

# تأثیر آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی بر دانش‌آموزان دختر قربانی قلدری سایبری در مدارس دوره متوسطه دوم

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۷/۱۹

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۴/۱۶

فریبرز صدیقی ارفعی<sup>۱</sup>، ریحانه تابش<sup>۲</sup>، مهدیه جعفری‌ده‌آبادی<sup>۳</sup>

از صفحه ۱۲۱ تا ۱۴۰

## چکیده

**زمینه و هدف:** قلدری سایبری پدیده‌ای است که با ظهور و پیشرفت اینترنت پدید آمده و چالش‌های مربوط به خود را طلب می‌کند. هدف پژوهش بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی بر دانش‌آموزان دختر قربانی قلدری سایبری در مدارس دوره متوسطه دوم می‌باشد.

**روش‌شناسی:** این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از لحاظ نوع، کمی با روش نیمه‌آزمایشی (پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه) است. جامعه آماری را دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه (۹۸-۹۹) تشکیل دادند که از این میان تعداد ۳۰ نفر از آن‌ها که در پرسشنامه قربانی سایبری بالاترین نمره را کسب کرده بودند به صورت تصادفی گزینش و در دو گروه گواه و آزمایش جایگزین شدند. ابزار پژوهش حاضر پرسشنامه تجربه قربانی سایبری (آنتونادو و همکاران، ۲۰۱۶) و ابزار وجود شرینگ (شرینگ، ۱۹۸۰) بود که ضریب پایایی این مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۶۹ (بشرپور و زردی، ۱۳۹۸) و ۰/۸۸ (خلعتبری و همکاران، ۱۳۸۹) گزارش شده است. سپس برنامه آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزانه در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای برای اعضای گروه آزمایش اجرا گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها، از آزمون تحلیل کواریانس تک متغیری استفاده شد.

**یافته‌ها:** یافته‌ی پژوهش حاضر نشان داد که آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی موجب تغییر معنادار در نمرات قربانی سایبری در مرحله پس‌آزمون شده است ( $F=۸۰/۶۸$ ،  $P \leq ۰/۰۰۱$ ). پیگیری نتایج در یک دوره ۶ ماهه نیز حاکی از ماندگاری اثر آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی بود.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج پژوهش مشخص شد که آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی به نوجوانان موجب کاهش تجربه قربانی سایبری در این گروه سنی می‌شود و می‌توان با بهره‌گرفتن از چنین آموزش‌هایی، از وقوع آسیب‌های اجتماعی پیشگیری کرد.

**واژه‌های کلیدی:** مهارت‌های جرأت‌ورزی، قربانی سایبری، قلدری سایبری.

۱- دانشیار و عضو هیئت علمی دانشگاه کاشان، کاشان، تهران، رایانامه: fsa@kashanu.ac.ir

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران، رایانه: reyhaneatabesh@yahoo.com

۳- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران، رایانه: m.jafari1185@yahoo.com

ظهور رسانه‌های ارتباطی جدید و در رأس آن‌ها اینترنت و ماهواره، به طور چشمگیری به افزایش پیچیدگی شبکه‌های ارتباطی در جهان نوین کنونی منجر شده است. فضای سایبری فرصت‌های بی‌سابقه‌ای برای ارتباط با دیگران، یادگیری و کاوش در خود (بلیس<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۸:۵۲۴) برای کاربران فراهم می‌کند، اما علیرغم مزایای فراوان، تعاملات سایبری خطراتی نیز به همراه دارد، مانند درگیر شدن در رفتار قلدری، چه به عنوان مجرم چه به عنوان قربانی (گاسر، مک‌لای و پالفری<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰:۱۲).

قلدری در معنای عام به عنوان یک عمل پرخاشگرانه تعریف می‌شود که بارها از طرف فرد یا گروهی از افراد تکرار شده و در بردارنده قدرتی نامساوی بین فرد قلدر و فرد مورد هدف یا قربانی است (کوالسکی و لیمبر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۷:۲۲)؛ که در گذشته در میان نوجوانان به شکل سنتی و از طریق تعاملات واقعی و چهره به چهره اتفاق می‌افتاد. اما با ظهور اینترنت و فناوری‌های الکترونیکی دیگر، شکل جدیدی به خود گرفته و از حالت فیزیکی به صورت مجازی درآمده است. قلدری سایبری<sup>۴</sup> با انجام رفتارهای عمدی و تکرارشونده‌ی آزارنده از طریق کامپیوتر، تلفن و دیگر وسایل الکترونیکی تعریف می‌شود (پاتچین و هیندوجا<sup>۵</sup>، ۲۰۱۱:۷۲۸). مطالعات نشان داده‌اند که قلدری سایبری با اشکال سنتی قلدری رابطه مستقیم دارد (اسمیت<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۰۸:۳۷۷؛ جوونن و گروس<sup>۷</sup>، ۲۰۰۸:۴۹۷). اما با این وجود هرکدام ویژگی‌های خاص خود را دارند. در واقع آنچه باعث تمایز قلدری سنتی و سایبری می‌شود، ماهیت تغییریافته ارتباطات و تعاملات نوجوانان با یکدیگر به سبب استفاده فزاینده آنان از تکنولوژی‌های جدید است (وانگ، لانوتی و نانس<sup>۸</sup>، ۲۰۰۹:۳۶۹). هم‌چنین در قلدری سایبری، ناشناس بودن احتمالی مجرم و وجود فاصله‌ای که دستگاه‌های الکترونیکی از آن اطمینان می‌دهند، موجب بی‌اطلاعی قلدرهای سایبری از پیامدهای رفتارشان می‌گردد و باعث می‌شود با قربانیان خود با

1 - Blais

2 - Gasser, Maclay &amp; Palfrey

3 - Kowalski &amp; Limber

4 - Cyber bullying

5 - Patchin &amp; Hinduja

6 - Smith

7 - Juvonen &amp; Gross

8 - Wang, Iannotti &amp; Nansel

روش‌هایی حتی خشن‌تر و زنده‌تر از قلدری‌های رو در رو رفتار کنند و همدلی بالقوه آنان نسبت به قربانیان کاهش یابد. به طوری که بلیس (۲۰۰۸) در یک مطالعه طولی نشان داد که مشارکت در قلدری سایبری، به عنوان مجرم یا قربانی، بیش از قلدری سنتی بهزیستی روانشناختی افراد را تهدید می‌کند و به طور خاص، در قربانیان قلدری سایبری کیفیت زندگی، احساس رفاه و تعلق به طور چشمگیری کاهش می‌یابد. هم‌چنین پریشانی عاطفی (یبارا و میچل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴)، سرخوردگی، عصبانیت و خشم، اندوه و گریه، اضطراب، خجالت، ترس و سرزنش خود، تمرکز پایین، پیشرفت تحصیلی کم و غیبت از مدرسه (برن و لی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵:۲۶۶) از دیگر علایمی است که قربانیان سایبری ممکن است آن را تجربه کنند.

در خصوص شیوع پدیده قلدری آمارهای متفاوتی در مطالعات گوناگون گزارش شده است اما به طور کلی می‌توان گفت میزان شیوع قربانیان قلدری سایبری از ۴/۸٪ (سوراند<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۰:۷۲۲) تا ۵۵/۳٪ (دیلماک<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹:۱۳۱۴) در تمام گروه‌های سنی در نوسان می‌باشد. برخی مطالعات نیز نشان داده‌اند که میزان قربانی شدن در دختران بیشتر است و آن‌ها مشکلات بیشتری را تجربه می‌کنند (بکمن<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۳:۱۸۹۶؛ ناوارو<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۳:۷۳۴؛ اسمیت و همکاران، ۲۰۰۸:۳۸۳)

به هرحال قلدری سایبری یکی از ناهنجاری‌هایی است که به موازات پیشرفت فناوری‌های الکترونیکی و ادغام آن با زندگی افراد به خصوص جوانان و نوجوانان به وجود آمده و به عنوان پدیده‌ای رو به رشد، تبعات گسترده‌ای هم برای فرد قلدر و هم برای قربانی به همراه دارد. با عنایت به این نکته که استفاده از تلفن‌های همراه و اینترنت امکان گسترده شدن صدمات و حملات علیه قربانیان را افزایش می‌دهد و گاهی این نوع زورگویی را برای شخص قربانی ناراحت کننده‌تر و آسیب‌زاتر جلوه می‌دهد، شناسایی عوامل پیشگیرانه جهت کنترل اثرات پدیده قربانی شدن از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در این خصوص برخی مطالعات نشان داده که مهارت‌های اجتماعی

1 - Ybarra & Mitchell  
 2 - Beran & Li  
 3 - Sourander  
 4 - Dilmac  
 5 - Beckman  
 6 - Navarro

ضعیف، وابستگی زیاد به دیگران و اعتماد به نفس پایین احتمال قربانی شدن افراد را افزایش می‌دهد (رز کراسنور<sup>۱</sup>، ۱۹۹۷: ۱۱۳؛ پرن، دولی، شاو و کراس<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰: ۲)؛ بنابراین آگاه‌سازی افراد در خصوص اتخاذ واکنش مناسب در مقابل قلدری و استفاده از روش‌هایی جهت بهبود روابط بین‌فردی و بالا بردن اعتماد به نفس افراد می‌تواند در کاهش قربانی شدن و مشکلات ناشی از آن کمک‌کننده باشد. از جمله آموزش‌هایی که می‌تواند نقش مؤثری در این زمینه داشته باشد «آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی» است. برنامه آموزش جرأت‌ورزی به افراد کمک می‌کند تا عقاید و رفتارهای جرأت‌مندانه را در خود را بهبود ببخشند، با دید بهتر به خود نگریده و به طور مناسب عواطف و تفکرات فردی خود را نشان دهند و در نتیجه روابط میان فردی مؤثرتری با دیگران برقرار کنند (به‌پژوه و حجازی، ۱۳۸۶: ۲۶).

در نهایت با توجه به شیوع پدیده قلدری سایبری در بستر اینترنت و فناوری‌های الکترونیکی دیگر و اثرات جدی و مخرب آن بر قربانیان مانند افسردگی، اضطراب، عزت‌نفس پایین، احساس خشم، گرایش به خودکشی، سوال اصلی پژوهش حاضر این است که تأثیر آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی بر دانش‌آموزان دختر قربانی قلدری سایبری در مدارس دوره متوسطه دوم چگونه است؟

## مبانی نظری و پیشینه پژوهش

### قلدری<sup>۳</sup>

بررسی رفتار زورگویانه با کارهای آغازین الویوس<sup>۴</sup> (دهه ۱۹۷۰) در نروژ شروع شد، اما پس از آن در سرتاسر جهان به یکی از موضوع‌های پژوهشی پربسامد در سال‌های اخیر تبدیل شده است. الویوس (۱۹۷۸) در آغاز، زورگویی را به عنوان کاربرد سیستماتیک خشونت فیزیکی و یا روانی به وسیله یک یا چند نفر علیه فردی دیگر تعریف کرد. او بعدها تعریف بازنگری شده‌ای را مطرح کرد؛ مبنی بر اینکه زورگویی، آزار دادن مزمن روانی یا جسمی شخص است. به نظر آرورا<sup>۵</sup> (۱۹۹۸)، زورگویی کسب یا

1 - Rose-Krasnor

2 - Perren, Dooley, Shaw & Cross

3 - Bullying

4 - Olweus

5 - Arora

تداوم تسلط اجتماعی از طریق رفتارهای پرخاشگرانه است و به این دلیل رخ می‌دهد که قربانیان مهارت‌ها یا قابلیت‌های لازم برای پیوستن به گروه همسالان را ندارند. اسمیت و شارپ<sup>۱</sup> (۱۹۹۴) قلدری را به عنوان یک عمل یا رفتاری پرخاشگرانه که به طور عمدی توسط یک گروه یا یک شخص علیه فردی انجام می‌شود که نمی‌تواند به راحتی از خود دفاع کند و به عبارت دیگر پدیده‌ای مبتنی بر عدم تعادل قدرت است.

با وجود تعاریف مختلفی که از رفتار زورگویانه و قلدرانه وجود دارد اما پژوهشگران این حوزه درباره‌ی تعریف این پدیده به توافقی نسبی رسیده‌اند. در واقع همه تعاریف در موارد زیر اتفاق نظر دارند: (۱) زورگویی یک رفتار پرخاشگرانه است، (۲) بین فرد زورگو و قربانی نابرابری قدرت وجود دارد، (۳) زورگویی دو بُعد جسمی و روانشناختی دارد و (۴) زورگویی رفتاری عمدی، هدفمند و تکرار شونده است (راگی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴:۲۸۸).

رفتار قلدری می‌تواند به صورت مستقیم و غیرمستقیم اتفاق بیفتد. قلدری مستقیم مانند درگیری‌های فیزیکی و قلدری غیرمستقیم شامل روش‌های غیرحضوری مانند غیبت و بدگویی، شایعه پراکنی است. در واقع قلدری غیرمستقیم به فعالیت‌های عمدتاً ناآشکار که نیازی به رویارویی مستقیم بین فرد قلدر و قربانی ندارد اطلاق می‌شود. تعریف قلدری غیرمستقیم شامل مؤلفه‌هایی است که با تعریف فعلی قلدری سایبری همپوشانی دارند (شنک و فرومو<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲:۲۲). قلدری سایبری عملی تکراری و عمدی است که با هدف آسیب رساندن به شخص دیگر از طریق فناوری‌هایی چون ایمیل، پیامک، شبکه‌های اجتماعی و ... انجام می‌شود که می‌تواند توسط یک فرد یا گروهی از افراد انجام شود (برن و لی، ۲۰۰۵:۵). برخلاف قلدری سنتی، قلدری سایبری نیاز به برخورد رودررو یا مکان فیزیکی ندارد و می‌تواند کاملاً ناشناس اتفاق بیفتد (ماسن<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸:۳۲۳). پاتچین و هیندوجا (۲۰۰۸:۱۳۲) نیز قلدری سایبری را انجام رفتارهای عمدی و تکرارشونده‌ی آزارنده از طریق کامپیوتر، تلفن و دیگر وسایل الکترونیکی تعریف کرده‌اند. در واقع در فضای سایبری، افراد قلدر برای آزار رساندن و زورگویی نسبت به همسالانشان از روش‌های جدیدتری چون مزاحمت‌های تلفنی یا نشر تصاویر یا مطالب

1 - Smith & Sharp

2 - Rigby

3 - Schenk & Fremouw

4 - Mason

واقعی یا غیرواقعی درباره‌ی آن‌ها در فضای مجازی استفاده می‌کنند (پاتچین و هیندوچا، ۲۰۱۱: ۷۲۸). اشکال مختلف قلدری سایبری شامل پیام فوری، پخش شایعه، دست انداختن، تحقیر کردن و تهدید جسمانی می‌باشد (لی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۷: ۴۳۷).

مفهومی که ارتباط بسیار نزدیکی با قلدری دارد، قربانی شدن است. قربانی شدن را به صورت «رفتارهایی که گروهی از افراد به دلیل مورد هدف قرار گرفتن رفتارهای قلدرانه دیگران تجربه می‌کنند» تعریف کرده‌اند. مطالعات زیادی اثرات منفی روانی، اجتماعی و تحصیلی را در دانش‌آموزان قربانی تأیید کرده‌اند از جمله افسردگی، اضطراب اجتماعی، سرخوردگی و ناامیدی، عزت نفس پایین، احساس خشم، خجالت، ترس، سرزنش کردن خود (دیدن<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۹؛ کاتزر<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۹؛ بران و لی، ۲۰۰۵: ۲۶۶)، گرایش به مصرف مواد، مدرسه‌گریزی، پیشرفت تحصیلی کمتر، و گرایش به خودکشی (برن و لی، ۲۰۰۵: ۲۷۰؛ ماسن، ۲۰۰۸: ۳۲۸؛ کشفی و جلیلوند، ۱۳۹۸: ۱۶۷).

### مهارت‌های جرأت‌ورزی

مفهوم جرأت‌ورزی<sup>۴</sup> اولین بار توسط ولپه به کار برده شد و آن را «ابراز مناسب هرگونه هیجان غیر از اضطراب به شیوه‌ای که از نظر اجتماعی قابل قبول باشد» تعریف کرد (ولپه<sup>۵</sup>، ۱۹۹۳). لانگ و جاکوبوسکی<sup>۶</sup> جرأت‌ورزی را به معنای گرفتن حقوق خود و ابراز افکار، احساسات و اعتقادات خویش به نحوی مناسب و صادقانه به طوری که حقوق دیگران را زیر پا نگذاریم تعریف می‌کنند. از نگاه آورکیوا، چایکا و گلوشکو<sup>۷</sup> (۲۰۱۵)، رفتار جرأت‌ورزی ابراز خالصانه نظرات، باورها و احساسات است و در آن حقوق فرد با شان و احترام حفظ می‌شود. مطالعات نشان داده که آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی، دانش، باورها، عزت نفس، خودکارآمدی و جرأت‌ورزی افراد را بهبود می‌بخشد و آن‌ها را قادر می‌سازد تا نگرش‌های منفی خود را تغییر داده و روابط بین فردی ارزشمندی را شکل

1- Li

2 - Didden

3 - Katzer

4 - Assertiveness

5 - Wolpe

6 - Lange & jakuboski

7 - Averkieva, Chayka & Glushkov

دهند (بوکت<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶: ۶۹۲). برنامه آموزشی جرأت‌ورزی یک شیوه مداخله‌ای ساختار یافته است که به افراد کمک می‌کند تا خود پنداره خود را تغییر دهند و از این طریق نیازها، افکار و اندیشه‌های خود را به شکل متناسب بیان کنند. افراد جرأت‌مند روابط نزدیکی با دیگران دارند، به دیگران اجازه نمی‌دهند که از آنها سو استفاده کنند و بدون احساس گناه و اضطراب یا تخطی از حقوق دیگران، می‌توانند افکارهای منفی و مثبت خودشان را بیان کنند (گوندوغدو<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲: ۱۳؛ توکلی و همکاران، ۲۰۱۴: ۱۸).

بشرپور و همکاران (۱۳۹۲) در مطالعه‌ای به بررسی ارتباط شیوه‌های تنظیم و ابراز هیجان با رفتارهای قلدری در دانش‌آموزان نوجوان پرداختند و نشان دادند که شیوه‌های تنظیم و ابراز هیجان ۳۶٪ واریانس قربانی قلدری شدن را تبیین می‌کند. بدری و زمانلوی (۱۳۹۵) در پژوهش خود با عنوان اثربخشی آموزش جرأت‌ورزی بر بهبود کیفیت زندگی نوجوانان دختر قربانی خشونت، دریافتند که آموزش جرأت‌ورزی بر کیفیت زندگی، سلامت روان و روابط اجتماعی آن‌ها تأثیر مثبت دارد. در پژوهشی دیگر، قدم‌پور، رضایی و سلیمی (۱۳۹۷) در مطالعه با هدف تدوین مدل ساختاری پیش‌بینی قربانی شدن قلدری از طریق عوامل محیطی و مهارت‌های ارتباطی با واسطه‌گری آسفتگی روانشناختی دریافتند که افزایش نمرات مهارت‌های ارتباطی یکی از پیش‌بین‌های قدرتمند برای کاهش میزان قربانی شدن در دانش‌آموزان می‌باشد. اکبری بلوطبنگان و همکاران (۱۳۹۸) در مطالعه‌ای تحت عنوان اثربخشی برنامه آموزش جرأت‌ورزی بر عزت‌نفس و خودپنداره تحصیلی پسران قربانی قلدری، دریافتند که این آموزش موجب افزایش معنادار سطح عزت‌نفس در آن‌ها می‌شود. فوکس و بولتون<sup>۳</sup> (۲۰۱۰) در پژوهشی با عنوان «ارزیابی اثربخشی برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی بر قربانیان قلدری» افزایش معناداری را در سطح عزت‌نفس و خودارزشی افراد گروه آزمایش گزارش کردند. کویو<sup>۴</sup> (۲۰۱۲) در مطالعه‌ای تحت عنوان آموزش مهارت‌های اجتماعی در افراد قلدر و قربانی دریافتند که نتایج حاکی از کاهش معناداری در میزان قلدری و قربانی می‌باشد. جنکینس<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهشی به

1 - Boket

2 - Gundogdu

3 - Fox &amp; Boulton

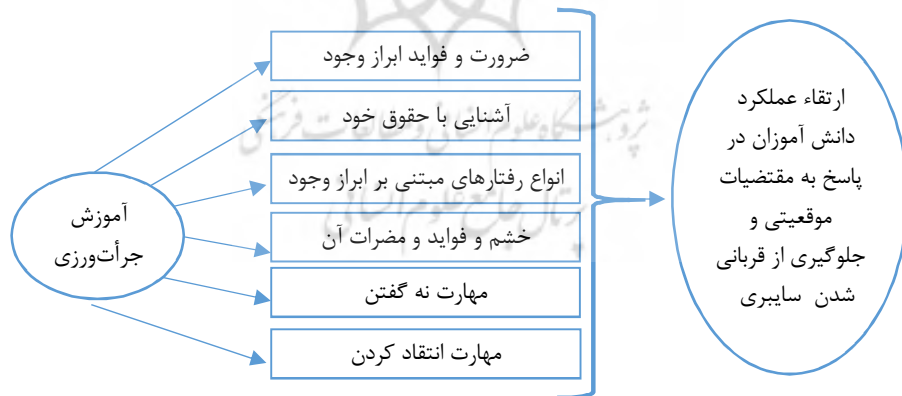
4 - Kõiv

5 - Jenkins

ارزیابی روابط میان قلدری و قربانی و مهارت‌های زندگی در دانش‌آموزان دبیرستانی پرداختند و دریافتند که بین مهارت‌هایی مانند ابراز وجود، خودکنترلی و همدلی و رفتارهای مربوط به قلدری/ قربانی رابطه وجود دارد. آوزار و آلکایا<sup>۱</sup> (۲۰۱۷) در پژوهشی با عنوان «اثربخشی آموزش ابراز وجود بر سطح قلدری و ابراز وجود دانش‌آموزان» دریافتند که آموزش‌های مبتنی بر مهارت‌های جرأت‌ورزی می‌تواند تأثیر مثبت معناداری بر میزان جرأت‌ورزی و اطمینان نوجوانان داشته باشد و آنان را نسبت به حق دفاع از خود در برابر رفتارهای قلدرانه دیگران آگاه می‌نماید. اوتامی<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۹) در مطالعه خود تحت عنوان تأثیر آموزش ابراز وجود بر سطح ابراز وجود نوجوان دختر قربانی قلدری به این نتیجه دست یافتند که آموزش ابراز وجود تأثیر معناداری بر سطح جرأت‌مندی قربانیان داشته و موجب کاهش میزان قربانی شدن در آن‌ها شده است.

با توجه به پیشینه پژوهشی و نقش مهارت‌های جرأت‌ورزی در کنترل آسیب‌های اجتماعی، پژوهش حاضر درصدد بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی بر قربانیان قلدری سایبری است.

### مدل مفهومی پژوهش



شکل ۱- مدل مفهومی پژوهش

1 - Avşar & Alkaya  
2 - Utami



## روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از لحاظ نوع تحقیق، کمی است که از روش نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه گواه استفاده شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه مشغول به تحصیل (۹۸-۹۹) شهرستان کاشان بود. برای گزینش نمونه مورد نیاز، ابتدا از میان کلیه مدارس دخترانه دوره دوم متوسطه شهرستان کاشان، دو دبیرستان به طور تصادفی انتخاب گردید و پس از اجرای پرسشنامه قربانی سایبری بر روی دانش‌آموزان این مدارس، تعداد ۳۰ نفر از دانش‌آموزانی که در این پرسشنامه بالاترین نمرات را کسب کرده بودند انتخاب و سپس به وسیله گمارش تصادفی (پرتاب سکه) در دو گروه گواه و آزمایش جایگزین شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه تجربه قلدری-قربانی سایبری آنتونیادو و همکاران (۲۰۱۶) و پرسشنامه ابراز وجود شرینگ (۱۹۸۰) می‌باشد. پرسشنامه تجربه قلدری-قربانی دارای دو عامل قربانی سایبری و قلدری سایبری است و هرعامل دارای ۱۲ سوال است که در پژوهش حاضر از عامل قربانی سایبری استفاده شده است. نمره‌گذاری این مقیاس به صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای انجام می‌شود. در پژوهش بشرپور و زردی (۱۳۹۸: ۵۱) میزان آلفای کرونباخ و ضریب اعتبار بازآزمایی برای عامل قربانی سایبری به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۶۹ به دست آمده است. پرسشنامه ابراز وجود شرینگ نیز دارای ۳۲ سؤال است و نمره‌گذاری آن براساس طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای انجام می‌شود. در پژوهش خلعتبری و همکاران (۱۳۸۹) پایایی این پرسشنامه به روش بازآزمایی ۰/۸۸ و همبستگی آن با پرسشنامه ابراز وجود راتوس ۰/۶۹ گزارش شده است. داده‌های حاصل از طریق آزمون تحلیل کوواریانس یک متغیره در نرم‌افزار spss-21 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

## شیوه اجرای پژوهش

جدول ۱. شیوه اجرای پژوهش

پیش آزمون	اقدامات متغییر	پس آزمون	پیگیری (۶ ماهه)
گروه آزمایش	اجرای پرسشنامه‌های قربانی سایبری (آنتونیادو و همکاران) و ابراز وجود (شرینگ)	آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی	اجرای پرسشنامه‌های قربانی سایبری (آنتونیادو و همکاران) و ابراز وجود (شرینگ)
گروه گواه	اجرای پرسشنامه‌های قربانی سایبری (آنتونیادو و همکاران) و ابراز وجود (شرینگ)	---	اجرای پرسشنامه‌های قربانی سایبری (آنتونیادو و همکاران) و ابراز وجود (شرینگ)

بسته آموزشی مورد استفاده در این پژوهش، توسط مختار معتمدین در سال ۱۳۸۷ تهیه و تنظیم گردیده است. این بسته مداخله‌ای توسط سایر محققین ایرانی نیز به دفعات مورد استفاده قرار گرفته است (رنجبرکهن و سجادی‌نژاد، ۱۳۹۰: ۳۱۰؛ خدابخشی کولایی و همکاران، ۱۳۹۲: ۷۶؛ ساکن‌آذری و عبدالتاج‌دینی، ۱۳۹۷: ۱۱۱، جانجانی و همکاران، ۱۳۹۹: ۹۸). جلسات آموزشی به صورت هفتگی (هر هفته یک جلسه دو ساعته) اجرا شد و محتوای جلسات آن به شرح زیر است:

جدول ۲. خلاصه محتوای جلسات آموزش مهارت رفتار جرأت‌ورزی

تعداد جلسات	توضیحات
یک جلسه	تعریف ابراز وجود و طبقه‌بندی آن / انواع واکنش‌های رفتاری (رفتار پرخاشگرانه، انفعالی و جرأت‌ورزانه)
یک جلسه	حق ابراز وجود، حق آزادی انتخاب، حق ابراز عقیده و نظر
یک جلسه	بحث پیرامون انواع گوناگون رفتار و روش‌های خاص برای کنار آمدن با تغییر / ارائه تکلیف درباره تشخیص رفتار جرأت‌مندانه و غیر جرأت‌مندانه
دو جلسه	آشنایی با هیجانات مختلف و نحوه ابراز آن‌ها در موقعیت‌های مختلف / رهنمودهایی برای ابراز خشم از طریق شیوه‌های مناسب
دو جلسه	تمرین تقاضا کردن و رد کردن تقاضا / کنار آمدن با انتقاد دیگران و تمرین آن / نحوه انتقاد از دیگران و تمرین آن
یک جلسه	تاکید بر ابراز عقاید، درخواست کردن، پله و نه گفتن، کنار آمدن با خشم خود و برخورد با انتقاد / تشکر و قدردانی از شرکت‌کنندگان
	در جلسه

## یافته‌های پژوهش

### الف) یافته‌های توصیفی

در این مطالعه نتایج به دست آمده از دو گروه آزمایش و گواه به صورت توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نمونه حاضر شامل دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهرستان کاشان بود. نتایج آمار توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. شاخص‌های توصیفی متغیر جرأت‌ورزی و قربانی سایبری به تفکیک گروه آزمایش و گواه

گروه	آماره		میانگین		انحراف معیار
	متغیر	مرحله	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	
آزمایش	سن		۱۶/۳۰		۰/۹۷
	جرأت‌ورزی		۸۲/۹۳	۱۲۷/۲۶	۲۲/۵۶
	قربانی سایبری		۴۲/۶۶	۲۹/۶۰	۹/۹۵
گواه	سن		۱۶/۶۶		۱/۲۴
	جرأت‌ورزی		۷۹/۸۶	۸۷/۳۳	۲۴/۹۸
	قربانی سایبری		۴۵/۰۶	۴۲/۲۶	۹/۶۳

### ب) یافته‌های استنباطی

به منظور آزمون فرضیه‌ی پژوهش، از روش آزمون تحلیل کوواریانس یک متغیره استفاده شد. برای انجام تحلیل کوواریانس، ابتدا نرمال بودن و یکسانی واریانس متغیر وابسته از طریق آزمون لوین مورد بررسی قرار گرفت که خلاصه نتایج آن در جدول (۴) ارائه شده است.

جدول ۴. آزمون همگنی واریانس‌ها

معناداری	درجه آزادی ۲	درجه آزادی ۱	آماره F
۰/۹۹۶	۲۸	۱	۰/۰۰

همانطور که در جدول بالا مشاهده می‌شود، با توجه به اینکه سطح معناداری مقدار محاسبه شده لوین از ۰/۰۵ بزرگتر است ( $\text{sig}=0/996$ )، داده‌ها مفروضه‌ی تساوی خطای واریانس‌ها را زیر سوال نبردند؛ لذا می‌توان از تحلیل کوواریانس استفاده کرد.

جدول ۵. نتایج تحلیل کوواریانس یک متغیره روی نمره‌های پس‌آزمون قربانی سایبری با کنترل اثر

پیش‌آزمون

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F آماره	معناداری
متغیر هم‌پراش (پیش‌آزمون)	۲۴۰۰/۴۹۳	۱	۲۴۰۰/۴۹۳	۲۲۵/۰۱۵	۰/۰۰۰
گروه‌ها (آزمایش-گواه)	۸۶۰/۷۲۳	۱	۸۶۰/۷۲۳	۸۰/۶۸۲	۰/۰۰۰
خطا	۲۸۸/۰۴۰	۲۷	۱۰/۶۶۸		

همانطور که در جدول بالا نشان داده شده است، پس از تعدیل میانگین نمرات پس‌آزمون به وسیله‌ی حذف اثر پیش‌آزمون، مداخله‌ی آزمایشی در مرحله‌ی پس‌آزمون، موجب تأثیر معنی‌دار ( $F=۸۰/۶۸۲$ ،  $sig=۰/۰۰۰$ ) در نمرات قربانی سایبری شده است و بین میانگین نمرات قربانی سایبری بر حسب عضویت گروهی (گروه آزمایش و گواه) در مرحله پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد ( $p \leq ۰/۰۰۱$ ).

هم‌چنین در این پژوهش ارزیابی تجربه قلدری سایبری در یک دوره پیگیری ۶ ماهه نیز انجام گرفت و نتایج حاکی از ماندگاری اثر آموزش جرأت‌ورزی در آزمودنی‌ها بود ( $F=۱۱۴/۱۵۱$ ،  $sig=۰/۰۰۰$ ) که نتایج آن در جدول زیر نشان داده شده است:

۶. نتایج تحلیل کوواریانس یک متغیره روی نمره‌های دوره پیگیری قربانی سایبری با کنترل اثر

پیش‌آزمون

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F آماره	معناداری
متغیر هم‌پراش (پیش‌آزمون)	۱۸۱۱/۵۷۱	۱	۱۸۱۱/۵۷۱	۱۰۸/۶۲۳	۰/۰۰۰
گروه‌ها (آزمایش-گواه)	۱۹۰۳/۷۷۲	۱	۱۹۰۳/۷۷۲	۱۱۴/۱۵۱	۰/۰۰۰
خطا	۴۵۰/۲۹۶	۲۷	۴۵۰/۲۹۶		

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی بر نوجوانان دختر قربانی قلدری سایبری در شهرستان کاشان صورت گرفت. نتایج آزمون تحلیل کواریانس نشان داد که آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی، منجر به کاهش معنادار در قربانی سایبری شدن در افراد گروه آزمایش شده است. شرکت در جلسات آموزش جرأت‌آموزی به

دانش‌آموزان کم‌جرأت کمک کرده است تا به خود شناسی لازم برسند و رفتارهای جرأت‌مندانه را در موقعیت‌های تعاملی با دیگران تمرین کنند و پس از آن بتوانند در موقعیت‌های واقعی آن‌ها را به کار گیرند. هم‌چنین دانش‌آموزان نسبت به احساسات و عواطف خود آگاهی یافته و شیوه‌های مناسب روبه‌رو شدن با انتقاد، شیوه امتناع و عدم پذیرش یک پیشنهاد یا یک تقاضا و بیان احساسات و هیجانات خود به شیوه صحیح را یاد گرفته و می‌توانند در موقعیت‌هایی چون درگیر شدن در قلدری از حقوق خود دفاع کنند و تسلیم نشوند. هم‌چنین آموزش جرأت‌ورزی به شیوه گروهی باعث می‌شود که نوجوانان رفتارهای جرأت‌ورزی گوناگون را از همسالان خود در گروه بیاموزند و با فعالیت‌های چون نقش‌آفرینی، الگوبرداری، بحث و گفتگو، تکالیف خانگی، تشویق‌ها و تقویت‌های ارائه شده توسط روانشناس گروه و سایر اعضا بهره بیشتری از آموزش‌ها ببرند.

پژوهش اکبری بلوطبنگان و همکاران (۱۳۹۸) که اثربخشی آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی را بر عزت‌نفس قربانیان نشان داده، به نوعی با یافته پژوهش حاضر همخوانی دارد. در تبیین این همخوانی، می‌توان بیان کرد از آنجایی که اعتماد به نفس پایین می‌تواند یکی از عوامل خطر برای قربانی قلدری شدن باشد (پرن، دولی، شاو و کراس، ۲۰۱۰: ۲)، بنابراین بالا رفتن عزت‌نفس و اعتماد به نفس افراد یکی از بهترین راه‌ها برای کاهش خطر قربانی شدن می‌باشد. لذا آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی با اثربخشی بر عزت‌نفس افراد باعث کاهش احتمال قربانی شدن آن‌ها می‌شود. یافته‌های پژوهش بدری و زمانلوی (۱۳۹۵) که اثربخشی آموزش جرأت‌ورزی را بر بهبود کیفیت زندگی، سلامت روان و روابط اجتماعی نوجوانان دختر قربانی خشونت نشان داده نیز با یافته پژوهش حاضر در یک راستا است. در واقع قربانیان قلدری با کسب مهارت‌هایی چون جرأت‌ورزی، راه‌حل‌های بیشتری برای چالش مربوط به موقعیت‌های قلدری فرا می‌گیرند، انعطاف‌پذیری بیشتری نشان می‌دهند، کمتر مطیع درخواست‌های نابه‌جای دیگران می‌شوند و بنابراین کیفیت زندگی آنان بهبود می‌یابد. هم‌چنین پژوهش بشرپور و همکاران (۱۳۹۲) مبنی بر رابطه شیوه‌های تنظیم هیجان و قربانی قلدری شدن به نوعی با یافته پژوهش حاضر همخوانی دارد زیرا در بسته آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی نیز آموزش‌هایی در خصوص شناخت هیجانات و مدیریت آن‌ها به آزمودنی‌ها داده

می‌شود. نوجوانان با شناخت و درک هیجان‌های خود و دیگران و تنظیم و مهار آن‌ها می‌توانند روش‌های مناسبی جهت برقراری ارتباط با همسالان فرا بگیرند و در موقعیت‌های احتمالی قلدری، واکنش مناسب نشان دهند و خود را مدیریت کنند.

از آنجا که در هنگام آموزش مهارت‌های اجتماعی، به مهارت‌های جرأت‌ورزی نیز پرداخته می‌شود، می‌توان نتایج مطالعات فوکس و بولتون (۲۰۱۰)، کوبو (۲۰۱۲) و قدم‌پور، رضایی و سلیمی (۱۳۹۷) که اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی را بر قربانیان قلدری نشان دادند، با یافته‌ی پژوهش حاضر در یک راستا در نظر گرفت. این آموزش‌ها با بهبود توانایی ابراز وجود و سایر مهارت‌های اجتماعی، باعث افزایش کیفیت تعاملات میان‌فردی در افراد می‌شود و آن‌ها با شناسایی الگوهای صحیح روابط اجتماعی، می‌توانند خود را از دام روابط نامناسب که امکان سواستفاده از آن‌ها را افزایش می‌دهد، نجات دهند.

از سوی دیگر، نتایج مطالعات انجام شده توسط اوتامی و همکاران (۲۰۱۸)، آوزار و آلکایا (۲۰۱۷) با یافته‌ی پژوهش حاضر همسو است. در تبیین این موضوع می‌توان گفت از آنجا که آموزش ابراز وجود به افراد کمک می‌کند که از حقوق و حریم شخصی خود بدون سوء استفاده از دیگران و یا سلطه‌جویی بر آنان دفاع کنند؛ به افراد آموزش می‌دهد تا باور کنند که می‌توانند به اهداف خود برسند و احساسات درونی خود را بدون ترس از دست دادن محبت و احترام دیگران، ابراز کنند. پس آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی از این طریق می‌تواند باعث کاهش احتمال قربانی شدن افراد در برابر قلدرهای سایبری شود.

در مجموع می‌توان بیان کرد آموزش جرأت‌ورزی می‌تواند به افراد کمک کند تا راه‌حل‌های بیشتری برای چالش‌های مربوط به موقعیت‌های قلدری پیدا کرده و رفتار مناسب برای هر موقعیت را انتخاب کنند و با حفظ اعتماد به نفس خود، افکار و احساساتشان را ابراز کنند. همچنین جرأت‌ورزی در قربانیان انواع قلدری باعث افزایش مهارت‌های اجتماعی، باورها و خودکارآمدی می‌شود که در نتیجه، فرد قربانی احساس می‌کند می‌تواند حق خود را بگیرد و نسبت به خود نگرشی مثبت پیدا می‌کند.

## پیشنهادها

- با توجه به نقش پیشگیرانه مهارت‌های جرأت‌ورزی در وقوع آسیب‌هایی از جمله قربانی شدن، آموزش این مهارت‌ها به صورت فراگیر در مدارس انجام شود مشاوران و مربیان، آموزش این مهارت‌ها را به نحوی بکار ببرند که نوجوانان مرحله به مرحله رشد کنند و بتوانند تجربیات موفقیت آمیز کسب نمایند تا از ادامه مسیر و یادگیری مهارت‌های دیگر دلسرد نشوند؛

- سازمان بهزیستی می‌تواند ضمن برقراری ارتباط با پلیس و شناسایی نوجوانان و جوانانی که در دام قربانی سایبری افتاده‌اند، به طور ویژه برنامه‌ها و جلسات مشاوره‌ای برای آنان تدارک ببینید. همچنین با توجه به اثربخشی آموزش‌ها به صورت گروهی، پیشنهاد می‌گردد که تا حد امکان جلسات به صورت گروهی برگزار گردد؛

- پلیس فتا می‌تواند ضمن استفاده از نتایج این مطالعه، علاوه بر شناسایی جرایم سایبری و اثرات و تبعات آن و آگاه‌سازی افراد در این زمینه، برنامه‌هایی را جهت آموزش و ارتقاء سطح آگاهی دختران نوجوان و جوان در جامعه از طریق رسانه‌های جمعی به‌ویژه صدا و سیما تهیه و تدارک ببیند؛

- نیروی انتظامی می‌تواند سیستم‌هایی را جهت پاسخگویی فوری و ارائه خدمات مددکاری به قربانیان خشونت و آزار و اذیت سایبری اختصاص دهد. علاوه بر آن، ایجاد ارتباط میان مشاوران / روانشناسان متخصص با فرد قربانی به منظور دریافت خدمات مشاوره‌ای می‌تواند توسط این سیستم پاسخ‌دهی انجام شود.

## تقدیر و تشکر

در پایان از همکاری صمیمانه معاونت پژوهشی دانشگاه کاشان، اداره کل آموزش و پرورش و بهزیستی شهرستان کاشان، مدیران و مسئولان مدارس و کلیه دانش‌آموزانی که در تکمیل پرسشنامه و شرکت در جلسات آموزشی ما را یاری نمودند، تقدیر و تشکر می‌نماییم.

- اکبری بلوطبنگان، افضل؛ طالع پسند، سیاوش؛ رضایی، علی محمد و رحیمیان بوگر، اسحاق (۱۳۹۷). اثربخشی برنامه آموزش جرأت‌ورزی به روش شناختی-رفتاری بر عزت‌نفس و خودپنداره تحصیلی نوجوانان پسر قربانی قلدری. سلامت جامعه. ۱۲(۴)، صص ۵۹-۴۷.  
[http://chj.rums.ac.ir/article\\_88494\\_4eacdbd5c12686dce22dfe48ee1960cf.pdf](http://chj.rums.ac.ir/article_88494_4eacdbd5c12686dce22dfe48ee1960cf.pdf)
- بدری گرگری، رحیم و زمانلوی گرگری، سمیرا (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش جرأت‌ورزی بر بهبود کیفیت زندگی نوجوانان دختر قربانی خشونت. زن و مطالعات خانواده. ۹(۳۴)، صص ۲۶-۷.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?ID=466226>
- بشرپور، سجاد و زردی، بهمن (۱۳۹۸). خصوصیات روان‌سنجی مقیاس تجربه قلدری- قربانی سایبری در دانش‌آموزان. روان‌شناسی مدرسه، ۸(۱)، صص ۵۷-۴۳.  
[http://www.jsp.uma.ac.ir/article\\_795.html](http://www.jsp.uma.ac.ir/article_795.html)
- بشرپور، سجاد؛ مولوی، پرویز؛ شیخی، سیامک؛ خانجانی، سجاد؛ رجبی، مسلم و موسوی، سید امین (۱۳۹۲). بررسی ارتباط شیوه‌های تنظیم و ابراز هیجان با رفتارهای قلدری در دانش‌آموزان نوجوان. مجله دانشگاه علوم پزشکی اردبیل. ۱۳(۳)، صص ۲۶۴-۲۷۵.  
<http://jarums.arums.ac.ir/article-1-39-fa.pdf>
- به‌پژوه، احمد و حجازی، مسعود (۱۳۸۶). تأثیر برنامه جرأت‌آموزی گروهی در افزایش میزان جرأت‌ورزی و عزت‌نفس دانش‌آموزان کم‌جرأت. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره. ۶(۲۳)، صص ۷-۲۴.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=72229>
- جانجانی، بهاره؛ جدیدی، سما؛ وحیدی فرد، محبوبه؛ تاجی پور، آمنه و عموخلیلی، مرجان (۱۳۹۹). تأثیر آموزش ابراز وجود بر احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان دختر با اختلال فوبی تلفن همراه. مطالعات روانشناختی، ۱۶(۱)، صص ۹۱-۱۰۶.  
[https://psychstudies.alzahra.ac.ir/article\\_4624\\_e5f15695a99b31482610eb080ad258f1.pdf](https://psychstudies.alzahra.ac.ir/article_4624_e5f15695a99b31482610eb080ad258f1.pdf)
- خدابخشی کولایی، اناهیتا؛ مهرآرا، مراد؛ نویدیان، علی و مصلی‌نژاد، لیلی (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش گروهی مهارت‌های جرأت‌ورزی بر فاکتورهای مرتبط با بهداشت روانی دانش‌آموزان. روان پرستاری، ۴(۱)، صص ۸۵-۷۴.  
[http://www.ijpn.ir/browse.php?a\\_id=245&slc\\_lang=fa&sid=1&printcase=1&hbnr=1&hmb=1](http://www.ijpn.ir/browse.php?a_id=245&slc_lang=fa&sid=1&printcase=1&hbnr=1&hmb=1)
- خلعتبری، جواد؛ قربان شیروودی، شهره؛ رهبر طارمسری، خدیجه و کیخای فرزانه، محمد مجتبی (۱۳۸۹). مقایسه‌ی اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر ابراز وجود و سلامت روان دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی. فصلنامه روانشناسی تربیتی، ۱(۴)، صص ۷۱-۸۶.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=167208>



- رنجبرکهن، زهره و سجادی نژاد، مرضیه سادات (۱۳۹۰). تأثیر آموزش ابراز وجود بر عزت نفس و افسردگی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۱۷(۴)، صص ۳۰۸-۳۱۵.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=137287>
- ساکن‌آذری، رعنا و عبدالتاج‌دینی، پرویز (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش مهارت جرأت‌ورزی بر کاهش پرخاشگری و عدم تحمل بلاتکلیفی در دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر سراب. زن و مطالعات خانواده، ۱۱(۴۱)، صص ۱۰۷-۱۲۰.  
[http://www.jwsf.iaut.ac.ir/article\\_667299.html](http://www.jwsf.iaut.ac.ir/article_667299.html)
- کشفی، سعید و جلیوند، رضا (۱۳۹۸). شناسایی و پیشگیری از پدیده قلدری در مدارس. فصلنامه علمی پیشگیری از جرم، ۵۰، صص ۱۰۹-۸۳.  
[http://www.cps.jrl.police.ir/article\\_91227.html](http://www.cps.jrl.police.ir/article_91227.html)
- سلیمی، حسین؛ قدم پور، عزت اله و رضایی، فاطمه (۱۳۹۷). تدوین مدل ساختاری پیش‌بینی قربانی شدن قلدری از طریق عوامل محیطی و مهارت‌های ارتباطی با واسطه‌گری آشفتنگی روان‌شناختی. دوفصلنامه علمی- پژوهشی شناخت اجتماعی، ۷(۲)، صص ۷۱-۹۴.  
[http://sc.journals.pnu.ac.ir/article\\_5296.html](http://sc.journals.pnu.ac.ir/article_5296.html)
- Antoniadou, N., Kokkinos, C. M., & Markos, A. (2016). Development, construct validation and measurement invariance of the Greek cyber-bullying/victimization experiences questionnaire (CBVEQ-G). *Computers in Human Behavior*, 65, 380-390.  
<https://www.researchgate.net/publication/307605752>
- Arora, C. M. (1987). Defining bullying for a secondary school. *Educational and Child Psychology*, 3(4), 110-120.  
<https://sci-hub.do/https://doi.org/10.1177/0143034396174002>
- Averkieva, L., Chayka, Y., & Glushkov, S. (2015). Web quest as a tool for increasing students' motivation and critical thinking development. *Procedia-social and Behavioral sciences*, 206, 137-140.  
<https://www.researchgate.net/publication/283983944>
- Avşar, F., & Alkaya, S. A. (2017). The effectiveness of assertiveness training for school-aged children on bullying and assertiveness level. *Journal of pediatric nursing*, 36, 186-190.  
<https://sci-hub.do/10.1016/j.pedn.2017.06.020>
- Beckman, L., Hagquist, C., & Hellström, L. (2013). Discrepant gender patterns for cyberbullying and traditional bullying—An analysis of Swedish adolescent data. *Computers in human behavior*, 29(5), 1896-1903.  
<https://sci-hub.do/10.1016/j.chb.2013.03.010>
- Beran, T., & Li, Q. (2005). Cyber-harassment: A study of a new method for an old behavior. *Journal of educational computing research*, 32(3), 265.  
<https://sci-hub.do/10.2190/8yqm-b04h-pg4d-bllh>

- Blais, J. J., Craig, W. M., Pepler, D., & Connolly, J. (2008). Adolescents online: The importance of Internet activity choices to salient relationships. *Journal of youth and adolescence*, 37(5), 522-536.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-007-9262-7>.
- Boket, E. G., Bahrami, M., Kolyaie, L., & Hosseini, S. A. (2016). The effect of assertiveness skills training on reduction of verbal victimization of high school students. *International Journal of Humanities and Cultural Studies (IJHCS)*,3(2), 690-699.  
<https://www.researchgate.net/publication/279153905>.
- Didden, R., Scholte, R. H., Korzilius, H., De Moor, J. M., Vermeulen, A., O'Reilly, M., ... & Lancioni, G. E. (2009). Cyberbullying among students with intellectual and developmental disability in special education settings. *Developmental neurorehabilitation*, 12(3), 146-151.  
<https://www.researchgate.net/publication/26238183>.
- Dilmac, B. (2009). Psychological needs as a predictor of cyber bullying: A preliminary report on college students. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 9(3), 1307-1325.  
<https://eric.ed.gov/?id=EJ858926>.
- Fox, C., & Boulton, M. (2003). Evaluating the effectiveness of a social skills training (SST) programme for victims of bullying. *Educational Research*, 45(3), 231-247.  
<https://sci-hub.do/10.1080/0013188032000137238>.
- Gasser, U., Maclay, C. M., & Palfrey, J. G. (2010). Working towards a deeper understanding of digital safety for children and young people in developing nations. *Berkman Center Research Publication*, 7, 10-36.  
<https://www.researchgate.net/publication/228275670>.
- Gundogdu, R. (2012). Effect of the Creative Drama-Based Assertiveness Program on the Assertiveness Skill of Psychological Counsellor Candidates. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 12(2), 687-693.  
<https://www.researchgate.net/publication/298422019>.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2008). Cyberbullying: An exploratory analysis of factors related to offending and victimization. *Deviant behavior*, 29(2), 129-156.  
<https://www.researchgate.net/publication/248985854>.
- Jenkins, L. N., Demaray, M. K., Fredrick, S. S., & Summers, K. H. (2016). Associations among middle school students' bullying roles and social skills. *Journal of school violence*, 15(3), 259-278.  
<https://www.researchgate.net/publication/275640049>.
- Juvonen, J., & Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds?—Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School health*, 78(9), 496-505.  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1746-1561.2008.00335.x>.

- Katzer, Catarina, Detlef Fetchenhauer, and Frank Belschak. "Cyberbullying: Who are the victims? A comparison of victimization in Internet chatrooms and victimization in school." *Journal of media Psychology* 21, no. 1 (2009): 25-36.  
<https://sci-hub.se/https://doi.org/10.1027/1864-1105.21.1.25>.
- Kõiv, K. (2012). Social Skills Training as a mean of improving intervention for bullies and victims. *Procedia-social and behavioral sciences*, 45, 239-246.  
<https://sci-hub.do/10.1016/j.sbspro.2012.06.560>.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *Journal of adolescent health*, 41(6), S22-S30.  
[https://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(07\)00361-8](https://www.jahonline.org/article/S1054-139X(07)00361-8).
- Lange, A. J., Jakubowski, P., & McGovern, T. V. (1976). Responsible assertive behavior: Cognitive/behavioral procedures for trainers. Research PressPub.  
<https://www.researchgate.net/publication/262132228>.
- Li, Q. (2007). Bullying in the new playground: Research into cyberbullying and cyber victimisation. *Australasian Journal of Educational Technology*, 23(4), 435-454.  
<https://ajet.org.au/index.php/AJET/article/view/1245>.
- Mason, K. L. (2008). Cyberbullying: A preliminary assessment for school personnel. *Psychology in the Schools*, 45(4), 323-348.  
<https://sci-hub.do/https://doi.org/10.1002/pits.20301>.
- Navarro, R., Serna, C., Martínez, V., & Ruiz-Oliva, R. (2013). The role of Internet use and parental mediation on cyberbullying victimization among Spanish children from rural public schools. *European journal of psychology of education*, 28(3), 725-745.  
<https://sci-hub.do/10.1007/s10212-012-0137-2>.
- Olweus, D., & Limber, S. P. (1983). Olweus bullying prevention program.  
<https://www.researchgate.net/publication/285822219>.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2011). Traditional and nontraditional bullying among youth: A test of general strain theory. *Youth & Society*, 43(2), 727-751.  
<https://sci-hub.do/10.1177/0044118x10366951>.
- Perren, S., Dooley, J., Shaw, T., & Cross, D. (2010). Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescents. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 4(1), 28.  
<https://sci-hub.se/https://doi.org/10.1186/1753-2000-4-28>.
- Rigby, K. (2004). Addressing bullying in schools: Theoretical perspectives and their implications. *School Psychology International*, 25(3), 287-300.  
<https://sci-hub.do/https://doi.org/10.1177/0143034304046902>.
- Rose-Krasnor, L. (1997). The nature of social competence: A theoretical review. *Social development*, 6(1), 111-135.  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1467-9507.1997.tb00097.x>.

- Schenk, A. M., & Fremouw, W. J. (2012). Prevalence, psychological impact, and coping of cyberbully victims among college students. *Journal of school violence*, 11(1), 21-37.  
<https://sci-hub.do/https://doi.org/10.1080/15388220.2011.630310>.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of child psychology and psychiatry*, 49(4), 376-385.  
<https://sci-hub.do/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>.
- Smith, P. K. & Sharp, S. (Eds.) (1994). *School bullying: Insights and perspectives*. London: Routledge.  
<https://www.researchgate.net/publication/246914179>.
- Sourander, A., Klomek, A. B., Ikonen, M., Lindroos, J., Luntamo, T., Koskelainen, M., ... & Helenius, H. (2010). Psychosocial risk factors associated with cyberbullying among adolescents: A population-based study. *Archives of general psychiatry*, 67(7), 720-728.  
<https://sci-hub.do/10.1001/archgenpsychiatry.2010.79>.
- Tavakoli, P., Setoodeh, G., Dashtbozorgi, B., Komili-Sani, H., & Pakseresht, S. (2014). The influence of assertiveness training on self-esteem in female students of government high schools of Shiraz, Iran: A randomized controlled trial. *Nursing Practice Today*, 1(1), 17-23.  
<https://www.researchgate.net/publication/301324378>.
- Utami, D. S., Wati, N. L., & Nurjanah, N. (2019). The Effect of Assertive Training towards Self-assertiveness among Female Adolescent of Bullying in Junior High School. *KnE Life Sciences*, 716-725.  
<https://knepublishing.com/index.php/KN-E-Life/article/view/5329/10525#toc>.
- Wang, J., Iannotti, R. J., & Nansel, T. R. (2009). School bullying among adolescents in the United States: Physical, verbal, relational, and cyber. *Journal of Adolescent health*, 45(4), 368-375.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2751860>
- Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2004). Youth engaging in online harassment: Associations with caregiver-child relationships, Internet use, and personal characteristics. *Journal of adolescence*, 27(3), 319-336.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0140197104000399>