
بررسی تاثیر آموزش تئاتر بر یادگیری مهارت‌های زندگی در دوره نوجوانی در بوشهر

■ جواد جمیری [نویسنده مسوول]

■ عزت دیره

تاریخ دریافت مقاله: ۹۴/۰۲/۱۴ | تاریخ پذیرش نهایی: ۱۳۹۴/۰۶/۲۵

بررسی تاثیر آموزش تئاتر بر یادگیری مهارت‌های زندگی در دوره نوجوانی در بوشهر

جواد جمیره | کارشناس ارشد علوم تربیتی

عزت دبیره | دکتری، عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی تاثیر آموزش تئاتر بر یادگیری مهارت‌های زندگی در دوره نوجوانی در شهر بوشهر می‌پردازد. روش تحقیق با توجه به ماهیت پژوهش، آزمایشی یا تجربی بوده است. نمونه پژوهش ۴۰ نفر از نوجوانانی بود که جهت یادگیری تئاتر به مجتمع فرهنگی هنری بوشهر مراجعه کرده بودند و انتخاب شدند (۲۰ نفر گروه آزمایش و ۲۰ نفر گروه کنترل). در مرحله بعدی پیش‌آزمون از دو گروه با استفاده از آزمون مهارت‌های زندگی سوران گرفته شد. سپس گروه آزمایش به مدت هشت جلسه تحت آموزش تئاتر قرار گرفتند و در پایان مجدداً پس‌آزمون بر روی دو گروه انجام گرفت. در پایان آموزش، پرسشنامه نگرش سنج ساخته و در مورد هردو گروه نسبت به یادگیری تئاتر اجرا شد.

یافته‌های تحقیق نشان داد: تحلیل و مقایسه اطلاعات به دست آمده از تفاضل پیش‌آزمون-پس‌آزمون، آموزش تئاتر، مهارت‌های زندگی در نوجوانان را افزایش می‌دهد. هم‌چنین در تحلیل نتایج آزمون مهارت‌های زندگی سوران نشان داد که آموزش تئاتر بر مهارت‌های خودآگاهی، همدلی و ارتباط مؤثر، تفکر خلاق، تفکر انتقادی، حل مسئله و روابط بین فردی معنی دار نبود. اما براساس نتایج تحقیق فوق آموزش تئاتر در افزایش مهارت‌های تصمیم‌گیری، مسئولیت‌پذیری اجتماعی، عزت نفس، مدیریت بر هیجان و کنترل استرس اثربخش بوده و باعث افزایش مهارت‌های یادشده می‌شود.

واژگان کلیدی: تئاتر، مهارت‌های زندگی، نوجوانان، ایفای نقش.

مقدمه

رشد انسان در زمینه‌های روانی، اجتماعی، جسمانی، جنسی، شغلی، شناختی، الگوی اخلاقی و عاطفی صورت می‌گیرد؛ هریک از زمینه‌ها، نیازمند مهارت و توانایی هستند. درواقع می‌توان گفت که تکامل مراحل رشدی، وابسته به مهارت‌های زندگی است. زمانی که افراد مهارت‌های اساسی زندگی را کسب کنند، در عملکرد بهینه خود پیشرفت می‌کنند. آموزش مهارت‌های زندگی، نقش اساسی را در بهداشت روانی ایفا می‌کند و البته زمانی که در یک مقطع رشدی مناسب ارایه شود، نقش برجسته‌تری خواهد داشت. درواقع آموزش مهارت‌های زندگی، نقش درمانی دارد (گتیر^۱، گازدا^۲ و اردن^۳، ۱۹۹۶).

یونسف^۴ مهارت‌های زندگی را: یک رویکرد مبتنی بر تغییر رفتار یا شکل‌دهی رفتار جهت برقراری توازن میان سه حوزه دانش، نگرش و مهارت می‌داند. این تعریف بر شواهد پژوهشی مبتنی است که نشان می‌دهد اگر در توانمندسازی افراد جامعه، بحث دانش، نگرش و مهارت به صورت تلفیقی مورد توجه قرار نگیرد، نتیجه مورد انتظار یعنی کاهش رفتارهای پرخطر، به دست نمی‌آید. به طور کلی، مهارت‌های زندگی عبارت‌اند از توانایی‌هایی که منجر به ارتقای بهداشت روانی افراد جامعه، غنای روابط انسانی، افزایش سلامت و رفتارهای سلامت در سطح جامعه می‌شوند. مهارت‌های زندگی، هم به صورت یک راهکار ارتقای سلامت روانی و هم به صورت ابزاری در پیشگیری از آسیب‌های روانی - اجتماعی مبتلا به جامعه نظیر اعتیاد، خشونت‌های خانگی و اجتماعی، آزار کودکان، خودکشی، ایدز و موارد مشابه قابل استفاده است. به طور کلی، مهارت‌های زندگی ابزاری قوی در دست متولیان بهداشت روانی جامعه در جهت توانمندسازی جوانان در ابعاد روانی - اجتماعی است. این مهارت‌ها به افراد کمک می‌کنند تا مثبت عمل کرده و هم خودشان و هم جامعه را از آسیب‌های روانی - اجتماعی حفظ کرده و سطح بهداشت روانی خویش و جامعه را ارتقاء بخشند (فتی، ۱۳۸۵).

از مهارت‌های زندگی برداشت‌های گوناگون به عمل آمده است که وجه مشترک بیشتر آن‌ها تأکید بر مهارت‌های حل مسأله، مهارت‌های اجتماعی، مقابله با هیجانات منفی و استرس، مهارت‌های تصمیم‌گیری، تفکر خلاق و نقادانه، خودآگاهی و خودکنترلی، ابراز وجود، آگاهی‌های حرفه‌ای، شهروند مسؤول و شیوه‌های مصرف، دارد (بابادی، ۱۳۸۶).

یادگیری مهارت‌های زندگی، راهی است برای دستیابی به شیوه‌های آموزش پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی در بین نوجوانان و ضرورت آموزش مهارت‌های زندگی در مورد آنان. امروزه با توجه به شرایط زندگی شهری و صنعتی و شکل‌گیری روابط اجتماعی و تقسیم کار پیچیده، خانواده‌ها هزینه سنگینی را برای آموزش مستقیم کودکان و نوجوانان صرف می‌کنند تا آموخته‌های گذشته را

به نسل کنونی منتقل کنند و آن‌ها را برای زندگی امروز و فردا آماده کنند. این آموزش‌ها، اگر بر مبنای شناخت درست از نیازها و ضرورت‌ها استوار نباشد، همه جامعه را با تنگنا و مشکلات مواجه می‌سازد و همه کودکان و نوجوانان را در کوران آسیب‌های اجتماعی قرار می‌دهد. در نتیجه، هم نوجوانان و هم خانواده‌ها و هم جامعه، از این رهگذر آسیب فراوان می‌بینند. بدیهی است که نمی‌توان انتظار داشت که هرکسی در زندگی خود به این مهارت‌ها در شکل مطلوب خود دست خواهد یافت. فقدان این مهارت‌ها باعث می‌شود که فرد در برابر فشارها دست به رفتارهای غیرموثر و ناسازگارانه بزند.

پرواضح است که هرچه یادگیری این مهارت‌ها از سنین پایین‌تر آغاز شود و مناسب با سطح تحول ذهنی و نیازهای مخاطب خود باشد، اثربخشی آن بیشتر و بهتر خواهد بود. یادگیری مهارت‌های زندگی در نسل نوجوان احساس کفایت، توانایی، موثر بودن، غلبه کردن و توانایی برنامه‌ریزی، رفتار هدفمند و متناسب با مشکل را به وجود می‌آورد. پژوهش‌های متعدد نشان داده است که مهارت‌های زندگی در زمینه توانمندسازی اجتماعی و فردی اثر مستقیم دارد.

براساس آنچه که در گفتارهای علمی آمده، شاید ایفای نقش، مهم‌ترین شیوه آموزش مهارت‌های زندگی باشد، زیرا افراد می‌توانند موارد استفاده مهارت‌های آموخته‌شده را در موقعیت‌های متفاوت تمرین کنند. ایفای نقش، به‌خصوص در مورد مهارت‌هایی که اجرای آن‌ها در محیط‌های واقعی زندگی اضطراب‌آور است، بسیار مفید و باارزش است. با استفاده از این شیوه آموزشی، افراد به‌ویژه نوجوانان می‌توانند در محیطی کنترل‌شده، رفتارها را مشاهده کرده، بیاموزند، تمرین کنند و پس از تسلط؛ آن را در محیط واقعی زندگی به کار برند. به نظرمی رسد، اهمیت و ضرورت چنین پژوهشی با توجه به هدف کاربردی که برای مراکز آموزشی و به‌ویژه برای آموزش و پرورش که به‌نوعی با نوجوانان ارتباط بیشتری دارد، بیشتر آشکار و مورد استفاده است.

بدین ترتیب کاربرد هنرهای نمایشی در یادگیری بسیار قدرتمند است و به سطحی از درگیر شدن امکانی می‌دهد که در بیشتر شیوه‌های آموزشی سنتی میسر نیست. تئاتر، نوجوانان را برای فهم بهتر رفتارهای اجتماعی، نقش خود در تعاملات اجتماعی و راه‌های مؤثر حل مسایل هدایت می‌کند. این روش، نوجوانان را در گردآوری و سازماندهی اطلاعات درباره مسایل اجتماعی و تعاون، همکاری و کسب مهارت‌های زندگی کمک می‌کند. نمایش (تئاتر) برای گروه نوجوانان، شیوه بسیار باارزش و کارآمدتری است؛ زیرا ضمن ایجاد فضایی امن، به وسیله فراهم کردن فرصت برای تعویض نقش‌ها، به درک بهتر آنان از نحوه ارتباط در وقایع جاری و گذشته و دیدن جهان از دریچه چشم دیگران، کمک می‌کند؛ ضمن این‌که به نوجوان، فرصت بیرون‌ریزی چیزهایی را می‌دهد که هرگز در جهان واقعی امکان یا اجازه آن برای او فراهم نمی‌شود. هم‌چنین در اجرای تئاتر، فرصت

بهبود روابط بین فردی از طریق بازی نقش و گفت‌وگو در آینده و دستیابی به نتایج عملی و تجربی آن مهیا می‌شود. (دراپل^۵، ۲۰۰۱).

بنابراین تئاتر، دارای ویژگی‌هایی است که جاذبه فراوانی برای همه اقشار، به ویژه نوجوانان و جوانان دارد و همین جذابیت، می‌تواند باعث انتقال مفاهیم مهارت‌های زندگی به نوجوانان شود. از آنجایی که کارکردهای مختلفی مانند کارکرد اجتماعی در قالب تقویت نقش سازگاری و تقویت اجتماعی نوجوانان، مسؤولیت‌پذیری، رهبری و مدیریت و تأثیرات فردی مانند ایجاد نگرش مثبت به زندگی، ایجاد زمینه برای رشد احیای زیبادوستی را در پی دارد، می‌تواند مهارت‌های زندگی را افزایش دهد. محقق در این تحقیق، در صدد است تا میزان تأثیر یادگیری تئاتر را بر روی افزایش ابعاد شناختی، عاطفی و اجتماعی مهارت‌های زندگی در دو گروه کنترل و آزمایش بررسی کند. محقق با آموزش تئاتر برگروه آزمایش، میزان تأثیر این هنر را بر یادگیری مهارت‌های زندگی می‌سنجد و در مقابل، این گروه را با گروه کنترل که در معرض آموزش قرار نگرفته، مقایسه می‌کند تا میزان تأثیر آموزش تئاتر بر یادگیری مهارت‌های زندگی را تعیین کند.

نتایج این تحقیق نشان خواهد داد که آموزش تئاتر به چه میزان می‌تواند در یادگیری مهارت‌های زندگی به نوجوانان در تحقق یک زندگی سالم، توأم با آرامش و موفقیت در تمام ابعاد کمک کند. نتایج پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهد که هنرهای نمایشی دارای فواید و کارکردهای متفاوتی است. از جمله می‌توان به نتایج پژوهش جلیل‌وند و همکاران (۱۳۸۳)، که در پژوهش خود به بررسی هنرهای نمایشی در رشد اجتماعی دانش‌آموزان می‌پردازند، اشاره کرد. نتیجه این پژوهش که به روش تجربی با استفاده از دو گروه کنترل و آزمایش انجام پذیرفت، نشان داد هوش اجتماعی در دو گروه، اختلاف معنی‌داری دارند ($p < 0/01$) بدین معنی که می‌توان با استفاده از هنرهای نمایشی در کودکان کم‌توان ذهنی بر رشد کیفیت زندگی آنان تأثیر گذاشت. هم‌چنین نریمانی و همکاران (۱۳۸۵) پژوهشی با عنوان بررسی کارآمدی روان‌نمایشگری بر بهبود بخشی از مهارت‌های اجتماعی و عزت‌نفس دانش‌آموزان نارساخوان، انجام دادند. نمونه پژوهش ۳۱ نفر دانش‌آموزان دختر و پسر ۱۳ ساله نارساخوان در پایه پنجم ابتدایی مدارس دولتی در سال تحصیلی ۸۴-۸۵ بودند با موضوع روان‌نمایشگری مهارت‌های اجتماعی و عزت‌نفس دانش‌آموزان که نتایج زیر حاصل شد:

- ۱- اجرای روان‌نمایشگری، مهارت‌های اجتماعی و عزت‌نفس را افزایش می‌دهد.

- ۲- اجرای روان‌نمایشگری بر مهارت‌های میان‌فردی و رفتارهای مربوط به کارکرد ابعاد آزمون مهارت‌های اجتماعی، اثر معناداری دارد.

- ۳- در رابطه با اثر روان‌نمایشگری بر رفتارهای مربوط به خود و رفتارهای مربوط به محیط، نتیجه معناداری به دست نیامد.

مولوی و همکاران (۱۳۸۶)، نیز پژوهشی داشتند با عنوان تاثیر روان‌نمایشگری بر افزایش مهارت‌های اجتماعی و عزت‌نفس بیماران مبتلا به اسکیزوفرنیای نوع یک و دو، که از بین بیماران مبتلا به اسکیزوفرنیا که در طول شش ماه اول سال ۸۴ در بخش اعصاب و روان بیمارستان روانپزشکی ایثار شهر اردبیل بودند، ۸۰ نفر را به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده، انتخاب کرده و این افراد به صورت تصادفی به چهار گروه ۲۰ نفره تخصیص یافتند. جلسات اجرایی روان‌نمایشگری برای گروه‌های آزمایش نوع یک و دو به مدت ۹ هفته و هر هفته ۳ جلسه شامل مراحل آمادگی، اجرا و درون‌پردازی و تمرین رفتاری تشکیل شد. برای جمع‌آوری داده‌های پژوهش از پرسش‌نامه، فهرست مهارت‌های اجتماعی ویژه بیماران اسکیزوفرن و مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آزمون T مستقل و تحلیل واریانس دو عاملی تجزیه و تحلیل شد و نتیجه نشان داد که اجرای فنون روان‌نمایشگری بر مهارت‌های اجتماعی و عزت‌نفس بیماران مبتلا به اسکیزوفرن موثر است و این اثر بر بیماران مبتلا به نوع یک اختلال بیشتر است.

در بررسی تحقیقات خارجی نیز به تحقیقات لینچ^۷ و چوسا^۸ (۱۹۹۶ به نقل از رفاهی، ۱۳۸۰) برمی‌خوریم که برنامه‌ای با عنوان «هنرهای بسیار ویژه»^۸ اجرا شد که در آن افراد با توانایی‌هایشان اجازه داشتند که در قالب فعالیت‌هایی نظیر هنر، نمایش و موسیقی با افراد عادی تعامل داشته باشند. این بررسی میزان بهبود در عزت‌نفس و رفتار و فعالیت اجتماعی را پس از مشارکت در برنامه، اندازه‌گیری کرد. ۲۹ درصد کسانی که مورد آزمون قرار گرفتند، پیشرفت قابل‌ملاحظه‌ای را در عزت‌نفس خود به علت شرکت در این برنامه، گزارش کردند. تغییر اجتماعی و رفتاری چشمگیری نیز در بیشتر شرکت‌کنندگان مشاهده شد. هامامسی^۹ (۲۰۰۲) نیز در مطالعه‌ای تأثیر متقابل روان‌نمایشگری و درمان‌شناختی رفتاری را بر کاهش تحریفات شناختی مرتبط با روابط بین فردی بررسی کرد. ۴۲ نفر از دانش‌آموزان در این مطالعه شرکت داشتند. نتایج نشان داد که جلسات درمانی، تحریفات شناختی گروه آزمایشی را کاهش داده است؛ یعنی در متغیرهای اجتناب از صمیمیت، انتظارات غیرمنطقی در روابط و ذهن‌خوانی^{۱۰} دیده شد.

بوری^{۱۱}، تردویل^{۱۲}، کومار^{۱۳} (۲۰۰۱) محققانی بودند که در مطالعه‌ای تأثیرات شرکت در دوره‌های گروهی را ارزشیابی کردند که در آن به تعامل روان‌نمایشگری و روش‌های شناختی رفتاری بر روی میزان تغییرات شرکت‌کنندگان (N=۴۰) در باورهای بنیادی، افکار اتوماتیک، خلق و کاهش افسردگی مورد استفاده قرار دادند. نتایج این مطالعه نشان داد که میانگین نمرات افراد در سه هفته اول و سه هفته بعدی با استفاده از پرسشنامه افسردگی بک (BDI-II) تفاوت معنی‌داری نداشت. هم‌چنین مایکل^{۱۴} (۲۰۰۰) نشان داد که روش‌های روان‌نمایشگری می‌تواند برای کاهش افکاری که موجب برانگیختگی رفتارهای خشن می‌شوند، مورد استفاده قرار گیرند. یارمحمدیان و

کمالی (۱۳۷۶) در پژوهشی با عنوان بررسی کارآمدی روان‌نمایشگری به روش پانتومیم در الگوگیری مهارت‌های اجتماعی در کودکان پیش‌دبستانی (۵-۶ ساله) که شامل دو گروه آزمایش (۸۲ نفر) و کنترل (۶۲) بود، به این نتیجه دست یافتند که اجرا و تماشای پانتومیم، در برخی مهارت‌های فرعی مانند لبخند زدن، دعوت کردن دیگران و غیره تأثیر دارد.

با توجه به مطالعات معدودی که در مورد کارآمدی آموزش تأثیر در یادگیری مهارت‌های زندگی در نوجوانان چه در داخل و چه در خارج از کشورمان آن‌هم نه به صورت مستقیم و تخصصی؛ صورت گرفته است، پژوهش حاضر در صدد است تا این موضوع را بررسی کند. هدف اصلی پژوهش حاضر عبارت است از بررسی رابطه آموزش تأثیر بر یادگیری مهارت‌های زندگی در نوجوانان، که با توجه به سوابق پژوهشی موجود و برای رسیدن به هدف مذکور تدوین شده است.

آموزش تأثیر بر یادگیری مهارت‌های زندگی در دوره نوجوانی موثر است.

روش:

این تحقیق از لحاظ هدف، کاربردی است. زیرا تأکید آن بر کاربرد نتایج در حل مشکلات و مسایل خاص جامعه است و در آن نظریه‌پردازی وجود ندارد. براساس روش، آزمایشی یا تجربی است با استفاده از پیش‌آزمون و پس‌آزمون و استفاده از دو گروه آزمایش و کنترل است.

جامعه آماری در این پژوهش، تعداد ۴۰ نفر از نوجوانان شهر بوشهر بود که برای آموزش تأثیر به مجتمع فرهنگی، هنری مراجعه کرده بودند که به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گنجانده شدند.

ابزار جمع‌آوری اطلاعات این پژوهش، پرسشنامه است که با عنایت به متغیر موردبررسی یعنی تعیین میزان مهارت‌های زندگی از آزمون مهارت‌های زندگی سوران استفاده شد. هم‌چنین جهت بررسی میزان نگرش شرکت‌کنندگان نسبت به تأثیر آموزش تأثیر، از پرسشنامه استفاده شد. در این تحقیق که به روش آزمایشی انجام شد گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه در کلاس آموزشی مهارت‌های ده‌گانه زندگی آموزش دید. آموزش از طریق ایفای نقش، تعویض نقش و آموزش‌های مربوط به تأثیر صورت می‌گیرد.

در پژوهش حاضر در بخش توصیفی از میانگین، انحراف معیار و نمودار استفاده شده و در بخش استنباطی، به منظور پاسخگویی به فرضیه از تحلیل کوواریانس و برای بررسی پرسشنامه نگرش سنج تحقیق از آزمون t استفاده شده است.

یافته‌ها

نتایج موجود در جدول‌های ۱ و ۲ نشان می‌دهد که تأثیر آموزش تأثیر بر مهارت‌های زندگی، معنی‌دار بود ($F_{(1, 76)} = 17.07, P < 0.001, \eta^2 = 0.184$). مقایسه بین گروه‌ها نشان می‌دهد که بین گروه کنترل

و آزمایش از لحاظ مهارت‌های زندگی، تفاوت وجود دارد. همچنین ضریب اتا نشان می‌دهد که آموزش تئاتر می‌تواند ۱۴/۴ درصد واریانس مهارت‌های زندگی را توجیه کند. برآورد پارامتر نشان می‌دهد که در صورت شرایط برابر نوجوانانی که از طریق تئاتر آموزش مهارت‌های زندگی دیده‌اند به مقدار ۱۵/۰۷ واحد، عملکرد بهتری در مهارت‌های زندگی نسبت به نوجوانانی که آموزش ندیده‌اند، برخوردار هستند. بنابراین فرضیه فوق که بیان می‌دارد، بین آموزش تئاتر و یادگیری مهارت‌های زندگی، رابطه وجود دارد، تأیید می‌شود.

جدول (۱) برآورد اندازه اثر آموزش تئاتر بر مهارت‌های زندگی

پارامتر	B	خطای استاندارد	t	سطح معنی داری	Partial η^2
عرض از مبدا	۱۳۸/۶۵۰	۳۸/۵۶۵	۳/۵۹۵	/۰۰۱	۰/۲۵۹
پیش‌آزمون	۰/۶۳۵	۰/۱۱۰	۵/۷۷۲	۰/۰۰۱	۰/۴۷۴
گروه آزمایش	۱۵/۰۶۸	۶/۰۵۰	۲/۴۹۱	۰/۰۱۷	۰/۱۴۴

جدول (۲) مقایسه بین گروه کنترل و آزمایش از لحاظ مهارت‌های زندگی

آماره		تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	سطح معنی داری
گروه (I)	گروه (J)			
آزمایش	کنترل	۱۵/۰۶۸	۶/۰۵۰	۰/۰۱۷

امادر پاسخ به این سوال که آیا بین نگرش دانش‌آموزان گروه آزمایش و کنترل نسبت به تأثیر آموزش تئاتر بر مهارت‌های زندگی، تفاوت معنی‌دار وجود دارد؟ از آزمون t برای گروه‌های مستقل استفاده شد که نتایج آن در جدول ذیل نشان داده شده است:

جدول (۳) مقایسه بین نگرش دانش‌آموزان گروه کنترل و آزمایش نسبت به تأثیر تثاتر بر مهارت‌های زندگی

آماره متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	Df	مقدار t	سطح معنی‌داری
گروه آزمایش	۲۲	۶۳/۴۱	۶/۹۶	۳۷	۱۴/۳۴	۰/۰۰۱
گروه کنترل	۱۷	۳۳/۷۶	۵/۵۷			

نتایج جدول بالا نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و کنترل از لحاظ نگرش نسبت به تأثیر تثاتر بر مهارت‌های زندگی، تفاوت در سطح $P < ۰/۰۰۱$ وجود دارد.

نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که تاثیر آموزش تئاتر باعث افزایش سطح یادگیری مهارت‌های زندگی بوده است. مقایسه بین گروه‌ها نشان داد که بین گروه کنترل و آزمایش از لحاظ مهارت‌های زندگی تفاوت معنی‌دار وجود دارد. در تبیین این یافته تحقیقاتی می‌توان گفت آموزش تئاتر باعث درک عمیق و فراگیری بسیاری از ابعاد مهارت‌های زندگی می‌شود. این یافته با نتیجه پژوهش اسکیان (۱۳۸۴) مولوی و همکاران (۱۳۸۶) نریمانی و همکاران (۱۳۸۵) دادستان (۱۳۸۶) در ایران و با نتایج تحقیقاتی لینچ و چوسا (۱۹۹۶) هامامسی (۲۰۰۲) بوری و همکاران (۲۰۰۱) و مایکل (۲۰۰۰) در خارج کشور هم‌خوانی دارد.

هم‌چنین نتایج نشان داد که بین گروه آزمایش و کنترل از لحاظ نگرش نسبت به تاثیر تئاتر بر مهارت‌های زندگی تفاوت وجود دارد. بدین معنی که نگرش گروه آزمایش نشانگر اثربخشی مثبت آموزش تئاتر بر ارتقا مهارت‌های زندگی است. تحقیقات مختلف نشان می‌دهد که فعالیت‌های گروهی می‌تواند بر میزان یادگیری مهارت‌های زندگی تاثیر مثبتی داشته باشد. در بررسی فرضیه و سوال‌های قبلی مشاهده شد که آموزش تئاتر بر مهارت‌های تصمیم‌گیری، عزت‌نفس و مسوولیت‌پذیری و مدیریت هیجان و استرس تاثیر دارد. بدین ترتیب، منطقی است که افراد گروه آزمایش که مهارت‌های نمایشی را آموزش دیده بودند، پس از اجرای آزمایش و اجرای تئاتر، نگرش مثبتی نسبت به این آموزش داشته باشند. امروزه از تئاتر درمانی یا سیکودراما برای درمان اضطراب و تخلیه عواطف منفی که منجر به استرس‌های شدید روحی می‌شوند استفاده می‌شود برن^{۵۱} (۱۹۸۳) و کلی^{۶۱} (۱۹۵۰) این روش را به روان‌شناسان توصیه می‌کنند.

تاثیر هم‌زمان متغیرهای مداخله‌گر، تحقیقات اندک در رابطه با موضوع تحقیق و هم‌چنین تحقیق در خصوص متغیرهای مختلف پژوهش از جمله محدودیت‌هایی است که محقق با آن مواجهه است. بنابراین پیشنهاد می‌شود با توجه به اینکه جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش نوجوانان مقطع متوسطه شهر بوشهر هستند، نقش متغیر پیشین مورد نظر در دانش آموزان مقاطع مختلف و شهرهای دیگر بررسی شود تا اعتبار نتایج پژوهش مورد آزمون قرار گیرد. هم‌چنین با توجه به محدودیت پژوهش حاضر در ارزیابی عوامل بیرونی (رسانه ها...)، به‌عنوان متغیرهای تعدیل‌کننده و واسطه‌گر، که آزمودنی‌ها در این برهه از زندگی با آن مواجه هستند، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی نقش این متغیرها بررسی و کنترل شود. از طرف دیگر با توجه به اهمیت نقش دانش آموزان و نوجوانان به‌عنوان آینده‌سازان جامعه، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های متنوعی در قالب‌های گوناگون (توصیفی، آزمایشی، طولی ...) در ارتباط با آن انجام شود.

پژوهش حاضر می‌تواند شروعی برای استفاده از ابزارهای هنری به‌ویژه تئاتر در یادگیری

مهارت‌های زندگی باشد. بررسی این فرایند از دیدگاهی گسترده‌تر، می‌تواند به‌عنوان گام ابتدایی لازم در این حوزه، در جهت برنامه‌ریزی و شاید تجدیدنظر در شیوه‌های آموزش مهارت‌های زندگی، مورد استفاده قرار گیرد.

- ۱- احدیان، محمد و محرم آقا زاده (۱۳۷۸)، راهنمای کاربردی روش های نوین تدریس، تهران، آئیز
- ۲- بلاتنر، آدام (۱۹۹۶)، درون‌پردازی؛ روان‌درمانی با شیوه‌های نمایشی (تئاتر درمانی)، مترجمان حسن حق‌شناس و حمید اشکانی (۱۳۸۳)، تهران، انتشارات رشد
- ۳- بهرامی، هادی (۱۳۷۴)، تأثیر ایفای نقش در خودشناسی، درک روابط اجتماعی و بهداشت روانی کودکان و نوجوانان، مجموعه مقالات سمینار «بهداشت روانی کودکان و نوجوانان» شیراز
- ۴- بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۷۳)، روش‌های افزایش عزت‌نفس در کودکان و نوجوانان، تهران، انتشارات انجمن اولیاء و مربیان جمهوری اسلامی ایران
- ۵- اسکیان، پرستو. ثنایی ذاکر، باقر. نوابی نژاد، شکوه.
- (۱۳۸۴)، تأثیر سایکو درام (روان‌نمایشگری) بر افزایش تمایز یافتگی فرد از خانواده اصلی در دانش آموزان دختر دبیرستانی منطقه ۵ تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم
- ۶- مولوی، پرویز و همکاران (۱۳۸۸)، تأثیر روان‌نمایشگری بر افزایش مهارت‌های اجتماعی و عزت‌نفس بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی نوع یک و دو، نشریه توانبخشی، دوره (۱۰)، ص ۶۸-۷۳
- ۷- دادستان، پریخ و همکاران (۱۳۸۶)، اختلال اضطراب اجتماعی و نمایش درمانگری، مجله روانشناسان ایرانی، شماره (۱۴)، ص ۱۲۴-۱۱۵
- ۸- تلخایی، محمود (۱۳۸۱)، سنجش میزان مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان و عوامل مؤثر بر آن، پایه پنجم ابتدایی، استان زنجان، پژوهشکده تعلیم و تربیت
- ۹- جلیلویند، مریم و همکاران (۱۳۸۳)، بررسی نقش هنرهای نمایشی در رشد اجتماعی دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر، مجله پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، شماره (۱۱-۱۴)، ص ۶۳-۷۸
- ۱۰- جویس، بورس (۱۳۸۲)، الگوهای تدریس ۲۰۰۰ (ترجمه محمدرضا بهرنگی)، تهران، نشر کمال تربیت
- ۱۱- حسین زاده، یعقوب و دیگران (۱۳۸۳)، دوستی و دوست‌یابی، تهران، موسسه فرهنگی منادی تربیت
- ۱۲- خواجه بیان، میترا (۱۳۸۲)، بررسی عناصر روان‌درمانی در تئاتر (پسیکو درام) و مراسم زار در ایران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس
- ۱۳- خورشیدی، عباس و دیگران (۱۳۷۹)، راهبردهای یادگیری و یاددهی در کلاس درس، تهران، انتشارات کیا.
- ۱۴- دادستان، پریخ (۱۳۷۹)، اختلال‌های زبان، روش‌های تشخیص و بازپروری روان‌شناسی مرضی تحولی، تهران، انتشارات سمت.
- ۱۵- دلاور، علی (۱۳۸۳)، مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی، تهران، انتشارات رشد
- ۱۶- رجبی، سوران (۱۳۸۴)، اعتباریابی آزمون عزت‌نفس روزنبرگ بر روی نمونه‌ای از دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل: دانشگاه محقق اردبیلی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی
- ۱۷- رفاهی، ژاله (۱۳۸۰) گزارشی از کار موردی مشاوره در مرکز مشکلات ویژه یادگیری شهر شیراز، نشریه تعلیم و تربیت استثنایی، شماره (۳)، ص ۳۵-۴۳
- ۱۸- رؤوف، علی (۱۳۸۱-۸۲)، روش ایفای نقش. ماهنامه رشد تکنولوژی آموزشی
- ۱۹- زارع، مهدی و همکاران (۱۳۸۶)، اثربخشی گروه درمانگری عقلانی - هیجانی - رفتاری و روان‌نمایشگری در تغییر سبک‌های ابواب هیجان، مجله روانشناسان ایرانی، شماره (۱۳)، ص ۲۵-۴۲
- ۲۰- فتی، لادن و همکاران (۱۳۸۵)، راهنمای عملی برگزاری کارگاه‌های آموزش مهارت‌های زندگی: کتاب راهنمای مدرس، تهران، نشر دانژه
- ۲۱- سرداری‌پور، مسلم (۱۳۷۷)، بررسی تأثیر اجرای نمایش روانی گروهی بر میزان اعتماد به نفس بیماران

اسکیزوفرنیک مزمن بستری در مرکز روانپزشکی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

- ۲۲- شعبانی، حسن (۱۳۸۲)، مهارت‌های آموزشی و پرورشی (روش‌ها و فنون تدریس)، تهران: سمت
- ۲۳- فتحی، طاهر (۱۳۸۰)، پسکودرام، تهران، انتشارات سپند هنر
- ۲۴- فضلی‌خانی، منوچهر (۱۳۸۲)، راهنمای عملی روش مشارکتی و فعال دفرآیند تدریس، تهران، آزمون‌نوبین
- ۲۵- جونز، فیل (۱۳۸۳) تئاتر درمانی و نمایش زندگی، مترجم چیتا یثربی، تهران، نشر قطره
- فرهنگ و هنر، زمستان ۱۳۸۰، شماره (۵۰)، ص ۵۴-۶۱
- ۲۶- کارتلج، جی و میلبرن (۱۳۸۳)، آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان، ترجمه: محمد حسین نظری‌نژاد، مشهد، انتشارات آستان قدس رضوی
- ۲۷- کوری، جرالده، کوری، ماریان، شنیدر؛ کالانان، پاتریک؛ راسل، مایکل (۱۳۷۷)، فنون مشاوره و روان درمانی گروهی، ترجمه: باقرنثانی، تهران، انتشارات بعثت
- ۲۸- گورمن، جین، چنگ؛ (۱۳۸۲)، اختلالات هیجانی و ناتوانی‌های یادگیری در کلاسهای ابتدایی، ترجمه: محمد نریمانی و ناصر نورانی دگرماندرق، اردبیل، انتشارات نیک‌آموز
- ۲۹- گیلین، لس (۱۳۸۰)، مهارت‌های ارتباطی، جزوه منتشر نشده، مترجم: علی صاحبی، مشهد، دانشگاه فردوسی
- ۳۰- مشهد نریمانی، محمد و آقاجانی، سیف‌الله (۱۳۸۳)، اختلالات یادگیری، اردبیل: انتشارات باغ رضوان
- ۳۱- محامدی، منیژه (۱۳۷۵)، درآمدی بر تئاتر درمانی، نشریه فرهنگ و هنر، شماره (۱۳)، ص ۶۷-۶۹
- ۳۲- نریمانی، محمد و رجبی، سوران (۱۳۸۴)، بررسی شیوع و علل اختلالات یادگیری در دانش‌آموزان دوره ابتدایی استان اردبیل، پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، سال پنجم، شماره (۳)، ص ۲۵۲-۱۳۲
- ۳۳- نیسی، عبدالکازم (۱۳۸۵)، تأثیر عزت‌نفس بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی، رساله کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی
- ۳۴- هالاهان، دانیل بی و کافمن، جیمز ام (۱۳۸۱)، کودکان استثنایی، مقدمه‌ای بر آموزش‌های ویژه، ترجمه مجتبی جوادیان، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی
- ۳۵- یارمحمدیان، محمد حسین و کمالی، عاتکه (۱۳۷۶)، بررسی کارآمدی پسکودرام به روش پانتومیم در الگوبرگیزی مهارت‌های اجتماعی در کودکان پیش‌دستانی (۵-۶ ساله)، بانک اطلاعات مرکزی ایران
- ۳۶- یثربی، چیتا (۱۳۸۰)، تئاتر و شفابخشی مرن (بخشی درباره تئاتر درمانی، کارایی و تکنیک‌های آن)، نشریه فرهنگ و هنر، شماره (۵۰)، ص ۵۴-۶۱

۳۷- Bielanska A, Cechnicki A, Budzyna P. *Drama therapy as a means of rehabilitation for Schizophrenic patients our impressions*. Am J Psychotherapy 1994; 45(4):566-575.

۳۸- Blatner A. *Theoretical Foundations of psychodrama*. American Society for Group psychotherapy and psychodrama 1999; 12-618

۳۹- BOURY,M;Treadwell,T;KUMAR,V.K.(2001). *'Integrating psychodrama and cognitive therapy-an expietory stady*.west hester university.b-37.

۴۰- Boury M, Treadwell T, Kumar VK. *Integrating psychodrama and cognitive therapy: an exploratory study*. West Chester University 2001;54(1):13-37

۴۱- Ching Chien H, Hung Ku C, Band Lu B, Chu Hua Tao Y, Ru Chou K. *Effects of social skills training on improving social skills patients with schizophrenia*. Archives of psychiatric Nursing 2003; 7(5): 228-236.

۴۲- DaripoorSar M. *[Effect of mental group play on self-esteem of chronicschizophrenic patients hospitalized in psychiatric ward of Tehran City (Persian)]*. Thesis for Master of Science in Psychology. University of welfare and Rehabilitation Sciences. 1999.

۴۳- Dehbozorgi Gh. *[Effect of social skills training on adaptation of schizophrenic patients (Persian)]*. Dissertation of clinical psychology MSC. Tehran University of Medical science.1994.

- ۴۴- Hamamci,Z.(2002). '*the effect of integrating psychodrama and cognitive behavioral therapy on reducing cognitive distorting in interpersonal relationships*':jgpps.spring vol,28;p3-13
- ۴۵- Hogarty GE, Anderson CM, Reiss DJ, Kornblith SJ, Green-Wald DP, Ulrich RF, et al. *Family psycho education , social skills training, and maintenance chemotherapy in the aftercare treatment of schizophrenia*: II. Two-year effects of a controlled study on relapse and adjustment. Archives of General Psychology 1991; 48(4):340-347.
- ۴۶- Kaplan HI, Sadock BJ. *Synopsis of psychiatry*. 7th ed. Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins; 1994, p: 524
- ۴۷- Kartleg J. *Training the social skills to children*. Nazarinejad MH. (Persian translator) first edition. Mashhad. Astane Ghods Publication; 1993, pp: 56-59.
- ۴۸- Kelly,G<*The Psychology of Personal Constructs*>New York: Mastan, 1950
- ۴۹- Kipper DA, Tuller DM. *The development of warmth and trust inPsychodrama training group: A cross-cultural study with sociometry*. Journal of Grope Psychotherapy – Psychodrama and sociometry 1996; 48 (1):10-23.
- ۵۰ -Micheal,B,(2000). '*Drama,masculinity and violence*.' research in drama edocation. 9-22
- ۵۱- Narimani M, Rajabi S. [*Survey of psychodrama effect on social skills and self-respect of children with dyslexia (Persian)*]. Dissertation of psychology MSC. University of Mohaghegh Ardabili. 2004.
- ۵۲- Razavikia M. [*Survey of effect of group therapy on self-esteem and self-caring skills of chronic schizophrenic patients hospitalized in Razi psychiatric center of Tehran City (Persian)*]. Thesis for Master of Science in Nursing. University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences. 2001.
- ۵۳- Sachnoff E. *Managed care and inpatient Psychodrama-short sessions within short stay*. Journal of Group Psychotherapy and Sociometry 1995; 8(3):117-120
- ۵۴- Shechtman Z. *Group Psychotherapy for the enhancement of intimate friendship and self esteem among troubled elementary-school children*. journal of social and personal relationships 1993;10(4):483-494.

۱. Gtytr
۲. Gazda
۳. Darden
۴. UNICEF
۵. Drable
۶. Lynch
۷. Chusa
۸. Arts Very Special
۹. Hamamsy
۱۰. Mind Reading
۱۱. Borye
۱۲. Trdvyl
۱۳. Kumar
۱۴. Michael
۱۵. Berne
۱۶. Kelly