

بررسی اثربخشی روان‌نمایشگری (سایکودراما) بر افزایش عزت‌نفس و بخشودگی دختران نوجوان دارای والدین طلاق گرفته

The Effect of Psychodrama on Self-Esteem and Forgiveness of Female Adolescents with Divorced Parents

Z. Gorji ✉

زهرا گرجی ✉

کارشناس ارشد مشاوره خانواده دانشگاه شهید بهشتی

A. Zadeh Mohammadi, Ph.D.

دکتر علی زاده محمدی

عضو هیأت علمی پژوهشکده خانواده دانشگاه شهید بهشتی

L. Mansur

لادن منصور

عضو هیأت علمی دانشگاه شهید بهشتی

A. Khosh Konesh, Ph.D.

دکتر ابوالقاسم خوش‌کنش

عضو هیأت علمی دانشگاه شهید بهشتی

دریافت مقاله: ۸۹/۸/۱۰

دریافت نسخه اصلاح شده: ۸۹/۱۲/۱۹

پذیرش مقاله: ۸۹/۱۲/۲۵

چکیده:

Abstract

The present study investigates the effect of psychodrama on increase in the forgiveness of others and self-esteem of female adolescents with divorced parents. This study is a pre-test, post-test and follow-up design for both experimental and control groups. From community of female adolescents with divorced parents under the support of Imam Khomeini Committee.

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی روان‌نمایشگری بر افزایش عزت‌نفس و بخشودگی دختران نوجوان دارای والدین طلاق گرفته بود. این پژوهش یک مطالعه با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و آزمون پیگیری با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری این تحقیق متشکل از کلیه نوجوانان دختر سنین ۱۴ تا ۱۷ سال است که والدین‌شان طلاق گرفته و تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی استان تهران قرار دارند.

✉Corresponding author: Tehran, Velenjak, Student Blvd, Shahid Beheshti University, Faculty of Educational Science & Psychology.
Tel: +989179093609
Email: Gorji_zahra@ymail.com

✉ نویسنده مسئول: تهران، ولنجک، بلوار دانشجو، دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی
تلفن: ۰۹۱۷۹۰۹۳۶۰۹
پست الکترونیکی: Gorji_zahra@ymail.com

(aged from 14 to 17) and were divided into experimental and control group. Forgiveness Questionnaire and Pope Self-esteem Questionnaire were used in the pre-test stage for both groups. The participants in the experimental group received 10 two-hour sessions of psychodrama and the control group was kept with no intervention. After one month, for follow up two questionnaires were applied for both groups. Repeated measure analysis of variance. Were used the results indicated that the significant effect of psychodrama on forgiveness and self-esteem and, family, social, physical self-esteem but it had no impact on the educational self-esteem of the female adolescents.

Keyword: Psychodrama; Self-esteem; Forgiveness of others; Female adolescents, divorced parents.

تعداد ۲۴ نفر از این نوجوانان با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه آزمایش و گواه تقسیم شدند. آزمون بخشودگی موگر و عزت‌نفس ایس پوپ به عنوان پیش‌آزمون برای هر دو گروه اجرا شد. برای گروه آزمایش، مداخله روان‌نمایشگری به مدت ۱۰ جلسه حداکثر ۲ ساعته، هفته‌ای دو مرتبه انجام شد و گروه کنترل در این مدت هیچ مداخله‌ای دریافت ننمود. بعد از اتمام جلسات، و یک ماه پس از آن، هر دو آزمون مجدداً برای هر دو گروه اجرا شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس با اندازه‌های مکرر استفاده شد. نتایج نشان دادند که کاربرد روش روان‌نمایشگری باعث افزایش نمرات عزت‌نفس کلی و بخشودگی، و خرده‌مقیاس‌های عزت‌نفس خانوادگی، اجتماعی، جسمانی و عمومی شده و تأثیری بر عزت‌نفس تحصیلی نداشت.

کلیدواژه‌ها: روان‌نمایشگری، عزت‌نفس، بخشودگی، دختران نوجوان دارای والدین طلاق گرفته.

مقدمه

طلاق یکی از فقدان‌های عمده زندگی خانواده‌های مبتلاست. این فقدان نه تنها برای افراد مطلقه بحران ایجاد می‌کند، بلکه به فرزندان‌شان نیز آسیبی شبیه به آسیب ناشی از مرگ والدین وارد می‌کند (سینگ، ۲۰۰۴؛ به نقل از آدامز^۱، ۲۰۰۴؛ به نقل از ناظمی‌زاده، ۱۳۸۵). مطالعات متعددی نشان داده‌اند که طلاق و نبود دائمی والدین به علت‌های دیگر، با مشکلات روان‌شناختی در کودکان و نوجوانان در ارتباط است. استرس‌ها و به‌هم‌ریختگی در کارکرد خانواده که به همراه فرایند طلاق ایجاد می‌شوند، می‌توانند منجر به بروز مشکلات عاطفی و رفتاری در کودکان و نوجوانان گردند (لی، ۲۰۰۵). بنابر تحقیقات انجام گرفته یکی از ویژگی‌های بارز نوجوانانی که طلاق والدین را تجربه می‌کنند، عزت‌نفس پایین است (برمان، ۱۹۹۱؛ فاسل، ۱۹۹۱). مطالعات نشان می‌دهند که نوجوانان دارای والدین طلاق گرفته عزت‌نفس پایین‌تری در مقایسه با فرزندان والدین طلاق نگرفته دارند (پریش، ویگل، ۱۹۸۵؛

پربش و فیلیپ، ۱۹۸۲). طبق نتایج تحقیقات مشابه، دخترانی که والدین‌شان طلاق گرفته‌اند در مقایسه با دختران معمولی سطوح پایین‌تری از عزت‌نفس و اعتماد را داشتند (والرستین، ۱۹۸۹؛ کلی و والرستین، ۱۹۷۶).

عزت‌نفس عبارت است از ارزشی که ما برای خود قائل هستیم. عزت‌نفس ارزیابی است که فرد از خود به عمل می‌آورد و معمولاً آن را حفظ می‌کند و بیانگر نگرش نسبت به تأیید یا عدم تأیید و میزان باور خود نسبت به توانایی، برجستگی، موفقیت و ارزشمند بودن است؛ عزت‌نفس برای هویت و آگاهی فرد بسیار مهم است (کوپراسمیت، ۱۹۶۷). عزت‌نفس از منظر الیس پوپ^۲ دارای ۵ زمینه می‌باشد: زمینه خانوادگی: که از عقیده کودک در مورد خودش به عنوان عضوی از خانواده سرچشمه می‌گیرد؛ زمینه اجتماعی: که مشتمل بر عقاید کودک در مورد خودش به عنوان یک دوست برای دیگران است؛ زمینه تحصیلی: که مبتنی بر مقدار ارزشی است که کودک یا نوجوان به عنوان یک دانش‌آموز برای خود قائل است؛ زمینه جسمانی: عزت‌نفس کودک در این زمینه بر اساس رضایت از وضعیت جسمانی و ویژگی‌های ظاهری‌اش مبتنی است و زمینه کلی عزت‌نفس: عزت‌نفس کلی کودکان بیشتر به ارزیابی کلی «خود یا خویشتن» است و بر اساس ارزیابی از خودش در همه زمینه‌ها قرار دارد (بیابانگرد، ۱۳۷۳).

هر مرحله‌ای از رشد انسان چالش‌های جدیدی برای رشد عزت‌نفس فرد در ابعاد مختلف آن در بر دارد. ادبیات تحقیق بیان می‌کند که دوره نوجوانی یک دوره مشخص در رشد عزت‌نفس می‌باشد. نوجوانانی که والدین‌شان طلاق گرفته‌اند، هم خودشان و هم والدین‌شان را در مقایسه با نوجوانان خانواده‌های سالم نامطلوب‌تر ارزیابی می‌کنند (پربش و دوستال، ۱۹۸۰).

عزت‌نفس پایین با کاهش سلامت روان رابطه متقابل دارد. صالحی (۱۳۸۸) بیان می‌کند که بیماری‌هایی مانند افسردگی (لانگمور^۳ و دماریس^۴، ۱۹۹۷؛ راسن^۵، ۱۹۹۲)، مصرف مواد (مالکولم^۶، ۲۰۰۱)، اختلالات خوردن (اودی^۷، ۲۰۰۴؛ ساسارولی^۸ و روجیرو^۹، ۲۰۰۵؛ پک^{۱۰} و لایتسی^{۱۱}، ۲۰۰۸) و اضطراب (راسن، ۱۹۹۲؛ پیتن^{۱۲}، ۱۹۸۳؛ منی^{۱۳} و منی، ۱۹۷۵) از پیامدهای منفی عزت‌نفس پایین می‌باشند. راهنمای تشخیصی و آماری بیماری‌های روانی DSM-III (انجمن روان‌پزشکی آمریکا) نیز عزت‌نفس پایین را به عنوان نشانگان مرضی چند اختلال کودکی از جمله اختلالات رفتار و تکانشی مانند ADHD می‌داند.

یکی از مسائل بسیار مهم در طلاق والدین، احساس بدی است که نوجوانان در مورد والدین خود پیدا می‌کنند. نوجوانان پس از طلاق والدین، هجومی از احساسات منفی و خشم و انتقام را نسبت به والدین خود دارند. اگر نوجوان احساس منفی نسبت به والدینش داشته باشد، دوره نوجوانی به دلیل فقدان حمایت احساس شده توسط نوجوان ممکن است چالش برانگیز باشد. وقتی که یکی از اعضای خانواده به دیگری صدمه می‌زند، حتی اگر ضربه وارده به فرد عمدی نباشد، بخشودگی می‌تواند نقش

مهمی را در خانواده‌ها ایفا کند؛ این مسئله در مورد طلاق والدین هم نقش اساسی دارد (فاستنبرگ، ۱۹۹۸؛ هینز، ۱۹۹۷؛ به نقل از فریدمن، ۲۰۰۳). پدر و مادر ممکن است قصد آسیب زدن به فرزند را نداشته باشند، اما احتمال دارد که یک صدمه عمیق اتفاق بیفتد. بنابراین بخشودگی یکی از عواملی است که می‌تواند در جهت سازگاری نوجوانان با طلاق والدین موثر باشد. بخشودگی عبارت است از فرایند چشم‌پوشی ارادی از حق عصبانیت و انزجار از عمل ارتكابی زیان‌بخش. در چارچوب چنین تعریفی شخص متألم رفتاری گرم و توأم با مهربانی با فرد خاطی دارد؛ اگرچه ممکن است عمل ارتكابی زیان‌بخش موجب انزجار شده باشد (نورث، ۱۹۸۷). تحقیقات زیادی نشان داده‌اند که توانایی بخشیدن با عزت‌نفس ارتباط دارد (سرنی، ۱۹۸۸؛ کاپلان، ۱۹۹۲؛ موگر و همکاران، ۱۹۹۲؛ روزناک و هارندن، ۱۹۹۲؛ وورثینگتون و دیباسیو، ۱۹۹۰؛ به نقل از روبی، ۱۹۹۷).

با توجه به افزایش روز افزون طلاق و با نگاهی به آمار ۵۰ درصدی نوجوانانی که قبل از سن ۱۸ سالگی در خانواده‌های تک‌والدی زندگی می‌کنند - ۵۰ درصد این نوجوانان در خانواده‌های تک‌والدی با مادر زندگی می‌کنند (سینگل، ۲۰۰۳) - و با مرور پیشینه پژوهشی موجود در زمینه عزت‌نفس پایین نوجوانانی که والدین‌شان طلاق گرفته‌اند، به‌ویژه دختران و با نگاه به مشکلاتی که به‌دنبال عزت‌نفس پایین برای نوجوان به‌وجود می‌آید، در کنار مشکلات متعدد خشم و انتقام که احساس آسیب از جانب والدین برای نوجوانان ایجاد می‌کند، تدوین مداخلات مناسبی که بتواند در افزایش عزت‌نفس و بخشودگی این گروه تأثیرگذار باشد کاملاً ضروری به نظر می‌رسد.

هنردرمانی گروهی یکی از مداخلات مناسب برای کار با نوجوانان است. نوجوانان به نسبت گروه‌های سنی دیگر، بهترین و بیشترین نفع را از شرکت در گروه‌های هنردرمانی و یا مداخله‌های خلاق دیگر می‌برند؛ به این دلیل که نوجوانان نیاز به فضای امنی دارند که در آن گزینه‌های مختلف را تجربه کرده و خلاقیت ذاتی‌شان را افزایش دهند (بلفر^{۱۴}، ۱۹۹۰؛ برچنل^{۱۵}، ۱۹۸۴؛ لیتومن^{۱۶} و شاقونسی^{۱۷}، ۲۰۰۲؛ مون^{۱۸}، ۱۹۹۸؛ ریلی^{۱۹}، ۱۹۹۹؛ روتنبرگ^{۲۰}، ۱۹۹۰؛ به نقل از تولبرت، ۲۰۰۶). در دوره نوجوانی، نوجوانان ترجیح می‌دهند که به گروه همسالان اعتماد کنند و اغلب صحبت کردن با بزرگسالان برای‌شان دشوار می‌باشد (مالچودی، ۱۹۹۸). هنردرمانی به عنوان یک راه مؤثر برای درگیر کردن نوجوانان مقاوم برای درمان می‌باشد (ریلی، ۱۹۹۹). در جریان هنردرمانی، نوجوانان برای افزایش خودآگاهی، تقویت مهارت‌های اجتماعی برای برقراری ارتباط با همسالان و بزرگسالان، سازماندهی عزت‌نفس و کاهش اضطراب، واقع‌گراتر می‌شوند (وود، ۲۰۰۴).

روان‌نمایشگری یکی از رویکردهای هنردرمانی است که می‌تواند برای کار با نوجوانان مؤثرتر باشد، زیرا آن‌ها ترجیح می‌دهند که به جای درون‌کاوی و تعاملات کلامی، از طریق تعاملات بین فردی ارتباط برقرار کنند (لیپ، ۱۹۹۲). روان‌نمایشگری، یک روش درمانی گروهی است که به شرکت‌کنندگان کمک می‌کند تا مشکلات روانی و اجتماعی‌شان را «دوباره زندگی کنند» به جای

این‌که تنها راجع به آن‌ها صحبت کنند (بلاتنر^{۲۱}، ۲۰۰۲؛ به‌نقل از کاراتاس، ۲۰۰۹). روان‌نمایشگری طبق تعریف مورنو^{۲۲} روشی است که حقیقت را به شیوه‌های نمایشی کشف می‌کند (هولمز و کارپ، ۱۹۹۱). روان‌نمایشگری یک روان‌درمانی گروهی است که به صورت عملی انجام می‌گیرد. کار گروهی به‌صورت کلی می‌تواند یک انتخاب طبیعی‌تر برای نوجوانان باشد به این خاطر که آن‌ها به میزان زیادی تحت تأثیر فرهنگ همسالان خود قرار می‌گیرند (میشنه، ۱۹۸۶). نوجوانان تجارب گروهی را ارزشمند می‌دانند چون احساس انزوای کم‌تری می‌کنند و تحریک می‌شوند که راه‌های جدید را برای برخورد با مسائل امتحان کنند و مهارت‌های جدیدی برای روابط بین فردی رشد دهند (کوردر، ۱۹۹۴).

تحقیقات متعددی انجام شده‌اند که نشان می‌دهند روان‌نمایشگری بر نوجوانان تأثیرگذار می‌باشد. روان‌نمایشگری به نوجوانان کمک می‌کند تا با مشکلات مدیریت خشم مقابله کنند (کاسکان و ککمک، ۲۰۰۵؛ فونگ^{۲۳}، ۲۰۰۶؛ همامسی^{۲۴}، ۲۰۰۲؛ همامسی، ۲۰۰۶؛ ریس^{۲۵}، کوایلی^{۲۶}، برت^{۲۷} و موکس^{۲۸}، ۲۰۰۸؛ میجسترز^{۲۹} و کلون^{۳۰}، ۲۰۰۶؛ یوکاک - سیمسک^{۳۱}، ۲۰۰۳؛ به‌نقل از کاراتاس، ۲۰۰۹). نوجوانان تجارب گروهی را ارزشمند می‌دانند چون احساس انزوای کم‌تری می‌کنند و تحریک می‌شوند که راه‌های جدید را برای برخورد با مسائل امتحان کنند و مهارت‌های جدیدی برای روابط بین فردی رشد دهند (کوردر، ۱۹۹۴). ایلکیند (۱۹۷۴) عقیده دارد که شرایط دراماتیک (نمایشی) به شکل گروهی، به‌خاطر مرحله خاص رشدی نوجوانان در زندگی، می‌تواند یک موقعیت درمانی ایده‌آل برای آن‌ها باشد.

به‌علاوه روان‌نمایشگری می‌تواند یک مداخله مؤثر در افزایش عزت‌نفس و بهبود رفتار باشد. روان‌نمایشگری حس خودارزشی را از طریق تمرین رفتارهای سازنده در فرد ارتقا می‌دهد. در روان‌نمایشگری وقتی که فرد در معرض تجارب متفاوت اجتماعی قرار می‌گیرد، به او کمک می‌شود که نگاه جدید و تازه‌ای به خویشتن داشته و الگوهای جدید از هویت را در خود به وجود آورد (سینگل، ۲۰۰۳).

علاوه بر این، روان‌نمایشگری با توجه به فرصتی که از طریق ایفای نقش و تخلیه هیجانی در اختیار نوجوان قرار می‌دهد، و با امکان رو در رو کردن نوجوان با احساسات منفی و خشم و انتقام خود نسبت به والدین و سایرین در صحنه‌ای از زندگی واقعی، احتمالاً می‌تواند یک مداخله مؤثر جهت افزایش بخشودگی در نوجوانان باشد.

در پژوهش‌های متعددی که در زمینه مداخله درمانی برای نوجوانان دارای والدین طلاق گرفته انجام شده است، پژوهشی یافت نشد که به صورت مستقل به مداخله درمانی برای افزایش عزت‌نفس در این گروه از نوجوانان پرداخته باشد و نیز پژوهشی نیز یافت نشد که به بررسی اثربخشی روان‌نمایشگری بر عزت‌نفس و بخشودگی این گروه از نوجوانان پرداخته باشد؛ لذا با توجه به ضرورتی

که حفظ و افزایش عزت‌نفس و توانایی بخشش دیگران و - به ویژه والدین طلاق گرفته - در تمام دوران زندگی و به ویژه در دوره نوجوانی و به خصوص در نوجوانانی که در معرض صدمات بیشتر روانی هستند مانند نوجوانان دارای والدین طلاق گرفته دارند؛ مسئله پژوهش حاضر این است که آیا روان‌نمایشگری می‌تواند بخشودگی و عزت‌نفس نوجوانان دارای والدین طلاق گرفته را افزایش دهد؟

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

روش تحقیق در این پژوهش روش آزمایشی با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و آزمون پیگیری با گروه آزمایش و کنترل می‌باشد. جامعه آماری عبارت است از تمامی نوجوانان دختر ۱۴ تا ۱۷ سال که والدین آن‌ها طلاق گرفته و نزد مادر زندگی می‌کنند و تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی شهر تهران می‌باشند. در ابتدا از بین مناطق ۲۰گانه تحت پوشش، مناطق ۱۱ و ۱۲ به صورت در دسترس انتخاب شدند. به دلیل این‌که آمار دقیقی از تعداد نوجوانان دختر در این گروه سنی در این مرکز وجود نداشت، از طریق تلفن با ۱۲۴ خانواری که والدین طلاق گرفته و فرزندان تحت سرپرستی مادر بودند تماس گرفته و از آن‌ها درخواست شد که چنان‌چه نوجوان دختری در این گروه سنی دارند، جهت تشکیل مشاوره گروهی به کمیته امداد معرفی کنند. تعداد ۳۵ نفر از نوجوانان این گروه سنی به مرکز مراجعه کردند. از این تعداد ۱۱ نفر از همان ابتدا عدم همکاری خود را اعلام نموده و بازگشتند. در نهایت ۲۴ نفر باقی ماندند که به صورت تصادفی به دو گروه آزمایش و گواه منتسب شدند. در پایان برای هر دو گروه آزمون بخشودگی موگر و عزت‌نفس الیس پوپ اجرا شد.

ابزارهای پژوهش

آزمون پنج مقیاسی عزت‌نفس الیس پوپ و همکاران (۱۹۸۹) برای کودکان و نوجوانان: این پرسشنامه شامل ۶۰ سؤال است که دارای ۵ خرده‌مقیاس: عزت‌نفس عمومی، عزت‌نفس تحصیلی، عزت‌نفس جسمانی، عزت‌نفس خانوادگی، عزت‌نفس اجتماعی و یک مقیاس دروغ‌سنج می‌باشد. هر کدام از خرده‌مقیاس‌ها توسط ۱۰ سؤال سنجیده می‌شوند. پاسخ‌ها در یک طیف سه بخشی از تقریباً هیچ‌گاه تا تقریباً همیشه ارائه شده است. با توجه به فرمول آلفای کرونباخ، ضریب پایایی این آزمون برابر ۰/۸۶ می‌باشد. ضریب پایایی با استفاده از روش دو نیمه کردن آزمون نیز معادل ۰/۸۷ می‌باشد. اختلاف میان دو روش محاسبه برابر ۰/۰۱ است که بسیار ناچیز و قابل اغماض می‌باشد. ضریب پایایی آزمون به طور کلی برابر با ۰/۸۹ می‌باشد (غفاری، ۱۳۷۲).

آزمون بخشودگی و خودبخشودگی موگر MFS: این پرسشنامه که در سال ۱۹۹۲ توسط موگر و همکارانش تدوین شده است، پرسشنامه‌ای ۳۰ سؤالی است که ۱۵ گویه اول آن خودبخشودگی و

۱۵ گویه دوم آن بخشودگی دیگران را ارزیابی می‌کند. همبستگی بین دو مقیاس به میزان ۰/۳۷ معنادار می‌باشد. اعتبار درونی آن ۰/۸۲ و اعتبار بازآزمون آن ۰/۶۷ می‌باشد (موگر و همکاران، ۱۹۹۲). این پرسشنامه با یک نمونه ۶۵ نفره از نوجوانان سنین ۱۴ تا ۱۸ سال در نمونه ایرانی هنجار شده و همسانی درونی برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۸۵، برای ۱۵ گویه اول برابر با ۰/۸۲ و برای ۱۵ گویه دوم برابر با ۰/۸۳ می‌باشد.

شیوه اجرا

این پژوهش به بررسی اثربخشی روان‌نمایشگری بر عزت‌نفس و بخشودگی نوجوانان دارای والدین طلاق گرفته می‌پردازد. در ابتدا قبل از شروع جلسات، آزمون عزت‌نفس الیس پوپ و بخشودگی موگر به عنوان پیش‌آزمون بر یک نمونه ۲۴ نفری متشکل از ۱۲ نفر در گروه آزمایش و ۱۲ نفر در گروه کنترل اجرا شد و سپس طی ۱۰ جلسه حداقل ۱/۵ ساعته، هفته‌ای دوبار، مداخلات روان‌نمایشگری به عنوان متغیر مستقل بر گروه آزمایش اعمال شد و گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت ننمود. پس از اتمام جلسات و یک ماه بعد از آن، آزمون عزت‌نفس و بخشودگی مجدداً برای هر دو گروه به عنوان پس‌آزمون اجرا شد. محتوای جلسات و برنامه مداخله به شرح زیر می‌باشد:

جدول ۱: خلاصه جلسات روان‌نمایشگری

جلسه	محتوای جلسات
اول	معرفه و آشنایی، توضیح اهداف و فرایند مشاوره گروهی و پاسخ‌گویی به سؤالات، استفاده از تکنیک فروشگاه جادویی برای گرم کردن، بیان قوانین گروه و امضای قرارداد گروهی، دادن تکلیف نوشتن شرح حال و استفاده از تکنیک «دست دادن» برای خاتمه گروه
دوم	استفاده از تکنیک «پیاده روی با چشمان بسته، یک تکنیک مواجهه‌ای» برای گرم کردن گروه، مروری بر مباحث روان‌نمایشگری، تعریف عزت‌نفس و ابعاد آن با مشارکت اعضا، با تمرکز بر عزت‌نفس خانوادگی و بخشودگی، آمادگی بیشتر و کار و انتخاب پروتاگونیست با تکیه بر فنون ایفای نقش و معکوس نقش، مشارکت
سوم	استفاده از تکنیک «تخیلات خانوادگی» برای گرم شدن گروه، به چالش کشیدن عزت‌نفس خانوادگی اعضا با تمرکز بر بخشش والدین و انتخاب پروتاگونیست، کار بر احساسات و عواطف و تخلیه هیجانی با استفاده از مضاعف، فن مونولوگ و معکوس نقش، رسیدن به بینش و مشارکت اعضا
چهارم	استفاده از تکنیک «داستان‌گویی» برای گرم شدن گروه، بحث پیرامون عزت‌نفس اجتماعی و به چالش کشیدن اعضای گروه، انتخاب پروتاگونیست و ایفای نقش و استفاده از فن فرافکنی در آینده و معکوس نقش
پنجم	استفاده از تکنیک «آگهی بازگانی» برای آماده‌سازی گروه، مروری بر جلسه قبل و عزت‌نفس اجتماعی با تأکید بر بخشش دیگران، انتخاب پروتاگونیست و استفاده از فنون فرافکنی در آینده و مضاعف، مشارکت و پردازش
ششم	آماده‌سازی گروه با تکنیک «زندگی سهل است ... زندگی سخت است»، توضیح عزت‌نفس تحصیلی و مفهوم آن و بحث پیرامون آن، تمرکز بر داستان پروتاگونیست- در قالب عزت‌نفس خانوادگی و بخشش- با استفاده از فن معکوس نقش، مشارکت
هفتم	مروری بر جلسه گذشته و پرداختن به داستان پروتاگونیست قبلی، استفاده از فن جفت و معکوس نقش و کار بر روی احساسات پروتاگونیست و پالایش هیجانی، مشارکت و پردازش
هشتم	استفاده از تکنیک «کادو دادن غیرکلامی» جهت گرم کردن گروه، بحث پیرامون عزت‌نفس جسمانی و تفاوت بین خود ایده‌آل و خود واقعی جسمانی با تمرکز بر بخشودگی، انتخاب پروتاگونیست و استفاده از فنون متعدد برای بازسازی داستان خود، به نمایش گذاشتن خود واقعی - خود ایده‌آل با استفاده از فن مونولوگ، مشارکت و پردازش
نهم	استفاده از تکنیک «پایکوبی» برای گرم کردن گروه، مرور جلسه قبل و انتخاب پروتاگونیست، استفاده از فن زبان بدن، معکوس نقش و تکنیک صندلی خالی در مرحله اجرا، مشارکت و پردازش، تکلیف: یافتن یک هدیه سمبلیک
دهم	مروری بر کل جلسات و جمع‌بندی، تلاش برای یکپارچه کردن جلسات توسط رهبر، بررسی نکات باقی‌مانده احتمالی برای اعضا، بررسی مهم‌ترین نکاتی که در این گروه آموختیم با استفاده از تکنیک جملات ناتمام، بررسی افکار و احساسات کنونی اعضا، کار بر روی موضوع فقدان، ارائه هدیه سمبلیک هر یک از اعضا به دوستانشان

یافته‌ها

این پژوهش دارای یک فرضیه اصلی و ۶ سؤال پژوهشی می‌باشد که برای بررسی همه آن‌ها، از روش تحلیل واریانس با اندازه‌های مکرر استفاده شد.

جدول ۲: نتایج تحلیل واریانس نمرات کلی عزت‌نفس دختران نوجوان در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر وابسته	منبع واریانس	F	سطح معناداری	مجموع مجذورات	درجه آزادی
نمرات کلی عزت‌نفس	عامل زمان	۱۳۳/۲۷	۰/۰۰	۱۰۰۱/۱۳	۲
	کنش متقابل گروه و عامل زمان	۴۴/۶۱	۰/۰۰	۳۳۵/۱۳	۲
	عامل بین گروهی	۷۱۳/۴۵	۰/۰۰۳	۷۲۲۸۲/۸۰	۱

نتایج جدول فوق حاکی از آن است که کاربرد روش سایکودراما نمرات عزت‌نفس کلی دختران نوجوان را در گروه آزمایش افزایش داده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل واریانس نمرات عزت‌نفس خانوادگی، اجتماعی، جسمانی، تحصیلی و عمومی دختران نوجوان در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر وابسته	منبع واریانس	F	سطح معناداری	مجموع مجذورات	درجه آزادی
عزت‌نفس خانوادگی	عامل زمان	۴۵/۱۳	۰/۰۰	۷۴/۹۴	۲
	کنش متقابل گروه و عامل زمان	۷/۵۷	۰/۰۰	۱۲/۵۷	۲
	عامل بین گروهی	۰/۰۳	۰/۸۵	۰/۱۰	۱
عزت‌نفس اجتماعی	عامل زمان	۲۶/۹۴	۰/۰۰	۳۷/۵۸	۲
	کنش متقابل گروه و عامل زمان	۶/۲۱	۰/۰۰	۸/۶۷	۲
	عامل بین گروهی	۲۶/۹۹	۰/۰۰	۳۴/۵۴	۱
عزت‌نفس جسمانی	عامل زمان	۴۱/۹۷	۰/۰۰	۴۲/۲۸	۲
	کنش متقابل گروه و عامل زمان	۲۸/۴۹	۰/۰۰	۲۸/۴۹	۲
	عامل بین گروهی	۱۴/۸۱	۰/۰۰	۳۰/۶۹	۱
عزت‌نفس تحصیلی	عامل زمان	۱۴/۶۰	۰/۰۰	۲۹/۱۰	۲
	کنش متقابل گروه و عامل زمان	۱/۱۹	۰/۳۱	۰/۸۳	۲
	عامل بین گروهی	۲/۰۴	۰/۱۶	۴/۰۹	۱
عزت‌نفس عمومی	عامل زمان	۳۲/۳۴	۰/۰۰	۷۳/۶۴	۲
	کنش متقابل گروه و عامل زمان	۲۵/۶۴	۰/۰۰	۵۸/۳۷	۲
	عامل بین گروهی	۰/۰۰	۰/۸۴	۲/۴۲	۱

مطابق با اطلاعات جدول فوق، نمرات عزت‌نفس خانوادگی، اجتماعی، جسمانی و عمومی تحت تأثیر متغیر مستقل یعنی جلسات روان‌نمایشگری در نوجوانان گروه آزمایش افزایش یافته است. اما نمرات عزت‌نفس تحصیلی افزایشی را نشان نمی‌دهد.

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس نمرات بخشودگی دختران نوجوان در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر وابسته	منبع واریانس	F	سطح معناداری	مجموع مجزورات	درجه آزادی
نمرات کلی بخشودگی	عامل زمان	۲۲/۶۴	۰/۰۰	۲۳۸/۴۲	۲
	کنش متقابل گروه و عامل زمان	۱۶/۹۷	۰/۰۰	۱۷۸/۶۶	۲
	عامل بین گروهی	۰/۷۵	۰/۳۰	۷۲/۲۲	۱

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که کاربرد روش سایکودراما، نمرات بخشودگی دختران نوجوان را در گروه آزمایشی افزایش داده است. عدم معناداری در آزمون بین گروهی حاکی از نزدیک بودن میانگین‌های حاشیه‌ای دو گروه می‌باشد.

بحث

نتایج جداول فوق نشان داد که کاربرد روش روان‌نمایشگری، نمرات بخشودگی را افزایش داده است. نتایج پژوهش فریدمن و ناپ (۲۰۰۹) با نتایج این یافته همسو می‌باشد. در این پژوهش، آموزش بخشودگی بر سازگاری نوجوانان با طلاق والدین و بخشش والدین تأثیر مثبت داشت. به‌علاوه نتایج حاکی از اثربخشی روان‌نمایشگری بر افزایش نمرات عزت‌نفس کلی، عزت‌نفس خانوادگی، عزت‌نفس جسمانی و عزت‌نفس عمومی بوده و تأثیری بر عزت‌نفس تحصیلی نداشته است. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های سایر پژوهش‌ها همسو می‌باشد (فونگ، ۲۰۰۶؛ گورال^{۳۲}، ۱۹۹۲؛ کاربونل، ۱۹۹۹؛ کاراتاس و کواکان، ۲۰۰۹؛ آونگر و جونز^{۳۳}، ۲۰۰۷). این پژوهش‌ها حاکی از اثربخشی روان‌نمایشگری بر مشکلات متعدد نوجوانان می‌باشد. به‌علاوه اثربخشی روان‌نمایشگری بر افزایش عزت‌نفس در زنان طلاق گرفته، دانش‌آموزان و نوجوانان سرکش و نافرمان نیز بررسی شده است (نیومان، ۱۹۸۹؛ نوئین، ۱۳۸۸؛ سینگل، ۲۰۰۳) که با پژوهش حاضر همسو می‌باشند.

در جلسات روان‌نمایشگری با تکیه بر اصولی چون خلاقیت، خودجوشی و واقعیت‌آزمایی و با استفاده از ایفای نقش و با به‌کار بردن فنونی چون معکوس نقش، مضاعف، آینه، فراقنی به آینده، خودگویی و خودبازنمایی و با استفاده از تمرین‌های رفتاری و مشارکت و پردازش در احساسات و افکار، موجبات بروز تخلیه هیجانی و ایجاد بینش و اصلاح رفتار در نوجوان فراهم می‌گردد. جلسات

روان‌نمایشگری با ایجاد فرصت‌هایی برای نوجوان - در قالب پروتاگونیست، من یاور یا تماشاگر - جهت انتخاب کردن، انتخاب شدن، تأیید کردن و تأیید شدن، همدلی کردن و همراهی شدن، پالایش هیجانات مثبت و منفی، ابراز وجود، داشتن اختیار و آزادی عمل، رها بودن از قید و بندها، شکستن مقاومت‌ها، شکافتن رازها و تابوها، شکستن بغض‌ها و چارچوب‌ها، قدرت یافتن و ایفای نقش‌های نامحدود از زندگی گذشته و حال و آینده و با ایجاد فاصله از نقش و توانمند ساختن فرد در دیدن خود و کنار زدن نقاب‌ها در یک فضای ایمن، می‌تواند باعث افزایش حس اعتماد و ارزشمندی در فرد گردد.

نوجوان در قالب پروتاگونیست با ایفای نقش خود در صحنه‌ای که خود انتخاب نموده، گاه با کمک من‌های یاور، برابر قسمت بی‌ارزش وجود خویش قرار می‌گیرد و با وی به سخن می‌نشیند و گاه برابر مادری قرار می‌گیرد که سال‌های سال است که داستان چگونگی طلاق پدر و ترک وی را در هاله‌ای از رازی مبهم برای وی نگاه داشته، رازی که هیچ‌گاه اجازه پرسش از آن را نداشته... گاه مادر را سرزنش می‌کند و می‌گرید بر سال‌هایی که با کابوس یک سؤال خوابیده و بیدار شده و گاه خود را سرزنش می‌کند که ارزشش بیش از این نبوده، که اگر بوده پدر وی را ترک نمی‌کرد و مادر مقصر نیست. گاه بر مادر خشمگین شده و گاه با او می‌گرید. آن‌گاه که با استعانت از فن نقش معکوس، پروتاگونیست در جایگاه قسمتی از وجود خویش یا در نقش مادرش قرار می‌گیرد، گاه با شگفتی تمام به تجربه «آها» رسیده و به بینشی می‌رسد که کم‌تر در مسیر زندگی‌اش از آن گذر نموده است. پس از آن‌که در جایگاه مادرش دلایل مادرش را بر زبان می‌آورد و اشک می‌ریزد، در مرحله مشارکت اعتراف می‌کند که دیگر از آن احساس بی‌ارزشی که از جانب مادرش به وی رسیده بود، متأثر نیست. پروتاگونیست نوجوان با ایفای نقش‌های متعدد در صحنه، دایره نقش‌های خود را وسعت داده و از اضطراب خود می‌کاهد و با تمرین رفتارهای متناسب در فضایی ایمن و عاری از قضاوت و تنبیه، احساس ارزش را مجدداً تجربه می‌کند. وی با استفاده از فن تحقق‌خویشتن، برای یک بار هم که شده دنیا را با تمام آرزوهایی که به او احساس ارزش می‌دهد، به کام خود می‌یابد و به این بینش می‌رسد که اگر بخواهد می‌تواند احساس ارزشمندی بکند. نوجوانی که در نتیجه احساس بی‌ارزشی خود دائماً شکست‌هایش را به منابع درونی و موفقیت‌هایش را به منابع بیرونی نسبت می‌دهد، در جایگاه پروتاگونیست؛ در قالب تمرین‌های رفتاری متعدد اسناد موفقیت‌ها به خود و شکست‌ها به منابع بیرونی را تجربه کرده و به احساس ارزش چشم‌گیری دست می‌یابد.

نوجوانی که از وضعیت کلی زندگی خود و از خود ناراضی بوده و بنابراین احساس ارزش پایینی دارد، در صحنه دراماتیک نمایش می‌تواند با قرار گرفتن در قالب پروتاگونیست، با کمک کارگردان در جایگاه خدا یا دانای کل ایفای نقش نموده و احساس قدرت و ارزش بی‌نهایتی را تجربه کند؛ به‌علاوه

ایفای چنین نقشی در وی نوعی بینش و اعتماد نسبت به این‌که انسان به صرف انسان بودنش در خلقت بسیار ارزشمند است به‌وجود می‌آورد و به اهمیت نقش منحصر به فرد خود نزدیک می‌گردد. گروه روان‌نمایشگری یک فرصت استثنایی برای نوجوان فراهم می‌کند تا در فضایی ایمن و به دور از اضطراب خطا کردن، تنبیه شدن، طرد شدن و شرمگین شدن، احساسات خود را در مورد هر آن کس و هر آن‌چه که می‌خواهد بر زبان آورد. او می‌تواند در فضایی حمایتی، خود را در بین دیگر اعضای گروه ارزیابی کند و فرصت این را بیابد که حمایت‌های کلامی و غیرکلامی من‌های یاور و سایر اعضا و کارگردان را کسب کرده و بداند که دیگر هم‌سن و سالانش برای وجود او و احساسات او و افکارش آن‌قدر ارزش قائلند که در مرحله مشارکت با وی همدردی کرده و از وی حمایت می‌کنند. پروتاگونیست با آزادی کامل در صحنه‌هایی که خلق می‌کند با من‌های یاور در انجام فعالیت‌های گروهی سهیم می‌شود و بدین‌سان با بازخوردهای کلامی حاکی از پذیرش وی توسط اعضای گروه احساس اعتماد، رضایت و خشنودی نموده و این‌ها همه مبنای ارتقای حس ارزش اجتماعی در وی قرار می‌گیرد. پروتاگونیست علاوه بر دریافت حمایت اجتماعی از اعضای گروه، این امکان را دارد که تعارضاتی را که در مورد دوستان و گروه همسالان خود در خارج از گروه - در مدرسه یا اجتماع بیرونی دارد - را در گروه به نمایش بکشد و با تخلیه هیجانی و حل کردن این تعارضات بیش از پیش احساس عزت‌نفس اجتماعی را در خود ارتقا دهد.

فضای دراماتیک صحنه این امکان را در چارچوب واقعیت برتر فراهم می‌نماید که پروتاگونیست برای لحظاتی «خود ایده‌آل» جسمانی خود باشد. این تجربه، تجربه‌ای بس گرانمایه است چرا که پروتاگونیست به بینش‌های بسیاری دست می‌یابد. نوجوان درمی‌یابد که «خود ایده‌آل» جسمانی بودن آن‌قدر هم که تصورش را می‌کرده منتهای خوشبختی نیست، بلکه تنها یک لحظه است و بلافاصله پس از آن ایده‌آل دیگری شکل می‌گیرد که بایستی به سمت آن حرکت کند. به‌علاوه پروتاگونیستی که فاصله بین خود واقعی و ایده‌آلش بیش از حد زیاد است، با قرار گرفتن در نقش خود ایده‌آل جسمانی‌اش، احساس یکپارچگی نمی‌کند و ترجیح می‌دهد که خود ایده‌آلش به خود واقعی‌اش نزدیک‌تر باشد و بدین‌سان احساس ارزش جسمانی‌اش فزونی می‌یابد. پروتاگونیست در جریان روبه‌رو شدن با اجزای صورت و بدن خود به یاری فن زبان بدن، در می‌یابد که تک‌تک اعضای بدنش ارزشمند هستند و قابل ارزش و احترام، و با قرار گرفتن در نقش آن‌ها با استفاده از فن نقش معکوس، عمیقاً با اجزای بدن خود ارتباط برقرار کرده و در می‌یابد که جدای از تمام بازخوردهای احتمالی که از دیگران دریافت می‌کند، صورت و جسم باارزشی دارد که بایستی از تک‌تک آن‌ها با علاقه تمام مراقبت به عمل آورد. بدین ترتیب پس از رسیدن به این بینش که اجزای بدن هر کسی به اندازه کافی ارزشمند هستند، عزت‌نفس جسمانی در پروتاگونیست و به تبع آن من‌های یاور که در نقش اعضای بدن پروتاگونیست قرار گرفته‌اند و سایر اعضای گروه افزایش می‌یابد. به علاوه در

مرحله مشارکت و پردازش و به‌ویژه در مرحله پردازش گفت‌وگویی که بین اعضای گروه سر می‌گیرد حاکی از توجه آن‌ها به ارزشمندی جسم‌شان و لزوم دوست داشتن و مراقبت از آن، جدای از بازخوردهای اجتماعی و مقایسه‌های اجتماعی می‌باشد.

نوجوانانی که در این پژوهش در گروه آزمایشی قرار داشتند، همگی حداقل در یک مورد از عدم بخشودگی با یکدیگر کاملاً مشترک بودند، و آن هم عدم بخشش پدر به خاطر ترک آن‌ها بود که این عدم بخشش تا حدی به بقیه افراد زندگی آن‌ها هم تعمیم یافته بود. نوجوانی در شرح حال خود - قبل از شروع جلسات سایکودرام - در مورد پدرش نوشته بود: «پدرم رفت و باری از حسرت و آتش بر دوشم نهاد، آتشی که تا انتقام نگیرم خاموش نمی‌شود؛ پدرم سزاوار جایگاه یزیدیان است... پدرم!!! بشنو که روزی در قیامت! بر سر راهت خواهم ایستاد و حق فرزندی را از تو مطالبه می‌کنم...! پروردگارا، کجاست آن پدری که همیشه آرزویش را داشتیم؟!»، زمانی که این پروتاگونیست پس از تخلیه هیجانی شدید با بالش - به جای پدر - و تخلیه خشم، با کمک من یآوری که خود انتخاب نموده بود با پدر روبه‌رو شد، اولین جمله‌ای که بر زبان آورد این بود که «هیچ‌گاه نمی‌بخشمت، هیچ‌گاه...». پس از استفاده‌های مکرر از فن معکوس نقش و قرار گرفتن پروتاگونیست در نقش پدر، پروتاگونیستی که بغض سنگینش پس از سال‌ها در گلوی شکسته بود، توانست با پدر همدلی کرده و خودش از زبان پدر بخواهد که او را ببخشد؛ پروتاگونیست خود در جایگاه پدر از خود درخواست بخشش کرد و خود با گریه بخشید، اما گفت که «پدر! کاش هیچ‌گاه مرا ترک نمی‌کردی، اکنون دیگر می‌دانم که برایت بی‌ارزش نبوده‌ام و می‌توانم تو را ببخشم، اما کاش که به اندازه تمامی این سال‌ها بودی و بودی...». نوجوان پس از سال‌ها کینه و نفرت اکنون توانست پدر را ببخشد، من یآوری که در نقش پدر قرار گرفته بود نیز صحنه‌ای جدید خلق کرد که خود در آن پروتاگونیست بود و در آن صحنه پدرش را به سختی در آغوش می‌فشرد و می‌گفت که «من هم بخشیدم پدر، امیدوارم که خدا هم تو را ببخشد». در طی فرایند مشارکت و پردازش، پروتاگونیست‌ها، من‌های یاور و سایر اعضای گروه به این بینش دست یافتند که گاهی شرایطی که بر زندگی حاکم است موجب می‌شود که انسان‌ها تصمیماتی راجع به زندگی‌شان بگیرند که گاه ممکن است به دیگران آسیب برساند، انسان جایز‌الخطاست و بنابراین بخشش رویه‌ای است که می‌تواند جایگزین مناسب‌تری برای کینه و انتقام باشد. یکی از من‌های یاور در جریان پردازش گفت «کینه‌توزی و انتقام آرامش را از من گرفته بود، اما الان که بخشیده‌ام احساس آرامش می‌کنم». در جریان جلسات سایکودرام و در خلال صحنه‌های دراماتیک بسیار اتفاق می‌افتاد که پروتاگونیستی فردی را به خاطر خطایی که انجام داده است ببخشد؛ این بخشش در طی مشارکت و پردازش نیز مورد توجه اعضای گروه قرار می‌گرفت و بدین‌سان با حادث شدن این وقایع موجبات ارتقای حس بخشش دیگران در اعضای گروه فراهم آمده است.

لازم به ذکر است از آن‌جا که عزت‌نفس تحصیلی جدای از احساس فرد در مورد تحصیلش، وابسته به عواملی چون هوش، پشتکار، تلاش و تمرین و نمره‌های واقعی و عینی فرد می‌باشد، لذا انتظار نمی‌رود که با پالایش عاطفی، رسیدن به بینش و اصلاح رفتار در جلسات روان‌نمایشگری، عزت‌نفس تحصیلی فرد دستخوش تغییر چشم‌گیری بشود.

پی‌نوشت‌ها

1. Adams
2. Ellis Pope
3. Longmore
4. Demaris
5. Rawson
6. Malcolm
7. O'Dea
8. Sassaroli
9. Ruggiero
10. Peck
11. Lightsey
12. Patten
13. Many
14. Belfer
15. Birtchnell
16. Lehtomen
17. Shaughnessy
18. Moon
19. Riley
20. Rothenberg
21. Blatner
22. Moreno
23. Fong
24. Hamamci
25. Reis
26. Quayle
27. Bertt
28. Meux
29. Meijsters
30. Clevn
31. Ucak- Simsek
32. Goral
33. Jones

منابع

- بیابان‌گرد، ا. (۱۳۷۳). *روش‌های افزایش عزت‌نفس در کودکان و نوجوانان*. تهران: انجمن اولیا و مربیان.
- صالحی، م. (۱۳۸۸). *اثربخشی آموزش گروهی مدیریت خشم با رویکرد شناختی - رفتاری بر عزت‌نفس و پرخاشگری نوجوانان بزهکار*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی، تهران.
- غفاری، ا.، و رضانی، خ. (۱۳۷۲). *هنجاریابی آزمون پنج مقیاسی عزت‌نفس کودکان و نوجوانان الیس پوپ برای دانش‌آموزان دبیرستانی شهر تهران*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران.
- ناظمی‌زاده‌اردکانی، ن. (۱۳۸۵). *بررسی مقایسه‌ای میزان مشکلات رفتاری نوجوانان در اشکال مختلف خانواده (طلاق و ازدواج مجدد، فوت، اعتیاد و عادی) در شهرستان شاهرود*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی، تهران.
- نوئین، آ.، مولوی، ح.، فرودستان، م.، و رهبری، م. (۱۳۸۸). *بررسی تأثیر سایکودراما بر افزایش عزت‌نفس دختران نوجوان در شهر اصفهان*. چکیده مقالات دومین کنگره سراسری هنردرمانی در ایران، ۱۰۳.

- Avinger, K. A., & Jones, R. A. (2007). Group treatment of sexually abused adolescent girls: A review of outcome studies. *The American Journal of Family Therapy*, 35(4), 315.
- Berman, C. (1991). *A hole in my heart*. New York: Simon & Shuster.
- Carbonell, D. M. (1999). Psychodrama groups for girls coping with trauma. *International Journal of Group Psychotherapy*, 49(3), 285-306.
- Coopersmith, S. (1967). A method for determining type of self-esteem. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 59, 87- 94.
- Corder, B. F. (1994). *Structured adolescent psychotherapy groups*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Elkind, D. (1974). *Children and adolescents: Interpretive essays on Jean Piaget* (2nd ed.). New York: Oxford Press.
- Fassell, D. (1991). *Growing up divorced*. New York: Pocket Books
- Fong, J. (2006). Psychodrama as a preventive measure: Teenage girls confronting violence. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 59(3), 99-108.
- Freedman, S. (2003). The impact of forgiveness on adolescent adjustment to parental divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 39(1/2), 135-165.
- Holmes, P., & Karp, M. (1991). *Psychodrama: Inspiration and technique*. Routledge.
- Karatas, Z., & Gokeakan. Z. (2009). A comparative investigation of the effects of cognitive- behavioral group practices and psychodrama on aggression. *Journal of Educational Science: Theory & practice*, 9, 1441-1452.
- Kelly, J. B., & Wallerstein, J. S. (1976). The effects of parental divorce: Experiences of the child in early latency. *American Journal of Orthopsychiatry*, 46(1), 20- 32.
- Lee, J. Y. (2005). *A group therapy manual using cinema therapy to improve adjustment in adolescents after parental divorce*. Unpublished doctoral dissertation, Alliant international university, Alliant [On-line]. Available: www.alliant.edu.
- Lippe, W. A. (1992). Stanislavski's affective memory as a therapeutic tool. *Journal of Group Psychiatry, Psychodrama and Sociometry*, 45(3), 102-111.
- Malchiodi, C. A. (1998). *The art therapy sourcebook*. Los Angeles: NTC/Contemporary.
- Mauger, P., Perry, J., Freeman, T., Grove, D., McBride, A., & Mckiney, (1992). The measuring of forgiveness: Preliminary research. *Journal of Psychology and Christianity*, 11, 170-180.
- Mishne, J. M. (1986). *Clinical work with adolescents*. New York: Free press, macMillan Inc.
- Neuman, N. M. (1989). *Women's experiences of changes in self-esteem following participation in psychodrama a phenomenological investigation*. Unpublished doctoral dissertation, Union institute [On-line]. Available: www.myunion.edu
- Parish, T. S., & Dostal, J. W. (1980). Evaluations of self and parent figures by children from intact, divorced and reconstituted families. *Journal of Youth and Adolescence*, 9(4), 347-351.
- Parish, T. S., & Philip, M. K. (1982). The self-concepts of children from Intact and divorced families: Can they be affected in school settings? *Education*, 103(1), 60-63.
- Parish, T. S., & Wigle, S. E. (1985). A longitudinal study of the impact of parental divorce on adolescent's evaluations of self and parents. *Adolescence*, 20, 239- 244.
- Riley, S. (1999). *Contemporary art therapy with adolescents*. London: Jessica Kingsley.

- Singal, S. (2003). *The efficacy of psychodrama in the treatment of oppositional and defiant adolescent*. Unpublished doctoral dissertation, McGill University, Montreal.
- Tolbert, Y. R. (2006). *Interweaving art therapy and dialectical behaviour therapy for group with adolescent*. Unpublished master thesis, Ursulin College, Ohio
- Wallerstein, J. S. (1989). Children after divorce: Wound that don't heal. New York times magazine, 39-49.
- Wood, H. (2004). *Art therapy group for adolescents enrolled in alternative education*. Unpublished doctoral dissertation, California state university, Losangeles [On-line]. Available: www.ucla.edu.