

The effectiveness of psychodrama with transactional analysis content on emotion regulation and social-adaptive functions in female adolescent with bad parenting

Sarrami, N., Yazdkhasti, *F., Oreyzi-Samani. H.R.

Abstract

Introduction: The purpose of this research was to determine the effectiveness of psychodrama with transactional analysis content on emotion regulation strategies and peer relationship in female adolescents with bad parenting in Isfahan.

Method: The study was applied a quasi-experimental design by experimental and control group and pre-test, post-test and follow-up paradigm. Statistical population was all female adolescents with bad parenting in Isfahan city in the 2015. A total sample of 22 girls were selected with an accessible sampling in the boarding house and then assigned randomly in experimental and control group. Emotion Regulation Difficulties Scale & Social-adaptive Functions Scales were administered for data collection. Data were then evaluated with a MANCOVA statistical analysis.

Results: Results were shown that psychodrama with transactional analysis content significantly decreased difficulties of emotion regulation strategies and improved peers relationship in post-test and follow-up in experimental group.

Conclusion: It could be concluded that psychodrama with transactional analysis content could positively affect emotion regulation processes in the female adolescent with bad parenting and may help adolescents to use more efficient emotion regulation strategies which improves peer relationships.

Keywords: Psychodrama; Transactional analysis; Emotion regulation strategies; peer relationship; bad parenting adolescent.

*Correspondence E-mail:
f.yazdkhasti@edu.ui.ac.ir

اثربخشی سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل بر تنظیم هیجانی و عملکرد اجتماعی انطباقی دختران نوجوان بدسرپرست

تاریخ دریافت: ۹۴/۰۷/۲۴

تاریخ پذیرش: ۹۶/۱۰/۰۹

نسبیه صرامی*، فریبا یزدخواستی**، حمیدرضا عریضی سامانی***

چکیده

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل بر تنظیم هیجانی و روابط با همسالان در نوجوانان دختر بدسرپرست استان اصفهان انجام شد.

روش: این پژوهش از نوع پژوهش‌های نیمه آزمایشی و طرح آن به صورت دو گروهی (گروه آزمایش و گروه کنترل) همراه با سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری (یک ماهه) بود. جامعه آماری، کلیه دختران نوجوان بدسرپرست استان اصفهان در سال ۱۳۹۴ بود که از میان آن‌ها ۲۲ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده و در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. در این پژوهش از پرسشنامه‌های دشواری‌های تنظیم هیجانی (DERS) و مقیاس عملکرد اجتماعی- انطباقی کودک و نوجوان (CASAFS) استفاده شد. داده‌های حاصل از پژوهش با روش تحلیل کواریانس چند متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج حاصل از تحلیل کواریانس چند متغیره نشان دهنده تاثیر معنادار مداخله سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل بر کاهش دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی و همچنین بهبود روابط با همسالان، در مرحله پس‌آزمون و پیگیری در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل بود.

نتیجه‌گیری: به طور کلی نتایج حاکی از آن بود که سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل با اثربخشی بر فرآیند تنظیم هیجانات دختران نوجوان بدسرپرست موجب افزایش کارآمدی آنان در استفاده از راهبردهای موثر تنظیم هیجانی و در نتیجه بهبود روابط از جمله روابط با همسالان می‌گردد.

واژه‌های کلیدی: سایکودراما، تحلیل رفتار متقابل، راهبردهای تنظیم هیجانی، روابط با همسالان، نوجوانان بدسرپرست.

مقدمه

در میان عوامل اجتماعی زیادی که در تحول کودک سهم دارند، خانواده بدون شک از اهمیت اساسی برخوردار است. روابط بین کودک و والدین را می‌توان به عنوان نظام یا شبکه‌ای از عوامل و بخش‌هایی دانست که در واکنش‌های متقابل با یکدیگرند. در سال‌های اولیه تنها روابط موجود برای کودک، روابط او با والدینش است. لذا روش‌هایی که والدین در برخورد با فرزندان خود اعمال می‌کنند، بر شکل‌گیری مهارت‌های اجتماعی، ارتباطی و هیجانی آنان تاثیر بسزایی دارد (۱).

گلمن^۱ معتقد است که انگیزه‌ها و شیوه‌های والد-فرزندی الگویی از رفتار را فراهم می‌آورد که به مهارت‌های ارتباطی فرزندان شکل می‌دهد و پیامدهای عمیق و دراز مدتی بر زندگی هیجانی آنان برجای می‌گذارد. از نظر لین هان^۲، در محیط‌های بی‌اعتبارساز، عواملی مانند پاسخ‌های دردناک از سوی مادر و یا سایر افراد مهم در زندگی فرد، بی‌توجهی، رد و انکار و یا مورد تنبیه قرارگرفتن باعث آسیب پذیری افراد در برابر مساله نظم بخشی هیجانی می‌گردد. در نتیجه این گونه افراد به شیوه‌ای افراطی به عوامل فشارزای محیطی پاسخ می‌دهند و برای برگشت به سطح پایه رفتاری به زمان بیشتری نیاز دارند (۲).

از همین روی در صورت بی‌توجهی کانون خانواده به کودکان، مسائل روانی-تنی همچون پرخاشگری، اختلال شخصیتی، پریشانی، مشکلات ارتباطی و اختلالات هیجانی این کودکان در بزرگسالی و به خصوص دوره نوجوانی بیشتر است (۳). دوران نوجوانی به خاطر نقش و اهمیتی که در زندگی انسان دارد، در هر زمان مورد توجه دانشمندان، روانشناسان و نویسندگان آن عصر بوده است. روانشناسان مختلف این دوران را احساس گرابی، عاطفه پرستی، دوران بحران‌های سازنده و دوره فشار و طوفان نامیده‌اند. این مشکلات بخصوص زمانی که با عوامل آسیب‌زای دیگری همچون طلاق و جدایی والدین، دل‌بستگی نایمن، فوت نزدیکان به خصوص اعضای خانواده، ازدواج مجدد پدر، سوء مصرف مواد، والدین رها کننده یا غفلت کننده، خانواده آشفته و... همراه شود، قطعاً سازگاری نوجوانان را به مخاطره انداخته و فرآیند طبیعی گذر از این دوره را با چالش‌های جدی روبرو خواهد ساخت (۴).

با توجه به اینکه ایران کشوری جوان می‌باشد، لذا غیرطبیعی نیست که به علت مشکلاتی از قبیل بحران‌های دوره نوجوانی و عدم آشنایی والدین با خصوصیات این دوران و چگونگی برخورد با آن، بنیاد و بنیان خانواده‌ها سست شده و محصولات ناخوشایندی چون خانه‌های کودکان و نوجوانان بی سرپرست پدید خواهد آمد (۵). این گروه از کودکان و نوجوانان متعلق به خانواده‌هایی هستند که والدین آن‌ها به علت اعتیاد یا قاچاق مواد مخدر و ارتکاب جرم زندانی شده یا به علت فقر اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی فرزندان خویش را بی‌سرپناه رها نموده و از پذیرش و حمایت آنان سرباز زده‌اند و یا اینکه درگیر مفاسد اجتماعی شده و به علت عدم سلامت روانی و ذهنی صلاحیت نگهداری و پرورش فرزندان خویش را ندارند. در این میان نیز کودکانی وجود دارند که به دلیل فوت زود هنگام والدین خویش، بی سرپرست مانده‌اند (۶). بر اساس یافته‌های حاصل از پژوهش یانگ، تعامل با والدین ناسازگار و ضربه‌های دوران کودکی با تعدادی از اختلالات بالینی مثل هراس اجتماعی، افسردگی، اضطراب، خشم و پرخاشگری رابطه دارد (۷). 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 (۶). کودک بی‌سرپرست از رابطه عاطفی محروم است و الگوهای معمول برای روابط متقابل با دیگران را دریافت نمی‌کند. جدا شدن کودک و نوجوان از والدین و تجربه اقامت در مراکز شبانه روزی به دو دلیل خطر ابتلا به اختلالات هیجانی و رفتاری-اجتماعی را افزایش می‌دهد. یکی محرومیت کودک از روابط پایدار و پیوسته با والدین و دیگری مشکلات ناشی از تطبیق با شرایط مراکز شبانه روزی (۸).

افزون بر این ساراسینو^۳، پرساچی^۴، دیگنی^۵ و اینامورتی^۶ بیان می‌دارند که کیفیت و تداوم رابطه با والدین در دوران

- 1- Goleman
- 2- Linehan
- 3- Sarracino
- 4- Persaghi
- 5- Degni
- 6- Innamorati

تحلیل رفتار متقابل نظریه روان شناسی ارتباطات است که توسط اریک برن^۶ در سال ۱۹۵۰ میلادی ارائه گردید و به لحاظ کاربرد آن در حل مشکلات هیجانی و رفتاری، مورد قبول جامعه روان شناسی قرار گرفته است. بر اساس پژوهش‌های صورت گرفته، تاریخچه این دو روش نشان می‌دهد که این دو رویکرد بایکدیگر ارتباط نزدیک دارند و پدید آورندگان آن - مورنو و برن - نظریات خود را در یک زمان ارائه کرده‌اند. طبق گفته تاریخ نویسان، متخصصان رشته های مختلف در سال ۱۹۴۲ در انستیتوی جامعه سنجی که توسط مورنو پایه گذاری شده بود گرد هم آمدند. لوتر^۷ سایکودراماتیست آلمانی معتقد است که اریک برن نیز تحت تاثیر این ملاقات قرار گرفت و در نظریه خود این تکنیک‌ها را به کار برد. برن فواید سایکودراما را اینگونه توصیف کرد: در سایکودراما فرد می‌تواند هیجان‌ات سرکوب شده خود را ابراز نماید و از این طریق ترس‌های پنهان شده خود را بشناسد. در مقام مقایسه این دو نظریه می‌توان گفت که سایکودراما و تحلیل رفتار متقابل در بسیاری از مفاهیم کلیدی بایکدیگر مشترک هستند. برخی از این مفاهیم عبارت است از: مفهوم بازی‌ها، خودانگیختگی، خلاقیت و برقراری روابط متقابل^(۱۵). بر پایه این تشابهات، تخلیه هیجانی و بیان احساسات در قالب نمایش و بازنمایی‌های حسی می‌تواند تنش فرد را کاهش داده و به طور مستقیم و غیر مستقیم بر نحوه ارتباطات و سازگاری‌های اجتماعی وی مؤثر باشد.

در حوزه کاربرد عملی، تحلیل رفتار متقابل، بعنوان یک روان درمانی در درمان انواع اختلالات، از مشکلات روزانه تا روانپریشی‌های بسیار عمیق بکار می‌رود (۱۶). بر اساس این رویکرد فرد یک سیستم پویای دائمی در حال ارتباط با سیستم‌های دیگر است. مشاوره و روان درمانی به روش تحلیل ارتباط متقابل وسیله‌ای برای ارزیابی و سنجش علایم سلامت روانی می‌باشد و یکپارچگی تحلیل تبدلی با دیگر مدل‌ها منجر به فهم بیشتر و موثرتر بودن آن می‌شود.

کودکی به عنوان پیش بیننده روابط اجتماعی با دیگران و هدایت کننده جهت‌گیری های ارزشی در روابط اجتماعی نوجوان است (۹). لذا با توجه به یافته‌های فوق و نتایج بسیاری از دیگر پژوهش‌ها در می‌یابیم که هیجان‌ها و فرآیند تنظیم هیجان‌ها در کودکان و نوجوانان بد سرپرست و محروم از والدین دچار اشکال جدی می‌باشد. در زمینه آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان و نوجوانان و همچنین بهبود مشکلات هیجانی آن‌ها تحقیقات گوناگونی صورت گرفته است. برخی از این روش‌ها بر فرزندان، برخی بر والدین و برخی بر محیط آموزشی متمرکز بوده است. روی آورد روان نمایشگری^۱ (سایکودراما) که از تصویر سازی ذهنی، خیالپردازی، اعمال بدنی و پویایی گروه استفاده می‌کند، ترکیبی از هنر، بازی، حساسیت عاطفی و تفکر صریح است که با تسهیل در آزاد سازی عواطف به افراد در کسب رفتارهای جدید و گشودن راه‌های نامکشوف حل تعارض و همچنین شناخت خویشتن کمک می‌کند (۱۰). سایکودراما روشی درمانی است که در آن فرد بیماریا مستعد بیماری نقشی را بازی می‌کند که با آنچه او را آزار می‌دهد رابطه دارد و فرد در طی مواجهه اجتماعی در زمان و مکان خاص نسبت به هیجان‌اتش بینش می‌یابد. در رابطه با کودکان از سایکو دراما در زمینه مشکلات توجهی و هیجانی استفاده شده است (۱۱). صحنه قدرتمند نمایش به فرد این امکان را می‌دهد که با تجربه موقعیت‌های خلق شده شبه واقعی به بررسی، شناسایی و تنظیم همه جانبه هیجان در موقعیت‌های مختلف و تمرین عملی و رفتارهای صحیح تناسب با هیجان پردازد (۱۲).

در این روش فرد با ایفای نقش خویشتن بدون نمایشنامه و طرح قبلی و از طریق برون ریزی هیجانی می‌تواند هیجان‌های درونی خود از قبیل خشم، ناراحتی و شادی را آزاد سازد (۱۳). طبق نظر بوئل هنگامی که حضار به طور فعال وارد بازی می‌شوند، راه حل‌هایی را بعد از نمایش احساسات شکل گرفته‌شان برای روبرو شدن با مشکلات زندگی واقعی خود می‌یابند (۱۴). روان نمایشگری‌های امروزی مایه‌هایی از گروه درمانی^۲، گشتالت درمانی^۳، روش تحلیل رفتار متقابل^۴، رفتار درمانی^۵ و برخی از شیوه های روان درمانی را که اساس کار آن‌ها "اینجا و اکنون" است در بر دارد (۱۰).

- 1- Psychodrama
- 2- Group therapy
- 3- Gestalt therapy
- 4- Transactional analysis
- 5- Behavior therapy
- 6- Eric Bern
- 7- Lutez

کننده باشد. بنابر این هدف این تحقیق بررسی اثربخشی روش سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل بر کاهش دشواری‌های تنظیم هیجانی و مشکلات اجتماعی-انطباقی نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست می باشد.

روش

طرح پژوهش: طرح پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی با پیش آزمون، پس آزمون و پی گیری یک ماهه است.

آزمودنی‌ها: جامعه آماری پژوهش حاضر، عبارت بود از کلیه دختران نوجوان بدسرپرست استان اصفهان در سال ۱۳۹۴. روش نمونه‌گیری پژوهش به صورت نمونه‌گیری در دسترس بود. 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 ۳۰ دختر نوجوان ۱۶-۱۲ ساله به شیوه ی در دسترس انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه کنترل) گمارده شدند. به این دلیل که پیش از شروع مداخله، از گروه آزمایش، ۴ آزمودنی در ابتدای شروع جلسات به مراکز دیگر نقل مکان کرده بودند، چهار نفر نیز از گروه کنترل، به تصادف حذف گردیدند و مداخله بر روی گروه آزمایشی انجام شد. گروه کنترل در فهرست انتظار برای مداخله قرار گرفتند.

ابزار

۱- پرسشنامه دشواری‌های تنظیم هیجانی (DERS):^۱ این پرسشنامه یک شاخص خود گزارشی است که توسط گراتز و رومر و برای ارزیابی دشواری های موجود در تنظیم هیجانی ساخته شده است و دارای ۳۶ عبارت و ۶ خرده مقیاس است. خرده مقیاس ها عبارتند از: ۱) عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، ۲) دشواری دست زدن به رفتار هدفمند، ۳) دشواری کنترل تکانه، ۴) فقدان آگاهی هیجانی، ۵) دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی، ۶) فقدان شفافیت هیجانی. پاسخ هر آزمودنی در دامنه‌ای از یک تا پنج قرار می‌گیرد. ۱) تقریباً هرگز، ۲) گاهی اوقات، ۳) نیمی از اوقات، ۴) بیشتر اوقات، ۵) تقریباً همیشه. پایایی فرم ترجمه شده به فارسی این مقیاس، طی یک مطالعه مقدماتی بر روی ۴۸ دانشجوی دانشگاه فردوسی و علوم

(۱۷). از این رو و با توجه به پیشینه پژوهش‌های صورت گرفته مبتنی بر رویکرد تحلیل ارتباط متقابل، این روش به دلیل عملگرا بودن و تاکید بر ارتباطات انسانی، قابلیت ادغام با دیگر روان‌درمانی‌های گروهی را دارد. از این رو، سولومونووا و نیکولایویچ در پژوهشی با عنوان یکپارچه سازی دو روش سایکودراما و تحلیل رفتار متقابل بر عملکرد تحصیلی و روانشناختی دانش آموزان در روسیه به بررسی اثربخشی این دو روش و همچنین مدل ادغام شده آن بر روی دانش‌آموزان پرداختند (۱۵). نتایج این پژوهش نشان داد روش تلفیق شده سایکودراما و تحلیل ارتباط متقابل نسبت به روش‌های سنتی بر خودمختاری، انگیزش، افزایش هیجانات مثبت و کاهش هیجانات منفی، عزت نفس و مسئولیت پذیری دانش آموزان موثرتر است. بر همین اساس پژوهش حاضر به بررسی روش یکپارچه شده تحلیل رفتار متقابل و سایکودراما پرداخته است.

همچنین نتایج پژوهش همامسی^۱ که به بررسی اثربخشی روش ادغام شده سایکودراما و درمان شناختی رفتاری بر افسردگی خفیف دانشجویان پرداخت، نشان داد که این روش موجب کاهش سطح افسردگی، افکار خودآیند منفی و عقاید ناکارآمد دانشجویان گروه آزمایش می‌شود (۱۸). پژوهش های فرامرزی، مرادی و معتمدی (۱۹)، زارع (۲۰)، کاظمی (۲۱)، ابراهیمی ثانی و همکاران (۲۲)، نشان داد که سایکودراما بر افزایش ابرازگری هیجانی، مهارت‌های اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی و سازگاری اجتماعی افراد موثر است. مشتاقی، بهرام آبادی و زهراکار پژوهشی با هدف بررسی اثربخشی سایکودراما بر تنظیم هیجانات نوجوانان ۱۴-۱۸ ساله شهرستان کرج انجام دادند. نتایج نشان داد سایکودراما تفاوت معناداری در پذیرش پاسخ های هیجانی، دشواری در رفتار هدفمند، دشواری در کنترل تکانه، آگاهی هیجانی و دسترسی به تنظیم هیجانی در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل ایجاد می‌کند (۲۳).

بنابراین از آنجا که نوجوانان گروه مهمی از افراد جامعه را تشکیل می‌دهند و آینده سازان جامعه هستند، همچنین پدیده بی سرپرستی و بدسرپرستی ناخواسته بر آنان تحمیل گردیده است و هر ساله هزینه‌های زیادی از جامعه صرف اینگونه از افراد می‌شود، برنامه آموزش موثر برای این افراد در مراکزی که نگهداری می‌شوند، می‌تواند بسیار کمک

1- Hemamci

2- Difficulties in Emotion Regulation Scale

خاص یا عقب ماندگی ذهنی، که توسط یک متخصص روانشناسی بالینی و همچنین اجرای آزمون و کسیر تعیین گردید. ۳) داشتن والدین فاقد صلاحیت. ملاکهای خروج در این تحقیق عبارت بودند از: ۱) عدم شرکت منظم در جلسات ۲) عدم همکاری در تکمیل پرسشنامه در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون. گروه آزمایش در هشت جلسه هفتگی (به صورت دو بار در هفته) و هر جلسه به مدت ۱۲۰ دقیقه تحت مداخله سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل قرار گرفتند. درمانها توسط درمانگری که هم در زمینه سایکودراما و هم در زمینه درمان ارتباط متقابل مهارت داشت انجام شد. خلاصه جلسات آموزشی در جدول ۱ آورده شده است. به منظور رعایت نکات اخلاقی گروه کنترل نیز بعد از مرحله پی گیری چندین جلسه درمان مشابه با گروه آزمایش دریافت نمودند.

پزشکی مشهد (۳۱ زن و ۱۷ مرد) مورد محاسبه قرار گرفت. نتایج این مطالعه همسانی درونی بالایی (آلفای کرونباخ ۰/۸۶) را برای کل مقیاس نشان داد. همچنین پایایی این ابزار در جمعیت پژوهش حاضر، مورد بررسی قرار گرفت که ضرایب آن به شیوه ی آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و به شیوه ی دونیمه سازی، ۰/۸۷ محاسبه شد.

۲- مقیاس عملکرد اجتماعی و انطباقی کودک و نوجوان (CASAFS)^۱: این مقیاس توسط اسپنس^۲ و همکاران ساخته شده است. این آزمون یک ابزار خود گزارشی ۲۴ عبارتی است که عملکرد فرد را در ۴ حیطه "عملکرد تحصیلی"، "ارتباط با همسالان"، "روابط خانوادگی" و "وظایف خانگی و مراقبت از خود" مورد سنجش قرار می دهد. هریک از این خرده مقیاس ها از ۶ عبارت تشکیل شده است و پاسخ هر عبارت در دامنه ای از ۱ (به هیچ وجه) تا ۴ (همیشه) قرار می گیرد. پایایی این ابزار در جمعیت پژوهش حاضر مورد بررسی قرار گرفت که ضرایب آن به شیوه ی آلفای کرونباخ ۰/۷۹ و به شیوه ی دونیمه سازی ۰/۷۶ محاسبه شد.

روند اجرای پژوهش: پس از انتخاب دو مرکز نگهداری کودکان و نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست، جلسات توجیهی جهت آشنایی مدیران مراکز با روش کار برگزار شد. سپس پرسشنامه های دشواری تنظیم هیجانی و عملکرد اجتماعی و انطباقی بر روی نوجوانان هر دو مرکز اجرا شد. به دلیل همزمانی اجرا و پایان ترم تحصیلی، تعداد ۴ نفر از اعضای گروه آزمایش در ابتدای شروع اجرا به مراکز دیگر منتقل و از برنامه حذف شدند و به منظور یکسان سازی حجم نمونه در دو گروه، ۴ نفر از اعضای گروه کنترل نیز از مطالعه کنار گذاشته شدند. در نتیجه هر گروه شامل ۱۱ دختر نوجوان بدسرپرست ۱۶-۱۲ ساله وارد مرحله اجرا شدند. گروه کنترل فقط به پرسشنامه ها پاسخ دادند. به منظور جلوگیری از اثر انتقال از گروه آزمایش به کنترل، گروه کنترل از مداخله ای که در گروه آزمایش انجام میشد هیچ گونه اطلاعی نداشته و به همین منظور محیط های مربوط به گروه کنترل و مداخله برای بالا بودن اعتبار درونی تحقیق از هم منفک بودند. ملاک های ورود در این تحقیق عبارت بودند از: ۱) محدوده سنی ۱۶-۱۲ سال، ۲) عدم وجود هر گونه بیماری روانی

1- Child and Adolescent Social and Adaptive Functioning Scale
2- Spence

جدول (۱) محتوای کلی جلسات

جلسه	موضوع جلسه	تکنیک های مرحله گرم کردن	تکنیک های مرحله اجرا
۱	شناسایی حالات سه گانه شخصیت ("والد"، "بالغ"، "کودک")	تکنیک پاس دادن توپ خیالی	ایفای نقش
۲	مفهوم آلودگی	تکمیل جمله: من شخصی هستم که...	صندلی خالی
۳	روابط مکمل و متقاطع	گفتگوها	صندلی خالی و حل مسئله
۴	شناسایی بازی ها	گفتگوی غیرمستقیم	ایفای نقش
۵	پیشگیری از بازی ها	گفتگوها	مضاعف به عنوان مشاور
۶	احساس های تخریبی	تجسم موقعیت فرضی	آینه
۷	مفهوم نوازش	پاتومیم	نقش معکوس
۸	جمع بندی مهارت ها	در این جلسه به مرور مباحث جلسات قبل و مهارت های کسب شده پرداخته شد	

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد نمرات آزمودنی ها، در ابعاد دشواری های تنظیم شناختی هیجان و نیز ابعاد عملکرد اجتماعی- انطباقی، برای دو گروه آزمایش و کنترل در

مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پی گیری، در جدول ۲، ارائه شده است.

جدول (۲) میانگین و انحراف استاندارد نمرات گروه های آزمایش و کنترل، در متغیرهای وابسته در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

شاخص متغیر	میانگین						انحراف استاندارد					
	گروه آزمایش			گروه کنترل			گروه آزمایش			گروه کنترل		
	پیش آزمون	پس آزمون	پی گیری	پیش آزمون	پس آزمون	پی گیری	پیش آزمون	پس آزمون	پی گیری	پیش آزمون	پس آزمون	پی گیری
دشواری های تنظیم شناختی هیجان	عدم پذیرش	۱۸/۳۶	۱۱/۶۳	۱۰/۸۲	۱۵/۰۰	۱۵/۱۰	۱۵/۶۳	۱۵/۱۰	۱۵/۰۰	۱۰/۸۲	۱۱/۶۳	۴/۷۵
	رفتار هدفمند	۱۵/۶۳	۱۰/۷۲	۱۰/۸۱	۱۵/۳۶	۱۴/۹۱	۱۵/۸۲	۱۴/۹۱	۱۵/۳۶	۱۰/۸۱	۱۰/۷۲	۳/۷۹
	کنترل تکانه	۱۹/۰۰	۱۵/۶۳	۱۴/۲۷	۱۶/۹۰	۱۷/۲۷	۱۷/۷۲	۱۷/۲۷	۱۶/۹۰	۱۴/۲۷	۱۵/۶۳	۲/۷۲
	آگاهی هیجانی	۱۸/۲۷	۲۳/۱۸	۲۱/۰۹	۱۷/۴۵	۱۵/۲۷	۱۶/۰۰	۱۶/۰۰	۱۵/۲۷	۱۷/۴۵	۲۱/۰۹	۴/۱۹
	دسترسی محدود	۲۴/۲۷	۱۹/۷۲	۱۸/۵۴	۲۲/۱۸	۲۲/۳۶	۲۲/۰۹	۲۲/۰۹	۲۲/۳۶	۲۲/۱۸	۱۸/۵۴	۴/۳۹
	فقدان شفافیت	۱۶/۲۷	۱۲/۹۱	۱۲/۳۶	۱۲/۹۰	۱۴/۹۱	۱۵/۲۷	۱۴/۹۱	۱۲/۹۰	۱۲/۳۶	۱۲/۹۱	۱/۷۹
	تحصیلی	۱۴/۸۱	۱۹/۳۶	۲۱/۲۷	۱۸/۳۶	۱۹/۲۷	۱۸/۲۷	۱۸/۲۷	۱۹/۲۷	۱۸/۳۶	۲۱/۲۷	۱۹/۳۶
عملکرد اجتماعی- انطباقی	همسالان	۱۲/۴۵	۱۸/۰۰	۱۸/۴۵	۱۲/۹۰	۱۵/۳۶	۱۴/۲۷	۱۵/۳۶	۱۲/۹۰	۱۸/۴۵	۱۸/۰۰	۱/۷۳
	خانواده	۱۳/۰۹	۲۱/۰۰	۲۱/۷۲	۱۴/۱۸	۱۵/۵۵	۱۵/۳۶	۱۵/۵۵	۱۴/۱۸	۲۱/۷۲	۲۱/۰۰	۳/۵۸
	وظایف	۱۶/۶۳	۲۰/۶۳	۲۱/۶۳	۱۹/۰۰	۲۰/۹۱	۲۰/۹۱	۲۰/۹۱	۱۹/۰۰	۲۱/۶۳	۲۰/۶۳	۲/۴۲

های تنظیم هیجانی در پس آزمون ($F = 0.18$; $p = 0.67$) و پی گیری ($F = 0.00$; $p = 0.98$)، فقدان شفافیت هیجانی در پس آزمون ($F = 0.34$; $p = 0.93$) و پی گیری ($F = 0.59$; $p = 0.28$)، عملکرد تحصیلی در پس آزمون ($F = 0.98$; $p = 0.01$) و پی گیری ($F = 0.50$; $p = 0.46$) و ارتباط با همسالان در پس آزمون ($F = 1.75$; $p = 0.20$) و پی گیری ($F = 0.44$; $p = 0.61$) روابط خانوادگی در پس آزمون ($F = 0.40$; $p = 0.74$) و پی گیری ($p = 0.06$)؛ $F = 3.74$) و وظایف خانوادگی و مراقبت از خود در پس آزمون ($F = 0.96$; $p = 0.01$) و پی گیری ($p = 0.75$)؛ $F = 0.10$)، نشانگر تحقق پیشفرض تساوی واریانس ها و برای متغیرهای فقدان آگاهی هیجانی در پس آزمون ($F = 16.11$; $p = 0.0001$) و پی گیری ($p = 0.0001$)؛ $F = 12.54$)، نشانگر عدم تحقق این پیشفرض بود. بنابراین با توجه تحقق اکثر پیشفرض ها و تساوی تعداد دو گروه، از تحلیل کواریانس چندمتغیره برای بررسی اثربخشی مداخله ی پژوهش استفاده شد. ابتدا اثربخشی مداخله ی پژوهش بر ابعاد دشواری های تنظیم شناختی هیجان مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن در جداول ۳ و ۴ ارائه شده است.

همانطور که در جدول ۲، ملاحظه می شود، در گروه آزمایش، در تمامی ابعاد دشواری های تنظیم شناختی هیجان، در مراحل پس آزمون و پی گیری نسبت به مرحله ی پیش آزمون، بهبود قابل ملاحظه ای ایجاد شده است. اما این روند در مورد گروه کنترل، ملاحظه نمی گردد. همچنین این نتایج نشان می دهند که در ابعاد عملکرد اجتماعی-انطباقی در مراحل پس آزمون و پی گیری نیز گروه آزمایش، بهبود قابل ملاحظه ای نسبت به گروه کنترل نشان داده است. جهت بررسی اثربخشی مداخله ی پژوهش، از تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده شد. نتایج آزمون باکس برای ابعاد دشواری های تنظیم شناختی هیجان ($p = 0.0001$)؛ $M = 217.74$) و همچنین ابعاد عملکرد اجتماعی-انطباقی ($M = 110.49$; $p = 0.0001$) نشانگر عدم تحقق پیش فرض تساوی کواریانس ها بود. نتایج آزمون لوین برای متغیرهای عدم پذیرش پاسخ های هیجانی در پس آزمون ($F = 0.56$; $p = 0.34$) و پی گیری ($F = 0.75$; $p = 0.10$)، دشواری دست زدن به رفتار هدفمند در پس آزمون ($F = 0.90$)؛ $p = 0.01$) و پی گیری ($F = 2.85$; $p = 0.10$)، دشواری کنترل تکانه در پس آزمون ($F = 0.33$; $p = 0.98$) و پی گیری ($F = 2.15$; $p = 0.15$)، دسترسی محدود به راهبرد

جدول ۳) نتایج آزمون لامبدای ویلکس اثربخشی مداخله ی پژوهش بر ابعاد دشواری های تنظیم شناختی هیجان

شاخص ها منبع تأثیرات	مقدار ویژه	F	درجه ی آزادی فرض	درجه ی آزادی خطا	معناداری	مجذور اتا	توان آماری
عضویت گروهی	0.00	105.46	12	3	0.0001	0.99	1

جدول ۴) نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره به تفکیک هریک از ابعاد دشواری های تنظیم شناختی هیجان

شاخص ها منبع تأثیرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنا داری	مجذور اتا	توان آماری	تجزیه ی گروهی	
								عدم پذیرش	رفتار هدفمند
پس آزمون	96.84	1	96.84	21.23	0.0001	0.60	0.99	عدم پذیرش	رفتار هدفمند
پی گیری	95.37	1	95.37	8.33	0.01	0.37	0.76		
پس آزمون	101.88	1	101.88	31.73	0.0001	0.69	0.99	کنترل تکانه	آگاهی
پی گیری	88.21	1	88.21	17.85	0.0001	0.56	0.97		
پس آزمون	24.24	1	24.24	4.65	0.04	0.24	0.51	هیجانی	دسترسی
پی گیری	76.07	1	76.07	19.64	0.0001	0.58	0.98		
پس آزمون	175.53	1	175.53	94.42	0.0001	0.87	1	محدود	فقدان
پی گیری	66.26	1	66.26	18.57	0.0001	0.57	0.97		
پس آزمون	65.47	1	65.47	7.53	0.01	0.35	0.72	محدود	فقدان
پی گیری	90.81	1	90.81	6.75	0.02	0.32	0.67		
پس آزمون	36.27	1	36.27	22.18	0.0001	0.61	0.99	شفافیت	شفافیت
پی گیری	28.97	1	28.97	12.18	0.0001	0.46	0.90		

باشد. در همین راستا نتایج جدول ۴ نیز نشان می‌دهد که این تأثیر در مورد هریک از این ابعاد، به صورت جداگانه نیز در هر دو مرحله ی پس آزمون و پیگیری، معنادار بوده است. نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره، جهت بررسی اثربخشی مداخله ی پژوهش بر ابعاد عملکرد اجتماعی- انطباقی در جداول ۵ و ۶ ارائه شده است.

همانطور که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود، با کنترل نمرات پیش آزمون، مداخله ی پژوهش، تأثیر معناداری بر مجموع ابعاد دشواری های تنظیم شناختی هیجان، داشته است. براساس مجذور انا، اندازه ی اثر مداخله بر مجموع این ابعاد، در حد بالایی ارزیابی می‌شود که نشان می‌دهد که تفاوت ایجاد شده بین دو گروه، به مداخله ی پژوهش مربوط می‌باشد.

جدول ۵) نتایج آزمون لامبدای ویلکس اثربخشی مداخله ی پژوهش بر ابعاد عملکرد اجتماعی- انطباقی

شاخص ها منبع تأثیرات	مقدار ویژه	F	درجه ی آزادی فرض	درجه ی آزادی خطا	معناداری	مجذور انا	توان آماری
عضویت گروهی	۰/۰۷	۱۴/۳۵	۸	۹	۰/۰۰۰۱	۰/۹۲	۱

جدول ۶) نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره به تفکیک هریک از ابعاد عملکرد اجتماعی- انطباقی

منبع تأثیرات	شاخص ها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنا داری	مجذور انا	توان آماری	عضویت گروهی
تجزیه	پس آزمون	۱۷/۰۶	۱	۱۷/۰۶	۳/۲۵	۰/۰۹	۰/۱۶	۰/۳۹	
	پی گیری	۳۹/۴۹	۱	۳۹/۴۹	۱۰/۱۶	۰/۰۰۰۱	۰/۳۸	۰/۸۴	
همسالان	پس آزمون	۱۲/۶۲	۱	۱۲/۶۲	۷/۳۱	۰/۰۱	۰/۳۱	۰/۷۱	
	پی گیری	۶۰/۸۹	۱	۶۰/۸۹	۲۳/۱۴	۰/۰۰۰۱	۰/۵۹	۰/۹۹	
خانواده	پس آزمون	۱۲۵/۳۴	۱	۱۲۵/۳۴	۲۳/۴۷	۰/۰۰۰۱	۰/۵۹	۰/۹۹	
	پی گیری	۱۵۸/۹۱	۱	۱۵۸/۹۱	۲۶/۱۸	۰/۰۰۰۱	۰/۶۲	۰/۹۹	
وظایف	پس آزمون	۵/۰۸	۱	۵/۰۸	۲/۶۰	۰/۱۲	۰/۱۴	۰/۳۲	
	پی گیری	۱۰/۱۸	۱	۱۰/۱۸	۴/۹۲	۰/۰۴	۰/۲۳	۰/۵۵	

هیجانی و عملکرد اجتماعی- انطباقی نوجوانان دختر بدسرپرست استان اصفهان انجام گرفت. نتایج نشانگر تأثیر معنادار مداخله سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل در کاهش دشواری‌های تنظیم هیجانی دختران نوجوان بدسرپرست می‌باشد. در بررسی پیشینه و ادبیات تحقیق در رابطه با این فرضیه، پژوهشی که اثربخشی تلفیقی سایکودراما و تحلیل رفتار متقابل را بر دشواری‌های تنظیم هیجانی مورد مطالعه قرار داده باشند، تا آنجا که پژوهشگر اطلاع دارد صورت نگرفته است. لذا پژوهش حاضر جزء نخستین پژوهش‌های انجام شده در این زمینه می‌باشد. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های صورت گرفته در رابطه با اثربخشی سایکودراما و تحلیل رفتار متقابل بر کاهش اختلالات و مشکلات هیجانی از جمله

همانطور که در جدول ۵ ملاحظه می‌گردد، با کنترل نمرات پیش آزمون، مداخله ی پژوهش، تأثیر معناداری بر مجموع ابعاد عملکرد اجتماعی- انطباقی داشته است. براساس مجذور انا، اندازه ی اثر مداخله بر مجموع این مؤلفه ها، در حد بالایی ارزیابی می‌شود که نشان می‌دهد که تفاوت ایجاد شده بین دو گروه، عمدتاً به مداخله ی پژوهش مربوط می‌باشد. نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد که به جز ابعاد تحصیلی و وظایف در در مرحله ی پس آزمون، تأثیر مداخله بر همین ابعاد در مرحله ی پیگیری و سایر ابعاد در هر دو مرحله ی پس آزمون و پیگیری، معنادار بوده است.

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مداخله سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل بر دشواری‌های تنظیم

تکنیک‌های مختلف سایکودراما و در قالب ایفای نقش به بازسازی هیجانات و در نتیجه ارتباطات میان فردی پرداخت. در همین راستا تحلیل رفتار متقابل، به عنوان نظریه شخصیت و نوعی روان درمانی است که به منظور رشد و تغییرات شخصی به بررسی روابط و پیوندهای اجتماعی می‌پردازد. 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 (۲۷).

در نتیجه فرد به کنترل و تنظیم موثر هیجانات و احساسات سرکوب شده خود پرداخته و روابط سالمی با دیگران برقرار خواهد کرد. آموزه‌های تحلیل رفتار متقابل درباره تجدید نظر در پیش داورها (آلودگی بالغ-والد و بالغ-کودک)، بایدها و نبایدهای غیرمنطقی و احکام آزردهنده "والد" و نیز کنترل تکانشگری‌ها و احساسات غیرخوب بودن "کودک" به وسیله تقویت "بالغ" می‌تواند منجر به نوعی بازسازی هیجانی و مانع از تاثیرات سوء این عوامل از جمله سردرگمی، اضطراب و افسردگی شود (۲۸).

اگر فرد به اندازه کافی خوش شانس بوده باشد و عشق پدر و مادرش، احساس امنیت را در خود پرورده باشد، ممکن است به این نتیجه برسد که دوست داشتنی هستم و به صورت پایدار در موقعیت وجودی "من خوب هستم، تو خوب هستی" تثبیت شده باشد. اما اگر دل‌بستگی فرد با والدینش نایمن باشد یا والدین از نظر عاطفی برایش در دسترس نباشند، مجموعه‌ای متفاوت از انتظارات در مورد دیگران و خودش رشد می‌دهد. وی ممکن است در جایی در طول راه تصمیم بگیرد که یا من خوب نیستم یا دیگران خوب نیستند، یا تصمیم بگیرد که من عشق پدر و مادر را نداشته‌ام چرا که دوست داشتنی نیستم و یا مستحق توجه بدون قید و شرط دیگران نیستم. لذا می‌توان انتظار داشت که آموزه‌های تحلیل رفتار متقابل این افراد را برای بهتر کنار آمدن و در مراحل بالاتر تغییر پیش نویس زندگی خود کمک نماید (۲۹).

همسو با این اهداف، تکنیک‌های سایکودراما از قبیل تکنیک نقش معکوس، مضاعف، آینه و صندلی خالی، که روش‌هایی برای کسب اطلاعات درباره خصوصیات پروتاگونیست

پژوهش‌های مشتاقی (۲۳)، زارع (۲۰)، ابراهیمی ثانی و همکاران (۲۲)، کاظمی و همکاران (۲۱)، علامه و همکاران (۲۴)، اکبری (۲۵)، کوری (۱۷)، و سولومونوا (۱۵) همسو می‌باشد.

در تبیین اثربخشی درمان‌های گروهی باید عنوان کرد که درمان یک تجربه هیجانی اصلاح گراست. این ماهیت دوگانه فرآیند درمانی اهمیتی بنیادی دارد که در آن برانگیختن تعارض‌های گذشته زندگی مراجع نتایج متفاوت از گذشته برای وی به همراه دارد 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 (۲۶).

سایکودراما مجموعه‌ای از اصول و روش‌هاست که تکمیل کننده رویکرد چند وجهی روان درمانی و رشد و توسعه فردی است. در سایکودراما از ابزار و فنون متعددی مانند، کارگردان، صحنه، شخص یاور، وارونگی نقش، آینه، تک گویی 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 (۲۰).

مورنو اهمیت روابط بین فردی را در نظریه "نقش" خود بیان کرد. او در درمان خود به مراجع کمک می‌کرد نقش‌هایش را از زوایای مختلف و در ارتباط با افراد مختلف بررسی کند. مراجعان با اجرای نقش به جای صحبت کردن صرف درباره آن‌ها به احساسات و نگرش‌هایی پی می‌بردند که قبلاً متوجه آن نبودند و به این ترتیب می‌توانستند سریعتر در هیجانات و رفتار خود تغییر ایجاد کنند. مورنو همچنین به مفهوم دیگری در درمان به نام "فاصله گیری" از نقش علاقه مند بود. در فاصله گیری از نقش با عینی نگری درباره رویدادها و بررسی نقش، سهم خویش در رخداد آن‌ها افزایش می‌یابد. بدین ترتیب در سایکودراما وقتی افراد به ایفای نقش‌های مختلف می‌پردازند، جرئت آزمایش پیدا می‌کنند و احساس کنترل بیشتری بر افکار، رفتار و هیجاناتشان پیدا می‌کنند (۱۸). بنابراین می‌توان با تکیه بر

کورکی (۳۳)، بوالحسینی و همکاران (۳۴)، همخوان و همسو می‌باشد.

در تبیین اثربخشی سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل می‌توان گفت از آنجا که سایکودراما رویکرد اجتماعی دارد، بنابراین شرکت دادن نوجوان در روان‌نمایشگری گروهی به عنوان یک وسیله آموزشی و کمک-پرورشی موجب تشویق و توسعه توانایی‌های فردی در قلمرو زندگی اجتماعی و مسئولیت‌پذیری در محیط زندگی می‌شود (۳۱). مهمترین ارزش سایکودراما این است که می‌تواند مهارت‌هایی را که فراتر از روش حل مسئله است، آموزش دهد. به کمک این روش بسیاری از مشکلات روانی-اجتماعی که در نتیجه نداشتن مهارت‌هایی مانند مهارت گفتگو، حل مسائل میان شخصی و آگاهی از خود پدید می‌آیند، حل می‌شود. ایفای نقش به عنوان یک روش درمان در مسیر اجتماعی شدن فرد به طور کلی فرایندی که به وسیله آن فرد معلومات، ارزش‌ها و سهولت رابطه کلامی و مهارت‌های اجتماعی را که امکان در آمیختن با جامعه و رفتار سازگار با آن را دارد ممکن می‌سازد (۳۵).

از آنجا که رابطه اولیه والد-کودک به سایر روابط زندگی تعمیم می‌یابد، به نظر می‌رسد آموزه‌های تحلیل رفتار متقابل در زمینه تشریح انواع روابط مکمل، متقاطع و نهفته می‌تواند به نوجوانان در برقراری رابطه سالم و متناسب با همسالان و سایر اعضای جامعه کمک کند. همچنین نظریه تحلیل رفتار متقابل در زمینه‌هایی که نیاز به درک افراد، روابط بین فردی و ارتباطات باشد به کار می‌رود. برن معتقد است در درمان‌های گروهی تغییرات مثبتی در خودپنداره، تلاش برای کسب موفقیت، پیشرفت تحصیلی، لذت بردن از روابط با دیگران و کسب مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی در افراد پدیدار می‌شود. لذا آموزش مفاهیم تحلیل رفتار متقابل در قالب تکنیک‌های سایکودراما می‌تواند در رسیدن به این هدف موثر واقع شود.

با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر مداخله سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل بر خرده مقیاس‌های عملکرد اجتماعی و انطباقی یعنی عملکرد تحصیلی، ارتباط با همسالان، روابط خانوادگی و مراقبت از خود نیز تاثیر معنادار داشته است. که این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های سولومونووا (۱۵)، و نریمانی (۳۶)، همسو می‌باشد.

(شخص اول) است، می‌تواند فرد را با حالات شخصیتی خویش آشنا سازد. با استفاده از این تکنیک‌ها و در جریان ایفای نقش می‌توان به شکستن جریان بازی‌ها و نیز عدم ورود به بازی‌ها و تقویت "بالغ" به عنوان مسئول اجرایی شخصیت و خروج از پیش‌نویس ناسالم دوران کودکی دست یافت. فرد در طی مراحل درمان از مرحله دفاع (مراجع در جستجوی دفاع از الگوی ناسازگار خود و والدینش است بدون آنکه به حل مسئله بپردازد و روند این زمانی/ این مکانی را در پیش گیرد) به مرحله آزرده‌گی و تسکین علائم (با آگاه شدن از اینکه خودش را با دنبال کردن راهبردهای منسوخ دوران کودکی محدود می‌کرده، آزرده و خشمگین شده و به والدینش واکنش منفی نشان می‌دهد. سپس به تدریج خودش را به صورت منفی تجربه می‌کند و نگاه او به والدین مثبت می‌شود و هر سه حالت شخصیتی او شروع به تغییرات کرده و به حل مسئله می‌پردازد بدون اینکه وارد پیش‌نویس شود) می‌رسد. بعد به کنترل اجتماعی (مسئولیت اعمال خویش را به عهده گرفته و استفاده از رفتار خودمختار را افزایش می‌دهد) و در نهایت به درمان پیش‌نویس (خارج شدن از پیش‌نویس و آزاد شدن از سیستم تخریب) می‌رسد. تخریب پیش‌نویس موجب می‌شود فرد از حالات "والد انتقاد کننده" و "کودک مطیع و سازگار" خود خارج شده و با استفاده از فعال کردن "والد" حمایت کننده و "بالغ" خود سرشکستگی‌ها، انتقادها، استرس و علائم بالینی خود-که در این پژوهش تنظیم نامناسب هیجانات منفی است-را کاهش دهد (۳۰).

نتایج این پژوهش همچنین نشان داد که مداخله سایکودراما با محتوای تحلیل رفتار متقابل نمره کل و نمرات خرده مقیاس‌های عملکرد اجتماعی و انطباقی گروه آزمایش را نسبت به گروه کنترل افزایش داده است. در بررسی پیشینه و ادبیات تحقیق در رابطه با موضوع این فرضیه پژوهشی که اثربخشی تلفیقی سایکودراما و تحلیل رفتار متقابل را بر عملکرد اجتماعی و انطباقی مورد مطالعه قرار داده باشد، صورت نگرفته است. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های مشابه صورت گرفته در رابطه با اثربخشی سایکودراما و تحلیل رفتار متقابل بر مهارت‌های اجتماعی، ارتباطی و سازگاری اجتماعی از جمله فرامرزی و همکاران (۱۹)، جمشیدی نظر (۳۱)، خوبانی و همکاران (۳۲)،

تنظیم هیجان‌ها در محیط‌های مختلف آموزشی، درمانی، سازمان‌ها، نهادها و ادارات مختلف مورد بررسی قرار گیرد. و همچنین این پژوهش در نمونه‌هایی از نوجوانان بدسرپرست با حجم بالاتر صورت گیرد.

منابع

- 1- Ahadi B, Hejazi E, A BP. Marital satisfaction, parents express emotion and behavioral-affective problem in children. J Psychol. 2004; 8(1): 52-4.
- 2- Linehan MM, Schmidt H, Dimeff LA, Craft JC, Kanter J, Comtois KA. Dialectical behavior therapy for patients with borderline personality disorder and drug-dependence. The American journal on addictions. 1999; 8(4): 279-92.
- 3- Davies PT, Cummings EM. Exploring children's emotional security as a mediator of the link between marital relations and child adjustment. Child development. 1998; 69(1): 124-39.
- 4- Aghamohammadian Sherbaf H, Mashhad HM. Psychology of maturity and adolescent. Ferdowsi University Publication. 2005; 7(4).
- 5- Ahmadi M. Effectiveness of problem-solving on personality characters of adolescent in boarding facilities in Tehran. Allameh Tabatabai University. 2001;8(5).
- 6- Harris AE, Curtin L. Parental perceptions, early maladaptive schemas, and depressive symptoms in young adults. Cognitive Therapy and Research. 2002; 26(3): 405-16.
- 7- Young JE, Klosko JS, Weishaar ME. Schema therapy: A practitioner's guide: Guilford Press; 2003.
- 8- Ahmadi S, A. G. . The effect of social skills training on social development of orphan children under the Welfare Organization of Isfahan province. Sci Res J. 1999; 22-9. .
- 9- Sarracino D, Presaghi F, Degni S, Innamorati M. Sex-specific relationships among attachment security, social values, and sensation seeking in early adolescence: Implications for adolescents' externalizing problem behaviour. Journal of adolescence. 2011; 34(3): 541-54.
- 10- Blatner A. Acting-in: Practical applications of psychodramatic methods: Springer Publishing Company. 1996.
- 11- Bayati H, Pourmohamadreza tajrishi M, Zademohamadi A. The Effectiveness of Drama Therapy on Attention Span in Boy Students with Intellectual Disability. Journal of Clinical Psychology. 2012; 13 (1): 75-85.
- 12- Meldrum B. Historical background and overview of dramatherapy. The handbook of dramatherapy. 1994; 12-27.
- 13- Frisch MJ, Franko DL, Herzog DB. Arts-based therapies in the treatment of eating disorders. Eating disorders. 2006; 14(2): 131-42.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بین میزان مهارت‌های اجتماعی و پیشرفت تحصیلی رابطه مثبت وجود دارد. دان لی و همکاران در پژوهشی دریافتند که پیشرفت تحصیلی می‌تواند توانش‌ها و مقبولیت اجتماعی کودکان را پیش بینی کند. یافته‌های استرنبرگ نشان می‌دهد کودکانی که در عملکردهای اجتماعی نقص دارند اغلب با مشکلات یادگیری و رفتاری مواجه می‌شوند. چنانچه نقص در برقراری روابط اجتماعی پایدار بماند، در درازمدت فرد را با مشکلاتی از قبیل چرخه‌های شکست، طرد شدن از طرف همسالان، ضعف تحصیلی در مدرسه و مشکلات سازگاری در بزرگسالی مواجه می‌کند (۳۷).

برخی از محققان منبع فروپاشی رابطه را در درون افراد، نوع نمایشنامه، وضعیت زندگی تعریف شده، پذیرش نقش و نوع ارتباط متقابل می‌دانند. با توجه به یافته‌های پیشین صرف نقض مهارت‌های ارتباطی، عامل ایجاد مشکل ارتباطی نمی‌باشد و عواملی نظیر تصمیمات اولیه، انگیزه‌ها و بازی‌های روانی می‌توانند بر رضایت از رابطه اثر بگذارند [۲۷]. لذا می‌توان انتظار داشت که ارائه آموزه‌های تحلیل رفتار متقابل در قالب تکنیک‌هایی مانند صندلی خالی و مضاعف بتواند ارتباطات اعضا را بهبود بخشیده و در نتیجه موجب موفقیت‌های تحصیلی، اجتماعی و شغلی آن‌ها در آینده شود. شرکت این نوجوانان در گروه‌هایی که بتوانند در آن آزادانه تعارضات و مشکلات بین فردی خود را به نمایش بگذارند و در مورد آن صحبت کنند سبب می‌شود علاوه بر تخلیه هیجان‌ها سرکوب شده، مهارت‌هایی را جهت حل مشکلات و مسائل بیابند که در نتیجه امر به بهبود روابط آنان با دوستان، خانواده و دیگر افراد منجر می‌شود. همانند دیگر پژوهش‌ها در این پژوهش نیز پژوهشگر با محدودیت‌هایی مواجه بوده است که برخی از آن‌ها عبارتند از: ۱- این پژوهش بر روی جامعه آماری دختران صورت گرفته و در تعمیم آن به سایر جوامع باید جانب احتیاط را رعایت کرد. ۲- به دلیل محدود بودن حجم نمونه، تعمیم نتایج به کل نوجوانان بدسرپرست خالی از اشکال نیست. ۳- از دیگر محدودیت‌های پژوهش به کوتاه بودن طول مدت اجرا، کم بودن تعداد جلسات درمانی و همچنین کوتاه مدت بودن زمان مرحله پی گیری اشاره کرد. پیشنهاد می‌شود اثربخشی این مداخله تلفیقی در بهبود تعاملات بین فردی و

- 30- Dusay, J.M.& Dusay, K.M. Transactional analysis. . 4th ed. Psychotherapies C, editor: IL: F. E. Peacock Publishers. 1989; 405-53. Itasca p.
- 31- Jamshidi Nazar F, Bahramabadi M, Delavar A RN. The effect of psychodrama techniques on internalizing symptoms of girls accused of bullying in Kermanshah. *J Mazandaran Univ Med Sci*. 2014; 24: 142-8.
- 32- Khoubani M, Zadeh Mohammadi A, J. J. The effectiveness of Psychodrama training on communication skills and aggression in aggressive girls. *J Appl Psychol*. 2014; 7(4): 27-44.
- 33- Kouraki M, Yazdkhasti F, Ebrahimi A, H. O. The effectiveness of social skills and internet addiction reduction among female students. *J Psychiatr Clinical Psychol*. 2011; 17(4): 279-88.
- 34- Bolhasani F, Makvandi B, A. H. The effect of psychodrama on increasing the social skills of people with substance abuse in Ahwaz. *Inter J Psychol Behav Sci Res*. 2015; 4(1): 110-4. .
- 35- Fathi T. Psychodrama. Tehran: Sepand Honar Publication. 2001.
- 36- Narimani M, Biabangard A, S. R. The efficacy of psychodrama on social skills and self-esteem of students with dyslexia. *Res on Except Child*. 2006; 6(2): 623-38.
- 37- Verdi M. The relationship between perfectionism and hardiness with mental health and academic performance in pre-university students of Ahwaz. Ahwaz: Shahid Chamran University. 2001.
- 14- Meisiek S. Which catharsis do they mean? Aristotle, Moreno, Boal and organization theatre. *Organization Studies*. 2004; 25(5): 797-816.
- 15- Sokovkina MS, Aleshin VN. Integration of Psychodrama and Transactional Analysis Methods in psychoeducational work with school-age children in Russia. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice*. 2015; 6(1).
- 16- Stewart I. Transactional analysis counselling in action: Sage. 2013.
- 17- MS. C. Group techniques. . Tehran: Ravan 2002.
- 18- Hamamci Z. The Effect of Integrating Psychodrama and Cognitive Behavioral Therapy on Reducing Cognitive Distortions in Interpersonal Relationships. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. 2002.
- 19- Faramarzi S, Moradi M, Audiol. MB. The effectiveness of the method of pantomime on the social adjustment of student's deaf girl. 2014; 23(6): 85-91.
- 20- Zare M, Shafeeabadi A, Pashasharifi H, SH NN. The effectiveness of rational-emotional-behavior group therapy and psychodrama on changes of emotional expression styles. *Iran Psychol J*. 2007; 13(4): 25-41.
- 21- Kazemi Z, Neshatdost H, Kajbaf M, Abedi A. Aghamohammadi S, S. S. The effectiveness of transactional analysis training on social intimacy runaways. *Women's Psychol Soc Stud*. 2012; 3(10): 139-62.
- 22- Ebrahimi Sani A, Hashemian K, F D. The effectiveness of transactional analysis group therapy to increase the self-esteem of soldiers in north Khorasan prison. *J Mil Med*. 2012; 3(14): 214-20.
- 23- Moshtaghi S, BahramAbadi M, K Z. The effectiveness of psychodrama on emotion regulation in 14-18 years old adolescent of Karaj. . *J Behav Sci*. 2013; 5(40): 398-403.
- 24- Allameh F, Aghaei A, Atashpour H, Moshtaghi M. Effect of transactional analysis group training on married men's happiness referred to counselling and cultural centres. *J Cogn Behav Sci*. 2014; 4(1): 25-38.
- 25- Akbari A, Khanjani Z, Azimi Z, Poursharifi H, M. M. Effectiveness of transactional analysis on personality, self-esteem and clinical symptoms of people suffering from emotional breakdown. *Psychol Methods Models*. 2012; 2(8): 1-221.
- 26- Deghani M. The effectiveness of short-term treatment of anxiety moderating on love syndrome. Tehran Psychiatric Institute. 2010.
- 27- Clarkson P. The psychotherapeutic relationship. *The handbook of psychotherapy*. 1994; 28-48.
- 28- Johnsson R. Transactional Analysis Psychotherapy-Three Methods Describing a Transactional Analysis Group Therapy: Department of Psychology, Lund University. 2011.
- 29- Wolf F, I. K. Psychotherapist casebook. *J Behav Ther*. 2008; 4(1): 33-56.