



The effect of teaching emotion process order-seeking strategies on students' cyber aggression and mobile phobia

Sahar. Shokoohifar¹ & Mohammad. Mohammadipour*²

1. PhD student, Department of Psychology, Bojnord Branch, Islamic Azad University, Bojnord, Iran.

2. Associate Professor, Department of Psychology, Qochan Branch, Islamic Azad University, Qochan, Iran

ARTICLE INFORMATION

ABSTRACT

Article type

Original research

Pages: 129-140

Corresponding Author's Info

Email:

mmohamadipour@iauq.ac.ir

Article history:

Received: 2022/07/07

Revised: 2022/10/02

Accepted: 2022/11/07

Published online:

2023/04/22

Keywords:

Mobile phone phobia, students, cyber aggression, thrill seeking.

Background and Aim: The existing studies indicate that mobile phone phobia and the morbid habits associated with it cause negative and unfavorable physical and psychological consequences for the individual. Therefore, the present study was conducted with the aim of determining the training of order-seeking strategies of the excitement process on cyber-aggression and mobile phone phobia of students. **Methods:** This was a quasi-experimental research with a pre-test-post-test design with a control group. The statistical population of the research consisted of all undergraduate and higher students of Gorgan University in the academic year of 2001-2001. Among them, 30 people were selected as a sample of the study according to the available sampling method and according to the criteria for entering and leaving the study and randomly divided into two experimental groups (15 people) and the control group (15 people) were assigned in 10 90-minute sessions (2 sessions per week), the people of the experimental group received the educational program of emotion process regulation strategies as a group; The control group was placed on the waiting list for 2 months. In order to collect data, questionnaires of cyber aggression (Alvarez García et al., 2016) and nomophobia (Yıldırım & Correia, 2015) were used. To analyze the data, univariate and multivariate covariance tests were used. **Results:** The results of the research showed that there is a significant difference between the average post-test scores of the experimental and control groups in the variable of cyber aggression and its components (including impersonation, visual-sexual and verbal aggression) and the variable of Mobile phobia and its components (including loss of comfort and convenience, inability to communicate and loss of communication) were present ($P < 0.001$); However, no significant difference was observed in the component of lack of access to information. **Conclusion:** According to the results of this research, it is possible to suggest the teaching of emotional process regulation strategies as an effective intervention to reduce cyber aggression and mobile phone phobia in students.



This work is published under CC BY-NC 4.0 licence.

© 2023 The Authors.

How to Cite This Article:

Shokoohifar, S., & Mohammadipour, M. (2023). The effect of teaching emotion process order-seeking strategies on students' cyber aggression and mobile phobia. *jayps*, 4(1): 129-140.



تأثیر آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان بر پرخاشگری سایبری و بی‌موبایل هراسی دانشجویان

سحر شکوهی فر^۱ و محمد محمدی پور^{۲*}

۱. دانشجوی دکتری گروه روانشناسی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران.

۲. دانشیار گروه روانشناسی، واحد قوچان، دانشگاه آزاد اسلامی، قوچان، ایران.

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: علمی پژوهشی صفحات: ۱۴۰-۱۲۹ اطلاعات نویسنده مسئول ایمیل: mmohamadipour@iau.ac.ir	زمینه و هدف: مطالعات موجود دلالت بر آن دارد که بی‌موبایل هراسی و عادت‌های مرضی توأم با آن، پیامدهای جسمی و روانی منفی و نامطلوبی را برای فرد به وجود می‌آورد؛ لذا پژوهش حاضر با هدف تعیین آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان بر پرخاشگری سایبری و بی‌موبایل هراسی دانشجویان انجام شد. روش پژوهش: این پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را همه دانشجویان مقطع کارشناسی و بالاتر دانشگاه گرگان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰، تشکیل دادند. از بین آنها ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس و با توجه به ملاک‌های ورود و خروج به مطالعه، به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) گمارده شدند. افراد گروه آزمایش، در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هر هفته ۲ جلسه) به‌صورت گروهی برنامه آموزشی راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان را دریافت کردند؛ گروه کنترل به مدت ۲ ماه در لیست انتظار قرار گرفت. به‌منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های پرخاشگری سایبری (آلوارز گارسیا و همکاران، ۲۰۱۶) و نوموفوبیا (بلدریم و کوریاریا، ۲۰۱۵)، استفاده شد. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون‌های تحلیل کوواریانس تک متغیره و چندمتغیره، استفاده شد. یافته‌ها: نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که تفاوت معناداری در بین میانگین نمرات پس‌آزمون گروه‌های آزمایش و کنترل در متغیر پرخاشگری سایبری و مؤلفه‌های آن (شامل جعل هویت، دیداری - جنسی و پرخاشگری کلامی) و متغیر بی‌موبایل هراسی و مؤلفه‌های آن (شامل از دست دادن راحتی و آسایش، عدم توانایی برقراری ارتباط و از دست دادن ارتباط)، وجود داشت ($P < 0.001$)؛ اما در مؤلفه عدم دسترسی به اطلاعات، تفاوت معناداری مشاهده نشد. نتیجه‌گیری: باتوجه به نتایج این پژوهش، می‌توان آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان را به‌عنوان یک مداخله کارآمد در جهت کاهش پرخاشگری سایبری و بی‌موبایل هراسی دانشجویان، پیشنهاد داد.
سابقه مقاله تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۴/۱۶ تاریخ اصلاح مقاله: ۱۴۰۱/۰۷/۱۰ تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۱/۰۸/۱۶ تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۲/۰۲	
واژگان کلیدی بی‌موبایل هراسی، دانشجویان، پرخاشگری سایبری، نظم‌جویی هیجان.	

انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است. تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.



شیوه استناد به این مقاله

شکوهی فر، سحر، و محمدی پور، محمد. (۱۴۰۲). تأثیر آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان بر پرخاشگری سایبری و بی‌موبایل هراسی دانشجویان. *مطالعات روان‌شناختی نوجوان و جوان*، ۱۴(۱): ۱۴۰-۱۲۹.

مقدمه

گوشی‌های هوشمند به‌عنوان یکی از وسایل ارتباطی به دلایل خاص مانند در دسترس و ارزان بودن توجه همگان را جلب نموده است. به‌طوری که در سال ۲۰۲۰، تعداد استفاده‌کنندگان از این فناوری در سرتاسر دنیا حدوداً ۳/۶ میلیارد نفر گزارش شده و برآورد می‌شود که در سال ۲۰۲۳ این تعداد به ۴/۳ میلیارد نفر برسد (اداً^۱، ۲۰۲۱). با وجود مزیت‌هایی که گوشی‌های هوشمند برای دانشجویان دارد، استفاده برخی دانشجویان از گوشی‌های هوشمند، نگران‌کننده و مشکل‌زا است و شواهد بیانگر بروز انواعی از مشکلات روان‌شناختی و رفتاری در این افراد است (کاروالهو، سیته و فراری^۲، ۲۰۱۹)؛ بی‌موبایل‌هراسی^۳، یکی از مشکلات روان‌شناختی است که در این زمینه شناسایی شده است و به‌عنوان یک ترس موقعیتی در زیر مجموعه فوبی در پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی^۴ قرار می‌گیرد (براگزی و دل پونته^۵، ۲۰۱۴). تامس، لگوکس و لگر^۶ (۲۰۱۷)، بی‌موبایل‌هراسی را به‌عنوان پیامد جانبی تعامل افراد با فناوری‌های ارتباطی مانند گوشی‌های هوشمند معرفی می‌کنند و به صورت ترس از دسترسی نداشتن به اطلاعات، ناتوانی در برقراری ارتباط، ترس از به‌سختی افتادن کاربران تعریف می‌کنند. مطالعات موجود دلالت بر آن دارد که بی‌موبایل‌هراسی و عادت‌های مرضی توأم با آن، پیامدهای جسمی و روانی منفی و نامطلوبی را برای فرد به وجود می‌آورد (دل‌اورپور، اکبری و بقیعی، ۱۴۰۰؛ ایلماز و بکاراغلو^۷، ۲۰۲۱). جدایی از گوشی هوشمند و امکاناتی که فراهم می‌کند یک ناکامی است. بنابراین، ترس از احتمال وقوع آن به معنی ترس از وقوع ناکامی می‌تواند موجب پرخاشگری افراد دچار اختلال بی‌موبایل‌هراسی شود (دل‌اورپور و همکاران، ۱۴۰۰).

پرخاشگری سایبری^۸، مسأله‌ای است که دهه‌های اخیر به صورت نگران‌کننده‌ای رشد کرده است و شامل مجموعه‌ای از رفتارهای توهین‌آمیز مانند مزاحمت‌های سایبری است؛ یعنی رفتارهای تهاجمی که نمی‌توانند چهره به چهره اتفاق بیافتند، مانند هک کردن حساب فیس‌بوک شخصی و ارسال پیام‌های مزاحم به دوستان (واتکینز، مالدونادو و دیلیلو^۹، ۲۰۱۸). گرگ^{۱۰} (۲۰۱۰)، پرخاشگری سایبری را به‌عنوان آسیب^{۱۱} عمدی به یک فرد یا گروهی از افراد، صرف‌نظر از سن آنها که از طریق استفاده از وسایل الکترونیکی که این‌گونه اعمال را به صورت توهین‌آمیز، مخرب، مضر یا ناخواسته انجام می‌دهند، تعریف کرده است. برخی از رسانه‌های دیجیتال مورد استفاده برای پرخاشگری سایبری شامل: شبکه‌های اجتماعی (مانند فیس‌بوک و توئیتر و غیره)، خدمات پیام کوتاه، انجمن‌ها، سایت‌های رأی‌گیری، وبلاگ‌ها، وب‌سایت‌های به اشتراک‌گذاری ویدئو و اتاق‌های گفتگو، می‌باشد (بالو و اسپالز^{۱۲}، ۲۰۲۱). تحقیقات نرخ شیوع پرخاشگری سایبری در بین دانشجویان دانشگاه را ۱۵ درصد تا ۶۵ درصد در کشورهای مختلف گزارش کرده‌اند (ولی^{۱۳} و همکاران، ۲۰۱۸؛ ویتاکر و کوالسکی^{۱۴}، ۲۰۱۵). میزان برآورد اقرار به آزار و اذیت اینترنتی در زنان ۲/۶ درصد، در مردان ۹/۲ درصد و به‌طور کلی ۱۲ درصد گزارش شده است (ویتاکر و کوالسکی، ۲۰۱۵). گراف^{۱۵} و همکاران (۲۰۲۰) و میشسنا و همکاران (۲۰۱۸)، در مطالعات خود نشان دادند که پرخاشگری سایبری بر روی سلامت روان دانشجویان، اثر دارد. همچنان، صیادی (۱۴۰۰) و عطادخت، احمدی و فلاحی (۱۳۹۹)، در مطالعات خود به این نتیجه دست یافتند که بین وابستگی به برنامه‌های ارتباطی با میزان پرخاشگری سایبری رابطه معناداری وجود دارد.

8. cyber -aggression
9.. Watkins, Maldonado & DiLillo
10 . Grigg
11. Bullo & Schulz
12 . Vale
13 . Whittaker & Kowalski
14. Graf

1 . O'Dea
2 . Carvalho, Sette & Ferrari
3 . nomophobia
4 . Diagnostic And Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)
5. Bragazzi & Del Puente
6 . Tams, Legoux & Leger
7 . Yilmaz, & Bekaroglu

نصرت آباد، اسماعیل پور و شیرینی (۱۳۹۹) و یاوز^۴ (۲۰۱۹)، در مطالعات خود نشان دادند که درمان مبتنی بر هیجان بر کاهش اضطراب، علائم وابستگی به اینترنت و راهبردهای ناسازگار شناختی تنظیم هیجان، اثربخش بود. با توجه به آنچه بیان شد و در نظر گرفتن این موضوع که گوشی‌های هوشمند به‌عنوان یکی از ابزار اساسی برقراری ارتباط در بین دانشجویان می‌باشند که استفاده نگران‌کننده و مخرب‌گونه از آنها امکان بروز رفتار پرخاشگری سایبری را افزایش می‌دهد و از طرفی بروز پرخاشگری سایبری و بی‌موبایل‌هراسی با توجه به آموزش مجازی دانشگاه‌ها به لحاظ شرایط ناشی از پاندمی ویروس کووید-۱۹، آسیب‌های روان‌شناختی و تحصیلی فراوانی برای دانشجویان ایجاد خواهد کرد. از این‌رو، ضروری است تا با اجرای مداخلات آموزشی و درمانی مناسب نسبت به کاهش پرخاشگری و بی‌موبایل‌هراسی دانشجویان اقدام کرد. از سویی دیگر، باتوجه به بررسی‌های انجام شده تاکنون مطالعه‌ای یافت نشد که به بررسی تأثیر آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان بر متغیرهای وابسته این پژوهش، پرداخته باشد. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان بر پرخاشگری سایبری و بی‌موبایل‌هراسی دانشجویان انجام شد.

روش پژوهش

روش پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را همه دانشجویان مقطع کارشناسی و بالاتر دانشگاه گرگان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰، تشکیل دادند. از بین آنها ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری دردسترس و با توجه به ملاک‌های ورود و خروج به مطالعه، به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) گمارده شدند. روش انتخاب نمونه پژوهش به این صورت بود که پرسشنامه

امروزه شناسایی و بکارگیری عوامل روان‌شناختی و مداخلات درمانی و آموزشی مؤثر بر کاهش میزان آسیب‌های روان‌شناختی و تحصیلی، تلفن همراه و فضای مجازی در بین فراگیران مقاطع مختلف، مورد توجه محققان روان‌شناسی و تعلیم و تربیت قرار گرفته است. در همین راستا، بررسی‌ها نشان داده است که پرداختن به فرایندهای هیجانی در درمان بی‌موبایل‌هراسی، اعتیاد به اینترنت و عوارض همراه با آنها در بین دانشجویان، می‌تواند تأثیر مثبت داشته باشد (حضرت بیگی، عسگری، مکوندی و کرابی، ۱۳۹۹). آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان^۱، یکی از مداخلاتی است که به نظر می‌رسد به سبب درگیری طرحواره‌های هیجانی در پرخاشگری سایبری و بی‌موبایل‌هراسی، بتواند بر کاهش این متغیرها مؤثر باشد. مدل‌های مختلفی در رابطه با نظم‌جویی هیجان ارائه شده است که از مهمترین آنها می‌توان به مدل فرایندی گروس^۲ (۲۰۰۳) اشاره کرد. این مدل شامل پنج مرحله (شروع، موقعیت، توجه، ارزیابی و پاسخ)، است. به اعتقاد گروس هر مرحله از فرایند تولید هیجان، یک هدف نظم‌جویی بالقوه دارد و مهارت‌های نظم‌جویی هیجان می‌توانند در نقاط مختلف این فرایند اعمال شوند (گروس، ۲۰۰۷). نتایج مطالعات نشان داده است که آموزش راهبردهای تنظیم هیجان باعث ارتقای سطح آگاهی نوجوانان کاربر شبکه‌های اجتماعی مجازی به خصوص دختران، نسبت به معایب و مزایای رفتار نامطلوب و ایجاد انگیزه برای تغییر شده و آنها را در شناخت بیشتر هیجان‌های مشکل‌ساز و نحوه کنترل و مدیریت آن کمک کرده است (صفایی نایینی و همکاران، ۱۳۹۹؛ بودیمیر^۳ و همکاران، ۲۰۲۲). حضرت بیگی و همکاران (۱۳۹۹)، ضمن مطالعه‌ای نشان دادند که راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان بر کاهش میزان اعتیاد به اینترنت دانشجویان تأثیر دارد. بیرامی، هاشمی

1. Emotion Regulation Strategies Training
2. Gross processing model
3. Budimir

4. Yavuz

۳۸-۲۶ پرخاشگری سایبری متوسط و ۷۶-۳۹ نشان دهنده پرخاشگری سایبری بالا است. نتایج پژوهش آوارز گارسیا و همکاران (۲۰۱۶) نشان داد که مدل سه بعدی مقیاس از برازش مناسبی برخوردار است. نتایج آوارز گارسیا و همکاران (۲۰۱۶) به منظور بررسی روایی همگرایی این پرسشنامه، نشان داد مؤلفه جعل هویت با مؤلفه‌های «پرسشنامه پرخاشگری مدرسه» ۰/۲۲، با «پرسشنامه تکانشگری» ۰/۱۴، همبستگی مثبت و با «پرسشنامه همدلی» ۰/۱۱ -، همبستگی منفی دارد. مؤلفه پرخاشگری دیداری-جنسی با هویت با مؤلفه‌های «پرسشنامه پرخاشگری مدرسه» ۰/۲۲ و با «پرسشنامه تکانشگری» ۰/۱۴ همبستگی مثبت و با «پرسشنامه همدلی» ۰/۰۹ -، همبستگی منفی دارد. مؤلفه پرخاشگری سایبری دیداری از نوع تهدید سایبری با مؤلفه‌های «پرسشنامه پرخاشگری مدرسه» ۰/۵۵ و با «پرسشنامه تکانشگری» ۰/۳۶، همبستگی مثبت و با «پرسشنامه همدلی» ۰/۱۸ -، همبستگی منفی دارد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ بر روی نمونه فوق ۰/۸۲ گزارش شد (آوارز گارسیا و همکاران، ۲۰۱۶). در پژوهش عطادخت و همکاران (۱۳۹۹)، روایی محتوای از نوع صوری پرسشنامه با انجام برخی اصلاحات با توجه به نظرات ۵ نفر از مدرسین دانشگاه محقق اردبیلی (روان‌شناس) مورد تایید قرار گرفت. همچنین، ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه جعل هویت ۰/۶۰، برای مؤلفه پرخاشگری دیداری-جنسی ۰/۵۵، برای پرخاشگری سایبری کلامی ۰/۸۵ و نمره کل پرخاشگری سایبری ۰/۸۸، به دست آمد (عطادخت و همکاران، ۱۳۹۹). در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ مؤلفه‌ها به ترتیب ۰/۶۶، ۰/۷۸ و برای کل پرسشنامه ۰/۷۵، به دست آمد.

۲. **پرسشنامه نوموفوبیا (NMP-Q)**. این پرسشنامه ۲۰ گویه‌ای در سال ۲۰۱۵ توسط یلدریم و کوریا ساخته

های بی‌موبایل هراسی و پرخاشگری سایبری در بین ۱۲۳ نفر از دانشجویانی که تمایل به شرکت در پژوهش داشتند، توزیع و تعداد ۳۰ نفر از آنهایی که از نظر اختلال بی‌موبایل هراسی دارای نمرات بالاتر از ۶۰ و پرخاشگری سایبری نمرات بالاتر از ۳۰ کسب کردند، انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: کسب نمره بالا در آزمون‌های بی‌موبایل هراسی، پرخاشگری سایبری و توانایی و تمایل به شرکت در جلسات. ملاک خروج نیز شامل غیبت بیش از ۲ جلسه و عدم تمایل به همکاری در پژوهش بود. به تمامی شرکت کنندگان در پژوهش اطمینان خاطر در مورد محرمان ماندن اطلاعات، ارائه شد. افراد گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هر هفته ۲ جلسه) به صورت گروهی برنامه آموزشی راهبردهای نظم‌جویی فرآیندی هیجان مبتنی بر مدل گروس (۲۰۰۰) را دریافت کردند؛ گروه کنترل به مدت ۲ ماه در لیست انتظار قرار گرفت. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون‌های تحلیل کوواریانس تک‌متغیره و چندمتغیره به کمک نرم افزار SPSS نسخه ۲۳، استفاده شد.

ابزار پژوهش

۱. **پرسشنامه پرخاشگری سایبری (C-AQA)**. این پرسشنامه توسط آوارز گارسیا^۱ و همکاران در سال ۲۰۱۶ طراحی و اعتباریابی شده است (آوارز- گارسیا و همکاران، ۲۰۱۸) و دارای ۱۹ گویه و سه مؤلفه اصلی (جعل هویت، پرخاشگری سایبری دیداری-جنسی و پرخاشگری سایبری کلامی و طرد) است. در این پرسشنامه از فرد خواسته می‌شود که فراوانی رفتارهای قلدری (مندرج در پرسشنامه) را طی سه ماه گذشته گزارش کند. روش نمره‌گذاری این پرسشنامه به صورت طیف لیکرتی ۴ درجه‌ای است (۱= هرگز تا ۴= همیشه). بیشترین و کمترین نمره بین ۱۹ تا ۷۶ است که نمره بین ۲۵-۱۹ نشان دهنده پرخاشگری سایبری خفیف،

2. Yildirim & Correia

1. Álvarez-García

یانگ، ۲۰۱۰) همبستگی مثبت یافتند. در ایران اعتبار این آزمون به روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۱ و برای عامل‌های عدم دسترسی به اطلاعات ۰/۸۱ از دست دادن راحتی و آسایش ۰/۷۹، عدم توانایی برقراری ارتباط ۰/۸۲ و از دست دادن ارتباط ۰/۸۳ به‌دست‌آمد (سیاح، قدمی و آزادی، ۱۳۹۶). در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ مؤلفه‌ها به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۸۳ و برای کل پرسشنامه ۰/۸۰، به‌دست‌آمد.

۳. آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی. افراد گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هر هفته ۲ جلسه) به صورت گروهی مطابق با جدول ۱، برنامه آموزشی راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان مبتنی بر مدل گروس (۲۰۰۰) را دریافت کردند.

شده است و ۴ بعد از ابعاد نوموفوبیا شامل: عدم توانایی برقراری ارتباط، از دست دادن ارتباط، عدم دسترسی به اطلاعات و ترک آسایش، را بررسی می‌کند. با استفاده از مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای از ۱ "کاملاً مخالف" تا ۷ "بسیار موافق" در موارد شدید، درجه‌بندی می‌شود. نمره کل آن دامنه ۲۰ تا ۱۴۰ دارد و نمره ۲۰ نشانه عدم وجود نوموفوبیا، نمره بین ۲۰ و ۶۰ کمتر از ۶۰ نوموفوبیای خفیف، نمره مساوی و بزرگ‌تر از ۶۰ و کمتر از ۱۰۰ نوموفوبیای متوسط و نمره مساوی یا بزرگ‌تر از ۱۰۰ مربوط به نوموفوبیای شدید است. یلدریم و کوریا (۲۰۱۵)، ضریب آلفای کرونباخ را برای مقیاس و زیر مقیاس‌های ذکر شده به ترتیب ۰/۹۴۵، ۰/۹۳۹، ۰/۸۷۴، ۰/۸۲۷ و ۰/۸۱۴ عنوان کردند. همچنین، بین پرسشنامه نوموفوبیا و پرسشنامه نقش تلفن همراه (والش، وایت و

جدول ۱. خلاصه محتوای جلسات آموزشی راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان

جلسه	هدف	محتوا	تغییر رفتار مورد نظر	تکالیف خانگی
۱	معارفه و بیان اهداف	معارفه، بیان اهداف، منطق و مراحل مداخله، ضرورت تنظیم هیجان، چرا باید این مهارت را بیاموزیم؟، دیدگاه‌های درست در مورد هیجان‌ها کدام‌اند؟	شناسایی هیجان‌های مثبت و کمک‌کننده	تمرین تماشای هیجان
۲	انتخاب موقعیت	ارائه آموزش هیجانی شامل: هیجان نرمال و هیجان مشکل‌آفرین و خودآگاهی هیجانی.	شناسایی عوامل موفقیت در تنظیم هیجان‌ها	شناسایی، نام‌گذاری و برچسب زدن به احساسات
۳	انتخاب موقعیت	ارزیابی میزان آسیب‌پذیری و مهارت‌های هیجانی اعضا شامل: خودارزیابی با هدف شناخت تجربه‌های هیجانی خود، خودارزیابی با هدف شناسایی میزان آسیب‌پذیری هیجانی در فرد، خودارزیابی با هدف شناسایی از راهبردهای تنظیمی فرد، پیامدهای شناختی واکنش‌های هیجانی و پیامدهای فیزیولوژیک واکنش‌های هیجانی.	آشنایی با پیامدهای هیجانی پرخاشگری سایبری	شناسایی هیجان‌ها ناخوشایند ایجاد‌کننده خشم و راه‌های غلبه بر آن
۴	اصلاح موقعیت	ایجاد تغییر در موقعیت برانگیزاننده هیجان شامل: جلوگیری از انزوای اجتماعی و اجتناب، آموزش راهبرد حل مسئله و آموزش مهارت‌های بین‌فردی (گفتگو، اظهار وجود و حل تعارض).	تقویت مهارت‌های بین فردی در جهت کاهش بی‌موبایل‌هراسی	تمرین شناسایی ارزش‌ها (تعیین ارزش‌های شخصی)
۵	گسترش توجه	تغییر توجه شامل: متوقف کردن نشخوار فکری	آشنایی با تأثیر نگرانی در	تمرین وایت برد با ارزش‌ها

۶	ارزیابی شناختی	تغییر ارزیابی‌های شناختی شامل: شناسایی ارزیابی‌های غلط و اثرات آنها روی حالت‌های هیجانی و آموزش راهبرد باز ارزیابی.	و نگرانی و آموزش توجه.	روز رفتارهای پرخاشگرانه و موانع هیجانی
۷	تعدیل پاسخ	تغییر پیامدهای رفتاری و فیزیولوژیکی هیجان شامل: شناسایی میزان و نحوه استفاده از راهبرد بازداری و بررسی پیامدهای هیجانی آن، آموزش ابراز هیجان، اصلاح رفتار از طریق تغییر تقویت کننده‌های محیطی و آموزش تخلیه هیجانی، آرمیدگی و عمل معکوس.	خودکنترلی هیجانی در صورت عدم دسترسی به موبایل	معرفی طرح کارآمدی هیجانی فردی
۸	ارزیابی و کاربرد	ارزیابی مجدد و رفع موانع کاربرد شامل: ارزیابی میزان نیل به اهداف و کاربرد مهارت‌های آموخته شده در محیط‌های طبیعی خارج از جلسه.	کسب مهارت خودکنترلی هیجانی	ثبت نتایج تمرین مهارت‌ها
۹ و ۱۰	جمع‌بندی و اجرای پس آزمون‌ها	مرور جلسات و تمرین مهارت‌های آموخته شده و اجرای پس آزمون‌ها.	کاهش پرخاشگری سایبری و بی‌موبایل مؤثر	تمرین تمام تکنیک‌های هراسی

یافته‌ها

در جدول شماره ۲، شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش ارائه شده است. نتایج آزمون نرمال بودن کلموگروف-اسمیرنوف متغیرهای پرخاشگری سایبری و بی موبایل هراسی و مؤلفه‌های آنها نشان داد که توزیع نرمال است ($P < 0.05$). آزمون لون جهت بررسی تساوی واریانس گروه‌ها در مؤلفه‌های متغیرهای وابسته پژوهش نشان داد که سطح معناداری به دست آمده بزرگ‌تر از 0.05 است.

میانگین سنی افراد گروه‌های آزمایش و کنترل به ترتیب عبارت بود از: $22/34 (\pm 2/44)$ و $22/70 (\pm 2/81)$. میزان تحصیلات هر دو گروه به این شکل بود: گروه آزمایش، ۹ نفر دانشجوی کارشناسی، ۶ نفر دانشجوی کارشناسی ارشد و گروه کنترل، ۸ نفر دانشجوی کارشناسی و ۷ نفر دانشجوی کارشناسی ارشد.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف معیار) متغیرهای پژوهش در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون		اسمیرنوف	کلموگروف	معنی داری	پ.ت.	معنی داری
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد					
جعل هویت	آزمایش	۸/۱۱	۰/۲۶	۵/۷۵	۰/۵۰	۰/۸۷	۰/۴۳	۲/۱۰	۰/۱۵	
	کنترل	۸/۵۷	۰/۳۳	۸/۳۲	۰/۲۸					
دیداری - جنسی	آزمایش	۸/۳۸	۰/۳۸	۵/۲۵	۰/۳۳	۱/۲۲	۰/۱۰	۳/۷۴	۰/۰۶	
	کنترل	۸/۶۰	۰/۵۶	۸/۵۵	۰/۴۵					
پرخاشگری کلامی	آزمایش	۱۳/۸۳	۰/۴۷	۱۰/۹۵	۰/۴۰	۰/۷۵	۰/۶۱	۰/۲۹	۰/۵۹	
	کنترل	۱۳/۵۱	۰/۴۱	۱۲/۶۲	۰/۳۷					
کل پرخاشگری	آزمایش	۳۰/۳۳	۰/۶۶	۲۱/۹۵	۰/۶۹	۰/۵۸	۰/۸۸	۴/۰۹	۰/۰۵	

سایبری	کنترل	۳۰/۶۹	۰/۸۹	۲۹/۴۹	۰/۵۷
عدم دسترسی	آزمایش	۱۸/۶۶	۰/۶۹	۱۶/۱۱	۰/۴۰
به اطلاعات	کنترل	۱۸/۳۳	۰/۵۶	۱۸/۴۱	۰/۴۵
از دست دادن	آزمایش	۱۹/۹۲	۰/۲۴	۱۶/۰۸	۰/۵۳
راحتی و آسایش	کنترل	۱۹/۵۸	۰/۳۷	۱۸/۷۵	۰/۳۴
عدم توانایی در	آزمایش	۲۳/۵۵	۰/۶۱	۲۲/۷۲	۰/۴۶
برقراری ارتباط	کنترل	۲۴/۵۴	۰/۴۳	۲۵/۱۶	۰/۴۴
از دست دادن	آزمایش	۱۵/۴۰	۰/۱۵	۱۲/۹۵	۰/۱۵
ارتباط	کنترل	۱۶/۷۳	۰/۱۲	۱۵/۴۳	۰/۱۹
کل بی‌موبایل	آزمایش	۷۷/۵۵	۱/۰۱	۶۷/۸۸	۱۵/۷۳
هراسی	کنترل	۷۹/۲۰	۰/۷۹	۷۷/۷۶	۱۵/۸۵

با توجه به نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیره جدول ۳، با کنترل اثر پیش‌آزمون، بین میانگین نمرات پس‌آزمون گروه‌های آزمایش و گروه کنترل در متغیر پرخاشگری سایبری ($\eta^2 = ۰/۹۷$ و $p < ۰/۰۰۱$) و بی‌موبایل‌هراسی ($\eta^2 = ۰/۹۵$ و $p < ۰/۰۰۱$) و $F = ۶۲۱$ ، تفاوت معناداری وجود داشت.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیره تفاوت گروه‌های آزمایش و کنترل در نمرات پرخاشگری سایبری و نوموفوبیا						
منبع	مجموعه	درجه	میانگین	F	سطح	توان
	مجذورات	آزادی	مجذورات		معناداری	آماري
پرخاشگری سایبری						
الگوی اصلاح‌شده	۴۲۸/۳۶	۲	۴۲۸/۳۶	۵۷۰/۳۹	۰/۰۰۱	۰/۹۷
عرض از مبدأ	۵/۷۸	۱	۵/۷۸	۱۵/۴۰	۰/۰۰۱	۰/۳۶
پیش‌آزمون متغیر	۱/۲۲	۱	۱/۲۲	۳/۲۴	۰/۰۸۳	۰/۱۰
گروه	۳۹۳/۷۱	۱	۳۹۳/۷۱	۱۰۴۸/۴۹	۰/۰۰۱	۰/۹۷
خطا	۱۰/۱۳	۲۷	۰/۳۷			
کل	۲۰۲۹۱/۲۵	۳۰				
بی‌موبایل‌هراسی						
الگوی اصلاح‌شده	۷۳۴/۷۲	۲	۷۳۴/۷۲	۶۶۰/۳۸	۰/۰۰۱	۰/۹۸
عرض از مبدأ	۷/۹۰	۱	۷/۹۰	۱۴/۲۱	۰/۰۰۱	۰/۳۴
پیش‌آزمون متغیر	۲/۸۱	۱	۲/۸۱	۵/۰۶	۰/۰۳۳	۰/۱۵
گروه	۳۴۵/۹۶	۱	۳۴۵/۹۶	۶۲۱/۹۲	۰/۰۰۱	۰/۹۵
خطا	۱۵/۰۲	۲۷	۰/۵۵			
کل	۱۵۹۸۵۲/۷۰	۳۰				

پیش از انجام آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره از آزمون ایم-باکس (Box's M test) برای برابری کوواریانس استفاده شد که نتایج نشان داد پیش‌فرض برقراری همگنی کوواریانس برای متغیرهای وابسته پژوهش رعایت شده است. همچنین، نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد که امکان خطای نوع دوم وجود نداشت.

پژوهش رعایت شده است. همچنین، نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد که امکان خطای نوع دوم وجود نداشت.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره تفاوت گروه آزمایش و کنترل در مؤلفه‌های پرخاشگری سایبری و بی موبایل هراسی

متغیر	منبع	مجموع	df	میانگین	F	سطح	η^2	توان
	تغییرات	مجذورات		مجذورات		معناداری	آماري	آماري
پرخاشگری سایبری								
جعل هویت	گروه	۳۲/۶۹	۱	۴۸/۳۲	۲۱۲/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۸۹	۰/۹۴
دیداری - جنسی	گروه	۵/۷۸	۱	۵/۷۸	۴۶۰/۶۶	۰/۰۰۱	۰/۹۵	۱/۰۰
پرخاشگری کلامی	گروه	۱۰/۸۵	۱	۱۰/۸۵	۱۶۴/۳۳	۰/۰۰۱	۰/۸۶	۰/۹۹
بی موبایل هراسی								
عدم دسترسی به اطلاعات	گروه	۰/۲۵	۱	۰/۲۵	۳/۰۲	۰/۰۹۵	۰/۱۱	۰/۸۹
از دست دادن راحتی و آسایش	گروه	۳/۱۴	۱	۳/۱۴	۱۶/۱۴	۰/۰۰۱	۰/۴۰	۱/۰۰
عدم توانایی در برقراری ارتباط	گروه	۱/۷۳	۱	۱/۷۳	۱۰/۹۶	۰/۰۰۳	۰/۳۱	۱/۰۰
از دست دادن ارتباط	گروه	۱/۲۹	۱	۱/۲۹	۳۸/۹۸	۰/۰۰۱	۰/۶۱	۱/۰۰

کاهش پرخاشگری سایبری و مؤلفه‌های آن شامل؛ جعل هویت، دیداری - جنسی و پرخاشگری کلامی، می‌توان گفت که مدیریت و کنترل هیجانی در نوجوانان و جوانان می‌تواند حائز یک نقش حمایتی باشد؛ زیرا غالباً پرخاشگرها از مشاهده آسیب‌پذیری و واکنش‌های هیجانی مشهود در قربانیانشان، لذت می‌برند (واتکینز و همکاران، ۲۰۱۸). بر همین اساس، می‌توان گفت یکی از عوامل مهم در ایجاد و بروز رفتارهای پرخاشگرانه، وجود نوعی اختلال هیجانی است. اختلال در نظم جویی هیجانی از دید متخصصان، پیش‌بینی کننده آسیب روانی فرد، بروز انزوای اجتماعی، بزهکاری و رفتارهای پرخاشگرانه است (گروس، ۲۰۰۷). در تبیین این موضوع با در نظر گرفتن مدل تنظیم هیجان گروس (۲۰۰۳) باید ادعان داشت که در پدیده پرخاشگری، نقص‌هایی در ابعاد مختلف هیجانی وجود دارد که منجر به خشونت، زد و خود، و قربانی پرخاشگری 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 دانشجویان 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 پرخاشگری به عنوان مکانیسمی برای مقابله با مشکلات استفاده می‌شود. بر همین اساس، این درحالی است که

نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای مؤلفه‌های پرخاشگری سایبری و بی موبایل هراسی در جدول ۴، ارائه شده است. همانطور که نتایج نشان می‌دهد، با کنترل اثر پیش‌آزمون، بین میانگین نمرات پس‌آزمون مؤلفه‌های جعل هویت، دیداری - جنسی و پرخاشگری کلامی، تفاوت معناداری وجود داشت ($P < 0/001$). همچنین، بین میانگین نمرات پس‌آزمون مؤلفه‌های از دست دادن راحتی و آسایش، عدم توانایی برقراری ارتباط و از دست دادن ارتباط، تفاوت معناداری وجود داشت ($P < 0/001$). اما بین میانگین نمرات پس‌آزمون مؤلفه عدم دسترسی به اطلاعات تفاوت معناداری مشاهده نشد، هر چند اندازه اثر آن نزدیک به حد قابل قبول است ($\eta^2 = 0/11$ و $p > 0/095$).

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین تأثیر آموزش راهبردهای نظم جویی فرایندی هیجان بر پرخاشگری سایبری و بی موبایل هراسی دانشجویان انجام شد. یافته‌های حاصل از پژوهش نشان داد که آموزش راهبردهای نظم جویی فرایندی هیجان بر کاهش پرخاشگری سایبری دانشجویان، تأثیر داشت. این یافته با نتایج مطالعه صفایی نایینی و همکاران (۱۳۹۹)، در رابطه با اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم هیجان بر کاهش قلدری سایبری، همسو است. در تبیین تأثیر آموزش راهبردهای نظم جویی فرایندی هیجان بر

های تازه، کنار آمدن با دشواری‌های تنظیم هیجان و ابراز هیجانی مناسب در زمان در دسترس نبودن تلفن همراه را با یکدیگر هماهنگ کنند و به ادراک تازه‌ای از خود بدون تلفن همراه دست یابند. بنابراین، می‌توان بیان نمود با توجه به آگاهی‌هایی که فرد از هیجانات خود در زمینه دوری و دردسترس نبودن تلفن همراه به دست می‌آورد، آسان‌تر می‌توانند با دشواری‌های هیجانی بی‌موبایل‌هراسی کنار آمده و علائم بی‌موبایل‌هراسیشان را کنترل کنند.

محدودیت‌هایی که در مطالعه حاضر وجود داشت شامل عدم به کارگیری یک شیوه مداخله آموزشی دیگر در کنار آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان، به منظور مقایسه اثربخشی دو روش. محدودیت دیگر نیز عدم مرحله پیگیری پس از اتمام جلسات آموزشی بود. بنابراین، پیشنهاد می‌شود پژوهشگران بعدی برای تعمیم بهتر و ارزیابی پایدار بودن آموزش بعد از اجرای آموزش پیگیری نیز استفاده نمایند. در مجموع، با توجه به اینکه هیجان نقش برجسته‌ای در زندگی افراد دارد؛ به مشاوران و روان‌شناسان توصیه می‌گردد که آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان را برای کمک به دانشجویان جهت کاهش پرخاشگری سایبری و بی‌موبایل‌هراسی، مورد توجه قرار دهند.

موازین اخلاقی

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. با توجه به شرایط و زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش مختار بودند. پس از اتمام پژوهش گروه گواه نیز تحت مداخله قرار گرفتند.

تشکر و قدردانی

پژوهش‌گران مراتب قدردانی و تشکر خود را از کلیه شرکت‌کنندگان این پژوهش و تمامی کسانی که در روند این مطالعه همکاری نمودند، اعلام می‌دارند.

مشارکت نویسندگان

نویسنده این پژوهش در طراحی، مفهوم‌سازی، روش‌شناسی، گردآوری داده‌ها، تحلیل آماری داده‌ها، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی سازی نقش داشت.

دانشجویان در جریان آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان، با استفاده از راهبردهای متوقف کردن نشخوار فکری و نگرانی، آموزش تخلیه هیجانی، آرمیدگی و عمل معکوس، جلوگیری از انزوای اجتماعی، اجتناب و آموزش مهارت‌های بین‌فردی (شامل گفتگو، اظهار وجود و حل تعارض)، آموختند تا رفتار مناسب هیجانی را در استفاده از شبکه‌های مجازی داشته باشند و برانگیختگی هیجانی و پرخاشگری رفتاری و کلامی سایبری کمتری را تجربه کنند. همچنین، با استفاده از فنون اظهار وجود و حل تعارض، دانشجویان فرصت‌هایی را برای به کارگیری افکار، احساسات و هیجانات خود کسب می‌کنند و می‌توانند آنها را به چالش کشیده و در کاهش بحران هویت توانمندتر عمل کنند و به جای جعل هویت در نشان دادن خود به عنوان آن چیزی که نیستند، به درک مطلوبی از سطح خودآگاهی و خودارزشمندی برسند.

یافته دیگر این پژوهش پژوهش نشان داد که آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان بر کاهش بی‌موبایل‌هراسی دانشجویان، تأثیر داشت. این یافته با نتایج مطالعه حضرت بیگی و همکاران (۱۳۹۹)، بیرامی و همکاران (۱۳۹۹)، در رابطه با اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم هیجان بر کاهش میزان اعتیاد به اینترنت، همسو است. در تبیین تأثیر آموزش راهبردهای نظم‌جویی فرایندی هیجان بر کاهش بی‌موبایل‌هراسی و مؤلفه‌های آن شامل؛ از دست دادن راحتی و آسایش، عدم توانایی برقراری ارتباط و از دست دادن ارتباط، می‌توان گفت که افراد دچار اختلال بی‌موبایل‌هراسی با تجربه‌ای که در مرحله انتخاب موقعیت کسب می‌کنند، با استفاده از راهبردهای خودارزیابی با هدف شناخت تجربه‌های هیجانی خود، می‌آموزند که به جای مغلوب شدن توسط هیجان‌هایشان، باید بر وجود هیجان‌های خود آگاه باشند و تلاش کنند تجربه خود را هرچه عمیق‌تر دریافت کنند. این افراد در طول جلسات به این درک می‌رسند که هیجان‌های ناشی از دردسترس نبودن تلفن همراه، ترسناک نیستند و نباید اجازه بدهند که آسایش و راحتیشان، تحت تأثیر دردسترس نبودن تلفن همراه قرارگیرد. همچنین، در این مداخله، مراجع دستاوردهای آموزشی شامل؛ افزایش آگاهی از هیجان‌ها، بیان هیجان

- Cyber- Aggression Typology Questionnaire. *Aggressive Behavior Journal*, 46(5), 380–390.
- Grigg, D.W. (2010). Cyber-aggression: Definition and concept of cyberbullying. *Journal of Psychologists and Counsellor in School*, 20(2), 143-156.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). The Guilford Press.
- Hazrat Beigi, F., Asgari, P., Makvandi, B., & Keraei, A. (2020). Causal relationship strategies for emotion processing and spiritual intelligence with internet addiction tendency with the mediating role of imposing distress. *Iranian Journal of Nursing Research*, 15(4), 24-33. (Text in Persian)
- O'Dea S. (2021). Number of smartphone users worldwide from 2016 to 2023. Statista Research Department. <https://www.statista.com/statistics/330695/number-of-smartphone-users-worldwide>. Accessed April 25th 2021.
- Safaeinaeini, K., Narimani, M., Kazemi, R., Mousazadeh, T. (2019). Effectiveness of motivational Interview and emotion regulation training on reduction bullying behavior and academic burnout juveniles user virtual social networking. *Journal of Educational Psychology*, 15(51), 95-126. (Text in Persian)
- Sayah, S., Ghadami, A., & Azadi, F. (2018). Psychometric properties of the Nomophobia questionnaire (NMP-Q) among Iranian students. *Journal of Psychometry*, 6(23), 7-25. (Text in Persian)
- Siyadi, H. (2021). The Relationship between Executive Functions and Communication Skills with Cyber Aggression, 9th National Conference on Sustainable Development in Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Studies, Tehran. (Text in Persian)
- Tams, S., Legoux, R., & Léger, P. M. (2018). Smartphone withdrawal creates stress: A moderated mediation model of nomophobia, social threat, and phone withdrawal context. *Computers in Human Behavior*, 81(7), 1-9.
- Vale, A., Pereira, F., Gonçalves, M., & Matos, M. (2018). Cyber-aggression in adolescence and internet parenting styles: A study with victims, perpetrators and victim-perpetrators. *Children and Youth Services Review*, 93(13), 88-99.
- Walsh, S. P., White, K. M., & Young, R. M. (2010). Needing to connect: The effect of self and others on young people's involvement with their mobile phones. *Australian Journal of Psychology*, 62(4), 194–203.
- Watkins, LE, Maldonado, RC, & DiLillo, D. (2018). The cyber aggression in relationships

تعارض منافع

نویسندگان این پژوهش هیچ‌گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

References

- Álvarez García, D., Núñez Pérez, JC, García Fernández, T., & Barreiro Collazo, A. (2018). Individual, family, and community predictors of cyberaggression among adolescents. *The European Journal of Psychology Applied*, 10(2), 79-88.
- Atadokht, A., Ahmadi, S., & Fallahi, V. (2020). Investigating structural relations model of cyber-aggression based on perceived stress with the mediating role of virtual networks dependency in students of mohaghegh ardabili university in 2019: A descriptive study. *The Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*, 19(3), 251-264. (Text in Persian)
- Bayrami, M., Hashemi Nosrat Abad, T., Smaeilpour, K., & Shiri, A. (2021). Effectiveness of Emotion Efficacy Therapy on Internet Dependency and Psychological Vulnerability in Students Addicted to Internet. *Journal of Clinical Psychology Studies*, 11(44), 23-43. (Text in Persian)
- Bragazzi, N.L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research And Behavior Management Journal*, 7(5), 155-60.
- Budimir, S., Fontaine, J. R., Haans, A., Huijts, N.M.A., & Loukas, G. (2022). Victim's negative emotion processes in cybersecurity breach situations: A Testimony of anger and fear-related emotion processes. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=4101947> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.4101947>
- Bullo, A., & Schulz, PS. (2021). Do peer and parental norms reinforce media content-induced cyber aggression?. *Journal of Computers in Human Behavior*, 8(6), 107-136.
- Cunningham, C.E., Chen, Y., & Villancourt, T. (2015). Modeling the anti-cyberbullying preferences of university students: Adaptive choice-based conjoint analysis. *Aggressive Behavior Journal*, 41(4), 369–385.
- Delavarpour, M., Akbari, F., & Bagheri, M. (2021). Identifying and comparing the profile of psychopathology of university students with different Intensities of nomophobia. *Journal of Psychological Studies*, 17(2), 55-76. (Text in Persian)
- Graf, D., Yanagida, T., Maschler, A., & Spiel, C. (2020). A tool for investigating the differential functions of aggressive behavior in the face-to-face and cyber context: Extending the

scale: A new multidimensional measure of technology-based intimate partner aggression. *Journal of Assess*, 25(5), 608- 626.

Whittaker, E., & Kowalski, R.M. (2015). Cyberbullying via social media. *Journal of School Violence*, 18(1), 11–29.

Yavuz, C. (2019). Does internet addiction predict happiness for the students of sports high school?. *International Online Journal of Educational Sciences*, 11(1), 22-35.

Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Journal of Computers in Human Behavior*, 49(13), 130-137.

Yilmaz, T., & Bekaroğlu, E. (2021). Does interpersonal sensitivity and paranoid ideation predict nomophobia: an analysis with a young adult sample. *Current Psychology Journal*, 41(2), 1026-1032.

