ تا ۰/۹۱ گزارش کردند. همچنین همبستگی‌های درونی و همبستگی مقیاس با سیاهه‌های افسردگی و اضطراب بک نیز بیانگر روایی سازه و ملاکی مناسب مقیاس بود (۴۱).

۳. **مقیاس ناگویی خلقی تورنتو-ویرایش ۲۰ گویه‌ای**: این پرسشنامه در سال ۱۹۸۶ توسط تیلور ساخته شده است و در سال ۱۹۹۴ توسط باگی و همکاران تجدید نظر شد. پرسشنامه ناگویی طبیعی از ۲۰ گویه و سه بعد دشواری در تشخیص احساسات (۷ گویه)، دشواری در توصیف احساسات (۵ گویه)، و تفکر برون‌مدار (۸ گویه) تشکیل شده است. سؤالات برحسب طیف لیکرت از کاملاً موافقم (۵) تا کاملاً مخالفم (۱) پاسخ‌دهی و نمره‌گذاری می‌شوند (۴۲). پارکر و همکاران (۴۳) ویژگی‌های روان‌سنجی مناسبی را برای پرسشنامه ناگویی طبیعی گزارش کردند. در نسخه فارسی پرسشنامه ناگویی طبیعی، ضرایب آلفای کرونباخ برای ناگویی طبیعی کل برابر با ۰/۸۵ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس است. پایایی بازآزمایی در یک نمونه ۶۷ نفری در دو دو نوبت با فاصله ۴ هفته از $I=0/80$ تا $I=0/87$ برای ناگویی طبیعی کل تأیید شد. روایی هم‌زمان برحسب همبستگی بین زیرمقیاس‌های این آزمون و مقیاس‌های هوش هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی، و درماندگی روان‌شناختی بررسی و مورد تأیید قرار گرفت. نتایج ضرایب همبستگی پیرسون نیز نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در مقیاس ناگویی طبیعی

4. Negative mood regulation scale
5. Deliberate self-harm
6. Intimate partner abuse

1. Illinois Bullying Scale (IBS)
2. Buss-Perry Aggression Questionnaire
3. Difficulties in emotional regulation scale (DERS)

شد که اطلاعات حاصل از پژوهش به صورت گروهی مورد تحلیل قرار خواهد گرفت و اطلاعات فردی‌شان محرمانه خواهد ماند. همچنین در روند نمونه‌گیری، توضیحاتی در مورد موضوع، روش، و اهداف پژوهش به دانش‌آموزان، والدین، و مسئولین مدرسه و آموزش و پرورش داده شد. در انتها داده‌های به دست آمده از طریق ضریب همبستگی و رگرسیون چندگانه مورد واری و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش اعم از کمینه، پیشینه، میانگین، و انحراف معیار گزارش شده‌اند. همچنین برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون چولگی و کشیدگی استفاده شد که این شاخص‌ها در جدول شماره ۱ گزارش شدند.

کل با هوش هیجانی ($r = -0/80, p < 0/001$)، بهزیستی روان‌شناختی ($r = 0/44, p < 0/001$)، و درماندگی روان‌شناختی ($r = -0/78, p < 0/001$) همبستگی معنادار وجود دارد (۴۴).

ج) روش اجرا: پس از هماهنگی‌ها و اخذ مجوز از سازمان آموزش و پرورش ناحیه دو رشت، با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، ۲۵۰ دانش‌آموز پایه‌های هفتم، هشتم، و نهم مدارس متوسطه دوره اول ناحیه دو شهر رشت در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ (۱۲۵ دانش‌آموز پسر و ۱۲۵ دانش‌آموز دختر) انتخاب شدند و ابزارهای مورد مطالعه در این پژوهش بر روی آنها اجرا شد. همچنین به منظور رعایت نکات اخلاقی در این پژوهش، ابتدا رضایت دانش‌آموزان، والدین، و مسئولین مدرسه جلب شد و این امکان به دانش‌آموزان داده شد تا در هر مرحله از پژوهش که تمایل داشتند، انصراف دهند و به آنها اطمینان داده

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی و نتایج بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	کمینه	پیشینه	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
قلدری	۹	۳۰	۱۳/۶۴	۴/۳۲	۱/۳۶	۱/۸۷۱
زدخورد	۵	۲۰	۸/۲۸	۳/۱۷	۱/۲۲	۱/۲۱
قربانی	۴	۱۴	۵/۴۴	۲/۱۲	۱/۱۹	۱/۰۹
عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی	۶	۳۰	۱۳/۶۳	۶/۲۷	۰/۴۰	۱/۰۰
دشواری در انجام رفتار هدفمند	۵	۲۲	۱۳/۱۰	۴/۷۰	-۰/۱۸	-۰/۸۴
دشواری در مهار تکانه	۶	۲۶	۱۴/۴۳	۵/۳۹	۰/۲۳	-۰/۶۸
نبود آگاهی هیجانی	۶	۳۰	۱۸/۲۴	۶/۳۸	-۰/۵۵	-۰/۵۳
راهبردهای محدود	۸	۳۴	۱۸/۹۱	۶/۹۱	۰/۰۷	-۰/۸۴
نبود وضوح هیجانی	۵	۲۱	۱۸/۸۷	۳/۶۰	-۰/۳۷	-۰/۱۲
دشواری در تشخیص احساسات	۷	۳۳	۱۳/۶۸	۶/۸۶	۰/۸۵	-۰/۵۸
دشواری در توصیف احساسات	۵	۲۱	۱۱/۶۴	۴/۰۲	۰/۰۸	-۰/۹۲
تفکر برون‌مدار	۸	۳۰	۲۱/۸۶	۵/۸۲	-۱/۳۷	۱/۲۷

هیجانی و ناگویی طبیعی و خرده مؤلفه‌های آنها بر قلدری دانش‌آموزان از همبستگی گشتاوری پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ ارائه شده است.

مقدار چولگی و کشیدگی مشاهده شده برای تمامی متغیرها در بازه (۲، -۲) قرار دارد؛ یعنی توزیع متغیرها از لحاظ کجی و کشیدگی نرمال بوده و توزیع آنها متقارن است. برای بررسی نقش مشکلات تنظیم

جدول ۲: ماتریس همبستگی رابطه بین قلدری، مشکلات تنظیم هیجانی و ناگویی طبعی

متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱. قلدری	۱											
۲. زدوخورد	**۰/۶۸	۱										
۳. قربانی	*۰/۱۳	۰/۱۱	۱									
۴. عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی	**۰/۴۱	**۰/۳۵	**۰/۳۲	۱								
۵. دشواری در انجام رفتار هدفمند	**۰/۲۹	**۰/۲۳	**۰/۲۹	**۰/۶۸	۱							
۶. دشواری در مهار تکانه	**۰/۴۹	**۰/۳۷	**۰/۳۲	**۰/۷۴	**۰/۸۲	۱						
۷. نبود آگاهی هیجانی	**۰/۱۶	**۰/۲۵	*۰/۱۶	**۰/۴۴	**۰/۶۰	**۰/۵۴	۱					
۸. راهبردهای محدود	**۰/۳۲	**۰/۲۶	**۰/۲۹	**۰/۷۶	**۰/۷۹	**۰/۵۹	**۰/۵۹	۱				
۹. نبود وضوح هیجانی	**۰/۴۷	**۰/۴۵	**۰/۳۲	**۰/۵۲	**۰/۵۶	**۰/۵۸	**۰/۵۶	**۰/۶۳	۱			
۱۰. دشواری در تشخیص احساسات	**۰/۲۲	۰/۰۶	**۰/۳۰	**۰/۱۶	**۰/۲۶	**۰/۲۰	**۰/۲۶	**۰/۱۳	**۰/۷۷	۱		
۱۱. دشواری در توصیف احساسات	**۰/۳۱	**۰/۱۷	**۰/۲۱	**۰/۲۰	**۰/۳۴	**۰/۲۴	**۰/۳۴	**۰/۲۰	**۰/۴۶	**۰/۶۸	۱	
۱۲. تفکر برون‌مدار	**۰/۳۷	**۰/۳۱	**۰/۳۱	**۰/۴۰	**۰/۶۲	**۰/۵۲	**۰/۶۸	**۰/۵۱	**۰/۸۷	**۰/۹۲	**۰/۸۱	۱

جدول ۲ نتایج به دست آمده از ماتریس همبستگی را نشان می‌دهد که میان قلدری و مشکلات تنظیم هیجانی و ناگویی طبعی ارتباط وجود دارد. جدول ۳ نتایج رگرسیون هم‌زمان قلدری بر اساس مشکلات تنظیم

هیجانی و ناگویی طبعی را نشان می‌دهد. در این جدول مقادیر R ، R^2 برای معنی‌داری مدل رگرسیونی به همراه مقادیر B و $Beta$ برای هر یک از متغیرهای حاضر در مدل ارائه شده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون هم‌زمان برای پیش‌بینی قلدری بر اساس مشکلات تنظیم هیجانی و ناگویی طبعی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	R	R^2
رگرسیون	۲۱۵۵/۱۶	۹	۲۳۹/۴۶				
۱ باقی‌مانده	۲۴۹۴/۱۵	۲۴۰	۱۰/۳۹	۲۳/۰۴	$P < ۰/۰۰۱$	۰/۶۸۱	۰/۴۶۴
کل	۴۶۴۹/۳۱	۲۴۹					

همچنین با توجه به جدول ۴، اثرات عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی ($\beta = ۰/۲۱$)، دشواری در انجام رفتار هدفمند ($\beta = ۰/۴۳$)، دشواری در مهار تکانه ($\beta = ۰/۷۰$)، نبود آگاهی هیجانی ($\beta = ۰/۳۳$)، نبود وضوح هیجانی ($\beta = ۰/۳۲$) در سطح $۰/۰۱$ ؛ و راهبردهای محدود ($\beta = ۰/۲۱$)، دشواری در

تشخیص احساسات ($\beta = ۰/۱۶$)، دشواری در توصیف احساسات ($\beta = ۰/۲۳$)، و تفکر برون‌مدار ($\beta = ۰/۲۴$) در سطح $۰/۰۵$ معنی‌دار بوده و قادر به پیش‌بینی قلدری هستند.

جدول ۴: نتایج ضرایب مربوط به رگرسیون چندگانه هم‌زمان برای پیش‌بینی قلدری بر اساس مشکلات تنظیم هیجانی و ناگویی طبعی

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		سطح معناداری
	B	خطای استاندارد	Beta	t	
مقدار ثابت	۵/۳۰۷	۰/۸۴۷	-	۶/۲۶۵	۰/۰۰۱
عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی	۰/۱۴۶	۰/۰۵۵	۰/۲۱۱	۲/۶۵۸	۰/۰۰۸
دشواری در انجام رفتار هدفمند	۰/۳۹۷	۰/۰۸۸	۰/۴۳۲	۴/۴۸۲	۰/۰۰۱
دشواری در مهار تکانه	۰/۵۶۱	۰/۰۷۸	۰/۷۰۱	۷/۱۴۹	۰/۰۰۱
نبود آگاهی هیجانی	۰/۲۲۸	۰/۰۵۱	۰/۳۳۸	۴/۵۱۹	۰/۰۰۱

۰/۰۶۱	۰/۲۱۵	۰/۱۳۴	راهبردهای محدود
۰/۰۸۳	۴/۷۱۰	۰/۳۹۲	نبود وضوح هیجانی
۰/۰۵۰	۲/۰۴۴	۰/۱۰۱	دشواری در تشخیص احساسات
۰/۱۰۳	۲/۴۴۵	۰/۲۵۱	دشواری در توصیف احساسات
۰/۰۷۰	۲/۶۱۲	۰/۱۸۲	تفکر برون‌مدار

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به منظور بررسی رابطه قلدری، توانایی تنظیم هیجانی و ناگویی طبعی دانش آموزان پسر و دختر متوسطه اول انجام گرفت؛ بدین معنا که آیا بین رفتارهای قلدرانه، توانایی تنظیم هیجانی، و مشکلات در آن و ناگویی طبعی رابطه وجود دارد. بر طبق نتایج به دست آمده، مشکلات در تنظیم هیجانی و ناگویی طبعی قادر به پیش‌بینی قلدری هستند ($R^2=0/464$)؛ بدین معنا که مشکلات تنظیم هیجانی و ناگویی طبعی با قلدری دانش آموزان مرتبط بوده و می‌توانند پیش‌بینی‌کننده قلدری آنها باشند.

توانایی تنظیم هیجانی به‌عنوان عاملی مؤثر در قلدری، می‌تواند نقش بسزایی در افزایش و کاهش رفتارهای قلدرانه داشته باشد. هیجان‌ات به‌عنوان بخشی مهم از زندگی انسان‌ها، به تجارب معنی‌می‌بخشند، نشانه‌های مهمی در رابطه با پیرامون می‌دهند، و به چگونگی احساس، تفکر و عمل شکل می‌دهند که در این بین توانایی تنظیم هیجان‌ات بسیار حائز اهمیت است. توانایی تنظیم هیجانی یا اصلاح فرآیندهای دخیل در تولید و تظاهر هیجان‌ات توانایی بسیار مهمی است که در رابطه با قلدری می‌تواند تأثیرگذار باشد و در افزایش یا کاهش رفتارهای قلدرانه نقش مهمی را ایفا کند. مطالعات اسپنس و همکاران (۲۶)، کلسلی، زمان و دالایر (۲۷)، ریف و همکاران (۲۸)، شیلدز و سیچتی (۲۹)، شوارتز و پروکتر (۳۰)، و گارنر و هینتون (۳۱) همگی گویای اهمیت توانایی تنظیم هیجانی در قلدری هستند. نتایج پژوهش حاضر هم نشان می‌دهد که مشکل در توانایی تنظیم هیجانی با قلدری مرتبط است و نقش مهمی را در آن ایفا می‌کند، بدین معنا که افزایش مشکلات در توانایی تنظیم هیجانی می‌تواند رفتارهای قلدرانه را در پی داشته باشد. در تبیین این موضوع با در نظر گرفتن مدل تنظیم هیجان گراس باید اذعان داشت که در پدیده قلدری، نقص‌هایی در ابعاد مختلف هیجانی وجود دارد که منجر به قلدری، زد و خود، و قربانی قلدری شدن می‌شود. در واقع،

مشکلات در پذیرش پاسخ‌های هیجانی و رفتارهای هدفمند، دشواری در مهار تکانه، نبود آگاهی و وضوح هیجانی، و همچنین نداشتن راهبردهای هیجانی مناسب باعث می‌شود که دانش آموزان در سطوح فردی، بین فردی، و جمعی با مشکلات بیشتری مواجه شوند و قادر به حل آن از طریق روش‌های مقابله‌ای کارآمد نباشند؛ در نتیجه قلدری به‌عنوان مکانیسمی برای مقابله با مشکلات استفاده می‌شود. بر همین اساس، توانایی تنظیم هیجانی یک عامل پیش‌بینی‌کننده مهم در قلدری است که سطوح پایین این توانایی می‌تواند سطوح بالای قلدری را پیش‌بینی کند.

همچنین ناگویی طبعی از جمله متغیرهای مرتبط با قلدری است که می‌تواند نقش بسزایی در افزایش و کاهش رفتارهای قلدرانه داشته باشد. ناگویی طبعی سازه شخصیتی است که مشکل در شناسایی، توصیف، و سبک تفکر بیرونی را شامل می‌شود که نشانگر نارسایی در فرایند پردازش شناختی تجارب هیجانی است. رابطه ناگویی طبعی با جنبه‌های مختلفی همچون رضایت از روابط صمیمی و همدلی نشان‌دهنده نقش ناگویی طبعی در قلدری است. بر این اساس می‌توان اذعان داشت، ناگویی خلقی از طریق ایجاد محدودیت در ابراز و شناسایی هیجان‌ات و احساسات (۳۳) عاملی مرتبط با قلدری به شمار می‌رود؛ بدین معنا که نوجوانان با ناگویی هیجانی، در تشخیص، توصیف احساسات و هیجان‌ات، و تفکر بیرونی مشکل دارند و در نتیجه ممکن است از راهبردهای دیگری همچون پرخاشگری و قلدری بهره‌گیرند. در همین رابطه، پژوهش‌های گاریسچ و ویلسون (۳۵)، جیوزو و همکاران (۳۶)، آریکاک و اوزبی (۳۷)، و واچز و رایت (۳۸) نشان می‌دهند، ناگویی طبعی عاملی مؤثر در قلدری نوجوانان است. نتایج مطالعه پیش‌رو نیز بیانگر نقش مهم ناگویی طبعی در قلدری است و ارتباط ناگویی طبعی با قلدری را نشان می‌دهد و بیانگر نقش ناگویی طبعی در پیش‌بینی قلدری است. در همین راستا باید اذعان داشت که دانش‌آموزانی که در شناسایی و توصیف هیجان‌ات مشکل دارند قادر به ارزیابی درست هیجان‌ات خود و

دیگران نیستند که در نتیجه آن سوءبرداشت‌ها و تحریفات هیجانی و اجتماعی ایجاد می‌شود و در روابط بین‌فردی آنها مشکلاتی پدید می‌آورد. بر همین اساس، ناگویی هیجانی نیز به ایجاد مشکلات بین‌فردی و همچنین پایداری و تشدید آنها منجر می‌شود که در نتیجه، ابعاد مختلف قلدری شامل قلدری، زدوخورده، و قربانی قلدری شدن اتفاق می‌افتد.

در مجموع نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهند، ابعاد هیجانی همچون ناگویی طبیعی و توانایی تنظیم هیجانی عاملی تأثیرگذار در قلدری و به‌ویژه قلدری دانش‌آموزان هستند. در واقع وجود ناگویی طبیعی و مشکلات در تنظیم هیجانی با رفتارهای قلدرانه مرتبط هستند؛ بنابراین با توجه به اهمیت ناگویی طبیعی و مشکلات تنظیم هیجانی، استفاده از روش‌های مداخله و آموزش راهبردهای تنظیم، توصیف، و تشخیص هیجانات می‌توانند در کاهش قلدری و رفتارهای قلدرانه بسیار مؤثر باشند.

در انتها بیان این نکته ضروری است که پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی نیز است. جامعه آماری این پژوهش، کودکان ۱۳ تا ۱۵ ساله پسر و دختر پایه‌های هفتم تا نهم مدارس متوسطه دوره اول ناحیه دو شهر رشت در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ بودند به همین دلیل در تعمیم نتایج به سایر گروه‌های سنی و تحصیلی باید جانب احتیاط رعایت شود. روش نمونه‌گیری در پژوهش حاضر، غیر تصادفی بود که از آن می‌توان به‌عنوان یکی از محدودیت‌های روش‌شناختی نام برد. همچنین عواملی مزاحم همچون شرایط زیستی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی دانش‌آموزان و والدینشان در مطالعه حاضر کنترل نشدند. در همین راستا

پیشنهاد می‌شود، پژوهش‌های دیگر با بررسی متغیرهای ذکر شده و رفع محدودیت‌های روش‌شناختی تا جای امکان به دقت و تعمیم‌دهی نتایج بیفزایند. استفاده از پرسشنامه‌های خودگزارشی در این مطالعه به‌عنوان تنها ابزار اندازه‌گیری متغیرها از دیگر محدودیت‌های این پژوهش است؛ بدین معنا که ممکن است دانش‌آموزان درک درستی از تعاملات قلدرانه، مشکلات تنظیم هیجانی، و ناگویی هیجانی نداشته باشند. همچنین مواردی همچون پاسخ اجتماعی مطلوب و ارزیابی مناسب از وضعیت خود می‌تواند در چگونگی پاسخ‌دهی شرکت‌کنندگان پژوهش مؤثر بوده باشد. به همین دلیل پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی از روش‌های چندبعدی‌تر و گسترده‌تر و روش‌های اندازه‌گیری گوناگون استفاده شود. در پایان پیشنهاد می‌شود، ارتباط قلدری را با دیگر متغیرهای روان‌شناختی مرتبط با سنین بلوغ و نوجوانی در محیط‌های متفاوت از محیط تحصیل نیز مورد بررسی قرار گیرد.

تشکر و قدردانی: این مطالعه به‌صورت مستقل اجرا شده است و حاصل پایان‌نامه و طرح پژوهشی مصوب نیست. مجوز اجرایی این پژوهش توسط اداره آموزش و پرورش ناحیه دو شهر رشت با شماره نامه ۳۷۰۲/۱۹۵۴۵/۹۳۷ در تاریخ ۱۳۹۶ صادر شد. بدین وسیله از افراد نمونه شرکت‌کننده در این پژوهش و والدینشان، اداره آموزش و پرورش استان گیلان، و همکاران مدارس ناحیه دو شهر رشت که در اجرای این پژوهش همکاری کاملی داشتند، تشکر و قدردانی می‌شود.

تضاد منافع: این پژوهش برای نویسندگان هیچ‌گونه تضاد منافی به دنبال نداشته است.

References

- Hymel S, Swearer SM. Four decades of research on school bullying: an introduction. *Am Psychol*. 2015; 70(4): 293-299. [Link]
- Rettew DC, Pawlowski S. Bullying. *Child Adolesc Psychiatr Clin N Am*. 2016; 25(2): 235-242. [Link]
- Walters GD, Espelage DL. From victim to victimizer: Hostility, anger, and depression as mediators of the bullying victimization-bullying perpetration association. *J Sch Psychol*. 2018; 68:73-83. [Link]
- Rigby K, Smith PK. Is school bullying really on the rise? *Soc Psychol Educ*. 2011; 14(4): 441-455. [Link]
- Salmon S, Turner S, Taillieu T, Fortier J, Afifi TO. Bullying victimization experiences among middle and high school adolescents: Traditional bullying, discriminatory harassment, and cybervictimization. *J Adolesc*. 2018; 63: 29-40. [Link]
- Volk AA, Dane AV, Marini ZA. What is bullying? A theoretical redefinition. *Dev Rev*. 2014; 34(4): 327-343. [Link]
- Elgar FJ, McKinnon B, Walsh SD, Freeman J, D Donnelly P, de Matos MG, et al. Structural determinants of youth bullying and fighting in 79 countries. *J Adolesc Health*. 2015; 57(6): 643-650. [Link]
- Srabstein JC, Leventhal BL. Prevention of bullying-related morbidity and mortality: a call for public health policies. *Bull World Health Organ*. 2010; 88(6): 403. [Link]
- Bjereld Y, Daneback K, Petzold M. Differences in prevalence of bullying victimization between native and immigrant children in the Nordic countries: a parent-reported serial cross-sectional study. *Child Care Health Dev*. 2015; 41(4): 593-599. [Link]
- Fleming LC, Jacobsen KH. Bullying among middle-school students in low and middle income countries. *Health Promot Int*. 2010; 25(1): 73-84. [Link]
- Kazarian SS, Ammar J. School bullying in the Arab world: a review. *The Arab Journal of Psychiatry*. 2013; 44(473): 1-18. [Link]
- Scott JG, Moore SE, Sly PD, Norman RE. Bullying in children and adolescents: a modifiable risk factor for mental illness. *Aust N Z J Psychiatry*. 2014; 48(3): 209-212. [Link]
- Klomek AB, Sourander A, Elonheimo H. Bullying by peers in childhood and effects on psychopathology, suicidality, and criminality in adulthood. *Lancet Psychiatry*. 2015; 2(10): 930-941. [Link]
- Volk AA, Schiralli K, Xia X, Zhao J, Dane AV. Adolescent bullying and personality: A cross-cultural approach. *Pers Individ Dif*. 2018; 125: 126-132. [Link]
- Kaltiala-Heino R., Fröjd S. Correlation between bullying and clinical depression in adolescent patients. *Adolesc Health Med Ther*. 2011; 2: 37-44. [Link]
- McCabe RE, Antony MM, Summerfeldt LJ, Liss A, Swinson RP. Preliminary examination of the relationship between anxiety disorders in adults and self-reported history of teasing or bullying experiences. *Cogn Behav Ther*. 2003; 32(4): 187-193. [Link]
- Thomas HJ, Chan GCK, Scott JG, Connor JP, Kelly AB, Williams J. Association of different forms of bullying victimisation with adolescents' psychological distress and reduced emotional wellbeing. *Aust N Z J Psychiatry*. 2016; 50(4): 371-379. [Link]
- Chester KL, Spencer NH, Whiting L, Brooks FM. Association between experiencing relational bullying and adolescent health-related quality of life. *J Sch Health*. 2017; 87(11): 865-872. [Link]
- Modin B, Låftman SB, Östberg V. Bullying in context: An analysis of psychosomatic complaints among adolescents in Stockholm. *J Sch Violence*. 2015; 14(4): 382-404. [Link]
- McMahon EM, Reulbach U, Keeley H, Perry IJ, Arensman E. Reprint of: bullying victimization, self-harm and associated factors in Irish adolescent boys. *Soc Sci Med*. 2012; 74(4): 490-497. [Link]
- Dukes RL, Stein JA, Zane JI. Gender differences in the relative impact of physical and relational bullying on adolescent injury and weapon carrying. *J Sch Psychol*. 2010; 48(6): 511-532. [Link]
- Jazaieri H, Morrison AS, Goldin PR, Gross JJ. Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Curr Psychiatry Rep*. 2015; 17:531. [Link]
- Gross JJ, Thompson RA. Emotion regulation: conceptual foundations. In: Gross JJ, editor. *Handbook of emotion regulation*. New York, NY, US: The Guilford Press; 2007, pp: 3-24. [Link]
- Gratz KL, Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *J Psychopathol Behav Assess*. 2004; 26(1): 41-54. [Link]
- Lang J. The efficacy of emotional intelligence training for the emotion regulation of bullying students: A randomized controlled trial. *NeuroQuantology*. 2018; 16(2): 83-88. [Link]

26. Spence SH, De Young A, Toon C, Bond S. Longitudinal examination of the associations between emotional dysregulation, coping responses to peer provocation, and victimization in children. *Aust J Psychol.* 2009; 61(3): 145-155. [\[Link\]](#)
27. Kelsey C, Zeman J, Dallaire D. Emotion correlates of bullies, victims, and bully-victims in African American children. *J Black Psychol.* 2017; 43(7): 688-713. [\[Link\]](#)
28. Rieffe C, Camodeca M, Pouw LBC, Lange AMC, Stockmann L. Don't anger me! Bullying, victimization, and emotion dysregulation in young adolescents with ASD. *Eur J Dev Psychol.* 2012; 9(3): 351-370. [\[Link\]](#)
29. Shields A, Cicchetti D. Parental maltreatment and emotion dysregulation as risk factors for bullying and victimization in middle childhood. *J Clin Child Adolesc Psychol.* 2001; 30(3): 349-363. [\[Link\]](#)
30. Schwartz D, Proctor LJ. Community violence exposure and children's social adjustment in the school peer group: The mediating roles of emotion regulation and social cognition. *J Consult Clin Psychol.* 2000; 68(4): 670-683. [\[Link\]](#)
31. Garner PW, Hinton TS. Emotional display rules and emotion self-regulation: Associations with bullying and victimization in community-based after school programs. *J Community Appl Soc Psychol.* 2010; 20(6): 480-496. [\[Link\]](#)
32. Ziadni MS, Jasinski MJ, Labouvie-Vief G, Lumley MA. Alexithymia, defenses, and ego strength: cross-sectional and longitudinal relationships with psychological well-being and depression. *J Happiness Stud.* 2017; 18(6): 1799-1813. [\[Link\]](#)
33. Lumley MA, Neely LC, Burger AJ. The assessment of alexithymia in medical settings: implications for understanding and treating health problems. *J Pers Assess.* 2007; 89(3): 230-246. [\[Link\]](#)
34. Lane RD, Sechrest L, Riedel R, Shapiro DE, Kaszniak AW. Pervasive emotion recognition deficit common to alexithymia and the repressive coping style. *Psychosom Med.* 2000; 62(4): 492-501. [\[Link\]](#)
35. Garisch JA, Wilson MS. Vulnerabilities to deliberate self-harm among adolescents: the role of alexithymia and victimization. *Br J Clin Psychol.* 2010; 49(Pt 2): 151-162. [\[Link\]](#)
36. Guzzo G, Pace U, Lo Cascio V, Craparo G, Schimmenti A. Bullying victimization, post-traumatic symptoms, and the mediating role of alexithymia. *Child Indic Res.* 2014; 7(1): 141-153. [\[Link\]](#)
37. Aricak OT, Ozbay A. Investigation of the relationship between cyber bullying, cyber victimization, and alexithymia and anger expression styles among adolescents. *Comput Human Behav.* 2016; 55:278-285. [\[Link\]](#)
38. Wachs S, Wright MF. Bullying and alexithymia: Are there differences between traditional, cyber, combined bullies, and nonbullies in reading their own emotions? *Crim Behav Ment Health.* 2018; 28(5): 409-413. [\[Link\]](#)
39. Espelage DL, Holt M. Bullying and victimization during early adolescence. *Journal of Emotional Abuse.* 2001; 2(2-3): 123-142. [\[Link\]](#)
40. Chalmeh R. Psychometrics Properties of the Illinois bullying scale (IBS) in Iranian students: validity, reliability and factor structure. *Journal of Psychological Models and Methods.* 2014; 3(11): 39-52. [Persian]. [\[Link\]](#)
41. Khanzadeh M, Saediyan M, Hosseinchari M, Edrissi F. Factor structure and psychometric properties of difficulties in emotional regulation scale. *International Journal of Behavioral Sciences.* 2012; 6(1): 87-96. [Persian]. [\[Link\]](#)
42. Bagby RM, Taylor GJ, Parker JD. The twenty-item Toronto alexithymia scale-ii. Convergent, discriminant, and concurrent validity. *J Psychosom Res.* 1994; 38(1): 33-40. [\[Link\]](#)
43. Parker JDA, Taylor GJ, Bagby RM. The relationship between emotional intelligence and alexithymia. *Pers Individ Dif.* 2001; 30(1): 107-115. [\[Link\]](#)
44. Besharat MA. Reliability and factorial validity of a Farsi version of the 20-item Toronto Alexithymia Scale with a sample of Iranian students. *Psychol Rep.* 2007; 101(1): 209-220. [\[Link\]](#)