

اثربخشی قصه‌گویی بر اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان پسر دبستانی *

The effectiveness of storytelling on the social anxiety in male elementary school students

Mona Baghbani Nader

M.A. Master in Family Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.

Mahin Noroozi Dashtaki*

M.A. Master in Family Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.

noroozimahin@yahoo.com

Moslem Shabani

M.A. Master in Educational Management, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.

Dr. Hajar Fallahzadeh

Associate Professor in Health and Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.

مونا باغبانی نادر

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

مهین نوروزی دشتکی (نویسنده مسئول)

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

مسلم شعبانی

کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

دکتر هاجر فلاح زاده

استادیارگروه روان شناسی بالینی و سلامت، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

Abstract

Social anxiety disorder is one of the most common anxiety disorders in childhood. This research has been conducted with the aim of investigating the effectiveness of storytelling on social anxiety in male elementary school students with the action research approach. The present study was a semi-experimental study with the pretest-posttest and a control group. The statistical population of the present study consisted of all male students in the primary school of Jafarabad district of Qom province in the academic year of 2018-2019. 18 students were selected as the sample using the purposeful sampling method and randomly assigned to two experimental and control groups. Then students in the experimental groups participated in 6 one-hour sessions of group intervention, whereas those in the control group received no intervention. data were collected using the Liebowitz Social Anxiety Scale for Children and Adolescents (LSAS-CA). The results of the one-way analysis of covariance (ANCOVA) showed that storytelling improves social anxiety in male elementary school students ($P > 0/05$). The study findings suggest that storytelling was effective in decreasing the social anxiety in male elementary school students and, therefore, it can be used as a psychological intervention.

چکیده

یکی از شایع‌ترین اختلالات اضطرابی دوران کودکی، اختلال اضطراب اجتماعی است. این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی قصه‌گویی بر اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان پسر دبستانی با رویکرد اقدام‌پژوهی انجام شد. این پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانش‌آموزان پسر در مقطع ابتدایی بخش جعفرآباد استان قم در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ تشکیل می‌داد. ۱۸ دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری هدفمند به‌عنوان نمونه انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. سپس جلسات آموزشی برای افراد گروه آزمایش به‌صورت گروهی در ۶ جلسه یک‌ساعته اجرا گردید و گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. ابزار اندازه‌گیری پژوهش، مقیاس اضطراب اجتماعی لایبویتز برای کودکان و نوجوانان (LSAS-CA) بود. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیری (ANCOVA) نشان داد که قصه‌گویی، اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان پسر دبستانی را بهبود می‌بخشد ($P > 0/05$). این مطالعه نشان داد که قصه‌گویی بر کاهش اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان پسر دبستانی اثربخش بوده و می‌توان از آن به‌عنوان یک مداخله مؤثر استفاده کرد.

واژه‌های کلیدی: اضطراب اجتماعی، قصه‌گویی، دانش‌آموزان.

Keywords: Social Anxiety, Storytelling, Students

ویرایش نهایی: آذر ۹۹

پذیرش: تیر ۹۹

دریافت: خرداد ۹۹

نوع مقاله: پژوهشی

* این مقاله برگرفته از طرح اقدام پژوهی انجام شده در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ استان قم است که رتبه سوم استانی را کسب کرده است.

مقدمه

اضطراب اجتماعی^۱ که به‌عنوان هراس اجتماعی^۲ نیز شناخته می‌شود، یک اختلال روانی مزمن است که از دوران کودکی و نوجوانی شروع و با ترس بیش‌ازحد از محیط‌های اجتماعی و ارزیابی منفی دیگران مشخص می‌شود (هایمبرگ^۳ و همکاران، ۲۰۱۴). این افراد از موقعیت‌های اجتماعی دوری کرده یا با ترس و اضطراب شدید، شرایط سخت را تحمل می‌کنند (انجمن روان‌پزشکی آمریکا^۴، ۲۰۱۳). اختلال اضطراب اجتماعی شایع‌ترین اختلال اضطرابی و سومین اختلال روانی است؛ به‌گونه‌ای که تخمین زده می‌شود بین ۵ تا ۱۳ درصد از جمعیت این مشکل را دارند (اسچیمنتی و بیفولکو^۵، ۲۰۱۵؛ کوروز، مارتین و دینیز^۶، ۲۰۱۷). افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی در مقایسه با دیگران بیشتر در معرض خطر ابتلا به سایر بیماری‌های روانی هستند. سایر اختلالات اضطرابی از جمله هراس خاص^۷ و اختلال اضطراب جدایی^۸ از جمله شایع‌ترین اختلالات همبسته با اختلال اضطراب اجتماعی هستند (کانالز^۹ و همکاران، ۲۰۱۹). افراد دارای اضطراب اجتماعی در روابط بین فردی (تعاملات خانوادگی و اجتماعی)، دچار مشکل هستند، عزت‌نفس و عملکرد تحصیلی پایینی دارند، ترک تحصیل می‌کنند و در فرایندهای ادراک، حافظه و تفکر اختلال دارند. این افراد در مقایسه با همسالان خود زودتر به سوء‌مصرف و وابستگی به مواد و الکل روی می‌آورند (استانیسلو و برسن^{۱۰}، ۲۰۱۶). شیوع و شدت آسیب‌های ناشی از اضطراب اجتماعی در کودکان بر لزوم یافتن روش‌هایی جهت مداخله‌های درمانی تأکید می‌کند.

متخصصان بهداشت روانی برای پیشگیری از مشکلات روانی-اجتماعی، برنامه‌های مختلفی را طراحی و اجرا کردند. این راهبردهای پیشگیرانه به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند: راهبردهای متمرکز بر محیط و راهبردهای متمرکز بر فرد. در راهبردهای متمرکز بر محیط سعی می‌شود که با ایجاد تغییراتی در قوانین، هنجارها، رفع تبعیض و ایجاد فضای مثبت، از بروز مشکلات اجتماعی جلوگیری شود. در مقابل راهبردهای متمرکز بر فرد تلاش می‌شود به‌واسطه افزایش توانایی‌های مقابله‌ای افراد ظرفیت آنان را جهت مقابله با ناسازگاری‌ها، چالش‌ها و ناملازمات زندگی روزمره ارتقا دهند و افراد را در برابر مشکلات مصون‌سازی نمایند (شاه‌حسینی‌نیا، کلانتر هرمزی و فرح‌بخش، ۱۳۹۴). قصه‌ها ابزاری مناسب برای رشد شناختی و اجتماعی کودکان و از بهترین روش‌های مشاوره در کودکان است؛ زیرا آن‌ها را قادر می‌سازد تا با احساسات، هیجان‌ها و افکاری که نمی‌توانند بیان کنند، روبه‌رو شوند (دوستی، پویامنش، فتحی اقدام و جعفری، ۲۰۱۷). ایجاد تغییر در عملکردهای روان‌شناختی کودکان به‌صورت مستقیم کار آسانی نیست؛ درحالی‌که قصه‌گویی به‌صورت غیرمستقیم این عمل را امکان‌پذیر می‌سازد. کودکان علاقه زیادی به داستان و داستان‌گویی دارند و تحت تأثیر آن‌ها قرار می‌گیرند و می‌توان از آن به‌عنوان یک تکنیک تربیتی و درمانی استفاده کرد. داستان‌ها به کودکان می‌آموزد که چگونه نسبت به افکار و احساسات خود، آگاهی بیشتری پیدا کنند، با مشکلات کنار بیایند، آن‌ها را حل کنند و در گروه‌های مختلف اجتماعی و سنی رفتار کنند؛ لذا قصه‌ها می‌توانند با آموزش‌های اجتماعی، عاطفی و اخلاقی، بر مقررات، هنجارها و دستورالعمل‌های زندگی کودکان تأثیر بگذارند (عبادی‌نژاد، برزگری و می‌رسیدی، ۱۳۹۸؛ قاسمیان، ۲۰۱۹).

مطالعات مختلفی در زمینه اثربخشی قصه‌درمانی و قصه‌گویی بر کاهش اختلالات روان‌شناختی از جمله اضطراب دانش‌آموزان دختر دبستانی (شهبازی‌زاده و خواجه ایمنیان، ۱۳۹۷؛ فاضلی، ۱۳۹۷)، اضطراب جدایی کودکان پیش‌دبستانی (دوستی و همکاران، ۲۰۱۷) و مبتلا به بیماری‌های مزمن (شفیعی، سوسنی غریب‌وند و همتی‌پور، ۲۰۱۸)، اضطراب و هراس کودکان کم‌توان ذهنی (دبیریان و حیدری شرف، ۱۳۹۸)، اضطراب عمومی کودکان پیش‌دبستانی (عبادی‌نژاد، برزگری اسفدن و می‌رسیدی، ۱۳۹۸)، اضطراب فیزیولوژیک، نگرانی و اضطراب اجتماعی کودکان بستری (باتی، واپونی و اسلایلی^{۱۱}، ۲۰۱۷؛ حکیم و همکاران، ۱۳۹۶؛ زارعی و همکاران، ۱۳۹۲)، اضطراب و مشکلات رفتاری کودکان تحت عمل جراحی (سخت‌پور و همکاران، ۲۰۱۹) و اضطراب و افسردگی کودکان مبتلا به سرطان (شجاعی و همکاران،

1 - Social anxiety

2 - social phobia

3 - Heimberg

4 - American Psychiatric Association (APA)

5 - Schimmenti & Bifulco

6 - Cruz, Martins & Diniz

7 - specific phobias

8 - Separation anxiety disorder

9 - Canals

10 - Estanislau & Bressan

11 - Yati, Wahyuni & Islaeli

۱۳۹۸) انجام شده است. افزون بر این روان و اسفندیاری (۲۰۱۶) در تحقیقی نشان دادند که روایت‌درمانی در کاهش اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان مؤثر است. بهمنی و برزگر (۱۳۹۶) در پژوهش خود نشان دادند که قصه‌درمانی سبب کاهش پرخاشگری و افزایش مهارت اجتماعی در کودکان پیش‌دبستانی می‌گردد. خسروی (۱۳۹۷) نیز در تحقیقی نشان داد که قصه‌درمانی بر روی ترس از فضای باز، اضطراب جدایی، ترس از آسیب بدنی، ترس اجتماعی، وسواس فکری- عملی و اضطراب فراگیر می‌تواند مؤثر باشد. همچنین رحیمی، ارائی و زارع (۱۳۹۸) نشان دادند که کتاب‌درمانی تحولی سبب بهبود مهارت‌های اجتماعی و کاهش مشکلات رفتاری در کودکان دبستانی می‌شود. اصغری، اخوان و قاسمی جوبنه (۱۳۹۷) نیز در پژوهش خود اثربخشی قصه‌گویی را بر مهارت اجتماعی کودکان مبتلا به نشانگان داون نشان دادند. بئودوین، مورش و اوار^۱ (۲۰۱۶) در پژوهش خود نشان دادند که قصه‌درمانی سبب بهبود مهارت‌های اجتماعی و هیجانی در کودکان ۸ تا ۱۰ ساله می‌شود. همچنین قصه‌های اجتماعی سبب افزایش مهارت‌های اجتماعی در کودکان مبتلا به اوتسم می‌شود (گلزاری، همتی علمداری و مرادی، ۲۰۱۵).

با توجه به آنچه گفته شد، پژوهشگران این مقاله بر آن شدند پژوهشی را با هدف بررسی تأثیر قصه‌گویی بر اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان پسر دبستانی با رویکرد اقدام پژوهی (پژوهش در عمل^۲) انجام دهند. استفاده از رویکرد اقدام پژوهی نه تنها راهکاری بسیار سودمند، بهینه، کم‌خطر و کم‌هزینه است، بلکه قابلیت اجرایی بالایی نیز دارد که می‌تواند کودکان در سنین و پایه‌های مختلف را پوشش دهد. بر این اساس فرضیه این پژوهش به این صورت تدوین شد که قصه‌گویی بر کاهش اختلال اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان پسر دبستانی مؤثر است.

روش

پژوهش حاضر از نوع کاربردی و نیمه آزمایشی است که طی آن متغیر آزمایشی (قصه‌گویی) بر متغیر وابسته (اضطراب اجتماعی) در قالب طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بررسی شده و به شیوه‌ی اقدام پژوهشی انجام شده است. اقدام پژوهی یکی از روش‌های پژوهش مخصوصاً در پژوهش‌های کیفی به شمار می‌رود (ساروخانی، ۱۳۸۵). مفهوم اقدام پژوهی تأکید اساسی بر نقش سازنده معلمان در اجرای برنامه‌های درسی و اقدام مناسب وی در زمان مواجه شدن با موقعیت‌های ناگهانی با توجه به محدودیت‌های موجود دارد (ریتاهاگویک، مهمت‌آیدینیز و گلنلان‌راول^۳، ۲۰۱۲). جامعه آماری این پژوهش همه دانش‌آموزان دبستانی بخش جعفرآباد استان قم است که در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ مشغول به تحصیل بوده‌اند. جهت نمونه‌گیری از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. بدین‌صورت که از بین دانش‌آموزان مدرسه مهدیه کسانی که ملاک‌های ورود به پژوهش (واجد ملاک اضطراب اجتماعی بر اساس پرسشنامه مورد استفاده، عدم دریافت هم‌زمان درمان‌های دارویی و روانی مرتبط با اضطراب اجتماعی، تأیید وجود علائم توسط معلمان دانش‌آموزان، رضایت والدین و حضور منظم در جلسات) را دارا بودند، تعداد ۱۸ نفر انتخاب و به‌صورت گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۹ نفر در گروه آزمایش و ۹ نفر در گروه گواه). سپس گروه آزمایش شش جلسه ۶۰ دقیقه‌ای (هر هفته یک جلسه) قصه‌گویی را دریافت نمود (هر جلسه دو قصه). درحالی‌که گروه گواه در طول فرایند پژوهش از دریافت این مداخله آموزشی بی‌بهره بود. داستان‌ها و فعالیت‌های مورد اجرا در این برنامه از مجموعه «داستان‌های فکری^۴» فلیپ کم^۵ (۱۹۹۳)، ترجمه شهرتاش و ابراهیمی (۱۳۸۹) که دارای مضمون‌های فلسفی، اخلاقی و اجتماعی هستند و «داستان‌های اجتماعی^۶» نوشته جان لینگ^۷ (۲۰۰۹)، ترجمه سعید صادقی (۱۳۹۵) استفاده گردید. داستان‌های مورد استفاده شامل داستان گابریل، می‌خوام یکی با من بازی کنه؛ داستان لیندا و کلارا، من میتونم بیشتر از یه دوست داشته باشم؛ داستان چاقو، پیدا کردن یک دوست؛ داستان لانه پرنده، شبی در خانه کسی خوابیدن، وقتی اشتباه می‌کنم، عصبانی میشم؛ داستان دعوا، وقتی چیزی رو نمی‌فهمم نگران میشم، بود. به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها، از روش تحلیل کوواریانس یک‌راهه استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

1- Beaudoin, Moersch & Evare

2- Action research approach

3- Rita Hagevik, Mehmet Aydeniz, Glennon Rowell

4- Thought stories

5- Philip Cam

6- Social stories

7- John Ling

The effectiveness of storytelling on the social anxiety in male elementary school students

ابزار سنجش

مقیاس اضطراب اجتماعی لایبویتز برای کودکان و نوجوانان^۱: این مقیاس توسط ماسیا-وارنر و همکاران^۲ ساخته شد و در سال ۲۰۰۳ هنجاریابی شد. این مقیاس دارای ۴۸ ماده است که برای سنین ۷ تا ۱۸ سال به صورت خودگزارشی و یا مصاحبه قابل استفاده است. مقیاس اضطراب اجتماعی لایبویتز برای کودکان و نوجوانان دارای چهار خرده‌آزمون اضطراب عملکردی، اجتناب عملکردی، اجتناب اجتماعی و اضطراب اجتماعی است. سوالات این پرسشنامه بر اساس مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت با عناوین هیچ، کم، متوسط و شدید و همین‌طور هرگز، گاهی اوقات، بیشتر اوقات و به ترتیب از ۰ تا ۳ نمره‌گذاری می‌شود. پایایی این مقیاس از طریق همسانی درونی توسط سازندگان ۰/۹۰ تا ۰/۹۷ و پایایی باز آزمایی آن ۰/۸۹-۰/۹۴ گزارش شده است (ماسیا-وارنر و همکاران، ۲۰۰۳). هنجاریابی این مقیاس در نمونه ایرانی توسط دادستان، اناری و صدق‌پور (۱۳۸۶) انجام شده است و پایایی از طریق همسانی درونی و باز آزمایی به ترتیب برابر با ۰/۹۳ و ۰/۸۷ گزارش شده است.

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون-پس‌آزمون متغیرهای پژوهش دو گروه آزمایش و کنترل در جدول ۱ ارائه شده است. همچنین در این جدول نتایج آزمون پاپیرو-ویلکز برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها در گروه‌ها گزارش شده است. با توجه به این جدول نتایج آزمون شاپیرو-ویلکز برای تمامی متغیرها معنی‌دار نیست؛ لذا می‌توان نتیجه گرفت که توزیع این متغیرها نرمال است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی نمرات پیش‌آزمون-پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل (n=۱۸)

متغیر	وضعیت	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	شاپیرو-ویلکز	p
اضطراب عملکردی	پیش‌آزمون	آزمایش	۲۱/۲۲	۶/۱۸	۰/۹۱	۰/۳۷
	پس‌آزمون	کنترل	۲۶/۵۶	۷/۰۵	۰/۹۵	۰/۷۰
اجتناب عملکردی	پیش‌آزمون	آزمایش	۱۷/۹۴	۶/۱۵	۰/۸۷	۰/۱۵
	پس‌آزمون	کنترل	۲۵/۱۱	۶/۴۵	۰/۹۷	۰/۹۱
اضطراب اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۲۰/۶۷	۴/۲۷	۰/۹۶	۰/۸۶
	پس‌آزمون	کنترل	۲۱/۵۶	۵/۷۲	۰/۹۶	۰/۸۳
اجتناب اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۱۷/۶۷	۴/۲۱	۰/۹۴	۰/۵۷
	پس‌آزمون	کنترل	۲۰/۹۳	۵/۷۰	۰/۹۷	۰/۸۹
نمره کل اضطراب اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۱۸/۱۱	۳/۸۲	۰/۹۶	۰/۸۳
	پس‌آزمون	کنترل	۱۹/۳۳	۴/۰۹	۰/۹۷	۰/۹۳
اجتناب اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۱۵/۷۸	۳/۳۸	۰/۹۳	۰/۴۹
	پس‌آزمون	کنترل	۱۸/۴۱	۴/۵۱	۰/۹۴	۰/۶۶
نمره کل اضطراب اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۲۲/۱۱	۴/۲۸	۰/۹۷	۰/۹۱
	پس‌آزمون	کنترل	۲۴/۳۳	۶/۷۸	۰/۹۵	۰/۶۸
اجتناب اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۲۰/۰۴	۳/۹۱	۰/۹۹	۰/۹۹
	پس‌آزمون	کنترل	۲۳/۳۶	۶/۴۸	۰/۹۳	۰/۵۲
نمره کل اضطراب اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۸۲/۱۱	۹/۷۲	۰/۹۳	۰/۴۸
	پس‌آزمون	کنترل	۹۱/۷۸	۱۵	۰/۹۰	۰/۲۵
اجتناب اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۴۳/۷۱	۸/۵۰	۰/۹۲	۰/۴۵
	پس‌آزمون	کنترل	۸۱/۸۷	۱۸/۷۷	۰/۹۰	۰/۳۰

^۱ - Liebowitz Social Anxiety Scale for children and adolescents (LSAS-CA)

^۲ - Masia-Warner, Klein & Liebowitz

برای بررسی تأثیر قصه‌گویی بر اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان پسر دبستانی از تحلیل کوواریانس یک‌راهه استفاده شد. نتایج آزمون بررسی همگنی شیب رگرسیون پیش‌آزمون و پس‌آزمون مؤلفه‌های اضطراب عملکردی ($F=1/47, P\leq 0/24$)، اجتناب عملکردی اجتماعی ($F=0/01, P\leq 0/92$)، اضطراب اجتماعی ($F=4/23, P\leq 0/059$) و اجتناب اجتماعی ($F=1/43, P\leq 0/25$) و نمره کلی اضطراب اجتماعی ($F=2/02, P\leq 0/17$) نشان داد که شیب رگرسیون در هر دو گروه برابر است. نتایج آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس متغیرهای وابسته در گروه‌ها نشان داد که واریانس مؤلفه‌های اضطراب عملکردی ($F=0/30, P\leq 0/58$)، اجتناب عملکردی ($F=0/01, P\leq 0/92$)، اضطراب اجتماعی ($F=0/06, P\leq 0/80$) و اجتناب اجتماعی ($F=0/02, P\leq 0/96$) در گروه‌ها برابر است. در جدول ۲ نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری برای بررسی تفاوت گروه آزمایش و کنترل در پیش‌آزمون با پس‌آزمون متغیر اضطراب اجتماعی و مؤلفه‌های آن گزارش شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون کوواریانس برای تعیین تأثیر قصه‌گویی بر اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان

متغیر	شاخص‌های آماری	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	P	اندازه اثر
اضطراب عملکردی	پیش‌آزمون	۵۸۵/۴۶۸	۱	۵۸۵/۴۶۸	۷۱۶/۱۶۱	۰/۰۰۰	۰/۹۸
	گروه‌ها	۱۳/۷۲۲	۱	۱۳/۷۲۲	۱۶/۷۸۵	۰/۰۰۱	۰/۶۰
	خطا	۹/۸۱۰	۱۲	۰/۸۱۸			
	مجموع	۹۲۰۹/۲۵۰	۱۸				
اجتناب عملکردی	پیش‌آزمون	۳۵۴/۴۹۲	۱	۳۵۴/۴۹۲	۱۵۲/۲۹۷	۰/۰۰۰	۰/۹۲
	گروه‌ها	۱۷/۰۶۱	۱	۱۷/۰۶۱	۷/۳۳۰	۰/۰۱۹	۰/۴۷
	خطا	۲۷/۹۳۲	۱۲	۲/۳۲۸			
	مجموع	۷۱۵۴/۷۶۰	۱۸				
اضطراب اجتماعی	پیش‌آزمون	۷۶/۹۹۲	۱	۷۶/۹۹۲	۸۲/۹۱۳	۰/۰۰۰	۰/۹۴
	گروه‌ها	۴/۸۶۱	۱	۴/۸۶۱	۵/۲۳۵	۰/۰۴۱	۰/۳۹
	خطا	۱۱/۱۴۳	۱۲	۰/۹۲۹			
	مجموع	۵۵۴۶/۰۵۰	۱۸				
اجتناب اجتماعی	پیش‌آزمون	۱۲۲/۷۰۱	۱	۱۲۲/۷۰۱	۱۰۶/۴۴۶	۰/۰۰۰	۰/۹۶
	گروه‌ها	۸/۲۶۹	۱	۸/۲۶۹	۷/۱۹۷	۰/۰۲۰	۰/۲۴
	خطا	۱۳/۸۳۳	۱۲	۱/۱۵۳			
	مجموع	۹۰۲۲/۲۰۰	۱۸				
نمره کل اضطراب اجتماعی	پیش‌آزمون	۲۴۴۲/۴۷۸	۱	۲۴۴۲/۴۷۸	۲۸۸/۰۹۴	۰/۰۰۰	۰/۹۵
	گروه‌ها	۱۸۵/۷۵۳	۱	۱۸۵/۷۵۳	۲۱/۹۱۰	۰/۰۰۰	۰/۵۹
	خطا	۱۲۷/۱۷۱	۱۵	۸/۴۷۸			
	مجموع	۱۱۷۸۹۱/۲۶۰	۱۸				

با توجه به نتایج جدول ۲، با حذف متغیر پیش‌آزمون و با توجه به ضریب F محاسبه‌شده، مشاهده می‌شود که بین میانگین‌های تعدیل‌شده نمرات خرده مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی شرکت‌کنندگان برحسب عضویت گروهی «آزمایش و کنترل» در مرحله پس‌آزمون تفاوت معناداری مشاهده می‌شود ($P > 0/05$). با توجه به این یافته می‌توان گفت که قصه‌گویی موجب بهبود اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان پسر دبستانی شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به بررسی اثربخشی قصه‌گویی بر کاهش اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان پسر دبستانی پرداخته بود. نتایج تحلیل آماری نشان می‌دهد که فرضیه اصلی پژوهش مبنی بر این‌که قصه‌گویی در کاهش اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان پسر دبستانی مؤثر است، تأیید شد. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های زارعی و همکاران (۱۳۹۲)، بهمنی و برزگر (۱۳۹۶)، خسروی (۱۳۹۷)، رحیمی و همکاران (۱۳۹۸)، حکیم و همکاران (۲۰۱۸)، دوستی و همکاران (۲۰۱۷)، یاتی و همکاران (۲۰۱۷)، یوسفی لویه و همکاران (۲۰۱۶)، بئودوین و همکاران (۲۰۱۶)، روان و اسفندیاری (۲۰۱۶) و گلزاری و همکاران (۲۰۱۵) همخوانی دارد.

در سال‌های اخیر، قصه‌درمانی به‌عنوان یکی از روش‌های روان‌درمانی روان‌پویشی دارای جایگاه خاصی شده است که یکی از راه‌های مشاوره برای ورود به دنیای درونی کودک به شمار می‌رود و باعث هیجان‌ات مثبت در آنان می‌شود. قصه‌گویی یک روش مناسب جهت برقراری ارتباط با کودک و انتقال مفاهیم محسوب می‌شود و آموزش مهارت‌های مختلفی همچون مهارت‌های اجتماعی که به‌صورت ضمنی در داستان انتقال می‌یابد، به روش قصه‌درمانی تسهیل می‌شود (فیچ، ۲۰۱۷؛ ایزابل، سوبل، لیندار، لارنس، ۲۰۰۴). درواقع می‌توان گفت که ترس اجتماعی کودکان هم‌ریشه در اضطراب آن‌ها دارد و هم این کودکان در مهارت‌های دوست‌یابی و چگونگی برقراری ارتباط با همسالان خود نیز دچار مشکل هستند و یا به‌گونه‌ای نادرست با آنان رابطه برقرار می‌کنند و به همین دلیل، برقراری ارتباط آنان با پاسخ‌های مثبت همراه نمی‌شود و ممکن است از محیط‌های دیگر اجتماعی نیز طرد شده، کم‌کم در رابطه با توانایی‌های خود دچار تردید شوند و به‌جای ارتباط صحیح، عدم ارتباط را انتخاب کنند (شهابی‌زاده و خواجه‌ایمنیان، ۱۳۹۷). قصه‌گویی ابزاری حساس برای فهم افکار کودکان، شناسایی گرایش‌های آنان و کمک به آن‌ها برای درک دقیق‌تر جهان پیرامون خود است و همچنین به افزایش خودآگاهی و بهبود روابط بین‌فردی کودکان کمک می‌کند (آجورلو، ایرانی و اکبری دهکردی، ۱۳۹۵). رویکردهای قصه‌درمانی نوع خاصی از گفت‌وگو است که تصورات و باورهای نادرست کودکان از توانمندی‌هایشان اصلاح می‌شود، تصورات مثبتی از توانمندی‌ها را تجربه خواهند کرد و برای تغییر جرات‌مند می‌شوند که در نهایت بهتر می‌توانند مشکلاتش را خود مدیریت کنند. به عبارتی کودک از طریق گوش دادن به قصه‌ها به ارزیابی و تحلیل رفتارها و تصورات خود می‌پردازد و با الهام از شخصیت‌های موجود در قصه به اصلاح رفتارهای خود دست‌زده و موفق به کسب خودآگاهی و کسب بینش تازه نسبت به مسائل درونی خود می‌شود؛ سپس این همانندسازی را به زندگی خود فرافکن می‌کند تا از این طریق در باورها، افکار و هیجان‌ات شخصیت داستان سهیم شود و به‌طور غیرمستقیم بر مسائل هیجانی و شناختی خود کار کند. درنهایت اگر کودک ارتباط بین موضوع قصه و موضوع زندگی خود را درک کند، می‌تواند مستقیماً درباره مسائل خود بیندیشد و برای آن‌ها راه‌حلی بیابد (گلدارد و گلدارد، ۱۳۹۷). کودکان در قصه‌گویی می‌توانند شخصیت‌ها را در محتوای داستان‌ها شناسایی و الگوسازی کنند و حل مسئله مناسب را بیاموزند و همچنین می‌توانند احساسات خود را بفهمند و بپذیرند. کودکان در حین گفت‌وگو در مورد مشکلات و نگرانی‌شان به توانایی‌ها و راه‌حل‌های مختلف می‌نگرند و در طولانی‌مدت می‌آموزند که با استفاده از راه‌حل‌های خود بر مشکلاتشان غلبه کنند. از طریق قصه کودکان متوجه عمومی بودن مشکلات می‌شوند و بدین طریق کودکان در محیطی امن با قهرمان داستان همانندسازی می‌کنند و هیجان‌ات منفی فروخورده خود را تخلیه می‌کنند و درگیری‌های درونی‌شان را برونی می‌کنند. در نتیجه کودکان با کاهش احساس تنهایی و انزوا و افزایش سطح خودآگاهی، جرات بیشتری جهت غلبه بر مشکلاتشان پیدا می‌کنند (فارلانگر، ۱۹۹۹). درواقع قصه‌پردازی گروهی فرصتی برای کودکان ایجاد می‌نماید تا در فضایی خیالی، امن و بدون محدودیت به جستجوی نحوه برخورد با مسائل و انتخاب راه‌حل درست بپردازند. کودکان به‌واسطه قصه‌گویی، می‌توانند شخصیت اصلی داستان را ببینند که چگونه با مشکل پیش رو مبارزه می‌کند؛ به جستجوی گزینه‌های مختلف می‌پردازد؛ و به راه‌حل‌های مؤثر دست می‌یابد. بدین ترتیب طی فرایند یادگیری مشاهده‌ای و شرطی‌سازی جانشینی، با الگو قرار دادن قهرمان داستان، رفتار جدید را می‌آموزند (فاضلی، ۱۳۹۷).

در نتیجه قصه‌گویی به‌عنوان یک روش غیردارویی، نوین، آسان، قابل دسترس، موردعلاقه کودکان و مناسب برای کاهش اضطراب اجتماعی کودکان است؛ از طریق آن می‌آموزند راهبرهای مقابله با مشکلات بین‌فردی کدام است، مهارت ابراز وجود به شیوه سازنده و مفید را کسب نموده و توانایی خودمهارگری‌شان در موقعیت‌های مختلف نیز افزایش می‌یابد. بنابراین می‌توان به‌مثابه یک فن اثربخش همراه با

1 - Fitch

2 - Isbell, Sobol, Lindauer, Lowrance

3 - Geldard and Geldard

4 - Furlonger

سایر درمان‌های روان‌شناختی برای کاهش اضطراب اجتماعی کودکان از آن استفاده کرد که سبب کاهش رفتارهای درونی شده و بهبود کیفیت تعاملات کودک با خانواده، محیط و اجتماع می‌شود.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی روبه‌رو بوده است، از جمله می‌توان به مواردی اشاره کرد که امکان تعمیم‌پذیری به سایر کودکان در رده‌های سنی مختلف را محدود کرده است؛ از جمله عدم وجود پیگیری به علت محدودیت زمانی، محدودیت در نمونه‌گیری، تفاوت در هوش، طبقه اجتماعی، سبک دلبستگی و اضطراب والدین. با توجه به اثر قصه‌گویی بر اضطراب اجتماعی کودکان، به پژوهشگران بعدی پیشنهاد می‌شود اثربخشی قصه‌گویی را بر گروه‌های سنین مختلف دختران و پسران تکرار و همچنین با توجه به نتایج این پژوهش، هم‌زمان با قصه‌گویی برای کودکان، مداخله‌ی آموزشی نیز برای والدین صورت بگیرد تا هماهنگی بازخوردهای محیط درمان و خانه افزایش یابد.

منابع

- آجورلو، م.، ایرانی، ز.، و علی‌اکبری دهکردی، م. (۱۳۹۵). تأثیر قصه درمانی بر کاهش اضطراب و بهبود عادات خواب کودکان مبتلا به سرطان تحت شیمی‌درمانی. *فصلنامه روان‌شناسی سلامت*، ۵ (۱۸)، ۸۷-۱۰۷.
- بهمنی، پ.، و برزگر، م. (۱۳۹۶). اثربخشی قصه درمانی بر کاهش پرخاشگری و افزایش مهارت‌های اجتماعی در کودکان پیش‌دبستانی. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۸ (۳۰)، ۲۱۸-۲۰۵.
- خسروی، س. (۱۳۹۷). اثربخشی قصه درمانی بر ارتقاء تاب‌آوری هیجانی و کاهش اضطراب کودکان. *سومین کنفرانس ملی تازه‌های روانشناسی*، اصفهان، دبیرخانه دائمی کنفرانس با حمایت انجمن‌ها و گروه‌های آموزشی دانشگاه‌های کشور.
- حکیم، ا.، شفیع، س.، م.، بساک نژاد، س.، و حقیقی زاده، م. ح. (۱۳۹۷). تأثیر قصه‌گویی بر اضطراب کودکان ۴-۷ سال بستری‌شده در بیمارستان: مطالعه کار آزمایی بالینی. *مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان*، ۲۶ (۳)، ۱۶۴-۱۵۵.
- دادستان، پ.، اناری، آ.، صالح صدق‌پور، ب. (۱۳۸۶). اختلال اضطراب اجتماعی و نمایش درمانگری. *فصلنامه روانشناسان ایرانی*، ۴ (۱۴)، ۱۲۳-۱۱۵.
- دبیریان، م.، حیدری شرف، پ. (۱۳۹۸). اثربخشی قصه درمانی بر کاهش میزان اضطراب و بهبود هراس اجتماعی کودکان کم‌توان ذهنی شهر کرمانشاه. *راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی*، ۱ (۴)، ۱۱-۱.
- رحیمی، م.، آرائی، م.، و زارع، م. (۱۳۹۸). اثربخشی کتاب‌درمانی تحولی بر مهارت اجتماعی و مشکلات رفتاری. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، ۱۱ (۱)، ۱۶۲-۱۴۶.
- زارعی، خ.، پرند مطلق، ز.، سید فاطمی، ن.، خوشبخت، ف.، حقانی، ح.، زارعی، م. (۱۳۹۲). تأثیر قصه‌گویی بر اضطراب فیزیولوژیک، نگرانی و اضطراب اجتماعی کودکان سن مدرسه بستری در بیمارستان. *فصلنامه پرستاری داخلی-جراحی*، ۲ (۴)، ۱۲۱-۱۱۵.
- ساروخانی، ب. (۱۳۸۵). روش تحقیق در علوم اجتماعی. *تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی*، چاپ ۱۱. شاه‌حسینی نیا، ع. ر.، کلانتر هرمزی، آ.، و فرحبخش، ک. (۱۳۹۴). تأثیر آموزش همدلی از طریق قصه‌گویی بر کاهش نشانه‌های اختلال نافرمانی مقابله‌ای کودکان. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۴ (۵۶)، ۸۸-۶۸.
- شجاعی، ز.، گل پرور، م.، آقای، ا.، و بردبار، م. ر. (۱۳۹۷). مقایسه اثربخشی گروهی قصه درمانی و هنر-بازی درمانی بر اضطراب و افسردگی کودکان مبتلا به سرطان: با تکیه بر چهارچوب، اصول و قواعد رویکرد شناختی-رفتاری. *نشریه پژوهش توان‌بخشی در پرستاری*، ۶ (۱)، ۵۹-۵۰.
- شهبازی زاده، ف.، و خواجه ایمنیان، ف. (۱۳۹۷). اثربخشی قصه درمانی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری بر اضطراب دانش آموزان دختر دبستانی. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۹ (۱)، ۷۰-۸۰.
- عبادی نژاد، ز.، برزگری اسفدن، ز.، و می‌رسیدی، س. ح. ا. (۱۳۹۸). اثربخشی قصه‌گویی به شیوه بحث گروهی بر اضطراب عمومی کودکان پیش‌دبستانی. *نشریه پرستاری کودکان*، ۵ (۳)، ۷۳-۶۷.
- فاضلی، ع. (۱۳۹۷). اثربخشی قصه درمانی بر پرخاشگری و اضطراب دانش آموزان دختر دبستانی. *فصلنامه علمی-پژوهشی علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شوشتر*، ۱۲ (۴)، ۲۴۶-۲۲۷.
- کم، ف. (۱۹۹۳). داستان‌های فکری. ترجمه فرزانه شهرتاش و مژگان رشتچی (۱۳۸۹). تهران: نشر شهرتاش.
- گلدارد، ک.، و گلدارد، د. (۱۳۹۷). *راهنمای عملی مشاوره با کودکان*. ترجمه پیاپی، مینو. تهران: رشد.
- لینگ، ج. (۲۰۰۹). داستان‌های اجتماعی (برای آموزش مهارت‌های اجتماعی، ارتباطی و خود مراقبتی به کودکان طیف اتیسم و اختلالات وابسته. ترجمه سعید صادقی (۱۳۹۵). تهران: انتشارات آوی نور.

Beaudoin, M., Moersch, M., & Evare. B. (2016). The Effectiveness of Narrative Therapy With Children's Social and Emotional Skill Development: An Empirical Study of 813 Problem-Solving Stories. *Journal of Systemic Therapies*, 3, 42-59.

The effectiveness of storytelling on the social anxiety in male elementary school students

- Ebadinejad, Z., Dashtgard, A., & Mirsaydy, H. (2019). Effectiveness of storytelling in group discussion on anxiety of preschool children. *Journal of Parenteral and Enteral Nutrition*, 5 (3), 68-73.
- Estanislau, G.M., & Bressan, R.A. (2016). Saúde Mental na Escola: o que os educadores devem saber. São Paulo :Bragança Paulista, 21 (2), 423-425.
- Golzari, F., Hemati Alamdarloo, G., & Moradi, S. (2015). The Effect of a Social Stories Intervention on the Social Skills of Male Students With Autism Spectrum Disorder. *SAGE*, 5 (4):1-8.
- Fitch, P. (2017). we all have a story. *The Canadian Journal of Hospital Pharmacy*, 70 (2), 164.
- Furlonger, B.F. (1999). Narrativetherapy and children with hearing impairments. *Am Ann American Annals of the Deaf*, 144, 325-333.
- Canals, J., Voltas, N., Hernandez-Martinez, C., Cosi, S., & Arija, V. (2019). Prevalence of DSM-5 anxiety disorders , comorbidity, and persistence of symptoms in Spanish early adolescents. *European child & adolescent psychiatry*, 28 (1), 131-143.
- Cruz, E. L., Martins, P.D., & Diniz, P.R. (2017). Factors related to the association of social anxiety disorder and alcohol use among adolescents: a systematic review. *Jornal de Pediatria*, 93, 442-51.
- Dousti, A., Pouyamanesh, J., Fathi Aghdam, G.H., & Jafari, A. (2017). The Comparison Between Effectiveness of Storytelling and Play Therapy on Separation Anxiety of Children of Kindergarten. *International Journal of Applied Behavioral Sciences*, 4 (3), 36-27.
- Heimberg, R.G., Hofmann, S.G., Liebowitz, M. R., Schneier, F. R., Smits, J. A., Stein, M. B., ... & Craske, M. G. (2014). Social anxiety disorder in DSM-5. *Depression and anxiety*, 31(6), 472-479.
- Isbell, R., Sobol, J., lindauer, L., & Lowrance, A. (2004). the effect of storytelling and story reading on the oral language complexity and story comprehension of young children. *Early Childhood Education Journal*, 32(3), 882-3301.
- Dousti, A., Pouyamanesh, J., Fathi Aghdam, G.H., & Jafari, A. (2017). The Comparison between Effectiveness of Storytelling and Play Therapy on Separation Anxiety of Children of Kindergarten. *International Journal of Applied Behavioral Science*, 4 (3), 27-36.
- Ghasemian, K.H., & Ehsani Estahbanati, M.A. (2019). The effectiveness of storytelling in reducing the depression of cancer patients. *Revista Humanidades e Inovação*, 6 (9), 278-284.
- Masia-Warner, C. L., Klein, R. G., & Liebowitz, M. R. (2003). Guidline for using the Liebowitz Social Anxiety Scale for Children and Adolescents (LSAS-CA). *New York: New York University*.
- Ravan, A., & Esfandeyari, M. (2016). The Role of Narrative Therapy in Reducing Social Anxiety and Improve Social Interactions. *International Journal of Philosophy and Social-Psychological Sciences*, 2 (3), 41-46
- Rita Hagevik, a., Mehmet Aydeniz, c., Glennon Rowell. (2012). Using action research in middle level teacher teacher to evaluate and deepen reflective practice. *Journal of Teaching and Teacher Education*, 28, 675- 684.
- Schimmenti, A., & Bifulco, A. (2015). Linking lack of care in childhood to anxiety disorders in emerging adulthood: the role of attachment styles. *Child Adolesc Ment Health*, 20 (1), 41-48.
- Sekhvatpour, Z., Khanjani, N., Reyhani, T , Ghaffari, S., & Dastoorpoor, M. (2019). The effect of storytelling on anxiety and behavioral disorders in children undergoing surgery: a randomized controlled trial. *Pediatric Health, Medicine and Therapeutics*, 10, 61-68.
- Shafiee, M., Susani Gharibvand, S., & Hemmatipour, A. (2018). The effectiveness of storytelling on separation anxiety in hospitalized children with chronic diseases. *Journal of Research in Medical and Dental Science*, 6(5), 284-290.
- Yati, M., Wahyuni, S., & Islaeli, I. (2017). the effect of storytelling in a play therapy on anxiety level in preschool children during hospitalization in the general hospital of Buton. *Public Health of Indonesia*, 3 (3), 96-101
- Yoosefi Looyeh, M., Kamali, Kh., Ghasemi, A., & Tonawanik, P. (2016). Treating social phobia in children group natrative therapy. *The Arts in psychotherapy*, 41, 16-20.