



The effectiveness of the empowerment package against cyberbullying on the adjustment of high school students

Mahdi Rost ¹ , Jahanshah Mohamadzadeh ^{*2} , Mahmoud Godarzi ³

1. Phd student of counseling, Counseling department, Sa.C., Islamic Azad University, Sanandaj, Iran, Email: mehdi.rost57@gmail.com

*2. Corresponding Author, Associate professor of psychology, Department of psychology, Faculty of literature and human science Ilam University, Ilam – Iran. Email: j.mohammadzadeh@ilam.ac.ir

3 Department of family counseling, Sa.C., Islamic Azad University, Sanandaj, Iran, Email: Mahmoud.Goudarzi@iau.ac.ir

Article Info

Article type:
Research Article

Article History:
Received 7 January 2025
Received in revised form 15
March 2025
Accepted 18 October 2025
Available online 22 October
2025

Keywords:
Empowerment package,
cyberbullying, adaptation, high
school students.

ABSTRACT

Research Objective: To investigate the effect of the empowerment package against cyber violence on the adjustment of high school students.

Research Method: This research was conducted using a sequential mixed exploratory method (qualitative-quantitative):

Qualitative stage: Using the needs-based inductive thematic analysis method, it developed an empowerment package against cyber violence. The research population in this section was books and experts in the field of cyber violence, which included a sample of 25 books and 10 experts.

Quantitative stage: A quasi-experimental design with pre-test-post-test and control group with a two-month follow-up was used. The statistical population of this section was high school students in Ilam in 1402-1403, from whom 30 students were selected purposively and randomly assigned to two experimental and control groups. The data collection tool was the Sinha and Singh (1993) Adaptation Questionnaire, which was completed in three stages: pre-test, post-test, and follow-up. The data were analyzed using repeated measures analysis of variance and SPSS23 software.

Findings: The implementation of the empowerment package against cyberbullying had a significant effect on students' adaptability ($P < 0.05$). Also, the effect of this intervention remained stable in the two-month follow-up phase.

Conclusion: According to the findings, it can be concluded that the designed educational package is an effective and sustainable intervention for increasing students' adaptability against cyberbullying. Therefore, the use of such programs can be used as a practical strategy to promote adaptability and, consequently, increase the sense of trust and security among adolescents in cyberspace.

Cite this article: Rost. M., Mohamadzadeh. M., Godarzi. M. (2025). The effectiveness of the empowerment package against cyberbullying on the adjustment of high school student, *New Research in Islamic Humanities Studies*, 4 (8), 1-17. <http://doi.org/10.22034/api.2025.2061943.1317>



© The Author(s).

DOI: <http://doi.org/10.22034/api.2025.2061943.1317>

Publisher: University of Lorestan.

Introduction

Adolescence is a critical period for psychological, physical, and social development, marked by the fundamental need to form a coherent self-concept. During this transition, adolescents face various environmental pressures as they strive to establish their identity and balance conflicting desires. This period can be the onset of adult-life problems, characterized by increased risks of delinquency, substance use, and violent behavior. A key feature of adolescence is heightened sociability and a strong need for interpersonal relationships. In today's world, this social interaction increasingly occurs online. The pervasive use of new communication technologies, particularly social media, has made adolescents among the most prominent users. However, this digital immersion also exposes them to significant risks, most notably cyber violence—a repetitive, intentional aggression carried out through digital devices. Cyber violence is linked to personal distress, depression, anxiety, and poor academic performance. Given the detrimental impact of cyber violence on adolescent adjustment and its broad consequences for their future, developing and implementing appropriate psychological interventions is crucial.

Research Questions

The main research question of this study was:

- Is the empowerment package against cyber violence effective on the adjustment of high school students?

Literature Review

The literature review establishes that adolescence is a vulnerable period where the struggle for identity can lead to maladjustment. Simultaneously, the digital age has introduced new threats. Previous research (e.g., Dehghani et al.; Namdari & Ghanbari) has shown that prolonged internet and social media use can increase feelings of loneliness and depression, indirectly negatively impacting social adjustment. Studies have consistently reported a negative correlation between cyber violence and various dimensions of adjustment, including personal, social, and academic adjustment. Victims of cyber violence exhibit higher levels of depression, anxiety, and stress, often leading to academic discouragement and dropout (Gonzalez, 2020). Furthermore, individuals with poor emotional regulation and low resilience are more likely to engage in or be severely affected by cyber violence. The current study addresses a gap in the literature by not only investigating this relationship but also by developing and testing a targeted intervention package to empower adolescents against cyber violence.

Methodology

This study employed an exploratory sequential mixed-methods design.

- **Qualitative Phase:** The empowerment package was developed using an inductive, needs-based thematic analysis. Data were collected through semi-structured interviews with 10 specialists in psychology and sociology and by reviewing 25 specialized books and articles on cyber violence and emotion regulation.
- **Quantitative Phase:** A quasi-experimental design with a pre-test, post-test, control group, and a two-month follow-up was used. The statistical population consisted of all high school students in Ilam, Iran, during the 2023-2024 academic year. Using G*Power software, a sample of 30 students was selected via purposive sampling based on inclusion criteria and randomly assigned to either an experimental group (n=15) or a control group (n=15). The experimental group received 15 ninety-minute sessions of the empowerment package, while the control group received no intervention. The data collection tool was the Sinha and Singh Adjustment Inventory (1993), which measures adjustment in emotional, social, and educational domains. Data were analyzed using repeated measures ANOVA in SPSS-23.

Results

The qualitative phase resulted in the development of a 15-session empowerment package. The sessions covered topics such as understanding cyber violence, digital citizenship, cognitive restructuring, communication skills, anger management, resilience, and problem-solving. The quantitative findings revealed a significant interaction effect between time and group ($F = 79.624$, $p < 0.001$, $\eta^2 = 0.740$). Post-hoc analyses showed that while there was no significant difference in adjustment scores between the two groups at the pre-test stage, the experimental group demonstrated a significant increase in adjustment scores at the post-test and follow-up stages. In contrast, the control group showed no significant change over time. The results of the main test confirmed that the group effect was significant ($F = 69.661$, $p < 0.001$, $\eta^2 = 0.713$), indicating that the empowerment package had a significant and sustained positive effect on improving students' adjustment.

Conclusion

The findings confirm that the developed empowerment package against cyber violence is an effective intervention for enhancing adjustment in high school students. The program equips adolescents with essential coping skills, emotional regulation strategies, and critical digital literacy, enabling them to navigate online challenges more effectively and improve their overall psychological and social adaptation. This study underscores the necessity of proactive educational and psychological programs in schools to mitigate the risks associated with cyberspace. It is recommended that the effectiveness of this package be investigated on other psychological variables and that further research explores the lived experiences of adolescents with cyber violence.

Author Contributions

Conceptualization, methodology, validation, formal analysis, data curation, and original draft preparation were carried out by M. R. as the first author. Review and editing, visualization, supervision, and project administration were performed by J. M. as the second author. M. G., as the third author, contributed to the research design, research supervision, and revision of the article. All authors have read and agreed to the published version of the manuscript.

Data Availability Statement

Data available on request from the authors.

Acknowledgements

The authors would like to thank the anonymous reviewers for their insightful comments and constructive feedback, which significantly improved the quality of this manuscript. We also extend our gratitude to our colleagues for their valuable discussions and technical support throughout this research.

Ethical Considerations

The authors strictly adhered to the highest standards of research integrity. The authors avoided data fabrication, falsification, plagiarism, and any other form of scientific misconduct.

Funding

This research did not receive any specific grant from funding agencies in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Conflict of Interest

The authors declare no conflict of interest.



اثربخشی بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی بر سازگاری دانش آموزان متوسطه

مه‌دی رست^۱، جهان‌شاه محمدزاده^{۲*}، محمود گودرزی^۳

^۱ دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران، ایمیل: mehdi.rost57@gmail.com

^{۲*} دانشیار روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه ایلام، ایلام، ایران، ایمیل: j.mohammadzadeh@ilam.ac.ir

^۳ گروه مشاوره خانواده، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران، ایمیل: Mahmoud.Goudarzi@iau.ac.ir

چکیده

اطلاعات مقاله

نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

هدف پژوهش: بررسی تأثیر بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی بر سازگاری دانش‌آموزان مقطع متوسطه.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۰/۱۸

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۱۲/۲۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۷/۲۶

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۸/۰۱

روش پژوهش: این پژوهش به روش اکتشافی آمیخته متوالی (کیفی-کمی) انجام شد:

مرحله کیفی: با استفاده از روش تحلیل موضوعی استقرایی نیازمحور، به تدوین بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی پرداخت. جامعه پژوهش در این بخش، کتب و متخصصان حوزه خشونت مجازی بودند که نمونه‌ای متشکل از ۲۵ کتاب و ۱۰ متخصص را در بر می‌گرفت.

مرحله کمی: از طرح نیمه‌آزمایشی با پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل همراه با پیگیری دوماهه استفاده شد. جامعه آماری این بخش، دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر ایلام در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بودند که از میان آنان، ۳۰ دانش‌آموز به روش هدفمند انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها، پرسشنامه سازگاری سینه‌ها و سینگ (۱۹۹۳) بود که در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری تکمیل گردید. داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر و نرم‌افزار SPSS23 تجزیه و تحلیل شدند.

کلیدواژه‌ها:

بسته توانمندسازی، خشونت مجازی، سازگاری، دانش‌آموزان متوسطه

یافته‌ها: اجرای بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی بر سازگاری دانش‌آموزان تأثیر معنادار داشته است ($P < 0.05$). همچنین، اثر این مداخله در مرحله پیگیری دوماهه پایدار باقی مانده است.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که بسته آموزشی طراحی‌شده، مداخله‌ای موثر و ماندگار برای افزایش سازگاری دانش‌آموزان در برابر خشونت مجازی است. بنابراین، به کارگیری چنین برنامه‌هایی می‌تواند به عنوان یک راهبرد عملی، برای ارتقای سازگاری و به تبع آن، افزایش احساس اعتماد و امنیت در بین نوجوانان در فضای مجازی مورد استفاده قرار گیرد.

استناد: رست، مه‌دی، محمدزاده، جهان‌شاه، گودرزی، محمود. (۱۴۰۴). اثربخشی بسته توانمندسازی، خشونت مجازی، سازگاری، دانش‌آموزان متوسطه، پژوهش‌های

نوین در مطالعات علوم انسانی اسلامی، ۴ (۸)، ۱-۱۷. <http://doi.org/10.22034/api.2025.2061943.1317>



مقدمه

امروزه دوره نوجوانی یکی از مهمترین مراحل زندگی در رشد و تکامل روانی، جسمی و اجتماعی است. انتقال موفقیت آمیز از مرحله کودکی به دوره نوجوانی به تحول در مفهوم خویشتن، نیازی بنیادی دارد. نوجوان که بیش از هر زمان دیگر تحت فشارهای محیطی مختلف قرار دارد درصدد مشخص کردن هویت خود و ایجاد توازن و هماهنگی بین امیال، خواسته‌ها و کشش‌های متناقض خود برمی آید. فرد باید در دوره نوجوانی با برقراری ارتباط دوباره با تجارب گذشته به مشخص کردن اهداف آینده‌اش بپردازد و ناگزیر است با پذیرش تغییرات تند در همه ابعاد، هویت خود را بازسازی نماید (ناصری طاهری، و شهیدی، ۱۴۰۱). محققان در تمام دنیا نشان داده‌اند که این دوره می‌تواند شروع مشکلات دوران بزرگسالی باشد. نوجوانان در راه کسب به استقلال فردی، از پدر و مادر فاصله می‌گیرند و به همسالان نزدیک می‌شوند. در این میان، آن‌ها با فشار همسالان روبه‌رو می‌شوند و چون پختگی لازم برای روبرو شدن با این استرس‌ها را ندارند ممکن است تحت تأثیر رفتارهای منفی و مضر گروه قرار گیرند (استینبرگ، ۲۰۱۷). به عبارت دیگر نوجوانی (۱۱ تا ۲۰ سالگی) دوره‌ای است که با افزایش خطر بزهکاری، مصرف مواد، رفتارهای خشونت‌آمیز همراه است. هرچند که شاید برخی از رفتارها ریشه در کودکی داشته باشند ولی در این دوره به اوج خود می‌رسند. از ویژگی‌های دیگر این دوره، اجتماعی بودن است و اینکه نوجوانان نیاز شدیدی به برقراری ارتباط با دیگران دارند به گونه‌ای که بسیاری از نیازهای بلند مرتبه و شکوفایی استعدادها و خلاقیت‌های آن‌ها از طریق روابط بین فردی و ارتباط اجتماعی، تامین و به عمل درمی آید (بهمنی، ترابیان، رضایی‌نژاد، منظری توکلی و معینی فرد، ۱۳۹۵). نوجوانی به‌طور عمده دوره انتخاب، کاوش و فرایند تدریجی حرکت به سوی خود پنداره منسجم است. بهترین توصیف این دوره، جریان پیشرفت است که مشخصه آن زیاد شدن توانایی تسلط بر تکالیف تحصیلی، چالش‌های پیچیده، بین فردی، اجتماعی، و هیجانی و در عین حال، جستجوی علایق و هویت‌های اجتماعی جدید است (سادوک و سادوک، ۲۰۰۹). در ایران تنوع فرهنگی زیادی وجود دارد و یاد گرفتن و تثبیت سازگاری، می‌تواند سلامتی جامعه را ضامن کند، چرا که بسیاری از خشونت‌های مجازی نتیجه نداشتن سازگاری یا سازگاری پایین است. همچنین سازگاری در جامعه بین افراد و گروه‌های سنی گوناگون، به‌ویژه نوجوانان، به‌عنوان یکی از ارکان اصلی جامعه، ما را به سمت جامعه‌های سالم می‌کشاند (فرشیدی، ۱۴۰۱).

عوامل زیادی بر تحول و رشد نوجوان تأثیر دارد که از جمله آن‌ها می‌توان به سازگاری اشاره کرد. سازگاری مفهومی عام است و به راهبردهایی گفته می‌شود، که برای اداره کردن شرایط استرس‌زای زندگی شامل تهدیدهای یا غیر واقعی یا واقعی به کار می‌رود (سادوک و سادوک، ۲۰۰۹). سازگاری عبارت است از رفتار مفید و مؤثر آدمی در سازگاری با محیط روانی و فیزیکی به شیوه‌ای که نه تنها با تغییرات محیطی هم‌رنگی نکرده و فقط پیروی ناخودآگاه از آن کفایت نمی‌کند، بلکه خود نیز می‌تواند بر محیط اثر گذاشته و آن را به گونه‌ای مناسب تحت تأثیر قرار دهد. در واقع، سازگاری جریانی است که هر ارگانیزم نسبت به موقعیت موجود با محیط خود ارتباط برقرار می‌سازد، حالت تعادل کامل بین ارگانیزم و محیط حالتی که در آن اغلب نیازها برآورد شده و تمام اعمال ارگانیزم، به راحتی انجام می‌پذیرد (بیکتولد، ما سلنر، ۲۰۲۱). سازگاری مانند رشد عاطفی، جسمی و عقلی یک کمیت پیوسته است و به تدریج به اوج می‌رسد و در طول زندگی به طور طبیعی و در ارتباط با تجربه‌ها بدست می‌آید. با طی شدن دوران کودکی و ورود به دوران نوجوانی، رشد رجتماعی روانی از تحول ساده به تحول کیفی و کمی تبدیل می‌شود و با به‌کارگیری مهارت‌های اجتماعی، می‌تواند موقعیت خود را در میان تبدلات اجتماعی پیدا نماید و مورد قبول اجتماعی قرار گیرد، امری که می‌تواند مانع از احساس تنهایی و افسردگی شود (آزادی، ۱۴۰۱). زندگی اجتماعی بدون سازگاری غیرممکن است. سازگاری در یک معنای ساده یعنی برقراری رابطه رضایت‌بخش بین خود و محیطی که در آن زندگی می‌کنیم و علامت توانایی و آگاهی فرد است. بحث ناسازگاری و سازگاری در حوزه مباحث شخصیت قرار دارد. زیرا زمینه‌هایی مانند یادگیری، تفکر، ادراک، هوش عواطف، و مواردی از این قبیل را شامل می‌شود و این زمینه‌ها روی هم شخصیت فرد را شکل می‌دهند (سپهریان آذر و

^۱Steinberg

^۲Saduc & Saduc

^۳Bechtoldt & Moslener

فتاحی، ۱۳۹۳). سازگاری به نوبه خود برای نوجوانان بسیار اهمیت دارد چرا که این عامل، بر سلامت روانی و پیشرفت تحصیلی آن‌ها به عنوان یک شاخص مهم از توانایی‌های روان‌شناختی مورد توجه است. علاوه بر آنچه گفته شد نوجوانی، یکی از با اهمیت ترین دوره‌های زندگی بوده، که مملو از سرکشی و واکنش‌های هیجانی بوده و همین ویژگی‌ها سبب می‌شود تا فرد نوجوان، تعارضاتی در زمینه سازگاری از جمله سازگاری با والدین، معلمان، همسالان، محیط مدرسه و جامعه را به وجود آورد (حاجی شمسایی و همکاران، ۱۳۹۲). ناسازگاری از متغیرهای مؤثر بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان نوجوان است که ایجاد کننده علائمی مانند خلق آفسرده، نگرانی و پریشانی است (لمپ^۴، ۲۰۱۳). ناسازگاری، نوجوانان را در معرض خشونت‌های مختلف قرار می‌دهد و خود نوجوانان هم درگیر خشونت می‌شوند و این مسئله سبب طرد آن‌ها از سوی همسالان می‌شود که به جای خود می‌تواند موجب سازگاری ضعیف در مدرسه، مشکل در مهارت‌های حل مسئله، ترک تحصیل، و میزان بالاتری از ارجاع‌های مربوط به مشکلات روانی شود (پیرا، دیجاکومو^۵، ۲۰۱۶) و روحیه انزواطلبی و گریز از کار جمعی در بین نوجوانان را تقویت می‌نماید (چانک، چپو، چن، لی و پن^۶، ۲۰۱۶).

استفاده از فناوری‌های جدید ارتباطی به ویژه شبکه‌های اجتماعی مجازی، در دهه‌های اخیر انسان را وارد عصر تازه‌ای نموده است. شبکه‌های اجتماعی یکی از تاثیرگذارترین فناوری‌های نوین ارتباطی هستند که همه ابعاد زندگی جمعی و فردی کاربران را تحت تأثیر خود قرار داده‌اند. نوجوانان یکی از مهم‌ترین کاربران شبکه‌های اجتماعی‌اند. استفاده از اینترنت نه تنها با اهمیت ترین فعالیت دانش‌آموزان نوجوان در اوقات فراغت محسوب می‌شود؛ بلکه بیشتر آن‌ها زمان زیادی را به استفاده از شبکه‌های اجتماعی اینترنتی اختصاص می‌دهند (صفایی، نائینی و همکاران، ۱۳۹۸).

امروزه نوجوانان در یک فرهنگ مجازی آموزش می‌بینند و به پرکارترین استفاده کنندگان از فناوری ارتباطات و اطلاعات و در سطح بین‌المللی تبدیل می‌شوند. پژوهش‌ها نشان داده است که استفاده اعتیادآور از رسانه‌های اجتماعی و فضای مجازی در میان نوجوانان رو به افزایش است. از علل گرایش نوجوانان به فضای مجازی و استفاده از رسانه‌های اجتماعی می‌توان به تازگی، جذابیت، و نوآوری، خودشیفتگی، رفع خلأهای ارتباطی، محدودیت و محرومیت ارتباط شبکه‌ای و ارتقاء آگاهی اشاره کرد (ایلالی، حسینی امین و نامی، ۱۳۹۶). طبق پژوهش‌های انجام شده، نوجوانان پسر در اینترنت، بیشتر در جستجوی رابطه جنسی و نوجوانان دختر به دنبال رابطه عاطفی و دوستانه هستند، و در معرض خشونت مجازی قرار می‌گیرند. خشونت مجازی به شکل ارسال پیام‌های متنی توهین‌آمیز، زشت و و شرم‌آور جنسیتی و نژادی و پخش و فرستادن تصاویر و کلیپ‌های شخصی افراد با هدف آزار، عذاب، و تهدید دیگران تعریف شده است (شابکا، لاو^۷، ۲۰۱۶) خشونت مجازی، اشاره به رفتارها و اعمال تکراری و عمدی و نسبت به کودکان و نوجوانان از طریق موبایل، رایانه، و رسانه‌های دیگر دارد

(استرایبک، میلاکویچ^۸، ۲۰۱۶). که به اشکال متفاوتی هم و آزار و اذیت، تهدید مستقیم فرد یا گروه یا، بی‌آبرو کردن دیگران، گزافه‌گویی‌های اختلاف برانگیز، دستکاری هویت یا ارائه هویت غلط به دیگران، افشا کردن اطلاعات با هدف بی‌آبرو کردن، طرد از گروه‌ها، کانال‌ها و لیست دوستان آنلاین، مزاحمت سایبری، پیام‌های تهدیدکننده که نامنی و ترس برای آن‌ها به دنبال دارند، صورت می‌گیرد. از طرف دیگر، محققان، خشونت اینترنتی را به عنوان یک نوع از تجاوزگری و مشخصات مؤلفه‌ها و ویژگی‌های شخصیتی متنوع شرکت‌کنندگان در نظر می‌گیرند (محمدی و شفیعی، ۱۴۰۲). اما در ارتباط با خشونت مجازی، مسئله‌ای که در دهه‌های اخیر نگران‌کننده شده است، فرستادن پیام‌های توهین‌آمیز و پیام‌های اغراق‌آمیز از محبت، و فرستادن عکس‌های مستهجن در میان نوجوانان و جوانان است (والری، پیرا، کانسوسو و ماتوس^۹، ۲۰۱۸)

^۴Lamp

^۵Perera & DiGiacomo

^۶Chang, Chiu, Chen, Lee, Chiang, & Pan

^۷Shapka & Law

^۸Strabic & Milakovic

^۹Wally, Pereira, Ganceloso and Metos

برخلاف خشونت سنتی، خشونت مجازی به زمان و مکان محدود نمی‌شود و می‌تواند توسط فرد ناشناس به طور غیرمستقیم و مکرر صورت و ارتباط زیادی با پیرشانی شخصی، مصرف مواد، رفتارهای خودکشی و افسردگی دارد. پژوهش‌ها، نرخ شیوع خشونت اینترنتی را از ۱۵ درصد تا ۶۵ درصد در کشورهای مختلف گزارش کرده‌اند. خشونت مجازی می‌تواند پیامدهای جسمانی، اجتماعی، احساسی و آموزشی داشته باشد. پرخاشگری اینترنتی با محیط خانوادگی و هوش هیجانی افراد مرتبط است و هرچه افراد محیط خانوادگی رو به وخامت و هوش هیجانی ضعیف تری داشته باشد پرخاشگری‌های مجازی زیادتری انجام می‌دهند (تقوایی و همکاران، ۱۴۰۲). و افرادی که قربانی خشونت مجازی می‌شوند سطح بالایی از افسردگی، اضطراب، استرس و تنهایی را دارند، از تحصیل ناامید شده و گاهی از آن راه می‌کنند (گنزالس، ۲۰۲۰)

پیشینه پژوهشی

(دهقانی و همکاران، ۱۳۹۸) در مطالعه‌ای طولی نشان دادند که استفاده بلندمدت مدت از رایانه به خصوص اینترنت موجب افزایش احساس تنهایی و افسردگی شده و این دو عامل به طور غیرمستقیم بر سازگاری اجتماعی فرد اثربخشی منفی دارد. تحقیقات دیگر نشان دادند نوجوانانی که از فضای آنلاین و شبکه‌های مجازی استفاده می‌کنند، در مقایسه با نوجوانانی که از این فناوری‌های نوین استفاده نمی‌کنند سازگاری کمتر و افت تحصیلی بیشتری دارند.

همچنین طی یک نظر سنجی از ۱۹۵ دانشجوی بین‌المللی در آمریکا معلوم شد که مرادوات دانشجویان با آمریکایی‌ها و دوستان هموطن خودشان با استفاده از شبکه‌های اجتماعی به طور معنی‌داری با سازگاری اجتماعی آنان ارتباط دارد (ایسن، لی و لی، ۲۰۱۰).

(نامداری و قنبری، ۱۳۹۶) در پژوهشی ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با افسردگی، عزت‌نفس و سازگاری اجتماعی کاربران کافی‌نت‌های دبی از ملیت‌های مختلف را مورد بررسی قرار دادند و نشان دادند که افسردگی به طور منفی معنادار سازمان سازگاری اجتماعی و عزت‌نفس به طور مثبت معناداری اینترنت اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی کردند (جون^{۱۱}، ۲۰۱۶) در پژوهشی نشان داد که بین اعتیاد به تلفن همراه نشانه‌های افسردگی و ناسازگاری در نوجوانان کره‌ای رابطه وجود دارد.

با توجه به پیامدهای نامطلوب خشونت مجازی در دوره نوجوانی و نقش مخرب آن در سازگاری، نوجوانان، همچنین اثرات گسترده آن بر روی زندگی فردی، شغلی و اجتماعی آینده آنان و خانواده آن‌ها، ضروری است که اقدامات مقتضی به منظور بهبود مؤلفه‌های روان‌شناختی، هیجانی و ارتباطی این افراد صورت گیرد زیرا این پیامدهای نامطلوب می‌تواند زندگی شخصی و خانوادگی نوجوانان را با آسیب جدی روبرو کند و بر این اساس به استفاده روش‌های درمانی روان‌شناختی مناسب که به بهبود درک روان‌شناختی آن‌ها منتهی شود، اجتناب‌ناپذیر است با توجه به اهمیت آنچه گفته شد و خلأ پژوهشی در این حوزه (عدم تدوین بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی و اثربخشی آن بر سازگاری)، پژوهش حاضر درصدد تدوین بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی و ارزیابی اثربخشی آن بر سازگاری، نوجوانان است، بر این اساس، سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی بر سازگاری دانش آموزان مؤثر است؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر پژوهشی اکتشافی آمیخته‌ی متوالی و دارای دو مرحله کیفی و کمی بود. در مرحله کیفی به منظور تدوین بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی از روش کیفی تحلیل موضوعی (مضمون) استقرائی نیاز محور و در بخش کمی، از طرح نیمه آزمایشی دو گروهی پیش‌آزمون — پس‌آزمون با گروه کنترل و پیگیری دو ماهه استفاده شد. جامعه پژوهشی در بخش کیفی شامل کتب تخصصی در حوزه خشونت مجازی و تنظیم هیجان و متخصصان این حوزه بوده است. نمونه پژوهشی در این بخش شامل ۲۵ کتاب و ۱۰ متخصص بوده است. جامعه آماری در بخش کمی کلیه دانش‌آموزان متوسطه شهر ایلام در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود. نمونه آماری شامل ۳۰ دانش‌آموز متوسطه بود، که از طریق نمونه‌گیری هدفمند بر اساس ملاک‌های ورود و خروج انتخاب و به صورت تصادفی ساده در دو گروه ۱۵ نفری گواه و آزمایش قرار گرفتند تعداد نمونه بر اساس اندازه اثر ۰/۳۰،

^{۱۱}Issue.Lee, & Lee

^{۱۱}Jun

آلفای کرونباخ ۰/۰۵ و توان ۰/۹۰ با استفاده نرم‌افزار جی پاور تعیین شد. معیار ورود به این پژوهش شامل گزارش مشاور، علاقه و انگیزه جهت شرکت در برنامه و معیار خروج از پژوهش نیز عدم رضایت یا تمایل برای شرکت در پژوهش و شرکت همزمان در پژوهشی مشابه با پژوهش حاضر بود. لازم به ذکر است که جهت رعایت ملاحظات اخلاقی پژوهش، تکمیل پرسشنامه‌ها به صورت فردی اجرا و به شرکت‌کنندگان تذکر داده شد که برای شرکت در پژوهش و ادامه آن آزادی عمل داشته و اطلاعات مربوط به آن‌ها سری باقی خواهد ماند. شرکت‌کنندگان به اختیار خود و کاملاً با رضایت آگاهانه وارد مراحل درمان شدند در ابتدا از هر دو گروه آزمایش و گواه پیش‌آزمون گرفته شد، سپس شرکت‌کنندگان گروه آزمایش هر هفته به تعداد ۱۵ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت درمان بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی مورد مداخله قرار گرفتند، گروه گواه نیز مداخله‌ای دریافت نکرد، در جدول شماره ۱ شرح مختصر جلسات آموزش بسته توانمندسازی ارائه شده است پس از پایان مداخله دوباره از کلیه شرکت‌کنندگان در پژوهش (گروه آزمایش و گروه گواه) پس‌آزمون به عمل آمد، سپس از هر دو گروه (آزمایش و گواه) پس از دو ماه پیگیری به عمل آمد. به منظور تجزیه و تحلیل یافته‌ها از تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر و نرم‌افزار SPSS23 استفاده شد.

ابزار سنجش

مقیاس سازگاری:

این پرسشنامه توسط سینها و سینک در سال ۱۹۹۳ به منظور جداسازی دانش آموزان ۱۰ تا ۱۸ ساله با سازگاری خوب و از دانش آموزان با سازگاری ضعیف در سه حوزه عاطفی، آموزشی و اجتماعی تهیه شد. فرم نهایی پرسشنامه ۶۰ سؤال می‌باشد (برای هر حوزه ۲۰ سؤال). برای پاسخ‌هایی که نشانگر سازگاری می‌باشد نمره صفر، و در غیر این صورت، یک منظور می‌شود، نمره پایین، سازگاری بالاتر و نمره بالا، سازگاری با محیط را نشان می‌دهد. ضریب پایایی این مقیاس به دو روش دو نیمه کردن برای کل مقیاس ۹۵ درصد، خرده مقیاس عاطفی ۹۴ درصد، اجتماعی ۹۳ درصد و تحصیلی ۹۶ درصد گزارش شده است.

یافته‌های پژوهش

در دو بخش، نتایج کیفی و نتایج کمی تحلیل داده‌ها ارائه شده است. بخش نتایج کیفی که مربوط به تدوین بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی است، ابتدا از طریق مصاحبه نیمه ساخت دار، از طریق مصاحبه عمیق با متخصصان و خبرگان جامعه‌شناسی و روان‌شناسی و استخراج مطالب و محتوا از کتب و مقالات مرتبط جمع‌آوری شد. در مرحله دوم واحدهای معنادار استخراج شد و در مرحله سوم کدهای باز، مقولات فرعی، مقولات اصلی و مضمون پایه استخراج شد (پروتکل توانمندسازی در برابر خشونت مجازی در جدول ۱ آمده است).

در این پژوهش با هدف تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در سطح آمار توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از آزمون کولموگروف — اسمیرنوف به منظور بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین به منظور بررسی برابری واریانس‌ها، آزمون موچلی به منظور بررسی پیش‌فرض کروویت داده‌ها و آماره ام باکس فرض صفر را مورد آزمون قرار می‌دهد و نتایج نشان می‌دهد ماتریس‌های کوواریانس مشاهده شده متغیرهای وابسته در بین گروه‌های مختلف برابرند. همچنین از تحلیل کوواریانس اندازه‌گیری مکرر به منظور بررسی فرضیه پژوهش استفاده شد.

جدول ۱: پروتکل توانمندسازی در برابر خشونت مجازی (نتایج حاصل از بخش کیفی پژوهش)

| جلسه | عنوان | هدف | محتوا | تکلیف خانگی |
|------|-------------|--|--|--|
| اول | معارفه | معرفی اعضا، بیان قوانین جلسات مثل احترام به یکدیگر، گوش دادن، حضور منظم در جلسات | ابتدا آموزش‌دهنده خود را معرفی می‌کند و سپس قوانین گروه را مشخص می‌سازد و پس از آن اهداف جلسات و طول هر جلسه و چگونگی برگزاری جلسات را بیان می‌کند و در پایان از نوجوانان می‌خواهد خود را به‌طور کامل معرفی کنند و قوانین گروه پایبند بمانند | از نوجوانان خواسته می‌شود در منزل یک‌بار دیگر به مرور قوانین بپردازند و اگر موافق هستند رضایت کتبی خویش را اعلام نمایند. |
| دوم | خشونت مجازی | آشنایی با خشونت مجازی و انواع آن | بیان نظرات خویش در خصوص خشونت مجازی، دوره‌های پیشرفت دانش بشری و آشنایی مقدماتی با خشونت مجازی، عواملی که در گرایش دانش‌آموز به خشونت | تکلیف جهت آشنایی دانش‌آموزان با شاخص‌های معرف این اصل، شامل: خشونت مجازی، فضای مجازی و آزار و اذیت اینترنتی و تهدید آنلاین، جعل هویت و تأثیر خشونت مجازی بر افراد، از جمله |

| | | |
|---|--|---|
| <p>پیامدهای روانی، عاطفی و اجتماعی همراه با مثال‌های واقعی و مطالعات موردی برای افزایش آگاهی</p> | <p>مجازی نقش دارند مانند خشم، ناامیدی، و انتقام‌جویی بیان کنند.</p> | |
| <p>تحقیق در مورد یک پدیده آنلاین مانند فیک نیوز، هک شدن، یا اعتیاد به فضای مجازی و ارائه یک گزارش مختصر همراه با راهکارهای مقابله با آن. ساخت یک ویدیو کوتاه یا پادکست در مورد اهمیت حفظ حریم خصوصی در فضای مجازی. ایجاد یک گروه یا کانال در شبکه‌های اجتماعی برای تبادل اطلاعات و تجربیات در مورد شهروندی دیجیتال.</p> | <p>آموزش محافظت از خود در فضای آنلاین، آموزش استراتژی‌هایی برای حفظ حریم خصوصی آنلاین، مدیریت ایمن رمز عبور، و گزارش محتوا یا رفتار توهین‌آمیز، همکاری با والدین، معلمان و پلتفرم‌های آنلاین برای ایجاد یک محیط آنلاین امن و حمایتی برای دانش آموزان.</p> | <p>دانش آموزان را در مورد شهروندی دیجیتال مسؤولانه، رفتار آنلاین اخلاقی و پیامدهای بالقوه درگیر شدن در خشونت مجازی آموزش دهید.</p> |
| <p>مطالعه موردی در مورد یک حادثه آنلاین که منجر به ایجاد جو منفی شده است و ارائه راهکارهایی برای پیشگیری از تکرار آن. طراحی یک پوستر یا اینفوگرافیک در مورد اهمیت احترام متقابل در فضای مجازی. ساخت یک ویدیو کوتاه که در آن به اهمیت حمایت از دیگران در فضای آنلاین پرداخته شود.</p> | <p>فرهنگ همدلی و احترام را در این جوامع دیجیتالی پرورش دهید. ارتقا مهارت‌های سواد دیجیتالی و تفکر انتقادی برای کمک به دانش آموزان در ارزیابی اطلاعات آنلاین و اجتناب از انتشار محتوای نادرست یا مضر</p> | <p>دانش آموزان را تشویق کنید تا فعالانه در جوامع آنلاین مثبت، مانند انجمن‌ها، گروه‌های رسانه ایی اجتماعی و پلتفرم‌های مشارکتی شرکت کنند.</p> |
| <p>دانش آموزان می‌توانند روزانه چند دقیقه‌ای را به نوشتن درباره احساسات و افکارشان در مورد خشونت مجازی اختصاص دهند. این کار به آن‌ها کمک می‌کند تا الگوهای فکری خود را شناسایی کرده و آن‌ها را به چالش بکشند. دانش آموزان می‌توانند یک پست، کامنت یا ویدیو حاوی خشونت مجازی را تحلیل کنند و دلایل ایجاد چنین محتوایی را بررسی کنند. دانش آموزان می‌توانند یک وبسایت یا بلاگ ایجاد کنند که در آن به بررسی موضوعات مرتبط با خشونت مجازی و ارائه راهکارهای مقابله با آن پرداخته شود.</p> | <p>به آن‌ها کمک کنید افکار منفی خودکار را تشخیص دهند و آن‌ها را با افکار مثبت و واقع بینانه تر جایگزین کنید. تمرینات بازسازی شناختی را ارائه دهید و دانش آموزان را تشویق کنید تا در سناریوهای مختلف چارچوب‌بندی مجدد افکار خود را تمرین کنند</p> | <p>به دانش آموزان بیاموزید که الگوهای تفکر منفی یا تحریف شده مرتبط با خشونت مجازی را به چالش بکشند و قالب‌بندی مجدد کنند.</p> |
| <p>تکلیف در جهت مقایسه خود و یکی از دوستان یا اعضای خانواده و ذکر توانمندی‌های خودشان</p> | <p>برگزاری کارگاه‌ها یا فعالیت‌های ایفای نقش که سناریوهای خشونت مجازی را شبیه‌سازی می‌کند تا سازگاری دانش آموزان را در واکنش به موقعیت‌های چالش برانگیز افزایش دهد. خطرات و پیامدهای بالقوه تفکر سخت و یا مقاومت در برابر تغییر را هنگام مواجهه با موقعیت‌های خشونت مجازی برجسته کنید.</p> | <p>ارائه راهبردهایی برای توسعه مهارت‌های سازگاری، مانند حل مسئله، تفکر انتقادی و انعطاف‌پذیری</p> |
| <p>از نوجوانان خواسته می‌شود مهارت‌های موردنظر با انجام هر مهارت در چارچوب نمایش توسط خود با کمک والدین تمرین کنند.</p> | <p>کلیپ آموزشی مهارت‌های ارتباطی موسسه پرتو فیلم مهارت برقراری ارتباط با دیگران پیام اسمی فیلم مهارت نه گفتن موسسه یاریگران زندگی فیلم آموزش مهارت‌های ارتباطی امینه افتخاری</p> | <p>آموزش مهارت-های ارتباطی غیرکلامی، مهارت ارتباط کلامی و آموزش مهارت نه گفتن، آموزش مهارت حل تعارض و تکنیک‌های حل تعارض و راهبردهای ارتباطی بدون خشونت معرفی کنید و آموزش مهارت به پایان رساندن یک ارتباط مؤثر</p> |
| <p>از دانش آموزان خواسته می‌شود ویژگی‌های دوران نوجوانی را بیان کنند، تغییرات بلوغ را بیان کنند و راهکارهایی در جهت افزایش تاب‌آوری خود در منزل انجام داده و آن را به صورت مکتوب گزارش دهند.</p> | <p>موشن گرافیک ارتقای تاب‌آوری؛ چرا و چگونه؟ مجتمع آموزشی مفید. فیلم تاب‌آوری به عنوان یک مفهوم فردی و اجتماعی، ایمان فانی فیلم خارجی آموزش تاب‌آوری در کودکان</p> | <p>چالش فکری، بارش فکری، بازی نقش و تقویت شوخ‌طبعی و تقویت عزت‌نفس</p> |
| <p>ترسیم اهداف واقع بینانه و قابل‌دسترس و ارائه مثال‌های عینی در جهت بهبود راهبردهای مقابله در آن‌ها</p> | <p>استفاده از تئاتر درسی استفاده از کلیپ انیمیشن آموزشی مدیریت استرس دکتر نوذر نخعی کلیپ ۸ روش ساده برای مقابله با استرس مریم لاقانی</p> | <p>توانش شناختی و رفتاری برای مقابله با تنیدگی</p> |

| | | | | |
|---------|--|--|--|---|
| دهم | کنترل خشم و آموزش جرات ورزی | آشنایی با مهارت‌های کنترل خشم و نه گفتن و تشویق نظارت خود هیجانی و رفتاری | استفاده از فیلم و کتاب فیلم (مدیریت و کنترل خشم ماهان دونلو و کلیپ آموزش مدیریت خشم و پرخاشگری به کودکان مریم معصومی) کتاب (خشم چگونه با آن و بدون آن زندگی کنیم) تئاتر درسی درباره جرات ورزی انیمیشن آموزشی درباره مهارت نه گفتن حسینی مهر | از روش‌های مدیریت خشم کدام روش یا روش‌ها را به کار خواهید برد؟ چرا جملات زیر را تکمیل کنید... اگر خشم خود را ابراز کنم... اگر خشم خود را ابراز نکنم و در خود بپرزم... اگر خشمگین شوم... |
| یازدهم | توانمندسازی رشد تسلط شخصی: خودشکوفایی و نشاط اجتماعی | آشنایی با حل مسائل و رشد شخصی | بررسی تکلیف جلسه قبل، تمرکز و توجه بر مهارت‌ها و شایستگی‌های بنیادی زندگی فراتر از نیازهای موجود، آموزش فنون جرات ورزی یا ابراز وجود به منظور دستیابی به اهدافشان از طریق ایفای نقش، تسهیل و ساده‌سازی رفتارهای سازگاران در افراد، بهبود توانایی افراد برای دستیابی به زندگی اثربخش‌تر به جای | از اعضا خواسته خواهد شد تا فنون ابراز وجود یا جرات ورزی را از طریق ایفای نقش روزانه دو بار در منزل انجام دهند. تمرین هدف‌گذاری و هدف‌گزینی با توجه به شرایط و توانایی‌ها و استعدادها و خودشان پرداختن به مشکلات موجود (تأکید بر رشد شخصی) |
| دوازدهم | آموزش تفکر خلاق و انتقادی | آشنایی با مقابله با مشکلات و رشد تفکر مثبت | بررسی تکلیف جلسه قبل، تلفیق قدرت تصمیم‌گیری و حل مسئله برای رسیدن به تفکر خلاق ۱- نگاه به فراسوی تجربیات خود، ۲- تقویت انعطاف‌پذیری شناختی، ۳- توانایی توجه و تمرکز و به مسائل در مدت طولانی، ۴- ایستادگی در برابر مشکلات ۵- نیروی زیاد و تمایل برای انجام کار سخت ۶- تعهد به انجام صحیح کار | تمرین مهارت حل مسئله در دیگر زمینه‌های زندگی، تمرین فن بارش مغزی و تقویت و تمرین انعطاف‌پذیری شناختی توجه و نوشتن تصمیم‌گیری کوچک و بزرگ در زندگی |
| سیزدهم | توانمندسازی و تسهیل جریان تصمیم‌گیری | تحلیل رفتار متقابل و خودآموزی کلامی | بررسی تکلیف جلسه قبل، انواع تصمیم‌گیری احساسی، تکانشی، اجتنابی، تصمیم‌گیری گوش‌به‌زنگی، تصمیم‌گیری اخلاقی تصمیم‌گیری مطیعانه، تصمیم‌گیری منطقی، انتخاب بهترین و منطقی‌ترین تصمیم‌گیری | بررسی انواع تصمیم‌گیری در ابعاد گوناگون زندگی و تفکر در مورد علت‌های آن، تمرین تصمیم‌گیری منطقی |
| چهاردهم | توانمندسازی روانی و آموزش حل مسئله | توانایی حل مسئله و مهارت‌ها و آموزش سبک‌های حل مسئله | بررسی تکلیف جلسه قبل، مواجهه اثربخش‌تر با مشکلات و مسائل و حل کردن یا کنار آمدن با آن، افزایش آگاهی نسبت به احساسات و افکار، تعریف مشکل و شناسایی آن، طوفان فکری راه‌حل‌های ممکن، ارزیابی گزینه‌ها و تصمیم‌گیری آگاهانه را آموزش دهید. استفاده از مهارت حل مسئله، توجه به احساسات، خستگی فکری و ذهنی، دوری از تعصب و توجه به موانع اجرایی مرتبط با خود | از اعضا خواسته خواهد شد که تصمیم‌گیری و مهارت حل مسئله در زندگی خود به کار گیرند و به کارگیری انعطاف‌پذیری شناختی و ذهنی در زندگی و توجه به افکار و احساسات همراه با آن |
| پانزدهم | تکنیک مقابله با هیجانات منفی و جمع‌بندی مطالب | تنظیم هیجانی و نقش آن در مدیریت مؤثر هیجانات را به دانش آموزان آموزش دهید تکنیک‌هایی را برای تنظیم هیجانات مانند تمرینات تمرکز حواس، تمرینات تنفس عمیق و یادداشت روزانه را ارائه دهید. | موزیک بی‌کلام از دن گیبسون و موسیقی‌های آرام‌بخش طبیعی، بررسی تکلیف جلسه قبل، عدم انکار حقایق و آمادگی و توانایی روبرو شدن با شرایط موجود. نشانه‌های هشداردهنده جسمانی، عاطفی، ذهنی، رفتاری و تمرین تنفس عمیق، مدیتیشن، تصویرسازی ذهنی و آرامش عضلانی که به عنوان روش‌های بلندمدت در مقابله با اضطراب و استرس و بکار برده می‌شوند، اجرای پس‌آزمون خدمات مشاوره ایی ارائه دهید، گروه‌های حمایت از همسالان را ایجاد کنید تا به دانش آموزان در پردازش احساسات مربوط به حوادث خشونت مجازی کمک کند. | از اعضا خواسته خواهد شد تا فنون تنفس عمیق، و آرامش عضلانی، تصویرسازی ذهنی را روزانه دو بار در منزل انجام دهند. گوش دادن موسیقی بی‌کلام و ریلکس شدن در منزل ارائه مثال‌ها و مطالعات موردی که مزایای تنظیم هیجانی را در موقعیت‌های مختلف از جمله خشونت مجازی نشان می‌دهد. از طریق فعالیت‌هایی مانند ژورنال نویسی، هنر یا موسیقی، فرصت‌هایی را برای بازتاب خود و بیان خود فراهم کنید |

توصیف آماري متغیرهای پژوهش

در جدول (۲) آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد متغیرها برحسب گروه‌های بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی و کنترل آمده است.

جدول ۲: آمار توصیفی مربوط به متغیرها

| متغیرها | گروه | پیش‌آزمون | پس‌آزمون | پییگیری | انحراف معیار |
|---------|---------------------|-----------|----------|---------|--------------|
| سازگاری | آزمایش | ۵۳ | ۱۴،۴۶ | ۱۲،۲۲ | ۱۱،۵۷ |
| | توانمندسازی و کنترل | ۳۸،۰۶ | ۳۸،۶۶ | ۲،۷۶ | ۳۸،۲۶ |

جدول (۲) میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای سازگاری، در پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری دو گروه آزمایشی و کنترل را نشان می‌دهد.

جدول ۳: آزمون اثرات درون آزمودنی‌ها

| آزمون | مجموع مجذورات | درجات آزادی سؤال | میانگین مجذورات | مقدار F | سطح معناداری | مجذور اتا |
|-------------|---------------|------------------|-----------------|---------|--------------|-----------|
| زمان | ۷۵۳۱/۸۰۰ | ۲ | ۳۷۶۵/۹۰۰ | ۹۶/۴۵۹ | ۰/۰۰۰ | ۰/۷۷۵ |
| زمان / گروه | ۶۲۱۷/۲۲۲ | ۲ | ۳۱۰۸/۶۱۱ | ۷۹/۶۲۴ | ۰/۰۰۰ | ۰/۷۴۰ |
| خطا | ۲۱۸۶/۳۱۱ | ۵۶ | ۳۹/۰۴۱ | | | |

بر اساس نتیجه به دست آمده از جدول (۳) همان‌طور که مشاهده می‌شود اثر تعاملی زمان / گروه در سطح خطای ۰/۰۵ معنی‌دار شده است.

همچنین جدول (۴) نتایج آزمون لون جهت سنجش برابری واریانس‌های را نشان می‌دهد.

جدول ۴: نتایج آزمون لون جهت سنجش برابری واریانس‌ها

| آزمون | مقدار F | درجات آزادی ۱ | درجات آزادی ۲ | سطح معناداری |
|----------------------|---------|---------------|---------------|--------------|
| پیش‌آزمون سازگاری | ۲/۹۳۶ | ۱ | ۲۸ | ۰/۰۹۸ |
| پس‌آزمون سازگاری | ۱/۶۱۳ | ۱ | ۲۸ | ۰/۲۱۴ |
| پیگیری آزمون سازگاری | ۱/۱۰۸ | ۱ | ۲۸ | ۰/۳۰۱ |

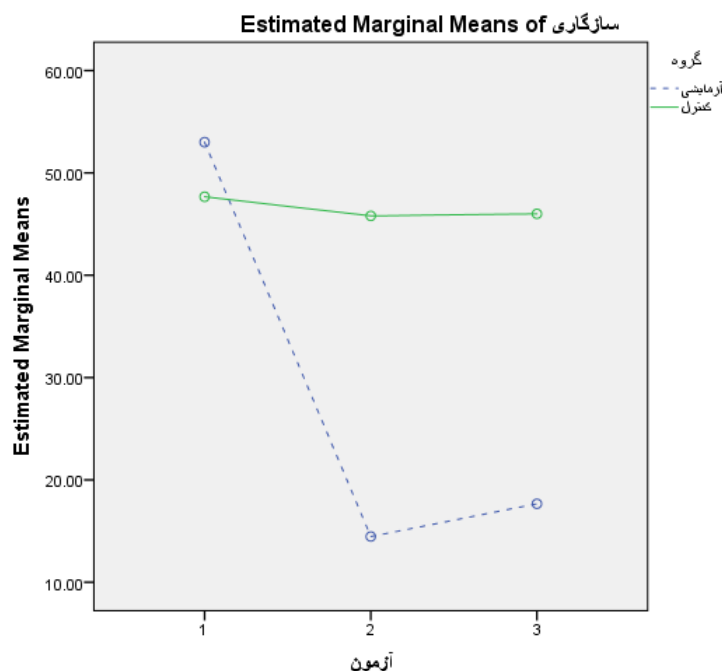
همان‌طور که در (۴) مشاهده می‌شود در هر ۳ آزمون سطح معناداری بزرگ‌تر از (Sig > ۰/۰۵) است و نتیجه گرفته می‌شود که واریانس پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری متغیر سازگاری برابر است.

جدول (۱۰) نتایج تفاوت بین آزمون‌ها در دو گروه را نشان می‌دهد.

جدول ۵: نتایج آزمون اصلی تفاوت بین آزمون‌ها در دو گروه

| آزمون | مجموع مجذورات | درجات آزادی سؤال | میانگین مجذورات | مقدار F | سطح معناداری | مجذور اتا |
|----------|---------------|------------------|-----------------|----------|--------------|-----------|
| اینترسیت | ۱۲۶۱۱۲/۹۰۰ | ۱ | ۱۲۶۱۱۲/۹۰۰ | ۱۱۹۰/۳۵۰ | ۰/۰۰۰ | ۰/۹۷۷ |
| گروه | ۷۳۸۰/۲۷۸ | ۱ | ۷۳۸۰/۲۷۸ | ۶۹/۶۶۱ | ۰/۰۰۰ | ۰/۷۱۳ |
| خطا | ۲۹۶۶/۴۸۹ | ۲۸ | ۱۰۵/۹۴۶ | | | |

بر اساس نتیجه به دست آمده از جدول (۵) همان‌طور که مشاهده می‌شود اثرات گروه معنی‌دار شده است به این معنی که میزان سازگاری در دو گروه با هم تفاوت دارد و بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی بر سازگاری دانش‌آموزان متوسطه شهر ایلام تأثیر داشته است. نمودار (۱) نیز میزان سازگاری در دو گروه بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی و کنترل را به‌صورت جداگانه در پیش آزمون، پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد.



نمودار (۱) نشان می‌دهد که سازگاری در گروه بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی در پس آزمون و پیگیری افزایش یافته در حالی که سازگاری در گروه کنترل تفاوتی چندانی نداشته است.

نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر، اثربخشی بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی بر سازگاری دانش آموزان متوسطه می‌باشد. نتایج پژوهش نشان داد که میزان سازگاری در دو گروه با هم تفاوت دارد و این بدان معنی است که بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی بر سازگاری دانش آموزان متوسطه شهر ایلام تأثیر داشته است. پژوهش حاضر با پژوهش‌های نیک نشان و همکاران (۱۴۰۲)، نریمانی و حاجی قاضی (۱۹۳۳) و سعدی پور (۲۰۱۷) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که تمایلات خشونت مجازی با سازگاری ارتباط منفی دارد. این به این معنی است که هرچه سازگاری کمتر باشد، تمایل بیشتری برای تبدیل شدن به یک بازیگر در آزار و اذیت مجازی وجود دارد و این نشان می‌دهد که سازگاری در رفتارهای مجازی نقش دارد.

در تبیین نتایج مربوط به تأثیر روش آموزش سازگاری، بر خشونت مجازی می‌توان گفت، سازگاری، جریان پیوسته‌ای است که در آن تجارب یادگیری اجتماعی افراد باعث ایجاد نیازهای روانی شده و امکان بدست آوردن توانایی و مهارت‌های لازم در جهت ارضاء نیازها را فراهم می‌سازد (مالای، ناتانینگیس، ۲۰۲۲، ۱۲). سازگاری مفهومی پیچیده و چند بعدی و فرایندی مداوم و پویاست و به رابطه متوازن بین شخص و محیط به این روش که فرد نیازهای خاص خود را مطابق با خواسته‌های اجتماعی ارضاء نماید، اشاره دارد. سازگاری دانش آموزان شامل ابعاد مختلفی است که در رأس همه، سازگاری تحصیلی و اجتماعی قرار دارد. سازگاری تحصیلی یک مفهوم چند بعدی به معنای توانمندی فراگیران در پاسخ‌دهی موفقیت‌آمیز به تقاضاهای گوناگون و مختلف محیط آموزشی و سازگاری اجتماعی متضمن کنش متقابل دو یا چند انسان است که ملاک اندازه‌گیری رشد اجتماعی هر کس، سازگاری او با محیط اطراف خود می‌باشد (پرت، ایاد داویر، کانگراد، ۲۰۲۱، ۱۳). در شکل‌گیری سازگاری عواملی چون شیوه‌های تربیتی، ارزش‌ها و اعتقاد حاکم بر فرد و جامعه، همسالان، خانواده و آموزش و پرورش مؤثر هستند. سازگاری اجتماعی مهارتی است که باید یاد داده شود و کیفیت آن مانند دیگر آموخته‌ها به میزان علاقه و تلاش‌های فرد برای یادگیری بستگی دارد (خسروی، احمد و همکاران، ۱۳۹۵).

بسیاری از دانش آموزان در تقابل با مشکلات تحصیلی، اجتماعی و شخصی پریشان می‌شوند، تا آنجا که حتی برای رفتن به مقاطع بالاتر نیاز شدید به سازگاری با عادات تحصیلی و انتظارات جدید پیدا می‌کنند، فقدان سازگاری تحصیلی علاوه بر آسیب‌هایی همچون کاهش عملکرد تحصیلی و سرخوردگی، ممکن است به ترک تحصیل نیز منتهی شود (مارانا، سگیارتو، ۲۰۱۲، ۱۴). همچنین، ضعیف بودن میزان سازگاری اجتماعی دانش آموزان در زمینه مرادفات اجتماعی باعث می‌شود که آن‌ها در ارتباط با دیگران دچار مشکل شده و از نظر توانمندسازی اجتماعی دچار شک‌هایی شوند که همین مسئله سبب بروز مشکلات اجتماعی، روانی و تحصیلی در دانش آموزان می‌شود و پیامد آن ترک تحصیل، درگیری با خانواده، اعتیاد و افسردگی برای آن‌هاست. بنابراین کسب به یک حد متعادل از سازگاری اجتماعی، امکان رشد و تحول، رفع نیازها و خواسته‌های فرد را امکان‌پذیر یا تسهیل می‌نماید (دستی، نیر و همکاران، ۱۴۰۰).

از طرف دیگر استفاده روز افزون از فناوری رایانه و نفوذ گسترده اینترنت، بسیاری از افراد به ویژه دانش آموزان را با اختلال بهداشت روانی و ارتباطات اجتماعی ناشی از ابتلا به اعتیاد به فضای مجازی مواجه ساخته است (ین کوی، وو، ویانگ، ۲۰۱۱). خشونت مجازی یک جریان آسیب‌شناسی استفاده از فضای مجازی است که موجب تشکیل یک شرایط روانی می‌شود که در آن حالت رفتار شخص مختل شده و یک اختلال در وضعیت شناختی وی نیز تشکیل می‌شود، از نشانه‌های این وضعیت روانی می‌توان به ایجاد مشکلات درونی در فرد، مسائل و مشکلات ایجاد شده در محل کار، فراموش کردن مسئولیت در قبال خانواده و دوستان و شغل اشاره کرد. (درگاهی، حسین، رضوی، سید منصور، ۱۳۸۶) در تحقیق خود دریافتند افراد دارای پرخاشگری مجازی، درجات متنوعی از رفتارهای روانی ۱۵- اجتماعی مانند احساس بیگانگی با خود، احساس ناتوانی و ضعف در انجام امور، رفتار ناهنجار اجتماعی، ناسازگاری، درون‌گرایی و رفتار احساسی را از خود بروز می‌دهند. خشونت مجازی مانند هر بیماری روانی دیگر نیاز به شناخت، آموزش و درمان دارد (Saduc, & Saduc, 2015). نتایج پژوهش‌ها نشان داد که رابطه معنادار منفی بین خشونت مجازی با سازگاری فردی اجتماعی و تعلق اجتماعی دانش آموزان وجود دارد. به عبارتی خشونت مجازی باعث کاهش سازگاری فردی و اجتماعی و همچنین باعث کاهش تعلق اجتماعی دانش آموزان می‌شود. اعتیاد به فضای مجازی یا اینترنت که به آن استفاده اجباری از اینترنت (CIU) و استفاده بیمارگونه از اینترنت (PIU) می‌گویند رفتاری است که در آن فرد به گذراندن مدت فراوانی در اینترنت یا شبکه‌های اجتماعی، بازی‌های آنلاین و... برای روبرو شدن با استرس‌های زندگی وابسته می‌شود تا جایی که به روابط، کار و سلامتی خودش آسیب می‌زند. تشخیص اعتیاد به فضای مجازی شاید کمی سخت باشد چون در حال حاضر بیشتر افراد در دنیا از فضای مجازی استفاده می‌کنند، اما تفاوت زیادی بین حد تعادل و زیاده‌روی وجود دارد. اگر نوجوانان به تمام مسئولیت‌ها و کارهایی که دارند به خوبی رسیدگی کنند، از اینترنت برای پیشبرد اهداف و پژوهش‌هایشان استفاده کنند و بخشی از زمانشان را هم برای تفریح در فضای مجازی و در کانال‌های آموزنده و سرگرم‌کننده اختصاص دهند هیچ مشکلی ایجاد نمی‌شود (اسچیمنتی، پاسانیسی، ۲۰۱۷، ۱۶).

در این زمینه بیان می‌دارند که فرآیندهای سازگاری در زمینه تبادلات مفید اجتماعی اتفاق می‌افتد و اجتماعی شدن زمینه افزایش سازگاری را تامین می‌نماید. بر این اساس خشونت مجازی می‌تواند با کاهش روابط واقعی اجتماعی و با کاهش سازگاری اجتماعی در ارتباط باشد. بنابراین، افرادی که در برابر خشونت مجازی توانمند می‌باشند، به دلیل آگاهی هیجانی و قدرت در پردازش شناختی احساسات خود معمولاً قادر به شناسایی، درک و توصیف هیجان‌های خود هستند و توانایی بالاتری در سازگاری با شرایط پرتنش دارند. در صورتی که افراد نتوانند هیجان‌های منفی ناشی از خشونت مجازی را بیان و تخلیه کنند، بخش روان‌شناختی سیستم‌های ابراز هیجان و پریشانی روانی شدت می‌یابد، که در نتیجه برای کاستن تنش، به گرایش رفتاری ناسازگار گونه به هر روشی و در هر مکانی مانند فضای مجازی، جهت تخلیه هیجان‌ها و فشارها روی می‌آورند (Chiu SI, 2014). از این رو، می‌توان گفت، درک اصول روانشناسی فردی از طریق مداخله‌های رفتاری چون، مهارت‌های سازگاری که به برابری، روابط

^{۱۴}Maranata & Sugiharto

^{۱۵}Yen, Ko Yen, Wu & Yang

^{۱۶}Schimmenti & Passanisi

اجتماعی، همکاری، احترام و همدلی می‌پردازد، می‌تواند راهبردهای پیشگیرانه را در رابطه با قلدری در مدرسه به دست دهد. همچنین، نگرانی و اضطراب آن‌ها، منجر به بروز رفتارهای نامطلوب با سایر کاربران به صورت رفتارهای خشونت مجازی می‌شود، لذا از طریق آموزش مهارت سازگاری، می‌توان به اعضای گروه آموخت که در موقعیت‌های متفاوت، رفتار مناسب هیجانی از خود نشان دهند و برانگیختگی هیجانی کمتری داشته باشند. تدوین بسته توانمندسازی به نوجوانان کمک می‌کند تا مهارت‌های مقابله‌ای را برای کنترل هیجانات، مدیریت استرس و سازگاری سالم را بیاموزند. پژوهش در این زمینه می‌تواند به طراحی ابزارهای آموزشی مؤثر کمک کند.

بنابراین آموزش فضای مجازی و توانمندسازی آن‌ها در کاهش خشونت مجازی مستلزم محتوایی است که بر اساس اصول آموزشی و بر اساس نظریات نظریه‌پردازان تهیه و تدوین شده باشد، آموزش با کیفیت توانمندسازی در برابر خشونت مجازی، شهروندی دیجیتال و ایمنی آنلاین برای نوجوانان تنها به غنای تعاملات مجازی آن‌ها می‌افزاید، بلکه ظرفیت نوجوانان را برای رویارویی با پیام‌ها، تصویرسازی آینده‌های ممکن و انسجام اجتماعی افزایش می‌دهد. خشونت مجازی شبیه هر بیماری روانی دیگر نیاز به شناخت، آموزش و درمان دارد. بنابراین تدوین بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی، گامی رو به جلو در افزایش سازگاری دانش آموزان می‌باشد.

نتایج این مطالعه نشان داد که بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی بر سازگاری دانش آموزان متوسطه مؤثر بوده است. مهم‌ترین محدودیت این پژوهش مربوط به اعتبار بیرونی است، چرا که جامعه آماری دانش آموزان متوسطه شهر ایلام بودند، لذا تعمیم یافته‌ها به سایر فرهنگ‌ها و شرایط با محدودیت روبرو است. شیوه نمونه‌گیری و انتخاب آزمودنی به صورت غیر احتمالی و هدفمند بود و از این رو به دلیل سطح پایین اطمینان و سطوح بالای سوگیری، در تعمیم یافته‌های این پژوهش باید احتیاط کرد. بر اساس یافته‌های پژوهش پیشنهاد می‌شود، اثربخشی بسته توانمندسازی در برابر خشونت مجازی بر سایر مشکلات روان‌شناختی دانش آموزان نیز بررسی شود. همچنین پیشنهاد می‌شود پژوهشی در خصوص تجارب زیسته کودکان و نوجوانان در خصوص خشونت مجازی انجام گیرد.

ملاحظات اخلاقی

مشارکت نویسندگان

مشارکت نویسندگان در این مقاله مستخرج از پایان‌نامه به شکل زیر است:

نویسنده اول: تهیه و آماده‌سازی نمونه‌ها، انجام آزمایش و گردآوری داده‌ها، انجام محاسبات، تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها، تحلیل و تفسیر اطلاعات و نتایج، تهیه پیش‌نویس مقاله.

نویسنده دوم: استاد راهنمای پایان‌نامه، طراحی پژوهش، نظارت بر مراحل انجام پژوهش، بررسی و کنترل نتایج، اصلاح، بازبینی و نهایی‌سازی مقاله.

نویسنده سوم: استاد مشاور پایان‌نامه، مشارکت در طراحی پژوهش، نظارت بر پژوهش، مطالعه و بازبینی مقاله.

تعارض منافع

بر اساس اظهارات نویسندگان، این مقاله تعارض منافی ندارد.

حامی مالی

این پژوهش با حمایت معنوی معاونت پژوهشی واحد مبارکه دانشگاه آزاد اسلامی انجام شده است.

سپاس‌گزاری

از تمامی مشارکت‌کنندگان در این پژوهش سپاس‌گزاری می‌شود

منابع

- آزادی، شیرین. (۱۴۰۱). مقایسه تاب آوری و سازگاری اجتماعی در افراد رزمی کار و غیر رزمی کار، پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه.
- ایلالی، سید حسن؛ حسینی امین، سیده نرگس؛ نامی، مینا (۱۳۹۶). علل گرایش کاربران ایرانی به شبکه‌های مجازی، جامعه فرهنگ و رسانه، ۲۵، ۸۶-۶۷.
- برات دستجردی، نگین (۱۳۹۳). بررسی نقش شبکه‌های سایبری بر هویت فرهنگی دانشجویان دانشگاه اصفهان، جامعه شناسی کاربردی، ۲۵، ۱۷۰-۲۵۲.
- بهمنی، بهناز؛ تریبان، سحرالسادات؛ رضایی نژاد، سالار؛ منطری توکلی، وحید و معینی فرد، مژگان (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی آموزش خودکارآمدی هیجانی بر سازگاری اجتماعی و اضطراب اجتماعی نوجوانان. پژوهش های کاربردی روانشناختی (روانشناسی و علوم تربیتی)، ۷، ۶۹-۸۰.
- تقوایی، سینا. مقایسه دشواری تنظیم هیجان، خشونت سایبری و نوموفوبیا در دانشجویان معتاد به شبکه مجازی و عادی. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت، ۱۴۰۰.
- حاجی شمسایی، مهدی؛ کارشکی، حسین؛ امین یزدی، سیدامیر (۱۳۹۲). «نقش خودتنظیمی در سازگاری تحصیلی دانش آموزان دختر و پسر». فصلنامه پژوهش در نظام‌های آموزشی، ۱، ۲۱.
- خسروی، احمد و همکاران (۱۳۹۵) بررسی تاثیر کتاب درمانی بر کاهش کمرویی و افزایش سازگاری اجتماعی دانش آموزان دبستان دخترانه. نشریه پرستاری کدکان، ۲، ۲۳-۲۱.
- دشتی، نیر و همکاران (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش حل مسأله به روش شناختی- اجتماعی بر خود توانمندسازی اجتماعی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دختر. فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، ۱۹، ۹۰-۵۲.
- دهقانپور، نورا و همکاران (۱۳۹۷). پیش بینی میزان استفاده از شبکه های مجازی بر اساس سازگاری اجتماعی و کنترل عواطف در نوجوانان. مطالعات رسانه ای، ۴۱.
- درگاهی، حسین، رضوی، سید منصور (۱۳۸۶)، اعتیاد به اینترنت و عوامل موثر بر آن در ساکنان منطقه ۲ غرب تهران. نشریه پایش، ۶، ۲۷۵-۲۷۲.
- فرشیدی، پیام (۱۴۰۱). رابطه پرخاشگری با عزت نفس نوجوانان پسر و دختر شهر کرمانشاه، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرمانشاه.
- سپهریان آذر، فیروزه. و فتاحی، امید (۱۳۹۳). «اثربخشی آموزش تیپ‌های شخصیت انیه گرم بر سازگاری تحصیلی دانشجویان». دو فصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت، ۱۰، ۲۹-۴۰.
- صفایی نایینی، کاوس؛ نریمانی، محمد؛ کاظمی، رضا و موسی زاده، توکل (۱۳۹۸). اثر بخشی مصاحبه‌ی انگیزشی گروهی و آموزش تنظیم هیجان بر کاهش رفتار قلدری و فرسودگی تحصیلی نوجوانان کاربر شبکه‌های اجتماعی مجازی. فصلنامه روان شناسی تربیتی، ۱۵، ۹۵-۱۲۶.
- محمدی، عقیل و شفیع، شیوا (۱۴۰۲). ممنوعیت خشونت سایبری علیه زنان و دختران از رهگذر اسناد جهانی و منطقه ای حقوق بین الملل بشر، پنجمین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، حقوق، مطالعات اجتماعی و روانشناسی.
- ولی، زهرا (۱۳۹۶). بررسی اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر کاهش خشونت زناشویی و افزایش سازگاری زناشویی در زوجین دچار تعارض زناشویی، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه لرستان.
- ناصری طاهری، میثم و شهیدی، محسن (۱۴۰۱). هویت سازی و تربیت دینی فرزندان (دوران کودکی و نوجوانی)، سومین کنفرانس ملی مدیریت، اقتصاد و علوم اسلامی.

References

- Bechtoldt, M. N. Go tmann, A. Moslener, U. & Pauw, W. P. (2021). Addressing the climate change adaptation puzzle: a psychological science perspective. *Climate Policy*, 21(2), 186-202.
- Chang, F.C.; Chiu, C.H.; Miao, N.F.; Chen, P.H.; Lee, C.M.; Chiang, J.T. & Pan, Y.C. (2015). "The relationship between parental mediation and Internet addiction among adolescents, and the association with cyberbullying and depression". *Comprehensive Psychiatry*. 57, 21-28.
- Chiu SI. The relationship between life stress and smartphone addiction on Taiwanese university student: A mediation model of learning self-efficacy and social self-efficacy. *Computers in Human Behavior*. 2014. 34,49-57
- Gonsalve, s. oneN ounseo phaonbdi a its arnedla tionlsifheispt ylteo: pBseyhcahvoipoar tRhoeploogrites,s .2020.
- Jun, S. The reciprocal longitudinal relationships between mobile phone addiction and depressive symptoms among Korean adolescents. *Computers in Human Behavior*. 2016. 58, 179-186.
- Lamp, K. (2013). Personal and Contextual Resilience Factors and Their Relations to Psychological Adjustment Outcomes across the Lifespan: A Meta – Analysis. Ph.D. Thesis in Counseling Psychology. University of Illinois at Chicago.
- Lee, J., & Lee, H. The computer-mediated communication network: Exploring the linkage between the online community and social capital. *new media & society* .2010. 12, 711-727.
- Malay, E. D., & Nataningsih, A. Does The Use Of Social Network Service LINE Affect First-Year College Students' Social Adjustment?. *Jurnal psikologi sosial*. 2022. 18, 11-18.
- Maranata, P., Wibowo, M. E., & Sugiharto, D. Y. P. The Effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy Group Counseling to Reduce Loneliness through Increasing Self-Adjustment for New College Students. *Jurnal Bimbingan Konseling*, .2021. 8, 181-180.
- Steinberg, L. (2017). A social neuroscience perspective on adolescent risk-taking *Developmental Review*. 28, 78–106..
- Namdari Pezhman, M., Amani, A., Ghanbari, S., & Kareshki, H. Structural analysis of relationship of internet addiction with depression, social adjustment and self-esteem. *Avicenna Journal of Clinical Medicine*. 2012. 19, 41-48.
- Perera, H. N. & DiGiacomo, M. (2016). "The role of trait emotional intelligence in academic performance during the university transition: An integrative model of mediation via social support, coping, and adjustment". *Personality and Individual Differences*. 83, 208-213.
- Perret, P., Ayad, M., Dauvier, B., & Congard, A. Self-and parent-rated measures of personality are related to different dimensions of school adjustment. *Learning and Individual Differences*. 2021. 1, 181-182.
- Saduc, J. B., Saduc, M. A., Rouyz, M. (2009). Early amyloid deposition in the medial temporal lobe of young Down syndrome patients: a regional quantitative analysis. *Exp Neurol*. 150, 296–304.

- Sadock, B., J., Sadock, V. A. (2003). *Synopsis of Psychiatry Philadelphia*: Lippincott Williams & Wilkins 7- Sinha, A. K. P. & Singh, R. P. *The Adjustment Inventory for school students (AISS)*. Agra. National Psychological Corporation.
- Schimmenti A, Passanisi A, Caretti V, La Marca L, Granieri A, Iacolino C, Gervasi AM, Maganuco NR Billieux J. Traumatic experiences, alexithymia, and Internet addiction symptoms among late adolescents: A moderated mediation analysis. *Addictive Behaviors*. 2017. 64,314-320.
- Shapka, D. J. & Law, M. D. d behaviors parenting in differences Ethnic e Youth of Journal bullying cyber in engagement adolescent for motivations. 2014. 42, 723-738.
- Strabić, N., & Milaković, A. T. Cyberbullying among children and its comparison to traditional forms of peer violence. *Kriminologija & Socijalna Integracija*. 2016. 24, 184-201.
- Schimmenti A, Passanisi A, Caretti V, La Marca L, Granieri A, Iacolino C, Gervasi AM, Maganuco NR Billieux J. Traumatic experiences, alexithymia, and Internet addiction symptoms among late adolescents: A moderated mediation analysis. *Addictive Behaviors*. 2017. 64,314-320.
- Yen, J. Y., Ko, C. H., Yen, C. F., Wu, H. Y., & Yang, M. J. The comorbid psychiatric symptoms of Internet addiction: attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD), depression, social phobia, and hostility. *Journal of adolescent health*. 2011. 11, 21-28.