



دانشگاه علامه طباطبائی

دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده

عنوان:

اثر بخشی فنون رویکرد روایت درمانی با استفاده از عروسک ها بر کاهش اضطراب کودکان دختر بی

سرپرست (12-9) ساله شهر تهران

استاد راهنما:

دکتر خدیجه آرین

استاد مشاور:

لیلی انگجی

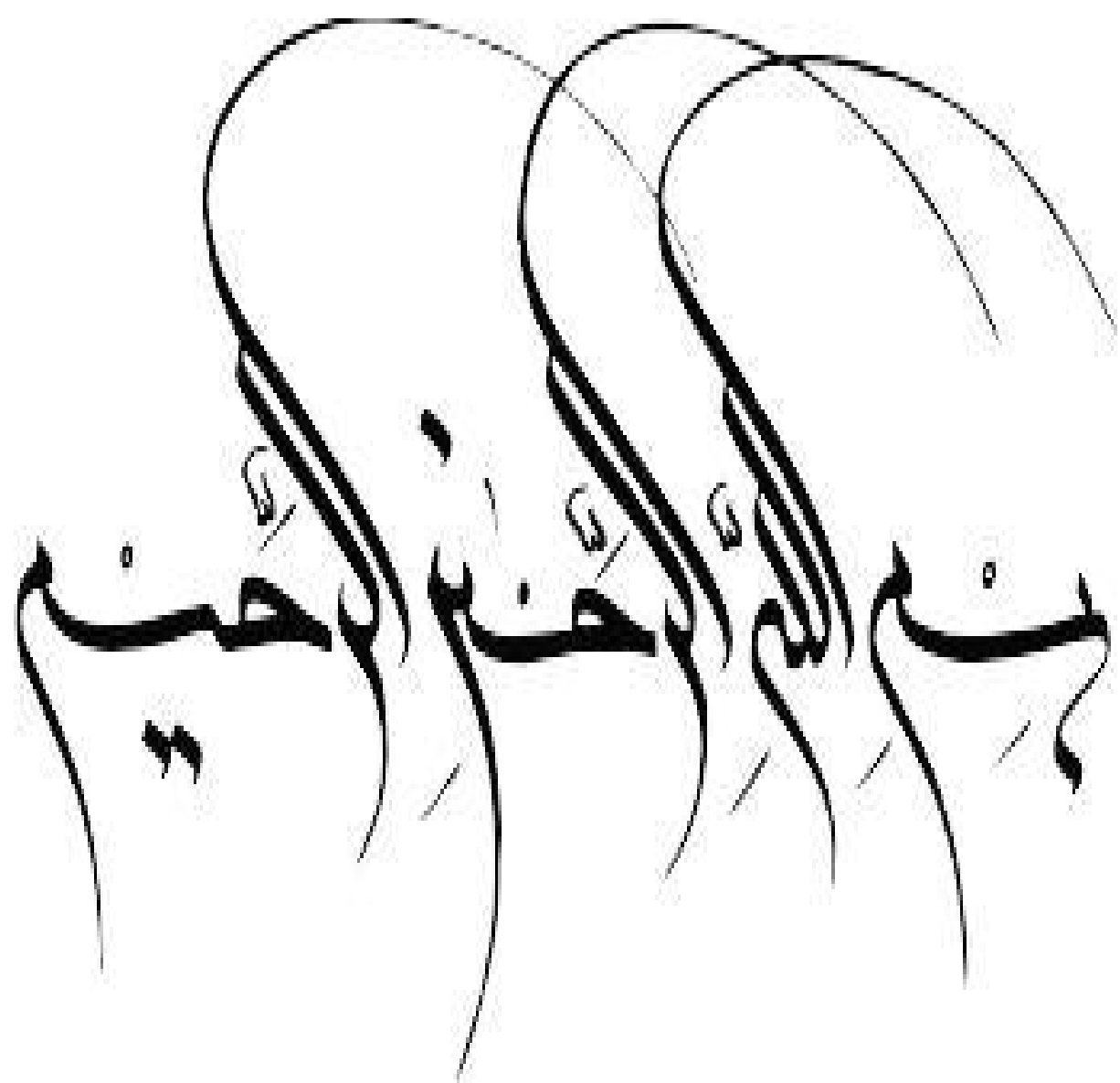
استاد داور:

معصومه اسماعیلی

پژوهشگر:

لیلا ولی الهی

سال تحصیلی خرداد 90



تقدیم به:

پدر و مادر عزیزم

و

همسر عزیزم که مشوق اصلی من در کسب علم و آگاهی است و در طول این پژوهش زحمات

فراوانی را متحمل شده اند.

تقدیر و تشکر:

پس از حمد و ثنای پروردگار، شایسته است از زحمات و راهنمایی های دلسوزانه و صمیمانه استاد راهنمای این پایان نامه سرکار خانم دکتر خدیجه آرین که با راهنمای ها و ارشادات خود در به انجام رساندن این پایان نامه یاری نمودند. تشکر نمودم و صمیمانه از زحمات ایشان قدردانی می نمایم.

از استاد مشاور محترم جناب آقای دکتر غلامرضا صرامی که خالصانه مرا در انجام رساندن این مهم یاری رساندند . سپاسگزارم.

از استاد ارجمند سرکار خانم دکتر معصومه اسماعیلی استاد داور به خاطر دقت نظر در داوری و ارائه نقطه نظرات عالمانه خویش صمیمانه تشکر می کنم.

چکیده:

هدف اصلی پژوهش حاضر، بررسی اثر بخشی فنون روایت درمانی با استفاده از عروسک ها بر کاهش اضطراب کودکان دختر (12-9) بی سرپرست شهر تهران است.

روش تحقیق به کار رفته در این پژوهش نیمه آزمایشی (با اجرای پیش آزمون و پس آزمون) می باشد. جامعه آماری شامل کلیه کودکان دختر (12-9) بی سرپرست شهر تهران هستند. برای اجرای پژوهش از روش نمونه گیری تصادفی ساده از بین 4 مرکز معرفی شده از طرف سازمان بهزیستی اسان تهران 2 مرکز انتخاب شد. و از بین این دو مرکز 15 نفر در گروه آزمایش و 15 نفر در گروه کنترل قرار داده شد. در این پژوهش از پرسشنامه اضطراب اسپیل برگر (20 سؤالی) استفاده شد، که پس از انتخاب افراد در مراحل قبل و بعد از اجرای کار درمانی توسط گروه آزمایش و کنترل تکمیل شده است.

پس از جمع آوری داده ها، نتایج با استفاده از آزمون آماری تحلیل کوواریانس توسط نرم افزار SPSS تجزیه و تحلیل شد، که نتایج به شرح زیر می باشد:

تفاوت میانگین های بدست آمده در گروه آزمایش و کنترل معنی دار نمی باشد و این به این معنا است که فرضیه مطرح شده در پژوهش حاضر مورد تأیید قرار نگرفته است و آموزش روایت درمانی با استفاده از عروسک ها موجب کاهش اضطراب کودکان دختر بی سرپرست شهر تهران نشده است.

کلید واژه ها: اضطراب، روایت درمانی، روایت درمانی با کودکان، کودکان بی سرپرست

فهرست مطالب

فصل اول

کلیات پژوهش

۱	مقدمه.....
۱	بیان مسئله:.....
۷	اهمیت و ضرورت پژوهش:.....
۸	هدف پژوهش.....
۸	سؤال پژوهش.....
۸	فرضیه پژوهش.....
۹	تعاریف مفاهیم و واژگان اختصاصی.....
۹	تعاریف نظری مفاهیم.....
۱۱	تعاریف عملیاتی مفاهیم.....

فصل دوم

پیشینه پژوهش

۱۴	مقدمه.....
۱۵	اضطراب.....
۱۸	ماهیت اضطراب.....
۱۸	تفاوت اضطراب با ترس.....
۲۰	روش های عمده درمان اضطراب.....
۲۰	روان درمانی.....
۲۲	دیدگاه یادگیری.....
۲۳	-حساسیت زدایی منظم.....
۲۴	- غرقه سازی تجسمی.....
۲۴	-درمان با استفاده از مواجهه عینی.....

- ۲۵ - سرمشق دهی
- ۲۶ وجودی
- ۲۶ تحلیل رفتار تبادلی
- ۲۸ روش منطقی هیجانی
- ۳۰ اختلالات اضطرابی دوران کودکی
- ۳۰ - اختلال اضطراب جدایی
- ۳۲ - اختلال دلبستگی واکنشی
- ۳۲ - اختلال اجتنابی
- ۳۳ - اختلال اضطراب فراگیر
- ۳۳ - فوبی اجتماعی
- ۳۴ - اختلال استرس پس از سانحه در کودکان
- ۳۶ اضطراب در دوران کودکی
- ۳۶ - در دوران خردسالی:
- ۳۵ - در دوران کودکی دوم
- ۳۷ - در دوران دبستان
- ۳۸ علائم اضطراب در کودکان
- ۴۰ سبب شناسی اضطراب در کودکان
- ۴۰ - وراثت
- ۴۰ - خلق و خو
- ۴۲ - دلبستگی
- ۴۲ - شیوه های فرزند پروری
- ۴۴ - تاریخچه یادگیری
- ۴۵ علل اضطراب
- ۴۵ - علل زیستی
- ۴۵ - علل عاطفی
- ۴۶ - علل روانی

- ۴۷ علل فرهنگی
- ۴۷ عوامل اجتماعی
- ۴۸ علل انطباطی
- ۴۸ روایت درمانی
- ۵۵ تاریخچه روایت درمانی
- ۵۸ عوامل مؤثر در گسترش روایت درمانی
- ۵۹ تأکید بر توانایی های مراجع
- ۶۰ نگاه مراجعان و درمانگران به عنوان شرکاء
- ۶۱ تطبیق رویکرد سازه گرا به معنا
- ۶۱ تأکید بر شکل داستانی یا روایتی معنا
- ۶۳ نظریه شخصیت و آسیب شناسی روانی
- ۶۶ داستان های مملو از مشکل
- ۶۶ ساخت شکنی یا سازه زدائی
- ۶۹ روایت درمانی برای کودکان
- ۷۸ فنون روایت درمانی
- ۷۹ تکنیک های درمانی کودکان
- ۸۰ استفاده از نقاشی در جلسات درمانی
- ۸۲ استفاده از عروسک در جلسات درمانی
- ۸۳ تهیه کردن لیستی از نگرانی های کودکان
- ۸۴ استفاده از بازی در جلسات درمانی
- ۸۶ استفاده از بازی های جسمانی در جلسات درمانی
- ۸۶ رابطه درمانی
- ۸۸ سازمان بندی جلسات
- ۸۹ فرآیند درمان
- ۸۹ طرح کلی فرآیند درمان
- ۹۰ تعریف مشکل

۹۱	نقشه برداری از مشکل.....
۹۲	پرسشگری تأثیر گذار مربوط.....
۹۴	تشخیص دادن نتایج منحصر به فرد.....
۹۵	ارزشیابی و توجیه کردن تأثیرات مشکل.....
۹۶	پیامدهای یگانه.....
۹۷	بازسازی مشکل.....
۹۸	داستان های جایگزین.....
۹۹	مستندات درمانی.....
۱۰۰	تشخیص و ارزیابی.....
۱۰۱	پایان درمان.....
۱۰۱	اثر بخشی رویکرد روایت درمانی.....
۱۰۳	پیشینه پژوهش.....
۱۰۳	پیشینه پژوهش در ایران.....

فصل سوم

روش اجرای پژوهش

۱۱۴	مقدمه.....
۱۱۴	طرح پژوهش.....
۱۱۵	روش پژوهش.....
۱۱۵	جامعه آماری.....
۱۱۶	نمونه و نمونه گیری.....
۱۱۶	روش نمونه گیری.....
۱۱۶	نحوه اجرای پژوهش.....
۱۲۲	پایایی پرسشنامه اسپیل برگر.....
۱۲۳	روایی پرسشنامه اسپیل برگر.....
۱۲۳	روش تجزیه و تحلیل داده ها.....

فصل چهارم

تجزیه و تحلیل داده ها

۱۲۵مقدمه
۱۲۵بخش اول: آمار توصیفی
۱۲۶بخش دوم: آمار استنباطی

فصل پنجم

بحث و نتیجه گیری

۱۲۹خلاصه
۱۲۹فرضیه پژوهش
۱۳۲پیشنهادات کاربردی
۱۳۳پیشنهادات پژوهش
۱۳۴محدودیت های پژوهش

منابع

۱۳۶منابع فارسی
۱۴۱منابع انگلیسی

فهرست ضمیمه

۱۴۸پیوست شماره ۱
۱۵۲پیوست شماره ۲

فصل اوّل

کلیّات

مقدمه

هدف محقق در فصل اول، مطرح کردن بیان مسئله، هدف پژوهش، سؤال پژوهش

فرضیه پژوهش، اهمیت و ضرورت پژوهش، تعاریف مفاهیم و واژگان اختصاصی، تعاریف نظری مفاهیم و تعاریف عملیاتی مفاهیم می باشد.

بیان مسئله:

کودکان به دلایل مختلف مضطرب می شوند و اضطراب^۱ باعث می شود که نتوانند روابط اجتماعی خوبی برقرار کنند. اضطراب دلالت بر یک نوع ذهن مشغولی و تشویش کلی و فراگیر دارد که در بسیاری از موارد اساساً محرک و برانگیزاننده های مستقیم و ملموس در آن به چشم نمی خورد. همین طور از دیگر نشانه های تشخیص اضطراب کودکان می توان به سردرد و دل درد، احساس تهوع، جویدن ناخن، حرکات غیرارادی دست و پا، بازی کردن و وررفتن با موها و به طور کلی رفتارهای غیر طبیعی و بازتابی اشاره کرد (لاست، بی تا، ترجمه بهزاد رحمتی، ۱۳۸۶).

اضطراب چندین چهره دارد. بعضی از کودکان آشکارا نشان می دهند که اضطراب دارند، عده ای از آنان

اضطراب خود را پنهان می کنند و نگرانی خود را بروز نمی دهند، در حالی که کودکان مضطرب و

عصبانی هم هستند که از سر استیصال در برابر محرومیت های خودشان واکنش نشان می دهند. از لحاظ

¹. Anxity

². Last

آمار جمعیتی شیوع اضطراب به میزان ۷/۵ تا ۱۷ درصد از کل کودکان آمریکا را نشان می دهد، که تحقیقات بیشماری درباره رفتار کودکان مضطرب و عصبانی است و نشان می دهد اکثر آنها بیش از یک اختلال ناشی از اضطراب به طور همزمان دارند، که از آن به عنوان «بیمارگونه مشترک» یاد می شود. اگر برای درمان آن کاری نشود، نشانه های اختلال اضطرابی با گذشت زمان بیشتر، سبب ناتوانی فرد می شود و روند بیماری را در دوره هایی از زندگی طولانی می کند. کودکان مضطرب به علت ترس های اجتماعی یا این که وقت زیادی را صرف انجام کارهایی مانند آماده شدن برای خوابیدن در شب، انجام تکالیف مدرسه و خاطر جمع شدن درباره امنیت خودشان می کنند. آن ها بازی یا ورزشی را به دلیل خطر تحقیر شدن در آن انجام نمی دهند. به خانه دوستان خود نمی روند، زندگی خانوادگی مفهوم صفا و شادکامی خود را همچون شرکت در وقایع معمولی که ممکن است برای آنان بسیار اضطراب برانگیز باشد از دست می دهد (چانسکی^۱، ۱۹۶۲).

انسان های زمان حاضر بیش از افراد دهه های گذشته در معرض ابتلاء به اضطراب قرار دارند. در این بین کودکانی که به دلایل مختلف از والدین محروم شده اند احتمالاً بیش از کودکان دیگر دچار اضطراب و فشارهای روانی خواهند شد و زمانی که فشارهای درونی مربوط به محرومیت های دوران کودکی وجود دارد به دنبال وسیله ای برای کاهش این فشارها هستند و برای بدست آوردن امنیت روانی-اجتماعی دوران کودکی خود به هر کاری دست می زنند. پژوهش ها نشان می دهند که اضطراب شایعترین اختلالی است که در اثر جدایی والدین از یکدیگر در کودکان ایجاد می شود (نجاریان، ۱۳۷۳).

¹ Chanki

کودکان بی سرپرست نیز تجربه جدایی از والدین را داشته اند و اضطراب ناشی از آن را در مرحله ای از زندگی خود تجربه کرده اند و با این واقعیت روبرو شده اند که زندگی خانوادگی محرومند و باید عمر خود را در فضایی شبیه خانواده با بچه هایی شبیه خود سپری کنند، افرادی که مانند آنها اضطراب جدایی را تجربه کرده اند. لذا توجه به کودکان بی سرپرست و انجام اقدامات مشاوره و درمانی جهت تخفیف اضطراب این کودکان لازم است. روش های مختلفی برای درمان اختلالات اضطرابی در کودکان وجود دارد که اکثر آنها بر مبنای بازی درمانی است و از رویکردهای مختلف هم استفاده می شود. تقریباً اکثر رویکردها و نظریه های مشاوره و روان درمانی شیوه کار با کودکان را مورد توجه قرار داده و آنها را ارائه کرده اند. تحقیقاتی در این زمینه موجود می باشد مانند: یوسفی لویه (۱۳۸۶) پژوهشی به منظور تعیین کارایی فنون قصه درمانی در کاهش نشانه های اضطراب کودکان دارای اختلال اضطرابی و افزایش توانمندی آنها در رویارویی با مشکلات و غلبه بر نگرانی های آنها پرداخت. نتیجه این بود که فنون قصه درمانی موجب کاهش نشانه های اضطرابی در کودکان دارای اختلال های اضطراب شد. زین آبادی (۱۳۸۷) پژوهشی به منظور بررسی تأثیر موسیقی بر کاهش اضطراب کودکان سرطانی ۹ تا ۱۲ ساله انجام شد. نتایج نشان داد که موسیقی با ضریب اطمینان ۹۵ درصد بر کاهش اضطراب کودکان سرطانی موثر است.

از جمله رویکردهای مشاوره و روان درمانی، رویکرد روایت درمانی است که توسط اپستون^۱ و وایت^۲ مطرح شده. روایت درمانی که از الگوهای پست مدرن می باشد، که بر اهمیت زبان در شکل دهی واقعیت های افراد تأکید می کند. و اینکه اشخاص تمایل دارند رویداد های زندگی خود را در قالب روایت یا داستان بسازند، امری که در فرهنگ ما چندان هم نا آشنا و بیگانه نیست. این شیوه درمانی بر اساس نظر متخصصان از جمله درمان های کوتاه مدت، جامع و عمیق می باشد (روبیز^۳، ۱۹۷۷ به نقل از اسماعیلی نسب، ۱۳۸۴).

رویکرد روایت درمانی در مورد کار با گروه های سنی مختلف نیز مطالبی منتشر کرده مانند: در پژوهشی به نقل از رستمی ثانی اسماعیل نسب (۱۳۸۳) می گوید بخش اعظم پژوهش ها در حوزه روایت، به بررسی اثر بخشی روایت درمانی پرداخته اند. به عنوان نمونه هینا سقو (۲۰۰۲) در یک مرکز مشاوره درمانیتوبای جنوب ۵ آزمودنی نوجوان مبتلا به افسردگی را انتخاب کرد و به مدت ۱۸ هفته جلسات روایت درمانی برگزار کرد. برای تشخیص آزمودنی ها از سیاهه افسردگی بک (۱۹۷۹) و یک پرسشنامه محقق ساخته استفاده گردید. روش های کیفی برای تحلیل محتوای کلام آزمودنی ها استفاده شد تا اثر بخشی درمان از این جنبه بررسی گردد. ضمن پی گیری آزمودنی ها پس از پایان درمان مشخص گردید که پیشرفت تدریجی قابل توجهی در آنها پدید آمده است. اسماعیلی نسب (۱۳۸۳) به منظور بررسی روایت های زندگی افراد مضطرب و افسرده، و مقایسه آنها با افراد بهنجار ۱۸

¹. Epston

². With

³. Robiz

نفر را مورد پژوهش قرار داد که ۷ نفر آنها افسرده، ۵ نفر مضطرب و ۵ نفر گروه بهنجار بودند. بررسی روایت های زندگی این افراد نشان داد که تقریباً همه افراد، رخدادهای بد را در زندگی اشان تجربه کرده اند، با این حال، افراد عادی روایت های رهایی بخش بیشتری نسبت به افراد مضطرب و افسرده داشتند که بیانگر دریافت خوب از رخدادها به شدت ناراحت کننده است.

عروسک ها برای کودکان با نیازهای خاص می توانند مفید باشند. عروسک ها الگوهای بازی مختلفی برای کودکان پیش بینی می کنند. هنگامی که کودک از بازی خسته می شود و یا نمی تواند بازی خاصی را انجام دهد، با عروسک ها می تواند روش های دیگری برای بازی خلق کند. همچنین عروسک ها کودکان را به خلاقیت و استفاده از تصویرسازی تشویق می کنند. هنگامی که کودک با یک عروسک خاص و یا با شخصیت آن احساس راحتی می کند، آنها به آسانی در نقش یک مربی می توانند چیزهای زیادی به کودک آموزش دهند (پروونسلیک^۱، ۲۰۰۵)

از طریق بازی درمانی و کار با عروسک ها می توان مشکلات کودکان را تا حدودی بر طرف کرد در این زمینه تحقیقات بیشماری انجام شده است. بقرآبادی (۱۳۸۷) در پژوهشی تأثیر بازی درمانی بر کاهش پرخاشگری دانش آموزان را بررسی کرد. نتیجه این بود که اجرای تکنیک بازی درمانی با استفاده از ماسه در کاهش میزان پرخاشگری و مؤلفه های آن مؤثر می باشد. حسینی نسب (۱۳۸۷) در پژوهشی تأثیر کار با عروسک های نمایشی را بر میزان مهارت های اجتماعی کودکان پیش دبستانی ۴ تا ۶ ساله

¹. Pervenslik

شهر کرمان بررسی کرد، نتیجه این بود که کار با عروسک های نمایشی در بعد همکاری، گفت و شنود، احترام گذاردن، تأثیر مثبت دارد و باعث رشد این مهارت ها در کودکان پیش دبستانی است. با توجه به اهمیت موضوع و نقش اختلال های اضطرابی در کودکان بخصوص کودکان بی سرپرست و نیاز به انجام اقدامات جهت کاهش یا بهبود این اختلالات، محقق در این پژوهش درصدد بود تا با استفاده از رویکرد روایت درمانی همراه با عروسک ها اضطراب این کودکان را کاهش دهد، به عبارت دیگر برای محقق این سؤال مطرح بود که آیا رویکرد روایت درمانی با استفاده از عروسک ها بر کاهش اضطراب کودکان دختر بی سرپرست مؤثر است؟

اهمیت و ضرورت پژوهش:

اهمیت این پژوهش از دو جنبه قابل بررسی است: اولاً تلاش محقق جهت تخفیف اضطراب کودکان می باشد که : اختلال های اضطرابی از جمله اختلال شایع دوره کودکی است، این اختلال می تواند به اختلال روانشناختی جدی تری منجر شود و پیامدهای آسیب زایی را در حیطه های رشد اجتماعی، هیجانی و تحصیلی برای کودکان به همراه داشته باشد. بنابراین به موازات این که درک ما از این اختلال بیشتر گسترش می یابد نیاز به شناسایی شیوه های اثر بخش برای این اختلال ها اهمیت بیشتری پیدا می کند (یوسفی لویه، ۱۳۸۶). کودکان بی سرپرست آسیب پذیری بیشتری نسبت به کودکان عادی دارند و به دلیل محرومیت هایی که از دوران کودکی تجربه کرده اند نسبت به دنیای اطراف خود حساس تر می باشند، حل هر مشکل رفتاری از جمله اضطراب در دوران کودکی با توجه به

آسیب پذیری بیشتر کودکان از اهمیت بسزایی برخوردار است و حل مشکل هر چه در سن پایین تر انجام گیرد به کودک در بهبود رابطه با دیگر افراد کمک بیشتری خواهد کرد. همچنین اضطراب حالت هیجانی نامطلوب است که با پریشانی، وحشت، هراس و تشویش همراه است. سطح معینی از اضطراب در همه جوامع به عنوان پاسخ مناسب و سازگار تلقی می گردد و برای رویارویی با خطر، بر نامه ریزی، هوشیاری و ... ضرورت دارد اما فقدان اضطراب و یا اضطراب زیاد ما را با مشکلات و خطرات قابل توجهی مواجهه می سازد (بیگی، ۱۳۸۷).

دوم استفاده از نظریه ای جدید در حیطه مشاوره و روان در مانی و بررسی اثر بخشی آن بر کاهش اضطراب کودکان می باشد. در سال های اخیر روان درمانی با موج تازه ای از نگرش های جدید مواجه شده است که عمدتاً تحت تأثیر دیدگاه پست مدرن و سازه گرایی اجتماعی قرار دارد. آن رویکردها نسبتاً کوتاه مدت بوده و بر منابع و امکانات خود مراجعان برای تغییر تأکید می کنند (پروچسکا و نورکراس، ۱۹۹۹). در این رویکرد زبان اهمیت دارد، زبان وسیله ای است که مغز با استفاده از آن از جهان درون و برون شناخت پیدا می کند. اما ماهیت، ساختار و کارکرد این وسیله به گونه ای است که خود را وارد ساز و کار شناخت می کند. یعنی زبان نه تنها در نقش وسیله عمل می کند بلکه در نقش واسطه ای فعال نیز وارد کار می شود و در تقطیع، آرایش و پردازش اطلاعات و بطور کلی در ساخته و پرداخته شدن ذهن اثر می گذارد، کلمات علاوه برآنکه معنای حقیقی دارند معنای مجازی هم دارند. نقش عوامل موقعیتی یا روان شناختی و فرهنگی در انتقال این نوع معنی کاملاً برجسته است. به

عبارت دیگر تجربه، در تعامل زبان، فرهنگ و عوامل روان شناختی است که شکل می گیرد و آنها نیز به شدت به هم مرتبط هستند. نقش شگفت انگیز زبان در قالب استعاره ها و روایت ها غیر قابل اغماض است. روایت ها راه آسان و ناهوشیارانه ساختن دنیای ما هستند، فرآیند نخستینی که انسان به واسطه آنها به تجارب معنی داده و آنها را سازمان می بخشد (هایلز¹، ۲۰۰۲).

هدف پژوهش

تعیین میزان اثربخشی رویکرد روایت درمانی با استفاده از عروسک ها بر کاهش اضطراب کودکان دختر بی سرپرست.

سؤال پژوهش

آیا رویکرد روایت درمانی با استفاده از عروسک ها بر کاهش اضطراب کودکان دختر بی سرپرست مؤثر است؟

فرضیه پژوهش

رویکرد روایت درمانی بر کاهش اضطراب کودکان دختر بی سرپرست مؤثر است.

¹.Hilles