

اعتبار و روایی پرسشنامه شعردرمانی

علی اکبر صلاحی^۱، سهیلا خالقی تبار^۲، محدثه آقابرابی گاوزنی^۳، مهسا ذوالفقاری^۴، زهرا طریقت رام^۵، مهدی غلامیان^۶، شکوفه گلرخیان^۷

Abstract

The present study was developed with the aim of constructing and validating a poetry therapy test that is a suitable, reliable and accurate tool for assessment. The research method is descriptive and exploratory and the statistical sample of this research includes married and single citizens, with a degree from undergraduate to doctorate with an age range of 11 to 65 years in Tehran in 1399. 301 people were selected as available. The data collection method was also non-random and available; To obtain the content validity of the questionnaire, the opinions of the supervisor and several other professors, specialists and experts were used, which confirmed the face validity. Reliability of the test Two methods of Cronbach's alpha coefficient and halving the test were used. The results showed the number 0.92 for Cronbach's alpha which indicates a very good reliability for the questionnaire. Then the test was halved and then Pearson correlation method was used which showed 0.79 which showed a very good relationship for the questionnaire.

چکیده

تحقیق حاضر با هدف ساخت و اعتباریابی آزمون شعردرمانی که یک ابزار مناسب، پایا و دقیق برای سنجش باشد، تدوین شده است. روش پژوهش، توصیفی و اکتشافی است و نمونه آماری این پژوهش شامل شهروندان متأهل و مجرد، دارای مدرک تحصیلی از زیردیپلم تا دکتری با بازه سنی ۱۱ تا ۶۵ سال شهر تهران در سال ۱۳۹۹ بود. که تعداد ۳۰۱ نفر به صورت در دسترس انتخاب شد. روش گردآوری اطلاعات نیز به صورت غیر تصادفی و به صورت در دسترس بود؛ برای بدست آوردن روایی محتوا از نوع صوری پرسشنامه از نظرات استاد راهنما و چندین تن از دیگر اساتید و متخصصین و کارشناسان استفاده شد، که روایی صوری آن تایید گردید. پایایی آزمون دو روش ضریب آلفای کرونباخ و دونیمه کردن آزمون استفاده گردید. نتایج حاصل عدد ۰/۹۲ برای آلفای کرونباخ را نشان داد که بیانگر پایایی بسیار خوبی برای پرسشنامه بود، بعد از آن تک آلفای تک تک سوالات نیز با نمره کلی بررسی و تمامی سوالات نیز نمرات خیلی خوبی داشتند که نیاز به حذف سوالات نبود. در ادامه از روش دو نیمه کردن آزمون استفاده شد و سپس از روش همبستگی پیرسون استفاده شد که ۰/۷۹ را نشان می‌داد که بیانگر ارتباط بسیار خوبی برای

Email: salahi@iausr.ac.ir

۱. مدرس دانشگاه، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

۲. مدرس دانشگاه، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

۳. دانش آموخته مقطع کارشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

۴. دانش آموخته مقطع کارشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

۵. دانش آموخته مقطع کارشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

۶. دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب.

۷. دانش آموخته مقطع کارشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

Therefore, the above questionnaire has good validity and reliability and can be used to assess poetry therapy.

Keywords: construction and standardization, poetry therapy.

پرسشنامه محسوب گردید. لذا پرسشنامه فوق از روایی و پایایی مناسبی برخوردار است و می توان در سنجش شعر درمانی از آن استفاده نمود.

واژه‌های کلیدی: ساخت و هنجاریابی، شعر درمانی

مقدمه

معرفی رسمی هنر به‌عنوان یک روش درمانی به تلاش‌های مارگارت نامبرگ در دهه ۱۹۴۰ برمی‌گردد. وی یکی از نخستین افرادی است که هنر درمانی را به‌عنوان یک شکل اختصاصی روان‌درمانی مطرح کرد. تعاریف هنر درمانی، بر این ایده کلی استوار است که هنر، نوعی وسیله ارتباط نمادین است. این رویکرد که اغلب به روان‌درمانی هنری اشاره دارد بر محصولات هنری- نقاشی‌ها، طراحی‌ها و دیگر تجارب هنری تأکید می‌کند که در فهم مقوله‌های ارتباطی، هیجان‌ها و تعارضات کمک می‌کنند و حتی سبب بهبود ارتباطات کلامی می‌شوند (پوررضاییان، ۱۳۹۸).

هنر درمانی یک روش ایجاد شده برای سلامت روان می‌باشد که از طریق روش خلاق ایجاد هنر برای رشد و ارتقای سلامت جسمی، روانی و هیجانی افراد در سنین مختلف استفاده می‌شود (شلائی، ۱۳۹۶). همچنین با هنر درمانی می‌توان سطح خودآگاهی فرد را نسبت به عواطف و تعارضات خود افزایش داد و او را برای مقابله با مشکلات آماده کرد (فرامرزی، ۱۳۹۳).

هنر درمانی جنبه‌های مختلفی دارد: موسیقی درمانی، نقاشی درمانی، درام‌تراپی، قصه‌درمانی، شعر درمانی، شن‌درمانی و... از گذشته مردم به ارزش شعر نه تنها به‌عنوان یک تسکین‌دهنده روح و روان و تلطیف عواطف انسانی بلکه به‌عنوان یک روش برای درمان دردها و آلام بشر و جوامع بشری توجه می‌نمودند (مرداسی سردارآبادی، ۱۳۹۵).

شعر درمانی یک نوع هنر درمانی خلاق است که شعر و دیگر شکل‌های برانگیزنده ادبیات را برای رسیدن به اهداف درمانی و رشد شخصی بکار می‌گیرد. در شعر درمانی فرد فرصتی برای تعریف هویت خود دارد. شعر افراد را قادر به بیان گفته‌هایی می‌کند که فرد به هیچ شیوه دیگری نمی‌تواند آنرا بیان کند (محمدیان، ۱۳۸۸).

گفتن و خواندن شعر، در کاهش استرس و اضطراب و همچنین آرامش یافتن موثر است. که می‌توان از آن به‌عنوان شعر درمانی یاد کرد. در روان‌شناسی رویکردی بنام روانکاو وجود دارد که در آن از مکانیسم دفاعی به نام تصعید و یا والایش صحبت شده است، در واقع این مکانیسم تکانه‌های درونی است که همان انرژی‌های منفی را به حالت جامعه‌پسند در می‌آورد. همانطور که در فیزیک، از قانون پایستگی انرژی صحبت شده؛ یعنی انرژی نه بوجود می‌آید و نه از بین می‌رود؛ بلکه از حالتی به حالت دیگر تغییر می‌کند، نکات و شرایط سخت و بد زندگی را نیز می‌توان طبق این مکانیسم جامعه‌پسند نمود، بطور مثال می‌توان از استاد شهریار در این زمینه نام برد، او که بدلیل نرسیدن به عشق خود از دانشکده پزشکی انصراف داده بود، می‌توانست انرژی منفی خود را صرف اعمال منفی کند؛ اما طبق همین مکانیسم او انرژی منفی خود را به حالت جامعه‌پسند تغییر و به شعر تبدیل کرد (صلاحی، ۱۳۹۷).

هدف از این پژوهش دستیابی به یک ابزار مناسب، پایا و دقیق و دارای روایی برای سنجش شعر درمانی و درمان برخی از اختلالات در سطوح پایین به همراه تخلیه هیجانی و کسب آرامش می‌باشد. در واقع شعر درمانی روشی برای کمک به افراد سالم و افرادی که نیاز به خدمات روانشناختی دارند، می‌باشد (نگارنده).

در سال‌های اخیر بسیاری از درمانگران سعی در معرفی شعر به عنوان یک ابزار قدرتمند شفابخش دارند. و همچنین روانپزشکان ادعا می‌کنند که استفاده از اشعار کلاسیک (کهن) در روان‌درمانی نتایج مثبتی به همراه دارد.

گذشتی و همکاران (۱۳۹۵) در تحقیقی با عنوان اثربخشی شعر درمانی گروهی در کاهش مشکلات روانشناختی و بهبود کیفیت زندگی زنان مبتلا به سرطان پستان دریافتند که شعردرمانی گروهی به عنوان نوعی مداخله پیشگیرانه و یا تسکین‌دهنده می‌تواند کیفیت زندگی و امید به زندگی را در زنان مبتلا به سرطان پستان در کوتاه مدت و میان مدت بهبود بخشد و از جنبه‌های روانشناختی مبتلا به سرطان به ویژه اضطراب بیرونی و نیز علائم و شکایات جسمی آن تا حدی بکاهد.

محمدی نسب و همکاران (۱۳۹۸) در تحقیقی با موضوع اثربخشی هنردرمانی گروهی بیانگر بر کاهش مشکلات درونی سازی و برونی سازی کودکان بدسرپرست به این نتیجه رسیدند که هنردرمانی می‌تواند به عنوان روشی مؤثر و کارآمد در کاهش مشکلات رفتاری هیجانی کودکان بدسرپرست در مداخلات به کار گرفته شود.

پورامیر زرداری و کریمی ثانی (۱۳۹۵) در تحقیقی که با موضوع اثر بخشی آموزش شعردرمانی بر کاهش باورهای غیر منطقی دانش‌آموزان دختر انجام دادند؛ بیان کردند که گروه آزمایش پس از مداخله، در مقایسه با گروه کنترل، باورهای غیر منطقی کمتری را نشان دادند ($p=0/005$). بنابراین می‌توان برای افزایش باورهای منطقی از شعردرمانی با سبک‌های شعری سهراب سپهری (نیمایی) استفاده نمود.

نوریان فر و نصری (۱۳۹۸) در تحقیقی با عنوان تأثیر شعردرمانی بر عملکرد حافظه فعال دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر سرابله انجام دادند به این نتیجه رسیدند که شعر درمانی، پردازش و قدرت درک دانش را افزایش می‌دهد ($p=0/001$). بدین معنا که تکنیک شعر درمانی بر حافظه فعال مؤثر می‌باشد.

همچنین محمدیان و همکاران (۱۳۸۸) در تحقیقی با عنوان اثر شعردرمانی گروهی بر کاهش نشانه‌های افسردگی در دانشجویان به این نتیجه رسیدند که دانشجویان گروه آزمایش، پس از مداخله در مقایسه با گروه کنترل نشانه‌های افسردگی کمتری را نشان دادند ($p=0/001$).

نتیجه پژوهش فرجی و همکاران (۱۳۹۲) با موضوع تأثیر شعردرمانی گروهی بر افسردگی سالمندان مقیم در سرای سالمندان شهر اراک نشان داد که میانگین نمره افسردگی سالمندان گروه مداخله از $7/6$ قبل از مداخله به $6/5$ بعد از مداخله کاهش یافت و نتایج اختلاف معناداری را در گروه مداخله نشان داد ($p=0/001$). بدین معنا که با استفاده از تکنیک شعردرمانی افسردگی کاهش می‌یابد.

همچنین در تحقیق خدابخشی کولایی و همکاران (۱۳۹۴) با عنوان اثربخشی شعردرمانی گروهی بر افسردگی و معناجویی سالمندان مقیم در مراکز سالمندان زن شهرستان تفرش نشان داده شد که تفاوت معناداری بین نمرات افسردگی، جستجوی معنا در زندگی و معناجویی بین دو گروه مداخله و کنترل پس از آزمون می‌باشد ($p=0/001$). بنابراین به کارگیری درمان‌های روان‌شناختی شعردرمانی گروهی می‌تواند به کاهش افسردگی و ایجاد معنا در زندگی سالمندان زن منجر شود.

بیت کارول بون (۲۰۰۶) در پژوهشی با عنوان تأثیر شعر بر علائم ثانویه اختلال استرس پس از سانحه در مشاوران خشونت داخلی، نشان می‌دهد که شعر درمانی اینترنتی به عنوان نوعی مداخله در کاهش علائم SPTSD مؤثر بوده است، همچنین تجزیه و تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که سال‌ها تجربه و کار با تروما به طور قابل توجهی علائم SPTSD را در این نمونه پیش بینی کرده است.

لی اولسان و مک براید^۲ (۲۰۰۹) در پژوهشی با عنوان بررسی تأثیر موسیقی عامه‌پسند و شعر درمانی در زمینه توسعه درمانی، نشان دادند که در بین سه گروه جوانان با ریسک مشکلات روانی، استفاده از شعردرمانی تأثیری شایان توجه بر تعامل و خود افشایی آنان داشته است. شواهد مدون در این تحقیق، نشان می‌دهد که مداخلات شعر درمانی محیط

گروهی را بوجود آورد که به جوانان دارای ریسکی که در برابر شرکت در این روش درمانی مقاومت می‌کردند، حسی مملو از آرامش القا نمود و چنان تعلق خاطری بری آنان ایجاد نمود که به طرز ناباورانه‌ای به خود افشایی صادقانه پرداختند. نیکولاس مازا و کریستوفر هایتون (۲۰۱۳) در تحقیقی با عنوان مدل سه گانه شعر درمانی از مدل ارائه شده توسط مازا (۲۰۰۳) با سه حالت پذیرا-باهوش، توصیفی-خلاق و نمادین-تشریفات (RES) بهره جستند. ساختار این مدل با استفاده از نظرسنجی آنلاین از درمانگران رشته‌های مختلف، مورد بررسی قرار گرفت. تحلیل داده‌های گردآوری شده، مدل RES را به‌عنوان چارچوبی مناسب جهت توصیف گستره روش‌های مبتنی بر هنرهای زبانی که به‌عنوان روشی درمانی و طبقه بندی درمانگران در رابطه با این کاربرد مورد استفاده قرار گرفته بود را تایید می‌نمود.

شعبانی مینا آباد (۲۰۲۰) در پژوهشی با عنوان تأثیر شعر درمانی در پیشرفت زبان و مهارت‌های اجتماعی در کودکان مبتلا به ASD، نشان می‌دهد شعر درمانی در افزایش استفاده از مهارت‌های زبانی و بهبود مهارت‌های اجتماعی مناسب موثر بود و همچنین، آموزش چنین مهارت‌هایی می‌تواند به‌عنوان یک مداخله در مدارس، مراکز درمانی و مراکز گفتاردرمانی مورد استفاده قرار گیرد.

پژوهش میرزایی و همکاران (۲۰۱۸) با عنوان تأثیر شعر درمانی بر میزان اضطراب بیماران مبتلا به سکتة قلبی، نشان دادند که شعردرمانی بر میزان اضطراب بیماران مبتلا به MI تأثیر دارد و همچنین توصیه می‌شود از آن با توجه به سادگی و کم‌هزینه بودن روش شعر درمانی برای کنترل اضطراب ناشی از MI ارائه روش استفاده گردد. با توجه به مطالب ذکر شده و از آنجا که تاکنون پرسشنامه‌ای با این عنوان طراحی نشده و همچنین نیاز جامعه به مباحث روان‌درمانی، و برای سنجش بهتر پروتکل شعردرمانی پرسشنامه حاضر طراحی گردید.

روش پژوهش

پژوهش حاضر در قالب پژوهش توصیفی-اکتشافی انجام شد. نمونه آماری این پژوهش شامل شهروندان متاهل و مجرد، دارای مدرک تحصیلی از زیردیپلم تا دکتری با بازه سنی ۱۱ تا ۶۵ سال شهر تهران در سال ۱۳۹۹ بود. که تعداد ۳۰۱ نفر به صورت دردسترس انتخاب شد. روش گردآوری اطلاعات نیز به صورت غیر تصادفی و به صورت در دسترس بود؛ برای این کار به دلیل وجود بیماری کرونا که باعث تعدیل ارتباطات شده بود، به صورت آنلاین پرسشنامه‌ها در سایت پرسال طراحی و لینک آن برای مخاطبین ارسال گردید.

روایی^۱ به این مفهوم اشاره دارد که وسیله اندازه‌گیری چیزی را که ادعا می‌کند دقیقاً همان چیز را اندازه بگیرد یعنی متناسب با آن باشد و از مهمترین آن روایی صوری و محتوایی است و برای اینکه پرسشنامه‌ای حداقل دارای روایی محتوایی باشد باید سوالات آزمون با توجه به مبانی تئوریک دقیقاً مورد مطالعه و بررسی قرار گیرد تا میزان ارتباط و تناسب آنها با موضوع روشن گردد. انجمن پژوهشی آمریکا، انجمن روانشناسی آمریکا و انجمن ملی اندازه‌گیری در آموزش و پرورش، معتقدند که روایی محتوا نشان دهنده این مطلب است که نمونه ماده‌ها و سوال‌های یک آزمون تا چه حدی معرف و نماینده واقعی جامعه سوال‌ها و حیطه‌های محتوای مورد اندازه‌گیری است. روایی صوری^۲ به ظاهر آزمون اشاره می‌کند. روایی صوری یعنی از طریق یک آزمون به محتوای که آن آزمون ادعا می‌کن اندازه می‌گیرد، پی برده شود (دلاور، زهراکار، ۱۳۸۸).

برای بدست آوردن روایی محتوا از نوع صوری پرسشنامه از نظرات استاد راهنما و چندین تن از دیگر اساتید و متخصصین و کارشناسان استفاده شده است. و از آنها در مورد مربوط بودن سؤالات، واضح بودن و قابل فهم بودن سؤالات و

اینکه آیا این سؤالات برای پرسش‌های تحقیقاتی مناسب است و آنها را مورد سنجش قرار می‌دهد، نظرخواهی شد و اصطلاحات مورد نظر در پرسشنامه اعمال گردید.

برای اخذ پایایی از برای این کار از دو روش ضریب آلفای کرونباخ^۱ و دونیمه کردن آزمون آستفاده گردیده است. این روش برای محاسبه هماهنگی درونی ابزار اندازه‌گیری از جمله پرسشنامه‌ها یا آزمودن‌هایی که ویژگی‌های مختلف را اندازه‌گیری می‌کنند به کار می‌رود. در اینگونه ابزار، پاسخ هر سوال می‌تواند مقادیر عددی مختلف را اختیار کند. برای محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ابتدا باید واریانس نمره‌های هر زیرمجموعه سؤالات پرسشنامه یا زیرآزمون و واریانس کل را محاسبه نمود. سپس با استفاده از فرمول مربوطه مقدار ضریب آلفا را بدست آورد (سرمد و همکاران، ۱۳۸۷).

ابزار پژوهش

ابزار گردآوری اطلاعات، پرسشنامه شعر درمانی است که در طی این تحقیق براساس نظر متخصصین و روش‌های آماری تدوین شده است، و از طریق اجرای این آزمون بر روی جامعه، گردآوری اطلاعات صورت پذیرفت. این پرسشنامه بر اساس شش سازه نوستالژی، تخلیه هیجانی، آرام سازی، تصویرسازی، امیدبخشی، جذب، همدلی طراحی شده است؛ که شامل ۳۳ سوال می‌باشد که سؤالات شامل نوستالژی= ۱، ۴، ۵، ۱۲، ۲۲، تخلیه هیجانی= ۲، ۸، ۱۴، ۳۰، ۳۳، آرام سازی= ۳، ۱۱، ۱۳، ۱۴، ۲۹، تصویرسازی= ۶، ۱۵، ۱۸، ۲۸، امیدبخشی= ۷، ۱۶، ۲۰، ۲۳، ۲۶، جذب= ۹، ۱۹، ۲۵، ۲۷، ۳۲، همدلی= ۱۰، ۱۷، ۲۴، ۳۱ می‌باشد. هر سوال آن دارای یک طیف پنج درجه‌ای (کاملاً موافق = ۵، موافق= ۴، نظری ندارم= ۳، مخالف= ۲، کاملاً مخالف= ۱) می‌باشد. در نهایت، مجموع نمرات شامل طیفی بین نمره ۳۳ تا ۱۶۵ است. لذا نمرات بین ۳۳ تا ۷۷ بیانگر علائق شعری پایین، نمرات ۷۸ تا ۱۲۱ بیانگر علائق شعری متوسط و نمرات ۱۲۲ تا ۱۶۵ بیانگر علائق شعری بالا می‌باشد.

یافته‌ها

در ابتدا پرسشنامه با ۴۹ سوال طراحی شد و توسط متخصصین سؤالات ارزیابی و سؤالات مبهم کنار گذاشته شد و روایی صوری آن تایید گردید. سپس بر روی ۳۰۱ آزمودنی اجرا شد. نتایج تحلیل اولیه حاکی از آن بود که میزان آلفا برای کل پرسشنامه ۳۳ سؤالی برابر ۰/۹۲ است. بیانگر پایایی بسیار خوبی برای پرسشنامه بود، بعد از آن تک آلفای تک تک سؤالات نیز با نمره کلی بررسی (نوستالژی= ۰/۹۲، تخلیه هیجانی= ۰/۹۲، آرام سازی= ۰/۹۱، تصویرسازی= ۰/۹۱، امیدبخشی= ۰/۹۱، جذب= ۰/۹۱، همدلی= ۰/۹۱) و تمامی سؤالات نیز نمرات خیلی خوبی داشتند که نیاز به حذف سؤالات نبود. در ادامه از روش دو نیمه کردن آزمون استفاده شد و سپس از روش همبستگی پیرسون استفاده شد که ۷۹.۰ را نشان می‌داد که بیانگر ارتباط بسیار خوبی برای پرسشنامه محسوب گردید.

جدول ۱: آمار توصیفی

		سن	وضعیت تحصیلات	وضعیت تاهل
N	Valid	127	301	301
	Missing	174	0	0
	Mean	31.65	3.20	1.48
	Median	31.00	3.00	1.00
	Mode	22	3	1
	Sum	4020	963	444

در جدول شماره ۱، شاخص های نظیر میانگین، میانه، مد، جمع برای متغیرهای وضعیت تاهل، وضعیت تحصیلی و سن آزمودنی را مشاهده می کنید.

جدول ۲: وضعیت سنی

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11	1	.3	.8	.8
	13	1	.3	.8	1.6
	16	1	.3	.8	2.4
	17	1	.3	.8	3.1
	18	3	1.0	2.4	5.5
	19	1	.3	.8	6.3
	20	5	1.7	3.9	10.2
	21	7	2.3	5.5	15.7
	22	13	4.3	10.2	26.0
	23	9	3.0	7.1	33.1
	24	3	1.0	2.4	35.4
	25	5	1.7	3.9	39.4
	27	4	1.3	3.1	42.5
	28	1	.3	.8	43.3
	29	4	1.3	3.1	46.5
	30	4	1.3	3.1	49.6
	31	3	1.0	2.4	52.0
	32	3	1.0	2.4	54.3
	33	4	1.3	3.1	57.5
	34	1	.3	.8	58.3
	35	6	2.0	4.7	63.0
	36	5	1.7	3.9	66.9
	37	3	1.0	2.4	69.3
	38	3	1.0	2.4	71.7
	39	8	2.7	6.3	78.0
	40	9	3.0	7.1	85.0
	41	3	1.0	2.4	87.4
	42	2	.7	1.6	89.0
	46	2	.7	1.6	90.6
	47	2	.7	1.6	92.1
48	1	.3	.8	92.9	
50	3	1.0	2.4	95.3	
53	1	.3	.8	96.1	
55	1	.3	.8	96.9	
56	1	.3	.8	97.6	
57	1	.3	.8	98.4	
62	1	.3	.8	99.2	
65	1	.3	.8	100.0	
	Total	127	42.2	100.0	
Missing	System	174	57.8		
	Total	301	100.0		

در جدول شما ۲، وضعیت دامنه سنی آزمودنی ها را نشان می دهد و شامل ۱۱ تا ۶۵ سال می باشد.

جدول ۳: وضعیت تحصیلات

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	دکتر	23	7.6	7.6	7.6
	ارشد کارشناسی	46	15.3	15.3	22.9
	کارشناسی	140	46.5	46.5	69.4
	کاردانی	32	10.6	10.6	80.1
	دیپلم	60	19.9	19.9	100.0
	Total	301	100.0	100.0	

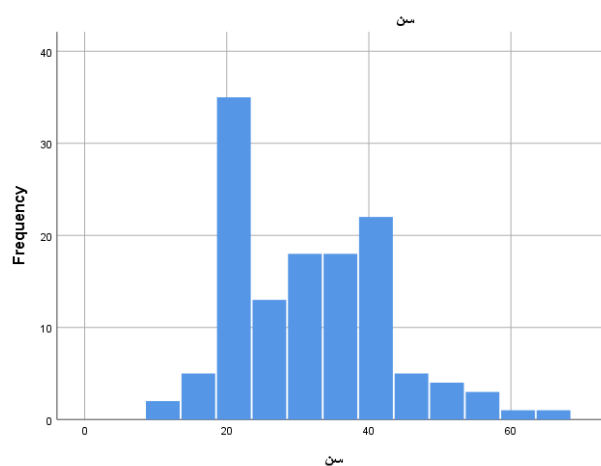
در جدول شماره ۳، وضعیت تحصیلی آزمودنی‌ها درج شده است که بیانگر دکتری ۲۳ نفر، کارشناسی ارشد ۴۶ نفر، کارشناسی ۱۴۰ نفر، کاردانی ۳۲ نفر، دیپلم و زیر آن ۶۰ نفر بوده‌اند.

جدول ۴: وضعیت تاهل

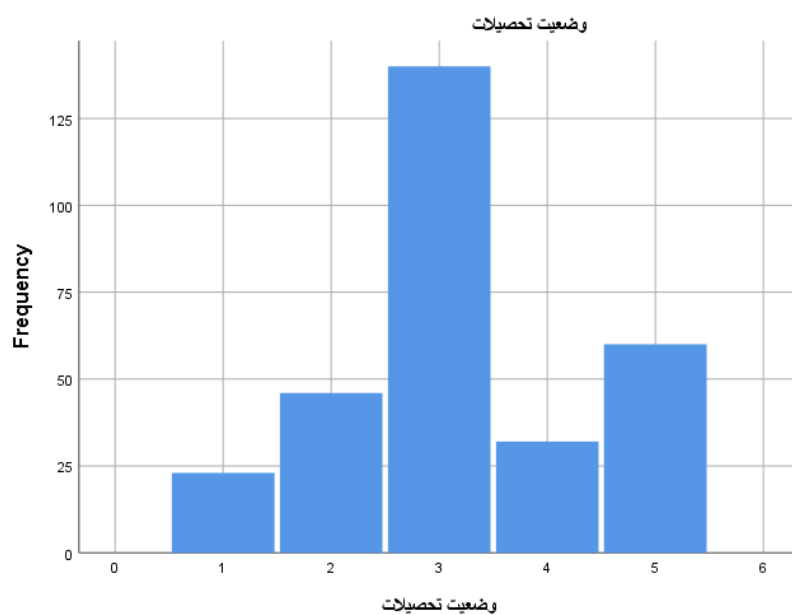
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	متاهل	158	52.5	52.5	52.5
	مجرد	143	47.5	47.5	100.0
	Total	301	100.0	100.0	

در جدول شماره ۴، وضعیت تاهل را نشان می‌دهد که بیانگر این است افراد مجرد ۱۴۳ نفر و افراد متاهل ۱۵۸ نفر بوده‌اند.

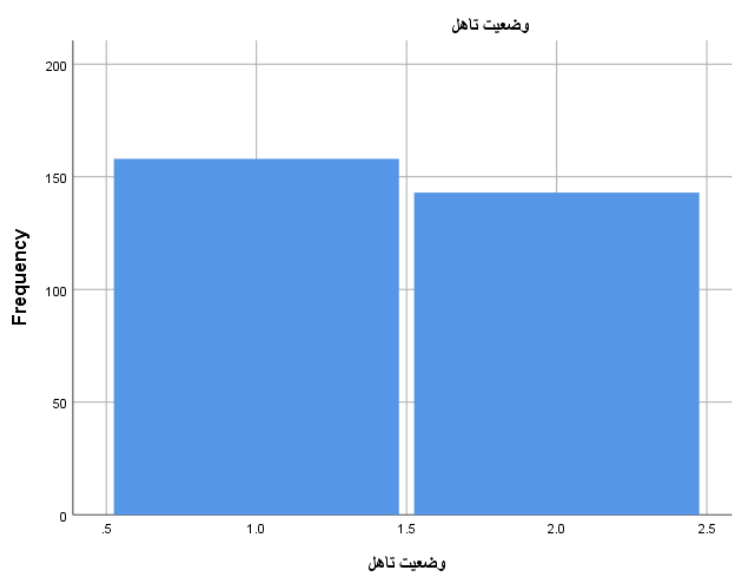
نمودار ۱: وضعیت سنی



نمودار ۲: وضعیت تحصیلات



نمودار ۳: وضعیت تاهل



جدول ۵: آلفای کرونباخ

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.917	.921	33

با توجه به آلفای کرونباخ در جدول ۵ که عدد ۰/۹۲ می توان بیان کرد که این پرسشنامه پایایی بسیار خوبی برخوردار است.

جدول ۶: آلفای کرونباخ یکایک سوالات

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
خواندن اشعاری که خاطرات گذشته را یادآوری می کند باعث بروز احساسات در من می شود.	73.30	248.642	.417	.308	.916
شنیدن برخی اشعار باعث ابراز شادی توسط من می شود.	73.45	251.135	.413	.323	.916
وقتی ناراحت هستم خواندن اشعار باعث تسکین در من می شود.	72.84	243.961	.513	.438	.914
اشعار کودکانه برای من آرامش کودکی را به همراه دارد.	72.87	251.216	.258	.298	.918
شنیدن اشعار قدیمی، احساسی شیرین است که گاه با حس غم از دست دادن اوقات خوش گذشته همراه می شود.	73.10	247.270	.427	.338	.916
اشعار باعث خلق رویا و تجسم فضایی در من می شود	73.03	242.213	.600	.514	.913
با خواندن شعر به بهبود شرایط و حل مشکلات امیدوار می شوم.	72.49	242.497	.551	.499	.914
اشعاری که باعث ایجاد شادی در من می شود را ترجیح می دهم.	73.05	254.724	.143	.294	.919
بعد از اتمام شعر، گاهی فکر می کنم در همان حال و هوا هستم.	72.89	242.365	.590	.469	.913
اشعار باعث فکر کردن به نیاز همنوعان و کمک به آنها در من می شود.	72.62	245.464	.455	.362	.915
اشعار باعث نظم دهی و سازمان یافتن افکار در من می شود.	72.56	242.180	.552	.470	.914
اشعار قدیمی را به اشعار جدید ترجیح می دهم.	72.64	253.523	.163	.489	.920

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
خواندن اشعار قبل از خواب برای من آرامش بخش است.	72.61	242.191	.571	.450	.914
گاهی همزمان با خواندن و یا شنیدن شعر گریه می کنم.	72.73	240.306	.504	.434	.915
برخی از اتفاقات داخل شعر در ذهن من ایجاد می شود.	73.00	243.083	.598	.503	.913
در زمان هایی که ناامید می شوم، برای بهبود حال من به سراغ شعر می روم.	72.53	240.183	.543	.483	.914
برای درک عواطف دیگران از اشعار استفاده می کنم.	72.33	238.215	.643	.496	.912
همیشه خود را جای شخصیت های داستانی تصور می کنم.	72.51	241.904	.464	.464	.915
گاهی اشعار باعث حس عمیق مثبت یا منفی در من می شود.	73.02	246.493	.535	.397	.914
خواندن شعر باعث افزایش انگیزه برای رسیدن به اهداف من می شود.	72.70	243.182	.547	.502	.914
اشعار قدیمی به من آرامش بیشتری می دهد.	72.80	247.351	.394	.553	.916
برخی صحنه های موجود در شعر را تجسم می کنم.	73.06	245.923	.544	.530	.914
خواندن برخی اشعار، باعث می شود در برخورد با مسائل و مشکلات زندگی، سازگار و انعطاف پذیرتر شوم.	72.70	244.078	.565	.492	.914
احساس می کنم در شعر حرف دل من بیان شده است.	73.25	249.193	.445	.340	.915
با خواندن شعر احساس می کنم برای لحظاتی از شرایط پیرامونی که در آن هستم جدا می شوم.	72.98	240.683	.653	.525	.913
گاهی آن قدر جذب شعری می شوم که صداها را نمی شنوم.	72.53	240.896	.515	.463	.914
خواندن برخی اشعار حس نشاط و امید را درون من زنده می کند.	73.21	247.624	.517	.429	.915

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
خواندن برخی اشعار لحظاتی از زندگی را برای من یادآور می کند.	73.21	246.737	.531	.478	.914
خواندن اشعار باعث ایجاد آرامش در من می شود.	73.13	245.896	.609	.498	.914
شعرهای عاشقانه برای من حس غم و تنهایی را به همراه می آورد.	72.48	248.417	.275	.248	.919
هنگام خواندن شعر خود را از دریچه نگاه شاعر می بینم.	72.47	242.550	.520	.399	.914
خود را در فضای شعر تصور می کنم.	72.78	243.150	.594	.542	.913
برای فرار از گفتگو با خود و تکرار افکار آزار دهنده به شعر پناه می برم.	72.20	243.247	.488	.399	.915

با توجه به جدول شماره ۶ که تک تک آلفای سوالات درج شده است با نمره آلفای کلی مقایسه گردید، که نمرات تمام سوالات بالا بوده و قابل قبول می باشد در نتیجه تمامی سوالات پایایی خوبی برخوردار هستند که نیاز به حذف سوالات نیست.

جدول ۷: آلفای کرونباخ سازه ها

سازه ها	آلفای کرونباخ
نوستالژی	۰/۹۲
تخلیه هیجانی	۰/۹۲
آرام سازی	۰/۹۱
تصویرسازی	۰/۹۱
امیدبخشی	۰/۹۱
جذب	۰/۹۱
همدلی	۰/۹۱

در جدول شماره ۷، نمرات آلفای یکایک سازه ها شامل نوستالژی = ۰/۹۲، تخلیه هیجانی = ۰/۹۲، آرام سازی = ۰/۹۱، تصویرسازی = ۰/۹۱، امیدبخشی = ۰/۹۱، جذب = ۰/۹۱، همدلی = ۰/۹۱ درج شده است.

جدول ۸: دونیمه سازی آزمون

	اول_نیمه	دوم_نیمه
نیمه اول	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	.787**
	N	301
نیمه دوم	Pearson Correlation	.787**
	Sig. (2-tailed)	1
	N	301

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

با توجه به نتیجه حاصله در جدول ۸ که سطح معناداری آن ۰/۰۰۰ می باشد، بیانگر رابطه معنادار هر نیمه آزمون با هم می باشد و همچنین با توجه به نمره همبستگی دو نیمه سازی که عدد ۰/۷۹ می باشد، که بیانگر ارتباط بسیار خوبی برای پرسشنامه می باشد.

بحث و نتیجه گیری

این تحقیق با هدف دستیابی به یک ابزار مناسب، پایا و دقیق و دارای روایی برای سنجش شعر درمانی و درمان برخی از اختلالات در سطوح پایین به همراه تخلیه هیجانی و کسب آرامش انجام شد. نمونه آماری این پژوهش شامل شهروندان متاهل و مجرد، دارای مدرک تحصیلی از زیردیپلم تا دکتری با بازه سنی ۱۱ تا ۵۶ سال شهر تهران در سال ۱۳۹۹ بود. شعر درمانی روشی برای کمک به افراد سالم و افرادی که نیاز به خدمات روانشناختی دارند، می باشد و در واقع اثرات درمانی شعر می تواند در کاهش استرس و اضطراب و ایجاد آرامش حاصل از گفتن و یا خواندن اشعار دیگران موثر واقع شود. از آنجا که تاکنون پرسشنامه‌ای با این عنوان طراحی نشده و با توجه به نیاز جامعه براساس مباحث روان درمانی و جهت سنجش بهتر این پروتکل شعر درمانی پرسشنامه حاضر طراحی شد.

در سال های اخیر بسیاری از درمانگران سعی در معرفی شعر به عنوان یک ابزار قدرتمند شفابخش دارند. امروزه روان-پزشکان ادعا می کنند که استفاده از اشعار کلاسیک (کهن) در روان درمانی نتایج مثبتی به همراه دارد. تاکنون پیشینه پژوهشی که مستقیماً اعتبار و روایی پرسشنامه شعر درمانی را بررسی نماید، یافت نشده است، و نتیجه این پژوهش با نتایج پژوهش های دیگر تفاوت هایی از نظر جامعه، نمونه آماری و روش اجرا وجود دارد. ولی یافته های حاصل از این پژوهش با پژوهش های انجام گرفته همخوانی دارد، از جمله پژوهش محمدی نسب و همکاران (۱۳۹۸) نشان دادند که اثربخشی هنر درمانی گروهی بیانگر بر کاهش مشکلات درونی سازی و برونی سازی کودکان بدسرپرست می تواند به عنوان سه روشی مؤثر و کارآمد در کاهش مشکلات رفتاری هیجانی کودکان بدسرپرست در مداخلات به کار گرفته شود.

نوریان فر و نصری (۱۳۹۸) در پژوهشی با عنوان تأثیر شعر درمانی بر عملکرد حافظه فعال دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر سرابله انجام دادند به این نتیجه رسیدند که شعر درمانی پردازش و قدرت درک دانش را افزایش می دهد، بدین معنا که تکنیک شعر درمانی بر حافظه فعال موثر می باشد.

گذشتی و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهشی با عنوان اثربخشی شعر درمانی گروهی در کاهش مشکلات روانشناختی و بهبود کیفیت زندگی زنان مبتلا به سرطان پستان دریافتند که شعر درمانی گروهی به عنوان نوعی مداخله پیشگیرانه و یا تسکینی می تواند کیفیت زندگی و امید به زندگی را در زندان مبتلا به سرطان پستان در کوتاه مدت و میان مدت بهبود بخشد و از جنبه های روانشناختی ابتلا به سرطان به ویژه اضطراب بیرونی و نیز علائم و شکایات جسمی آن تا حدی بکاهد.

پور امیررزداری و کریمی ثانی (۱۳۹۵) در پژوهشی که با موضوع اثربخشی آموزش شعردرمانی بر کاهش باورهای غیر منطقی دانش‌آموزان دختر انجام دادند، بیان کردند که دانش‌آموزان گروه آزمایش، پس از مداخله در مقایسه با گروه کنترل باورهای غیر منطقی کمتری نشان دادند، بنابراین می‌توان برای افزایش باورهای منطقی از شعردرمانی بر مبنای شعرهای سهراب سپهری استفاده نمود.

فلاحی خشکناب و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی با عنوان تاثیر شعر درمانی گروهی بر مهارت های ارتباطی بیماران اسکیزوفرنیک نتیجه حاصل شده بعد از مداخله شعر درمانی گروهی، مهارت‌های ارتباطی بیماران مداخله بهبود معناداری را نسبت به گروه کنترل نشان داد ($P < 0.05$) و این در حالی بود که در گروه کنترل تفاوت معناداری بین میانگین‌های قبل و بعد وجود نداشت ($P > 0.05$) و همچنین پس از شعر درمانی مهارت‌های ارتباطی بیماران دو گروه، از لحاظ آماری تفاوت معناداری داشتند ($P < 0.05$).

حاتم پور و همکاران (۱۳۸۴) در پژوهشی با عنوان بررسی تاثیر شعر بر کاهش افسردگی و افزایش خوش بینی این نتیجه حاصل گردید شیوه خوانش و هنر بیان شعر فارسی و معرفی این گونه درمانی مهم در جهان به نهادینه‌ساختن آن در مراکز درمانی بهداشتی کشور کمک خواهد کرد.

میرزایی و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهشی با عنوان بررسی تاثیر شعرخوانی بر استرس پس از سانحه در بیماران سکنه قلبی نتیجه حاصل شده با توجه به تاثیر شعردرمانی بر استرس پس از سانحه در بیماران سکنه قلبی، توصیه می‌شود از این روش به منظور کاهش استرس پس از سانحه در بیماران برنامه ریزی کرده و در بالین و آموزش از آن استفاده نمود. ($P = 0.001/0$).

در این پژوهش ابتدا پرسشنامه با ۴۹ سوال طراحی شد و توسط متخصصین سوالات ارزیابی و سوالات مبهم کنار گذاشته شد و روایی صوری آن تایید گردید و سپس بر روی ۳۰۱ آزمودنی اجرا شد. در واقع یک پرسشنامه خوب، پرسشنامه‌ای است که هنجار بوده و از پایایی و روایی مطلوبی برخوردار باشد. با توجه به نمره 0.91 آلفای کرونباخ، مشخص شد این نمره پایایی بسیار خوبی برای پرسشنامه بود، بعد از آن تک آلفای تک تک سوالات نیز با نمره کلی بررسی (نوستالژی = 0.92 ، تخلیه هیجانی = 0.92 ، آرامسازی = 0.91 ، تصویرسازی = 0.91 ، امیدبخشی = 0.91 ، جذب = 0.91 ، همدلی = 0.91) و تمامی سوالات نیز نمرات خیلی خوبی داشتند که نیاز به حذف سوالات نبود. در ادامه از روش دو نیمه کردن آزمون استفاده شد و سپس از روش همبستگی پیرسون استفاده شد که 0.79 را نشان میداد که بیانگر ارتباط بسیار خوبی برای پرسشنامه محسوب گردید، و برای بدست آوردن روایی محتوا از نوع صوری پرسشنامه از نظرات استاد راهنما و چندین تن از دیگر اساتید و متخصصین و کارشناسان استفاده شده است. و از آن‌ها در مورد مربوط بودن سوالات، واضح بودن و قابل فهم بودن سوالات و اینکه آیا این سوالات برای پرسش‌های تحقیقاتی مناسب است و آن‌ها را مورد سنجش قرار می‌دهد، نظرخواهی شد و اصطلاحات مورد نظر در پرسشنامه اعمال گردید. لذا بنا به نتایج حاصله می‌توان گفت پرسشنامه شعر درمانی، آزمون مناسبی برای سنجش مباحث روان‌درمانی محسوب می‌شود.

منابع فارسی

- پور امیررزداری، فاطمه، کریمی ثانی، پرویز. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش شعر درمانی بر کاهش باورهای غیرمنطقی دانش‌آموزان دختر، فصلنامه علمی-پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، دوره ۲۳، شماره ۱.
- پوررضایان، هدی؛ بشارت، محمدعلی؛ کوچک‌زاده، لیلی؛ فراهانی، حجت‌اله. (۱۳۹۸). طراحی و بررسی اثربخشی برنامه هنردرمانی خانواده‌محور بر سازگاری کودکان مبتلا به سرطان، نشریه توانمندسازی کودکان استثنائی، سال دهم، شماره ۴ (۳۲)، صص ۱۰۲-۸۹.

حاتم‌پور، ش، پور حسن، خ. (۱۳۸۴). بررسی تاثیر شعر بر کاهش افسردگی و افزایش خوش‌بینی، *سامانه نشریات علمی زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه خوارزمی*، جلد ۲۶، شماره ۸۴، صص ۵۳-۷۱.

خدابخشی کولایی، آنهیتا، حیدری، مریم، فلسفی‌نژاد، محمدرضا. (۱۳۹۴). اثربخشی شعر درمانی گروهی بر افسردگی و معناجویی سالمندان مقیم در مراکز سالمندان زن شهرستان تفرش، *فصلنامه پرستاری سالمندان*، دوره ۱، شماره ۳. دلاور، علی؛ زهراکار، کیانوش. (۱۳۸۸). سنجش و اندازه‌گیری در روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی، تهران، نشر ارسباران. سرمد، زهره؛ بازرگان، عباس؛ حجازی، الهه. (۱۳۸۷). *روش‌های تحقیق در علوم رفتاری*، چاپ دوازدهم، تهران: انتشارات آگاه.

شلانی، بیتا؛ کرمی، جهانگیر؛ مومنی، خدامراد. (۱۳۹۶). اثربخشی هنردرمانی با رویکرد نقاشی بر تکانشگری کودکان مبتلا به بیش‌فعالی/نارسایی توجه، *مجله مطالعات ناتوانی*، شماره ۷، صص ۱-۵.

صلاحی، علی اکبر؛ آقابراری، محدثه؛ طریقت رام، زهرا؛ میرزابیگی، مبینا؛ باقری، پرستو؛ نژادمهدی پور، مریم؛ میرزاحکیم، هانیه؛ کاظمی، عصمت السادات؛ صلاحی، اکرم؛ گلرخیان، شکوفه، میرزا حکیم، هادی (۱۳۹۷). *از کهن تا شعرهای کوچک من*، شهری، انتشارات آذرفر.

فرامرزی، سالار؛ مرادی، محمدرضا. (۱۳۹۳). تاثیر هنردرمانی با رویکرد نقاشی بر کاهش ناامیدی و تنهایی کودکان ناشنوای پسر، *نشریه شنوایی‌شناسی*، دوره ۲۳، شماره ۶، صص ۲۵-۳۱.

فرجی، جمشید، فلاحی خشک‌ناب، مسعود، خانکه، حمیدرضا. (۱۳۹۲). تاثیر شعر درمانی گروهی بر وضعیت شناختی سالمندان مقیم در سرای سالمندان، *فصلنامه علمی پژوهشی طب مکمل*، شماره فلاحی خشک‌ناب، م، آسایش، ح، قربانی، م، فدایی، ف، رحمانی انارکی، ح. (۱۳۹۴). تاثیر شعر درمانی گروهی بر مهارت-های ارتباطی بیماران اسکیزوفرنیک، *مجله پرستاری و مامایی*، جلد ۱۳، شماره ۱۱، صص ۹۱۹-۹۲۷.

گذشتی، محمد علی، دابویی، پوران، مرادی، سیاوش. (۱۳۹۵). اثربخشی شعر درمانی گروهی در کاهش مشکلات روانشناختی و بهبود کیفیت زندگی زنان مبتلا به سرطان پستان، *مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران*، دوره ۲۶، شماره ۴۴.

محمدیان، یوخابه؛ شهیدی، شهریار؛ رادمحمدی، علی؛ مهکی، بهزاد. (۱۳۸۸). اثر شعر درمانی بر کاهش نشانه‌های افسردگی در دانشجویان، *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام*، دوره ۱۸، شماره ۲، صص ۱۶-۹.

مرداسی سردارآبادی، صغری. (۱۳۹۵). تمثیل و کارکرد آن در شعر درمانی، فصل نامه تحقیقات تعلیمی و غنایی زبان و ادب فارسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر، شماره پیاپی ۲۹، صص ۱۳۳-۱۵۰.

محمدی نسب، حمیده، سید موسوی، پریسا. (۱۳۹۸). اثر بخشی هنر درمانی گروهی بیانگر بر کاهش مشکلات درونی سازی و برونی سازی کودکان بدسرپرست، *فصلنامه علمی پژوهشی دانش پژوهش در روانشناسی کاربردی*، سال ۲۰، شماره ۳.

میرزایی، م، حاجی‌وندی، ع، خلیلی، آ، جهان‌پور، ف. (۱۳۹۵). بررسی تاثیر شعر خوانی بر استرس پس از سانحه در بیماران سکتته‌ی قلبی، *نشریه روان پرستاری*، دوره ۴، شماره ۲.

نوریان‌فر، صید کرم، ناصری، دلبر. (۱۳۹۸). تاثیر شعر درمانی بر عملکرد حافظه فعال دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر سرابله، *نشریه پویا در آموزش علوم انسانی دانشگاه فرهنگیان*، شماره ۴.

References

BETH CAROL BOONE , B.A., (2006), Submitted to the Office of Graduate Studies of Texas A&M University in partial fulfillment of the requirements for the degree of DOCTOR OF PHILOSOPHY.

- Mirzaee MS, Mozafari N, Iranpoor D, Motamed N, Jahanpour F,(2018), The effect of poetry therapy on the level of anxiety in patients with myocardial infarction. *Natl J Physiol Pharm Pharmacol* 2018;8(6):848-853.
- Nicholas F. mazza, ChristopherJ. Hayton(2013), *Poetry Therapy: An investigation of a multidimensional clinical model*. Floria State University. 269 Champions Way, Suite C2502, Tallahassee, FL 32306-5270, United State.
- Olson-McBride, Leah,(2009) "**Examining the influence of popular music and poetry therapy on the development of therapeutic factors in groups with at-risk adolsecents**" (2009). LSU Doctoral Dissertations. 634.
- Shabani Minaabad,M,(2020), The Effect of Poetry Therapy on the Development of Language and Social in Children with ASD.*Health Education and Health Promotion*.2020;8(2);79-86.