

## بررسی رابطه اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی با قربانی قلدری: نقش تنظیم هیجان به عنوان متغیر میانجی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۸/۵ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۱/۱۹

محمدعلی محمدی فر<sup>۱\*</sup>، فاطمه خداپناه<sup>۲</sup>

مقاله پژوهشی

### چکیده مبسوط

**مقدمه:** قربانی شدن در قلدری یکی از مهم‌ترین تهدیدهای روان‌شناختی و اجتماعی دوران نوجوانی است که می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای بر سلامت روان، عملکرد تحصیلی و روابط بین‌فردی نوجوانان برجای گذارد. نوجوانانی که قربانی قلدری می‌شوند، اغلب سطوح بالاتری از اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی، انزوای اجتماعی و اختلال در سازگاری اجتماعی را تجربه می‌کنند. در سال‌های اخیر، پژوهشگران توجه ویژه‌ای به نقش عوامل فردی و هیجانی در تبیین آسیب‌پذیری نوجوانان نسبت به قلدری داشته‌اند. اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی از جمله متغیرهایی هستند که می‌توانند احتمال قربانی شدن را افزایش دهند؛ زیرا نوجوانان مضطرب و منزوی معمولاً از تعاملات اجتماعی اجتناب کرده، از حمایت همسالان محروم می‌مانند و در موقعیت‌های تهدیدآمیز توان دفاعی کمتری از خود نشان می‌دهند. در این میان، تنظیم هیجان به عنوان یکی از سازه‌های کلیدی روان‌شناسی، می‌تواند نقش محافظتی ایفا کند و شدت اثر این عوامل خطر را کاهش دهد. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی با قربانی قلدری و تبیین نقش میانجی تنظیم هیجان در میان دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم انجام شد.

**روش:** پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی و مبتنی بر مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم شهر اسلامشهر در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. نمونه پژوهش شامل ۳۶۸ دانش‌آموز بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزارهای گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه اضطراب اجتماعی جرابک، پرسش‌نامه انزوای اجتماعی چلیپی و امیرکافی، پرسش‌نامه تنظیم هیجان گروس و جان و پرسش‌نامه قربانی قلدری کالیفرنیا بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS-26 و AMOS-24 تحلیل شدند. برای بررسی روابط بین متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. همچنین برای آزمون اثرات غیرمستقیم و نقش میانجی تنظیم هیجان از روش بوت‌استرپ استفاده گردید.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی دارای رابطه مثبت و معنادار با قربانی قلدری هستند. به این معنا که با افزایش اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی، احتمال تجربه قربانی شدن در قلدری افزایش می‌یابد. همچنین تنظیم

۱. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران.

\* نویسنده مسؤل [alimohammadyfar@semnan.ac.ir](mailto:alimohammadyfar@semnan.ac.ir)

۲. دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران.



هیجان با قربانی قلدری رابطه منفی و معنادار داشت و نشان داد نوجوانانی که از مهارت‌های تنظیم هیجان بالاتری برخوردارند، کمتر در معرض قربانی شدن قرار می‌گیرند. نتایج تحلیل مسیر نشان داد که اضطراب اجتماعی اثر مستقیم معناداری بر قربانی قلدری دارد ( $\beta = 0/30, P < 0/05$ )، و انزوای اجتماعی نیز قربانی شدن را به صورت مستقیم پیش‌بینی می‌کند ( $\beta = 0/25, P < 0/01$ ). علاوه بر این، اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی هر دو رابطه منفی و معناداری با تنظیم هیجان داشتند؛ به گونه‌ای که افزایش اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی با کاهش توانایی تنظیم هیجان همراه بود. یافته‌های حاصل از آزمون بوت‌استرپ نیز نشان داد که تنظیم هیجان نقش میانجی معناداری در رابطه بین اضطراب اجتماعی و قربانی قلدری و نیز رابطه بین انزوای اجتماعی و قربانی قلدری ایفا می‌کند. به بیان دیگر، بخشی از اثر اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی بر قربانی شدن از طریق ضعف در تنظیم هیجان تبیین می‌شود. شاخص‌های برازش مدل نیز بیانگر برازش مطلوب مدل ساختاری پژوهش بودند (CFI=0.95, RMSEA= 0.083).

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی از عوامل خطر مهم در تجربه قربانی شدن نوجوانان هستند و تنظیم هیجان می‌تواند به عنوان یک عامل محافظتی، شدت این آسیب‌پذیری را کاهش دهد. نوجوانانی که در مدیریت و کنترل هیجانات خود توانمندتر هستند، حتی در صورت تجربه اضطراب یا انزوای اجتماعی، کمتر در معرض رفتارهای قلدرانه قرار می‌گیرند. این نتایج اهمیت توجه به آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان در مدارس را برجسته می‌سازد و نشان می‌دهد که مداخلات مبتنی بر ارتقای بازسازی شناختی، پذیرش هیجان و مهارت‌های مقابله‌ای می‌توانند در کاهش آسیب‌های ناشی از قلدری مؤثر باشند. همچنین، یافته‌های این پژوهش می‌تواند برای مشاوران مدارس، روان‌شناسان و برنامه‌ریزان آموزشی در طراحی برنامه‌های پیشگیرانه و درمانی سودمند باشد. در مجموع، تقویت تنظیم هیجان می‌تواند به عنوان راهبردی مؤثر برای ارتقای سلامت روان نوجوانان و کاهش پیامدهای منفی قلدری در محیط‌های آموزشی مورد استفاده قرار گیرد.

## چکیده

**مقدمه:** قربانی قلدری به عنوان یکی از پدیده‌های شایع در محیط‌های آموزشی و اجتماعی، تهدیدی جدی برای سلامت روان، عزت‌نفس و کیفیت زندگی افراد به‌ویژه در دوران کودکی و نوجوانی محسوب می‌شود. تجربه مکرر قلدری می‌تواند منجر به مشکلاتی چون اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی و کناره‌گیری اجتماعی گردد و حتی پیامدهای بلندمدتی بر رشد هیجانی و روابط اجتماعی افراد برجای گذارد. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی با قربانی قلدری، با در نظر گرفتن نقش میانجی تنظیم هیجان در میان دانش‌آموزان انجام شده است.

**روش:** این پژوهش توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان متوسطه دوم شهر اسلامشهر در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود که از میان آن‌ها ۳۶۸ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای به صورت تصادفی انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه‌های قربانی قلدری کالیفرنیا (فلیکس و همکاران، ۲۰۱۱)، اضطراب اجتماعی (جرابک، ۱۹۹۶)، انزوای اجتماعی (چلپی و امیرکافی، ۱۳۸۳) و تنظیم هیجانی گروس و جان (۲۰۰۳) بود. بررسی و ارزیابی الگوی پیشنهاد شده با روش معادلات ساختاری و نرم‌افزار SPSS26 و AMOS24 انجام گرفت.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد بین اضطراب اجتماعی ( $\beta = 0/30, P < 0/01$ )، انزوای اجتماعی ( $\beta = 0/25, P < 0/05$ )، تنظیم هیجان ( $\beta = 0/50, P < 0/001$ ) با قربانی قلدری و بین اضطراب اجتماعی ( $\beta = -0/45, P < 0/001$ ) و انزوای اجتماعی ( $\beta = -0/40, P < 0/001$ ) با تنظیم هیجان رابطه‌ی معنادار وجود دارد. نتایج نشان داد که تنظیم هیجان رابطه بین اضطراب اجتماعی ( $\beta = -0/22, P < 0/001$ ) و انزوای اجتماعی ( $\beta = -0/20, P < 0/001$ ) با قربانی قلدری را میانجی‌گری می‌کند.

**نتیجه گیری:** نتایج پژوهش حاکی از آن است که اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی می‌توانند خطر قربانی شدن در قلدری را افزایش دهند، اما تنظیم هیجان به عنوان یک متغیر میانجی مؤثر می‌تواند نقش محافظتی ایفا کرده و این ارتباط را تعدیل نماید. بر این اساس، تقویت مهارت‌های تنظیم هیجان در دانش‌آموزان می‌تواند به کاهش آسیب‌های ناشی از قلدری در مدارس کمک کند.

**کلمات کلیدی:** اضطراب اجتماعی، انزوای اجتماعی، قلدری، قربانی قلدری، تنظیم هیجان.

# The Relationship Between Social Anxiety and Social Isolation With Bullying Victimization: The Mediating Role of Emotion Regulation

Received: 2025/10/27 Accepted: 2026/10/8

Mohammadali Mohammadyfar<sup>1\*</sup>, Fatemeh Khodapanah<sup>2</sup>

Original Article

## Abstract

**Introduction:** Bullying victimization is a prevalent phenomenon in educational and social settings and poses a serious threat to individuals' mental health, self-esteem, and quality of life, particularly during childhood and adolescence. Repeated experiences of bullying can lead to anxiety, depression, feelings of loneliness, and social withdrawal, and may have long-term consequences on emotional development and social relationships. The present study aimed to examine the relationship between social anxiety and social isolation with bullying victimization, considering the mediating role of emotion regulation among secondary school students.

**Methods:** This descriptive-correlational study was conducted among all secondary school students in Eslamshahr City during the 2024–2025 academic year. A total of 368 students were randomly selected using a multistage cluster sampling method. Data were collected using the California Bullying Victimization Questionnaire (Felix et al., 2011), the Social Anxiety Scale (Jerabek, 1996), the Social Isolation Questionnaire (Chelpi & Amirkafi, 2004), and the Emotion Regulation Questionnaire (Gross & John, 2003). The proposed model was tested using structural equation modeling (SEM) with SPSS 26 and AMOS 24.

**Results:** Findings indicated significant relationships between social anxiety ( $\beta = 0.30, p = 0.01$ ), social isolation ( $\beta = 0.25, p = 0.05$ ), and emotion regulation ( $\beta = -0.50, p < 0.001$ ) with bullying victimization. Additionally, social anxiety ( $\beta = -0.45, p < 0.001$ ) and social isolation ( $\beta = -0.40, p < 0.001$ ) were significantly associated with emotion regulation. Emotion regulation was found to mediate the relationships of both social anxiety ( $\beta = -0.22, p < 0.001$ ) and social isolation ( $\beta = -0.20, p < 0.001$ ) with bullying victimization.

**Conclusion:** The results suggest that social anxiety and social isolation can increase the risk of being victimized by bullying, while emotion regulation serves as an effective mediating factor that can mitigate this relationship. Enhancing emotion regulation skills in students may help reduce the negative impacts of bullying victimization in school settings.

**Keywords:** Social anxiety, social isolation, bullying, bullying victimization, emotion regulation.

1. Associate Prof. , Department of Educational Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Semnan University, Semnan, Iran.

\*Corresponding Author: alimohammadyfar@semnan.ac.ir

2. Ph. D. student in Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Semnan University, Semnan, Iran.

## مقدمه

نوجوانی دوران انتقال مهمی بین کودکی و بزرگسالی است که سرشار از تغییرات، چالش‌ها و پتانسیل‌هاست. در دوران نوجوانی، افراد تغییرات فیزیکی، عاطفی، اجتماعی و شناختی قابل توجهی را تجربه می‌کنند و در آن افراد شروع به شکل‌گیری هویت خود، توسعه ارزش‌ها و مواجهه با تجربیات مختلفی می‌کنند که آینده آن‌ها را شکل می‌دهد (فبرینتی<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۴). قلدری یا اقدامات تهدیدآمیز و توهین‌آمیز یکی از مسائل مهم در زمینه نوجوانان امروزی است (آگوستینینگسیه<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۴). قلدری در مدرسه نوعی عمل پرخاشگرانه است که می‌تواند اشکال مختلفی به خود بگیرد، مانند فیزیکی (مثلاً ضرب و شتم)، کلامی (مثلاً نام‌بردن تحقیرآمیز)، غیرمستقیم (مثلاً بیرون کردن کسی از دایره‌های اجتماعی) و زورگویی سایبری (مثلاً انتشار شایعات آنلاین) (وانگ<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). قلدری نه تنها منجر به آسیب‌های جسمی می‌شود بلکه تأثیرات مضر بر توسعه روانی و شناختی-رفتاری نیز دارد (هان<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۵).

قربانی شدن هم در میان نوجوانان، پدیده‌ای اجتماعی است که به نظر می‌رسد روندی رو به رشد دارد (اولنیک-شمس و هیمان<sup>۵</sup>، ۲۰۱۷). قربانی شدن زمانی رخ می‌دهد که فرد به‌طور مکرر در معرض اعمال منفی همسالان قرار می‌گیرد و رابطه‌ای نابرابر از نظر قدرت بین آن‌ها وجود دارد (فارمر<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). در این شرایط، قربانی نسبت به فرد قلدر ضعیف‌تر تلقی می‌شود. این پدیده می‌تواند به اشکال مختلف خشونت جسمی یا روانی نمود یابد (سیو<sup>۷</sup>، ۲۰۲۵). قلدری در مدرسه می‌تواند در هر گروه سنی رخ دهد، اما در میان نوجوانان مدرسه‌ای به‌ویژه در مقطع متوسطه خود را بیشتر نشان می‌دهد (قردالو<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۴).

بر اساس نتایج تحقیقاتی که توسط تانگ و سوپراها<sup>۹</sup> (۲۰۲۱) انجام شده است، مشخص شد که تعداد قربانیان قلدری بیشترین میزان را در گروه سنی ۱۳ تا ۱۷ سال دارد و این گروه سنی به‌طور کلی در دسته نوجوانان مدرسه‌ای قرار می‌گیرد؛ به عبارتی این بازه آسیب‌پذیرترین گروه برای قربانی شدن در برابر قلدری هستند. این امر نشان می‌دهد که درک و مدیریت قلدری در زمینه نوجوانان چقدر اهمیت دارد؛ علاوه بر این، قربانی شدن در برابر قلدری می‌تواند زیان‌بار و پایدار باشد و بر بسیاری از جنبه‌های توسعه نوجوانان قربانی تأثیر بگذارد. به‌ویژه، تحقیقات نشان داده‌اند که حتی قلدری به میزان کم در مدرسه می‌تواند تأثیرات منفی بر قربانیان داشته باشد و قربانیان ممکن است با اضطراب، افسردگی، سوء مصرف مواد و افکار خودکشی روبرو شوند که در نتیجه این امر، عملکرد تحصیلی، زندگی شخصی، تعاملات اجتماعی و روابط والد-فرزندی آن‌ها مختل شده و ممکن است به رفتارهای افراطی منجر گردد (ترنورا<sup>۱۰</sup>، ۲۰۲۵). شواهد نشان می‌دهد نوجوانانی که در ۱۳ سالگی قربانی قلدری می‌شوند، در سال‌های بعد بیشتر از افسردگی و اضطراب رنج می‌برند و چنین تجربیاتی پیامدهای رفتاری مهمی دارند و روابط اجتماعی نوجوان را تضعیف می‌کنند. هر چه میزان قلدری از سوی همسالان یا نزدیکان بیشتر باشد، شدت مشکلات رفتاری نیز افزایش می‌یابد (ترنورا، ۲۰۲۵). تأثیرات قلدری بر قربانیان در دوران نوجوانی دارای سه جنبه اصلی است. نخست، جنبه روان‌شناختی که شامل ترس، استرس، فشار روانی، نشانه‌های اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) و حتی افزایش خطر خودکشی می‌شود (حکمت و همکاران، ۲۰۲۴). دومین جنبه، جنبه جسمانی است، که شامل نشانه‌هایی مانند سردرد، مشکلات گوارشی و دیگر ناراحتی‌های

1. Febrianti
2. Agustiniingsih
3. Wang
4. Han
5. Olenik-Shemesh & Heiman
6. Farmer
7. Siu
8. Ghardallou
9. Tang & Supraha
10. Ternora

بدنی می‌شود (البدور<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). سومین جنبه، جنبه اجتماعی است. قربانیان قلدری در این حوزه دچار کاهش روحیه مدرسه، افت اعتماد به نفس، کاهش انگیزه، درون‌گرایی، خجالت، احساس ناایمنی، احتیاط زیاد و سطوح بالای اضطراب می‌شوند (استپانیان و خیتاریان<sup>۲</sup>، ۲۰۲۴).

یکی از عواملی که با قربانی شدن در قلدری ارتباط دارد، انزوای اجتماعی است (وی<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۴). انزوای اجتماعی به‌عنوان کمبود روابط نزدیک یا معنادار تعریف می‌شود و معمولاً در نتیجه‌ی تجربه‌هایی مانند طرد شدن از سوی جامعه، ناامیدی، کناره‌گیری اجتماعی، نداشتن شبکه‌های حمایتی و احساس تنهایی و نارضایتی از روابط، شکل می‌گیرد (جیانگ و شی<sup>۴</sup>، ۲۰۲۴). افراد منزوی به دلیل تعاملات اجتماعی محدود و فقدان حمایت همسالان، بیشتر در معرض طرد شدن یا تبدیل شدن به هدف قلدری قرار دارند (اوزدمیر<sup>۵</sup>، ۲۰۲۵). انزوای اجتماعی که ممکن است به دلیل ویژگی‌های شخصیتی یا تجربه‌های قبلی قلدری شکل گرفته باشد، باعث دوری بیشتر نوجوانان از روابط مثبت می‌شود و احساس طردشدگی و تنهایی را افزایش می‌دهد؛ این امر در نهایت زمینه را برای تکرار چرخه قربانی شدن فراهم می‌کند (فرگوسن و زیمر-گمبک<sup>۶</sup>، ۲۰۱۴). دانش‌آموزان دوره متوسطه که سطح تنهایی بالاتری دارند، بیشتر احتمال دارد مورد آزار و اذیت قرار گیرند (سوزا<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۴). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که نوجوانان منزوی به دلیل نداشتن روابط حمایتی مؤثر، اغلب در موقعیت‌های قلدری بدون دفاع باقی می‌مانند و از خود واکنش محافظتی لازم را نشان نمی‌دهند (کومار<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). در پژوهشی دیگر نیز گزارش شده است که کناره‌گیری اجتماعی در دوران دبستان می‌تواند پیش‌بینی‌کننده‌ای قوی برای تجربه طرد و قربانی شدن در سال‌های بعد باشد (هودجز و پری<sup>۹</sup>، ۱۹۹۹؛ هنیس و گوئرا<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۰). همچنین، یکی از عواملی که موجب می‌شود نوجوانان قربانی قلدری سکوت کنند و آن را گزارش ندهند، ناتوانی در برقراری ارتباط مؤثر و ترس از تشدید موقعیت است (دلارا<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۲). نوجوانان منزوی معمولاً سبک‌های ارتباطی خاصی دارند که با تعاملات اجتماعی سازگار نیست و همین مسئله می‌تواند سبب شود که در برابر تهدیدات اجتماعی، آسیب‌پذیرتر باشند (میسلیچی<sup>۱۲</sup>، ۲۰۲۴). تحقیقات نشان داده‌اند که خجالتی بودن یا کناره‌گیری اجتماعی، به‌ویژه در ترکیب با سبک دلبستگی ناایمن، می‌تواند احتمال دشواری‌های بین‌فردی با همسالان را افزایش دهد (چن و سانتو<sup>۱۳</sup>، ۲۰۱۶). در همین راستا، احساس تنهایی و انزوای اجتماعی که می‌تواند از شرایطی مانند بی‌خانمانی یا فقدان حمایت اجتماعی ناشی شود، نیز به‌عنوان عامل مهمی در آسیب‌پذیری نوجوانان در برابر قلدری و طرد اجتماعی شناخته شده است (لاشود<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۴). پژوهش سیف زاده و همکاران (۲۰۱۷) و صمدیه و خامسان (۱۴۰۳) هم نشان دادند که بین انزوای اجتماعی و تجربه قربانی شدن رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و مشخص شد که نوجوانان منزوی نه تنها از حمایت همسالان محروم‌اند، بلکه به دلیل سبک‌های ارتباطی غیرمؤثر، کمتر قادر به گزارش قلدری و درخواست کمک از دیگران هستند. علاوه بر انزوا، اضطراب اجتماعی نیز با قربانی قلدری رابطه دارد (سوزا و همکاران، ۲۰۲۴). افرادی که دچار اضطراب اجتماعی هستند، در موقعیت‌های اجتماعی یا هنگام انجام فعالیت‌هایی که از نظر آن‌ها تهدیدآمیز است، نگرانی شدیدی از شرمساری دارند و از این موضوع هراس دارند که دیگران آن‌ها

11. Albdour

12. Stepanyan & khitaryan

13. Wei

1. Jiang & Shi

2. Özdemir

3. Ferguson & Zimmer-Gembeck

4. Sousa

5. Kumar

6. Hodges & Perry

7. Hanish & Guerra

8. DeLara

9. Mislitchi

10. Chen & Santo

11. Lachaud

را افراد نگران، ناتوان، آشفته یا سردرگم تلقی کنند (استاین و استاین<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸). این افراد معمولاً در چنین شرایطی علائم اضطراب مانند تپش قلب، لرزش، تعریق، تنش عضلانی و سرخ شدن چهره را تجربه می‌کنند. یکی از دلایلی که توجه به این اختلال و درمان آن را ضروری می‌سازد، افزایش خطر گرایش به خودکشی و مصرف مواد مخدر در میان مبتلایان به این بیماری است (الهادی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۴).

افرادی که دچار اضطراب اجتماعی هستند، معمولاً در برقراری ارتباط مؤثر با دیگران دچار مشکل‌اند، کمتر از خود دفاع می‌کنند و بیشتر در برابر تهدیدات محیطی آسیب‌پذیرند، که این ویژگی‌ها آن‌ها را به اهداف بالقوه‌ای برای قلدری تبدیل می‌کند (پرینو<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۵). آن‌ها از تعاملات بین‌فردی پرهیز می‌کنند و نسبت به قضاوت دیگران حساس‌اند. این ترس و اجتناب باعث می‌شود تا از خود دفاع نکنند، روابط حمایتی کمتری با همسالان برقرار نمایند، و در نتیجه، بیشتر در معرض آسیب‌های اجتماعی قرار گیرند (استاین و استاین، ۲۰۰۸). مطالعات مختلف حاکی از آن‌اند که اضطراب اجتماعی یکی از عوامل مهم پیش‌بینی‌کننده قربانی شدن است. افراد مضطرب اجتماعی معمولاً از تعامل با دیگران پرهیز می‌کنند، کمتر از خود دفاع می‌کنند و در برابر رفتارهای قلدری کمتر واکنش نشان می‌دهند، که این موضوع آن‌ها را در معرض تهدیدات اجتماعی قرار می‌دهد (هال<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). یافته‌های پژوهش ورنبرگ<sup>۵</sup> و همکاران (۱۹۹۲) نیز نشان می‌دهد که نوجوانان دارای اضطراب اجتماعی بالا، از سوی همسالان بیشتر طرد می‌شوند و احتمال تجربه قلدری در آن‌ها افزایش می‌یابد. در پژوهشی دیگر، لاننو<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۲۴) نشان دادند که نوجوانان دارای سطوح بالای اضطراب اجتماعی، به‌طور معناداری بیشتر از سایرین مورد آزار روانی و کلامی قرار می‌گیرند. همچنین؛ پرینو و همکاران (۲۰۲۵) به رابطه بین اضطراب اجتماعی و قربانی شدن پرداخته‌اند و نتایج مشابهی گزارش کرده‌اند. این یافته‌ها نشان می‌دهند که اضطراب اجتماعی، نه تنها با کاهش مهارت‌های اجتماعی همراه است، بلکه با افزایش آسیب‌پذیری در برابر قلدری نیز ارتباط دارد.

یکی از عوامل کلیدی که می‌تواند این آسیب‌پذیری را کاهش دهد، توانایی تنظیم هیجانی است (ماهادی و پلتون<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۰۰). در واقع، انتظار می‌رود که مهارت در تنظیم هیجانات، نقش محافظتی داشته باشد؛ به‌گونه‌ای که ناتوانی در مدیریت مؤثر هیجانات، خطر قربانی شدن را افزایش می‌دهد، در حالی که برخورداری از مهارت‌های سالم تنظیم هیجان با کاهش احتمال تجربه رفتارهای قلدرانه مرتبط است (وان و هوانگ<sup>۸</sup>، ۲۰۲۵). پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که واکنش‌ها و تنظیم هیجانی نقش بسزایی در بروز و تداوم بسیاری از نشانه‌های روان‌شناختی ایفا می‌کنند (گروس و تامپسون<sup>۹</sup>، ۲۰۰۷). تنظیم هیجان به راهبردهایی اطلاق می‌شود که افراد برای مدیریت، کنترل و هدایت هیجانات خود به کار می‌برند و اختلال در این توانایی، با بسیاری از مشکلات روانی در ارتباط است (گراتز و روئمر<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۴). از این منظر، توانایی هیجانی به عنوان مهارتی اساسی برای مهار هیجانات شناخته می‌شود که می‌تواند هم در نقش قربانی و هم در نقش قلدر، نقشی تعیین‌کننده داشته باشد (اسپنس<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). یافته‌ها حاکی از آن است که هم افرادی که در نقش قلدر ظاهر می‌شوند و هم کسانی که قربانی قلدری هستند،

12. Stein & Stein

13. Alhadi

14. Perino

1. Hall

2. Vernberg

3. Iannello

4. Mahady. Wilton

5. Wan & Huang

6. Gross. & Thompson

7. Gratz & Roemer

8. Spence

معمولاً از راهبردهای ناکارآمد تنظیم هیجان استفاده می‌کنند. در همین راستا، مطالعات کلسی<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۱۷) و نیز ریف<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۲) نشان داده‌اند که مشکلات تنظیم هیجانی با تجربه قربانی شدن در قلدری ارتباط دارد. همچنین شیلدز و سیچتی<sup>۳</sup> (۲۰۱۹) بر این باورند که هر دو گروه (قلدر و قربانی) در تنظیم هیجانات خود با چالش مواجه‌اند. شوارتز و پروکتر<sup>۴</sup> (۲۰۰۰) نیز بر این نکته تأکید می‌کنند که قربانی شدن در معرض خشونت، پیامدهایی نظیر پرخاشگری، طرد اجتماعی و حتی تجربه دوباره قلدری از سوی همسالان را به همراه دارد که در این فرایند، ناتوانی در تنظیم هیجان به عنوان یک عامل واسطه‌گر عمل می‌کند. هریکریشن و سایلو<sup>۵</sup> (۲۰۲۱) اشاره می‌کنند که نوجوانان در مواجهه با مشکلات هیجانی، اغلب فاقد آگاهی کافی از احساسات خود هستند و در مدیریت آن‌ها نیز ضعف نشان می‌دهند. از منظر نظری، متغیرهایی مانند پذیرش هیجان می‌تواند به نوجوانانی که از نظر هیجانی آسیب‌پذیرند کمک کند تا در لحظه حال حضور یابند و به جای واکنش‌های افراطی مانند فاجعه‌سازی، درک واقع‌بینانه‌تری از موقعیت تهدیدآمیز داشته باشند (هیز و فلدمن<sup>۶</sup>، ۲۰۱۴). مطالعه‌ای دیگر نیز نشان داد که افراد دارای مهارت پایین در تنظیم هیجانات، نه تنها توجه کافی به احساسات خود ندارند، بلکه در بیان آن‌ها نیز با دشواری مواجه‌اند (ترک<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۱۵).

به طور کلی، واکنش‌های هیجانی نامتناسب نوجوانان در مواجهه با چالش‌های دوران بلوغ – مانند احساس غم یا آشفتگی – و به کارگیری راهبردهای ناکارآمد تنظیم هیجان، می‌تواند به پریشانی‌های عاطفی کوتاه‌مدت، رفتارهای پرخطر و حتی بروز خشونت منجر شود (سیاح و همکاران، ۱۳۹۳). با این حال، وجود یا عدم وجود مهارت‌هایی در مواجهه با هیجانات منفی می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در شدت یا کاهش تأثیر این عوامل بر تجربه قربانی شدن داشته باشد. تنظیم هیجان یکی از فرایندهای مهم روان‌شناختی است که به توانایی فرد در شناخت، مدیریت و اصلاح پاسخ‌های هیجانی خود در موقعیت‌های مختلف اطلاق می‌شود (تامپسون<sup>۸</sup>، ۱۹۹۴). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که استفاده از راهبردهای ناسازگارانه تنظیم هیجان مانند سرکوب هیجانات یا نشخوار ذهنی، با افزایش مشکلات روان‌شناختی و اجتماعی از جمله افسردگی، اضطراب و افزایش احتمال قربانی شدن همراه است؛ در حالی که راهبردهای سازگارانه مانند بازسازی شناختی، می‌توانند نقش محافظتی ایفا کنند (جورجیو<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). در این راستا، تنظیم هیجان می‌تواند به عنوان یک متغیر میانجی، اثر اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی بر قربانی شدن را تبیین کند. همه افراد مضطرب یا منزوی به یک اندازه قربانی قلدری نمی‌شوند. این تفاوت در تجربه ممکن است به واسطه عوامل میانجی مانند توانایی تنظیم هیجانات تبیین شود. تنظیم هیجان، به عنوان یکی از ابعاد مهم هوش هیجانی، به مجموعه‌ای از راهبردهای شناختی و رفتاری اشاره دارد که افراد از آن‌ها برای مدیریت و تغییر پاسخ‌های هیجانی خود استفاده می‌کنند (دمیچلیس<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). افراد دارای توانایی بالا در تنظیم هیجان، قادرند در موقعیت‌های تنش‌زا هیجانات خود را کنترل کرده، پاسخ‌های اجتماعی سازگارانه‌تری نشان دهند و در نتیجه، از آسیب‌های روانی یا روابط پرتنش اجتناب کنند (اکسترمرا و ری<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۵). بنابراین، این احتمال وجود دارد که توانایی تنظیم هیجان، رابطه بین اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی با قربانی شدن را میانجی‌گری کند. به عبارت دیگر، افرادی که علیرغم داشتن اضطراب یا انزوای اجتماعی،

9. Kelsey

10. Rieffe

11. Shields & Cicchetti

12. Schwartz & Proctor

13. Harikrishnan & Sailo

14. Hayes & Feldman

15. Turk

1. Thompson

2. Georgiou

3. Demichelis

4. Extremera & Rey

از راهبردهای مؤثر تنظیم هیجان بهره می‌برند، ممکن است کمتر در معرض قلدری قرار گیرند. در مقابل، نوجوانانی که دارای ضعف در تنظیم هیجان هستند، در برابر عوامل تهدیدکننده محیطی از جمله قلدری، آسیب‌پذیرتر خواهند بود (لی و کیم<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹).

در سال‌های اخیر، تنظیم هیجان به عنوان یکی از متغیرهای کلیدی در پیشگیری از پیامدهای منفی روان‌شناختی مورد توجه قرار گرفته است (ژو و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۲۴). مفهوم تنظیم هیجان به عنوان فرایندی فعال تعریف می‌شود که از طریق آن افراد هیجانات خود را شناسایی، ارزیابی و مدیریت می‌کنند. تنظیم هیجان می‌تواند نقش مهمی در کاهش اثر اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی در تجربه قربانی شدن ایفا کند (روح‌افزا و همکاران، ۲۰۱۶). مطالعه‌ای که توسط کامپاس<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۶) انجام شد، نشان داد نوجوانانی که از راهبردهای مقابله‌ای مؤثری مانند بازسازی شناختی و پذیرش هیجانی استفاده می‌کنند، در برابر استرس‌های اجتماعی از جمله تجربه قلدری، از تاب‌آوری بیشتری برخوردارند. همچنین، جورجیو و همکاران (۲۰۲۱) در یک فراتحلیل نشان دادند که ناتوانی در تنظیم هیجان با افزایش آسیب‌پذیری نسبت به رفتارهای پرخطرانه و قلدری ارتباط معناداری دارد. در پژوهشی، مک‌براید<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۲۲) نشان دادند که تنظیم هیجان می‌تواند نقش تعدیل‌کننده‌ای در رابطه بین اضطراب اجتماعی و قربانی شدن ایفا کند. یافته‌های آن‌ها حاکی از آن است که افرادی با اضطراب اجتماعی بالا، در صورتی که توانایی به‌کارگیری راهبردهای مؤثر تنظیم هیجان مانند دلسوزی به خود را داشته باشند، کمتر در معرض تجربه‌های منفی مانند قربانی شدن قرار می‌گیرند. همچنین، در مطالعه‌ای دیگر با تمرکز بر نوجوانان، فرناندز-فیول<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۲۱) دریافتند که استفاده از راهبردهای ناسازگارانه تنظیم هیجان، مانند سرکوب یا اجتناب هیجانی، با شدت بالاتر تجربه قربانی شدن مرتبط است. این نتایج بر اهمیت نقش کیفیت تنظیم هیجان در پیش‌بینی آسیب‌پذیری روانی و اجتماعی افراد، به‌ویژه در موقعیت‌های استرس‌زا، تأکید دارد.

با توجه به نقش مهم دوران نوجوانی در شکل‌گیری هویت اجتماعی و روانی فرد، و همچنین شیوع بالای پدیده قلدری در این دوره، شناسایی عوامل زمینه‌ساز و میانجی‌گر در تجربه قربانی شدن از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در کشور ما، علی‌رغم رشد مطالعات روان‌شناختی، هنوز خلأ قابل‌توجهی در زمینه بررسی هم‌زمان متغیرهای شناختی هیجانی در کنار عوامل بین‌فردی در ارتباط با قلدری وجود دارد. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی با قربانی قلدری، و با تأکید بر نقش تنظیم هیجان به عنوان متغیر میانجی، طراحی شده است.

پرسش اصلی پژوهش آن است که آیا تنظیم هیجان می‌تواند رابطه میان اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی با تجربه قربانی شدن را تبیین کند؟ پاسخ به این پرسش می‌تواند ضمن غنی‌سازی ادبیات نظری حوزه قلدری، به تدوین مداخلات آموزشی و درمانی برای پیشگیری از قربانی شدن نوجوانان در محیط‌های اجتماعی و آموزشی کمک کند. شکل ۱ الگوی مفهومی متغیرهای این پژوهش را نشان می‌دهد.

5. Lee & Kim

6. XU

7. Compas

8. McBride

9. Fernández-Fillol



## ابزارهای پژوهش

**الف) پرسشنامه اضطراب اجتماعی<sup>۱</sup> (SAQ):** برای سنجش اضطراب اجتماعی از پرسشنامه جرابک<sup>۲</sup> (۱۹۹۶) شامل ۲۵ گویه با طیف پاسخدهی پنج‌گزینه‌ای از تقریباً همیشه تا تقریباً هیچ‌وقت استفاده شد که شامل پنج عامل اصلی ترس از بیگانگان<sup>۳</sup> (گویه‌های ۳، ۴، ۵، ۸، ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۱۷)، ترس از ارزیابی توسط دیگران<sup>۴</sup> (گویه‌های ۱۶، ۱۹، ۲۱، ۲۲)، ترس از صحبت کردن در جمع<sup>۵</sup> (گویه‌های ۱، ۱۸، ۲۳، ۲۴)، ترس از انزوای اجتماعی<sup>۶</sup> (گویه‌های ۲، ۷، ۹، ۲۰، ۲۵، ۲۷) و ترس از آشکار شدن علائم اضطراب (گویه‌های ۶، ۱۰، ۱۱، ۱۴) است که در مجموع ۲۳/۴۷ درصد از واریانس کل آزمون را تبیین می‌کنند؛ نسخه فارسی پرسشنامه توسط دلیری (۱۳۸۱) در نمونه‌ای ۴۷۷ نفری از دانش‌آموزان هنجاریابی شد. تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که ساختار پنج‌عاملی ابزار با داده‌ها همخوانی مناسبی دارد و روایی سازه‌ای قابل قبولی دارد. ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۷ گزارش شد که نشان‌دهنده همسانی درونی خوب پرسشنامه است، سپهری (۱۳۹۹) نیز روایی محتوایی، صوری و ملاکی آن را مناسب دانست و عادل‌پور و همکاران (۱۳۹۴) روایی همگرایی آن را با مقیاس BSPS بین ۰/۵۷ تا ۰/۸۰ گزارش کردند؛ در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ این ابزار ۰/۸۷ به‌دست آمد.

**ب) پرسشنامه انزوای اجتماعی<sup>۷</sup> (SIQ):** پرسشنامه انزوای اجتماعی توسط چلپی و امیرکافی (۱۳۸۳) طراحی شد. پرسشنامه انزوای اجتماعی دارای ۱۹ گویه است که با طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود و شامل چهار مؤلفه‌ی تنهایی<sup>۸</sup> (سوالات ۱ تا ۶)، عجز<sup>۹</sup> (۷ تا ۱۰)، یأس اجتماعی<sup>۱۰</sup> (۱۱ تا ۱۵) و کاهش تحمل اجتماعی<sup>۱۱</sup> (۱۶ تا ۱۹) می‌باشد. روایی صوری، محتوایی و سازه‌ای آن در پژوهش‌های جلالی (۱۳۹۱)، مدرسی یزدی (۱۳۹۳) و محمدی‌جو (۱۳۹۲) تأیید شده و پایایی آن با آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش شده است. در پژوهش حاضر، پایایی آن به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۷ بدست آمده است.

**ج) پرسشنامه تنظیم هیجانی<sup>۱۲</sup> (ERQ):** برای سنجش تنظیم هیجانی از پرسشنامه تنظیم هیجانی گروس و جان<sup>۱۳</sup> (۲۰۰۳) استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۱۰ گویه است که بر اساس طیف لیکرت هفت درجه‌ای (از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود و دو مؤلفه ارزیابی مجدد شناختی<sup>۱۴</sup> (شامل گویه‌های ۱، ۳، ۵، ۷، ۸ و ۱۰) و سرکوبی هیجانی<sup>۱۵</sup> (شامل گویه‌های ۲، ۴، ۶ و ۹) را می‌سنجد. نمره بالاتر در این پرسشنامه نشان‌دهنده استفاده بیشتر از راهبردهای تنظیم هیجان می‌باشد. تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی نشان داد که ساختار دو بعدی پرسشنامه با داده‌ها همخوانی مناسبی دارد و پرسشنامه روایی سازه‌ای قابل قبولی دارد. ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه ارزیابی مجدد شناختی برابر با ۰/۷۹ و برای سرکوب هیجانی برابر با ۰/۷۳ گزارش شده است. همچنین ثبات ابزار در بازآزمایی نشان‌دهنده قابلیت اعتماد و پایایی مناسب پرسشنامه است. در

1. Social Anxiety Questionnaire
2. Jerabek
3. Fear of Strangers
4. Fear of Evaluation by Others
5. Fear of Public Speaking
6. Fear of Social Isolation
7. Social Isolation Questionnaire
8. Loneliness
9. helplessness
10. social despair
11. reduced social tolerance
12. Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)
13. Gross & John
14. Cognitive Reappraisal
15. Expressive Suppression

پژوهش فرج‌پور نیری (۱۳۹۷) روایی محتوایی، صوری و ملاکی این پرسش‌نامه تأیید شده و ضریب پایایی آن با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۶ گزارش شده است. در پژوهش حاضر ۰/۸۶ بدست آمد.

**د) پرسش‌نامه قربانی قلدری:** کالیفرنیا (CBVS): این ابزار توسط فلیکس<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۱) طراحی شده و برای ارزیابی تجربه‌های گوناگون قربانی شدن بدون استفاده مستقیم از واژه «قلدری» یا تعریف آن به کار می‌رود. این پرسش‌نامه شامل ۱۲ گویه است که به بررسی انواع مختلف قلدری از جمله قلدری فیزیکی مانند ضربه زدن، هل دادن، قلدری کلامی مانند تمسخر یا فحاشی، قلدری رابطه‌ای مانند شایعه‌پراکنی، طرد اجتماعی و در نسخه‌های جدید، قلدری سایبری می‌پردازد. همچنین مواردی مانند مکان و زمان قربانی شدن، عدم توازن قدرت و نحوه واکنش فرد (نظیر صحبت با فردی دیگر درباره تجربه قلدری) را نیز در بر می‌گیرد. پاسخ‌دهی بر اساس مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای (از هرگز تا چندبار در هفته) انجام می‌شود. افرادی که دست‌کم یکی از رفتارهای قربانی شدن را با فراوانی «دو تا سه بار در ماه» یا بیشتر تجربه کرده‌اند و نوعی از عدم توازن قدرت را نیز گزارش می‌دهند، در دسته قربانیان قلدری قرار می‌گیرند. نمره کلی قربانی شدن از مجموع نمرات آیت‌های مربوطه (حداقل ۰ و حداکثر ۴۸) محاسبه می‌شود. این ابزار از روایی و پایایی مناسبی برخوردار است؛ به طوری که فلیکس و همکاران (۲۰۱۱) و همچنین آتیک و گونری (۲۰۱۲) ضریب پایایی بازآزمایی آن را ۰/۸۲ و روایی هم‌زمان آن را با مقیاس قربانی قلدری لویس برابر با ۰/۷۳ گزارش کرده‌اند. این مقیاس با آزمون رضایت از زندگی ۰/۷۸- و ضریب پایایی آن به روش بازآزمایی در فاصله دو هفته‌ای ۰/۸۰ و آلفای کرونباخ ۰/۶۱ به دست آمد. بیرامی و همکاران (۱۳۹۶) روایی پیش‌بین این مقیاس از طریق همبستگی با آزمون رضایت از زندگی دانش‌آموزان برابر ۰/۷۸ و پایایی این ابزار با روش بازآزمایی در فاصله دو هفته ۰/۸۰ و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۱ گزارش دادند. در پژوهش حاضر پایایی این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ به مقدار ۰/۸۷ بدست آمد.

## یافته‌ها

نمونه آماری پژوهش شامل ۳۶۸ نفر بود. از نظر تحصیلات، بیشترین تعداد پاسخ‌دهندگان مربوط به پایه یازدهم با ۱۴۱ نفر (۳۸/۳۲٪)، سپس پایه دوازدهم با ۱۲۰ نفر (۳۲/۶۱٪) و کمترین تعداد مربوط به پایه دهم با ۱۰۷ نفر (۲۹/۰۸٪) بود. از نظر جنسیت، ۱۸۷ نفر (۵۰/۸۲٪) پسر و ۱۸۱ نفر (۴۹/۱۸٪) دختر بودند. از لحاظ سنی، ۴۳ نفر (۱۱/۶۸٪) در گروه سنی ۱۵ سال و کمتر، ۵۹ نفر (۱۶/۰۳٪) در سن ۱۶ سال، ۱۲۹ نفر (۳۵/۰۵٪) در سن ۱۷ سال، ۱۳۲ نفر (۳۵/۸۷٪) در سن ۱۸ سال و ۵ نفر (۱/۳۶٪) بالای ۱۸ سال قرار داشتند. آماره‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای مورد مطالعه در گروه نمونه

متغیرهای پژوهش	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی
قربانی شدن	۲/۱۵	۶/۹۰	۰/۶۶	۰/۰۵
اضطراب اجتماعی	۸۸/۸۰	۱۱/۷۵	۰/۰۲	-۰/۴۰
انزوا اجتماعی	۵۵/۲۰	۹/۲۵	۰/۱۶	-۰/۲۹
تنظیم هیجان	۳۷/۶۰	۶/۹۰	۰/۱۰	-۰/۳۴

همانگونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود برای سنجش نرمال بودن تک متغیره از مقادیر «چولگی» و «کشیدگی» استفاده می‌شود که مقادیر آن باید در بازه ۲- تا ۲+ باشد (کلاین، ۲۰۲۳). همچنین آزمون کولموگروف-اسمیرنوف نشان داد که مقادیر

1. California Bully Victimization Scale - CBVS

2. Felix

سطح معناداری برای تمامی متغیرهای مورد بررسی از جمله اضطراب اجتماعی  $0/200$ ، انزوای اجتماعی  $0/066$ ، قلدری سنتی و سایر  $0/200$ ، هوش هیجانی  $0/080$ ، بیشتر از  $0/05$  بوده و معنادار نیستند؛ بنابراین، فرض صفر مبنی بر نرمال بودن توزیع داده‌ها در همه متغیرهای پژوهش تأیید می‌شود و می‌توان نتیجه گرفت که این متغیرها دارای توزیع نرمال هستند. برای بررسی استقلال خطاها از آزمون دوربین واتسون استفاده شد که نتایج نشان داد که آماره‌های دوربین واتسون بین  $1/5$  الی  $2/5$  است که نشان دهنده‌ی استقلال خطاها است. برای بررسی همخطی چندگانه از ضریب تحمل و تورم واریانس استفاده شد که نتایج نشان داد که هیچ کدام از مقادیر آماره تحمل کوچکتر از حد مجاز  $0/1$  و هیچ کدام از مقادیر عامل تورم واریانس بزرگتر از حد مجاز  $10$  نمی‌باشند. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

	۴	۳	۲	۱
۱- اضطراب اجتماعی				۱
۲- انزوا اجتماعی			۱	**۵۲۱/۰
۳- قربانی قلدری		۱	**۶۵۶/۰	**۴۸۸/۰
۴- تنظیم هیجانی	۱	**۴۰۱/۰-	**۴۲۵/۰-	**۳۵۲/۰-

\*\*  $P < 0/01$

شاخص‌های برازندگی مدل در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. شاخص‌های برازندگی مدل اصلاح شده پژوهش

نوع شاخص	شاخص‌ها	مقدار به دست آمده	مقدار قابل قبول
شاخص‌های مطلق	کای اسکوئر هنجار شده (CMIN)	۱۱۳/۲۴	-
	درجه آزادی	۷۵	-
	CMIN/DF	۱/۵۱	کمتر از ۳
شاخص‌های نسبی	معناداری	۰/۰۰۲	-
	خطای ریشه‌ی مجذور میانگین تقریب (RMSEA)	۰/۰۳۸	کوچکتر مساوی از ۰/۰۸
	شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)	۰/۹۵	بیشتر از ۰/۹۰
	شاخص نیکویی برازش (GFI)	۰/۹۲	بیشتر از ۰/۹۰
	شاخص نیکویی برازش تعدیل شده (AGFI)	۰/۸۹	بیشتر از ۰/۹۰

جهت آزمودن مدل مورد نظر در پژوهش حاضر، روش الگویابی معادلات ساختاری (SEM) اعمال گردیده است. برای بررسی برازندگی مدل از شاخص‌های آمده شده در جدول ۳ استفاده شده است. بر اساس نتایج مدل نهایی پژوهش همانگونه که مشاهده می‌شود اکثر شاخص‌ها مطلوب هستند. همچنین اگر مقدار به دست آمده از شاخص خطای ریشه‌ی مجذور میانگین تقریب کمتر از  $0/08$  باشد نشان دهنده برازش مدل است (شرمله انگل<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۳)، که در این پژوهش مقدار شاخص خطای ریشه‌ی مجذور میانگین تقریب برابر  $0/038$  می‌باشد که بر اساس مدل کلاین (۲۰۲۳) نشان دهنده برازش مدل است. ضرایب مستقیم مربوط به مدل اصلاح شده در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. ضرایب استاندارد و مستقیم در مدل اصلاح شده پژوهش

معناداری	حداطمینان		انحراف استاندارد	B	Beta	مسیرهای مستقیم
	حد پایین	حد بالا				
۰/۰۰۲	۰/۴۸	۰/۱۸	۰/۰۹	۰/۱۸	۰/۳۰	اضطراب اجتماعی ← قربانی قلدری
۰/۰۱۵	۰/۴۵	-۰/۵۷	۰/۱۰	۰/۱۸	۰/۲۴	انزوا اجتماعی ← قربانی قلدری
<۰/۰۰۱	-۰/۶۲	-۰/۳۸	۰/۰۶	-۰/۵۰	-۰/۵۰	تنظیم هیجان ← قربانی قلدری
<۰/۰۰۱	۰/۳۱	۰/۵۹	۰/۰۷	-۰/۲۶	-۰/۴۵	اضطراب اجتماعی ← تنظیم هیجان
<۰/۰۰۱	۰/۲۴	۰/۵۶	۰/۰۸	-۰/۳۰	-۰/۴۰	انزوا اجتماعی ← تنظیم هیجان

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، ضریب استاندارد و مستقیم اضطراب اجتماعی ( $\beta=0/30, P<0/01$ )، انزوا اجتماعی ( $\beta=0/24, P<0/01$ ) و تنظیم هیجانی ( $\beta=-0/50, P<0/01$ ) بر قربانی قلدری اثر معنادار دارد. ضریب استاندارد و مستقیم اضطراب اجتماعی ( $\beta=-0/45, P<0/01$ ) و انزوا اجتماعی ( $\beta=-0/40, P<0/01$ ) بر قربانی قلدری اثر معنادار دارد. در ادامه جهت بررسی رابطه غیرمستقیم مدل پیشنهادی از روش بوت استروپ استفاده شد. نتایج روش بوت استروپ برای بررسی مسیرهای میانجی یا غیرمستقیم در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج بوت استروپ اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی با قربانی قلدری نقش میانجی تنظیم هیجان

معناداری	حداطمینان		B	Beta	مسیر غیرمستقیم
	حد بالا	حد پایین			
۰/۰۰۱	-۰/۱۲	-۰/۳۳	۰/۱۳	-۰/۲۲۵	اضطراب اجتماعی ← تنظیم هیجان ← قربانی قلدری
۰/۰۰۱	-۰/۱۲	-۰/۲۸	۰/۱۵	-۰/۲۰۰	انزوا اجتماعی ← تنظیم هیجان ← قربانی قلدری

برای تعیین معنی‌داری اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی بر قربانی قلدری از طریق نقش میانجی تنظیم هیجان از روش بوت استروپ استفاده شد. در این روش چنانچه حد بالا و پایین این آزمون هر دو مثبت یا هر دو منفی باشند و صفر مابین این دو حد قرار نگیرد در آن صورت مسیر علی غیرمستقیم معنی‌دار خواهد بود.

جدول ۵. ضرایب مسیر کل

مسیر	اثر مستقیم اثر غیرمستقیم ضریب مسیر کل معناداری		
اضطراب اجتماعی ← قربانی قلدری	۰/۳۰	-۰/۲۲۵	۰/۰۷۵
انزوا اجتماعی ← قربانی قلدری	۰/۲۴	-۰/۲۰۰	۰/۰۴

نتایج تحلیل مسیر کل نشان داد که اضطراب اجتماعی و انزوا اجتماعی بر تجربه قربانی قلدری تأثیر قابل توجهی دارند، اما نقش میانجی تنظیم هیجان این اثرات را کاهش می‌دهد. به عبارت دیگر، افرادی که اضطراب یا انزوای اجتماعی بالاتری دارند، احتمال بیشتری برای تجربه قربانی قلدری دارند، اما توانایی در تنظیم هیجان می‌تواند این تأثیر منفی را کاهش دهد. همچنین، تنظیم هیجان خود به تنهایی تأثیر منفی مستقیمی بر قربانی قلدری دارد و نشان می‌دهد که مهارت در مدیریت هیجان می‌تواند به عنوان عامل محافظتی در برابر تجربه قلدری عمل کند. این یافته‌ها تأکید می‌کنند که تنظیم هیجان نقش میانجی مهمی در کاهش اثرات اضطراب و انزوای اجتماعی بر قربانی قلدری ایفا می‌کند. در شکل ۲ مدل اصلاح شده پژوهش آمده است.



همکاران (۲۰۲۳)، سوسا<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۴)، پرونیو<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۲۵)، هال و همکاران (۲۰۱۸) و یانلو<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۲۴) همخوانی دارد. این رابطه را می‌توان بر اساس ویژگی‌های شناختی، هیجانی و رفتاری این گروه از افراد توضیح داد. افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی معمولاً در موقعیت‌های بین‌فردی احساس ناکارآمدی، تهدید و ارزیابی منفی نسبت به خود دارند (زیگل<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). چنین نگرش‌هایی باعث اجتناب از تعاملات اجتماعی، کناره‌گیری از جمع و رفتارهایی مانند نگاه‌های اجتنابی، لکنت، مکث طولانی در پاسخ‌دهی و عدم دفاع از خود می‌شود. این سبک تعامل منفعلانه و عدم ابراز قاطعیت ممکن است توسط قلدرها به‌عنوان نشانه‌ای از ضعف تفسیر شده و آن‌ها را به هدفی آسان برای رفتارهای سلطه‌جویانه تبدیل کند (رامادانی<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). علاوه بر این، نوجوانان مضطرب اجتماعی معمولاً از حمایت همسالان محروم‌اند که این خود باعث افزایش آسیب‌پذیری آن‌ها در برابر قلدری می‌شود (حداد<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). اضطراب اجتماعی همچنین می‌تواند با افزایش خطر طرد اجتماعی، انزوای بین‌فردی و در نهایت تجربه بیشتر قربانی شدن در محیط‌های آموزشی و اجتماعی همراه باشد (چیئو<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۱).

نتایج همچنین نشان داد که بین انزوای اجتماعی و میزان قربانی شدن رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته هم‌راستا با مطالعات (چن و همکاران، ۲۰۲۵؛ دینگ و ژانگ<sup>۸</sup>، ۲۰۲۲؛ جیانگ و شی<sup>۹</sup>، ۲۰۲۴؛ متیوز<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ لیو<sup>۱۱</sup>، ۲۰۲۴) است. کناره‌گیری فرد از تعاملات اجتماعی موجب کاهش سرمایه اجتماعی، کاهش همدلی از سوی همسالان و کاهش دسترسی به حمایت‌های اجتماعی در شرایط تهدیدآمیز می‌شود (رامادانی<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۴). همچنین، نظریه کنترل اجتماعی بر این باور است که پیوندهای ضعیف اجتماعی و عدم دلبستگی به گروه‌های مرجع مانند همسالان، منجر به کاهش انگیزه برای پیروی از هنجارهای اجتماعی و در نتیجه افزایش احتمال قرارگیری در موقعیت‌های پرخطر نظیر قربانی شدن می‌شود (برچفیلد و سیلور<sup>۱۳</sup>، ۲۰۱۳). نوجوانانی که در فعالیت‌های گروهی مشارکت نمی‌کنند، روابط دوستانه پایدار ندارند یا در حاشیه گروه همسالان قرار می‌گیرند و فاقد سپر اجتماعی حمایتی‌اند که می‌تواند آنان را از خطرات محیطی نظیر قلدری محافظت کند؛ در واقع، نبود یک شبکه حمایتگر از سوی همسالان نه تنها آسیب‌پذیری این افراد را افزایش می‌دهد، بلکه مانع از واکنش دفاعی مناسب یا گزارش‌دهی به موقع رفتارهای قلدرانه نیز می‌شود (ی<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۳).

نتایج همچنین نشان داد که بین اضطراب اجتماعی و تنظیم هیجانی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته هم‌راستا با مطالعات ساکل-پامر<sup>۱۵</sup> و همکاران، (۲۰۱۹) مک‌براید<sup>۱۶</sup> و همکاران (۲۰۲۲)، کاتاجار و باتس<sup>۱۷</sup> (۲۰۲۵) و ساریچوا<sup>۱۸</sup> و همکاران (۲۰۲۳) است. افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی تمایل دارند در موقعیت‌های اجتماعی به‌گونه‌ای پاسخ دهند که نشانه‌های تهدید اجتماعی را بیش‌برآورد کرده و پاسخ‌های هیجانی منفی مانند ترس، خجالت یا نگرانی از ارزیابی منفی را به‌صورت شدیدتری

5. sousa  
6. perino  
7. Iannello  
8. Siegel  
9. Ramadhani  
10. Haddad  
11. Chiu  
12. Ding & Zhang  
13. Jiang & Shi  
14. Matthews  
15. Liu  
16. Ramadhanti  
17. Burchfield & Silver  
1. Yu  
2. Sackl-Pammer  
3. McBride  
4. Cutajar & Bates  
5. Sarycheva

تجربه کنند (لهمن<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). این افراد اغلب از راهبردهای ناکارآمد تنظیم هیجان مانند سرکوب<sup>۲</sup>، اجتناب<sup>۳</sup>، نشخوار فکری<sup>۴</sup> یا فاجعه‌سازی استفاده می‌کنند که نه تنها باعث کاهش هیجان منفی نمی‌شوند بلکه اضطراب را تداوم بخشیده و کارکردهای بین‌فردی را نیز مختل می‌کنند (ساکل-پامر<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۹؛ الدو و همکاران، ۲۰۱۰) بنابراین، می‌توان گفت اضطراب اجتماعی به‌طور مستقیم با ناتوانی در تنظیم هیجان مؤثر مرتبط است (افتخاری و همکاران، ۲۰۰۹). بر اساس مدل فرایندی تنظیم هیجان گروس (۱۹۹۸)، افراد مضطرب اغلب در مرحله ارزیابی موقعیت و انتخاب راهبردهای تنظیم‌گر دچار تحریف‌های شناختی می‌شوند که این تحریف‌ها مانند توجه افراطی به محرک‌های تهدیدکننده یا پیش‌بینی فاجعه‌آمیز، منجر به انتخاب راهبردهایی می‌شوند که تنظیم هیجان را مختل کرده و فرد را در چرخه‌ای از اضطراب و ناتوانی هیجانی گرفتار می‌سازند (اوه‌مد<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۳).

علاوه بر این، نتایج نشان داد که بین انزوا اجتماعی و تنظیم هیجانی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته هم‌راستا با مطالعات پالانی<sup>۷</sup> و همکاران (۲۰۲۵)، گیرمای و سینگ<sup>۸</sup> (۲۰۱۹)، و آدنیجی<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۲۵) است. انزوای اجتماعی با کاهش فرصت‌های تعامل اجتماعی و بازخورد هیجانی همراه است که این موضوع توانمندی فرد در شناسایی، ابراز و مدیریت هیجان‌ها را تضعیف می‌کند (گروته<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۴). نوجوانان منزوی کمتر در معرض موقعیت‌های اجتماعی قرار می‌گیرند که مهارت‌های تنظیم هیجان در آن‌ها تقویت شود؛ در نتیجه به دلیل محروم بودن از تمرین‌های هیجانی-اجتماعی، در بلندمدت ممکن است توانایی‌شان در شناسایی حالات درونی، درک هیجان‌های خود و دیگران و استفاده از راهبردهای انطباقی کاهش یابد (یائو و هان<sup>۱۱</sup>، ۲۰۲۵). از سوی دیگر، افراد منزوی ممکن است بیشتر از راهبردهای غیرسازگار مانند کناره‌گیری هیجانی، نادیده گرفتن یا سرکوب احساسات استفاده کنند که این راهبردها گرچه ممکن است در کوتاه‌مدت موجب اجتناب از موقعیت‌های اضطراب‌آور شوند، اما در بلندمدت با پیامدهای منفی هیجانی از جمله ضعف تاب‌آوری و افزایش آسیب‌پذیری در برابر قلدری همراه‌اند (بابیکا-ویرکوس<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). تنظیم هیجان با قربانی قلدری شدن رابطه منفی معناداری داشت. این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های بکر<sup>۱۳</sup> و همکاران (۲۰۲۳)، لابلای<sup>۱۴</sup> و همکاران (۲۰۲۴)، وانگ<sup>۱۵</sup> و همکاران (۲۰۲۴)، و جورجیو و همکاران (۲۰۲۱) همسو و هماهنگ است. در این مطالعات تأکید شده است که قربانیان قلدری از مهارت‌های خودتنظیمی هیجانی ضعیف‌تری برخوردار هستند و توانایی تنظیم هیجان می‌تواند نقش مهمی در کاهش رفتارهای قلدرانه و نیز کاهش احتمال قربانی شدن ایفا کند (گانی<sup>۱۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۵؛ برتاگنی<sup>۱۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۳؛ هرلیدانارا<sup>۱۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). بر اساس دیدگاه گراس در مدل فرایندی تنظیم هیجان، اختلال در تنظیم هیجان در سطوح مختلف (نظیر ناتوانی در مهار تکانه‌ها، عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، یا فقدان راهبردهای مقابله‌ای کارآمد) می‌تواند موجب بروز رفتارهایی شود که احتمال قربانی شدن در برابر

6. Lehman  
7. suppression  
8. avoidance  
9. rumination  
10. Sackl-Pammer  
11. Ouhmad  
12. Palani  
13. Girmay & Singh  
14. Adeniji  
15. Grothe  
16. Yao & Han  
17. Babicka-Wirkus  
18. Bäker  
19. Labella  
20. Wang  
1. Gani  
2. Bertagni  
3. Herlidanara

قلدری را افزایش می‌دهند (کامودکا و ناوا<sup>۴</sup>، ۲۰۲۲). در همین راستا، پژوهش ژانگ و چن<sup>۲</sup> (۲۰۲۳) نیز نشان داده است که سطوح پایین هوش هیجانی و ضعف در تنظیم هیجان از عوامل پیش‌بینی‌کننده مهم برای تجربه قربانی شدن در محیط‌های آموزشی هستند.

یافته‌های پژوهش نشان دادند که تنظیم هیجان نقش میانجی جزئی در رابطه بین اضطراب اجتماعی و تجربه قربانی شدن در قلدری دارد، و این نتیجه با یافته‌های پژوهش‌های واکا<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۲۳)، لئون-دل‌بارکو<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۲۰)، و پرینو<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۲۵) همسو است. این یافته‌ها تأکید می‌کنند که بخشی از اثر اضطراب اجتماعی بر قربانی شدن، از طریق اختلال در تنظیم هیجان اعمال می‌شود. افراد دارای اضطراب اجتماعی بالا، معمولاً در موقعیت‌های اجتماعی دچار برانگیختگی هیجانی شدید، افکار منفی درباره خود و ترس از ارزیابی منفی می‌شوند که توانایی آن‌ها برای تنظیم مؤثر هیجانات منفی نظیر ترس، شرم یا خجالت را مختل می‌کند (احمدآبادی و همکاران، ۲۰۲۴). این ناتوانی موجب می‌شود چنین افرادی بیشتر به استفاده از راهبردهای ناسازگارانه‌ای چون اجتناب، سرکوب و نشخوار ذهنی روی بیاورند که آن‌ها را در برابر تهدیدات اجتماعی منفعل‌تر و آسیب‌پذیرتر می‌سازد (کسکین و اورگون<sup>۶</sup>، ۲۰۲۱). بر این اساس، نوجوانانی که هم اضطراب اجتماعی بالایی دارند و هم در تنظیم هیجان دچار مشکل‌اند، موقعیت‌های اجتماعی را بیش‌ازحد تهدیدآمیز تلقی کرده و فاقد ابزار لازم برای مقابله‌ی مؤثر با آن‌ها هستند؛ در نتیجه، تبدیل به اهداف آسان‌تری برای رفتارهای قلدرانه می‌شوند (خالد و اختر<sup>۷</sup>، ۲۰۲۵). در مقابل، در صورتی که این نوجوانان به مهارت‌هایی چون بازسازی شناختی یا شناسایی دقیق هیجانات مجهز باشند، می‌توانند پاسخ‌های هیجانی خود را بهتر مدیریت کرده و از شدت آسیب‌پذیری خود بکاهند. بنابراین، تنظیم هیجان بخشی کلیدی از مسیر روان‌شناختی است که از اضطراب اجتماعی به سمت آسیب‌پذیری اجتماعی (قربانی شدن) منتهی می‌شود و می‌تواند به عنوان نقطه مداخله مؤثری برای پیشگیری از تبدیل اضطراب به تجربه‌های منفی اجتماعی در نظر گرفته شود.

در رابطه بین انزوای اجتماعی و قربانی شدن نیز، تنظیم هیجان به‌عنوان یک میانجی مؤثر ظاهر شد که با نتایج پژوهش‌های وان و هوانگ<sup>۸</sup> (۲۰۲۵)، وانگ<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۲۴)، گارنر و هینتون<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۰)، و لئون دل بارکو<sup>۱۱</sup> و همکاران (۲۰۲۰) همسو است. این یافته‌ها تأیید می‌کنند که نوجوانان منزوی، به دلیل کمبود تعاملات اجتماعی و فرصت‌های تمرین هیجانی، اغلب دچار رشد ناکافی در مهارت‌های تنظیم هیجان می‌شوند. انزوای اجتماعی نه‌تنها میزان مواجهه فرد با محرک‌های هیجانی و اجتماعی را کاهش می‌دهد، بلکه باعث محدود و خام ماندن دایره هیجانی می‌شود (توارس می‌شیما<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۵). در نتیجه، نوجوان منزوی ممکن است از راهبردهای ناسازگارانه مانند اجتناب، سرکوب یا کناره‌گیری استفاده کند، که این راهبردها زمینه‌ساز رفتارهای منفعلانه در برابر قلدری هستند و قربانی شدن را تسهیل می‌کنند (وان و هوانگ<sup>۱۳</sup>، ۲۰۲۵). از سوی دیگر، نوجوانان منزوی‌ای که دارای مهارت‌های قوی در تنظیم هیجان هستند، می‌توانند هیجانات منفی ناشی از طرد، تنهایی یا تحقیر را به شکلی سازگارانه مدیریت کرده و در مواجهه با موقعیت‌های تهدیدآمیز رفتاری سنجیده و بازدارنده از خود نشان دهند (یانگ<sup>۱۴</sup> و

4. Camodeca. & Nava

5. Zhang & Chen

6. Vacca

7. León-del-Barco

8. Perino

9. Keskin & orgun

10. Khalid & Akhtar

11. Wan & Huang

12. Wang

10. Garner & Hinton

14. León-del-Barco

15. Tavares. Mishima

16. Wan & Huang

17. Young

همکاران، ۲۰۱۹؛ یوبه‌بابا<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). این ظرفیت باعث می‌شود آن‌ها کمتر در معرض استمرار قلدری قرار گیرند. در مجموع، تنظیم هیجان در این مسیر نقش یک مکانیسم روان‌شناختی کلیدی را ایفا می‌کند که توضیح می‌دهد چگونه انزوای اجتماعی می‌تواند به قربانی شدن در قلدری منجر شود و هم‌زمان، چگونه مداخلات تقویت‌کننده تنظیم هیجان می‌توانند این چرخه آسیب‌پذیری را متوقف سازند (وانگ و همکاران، ۲۰۲۴).

از مهم‌ترین یافته‌های پژوهش، نقش میانجی تنظیم هیجان در رابطه بین اضطراب اجتماعی و انزوای اجتماعی با قربانی شدن بود. این بدان معناست که توانایی فرد در تنظیم هیجانات می‌تواند اثرات منفی ویژگی‌های روان‌شناختی مانند اضطراب یا انزوا را بر تجربه قلدری کاهش دهد. به بیان دیگر، نوجوانی که در تنظیم هیجانات خود مهارت دارد، حتی اگر مضطرب یا منزوی باشد، با احتمال کمتری قربانی قلدری می‌شود. این یافته از لحاظ نظری با الگوی فرآیندی تنظیم هیجان (گراس، ۱۹۹۸) و همچنین مدل‌های تاب‌آوری اجتماعی سازگار است. همچنین، با نتایج پژوهش‌های کامپاس و همکاران (۲۰۱۷) و دیویدسون و همکاران (۲۰۰۰) نیز همسو است که نشان دادند راهبردهای تنظیم هیجان نقش حفاظتی در برابر آسیب‌های اجتماعی و روان‌شناختی دارند.

با وجود یافته‌های ارزشمند، پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی همراه بوده است که باید در تفسیر نتایج مورد توجه قرار گیرد. نخست آنکه استفاده از روش خودگزارشی برای سنجش متغیرها می‌تواند با سوگیری‌های شناختی و تمایل به پاسخ‌دهی اجتماعی همراه باشد و اعتبار نتایج را تحت تأثیر قرار دهد. دوم، ماهیت مقطعی طرح پژوهش مانع از استنباط روابط علی بین متغیرها می‌شود. سوم، نمونه‌گیری تنها در یک منطقه جغرافیایی خاص انجام شده است که تعمیم‌پذیری نتایج به سایر فرهنگ‌ها یا گروه‌های سنی را محدود می‌سازد. همچنین، در این مطالعه تفاوت‌های جنسیتی لحاظ نشده است؛ این در حالی است که سبک تجربه قربانی شدن و راهبردهای تنظیم هیجان ممکن است بین دختران و پسران تفاوت‌هایی معنادار داشته باشد. از نظر کاربردی، این نتایج نشان می‌دهد که توسعه مهارت‌های تنظیم هیجان می‌تواند به‌عنوان یک رویکرد پیشگیرانه و مداخله‌ای مؤثر در کاهش میزان قربانی شدن در مدارس به کار رود. به‌ویژه در برنامه‌های آموزش مهارت‌های زندگی، تمرکز بر راهبردهای مؤثر مقابله با هیجانات مانند بازسازی شناختی، پذیرش هیجان و مهارت‌های ابراز هیجان به شیوه‌ای سالم می‌تواند نوجوانان را در برابر فشارهای اجتماعی ایمن‌تر سازد. علاوه بر این، یافته‌ها می‌توانند برای مشاوران مدرسه، روان‌شناسان بالینی و والدین راهگشا باشد. به جای تمرکز صرف بر تغییر رفتار قلدرها، لازم است به عوامل درون‌فردی و هیجانی قربانیان نیز توجه شود. بسیاری از مداخلات سنتی تنها بر آموزش مهارت‌های اجتماعی عمومی تأکید دارند، در حالی که بر اساس نتایج این مطالعه، تقویت توانایی تنظیم هیجان می‌تواند نقش مهم‌تری در محافظت از نوجوانان در برابر آسیب‌های اجتماعی داشته باشد. با توجه به نتایج پژوهش، مطالعات آینده می‌توانند جامعه آماری گسترده‌تری را بررسی کنند و عوامل روان‌شناختی دیگر مانند مهارت‌های اجتماعی، حمایت اجتماعی و تاب‌آوری را به‌عنوان متغیر میانجی یا تعدیل‌کننده مورد توجه قرار دهند. همچنین پژوهش‌های طولی و بررسی تفاوت‌های فرهنگی و جنسیتی می‌تواند روابط علت و معلولی بین اضطراب اجتماعی، انزوای اجتماعی و قربانی قلدری را روشن کند و زمینه طراحی مداخلات آموزشی و روان‌شناختی برای تقویت تنظیم هیجان و کاهش اثرات منفی قربانی قلدری را فراهم سازد.

## ملاحظات اخلاقی

بدین‌وسیله از مسولین آموزش و پرورش و مدارس و دانش‌آموزان که در انجام این پژوهش از هیچ کمکی مضایقه نمودند، کمال تشکر و قدردانی را دارم.

## تضاد منافع

بدین‌وسیله نویسندگان تصریح می‌نمایند که هیچ‌گونه تضاد منافی در خصوص پژوهش حاضر وجود ندارد.

## تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از مسولین آموزش و پرورش و مدارس و دانش‌آموزان که در انجام این پژوهش از هیچ‌کمی مضایقه نمودند، کمال تشکر و قدردانی را دارم.

## منابع

- بیرامی، منصور؛ هاشمی، تورج؛ میرنسب، میرمحمود و کلیایی، لیلا. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش حل مسئله اجتماعی بر کاهش قربانی شدن دانش‌آموزان قربانی قلدری، نوآوری‌های آموزشی، ۱۶ (۳)، ۹۰-۱۱۷۵.  
<https://ensani.ir/file/download/article/1603197729-10321-99-197.pdf>
- جلالی، مرضیه. (۱۳۹۱). بررسی گرایش به هرزه‌نگاری اینترنتی و عوامل مرتبط با آن در میان جوانان شهر نجف‌آباد (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه پیام نور واحد نجف‌آباد، رشته علوم اجتماعی.
- چلبی، مسعود، و امیرکافی، مهدی. (۱۳۸۳). تحلیل چندسطحی انزوای اجتماعی، مجله جامعه‌شناسی ایران، ۵ (۲)، ۳-۳۱.  
<https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.17351901.1383.5.2.1.0>
- سپهری، مرضیه. (۱۳۹۹). رابطه خودآگاهی و انعطاف‌پذیری شناختی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). مؤسسه آموزش عالی خردگرایان مطهر، دانشکده علوم انسانی، رشته روان‌شناسی.
- سرمد، زهره؛ بازرگان، عباس و حجازی، الهه (۱۳۸۷). روش‌های تحقیق در علوم رفتاری (چاپ دوازدهم). تهران: انتشارات آگاه.
- صمدیه، هادی و خامسان، احمد. (۱۴۰۳). مداخلات قلدری: مرور نظام‌مند پژوهش‌های ایران. پژوهش‌های کیفی در علوم رفتاری، ۳ (۱) ۶۷-۸۰.  
<https://doi.org/10.22077/qrbs.2024.7774.1038>
- Adeniji, D. O., Gentle-Genitty, C. S., & Bonifas, R. P. (2025). *Social Isolation, Other Risk Factors, and Emotional Well-Being Among Older African Immigrants*. *Journal of Gerontological Social Work*, 68(3), 304–320. <https://doi.org/10.1080/01634372.2024.2423070>
- Agustini, N., Yusuf, A., Ahsan, A., & Fanani, Q. (2024). *The impact of bullying and cyberbullying on mental health: A systematic review*. *International Journal of Public Health Science*, 13(2), 513–520. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v13i2.23683>
- Albdour, M., Hong, J. S., Zilioli, S., & Lumley, M. A. (2020). *Self-reported physical and psychological symptoms among victims and perpetrators of bullying in Arab American adolescents*. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 33(4), 201–208. <https://doi.org/10.1111/jcap.12280>
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). *Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review*. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Babicka-Wirkus, A., Wirkus, L., Stasiak, K., & Kozłowski, P. (2021). *University students' strategies of coping with stress during the coronavirus pandemic: Data from Poland*. *PLOS ONE*, 16(7), e0255041. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255041>
- Bäker, N., Wilke, J., Eilts, J., & von Düring, U. (2023). *Understanding the complexities of adolescent bullying: The interplay between peer relationships, emotion regulation, and victimization*. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2023(1), 9916294. <https://doi.org/10.1002/cad.20507>
- Burchfield, K. B., & Silver, E. (2013). *Collective efficacy and crime in Los Angeles neighborhoods: Implications for the Latino paradox*. *Sociological Inquiry*, 83(1), 154–176. <https://doi.org/10.1111/soin.12002>

- Camodeca, M., & Nava, E. (2022). *The long-term effects of bullying, victimization, and bystander behavior on emotion regulation and its physiological correlates*. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(3–4), NP2056–NP2075. <https://doi.org/10.1177/0886260520934438>
- Chen, B. B., & Santo, J. B. (2016). *The relationships between shyness and unsociability and peer difficulties: The moderating role of insecure attachment*. *International Journal of Behavioral Development*, 40(4), 346–358. <https://doi.org/10.1177/0165025415581917>
- Chiu, K., Clark, D. M., & Leigh, E. (2021). *Prospective associations between peer functioning and social anxiety in adolescents: A systematic review and meta-analysis*. *Journal of Affective Disorders*, 279, 650–661. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.10.055>
- Coelho, V. A., & Romão, A. M. (2018). *The relation between social anxiety, social withdrawal and (cyber) bullying roles: A multilevel analysis*. *Computers in Human Behavior*, 86, 218–226. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.048>
- Compas, B. E., Boyer, M. C., Stanger, C., Colletti, R. B., Thomsen, A. H., Dufton, L. M., & Cole, D. A. (2006). *Latent variable analysis of coping, anxiety/depression, and somatic symptoms in adolescents with chronic pain*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(6), 1132–1142. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.6.1132>
- Ahmadabadi, M. S., Zabihi, M., Khodarahmi, A., & Ahmadabadi, A. B. (2024). *Mediating Role of Self-Criticism in the Relationship Between Fear of Negative Evaluation and Self-Compassion With Social Anxiety in Yazd Medical Students*. *Journal of Shahid Sadoughi University of Medical Sciences*.
- Alhadi, A. N., Alageel, M. A., Alsuhaibani, F. A., Alkaff, H. M., Albawardi, M. S., Alfaifi, A. A., ... & Duraihem, T. (2024). *Prevalence and Severity of Social Anxiety Symptoms and Their Relationship With Body Dysmorphic Symptoms*. *Cureus*, 16(2). <https://doi.org/10.7759/cureus.53436>
- Bertagni, B., Gardner, R., Minehart, R., & Salvetti, F. (2023). *An immersive and interactive setting to practice emotional intelligence*. *International Journal of Advanced Corporate Learning*, 16(3), 21–26. <https://doi.org/10.3991/ijac.v16i3.35735>
- Chen, C., Zhang, Y., Xu, R., Gong, J., Jimerson, S., & Song, Y. (2025). *Relationship between bullying victimization and depressive symptoms among early adolescents in rural China: Exploring the overgeneralization of social distrust in cross-sectional and longitudinal designs*. *School Psychology International*, 46(3), 293–317. <https://doi.org/10.1177/01430343241308550>
- Cutajar, K., & Bates, G. W. (2025). *Australian women in the perinatal period during Covid-19: The influence of self-compassion and emotional regulation on anxiety, depression, and social anxiety*. *Healthcare*, 13(2), 120. <https://doi.org/10.3390/healthcare13020120>
- DeLara, E. W. (2012). *Why adolescents don't disclose incidents of bullying and harassment*. *Journal of School Violence*, 11(4), 288–305. <https://doi.org/10.1080/15388220.2012.705931>
- Demichelis, O. P., Grainger, S. A., Hubbard, R. E., & Henry, J. D. (2023). *Emotion regulation mediates the relationship between social frailty and stress, anxiety, and depression*. *Scientific Reports*, 13(1), 6430. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-33685-9>
- Ding, N., & Zhang, X. (2022). *Bullying victimization and quality of life among Chinese adolescents: An integrative analysis of internet addiction and social withdrawal*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16973. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416973>
- Eftekhari, A., Zoellner, L. A., & Vigil, S. A. (2009). *Patterns of emotion regulation and psychopathology*. *Anxiety, Stress, & Coping*, 22(5), 571–586. <https://doi.org/10.1080/10615800802179860>
- Extremera, N., & Rey, L. (2015). *The moderator role of emotion regulation ability in the link between stress and well-being*. *Frontiers in Psychology*, 6, 1632. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01632>
- Farmer, T., Wike, T. L., Alexander, Q. R., Rodkin, P. C., & Mehtaji, M. (2015). *Students with disabilities and involvement in peer victimization: Theory, research, and considerations for the future*. *Remedial and Special Education*, 36(5), 263–274. <https://doi.org/10.1177/0741932515581493>
- Febrianti, R., Syaputra, Y. D., & Oktara, T. W. (2024). *Dinamika bullying di sekolah: Faktor dan dampak*. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(1), 9–24.
- Felix, E. D., Sharkey, J. D., Green, J. G., Furlong, M. J., & Tanigawa, D. (2011). *Getting precise and pragmatic about the assessment of bullying: The development of the California Bullying Victimization Scale*. *Aggressive Behavior*, 37(3), 234–247. <https://doi.org/10.1002/ab.20389>

- Ferguson, S., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2014). *Associations of parental and peer rejection with preadolescents' loneliness: Emotional sensitivities as mediators*. *Journal of Relationships Research*, 5, e9. <https://doi.org/10.1017/jrr.2014.11>
- Fernández-Fillol, C., Pitsiakou, C., Perez-Garcia, M., Teva, I., & Hidalgo-Ruzzante, N. (2021). *Complex PTSD in survivors of intimate partner violence: Risk factors related to symptoms and diagnoses*. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1), 2003616. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.2003616>
- Gani, A. A., Nurhidayah, S., & Pramintari, R. D. (2025). *Kesulitan regulasi emosi dan bystander terhadap perilaku bullying remaja*. *SOUL: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 17(1), 31–47.
- Garner, P. W., & Hinton, T. S. (2010). *Emotional display rules and emotion self-regulation: Associations with bullying and victimization in community-based after school programs*. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 20(6), 480–496. <https://doi.org/10.1002/casp.1047>
- Georgiou, S. N., Charalambous, K., & Stavrinides, P. (2021). *The mediating effects of adolescents' internalizing and externalizing problems on the relationship between emotion regulation, mindfulness and bullying/victimization at school*. *School Psychology International*, 42(6), 657–676. <https://doi.org/10.1177/01430343211039003>
- Ghardallou, M., Mtiraoui, A., Ennamouchi, D., Amara, A., Gara, A., Dardouri, M., ... & Mtiraoui, A. (2024). *Bullying victimization among adolescents: Prevalence, associated factors and correlation with mental health outcomes*. *PLOS ONE*, 19(3), e0299161. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0299161>
- Girmay, M., & Singh, G. K. (2019). *Social isolation, loneliness, and mental and emotional well-being among international students in the United States*. *International Journal of Translational Medical Research and Public Health*, 3(2), 1–8. <https://doi.org/10.21106/ijtmrph.82>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). *Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale*. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). *Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guilford Press.
- Grothe, J., Pabst, A., Röhr, S., Riedel-Heller, S. G., & Luppá, M. (2024). *Social isolation and social cognition: A cross-sectional analysis*. *Journal of Alzheimer's Disease*, 102(1), 53–59. <https://doi.org/10.3233/JAD-240245>
- Haddad, C., Chidiac, J., Sacre, H., Salameh, P., Hallit, R., Obeid, S., ... & Hallit, S. (2022). *Prevalence and associated factors of social anxiety among Lebanese adolescents*. *The Primary Care Companion for CNS Disorders*, 24(3). <https://doi.org/10.4088/PCC.21m03140>
- Hall, K. A. A., Joormann, J., Siemer, M., & Timpano, K. R. (2018). *The impact bias in self and others: Affective and empathic forecasting in individuals with social anxiety*. *Behaviour Research and Therapy*, 106, 37–46. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2018.04.006>
- Han, Z. Y., Ye, Z. Y., & Zhong, B. L. (2025). *School bullying and mental health among adolescents: A narrative review*. *Translational Pediatrics*, 14(3), 463–475. <https://doi.org/10.21037/tp-24-434>
- Hanish, L. D., & Guerra, N. G. (2000). *Predictors of peer victimization among urban youth*. *Social Development*, 9(4), 521–543. <https://doi.org/10.1111/1467-9507.00141>
- Harikrishnan, U., & Sailo, G. L. (2021). *Prevalence of emotional and behavioral problems among school-going adolescents: A cross-sectional study*. *Indian Journal of Community Medicine*, 46(2), 232–235. [https://doi.org/10.4103/ijcm.IJCM\\_212\\_20](https://doi.org/10.4103/ijcm.IJCM_212_20)
- Hayes, A. M., & Feldman, G. (2004). *Clarifying the construct of mindfulness in the context of emotion regulation and the process of change in therapy*. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11, 255–262. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bph080>
- Hendrick, C., & Hendrick, S. (1986). *A theory and method of love*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(2), 392–402. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.2.392>

- Hendrick, C., Hendrick, S. S., & Dicke, A. (1998). *The love attitude scale: Short form*. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 147–159. <https://doi.org/10.1177/0265407598151008>
- Herlidanara, A. J., Suroso, S., & Arifiana, I. Y. (2023). *Perilaku Bullying Remaja: Bagaimana Peran Regulasi Emosi? JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2).
- Hikmat, R., Yosep, I., Hernawaty, T., & Mardhiyah, A. (2024). *A scoping review of anti-bullying interventions: Reducing traumatic effect of bullying among adolescents*. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 17, 289–304. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S442709>
- Hodges, E. V. E. , & Perry, D. G. (1999). Personal and interpersonal antecedents and consequences of victimization by peers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(4), 677–685. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.4.677>
- Huang, X., Zhou, Y., Yang, R., Li, D., Hu, J., Xue, Y., ... & Zhang, S. (2023). *Moderating role of mental health literacy on the relationship between bullying victimization during the life course and symptoms of anxiety and depression in Chinese college students*. *BMC Public Health*, 23(1), 1459. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16377-7>
- Iannello, N. M., Caravita, S., Papotti, N., Gelati, C., & Camodeca, M. (2024). *Social anxiety and bullying victimization in children and early adolescents: The role of developmental period and immigrant status*. *Journal of Youth and Adolescence*, 53(1), 130–141. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01877-8>
- Jiang, C., & Shi, J. (2024). *The long arm of childhood bullying victimization: Associations with social isolation, gender differences and depression in later life*. *Journal of Interpersonal Violence*, 39(13–14), 3184–3206. <https://doi.org/10.1177/08862605231213437>
- Kelsey, C., Zeman, J., & Dallaire, D. (2017). *Emotion correlates of bullies, victims, and bully victims in African American children*. *Journal of Black Psychology*, 43(7), 688–713. <https://doi.org/10.1177/0095798417709853>
- KESKİN, G., & ORGUN, F. (2021). *The evaluation of social phobia experiences and coping strategies in a group of university students*. *Alpha Psychiatry*, 8(4), 262–270.
- Khalid, K., & Akhtar, S. (2025). *Perceived Helicopter Parenting, Emotional Regulation and Social Anxiety in Adolescents*. *Journal of Asian Development Studies*, 14(1), 1676–1686.
- Kumar, B., Saxena, B., Gupta, P., Batra, R., Patel, J. D., & Ganapathy, K. (2023). *Effects of social estrangement on young people's maturation: A review of the research*. *Georgian Medical News*, 345, 196–202.
- Labella, M. H., Klein, N. D., Yeboah, G., Bailey, C., Doane, A. N., Kaminer, D., ... & Cross-Cultural Addictions Study Team. (2024). *Childhood bullying victimization, emotion regulation, rumination, distress tolerance, and depressive symptoms: A cross-national examination among young adults in seven countries*. *Aggressive Behavior*, 50(1), e22111. <https://doi.org/10.1002/ab.22111>
- Lachaud, J., Yusuf, A. A., Maelzer, F., Perri, M., Gogosis, E., Ziegler, C., ... & Hwang, S. W. (2024). *Social isolation and loneliness among people living with experience of homelessness: A scoping review*. *BMC Public Health*, 24(1), 2515. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19963-7>
- Lee, H. M., & Kim, H. A. (2019). *The mediation effect of emotional regulation ability on the relationship between social anxiety and relational aggression of higher grade elementary school girls*. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 20(8), 352–361. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2019.20.8.352>
- Lehman, B. J., Cane, A. C., Tallon, S. J., & Smith, S. F. (2015). *Physiological and emotional responses to subjective social evaluative threat in daily life*. *Anxiety, Stress, & Coping*, 28(3), 321–339. <https://doi.org/10.1080/10615806.2014.969720>
- León-del-Barco, B., Lázaro, S. M., Polo-del-Río, M. I., & López-Ramos, V. M. (2020). *Emotional intelligence as a protective factor against victimization in school bullying*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9406. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249406>
- Liu, Y. (2024). *The Relationship between Bullying Victimization and Loneliness of Middle School Students: The Mediating Effect of Perceived Social Support*. *Journal of Higher Vocational Education*, 1(2), 79.
- Mahady Wilton, M. M., Craig, W. M., & Pepler, D. J. (2000). *Emotional regulation and display in classroom victims of bullying: Characteristic expressions of affect, coping styles and relevant contextual factors*. *Social Development*, 9(2), 226–245. <https://doi.org/10.1111/1467-9507.00121>

- Matthews, T., Caspi, A., Danese, A., Fisher, H. L., Moffitt, T. E., & Arseneault, L. (2022). *A longitudinal twin study of victimization and loneliness from childhood to young adulthood*. *Development and Psychopathology*, 34(1), 367–377. <https://doi.org/10.1017/S0954579420001002>
- McBride, N. L., Bates, G. W., Elphinstone, B., & Whitehead, R. (2022). *Self-compassion and social anxiety: The mediating effect of emotion regulation strategies and the influence of depressed mood*. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 95(4), 1036–1055. <https://doi.org/10.1111/papt.12416>
- McComas, M., & Gil-Rivas, V. (2024). *Cyberaggression victimization on anxiety and depression in college students: The role of emotion regulation, social media, social support, and biological sex*. *Journal of American College Health*, 72(8), 2963–2970. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2149606>
- Mıslıçhi, V. (2024). *Peculiarities of communication styles manifestation among adolescents*. In *Higher Education: Traditions, Values, Perspectives* (pp. 130–136).
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., & Scott, J. G. (2017). *Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis*. *World Journal of Psychiatry*, 7(1), 60–76. <https://doi.org/10.5498/wjp.v7.i1.60>
- Olenik-Shemesh, D., & Heiman, T. (2017). *Cyberbullying victimization in adolescents as related to body esteem, social support, and social self-efficacy*. *The Journal of Genetic Psychology*, 178(1), 28–43. <https://doi.org/10.1080/00221325.2016.1195331>
- Ouhmad, N., El-Hage, W., & Combalbert, N. (2023). *Maladaptive cognitions and emotion regulation in posttraumatic stress disorder*. *Neuropsychiatrie*, 37(2), 65–75. <https://doi.org/10.1007/s40211-023-00455-0>
- Özdemir, S. (2025). *Experiences of Bullying Among Special Needs Students in Inclusion Classrooms: A Literature Review*. *International Journal of Environmental Sciences*, 172–177.
- Palani, N., Vasudevan, V. M. K., Rajendran, S. S., Marudhan, A., Dhayanithipalani, V., Muthuchamy, P., & Narayanasamy, M. (2025). *The Shadows of Stigma and Social Isolation among Caregivers of Patients with Mental Illness*. *IJSAT-International Journal on Science and Technology*, 16(1).
- Perino, M. T., Harper-Lednicki, J. C., Vogel, A. C., Sylvester, C. M., Barch, D. M., & Luby, J. L. (2025). *Social anxiety moderates the association between adolescent irritability and bully perpetration*. *Development and Psychopathology*, 37(2), 656–663. <https://doi.org/10.1017/S0954579423001588>
- Ramadhani, A. S., Noer, R. M., & Agusthia, M. (2023). *The relationship between social interaction skills and bullying behavior among junior high school students at SMP N 40 Batam City*. *Journal Innovation in Education*, 1(4), 100–105.
- Ramadhanti, A., Putra, R. P., Fathiyah, K. N., Jannah, E. N., & Rouns, E. (2024). *Adolescent empathy concerning parenting style and peer social support based on gender differences*. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 5(1), 43–64. <https://doi.org/10.18196/ijiep.v5i1.20576>
- Rieffe, C., Camodeca, M., Pouw, L. B. C., Lange, A. M. C., & Stockmann, L. (2012). *Don't anger me! Bullying, victimization, and emotion dysregulation in young adolescents with ASD*. *European Journal of Developmental Psychology*, 9(3), 351–370. <https://doi.org/10.1080/17405629.2012.680302>
- Roohafza, H., Feizi, A., Afshar, H., Mazaheri, M., Behnamfar, O., Hassanzadeh-Keshteli, A., & Adibi, P. (2016). *Path analysis of relationship among personality, perceived stress, coping, social support, and psychological outcomes*. *World Journal of Psychiatry*, 6(2), 248–256. <https://doi.org/10.5498/wjp.v6.i2.248>
- Sackl-Pammer, P., Jahn, R., Özlü-Erkilic, Z., Pollak, E., Ohmann, S., Schwarzenberg, J., ... & Akkaya-Kalayci, T. (2019). *Social anxiety disorder and emotion regulation problems in adolescents*. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 13(1), 37. <https://doi.org/10.1186/s13034-019-0297-7>
- Sarycheva, Y. V., Iksanova, D. D., Lazyuk, I. V., Dorosheva, E. A., Ponomarenko, I. V., Matveeva, I. A., & Perevoznik, A. I. (2023). *The relationship between the characteristics of emotional regulation and social anxiety of persons dependent on psychoactive substances*. *Evidence-based Education Studies*, 4, 65–74.
- Schwartz, D., & Proctor, L. J. (2000). *Community violence exposure and children's social adjustment in the school peer group: The mediating roles of emotion regulation and social cognition*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(4), 670–683. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.4.670>

- Seyfzadeh, A., Haghghatian, M., & Mohajerani, A. (2017). *The relationship between social isolation and health among the Tehranian elderly*. *Journal of Education and Community Health*, 4(3), 19–25. <https://doi.org/10.21859/jech.4.3.19>
- Shields, A., & Cicchetti, D. (2001). *Parental maltreatment and emotion dysregulation as risk factors for bullying and victimization in middle childhood*. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 30(3), 349–363. [https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP3003\\_7](https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP3003_7)
- Siegel, D. M., Burke, T. A., Hamilton, J. L., Piccirillo, M. L., Scharff, A., & Alloy, L. B. (2018). *Social anxiety and interpersonal stress generation: The moderating role of interpersonal distress*. *Anxiety, Stress, & Coping*, 31(5), 526–538. <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1475866>
- Siu, J. C. L. (2025). *No Safe Space at School: Exploring Power Dynamics, Bullying Locations, and Maladaptive Behaviors Among US Adolescents*. *Journal of Youth and Adolescence*, 1–13. <https://doi.org/10.1007/s10964-024-02071-7>
- Sousa, M., Cruz, S., Inman, R., Marchante, M., & Coelho, V. A. (2024). *Bullying victimization and bullying perpetration, social anxiety, and social withdrawal in Portuguese adolescents: A reciprocal association model*. *Aggressive Behavior*, 50(4), e22170. <https://doi.org/10.1002/ab.22170>
- Spence, S. H., De Young, A., Toon, C., & Bond, S. (2009). *Longitudinal examination of the associations between emotional dysregulation, coping responses to peer provocation, and victimization in children*. *Australian Journal of Psychology*, 61(3), 145–155. <https://doi.org/10.1080/00049530802239370>
- Stein, M. B., & Stein, D. J. (2008). *Social anxiety disorder*. *The Lancet*, 371(9618), 1115–1125. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(08\)60488-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)60488-2)
- Stepanyan, L., & Khitryan, D. (2024). *Research on psychological well-being and emotional profile of adolescents in the context of school bullying*. *Georgian Medical News*, 351, 162–166
- Tang, I., & Supraha, W. (2021). *Program Pembinaan Korban dan Pelaku Perundungan (Bullying) pada Usia Remaja di SMP*. *Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2), 170–186. <https://doi.org/10.32832/tawazun.v14i2.4895>
- Tavares Mishima, F. K., Vasconcelos Junqueira Machado, B., & Sauaia Dal Piccolo, B. (2025). *Impact of social isolation on children's emotional development*. *Environmental & Social Management Journal/Revista de Gestão Social e Ambiental*, 19(4). <https://doi.org/10.24857/rgsa.v19n4-112>
- TERNORA, E. C. (2025). *College Adjustment Among University Students: A Basis for Psychosocial Intervention*. *AIDE Interdisciplinary Research Journal*, 11, 34–54.
- Thompson, R. A. (1994). *Emotion regulation: A theme in search of definition*. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 25–52. <https://doi.org/10.2307/1166137>
- Turk, C. L., Heimberg, R. G., Luterek, J. A., Mennin, D. S., & Fresco, D. M. (2005). *Emotion dysregulation in generalized anxiety disorder: A comparison with social anxiety disorder*. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 89–106. <https://doi.org/10.1007/s10608-005-1651-1>
- Vacca, M., Cerolini, S., Zegretti, A., Zagaria, A., & Lombardo, C. (2023). *Bullying victimization and adolescent depression, anxiety and stress: The mediation of cognitive emotion regulation*. *Children*, 10(12), 1897. <https://doi.org/10.3390/children10121897>
- Vernberg, E. M., Abwender, D. A., Ewell, K. K., & Beery, S. H. (1992). *Social anxiety and peer relationships in early adolescence: A prospective analysis*. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(2), 189–196. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2102\\_11](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2102_11)
- Wan, Z., & Huang, S. (2025). *The relationship between parental emotional warmth and school bullying: The chain mediation role of social support and emotional regulation*. *PLOS ONE*, 20(5), e0323261. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0323261>
- Wang, G. F., Jiang, L., Wang, L. H., Hu, G. Y., Fang, Y., Yuan, S. S., ... & Su, P. Y. (2019). *Examining childhood maltreatment and school bullying among adolescents: A cross-sectional study from Anhui Province in China*. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(5), 980–999. <https://doi.org/10.1177/0886260516647000>
- Wang, Y., Wang, T., Wang, J., Zeng, L., Li, G., Li, J., ... & Wang, Y. (2024). *The School Bullying Victimization in Adolescents With Non-Suicidal Self-Injury: The Role of Coping Strategies and Emotion Regulation*. *Stress and Health*, 40(6), e3506. <https://doi.org/10.1002/smi.3506>

- Wei, J., Candini, M., Menabò, L., Guarini, A., Rubini, M., & Frassinetti, F. (2024). *Belonging matters: The impact of social identification with classmates, friends, and family on interpersonal distance and bullying/cyberbullying in adolescence*. *PLOS ONE*, 19(2), e0297370. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297370>
- XU, M., JAFFRI, H., & YANG, X. (2024). *A systematic review on the relationship between emotional regulation and psychological well-being in higher education*. *Quantum Journal of Social Sciences and Humanities*, 5(S11), 93–109. <https://doi.org/10.55197/qjssh.v5isi1.398>
- Yao, Y., & Han, Y. (2025). *mPFC→BNST→PVN circuits mediate emotional and cardiac dysfunction induced by social isolation in adolescent mice*. *International Journal of Neuropsychopharmacology*, 28(Supplement\_1), i369–i369. <https://doi.org/10.1093/ijnp/pyae067.487>
- Young, K. S., Sandman, C. F., & Craske, M. G. (2019). *Positive and negative emotion regulation in adolescence: Links to anxiety and depression*. *Brain Sciences*, 9(4), 76. <https://doi.org/10.3390/brainsci9040076>
- Yu, L., Li, X., Hu, Q., Guo, Z., Hong, D., Huang, Y., ... & Jiang, S. (2023). *School bullying and its risk and protective factors in Chinese early adolescents: A latent transition analysis*. *Aggressive Behavior*, 49(4), 345–358. <https://doi.org/10.1002/ab.22092>
- Yuhbaba, Z. N., Sholehah, W., & Budiman, M. E. A. (2023). *Empowerment of adolescents in preventing bullying behavior at school*. *Blambangan Journal of Community Services (BJCS)*, 1(1), 37–43.
- Zhang, Y., & Chen, J. K. (2023). *Emotional intelligence and school bullying victimization in children and youth students: A meta-analysis*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 4746. <https://doi.org/10.3390/ijerph20064746>