

اثر بخشی سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل بر دشواری‌های تنظیم

هیجانی و روابط با همسالان در دختران نوجوان بدسرپرست

نسیبه صرامی^{*}؛ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه اصفهان

دکتر فریبا یزدخواستی؛ دانشیار، دانشکده علوم تربیتی، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه اصفهان

دکتر حمیدرضا عریضی؛ دانشیار، دانشکده علوم تربیتی، گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان

مقدمه: دوره‌های زندگی انسان در چرخه زندگی، یعنی از تولد تا مرگ، هرکدام از اهمیت خاصی برخوردار است. همچنانکه اکثر روانشناسان و پژوهشگران روانشناسی معتقدند که دوره کودکی و نوجوانی از مهمترین دوره‌های زندگی بشر است و دوره "شدن" نامیده می‌شود. یعنی شخصیت انسان در دوره کودکی شکل گرفته و این شدن و تحول کیفی در دوره‌های مختلف بعدی متکامل می‌گردد (موثقی، ۱۳۸۰). در میان عوامل اجتماعی زیادی که در تحول کودک سهم دارند، خانواده بدون شک از اهمیت اساسی برخوردار است. در سال‌های اولیه تنها روابط موجود برای کودک، روابط او با والدینش است. روابط بین کودک و والدین را می‌توان به عنوان نظام یا شبکه‌ای از عوامل و بخش‌هایی دانست که در واکنش‌های متقابل با یکدیگرند. کنش متقابل و روابط عاطفی بین کودک و والدین به انتظارات و واکنش‌های کودک در روابط اجتماعی آینده شکل می‌دهد (احدی، ۱۳۸۳). نابسامانی خانوادگی، کمبودهای آموزشی و پرورشی و بهداشتی، جابجایی بی‌رویه، فقر و اعتیاد و فقدان سرپرست در بسیاری از خانواده‌ها باعث می‌شود، اختلالات عاطفی و رفتاری کودکان وسعت بی‌سابقه‌ای پیدا کند. مطالعه پیشینه‌های موجود در مورد کودکان و نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست و مقایسه آن‌ها با افراد عادی نشان می‌دهد، این کودکان و نوجوانان دارای فراوانی بیشتری از رفتارهای ناسازگارانه بوده و در معرض ابتلا به اختلالات رفتاری و هیجانی قرار دارند (هریس، ۲۰۰۲). بنابراین لزوم توجه هر چه بیشتر به کودکان و نوجوانانی که روابط خانوادگی مخدوش دارند، بیش از هر زمان دیگری احساس می‌شود.

روش: پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های نیمه تجربی است و طرح آن به صورت دو گروهی (گروه آزمایش و گروه کنترل) همراه با سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری (یک ماهه) می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر عبارت است از کلیه دختران نوجوان بدسرپرست استان اصفهان در سال ۱۳۹۴. روش نمونه‌گیری پژوهش به صورت نمونه‌گیری در دسترس است. بدین منظور از بین مراکز نگهداری کودکان و نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست استان

اصفهان که حاضر به همکاری بودند، دو مرکز انتخاب شد و ۲۲ دختر نوجوان ۱۶-۱۲ ساله به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (۱۱ نفر گروه آزمایش و ۱۱ نفر گروه کنترل) گمارده شدند. پرسشنامه‌های استفاده شده در این پژوهش مقیاس دشواری‌های تنظیم هیجان (DERS) و مقیاس عملکرد اجتماعی و انطباقی کودک و نوجوان (CASAFS) بود. برای بررسی فرضیه‌های پژوهش و پی بردن به اثر مداخله در گروه آزمایش و کنترل از روش تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج این پژوهش نشان دهنده تاثیر معنادار مداخله سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل بر کاهش دشواری‌های تنظیم هیجانی دختران نوجوان بدسرپرست در مرحله پس آزمون و پیگیری و همچنین پیشرفت در روابط با همسالان در این گروه از نوجوانان در مرحله پس آزمون و پیگیری بود.

بحث و نتیجه‌گیری: در میان روش‌های درمانی مختلف، رویکرد سایکودراما، یک رویکرد موثر در کار با نوجوانان گزارش شده است. به این دلیل که بستر امنی فراهم می‌کند و به نوجوان فرصتی برای تغییر نقش‌هایش می‌دهد. این امر باعث می‌شود فرد ارتباط بین حوادث گذشته و حال را بهتر درک کند و دنیا را از چشم دیگران ببیند. در سایکودراما از ابزار و فنون متعددی مانند من معین، کارگردان، صحنه، وارونگی نقش، آینه، تک‌گویی و فنون دیگر استفاده می‌شود. صحنه قدرتمند نمایش با ایجاد فضایی گرم و دوستانه، بستری جهت بهبود ارتباطات میان فردی، تخلیه هیجانی طرف‌های درگیر و افزایش خودجوشی و خلاقیت ایجاد می‌کند (زارع، ۱۳۸۶). بنابراین می‌توان با تکیه بر تکنیک‌های مختلف سایکودراما و در قالب ایفای نقش به بازسازی هیجان‌ات و در نتیجه ارتباطات میان فردی پرداخت.

در این پژوهش در طی آموزش مفاهیم تحلیل رفتار متقابل در قالب تکنیک‌های سایکودراما، احتمالاً "بالغ" افراد شرکت کننده به جمع آوری اطلاعات درست پرداخته و این کار باعث می‌شود که "بالغ" ایشان به تعادل و هماهنگی برسد و مهار رفتار فرد را به دست بگیرد (کلارکسون، ۱۹۹۲). در نتیجه فرد به کنترل و تنظیم موثر هیجان‌ات و احساسات سرکوب شده خود پرداخته و روابط سالمی با دیگران برقرار خواهد کرد. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت استفاده از رویکرد سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل می‌تواند موجب کاهش مشکلات نوجوانان، و به خصوص نوجوانان بدسرپرست، در حیطه تنظیم هیجان‌ات و مهارت‌های ارتباطی و از جمله ارتباط با همسالان شود.

واژه های کلیدی: سایکودراما، تحلیل رفتار متقابل، دشواری‌های تنظیم هیجانی، نوجوانان بدسرپرست.