

اثربخشی قصه درمانی بر کاهش اضطراب کودکان پایه اول مقطع ابتدایی در دوران کوید ۱۹

اکرم الماس پور^۱

۱. کارشناس ارشد ادبیات کودک و نوجوان، دانشگاه پیام نور، واحد رشت، ایران. (نویسنده مسئول).

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره هشتم، شماره پنجاه و ششم، سال ۱۴۰۲، صفحات ۷۱۴-۷۰۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۴/۱۱

تاریخ وصول: ۱۴۰۲/۰۲/۰۹

چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر اثربخشی قصه درمانی بر کاهش اضطراب کودکان مقطع ابتدایی در دوران کوید ۱۹ در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود. پژوهش حاضر از نظر هدف یک پژوهش کاربردی و از نظر جمع‌آوری داده‌ها یک پژوهش نیمه آزمایشی است. طرح نیمه آزمایشی پژوهش حاضر پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل با هدف روش قصه درمانی بر کاهش اضطراب کودکان پایه اول ابتدایی به مرحله اجرا گذاشته شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان پایه اول مقطع ابتدایی شهر کرمانشاه در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ می‌باشند. نمونه موردنظر در پژوهش حاضر از نوع تصادفی در دسترس است که از بین دانش آموزان پایه اول مقطع ابتدایی تعداد ۳۰ نفر به‌عنوان گروه نمونه انتخاب شدند که به‌صورت تصادفی ۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه کنترل جایگزین شدند. نتایج نشان داد مقدار F برای متغیر اضطراب $۲۳/۷۶$ به دست آمد که در سطح $(P=۰/۰۰۱)$ معنادار است، و با توجه به‌اندازه اثر محاسبه‌شده $۰/۳۲۴$ تغییر در متغیر اضطراب ناشی از تأثیر متغیر مستقل (قصه درمانی) بوده است؛ بنابراین نتایج این پژوهش می‌تواند مورد استفاده مراکز آموزش و پرورش و مؤسسات آموزشی جهت کاهش اضطراب کودکان در دوران کوید ۱۹ قرار گیرد.

کلیدواژه: قصه درمانی، اضطراب، کودکان، کوید ۱۹.

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره هشتم، شماره پنجاه و ششم، سال ۱۴۰۲

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
 رتال جامع علوم انسانی
 روانشناسی
 رفتاری

مقدمه

ویروس کرونا^۱ گروه بزرگی از ویروس‌ها است که به‌عنوان یک بحران سلامت عمومی شناخته‌شده و بیش‌ترین شیوع آن از زمان سندرم حاد تنفسی بوده است (وانگ^۲ و همکاران، ۲۰۲۰)، و شامل علائمی از جمله تب، سرفه و تنگی نفس می‌باشد (پاولس^۳ و همکاران، ۲۰۲۰). در زمان همه‌گیری یک بیماری مانند کرونا، ترس از بیماری و ترس از مرگ، در کنار آشفتگی فعالیت‌های روزمره موجب می‌شود علاوه بر پرستاران، کودکان نیز با اضطراب بیماری درگیر شوند (فیشهوف^۴، ۲۰۲۰). اضطراب یکی از شایع‌ترین اختلال‌های روانی شایع است که به معنای یک احساس منتشر، ناخوشایند و مبهم، هراس و دلواپسی با منشأ ناشناخته و برانگیختگی فیزیولوژیکی می‌باشد (اسنانی^۵ و همکاران، ۲۰۲۰). کرونا ویروس‌ها از پاتوژن‌های مهم در انسان و حیوان هستند که این بیماری به‌سرعت گسترش یافت که نتیجه آن همه‌گیر شدن در چین و گزارش موارد پراکنده در سطح جهان بود. در فوریه سال ۲۰۲۰، سازمان بهداشت جهانی بیماری COVID-19 را مشخص کرد که مخفف بیماری کرونا ویروس ۲۰۱۹ است. ویروسی که باعث کووید-۱۹ می‌شود تحت عنوان کرونا ویروس سندرم تنفسی حاد مشخص شده است که قبلاً به آن CoV-2019 گفته می‌شد. اضطراب تهدیدی برای سلامت روان، سبب افزایش مشکلات متعددی در زمان حال از جمله نگرانی از مبتلا شدن به کووید-۱۹ برای کودکان شده است. زمانی که محیط زندگی فردی و اجتماعی انسان به‌خصوص در جوامع پرمسئله پر از موقعیت‌های تنش‌زا و اضطراب‌آور باشد که سلامت روان انسان را با چالش جدی روبه‌رو می‌کند (شهبازی، ۱۴۰۱). از نظر روان‌پزشکی، اضطراب نوعی ناآرامی، احساس خطر و ترس ناخوشایند و منتشر است که منبع آن قابل‌شناسایی نبوده، با تغییرات جسمانی مانند تپش قلب، سردرد و تنگی نفس همراه است (سادوک و سادوک، ۱۳۹۰). در واقع اضطراب نشانه اصلی و مشترک تمام اختلالات موجود در این طبقه است (رضایی، ۱۳۹۸). شناخت علل ایجاد اضطراب و پیامدهای این دو اختلال در کودکان همواره مورد توجه قرار بوده و از این‌رو پژوهش‌های زیادی در این حوزه‌ها به‌صورت مجزا صورت گرفته است و حجم وسیعی از منابع مالی و انسانی را به خود اختصاص داده‌اند (اوبلاو و پاولو^۶، ۱۹۸۹). بنابراین روش قصه درمانی در اختلال‌های روانشناسی و جسمانی مانند افسردگی، اضطراب اثر معناداری داشته است. قصه درمانی افراد را جدا از مشکلاتشان در نظر می‌گیرد و مبتنی بر این فرض است که افراد از توانایی‌ها و مهارت‌های لازم برخوردارند تا مشکلات خود را حل کنند و زمام زندگی خویش را در دست‌گیرند. قصه درمانی، روایت و باز روایت افراد درباره زندگی خودشان است که به آن‌ها کمک می‌کند داستان‌های کند به مشکلات خود، معنایی متفاوت ببخشند و مهارت‌های حل مسئله خود را بهبود دهند (کابان یان^۷، ۲۰۰۴؛ به نقل از شهبازی زاده و خواجه ایمینان، ۱۳۹۷). استفاده از قصه درمانی به‌عنوان یک فن درمانی فقط به درمان مشکلات روان‌شناختی کودکان منجر نمی‌شود. در قصه درمانی فرض بر این است که تغییر در

1 - Coronaviruses

2 - Wang

3 - Paules

4 - Fischhoff

5 - Asnaani

6 - Oblaw & Pavlove

7 - Kabanyane

زبان و ادبیات قصه‌های زندگی فرصت‌های جدیدی برای رفتار و روابط با دیگران ایجاد می‌کند (دیسوشیوا^۱، ۲۰۰۵). قربانعلی پور (۱۴۰۰) پژوهشی با عنوان اثربخشی قصه درمانی بر پرخاشگری، اضطراب و امید به زندگی کودکان ابتدایی تحت پوشش بهزیستی شهرستان شاهرود انجام دادند و به این نتیجه رسیدند قصه درمانی در گروه آزمایش باعث کاهش پرخاشگری، کاهش اضطراب و افزایش امید به زندگی کودکان شده است؛ به عبارت دیگر قصه درمانی بر پرخاشگری، اضطراب و امید به زندگی کودکان ابتدایی تحت پوشش بهزیستی شهرستان شاهرود اثر دارد و باعث بهبود مشکلات پرخاشگری، اضطراب و امید به زندگی این کودکان شده است. دبیریان و حیدری شرف (۱۳۹۸) پژوهشی با عنوان اثربخشی قصه درمانی بر کاهش میزان اضطراب و بهبود هراس اجتماعی کودکان کم‌توان ذهنی شهر کرمانشاه انجام دادند و به این نتیجه رسیدند که روش قصه درمانی، در کاهش میزان اضطراب و هراس اجتماعی کودکان کم‌توان ذهنی مؤثر بوده است. شهابی زاده و خواجه ایمنیان (۱۳۹۷) پژوهشی با عنوان بررسی اثربخشی قصه درمانی شناختی- رفتاری بر اضطراب کودکان دبستانی انجام دادند و به این نتیجه رسیدند که مداخله قصه درمانی شناختی رفتاری اثر مثبتی بر کاهش اضطراب فراگیر و اجتماعی خفیف کودکان می‌گذارد که حاکی از سودمندی قصه درمانی شناختی رفتاری است؛ بنابراین با توجه به مطالب گفته‌شده و پیشینه‌های انجام‌شده هدف از انجام پژوهش حاضر پاسخگویی به این سؤال است که آیا قصه درمانی بر کاهش اضطراب کودکان پایه اول ابتدایی در دوران کوید ۱۹ تأثیر معناداری دارد؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف یک پژوهش کاربردی و از نظر جمع‌آوری داده‌ها یک پژوهش نیمه آزمایشی است. طرح نیمه آزمایشی پژوهش حاضر پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل با هدف روش قصه درمانی بر کاهش اضطراب کودکان پایه اول ابتدایی به مرحله اجرا گذاشته شد. در این پژوهش اثربخشی یک متغیر مستقل روش قصه درمانی بر متغیر وابسته یعنی اضطراب مورد بررسی قرار گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان پایه اول مقطع ابتدایی شهر کرمانشاه در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ می‌باشند. نمونه موردنظر در پژوهش حاضر از نوع تصادفی در دسترس است که از بین دانش‌آموزان پایه اول مقطع ابتدایی تعداد ۳۰ نفر به‌عنوان گروه نمونه انتخاب شدند که به‌صورت تصادفی ۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه کنترل جایگزین شدند.

ابزار پژوهش

مقیاس تجدیدنظر شده اضطراب آشکار کودکان رینولدز و ریچموند (CMAS): جهت ارزیابی میزان و کیفیت اضطراب کودکان و نوجوانان تهیه‌شده است (گرالد و رینولدز، ۱۹۹۹) تهیه‌شده است. این پرسشنامه از مقیاس اضطراب آشکار کودکان کاستندا، مک کاندلس و پالرمو (۱۹۵۶) برگرفته شده است. این پرسشنامه برای افرادی با دامنه سنی ۱ تا ۱۹ سال مناسب می‌باشد. این پرسشنامه را می‌توان معلمین، محققین و بالینگران بر روی افراد انجام دهند. بهتر است برای کودکان اول و دوم ابتدایی این پرسشنامه خوانده شود یا برای کودکانی که در سن مناسب خواندن قرار ندارد. برای کودکان سوم ابتدایی نیز بهتر است فرصت کافی جهت خواندن آیت‌ها توسط خودشان، داده شود. ضمن اینکه مطمئن شوید که کودک تمام آیت‌ها را درک کرده است. این پرسشنامه توسط رینولدز

¹ - Desocio

و ریچموند (۱۹۸۷) برای اجرای روی کودکان سنین اول و دوم ابتدایی و بالاتر مورد تأیید قرار گرفته است. توصیه می‌شود در مواردی که نمونه تحقیق شما را کودکان کم سن و سال تشکیل می‌دهد به دلیل نمره بالا در مقیاس دروغ‌سنج احتیاط‌های لازم صورت گیرد. برای هر پاسخ بله یک نمره در نظر گرفته می‌شود، این پرسشنامه شامل یک نمره کلی و سه خرده مقیاس اضطراب فیزیولوژیکی، نگرانی-حساسیت بیش‌ازحد و اضطراب تمرکز و یک نمره برای صداقت در پاسخگویی مقیاس دروغ‌سنج می‌باشد. استالارد و همکاران (۲۰۰۱) نمره برش کلی این پرسشنامه را جهت تعیین سطح معناداری بالینی اضطراب تجربه‌شده کودکان ۱۹ از ۲۸ در نظر گرفته‌اند. هر چه نمره فرد بالاتر از ۱۹ باشد نشان‌دهنده مشکلات اضطرابی بیشتر در فرد می‌باشد. پلا و رینولدز (۱۹۸۲) پایایی آزمون-بازآزمون بسیار عالی را در تحقیق خود گزارش کردند. نمره کلی اضطراب، ۰/۹۸، مقیاس دروغ‌سنج ۰/۹۴؛ مطالعات تحلیل عاملی در بررسی روایی سازه این پرسشنامه بر وجود ساختار سه عاملی برای نمره کلی اضطراب به علاوه مقیاس دروغ‌سنج تأکید داشت (رینولدز و پاگت، ۱۹۸۱، رینولدز و ریچموند، ۱۹۷۹، اسکولینسکی و رینولدز، ۱۹۸۵).

پروتکل قصه درمانی در جدول زیر به طور خلاصه ارائه شده است.

جدول ۱. پروتکل قصه درمانی

جلسه	قصه	محتوا	هدف
اول	موش موشی و دلفینو	موشی که روی خشکی زندگی می‌کرد و دلفینی که در دریا زندگی می‌کرد، یاد گرفتند به‌رغم محل متفاوت زندگی‌شان می‌توانند با هم دوست باشند.	معرفه محقق و کودکان، دوست یابی و پایداری دوستی
دوم	کالگورو کوچولو	کالگورویی که همیشه در کیسه روی شکم مادرش زندگی می‌کرد، یاد گرفت گاهی اوقات باید از مادرش جدا شود و شب تنها بخوابد.	کاهش اضطراب جدایی و کاهش ترس از تاریکی
سوم	تاتر در مدرسه	سارا بازیگری را دوست داشت و یاد گرفت زمان اجرای تاتر مقابل بچه‌های مدرسه، باید اضطرابش را کنترل کند.	کاهش اضطراب اجتماعی
چهارم	سرزمین کوتوله‌ها	غول سفید به کوتوله‌های سرزمینش یاد داد نباید دیگران را مسخره کنند.	کاهش خود برتری بینی و مسخره کردن دیگران
پنجم	شاهزاده عصبانی	شاهزاده‌های که همیشه به خاطر مسائل کوچک عصبانی میشد، با دیدن زندگی مردم یاد گرفت باید خود را کنترل کند.	یادگیری کنترل رفتارهای نکنانی و گفت و گو به جای دعوا
ششم	مهسا و کلاغ‌ها	مهسا که از بچگی از کلاغ‌ها می‌ترسید، کم‌کم توانست بر ترسش غلبه کند.	کاهش ترس از حیوانات
هفتم	دندان درد سالی	سالی دلفینی که از پوشک و آمپول می‌ترسید، بالاخره توانست به دندانپزشکی برود و دندانش را معالجه کند.	کاهش ترس از آسیب‌پذیری
هشتم	موشکور و میمون‌ها	موش کور یاد گرفت به جای دعوا با دیگران، باید با مشورت و کمک گرفتن از آن‌ها مسائلش را حل کند.	یادگیری رفتار درست اجتماعی و حل مسأله با کمک دیگران
نهم	لیلا همیشه نگرانه	لیلا که همیشه نگران مسائل مختلف بود، متوجه شد نگرانی زیاد باعث بیشتر شدن مشکلات می‌شود؛ پس باید بر اضطرابش غلبه کند.	کاهش اضطراب عمومی و پتیک - بازارهراسی
دهم	کاشت گل در باغچه	بچه‌های کلاس یاد گرفتند اگر کارهای سخت و غیرممکن را با کمک هم انجام دهند، همه کارها آسان و ممکن می‌شوند.	یادگیری همکاری، جمع‌بندی

یافته‌ها

ابتدا در جدول زیر مفروضه‌های تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داده شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون کالموگروف - اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیر پژوهش

متغیر	وضعیت	آماره Z کالموگروف-اسمیرنوف	سطح معنی‌داری
اضطراب	پیش‌آزمون	۰/۱۶۷	۰/۲۰۱
	پس‌آزمون	۰/۲۴۵	۰/۱۴۵

با توجه به جدول ۲، آماره Z کالموگروف-اسمیرنوف متغیر اضطراب در پیش‌آزمون (۰/۱۶۷) و در پس‌آزمون (۰/۲۴۵) می‌باشد که معنی‌دار نیست.

جدول ۳. بررسی مفروضه همگنی شیب رگرسیون پیش‌آزمون و پس‌آزمون متغیرهای پژوهش

تعامل گروه پیش‌آزمون متغیر	آماره F	سطح معنی‌داری
اضطراب	۰/۲۵	۰/۷۶

با توجه به جدول ۳، آماره F آزمون همسانی شیب رگرسیون پیش‌آزمون و پس‌آزمون اضطراب در دو گروه آزمایش و کنترل معنی‌دار نیست ($F=0/25$ $p<0/076$)؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که شیب رگرسیون پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه‌ها برابر است.

جدول ۴. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس بر روی میانگین نمره‌های پس‌آزمون متغیر اضطراب در دو گروه

منابع تغییر	میانگین مجذورات	درجه آزادی	F	سطح معناداری	مجذورات
پیش‌آزمون	۳۱/۲۲	۱	۰/۵۱۲	۰/۲۸۷	۰/۰۱۹
گروه	۱۲۷۵/۶۵	۱	۲۳/۷۶	۰/۰۰۱	۰/۳۲۴

با توجه به مندرجات جدول ۴، مقدار F برای متغیر اضطراب $۲۳/۷۶$ به دست آمد که در سطح ($P<0/001$) معنادار است، و با توجه به اندازه اثر محاسبه شده $۰/۳۲۴$ تغییر در متغیر اضطراب ناشی از تأثیر متغیر مستقل (قصه درمانی) بوده است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر اثربخشی قصه درمانی بر کاهش اضطراب کودکان پایه اول مقطع ابتدایی در دوران کوید ۱۹ شهر کرمانشاه در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود. نتایج نشان داد قصه درمانی بر کاهش اضطراب کودکان پایه اول مقطع ابتدایی مؤثر بوده است که با نتایج پژوهش‌های قربانعلی پور (۱۴۰۰)، دبیریان و حیدری شرف (۱۳۹۸) و شهابی زاده و خواجه ایمینان (۳۹۷) همسو می‌باشد. در تبیین این نتایج می‌توان گفت در طول قصه درمانی کودک با مشاهده شخصیت‌های داستان که مشکلات اضطرابی دارند، نشانه‌های اضطراب را در خود شناسایی کرده و می‌آموزد کودکان دیگری هم هستند که مشکلات او را دارند. کودک با درگیری شدن در داستان و صحبت در مورد مشکل قهرمان داستان و مشکلات اضطرابی خود، شیوه‌های برخورد با مشکل را می‌آموزد. سپس کودک مضطرب سعی می‌کند از طریقی که قهرمان داستان با اضطراب خود مقابله کرد، مشکلات و نگرانی‌هایش را حل نموده و با اضطراب خود مقابله کند. فرایند شناختی که در کودک به کمک قصه آغاز شده است، از طریق یادگیری راه‌های فائق آمدن بر مشکل پایان می‌پذیرد. اصل امین آبادی و همکاران (۲۰۱۱) در پژوهشی از روش گوش دادن به داستان‌های تصویری در مورد رفتن به دندانپزشکی برای درمان اضطراب و درد ناشی از درمان‌های دندانپزشکی استفاده نمودند. آن‌ها در پژوهش خود، اثربخشی داستان‌های تصویری بر ادراک درد، اضطراب موقعیتی و بازخورد رفتاری در حین درمان‌های دندانپزشکی را بررسی نمودند. نتایج، اثربخشی گوش دادن به داستان‌های تصویری را ثابت کرد. تربیت غیرمستقیم، از جمله تعدیل یا تقویت ویژگی‌های مطلوب و تعدیل مشکلات عاطفی از نتایج قصه به شمار می‌رود. در این خصوص به هراندازه که داستان از جاذبه‌های بیشتری برخوردار باشد و بتواند نظر کودک را به گونه‌ای عمیق‌تر به خود معطوف سازد، از ارزش بیشتری برخوردار است (شعاری نژاد، ۱۳۸۶). قصه به دلیل کشش زیبایی و انگیزش کنجکاوی، این قابلیت را دارد که بسیاری از مفاهیم را به دنیای کودک انتقال دهد. روش غیرمستقیم انتقال مفاهیم، نه تنها باعث جذب بهتر و سریع‌تر مفاهیم به ذهن و زبان کودک می‌شود، بلکه فهم آن‌ها را عینی‌تر و ساده‌تر می‌سازد. صاحب‌نظران بر این عقیده‌اند که قصه‌گویی باعث خلق موقعیت‌های یادگیری می‌شود. قصه‌گویی این امکان را فراهم می‌کند که فرد به بیش از تجارب شخصی خود بیندیشد و برای حل مسائل خود راه‌های خلاقانه‌ای ایجاد کند (باتچر، ۲۰۰۶). کودک از طریق خلق داستان، بسیاری از مشکلات خود را بازگو می‌کند؛ بنابراین می‌توان از طریق قصه درمانی و خلق داستان توسط هر کودک، به مشکلات و یا خواسته‌های او پی برد و آن‌ها را رفع و درمان کرد (خاتمی، ۱۳۹۵).

نتایج پژوهش صادقی ثابت (۱۳۹۲) نشان داد که قصه درمانی باعث کاهش مشکلات رفتاری درون‌زاد از قبیل (اضطراب، غم و اندوه، تنهایی و خودپنداری ضعیف) در دانش-آموزان دختر کم‌توان ذهنی شده است. همچنین یافته‌های پژوهش شهابی زاده (۱۳۹۷) نشان داد قصه درمانی شناختی-رفتاری باعث کاهش اضطراب اجتماعی کودکان می‌شود. شرننگ (۲۰۰۱) نیز در پژوهشی به این نتیجه رسید که قصه درمانی تأثیر مثبتی بر توانایی حل مشکلات دانش‌آموزان، رفتارهای اجتماعی، شکل‌گیری ارزش‌ها، روابط بین فردی، پذیرش افراد مختلف و موقعیت در خواندن و مکالمه دارد. از طرفی بر اساس یافته‌های پژوهش زارعی و همکاران (۱۳۹۲) مداخله قصه‌گویی توانسته است همه ابعاد زیرمقیاس‌های اضطراب فیزیولوژیک، نگرانی و اضطراب اجتماعی را به طور محسوسی کاهش دهد. همچنین نتایج تحقیق خاتمی (۱۳۹۵) نشان داد که قصه درمانی بر کاهش افسردگی و اضطراب جدایی و اختلال کردار یا رفتار کودکان پیش‌دبستانی تأثیر معنادار دارد. از طرفی پرو (۲۰۰۸) در مطالعات خود قصه را برای حل و فصل طیف وسیعی از رفتارهای دوران کودکی مانند اضطراب جدایی، قلدری، رقابت خواهر و برادر، کابوس و غم و اندوه اثربخش دانست. به نظر پرو، قصه با به چالش کشیدن رفتار، به حل و فصل و بازسازی درست آن رفتار کمک می‌کند. در مطالعه دیگری نتایج پژوهش میرباقری (۱۳۹۵) نشان داد که بازی‌درمانی و قصه درمانی به‌عنوان دو روش اثربخش در پیشگیری، تشخیص و درمان اختلال اضطراب جدایی کودکان مؤثر است؛ بنابراین، با توجه به نتایج حاصل از این پژوهش و همچنین مرور پژوهش‌های مرتبط با موضوع، می‌توان این‌گونه استدلال کرد که روش قصه درمانی قادر است اضطراب کودکان را در دوران کوید ۱۹ را کاهش دهد. پژوهش حاضر منحصراً در شهر کرمانشاه انجام گرفته است، لذا تعمیم آن به دیگر شهرهای کشور باید با احتیاط کامل صورت گیرد. جامعه آماری پژوهش محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت شناختی متغیرهای مورد بررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شوند. نمونه مورد بررسی کودکان پایه اول ابتدایی بوده و در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها باید احتیاط شود. پیشنهاد می‌شود که این پژوهش در شهرها و استان‌های دیگر و با فرهنگ‌های مختلف نیز انجام شود تا بتوان از این طریق قابلیت تعمیم نتایج را افزایش داد.

منابع

- خاتمی، سیده هاله (۱۳۹۵). تأثیر قصه درمانی بر اضطراب، افسردگی و اختلال رفتار یا کردار. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- رضایی، زهرا (۱۳۹۸). اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر کاهش میزان افسردگی، اضطراب و افزایش سرسختی روان شناختی معلمان شهر کرمانشاه، پایان‌نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرمانشاه.
- زارعی، خدیجه؛ پرند، مطلق، زهره؛ سیدفاطمی، نعیمه؛ خوشبخت، فریبا؛ حقانی، حمید و زارعی، معصومه (۱۳۹۲). تأثیر قصه‌گویی بر اضطراب فیزیولوژیک، نگرانی و اضطراب اجتماعی کودکان سن مدرسه بستری در بیمارستان. فصلنامه پرستاری داخلی-جراحی، ۳(۴)، ۱۱۵-۱۲۱.
- شهابی زاده، فاطمه و خواجه ایمینان، فاطمه (۱۳۹۷). اثربخشی قصه درمانی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری بر اضطراب دانش‌آموزان دختر دبستانی. دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۱۹(۱)، ۷۰-۸۰.

- شهبازی، شیدا (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر سازگاری فردی اجتماعی و کاهش اضطراب در دانش‌آموزان دوره متوسطه شهرستان سنقر و کلیایی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور واحد کرمانشاه.
- قربانعلی پور، فاطمه (۱۳۹۸). اثربخشی قصه درمانی بر پرخاشگری، اضطراب و امید به زندگی کودکان ابتدایی تحت پوشش بهزیستی شهرستان شاهرود، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود.
- دبیریان، مریم و حیدری شرف، پرینا (۱۳۹۸). اثربخشی قصه درمانی بر کاهش میزان اضطراب و بهبود هراس اجتماعی کودکان کم‌توان ذهنی شهر کرمانشاه. مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۱(۴) T ۱۱-۱.
- Kabanyane, N. (2004). The psycho - educational use of narrative therapy among NGUNI speaking children. An un -published thesis for Master of education, The faculty of Guidance and Counseling, University of South Africa.
- Paules, C. I., Marston, H. D., & Fauci, A. S. (2020). Coronavirus infections-more than just the common cold. *The Journal of the American Medical Association*. (In Press)
- Perrow, S. (2008). *Healing stories for challenging behaviour*. 1st ed, Gloucestershire, 266, 177-91.
- Powell, T.J. (2008). *The Mental Health Handbook*. 2nd edition. Routledge.
- Sadock, B.J, Sadock V.A. (2007). Kaplan & Sadock synopsis of psychiatry behavioral sciences clinical psychiatry .10 thed. Philadelphia: lippincott Williams & willkins, 110, 8-4.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C.S, & et al (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729.