

بررسی اثر بخشی تئاتر درمانی بر سلامت عمومی زنان نابارور

تاریخ دریافت: ۹۷/۰۹/۱۵ - تاریخ پذیرش: ۹۷/۱۲/۰۱

خلاصه

مقدمه

ناباروری با طیف گسترده آسیب‌های روان شناختی شامل کاهش کیفیت زندگی، عزت نفس، رضایت جنسی، عاطفی و اجتماعی، افزایش سطح تنیدگی، اضطراب، افسردگی، مشکلات زناشویی و... همراه است از جمله روش‌هایی که می‌توان در زمینه درمان معضلات و مشکلات روحی و روانی به کار گرفت " هنر درمانی " است. هدف پژوهش حاضر، تعیین اثر بخشی تئاتر درمانی بر سلامت عمومی زنان نابارور می‌باشد.

روش کار

پژوهش اضر از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی شده با گروه کنترل می‌باشد. جهت انتخاب حجم نمونه از بین مراکز بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مرکز ثامن انتخاب و به صورت دسترس ۳۰ نفر از زنان نابارور اولیه در فاصله سنی ۴۹-۱۸ سال در محدوده زمانی مهر تا آذر سال ۱۳۹۵ انتخاب و به صورت گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵) و کنترل (۱۵) انتساب شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ و هیلر بوده که توسط دو گروه تکمیل گردید. جهت گروه آزمایش ۸ جلسه تئاتر درمانی اجرا شده و پس از پایان جلسات مجدداً پرسشنامه جهت دو گروه اجرا گردید، جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش آماری تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد و توسط نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۱ مورد محاسبه قرار گرفت.

نتایج

با توجه به اینکه در پرسشنامه سلامت عمومی بالا بودن نمرات سه خرده آزمون علائم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب و افسردگی شدید و پائین بودن نمره خرده آزمون اختلال در کارکرد اجتماعی دال بر بیماری است، داده‌های گروه آزمایش میانگین در برخی خرده مقیاس‌های اول، کاهش یافته (۱۰/۱۱، ۳/۵۳، ۱۴/۷) و در خرده مقیاس اختلال در کارکرد اجتماعی (۱۳) افزایش یافته است که می‌تواند نشان دهنده اثر بخشی احتمالی متغیر مستقل (تئاتر درمانی) بر سلامت عمومی افراد گروه آزمایش (زنان نابارور) باشد. در حالی که در گروه کنترل میانگین‌ها در سه خرده مقیاس اول (۱۴/۴، ۱۴، ۱۳/۵) افزایش داشته و در خرده مقیاس اختلال در کارکرد اجتماعی (۱۲) کاهش داشته است. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره ($p < 0/05$) نشان داد که فرضیه اصلی پژوهش ما مبنی بر اثر بخشی تئاتر درمانی بودو سلامت عمومی زنان نابارور معنادار بوده است.

نتیجه گیری

تئاتر درمانی روش مناسبی جهت افزایش سلامت عمومی زنان نابارور بودهو باعث کاهش علائم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب و اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی شدید آن‌ها شده است.

کلمات کلیدی

تئاتر درمانی، سلامت عمومی، زنان نابارور

حمیده صمدی^{۱*}

عفت شیرازی^۲

نگار صادق اصفهانی^۳

^۱ دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی، گروه مشاوره و روانشناسی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران. کارشناس سلامت روان، اداره مشاوره و سلامت روان، معاونت دانشجویی و فرهنگی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران (نویسنده مسئول)

^۲ دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی، گروه مشاوره و روانشناسی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران

^۳ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

Email: Samady3429@yahoo.com

مقدمه

بهداشت روانی نسل‌های جامعه در گرو تأمین بهداشت روانی خانواده به عنوان یک کانون مملو از محبت و آرامش برای تحول در رشد استعدادها است، که هر گونه آسیبی به آن، نسل آینده را از آثار سوء خود مصون نخواهد گذاشت و سازمان‌های اجتماعی زیادی را درگیر خود خواهد ساخت (۱). عوامل گوناگون می‌تواند سلامت روان افراد را تحت تأثیر قرار دهد. در این زمینه پژوهش‌های بی شماری نشان داده‌اند که بسیاری از مشکلات بهداشتی و اختلالات روانی، ریشه اجتماعی دارند (۲). یکی از این مسائل ناباروری است که متأسفانه در سال‌های اخیر، با افزایش آمار روز افزون آن، این مسأله به یک روند و معضل مهم پزشکی تبدیل شده است (۳-۴). ناباروری^۱ در واقع یک بحران پیچیده زندگی است، شاید به همین دلیل است که بسیاری از مولفان پیامدهای روانشناختی ناباروری را به واکنش سوگ عمومی تشبیه کرده‌اند. زوج‌های نابارور علاوه بر آنکه با یک سلسله مشکلات جسمانی روبرو هستند در پی تشخیص، درمان و سیر بیماری دسته‌ای از مشکلات روانی را نیز تجربه می‌کنند (۵). ناباروری به عنوان شکست در بارداری پس از یک سال نزدیکی منظم و بدون پیشگیری توصیف می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد، این اختلال (ناباروری) که ۱۵-۱۰٪ از زوج‌ها در سنین باروری با آن مواجه می‌شوند (۶-۷) با طیف گسترده آسیب‌های روان شناختی شامل کاهش کیفیت زندگی، عزت نفس، رضایت جنسی، عاطفی و اجتماعی، افزایش سطح تنیدگی، اضطراب، افسردگی، عصبانیت، احساس خود کوچک بینی، احساس ناکارآمدی، اختلال عملکرد جنسی و مشکلات زناشویی همراه است (۸).

از جمله روش‌هایی که می‌توان در زمینه درمان معضلات و مشکلات روحی و روانی به کار گرفت " هنر درمانی " است. یکی از شاخه‌های هنر درمانی، بازی درمانی است که خود به شاخه‌های گوناگونی چون روان نمایشی^۲ و نمایش درمانی^۳ تقسیم می‌شوند (۹). در تعریف تئاتر درمانی به عنوان یک فرایند

درمانی می‌تواند گفت عبارت است از: یک روش درمانی که به شرکت کنندگان در این فرآیند کمک می‌کند مسائل اجتماعی و روانشناختی‌شان را در بافتی واقعی باز آفرینی کنند، نه فقط در مورد آن‌ها حرف بزنند (۱۰). روشی است که فرد به یک موقعیت ویژه پاسخ می‌دهد، با تمرکز بر روی واکنش‌های رفتاریش، سیستم اعتقادیش در مورد خود، دیگران و جهانی که در آن زندگی می‌کند، احساس و پیامدهایی که به آن پاسخ برایش در پی دارد (۱۱).

ظهور تئاتر درمانی به عنوان یک نظام خاص و به عنوان یک حرفه از دهه ۱۹۳۰ شروع شده است (۱۲). ارسطو تأثیر بازی را در روان تماشاگر مورد جستجو قرار می‌دهد و عقیده بر آن دارد که تماشای نمایش باعث آرامش تماشاگر و کاسته شدن از بار غم و اندوه و عقده‌های روانی او می‌شود و اینکه تئاتر پالاینده است و روح را تسکین می‌دهد (۱۳).

تئاتر درمانی به وسیله ژاکوب مورنو^۴ (۱۹۲۷-۱۸۸۹) پایه ریزی و گسترش یافته است (۱۴). مورنو تئاتر درمانی را به عنوان یک رویکردی تعریف می‌کند که وجود انسان و واقعیت‌های متفاوت زندگی را با کاربرد روش‌های نمایشی مطالعه می‌کند. تئاتر درمانی به افراد این شانس را می‌دهد که به جای صحبت کردن در مورد مسائلشان، با به نمایش در آوردن، آنها را حل کنند (۱۴)، به نظر مورنو در تئاتر درمانی حوادث گذشته، ترس‌ها و آرزوهای آینده به زمان حال منتقل شده و حل می‌شود (۱۵) و نیز دوگان پژوهشی با عنوان " اثر بخشی تئاتر درمانی بر روی سبک دلبستگی نوجوانان " انجام داد که نشان داد که شرکت در برنامه‌های گروهی تئاتر درمانی بر روی سبک دلبستگی اضطراب مؤثر است (۱۵).

پژوهش زارع و همکاران (۱۳۸۶) نشان داد که تئاتر درمانی در مقایسه با مشاوره گروهی عقلانی رفتاری در افزایش سلامت عمومی و ابراز هیجانی اثر بخشی بیشتری دارد (۱۶). پژوهش‌های فونگ (۲۰۰۷) و مولوی و همکاران نیز نشان داد که تئاتر درمانی می‌تواند بر مهارت‌های اجتماعی و عزت نفس افراد مؤثر باشد (۱۷-۱۸).

^۱Infertility^۲Psychodrama^۳Dramatherapy^۴Jacob L. Moreno

مد نظر پژوهشگر می‌باشد به همین دلیل افراد دارای ناباروری ثانویه به عنوان معیار خروج در نظر گرفته شده‌اند. ابزار پژوهش پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ و هیلر بود که توسط دو گروه تکمیل گردید. جهت گروه آزمایش ۸ جلسه تئاتر درمانی توسط محقق با مدرک کارشناس ارشد روانشناسی اجرا شده و سپس پس از پایان جلسات مجدداً پرسشنامه جهت دو گروه اجرا شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش آماری تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد و توسط نرم افزار آماری spss در سطح معناداری $p < 0/05$ مورد محاسبه قرار گرفت.

پروتکل درمانی

جلسه اول تئاتر درمانی مانند تمام درمان‌های گروهی مرحله گرم کردن یا warm up است که در این مرحله شخص اول برای حضور در صحنه آماده می‌شود. هدف از این مرحله ایجاد احساس امنیت و اعتماد بین شخص اول و اعضای گروه است. در مرحله کارگردان (محقق) درباره اهداف، روش‌ها، زمان و ابعاد توضیح می‌دهد و خودش را معرفی می‌کند و باید زمینه‌ای فراهم کند که اعضا با هم ارتباط برقرار کنند و انسجام گروهی را افزایش دهد؛ باید معارفه‌ای بین اعضا صورت گیرد. در کل در مرحله آماده سازی به کارهای زیر می‌پردازند:

۱- آماده سازی کارگردان و درمانجویان ۲- ایجاد انسجام گروهی ۳- توسعه هم نوایی گروهی ۴- پیدا کردن شخص اول ۵- حرکت دادن شخص اول به صحنه.

جلسه دوم تئاتر درمانی اجرای تئاتر یعنی شخص اول انتخاب شده است. در این مرحله فعالیت‌هایی را انجام داده می‌شود که اجزای پنهان مسئله شخص اول را روشن کند. برای اینکه شخص اول حالت‌های هیجانی خودش را بازسازی کند تکنیک‌هایی وجود دارد مانند صندلی خالی، اتاق تاریک و ...

جلسه سوم تا پنجم: وقتی شخص اول شروع به بازی کرد کارگردان (درمانگر) جملات خود را با افعال زمان حال می‌گوید و شخص اول را تشویق می‌کند تا به موقعیت «اکنون و اینجا» جذب شود و همچنین کارگردان (درمانگر) به هنگام اجرا، روش‌ها و تکنیک‌هایی استفاده می‌کند مثل: تغییرات صحنه، اجرای نقش معکوس، ایستادن روی صندلی و سایر روش‌ها را

نتایج پژوهش هادیان مبارکه و همکاران نشان داد که نقش‌گزارای روانی (سایکودرام) بر تغییر مکان کنترل و جلوگیری از بازگشت اعتیاد مؤثر است (۱۹). توجه به پیشینه نظری و تحقیقاتی نیز بیانگر آن است که روش نقش‌گزارای روانی به دلیل گستردگی عمقی تنوع و کاربردی نگاه کردن به جنبه‌های گوناگون زندگی انسان‌ها، در انواع پیشگیری از جمله پیشگیری از مصرف سیگار، مشروبات الکلی، مواد مخدر، رفتارهای پرخطرانه و سایر موارد در کشورهای گوناگون نقش مؤثر و برجسته‌ای داشته است (۲۰).

بنابراین با توجه به اهمیت توجه به سلامت زنان نابارور و محدودیت مطالعات انجام شده در حوزه تئاتر درمانی و تاثیر آن بر سلامت عمومی زنان نابارور، مطالعه حاضر با هدف بررسی تاثیر تئاتر درمانی بر سلامت عمومی زنان نابارور طراحی گردیده است.

روش کار

این پژوهش از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی شده با گروه کنترل می‌باشد. جهت تعیین حجم نمونه با آلفا ۰/۰۵ و بتا ۰/۲۰ (قدرت ۸۰٪)، حداکثر ۱۵ زن نابارور در هر گروه نیاز خواهد بود. جهت انتخاب حجم نمونه از بین مراکز بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مرکز ثامن انتخاب و به صورت در دسترس ۳۰ نفر از زنان نابارور اولیه در فاصله سنی ۴۹-۱۸ سال در محدوده زمانی مهر تا آذر سال ۱۳۹۵ انتخاب و به صورت گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵) و کنترل (۱۵) انتساب شدند.

معیار ورود نمونه‌های پژوهش شامل آن دسته از زنان نابارور در سنین باروری ۱۸ تا ۴۹ سال دارای ناباروری اولیه و رضایت شرکت کنندگان جهت طرح بود. منظور از نابارور اولیه یعنی به مدت یکسال بدون استفاده از روش‌های پیشگیری از بارداری، بارداری اتفاق نیفتاده باشد. معیار خروج از طرح شامل موارد ناباروری ثانویه (منظور آن دسته از افراد نابارور که برای یک بار یا بیشتر باروری برایشان اتفاق افتاده است و بعد از آن به مدت یکسال بدون استفاده از روش‌های پیشگیری از بارداری، بارداری انجام نشده است) بود. در این پژوهش افراد دارای ناباروری اولیه

خویش انتقال دهد. بعد از تجربه اعمال جلسه، شخص می تواند با افراد مهم زندگی خویش خارج از گروه، آنها را به کار ببندد. اما در کل به نظر تمام تئاتر درمانها بهتر است در جلسه آخر موضوع تازه ای مطرح نشود و در لحظه ای که اعضا از فکر در مورد آنچه در جلسه گذشته فارغ شده اند خاتمه یابد (۱).

ابزار پژوهش

۱- پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ و هیلر

به منظور شناسایی اختلالات روانی غیر روان پریشی تدوین گردید. فرم اصلی آن ۶۰ پرسشی است که مکرراً تجدید نظر شده است و به تناسب شرایط و فرهنگ های گوناگون، فرم های کوتاه گوناگونی دارد. فرمی که در این پژوهش مورد استفاده قرار گرفت فرم ۲۸ پرسشی بود که هر سوال براساس مقیاس لیکرت دارای چهارگزینه از ۰ تا ۳ نمره گذاری شده است. دسته بندی نمرات از ۸۴-۰ براساس چهارمقیاس به ترتیب عالی، خوب، متوسط و ضعیف بود که به صورت نمره (۲۱-۰) عالی، (۴۲-۲۲) خوب، (۶۴-۴۳) متوسط و از ۶۴ به بالا، ضعیف طبقه بندی شده است. این فرم دارای ۴ مقیاس علائم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی شدید می باشد که هر مقیاس آن دارای ۷ پرسش است. در تمام گزینه ها، به جز اختلال در کارکرد اجتماعی، درجات پائین نشان دهنده سلامتی و درجات بالا حاکی از عدم سلامتی و ناراحتی در فرد است. در رابطه با روایی و پایایی پژوهش های متعددی روی جمعیت های گوناگون آماری به عمل آمده است من جمله صولتی ۸۹/۱۶، پالاهاگنگ ۹۱/۹ (۹) و میرخشتی ۹۲/۲۵.

نتایج

میانگین و انحراف استاندارد نمره های پیش آزمون و پس آزمون سلامت عمومی و خرده آزمون های آن در دو گروه آزمایش و کنترل در جدول (۱) با عنوان میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش آزمون و پس آزمون سلامت عمومی در دو گروه ارائه شده اند. به منظور بررسی معناداری تفاوت میانگین ها، از آزمون کوواریانس استفاده شد.

برای حفظ و بالا نگهداشتن تحرک نمایشی به کار می برد. بعد از مهیا کردن صحنه کارگردان (درمانگر) افراد یا فرد یاور را انتخاب می کند و به صحنه دعوت می کند و آنها بلافاصله در نقش هایشان جای می گیرند مثلاً فرد یاور می تواند نقش طرف مقابل شخص اصلی را بازی کند اما گاهی هم هست که یاور به عنوان یک فرد مضاعف استفاده می شود یعنی جانشین احساسات درونی شخص اول می شود، یعنی وقتی شخصی اول دارد با فرد مقابلش حرف می زند حرف هایی را که دلش می خواهد بزند اما نمی تواند یاور مضاعف به جای او بیان می کند. در تئاتر درمانی شخص اول فقط به آنچه که در واقعیت اتفاق افتاده است توجه نمی کند، بلکه به جنبه های مهم تری که هیچ گاه اتفاق نیفتاده و فقط در تخیل او بوده است نیز می پردازد.

یکی از نتایج مهم تئاتر درمانی آشکارسازی ترس ها، انتظارات، خشم های نهفته، فرافکنی ها، درون فکنی ها، نگرش و قضاوت های شخص اول نمایشی است، علاوه بر اینها تئاتر درمانی به شخص اول یاری می دهد تا این احساسات را تخلیه و پالایش کند و به شکل نمادین در آنها زندگی کند.

جلسات ششم تا هشتم: در انتهای کار گروه می توان تعمق و ارزیابی را با استفاده از نمایش بحث یا ترکیبی از هر دو انجام داد. در بعضی از جلسات این کار جنبه رسمی به خود می گیرد و هر یک از افراد با توجه به تجربه ای که از تئاتر درمانی کسب کرده اند و بر اساس معیارهای مورد توافق اعضای گروه، به ارزیابی فرایند تئاتر درمانی می پردازند. ممکن است فرد اهدافی را برای خود مشخص کرده باشد تا از طریق تئاتر درمانی به آنها دست یابد در جلسه اختتامیه اهداف مذکور در پرتو رویدادهای جلسات تئاتر درمانی، ارزیابی و تحلیل می شوند. گاهی هم نگاه به گذشته، به آینده و به چگونگی پایان دادن به تجربه تئاتر درمانی ممکن است ساختار محکم تری داشته باشد و موضوعات و موارد مطلوب از رل نمایشی بیرون بیایند و در همان لحظه هم مورد تعمق و ارزیابی قرار گیرند.

اما بهترین شیوه در تسهیل خاتمه جلسه، نظم بخشی به اعمال رفتاری مرحله ای اجراست. این عمل به شخص اول کمک می کند تا آموخته های جلسه را به بیرون جلسه و زندگی عادی

جدول ۱- میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش آزمون و پس آزمون سلامت عمومی کل، علائم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، اختلال در کنش اجتماعی و افسردگی دو گروه

پس آزمون		پیش آزمون		گروه	مقیاس ها
انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین		
۴/۶	۴۹/۴۶	۵/۲	۵۵/۳	آزمایش	سلامت عمومی
۴/۸	۵۰/۴	۶/۲	۵۱/۷	کنترل	
۲/۶	۱۱/۵۳	۲/۹	۱۶/۱	آزمایش	علائم جسمانی
۲/۸	۱۴/۴	۲/۹	۱۵/۸	کنترل	
۳/۲	۱۰/۳۳	۳/۲	۱۳/۷	آزمایش	اضطراب و اختلال خواب
۲/۴	۱۴	۲/۸	۱۲/۷	کنترل	
۲/۸	۱۳	۳/۳	۸/۸	آزمایش	اختلال کارکرد اجتماعی
۱/۹	۱۲	۲/۹	۹/۱	کنترل	
۲/۴	۱۴/۷	۲	۱۶/۷	آزمایش	افسردگی شدید
۲/۹	۱۳/۵	۳/۴	۱۳/۱	کنترل	

افراد گروه آزمایش (زنان نابارور) باشد. در حالی که در گروه کنترل میانگین ها در سه خرده مقیاس اول افزایش داشته و در خرده مقیاس اختلال در کارکرد اجتماعی کاهش داشته است. با توجه به اینکه مفروضات روش تجزیه و تحلیل کو واریانس برقرار است از روش تفاضل نمرات بین پیش آزمون- پس آزمون دو گروه استفاده می کنیم که نتایج آن به شرح ذیل می باشد.

با توجه به اینکه در پرسشنامه سلامت عمومی بالا بودن نمرات سه خرده آزمون علائم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب و افسردگی شدید و پائین بودن نمره خرده آزمون اختلال در کارکرد اجتماعی دال بر بیماری است، داده های جدول بیان کننده این است که در گروه آزمایش میانگین در برخی خرده مقیاس های اول، کاهش یافته و در خرده مقیاس اختلال در کارکرد اجتماعی افزایش یافته است که می تواند نشان دهنده اثر بخشی احتمالی متغیر مستقل (تاثیر درمانی) بر سلامت عمومی

جدول ۲- نتایج کلی تحلیل کو واریانس چند متغیری (MANCOVA) در دو گروه آزمایش و کنترل از لحاظ تفاضل نمرات پیش

آزمون- پس آزمون متغیرهای پژوهش

آزمون ها	مقدار	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	مجذور سهمی	ایتی
اثر پیلاپی	۰/۸۵۱	۳۵/۵۷۲	۴	۲۵	۰/۰۰۰	۰/۸۵۱	
لامبدای ویکلز	۰/۱۴۹	۳۵/۵۷۲	۴	۲۵	۰/۰۰۰	۰/۸۵۱	
اثر هاتلینگ	۵/۶۹۲	۳۵/۵۷۲	۴	۲۵	۰/۰۰۰	۰/۸۵۱	
بزرگترین ریشه روی	۵/۶۹۲	۳۵/۵۷۲	۴	۲۵	۰/۰۰۰	۰/۸۵۱	

داده شده است، آزمون چهارگانه تحلیل واریانس چند متغیری مربوط به تفاضل دو متغیر پژوهش از لحاظ آماری معنادار

همان طور که در جدول شماره ۲ با عنوان نتایج کلی تحلیل کو واریانس چند متغیری در دو گروه آزمایش و کنترل نشان

همچنین با نتایج ت پژوهش کوانگ^۵ (۲۰۰۳) که در پژوهشی نشان داد تئاتر درمانی به عنوان یک روش روان درمانی گروهی در حل مسائل فردی بویژه تخلیه هیجانی، کنترل عصبانیت و حل تعارضات عاطفی نتایج سودمندی به بار آورده است (۲۲).

مطالعه ما نشان داد که تئاتر درمانی بر علائم جسمانی مؤثر بود، که با پژوهش‌های فونگ^۶ (۱۷)؛ سوموف^۷ (۲۰)؛ کراسانیکس^۸ (۲۰۰۸) به نقل از هادیان مبارکه (۱۹)؛ اسپرور و همکاران^۹ (۲۳) هماهنگ است.

هنر در طول تاریخ، آگاهانه و ناآگاهانه مورد استفاده درمانی قرار گرفته است. امروزه هنر می تواند شفا دهنده، آرام بخش، آموزش دهنده و هماهنگ کننده باشد (۱۳). طبق نتایج حاصل از این پژوهش‌ها، تمرینات تئاتر درمانی می‌توانند با کاهش علائم جسمانی و درد بر کارکرد آزمودنی‌ها تأثیر گذاشته، نیاز به استفاده از داروها را در آنان کاهش دهند و در مجموع کارایی آن‌ها را بهبود بخشیده و نشانه‌های بیماری را کنترل کنند (۱).

در این پژوهش، تئاتر درمانی توانسته باعث کاهش اضطراب شود. که این نتیجه با پژوهش سوزان و همکاران^{۱۰} (۲۰۱۱) موافق است. نتایج حاصل از پژوهش‌های مذکور حاکی از آن است که کارکرد تراژدی و نمایش برای تحریک روحی و هیجانی جهت تخلیه روانی لازم است (۲۰). روشی که به وسیله آن هیجانات، ترس‌ها و عاطفی که تحریک شده‌اند، تقلید می‌شوند. موضوعی می‌تواند به عنوان تئاتر شناخته شود که با احساسات انسانی ارتباط مستقیم و یگانه داشته باشد و قادر باشد در زندگی افراد تغییر ایجاد کند (۱۶، ۱). هنر این امکان را می‌دهد که خود با نوعی بازی و ابزار کار هنری تجربیات درونی سخت شده را روی صفحه کاغذ بیاورد و خود را در آینه رنگ‌ها خطوط و دیگر ابزار هنری ببیند و بیان کند (۱۳). نمایش می‌تواند بسته‌های فرافکنانه جهت مشاهده کنندگان ایجاد و راهی برای برون ریزی

می‌باشد ($p < 0/05$) ($p < 0/05$) و بیانگر آن است که دو گروه آزمایش و کنترل حداقل در یکی از دو متغیرها مورد مقایسه دارای تفاوت معناداری می‌باشند. همان‌گونه که مشاهده می‌شود در تحلیل کوواریانس چند متغیره، چهار آزمون "اثر پیلای، لامبدای ویکلز، اثر هاتلینگ و بزرگترین ریشه روی" بررسی می‌شود. همان‌گونه که در جدول مشخص می‌شود سطح معناداری تمامی آزمون‌های چند متغیره ($p = 0/000 < 0/05$) می‌باشد که نشان می‌دهد که حداقل بین یک متغیر وابسته در گروه‌های آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد و چون این سطح کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد لذا فرض صفر با اطمینان ۰/۹۵ رد شده و فرض خلاف تأیید می‌شود و نتیجه گرفته می‌شود که تئاتر درمانی بر سلامت عمومی زنان نابارور موثر بوده است.

با توجه به اینکه ارزش مجذور ایثای سهمی ۰/۸۵۱ می‌باشد مشخص می‌شود که تئاتر درمانی مقدار ۸۵/۱٪ از کل واریانس متغیرهای وابسته را تبیین می‌کند. چون دو گروه با یکدیگر مقایسه می‌شوند، مقدار (F:۳۵/۵۷۲) و سطح معناداری ($\text{sig} = 0/000$) و مجذور ایثای سهمی تمام آزمون‌ها برابر می‌باشد.

بحث و نتیجه گیری

هدف این پژوهش، بررسی اثر بخشی روش تئاتر درمانی بر سلامت عمومی زنان نابارور بود. در کنار سلامت عمومی کل، اثر بخشی این شیوه بر علائم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، اختلال در کنش اجتماعی و افسردگی زنان نابارور نیز به گونه‌ای جداگانه مورد ارزیابی قرار گرفت، نتایج حاصله از این پژوهش نشان داد که تئاتر درمانی به گونه معناداری میزان سلامت عمومی زنان نابارور را افزایش داده است.

نتایج مربوط به نمره کل پرسشنامه سلامت عمومی نشان می‌دهد که نمره کل آزمودنی‌ها در پس آزمون گروه آزمایش به گونه معناداری بیشتر از پیش آزمون آنهاست، این نتیجه با نتایج پژوهش‌های زارع و شفیع آبادی (۱۳۸۶) و حفاریان و همکاران (۱۳۸۸) که به اثر بخشی روش تئاتر درمانی در افزایش سلامت عمومی و ابراز گری هیجانی پرداخته بودند، نتیجه گرفتند که این روش بر هر دو متغیر مؤثر است (۱۶، ۲۱).

⁵Kwang

⁶Fong

⁷Somov

⁸Krassanakis

⁹Sproesser at all

¹⁰Sussan

پزشکی جهت زنان نابارور ابعاد روانشناختی آنان نیز در کنار بررسی ابعاد جسمانی، مورد بررسی قرار گیرد و از تبعات ناباروری بر ایجاد بیماری‌های شایع روانپزشکی به خصوص دیسترس‌های روان شامل افسردگی و اختلالات خلقی جلوگیری کند.

عواطف آماده کند(۱۶). مورنو معتقد بود باید به مراجع اجازه داد تا از راه ایفای نقش انگیزه‌های پنهانی و حالات هیجانی خود را از دورن آزاد کند.

هم چنین تئاتر درمانی بر اختلال در کارکرد اجتماعی مؤثر بوده که با نتایج پژوهش‌های مولوی و همکاران(۱۸)؛ اصلانی(۴)؛ دوگان(۱۵) هماهنگ است. طبق نتایج حاصل از این پژوهش‌ها تمرینات تئاتر درمانی، درمان ارتباطات است که شخص می‌تواند آن‌ها را آشکار کند و کوشش می‌کند که خود را با قسمت‌های گوناگون زندگی‌اش در گذشته، حال، آینده وفق دهد(۱۵). برنامه‌های متنوع تئاتر درمانی، ضمن تقویت مهارت‌های شنوایی و حرکتی در جابه‌جایی‌های گوناگون، ارتباط اجتماعی و عاطفی مؤثر بوده و در فرد احساس ایمنی و آرامش به وجود می‌آورد(۱).

تئاتر درمانی می‌تواند بر افسردگی مؤثر باشد با نتایج پژوهش‌های حمام‌سی^{۱۱}(۲۴)؛ زیپ و همکاران^{۱۲}(۲۵) هماهنگ است. این پژوهش‌ها، نشان دادند که به نمایش در آورد موقعیت‌هایی که در هنگام اتفاق رنج آور و فاجعه آور بوده و وقتی تکرار می‌شود از فشار آن کاسته می‌شوند، یعنی هر بار که باز سازی می‌شود فشار کمتری وارد می‌آورد(۱۸). نمایش باعث آرامش تماشاگر و کاسته شدن از بار غم و اندوه و عقده‌های روانی او می‌شود و اینکه تئاتر پالاینده و روح را تسکین می‌دهد(۱۳). تئاتر درمانی یک روش گروه درمانی است که در آن خصوصیات برجسته شخصیت، ارتباطات بین فردی، تعارضات و کشمکش‌های روانی و هم چنین اختلالات احساسی و عاطفی به وسیله روش‌های مخصوص نمایش مورد مشاهده و بررسی قرار می‌گیرند(۱).

با توجه به این که در مطالعه حاضر تأثیر این روش در سلامت عمومی زنان نابارور نشان داده شده است باید زمینه را برای استفاده از این روش‌ها فراهم کرد. در صورتی که این پژوهش منجر به ایجاد دستورالعملی شود، با ایجاد زمینه‌های مناسب به امر ارتقای بهداشت روانی و سطح سلامت در دانشگاه‌ها پرداخته می‌شود و شرایطی فراهم می‌شود که علاوه بر درمان‌های رایج

¹¹Hamamci

¹²Zeynep

References

- 1-. Gholami A, Boshlideh K, Rafi A. Effect of theater therapy of mental health of divorced women. *Psychological methods and models* 2012. 2(10) : 45-64
- 2-. Beasley M ,Bagheri S. Perceive divorced women. *Internet magazine Persian Week* 2010.
- 3-. Jerskey BA, Panizzon M S C, Neale M C , Grant M.D , Schultz M , Eisen M.T , Lyons M . JMarriage and divorce: A genetic perspective. *Personality and Individual Difference* 2010. (49): 473-478. .
- 4-.Ellison C G, Anthony B W, Marquardt, E. The effects of parental marital discord and divorce on the religious and spiritual lives of young adults. *the Journal Social Science Research* 2011 (40): 538-551.
- 5-.Samadi H, Mohsen D. Investigating the effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) on marital compatibility and life expectancy in infertile women, *International Academic Journal of Sosial Sciences* 2016. 3(5): 16-27
- 6-Samadi H, Mohsen D. Investigating the effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) on marital compatibility in infertile women, *journal of clinical psychology Andishehva rafter* 2017. 11(43):67-76.
- 7-Spiroff L, Fritz M. *AClinical gynecology endocrine-ology and infertility*. 17th ed. Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins 2005.
- 8-Watkins K .The infertility experience : Biopsychosocial effect and suggestion for counsellours 2004.
- 9-Palahang, .Amraie, MPsychedrama in way of revolution. 1 th, Ed,.. (2010). Tehran: Danje press
- 10-. Karatas Z, Gokcakan Z .A Comparative Investigation of the Effects of Cognitive-Behavioral Group Practices and Psychodrama on Adolescent Aggression. *Journal KuramveUygulamadaEgitimBilimleri/Educational Sciences: Theory &practice* 2009. 9(3): 1452-1441
- 11- Jefferies J Psychodrama : Wki Action : My Thank You is for Your Concern'. *Journal Group of Analysis* 2005. 38(3: 379-371.
- 12-Jones P. into the core processes of drama therapy: Vignettes andconversayions. *Journal the Arts in Psychotherapy* 2008. 35:271-279.
- 13-. Marsick E. Cinematherapy with preadolesce 1 divorce: A collective case study. *The Arts in Psychotherapy* . 2010. 37: 311-318.
- 14-.Blatner A. Morenean Approaches: Recognizing Psychodramas Many Facets .*journal psychotherapy, . HeldreofPublications* 2010. 170-159 .
- 15-. Dogan T.The effects of psychodrama on young adults attachment styles. *Journal The Arts in Psychotherapy* 2010. 37: 112-119.
- 16-Solati Zare M, Shafiabadi A, Navabinejad Sh, Sharefi H. Comparing influence of feeling intellectual group counseling, behavior, and style of psychodrama counseling to increase general health and excitement expression of visited women. *Iranian psychologist section* 2005. 4(13):25-41.
- 17-Fong J. Psychodrama as a Preventive Measure: Teenage Girls Confronting Violence. *Journalpsycholtherapy, psychodrama & sociometry*. . Heldref Publications 2007. pp : 108-99.
18. Molaviganjeh S, Taghavizadeh M. St recognition agents on divorce appearing in prisoners of Rasht centryl prison. *correction and training section* 2010. 99: 33-37.
- 19-. Hadianmobarake R. Noori A, Malekpoor M. Psychodrama and addiction . *Psycho healing news section* 2010. 16(55):47-66. Elde thesis of nursing and midwifery college; Iran medical science university.
- 20-.Somov P G. A psychodrama group for substance use relapse prevention training . *The Journal Arts in Psychotherapy* 2008. 35: 151-161.
- 21-. Haffarian L, Aghae A, Kajbaf M, Kamkar M. Life quality comparing and its aspects among divorced woman and indivorced and it's relation to features of population recognition in Shiraz city. *Science and investigation on practical psychologist of Khorasgan Islamic free university* 2009.41: 46-86.
- 22.Kwang W. K. The Effects of Being the Protagonist in Psychodrama. T . Winter 2003. 127-115.
- 23.Sproesser E, VianaM A, Quagliato E. M.A.B , de Souza E. A. P. The effect of psychodrama in patients with PD : A controlled study. *Parkinsonism and Ralated Disorders* 2010. 16: 298-300.
- 24-. Hammamci M , Hajebi A, Panaghi L, Abedi Sh. difficult and excitement of childrens with single pare r protection in comparing to five lies with 2 parent oicommitteemdad. *Tehran university medical science magazine* 2010. 66 (3): 196-202.
- 25-Mir kheshti, Zeynep H. Integrating psychodrama and cognitive behavioral Therapy to treat moderate depression. *Journal The Art in psychotherapy* 2006. 33: 207-199.

*Original Article***The effect of theater therapy on general health of infertile women**

Received: 06/12/2018 - Accepted: 20/02/2019

Hamideh Samadi¹
 Effat Shirazi²
 Negar Sadegh Esfehiani³

1PhD Student of Psychology, Department of Counseling and Psychology, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran. Mental Health Expert, Department of Mental Health Counseling and Student, Mashhad University of Medical Sciences, Mashhad, Iran (Corresponding Author)

2PhD Student of Psychology, Department of Counseling and Psychology, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran

3Master of Clinical Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran

Email: Samady3429@yahoo.com

Abstract

Introduction: Infertility with a wide range of psychological disorders including decreased quality of life, self-esteem, sexual, emotional and social satisfaction, increased levels of stress, anxiety, depression, anger, low self-esteem, inadequacy, sexual dysfunction, and associated marital problems. Art therapy is one of the methods that can be used to treat mental health problems. The purpose of this study was to determine the effect of theater therapy on general health of infertile women.

Materials & Methods: This study is a randomized clinical trial with control group. To select the sample size from health centers of Mashhad University of Medical Sciences, Samen center was selected and available among 30 primary infertile women aged 18-49 years from October to December 2016 and randomly assigned in two Experimental group (15) and control (15) were assigned. The research tool was Goldberg and Hiller General Health Questionnaire which was completed by two groups. The experimental group performed 8 sessions of theatrical therapy and then after the sessions the questionnaire was again administered to the two groups. Multivariate analysis of covariance was used to analyze the data and was calculated by SPSS software.

Results: Considering that in the General Health Questionnaire the high scores of the three subscales of physical symptoms, anxiety and sleep disorder and severe depression and the low score of social dysfunction subscale indicate disease, the data of the experimental group mean in some subscales. The first scales decreased (11.3 / 10.3, 14.7) and increased in the social dysfunction subscale which may indicate the potential impact of an independent variable (theater therapy) on public health. Persons in the experimental group (infertile women). Whereas in the control group the averages increased in the first three subscales (14.4, 14, 13.5) and decreased in the social dysfunction subscale .

The results of multivariate analysis of covariance ($p < 0.05$) showed that the main hypothesis of our research was that the effect of theater therapy on general health of infertile women was significant.

Conclusion: Theater therapy is an appropriate way to increase the general health of infertile women and reduce physical symptoms, anxiety and sleep disorders and social dysfunction and severe depression.

Key words: Theater Therapy, General Health, Infertile Women