

تاثیر روان‌نمایش‌گری بر افزایش تمایز یافتگی فرد از خانواده در دانشجویان پرستاری

دکتر اکبر سلیمان نژاد^۱

تاریخ دریافت: ۸۸/۴/۱۶ تاریخ پذیرش: ۸۸/۷/۱۲

چکیده

پیش زمینه و هدف: روان‌نمایش‌گری به‌خاطر استفاده از شیوه‌های عملی و نمایشی بجای صحبت کلامی صرف در درمان و توانایی بازسازی مسائل عمیق گذشته فرد، از پتانسیل بالایی برای افزایش تمایز یافتگی افراد و هدایت آن‌ها به سوی یک زندگی سالم برخوردارست. پژوهش حاضر، با هدف بررسی تاثیر گروه‌های روان‌نمایش‌گری بر افزایش تمایز یافتگی فرد از خانواده، در دانشجویان دختر پرستاری صورت گرفت.

مواد و روش کار: نمونه پژوهش، ۲۰ نفر دانشجوی دختر بودند (۱۰ نفر برای هر یک از گروه‌های آزمایش و کنترل) که از طریق نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. ۱۲ جلسه گروه سایکودرام ۱/۵ ساعته، با فاصله زمانی دو بار در هفته برای گروه آزمایش اجرا شد و گروه گواه، رویکردی دریافت نکرد. پس از پایان جلسات روان‌نمایش‌گری، پرسش‌نامه مذکور در هر دو گروه اجرا شد (پس آزمون). پردازش داده‌های پژوهش، با استفاده از آمار توصیفی و آزمون تی برای گروه‌های مستقل انجام گرفت.

یافته‌ها: گروه‌های سایکودرام توانست تمایز یافتگی دانشجویان را در مقیاس کلی و چهار خرده مقیاس پرسش‌نامه ای افزایش دهد. روش "روان‌نمایش‌گری" توانسته در افزایش سطح واکنش‌پذیری عاطفی دانشجویان، سطح جایگاه من و سطح کاهش گریز عاطفی دانشجویان، نسبت به کاهش ارتباط (هم آمیختگی) با دیگران در دانشجویان موثر واقع شود.

بحث و نتیجه‌گیری: روان‌نمایش‌گری با توجه به ویژگی‌های منحصر به فردش، می‌تواند روش درمانی بسیار مؤثری در افزایش تمایز یافتگی باشد. همچنین می‌تواند با اجرای صحنه‌هایی از مواجهه با خانواده و تمرین‌های رفتاری، اضطراب فرد را برای رویارویی مجدد با خانواده اصلی کاهش دهد.

کلید واژه‌ها: روان‌نمایش‌گری، تمایز یافتگی، خانواده

مجله پزشکی ارومیه، دوره بیست و یکم، شماره اول، ص ۴۷-۳۷، بهار ۱۳۸۹

آدرس مکاتبه: ارومیه، دانشگاه پیام نور ارومیه تلفن: ۰۴۴۱-۳۸۲۴۵۱۱

Email: akbar.soleimannejad@gmail.com

مقدمه

خانواده به عنوان اولین و مهم‌ترین کانون زندگی اجتماعی، بیشترین نقش را در شکل‌گیری شخصیت افراد ایفا می‌کند و می‌تواند بستر رشد افرادی تمایز یافته با کارکردی سالم، یا افرادی کاملاً وابسته با مشکلات ژرف روانی و همچنین افرادی بین این دو نقطه انتهایی طیف باشد. خانواده به عنوان نخستین پایگاه شکل‌گیری شخصیت، اساسی‌ترین عامل بوجود آورنده «تمایز یافتگی» یا استقلال عاطفی افراد است. تمایز یافتگی یکی از مهم‌ترین مفاهیم نظریه سیستم‌های خانواده است، میزان توانایی فرد در تفکیک فرایندهای عقلی و احساسی را نشان می‌دهد. افراد تمایز یافته تعریف مشخصی از خود و عقایدشان دارند، می‌توانند جهت خویش را در زندگی انتخاب نمایند و در موقعیت‌های شدید

عاطفی که در بسیاری از افراد منجر به بروز رفتارهای غیر ارادی و گرفتن تصمیمات نافرجام می‌شود، کنترل خود را از دست ندهند و با در نظر گرفتن عقل و منطق تصمیم‌گیری کنند. در مقابل، افراد تمایز نیافته که هویت تعریف شده‌ای ندارند، در تنش‌ها و مسائل بین‌اشخاصی موجود، همراه با موج عاطفی خانواده حرکت می‌کنند و در نتیجه اضطراب مزمن بالایی را تجربه کرده و مستعد مشکلات روان‌شناختی و بروز نشانه‌های بیماری هستند (گلدنبرگ، ۲۰۰۰).

از آنجایی که تمایز یافتگی، نقشی مهم و اساسی در کاهش اضطراب مزمن فرد و برخورداری از یک زندگی سالم را دارد و همچنین با توجه به این‌که شخصیت فرد از لحاظ میزان تمایز یافتگی اش، در ارتباط با اعضای خانواده شکل می‌گیرد، لذا این دوره نقش کلیدی در ایجاد یک هویت شخصی سالم و

^۱ استادیار روانشناسی، دانشگاه پیام نور ارومیه