



نقش میانجی احساس تنهایی در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده و قلدری نوجوانان ورزشکار

فائزه اسماعیلی^a، محمدعلی صاحبکاران^b، هادی صمدیه^c

^a کارشناس ارشد مدیریت ورزشی، گروه علوم ورزشی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران.

^b نویسنده مسئول، عضو هیأت علمی گروه علوم ورزشی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران.

^c عضو هیأت علمی گروه روان‌شناسی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران.

نویسنده مسئول: محمدعلی صاحبکاران (۰۵۶۳۱۰۲۶۹۲۶؛ msahebkar@birjand.ac.ir)

چکیده: هدف پژوهش حاضر بررسی نقش حمایت اجتماعی ادراک شده و احساس تنهایی در تبیین قلدری نوجوانان ورزشکار بود. این پژوهش به صورت توصیفی-همبستگی و با طرح مقطعی روی ۵۰۳ دانش‌آموز ورزشکار ۱۱ تا ۱۸ سال استان خراسان جنوبی انجام شد که به روش در دسترس انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از مقیاس چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک شده (MSPSS)، مقیاس احساس تنهایی دی‌توماتسو (SELSA-S) و مقیاس قلدری ایلی‌نویز (IBS) استفاده شد. یافته‌های پژوهش حاکی از وجود رابطه منفی و معنادار بین حمایت اجتماعی ادراک شده و احساس تنهایی و نیز رابطه مثبت و معنادار بین احساس تنهایی و قلدری بود. همچنین، اثر مستقیم حمایت اجتماعی ادراک شده بر قلدری معنادار نبود، اما اثر غیرمستقیم آن از طریق احساس تنهایی منفی و معنادار بود که نقش میانجی‌گری احساس تنهایی را تأیید کرد. بر این اساس، تقویت حمایت اجتماعی در خانواده، مدرسه و محیط‌های ورزشی می‌تواند با کاهش احساس تنهایی، در کاهش رفتارهای قلدرانه نوجوانان ورزشکار نقش مؤثری داشته باشد.

کلمات کلیدی: حمایت اجتماعی ادراک شده، احساس تنهایی، قلدری، نوجوانان ورزشکار، ورزش مدرسه‌ای.

۱- مقدمه

دوره نوجوانی یکی از مهم‌ترین مراحل رشد انسان است که با تغییرات گسترده جسمانی، شناختی، هیجانی و اجتماعی همراه بوده و نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری هویت، شخصیت و الگوهای رفتاری افراد دارد (میوس، ۲۰۱۶). در این دوره، نوجوانان بیش از سایر مراحل زندگی تحت تأثیر خانواده، همسالان، مدرسه و محیط‌های اجتماعی قرار می‌گیرند و کیفیت این تعاملات می‌تواند سلامت روان، سازگاری اجتماعی و رفتارهای آنان را به طور قابل توجهی تحت تأثیر قرار دهد (تمنائی‌فر و همکاران، ۱۳۹۲؛ بهروزی و همکاران، ۱۳۹۷). یکی از مهم‌ترین آسیب‌های رفتاری این دوره، قلدری است که به رفتارهای عمدی، تکرارشونده و مبتنی بر عدم توازن قدرت اطلاق می‌شود و می‌تواند به صورت جسمانی، کلامی، رابطه‌ای یا سایبری بروز یابد (آندرو و همکاران، ۲۰۲۱). پژوهش‌های داخلی و خارجی نشان داده‌اند که قلدری با پیامدهای نامطلوبی همچون کاهش سازگاری اجتماعی، افت عملکرد تحصیلی و ورزشی، اضطراب، افسردگی، کاهش عزت نفس و افت کیفیت زندگی همراه است (غرق و همکاران، ۱۴۰۳؛ محمدی و همکاران، ۱۴۰۳؛ وو و همکاران، ۲۰۲۳؛ ژانگ و دنگ، ۲۰۲۴). اگرچه فعالیت‌های ورزشی معمولاً به عنوان بستری برای رشد مهارت‌های اجتماعی، ارتقای سلامت روان و تقویت تعاملات مثبت شناخته می‌شوند، اما شرایطی مانند رقابت، ساختار قدرت در تیم‌ها و تعاملات میان ورزشکاران و مربیان



می‌تواند در برخی موقعیت‌ها زمینه بروز رفتارهای قلدرانه را نیز فراهم سازد (همایون‌نیا فیروزجاه، ۱۴۰۳؛ بنیتز-سیلرو و همکاران، ۲۰۲۳).

با توجه به پیچیدگی رفتارهای قلدرانه، پژوهشگران در سال‌های اخیر از تبیین‌های صرفاً فردمحور فاصله گرفته و بر نقش عوامل محیطی و روان‌شناختی در شکل‌گیری این رفتار تأکید کرده‌اند. در این میان، رویکرد بوم‌شناختی رشد رفتار نوجوان را حاصل تعامل مستمر ویژگی‌های فردی با لایه‌های مختلف محیطی می‌داند و بر نقش خانواده، همسالان، مدرسه، باشگاه‌های ورزشی و فرهنگ اجتماعی در شکل‌گیری یا پیشگیری از رفتارهای اجتماعی تأکید می‌کند (ژو و همکاران، ۲۰۲۳؛ دلار، ۲۰۲۴). بر اساس این دیدگاه، قلدری صرفاً ناشی از ویژگی‌های شخصیتی افراد نیست، بلکه محصول کیفیت روابط اجتماعی و شرایط محیطی است که نوجوان در آن حضور دارد. از این‌رو، محیط‌های ورزشی نیز به دلیل تعامل مستمر با هم‌تیمی‌ها، رقابت و ارتباط نزدیک با مربیان، یکی از مهم‌ترین بسترهای اثرگذار بر رفتار نوجوانان محسوب می‌شوند. در این زمینه، فرانکلین (۲۰۲۴) نشان داد سبک مربیگری حمایتگر و مشارکتی با کاهش قلدری و افزایش احساس تعلق تیمی همراه است، درحالی‌که سبک‌های تحقیرآمیز و نتیجه‌محور احتمال بروز رفتارهای قلدرانه را افزایش می‌دهند. همچنین، بوروویچ و همکاران (۲۰۲۲) حمایت همسالان را یکی از مهم‌ترین عوامل محافظتی در کلاس‌های تربیت‌بدنی معرفی کردند.

در چارچوب این رویکرد، حمایت اجتماعی ادراک‌شده به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل محافظتی شناخته می‌شود و به برداشت ذهنی فرد از میزان حمایت عاطفی، اطلاعاتی و ابزاری دریافت‌شده از خانواده، دوستان و سایر افراد مهم زندگی اشاره دارد (زیمت و همکاران، ۱۹۸۸). مطابق نظریه حمایت اجتماعی به‌مثابه سپر، برخورداری از شبکه‌های حمایتی مناسب می‌تواند آثار منفی موقعیت‌های تنش‌زا را کاهش داده، سلامت روان و سازگاری اجتماعی افراد را ارتقا دهد (کوهن و ویلز، ۱۹۸۵، به نقل از بهروزی و همکاران، ۱۳۹۷). شواهد پژوهشی نیز این دیدگاه را تأیید می‌کند؛ به‌گونه‌ای که غرق و همکاران (۱۴۰۳) نشان دادند حمایت اجتماعی ادراک‌شده علاوه بر اثر مستقیم، از طریق افزایش عزت‌نفس شدت قلدری و قربانی‌شدن را کاهش می‌دهد. معنوی‌پور و همکاران (۱۴۰۳) نیز گزارش کردند حمایت اجتماعی از طریق افزایش تاب‌آوری با کاهش قلدری و قربانی‌شدن همراه است. همچنین، وو و همکاران (۲۰۲۳) دریافتند نوجوانانی که از حمایت بیشتری برخوردارند، احساس تعلق بالاتری داشته و کمتر در چرخه قلدری قرار می‌گیرند. افزون بر این، پژوهش‌های داخلی نشان داده‌اند که حمایت اجتماعی ادراک‌شده با سلامت روان مطلوب‌تر، عزت‌نفس بیشتر، کاهش مشکلات رفتاری و کاهش احساس تنهایی رابطه دارد (تمنائی‌فر و همکاران، ۱۳۹۲؛ اکبری‌بلوطبنگان و همکاران، ۱۳۹۸؛ صادق‌زاده و همکاران، ۱۴۰۱).

در کنار حمایت اجتماعی ادراک‌شده، احساس تنهایی یکی از مهم‌ترین متغیرهای روان‌شناختی مرتبط با سلامت روان و رفتارهای اجتماعی نوجوانان به‌شمار می‌رود. احساس تنهایی تجربه‌ای ذهنی و ناخوشایند است که در نتیجه نارضایتی فرد از کیفیت یا کمیت روابط اجتماعی خود شکل می‌گیرد و می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلات هیجانی، شناختی و رفتاری شود (شریعتمدار و مفتاح، ۱۴۰۳). بر اساس نظریه نیاز به تعلق، انسان‌ها نیاز بنیادی به برقراری و حفظ روابط اجتماعی مثبت و پایدار دارند و در صورت برآورده نشدن این نیاز، احساس طردشدگی، انزوا و تنهایی را تجربه می‌کنند که می‌تواند زمینه بروز رفتارهای ناسازگار را فراهم سازد. از این منظر، برخورداری از حمایت خانواده، دوستان، مربیان و سایر افراد مهم، احساس تعلق و امنیت روان‌شناختی را تقویت کرده و احتمال تجربه تنهایی و پیامدهای منفی ناشی از آن را کاهش می‌دهد.

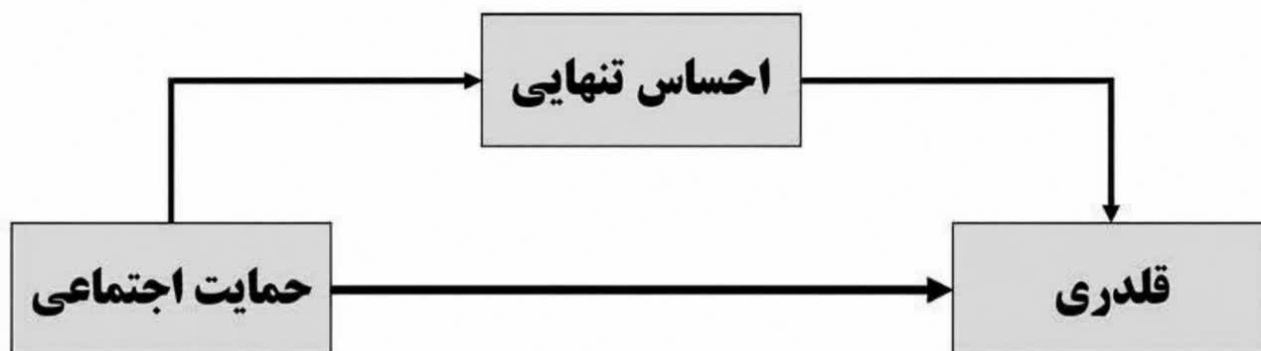


شواهد پژوهشی نیز این دیدگاه را تأیید می‌کنند. پژوهش‌های داخلی نشان داده‌اند که احساس تنهایی با افسردگی، اضطراب، کاهش عزت نفس و افت سازگاری اجتماعی رابطه مثبت و معناداری دارد (غلامی و رضایی، ۱۳۹۷؛ محمدی و همکاران، ۱۴۰۳). همچنین، صادق‌زاده و همکاران (۱۴۰۱) گزارش کردند که کاهش حمایت اجتماعی ادراک‌شده با افزایش احساس تنهایی همراه است. در مطالعات خارجی نیز متیوز و همکاران (۲۰۲۲)، نیومن و همکاران (۲۰۲۳) و پنگ و همکاران (۲۰۲۴) نشان دادند نوجوانانی که احساس تنهایی بیشتری را تجربه می‌کنند، بیش از سایرین در معرض مشکلات هیجانی، افسردگی، ناامیدی، رفتارهای پرخطرانه و مشارکت در نقش‌های قلدر و قربانی قرار دارند. افزون بر این، نری و همکاران (۲۰۲۰) بیان کردند که کاهش حمایت خانواده، همسالان و مربیان در محیط‌های ورزشی احتمال تجربه احساس انزوا و در نتیجه بروز رفتارهای قلدرانه را افزایش می‌دهد. همچنین، محمدی و همکاران (۱۴۰۲) نشان دادند حمایت اجتماعی از طریق کاهش هیجان‌های منفی، احتمال درگیری نوجوانان در قلدری-قربانی‌ی سایبری را کاهش می‌دهد.

مجموع این یافته‌ها نشان می‌دهد که رابطه میان حمایت اجتماعی ادراک‌شده و قلدری، رابطه‌ای ساده و مستقیم نیست و متغیرهای روان‌شناختی می‌توانند سازوکار این ارتباط را تبیین کنند. نوجوانانی که از حمایت عاطفی و اجتماعی بیشتری از سوی خانواده، دوستان و مربیان برخوردارند، معمولاً احساس تعلق، امنیت روان‌شناختی و سازگاری اجتماعی بیشتری را تجربه می‌کنند و در نتیجه کمتر دچار احساس تنهایی می‌شوند. کاهش احساس تنهایی نیز احتمال بروز رفتارهای پرخطرانه و ورود به چرخه قلدری را کاهش می‌دهد. بنابراین، با اتکا به رویکرد بوم‌شناختی رشد، نظریه حمایت اجتماعی و نظریه نیاز به تعلق، می‌توان انتظار داشت که احساس تنهایی نقش میانجی در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و قلدری ایفا کند.

با وجود گسترش پژوهش‌ها درباره قلدری، بیشتر مطالعات داخلی و خارجی به بررسی اثر مستقیم حمایت اجتماعی یا سایر عوامل روان‌شناختی پرداخته‌اند و نقش میانجی احساس تنهایی، به‌ویژه در جامعه نوجوانان ورزشکار، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. این در حالی است که ویژگی‌های خاص محیط‌های ورزشی، از جمله رقابت، تعاملات گروهی، روابط با مربیان و همسالان و ساختار تیمی، می‌تواند الگوی روابط میان حمایت اجتماعی، احساس تنهایی و قلدری را تحت تأثیر قرار دهد. از این رو، بررسی این روابط در نوجوانان ورزشکار می‌تواند به درک دقیق‌تر عوامل مؤثر بر رفتارهای قلدرانه و طراحی مداخلات پیشگیرانه مؤثر کمک کند.

بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی احساس تنهایی در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و قلدری در نوجوانان ورزشکار ۱۱ تا ۱۸ سال استان خراسان جنوبی انجام شد. انتظار می‌رود یافته‌های این پژوهش، ضمن گسترش دانش موجود درباره سازوکارهای روان‌شناختی مرتبط با قلدری، شواهد علمی لازم را برای طراحی برنامه‌های آموزشی و مداخلات مؤثر در مدارس و محیط‌های ورزشی فراهم سازد و به مربیان، معلمان تربیت‌بدنی، مشاوران و برنامه‌ریزان حوزه ورزش دانش‌آموزی در تقویت حمایت اجتماعی، کاهش احساس تنهایی و پیشگیری از رفتارهای قلدرانه یاری رساند.



شکل ۱. مدل نظری تحقیق

با توجه به مدل نظری پژوهش حاضر، فرضیه‌های زیر مطرح می‌شوند:

- ۱) بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و احساس تنهایی نوجوانان ورزشکار رابطه منفی و معنادار وجود دارد.
- ۲) بین احساس تنهایی و قدردی نوجوانان ورزشکار رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.
- ۳) بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و قدردی نوجوانان ورزشکار رابطه منفی و معنادار وجود دارد.
- ۴) احساس تنهایی در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و قدردی نوجوانان ورزشکار، نقش میانجی ایفا می‌کند.

۲- روش تحقیق

پژوهش حاضر از نظر هدف، در زمره تحقیقات کاربردی قرار می‌گیرد؛ زیرا یافته‌های آن می‌تواند در طراحی و اجرای برنامه‌های پیشگیرانه با هدف کاهش رفتارهای قلدرانه، ارتقای سلامت روان نوجوانان ورزشکار و تقویت منابع حمایتی در محیط‌های ورزشی مورد استفاده قرار گیرد. از نظر ماهیت و شیوه اجرا، این پژوهش توصیفی-تحلیلی و از نوع همبستگی با طرح مقطعی است. داده‌های پژوهش به صورت میدانی و با استفاده از پرسشنامه‌های استاندارد گردآوری شد. جامعه آماری پژوهش را تمامی نوجوانان ورزشکار دختر و پسر ۱۱ تا ۱۸ سال استان خراسان جنوبی تشکیل دادند که در یکی از رشته‌های ورزشی تیمی (والیبال، بسکتبال، هندبال) یا انفرادی (کاراته و تکواندو) به طور منظم فعالیت داشتند و حداقل طی شش ماه گذشته در تمرین‌ها یا مسابقات ورزشی حضور مستمر داشتند. نمونه‌گیری به روش در دسترس انجام شد؛ بدین ترتیب که پس از هماهنگی با مدارس، هیئت‌های ورزشی، باشگاه‌ها و کانون‌های ورزشی، نوجوانان واجد شرایط و مایل به همکاری، پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. در مجموع، ۵۰۳ نفر نوجوان ورزشکار در پژوهش شرکت کردند.

برای سنجش متغیرهای پژوهش از سه ابزار استاندارد استفاده شد. حمایت اجتماعی ادراک‌شده با استفاده از مقیاس چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک‌شده زیمت (MSPSS)، احساس تنهایی با استفاده از نسخه کوتاه مقیاس تنهایی اجتماعی و هیجانی دی‌توماتسو (SELSA-S) و قدردی با استفاده از مقیاس قدردی ایلی‌نویز (IBS) اندازه‌گیری شد. روایی صوری و محتوایی ابزارها بر اساس نظر متخصصان و شواهد گزارش‌شده در مطالعات پیشین تأیید شد و پایایی آن‌ها نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بررسی گردید که نتایج، بیانگر پایایی مطلوب تمامی ابزارهای پژوهش بود. در بخش آمار توصیفی، شاخص‌هایی نظیر فراوانی، درصد، میانگین و انحراف



دومین همایش ملی تربیت بدنی علوم ورزشی نوین، ورزش حرفه ای و ارتقای تندرستی

معیار برای توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و متغیرهای پژوهش محاسبه شد. در بخش آمار استنباطی، پس از بررسی پیش‌فرض‌های آماری، روابط بین متغیرها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون بررسی گردید. سپس، به‌منظور آزمون فرضیه‌های پژوهش و بررسی نقش میانجی احساس تنهایی در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و قلدری نوجوانان ورزشکار، از افزونه PROCESS Macro هایز در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد. اثرهای مستقیم و غیرمستقیم با استفاده از روش بوت‌استرپ برآورد و معناداری آن‌ها بر اساس فاصله اطمینان ۹۵ درصد بررسی شد. در تمامی آزمون‌ها، سطح معناداری ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

۳- یافته‌ها

تجزیه و تحلیل شاخص‌های جمعیت‌شناختی نشان داد میانگین و انحراف معیار سن افراد شرکت‌کننده در پژوهش به ترتیب ۱۳/۹۰ و ۰/۹۲ است. مشارکت‌کنندگان در دامنه سنی ۱۲ تا ۱۵ سال قرار داشتند. ۸۰/۵ درصد (۴۰۵ نفر) از شرکت‌کنندگان را دانش‌آموزان دختر و ۱۹/۵ درصد (۹۸ نفر) را دانش‌آموزان پسر تشکیل دادند. از لحاظ پایه تحصیلی، ۳۶/۸ درصد (۱۸۵ نفر) در پایه هفتم، ۳۲/۲ درصد (۱۶۲ نفر) در پایه هشتم و ۳۱ درصد (۱۵۶ نفر) در پایه نهم مشغول به تحصیل بودند. ۷/۲ درصد (۳۶ نفر) تنها فرزند خانواده بودند. از لحاظ سکونت، ۶۳ درصد (۳۱۷ نفر) در شهر و ۳۷ درصد (۱۸۶ نفر) در روستا سکونت داشتند. ۹۲/۸ درصد مشارکت‌کنندگان (۴۶۷ نفر) گزارش کردند که والدینشان با یکدیگر زندگی می‌کنند. ۲/۶ درصد (۱۳ نفر) گزارش دادند که والدینشان از یکدیگر جدا شده‌اند. ۴/۶ درصد (۲۳ نفر) نیز عنوان نمودند که پدر، مادر و یا هر دوی والدینشان در قید حیات نیستند. تحلیل توصیفی سطح طبقاتی نشان داد که به اعتقاد دانش‌آموزان مورد مطالعه خانواده‌های آن‌ها بیشتر در سطح طبقاتی ۵ با ۲۷/۸ درصد (۱۴۰ نفر) بودند. همچنین سطح طبقاتی ۶ با ۱۴/۹ درصد (۷۵ نفر) و سطح طبقاتی ۴ با ۱۲/۱ درصد (۶۱ نفر) در بالاترین رتبه‌ها قرار گرفتند و طبقه ۱ با ۲/۶ درصد (۱۳ نفر) کمترین سطح طبقاتی را به خود اختصاص داد.

جدول ۱. توصیف شاخص‌های اصلی

متغیرها	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
احساس تنهایی	۱	۵	۲/۱۵	۰/۸۲	۰/۷۵۷	۰/۳۰۱
حمایت اجتماعی	۱	۵	۳/۴۰	۰/۹۲	-۰/۶۳۴	-۰/۱۸۷
قلدری کردن	۱	۵	۱/۵۵	۰/۴۴	۱/۴۴۳	۱/۶۳۶

جدول فوق نشان می‌دهد که احساس تنهایی در بازه‌ای از ۱ تا ۵ توزیع شده و میانگین آن ۲/۱۵ با انحراف معیار ۰/۸۲ است. کجی مثبت (۰/۷۵۷) و کشیدگی مثبت (۰/۳۰۱) حاکی از آن است که بیشتر دانش‌آموزان نمرات پایین‌تری در احساس تنهایی داشته‌اند و تعداد کمی دارای احساس تنهایی شدید بوده‌اند. حمایت اجتماعی دارای دامنه نمره‌ای از ۱ تا ۵ با میانگین ۳/۴۰ و انحراف معیار ۰/۹۲ است. توزیع نمرات در این متغیر دارای کجی منفی (-۰/۶۳۴) و کشیدگی منفی (-۰/۱۸۷) است که نشان می‌دهد توزیع به‌طور نسبی به سمت مقادیر بالاتر متمایل است و داده‌ها اندکی پهن‌تر از توزیع نرمال هستند. همچنین در متغیر قلدری کردن، دامنه نمره‌ای از ۱ تا ۵ با میانگین ۱/۵۵ و انحراف معیار ۰/۴۴ است. توزیع نمرات در این متغیر دارای کجی مثبت (۱/۴۴۳) و کشیدگی مثبت (۱/۶۳۶) است که نشان می‌دهد توزیع به سمت مقادیر پایین‌تر متمایل است و داده‌ها اندکی کشیده‌تر از توزیع نرمال هستند. پیش از انجام تحلیل میانجی، مفروضات نرمال بودن تک متغیره و چند متغیره توزیع متغیرها، عدم سوگیری روش رایج، عدم همخطی چندگانه،



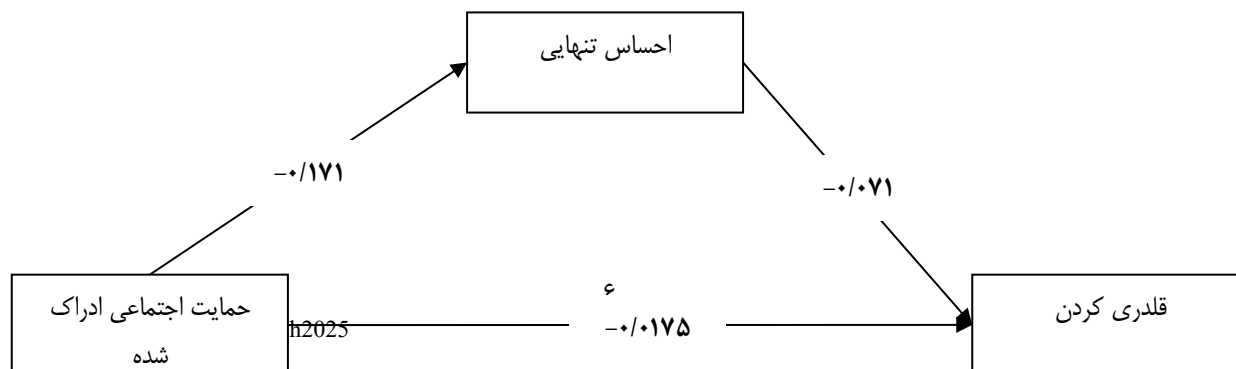
دومین همایش ملی تربیت بدنی علوم ورزشی نوین، ورزش حرفه ای و ارتقای تندرستی

استقلال خطاها و یکسانی واریانس ها بررسی گردید. طبق نتایج جدول ۱، با در نظر گرفتن کجی ± 2 و کشیدگی ± 7 ، کجی و کشیدگی در تمام متغیرها در سطح مطلوبی قرار دارد و نرمال بودن تک متغیره محقق شده است. در بررسی نرمال بودن چند متغیره پس از محاسبه مقادیر باقیمانده های استاندارد شده، توزیع باقیمانده ها با آزمون کالموگروف-اسمیرنوف بررسی شد. نتایج نشان داد که توزیع باقیمانده ها نرمال است ($Z=0.04$, $df=503$, $P>0.05$). به منظور سنجش سوگیری روش رایج از آزمون تک عاملی هارمن استفاده شد. نتایج نشان داد که اولین عامل، کمتر از ۵۰ درصد واریانس کل (۳۸/۲۱۵) را تبیین می کرد و بنابراین در دامنه مطلوب قرار می گیرد. در بررسی عدم همخطی چندگانه از شاخص های تحمل و تورم واریانس استفاده شد. اگر شاخص تحمل کوچکتر از ۱ و بزرگتر از ۰/۴۰ و شاخص تورم واریانس کوچکتر از ۱۰ باشد مفروضه عدم همخطی چندگانه محقق شده است. نتایج نشان داد که ضرایب تحمل متغیرهای پیش بین در مدل از ۰/۸۶۵ تا ۰/۹۰ در تغییر است. شاخص تورم واریانس نیز در طیف ۱/۱۱ تا ۱/۲۰ قرار داشت. بر این اساس عدم همخطی چندگانه نتیجه گرفته می شود. در بررسی مفروضه استقلال خطاها از آماره دوربین-واتسون استفاده شد. ضرایب بین ۱/۵ و ۲/۵ برای این آماره نشان از استقلال خطاها دارند. این ضریب در این پژوهش برابر با ۱/۹۴۲ بود. در بررسی یکسانی واریانس یا ناهمسانی اگر مدل به خوبی ساخته شده باشد هنگامی که واریانس باقیمانده ها در برابر واریانس پیش بینی شده قرار می گیرد، نباید الگوی مشخصی وجود داشته باشد. یکی از راه های بررسی این امر استفاده از نمودار پراکنش است (میوس و همکاران، ۲۰۱۶). بررسی این مفروضه نشان داد که الگوی مشخصی در واریانس باقیمانده ها وجود ندارد.

جدول ۲. ضرایب همبستگی شاخص ها

متغیرها	احساس تنهایی	حمایت اجتماعی	قلدری کردن
احساس تنهایی	-۰/۳۴۶**	-۰/۲۵۳**	-
حمایت اجتماعی	۰.۱۸۵**	۱	-
قلدری کردن	-۰.۲۸۳**	-۰.۰۳۷	۱

همبستگی ها نشان داد بین احساس تنهایی و حمایت اجتماعی ادراک شده رابطه منفی معنادار وجود دارد ($p < 0.01$, $r = -0.253$). یعنی نوجوانانی که تنهایی بیشتری را تجربه می کنند، از نظر حمایت اجتماعی بیشتر با مشکل مواجه هستند. در مقابل، قلدری کردن با احساس تنهایی ($r = 0.206$, $p < 0.01$) رابطه ای مثبت و معنادار دارد ولی با متغیر حمایت اجتماعی ادراک شده رابطه معناداری ندارد ($r = -0.037$, $p = 0.412$). در مجموع، یافته های پژوهش نشان داد که احساس تنهایی بالاتر با افزایش قلدری همبستگی معنادار دارد. نتایج تحلیل رگرسیون و میانجی گری نشان داد که «حمایت اجتماعی ادراک شده» با «احساس تنهایی» نوجوانان ورزشکار رابطه ای معنادار دارد؛ به این معنا که با افزایش ادراک از حمایت اجتماعی، سطح احساس تنهایی کاهش می یابد ($B = 0.115$, $p < 0.001$). بر اساس این نتایج، حمایت اجتماعی به تنهایی حدود ۳.۴ درصد از واریانس احساس تنهایی را تبیین می کند ($R^2 = 0.034$).





شکل ۲. مدل میانجی

از سوی دیگر، «خودکارآمدی عمومی» رابطه‌ای منفی و معنادار با «قلدری کردن» نشان داد؛ به‌طوری که کاهش خودکارآمدی با افزایش احتمال درگیری نوجوانان در رفتارهای قلدرانه همراه است ($B = -0.187$, $p < 0.001$). این یافته بیانگر آن است که نوجوانان دارای خودکارآمدی پایین، بیشتر در معرض ایفای نقش قلدر قرار می‌گیرند. رابطه مستقیم «حمایت اجتماعی ادراک‌شده» با «قلدری کردن» معنادار نبود ($B = -0.0175$, $p = 0.411$) و وقتی متغیرهای میانجی وارد مدل شدند، اثر مستقیم حمایت اجتماعی بر قلدری همچنان غیرمعنادار باقی ماند ($B = -0.020$). در مقابل، «اثر غیرمستقیم کل» حمایت اجتماعی بر قلدری کردن از طریق متغیرهای میانجی منفی و معنادار به‌دست آمد ($B = -0.0786$). این اثر غیرمستقیم شامل سه مسیر است که قوی‌ترین آن‌ها مسیر «حمایت اجتماعی → خودکارآمدی → قلدری کردن» است ($B = -0.0453$). مسیر «حمایت اجتماعی → قلدری کردن» نیز معنادار و برابر با $B = -0.0258$ بود و مسیر زنجیره‌ای «حمایت اجتماعی → خودکارآمدی → قلدری کردن» نیز با مقدار $B = -0.0075$ معنادار گزارش شد. در مجموع، مدل شامل حمایت اجتماعی، خودکارآمدی حدود ۹.۵ درصد از واریانس قلدری کردن را تبیین می‌کند ($R^2 = 0.095$, $F = 17.422$, $p < 0.001$) و نشان می‌دهد که اثر حمایت اجتماعی بر قلدری، عمدتاً از طریق افزایش خودکارآمدی اعمال می‌شود.

۵- بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی احساس تنهایی در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و تجربیات قلدری (قلدری کردن و قربانی شدن) در نوجوانان ورزشکار بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که حمایت اجتماعی ادراک‌شده رابطه مستقیم و معناداری با قلدری کردن و قربانی شدن ندارد، اما از طریق کاهش احساس تنهایی، به‌طور غیرمستقیم موجب کاهش تجربیات قلدری می‌شود. به عبارت دیگر، احساس تنهایی به‌طور کامل رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و قلدری را میانجی‌گری کرد. این یافته نشان می‌دهد که حمایت اجتماعی زمانی می‌تواند در کاهش رفتارهای قلدری و قربانی شدن مؤثر باشد که ابتدا احساس تعلق و پیوند اجتماعی نوجوانان را تقویت کرده و از احساس تنهایی آنان بکاهد.

رابطه منفی میان حمایت اجتماعی ادراک‌شده و احساس تنهایی با نتایج پژوهش‌های داخلی و خارجی همسو است (صادق‌زاده و همکاران، ۱۴۰۱؛ شریعتمدار و مفتاح، ۱۴۰۳؛ ویلسون و همکاران، ۲۰۲۰؛ پنگ و همکاران، ۲۰۲۴). بر اساس نظریه سپر حمایتی، برخورداری از شبکه‌های حمایتی خانوادگی، دوستان، همسالان و مربیان موجب می‌شود افراد رویدادهای تنش‌زا را کمتر تهدیدکننده ارزیابی کنند و احساس امنیت، تعلق و پذیرش بیشتری را تجربه نمایند. در مقابل، نبود حمایت اجتماعی یا ادراک ناکافی از آن، احساس طردشدگی و انزوای اجتماعی را افزایش داده و زمینه شکل‌گیری احساس تنهایی را فراهم می‌کند. در محیط‌های ورزشی نیز نوجوانانی که از حمایت مربیان، هم‌تیمی‌ها و خانواده برخوردارند، معمولاً روابط اجتماعی مطلوب‌تری برقرار می‌کنند و کمتر احساس تنهایی را تجربه می‌کنند.



یافته دیگر پژوهش نشان داد که احساس تنهایی رابطه مثبت و معناداری با قلدری کردن و قربانی شدن دارد. این یافته با پژوهش‌های محمدی و همکاران (۱۴۰۳)، متیوز و همکاران (۲۰۲۲)، یانگ و همکاران (۲۰۲۲) و ژانگ و دنگ (۲۰۲۴) همسو است. نوجوانانی که احساس تنهایی بیشتری دارند، معمولاً از روابط اجتماعی ضعیف‌تری برخوردارند و در تعامل با همسالان آسیب‌پذیرتر هستند. برخی از این نوجوانان برای جبران احساس طردشدگی یا کسب جایگاه اجتماعی، رفتارهای پرخطرانه و قلدرانه از خود نشان می‌دهند و برخی دیگر به دلیل نداشتن حمایت کافی، بیشتر در معرض قربانی شدن قرار می‌گیرند. بنابراین، احساس تنهایی می‌تواند هم احتمال ورود به نقش قلدر و هم احتمال قرار گرفتن در نقش قربانی را افزایش دهد.

یکی از مهم‌ترین یافته‌های پژوهش حاضر، نقش میانجی احساس تنهایی در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و تجربیات قلدری بود. اگرچه رابطه مستقیم حمایت اجتماعی با قلدری کردن و قربانی شدن معنادار نبود، اما تحلیل بوت‌استرپ نشان داد که حمایت اجتماعی از طریق کاهش احساس تنهایی، اثر غیرمستقیم و معناداری بر کاهش قلدری دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌هایی که نقش میانجی متغیرهای روان‌شناختی را در رابطه بین حمایت اجتماعی و قلدری گزارش کرده‌اند، همسو است (غرقی و همکاران، ۱۴۰۳؛ محمدی و همکاران، ۱۴۰۱؛ معنوی‌پور و همکاران، ۱۴۰۳). به بیان دیگر، حمایت اجتماعی لزوماً به صورت مستقیم موجب کاهش رفتارهای قلدری نمی‌شود، بلکه ابتدا کیفیت روابط اجتماعی نوجوان را بهبود می‌بخشد، احساس تنهایی او را کاهش می‌دهد و از این طریق احتمال درگیری وی در چرخه قلدری را کم می‌کند.

یافته‌های پژوهش حاضر همچنین با دیدگاه بوم‌شناختی درباره قلدری قابل تبیین است. این دیدگاه رفتارهای قلدری را نتیجه تعامل ویژگی‌های فردی و عوامل محیطی می‌داند (وو و همکاران، ۲۰۲۳؛ ژو و همکاران، ۲۰۲۳؛ دلارا، ۲۰۲۴). نوجوانان ورزشکار در محیط‌هایی فعالیت می‌کنند که رقابت، تعامل مداوم با همسالان و ساختارهای گروهی در آن نقش پررنگی دارد. در چنین شرایطی، کیفیت روابط اجتماعی و میزان حمایت دریافت‌شده از سوی خانواده، مربیان و هم‌تیمی‌ها می‌تواند احساس تعلق یا برعکس احساس انزوا را شکل دهد. زمانی که نوجوان احساس کند در تیم یا خانواده مورد پذیرش قرار گرفته است، احتمال تجربه تنهایی کاهش یافته و در نتیجه احتمال درگیر شدن در نقش قلدر یا قربانی نیز کمتر می‌شود. بنابراین، احساس تنهایی یکی از سازوکارهای روان‌شناختی مهمی است که اثر حمایت اجتماعی بر قلدری را توضیح می‌دهد.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که کاهش احساس تنهایی می‌تواند یکی از مؤثرترین مسیرهای پیشگیری از قلدری در نوجوانان ورزشکار باشد. بر همین اساس، صرف افزایش حمایت اجتماعی کافی نیست، بلکه لازم است این حمایت به گونه‌ای ارائه شود که احساس تعلق، پذیرش و پیوند اجتماعی نوجوانان را تقویت کند. ایجاد فضای حمایتی در خانواده، مدارس و باشگاه‌های ورزشی، تقویت روابط مثبت میان هم‌تیمی‌ها، آموزش مربیان درباره شیوه‌های تعامل حمایتی و ایجاد فرصت برای مشارکت فعال نوجوانان در فعالیت‌های گروهی، می‌تواند نقش مهمی در کاهش احساس تنهایی و در نتیجه کاهش رفتارهای قلدری و قربانی شدن داشته باشد. پژوهش حاضر با وجود نتایج ارزشمند، دارای محدودیت‌هایی نیز بود. نخست، استفاده از طرح مقطعی امکان استنتاج روابط علی را محدود می‌کند. دوم، داده‌ها بر اساس پرسشنامه‌های خودگزارشی جمع‌آوری شد که ممکن است تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی قرار گرفته باشد. سوم، جامعه پژوهش تنها نوجوانان ورزشکار استان خراسان جنوبی را شامل می‌شد؛ بنابراین تعمیم نتایج به سایر گروه‌های سنی، رشته‌های ورزشی یا مناطق جغرافیایی باید با احتیاط انجام گیرد.



بر این اساس، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از طرح‌های طولی و مداخله‌ای برای بررسی روابط علی میان حمایت اجتماعی، احساس تنهایی و قلدری استفاده شود. همچنین بررسی نقش سایر متغیرهای روان‌شناختی مانند تاب‌آوری، احساس تعلق به تیم، تنظیم هیجان، همدلی و کیفیت رابطه با مربی می‌تواند به تبیین بهتر سازوکارهای مرتبط با قلدری کمک کند. از نظر کاربردی نیز توصیه می‌شود مسئولان مدارس، باشگاه‌های ورزشی و خانواده‌ها با طراحی برنامه‌های تقویت حمایت اجتماعی، آموزش مهارت‌های ارتباطی، افزایش انسجام تیمی و شناسایی نوجوانان دارای احساس تنهایی، زمینه کاهش قلدری و ارتقای سلامت روان نوجوانان ورزشکار را فراهم کنند.

منابع

۱. اکبری بلوطبنگان، افضل، نیکدل، فریبرز، ملتفت، قوام، عبدپور، فاطمه، و کوهی‌سوق، سپیده. (۱۳۹۸). نقش سبک‌های دلبستگی و خودکارآمدی در پیش‌بینی قلدری و قربانی شدن دانش‌آموزان مدارس متوسطه. *رویش روان‌شناسی*، ۵۸(۸)، ۸۵-۹۲. <http://frooyesh.ir/article-1-983-fa.html>
۲. بهروزی، ناصر، مرادی، مرتضی، حاجی‌یخچالی، علیرضا، و عالی‌پور، سیروس. (۱۳۹۷). آزمون مدل رابطه علی حمایت اجتماعی ادراک‌شده و مؤلفه‌های بهزیستی تحصیلی با میانجی‌گری باورهای خودکارآمدی، حرمت خود و استرس تحصیلی در دانش‌آموزان پسر. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۹(۳۳)، ۵۰-۳۵. https://jpmmm.marvdasht.iau.ir/article_3274.html
۳. تمنائی‌فر، محمدرضا، لیث، حکیمه، و منصوری‌نیک، اعظم. (۱۳۹۲). رابطه حمایت اجتماعی ادراک‌شده با خودکارآمدی در دانش‌آموزان. یافته‌های نو در روان‌شناسی (روان‌شناسی اجتماعی)، ۸(۲۸)، ۳۹-۳۱. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23455098.1392.1.28.3.331-39>
۴. شریعتمدار، آسیه، و مفتاح، فاطمه. (۱۴۰۳). نقش میانجی ترس از ارزیابی منفی در رابطه بین شفقت به خود و احساس تنهایی در نوجوانان. *رویش روان‌شناسی*، ۱۳(۶)، ۳۰-۲۱. <http://frooyesh.ir/article-1-5448-fa.html>
۵. صادق‌زاده، رقیه، احدی، حسن، درتاج، فریبرز، و منشئی، غلامرضا. (۱۴۰۱). تدوین مدل علی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی بر اساس اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی ادراک‌شده و احساس تنهایی با میانجی‌گری خودتنظیمی. *مطالعات رسانه‌های نوین*، ۸(۲۹)، ۳۶۳-۳۳۷. <https://doi.org/10.22054/nms.2022.31968.478>
۶. غرق، عاطفه، طهمورسی، نرگس، بلیاد، مریم، و ژیان‌باقری، مریم. (۱۴۰۳). مدل ساختاری تجربه قلدری-قربانی سایبری بر اساس حمایت اجتماعی ادراک‌شده با میانجی‌گری عزت‌نفس در نوجوانان. *فصلنامه روان‌شناسی تجربی و شناختی*، ۱۱(۴)، ۲۰۸-۱۹۴. <https://doi.org/10.61838/qecp.163>
۷. غلامی، سمیه، و رضائی، پرویز. (۱۳۹۷). شیوه‌های مدیریتی رفتار قلدری در کلاس درس تربیت بدنی. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۷(۲۵)، ۴۸-۲۹. <https://doi.org/10.22089/spysj.2018.4643.1496>
۸. محمدی، فریبا، حسینیان، سیمین، یزدی، سیده‌منور، و مردانی‌راد، مژگان. (۱۴۰۱). نقش میانجی‌گری خشم در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده با قلدری-قربانی سایبری در دختران نوجوان. *فصلنامه فرهنگی-تربیتی زنان و خانواده*، ۱۷(۶۰)، ۱۵۳-۱۳۱. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.26454955.1401.17.60.5.8>
۹. محمدی، فریبا، صفری، کیوان، شاکری، رباب، صفری، سیما، پورحسن، اباسلط، و شهبازیان، آرش. (۱۴۰۳). بررسی رابطه احساس تنهایی با قلدری در دانش‌آموزان متوسطه دوم شهر اهر. در *نوزدهمین همایش ملی علمی-پژوهشی روان‌شناسی و علوم تربیتی*، شیروان، ایران.
۱۰. معنوی‌پور، داود، نصری، صادق، و دهقانی‌آرانی، منصور. (۱۴۰۳). روابط بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده، روابط دلبستگی و رفتارهای قلدری در دانش‌آموزان پسر دوره ابتدایی: نقش میانجی‌گری تاب‌آوری. *روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۱۳(۳)، ۹۴-۸۰. <https://doi.org/10.22098/jsp.2024.14009.572080-94>
۱۱. همایون‌نیا فیروزجاه، مرتضی. (۱۴۰۳). پرخاشگری ورزشی، قلدری بدنی و انسجام تیمی در بین دانش‌آموزان ورزشکار وابسته و غیروابسته به اینترنت. *مطالعات آموزشی و آموزشگاهی*، ۱۳(۲)، ۳۴۹-۳۳۷. <https://doi.org/10.48310/pma.2024.11688.3467>
۱۲. شریعتمدار، آسیه، و مفتاح، فاطمه. (۱۴۰۳). نقش میانجی ترس از ارزیابی منفی در رابطه بین شفقت به خود و احساس تنهایی در نوجوانان. *رویش روان‌شناسی*، ۱۳(۶)، ۳۰-۲۱. <http://frooyesh.ir/article-1-5448-fa.html>



13. Andreou, E., Tsermentseli, S., Anastasiou, O., & Kouklari, E. C. (2021). Retrospective accounts of bullying victimization at school: Associations with posttraumatic stress disorder symptoms and post-traumatic growth among university students. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 14(1), 9-18. doi: 10.1007/s40653-020-00302-4.
14. Barnett, M. D., Maciel, I. V., Johnson, D. M., & Ciepluch, I. (2021). Social anxiety and perceived social support: Gender differences and the mediating role of communication styles. *Psychological reports*, 124(1), 70-87. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31959096/>.
15. Benítez-Sillero, J. D., Murillo-Moraño, J., Corredor-Corredor, D., Morente-Montero, Á., Branquinho, L., & Armada-Crespo, J. M. (2023). Relationship between bullying and the type of physical activity practised by Spanish pre- and adolescents. *Children*, 10(12), 1888. <https://doi.org/10.3390/children10121888>
16. Borowiec, J., Król-Zielińska, M., Osiński, W., & Kantanista, A. (2022). Victims and perpetrators of bullying in physical education lessons: The role of peer support, weight status, gender, and age in Polish adolescents. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(17–18), NP15726–NP15749. <https://doi.org/10.1177/08862605211017257>
17. Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *American Psychologist*, 40, 310–357
18. deLara, E. W. (2024). Bullying and violence in American schools: Contemporary perspectives. In *Cyber and Face-to-Face Aggression and Bullying among Children and Adolescents* (pp. 15–31). Routledge. <https://www.infoagepub.com/products/Contemporary-Perspectives-on-Bullying-and-Victimization-in-Early-Childhood-Education>
19. Franklin Sr, L. D. J. (2024). Coaching behaviors and high school athlete's perceptions of team inclusion and bullying. Walden University Dissertations. <https://scholarworks.waldenu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=16823&context=dissertations>
20. 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://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33046153/>.
21. Meeus, W. (2016). Adolescent psychosocial development: A review of longitudinal models and research. *Developmental Psychology*, 52(12), 1969–1993. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27893243/>
22. Nery, M., Neto, C., Rosado, A., & Smith, P. K. (2020). Bullying in youth sports training: New perspectives and practical strategies. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315101705>
23. Newman, K. L., Alexander, D. S., & Rovers, J. P. (2023). Sadness, hopelessness and suicide attempts in bullying: Data from the 2018 Iowa youth survey. *PloS one*, 18(2), 1-18. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36791058/>.
24. Pang, T., Wang, H., Zhang, X., & Zhang, X. (2024). Self-Concept Clarity and Loneliness among College Students: The Chain-Mediating Effect of Fear of Negative Evaluation and Self-Disclosure. *Behavioral Sciences*, 14(3), 194. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38540498/>.
25. Wilson, J. M., Weiss, A., & Shook, N. J. (2020). Mindfulness, self-compassion, and savoring: Factors that explain the relation between perceived social support and well-being. *Personality and Individual Differences*, 152, 109568. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886919305008>.
26. Wu, X., Zhen, R., Shen, L., Tan, R., & Zhou, X. (2023). Patterns of elementary school students' bullying victimization: roles of family and individual factors. *Journal of interpersonal violence*, 38(3-4), 2410-2431. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/08862605221101190>.
27. Yang, K., Petersen, K. J., & Qualter, P. (2022). Undesirable social relations as risk factors for loneliness among 14-year-olds in the UK: Findings from the Millennium Cohort Study. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 3-9. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0165025420965737>.
28. Zhang, Q., & Deng, W. (2024). Relationship between physical exercise, bullying, and being bullied among junior high school students: The multiple mediating effects of emotional management and interpersonal relationship distress. *BMC Public Health*, 24, 2503. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20012-y>
29. Zhou, Z., Zhou, X., Shen, G., Khairani, A. Z., & Saibon, J. (2023). Correlates of bullying behavior among children and adolescents in physical education: a systematic review. *Psychology research and behavior management*, 5041-5051. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S441619>
30. Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.



The Mediating Role of Loneliness in the Relationship Between Bullying and Perceived Social Support in Adolescent Athletes

Fa'eze Esmaili^a, Mohammad Ali Sahebkar^b, Hadi Samadie^c

a Department of Sport Sciences, University of Birjand, Birjand, Iran

b Department of Sport Sciences, University of Birjand, Birjand, Iran

c Department of Psychology, University of Birjand, Birjand, Iran.

1. * Corresponding author: Mohammad Ali Sahebkar, msahebkar@birjand.ac.ir

Abstract

The present study aimed to examine the role of perceived social support and loneliness in explaining bullying among adolescent athletes. A descriptive-correlational, cross-sectional design was employed with a sample of 503 student athletes aged 11 to 18 years from South Khorasan Province, selected through convenience sampling. Data were collected using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), the Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S), and the Illinois Bullying Scale (IBS). The findings indicated a significant negative relationship between perceived social support and loneliness, as well as a significant positive relationship between loneliness and bullying. In addition, the direct effect of perceived social support on bullying was not significant; however, its indirect effect through loneliness was negative and significant, confirming the mediating role of loneliness. Accordingly, strengthening social support in family, school, and sport environments may reduce loneliness and, consequently, decrease bullying behaviors among adolescent athletes.

2. **Keywords:** Perceived Social Support, Loneliness, Bullying, Adolescent Athletes, School-Based Sports