



## The Effect of Psychodrama on Social Anxiety and Interpersonal Sensitivity of Secondary School Teenage Girls

## تأثیر روان‌نمایشگری بر اضطراب اجتماعی و حساسیت بین‌فردی نوجوانان دختر دوره دوم متوسطه

فریده حمیدی\*

دانشیار روانشناسی، گروه علوم تربیتی دانشگاه تربیت دبیر شهیدرجایی، تهران، ایران  
فرشته حسن پور خادمی  
دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، گروه علوم تربیتی، دانشگاه تربیت دبیر شهیدرجایی، تهران، ایران

**Farideh Hamidi, Ph.D**

Associate Professor of Psychology, Educational Sciences Department, Shahid Rajaei Teacher Training University, Tehran, Iran.

**Fereshteh Hasanpour Khademi, M.A**

Student of Counseling, Educational Sciences Department, Shahid Rajaei Teacher Training University, Tehran, Iran

### Abstract

The present research aimed to investigate the effect of the psychodrama on the social anxiety disorder and interpersonal sensitivity of the secondary school teenage girls. This study was a quasi-experimental design as pretest-posttest with the control group. The statistical population consisted of all 11th grade students of Karaj Secondary School in the academic year of 2018-2019 which were determined based on the screening score in the pre-tests. 30 students were randomly selected to answer two research questionnaires, including the Puklek Adolescent Social Anxiety Scale (Puklek, 1997) and the Boyce & Parker International Personal Sensitivity Questionnaire (Boyce & Parker, 1989). The experimental group received the psychodrama treatment during 8 sessions 90min. After the end of training, the students of both groups were reassessed by the mentioned tests. Result of multivariate analysis of covariance showed that, the test group in comparison with the control group had a significant reduction in social anxiety disorder and interpersonal sensitivity scores ( $P \leq 0/01$ ). Therefore, psychotherapy by using the art of drama in treatment and applying and making changes, both externally and objectifying internal imaginations and tendencies, creating new realities, causes an outpouring and psychological refinement of the individual and increases mental health and also decrease the symptoms of anxiety and sensitivity in a person's relationship.

**KeyWords:** psychodrama, social anxiety disorder, interpersonal sensitivity, secondary school teenage girls.

### چکیده

هدف از انجام این پژوهش بررسی تأثیر روان‌نمایشگری بر اختلال اضطراب اجتماعی و حساسیت بین‌فردی نوجوانان دختر دوره دوم متوسطه بود. این مطالعه نیمه آزمایشی و از نوع پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل بوده است. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان پایه یازدهم دوره متوسطه دوم شهر کرج در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بودند که بر اساس نمره غربالگری در پیش‌آزمون‌ها تعیین شدند. تعداد ۳۰ نفر به صورت تصادفی برای پاسخگویی به دو پرسشنامه پژوهش شامل مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان پاکلک (Puklek, 1997) و پرسشنامه حساسیت بین‌فردی بویس و پارکر (Boyce & Parker, 1989) انتخاب شدند. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت درمان با رویکرد روان‌نمایشگری قرار گرفتند. نتایج تحلیل مانکوا داده‌ها نشان داد که گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل پس از پایان جلسات، کاهش معناداری در نمرات اضطراب اجتماعی و حساسیت بین‌فردی پیدا کردند ( $P \leq 0/01$ ). بنابراین روان‌نمایشگری با بهره‌گیری از هنر نمایش در درمان و به کارگیری و ایجاد تغییراتی هم‌چون بیرونی و عینی ساختن تخیلات و گرایش‌های درونی و خلق واقعیت‌های جدید موجب برون‌ریزی و پالایش روانی فرد و در نتیجه افزایش سلامت روان و کاهش نشانگان اضطرابی و حساسیت بین‌فردی در روابط فرد می‌گردد.

**کلیدواژه:** روان‌نمایشگری، اختلال اضطراب اجتماعی، حساسیت بین‌فردی، نوجوانان دختر دوره دوم متوسطه

## مقدمه

دوره نوجوانی یکی از مهمترین مراحل رشد و تکامل فرد می‌باشد. در این دوره مجموعه‌ای از تغییرات جسمی، روانی و اجتماعی در فرد اتفاق می‌افتد که به طور عام زیربنای زندگی بزرگسالی افراد را در آینده تشکیل می‌دهد. روند تغییرات دوره بلوغ و نوجوانی با توجه به ویژگی‌های خاص خودش به نوعی است که می‌تواند این دوران را با مشکلات خاص مواجه سازد. برخی از این مشکلات شیوع بیشتری داشته و گاه نیازمند مداخله کمتری هستند، اما برخی دیگر در حد یک ناسازگاری، یک بیماری و یا اختلال روانی (اضطراب، افسردگی، ناسازگاری‌های فردی و اجتماعی، سومصرف و وابستگی به مواد و ...) قابل توجه بوده و نیازمند اقدامات مداخله‌گرانه هستند (Adileh, 2017).

یکی از مسائلی که ممکن است در دوران نوجوانی رخ دهد، اختلال اضطراب اجتماعی است (Wenzel & Jager-Hyman, 2014). بر اساس پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (diagnostic and statistical manual of mental disorders 5th edition, 2013)، افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی از خجالت‌زده شدن می‌ترسند و نگران هستند که دیگران آنها را افرادی مضطرب، ضعیف، "دیوانه" یا احمق بدانند. آنها از صحبت کردن در حضور دیگران می‌ترسند زیرا فکر می‌کنند مردم متوجه لرزش دست یا صدای آنها خواهند شد یا ممکن است به هنگام صحبت با دیگران به شدت مضطرب شوند زیرا می‌ترسند که حرف زدن آنها و حرف‌هایشان مبهم و نامنسجم جلوه کند (Hadizadeh & Farahzadi, 2018). آنها از خوردن، نوشیدن یا نوشتن در حضور دیگران خودداری می‌کنند زیرا می‌ترسند که دیگران لرزش دست آنها را ببینند و در نتیجه خجالت‌زده شوند (Ganji, 2014). ترس از شرم‌منده شدن و اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی باعث ایجاد محدودیت در زندگی، اختلال اساسی در کار و حوزه‌های اجتماعی فرد می‌گردد (Ron, 2018; Erbey, Reyhani & Ozcan, 2018; Sharma, 2017; Hafezi, 2019; Esmaeili, Amiri, Reza; Abedi, Molavi, 2018). همچنین برخی از پژوهش‌ها نشان داده‌اند که اضطراب اجتماعی با پذیرش کمتر گروه همسالان

و طرد شدن از سوی آنها رابطه مثبت داشته و با برقراری روابط صمیمانه با همسالان رابطه عکس دارد (Mehtalia & Sackl Pammer, Jahn, Ozlu Erkilic, Eva; Vankar, 2004; Pollak, Ohmann & Schwarzenberg, 2019). ساختار ترس از ارزیابی منفی شامل احساس دلهره و نگرانی در مورد ارزیابی‌های دیگران، نگرانی ناشی از این ارزیابی‌های منفی و انتظار و توقع ناشی از این امر که دیگران در مورد یک نفر فقط به صورت منفی قضاوت خواهند کرد، می‌باشد (Spence, Zubrick, & Lawrence, 2018). نوجوانان با اضطراب اجتماعی بالا کمابیش از ادراک ضعیفی از پذیرش اجتماعی و حمایت اجتماعی در گروه‌های اجتماعی برخوردار هستند (Saber, 2015). همچنین افراد مبتلا به این اختلال از ارزیابی منفی دیگران در موقعیت‌های عملکردی و اجتماعی مانند رفتن به مهمانی‌ها می‌ترسند و در نتیجه اغلب سعی می‌کنند که از این موقعیت‌ها اجتناب کنند و یا با ناراحتی قابل توجهی این شرایط را تحمل کنند (Wenzel & Jager-Hyman, 2014). این اختلال به طور معمول در دختران و نوجوانان رایج‌تر می‌باشد و عوارض و آسیب‌های جانبی زیادی به کیفیت ارتباطات اجتماعی، پیشرفت تحصیلی و سلامت روانی وارد می‌کند (Crome, Grove, Baillie, Sunderland, 2015; Teesson & Slade, 2015).

حساسیت بین‌فردی (interpersonal sensitivity) مفهومی است که توسط بویس و پارکر (Boyce & Parker, 1989) به صورت هشیاری غیرضروری و بیش از حد و حساسیت نسبت به رفتار و احساسات دیگران معنا شده است. این مفهوم به عنوان حساسیت به بازخورد اجتماعی، گوش به زنگی در مورد واکنش‌های افراد دیگر، نگرانی بیش از حد درباره رفتار و افکار دیگران و ترس از انتقاد واقعی نیز مطرح شده است. حساسیت بین فردی به صورت احساس ناشایستگی شخصی و سوتعیبرهای مکرر درباره رفتار دیگران، اعمال غیرجراتمندانه و روابط میان فردی اجتنابی مشخص شده است (Boyce & Parker, 1989). افراد دارای حساسیت بین فردی بالا، تمایل دارند رفتار خود را متناسب با انتظارات دیگران تغییر دهند، تا اینکه خطر انتقاد به طرد را به حداقل برسانند. به دلیل دغدغه‌ای که این افراد در درک

درمانی این است که بیماران با تعارضات هیجانی خویش کنار بیایند، نسبت به احساسات خویش آگاه‌تر شوند و مشکلات درونی خود را حل کنند (Mehrdad Firoozbakht, 2018). در میان انواع هنر، نمایش قدرتمندترین ابزاری است که به افراد کمک می‌کند تا ترس‌ها و اضطراب‌های خود را عینیت بخشیده و با آنها مواجه شوند یا امیدها و رویاهایشان را تحقق بخشند. همچنین نمایش بدلیل ویژگی فرح بخش بودنش به افراد کمک می‌کند که از داستان، خیالپردازی و برانگیختگی هیجانی بدون سرکوب کردن آنها استفاده کنند. رویکرد روان‌نمایشگری به عنوان شاخه‌ای از هنر درمانی تقریباً با دیدی منحصر به فرد به افراد و مشکلات آنها می‌نگرد و روش‌های بسیار بدیعی را برای درمان این مشکلات پیشنهاد می‌کند (Rostampor & Hoseinsabet, 2018). روان‌نمایشگری روش اصلاح رفتار می‌باشد که توسط مورنو (Moreno, 1966) پیشنهاد شده است. در این رویکرد محیطی فراهم می‌شود که در آن اعضا وضعیت احساسی و ذهنی خود را کشف کنند و فرصتی بدست می‌آورند تا تجارب خود را امتحان کنند (Rogers & Kosowicz, 2019). روان‌نمایشگری ترکیب فوق‌العاده ماهرانه‌ای از روانشناسی و هنر است. مورنو (Moreno et al, 2000) عقیده دارد که گروه به خودی خود درمان بخش است و استفاده از هنر ایفای نقش راه چاره جدیدی برای حل مشکلات روانی اجتماعی است. از دید او مشکل یک شخص، ناتوانی در اجرای وظایف مربوط به یک نقش اجتماعی است و این رویکرد راهی برای تمرین نقش‌های اجتماعی در بستر گروهی است (Golestanian, 2011). روان‌نمایشگری به عنوان یک رویکرد گروهی مطرح شده است و گروه‌ها مکانی را مهیا می‌سازند که نوجوانان در آن با آرامش می‌توانند با واقعیت روبه‌رو شوند و محدودیت‌های خود را آزمون کنند و مهمتر اینکه گروه به نوجوانان این فرصت را می‌دهد که خودشان را ابراز کنند و به حرف‌هایشان گوش داده شود و با سایر همسالانشان تعامل داشته باشند (Cory & Cory, 2014; translated by). این رویکرد که از تصویرسازی ذهنی، خیال‌پردازی، اعمال بدنی و پویایی گروه استفاده

تصویر ظاهری خود دارند، در روابط بین‌فردی حساس هستند و ممکن است علاقه‌ای به ایجاد ارتباط نشان ندهند (Tajeri, 2016). وجود این مساله در گروه سنی نوجوانان به دلیل ویژگی‌های خاص این دوره نیازمند توجه ویژه‌ای است (Carney & Harrigan, 2003). در مطالعه کلاین و گلوب (Klein & Golub, 2016) افرادی که نسبت به رفتار و احساسات دیگران حساسیت زیادی از خود بروز می‌دهند، در موقعیت‌های عملکردی و اجتماعی خود ترس و اجتناب بیشتری را تجربه می‌کنند. همچنین گوش به زنگی و حساسیت در تعاملات بین فردی، نگرانی بیش از حد فرد از تاثیرگذاری بر دیگران، داشتن افکار منفی درباره دیگران، ترس از مورد تمسخر واقع شدن و نیاز به تایید و تقویت شدن از جانب دیگران ممکن است به ترس و اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی منجر شود (Stickley, Koyanagi, Kopolosov, Blatný, & Hrdlicka, 2016). از این رو حساسیت بین فردی به عنوان یک گرایش شناختی منفی، به شدت با عملکرد روانی ضعیف رابطه داشته و به عنوان یکی از صفات اصلی در اختلالات اضطرابی شناخته شده است (Urban, Kun, Farkas, Paksi, Stickley et al, 2016). بنابراین آموزش مهارت‌های لازم برای افزایش توانایی آنان برای برخورد موثر با این مسائل اهمیت ویژه داشته و در کاهش حساسیت بین‌فردی و بهبود عملکرد فرد بسیار حائز اهمیت است.

شواهد پژوهشی نشان می‌دهند که از میان مداخلات و درمان‌های متعددی که تا به امروز برای نوجوانان در این زمینه‌ها استفاده می‌شود، این گروه نسبت به گروه‌های سنی دیگر بیشترین و بهترین نفع را از شرکت در گروه‌های هنر درمانی و یا مداخله‌های خلاق دیگر می‌برند، به این دلیل که نوجوانان نیاز به فضای امنی دارند که در آن گزینه‌های مختلف را تجربه کرده و خلاقیت ذاتی شان را افزایش دهند (Tolbert, 2006). روان‌نمایشگری (psychodrama) همچون هنر شامل واسطه‌های هنری است که از آن طریق درمانجو می‌تواند درون خود را آشکار کند و درمانگر نیز، در مقابل قادر است رفتار او را تجزیه و تحلیل و ارزیابی کند (Pratama, Wibowo & Awalya, 2019). هدف کلی از هنر

شامل کلیه دانش آموزان پایه یازدهم دوره متوسطه دوم شهر کرج بود که در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ در مدارس دولتی در حال تحصیل بودند. در این پژوهش نمونه‌گیری به روش خوشه‌ای دو مرحله‌ای انجام شده است. بدین صورت که ابتدا از بین مدارس در شهرستان کرج ۱ مدرسه به نام دبیرستان فاطمه زهرا انتخاب شده و در مرحله‌ی بعد از بین سه پایه موجود در دبیرستان کلاس یازدهم انتخاب گردیده است. تعداد کلیه دانش آموزان پایه یازدهم مدرسه دخترانه فاطمه زهرا ۱۰۱ نفر بوده است، از بین این افراد، تعدادی از کسانی که واجدین شرایط لازم بوده و نمره کسب شده توسط آن‌ها در پرسشنامه‌های حساسیت بین فردی و اضطراب اجتماعی ۱ انحراف معیار بالاتر از میانگین بوده انتخاب شدند (نقطه برش اضطراب اجتماعی ۹۹/۲۳ و نقطه برش حساسیت بین فردی ۹۷)، ۴۳ نفر بوده است که از بین این دانش آموزان، با استفاده از روش تصادفی ساده ۳۰ نفر به روش قرعه کشی از بین ۴۳ نفر حائز شرایط انتخاب شده و در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل جایگزین شدند. از ملاک‌های ورود در این پژوهش تحصیل در پایه یازدهم در دوره دوم متوسطه و کسب حداقل یک انحراف معیار نمره بالاتر از میانگین در پرسشنامه‌های اضطراب اجتماعی و حساسیت بین فردی بود. همچنین غیبت بیش از دو جلسه و یا عدم همکاری در انجام تکالیف به کمک اعضای گروه و یا انصراف از شرکت در دوره‌های آموزشی از ملاک‌های خروج از پژوهش بود.

### ابزار سنجش

برای این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شده است:

#### مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان (Social Anxiety Scale for Adolescents)

(Scale for Adolescents): مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان شامل ۲۸ گویه است و توسط پاکلک (Puklek, 1997)، برای گروه سنی نوجوانان ۱۸-۱۲ سال طراحی شده است. گویه‌های این مقیاس نگرانی‌ها، ترس‌ها و رفتارهای اجتنابی نوجوانان را در موقعیت‌های اجتماعی مختلف، مثل تعامل با دوستان و در مدرسه اندازه‌گیری می‌کند. نمره گذاری پرسشنامه به صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای

می‌کند، ترکیبی از هنر، بازی، حساسیت عاطفی و تفکر صریح است که با تسهیل در آزادسازی عواطف به افراد در کسب رفتارهای جدید و موثر و حل تعارض و همچنین شناخت خویشتن کمک می‌کند (Blatner, 2000). روان‌نمایشگری اگرچه از ارتباطات کلامی، بهره می‌گیرد اما به درمان کلامی وابسته نیست بلکه تاکید اصلی این درمان بر اجرا است. در اجرا با آوردن تجربیات گذشته به زمان حال، مجدداً پردازش شده و تعارضات پنهان در آن‌ها حل می‌شود. همچنین روان‌نمایشگری امکان آزادسازی هیجان‌ها و تعارضات بازداری شده یا سرکوب شده را در فضایی امن بخصوص برای گروه سنی نوجوانان، به وجود می‌آورد (Terzioğlu & Ron, 2018; Compean & Hamner, 2019; Ozkan, 2018). کم (Cam, 2015) در پژوهشی تحت عنوان «اثر بخشی سایکودرام بر افزایش خود افشایی و اعتماد به نفس در گروهی از دانشجویان دانشگاه» دریافت که جلسات روان‌نمایشگری در افزایش خود افشایی، مهارت‌های ارتباط بین فردی و اعتماد به نفس دانشجویان تأثیر گذار بوده است (Dogan, 2018; Erbey et al, 2018; Pratama et al, 2019; Dehnavi, Parde, KhodaViren, & Bajalan, Ron, 2018). بنابراین با توجه به شرایط خاص دوران نوجوانی و توجه به مشکلات اضطراب اجتماعی و حساسیت بین فردی آنان که سبب کاهش توجه و تمایل به مدرسه و فعالیت در اجتماع می‌گردد، هدف این پژوهش تعیین میزان تأثیر روان‌نمایشگری بر اضطراب اجتماعی و حساسیت بین فردی نوجوانان دختر در مدارس است. از این رو فرضیه‌های پژوهش عبارت بودند از:

۱. روان‌نمایشگری بر اضطراب اجتماعی نوجوانان دختر تأثیر دارد.

۲. روان‌نمایشگری بر حساسیت بین فردی نوجوانان دختر تأثیر دارد.

### روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: طرح این پژوهش از نظر هدف کاربردی و در قلمرو پژوهش‌های نیمه‌آزمایشی پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری

**پرسشنامه حساسیت بین‌فردی (Interpersonal Sensitivity Measure):** پرسشنامه حساسیت بین فردی یک پرسشنامه خودگزارشی ۳۶ سوالی است که برای اولین بار توسط بویس و پارکر (Boyce & Parker, 1989) برای سنجش ابعاد اساسی مفهوم حساسیت بین فردی ابداع شده و براساس روش نمره گذاری طیف لیکرت ۴ درجه‌ای (=۱ بسیار متفاوت تا ۴= بسیار شبیه) طراحی شده و حداقل نمره کسب شده ۳۶ و حداکثر ۱۴۴ خواهد بود و پنج عامل گوش به زنگی، نیاز به تایید، اضطراب جدایی، کمرویی و خود درونی شکننده را می‌سنجد. این پرسشنامه دارای همسانی درونی بالایی است (۰/۸۵) و ضریب اعتبار برای پرسشنامه، به روش آزمون - باز آزمون ۰/۷۰ اندازه‌گیری شده است (Boyce & Parker, 1989). ماسیلو، والماگیا، لنا، برندیزی، لیندا و همکاران (Masillo, Valmaggia, Lanna, Brandizzi, Lindau et al, 2014) ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۸۵ گزارش کرده اند. از نظر روایی همگرا این پرسشنامه در پژوهش لی، یونگ، چو، لی و کوئن (Lee, Jung, Chae, Lee & Kweon, 2013) همبستگی مثبت و معناداری با دو خرده مقیاس اجتماعی (Sociotropy) و خودمختاری (Autonomy) در مقیاس سبک شخصی (Personal style inventory) رایبیز، لاد، ولکوویتز، بلانی و کوچر (Robins Ladd, Welkowitz, Blaney & Kutcher, 1994) نشان داد. در فرم فارسی این پرسشنامه که توسط محمدیان، محاکی، لواسانی، دهقانی و وحید (Mohammadian, Mahaki, Lavasani, Dehghani, Vahid, 2017) ترجمه شده است، حساسیت بین فردی کلی و زیر مقیاس‌های آن همسانی درونی رضایت بخشی را نشان دادند. به این ترتیب که آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و ضریب پایایی نیز بین ۰/۷۳ و ۰/۹۲ بدست آمد. در رابطه با روایی همگرا، پرسشنامه حساسیت بین فردی همبستگی مثبتی با پرسشنامه افسردگی بک (Beck, 1996) مقیاس خودگزارش‌دهی اضطراب اجتماعی لیوویتز (Leibowitz self-report social anxiety scale, 1987) و خرده مقیاس سبک دلبستگی مضطرب از پرسشنامه دلبستگی بزرگسال کولینز و رید (Collins & Read Adult Attachment Scale, 1990) نشان داد. در این پژوهش ضریب همسانی برای نمره کل

(=۱ خیلی کم تا ۵= خیلی زیاد) می‌باشد و حداقل نمره کسب شده ۲۸ و حداکثر ۱۴۰ خواهد بود. مقیاس مزبور شامل دو زیر مقیاس ترس از ارزیابی منفی (Fear of negative evaluation) ۱۵ سوال و تنش و بازداری در برخورد اجتماعی (avoidance and distress in new situation) ۱۳ سوال است. خرده مقیاس ترس از ارزیابی منفی از طریق ۱۵ سوال ترس‌ها، نگرانی‌ها و انتظار ارزیابی‌های منفی احتمالی از طریق همسالان را توصیف می‌کند. خرده مقیاس تنش و بازداری در برخورد اجتماعی نیز تنش، آرمیدگی، صحبت یا بازداری و آمادگی برای مواجهه با موقعیت‌های اجتماعی مختلف مثل برخورد با افراد آشنا و ناآشنا، همسالان غیر همجنس و شرکت در مباحثات کلاسی را توصیف می‌کند (Puklek, 1997). این پرسشنامه دارای ثبات درونی مناسبی بوده و با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ دامنه‌ای از ۰/۷۱ تا ۰/۹۴ گزارش شده است (Saylor, Finch, Spirto & Bennett, 1984). در مطالعات مختلف روایی سازه مقیاس اضطراب اجتماعی تایید شده است (Puklek & Videc, 2008). در مطالعه امرایی، خدایی، شکری، گراوند و طولابی (Amrai, Khodaei, Shokri, Gravand & Toulabi, 2011) نتایج تحلیل عاملی تاییدی که با هدف بررسی روایی عاملی انجام شد، نشان داد که ساختار دو عاملی مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان با داده‌ها برازش مطلوبی داشت. در مطالعه‌ای دیگر که توسط ایمانی، الخلیل و شکری (Imani, Alkhaleel, & Shokri, 2019) انجام شده است، ضریب همسانی نمره کلی اضطراب اجتماعی نیز ۰/۹۰ بدست آمده است. در مطالعه استوار و رضویه (Ostvar & Razaviyeh, 2013) روایی مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان با آزمون اضطراب عمومی (Reynolds & Richmond, 1978) رابطه مثبت و معناداری مشاهده گردید. در این پژوهش ضریب همسانی برای نمره کل اضطراب اجتماعی ۰/۹۰ بدست آمد. دو نمونه از گویه‌های این پرسشنامه بدین شرح است: ۱- در هنگام گفتگو در مدرسه با معلم و سایر همکلاسی‌هایم، در بیان نظراتم راحت‌م. و ۲- در بحث‌های کلاسی بیشتر از همکلاسی‌هایم صحبت می‌کنم.

حساسیت بین فردی ۰/۸۴ بدست آمد. دو نمونه از گویه‌های این بدین شرح است: ۱- اگر دیگران مرا آن طور که واقعا هستم بشناسند دیگر مرا دوست نخواهند داشت. و ۲- می‌ترسم احساساتم دیگران را کلافه کند.

### روش اجرا و تحلیل داده ها

برای اجرای روان‌نمایشگری بعد از کسب مجوزهای لازم و هماهنگی با مسئولین آموزش و پرورش و مسئولین مدرسه مورد نظر، و توضیح درباره اهداف آموزشی اینجانب، پیش‌آزمون مربوطه در بین دانش‌آموزان اجرا گردید. در

مرحله بعد محتوای پروتکل روان‌نمایشگری که با استفاده از رویکرد مورنو و همکاران (Moreno et al, 2000) و مطالعه منابع متعدد و استفاده از راهنمایی چند نفر از کسانی که در رابطه با اجرای روان‌نمایشگری آگاه و متخصص بوده، طراحی گشته و بین دانش‌آموزان گروه آزمایش اجرا شد. بدین ترتیب که هر یک از جلسات روان‌نمایشگری شامل سه بخش گرم کردن، عمل یا اجرا و مشارکت بود. جلسات درمانی در طول ۸ جلسه از ۱۰ جلسه اجرا شد و زمان هر جلسه ۹۰ دقیقه به طول انجامید. در ذیل چکیده‌ای از جلسات درمان آورده شده است.

جدول ۱. شرح کوتاهی از جلسات درمان

ردیف	هدف	برنامه
جلسه اول	اجرای پیش‌آزمون	پرسشنامه‌های اضطراب اجتماعی و حساسیت بین فردی در بین کل دانش‌آموزان به منظور غربالگری اجرا شد.
جلسه دوم	آشنایی اعضا با یکدیگر، تنظیم مقررات موجود در گروه و بیان چهارچوب کار، ایجاد جو امنیت و صمیمیت	اجلسه‌ی معارفه، شروع با فن پرتاب توپ به صورت بیان اطلاعاتی شامل نام و نام خانوادگی، رشته تحصیلی، علاقه مندیها و سرگرمی‌های خویش، بیان قواعد و قوانین موجود در گروه از جمله نحوه برگزاری و زمان جلسات، اهمیت شرکت در گروه، احترام و رازداری، همچنین خلاصه‌ای درباره متغیرهای پژوهش و دریافت بازخورد.
جلسه سوم	خودآگاهی و کاهش اضطراب از صحبت در جمع درباره خویش	گرم کردن با حرکات نرمشی، نوشتن ۵ مورد از ویژگی‌های شخصیتی و توضیح آن بین جمع در صحنه، استفاده از فن تک گویی، ایفای نقش و ایفای نقش معکوس در همین رابطه و دریافت بازخورد از افراد گروه
جلسه چهارم	تجسم آینده و آرزوهای خویش، بیان احساسات و نظرات خویش	تجسم آینده و توصیف آن بین افراد گروه، توضیح درباره بیان هیجانانی چون شادی، خشم، اندوه و اجرای هر کدام از آن‌ها در مثالی، اجرای نقش در رابطه با ویژگی‌های شخصیتی چند نفر از اعضای گروه با استفاده از تکنیک‌های ایفای نقش به همراه من یاور، بدل مضاعف و جابه جایی نقش، در نهایت دریافت واکنش و نظرات دیگر اعضا
جلسه پنجم	ابراز وجود و بیان احساسات و نظرات، کمک به کم کردن اضطراب صحبت در جمع	گرم کردن با بیان خاطره‌ای شیرین از دوران کودکی، ارائه داستانی بداهه و کوتاه بر اساس علائق دانش آموز به گونه‌ای که شخصیت اصلی خود فرد باشد و در نهایت دریافت بازخورد و پیشنهاد و انتقاد افراد دیگر
جلسه ششم	تقویت ادراک، تجسم و تخیل از طریق پانتومیم، توجه به زمان حال (اینجا و اکنون)، توجه به زبان بدن	بر اساس تکلیف جلسه قبل تعدادی از افراد به توصیف توانایی‌ها و علاقه‌مندی‌های خویش پرداخته (مثلا اجرای چند تکنیک از ورزش ژیمناستیک توسط یکی از افراد و همراهی دیگر اعضا با فرد) و اجرای پانتومیم و بدست آوردن تجربه‌ای لذت بخش از زمان حال
جلسه هفتم	مهارت‌آموزی با ساختن موقعیت‌هایی مشابه موقعیت واقعی، رفع نقاط ضعف	بازی کردن نقش‌های مختلف درباره روابط بین فردی در روی صحنه با کمک کارگردان و من یاور و استفاده از فنونی چون ایفای نقش و آینه به عنوان مثال اجرای نقش یک فرد جرات‌مند و آغازگر یک رابطه
جلسه هشتم	برون‌ریزی عاطفی، شناسایی عمیق تر از خود	گرم کردن با چند تکنیک ورزشی تمرین تنفس شکمی و عمیق، استفاده از فنون صندلی خالی و صندلی داغ
جلسه نهم	خلاقیت، ارتباط آگاهانه با یکدیگر و دستیابی به احساس ارزشمندی با ارائه خلاقیت از خویش و در نهایت اختتام	اجرای کار گروهی مبنی بر خلاقیت در گروه‌های دو نفره با استفاده از توانایی‌های خویش و همچنین پیگیری از تغییرات ایجاد شده در افراد و ارتباط آن‌ها با محیط و دیگران و در نهایت تقدیر و تشکر از شرکت اعضای گروه در جلسات
جلسه دهم	اجرای پس‌آزمون	جمع بندی مطالب و اجرای پس‌آزمون

حساسیت بین فردی؛ پایین‌تر از میانگین گروه کنترل است. قبل از تحلیل داده‌های مربوط به فرضیه‌ها، برای اطمینان از اینکه داده‌های این پژوهش مفروضه‌های زیربنایی تحلیل کوواریانس را برآورد می‌کنند، به بررسی آن‌ها پرداخته شد. نرمال بودن توزیع متغیرها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون با استفاده از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف انجام شد. نتایج غیرمعنی‌دار نشانگر نرمال بودن توزیع متغیرها بود. همچنین نتایج نشان داد که آماره F آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس‌های خطای متغیرها در گروه‌های پژوهش برای مولفه‌های اضطراب اجتماعی (۱/۸۹) و حساسیت بین فردی (۱/۰۵) معنی‌دار نمی‌باشد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که واریانس‌های خطای این متغیرها در گروه‌ها همگن می‌باشد.

بر اساس جدول ۱، برنامه اجرای پیش‌آزمون-پس‌آزمون و روان‌نمایشگری در ۱۰ جلسه خلاصه شده است که شامل اهداف، روش اجرا و به کارگیری فنون مختلف مطابق با هر جلسه در طی فرایند اجرا می‌شد.

### یافته‌ها

در این پژوهش داده‌های بدست آمده از آزمون‌های مورد نظر به وسیله نرم افزار تحلیل آماری SPSS-22 در دو بخش توصیفی و استنباطی مورد ارزیابی و تحلیل قرار گرفت. در بخش آمار توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در بخش آمار استنباطی از تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده گردید. در جدول ۲ به یافته‌های توصیفی بدست آمده از متغیرهای اصلی پژوهش اشاره شده است. یافته‌های جدول ۲ که شامل یافته‌های توصیفی از متغیرهای پژوهش است، نشان می‌دهد که میانگین گروه آزمایش در پس‌آزمون مولفه‌های اضطراب اجتماعی و

جدول ۲. یافته‌های توصیفی بدست آمده از متغیرهای اصلی پژوهش

متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد
اضطراب اجتماعی	کنترل	۱۰۲/۳۳	۱۰/۷۰
	آزمایش	۸۳/۲۶	۹/۲۴
حساسیت بین فردی	آزمایش	۸۴/۲۰	۷/۲۲
	کنترل	۹۸/۳۳	۸/۰۴

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری (مانکوا) جهت تعیین تاثیر روان‌نمایشگری بر متغیرهای اصلی پژوهش

متغیر وابسته	گروه	پیش‌آزمون	SS	Df	MS	F	سطح معنی‌داری	شاخص اندازه اثر
اضطراب اجتماعی	آزمایش	۱۰۱/۵۳	۲۱۸۴/۵۳	۱	۲۱۸۴/۵۳	۱۰/۵۲	۰/۰۰۱	۰/۳۹
	کنترل	۱۰۲/۳۳						
حساسیت بین فردی	آزمایش	۹۹/۶۰	۱۴۹۸/۱۳	۱	۱۴۹۸/۱۳	۱۱/۳۷	۰/۰۰۱	۰/۴۷
	کنترل	۹۸/۴۰						
خطا			۱۶۳۵/۷۳	۲۸	۵۸/۴۱			

در جدول ۳ نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری جهت تعیین تاثیر روان‌نمایشگری بر متغیرهای پژوهش بیان شده است. نتایج تحلیل کوواریانس با کنترل نمرات پیش‌آزمون نشان داد که در متغیرهای اضطراب اجتماعی و حساسیت بین فردی آزمودنی‌های دو گروه بعد از اجرای پژوهش تفاوت معنی‌داری داشتند. ضریب  $F$  محاسبه شده نشان می‌دهد که، تفاوت میانگین اضطراب اجتماعی و حساسیت بین فردی دو گروه از لحاظ آماری معنی‌دار است و بنابراین فرضیه ۱ و ۲ پژوهش تایید می‌شود ( $P \leq 0/01$ ). به عبارت دیگر آموزش روان‌نمایشگری منجر به کاهش اضطراب و حساسیت بین فردی در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون شده است. از این رو آموزش روان‌نمایشگری گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون تاثیر داشته است.

### بحث و نتیجه گیری

هدف از انجام این پژوهش بررسی تاثیر روان‌نمایشگری بر اختلال اضطراب اجتماعی و حساسیت بین فردی نوجوانان دختر دوره دوم متوسطه در کرج بود. براساس نتایج بدست آمده تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش با پس‌آزمون گروه کنترل در میزان اضطراب اجتماعی نوجوانان تایید شده است. به عبارت دیگر روان‌نمایشگری منجر به کاهش اضطراب اجتماعی نوجوانان در گروه آزمایش شده است و این نشان از تاثیر معنادار می‌باشد. نتایج پژوهش با پژوهش‌های اربای و همکاران (Erbey et al, 2018)؛ رون (Ron, 2018)؛ شارما (Sharma, 2017)؛ حافظی (Hafezi, 2019)؛ اسماعیلی و همکاران (Esmaeili et al, 2018) همسو است. تحقیقات مطرح‌شده همگی نشان از اثربخشی روان‌نمایشگری و همچنین دیگر گروه‌درمانی‌های بیان‌شده بر اضطراب اجتماعی را نشان می‌دهند که با توجه به نتیجه حاصل در فرضیه اول احتمالاً مهم‌ترین دلیل اثربخشی روان‌نمایشگری، نمایش محور بودن آن است که با فراهم‌سازی امکان بازسازی موقعیت‌های اجتماعی اضطراب‌آور، به درمان‌جویان کمک می‌کند تا در شرایطی امن و بدون ترس از خطا یا شرمندگی، عوامل

زمینه‌ساز اضطراب را کشف کرده و با تمرین‌های مکرر نمایشی، در جهت رفع آن‌ها گام بردارند. این روش درمانی با برخورداری از بازی‌های نمایشی و فن‌های خلاقانه، روش مناسب و مؤثری، به‌ویژه برای کودکان و نوجوانان است. فردی که مبتلا به اضطراب اجتماعی است از موقعیت‌های که در معرض دید دیگران قرار گیرد اجتناب می‌کند و سعی می‌کند با دوری از افراد و موقعیت‌های عملکردی که باعث پیدایش علائم فیزیولوژیک می‌شود دور شود. درواقع، این ترس مفرط از مورد ارزیابی منفی قرارگرفتن است که مانع پیشرفت‌های اجتماعی وی می‌شود و انزوا و گوشه‌گیری او را افزایش می‌دهد. با توجه به یافته‌های تحقیق و به‌دست‌آمدن نتایج درمانی روان‌نمایشگری بر اضطراب اجتماعی می‌توان چنین بیان کرد که؛ در روش‌های رفتاری که مبتنی بر تقویت، برنامه‌ریزی، تکالیف خانگی و فن‌های مشابه دیگر هستند، این درمانگر است که رفتارهای درمان‌جو را مدیریت می‌کند و شکل می‌دهد اما در روش روان‌نمایشگری، علاوه بر تمرکز بالینی بر رفتارهای درمان‌جو، روش‌های مدیریت شخصی به او آموخته می‌شوند. همچنین در روش‌های دیگر درمان، امکان پیگیری رفتارهای درمان‌جو در شرایط واقعی یا حتی شبه واقعی میسر نیست. این در حالی است که تمام جلسات روان‌نمایشگری مشابه واقعیت هستند به طوری که پس از چند لحظه، درمان‌جو کاملاً باور می‌کند که در محیطی واقعی -نه شبه واقعی- قرار دارد و بنابراین تمام واکنش‌های دنیای واقعی را به نمایش می‌گذارد. در اختلال اضطراب اجتماعی وجود مشکلاتی در برقراری روابط اجتماعی توسط مبتلایان گزارش می‌شود به گونه‌ای که این افراد در موقعیت‌های اجتماعی به دلیل اضطراب و تنش بسیار، دچار پریشانی و هیجانات منفی متعدد می‌شوند. که این مساله گاهی منجر به بازداری در برخورد اجتماعی در این افراد می‌گردد. بر اساس یافته‌های فوق با شرکت در فعالیت‌های نمایشی و تجربه روابط انسانی مثبت، کناره‌گیری و انزوای اجتماعی در افراد مبتلا به این اختلال کاهش می‌یابد. همچنین جلسات روان‌نمایشگری به دلیل ویژگی گروهی بودن آن مکانی را برای افراد فراهم می‌سازد تا با آرامش بتوانند با واقعیت روبه‌رو شوند و



فردی مشکلاتی در برقراری روابط اجتماعی گزارش می‌شود. با شرکت در جلسات روان‌نمایشگری به واسطه ویژگی منحصر به فرد نمایش که فرصتی است برای تجربه و تکرار موقعیت‌های زندگی، تجربه روابط انسانی مثبت افزایش یافته و کناره‌گیری و انزوی اجتماعی در افراد مبتلا به این مسئله کاهش می‌یابد. همچنین نمایش برای نوجوانان شیوهی بسیار ارزشمندی است، زیرا ضمن ایجاد فضایی امن، به وسیلهی فراهم کردن فرصت برای تعویض نقش‌ها، به بهتر دیدن جهان از دریچه چشم دیگران، کمک می‌کند ضمن اینکه به نوجوان فرصت برون‌ریزی چیزهایی را می‌دهد که امکان آن در جهان واقعی برای او فراهم نشده است. همچنین در فضای نمایش فرصت بهبود روابط بین فردی از طریق نقش و گفت‌وگو مهیا می‌شود.

بنابراین در یک نتیجه‌گیری کلی می‌توان گفت که روان‌نمایشگری در کاهش اختلال اضطراب اجتماعی و متغیر حساسیت بین فردی نوجوانان موثر است. در واقع روان‌نمایشگری به عنوان یکی از روش‌های روان‌درمانگری با بهره‌گیری از هنر نمایش در درمان و به کارگیری و ایجاد تغییراتی هم‌چون بیرونی و عینی ساختن تخیلات و گرایش‌های درونی، خلق واقعیت‌های جدید، پیش رفتن به سوی عمل و هیجان، موجب برون‌ریزی و پالایش روانی فرد و در نتیجه افزایش سلامت روان و کاهش نشانگان اضطرابی و آشفتگی در روابط فرد می‌گردد.

از محدودیت‌های این پژوهش این است که پژوهش بر روی دانش‌آموزان دختر انجام شده است و تعمیم آن در جامعه دانش‌آموزان پسر باید با احتیاط صورت گیرد. از محدودیت‌های دیگر این پژوهش این است که داده‌ها با استفاده از ابزارهای خودگزارشی جمع‌آوری شده است و بنابراین ممکن است اطلاعات تحت تاثیر خلق و سوگیری حافظه افراد قرار گیرد. همچنین در این پژوهش به دلیل عدم اجرای دوره پیگیری امکان بررسی پایداری اثر روان‌نمایشگری وجود ندارد. پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های بعدی از مصاحبه‌های تشخیصی و ساختاریافته نیز در کنار ابزارهای خودگزارشی دهی استفاده شود تا بعضی از دانش‌آموزانی که علاوه بر اضطراب

محدودیت‌های خود را آزمون کنند و مهم‌تر اینکه به نوجوانان این فرصت را می‌دهد که خودشان را ابراز کنند و به حرف‌هایشان گوش داده شود و با همسالان خود تعامل مناسبی برقرار کنند (Cory & Cory, 2014; translated by Saifullah Bahari, 2019). همچنین روان‌نمایشگری بر کاهش درک و ترس از ارزیابی منفی و تنش و بازداری در برخورد اجتماعی نوجوانان تاثیر داشته است. در واقع در جلسات روان‌نمایشگری با استفاده از تکنیک‌ها و فنون مختلف مثل تک‌گویی و ایفای نقش در مقابل دیگران و استفاده از من‌های یاور در موقعیت‌های گوناگون و در صحنه نمایش، به برون‌ریزی هیجانی و عاطفی این افراد کمک کرده همچنین به نوجوانان کمک می‌شود تا تجربه‌ی حضور در موقعیت‌های مختلف به دور از ارزیابی را بدست آورند.

نتایج آزمون فرضیه دوم نشان داد که روان‌نمایشگری، حساسیت بین فردی دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد. نتایج بدست آمده از این پژوهش با نتیجه پژوهش تحقیقات کارنی و هاریگان (Carney & Harrigan, 2003) و استیکلی و همکاران (Stickley et al, 2016) همسو بوده است. در روان‌نمایشگری نوعی تخلیه هیجانی است که به بازگشایی مشکلات و ارائه جنبه‌هایی از زندگی می‌پردازد و علاوه بر آن نقش فرد را در روابط بین فردی به حصار نشان می‌دهد. در روان‌درمانگری نمایشی حوادث گذشته با ترس‌هایش و آینده با امیدهایش به زمان حال انتقال یافته و حل می‌شود. بر اساس نتایج بدست آمده در طول پژوهش، روان‌نمایشگری با ایجاد محیطی قابل انعطاف و آموزش افزایش مهارت در تطبیق با شرایط، درک بیشتر احساسات طرف مقابل و داشتن رفتار جراتمندانه در جریان یک رابطه‌ی بین فردی به نوجوانان کمک قابل توجهی می‌کند.

در تبیین یافته فوق می‌توان اظهار داشت که روان‌نمایشگری به عنوان یک فعالیت گروهی و عمل محور، فرصتی برای به اشتراک گذاشتن انگیزه‌ها و هیجانات سرکوب شده همچنین دریافت بازخورد مناسب از دیگران است. در جلسات این رویکرد افراد یاد می‌گیرند که ابتکار عمل را به دست گرفته و به نحوی فعالانه با دیگران ارتباط برقرار کنند. در اختلال اضطراب اجتماعی و حساسیت بین

- Compeana, E., & Hamner, M. (2019). Posttraumatic stress disorder with secondary psychotic features (PTSD-SP): Diagnostic and treatment challenges. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, 88:265-275.
- Cory, M., & Cory, C. (2014). *Group Therapy*. Translated by Saifullah Bahari. (2019). Tehran: Ravan Publishing (in Persian).
- Crome, E., Grove, R., Baillie, A. J., Sunderland, M., Teesson, M., & Slade, T. (2015). DSM-IV and DSM-5 social anxiety disorder in the Australian community. *The Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 49 (3): 227-35.
- Dehnavi, S., Parde, S. J., KhodaViren, H., & Bajalan, M. (2016). Effectiveness of Psychodrama on Anxiety of Multiple Sclerosis Patients. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 7(4): 150-154 (in Persian).
- Dogan, T. (2018). The effect of psychodrama on young adults' attachment styles. *Journal of the Arts in Psychotherapy*, 37(2): 112-119.
- Erbey, L. G., Reyhani, I., & Ozcan, C. (2018). Does psychodrama affect perceived stress, anxiety, depression and saliva cortisol in patients with depression? *Psychiatry Investigation*, 15(10):970-975.
- Esmaeili, L., Amiri, S., Reza Abedi, M., Molavi, H. (2018). The effect of acceptance and commitment therapy focused on self-compassion on social anxiety of adolescent girls. *Clinical Psychology Studies*, 8(30):117-137 (in Persian).
- Ganji, M. (2014). *Psychological pathology DSM5*. First Volume, Tehran: Savalan Publishing (in Persian).
- Golestanian, A. (2011). *The effectiveness of group therapy with a cognitive-behavioral and psychoanalytic approach to dysfunctional attitudes and the creation of imprisoned adolescents with symptoms of depression*. Master Thesis in Clinical Psychology. School of Psychology and Educational Sciences. Shiraz university (in Persian).
- Hadizadeh, M.H., & Farahzadi, N. (2018). *A Practical Guide to Diagnostic Interviews Based on DSM\_5*. Tehran: Savalan (in Persian).
- Hafezi, N. (2019). *The effectiveness of psychoanalysis on social anxiety and communication skills of* اجتماعی دارای اختلال‌های شدید دیگر هستند و توان ادامه روند گروه‌درمانی را ندارند تشخیص داده شوند. همچنین پیشنهاد می‌شود که این پژوهش با توجه به تنوع فرهنگی، قومیت و جنسیت مقایسه و تکرار شود. علاوه بر این پیشنهاد می‌شود از این درمان برای کاهش سایر نشانگرهای بالینی ناشی از انواع اضطراب‌ها مانند تنیدگی‌های حاد و پس‌ضربه‌ای، اضطراب تعمیم یافته و مشکلات بین فردی نیز استفاده شود.
- منابع**
- Adileh, R. (2017). *The effectiveness of emotional regulation training on social anxiety of adolescent girls in Shiraz*. Master Thesis. School of Psychology and Educational Sciences. Payame Noor University of Karaj (in Persian).
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 5th ed.* Arlington: American Psychiatric Association.
- Amrai, M., Khodaei, A., Shokri, O., Gravand, F., & Toulabi, S. (2011). Standardization, Validity and Reliability of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale for 12-18 Years Old Adolescents in Tehran. *Journal of Psychological Studies*, 7(1), 65-96 (in Persian).
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Beck Depression Inventory-II*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Blatner, A. (2000). *Foundation of psychodrama*. Fourth Edition. Springer Publishing Company.
- Boyce, P., & Parker, G. (1989). Development of a scale to measure interpersonal sensitivity. *Australasian Psychiatry*, 23(3):341-351.
- Cam, O. (2015). The influence of psychodrama on promoting self-disclosure in group of university student. *Psychodrama. Empirical research and science*, 2:255-274.
- Carney, D. R., & Harrigan, J. A. (2003). It takes one to know one: Interpersonal sensitivity is related to accurate assessments of others' interpersonal sensitivity. *Emotion*, 3(2):194-200.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4):644-63.

- immigrant adolescent girls in Tehran secondary school*. Master Thesis in School Counseling. Faculty of Humanities. Shahid Rajaei Teacher Training University (in Persian).
- Imani, S., Alkhaleel, Y., & Shokri, O. (2019). The relationship between dysfunctional attitudes and Social Anxiety Disorder in adolescents (students): the mediating role of Emotion Regulation. *Journal of Educational Psychology Studies*, 16(33):1-28 (in Persian).
- Khorashadizadeh, S., Shahabizadeh, F., Dastjerdi, R. (2012). The role of perceived childhood attachment. *Family Functioning and Attributional Styles in Social Anxiety*. 8(32): 385-395 (in Persian).
- Klein, A., & Golub, S. A. (2016). Family Rejection as a Predictor of Suicide Attempts and Substance Misuse among Transgender and Gender Nonconforming Adults. *LGBT Health*, 3(3): 193–199.
- Lee, K. U., Jung, N. Y., Rauch, S. A., Chae, J. H., Lee, H. K., Kweon, Y. S., & Lee, C. T. (2013). Psychometric properties of the Korean version of the interpersonal sensitivity measure (IPSM-K), *Computer Psychiatry*, 54(7):918–24.
- Liebowitz, M.R. (1987). *Social phobia*. Basel, Karger Publisher.
- Masah, A., & Akhavan Sales, F. (1998). *Art therapy*. Tehran: Rasa Publishing (in Persian).
- Masillo, A., Valmaggia, L. R., Lanna, A., Brandizzi, M., Lindau, J. F., Curto, M., Solfanelli, A., Kotzalidis, G. D., Patanè, M., Godeas, L., Leccisi, D., Girardi, P., & Fiori Nastro, P. (2014). Validation of the Italian version of interpersonal sensitivity measure (IPSM) in adolescents and young adults. *Journal of Affective Disorders*, 156: 164-170.
- Mehtalia, K., & Vankar, G. K. (2004). Social anxiety in adolescents. *Indian J Psychiatry*, 46(3):221-7.
- Mohammadian, Y., Mahaki, B., Lavasani, F. F., Dehghani, M., & Vahid, M. A. (2017). The psychometric properties of the Persian version of Interpersonal Sensitivity Measure. *Journal of Research in Medical Sciences*, 22(10).(in Persian).
- Moreno, J. L. (1966). *The international handbook of group psychotherapy*. London, PETER OWEN.
- Moreno, Z. T., Blomkvist, L., & D. Rutzet, T. (2000). *Psychodrama surplus reality and the art of healing*. London and Philadelphia: Routledge.
- Ostvar, P., & Razaviyeh, A. (2013). The study of psychometric properties of social anxiety scale for adolescents (SAS-A) for Use in Iran. *Psychological Methods and Models*, 3 (12): 69-78 (in Persian).
- Pahlavanneshan, S., Shokri, O. (2014). Testing measurement equivalence/invariance of the social anxiety scale for adolescents: A comparison between sex and age groups. *Quarterly of Educational Measurement*, 4(16): 194-216 (in Persian).
- Pratama, Y., Wibowo, M., & Awalya, A. (2019). Group Counseling with Psychodrama and Sociodrama Techniques to Improve Emotional Intelligence. *Journal of Bimbingan Counseling*, 8(1): 79-85.
- Puklek, M. (1997). *Socio cognitive aspect of social anxiety and its developmental trend in adolescence*. Unpublished master thesis. University of Ljubljana.
- Puklek, M., & Videc, M. (2008). Psychometric Properties of the social anxiety scale for adolescents (SASA) and its positive imaginary audience and academic performance in Slovene adolescents. *Studia Psychologica*, 50(1): 49-65.
- Ranta, K., Greca, A. L., Garcia-Lopez, L., & Marttunen, M. (2015). *Social Anxiety and Phobia in Adolescents Development, Manifestation and Intervention Strategies, Development, Manifestation and Intervention Strategies*. Springer.
- Reynolds, C. R., & Richmond, B. O. (1978). What I think I feel: A revised measure of children's manifest anxiety. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 6: 271-280.
- Robins, C. J., Ladd, J., Welkowitz, J., Blaney, P. H., & Kutcher, G. (1994). The Personal Style Inventory: Preliminary validation studies of new measures of sociotropy and autonomy. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 16(4):277-300.
- Rogers, C. A., & Kosowicz, D. (2019). Psychodrama: Conception, Evolution, Evidence and

- Applications. *Australian Counselling Research Journal*, 13(1):30-35.
- Ron, Y. (2018) Psychodrama's Role in Alleviating Acute Distress: A Case Study of an Open Therapy Group in a Psychiatric Inpatient Ward. *Frontiers in Psychology*. 9:2075.
- Rostampor, M., & Hoseinsabet, F. (2018). Effectiveness of drama therapy in mindfulness and emotion regulation of high school male students. *Quarterly Journal of Modern Psychological Research*. 13(49): 167-186 (in Persian).
- Saber, N. (2015). *The effectiveness of cognitive group therapy based on mindfulness on social anxiety and self-efficacy of homeless adolescents*. Master Thesis in Clinical Psychology. Faculty of Education and Psychology. Frodoosi University of Mashhad (in Persian).
- Sackl-Pammer, P., Jahn, R., Ozlu-Erkilic, Z., Eva Pollak, Ohmann, S., Schwarzenberg, J., Plener, P., & Akkaya-Kalayci, T. (2019). Social anxiety disorder and emotion regulation problems in adolescents. *Child Adolescent Psychiatry Mental Health*, 13(37). 9) 13:37
- Saylor, C. F., Finch, A. J., Spirto, A., & Bennett, B. (1984). The Children's Depression inventory: A systematic evaluation of psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52: 955 - 967.
- Sharf, R. (2008). *Psychotherapy and counseling theories*. Translated by Mehrdad Firoozbakht. (2018). M. Tehran: Rasa Publishing (in Persian).
- Sharma, N. (2017). Effect of Psychodrama Therapy on Depression and Anxiety of Juvenile Delinquents. *The International Journal of Indian Psychology*, 5(1):1-10.
- Spence, S. H., Zubrick, S. R., & Lawrence, D. (2018). A profile of social, separation and generalized anxiety disorders in an Australian nationally representative sample of children and adolescents: Prevalence, comorbidity and correlates. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 52(5):446-460.
- Stickley, A., Koyanagi, A., Kuposov, R., Blatný, M., Hrdlicka, M., Schwab-Stone, M., & Ruchkin, V. (2016). Loneliness and its association with psychological and somatic health problems among Czech, Russian and U.S. Adolescents. *BMC Psychiatry*, 16: 1-11.
- Tajeri, B. (2016). Effectiveness of problem-solving training on interpersonal sensitivity and aggression in students. *Journal of School Psychology*, 5(3): 39-55(in Persian).
- Terzioglu, C. & Ozkan, B. (2018). Psychodrama and the Emotional State of Women Dealing with Infertility, *Sexuality and Disability*, 36(1):87-99.
- Tolbert, Y. R. (2006). *Interweaving Art Therapy and Dialectical Behavior Therapy for Group with Adolescent*. Ursuline College.
- Urban, R., Kun, B., Farkas, J., Paksi, B., Kokonyei, G., Unoka, Z., Felvinczi, K., Olah, A., & Demetrovics, Z. (2014). Bifactor structural model of symptom checklists: SCL-90-R and Brief Symptom Inventory (BSI) in a non-clinical community sample. *Psychiatry Research*, 216(1): 146-154.
- Wenzel, A., & Jager-Hyman, S. (2014). *Social Anxiety, Chapter 9: Disorder and Its Relation to Clinical Syndromes in Adulthood*. In *Social Anxiety (Third Edition)*. Academic Press.