

مطالعه کاربرد تئاتر درمانی از طریق بداهه‌سازی‌های اجرایی برای کمک به پیشگیری از اعتیاد در نوجوانان حاشیه‌نشین شهر ساری*

ندا تسلیمیان**^۱، رفیق نصرتی^۲، شکوفه ماسوری^۳

۱. کارشناس ارشد ادبیات نمایشی، دانشکده هنر، دانشگاه سوره، تهران، ایران.
۲. دکترای تخصصی تئاتر، عضو هیئت علمی گروه ادبیات نمایشی، دانشگاه هنر شیراز، شیراز، ایران.
۳. عضو هیئت علمی گروه ادبیات نمایشی، دانشگاه سوره، تهران، ایران.

چکیده

امروزه با توجه به گسترش پدیده اعتیاد به مواد مخدر، به خصوص در میان نوجوانان، نیاز به راهکارهایی برای پیشگیری و درمان اعتیاد، بیش از پیش دیده می‌شود. نوجوانان محلات حاشیه شهرها با توجه به امکانات کم، فقر و گستردگی بزهکاری در این مناطق، بیش از سایر نوجوانان در معرض اعتیاد قرار دارند. پرسش کلیدی که منجر به انجام این پژوهش شد این بود که تئاتر چگونه می‌تواند به این نوجوانان در پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر کمک کند؟ برای پاسخ به این پرسش در تحقیق ترکیبی، به مطالعات کتابخانه‌ای و میدانی نیاز بود. برای تبیین چارچوب نظری پژوهش، تئاتر درمانی به عنوان روش و نظریه، مورد استفاده قرار گرفت و نتایج مطالعات به شکل میدانی بر تعدادی از نوجوانان حاشیه شهر ساری به عنوان نمونه آماری، در قالب رویکردی منسجم به کار برده شد. نتایج تحقیق نشان می‌دهد تئاتر به مثابه شیوه‌ای برای درمان در چارچوب درام‌درمانی از زیرمجموعه‌های هنر کاربردی می‌تواند با افزایش عزت نفس نوجوانان، کاهش میزان خشم، افزایش توانایی تسلط بر هیجانات و احساسات و همچنین کاهش تمایل به رفتارهای بزهکارانه، در پیشگیری نوجوانان از اعتیاد مفید باشد.

واژه‌های کلیدی

درام‌درمانی، نوجوانان، اعتیاد، ساری، حاشیه شهر، عزت نفس.

** این مقاله برگرفته از پایان‌نامه ندا تسلیمیان با عنوان «تحلیل شگردهای روایی در بداهه‌سازی‌های درام‌درمانی برای پیشگیری از اعتیاد نوجوانان محلات حاشیه شهر ساری» در مقطع کارشناسی ارشد رشته ادبیات نمایشی دانشگاه سوره است

** نویسنده مسئول: Neda.t1991@yahoo.com

مقدمه

سوالات دشوار و قدیمی «من کیستم؟»، «جای من در هستی کجاست؟» و «از زندگی خود چه می‌خواهم؟» پاسخ مشخص و اختصاصی بدهد. حال اگر نوجوان در فرهنگی ویژه و یا در شرایط نابسامان خانوادگی رشد کند، می‌توان عدم تسلط حسی او بر هیجانات خود را پیش‌بینی نمود.

و بالاخره، بنابر آمار وزارت راه و شهرسازی در سال ۱۳۹۶، در ایران حدود ۱۹ میلیون نفر حاشیه‌نشین وجود داشته است. یعنی از هر ۴ نفر ایرانی، یک نفر در سکونتگاه‌های غیر رسمی ساکن بوده است. نوجوانان مناطق حاشیه شهر به دلیل دسترسی آسان به مواد مخدر و بعضاً نداشتن کانون خانوادگی گرم، عدم آگاهی، بیکاری و ... به اعتیاد در سنین پایین روی می‌آورند.

با توجه به این چند نکته مقدماتی، قابل ذکر است که در این پژوهش سعی شده است تا تأثیر درمانی برای پیشگیری از اعتیاد نوجوانان محلات حاشیه شهر ساری مورد تجزیه و تحلیل قرار گیرد. در این راستا، مهم‌ترین مسائلی که به آنها پرداخته خواهد شد این است که اولاً تاثر و به خصوص، روایتگری اجرایی زندگی‌های شخصی، چگونه به پیشگیری از اعتیاد نوجوانان کمک می‌کند؟ و از سوی دیگر، چگونه بداهه‌های این شکل از تأثیر درمانی به تسلط نوجوانان بر هیجانات لحظه‌ای و بازیابی عزت نفس آنها کمک می‌کند؟

یکی از کاربردهای هنر، علاوه بر لذت، نوعی از درمان است. طرفه آن که هنر نزد انسان‌های بدوی بیش از لذت، اهمیت درمانی داشته و هنردرمانی، امری کهن است. به عبارتی، «از گذشته تا امروز انواع هنرها به عنوان شیوه‌های درمانی مخصوصاً در درمان تألمات روحی مورد استفاده قرار گرفته‌اند. هنردرمانی، نوعی تکنیک درمانی است که می‌کوشد موقعیت احساسی بیمارانی که از ناراحتی‌های روحی و روانی رنج می‌برند را بهبود بخشد» (مظفریان، ۱۳۸۷، ۱). امروزه، در دانشکده‌های هنر دانشگاه‌های بزرگی چون جرج واشنگتن، ایندیا، چستر و ... تاثر کاربردی به عنوان راهکاری نوین برای آموزش و درمان تدریس می‌شود.

از سوی دیگر، در باب نوجوانی، به پیروی از برخی نظریه‌پردازان روان‌کاوی، «نوجوانی را باید وضعیتی دانست که نوجوان در آن دچار اختلال روانی است» (ماسن و همکاران، ۱۳۸۰، ۵۳۱). فرایند انتقال از کودکی به بزرگسالی، دشوار و پرکشمکش است. نوجوان از یک سو با سرعت بی‌سابقه‌ای بلوغ جسمی و جنسی را می‌گذراند و از سوی دیگر، خانواده، فرهنگ و جامعه از او می‌خواهند تا مستقل باشد، روابط جدیدی را با همسالان و بزرگسالان برقرار کند و آمادگی‌ها و مهارت‌های لازم را برای زندگی شغلی و اجتماعی به دست آورد. نوجوان باید علاوه بر پذیرش و سازگاری با این همه تغییر و تحوّل، هویت منسجمی نیز برای خود کسب کند و به

روش‌شناسی تحقیق

استنباطی استفاده شده است. آمار توصیفی شامل جدول و نمودار می‌باشد و در آمار استنباطی، برای تعیین تأثیر شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی بر هیجان و احساس، تمایل به اعتیاد، خشم و عزت نفس نوجوانان، از روش آماری t وابسته استفاده شده است. نمونه‌های مورد بررسی در این پژوهش ساکن مناطق ترک محله، غفاری، ۲۲ بهمن و راهبند در شهر ساری هستند و مشخصات آنها در جدول (۱) نشان داده شده است.

گزارش پژوهش تجربی

این پژوهش در کلاس تاثر جمعیت امام علی (ع) برای نوجوانان مناطق حاشیه شهر ساری انجام شده است. چهار نفر هنرجو، به عنوان مورد پژوهش در کلاس شرکت داشته‌اند. مربی به همراه دستیار مربی و روانشناس (مددکار) گروه نیز در کلاس حاضر بوده‌اند. تمامی روایت‌های بداهه و حاصل تمرین‌ها، توسط نگارنده بر کاغذ ثبت شده تا در انتها، از داده‌های حاصل از شگرد بداهه‌های روایی برای نوشتن نمایشنامه استفاده شود. تمرین‌های درام‌درمانی در ۱۲ جلسه به شرح جدول (۲) برگزار شدند.

روش انجام این پژوهش، ترکیبی است. در بخش کیفی، در چارچوب نوعی پژوهش نظری - توصیفی، روی مفاهیم و چارچوب‌های نظری مانند تاثر درمانی، نظریه و روش، اعتیاد، روانشناسی نوجوانان و ... مطالعاتی انجام شده است. از دل این مطالعات است که بداهه‌سازی‌های روایی به عنوان نوعی شگرد در تاثر درمانی برگزیده شده است. مبانی و مفاهیم مطرح در رابطه با اعتیاد نوجوانان نیز حاصل مطالعات نظری روانشناختی است. سپس، آمارها و اطلاعات مربوط به اعتیاد نوجوانان استخراج و طبقه‌بندی شده است. هم‌چنین مفاهیم و چارچوب‌های نظری مربوط به اعتیاد نوجوانان استخراج و طبقه‌بندی شده است. در بخش بعدی، مطالعات میدانی - تجربی در قالب کار با ۴ نوجوان تحت پوشش جمعیت امام علی (ع)، به عنوان نمونه موردی، پی‌گرفته شده است. در این بخش از پژوهش، تلاش برای شناخت روحیات نوجوانان، محیط زندگی، گذشته و ... از طریق مشاهده، پرسشنامه‌های پیمایشی استاندارد و مصاحبه هدفمند انجام شده است و در نهایت با استفاده از تحلیل‌های نظری، داده‌های پژوهشی ارزیابی شده‌اند. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از دو روش آمار توصیفی و آمار

جدول ۱. مشخصات نمونه‌های تحقیق (نگارندگان).

ردیف	سن	سن ابتلا به اعتیاد	ویژگی روانی و رفتاری	مدت زمان فعالیت در تئاتر (سال)
۱	۱۹	۱۴	افسردگی، مقادیری از پارانویا و وسواس ذهنی	۳
۲	۱۷	۳	مشارکت در نزاع‌های خیابانی	۷
۳	۱۷	۱۰	مشارکت در نزاع‌های خیابانی	۵
۴	۱۸	۱۵	درون‌گرا و منظم	۲

جدول ۲. جلسات تمرین درام‌درمانی (نگارندگان).

جلسات	محتوای جلسات
اول	<p>معارفه گروهی: هر چهار نفر به همراه مربی، دستیار مربی و روانشناس گروه در کلاس حضور دارند. همگی برای شروع دوباره تمرین‌های تئاتر هیجان‌زده هستند. دائماً با یکدیگر گفتگو و شوخی می‌کنند. از این که کلاشان از گروه کودک جدا شده است، راضی هستند.</p> <p>بیان اصل رازداری گروهی: همگی این اصل را قبلاً آموزش دیده‌اند. تأکید می‌کنند حرفه‌ای هستند و با مربی شوخی می‌کنند. «پ»، گروه را دوباره به تأکید بر این موضوع هم‌نظر می‌کند.</p> <p>پیمان بستن: «پ» پیمان را بیان کرد و بقیه تکرار کردند. «م»، لحن صدایش را در طول پیمان عوض کرده بود.</p> <p>گفتگوی آزاد از رویاها و ترسها: با این که «ع» دیرتر از بقیه به تمرین پیوسته، اما اولین داوطلب است. او از آرزوی ستاره فوتبال شدن می‌گوید. «م» آرزو دارد در دانشگاه هنر قبول شود. «ش» آرزو دارد بازیگر معروفی شود و «پ» آرزو دارد کاری کند هیچ بچه‌ای از پدر و مادرش دور نماند. هنرجویان روی مسأله ترس‌ها به اندازه مسأله رویا متمرکز نمی‌شوند. هنوز گروه از بیان درونیاتش فاصله دارد.</p>
دوم	<p>گرم کردن: «م»، تمرین دادن بقیه را بر عهده گرفته و بیش‌ترین فعالیت فیزیکی را دارد.</p> <p>تمرین آشنایی‌زدایی از دست راست: متمرکز شدن برای «پ» بسیار سخت است. دائماً از تمرین خارج شده و با مربی حرف می‌زند. «م»، تأکید به سکوت دارد و گروه را به سمت هماهنگی بیش‌تر می‌برد. «ع» و «ش»، به شکل دقیق مشغول تمرین هستند.</p> <p>تمرین آشنایی‌زدایی از زبان و واژه‌ها: «پ» و «ش» در این تمرین بهتر از دو نفر دیگر ظاهر می‌شوند، «م» به طور آشکار، برای بیان مقاومت دارد اما «ع»، سخت‌کوشانه مشغول تمرین است.</p> <p>تمرین صحبت کردن بدون آمادگی و بی‌وقفه به مدت ۱۰ دقیقه (محامدی، ۱۳۸۶): در این مرحله از کلاس، به گذشته «پ» و خاطرات او از پدرش، غم «ع» از فراهم‌نشدن امکانات برای خواهر نوجوانش، خشم «ش» از معتاد شدن پدر در زندان پرداخته شد. «م» بیش‌تر از تلاش‌هایش در فوتبال حرف زد.</p>
سوم	<p>گرم کردن: «ش»، قواعد یک بازی فیزیکی خراسانی را به بقیه بچه‌ها آموزش داد و مشغول بازی با هم شدند.</p> <p>تمرین رهاسازی با موسیقی: ابتدای تمرین، هنرجویان به حرکات مربی مرد و رهاسازی با موسیقی خندیدند و از همراه شدن سرباز زدند. در ادامه، «ش» و سپس «ع» و بعد «پ» و «م» به تمرین پیوستند. در انتهای تمرین، از انجام تمرین خرسند هستند.</p> <p>تمرین بداهه‌سازی با گوش‌سپاری به یکدیگر (بوگارت و لاندو، ۱۳۹۷): «ش» به راحتی این تمرین را انجام داد، او درباره خودکشی مادرش صحبت کرد. «ع» درباره تنهایی مادرش گفت. «م» از رابطه صمیمانه با مادر و هم‌تیمی بودنشان گفت و «پ» بیان داشت آشپزی تنها موردی است که مادرش انجام نمی‌دهد، اما مادر بسیار خوبی است.</p>
چهارم	<p>گرم کردن: «م» یک بازی مازندرانی به اسم «چوگان» را برای سایر هنرجویان توضیح داد و به عملی نزدیک به بازی چوگان، اما ساده‌تر از آن مشغول شدند.</p> <p>تمرین بیان بداهه‌های گفته‌شده توسط دیگری (همان): «پ» مدیریت تمرین را به عهده گرفت. هر یک از هنرجویان، روایت کوتاهی را بیان کردند و بعد با قرعه‌کشی «پ»، آنها به تکرار و تقلید روایت یکدیگر پرداختند.</p> <p>تمرین هم‌حسی در گوش‌سپاری و بیان دوباره: «پ» در این تمرین، درخشان ظاهر شد. پس از آن، «ع» به اجرای اتودش پرداخت و در نهایت، «ش» و «م» با هم یک اتود گروهی به روی صحنه بردند که در آن «ش» نقش دایی «ع» را بازی می‌کرد.</p>

<p>گرم کردن: «پ» یک بازی آذری را به هم‌گروهی‌ها آموزش داد. اعضاء، یک به یک به انجام حرکات بازی مشغول شدند.</p> <p>تمرین گروهی تکمیل جملات یکدیگر (لیمن، ۱۳۹۴): در این تمرین، «ش» و «پ»، ساده‌تر از دیگران مشارکت داشتند. «ع» تلاش بسیاری برای مفهومی‌ساختن داستان می‌کرد. «م»، بیش‌تر به بیان نقاط قوت شخصیت‌ها و اعمال قهرمانه آنها می‌پرداخت.</p>	پنجم
<p>گرم کردن: مربی مرد، تمرین‌های متعارف بدن و بیان را در کلاس اجرا و هنرجویان را حین انجام فعالیت‌ها چک کرد.</p> <p>تمرین حافظه حسی (به یاد آوردن ترس و خشم): در این تمرین، «پ» و «ش»، به ابراز درونیاتشان پرداختند. خشم «م» و «ع»، بیش‌تر در بدنشان دیده می‌شد. در انتها، از آنها خواسته شد دو به دو به آرام کردن یکدیگر بپردازند.</p> <p>تمرین حافظه حسی (به یاد آوردن شادی و اشتیاق) (محامدی، ۱۳۸۶): هر چهار نفر با شور و هیجان به شادمانی و بیان لحظات تجربه احساس اشتیاقشان پرداختند. در انتها، هر چهار نفر و مربی مرد، دست در گردن یکدیگر انداخته بودند و می‌چرخیدند.</p>	ششم
<p>گرم کردن: در حیاط خانه ایرانی، به کاپیتانی «ع»، بچه‌ها به پاس کاری توپ فوتبال مشغول شدند.</p> <p>تمرین گروهی توضیح کاراکتر قهرمان مورد علاقه (همان): هر یک از حاضرین به توصیف ویژگی‌های کاراکتر مورد علاقه‌اش می‌پردازد. «ع»، از کاراکتر پدرش می‌گوید. «پ»، از رابطه‌اش با خاله «م» که در دوران ترک وی، در کنارش بود و «ش» از بهرام افشاری بازیگر تئاتر و «م» از مربی فوتبالش حرف می‌زند.</p>	هفتم
<p>گرم کردن: «پ» اصرار داشت تا در حیاط، فوتبال دستی بازی کنند، «م» و «ع» سریعاً میز فوتبال دستی را به جای آن منتقل کردند و بازی شروع شد.</p> <p>تمرین سفر ذهنی (پایین رفتن در آب استخر و توصیف مکان مورد علاقه) (همان): در این تمرین، «پ» از تبریز و خانه پدر بزرگش گفت. «م»، زمین فوتبال نساجی مازندران را توصیف کرد. «ش» از دشت‌های زعفران تربت گفت و «ع»، از حرم امام رضا (ع) به عنوان مکان مورد علاقه‌اش یاد کرد.</p>	هشتم
<p>گرم کردن: پسرها مانند جلسه قبل، به بازی با فوتبال دستی پرداختند.</p> <p>تمرین ایستادن مقابل آینه و بررسی خود (همان): «ع» و «م» به نسبت، راحت‌تر با بدن خود ارتباط برقرار کرده و «ش»، با سکوتش به نظر غمگین می‌آید. «پ»، دندان‌هایش را دوست ندارد ولی با دیدن تصویرش می‌خندد.</p> <p>تمرین گروهی بیان خاطرات مادر: اجرای این تمرین به خاطر فشاری که بازسازی خاطرات برای بچه‌ها داشت، در نیمه راه متوقف شد. مربیان و هنرجویان به آشپزخانه رفتند و بستنی و چای خوردند.</p>	نهم
<p>گرم کردن: مربی مرد با بچه‌ها به تمرین میمیک صورت پرداختند.</p> <p>کامپوزیشن و آفرینش اثری بداهه بر اساس ایده‌ها (بوگارت و لاندو، ۱۳۹۷): در این جلسه، ترکیب آنچه تا امروز آموخته بودند را با تمرکز بر تم نمایش، جهان فیزیکی نمایش و یکی از صحنه‌ها اتود زدند. یکی از مربیان، لیست عناوینی که بچه‌ها در تمرینات قبلی درباره تم و مکان بیان کرده بودند را تیتروار خواند و همه در مورد آن کلمه، نظر دادند. سپس به شرح اشتراکات پرداخته شد و مربی، یادداشت‌هایی بر اساس اتودهای بچه‌ها انجام داد.</p>	دهم
<p>گرم کردن: به درخواست «م»، هنرجویان به حیاط رفتند و در مسیر بین دیوارها دویدند.</p> <p>کامپوزیشن و آفرینش اثری بداهه بر اساس ایده‌ها (همان): در این جلسه، ترکیب آنچه تا امروز آموخته بودند را با تمرکز بر یکی از شخصیت‌های نمایش و روابط موجود در نمایش، اتود زدند. یکی از مربیان، لیست عناوینی که بچه‌ها در تمرینات قبلی در زمینه شخصیت و نمایش بیان کرده بودند را تیتروار خواند و همه در مورد آن کلمه، نظر دادند. سپس به شرح اشتراکات پرداخته شد و مربی، یادداشت‌هایی بر اساس اتودهای بچه‌ها انجام داد.</p>	یازدهم
<p>گرم کردن: هنرجویان به رهبری «ش» به دست‌زدن و خواندن اشعار گروهی پرداختند.</p> <p>کامپوزیشن و آفرینش اثری بداهه بر اساس ایده‌ها (همان): در این جلسه، با کمک مربیان، هنرجویان به یک روایت مشترک برای اجرا رسیدند. ابتدا در کلام با یکدیگر به روایت مشترک رسیدند و سپس جزییات را در اتودهایی به دست آوردند. «ع»، در خانه، تمرین فراوانی کرده بود. «م» و «ش»، ایده‌های مشترکی برای اجرا داشتند و «پ»، در لحظه، بسیار تکنیکی و حسی، نقش‌های مقابل را پیاده می‌کرد.</p>	دوازدهم

یافته‌های تحقیق

هیجان و احساس و خشم، کاهش و نمره عزت نفس، افزایش یافته است.

یافته‌های حاصل از توصیف میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه در پیش آزمون و پس آزمون، نشان داد که در پس آزمون، نمرات متغیرهای تمایل به اعتیاد،

جدول ۴. میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه (نگارندگان).

متغیر	گروه‌ها	میانگین	انحراف معیار
هیجان و احساس	پیش آزمون	۶۸/۲۵	۵/۱۸
	پس آزمون	۵۹/۲۵	۳/۷۷
تمایل به اعتیاد	پیش آزمون	۵۲/۵۰	۴/۶۵
	پس آزمون	۴۳/۵۰	۵
عزت نفس	پیش آزمون	۲۹/۵۰	۴/۰۴
	پس آزمون	۳۳/۷۵	۲/۹۸
خشم	پیش آزمون	۴۶	۱/۱۱
	پس آزمون	۴۰/۷۳	۸/۹۹

یکی از مفروضه‌های مهم تحلیل‌های چندمتغیری، بهنجاری بودن یا نرمال بودن توزیع متغیرهاست. جهت بررسی بهنجاری بودن، چندین روش وجود دارد که در پژوهش حاضر از روش شاپیرو ویلک ۱ استفاده گردید. جدول (۴)، نتایج آزمون نرمال بودن متغیرها را نشان می‌دهد. با توجه به نتایج جدول می‌توان گفت متغیرهایی که سطح معناداری آنها بزرگتر از ۰/۰۵ باشد، دارای توزیع نرمال (فرضیه

H_0 تأیید و فرضیه H_1 رد می‌شود) و متغیرهایی که سطح معناداری آنها کوچکتر از ۰/۰۵ باشد، دارای توزیع غیر نرمال می‌باشند (فرضیه H_1 تأیید و فرضیه H_0 رد می‌شود). با توجه به اینکه میزان سطح معناداری هریک از متغیرهای مذکور در جدول (۴) بالاتر از میزان خطا ۰/۰۵ می‌باشد، بنابراین می‌توان گفت داده‌ها، نرمال می‌باشند.

جدول ۴. آزمون بهنجاری شاپیرو ویلک متغیرهای مورد مطالعه (نگارندگان).

متغیر	گروه‌ها	شاپیرو ویلک	سطح معنی‌داری P
هیجان و احساس	پیش آزمون	۰/۹۰۷	۰/۴۶۷
	پس آزمون	۰/۹۹۴	۰/۹۷۶
تمایل به اعتیاد	پیش آزمون	۰/۹۱۸	۰/۵۲۸
	پس آزمون	۰/۹۸۲	۰/۹۱۱
عزت نفس	پیش آزمون	۰/۹۱۲	۰/۴۹۲
	پس آزمون	۰/۹۸۹	۰/۹۵۲
خشم	پیش آزمون	۰/۹۵۷	۰/۷۵۹
	پس آزمون	۰/۹۶۳	۰/۷۹۵

تمایل به اعتیاد در نوجوانان شده است. در بررسی فرضیه دوم تحقیق مبنی بر این که شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی بر خشم نوجوانان تأثیر دارد، نتایج نشان داد که چون t محاسبه شده ($t = 3/84$) برای مقایسه پیش آزمون - پس آزمون با درجه آزادی $DF = 3$ در سطح احتمال $0/95$ از t بحرانی جدول ($t = 3/18$) بیش‌تر است، بنابراین، فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق تأیید می‌شود. نتیجه می‌گیریم شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی، بر خشم نوجوانان تأثیر دارد و نمرات آنان در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون متفاوت بوده است و با توجه به میانگین‌ها در دو مرحله، می‌توان نتیجه گرفت شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی موجب کاهش خشم در نوجوانان شده است.

در بررسی فرضیه دوم تحقیق مبنی بر این که شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی بر عزت نفس نوجوانان تأثیر دارد، نتایج نشان می‌دهد که چون t محاسبه شده ($t = 4/97$) برای مقایسه پیش آزمون - پس آزمون با درجه آزادی $DF = 3$ در سطح احتمال $0/95$ از t بحرانی جدول ($t = 3/18$) بیش‌تر است؛ بنابراین، فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق تأیید می‌شود. نتیجه می‌گیریم شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی بر عزت نفس نوجوانان تأثیر دارد و نمرات آنان در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون متفاوت بوده است و با توجه به میانگین‌ها در دو مرحله، می‌توان نتیجه گرفت شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی موجب افزایش عزت نفس در نوجوانان شده است.

در ادامه، برای تحلیل فرضیه‌ها از آزمون t استفاده شده است (جدول ۵). در بررسی فرضیه اول تحقیق مبنی بر این که شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی، بر هیجان و احساس نوجوانان تأثیر دارد، نتایج نشان می‌دهد که چون t محاسبه شده ($t = 8/69$) برای مقایسه پیش آزمون - پس آزمون با درجه آزادی $DF = 3$ در سطح احتمال $0/95$ از t بحرانی جدول ($t = 3/18$) بیش‌تر است، بنابراین، فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق تأیید می‌شود. نتیجه می‌گیریم شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی بر هیجان و احساس نوجوانان تأثیر دارد و نمرات آنان، در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون، متفاوت بوده است و با توجه به میانگین‌ها در دو مرحله، می‌توان نتیجه گرفت شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی، موجب کاهش هیجان و احساس در نوجوانان شده است.

در بررسی فرضیه دوم تحقیق مبنی بر این که شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی بر تمایل به اعتیاد نوجوانان تأثیر دارد، نتایج نشان می‌دهد که چون t محاسبه شده ($t = 8/33$) برای مقایسه پیش آزمون - پس آزمون با درجه آزادی $DF = 3$ در سطح احتمال $0/95$ از t بحرانی جدول ($t = 3/18$) بیش‌تر است، بنابراین، فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق تأیید می‌شود. نتیجه می‌گیریم شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی بر تمایل به اعتیاد نوجوانان تأثیر دارد و نمرات آنان در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون متفاوت بوده است و با توجه به میانگین‌ها در دو مرحله، می‌توان نتیجه گرفت شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی، موجب کاهش

جدول ۵. تأثیر شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی بر متغیرهای موردنظر (نگارندگان).

متغیر	شاخص‌های آماری	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	درجه آزادی	آزمون تی	سطح معناداری
هیجان و احساس	پیش آزمون	۴	۶۸/۲۵	۵/۱۸	۳	۸/۶۹	۰/۰۰۳
	پس آزمون		۳۳/۷۵	۲/۹۸			
تمایل به اعتیاد	پیش آزمون	۴	۵۲/۵۰	۴/۶۵	۳	۸/۳۳	۰/۰۰۴
	پس آزمون		۴۳/۵۰	۵			
عزت نفس	پیش آزمون	۴	۴۶	۱۱/۱۳	۳	۳/۸۴	۰/۰۴۵
	پس آزمون		۴۰/۷۶	۸/۹۹			
خشم	پیش آزمون	۴	۲۹/۵۰	۴/۰۴	۳	۴/۹۷	۰/۰۱۶
	پس آزمون		۳۳/۷۵	۲/۹۸			

نتیجه‌گیری

کاهش داد. همان‌طور که مقدم، راوریان، سعید ارشادی و گرجی نیز تأثیر مثبت درام‌درمانی را در کاهش اختلالات افراد مبتلا به اوتیسم گزارش نموده‌اند (۱۳۹۸، ۱۰۸). در نهایت، شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی، موجب افزایش عزت نفس در نوجوانان شده است. مسأله عزت نفس و مقوله خودارزشمندی، از اساسی‌ترین عوامل در رشد مطلوب شخصیت کودکان و نوجوانان است. برخورداری از اراده و اعتماد به نفس قوی، قدرت تصمیم‌گیری و ابتکار، خلاقیت و نوآوری، سلامت فکر و بهداشت روانی، رابطه مستقیمی با میزان و چگونگی عزت نفس و احساس خودارزشمندی فرد دارد. در پی مطالعاتی که توسط مان و همکاران (۲۰۰۴، ۳۶۸) انجام شد، مشخص گردید که عزت نفس ضعیف با طیف گسترده‌ای از اختلالات روانی و مشکلات اجتماعی (مانند افسردگی، تمایل به خودکشی، اختلالات خوردن و اضطراب) و مشکلات بیرونی (مانند خشونت و سوء‌مصرف مواد)، همراه است. از دست‌دادن حس کنترل و ایجاد نارضایتی فردی، یکی از جنبه‌های مشخص عزت نفس پایین بوده است. در بررسی‌هایی که بر روی افراد دارای عزت نفس پایین صورت گرفته، گرایش به گوشه‌گیری، افسردگی، انزوا و علاقه به مصرف مواد مخدر گزارش شده است. نتایج این پژوهش بیانگر این است که درام‌درمانی می‌تواند یکی از راهکارهای افزایش اعتماد به نفس در نوجوانان باشد. این نتیجه با یافته‌های لیدر و کیلی (۲۰۱۹، ۱۱)، جانسون (۲۰۱۸، ۲۱) و محمدی، آقاجانی و زهتابور (۱۳۹۰، ۵) همسو است. در راستای نتایج به دست‌آمده، پیشنهاد می‌گردد این پژوهش با تعداد بیش‌تری از هنرجویان انجام شود. در کنار درام‌درمانی، از موسیقی‌درمانی نیز استفاده شود. این پژوهش، با شرکت دختران نوجوان، در شهرهای دیگر و در دبیرستان‌های مناطق مختلف شهر انجام شود.

نتایج حاصله نشان می‌دهد شگردهای روایی بداهه‌سازی‌های درام‌درمانی بر کاهش تمایل به اعتیاد نوجوانان و خشم آنها، افزایش عزت نفس و تسلط آنان بر هیجانات و احساساتشان تأثیر می‌گذارند و فرضیات را تأکید می‌کنند. به‌طور کلی، عوامل فردی و محیطی بسیاری می‌توانند در اعتیاد یک فرد مؤثر باشند که از میان این عوامل، چهار ویژگی فردی برجسته توسط روانشناس گروه انتخاب شد تا مورد بررسی دقیق‌تر قرار بگیرند. این چهار عامل شامل تمایل به اعتیاد، خشم، هیجانات و احساسات و عزت نفس می‌باشند. تمرین‌های درام‌درمانی مورد استفاده در این پژوهش، مرتبط با شگردهای روایی بودند که منجر به ساخت بداهه توسط هنرجوها می‌شوند. در این راستا، نتایج نشان داد که شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی موجب کاهش هیجان و احساس در نوجوانان شده است. این نتیجه، یافته‌های ماریان لیمبمن (۱۳۹۴، ۳۳۵) و لائی و افشاری‌نیا (۱۳۹۵، ۹۸) را مورد تأیید قرار می‌دهد. از سوی دیگر، شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی، موجب کاهش تمایل به اعتیاد در نوجوانان شده است. در حالی که امروزه، معضل اعتیاد به یکی از مهم‌ترین مشکلات جوامع تبدیل شده است، این پژوهش بر درام‌درمانی به عنوان یکی از راهکارهای موجود در کاهش اعتیاد جوانان و نوجوانان تأکید می‌نماید. در همین راستا، پاکپور (۱۳۹۵) نیز کارکردهای تئاتر کاربردی در حوزه اجتماع را مورد بررسی قرار داده و بر تأثیرات مثبت این نوع درام در اجتماع در عین داشتن برخی از مشکلات و تازگی‌ها، بهبود وضعیت زندگی روانی، اجتماعی و سیاسی و در نتیجه، ارتقای کیفیت زندگی افراد، تأکید نموده است. شگردهای روایی در بداهه‌های درام‌درمانی، موجب کاهش خشم در نوجوانان نیز شده است. بنابراین، با ساده‌ترین روش، می‌توان با درام‌درمانی، خشم و درگیری را در نوجوانان

پی‌نوشت

1. Shapiro-wilk

منابع

تهران: نشر قطره.
ماسن، پاول هنری؛ کیگان، جروم؛ هوستون، آلتا کارول و کانجر، جان جین‌وی. (۱۳۸۰). رشد و شخصیت کودک. ترجمه مهشید یاسایی. تهران: نشر مرکز، کتاب‌ماد.
محمدی، ابوالفضل؛ آقاجانی، میترا و زهتابور، غلام‌حسین. (۱۳۹۰). «ارتباط اعتیاد، تاب‌آوری و مولفه‌های هیجانی». مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، ۱۷ (۲)، ۱۳۶-۱۴۲.

پاکپور، رضوان. (۱۳۹۵). «بررسی اثربخشی سایکودرام بر افسردگی و عزت نفس دختران چهارم ابتدایی منطقه سه شهر تهران». پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه الزهرا (س).
لائی، اصغر و افشاری‌نیا، کریم. (۱۳۹۵). سایکودرام و ابزار وجود در روان‌شناسی. تهران: انتشارات قانون یار.
لیمبمن، ماریا. (۱۳۹۴). راهنمای موضوع‌ها و تمرین‌های هنر‌درمانی. ترجمه حوری توکلی و علی زاده‌محمدی.

مظفریان، رایحه. (۱۳۸۷). «انسان‌شناسی هنر برای درمان بیماریهای روانی و جسمی (هنر درمانی)». همایش روانشناسی و کاربرد آن در جامعه، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد مرودشت.

مقدم، کاوه؛ راوریان، آیدار؛ سعید ارشادی، فرهود و گرجی، علی. (۱۳۹۸). «اهمیت تئاتردرمانی (سایکودرما) در درمان کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلال طیف اوتیسم». فصلنامه علوم اعصاب شفای خاتم، ۷ (۲)، ۱۰۷-۱۱۵.

Mann, Michal (Michelle); Clemens M. H.

Hosman, Herman P. Schaalma & Nanne K.

de Vries. (2004). "Self-Esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion".

Health Education Research, 19 (4), 357-372

Johnson, Allen. (2018). "Integrating Comedic

Improv Training Exercises with Psychodrama

to Promote Trauma Resolution in Adolescent Substance

Abusers". Mississippi College

Leather, J. & Kewley, S. (2019). "Assessing Drama Therapy

as an Intervention for Recovering Substance Users: A

Systematic". Journal of Drug Issues, 49 (3), 545-558.