

اثر بخشی آموزش هنر نقاشی بر کاهش میزان اضطراب دانش آموزان پسر ابتدایی

بهناز عطاری^۱

دکتر عبدالله شفیق آبادی^۲

دکتر حسین سلیمی^۳

چکیده

هدف پژوهش حاضر تعیین کارایی آموزش هنر نقاشی در کاهش میزان اضطراب دانش آموزان پسر سال سوم ابتدایی منطقه دو آموزش و پرورش شهر تهران در سال تحصیلی ۸۹-۸۸ است. روش پژوهش از نوع آزمایشی و طرح پژوهش از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بوده است. به منظور اجرای پژوهش از میان دبستان‌های پسرانه منطقه دو آموزش و پرورش، یک دبستان بطور تصادفی انتخاب گردید. سپس ۱۲۳ نفر از پسران دانش-آموز با استفاده از پرسشنامه مقیاس اضطراب کودکان مورد ارزیابی قرار گرفتند. ۳۰ نفر از کودکان مضطرب به طور تصادفی به دو گروه ۱۵ نفره واگذار شدند. گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه که مدت هر جلسه ۴۰ دقیقه بود تحت آموزش هنر نقاشی قرار گرفتند و به ۱۵ نفر دیگر به عنوان گروه کنترل هیچ نوع آموزشی داده نشد. پس از آموزش، مجدداً از هر دو گروه آزمایش و کنترل، آزمون گرفته شد. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل کواریانس استفاده گردید. نتایج بدست آمده حاکی از آن است که تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل وجود دارد که بیانگر اثر بخش بودن آموزش هنر نقاشی بر کاهش اضطراب است.

کلید واژه‌ها: هنر درمانی، نقاشی، آموزش نقاشی، اضطراب

۱. کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه دانشگاه علامه طباطبایی email: behnazat@yahoo.com

۲. استاد دانشگاه علامه طباطبایی

۳. استادیار دانشگاه علامه طباطبایی

مقدمه

اضطراب به منزله بخشی از زندگی هر انسان، در همه افراد در حد اعتدال آمیز وجود دارد و در این حد به عنوان یک پاسخ سازش یافته تلقی می‌شود (استورا^۱، به نقل از احقر، ۱۳۷۶). در متون روانشناسی اضطراب، با معانی گوناگون به کار رفته است، به طور کلی اضطراب بیانگر حالت هیجانی نامطلوبی است که محصول فشار و کشمکش‌های روانی افراد می‌باشد و مشخصه بارز آن ترس و بیم از وقوع حوادث آینده است. چنانچه این ترس و تشویش مبهم و پراکنده بوده و وابسته به چیز معینی نباشد و یا به صورت افراطی درآید آن را اضطراب نوروتیک^۲ گویند (استار^۳، ۱۹۹۰، به نقل از علم‌الهدایی). اضطراب بخش غیرقابل اجتناب شخصیت انسان است که به صورت «اگر اتفاق بیافتد...» است. (استوارت^۴، ترجمه بوستانی پور و همکاران، ۱۳۸۶).

امروزه پذیرفته شده که اختلالات اضطرابی در میان اختلالات روانپزشکی شایعترین اختلالات هستند بطوری که بین ۲۰-۱۵ درصد از جمعیت جوانان را تشکیل می‌دهند (ایگو^۵، کاستلو^۶، انگلر^۷، به نقل از گیل^۸ و همکاران، ۲۰۰۵) اختلالات اضطرابی یکی از شایعترین اختلالات عاطفی - روانی کودکان و نوجوانان نیز می‌باشد (موسوی و موسوی، ۱۳۸۷) اختلالات اضطرابی به ویژه اضطراب جدایی از میزان بالایی در میان کودکان و نوجوانان شایع است، به طوری که برخی مطالعات میزان شیوع اضطراب جدایی را تا ۴۲ درصد نیز گزارش داده‌اند (قرایی، ۱۳۸۷).

1. Stora
2. neurotic Anxiety
3. Star
4. Stowart
5. ego
6. Castelo
7. Angler
8. Gail

در جریان رشد، کودکان و نوجوانان طیف وسیعی از اضطرابها را تجربه می کنند. گاه این اضطرابها از چنان شدتی برخوردارند که زندگی روزمره و تحصیلی آنان را دشوار می سازند (لشگری پور و همکاران، ۱۳۸۴). عواطف و رفتار و احساسات آنان انعطاف پذیرتر است و هرگونه اقدام پیشگیرانه و درمانی، باعث رشد یک شخصیت سالم و متعادل در سالهای آتی می شود (شفیع آبادی، ۱۳۸۶).

اضطراب به هیچ روی فقط به دانش آموزان و یا حتی بیماران عصبی و روانی اختصاص ندارد، بلکه یک مشکل جهانی و همگانی است. نشانه‌ها و علائم روانی آن شامل واکنشهای ترس و احساس افسردگی است. در موارد شدیدتر به صورت احساس گناه تجلی می نماید. یکی از علائم مشخصه فرد مضطرب، پرکاری و یا کم کاری است. اضطراب بی شک نشانه مقدماتی عدم سازگاری در فرد است (نوابی نژاد، ۱۳۶۲). از علائم جسمانی اضطراب، می توان تشدید ضربان قلب، دل درد، سفتی عضلات و عرق کردن را نام برد (شفیع آبادی، ۱۳۸۷). جالب آن است که شخص مضطرب نمی تواند علت دقیق و خاصی را برای اضطراب خویش خاطر نشان سازد (نوابی نژاد، ۱۳۶۲).

در ایران در مدارس، اختلالات اضطرابی زیادی مشاهده می گردد که دست اندرکاران مدارس را با مشکل مواجه کرده است. برای درمان اضطراب رویکردهای مختلفی وجود دارد. درباره مشاوره و روان درمانی نیز نظریه‌های مختلف وجود دارد که هر کدام بر پایه دیدگاه‌های مخصوص به خود ایجاد شده و تکوین یافته است. بسیاری از این نظریه‌ها عامل بیماری روانی را اضطراب می دانند و همه آنها سعی دارند اضطراب را تخفیف داده و دستیابی به آرامش را ممکن سازند اما برای تحقق این هدف از روش‌های مختلفی استفاده می کنند (شفیع آبادی، ۱۳۶۵).

با توجه به گفته نوابی نژاد مبنی بر این که فرد با بیان احساسات می تواند در راه کاهش اضطراب گام بردارد و این که یکی از راه‌های بیان احساسات از طریق هنر می باشد لذا نقش پرورشی هنر را می توان در ایجاد سهولت در امر یادگیری و فراهم آوردن شرایط لازم جهت ایجاد تغییرات مطلوب در ابعاد مختلف

شخصیت و رفتارهای کودکان جستجو کرد (میرزا بیگی، ۱۳۷۰). در میان روش‌های کلی تربیتی می‌توان به روش هنری، اشاره داشت که از دیرباز مورد نظر قرار داشته است. استفاده متنوع از این روش در زندگی انسان، از جمله در فعالیت‌های تفریحی، رسانه‌های جمعی و کاربرد پراکنده آن در برنامه‌های درسی و آموزشی و وجود شواهد و قرائنی حاکی از علاقمندی و گرایش خاص کودکان نسبت به برنامه‌های هنری، لزوم انجام بررسی‌های گسترده را در این زمینه آشکار می‌سازد (میرزا بیگی، ۱۳۷۰).

کاربرد هنر به عنوان یک شیوه درمانی در اختلالات روانی و شخصیتی سالیان دراز است که نظر محققین را به خود جلب کرده است و نقش مؤثر خویش را با توجه به درگیر ساختن انواع بیماران روانی در فعالیت‌های مختلفی مثل نقاشی آشکار ساخته است (خوش کنش، ۱۳۸۵). هنر درمانی از شاخه‌های هنر می‌باشد و هنر درمانی عبارت است از: «کاربرد مواد هنری برای بیان و توانمند ساختن بیمار از طریق شناخت و حل تعارضات درونی خود در حضور هنر درمانگر آموزش دیده». در هنر درمانی بیماران به مهارت یا تجربه قبلی در زمینه هنر نیاز ندارند بلکه از طریق خلق آثار هنری و بازتاب آن در محصول و فرایند کار خویش، آگاهی از خویش و دیگران را افزایش داده و احساسات مثبت و اعتماد به نفس را در خود تقویت می‌کنند (محمدی، ۱۳۸۷).

هنر درمانی به تمام افراد در سنین مختلف، و همه نژادها از طریق هنر درمانگران فردی، زناشویی، خانواده و طرح‌های گروه درمانی، خدمات ارائه می‌کند. هنر درمانی به هر صورت از تئوری‌های فروید^۱، یونگ^۲ و سایرین نشأت یافته و بخصوص تحت تأثیر تکنیک روان تحلیل‌گری است (خوش‌کنش، ۱۳۸۵). تمام رویکردهای بالینی - فرافکنانه در هنردرمانی براساس نظریه

1. Freud
2. Jung

روانکاوی فروید شکل گرفت. فروید معتقد بود رؤیاها که تصویر امیال شکل گرفته هستند با هنر فرافکنی و نمایان می‌شوند (علیزاده، محمدی، ۱۳۸۷). یونگ می‌نویسد: «میان اثر هنری و آفریننده اش روابط بس تنگاتنگی هست و رشته‌های ناگسستنی آنان را به یکدیگر می‌پیوندد.» بر طبق نظر یونگ هر هنرمندی خواه بداند یا نه، اثر هنری را در خود «می‌رویاند». نسبت هنرمند با اثرش درست همچون نسبت مادری است با فرزندش (احمدی، ۱۳۸۳).

از شاخه‌های هنر، نقاشی است که فعالیتی شخصی می‌باشد و از دیدگاه‌های مختلف مورد بررسی قرار می‌گیرد. شیلر^۱ معتقد است انسانها ذاتاً فعالند و بازی یکی از شیوه‌های تخلیه انرژی اضافی است. لذا نقاشی می‌تواند به مقوله نوعی بازی برای کودکان مطرح باشد، از دیدگاه نظریه روانکاوی نقاشی به منزله فعالیتی بالینی - فرافکنی است. یعنی از طریق نقاشی فرد می‌تواند آنچه را که در ضمیر ناخودآگاه دارد و احتمالاً باعث ناراحتی و اضطرابش می‌شود را بیان کند (امانی، ۱۳۸۱). در میان روش‌های کلی تربیتی می‌توان به روش هنری، اشاره داشت که از دیرباز مورد نظر قرار داشته است. استفاده متنوع از این روش در زندگی انسان، از جمله در فعالیت‌های تفریحی، رسانه‌های جمعی و کاربرد پراکنده آن در برنامه‌های درسی و آموزشی و وجود شواهد و قرائنی حاکی از علاقمندی و گرایش خاص کودکان نسبت به برنامه‌های هنری، لزوم انجام بررسی‌های گسترده را در این زمینه آشکار می‌سازد (میرزابیگی، ۱۳۷۰).

نقاشی همچون دیگر قالبهای هنری شیوه‌ای مناسب در بیان عواطف و عقاید، نیازها و نابسامانی‌های کودکان بوده و روشی مؤثر در آموزش، تربیت و درمان آنها به شمار می‌رود. خصوصاً این که نیل به اهداف تربیتی و درمانی در این خصوص، بسته به سازماندهی فعالیتها و برنامه‌هایی است که مورد علاقه کودک و قابل اجرا توسط وی باشد (میرزا بیگی، ۱۳۷۰). از این رو سرمایه گذاری و

برنامه ریزی در آموزش و پرورش ابتدایی، از حساس ترین و مهمترین وظایف دست اندرکاران و مسئولان جامعه است و باید از اولویت ویژه ای برخوردار باشد. در سنین ۶ تا ۱۲ سالگی (دوره دبستانی) آموزش رسمی کودک آغاز می شود (شفیع آبادی، ۱۳۸۶).

در نقاشی، همانند خواب و رؤیا، کودک خود را از ممنوعیت‌ها رها می‌سازد و با ما در حالتی ناخودآگاه درباره مسائل، کشفیات و دلهره‌هایش صحبت می‌کند به همین دلیل اگر آموزش نقاشی را بر پایه تصحیح نقاشی قرار دهیم و در آن به کودکان از سنین پایین تمرین کپی و تقلید کردن را بیاموزیم اشتباه بزرگی مرتکب شده‌ایم (فراری، ترجمه طوفان، ۱۳۶۷). در سال‌های اخیر برخی از مربیان هنر، خطی نسبتاً متفاوت در پیش گرفته‌اند، اما نتیجه‌گیری نهایی‌ایشان نیز تا حدودی همان است و آن اینکه نیازی به آموزش شیوه‌های خاص نقاشی نیست (توماس و سیلک، ترجمه فرامرزی، ۱۳۸۲).

در میان فعالیتهای کودک، نقاشی فعالیتی است که از تحول شناختی، عاطفی و اجتماعی تأثیر می‌پذیرد به همین دلیل به مقیاس وسیع در تشخیص روانی و روان درمانگری به کار گرفته می‌شود (دادستان، منصور، ۱۳۷۱). از آنجاییکه هدف اصلی پژوهش، بررسی اثر بخشی آموزش هنر نقاشی بر کاهش میزان اضطراب بوده ۶ فرضیه به شرح ذیل مورد بررسی قرار گرفته است:

- آموزش هنر نقاشی بر کاهش میزان اضطراب کودکان پسر سوم ابتدایی مؤثر است.
- آموزش هنر نقاشی بر کاهش میزان ترس و افزایش تمرکز دانش آموزان پسر ابتدایی مؤثر است.
- آموزش هنر نقاشی بر کاهش میزان علائم فیزیولوژیکی اضطراب دانش آموزان پسر ابتدایی مؤثر است.
- آموزش هنر نقاشی بر کاهش میزان نگرانی و حساسیت بیش از حد دانش

آموزان پسر ابتدایی مؤثر است.

- آموزش هنر نقاشی بین دو گروه با معدل بالا و معدل پایین در کاهش میزان اضطراب تفاوت معناداری دارد.
- آموزش هنر نقاشی بین دو گروه با وضعیت اقتصادی بالا و وضعیت اقتصادی پایین خانواده در کاهش میزان اضطراب تفاوت معناداری دارد.

روش پژوهش

در این پژوهش شامل کلیه پسران پایه سوم ابتدایی یکی از دبستانهای پسرانه منطقه ۲ آموزش و پرورش می باشد که به طور تصادفی انتخاب گردیده است. از بین مدارس پسرانه منطقه ۲- که شامل ۱۵ مدرسه می شد - یک مدرسه به صورت تصادفی انتخاب شد و سپس ۳۰ نفر از پسران پایه سوم ابتدایی به روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. که ۱۵ نفر از آنان در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه کنترل قرار داده شدند. روش نمونه گیری در این پژوهش، تصادفی ساده بود. قبل از اجرای طرح ابتدا کلیه دانش آموزان پسر پایه سوم که تعداد آنها ۱۲۳ نفر بود توسط پرسشنامه مقیاس اضطراب آشکار کودکان مورد ارزیابی قرار گرفتند. از بین افراد سی نفر که نمره آزمون آنها ۱۳ و بالاتر از ۱۳ بود بصورت تصادفی انتخاب شدند (افرادی انتخاب شدند که نمره مقیاس دروغ سنجی آنها از ۶ پایین تر بود) و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش ($n=15$) و کنترل ($n=15$) قرار داده شدند. طرح آموزش نقاشی بر روی گروه آزمایش صورت گرفت که این طرح در ۱۰ جلسه گروهی که مدت زمان هر جلسه آموزش ۴۰ دقیقه بود، انجام پذیرفت. پس از پایان ۱۰ جلسه مجدداً هر دو گروه کنترل و آزمایش پرسشنامه را پاسخ دادند.

در این پژوهش میزان اضطراب توسط پرسشنامه مقیاس اضطراب آشکار کودکان سنجیده می شود. این پرسشنامه مشتمل بر ۳۷ گویه می باشد که ۹ گویه آن دروغ سنج و ۲۸ گویه آن مربوط به اضطراب است. که از این مقدار، ۹ گویه

مربوط به علائم فیزیولوژیکی اضطراب، ۱۰ گویه مربوط به نگرانی و حساسیت بیش از حد و ۹ گویه مربوط به ترس / تمرکز می‌باشند.

تعیین اعتبار این مقیاس به دو روش تصنیفی (دو نیمه کردن) و دوباره سنجی انجام گردید و برای این منظور به ترتیب از فرمولهای اسپیرمن براون^۱ و ضریب همبستگی پیرسون^۲ استفاده گردید. ضریب همبستگی تصحیح شده اسپیرمن براون برای کل مقیاس ۰/۶۶ و برای کل مقیاس دروغ سنج ۰/۶۴ بود. ضریب اعتبار که از طریق میزان همبستگی بین دو بار اجرای این مقیاس به دست آمد برای مقیاس اضطراب ۰/۶۷ و برای مقیاس دروغ سنج ۰/۳۶ بود. از طرفی برای تعیین روایی مقیاس از دو روش روایی تفکیکی و همبستگی گویه‌های مختلف مقیاس با نمره کل استفاده گردید. در رابطه با بررسی روایی این مقیاس از روش همبستگی بین گویه‌های مختلف مقیاس با نمره کل استفاده گردید که نشان داد تمام گویه‌های مقیاس، همبستگی معنی‌داری با نمره کل آن دارند. دامنه این همبستگی‌ها از ۰/۲۲ تا ۰/۶۹ متغیر بودند و میانگین آنها برابر با ۰/۴۶ بود. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده آزمون‌های اول تا سوم به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۶۸ و ۰/۶۷. و این ضریب برای کل مقیاس ۰/۷۴ است.

یافته‌ها

آزمون آماری مورد استفاده در تحلیل داده‌ها تجزیه و تحلیل کواریانس پس آزمون به برداشتن اثر پیش آزمون. جداول زیر نتایج تجزیه و تحلیل یاد شده برای هر یک از فرضیه‌ها را نشان می‌دهد.

1. Espirman Brown
2. Pierson

جدول ۱. آزمون برابری واریانس‌ها (لوین) اضطراب

Sig	Df2	Df1	F	SD	متغیر
0/492	28	1	0/485	3/539	پس آزمون اضطراب گروه کنترل
				3/132	پس آزمون اضطراب گروه آزمایش

پیش فرض برابری واریانس‌ها برای فرضیه ۱- پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. همانگونه که در جدول ۱- مشاهده می شود مقدار F بدست آمده (0/485) با درجه آزادی ۱ بر روی ۲۸ در سطح ($p > 0/492$) معنی دار نیست. یعنی بین واریانس‌ها تفاوت معنی داری وجود ندارد و پیش فرض برابری واریانس‌ها برای این فرضیه برقرار است.

جدول ۲. تحلیل کوواریانس اضطراب دانش‌آموزان

معنی داری	F	میانگین مجذورات	df	مجموع مجذورات	منابع تغییر
0/007	8/45	74/51	1	74/51	تأثیر پیش‌آزمون
0/002	11/62	102/46	1	102/46	بین گروه‌ها
		8/82	27	238/16	خطا
			29	353/50	کل

همانگونه که در جدول ۲ مشاهده میشود مقدار F بدست آمده ($11/62$) با درجه آزادی ($df=1/27$) در سطح ($p < 0/002$) معنی دار است. به عبارت دیگر بین نمرات پس آزمون اضطراب کل گروه آزمایش با گروه کنترل (پس از حذف تأثیر پیش‌آزمون) تفاوت معنی داری وجود دارد. یعنی فرضیه اول تایید میشود.

جدول ۳. آزمون برابری واریانس‌ها (لوین) ترس - تمرکز

Sig	Df2	Df1	F	SD	متغیر
0/340	28	1	۹۴۱۰	2/314	پس آزمون ترس گروه کنترل
				1/870	پس آزمون ترس گروه آزمایش

پیش فرض برابری واریانس‌ها برای فرضیه ۲- پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. همانگونه که در جدول ۳- مشاهده می‌شود مقدار F بدست آمده (۹۴۱۰) با درجه آزادی ۱ بروی ۲۸ در سطح ($p > 0/340$) معنی دار نیست. یعنی بین واریانس‌ها تفاوت معنی‌داری وجود ندارد و پیش فرض برابری واریانس‌ها برای این فرضیه برقرار است.

جدول ۴. تحلیل کوواریانس ترس- تمرکز دانش‌آموزان

منابع تغییر	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	معنی‌داری
تأثیر پیش‌آزمون	13/10	1	13/10	3/19	0/085
بین گروه‌ها	27/14	1	27/14	6/62	0/016
خطا	110/77	27	4/10		
کل	141/50	29			

همانگونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود مقدار F بدست آمده (۶/۶۲) با درجه آزادی ($df=1/27$) در سطح ($p < 0/016$) معنی دار است. به عبارت دیگر بین نمرات پس‌آزمون ترس-تمرکز گروه آزمایش با گروه کنترل (با حذف تأثیر پیش‌آزمون) تفاوت معنی‌داری وجود دارد. یعنی فرضیه دوم تایید می‌شود.

جدول ۵. آزمون برابری واریانس‌ها (لوین) فیزیولوژیک

متغیر	SD	F	Df1	Df2	Sig
پس‌آزمون فیزیولوژی گروه کنترل	1/447	0/490	1	28	0/490
پس‌آزمون فیزیولوژی گروه آزمایش	1/060				

پیش فرض برابری واریانس‌ها برای فرضیه ۳- پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. همانگونه که در جدول ۵- مشاهده می‌شود مقدار F بدست آمده (0/490)

اثر بخشی آموزش هنر نقاشی بر کاهش میزان اضطراب ————— ۵۷

با درجه آزادی ۱ بروی ۲۸ در سطح (p>0/490) معنی دار نیست. یعنی بین واریانس‌ها تفاوت معنی داری وجود ندارد و پیش فرض برابری واریانس‌ها برای این فرضیه برقرار است.

جدول ۶. تحلیل کوواریانس فیزیولوژیک اضطراب دانش‌آموزان

معنی داری	F	میانگین مجدورات	df	مجموع مجدورات	منابع تغییر
0/315	1/05	1/68	1	1/68	تأثیر پیش‌آزمون
0/607	0/27	0/43	1	0/43	بین گروه‌ها
		1/61	27	43/38	خطا
			29	46/70	کل

همانگونه که در جدول ۶ مشاهده می‌کنید مقدار F بدست آمده (۰/۲۷) با درجه آزادی (df= ۱/۲۷) در سطح (p>۰/۶۰۷) معنی دار نیست. به عبارت دیگر بین نمرات پس‌آزمون فیزیولوژیک اضطراب دانش‌آموزان (با حذف تأثیر پیش‌آزمون) تفاوت معنی داری وجود ندارد. یعنی فرضیه سوم تایید نمی‌شود.

جدول ۷_ آزمون برابری واریانس‌ها (لوین) نگرانی و حساسیت

Sig	Df2	Df1	F	SD	متغیر
0/098	28	1	2/931	2/386	پس‌آزمون نگرانی گروه کنترل
				1/502	پس‌آزمون نگرانی گروه آزمایش

پیش فرض برابری واریانس‌ها برای فرضیه ۴- پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. همانگونه که در جدول ۷- مشاهده می‌شود مقدار F بدست آمده (2/931) با درجه آزادی ۱ بروی ۲۸ در سطح (p>0/098) معنی دار نیست. یعنی بین واریانس‌ها تفاوت معنی داری وجود ندارد و پیش فرض برابری واریانس‌ها برای این فرضیه برقرار است.

جدول ۸. تحلیل کواریانس نگرانی و حساسیت دانش‌آموزان

منابع تغییر	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	معنی داری
تأثیر پیش‌آزمون	15/95	1	15/947	4/514	0/043
بین گروه‌ها	17/70	1	17/696	5/009	0/034
خطا	95/39	27	3/533		
کل	119/87	29			

با توجه به جدول ۸ مقدار F بدست آمده (۵) با درجه آزادی (df= ۱/۲۷) در سطح (p=۰/۰۳۴) معنی‌دار است. به عبارت دیگر بین نمرات پس‌آزمون نگرانی و حساسیت بیش از حد گروه آزمایش با گروه کنترل (با حذف تأثیر پیش‌آزمون) تفاوت معنی‌داری وجود دارد. یعنی فرضیه چهارم تایید می‌شود.

جدول ۹. آزمون برابری واریانس‌ها (لوین) فرضیه معدل

متغیر	SD	F	Df1	Df2	Sig
اضطراب گروه معدل بالا	3/755	0/013	1	13	0/910
اضطراب گروه معدل پایین	1/483				

پیش‌فرض برابری واریانس‌ها برای فرضیه ۵- پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. همانگونه که در جدول ۹- مشاهده می‌شود مقدار F بدست آمده (0/013) با درجه آزادی ۱ بروی 13 در سطح (p>0/910) معنی‌دار نیست. یعنی بین واریانس‌ها تفاوت معنی‌داری وجود ندارد و پیش‌فرض برابری واریانس‌ها برای این فرضیه برقرار است.

جدول ۱۰. تحلیل کوواریانس اضطراب دانش‌آموزان با معدل بالا و معدل پایین

منابع تغییر	مجموع مجزورات	Df	میانگین مجزورات	F	معنی داری
تأثیر پیش‌آزمون	39/57	1	39/570	4/940	0/046
بین گروه‌ها	6/80	1	6/802	0/849	0/375
خطا	96/13	12	8/011		
کل	137/33	14			

همانگونه که در جدول ۱۰ مشاهده میشود مقدار F بدست آمده (۰/۸۴) با درجه آزادی (df=۱/۱۲) در سطح (p>۰/۸۴) معنی دار ناست. به عبارت دیگر بین نمرات پس‌آزمون اضطراب دانش‌آموزان دارای معدل درسی بالا و معدل درسی پایین (با حذف تأثیر پیش‌آزمون) تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. یعنی فرضیه پنجم تأیید نمی‌شود.

جدول ۱۱. آزمون برابری واریانس‌ها (لوین) فرضیه اقتصاد

متغیر	SD	F	Df1	Df2	Sig
اضطراب گروه اقتصاد پایین	۳/۷۷۳				
اضطراب گروه اقتصاد بالا	۲/۳۹۰	0/068	1	13	0/798

پیش فرض برابری واریانس‌ها برای فرضیه ۶- پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. همانگونه که در جدول ۱۱- مشاهده می‌شود مقدار F بدست آمده (0/068) با درجه آزادی ۱ بروی ۱۳ در سطح (p>0/798) معنی دار نیست. یعنی بین واریانس‌ها تفاوت معنی‌داری وجود ندارد و پیش فرض برابری واریانس‌ها برای این فرضیه برقرار است.

جدول ۱۲. تحلیل کوواریانس اضطراب دانش‌آموزان با وضع اقتصادی بالا و پایین

معنی داری	F	میانگین مجزورات	Df	مجموع مجزورات	منابع تغییر
0/101	3/16	26/16	1	26/16	تأثیر پیش‌آزمون
0/518	0/44	3/67	1	3/67	بین گروه‌ها
		8/27	12	99/27	خطا
			14	137/33	کل

همانگونه که در جدول ۱۲ مشاهده می‌شود مقدار F بدست آمده (۰/۴۴) با درجه آزادی (df=۱/۱۲) در سطح (p>۰/۵۱) معنی دار نیست. به عبارت دیگر بین نمرات پس‌آزمون اضطراب دانش‌آموزان دارای وضعیت اقتصادی بالا با پایین (با حذف تأثیر پیش‌آزمون) تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. یعنی فرضیه ششم تایید نمی‌شود.

نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر، فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود. یعنی آموزش هنر نقاشی بر کاهش میزان اضطراب دانش‌آموزان پسر سوم ابتدایی مؤثر بوده است. تأیید این فرضیه در راستای پژوهش فدایی، جم‌نژاد و مزینانی (۱۳۸۱) می‌باشد. همچنین این فرضیه عمل یونگ را که هرگاه به بحران‌های شخصی دچار می‌شد به هنر روی می‌آورد و این روش را به بیماران خود توصیه می‌کرد، تأیید می‌کند.

یافته‌های فرضیه دوم با پژوهش‌هایی که توسط اسماعیل‌زاده نصیری (۷۹-۱۳۷۸) و عابدی (۱۳۸۷) انجام گرفته است هم‌راستا است. همچنین این یافته‌ها

طبق گفته‌های ون لیت و همکارانش با مطالعاتی که توسط انجمن هنر انگلیس بر روی اثرات سودمند هنر در مراقبت سلامت روان انجام داده است همسو می‌باشد.

یافته‌های فرضیه سوم نشان می‌دهد بین آموزش هنر نقاشی بر کاهش علائم فیزیولوژیکی اضطراب دانش‌آموزان تفاوت معناداری وجود ندارد.

یافته‌های فرضیه چهارم در راستای پژوهشی است که در سال ۷۸-۷۹ در بیمارستان فوق تخصصی کودکان امیرکلا در رابطه با بررسی اثرات ارائه کارهای هنری بر روند بهبود روانی - جسمانی کودکان بیمار انجام گردید و همچنین پژوهشی که در سال ۱۳۸۱ توسط فدایی و جم‌نژاد و مزینانی در رابطه با تأثیر طراحی و نقاشی بر کاهش میزان اضطراب بیماران اسکیزوفرنیک انجام گردید، همسو می‌باشد. با کمی دقت در فرضیه‌های دوم و چهارم و جداول (۷-۴) و (۹-۴) مشاهده می‌گردد که در تحلیل کواریانس نگرانی و حساسیت دانش‌آموزان، سطح معناداری بین گروه‌ها (۰/۰۱۶) بوده که این میزان در مقایسه با سطح معناداری بین گروهها در تحلیل کواریانس ترس - تمرکز که (۰/۰۳۴) می‌باشد که نشانگر آن است که کاهش ترس - افزایش تمرکز دانش‌آموزان نسبت به کاهش نگرانی و حساسیت بوسیله هنر نقاشی بیشتر است.

در مورد تاثیر آموزش هنر نقاشی بر کاهش میزان اضطراب دانش‌آموزان دارای معدل درسی بالا و معدل درسی پایین یافته‌های فرضیه پنجم نشان می‌دهد میان آموزش هنر نقاشی و کاهش میزان اضطراب دانش‌آموزان دارای معدل درسی بالا و معدل درسی پایین تفاوت معناداری وجود ندارد.

یافته‌های فرضیه ششم نشان می‌دهد میان آموزش هنر نقاشی و کاهش میزان اضطراب دانش‌آموزان با وضعیت اقتصادی بالا و وضعیت اقتصادی پایین تفاوت

معناداری خواهد داشت. تفاوت معناداری وجود ندارد.

بنابراین پیشنهاد می‌گردد تحقیق مشابهی بر روی نوجوانان دختر و پسر همچنین کودکان دختر دبستانی انجام پذیرد و ارتباط آموزش هنر نقاشی با دیگر مؤلفه‌های سلامت روان بررسی گردد. همچنین برنامه درمانی آموزش نقاشی برای کلیه دانش‌آموزان و دانشجویان تدوین گردد و این روشها به معلمان والدین و مشاوران مدارس جهت افزایش کارایی دانش‌آموزان صورت پذیرد و در نهایت طول مدت مداخله برای بدست آوردن نتایج ماندگارتر افزایش یابد.

منابع

- احقر، قدسی. (۱۳۸۷). *پیش‌بینی میزان اضطراب امتحان براساس سبکهای ابراز هیجان دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر تهران*. تازه‌ها و پژوهشهای مشاوره، جلد ۷، شماره ۲۷، تهران: آراین.
- اسماعیل زاده نصیری، پریرسا. (۱۳۷۹). *بررسی اثرات ارائه کارهای هنری بر روند بهبود روانی جسمانی کودکان بیمار از دیدگاه پرستاران در بیمارستان فوق تخصصی کودکان امیرکلا*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد.
- استوارت، ویلیام. (۱۹۲۷). *دائرة المعارف مشاوره: نظری و عملی*. ترجمه علیرضا بوستانی پور و محمدباقر دانشجو و حسین کشاورز افشار و محمود گودرزی زیر نشر شکوه نوایی نژاد، ۱۳۸۶. تهران: چاووشگران نقش.
- خوش‌کنش، ابوالقاسم. (۱۳۸۵). *هنردرمانی: تعریف، تاریخچه، روش‌شناسی و سنجش*. کنگره سراسری هنردرمانی در ایران.
- زاده محمدی، علی. (۱۳۸۵). *بررسی اثر رویکردهای هنر درمانی شناختی رفتاری بر هوش هیجانی کودکان و نوجوانان دختر بی‌سرپرست و بدسرپرست*. کنگره سراسری هنردرمانی در ایران.

- شفیع آبادی، عبدالله. (۱۳۸۲). پویایی گروه و مشاور گروهی. تهران: رشد
- شفیع آبادی، عبدالله. (۱۳۸۸). راهنمایی و مشاوره کودک: مفاهیم و کاربردها. تهران: سمت.
- شفیع آبادی، عبدالله و ناصری، غلامرضا. (۱۳۸۵). نظریه‌های مشاوره و روان درمانی. تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- عابدی، علیرضا. (۱۳۸۷). بررسی اثربخشی هنر درمانی خلاق با رویکرد روایتی - شناختی بر مشکلات درونی سازی شده و خودکار آمدی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شهید بهشتی. دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی.
- علم الهادی، سیدحسین. اضطراب ریاضی. روانشناسی و علوم تربیتی، سال پنجم، ۱. دانشکده علوم، دانشگاه فردوسی مشهد.
- فدایی، فرید؛ جم نژاد، مینا؛ مزینانی، ربابه. (۱۳۸۱). تاثیر نقاشی بر کاهش اضطراب بیماران اسکیزوفرنیک. توانبخشی. ش ۳.
- فراری، آنا الیوریو. (بی تا) نقاشی کودکان و مفاهیم آن. ترجمه عبدالرضا طوفان، (۱۳۶۷). تهران: نگاه.
- لشکری پور، کبری؛ بخشانی، نورمحمد؛ سلیمانی، محمد جواد. (۱۳۸۵). بررسی ارتباط بین اضطراب امتحان با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان در مقطع راهنمایی شهر زاهدان در سال ۱۳۸۴. طبیب شرق، سال هشتم، ۴.
- محمدی، علی. (۱۳۸۷). شفا خواستن از هنر. سپیده دانایی، ۲۲.
- موسوی، رقیه؛ موسوی، سیدسجاد؛ محمودی قرایی، جواد. (۱۳۸۷). ابزارهای ارزیابی و تشخیص اختلالات اضطرابی در کودکان و نوجوانان. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ارتش جمهوری اسلامی ایران، سال ششم، ۲.
- میرزایی، علی. (۱۳۸۲). نقش هنر در آموزش و پرورش و بهداشت روانی کودکان. تهران: مدرسه.
- نژادی پيله رود، فرحناز. (۱۳۸۵). بررسی موردی هنردرمانی با رویکرد نقاشی درمانی بر کودک دچار تاخیر رشدی و دیرآموزی پایان‌نامه کارشناسی ارشد. کنگره سراسری هنردرمانی در ایران.

- نوایی نژاد، شکوه. (۱۳۶۲). رفتارهای بهنجار و نابهنجار در کودکان و نوجوانان: راه‌های پیشگیری و درمان ناهنجاریها. تهران: سازمان فرهنگی و هنری ابتکار.
- A. Brenstein, Gail, E. Layne. Ann, A. Egon, Elizabeth and P. Nelson, Lave. (2005). *Maternal phobic anxiety and child anxiety*. Journal of Anxiety Disorders. Volume, 19. Issue 6, Pages658-672.
 - Dalley, Tessa. (1986). *Art as therapy: An introduction to the use of art as a therapeutic technique*. London and New York: Tavistock publications.
 - Orr, Penelope P. (2007). "Art therapy with children after a disaster: A content analysis". *The art in psychotherapy*. Volume, 34. Issue 4, Pages350-361.
 - Shuko, F. (2004). "Water color painting as a relaxation technique in an adult psychiatric hospital". UN published Doctoral Dissertation, Ursuline College.
 - Van Lith, Theresa; Fenner, Patrisia; Schofield, Margot; Pawson Qinn; Morgan, Malcolm. (2008). "Creativity, The arts and art therapy in mental health recovery: Developing a research agenda". Melborn: latrube University.

Archive of SID