



The effect of Olweus bullying prevention program on reducing aggression and impulsive behaviors of bullying

اثربخشی آموزش برنامه پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان پسر زورگو

Mohsen Shakeri Nasab Ph.D Student

Educational Psychology, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran.

Mohammad Mohammadi pour, Ph.D

Assistant Professor, Department of Psychology, Quchan Branch, Islamic Azad University, Quchan, Iran

محسن شاکری نسب

دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد

اسلامی، بجنورد، ایران

محمد محمدی پور*

استادیار گروه روانشناسی، واحد قوچان، دانشگاه آزاد اسلامی،

قوچان، ایران

Abstract

The aim of this study was to determine the effect of bullying prevention training based on Olweus method on reducing aggression and impulsive behaviors of bullying students. In this study, a quasi-experimental method with pre-test and post-test design with control group was used and its statistical population consisted of ninth grade junior high school students in Bojnourd in the academic year of 2019-2020 in the number of 700 who after completing the Illinois Bullying Questionnaire A survey of school teachers and counselors identified Bullying students were identified, and 30 of them were randomly selected as the sample group and placed in two groups of 15 experimental and control. For both groups, the pretest, including the Bass and Perry Aggression Questionnaire (1992) and the Bart Impulsivity Questionnaire (1995), were performed. The experimental group underwent a 90-minute bullying prevention program and the control group did not receive any intervention. Post-test was completed for both groups and the results were analyzed by analysis of covariance. The results showed that bullying prevention training has a significant effect on reducing aggression and impulsive behaviors of bullying students ($P < 0.05$). The results of this study show that this program can be used to reduce aggression and impulsivity of bullying children in schools. Accordingly, it is suggested that school counselors use this educational method to reduce students' negative behaviors

Keywords: bullying prevention, aggression, impulsive behaviors, bullying students, high school students

چکیده

هدف این پژوهش بررسی تأثیر آموزش برنامه پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان زورگو بود. در این پژوهش از روش نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد و جامعه آماری آن را دانش‌آموزان پسر پایه نهم متوسطه اول شهر بجنورد در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ به تعداد ۷۰۰ نفر تشکیل دادند که پس از تکمیل پرسشنامه قلدری (Illinois, 2009) و نظرسنجی دبیران و مشاوران مدرسه، دانش‌آموزان قلدر شناسایی و از میان آن‌ها ۳۰ نفر به صورت تصادفی ساده به عنوان گروه نمونه انتخاب و در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل جای گرفتند. برای هر دو گروه پیش‌آزمون، شامل پرسشنامه پرخاشگری (Perry & Buss, 1992) و پرسشنامه تکانشگری (Barratt, 1995) به اجرا درآمد و گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت برنامه پیشگیری از قلدری قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکردند. برای هر دو گروه مجدداً پس‌آزمون تکمیل گردید و نتایج از طریق تحلیل کواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت که نتایج نشان داد، آموزش برنامه پیشگیری از قلدری بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان زورگو تأثیر معناداری دارد ($P < 0.05$). نتیجه این پژوهش نشان می‌دهد که می‌توان از این برنامه در کاهش پرخاشگری و تکانشگری کودکان زورگو در مدارس استفاده نمود. بر همین اساس پیشنهاد می‌شود مشاوران مدارس از این روش آموزشی در کاهش رفتارهای منفی دانش‌آموزان استفاده نمایند.

کلیدواژه: پیشگیری از قلدری، پرخاشگری، رفتارهای تکانشی، دانش‌آموزان زورگو، دانش‌آموزان متوسطه اول

مقدمه

در عصر حاضر وجود رفتارهای خصمانه و پرخاشگرانه در محیط‌های اجتماعی رو به فزونی بوده و خود را به اشکال مختلفی نشان می‌دهد که زورگویی یکی از این رفتارهاست (Mischel & Kitsantas, 2020). این‌گونه رفتارها که تحت عنوان قلدری نیز از آن یاد می‌شود، عموماً رفتارهایی‌اند که ماهیتی پرخاشگرانه داشته و علیه افراد ضعیف‌تر به کار برده می‌شود (Zhang, Zhou & Tao, 2019)؛ این رفتارها، پدیده‌هایی با ماهیتی خصمانه‌اند که برخی از افراد، علیه قربانیان مورد استفاده قرار می‌دهند و طیفی از رفتارهای منفی، شامل مسخره کردن، آزار دادن، حملات فیزیکی، لقب دادن و رفتارهای غیرکلامی نظیر خیره نگاه کردن را به خود اختصاص می‌دهند (Olweus & Limber, 2010). پیشینه پژوهشی مرتبط با رفتارهای زورگویانه در جوامع دانش‌آموزی، نشان از شیوع بالای این مشکل دارد به طوری که پژوهش (Mischel & Kitsantas, 2020) شیوع زورگویی در بین دانش‌آموزان را نگران‌کننده گزارش نموده و پژوهش (Patel, Varma, Nimbalkar, Shah & Phatak, 2020) میزان شیوع قلدری را در بین دانش‌آموزان بین ۵۰ تا ۷۰ درصد گزارش نموده است. تحقیق Kowalski & Limber (2013) نیز نشان داده است که بین ۲۰ تا ۵۱ درصد از نوجوانان حداقل یک بار در سال درگیر رفتارهای خصمانه‌ای همچون زورگویی می‌شوند. در ایران نیز پژوهش (Birami, Hashemi, Fathi Azar & Alaei, 2015) حاکی از آن است که تقریباً نیمی از دانش‌آموزان مقطع متوسطه، حداقل یک بار، رفتار قلدری را در طول سال از خود نشان می‌دهند. بر همین اساس توجه به اینگونه رفتارها، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار می‌گردد.

نگاهی اجمالی به رفتار قلدری و زورگویی نشان می‌دهد که این‌گونه رفتارها شکل خاصی از پرخاشگری یک‌طرفه‌اند که اساساً به طور مکرر، علیه فرد یا افراد فاقد قدرت و ناتوان در مقابله اعمال می‌گردد (wang, Ianotti & Luk, 2013). هرچند رفتارهای پرخاشگرانه می‌تواند از لحاظ هدف، کاربرد و نوع، تعاریف مختلفی داشته باشد؛ اما در همه این تعاریف، تضییع حق دیگران به چشم می‌خورد (García-Sancho,)

(Salguero, Vasquez, & Fernández-Berrocal, 2016)؛ در واقع هدف عمده رفتارهای پرخاشگرانه، عمدتاً وارد نمودن آسیب فیزیکی یا روانی به فرد دیگر است و می‌تواند مشکلات زیادی همچون بزهکاری، سوء مصرف مواد، اخراج از مدرسه و ... را در دانش‌آموزان پیش‌بینی نماید (Vitaro, Brendgen & Barker, 2006). پس از آنجا که پرخاشگری را می‌توان جزو لاینفک رفتار قلدری قلمداد نمود، می‌توان آن را با خشونت مدرسه‌ای، دارای قرابت معنایی دانست (Chen & Astor, 2010)؛ زیرا تکرار رفتارهای پرخاشگرانه علیه دیگران که به صورت‌های مختلفی بروز می‌نماید، زمانی که مکرراً علیه فرد قربانی به کار رود و او را وادار به اطاعت نماید، می‌تواند به رفتار قلدری و زورگویی تبدیل گردد؛ بر همین اساس پیشگیری از بروز رفتارهای پرخاشگرانه می‌تواند با کاهش رفتارهای زورگویانه در ارتباط باشد (Sera-Negra, Pavia, Bendo,) (Flugencio, Lage & etal, 2015).

از طرفی دیگر شواهد گویای این است که رفتارهای پرخاشگرانه به طور گسترده‌ای با خصوصیات روان‌شناختی افراد در ارتباط است به طوری که تکانشگری را با پرخاشگری مرتبط دانسته‌اند و معتقدند رفتارهای تکانشی می‌تواند به بروز رفتارهای پرخاشگرانه بینجامد (Euler, Sterzer & Stadler,) (2014)؛ (Dell'Osso, Altamura, Allen, Marazziti & Ryb, Dischinger, Kufera & Read,) (2006)؛ بر همین اساس عدم بروز رفتارهای تکانشی، می‌تواند به کاهش پرخاشگری منجر شود زیرا رفتارهای تکانشی، رفتارهای آنی و هیجانی‌اند که روی آن‌ها کمتر تفکر شده و بدون تأمل، انجام می‌گیرد و نابالغ و بدون تمرکز بوده و با عدم وجود یک برنامه‌ریزی مناسب، بروز می‌کند (Waxman,) (2014)؛ به همین دلیل می‌تواند منجر به رفتارهای پرخاشگرانه گردد زیرا افراد دارای رفتارهای تکانشی عموماً به دلیل برخورداری از رفتارهای هیجانی بدون تفکر، در هنگام مواجهه با موقعیت تنش‌زا و تجربه ناکامی، رفتارهای پرخاشگرانه را از خود بروز می‌دهند؛ پس تعدیل رفتارهای تکانشی، می‌تواند موجب تسهیل رفتارهای پرخاشگرانه گردد (Coccaro,) (Fanning, Phan & Lee, 2015).

و بهبود رفتارهای منفی خصمانه اشاره نموده‌اند. در ایران نیز پژوهشی که به تعیین تأثیر برنامه اصلاحی بر رفتارهای تهاجمی و زورگویی دانش‌آموزان پرداخته باشد، محدود به پژوهش‌های Golestan Jahromi, Shahni Yilagh; Esteki Azad, Amiri, Behroozi & Omidian, (2017) Latifi & Muqtadae (2013), Esteki Azad & Amiri, (2012) بوده که نشان داده است این برنامه‌های آموزشی، می‌تواند بر کاهش رفتارهای منفی و بهبود رفتارهای پسندیده اجتماعی و افزایش سازگاری مؤثر باشد. از برنامه‌های اصلاح رفتار قلدری، که برای کاهش رفتارهای زورگویی و قربانی شدن طراحی و تدوین می‌گردد و هدف همه آن‌ها اصلاح رفتار زورگویان و افزایش توانمندی‌های مقابله‌ای قربانیان است، می‌توان به برنامه‌های مطرحی همچون برنامه ملی ضد قلدری فنلاند (Kiusaamista Vastaa)، برنامه ضد قلدری اسپانیا (SAVE) و برنامه اصلاح رفتار زورگویی الویوز (Olweus Bullying Prevention Program) اشاره نمود (Badri, Hosseini, Hashemi & Mir Nasab, 2018) که در این پژوهش از برنامه اصلاح رفتار زورگویی الویوز استفاده گردیده است و در آن فرض بر این است که ضعف در تعاملات اجتماعی افراد زورگو و ناتوانی آن‌ها در برقراری ارتباط اجتماعی مؤثر، دلیل بروز رفتارهای زورگویانه در آنان است و این گروه از افراد با اتخاذ رفتار قلدری سعی در پوشش دادن این نقایص دارند؛ پس مداخلاتی که درباره توانمندی‌های اجتماعی این گروه از افراد ایجاد گردد، می‌تواند منجر به کاهش رفتارهای منفی آنان گردد. در واقع این رویکرد معتقد است که عدم احساس ارزشمندی و عدم تعلق گروهی، خود را در غالب رفتارهای منفی همچون زورگویی نشان می‌دهد و آموزش مهارت‌های ارتباط اجتماعی و تقویت رفتارهای تأملی، می‌تواند موجب کاهش رفتار قلدری گردد (Kendrick, 2015). با توجه به اینکه بررسی پیشینه پژوهش نشان از آن دارد که در ایران، در مورد برنامه اصلاح رفتار قلدری دانش‌آموزان به شیوه الویوز تلاش‌های زیادی انجام نگرفته است و تمامی تحقیقات انجام‌شده در این حوزه محدود به دو پژوهش Esteki Azad

بررسی آمارهای ارائه‌شده درباره رفتار زورگویانه در دانش‌آموزان نشان می‌دهد که پیشگیری از این گونه رفتارها، جزو مهم‌ترین اولویت‌های سلامت عمومی جوامع محسوب می‌گردد و با توجه به اینکه شناخت و مهار زورگویی، یکی از دغدغه‌های مجامع است، باید توجه بیشتری به آن معطوف گردد (Modecki, Minchin, Harbaugh, Guerra & Runions, 2014)؛ زیرا کاهش سازگاری اجتماعی، هیجانی و ضعف تحصیلی و در معرض خطر قرار گرفتن بهزیستی روانی و اجتماعی (Liu & Graves, 2011) و قرار گرفتن در مرحله ورود به اختلال شخصیت ضد اجتماعی در آینده، ماحصل تداوم رفتارهای زورگویانه است (Moura, Cruz & Quevedo, 2011)؛ بر همین اساس با توجه به اینکه هر روز بیش از پیش شاهد بروز رفتارهای قلدری در مدارسیم، روش‌هایی که بتواند به تعدیل اینگونه از مشکلات کمک نماید حائز اهمیت است زیرا بروز این رفتارها می‌تواند بر عملکرد فردی، اجتماعی و تحصیلی دانش‌آموزان اثرات سوء داشته باشد (Patel, Varma, Nimbalkar, Shah, & Phatak, 2020). شواهد گویای این مسأله است که آموزش‌هایی با عنوان اصلاح رفتار، می‌تواند موجب مدیریت اینگونه از رفتارها گردیده و به کاهش رفتارهای خصمانه کمک نماید (Schroeder, Messina, Schroeder, Good, Barto & etal, 2012)؛ (Olweus, 1993)؛ (Kendrick, 2015)؛ (Black & Jackson, 2007)؛ (Reymond, 2009). آنگونه که تحقیق Olweus, Solberg & Breivik, 2020 نشان داده است سطح مشکلات کودکان قربانی قلدری و میزان بروز رفتارهای خصمانه در کودکان قلدر نوژی پس از اجرای برنامه اصلاح رفتار با کاهش چشمگیری روبه رو بوده است. (Temko, 2019) نیز در پژوهشی به تأثیر اجرای برنامه اصلاحی بر بهبود رفتارهای منفی دانش‌آموزان زورگو اشاره داشته و عنوان نموده است، استفاده از رویکرد اصلاح رفتار، می‌تواند موجب کاهش زورگویی در کودکان قلدر گردد. همچنین (Schroeder, Messina, Schroeder, Good, 2012)؛ (Barto & etal, Kendrick, 2015)؛ (Limber, Olweus, Wang, Masiello & Breivik, 2018) نیز به تأثیر استفاده از برنامه اصلاح رفتار بر کاهش رفتارهای تهاجمی دانش‌آموزان

مشاور مدرسه شناسایی گردیدند که از میان آن‌ها ۳۰ نفر به صورت تصادفی ساده به عنوان گروه نمونه انتخاب و در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل جای گرفتند. در انتخاب نمونه پژوهش، ملاک‌های ورود همچون کسب نمره حد نصاب بالاتر از ۱۸ از پرسشنامه قلدری ایلینویز و شرکت داوطلبانه در پژوهش، لحاظ گردید.

ابزار پژوهش

پرسشنامه پرخاشگری (Questionnaire Aggression):

پرسشنامه پرخاشگری (Perry & Buss, 1992) ابزاری ۲۹ گویه‌ای است که به صورت پنج گزینه‌ای لیکرت از ۱ به شدت شبیه من نیست تا ۵ کاملاً شبیه من است نمره‌گذاری می‌گردد. محتوای این پرسشنامه در قالب چهار خرده‌مقیاس شامل پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی، خشم، و خصومت است. پرخاشگری بدنی، شامل ۹ عبارت: ۲، ۵، ۸، ۱۱، ۱۳، ۱۶، ۲۲، ۲۵ و ۲۹ و پرخاشگری کلامی، شامل ۵ عبارت: ۴، ۶، ۱۴، ۲۱، ۲۷ و خشم، شامل ۷ عبارت: ۱، ۹، ۱۲، ۱۸، ۱۹، ۲۳، ۲۸ و خصومت، شامل ۸ عبارت: ۳، ۷، ۱۰، ۱۵، ۱۷، ۲۰، ۲۴ و ۲۶ است و دو عبارت ۹ و ۱۶ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره کل برای پرخاشگری با مجموع نمرات زیرمقیاسها به دست می‌آید. این پرسشنامه دارای اعتبار و روایی قابل قبولی است. نتایج ضریب بازآزمایی برای چهار زیرمقیاس با فاصله ۹ هفته ۰/۸ تا ۰/۷۲ و همبستگی بین چهار زیرمقیاس ۰/۳۸ تا ۰/۴۹ به دست آمده است. برای سنجش اعتبار درونی مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که نتایج نشانگر همسانی درونی زیرمقیاس پرخاشگری بدنی ۰/۸۲، پرخاشگری کلامی ۰/۸۱، خشم ۰/۸۳ و خصومت ۰/۸ بود. اعتبار و روایی داخلی این پرسشنامه نیز توسط Samani (2008) دارای اعتبار و روایی قابل قبولی گزارش شد به طوری که ضریب پایایی ۰/۸۷ گزارش گردید. در این پژوهش پایایی به روش آلفای کرونباخ برای پرخاشگری بدنی ۰/۷۵، پرخاشگری کلامی ۰/۷۸، خشم ۰/۸۱ و خصومت ۰/۸۳ به دست آمد. دو نمونه از سؤالات پرسشنامه عبارتند از: ۱- هر چند وقت یک بار نمی‌توانم جلوی ضربه زدن خودم به دیگران را بگیرم. ۲-

Estaki Azad, Amiri, Latifi & Moghtadaie (2012) و Amiri, (2013) است و دیگر پژوهش‌های خارجی نیز به تأثیر این برنامه بر کاهش زورگویی به عنوان یکی از کارکردهای پرخاشگری پرداخته و خود پرخاشگری و ابعاد آن را مورد بررسی قرار نداده است؛ انجام این پژوهش ضرورت می‌یابد. همچنین پیشینه تحقیق نشان می‌دهد که تأثیر این برنامه بر کاهش تکانشگری به عنوان رفتار پیش‌بینی‌کننده پرخاشگری، محدود به تحقیقاتی است که در آن رفتارهای تکانشی به عنوان زیر مقیاس سایر متغیرها مورد بررسی قرار گرفته و به صورت خاص به این مقوله پرداخته نشده است؛ به همین دلیل این مسأله به عنوان یک خلأ پژوهشی احساس گردیده و تحقیق را در نوع خود جدید و نوآورانه می‌نماید. بر اساس این موضوع، این پژوهش با هدف بررسی تأثیر آموزش برنامه پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان زورگو انجام گردیده و فرضیه‌های پژوهش به قرار زیر است:

۱. آموزش برنامه پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان زورگو تأثیر دارد.
۲. آموزش برنامه پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان زورگو تأثیر دارد.
۳. آموزش برنامه پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز بر کاهش رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان زورگو تأثیر دارد.

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: این پژوهش به لحاظ هدف کاربردی و به لحاظ نحوه گردآوری اطلاعات از نوع نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود و جامعه آماری آن را کلیه دانش‌آموزان پسر پایه نهم متوسطه اول شهر بجنورد در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ به تعداد ۷۰۰ نفر تشکیل داده‌اند که از میان آن‌ها مدرسه امیرکبیر به عنوان نمونه در دسترس انتخاب و دانش‌آموزان قلدر پس از تکمیل پرسشنامه قلدری و نظرسنجی دبیران و

سه خرده‌مقیاس، قلدری، زد و خورد و قربانی شدن است. دامنه این مقیاس از ۱۸ تا ۹۰ است. در این پژوهش برای تشخیص دانش‌آموزان قلدر یا زورگو از خرده‌مقیاس قلدری زد و خورد استفاده شده است. خط برش این ابزار نمره ۱۸ است و نمره بین ۱۸ تا ۳۰ میزان قلدری در حد پایین، نمره بین ۳۰ تا ۶۰ میزان قلدری در حد متوسط و نمره بالاتر از ۶۰ میزان قلدری در حد بالا را نشان می‌دهد. این پرسشنامه دارای اعتبار و روایی قابل قبولی است. ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس قلدری ۰/۸۷، زد و خورد ۰/۸ به دست آمده است و برای کل مقیاس و خرده‌مقیاس‌های آن از ۰/۶۲ تا ۰/۹ متغیر بوده است. در پژوهش Lee & Cornell (2010) ضریب پایایی برای خرده‌مقیاس قلدری ۰/۹۳ و برای کل مقیاس ۰/۸۳ به دست آمده و روایی سازه آن از طریق روش تحلیل عامل تأیید گردیده است و نشان از برازندگی مناسب این مقیاس دارد. در این پژوهش پایایی به روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۲ به دست آمد. دو نمونه از سوالات پرسشنامه عبارتند از: ۱- من برای سرگرم شدن خودم و دار و دستم، سایر دانش‌آموزان را ناراحت و عصبی می‌کنم. ۲- اعضای دار و دسته خود را اذیت می‌کنم.

روش اجرا و تحلیل داده‌ها

پس از تکمیل پرسشنامه‌های فوق توسط هر دو گروه آزمایش و کنترل به عنوان پیش‌آزمون، گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه به صورت هفته‌ای ۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش برنامه پیشگیری از قلدری الویوز مطابق بسته آموزشی Olweus (1993) قرار گرفته و گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکردند. در نهایت از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد و نتایج برای تجزیه و تحلیل به روش تحلیل کواریانس تک‌متغیره و چندمتغیره از طریق نرم‌افزار SPSS-25 انجام شد. شرح مختصری از بسته آموزشی مورد استفاده در پژوهش در جدول زیر آمده است.

وقتی با دوستانم مخالف باشم نظرم را بی‌پرده و صریح به آنها می‌گویم.

پرسشنامه تکانشگری (Barratt Impulsiveness Scale)

(Barratt, 1995) ابزاری ۳۰ گزینه‌ای است که به صورت چهارگزینه‌ای لیکرت از ۱ هرگز، تا ۴ همیشه، نمره‌گذاری می‌گردد. محتوای این پرسشنامه در قالب سه خرده‌مقیاس، شامل عدم برنامه‌ریزی، تکانشگری حرکتی و تکانشگری شناختی است که سوالات ۶، ۵، ۹، ۱۱، ۲۰، ۲۴، ۲۶ و ۲۸ مربوط به تکانشگری شناختی؛ سوالات ۲، ۳، ۴، ۱۶، ۱۹، ۲۳، ۲۲، ۳۰، ۲۱، ۱۷ و ۲۵ مربوط به تکانشگری حرکتی و سوالات ۲۹، ۲۷، ۱۸، ۱۵، ۱۴، ۱۳، ۱۲، ۱۰، ۸ و ۱۷ مربوط به عدم برنامه‌ریزی است. تمام گویه‌ها دارای نمره‌گذاری مثبتند. بارت و همکاران آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۸۵ به دست آورده و در ایران نیز جاوید و همکاران (۱۳۹۱) هنجاریابی این پرسشنامه را انجام داده و تعداد گویه‌های آن را از ۳۰ گویه به ۲۵ گویه کاهش داده‌اند و ۵ گویه به دلیل بار عاملی کمتر از ۰/۳ از پرسشنامه حذف گردیده است. Javid, Mohammadi & Rahimi (2012) روایی و پایایی این ابزار را مطلوب گزارش نموده‌اند به طوری که تکانشگری عدم برنامه‌ریزی ۰/۸، تکانشگری حرکتی ۰/۶۷، تکانشگری شناختی ۰/۷ و کل مقیاس ۰/۸۱ گزارش گردیده است. در این پژوهش پایایی به روش آلفای کرونباخ برای عدم برنامه‌ریزی ۰/۷۸، تکانشگری حرکتی ۰/۸۲، تکانشگری شناختی ۰/۸۱ و کل مقیاس ۰/۸ به دست آمد. دو نمونه از سوالات پرسشنامه عبارتند از: ۱- کارهایم را با دقت برنامه‌ریزی می‌کنم. ۲- کارهایم را بدون فکر انجام می‌دهم.

پرسشنامه قلدری (Illinois Bullying Scale)

پرسشنامه قلدری (Illinois, 2009) ابزاری ۱۸ گویه‌ای است که به صورت پنج گزینه‌ای لیکرت از ۱ هرگز تا ۵ بار یا بیشتر نمره‌گذاری می‌گردد. محتوای این پرسشنامه در قالب

شرح مختصر از جلسات آموزش برنامه‌پیشگیری از قلدری الویز

جلسه‌ها	تکالیف	تکالیف
جلسه اول	آموزش مفاهیم خشم و پرخاشگری و کنترل تکانه و مفهوم‌سازی و توصیف رفتاری قلدری و پیامدهای مخرب آن بر عملکرد اجتماعی، تحصیلی و روابط بین فردی برای فرد زورگو. آموزش ایجاد رابطه مثبت حسنه و ایجاد جو مثبت در محیط کلاس و مدرسه و کمک به برقراری تعامل سازنده	از دانش‌آموزان خواسته شد در مورد عوارض روان‌شناختی خشم تفکر نموده و هر نوع احساسی را که به دلیل خشم در فرد ایجاد می‌شود یادداشت نمایند. همچنین از روش بارش فکری درباره عوارض استفاده از رفتارهای زورگویانه به عنوان تکلیف خانگی استفاده شد.
جلسه دوم	ایجاد خودآگاهی و آموزش شناسایی رفتارهای زورگویانه نسبت به رفتارهای محترمانه و لزوم استفاده از رفتارهای مثبت با تأکید بر شناخت، ایجاد آگاهی نسبت به تأثیر رفتار زورگویی و قلدری بر عدم پذیرش توسط دوستان و همسالان و طرد اجتماعی.	از افراد خواسته شد در مورد روش‌های هیجان‌مدار و مسأله‌مدار تفکر نموده و مواردی را که از روش مسأله‌مدار و مواردی را که از روش هیجان‌مدار استفاده نموده‌اند را یادداشت کرده و در کلاس مطرح نمایند. همچنین نحوه استفاده از رفتارهای محترمانه در کلاس به صورت ایفای نقش تمرین شد.
جلسه سوم	شناسایی و تشخیص موقعیت‌هایی که باعث پرخاشگری می‌شود، شناخت پدیده خشم و استفاده مناسب در مدیریت خشم قبل از بروز پرخاشگری و تأکید بر رفتار همدلانه. آموزش راهبردهای مناسب درباره مدیریت پرخاشگری.	با استفاده از تکنیک‌هایی ارائه شده در کلاس موقعیت‌های مختلف بررسی شده و به شیوه ایفای نقش به آموزش مدیریت خشم قبل از بروز پرخاشگری پرداخته شد همچنین روش‌های ابزار رفتار همدلانه و نقش آن در کاهش زورگویی تمرین شد.
جلسه چهارم	آموزش مهارت مدیریت خود، مدیریت روابط بین فردی و ایجاد رابطه همدلانه توأم با صمیمیت و آموزش مهارت حل مسأله بدون توسل به خشونت و روش تفکر هیجان‌مدار و مسأله‌مدار.	مدیریت خود و کنترل رفتارهای منفی با هدف کاهش تکانشگری تمرین گردید در این رابطه از تکنیک‌های بارش فکری و ایفای نقش استفاده شد. همچنین آموزش گام به گام مهارت حل مسأله تمرین گردید.
جلسه پنجم	حساسیت‌زدایی درباره رفتارهای زورگویانه با تأکید بر کاهش قلدری در اماکنی که احتمال وقوع این رفتار وجود دارد با تأکید بر بازداری شناختی. آموزش مهارت‌های خودکنترلی و روش‌های مدیریت در برابر فشارهای منفی	از افراد خواسته شد رفتارهایی را که موجب ایجاد خشم در آن‌ها می‌شود تجسم نموده و عنوان نمایند چگونه با فکر مثبت می‌توان این احساس خشم و ناراحتی را تعدیل نمود. حداقل چند مورد از این رویدادهای فرضی را نوشته و با خود به کلاس بیاورند.
جلسه ششم	آشنایی با مفاهیم رفتار همدلانه، دوستی و نوع‌دوستانه و ذهنیت گروهی و آموزش نحوه احترام به تفاوت‌های فردی و آموزش روش‌های کاهش تبعیض و تمایز در بین همسالان با تأکید بر مدیریت هیجانات منفی	به عنوان تکلیف از دانش‌آموزان خواسته شد از روش بارش فکری درباره روش‌های برقراری رابطه همدلانه با دوستان استفاده نموده و با جمع‌بندی نظرات این روش‌ها را در برنامه ایفای نقش به کار گیرند.
جلسه هفتم	آموزش دستیابی به خواسته خود از طریق توسل به احترام به دیگران و اعتمادسازی در محیط‌های اجتماعی و جایگزین نمودن آن با رفتارهای منفی و پرخاشگرانه. مدیریت هیجانات و استفاده از شیوه تأملی در دریافت پاسخ	سعی گردید تا دانش‌آموزان تأخیر در بروز هیجانات منفی خود را فراگیرند؛ بر همین اساس با ارائه محرک‌های مختلف از آن‌ها خواسته شد تا نسبت به پاسخگویی به آن‌ها تأمل نموده و ارائه پاسخ را به تأخیر اندازند.
جلسه هشتم	آموزش برقراری ارتباط سالم، مثبت و حسنه با همسالان و تلاش برای متوقف‌سازی استفاده از القاب نامناسب و استعاره‌های منفی و توهین‌آمیز و تلاش برای قرار دادن خود به جای فردی که مورد توهین قرار می‌گیرد و تمرین در به تأخیر انداختن عکس‌العمل آنی.	بیان احساسات خود درباره مورد خطاب قرار گرفتن با القاب نامناسب و استعاره‌های منفی و توهین‌آمیز و تلاش برای قرار دادن خود به جای فردی که مورد توهین قرار می‌گیرد و تمرین در به تأخیر انداختن عکس‌العمل آنی.

یافته‌ها

قبل از بررسی فرضیه‌ها و اجرای آزمون تحلیل کوواریانس، برای رعایت پیش‌فرض نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف استفاده شد که نتایج آن نشان‌دهنده نرمال بودن توزیع متغیرها در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه کنترل و آزمایش، با سطح معناداری ۰/۲ بود؛ بنابراین برای تحلیل نتایج پژوهش از آزمون‌های پارامتریک استفاده گردید. برای پاسخگویی به فرضیه‌های پژوهش از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد که نتایج آن در جدول ۱ قابل مشاهده است.

توزیع فراوانی متغیرهای پرخاشگری و تکانشگری و مؤلفه‌های آن‌ها به تفکیک دو گروه در دو موقعیت پیش و پس‌آزمون مورد بررسی قرار گرفت که نشان داد میانگین نمره کل پرخاشگری گروه آزمایش در موقعیت پیش‌آزمون ۱۱۷/۶ و در موقعیت پس‌آزمون ۷۲/۹۳ است؛ اما همین میانگین در افراد گروه کنترل در مرحله پیش‌آزمون ۱۱۵/۳۶ و در مرحله پس‌آزمون ۱۱۴/۲ است. همچنین میانگین نمره کل تکانشگری افراد گروه آزمایش در موقعیت پیش‌آزمون ۱۱۰/۸۳ و در موقعیت پس‌آزمون ۷۰/۲ و در گروه کنترل در مرحله پیش‌آزمون ۱۰۶/۴ و در مرحله پس‌آزمون ۱۰۶/۶۶ است.

جدول ۱. تحلیل کوواریانس چندمتغیره بر روی نمره‌های پرخاشگری و تکانشگری با کنترل پیش‌آزمون‌ها در گروه‌ها

آزمون	ارزش	F	درجه آزادی	سطح معناداری
اثر پیلایی	۰/۷۳۴	۳۴/۷۴۷	۲	۰/۰۰۰
لامبدای ویلکز	۰/۲۶۶	۳۴/۷۴۷	۲	۰/۰۰۰
اثر هتلینگ	۲/۷۵۸	۳۴/۷۴۷	۲	۰/۰۰۰
بزرگ‌ترین ریشه	۲/۷۵۸	۳۴/۷۴۷	۲	۰/۰۰۰

نتایج مندرج در جدول فوق نشان می‌دهد بین گروه کنترل و آزمایش در حداقل یکی از متغیرهای پرخاشگری و تکانشگری اختلاف معناداری برقرار است. به همین دلیل فرضیه شماره ۱ پژوهش یعنی «آموزش برنامه پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش

الویوز بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان زورگو تأثیر دارد» مورد تأیید و پذیرش قرار می‌گیرد. در ادامه برای بررسی این تغییر از آزمون کوواریانس تک‌متغیره استفاده شده است. نتایج در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. آزمون کوواریانس تک‌متغیره بر روی نمره‌های تکانشگری و پرخاشگری دانش‌آموزان زورگو

متغیر	گروه	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذورات آتا	توان آماری
پرخاشگری	مدل اصلاحی	۱۳۲۹۴/۹۲۵	۵	۲۶۵۸/۹۸۵	۱۶/۹۲۵	۰/۰۰۰	۰/۷۷۹	-
	پرخاشگری بدنی	۶۱/۶۶۶	۱	۶۱/۶۶۶	۵/۶۳	۰/۵۳۷	۰/۰۱۶	۰/۰۹۲
	پرخاشگری کلامی	۳۶۷/۴۷۷	۱	۳۶۷/۴۷۷	۰/۳۹۳	۰/۱۳۹	۰/۰۸۹	۰/۳۱۲
	خشم	۱۸/۵۳۳	۱	۱۸/۵۳۳	۲/۳۳۹	۰/۷۳۴	۰/۰۰۵	۰/۰۶۳
	خصوصیت	۰/۶۶۲	۱	۰/۶۶۲	۰/۱۱۸	۰/۹۴۹	۰/۰۰۰	۰/۰۰۵
تکانشگری	گروه بندی	۱۰۱۰۷/۸۷۱	۱	۱۰۱۰۷/۸۷۱	۶۴/۳	۰/۰۰۰	۰/۷۲۸	-
	مدل اصلاحی	۱۱۵۱۵/۷۹۴	۴	۲۸۷۸/۹۴۹	۱۲/۱۷۵	۰/۰۰۰	۰/۶۶۱	-
	تکانشگری شناختی	۵۲۹/۱۲۷	۱	۵۲۹/۱۲۷	۲/۲۳۸	۰/۱۴۷	۰/۰۸۲	۰/۰۵۱
	تکانشگری حرکتی	۰/۱۹۲	۱	۰/۱۹۲	۰/۰۰۱	۰/۹۷۷	۰/۰۰۰	۰/۳۰۱
	عدم برنامه‌ریزی	۲۶۵/۱۲۵	۱	۲۶۵/۱۲۵	۱/۱۲۱	۰/۳	۰/۰۴۳	۰/۰۰۵
گروه بندی	۱۰۱۰۰/۹۰۲	۱	۱۰۱۰۰/۹۰۲	۴۲/۷۱۷	۰/۰۰۰	۰/۶۳۱	-	

با توجه به نتایج جدول ۲ می‌توان بیان کرد آموزش برنامه‌پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز توانسته منجر به ایجاد تفاوت معنادار در میانگین نمرات متغیرهای وابسته تکانشگری و پرخاشگری در مرحله پس‌آزمون در سطح معناداری ۰/۰۵ شود. برای بررسی تفاوت‌ها میانگین نمرات متغیرها، میانگین نمرات تعدیل‌یافته گروه‌های آزمایشی و گواه از نظر متغیرهای وابسته مذکور با یکدیگر مقایسه شدند. نتایج مطابق جدول ۳ است.

جدول ۳. میانگین نمرات تعدیل‌یافته متغیرهای تکانشگری و پرخاشگری در گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیر	گروه آزمایش	کنترل
تکانشگری	۱۰۷/۸۴۲	۷۳/۳۷۵
پرخاشگری	۱۱۳/۷۵۸	۷۲/۹۹

(2019)؛ Golestan Jahromi, Shahni Yilagh, Behroozi & Esteki Azad, Amiri, Kendrick (2015)؛ Omidian (2017)؛ Schroeder, Messina, Latifi & Muqtadae (2013)؛ Esteki Azad & Schroeder, Good, Barto & etal (2012)؛ Amiri (2012)؛ Olweus, & Limber (2010) همسو و هماهنگ است. از عمده‌ترین علل همسویی یافته‌های این تحقیق با دیگر یافته‌های مرتبط با این پژوهش، می‌توان به فراهم شدن فرصتی برای تقویت توانمندی‌های اجتماعی دانش‌آموزان زورگو و آموزش مهارت‌های اساسی در برقراری ارتباط با همسالان اشاره نمود که به این افراد کمک نموده تا نسبت به رفتار خودآگاهی یابند.

در تبیین فرضیه اول این پژوهش، می‌توان اینگونه عنوان داشت که برنامه‌پیشگیری از قلدری الویوز بر این فرض استوار است که زورگویان دارای ضعف در تعاملات اجتماعی‌اند و به همین دلیل در برقراری ارتباط با دیگران دچار مشکل می‌شوند و بروز رفتارهای پرخاشگرانه در آنها، به دلیل پوشش دادن این نقص است و مادام که بتوان بر افزایش توانمندی در تعاملات و مهارت‌های اجتماعی آنان کمک نمود، رفتارهای منفی در آنان کاهش می‌یابد. همچنین این رویکرد معتقد است ضعف عزت نفس و عدم احساس ارزشمندی نیز یکی دیگر از دلایلی است که باعث می‌گردد افراد دست به رفتارهای پرخاشگرانه بزنند (Kendrick, 2015)؛ بر همین اساس این رویکرد می‌تواند با ایجاد فرصتی برای این دانش‌آموزان، به آموزش مهارت‌های اساسی در برقراری ارتباط با همسالان بپردازد و از این طریق به آنها

همان‌طور که از جدول ۳ قابل مشاهده است، میانگین نمرات تعدیل‌یافته گروه آزمایش به طور معناداری از گروه کنترل کمتر است و از آنجا که کسب نمره کمتر نشان‌دهنده اثربخشی آموزش برنامه‌پیشگیری از قلدری است؛ در نتیجه می‌توان بیان کرد، برنامه‌پیشگیری از قلدری موجب کاهش تکانشگری و پرخاشگری در نوجوانان شده است. بر همین اساس دو فرضیه دیگر پژوهش یعنی فرضیه شماره ۲ و ۳ «آموزش برنامه‌پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان زورگو تأثیر دارد» و «آموزش برنامه‌پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز بر کاهش رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان زورگو تأثیر دارد» مورد تأیید و پذیرش قرار گرفت.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش بررسی تعیین تأثیر آموزش برنامه‌پیشگیری از قلدری مبتنی بر روش الویوز بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان زورگو بود که یافته‌های فرضیه اول پژوهش نشان داد برنامه اصلاح رفتار قلدری مبتنی بر روش الویوز توانست تفاوت معنی‌داری را در میانگین نمرات متغیرهای تکانشگری و پرخاشگری در مرحله پس‌آزمون ایجاد نماید همچنین نتایج فرضیه دوم و سوم پژوهش نشان داد برنامه اصلاح رفتار قلدری مبتنی بر روش الویوز توانست منجر به کاهش پرخاشگری و تکانشگری دانش‌آموزان زورگو گردد. یافته‌های این تحقیق با پژوهش‌های (Temko, Olweus, Solberg & Breivik (2020)

Temko (2019) معتقد است که آموزش‌هایی که برای افزایش توانمندی‌های روان‌شناختی انجام می‌گیرد می‌تواند به کاهش رفتارهای منفی افراد بینجامد. بر همین اساس برنامه اصلاح رفتار قلدری ضمن ایجاد حساسیت نسبت به رفتارهای زورگویانه، آگاهی نوجوان را نسبت به اعمالش افزایش داده و از بروز رفتارهای پرخاشگرانه می‌کاهد؛ زیرا این برنامه با تأکید بر بازداری شناختی، منجر به تقویت مهارت‌های خودکنترلی گردیده و از این طریق مانع بروز رفتارهای پرخاشگرانه می‌گردد. از آنجا که افراد زورگو، با رفتارهای منفی خود، توانسته‌اند به خواسته‌هایشان دست یابند؛ به روش‌های مثبت برای دستیابی به درخواست‌های خود فکر نکرده و پیوسته از همین روش برای برآوردن امیالشان استفاده می‌نماید. به همین دلیل برنامه اصلاح رفتار قلدری می‌تواند ضمن آموزش روش‌های دستیابی مثبت به خواسته‌ها از طریق توسل به احترام به دیگران و ایجاد اعتمادسازی در محیط‌های اجتماعی، رفتارهای پسندیده اجتماعی را جایگزین رفتارهای پرخاشگرانه نماید و بدین طریق به کاهش پرخاشگری کمک کند (Olweus, Solberg, & Breivik, 2020).

براساس فرضیه سوم این پژوهش، نتایج این تحقیق نشان داد که این برنامه توانسته است رفتارهای تکانشی دانش‌آموزان زورگو را کاهش دهد که در تبیین آن می‌توان اینگونه عنوان داشت که تکانشگری به صورت یک بعد شناختی، مفهوم‌پردازی گردیده و با عدم بازداری شناختی و روند تصمیم‌گیری ناقص در ارتباط است و آموزش مهارت خودتنظیمی با کمک به مدیریت اینگونه از رفتارها می‌تواند به پوشش دادن ضعف‌های تنظیم هیجانات بینجامد و از این طریق، نقش مؤثری در کنترل و بازداری تکانه داشته باشد (Mischel & Kitsantas, 2020). با توجه به اینکه سبک واکنشی نشان‌دهنده بعد شناختی هر فرد است، می‌تواند رفتار را به شدت تحت تأثیر قرار دهد؛ به همین دلیل تلاش برای افزایش توانمندی‌های شناختی همچون آموزش مهارت‌های حل مسأله، می‌تواند به کاهش رفتارهای تکانشی منجر گردد که برنامه اصلاح رفتار با تأکید بر افزایش توانمندی‌های شناختی این کاهش را به وجود می‌آورد (Kendrick, 2015).

کمک نماید تا نسبت به رفتارهای خود، آگاهی کسب نمایند و همین عامل می‌تواند یکی از دلایل اصلاح رفتار در آنان قلمداد گردد. همسو با یافته‌های این تحقیق، پژوهش (Olweus, Solberg & Breivik (2020) نشان داد که رسیدن به خودآگاهی، می‌تواند ضمن ایجاد احساس ارزشمندی، مانع بروز رفتارهای منفی همچون پرخاشگری گردد و استفاده از تاکتیک‌های برنامه اصلاح رفتار قلدری با تأکید بر افزایش خودآگاهی می‌تواند بر کاهش رفتارهای زورگویانه منجر گردد؛ به همین دلیل افزایش شناخت نسبت به خصوصیات رفتاری خود که دانش‌آموزان طی مراحل اجرای این طرح کسب نمودند، یکی از دلایل اصلی اصلاح رفتار مشکل‌دار است. (Pugliese (2014 معتقد است که افزایش شناخت درباره رفتارهای پرخاشگرانه می‌تواند احتمال وقوع این رفتارها را در افراد کاهش دهد. وی معتقد است که از جنبه شناختی، در صورتی که افراد بر این باور دست یابند که رفتار خصمانه از سوی دیگران غیرقابل‌پذیرش است، کمتر به انجام این‌گونه از رفتارها دست می‌زنند و مادامی که شناخت از غیرقابل‌پذیرش بودن رفتارهای خصمانه در ذهن فرد تثبیت گردد، احتمال کمتری وجود دارد که به اینگونه از رفتارها گرایش پیدا کند (Esteki Azad & Amiri (2012 معتقدند، افراد زورگو، معمولاً قربانیان زورگویی دیگران نیز بوده‌اند؛ به همین دلیل، برنامه‌های اصلاحی که با تکنیک‌های ایفای نقش، ارائه گردد، می‌تواند شناخت آن‌ها را در این زمینه افزایش داده و آگاهی لازم را درباره تأثیر رفتار آزاردهنده خود بر روی دیگران را افزایش دهد و از این طریق به کاهش رفتارهای زورگویانه منجر شود.

براساس فرضیه دوم این پژوهش، نتایج این تحقیق نشان داد اجرای این برنامه توانسته است بر کاهش پرخاشگری این دانش‌آموزان مؤثر باشد که به احتمال زیاد به این دلیل است که این برنامه آموزشی، ضمن افزایش مهارت خودمهارگری و حل مسأله، زمینه تصحیح تعاملات و روابط با همسالان را فراهم نموده است و بدین وسیله به ارتقای منزلت اجتماعی آنان کمک کرده است و دانش‌آموز به دلیل حفظ این منزلت اجتماعی سعی در کاهش بروز رفتارهای منفی خود همچون پرخاشگری نموده است (Mischel & Kitsantas, 2020).

با آموزش مهارت خودمهارگری، شناخت احساسات، همدلی و حل مسأله، زمینه را برای تصحیح تعامل‌ها و روابط با همسالان فراهم نموده و ضمن تقویت عزت نفس به کاهش رفتارهای خصمانه کمک می‌نماید زیرا وقتی خواسته‌های افراد در موقعیت‌های اجتماعی بیش از مهارت‌ها و توانمندی‌های اجتماعی‌شان باشد، افراد نمی‌توانند از کلمات و رفتارهای مؤثر در رابطه با همسالانشان استفاده نمایند و همین مسأله موجب تشدید رفتارهای منفی همچون پرخاشگری یا زورگویی می‌گردد. به همین دلیل است که این برنامه آموزشی، با آموزش رفتار صحیح و مهارت‌های دوست‌یابی، بر رفتارهای پسندیده اجتماعی نوجوانان تأثیر گذارده و به این طریق از بروز رفتارهای تکانشی و پرخاشگرانه آنان کاسته است. در مورد محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدودیت در عدم بررسی اختلال‌های همراه با زورگویی همچون اختلال سلوک، فزون کنشی، نافرمانی مقابله‌ای و .. اشاره نمود. همچنین از دیگر محدودیت‌های پژوهش می‌توان به محدودیت در نمونه‌گیری اشاره داشت زیرا این پژوهش تنها دانش‌آموزان پسر پایه نهم متوسطه اول شهر بجنورد را مورد مطالعه قرار داده است. پس پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، جنسیت دختر و دیگر پایه‌های تحصیلی نیز مورد بررسی قرار گیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود برای بررسی تأثیر این آموزش بر پرخاشگری و تکانشگری کودکان، دوره‌های پیگیری نیز مد نظر قرار گیرد و این برنامه در قالب طرح‌های تک‌آزمودنی نیز به کار گرفته شود. از جنبه کاربردی نیز پیشنهاد می‌شود با توجه به تأثیر این برنامه بر کاهش رفتارهای پرخاشگرانه و تکانشی، برنامه‌ریزی کلی درباره معرفی این برنامه اصلاحی به مشاوران و مسئولان مدرسه اقدام گردد و در قالب آموزش ضمن خدمت، این برنامه معرفی شود تا مشاوران بتوانند با بهره‌گیری از آن به اصلاح رفتارهای منفی دانش‌آموزان کمک نمایند.

تشکر و قدردانی

با سپاس و قدردانی از مدیریت آموزش و پرورش شهرستان بجنورد و کارکنان و دانش‌آموزان مدرسه هیأت امنایی امیرکبیر که در انجام این مقاله نویسندگان را یاری کردند.

در مجموع می‌توان اینگونه عنوان داشت که بروز رفتارهای تکانشی که به دلیل ناتوانی در مدیریت هیجانات اتفاق می‌افتد و عموماً هیچ نوع تفکری را به دنبال ندارد، می‌تواند به بروز رفتارهای همچون پرخاشگری بینجامد؛ بر همین اساس، افراد زورگو در هنگام مواجهه با موقعیت‌های تنش‌زا و تجربه ناکامی که به دلیل عزت نفس ضعیف آن‌ها اتفاق می‌افتد، دست به پرخاشگری می‌زنند پس واضح است که تعدیل رفتارهای تکانشی، می‌تواند، بروز رفتارهای پرخاشگرانه را کاهش دهد (Coccaro, Fanning, Phan, & Lee, 2015).

Limber, Olweus, Wang, Masiello & Breivik(2018)

نشان دادند که الگوی اصلاح رفتار قلدری مبتنی بر این رویکرد با ارائه آموزش‌هایی درباره مدیریت رفتارهای تهاجمی و تنظیم هیجان، می‌تواند تفکر قبل از اقدام را تقویت نموده و به دلیل همین موضوع، از بروز رفتارهای پرخاشگرانه بکاهد. به نظر می‌رسد رفتارهای پرخاشگرانه و آزاردهنده نوجوانان زورگو، منجر به طرد شدن از سوی همسالان می‌شود و وی برای دستیابی به پذیرش و منزلت اجتماعی دست به تلاش‌های بیهوده‌ای می‌زند که منزلت اجتماعی از دست‌رفته خود را بازیابد؛ به همین دلیل به قدرت‌نمایی و زورگویی متوسل می‌شود و این فرایند پیوسته ادامه می‌یابد؛ بر همین اساس آموزش مهارت‌های پسندیده اجتماعی می‌تواند موجب قطع این چرخه معیوب گردیده و رفتارهای پرخاشگرانه را در آن‌ها کاهش دهد. همچنین از آنجا که یکی دیگر از دلایل بروز رفتارهای پرخاشگرانه، ضعف در احساس ارزشمندی است، طرد شدن نوجوانان زورگو از سوی همسالان، بیش از پیش بر احساس ارزشمندی آنان اثر سو می‌گذارد و باعث می‌گردد وی احساس ارزشمندی از دست‌رفته خود را به بروز رفتارهای خصمانه پوشش دهد؛ زیرا اینگونه از رفتارها باعث پذیرفته شدن از سوی افراد پرخاشگر دیگر می‌گردد و نوعی تعلق گروهی را ایجاد می‌نماید؛ بر همین اساس آموزش‌های ارائه شده به این کودکان می‌تواند با تأثیرگذاری بر عزت نفس، بر بهبود روابط اجتماعی با همسالان بینجامد و به مدد آن رفتارهای پرخاشگرانه را کاهش دهد. در واقع این برنامه

Golestan Jahromi, F. shahani yeylagh, M. Behroozi, N. Omidian, M. (2017). Investigating the effect of bullying prevention program training on adjustment, empathy and bullying of female high school students in the city. *Two Quarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 5 (8), 184-204. [Persian].

Javid, M. Mohammadi, N. Rahimi, C(2012). Psychometric properties of the Persian version of the 11th edition of the Bart impulsivity scale. *Journal of Psychological Methods and Models*, 2(8), 21–32. [Persian].

Kendrick, M. M. (2015); Evaluating the effects of the Olweus Bullying Prevention Program on middle school bullying. *Ph.D dissertation on education, Walden University*.

Kowalski, R. M. and Limber, S.P. (2013). "Psychological, physical, and academic correlates of cyber bullying and traditional bullying". *Journal of Adolescent Health*, 53(1): 13-20

Lee, T. and Cornell, D. (2010). "Concurrent validity of the Olweus Bully/Victim Questionnaire". *Journal of School Violence*, 9: 56-73.

Limber, S. P., Olweus, D., Wang, W., Masiello, M., & Breivik, K. (2018). Evaluation of the Olweus Bullying Prevention Program: A large scale study of US students in grades 3–11. *Journal of school psychology*, 69, 56-72.

Liu, J. and Graves, N. (2011). "Childhood bullying: A review of constructs, concepts, and nursing implications". *Public Health Nursing*, 28(6): 556-568.

Mischel, J., & Kitsantas, A. (2020). Middle school students' perceptions of school climate, bullying prevalence, and social support and coping. *Social Psychology of Education*, 23(1), 51-72

Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A.G., Guerra, N.G., & Runions, K. C. (2014). Bullying prevalence across contexts: A meta-analysis measuring cyber and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 55(5), 602-611 .

Moura, D. R.; Cruz, A. C. and Quevedo, L.A. (2011). "Prevalence and characteristics of school age bullying victims". *Journal de Pediatria*, 87(1): 19- 23.

Olweus D. (1993). The Olweus Bullying Prevention Program. [Internet]. *Oxford: Oxford University*;

تضاد منافع

این پژوهش برای نویسندگان هیچ گونه تضاد منافی به دنبال نداشته است.

منابع

Badri, R. Hosseini, S. Hashemi, T. Mir Nasab, M. (2018). Designing an integrated anti-bullying training program and determining its effectiveness in reducing the victimization of junior high school students. *Journal of Education and Evaluation*, 11 (41), 55-81. [Persian].

Birami, M. Hashemi, T. Fathi Azar, A. Alaei, P. (2015). The effectiveness of PEGS-based shame management training in reducing female adolescent bullying. *Journal of New Psychological Research*, 10 (39), 23-1. [Persian].

Black, S. Jackson, E.(2007). Using bullying incident density to evaluate the Olweus bullying prevention

Chen, JK . Astor, RA,(2010), School Violence in Taiwan: Examining How Western Risk Factors Predict School Violence in an Asian Culture Interpersonal. *Violence*, 8 (25), 1388–1410.

Coccaro, E. F., Fanning, J. R., Phan, K. L., & Lee, R. (2015). Serotonin and impulsive aggression. *CNS spectrums*, 20(3), 295-302.

Dell’Osso, B., Altamura, A. C., Allen, A., Marazziti, D., & Hollander, E. (2006). Epidemiologic and clinical updates on impulse control disorders: a critical review. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 256(8), 464-475.

Estaki Azad N, Amiri S, Latifi Z, Moghtadaie M.(2013). Effectiveness of Educational Program based on Always Method on Bullying Boys' *Social Pleasant Behaviors. CPAP*. 2014; 2 (9) :65-74. [Persian].

Esteki Azad N, Amiri S.(2012). Effectiveness of Olweus Bullying Prevention Program on Iranian Boys. *IJPCP*. 2012; 18 (3) :175-183. [Persian].

Euler, F., Sterzer, P., Stadler, C. (2014). Cognitive control under distressing emotional stimulation in adolescents with conduct disorder. *Available from: www.PubMedYahoo*. (2014Mar-Apr).

García-Sancho, E., Salguero, J. M., Vasquez, E. A., & Fernández-Berrocal, P. (2016). Validity and reliability of the Spanish version of the displaced aggression questionnaire. *Psicothem*, 28, 96-101

- 1993 [updated 1993 December 6; cited 2012 March 10th]. Available from: <http://www.Clemson.Edu/Olweus>.
- Olweus D. Bully/victim(1997). problems in schools: Facts and interventions. European. *Br J Educ Psychol*. 6(4):495-510
- Olweus, D., & Limber, S. P. (2010). The Olweus Bullying Prevention Program: Implementation and evaluation over two decades(pp. 377-402). *New York, NY: Routledge*.
- Olweus, D., Solberg, M. E., & Breivik, K. (2020). Long-term school-level effects of the Olweus Bullying Prevention Program (OBPP). *Scandinavian journal of psychology*, 61(1), 108-116.
- Patel, V., Varma, J., Nimbalkar, S., Shah, S., & Phatak, A. (2020). Prevalence and profile of bullying involvement among students of rural schools of anand, Gujarat, India. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 42(3), 268-273.
- Pugliese, G. V. (2014). Social-emotional processing and bullying behavior. In partial fulfillment of the requirements for the degree of *Doctor of the Philosophy, University of Calgary, Canada*.
- Reymond AL.(2009). An evaluation of the olweus bullying prevention program's effectiveness in a high school setting [dissertation]. [Cincinnati]: *University of Cincinnati*. 212p
- Ryb, G. E., Dischinger, P. C., Kufera, J. A., & Read, K. M. (2006). Risk perception and impulsivity: association with risky behaviors and substance abuse disorders. *Accidental Annual Preview*, 38, 567-573.
- Samani, Siama.(2008). Assessing the reliability and validity of the Bass and Perry Aggression Questionnaire. *Iranian Journal of Psychiatry and Psychology*, 13(4): 365-359. [Persian].
- Schroeder, B. A.; Messina, A.; Schroeder, D.; Good, K.; Barto, S.; Saylor, J. and Masiello, M. (2012). "The implementation of a statewide bullying prevention program: Preliminary findings from the field and the importance of coalitions". *Health Promotion Practice*, 13(4): 489-495.
- Sera-Negra, J. M., Pavia, S. M., Bendo, C. B., Flugencio, L.B., Lage, C. F., Correa -Faria, P., & Pordeos, I. A. (2015). Verbal school bullying and life satisfaction among Brazilian adolescents: Profiles of aggressor and the victim. *Comprehensive Psychiatry*, 57, 132-139.
- Temko, E. (2019). Missing structure: a critical content analysis of the Olweus bullying prevention program. *Children & Society*, 33(1), 1-12
- Vitaro, F., Brendgen, M., Barker, E. D. (2006). "Subtypes of aggressive behaviors: A developmental perspective". *International Journal of Behavioral Development*, 30(1), 12-19
- wang,J., Ianotti,R.,Luk, J.W. (2013). Patterns of adolescent bullying behaviors: Physical, Verbal, Exclusion, Rumor & Cyber. *Journal of School Psychology*, 50: 521-534
- Waxman, S. E. (2014). A Systematic Review of Impulsivity in Eating Disorders. *Impulsivity in Eating Disorders, Review*, 17(3), 408-425
- Zhang, H., Zhou, H., & Tao, T. (2019). Bullying behaviors and psychosocial adjustment among school-aged children in China. *Journal of interpersonal violence*, 34(11), 2363-2375.