

## اثربخشی آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر رفتار قلدری و مقبولیت اجتماعی دانش‌آموزان پسر زندانی

سیده عاطفه مهدوی<sup>۱</sup>، مهدی دهستانی<sup>۲</sup>، محمد مهدی پسندیده<sup>۳</sup>

تاریخ وصول: ۱۳۹۸/۰۱/۱۶

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۳/۳۰

### چکیده

هدف پژوهش حاضر اثربخشی آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر رفتار قلدری و مقبولیت اجتماعی دانش‌آموزان پسر زندانی بود. پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی و از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان پسر زندانی شهر تبریز بود که با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی و ابزارهای چک‌لیست رفتار قلدری اسپلیج و هالت (۲۰۰۱) و مقبولیت اجتماعی فورد و رابین (۱۹۷۰) تعداد ۵۰ دانش‌آموز پسر زندانی به‌عنوان نمونه انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند (۲۵ نفر در گروه کنترل و ۲۵ نفر در گروه آزمایش). گروه آزمایش ده جلسه در کلاس‌های آموزش خودمدیریتی شرکت کردند و افراد گروه کنترل هیچ آموزشی دریافت نکردند. پس از اتمام جلسات پرسشنامه‌ها روی هر دو گروه اجرا شد و داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS و آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره تحلیل شدند. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد که آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر مؤلفه‌های قلدری شامل رفتار قلدری، قربانی و نزاع معنی‌دار است. همچنین نتایج نشان داد که تأثیر مهارت‌های خودمدیریتی بر مقبولیت اجتماعی نیز معنی‌دار است. نتایج پژوهش نشانگر این نکته است که آموزش مهارت‌های خودمدیریتی می‌تواند از رفتارهای قلدری دانش‌آموزان پیشگیری کند و مقبولیت اجتماعی آن‌ها را بالا ببرد.

واژگان کلیدی: مهارت‌های خودمدیریتی، رفتار قلدری، مقبولیت اجتماعی، پسران زندانی.

۱. دانشجوی دکتری، روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات تهران، ایران (نویسنده

مسؤل) atefeh.mahdavi20@gmail.com

۲. دانشیار، روان‌شناسی عمومی، دانشگاه پیام نور واحد تهران جنوب، تهران، ایران.

۳. استادیار، روان‌شناسی عمومی، دانشگاه پیام نور، واحد آستانه اشرفیه، گیلان، ایران.

## مقدمه

مسئله بزهکاری نوجوانان و دانش‌آموزان از جمله مسائل بغرنج اجتماعی است که افکار عمومی را شدیداً به خود مشغول داشته است. طبق گزارش سازمان ملل، هر سال ۵ درصد بر جامعه بزهکاران نوجوان افزوده می‌شود (ایثلی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۱). ایران نیز از جمله کشورهایی است که در آن بزهکاری نوجوانان و افزایش جرم در دوران نوجوانی از جمله دغدغه‌های اصلی کارگزاران قضایی، امنیتی و اجرایی شده است (آقاپور، ۱۳۹۰). برخی صاحب‌نظران خشونت و عدم کنترل خشم را مقدمه بروز بزهکاری در دوران نوجوانی می‌دانند (عاشوری، ملایری و فدایی، ۱۳۸۷؛ ویلکوسکی، رایینسو و تراپ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰)، چنین رفتارهای خشونت‌آمیزی منجر به وقوع جرم و در نهایت افزایش تعداد زندانیان نوجوان و دانش‌آموز می‌شود (شریفی‌نیا، ۱۳۸۷)، در این راستا، امروزه برخی تحقیقات (بیرامی و همکاران، ۱۳۹۴؛ گل‌پرور، رفیع‌زاده و عارفی، ۱۳۹۳؛ آندرو و بونوتی<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰؛ گوفین و آویتزور<sup>۴</sup>، ۲۰۱۲) نشان داده‌اند که وجود برخی رفتارهای مخرب، همچون رفتارهای خشونت‌آمیز، زورگویی و قلدری علل زمینه‌ساز بزهکاری و زندانی شدن نوجوانان است.

قلدری، رفتار آزاردهنده‌ای است که عمده‌توسط یک فرد یا یک گروه از افراد در یک دوره زمانی به صورت مکرر اعمال می‌شود و شامل عدم توازن قدرت است (نوردل<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۸)، قلدری با خشونت رابطه مستقیمی داشته و می‌تواند پیش‌بینی‌کننده ارتکاب به جرم و جنایت در نوجوانان و جوانان باشد (هوسر، ویندزی و گویری<sup>۶</sup>، ۲۰۰۸)، قلدری می‌تواند هم‌شکل فیزیکی و هم‌شکل کلامی داشته باشد که در آن یک عدم تعادل بین قدرت جسمانی و وضعیت فرد تجاوزگر با مفعولش برقرار است (بورنستان، سوراندر و گلدل<sup>۷</sup>، ۲۰۱۰)؛ رفتار قلدری در بین زندانیان نوجوان و جوان متفاوت از افراد عادی است، محققان در بررسی علل رفتار قلدری، به عوامل مختلفی اشاره کرده‌اند که می‌توان آن‌ها را در طبقه عوامل فردی، زیستی، اجتماعی و فرهنگی طبقه‌بندی کرد (گلاذین<sup>۸</sup> و همکاران،

1. Easley
2. Wilkowski, Robinson & Troop-Gordon
3. Andreou & Bonoti
4. Gofin & Avitzour
5. Nordahl
6. Hosser Windzio, Greve
7. Brunstein, Sourander, Gould
8. Gladden



(۲۰۱۴)، از بین عوامل اجتماعی-فرهنگی به نظر می‌رسد عدم مقبولیت می‌تواند پیش‌بینی‌کننده خوبی برای رفتار قلدری نوجوانان باشند (محمودی، ۱۳۹۴).  
 به نظر صاحب‌نظران رابطه بین خشونت و مقبولیت اجتماعی رابطه‌ای دوسویه بوده و هر کدام بر دیگری تأثیر می‌گذارد. مقبولیت اجتماعی عبارت است از صفت شخصیتی که با قابلیت پذیرش فرد در اجتماع یا ارتباطات بین فردی تعبیر می‌شود (گلادین و همکاران، ۲۰۱۴). به باور ویک (۲۰۱۱) مقبولیت اجتماعی با پذیرش اجتماعی، تأیید اجتماعی، محبوبیت، وضعیت اجتماعی، میزان رهبری یا هر کیفیتی که فرد را از نظر اجتماعی مقبول می‌سازد، ارتباط دارد. از دید ویک (۲۰۱۱) عدم مقبولیت اجتماعی نوجوان در خانواده و خصوصاً همسالان نقطه آغاز خشونت و قلدری است، با این حال در کاهش میزان پرخاشگری نوجوانان محققان روش‌های آموزشی و حتی درمانی مختلفی را توصیه کرده‌اند، از جمله این روش‌ها می‌توان به درمان‌های شناختی-رفتاری، آموزش مهارت‌های اجتماعی و یا درمان‌های گروهی، مثل مهارت‌های ابراز وجود اشاره نمود. با این حال عنصر اساسی تمامی این روش‌های درمانی یا آموزشی مفهوم خود است (ویلکوسکی، رایینسو و تراپ<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰)، بر این اساس مفهومی که رابطه نزدیکی با خود نوجوانان دارد، مهارت خود مدیریتی است (مارگارت<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۵).

خودمدیریتی<sup>۳</sup> یک فرآیند تربیتی است که افراد و کارکنان یک گروه برای رسیدن به یک رفتار خاص و نتیجه دلخواه، از طریق آن خود را ترغیب و راهنمایی می‌کنند. ریشه این مفهوم به نظریه‌های مربوط به تأثیر بر خود برمی‌گردد که در آن تأکید بر خودراهیابی<sup>۴</sup> کنترل بر خود و مدیریت بر خود است. فردی که دارای خود مدیریتی بالایی باشد، می‌تواند در روابط اجتماعی خود نیز فعال و موفق باشد (آدرناتی و حسن، ۲۰۱۱). به عنوان نمونه، فردی با میزان خودمدیریتی بالا، هنگام هیجانی شدن و بروز خشم، می‌تواند هیجانات و خشم خود را کنترل کند، این دلایل نشان از رابطه بین خودمدیریتی، رفتار اجتماعی و پرخاشگری است؛ آنچه در میان این عوامل به عنوان حلقه مفقوده قلمداد می‌گردد، مدیریت بر خود است که غالباً به فراموشی سپرده می‌شود؛ خودمدیریتی به دنبال تغییر نگرش و شخصیت نیست، بلکه

- 
1. Wilkowski, Robinson & Troop-Gordon
  2. Margaret
  3. Self-management
  4. Self-navigation

می‌خواهد رفتار را تحت کنترل در بیاورد و اگر لازم باشد تغییراتی را در آن ایجاد کند (اوموتود، فیلیپا و اولو، ۲۰۱۵). با این حال هنوز نیاز به تحقیقات بیشتری در زمینه تأثیر مهارت‌های خودمدیریتی بر کاهش خشم و افزایش مقبولیت اجتماعی احساس می‌شود. از سوی دیگر نکته‌ای که در تحقیقات گذشته وجود دارد، تأکید غالب این تحقیقات بر روی کودکان ناسالم است (اوموتود، فیلیپا و اولو، ۲۰۱۵)، برای نمونه، مطالعه رزازان، روانی‌پور، غریبی، معتمد و زارعی (۱۳۹۳)، بر روی کودکان مبتلا به تالاسمی بود که نشانگر کم بودن میزان خودمدیریتی در این افراد بود. همچنین حیدری و همکاران (۱۳۹۳) بر روی کودکان با مشکلات تنفسی مطالعه‌ای انجام داده بودند که نشانگر کم بودن مهارت‌های خودمدیریتی در این افراد است. آدرنیانت (۲۰۱۱) نیز پژوهشی بر روی کودکان با اختلالات سلوک انجام داده است که نشانگر سطح بالای تمرد<sup>۲</sup> و تضاد<sup>۳</sup> در این افراد و سطح پایین خودمدیریتی در آن‌هاست. با این حال، مطالعه اثربخشی مهارت خودمدیریتی بر روی نوجوانان بزهکار صورت نگرفته است، این در حالی است که طبق مطالعات صورت گرفته کمبود مهارت‌های خودمدیریتی، از قبیل مهارت مدیریت هیجان‌ها، مهارت مدیریت خشم و مهارت مدیریت افکار (بشرپور و همکاران، ۱۳۹۲؛ آردریان، ۲۰۱۱؛ وایک، ۲۰۱۱) از جمله مهارت‌های اثربخش در کاهش جرم است، در صورتی که بزهکاران از این مهارت‌ها محروم شوند، دامنه جرم گسترش یافته و این بزهکاران ممکن است تبدیل به باندهای تبهکار یا گروه‌های خلاف کار بشوند (آقایپور، ۱۳۹۰)؛ بنابراین می‌توان چنین گفت که نوجوانان قشر عظیمی از جامعه را تشکیل می‌دهند که آینده‌ساز جامعه می‌باشند و در صورتی که به آن‌ها کم‌توجهی شود، ممکن است به رفتارهای ناشایستی دست بزنند که تبعات زیادی را برای خود آن‌ها، خانواده، محیط و جامعه دربر خواهد داشت. نوجوانانی که بزهکار می‌شوند، اکثراً به علت عدم آگاهی کافی و نداشتن مهارت‌های اجتماعی مورد نیاز روانه زندان‌ها می‌شوند که اگر اقدامات لازم و کافی برای ایشان صورت گیرد، سبب می‌شود تا شاهد کاهش چشمگیری در این جرم و جتایات باشیم. لذا بر طبق خلأهای مذکور و مبهم بودن تأثیر مهارت‌های خودمدیریتی بر جامعه نوجوانان و دانش‌آموزان زندانی، تحقیق حاضر در نظر دارد به این سؤال پاسخ دهد

- 
1. Omotunde, Philomena & Oliha
  2. Rebelliousness
  3. Conduct disorder

که آیا آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر کاهش رفتار قلدری و افزایش مقبولیت اجتماعی در میان پسران دانش‌آموز زندانی مؤثر است؟

## روش

روش پژوهش حاضر از نوع مطالعات نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه است. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه نوجوانان دانش‌آموز (که حین ارتکاب جرم مشغول به تحصیل بوده‌اند) پسر محکوم به حبس بیش از ۳ ماه تشکیل می‌دهند که در حال حاضر در زندان تبریز تحمل حبس می‌نمایند. تعداد نوجوانان دانش‌آموز پسر زندانی محکوم زندان تبریز ۶۳ نفر است. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۲۵ نفر به‌عنوان گروه آزمایش انتخاب و همچنین تعداد ۲۵ نفر به‌عنوان گروه گواه انتخاب شدند. ملاک انتخاب گروه آزمایش یا معیارهای ورود شامل این بود که: دانش‌آموز زندانی باشد، محکوم به حبس باشد (در مقابل متهم)، معتاد به مواد مخدر نباشد، در هنگام شرکت در برنامه آموزشی حداقل ۳ ماه از زمان زندانی فرد سپری و حداقل ۳ ماه از اتمام حبس وی باقی مانده باشد. همچنین معیارهای خروج افراد از پژوهش نیز شامل این موارد بود که فرد به تمایلی به شرکت در پژوهش نداشته باشد یا اینکه بیش از دو جلسه بدون هماهنگی از شرکت در جلسات اجتناب کند و اینکه هوش‌بهر پایین‌تر از حد متوسط داشته باشد که این موضوع توسط متخصصین روانشناس از قبل ارزیابی شده بود.

بعد از هماهنگی با مسئولان زندان، مجری طرح حاضر به همراه کارشناسان زندان که متشکل از کارشناسان باسابقه با تحصیلات حداقل فوق‌لیسانس بودند به اجرای مطالعه پرداختند، به این صورت که بعد از ارائه توضیحات لازم توسط مسئول اندرزگاه و بعد از توجیه شدن مددجویان منتخب، هماهنگی‌های لازم با مسئولان بند نیز به عمل آمد، به‌طوری‌که در طول مدت اجرای پرسشنامه تداخل‌های دیگری به وجود نیاید. فرآیند انجام پژوهش به این صورت بود که از آزمودنی‌های داوطلب برای شرکت در پژوهش ابتدا پیش‌آزمون به عمل آمد، سپس افراد شرکت‌کننده در گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه (هفته‌ای یک‌بار) و هر جلسه به مدت ۹۰ دقیقه تحت مداخله آموزش مهارت‌های خودمدیریتی قرار گرفتند، این آموزش‌ها با کسب اجازه از مسئولین زندان تبریز، در یکی از اتاق‌های زندان و به‌صورت جلسات گروهی تشکیل می‌شد. ابتدا تمامی اعضای نمونه در کلاس‌های آموزشی

جمع شده و بعد از ارائه توضیح مختصری در مورد اهداف تحقیق پرسشنامه‌های مرتبط را با راهنمایی‌های مجری پر کردند، در مرحله بعد گروه کنترل از کلاس خارج و برای ۲۵ نفر باقی مانده که به عنوان گروه آزمایش انتخاب شده بودند، توضیحات لازم در خصوص شرکت در جلسات ارائه شد و مقرر شد از جلسه بعد با آمادگی (به همراه دفتر یادداشت و با تمرکز بیشتر) در جلسات شرکت کنند، جلسات طبق بسته آموزشی مهارت‌های خودمدیریتی، برنامه اجرا شد. در این میان افراد گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکردند و از هر دو گروه پس از انجام مداخلات، پس از آزمون گرفته شد. سپس یافته‌های حاصل از پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. این جلسات شامل ۱۰ راهبرد از برنامه درسی جامع مهارت‌های خودمدیریتی حسین خان‌زاده (۱۳۹۲) است که عبارت‌اند از:

جدول ۱. جلسات آموزش مهارت‌های خودمدیریتی

جلسات	هدف	محتوی
اول	شناخت خود و خودآگاهی	پذیرش محدودیت‌های خود مقابله با تناقضات در دیدگاه‌های خود
دوم	شناخت خود و خودآگاهی	-پذیرش پیامدهای رفتار خود -پذیرش محدودیت‌های مربوط به محیط‌های مختلف
سوم	کنترل هیجان	-دور شدن از همسال به هنگام خشمگین شدن او -مواجهه با شکست
چهارم	کنترل هیجان	-مقابله با ناامیدی -تحمل از دست دادن -مواجهه با بی‌حوصلگی
پنجم	کنترل هیجان	-مهار خود در مواقع شنیدن نه -ابراز خشم با کلام به دور از پرخاشگری -توانایی مقابله با برآشفستگی
ششم	مهارت حل مسئله	-توانایی حل مسئله -مقابله با خواستن چیزی که مال خودش نیست

جلسات	هدف	محتوی
هفتم	مهارت حل مسئله	- واکنش مناسب در برابر دستورات نابجا از طرف بزرگ‌ترها - بحث و گفتگو برای حل مواد اختلافی (اختلاف نظرها) - توانایی مقابله با فشارهای گروه
هشتم	مهارت تصمیم‌گیری	- نشان دادن واکنش مناسب نسبت به تهمت - واکنش مناسب در مقابل خشم دیگران
نهم	ارتباط مؤثر با دیگران	- اظهار نارضایتی و شکایت - پاسخ مناسب به شکایت و اظهار نارضایتی دیگران - تقاضای کمک به هنگام مواجهه با آزار و اذیت دیگران
دهم	ارتباط مؤثر با دیگران	- تحمل بی‌توجهی دیگران - رفتار سازنده یا مناسب با برخورد یا انتقاد نابجا

ابزار جمع‌آوری اطلاعات به‌قرار زیرند:

۱) پرسشنامه رفتار قلدری<sup>۱</sup>: این پرسشنامه توسط اسپلیج و هالت (۲۰۰۱)، برای سنجش رفتار قلدری دانش‌آموزان طراحی شد و شامل ۱۸ سؤال است که به‌صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود، این پرسشنامه دارای سه خرده‌مقیاس قلدری، قربانی و نزاع است. نمرات بالا نشانگر قلدری بالا و نمرات پائین نشانگر قلدری پائین فرد می‌باشند. غیر از مؤلفه قربانی که نمرات کم آن نشانگر قربانی بودن فرد در راستای قلدری دیگران است. اسپلیج و هالت (۲۰۰۱)، برای تعیین پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ استفاده کردند که برای کل مقیاس ضریب آلفا ۰/۸۳ به دست آمد، هر کدام از خرده‌مقیاس‌ها شامل قلدری ۰/۸۷، نزاع، ۰/۸۳ و قربانی، ۰/۸۸ به دست آمد، این مقیاس در ایران توسط اکبری و طالع پسند (۱۳۹۳)، هنجاریابی شده و ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۷ و برای خرده‌مقیاس‌های قلدری، ۰/۷۷، قربانی، ۰/۷۱ و نزاع، ۰/۷۶ به دست آمد. در پژوهش حاضر جهت بررسی پایایی ابزار از آزمون آلفای کرونباخ استفاده شد که به ترتیب برای مؤلفه‌های قلدری ۰/۷۹، قربانی، ۰/۸۱، نزاع، ۰/۷۷ و کل ۰/۸۳ به دست آمد.

## 1. Bullying Behavior

۲) پرسشنامه مقبولیت فورد و رایبین<sup>۱</sup> (۱۹۷۰): پرسشنامه مقبولیت فورد و رایبین (۱۹۷۰) برای اندازه‌گیری نیاز به تأیید اجتماعی در کودکان و نوجوانان استفاده می‌شود. این پرسشنامه توسط سموعی (۱۳۸۳)، به نقل از شکر بیگی و امیری، (۱۳۹۰) مورد بررسی قرار گرفته و برخی سؤالات آن حذف شده است. اعتبار هم‌زمان پرسشنامه را بر اساس بهره هوش کلامی محاسبه نمودند که حاکی از همبستگی معنادار دو متغیر است. به‌طور کلی کودکانی که نمره بالاتری در مقیاس مقبولیت اجتماعی دریافت کردند، پاسخ مثبت بیشتری به تقاضاهای بین فردی داده‌اند (فورد و رایبین، ۱۹۷۰؛ به نقل از شکر بیگی و امیری، ۱۳۹۰). فورد و رایبین (۱۹۷۰) همسانی درونی را برای کودکان پیش‌دبستانی دختر و پسر به ترتیب ۰/۴۸ و ۰/۵۱ محاسبه کردند؛ ولی برای کودکان دبستانی که در مرحله بعدی انجام دادند، ۰/۷۹ برای پسران و ۰/۸۴ برای دختران گزارش کردند. همچنین در مرحله‌ای دیگر ۰/۸۳ برای پسران و ۰/۸۵ برای دختران به دست آمد. اعتبار و پایایی این پرسشنامه در دانش‌آموزان دبستانی ایرانی مورد بررسی و تأیید قرار گرفته است (سموعی و همکاران، ۱۳۸۴؛ به نقل از حسین خانزاده، ۱۳۹۲). در تحقیق حاضر جهت بررسی پایایی این ابزار از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که مقدار ۰/۸۱ برای کل ابزار به دست آمد.

ملاحظات اخلاقی که در پژوهش مورد توجه قرار گرفته است عبارت‌اند از:

رضایت آگاهانه افراد کسب شده است، پژوهش حاضر هیچ آسیبی به زندانی‌ها نرسانده است و باعث ناراحتی آن‌ها نشده است. به اصل رازداری در مورد تمام اطلاعات زندانی‌ها توجه شده است، اطلاعات به زبانی که برای فرد قابل فهم بود، ارائه شد. به زندانی در مورد این که شرکت آن‌ها در تحقیق هیچ اثری بر روی آزادی مشروط و یا کسب امتیازات دیگری برای وی ندارد، توضیحات لازم داده شد. همچنین گروه کنترل نیز پس از پایان یافتن مداخلات آزمایشی و پس‌آزمون، مداخلات آموزش مهارت‌های خودمدیریتی را دریافت کردند.



## نتایج

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای رفتار قلدری و مقبولیت اجتماعی در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	گروه	تعداد	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
			میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
قلدری	آزمایش	۲۵	۲۴/۲۸	۴/۲۴	۲۲/۲۰	۴/۵۲
	کنترل	۲۵	۲۵/۱۲	۶/۳۳	۲۷/۴۴	۴/۴۷
رفتار قلدری	آزمایش	۲۵	۱۱/۷۶	۲/۹۳	۱۰/۱۶	۱/۸۶
	کنترل	۲۵	۱۲/۹۶	۳/۱۷	۱۱/۴۰	۲/۰۸
نزاع	آزمایش	۲۵	۱۳/۷۶	۳/۴۲	۱۱/۸۰	۲/۲۲
	کنترل	۲۵	۱۳/۵۶	۳/۷۰	۱۴/۳۲	۳/۰۰
مقبولیت اجتماعی	آزمایش	۲۵	۲۰/۴۸	۴/۰۸	۲۳/۹۶	۱/۷۲
	کنترل	۲۵	۲۱/۶۸	۲/۶۹	۲۰/۴۴	۵/۸۶

با تأکید بر جدول شماره ۱ و بررسی نمرات حاصل از پیش‌آزمون و پس‌آزمون رفتار قلدری و مقبولیت اجتماعی، می‌توان به این موضوع اشاره نمود که تفاوتی میان نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون این متغیرها موجود است که در مورد رفتار قلدری این تفاوت به صورت کاهشی و در مورد مقبولیت اجتماعی به صورت افزایشی است. همچنین با توجه به نمرات انحراف معیار در دو گروه قبل از مداخله و بعد از مداخله در تمامی متغیرها می‌توان گفت متغیرها از لحاظ نمره انحراف معیار همگن می‌باشند. لذا می‌توان پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس را مورد بررسی قرار داد. قبل از اجرای آزمون فرضیه‌های تحقیق، آزمون نرمال بودن داده‌های رفتار قلدری و مقبولیت اجتماعی دو گروه در پیش‌آزمون اجرا شده است. برای این کار از آزمون شاپیرو-ویلکز استفاده شده است.

جدول ۲. آزمون نرمال بودن متغیرهای پژوهش در گروه آزمایش

متغیرها	گروه	آماره Z	سطح معنی‌داری
قلدری	پیش‌آزمون	۰/۹۷۶	۰/۴۱۳
	پس‌آزمون	۰/۹۵۵	۰/۰۵۶
رفتار قلدری	پیش‌آزمون	۰/۹۵۵	۰/۰۵۴
	پس‌آزمون	۰/۹۵۶	۰/۰۵۸
نزاع	پیش‌آزمون	۰/۹۶۱	۰/۰۹۶
	پس‌آزمون	۰/۹۵۷	۰/۰۶۲
مقبولیت اجتماعی	پیش‌آزمون	۰/۹۵۹	۰/۰۷۹
	پس‌آزمون	۰/۹۵۶	۰/۰۵۷

همان‌گونه که در جدول شماره ۲ آمده است مقدار آزمون شاپیرو و ویلکز برای ابعاد متغیر رفتار قلدری و مؤلفه‌هایش و متغیر مقبولیت اجتماعی نرمال و سطح معناداری آن‌ها بیشتر از مقدار خطا ( $p > 0/05$ ) است؛ بنابراین می‌توان گفت که توزیع داده‌ها در دو گروه نرمال است و می‌توان از آزمون‌های آماری پارامتریک برای ادامه کار استفاده نمود.

سؤال اول: آیا آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر رفتار قلدری در دانش‌آموزان پسر زندانی تأثیر دارد؟

جدول ۳. آزمون لوین جهت سنجش برابری واریانس‌های خطای متغیرها

متغیر	مقدار آماره F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
قلدری	۰/۰۸۳	۱	۴۸	۰/۷۷۵
رفتار قلدری	۰/۸۰۹	۱	۴۸	۰/۳۷۳
نزاع	۲/۳۲۹	۱	۴۸	۰/۰۸۵

یافته‌های حاصل از جدول سه نشان داد که با تأکید بر نمره F به دست آمده و سطح معناداری آن که بیشتر از ۰/۰۵ است، می‌توان عنوان نمود که واریانس‌های داده‌های حاصل از متغیر رفتار قلدری همگن می‌باشند.

جدول ۴. نتیجه آزمون ام باکس

Box's M	مقدار F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
۴/۱۵۵	۰/۶۴۵	۶	۱۶۶۹۳/۱۳۲	۰/۶۹۴

برای تحلیل آماری داده‌های مربوط به این فرضیه از تحلیل چندراهه (MANCOVA) استفاده شد. در این تحلیل میانگین پس‌آزمون گروه آزمایش با میانگین گروه کنترل مقایسه شده و نمره‌های پیش‌آزمون به‌عنوان متغیر کمکی به کار گرفته شدند. که با توجه به مقدار  $F = 0/645$  و بزرگ‌تر بودن سطح معنی‌داری آزمون باکس از مقدار  $0/05$  درصد می‌توان گفت که فرض همگنی پس‌آزمون رعایت شده است که رعایت شرط همگنی شیب‌های رگرسیون و برابر واریانس‌ها لازم است که نتایج آن نیز در جداول ۵ و ۶ گزارش شده است.

جدول ۵. نتایج جدول تحلیل‌های کوواریانس چند متغیره جهت معنی‌داری اثر متغیرهای مستقل

متغیر	نام آزمون	مقدار	آماره F	فرضیه DF	خطا DF	سطح معنی‌داری	مجذور اتا
گروه	اثر پیلایی	۰/۲۶۲	۵/۰۷۵	۳/۰۰	۴۳/۰۰	۰/۰۰۴	۰/۲۶۲
	لامبدای ویلکز	۰/۷۳۸	۵/۰۷۵	۳/۰۰	۴۳/۰۰	۰/۰۰۴	۰/۲۶۲
	اثر هتلینگ	۰/۳۵۴	۵/۰۷۵	۳/۰۰	۴۳/۰۰	۰/۰۰۴	۰/۲۶۲
	بزرگ‌ترین ریشه خطا	۰/۳۵۴	۵/۰۷۵	۳/۰۰	۴۳/۰۰	۰/۰۰۴	۰/۲۶۲

با تأکید بر سطح معناداری‌های به‌دست‌آمده حاصل از جدول شماره ۵ می‌توان چنین عنوان نمود که حداقل بین یکی از یکی خرده‌مقیاس‌های رفتارهای قلدری تفاوت معناداری وجود دارد. برای دست یافتن به خرده‌مقیاس‌هایی که تفاوت معنادار دارند، از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شده است.

جدول ۶. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره روی میانگین‌های نمرات گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیرها	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
گروه	پس‌آزمون قلدری	۱	۱۰۰/۹۷۳	۴/۷۵۶	۰/۰۳۴
	پس‌آزمون قربانی	۱	۲۰/۸۹۴	۵/۶۰۶	۰/۰۲۲
	پس‌آزمون نزاع	۱	۶۳/۷۷۸	۸/۷۹۱	۰/۰۰۵
خطا	پس‌آزمون قلدری	۴۵	۲۱/۲۲۹		
	پس‌آزمون قربانی	۴۵	۳/۷۲۷		
	پس‌آزمون نزاع	۴۵	۷/۲۵۵		
کل	پس‌آزمون قلدری	۵۰	۳۴۵۳۳		
	پس‌آزمون قربانی	۵۰	۶۰۱۷		

متغیرها	مجموع مجدورات	df	میانگین مجدورات	F	سطح معناداری
پس‌آزمون نزاع	۸۹۴۱	۵۰			

نگاره فوق نتیجه آزمون فرضیه تقابل را نشان می‌دهد همان‌طور که در جدول فوق مشاهده می‌شود سطح معنی‌داری مقدار F کوچک‌تر از ۰/۰۵ است که تقابل معنی‌دار است که پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون ابعاد متغیر رفتار قلدری بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد که البته این تفاوت در پس‌آزمون بعد نزاع بیشتر تأثیرگذار بوده است؛ بنابراین فرض صفر مبنی بر عدم تفاوت بین دو گروه رد می‌شود. همچنین لازم به ذکر است که مجذور اتا و شدت اثر برای متغیر قلدری برابر ۹/۶٪، برای متغیر قربانی برابر ۱۱/۱٪ و برای متغیر نزاع برابر ۱۶/۳٪ بوده است.

سؤال دوم: آیا آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر مقبولیت اجتماعی در دانش‌آموزان پسر زندانی تأثیر دارد؟

جدول ۷. آزمون لون جهت فرض برابری واریانس‌ها

متغیر	مقدار F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
مقبولیت اجتماعی	۳/۱۰۴	۱	۴۸	۰/۰۷۸

برای تحلیل آماری داده‌های مربوط به این فرضیه از تحلیل کوواریانس (ANCOVA) استفاده شد. در این تحلیل میانگین پس‌آزمون گروه آزمایش با میانگین گروه کنترل مقایسه شده. که با توجه به مقدار  $F=۲/۱۰۴$  و بزرگ‌تر بودن سطح معنی‌داری آزمون لون از مقدار ۰/۰۵ درصد می‌توان گفت که فرض همگنی پس‌آزمون رعایت شده است.

جدول ۸. آزمون کوواریانس تک متغیره برای تأثیر آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر مقبولیت

اجتماعی

منبع تغییرات	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	مقدار F	سطح معنی‌داری	مجدور توان	منبع تغییرات
مقدار ثابت	۱۷۹/۱۵۱	۲	۸۹/۵۷۶	۴/۸۳۴	۰/۰۱۲	۰/۱۷۱	مقدار ثابت
مقبولیت اجتماعی	۲۴/۲۷۱	۱	۲۴/۲۷۱	۱/۳۱۰	۰/۲۵۸	۰/۰۲۷	مقبولیت اجتماعی
گروه‌ها	۱۲۹/۸۴۷	۱	۱۲۹/۸۴۷	۷/۰۰۸	۰/۰۱۱	۰/۱۳۰	گروه‌ها
خطا	۸۷۰/۸۴۹	۴۷	۱۸/۵۲۹			۰/۷۳۷	خطا

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معنی‌داری	مجذور توان آماري
کل	۲۵۶۹۲	۵۰				

همچنان که در نگاره فوق آمده است مقدار آزمون F برای تقابل اثر آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر مقبولیت اجتماعی در دانش آموزان پسر زندانی برابر  $7/008$  و سطح معنی‌داری آن نیز  $(0/011)$   $p < 0/05$  است؛ بنابراین با احتمال خطای ۵ درصد می‌توان گفت که تقابل آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر مقبولیت اجتماعی در دانش آموزان پسر زندانی تأثیر معنی‌داری داشته است. مجذور اتا (اندازه اثر) در این تحلیل‌ها به این معنی است که چه مقدار از تغییرات نمرات پس‌آزمون ناشی از تغییرات عضویت گروهی (گروه کنترل یا آزمایش) است که در این نتایج ۱۳٪ از تغییرات پس‌آزمون را ناشی می‌شود.

### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر کاهش رفتار قلدری، قربانی و نزاع مؤثر بود. تأثیر آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر رفتار قلدری در تحقیقات (کیمیایی و همکاران، ۱۳۹۰؛ بشرپور و همکاران، ۱۳۹۲؛ هاشمی، گل پرور و فتحی آذر، ۱۳۹۳؛ بیرامی و همکاران، ۱۳۹۴؛ آردریان، ۲۰۱۱؛ وایک، ۲۰۱۱) نشان داده شده است که یافته‌های این پژوهش‌ها مبتنی بر تأثیر آموزش خودمدیریتی بر رفتار قلدری و قربانی با نتایج تحقیقات ذکر شده همسو است. آردریان (۲۰۱۱)، در مطالعه خود نشان داد که آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر کاهش گرایش به خشونت و رفتار قلدری دانش‌آموزان مدارس مؤثر است. به عبارت دیگر آموزش کنترل خشم، کنترل هیجانات، کنترل رفتارهای ناخواسته و کنترل تمایلات جنسی می‌تواند در پیشگیری از جرائم مرتبط با مدارس مؤثر باشد.

در زمینه اثربخشی خودمدیریتی بر رفتار قلدری و قربانی قلدری شدن می‌توان بیان داشت که نوجوانانی که دست به کارهای خلاف و نادرست می‌زنند و به هر دلیلی زندانی می‌شوند و مجرم به حساب می‌آیند، معمولاً از بازداري ضعيفی برخوردار هستند و عملکرد مجری مرکزی در مغز آن‌ها با مشکلاتی مواجه است که توان خودتنظیمی و کنترل روی هیجانات را از آن‌ها صلب می‌کند. در نتیجه این افراد در حین ارتکاب جرم، کنترلی بر روی احساسات خود ندارند و گاهی هیجانات منفی فروخورده خود را به صورت یک عمل ناصحیح و

تکانشی بروز می‌دهند، در چنین مواقعی می‌توان عنوان نمود که آموزش مهارت‌های خودمدیریتی می‌توان نقش عظیمی را در کسب بازداري، ایجاد روابط متعادل و کارکرد درست مجری مرکزی ایفا کند. همچنین یکی از علل بروز رفتار قلدری و قربانی شدن ناشی از برخی ناآگاهی‌های رفتاری و هیجانی از خود رخ می‌دهد، برای مثال رفتار قلدری در بسیاری از موارد به صورت رفتاری خارج از کنترل فرد بروز می‌کند. از سوی دیگر، این در حالی است که برای نمونه آموزش خودکنترلی یکی از جنبه‌های آموزشی برنامه خودمدیریتی است که می‌تواند بر کاهش رفتار قلدری مؤثر باشد (حاتمی، ۱۳۹۰). همچنین آموزش شیوه‌های حل مسئله نیز به عنوان یکی دیگر از جنبه‌های خودمدیریتی می‌تواند بر رفتار قلدری در بین زندانیان مؤثر باشد. از آنجایی که غالب زندانیانی که به دلیل مواردی چون ضرب و جرح عمدی وارد زندان می‌شوند، دارای مشکلات عمده‌ای در مهارت‌های حل مسئله هستند و این زندانیان به عنوان افراد قلدر شناخته می‌شوند. این در حالی است که آن‌ها در حل مسئله مشکل دارند (آراسته و شریفی، ۱۳۸۷)، لذا خودمدیریتی می‌تواند با تأثیر بر شیوه‌های حل مسئله، میزان قلدری را بین آن‌ها کاهش دهد. همچنین دانش‌آموزان می‌توانند با فراگیری مهارت‌های خودمدیریتی، خشم و پرخاشگری و هیجانات خود را در موقعیت‌های مختلف مدیریت کنند و از نزاع و درگیری پرهیز کنند.

در مورد یافته مرتبط با فرضیه دوم نیز، نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر مقبولیت اجتماعی دانش‌آموزان پسر زندانی مؤثر است، این یافته با نتایج تحقیقات بسیاری (زرگر شیرازی و سراج خرمی، ۱۳۹۰؛ شکر بیگی و امیری، ۱۳۹۰؛ کندی و همکاران، ۲۰۱۴؛ اوموتند، پیلومنا و اولیا، ۲۰۱۵) همسو است. برای نمونه اوموتند، پیلومنا و اولیا (۲۰۱۵)، در پژوهش خود که با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های خودمدیریتی بر مهارت‌های اجتماعی و میزان پذیرش اجتماعی نوجوانان دارای اختلال رفتاری انجام دادند به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های خودمدیریتی به کاهش رفتارهای مرتبط با عدم مقبولیت اجتماعی همچون خشونت، قلدری، خلافتکاری، وندالیسم و بدخلقی منجر شده و در نهایت موجب افزایش مقبولیت اجتماعی می‌شود. همچنین زور هولد (۲۰۰۵)، در مطالعه خود که به بررسی اثربخشی آموزش خودمدیریتی بر افزایش پذیرش اجتماعی زندانیان پرداخت، به این نتیجه دست یافت که مهارت‌های خودمدیریتی بر اساس افزایش مهارت‌های ارتباطی و پذیرش برخی نقش‌های اجتماعی می‌تواند مقبولیت

اجتماعی زندانیان دارای سوء مصرف مواد را افزایش دهند. در تبیین این یافته می‌توان چنین عنوان نمود که وقتی فرد نوجوانی که دوست دارد در معرض توجه و دید از سمت جامعه باشد، مورد بی‌توجهی قرار می‌گیرد و به اصطلاح طرد می‌شود، دست به کارهای نادرست می‌زند، به طوری که بتواند این حس منفی خود را تخلیه کند. در چنین شرایطی این فرد به هیچ‌عنوان نمی‌تواند بر روی کارهای خود کنترلی داشته باشد و با انجام کارهای نادرست و ناشایست بیشتر، میزان پذیرش وی از سمت جامعه نیز کمتر می‌شود. این در حالی است که اگر چنین فردی روش مدیریت هیجانات و تنظیم رفتارهایش را یاد بگیرد، می‌تواند به مرور زمان مورد تأیید جامعه قرار گرفته و رفتارهای مخربش کمتر شود. همچنین زمانی که فرد با واکنش عدم پذیرش اجتماعی روبرو می‌شود، از جامعه خود بیگانه شده و به گروه‌های نادرست روی می‌آورد، ولی مهارت‌های خودمدیریتی با آموزش شیوه‌های حل مسئله به دانش‌آموزان یاد می‌دهد که به چه نحوی با عدم پذیرش اجتماعی روبرو شوند. این آموزش‌ها به دانش‌آموزان زندانی یاد می‌دهد که عدم پذیرش اجتماعی امری طبیعی و لذا دانش‌آموزان زندانی بایستی با درک واقعیت‌های جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنند، بتوانند بهتر زندگی کنند. در این راستا پیشنهاد می‌شود مشاوران و روانشناسان حوزه نوجوانان آموزش مهارت‌های خودمدیریتی را راستای کاهش رفتارهای قلدری و افزایش مقبولیت اجتماعی مورد استفاده قرار دهند.

از محدودیت‌های پژوهش می‌توان به این موضوع اشاره نمود که با توجه به اینکه این پژوهش در یکی از زندان‌های ایران صورت گرفته، لذا نتایج به سایر مناطق و مقاطع قابل تعمیم نیست. همچنین با توجه به گستردگی و تنوع بندهای زندان و زندانیان، امکان اجرای آزمایش بر روی زندانیان سایر بندها، همچون، جوانان و مخدره وجود نداشت. و اینکه محدود بودن پژوهش‌های داخلی در زمینه زندان بانی در جامعه علمی کشور از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. عدم توانایی بررسی زندانیان زن نیز به دلایل امنیتی از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر بود.

با تأکید بر یافته‌های حاصل از پژوهش پیشنهاد می‌گردد مسئولان زندان و کارکنان مرتبط با ارگان‌های تأمینی و تربیتی می‌توانند بر اساس نتایج این تحقیق آموزش‌های خودمدیریتی را در اولویت برنامه‌های آموزشی خود قرار دهند. همچنین روان‌شناسان زندان‌ها می‌توانند در برنامه‌های تربیتی خود، خودمدیریتی را نیز قرار دهند و مشاوران و

روان‌شناسان زندان‌ها می‌توانند از برنامه آموزشی خودمدیریتی برای دریافت نتایج بهتر استفاده کنند. معلمان، مدیران و دست‌اندرکاران آموزشی و تربیتی نیز می‌توانند با هماهنگی ارگان‌های تربیتی مرتبط با سازمان زندان‌ها بر اساس تداوم آموزش‌های خودمدیریتی زمینه‌های پذیرش زندانیان دانش آموزان آزاد شده در جامعه را فراهم آورند. همچنین محققان در سایر شهرها و سایر زندان‌ها نیز می‌توانند به تحقیقات مشابهی در مناطق خود بپردازند. محققان آتی می‌توانند از طریق تحقیقات آزمایشی و شبه آزمایشی تأثیر برنامه آموزشی خودمدیریتی را بر روی سایر متغیرهای روان‌شناختی چون سلامت روان و بر روی جامعه دختران زندانی بررسی کنند. همچنین محققان آتی می‌توانند به مقایسه نتایج حاصل از اثربخشی برنامه‌های خودمدیریتی با دیگر برنامه‌های متداول در زندان‌ها همچون برنامه‌های آموزشی مهارت‌های زندگی بپردازند.

### منابع

- آراسته، مدیر و بیان شریفی، سقز. (۱۳۸۷). میزان شیوع اختلالات روان‌پزشکی در زندانیان زندان مرکزی سنندج، فصلنامه علمی- پژوهشی اصول سلامت روانی، ۴ (۲)، ۳۴-۲۸.
- آقا پور، مهدی. (۱۳۹۰). بررسی و مقایسه نیمرخ‌های شخصیتی نوجوانان و جوانان بزهکار و عادی تبریز، علوم تربیتی، ۴ (۱۳)، ۱۳-۲۶.
- بشرپور، سجاده؛ مولوی، پرویز؛ شیخی، سیامک؛ خانجانی، سجاده؛ رجیبی، مسلم و موسوی، امین. (۱۳۹۲). بررسی ارتباط شیوه‌های تنظیم و ابراز هیجان با رفتارهای قلدری در دانش آموزان نوجوان، مجله دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، ۴۹ (۸)، ۲۶۴-۲۹۰.
- بیرامی، منصور و علایی، پروانه. (۱۳۹۳). قلدری در مدارس راهنمایی دخترانه: نقش شیوه‌های فرزندپروری و ادراک از محیط عاطفی خانواده، فصلنامه روان‌شناسی مدرسه، ۷ (۶)، ۳۸-۵۶.
- بیرامی، منصور؛ هاشمی، تورج؛ فتحی آذر، اسکندر و غلامی، پروانه. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مدیریت شرم بر برنامه PEGS در کاهش قلدری نوجوانان دختر، فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی، ۱۰ (۲۹)، ۱-۱۶.
- حاتمی، زهرا. (۱۳۹۰). راهبردهای روان‌شناختی: راهبردهای خودکنترلی رفتار، رشد مشاور مدرسه، ۲ (۲۴)، ۵۲-۵۵.



حسین‌خان‌زاده، عباسعلی. (۱۳۹۲)، آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان و نوجوانان، تهران: انتشارات رشد فرهنگ.

رزازان، نجمه؛ روانی‌پور، مریم؛ غریبی، طیبه؛ معتمد، نیلوفر و زارعی، احمدرضا. (۱۳۹۳). بررسی تأثیر الگوی توانمندسازی خودمدیریتی بر کیفیت زندگی نوجوانان و جوانان مبتلا به تالاسمی ماژور. *آموزش پرستاری*، ۳(۲)، ۴۸-۵۹.

زرگر شیرازی، فریبا و سراج‌خرمی، ناصر. (۱۳۹۱). رابطه خود اثربخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان دختر. *فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ*، ۲(۷)، ۶۳-۷۸.

شریفی‌نیا، محمدحسن. (۱۳۸۷). بررسی اثربخشی درمان یکپارچه توحیدی در کاهش بزهکاری زندانیان، دو فصلنامه *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ۱(۲)، ۷-۳۰. شکر بیگی، عالیه و امیری، امیر. (۱۳۹۰). مدیریت بدن و مقبولیت اجتماعی مطالعه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی و پیام نور شهر زنجان، *فصلنامه جامعه‌شناسی مطالعات جوانان*، ۳(۲)، ۸۵-۱۰۱.

عاشوری، احمد؛ ترکمن ملایری، مهدی؛ فدایی، زهرا. (۱۳۸۷). اثربخشی گروه‌درمانی متمرکز بر ابراز وجود در کاهش پرخاشگری و بهبود پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی، *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۱۴(۴)، ۳۳-۴۹. کیمیایی، سیدعلی؛ رفتار، محمدرضا و سلطانی‌فر، عاطفه. (۱۳۹۰). اثربخشی برنامه تقویت هوش هیجانی بر کنترل رفتار قلدری نوجوانان، *مجله علوم رفتاری*، ۵(۴)، ۲۹۷-۳۰۳. گل‌پرور، محسن؛ رفیع‌زاده، هاله و عارفی، مژگان. (۱۳۹۳). بررسی همبستگی قلدری در بیمارستان با شکایات جسمانی و بهزیستی عاطفی در بیمارستان زن، *مجله پژوهشی دانشگاه شهید بهشتی*، ۱۹(۶)، ۳۲۸-۳۳۴.

محمودی، حجت. (۱۳۹۴). جرم‌شناسی نوجوانان و جوانان در زندان تبریز: بررسی علل روان‌شناختی، دومین همایش زندان و توانمندسازی زندانیان، سازمان زندان‌ها، تبریز، بهمن‌ماه.

هاشمی، تورج؛ گل‌پرور، فرشته و فتحی‌آذر، اسکندر. (۱۳۹۴). اثربخشی برنامه شناخت و مقابله با قلدری بر باورها و دیدگاه‌های معلمان درباره قلدری و خودکارآمدی آنان در مدیریت رفتار کلاسی، *پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجازی*، ۲(۷)، ۲۵-۳۹.

- Adediran, O. A. (2011). Using contingency management and self-management in the reduction of conduct disorders of pupils. *Journal of Education in Developing Areas. (JEDA)*, 19(1), 1-11.
- Aderanti, R. A., & Hassan, T. (2011). Differential effectiveness of cognitive restructuring and self management in the treatment of adolescents. *The Romanian Journal of Psychology, Psychotherapy and Neuroscience*, 1(1), 193-217.
- Andreou, E., & Bonoti, F. (2010). Children's bullying experiences expressed through drawings and self-reports. *School Psychology International*, 31(2), 164-177.
- Easley, C. E. (2011). Together we can make a difference: The case for transnational action for improved health in prisons. *Public health*, 125(10), 675-679.
- Espelage, D. L., Gutzell, E. W., & Swearer, S. M. (Eds.). (2004). *Bullying in American schools: A social-ecological perspective on prevention and intervention*. routledge.
- Findling, R. L. (2003). Treatment of aggression in children. *Primary Care Companion. Journal of Clinical Psychiatry*, 5(Suppl 6), 5-9.
- Gladden, R. M. (2014). Bullying Surveillance among Youths: Uniform Definitions for Public Health and Recommended Data Elements. Version 1.0. *Centers for Disease Control and Prevention*.
- Gofin, R., & Avitzour, M. (2012). Traditional versus internet bullying in junior high school students. *Maternal and Child Health Journal*, 16(8), 1625-1635.
- Hosser, D., Windzio, M., & Greve, W. (2008). Guilt and shame as predictors of recidivism: A longitudinal study with young prisoners. *Criminal Justice and Behavior*, 35(1), 138-152.
- Kennedy, A., Rogers, A., Bowen, R., Lee, V., Blakeman, T., Gardner, C., ... & Chew-Graham, C. (2014). Implementing, embedding and integrating self-management support tools for people with long-term conditions in primary care nursing: a qualitative study. *International journal of nursing studies*, 51(8), 1103-1113.
- Mack, A. H. (2011). the Association of Suicide and Bullying in Childhood to Young Adulthood: a Review of Cross-sectional and Longitudinal Research Findings. *Year Book of Psychiatry & Applied Mental Health*, 2011(C), 13-14.
- Nordahl, J. K., Poole, A., Stanton, L., Walden, L. M., & Beran, T. N. (2008). A review of school-based bullying interventions. *Democracy & Education*, 18(1), 16-20.
- Omotunde, E. E., Philomena, O., & Oliha, J. (2015). Effects of Self-Management and Social Skills Training On the Reduction of Adolescents' Conduct Disorder. *International Journal of Education and Practice*, 3(3), 129-142.
- Powers, M. A., Bardsley, J., Cypress, M., Duker, P., Funnell, M. M., Fischl, A. H., & Vivian, E. (2017). Diabetes self-management education and support in type 2 diabetes: a joint position statement of the American Diabetes Association, the American Association of Diabetes Educators,



- and the Academy of Nutrition and Dietetics. *The Diabetes Educator*, 43(1), 40-53.
- Wike, T. L. (2011). The effectiveness of a social skills intervention for preventing aggression in children: An evaluation of the making choices intervention: University of North Carolina 16 (32).45-64.
- Wilkowski, B. M., Robinson, M. D., & Troop-Gordon, W. (2010). How does cognitive control reduce anger and aggression? The role of conflict monitoring and forgiveness processes. *Journal of personality and social psychology*, 98(5), 830.
- Zurhold, H., & Haasen, C. (2005). Women in prison: Responses of European prison systems to problematic drug users. *International Journal of Prisoner Health*, 1(2/3/4), 127-141.