

اثربخشی هنردرمانی گروهی با رویکرد موضوع محور بر عزت نفس دانش آموزان پسر
 متوسطه دوره اول

**The effectiveness of group art therapy with theme-based on the level
 of self-esteem of male students**

ایرج مختارنیا نویسنده مسئول

Iraj Mokhtarnia *

PhD Candidate of Clinical psychology,
 Shahid Beheshti University
Mokhtarnia66@gmail.com

دانشجوی دکتری روانشناسی بالینی، دانشگاه
 شهید بهشتی، پژوهشکده خانواده

دکتر لیلی پناغی

Dr Leyli Panaghy

Associate professor, Shahid Beheshti
 University

دانشیار دانشگاه شهید بهشتی

ابوالفضل فلاح تفتی

Abolfazl Fallah Tafti

M.A in guidance & counseling, Islamic
 Azad University

کارشناسی ارشد راهنمایی و مشاوره دانشگاه
 آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات

هادی محمدلو

Hadi Mohammadlo

M.A in school counseling, Shahid
 Beheshti University

کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه شهید

بهشتی

Effat Mohammadi

M.A in guidance & counseling, Alzahra
 University

عفت محمدی

کارشناسی ارشد راهنمایی و مشاوره دانشگاه

الزهرا

چکیده

Abstract

The aim of this research is measuring the effectiveness of the group art therapy on the level of self-esteem of male students at high school. The methods which were used in this research can be pointed out as experimental and statistical study based on all of the high students of Qods city. For this study, among 352 students, 22 students that obtained the lowest scores on the self-esteem questionnaire

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر هنردرمانی گروهی با رویکرد موضوع محور بر عزت نفس دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوره اول صورت گرفت. روش پژوهش از نوع آزمایشی و جامعه آماری کلیه دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوره اول شهرستان قدس بود. به منظور انجام این پژوهش، از بین ۳۵۲ دانش آموز، تعداد ۲۰ دانش آموز که در اجرای

(Cooper Smith, 1967) were selected and divided into two groups: Control group and experimental group. The techniques of group art therapy were used on examinees about 10 sessions for 75 minutes, and there was no difference on confidence on control group sessions, expect for one session. In this research, a repeated measure ANOVA was used for analyzing the data. Findings reveal that using present program, significantly, ($p>0/05$) increases the experimental group's self-esteem. This program can improve and ameliorate the social and adaptive skills and finally leads to educational improvement. The purpose of using these programs is to improve self-esteem and creativity and critical thinking.

Keywords: group art therapy, self-esteem, student

پرسشنامه عزت نفس (کوپراسمیت، ۱۹۶۷)، پایین ترین نمره را داشتند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. تکنیک های هنردرمانی گروهی بر روی آزمودنی های گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه ای اجرا شد و گروه گواه به جز یک جلسه، مداخله ای دریافت نکرد. برای تحلیل داده ها از تحلیل واریانس با اندازه های تکراری استفاده شد. یافته ها نشان داد برنامه مذکور به طور معناداری (در سطح ۰/۰۵) عزت نفس گروه آزمایش را افزایش داد. این برنامه می تواند در بهبود مهارت های سازگاران و اجتماعی و در نهایت در پیشرفت عملکرد تحصیلی دانش آموزان مؤثر واقع شود.

کلیدواژه ها: هنردرمانی گروهی، موضوع محور، عزت نفس، دانش آموزان

مقدمه

عزت نفس^۱ جنبه ای از خودپنداره است که از قضاوت های فرد درباره ی ارزش خود و احساس هایی که مرتبط با این قضاوت هاست، ناشی می شود (شهبان،^۲ ۱۳۸۳)، به عبارتی عزت نفس رضایت فرد از خود و ارزشمند بودن است (آدیس کراسکیان،^۳ ۱۳۸۹؛ برندن،^۴ ۲۰۱۱؛ باتل،^۵ ۲۰۰۲)، احساس ارزشمند بودن باعث افزایش خود-اعتمادی می شود و فرد را قادر می سازد تا با موقعیت های سخت زندگی مقابله کند (کوپر اسمیت،^۵ ۲۰۰۲؛ ۱۹۸۱). در این حالت شخص خود را به عنوان فردی شایسته در نظر گرفته و به گونه ای موفقیت آمیز با چالش های زندگی روبه رو می شود (دادپور، پناهی شهری، توکلی زاده، ۱۳۹۱). در مقابل، عزت نفس پایین موجب انزوا، گوشه گیری و یا پر خاشاگری و رفتارهای ضد اجتماعی می شود (کریمیان،^۶ ۱۳۸۷؛ پسکار

1. self- esteem

2. Shihan

3. Branden

4. Battle

5. Coopersmith

6. Puskar

و همکاران، ۲۰۱۰؛ سویسلو و اورث، ۲۰۱۳؛ بامیستر، ۲۰۱۳) و تهدیدی برای سلامتی فرد تلقی است (ارول و اورث، ۲۰۱۱). همچنین عزت نفس یکی از عوامل مؤثر در افت یا پیشرفت تحصیلی محسوب می شود (الیس، ۲۰۰۵؛ تایلور و تورک، ۲۰۱۰).

به طور معمولی عزت نفس تا رسیدن به سن نوجوانی به تدریج افزایش می یابد اما در سن نوجوانی اغلب دچار کاهش می شود. اریکسون^۶ (۱۹۶۸) معتقد است که اغلب نوجوانان به خصوص در اوایل نوجوانی کاهش عزت نفس را تجربه می کنند؛ با این توضیح که در فرآیند جست و جوی یک هویت ثابت توسط نوجوانان؛ تغییرات جسمی، شناختی و اجتماعی که در دوران بلوغ اتفاق می افتد نوجوانان را دچار احساس منفی نسبت به خود می کند و به این نتیجه گیری می رسند که من آنچه که باید باشم نیستم (هادیان، ۱۳۸۰)؛ بنابراین توجه به عزت نفس در دوره نوجوانی از اهمیت خاصی برخوردار است و نیاز آن وجود دارد که به مسئله عزت نفس نوجوانان توجه شود (بامیستر، ۲۰۱۳).

خوش کنش (۱۳۸۸) اعتقاد دارد که هر انسانی نیاز به پوشش و جایگاهی دارد که هویت رضامندانه ای از وی ارائه نماید و احساس حقارت او را از بین ببرد و این جز به دست هنر و حوزه زیباشناسی میسر نمی شود. همان گونه که تحقیقات نیز نشان می دهند خلق فعالیت های هنری؛ افزایش امید به زندگی و احساس کارآمدی و ارزشمندی را در پی دارد (پونتری، ۲۰۰۷؛ کوزلوسکا، ۲۰۰۱). هنردرمانی روشی برای درمان مشکلات سلامت روانی است که در آن از خلاقیت هنری برای رشد و ارتقای سلامت جسمی، روانی و هیجانی افراد در سنین مختلف استفاده می شود (پونتری ما، ۲۰۰۱). به عبارتی هنر درمانی تلاش سازمان یافته ای جهت کمک به فرد است تا ارتباط سازگارانهای بهتری بین درون خود و جهان بیرون پیدا نماید (لیمن، ۱۳۸۹)؛

از سویی نوجوانان در گروه احساس امنیت و اطمینان می کنند و آزادانه می توانند احساسات خود را بیان کنند و در گروه، آرمان و ارزشی متناسب با توقعات خود به دست آورند (ترکاشوند،

1. Sowislo & Orth

2. Baumeister

3. Erol & Orth

4. Ellis

5. Taylor & Turek

6. Erikson

7. Ponteri

8. Kozłowska

اثربخشی هنردرمانی گروهی با رویکرد موضوع‌محور بر عزت‌نفس دانش‌آموزان پسر متوسطه دوره اول
The effectiveness of group art therapy with theme-based on the level of self-esteem

کرمانشاهی و آزاد فلاح، ۱۳۸۹)، هنر درمانی گروهی نیز مبتنی بر یک فعالیت گروهی است که دارای چنین شاخص‌هایی است (هارتز و ثیک، ۲۰۱۳).

جوی لیولین^۱ (۲۰۱۱) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که فرد از طریق هنر درمانی قادر است که احساسات خود را بروز بدهد و از عهده‌ی استرس‌های خود برآید و یک تصویر مثبت از خود بسازد؛ هنر در فرد این توانایی را ایجاد می‌کند تا خودش را ببخشد و خود را گرمی بدارد و برای ایجاد آینده‌داری تلاش کند.

رقیبی (۱۳۸۸) در پژوهش خود با عنوان "تأثیر هنردرمانی گروهی بر بیماران روانی مزمن" به این نتیجه رسید که هنر درمانی گروهی باعث افزایش مهارت‌های اجتماعی و درمان آشفتگی‌های روانی بیماران می‌شود و خلق بیمار را نشاط و عزت‌نفس و خودآگاهی فرد را افزایش می‌دهد؛ همچنین کیم جانگ‌هی^۲ (۲۰۱۰) در تحقیقی با عنوان "تأثیرات هنر درمانی گروهی بر عزت‌نفس و وابستگی همتای کودکان در خانواده‌های کم درآمد و تک والد" به این نتیجه دست یافت که هنر درمانی بر عزت‌نفس کودکان تأثیر می‌گذارد؛ همچنین زارع (۱۳۸۸) با رویکرد هنر درمانی گروهی توانست مشکلات رفتاری دختران بی‌سرپرست را کاهش دهد (زارع، ۱۳۸۸).

بنابراین با توجه به اهمیت عزت‌نفس در نوجوانان و تدوین مداخلات درمانی مناسب در جهت افزایش عزت‌نفس این گروه، پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر هنردرمانی گروهی با رویکرد موضوع‌محور در افزایش عزت‌نفس نوجوان انجام شد.

روش پژوهش

طرح پژوهشی، آزمایشی و از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش را کلیه‌ی دانش‌آموزان دوره‌ی اول دبیرستان شهرستان قدس در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۴-۹۳ تشکیل دادند. روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای بود بدین ترتیب که دو مدرسه به صورت تصادفی از بین مدارس انتخاب گردید و سپس با توجه به نسبت جمعیت هر مدرسه نمونه‌گیری طبقه‌ای انجام شد و به طور کل ۳۵۲ نفر انتخاب شدند و پرسشنامه عزت‌نفس کوپراسمیت روی این گروه اجرا شد و ۲۰ نفر از دانش‌آموزان که کمترین نمره در این آزمون

1. Hartz & Thick

2. Joe Lewellyn

3. Kim Jung Hee

4. Multistage random sampling

کسب کرده بودند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش جایگزین شدند (۱۰ نفر در گروه آزمایشی و ۱۰ نفر در گروه کنترل). سپس مداخله هنر درمانی که با رویکرد موضوع محور از کتاب ماریان لیمن ترجمه‌ی زاده محمدی انتخاب شده بود؛ روی گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای اجرا شد که این جلسات در ۵ هفته و هر هفته نیز در دو جلسه برگزار شد. در انتها نیز همان پرسشنامه عزت نفس که در پیش‌آزمون اجرا شده بود، در پس آزمون نیز اجرا گردید. برای تحلیل داده‌ها نیز از تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری استفاده شد. در ضمن مداخله هنر درمانی گروهی در یک جلسه ۷۵ دقیقه‌ای نیز پس از اجرای پس آزمون روی گروه کنترل اجرا شد.

ابزار پژوهش

الف- پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت: این پرسشنامه دارای ۵۸ ماده است که ۸ ماده آن دروغ‌سنج هستند و بوسیله کوپراسمیت در سال ۱۹۷۵ ساخته شد. در مجموع ۵۰ ماده آن چهار خرده مقیاس عزت نفس کلی، عزت نفس اجتماعی، عزت نفس خانوادگی و عزت نفس تحصیلی را مورد سنجش قرار می‌دهند. شیوه نمره‌گذاری این آزمون به صورت صفر و یک است. برومند (۱۳۸۰) پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت را برای دانش‌آموزان دوره‌ی دبیرستان و پیش-دانشگاهی شهرستان اسلام شهر مورد اعتباریابی قرار داده است و ضریب پایایی پرسشنامه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ و روایی همگرایی آن را با پرسشنامه عزت نفس آیزنگ رضایت‌بخش گزارش کرده است.

ب- جلسات هنر درمانی گروهی: برای اجرای جلسات هنر درمانی گروهی از رویکرد موضوع محور بر اساس تکنیک‌های تنظیم شده‌ی ماریان لیمن ترجمه‌ی زاده محمدی (۱۳۸۹) استفاده شد. در رویکرد هنر درمانی گروه‌ها با تمرکز بر مشکلات خاص یا جنبه‌ای از تجربه‌های انسانی یا تحولات زندگی، با هدف مشترکی دور هم جمع می‌شوند. این روش بخصوص برای دوره‌های کوتاه‌مدت مناسب است که افراد گروه به منظور خاص گرد هم می‌آیند؛ در این رویکرد، جلسات گروه‌ها ساختار ثابتی دارند که شامل معرفی، انتخاب موضوع (از سوی درمانگر یا اعضای گروه)، اختصاص زمانی برای نقاشی و طراحی و در ادامه زمانی برای تقسیم کار می

1. Mixed Repeate Mesure of ANOVA

2. Coopersmith self-esteem inventory.

3. validation

اثربخشی هنردرمانی گروهی با رویکرد موضوع‌محور بر عزت‌نفس دانش‌آموزان پسر متوسطه دوره اول
The effectiveness of group art therapy with theme-based on the level of self-esteem

باشد. گاهی هم موضوع‌ها با گفت‌وگوی اعضا در آغاز جلسه شکل می‌گیرند (لیمن، ۱۳۸۹). این برنامه در ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای اجرا شد؛ این جلسات در ۵ هفته و هر هفته نیز در دو جلسه برگزار شد. جلسات هنردرمانی شامل «گرم کردن»، «تمرین اصلی»، «بحث پیرامون تصاویر» و «جمع‌بندی جلسه» را شامل می‌شد. موضوعات انتخاب شده در فرآیند اجرای هنردرمانی شامل «چهره‌نگاری از خود»، «ترس» و «نقاشی آزاد» بود. تمامی جلسات تدوین شده برای افزایش عزت‌نفس به پیشنهاد دو متخصص هنردرمانی که هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی بودند، صورت گرفت. در زیر جلسات هنردرمانی به طور مختصر شرح داده شده‌است:

جدول ۱: جلسات و موضوعات برگزار شده جلسات هنردرمانی

جلسه اول	گرم کردن	(استفاده از تکنیک بازی نام‌ها): در جلسه اول جهت آشنایی گروه، از دانش‌آموزان خواسته شد که نفر اول خود را معرفی کند و نفر دوم اسم خود را همراه با اسم نفر قبلی بگوید و نیز نفر سوم اسمش را همراه با اسم دو نفر قبلی بگوید که این کار تا آخر ادامه پیدا کرد
	تمرین اصلی	(چهره‌نگاری از خود واقعی): از دانش‌آموزان خواسته شد خود را از حفظ نقاشی کنند و چهره یا همه‌ی بدن خود را بکشند.
جلسه دوم	گرم کردن	(بازی نام‌ها فرم ج): در جلسه دوم توپ به یکی از بچه‌ها داده شد تا پرتاب کند و خواسته شد که اسم کسی را بگوید و فردی که توپ را گرفت می‌آید و جلوی فردی که اسم را صدا زد می‌نشیند این شکل ادامه پیدا کرد تا دانش‌آموزان روبروی هم نشستند، بعد از اینکه همه‌ی آن‌ها روبروی هم نشستند هر کدام در مورد خودشان ۳ دقیقه به دوستان تعریف کردند.
	تمرین اصلی	(نقاشی آزاد): مدت ۳۰ دقیقه به دانش‌آموزان فرصت داده شد تا نقاشی مورد دلخواه خود را بکشند و آن را به گروه نشان دهند و هر چه می‌خواهند در موردش بگویند. در این تمرین محیطی فراهم شد که دانش‌آموزان به راحتی نظراتشان را بروز دهند.
جلسه سوم	گرم کردن	(خط خطی کردن): از دانش‌آموزان خواسته شد تا چشم‌هایشان را ببندند و به مدادی که در دستشان هست اجازه دهند آزادانه حرکت کند و بعد چشم‌ها را باز کنند و تصویر ایجاد شده را گسترش دهند.

		(ترس): به دانش‌آموزان گفته شد که یک، دو یا چند مورد از ترس‌ها یا بدترین ترس خود را نقاشی کنند این نقاشی می‌تواند از موقعیت‌های تهدیدکننده باشد و یا ترسی باشد که شما به آن علت خواسته‌اید از آنجا فرار کنید.	تمرین اصلی
جلسه	گرم کردن	گرم کردن (پانتومیم): از دانش‌آموزان خواسته شد خودشان را با نمایش پانتومیم با یکی از ویژگی‌هایی که دارند به گروه معرفی کنند.	
چهارم	تمرین اصلی	(چهره‌نگاری از خود واقعی): از دانش‌آموزان خواسته شد خود را از حفظ نقاشی کنند و چهره یا همه‌ی بدن خود را بکشند.	
جلسه	گرم کردن	(برو بگیر): در این جلسه از دانش‌آموزان خواسته شد دور اتاق را بگردند و زمانی که درمانگر بگوید «گروه سه نفره» همه سریعاً سه تا سه تا جمع بشوند. دوباره این کار با تشکیل گروه‌هایی با تعداد و اندازه‌های مختلف انجام شد.	
پنجم	تمرین اصلی	(نقاشی آزاد): مدت ۳۰ دقیقه به دانش‌آموزان فرصت داده شد تا نقاشی مورد دلخواه خود را بکشند و آن را به گروه نشان دهند و هر چه می‌خواهند در موردش بگویند. در این تمرین محیطی فراهم شد که دانش‌آموزان به راحتی نظراتشان را بروز دهند.	
جلسه	گرم کردن	(رنگ‌ها): در این جلسه درمانگر اسم رنگی را نام برد و بقیه‌ی دانش‌آموزان آن را روی لباس خود یا دیگری پیدا کرده و به آن اشاره می‌کردند. این کار با نام رنگ یا چیز دیگری ادامه پیدا کرد. سپس هر یک از دانش‌آموزان روی برگ‌ها اسم رنگ گفته‌شده را رنگ‌آمیزی کردند و در آخر دانش‌آموزان کارهای خود را ارائه دادند.	
ششم	تمرین اصلی	(ترس): به دانش‌آموزان گفته شد که یک، دو یا چند مورد از ترس‌ها یا بدترین ترس خود را نقاشی کنند این نقاشی می‌تواند از موقعیت‌های تهدیدکننده و یا ترسی باشد که شما به آن علت خواسته‌اید از آنجا فرار کنید.	
جلسه	گرم کردن	(تمرین اعتماد): در این جلسه چشم یکی از اعضا را بستیم و او با لمس چهره‌ها آن‌ها را شناسایی می‌کرد. این کار در تشخیص چهره‌ها، اعتماد و شناخت افراد به دانش‌آموزان کمک می‌کرد.	

تمرین اصلی	(چهره‌نگاری از خود واقعی): از دانش‌آموزان خواسته شد خود را از حفظ نقاشی کنند و چهره یا همه‌ی بدن خود را بکشند
گرم کردن	(نقاب کشیدن): در این جلسه همه دانش‌آموزان دور هم جمع شدند و نفر اول با ادا نقاب فرضی از خودش ساخت و با دست‌هایش این نقاب را روی صورت نفر بعد برچسب زد و نفر بعد این نقاب را عوض کرد و نقاب جدیدی برای دانش‌آموز بعدی منتقل کرد
جلسه هشتم	(نقاشی آزاد): مدت ۳۰ دقیقه به دانش‌آموزان فرصت داده شد تا نقاشی مورد دلخواه خود را بکشند و آن را به گروه نشان دهند و هر چه می‌خواهند در موردش بگویند. در این تمرین محیطی فراهم شد که دانش‌آموزان به راحتی نظراتشان را بروز دهند
گرم کردن	(تمرینات حرکتی): از دانش‌آموزان خواسته شد تا حرکات ساده‌ای مثل نرمش دست‌ها و پاها، عضله‌گردن، کشش‌های عضلانی و غیره را انجام بدهند.
جلسه نهم	(ترس): به دانش‌آموزان گفته شد که یک، دو یا چند مورد از ترس‌ها یا بدترین ترس خود را نقاشی کنند این نقاشی می‌تواند از موقعیت‌های تهدید کننده و یا ترسی باشد که شما به آن علت خواسته‌اید از آنجا فرار کنید.
تمرین اصلی	
جلسه دهم	به مرور فعالیت‌های دانش‌آموزان که طی جلسات قبلی انجام شده بود، پرداخته‌شده و در آخر پس آزمون اجرا شد.

یافته‌ها

این پژوهش بر روی ۲۰ دانش‌آموز در دو گروه آزمایش و گواه اجرا گردید که هر یک از گروه‌ها شامل ۱۰ نفر دانش‌آموز دوره اول دبیرستان بود. دامنه سنی دانش‌آموزان شرکت‌کننده در آزمایش بین ۱۱ الی ۱۳ سال بود. میانگین سنی گروه آزمایش و گروه کنترل ۱۲ سال بود. میانگین و انحراف استاندارد نمرات عزت‌نفس در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد نمره عزت‌نفس به تفکیک گروه پژوهشی و گروه گواه

و نوبت اجرا

مراحل	پس آزمون	پیش‌آزمون
-------	----------	-----------

میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	گروه کنترل
۲۲/۳	۶/۷۵	۲۰/۵۰	۷/۵۱	
۱۹/۸۰	۴/۲۶	۲۵/۹۰	۸/۵۰	گروه آزمایش

برای تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس با اندازه‌های مکرر استفاده شد که عامل زمان به عنوان عامل درون‌گروهی و عامل گروه به عنوان عامل بین‌گروهی بود. در ضمن قبل از انجام تحلیل پیش‌فرض‌های تحلیل، بررسی و رعایت شد.

جدول ۳. نتایج به‌دست‌آمده از تحلیل واریانس عزت‌نفس کلی دانش‌آموزان

عامل	درجه آزادی	F	سطح معنی‌دار
عزت‌نفس کلی	۱ و ۱۸	۲/۴۱	۰/۱۳۷
درون‌گروهی	۱ و ۱۸	۰/۲۷	۰/۶۱
بین‌گروهی	۱ و ۱۸	۸/۱۵	۰/۰۱
تعامل بین زمان و گروه			

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که نمره‌ی کل پرسشنامه عزت‌نفس، عامل درون‌گروهی معنادار نیست ($p > 0/05$, value $p = 18$ و $F = 2/41$, $df = 1$)، عامل تعامل بین زمان و گروه معنادار به دست آمد ($p < 0/05$, $p = 18$ و $F = 8/15$, $df = 1$)؛ اما عامل بین‌گروهی معنادار نشد ($p > 0/05$). با معنادار شدن عامل تعامل بین زمان و گروه می‌توان بیان کرد که متغیر مستقل بر روی متغیر وابسته تأثیر گذاشته است.

علاوه بر نتایج آماری، مشاهدات بالینی نیز در فرایند هنردرمانی مشاهده شد؛ بدین ترتیب که دانش‌آموزان گروه آزمایش در جلسه دوم با موضوع نقاشی از خود، «خود» را کوچک‌تر در گوشه‌ای از کاغذ ترسیم کردند و این «خود» در جلسه پنجم با همان موضوع نسبت به جلسه دوم بزرگ‌تر و متمایل به مرکز کاغذ ترسیم شد و در نهایت در جلسه هشتم با همان موضوع، «خود» بزرگ‌تر و در کنار اجزای دیگر نقاشی قرار گرفت و این نشان‌دهنده‌ی شکل‌گیری خودآگاهی و عزت‌نفس در دانش‌آموزان، طی فرآیند هنردرمانی است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تأثیر هنردرمانی گروهی بر عزت‌نفس دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوره اول انجام شد و نتایج نشان داد که تکنیک‌های هنردرمانی با رویکرد موضوع محور باعث

اثربخشی هنردرمانی گروهی با رویکرد موضوع‌محور بر عزت‌نفس دانش‌آموزان پسر متوسطه دوره اول
The effectiveness of group art therapy with theme-based on the level of self-esteem

افزایش عزت‌نفس دانش‌آموزان گروه آزمایش شد. نتایج این تحقیق همسو با تحقیقات جانگ‌هی (۲۰۱۱)، زارع (۱۳۸۸) و رقیبی (۱۳۸۸) است. این یافته با در نظر گرفتن دیدگاه لیمن (۱۳۸۸) قابل تبیین است. او معتقد است هنر، مشکلات به وجود آمده و راه‌حل‌های آن را تصویرسازی می‌کند و با برون‌سازی مشکل، ارتباط و تسلط بر آن را قوی‌تر می‌سازد. از سویی فعالیت‌های هنری می‌توانند فضای جذاب با مشارکت گروهی فعالی را ایجاد کند تا افراد گروه به راحتی بتوانند بر روی مسئله تمرکز کنند و راه‌حل‌های خلاق و گوناگونی را ارائه دهند. لیولین (۲۰۱۱) نیز معتقد است که جلسات هنر درمانی محیط امن برای افراد جهت انجام فعالیت‌های خود به وجود می‌آورد، در این محیط امن است که افراد احساس آرامش و امنیت می‌کنند و می‌توانند آزادانه احساسات خود را بیان کنند و با اضطراب‌ها و استرس‌های خود مقابله کنند و یک تصویر مثبتی از خود بسازند. در این فرآیند است که هنردرمانی گروهی این امکان را برای فرد ایجاد می‌کند که ارزشی مطابق با توقعات خود به دست آورد؛ و برای آینده امیدوار باشد. افرادی همچون ترکاشوند، کرمانشاهی و آزاد فلاح (۱۳۸۹) استدلال می‌کنند که فعالیت‌های گروهی باعث می‌شود که فرد از عقاید و تجربه‌های دیگران بهره‌مند شود و به عنوان عضوی از کل جامعه احساس ارزشمندی کند؛ از طرفی به عقیده خوش‌کنش (۱۳۸۵؛ ۱۳۸۸)، هنردرمانی بر پایه‌ی تئوری‌های روان‌شناختی قرار دارد و دربرگیرنده طیف کاملی از مفاهیم آموزشی، روان‌پویایی، مسائل بین فردی، سازگاری با تعارضات هیجانی، رشد خودآگاهی و مهارت‌های اجتماعی است که باعث می‌شود فرد مشکلات خود را حل کند و اضطراب خود را کاهش داده و در نهایت موجب افزایش عزت‌نفس خود شود. همچنین قابل تبیین است که روش‌های هنردرمانی در مدارس متوسطه در شکل‌گیری هویت آن‌ها تأثیر موفقی نسبت به روش‌های رسمی‌تر دارد زیرا دانش‌آموزان می‌توانند خود را از طریق فعالیت‌های هنری که مورد علاقه آن‌هاست، بشناسند. شناخت خود یکی از عوامل افزایش عزت‌نفس است (قریشی‌راد، ۱۳۸۸).

از سویی چون هنر درمانی گروهی مبتنی بر یک فعالیت گروهی است بر روی حس ارزشمندی نوجوانان تأثیر می‌گذارد. رویکردهای هنردرمانی گروهی نیز، جوی ایمن و سازنده را به وجود می‌آورد که در آن کسی تهدید نمی‌شود به این دلیل است که درمانگر در این رویکردها به راحتی می‌تواند از نیرو و نفوذ گروهی بهره بگیرد و به دور از رقابت بتواند مشکلات

نوجوانان را کاهش بدهد (پونتری، ۲۰۰۱؛ اسپیر^۱، ۲۰۱۰). همچنین یافته این پژوهش را می توان این گونه تبیین کرد که فعالیت های هنری خلاقیت نوجوان را تحت تأثیر قرار می دهد و با بروز خلاقیت در فعالیت های هنری، نوجوان احساس ارزشمندی می کند.

به طور کلی هنر درمانی به عنوان یک روش تربیتی محسوب می شود که کارکردهایی از جمله؛ ایجاد احساس کفایت، توانایی مؤثر بودن، غلبه بر مشکلات، سازگاری با ناکامی ها، خلاقیت، توانایی برنامه ریزی، خودآگاهی و حل مسائل در برابر مشکلات را دارد. همان گونه که نتایج پژوهش حاضر نیز نشان داد هنر درمانی بر یکی از مهم ترین سیستم های خود^۲ - عزت نفس - تأثیر می گذارد. قابل ذکر است با اینکه پژوهش حاضر یک طرح آزمایشی است ولی دارای محدودیت هایی نیز است. یکی از این محدودیت ها پدیده بازگشت آماری است که احتمال دارد روایی درونی پژوهش را تحت تأثیر بگذارد. با در نظر گرفتن نتایج پژوهش ها در رابطه با تأثیرات هنر درمانی، می توان از رویکردهای هنر درمانی در کنار فعالیت های پرورشی برای کاهش مشکلات رفتاری دانش آموزان بهره گرفت.

منابع

- برومند، م. (۱۳۸۰). بررسی عملی بودن اعتبار، روایی و هنجاریابی آزمون عزت نفس کوپراسمیت در شهرستان اسلامشهر. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
- ترکاشوند، ر؛ کرمانشاهی، س؛ و آزاد فلاح، پ. (۱۳۸۹). تأثیر گروه درمانی بر میزان عزت نفس دختران نوجوان. مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان، ۱(۳)، ۳۰-۳۴.
- خوش کنش، ا. (۱۳۸۵). هنر درمانی (تعریف، تاریخچه، روش شناسی و سنجش). اولین کنگره سراسر هنر درمانی در ایران، پژوهشکده خانواده، تهران.
- خوش کنش، ا. (۱۳۸۸). هنر درمانی (پیشگیری، آموزش و یادگیری). دومین کنگره سراسر هنر درمانی در ایران، پژوهشکده خانواده، تهران.
- دادپور، غ. م.، توکلی زاده، ج. پناهی شهری، م. (۱۳۹۱). تأثیر گروه های آموزشی بر عزت نفس و اضطراب دانش آموزان باهوش. پژوهش و سلامتی ۱۲۵-۱۱۸، ۱(۲)
- رقیبی، م. (۱۳۸۸). تأثیر هنر درمانی گروهی بر بیماران روانی مزمن. دومین کنگره سراسر هنر درمانی در ایران. پژوهشکده خانواده، تهران.

اثربخشی هنردرمانی گروهی با رویکرد موضوع‌محور بر عزت‌نفس دانش‌آموزان پسر متوسطه دوره اول
The effectiveness of group art therapy with theme-based on the level of self-esteem

زارع، م. (۱۳۸۸). اثربخشی هنردرمانی گروهی بر مشکلات رفتاری دختران ۱۸-۱۲ ساله بی‌سرپرست و بد سرپرست مرکز شبانه‌روزی بهزیستی شهرستان آباد. دومین کنگره سراسری هنردرمانی در ایران، پژوهشکده خانواده، تهران.

شهبان، ایلین (۱۹۸۸). عزت‌نفس. ترجمه‌ی مالک میر هاشمی و مهدی گنجی (۱۳۸۳). چاپ دوم، ویرایش، تهران. قریشی‌راد، ف. (۱۳۸۵). جایگاه هنر در تربیت مذهبی، اخلاقی، اجتماعی و بهداشت روانی. اولین کنگره سراسری هنردرمانی در ایران، پژوهشکده خانواده، تهران.

لیبمن، م (۱۳۸۹). هنردرمانی گروهی ویژه‌ی گروه‌ها. ترجمه‌ی زاده علی زاده‌محمدی و حوریه توکلی (۱۹۸۶). چاپ اول، انتشارات قطره، تهران.

کراسکیان، آدیس (۱۳۸۹). سیاه‌ی عزت‌نفس کوپراسمیت. مجله مشاور مدرسه، ۵(۴)، ۵۴-۵۵.
کریمیان، ح. (۱۳۸۷). نگاهی به بزهکاری نوجوانان و جوانان. ماهنامه معرفت، ۱۷(۱۲۶)، ۱۴۱-۱۵۶.
هادیان، ن. (۱۳۸۰). عزت‌نفس. چاپ اول، تهران: نشر سالم.

- Battle, J. (2002). *Culture-free self-esteem inventories: Examiner's manual*.
- Baumeister, R. F. (Ed). (2013). *Self-esteem: The puzzle of low self-regard*. Springer Science & Business Media.
- Branden, N. (2011). *How to raise your self-esteem: the proven action-oriented approach to greater self-respect and self-confidence*. Bantam.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. University of California. San Francisco: Ed.
- Coopersmith, S. (1975). *Coopersmith self-esteem inventory: Technical manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Coopersmith, S. (1981). *Coopersmith self-esteem inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Coopersmith, S. (2002). *Revised Coopersmith self-esteem inventory manual*. Redwood, CA: Mind Garden, Inc.
- Ellis, A. K., & Fouts, J. (2005). *Research on educational innovations*. Princeton, NJ: Eye on Education.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Erol, R. Y., & Orth, U. (2011). Self-esteem development from age 14 to 30 years: a longitudinal study. *Journal of personality and social psychology*, 101(3), 607.
- Gammon, J., & Morgan-Samuel, H. (2005). A study to ascertain the effect of structured student tutorial support on student stress, self-esteem and coping. *Nurse education in Practice*, 5(3), 161-171.
- Hartz, L., & Thick, L. (2005). Art therapy strategies to raise self-esteem in female juvenile offenders: A comparison of art psychotherapy and art as therapy approaches. *Art Therapy*, 22(2), 70-80.
- aa aagözoğuu Ş., aa hve, .. , oo ç, ,,, & Adamooğuu 22008.. Seff-esteem and assertiveness of final year Turkish university students. *Nurse Education Today*, 28(5), 641-649.
- Kim, J. H., & Chung, D. W. (2011). Effects of Group Art Therapy Program on Self-Esteem and Peer Relationship of Children in Low-Income and Single-Parent Family. *Korean Journal of Human Ecology*, 20(5), 967-981.

- Kozłowska, K., & Hanney, L. (2001). An art therapy group for children traumatized by parental violence and separation. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 6(1), 49-78.
- Miyamoto, M. (1998). (1992). The concept of achievement motive among Japanese children as shown through the behavior characteristics of their peers. *Japanese Psychological Research*, 34(3), 110-116.
- Newman, B., & Newman, P. (2014). *Development through life: A psychosocial approach*. Cengage Learning.
- Ponteri, A. K. (2001). The effect of group art therapy on depressed mothers and their children. *Art Therapy*, 18(3), 148-157.
- Passanisi, A., Gensabella, A., & Pirrone, C. (2015). Parental Bonding, Self-Esteem and Theory of Mind Among Locals and Immigrants. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 191, 1702-1706.
- Puskar, K. R., Marie Bernardo, L., Ren, D., Haley, T. M., Hetager Tark, K., Switala, J., & Siemon, L. (2010). Self-esteem and optimism in rural youth: Gender differences. *Contemporary Nurse*, 34(2), 190-198.
- Rosenberg, M. (1986). *Society and the adolescent self-image*, Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Schmitt, D. P., & Allik, J. (2005). Simultaneous administration of the Rosenberg Self-Esteem Scale in 53 nations: exploring the universal and culture-specific features of global self-esteem. *Journal of personality and social psychology*, 89(4), 623.
- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological bulletin*, 139(1), 213.
- Spier, E. (2010). Group art therapy with eighth-grade students transitioning to high school. *Art Therapy*, 27(2), 75-83.
- Taylor, M. J., & Turek, G. M. (2010). If only she would play? The impact of sports participation on self-esteem, school adjustment, and substance use among rural and urban African American girls. *Journal of Sport Behavior*, 33(3), 315.

