

The Effectiveness of Psychodrama Training on Emotion Management in Individuals Addicted to Opioids

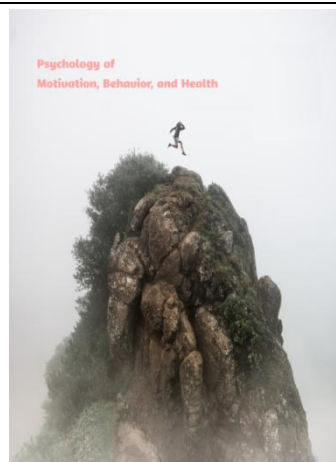
1. Zahra Mashhadi Iebrahim¹: MA, Family Counseling Department, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
2. Sima Ghodrati^{2*}: Department of Psychology, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
2. Alireza Poursaeed²: Department of Psychology, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
- *Corresponding Author's Email: sima.ghodrati17@yahoo.com

Received: 2024-09-22

Revised: 2025-01-18

Accepted: 2025-01-24

Published: 2025-02-19



Abstract

Introduction and Aim: Opioid addiction has extensive physical, psychological, emotional, and social consequences and causes a decline in the health and welfare system. Therefore, the aim of this research was determine the effectiveness of psychodrama training on emotion management in individuals addicted to opioids.

Methodology: This study was a quasi-experimental with a pre-test and post-test design with a control group. The population of the present research was all men and women addicted to opioids who referred to the addiction treatment camp of Tehran city in 2024 year. The sample size for each group was cosidered 15 people, and accordingly, number of 30 people were selected using the available sampling method and randomly assigned into two experimental and control groups (15 people in each group). The experimental group 8 sessions of 90 minute (two sessions per week) underwent the psychodrama training, and the control group remained on the waiting list for treatment. The data of the present research were collected using the Emotion Management Scale (Zeman et al., 2001) and analyzed using univariate and multivariate analysis of covariance methods in SPSS-27 software.

Findings: The results of the present research showed that there was a significant difference between the individuals addicted to opioids of experimental and control groups in terms of emotion management and all three of its components, including anger, sadness, and worry. In the other words, psychodrama training improved emotion management and reduced all three of its components, including anger, sadness, and worry in individuals addicted to opioids ($P < 0.05$).

Conclusion: The results of this research showed the effectiveness of psychodrama training on improving emotion management in individuals addicted to opioids. Therefore, specialists and therapists can use psychodrama training along with other educational methods to improve the emotional characteristics of individuals addicted to opioids.

Keywords: Psychodrama Training, Emotion Management, Addicted, Opioids.

How to Cite: Mashhadi Iebrahim, Z., Ghodrati, S., & Poursaeed, A. (2024). The Effectiveness of Psychodrama Training on Emotion Management in Individuals Addicted to Opioids. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 2(4), 1-11.



Copyright: © 2024 by the authors. Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

Extended Abstract

Introduction and Aim

Addiction to opioids such as opium and heroin is a chronic brain disease characterized by continued use of the drug despite its harmful consequences and had negative effects on physical and mental health (Coluzzi et al., 2024). Opioids often cause numbness, mood changes (often euphoria), and decreased anxiety. When injected or inhaled, individuals experience an intense and powerful high; abrupt cessation of use can cause restlessness, aggression, cravings, irritability, lethargy, anxiety, muscle and bone pain, and muscle cramps (Lawford & Newman, 2022). Individuals addicted to opioids usually exhibit a range of physical (eye changes, severe drowsiness, slow breathing and movements, digestive problems, and skin problems), behavioral (reduced responsibility, mysterious and secretive behaviors), and psychological (isolation and withdrawal, and personality and mood changes) symptoms (Van Amsterdam & Vanden Brink, 2025).

Individuals addicted have difficulty in the field of emotion management (Chretien et al., 2025). Emotion management means adjusting emotions to suit situations, managing positive or constructive emotions and negative, unconstructive emotions, and transforming emotional responses from an impulsive and reactive way to a reflective, responsive, and purposeful way (Mojica et al., 2024). The emotion management construct refers to the ability to effectively manage and respond appropriately to emotional experiences, and leads to the discharge of negative emotions, the replacement of positive emotions with negative emotions, achieving greater calmness in the face of different emotional situations, providing measured responses, and establishing healthy relationships instead of impulsive and destructive reactions, and greater resistance to life's stresses and challenges (Connor et al., 2022). In fact, emotion management as a protective factor against emotional problems and challenges, helps people better understand, accept, regulate, manage, and ultimately express their feelings and emotions (Bridgwater et al., 2022).

One of the methods of improving emotional characteristics is the psychodrama training method (Biancalani et al., 2024). Psychodrama training as a form of psychotherapy, includes a combination of principles and techniques of theater, role play, and group dynamics, and provides individuals with the opportunity to adjust emotional, cognitive, and behavioral problems arising from traumatic and

stressful life experiences and events through behavioral and emotional outpouring (Kaya & Deniz, 2020). This training method is based on performing dramatic roles in the context of dramas derived from real-life experiences and events and is based on therapeutic and educational measures (Terzioglu & Dogan et al., 2022). In the psychodrama method, the client enters a dramatic performance scene from the context of their stressful life to deepen their belief and understanding of problems and challenges, gain greater insight and understanding, and achieve gentle and relaxing experiences while reducing the level of pressure and stress caused by them (Kaya et al., 2022).

Opioid addiction has extensive physical, psychological, emotional, and social consequences and causes a decline in the health and welfare system. Therefore, the aim of this research was determine the effectiveness of psychodrama training on emotion management in individuals addicted to opioids.

Methodology

This study was a quasi-experimental with a pre-test and post-test design with a control group. The population of the present research was all men and women addicted to opioids who referred to the addiction treatment camp of Tehran city in 2024 year. The sample size for each group was considered 15 people, and accordingly, number of 30 people were selected using the available sampling method and randomly assigned into two experimental and control groups (15 people in each group).

In this study, the inclusion criteria included dependence on opium and heroin with a history of use of more than one year, being literate, having the desire and motivation to participate in the research, having consent to participate in the research, not having psychological and psychiatric disorders, and signing the consent form to participate in the research. The exclusion criteria included absence of more than one session and withdrawal from further cooperation.

The experimental group 8 sessions of 90 minute (two sessions per week) underwent the psychodrama training, and the control group remained on the waiting list for treatment. The data of the present research were collected using the Emotion Management Scale (Zeman et al., 2001) and analyzed using univariate and multivariate analysis of covariance methods in SPSS-27 software at a significant level of 0.05.

Findings

In this study, 30 people addicted to opioids were present, and no dropout occurred in the samples of either the experimental or control groups.

The results of the present research showed that there was a significant difference between the individuals addicted to opioids of experimental and control groups in terms of emotion management and all three of its components, including anger, sadness, and worry. In the other words, psychodrama training improved emotion management and reduced all three of its components, including anger, sadness, and worry in individuals addicted to opioids ($P<0.05$).

Discussion and Conclusion

In recent years, drug use, especially opiates has increased significantly and has become a major social problem. Accordingly, the present study aimed to determine the effectiveness of psychodrama training

on emotion management in individuals addicted to opiates.

The results of this research showed the effectiveness of psychodrama training on improving emotion management in individuals addicted to opioids. Therefore, specialists and therapists can use psychodrama training along with other educational methods to improve the emotional characteristics of individuals addicted to opioids.

As a result, addiction treatment and rehabilitation centers can use the psychodrama training method as part of group rehabilitation programs. In addition, training and empowering therapists in the correct and principled implementation of psychodrama, providing a safe space for holding training sessions, and combining this method with other effective methods can help increase its effectiveness in improving the emotional and psychological characteristics of vulnerable groups, including addicted to opiates.

اثربخشی آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی

۱. زهرا مشهدی ابراهیم^{ID}: کارشناسی ارشد، گروه مشاوره خانواده، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. سیما قدرتی^{ID*}: گروه روان شناسی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. علیرضا پورسعید^{ID}: گروه روان شناسی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

*ایمیل نویسنده مسئول: sima.ghodrati17@yahoo.com

انتشار: ۱۴۰۳/۱۲/۰۱

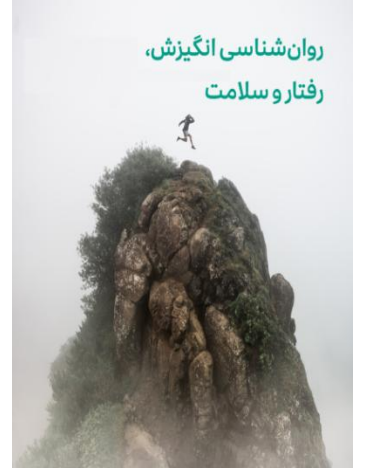
پذیرش: ۱۴۰۳/۱۱/۰۵

بازنگری: ۱۴۰۳/۱۰/۲۹

دریافت: ۱۴۰۳/۰۷/۰۱

چکیده

روان‌شناسی انگیزش، رفتار و سلامت



مقدمه و هدف: اعتیاد به مواد افیونی دارای پیامدهای جسمی، روانی، هیجانی و اجتماعی گسترده‌ای است و باعث افت نظام سلامت و بهزیستی می‌شود. بنابراین، هدف این پژوهش تعیین اثربخشی آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی بود.

روش‌شناسی: این مطالعه نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش حاضر همه مردان و زنان معتاد به مواد افیونی مراجعه‌کننده به کمپ ترک اعتیاد شهر تهران در سال ۱۴۰۳ بودند. حجم نمونه برای هر گروه ۱۵ نفر در نظر گرفته شد و بر همین اساس، تعداد ۳۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (دو جلسه در هفته) تحت آموزش سایکودرام قرار گرفت و گروه کنترل در لیست انتظار برای درمان ماند. داده‌های پژوهش حاضر با مقیاس مدیریت هیجان (زیمن و همکاران، ۲۰۰۱) گردآوری و با روش‌های تحلیل کوواریانس تک‌متغیری و چندمتغیری در نرم‌افزار SPSS-27 تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین افراد معتاد به مواد افیونی گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر مدیریت هیجان و هر سه مولفه آن شامل خشم، اندوه و نگرانی تفاوت معناداری وجود داشت. به عبارت دیگر، آموزش سایکودرام باعث بهبود مدیریت هیجان و کاهش هر سه مولفه آن شامل خشم، اندوه و نگرانی در افراد معتاد به مواد افیونی شد ($P < 0.05$).

نتیجه‌گیری: نتایج این پژوهش نشان‌دهنده اثربخشی آموزش سایکودرام بر بهبود مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی بود. بنابراین، متخصصان و درمانگران می‌توانند از روش آموزش سایکودرام در کنار سایر روش‌های آموزشی برای بهبود ویژگی‌های هیجانی افراد معتاد به مواد افیونی استفاده کنند.

نحوه استناددهی: مشهدی ابراهیم، زهرا، قدرتی، سیما، و پورسعید، علیرضا. (۱۴۰۳). اثربخشی آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی. *روان‌شناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۲(۴)، ۱-۱۱.

کلیدواژه‌گان: آموزش سایکودرام، مدیریت هیجان، معتاد، مواد افیونی.



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۳ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

مقدمه

اعتیاد به مواد افیونی مانند تریاک و هروئین یک بیماری مزمن مغزی است که با مصرف مواد، علی‌رغم پیامدهای مضر آن مشخص می‌شود و تاثیر منفی بر سلامت جسمی و روانی دارد (Coluzzi et al., 2024). شواهد همه‌گیرشناسی اعتیاد به آن را یک اختلال روان‌پزشکی چندبعدی با ابعاد زیستی، روان‌شناختی، اجتماعی و حتی معنوی می‌داند. در ایران، روند رو به رشد افزایش اعتیاد به مواد افیونی نگران‌کننده است؛ به‌طوری که بر اساس گزارش‌های ملی، اعتیاد پس از گرانی و بیکاری از نظر افکار عمومی به‌عنوان مهم‌ترین مشکل اجتماعی شناخته می‌شود و نرخ شیوع اعتیاد در کشور طی دو دهه اخیر بیش از سه برابر نرخ رشد جمعیت بوده و اعتیاد دومین علت مرگ و میر پس از تصادف‌ها می‌باشد (Zandi et al., 2019). مواد افیونی اغلب باعث بی‌حسی، تغییر خلق (اغلب سرخوشی) و کاهش اضطراب می‌شود. هنگام تزریق یا استنشاق این مواد، افراد یک احساس مطلوب شدید و قوی را تجربه می‌کنند؛ به‌طوری که توقف ناگهانی آنها باعث بی‌قراری، پرخاشگری، و لغ مصرف، تحریک‌پذیری، ملال، اضطراب، درد ماهیچه و استخوان و گرفتگی عضلانی می‌گردد (Lawford & Newman, 2022). افراد معتاد به مواد افیونی معمولاً مجموعه‌ای از علائم فیزیکی (تغییرهای چشمی، خواب‌آلودگی شدید، کندی در تنفس و حرکات، مشکلات گوارشی و مشکلات پوستی)، رفتاری (کاهش مسئولیت‌پذیری، رفتارهای مرموز و پنهان‌کاری) و روان‌شناختی (انزوا و گوشه‌گیری و تغییرهای شخصیتی و خلقی) را از خود نشان می‌دهند که ناشی از اعتیاد و وابستگی جسمی و روانی به مواد است (Van Amsterdam & Vanden Brink, 2025). افراد معتاد افرادی با اعتمادبه‌نفس پایین و دارای نگرش منفی نسبت به خود هستند که آمادگی اندکی برای مواجهه و رویارویی با چالش‌ها و ناهمواری‌های زندگی دارند و به افسردگی اساسی، اختلال‌های اضطرابی و اختلال شخصیت ضداجتماعی مبتلا می‌شوند (Kamens et al., 2023).

افراد معتاد دارای دشواری در زمینه مدیریت هیجان هستند (Chretien et al., 2025). مدیریت هیجان به معنای تنظیم هیجان‌ها متناسب با موقعیت‌ها، مدیریت هیجان‌های مثبت یا سازنده و هیجان‌های منفی غیرسازنده و تبدیل پاسخ‌های هیجانی از یک شیوه تکانشی و

واکنشی به شیوه تأملی، پاسخگو و هدفمند است (Mojica et al., 2024). سازه مدیریت هیجانی به توانمندی مدیریت موثر و پاسخگویی مناسب به تجربه‌های هیجانی اشاره دارد و سبب تخلیه هیجان‌های منفی، جایگزینی هیجان‌های مثبت با هیجان‌های منفی، دستیابی به آرامش بیشتر در مواجهه با موقعیت‌های هیجانی مختلف، ارائه واکنش‌های سنجیده و برقراری روابط سالم به جای واکنش‌های تکانشی و روابط مخرب و مقاومت بیشتر در برابر استرس‌ها و چالش‌های زندگی می‌شود (Connor et al., 2022). در واقع، مدیریت هیجان به‌عنوان یک عامل محافظتی در برابر مشکل‌ها و چالش‌های هیجانی به افراد کمک می‌کند تا احساس‌ها و هیجان‌های خود را بهتر درک کنند، بپذیرند، تنظیم و مدیریت نمایند و در نهایت ابراز کنند (Bridgwater et al., 2022). عواملی مانند توانمندی شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و حمایت‌های اجتماعی بر مدیریت هیجان تاثیر می‌گذارند و افراد توانمند در زمینه مدیریت هیجانی قادر به مدیریت موثر پاسخ‌های هیجانی و افزایش تحمل پریشانی و آشفته‌گی روان‌شناختی هستند (Shaba, 2025).

یکی از روش‌های بهبود ویژگی‌های هیجانی، روش آموزش سایکودرام است (Biancalani et al., 2024). آموزش سایکودرام به‌عنوان شکلی از روان‌درمانی شامل ترکیبی از اصول و فنون تئاتر، بازی نقش و پویایی گروهی می‌باشد و این فرصت را برای افراد فراهم می‌سازد تا با برون‌ریزی رفتاری و هیجانی باعث تعدیل مشکل‌های هیجانی، شناختی و رفتاری برآمده از تجربه‌ها و رویدادهای آسیب‌زا و تنش‌زای زندگی شود (Kaya & Deniz, 2020). این روش آموزشی مبتنی بر ایفای نقش‌های نمایشی در متن درام‌های برگرفته از تجربه‌ها و رویدادهای واقعی زندگی و مبتنی بر تدابیر درمانی و آموزشی می‌باشد (Terzioglu & Dogan et al., 2022). در روش سایکودرام، درمانجو از متن زندگی تنش‌زای خود وارد یک صحنه اجرای نمایشی می‌شود تا باور و شناخت خود را نسبت به مشکل‌ها و چالش‌ها عمق دهد، به بینش و درک بیشتری دست یابد و ضمن کاهش سطح فشارها و استرس‌های ناشی از آنها به تجربه‌های لطیف و آرامش‌بخشی دست یابد (Kaya et al., 2022). این روش آموزشی یکی از روش‌های روان‌درمانی گروهی با استفاده از فنون دوبرابر کردن، آینه‌سازی، ایفای نقش، معکوس کردن نقش و

تک‌گویی است که در بهبود ویژگی‌های هیجانی، اجتماعی و روان‌شناختی مزمن و غیرمزمن مورد استفاده قرار می‌گیرد (Cataldas et al., 2024).

پژوهشی درباره آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان یافت نشد، اما پژوهش‌هایی در این زمینه انجام شده است. برای مثال، نتایج پژوهش Luo et al (2025) نشان داد که آموزش سایکودرام باعث کاهش سرکوب ابراز هیجانی و افزایش ابراز هیجان، بینش شناختی و تجربه‌های مثبت شد. Jafari et al (2023) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که هر سه روش آموزش سایکودرام، آموزش هیجان‌مدار و آموزش سایکودرام هیجان‌مدار در مقایسه با گروه کنترل باعث کاهش ترس از صمیمیت و افزایش خودتنظیمی هیجانی در زنان مطلقه شدند. در پژوهشی دیگر Homaei et al (2022) گزارش کردند که آموزش فنون سایکودرام باعث بهبود ابرازگری هیجانی و شایستگی اجتماعی و مولفه‌های آنها در نوجوانان مبتلا به اضطراب اجتماعی شد. نتایج پژوهش Moteragheb Jafarpoure et al (2021) حاکی از آن بود که آموزش سایکودرام باعث بهبود تصویر بدنی، تنظیم هیجانی و بهزیستی ذهنی در زنان مبتلا به سرطان پستان شد. Albal et al (2021) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش سایکودرام باعث افزایش آگاهی هیجانی و مهارت‌های ارتباطی پرستاران بخش روان‌پزشکی شد.

در سال‌های اخیر، مصرف مواد مخدر به‌ویژه مواد افیونی به یکی از معضله‌های مهم اجتماعی تبدیل شده است؛ به‌طوری که تهدیدی جدی برای سلامت جامعه جهانی محسوب می‌شود. بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی میزان مصرف تریاک در ایران سه برابر میانگین مصرف جهانی است و این مسئله نه تنها سلامت جسمی و روانی مصرف‌کنندگان و خانواده‌های آنان را تهدید می‌کند، بلکه باعث بروز مشکل‌هایی مانند سستی، بی‌حالی، کندی واکنش‌ها و اختلال‌های شناختی می‌شود. همچنین، بررسی پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که اثربخشی آموزش سایکودرام در پژوهش‌های پیشین مورد تأیید قرار گرفته است، اما در زمینه اثربخشی آن بر بهبود ویژگی‌های هیجانی از جمله مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی پژوهشی یافت نشد. بدون شک، نتایج این پژوهش می‌تواند برای متخصصان و درمانگرانی که با افراد معتاد سروکار دارند دارای

تولیحات کاربردی بسیاری باشد و آنان از نتایج این پژوهش بهره‌برداری و در مداخله‌های از آن استفاده نمایند. با توجه به مطالب مطرح شده، تلاش برای بهبود مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی شاید بتواند کمی از مشکل‌های آنان بکاهد و بر همین اساس، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی انجام شد.

روش‌شناسی

این مطالعه نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش حاضر همه مردان و زنان معتاد به مواد افیونی مراجعه‌کننده به کمپ ترک اعتیاد شهر تهران در سال ۱۴۰۳ بودند. حجم نمونه برای هر گروه ۱۵ نفر در نظر گرفته شد و بر همین اساس، تعداد ۳۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شدند. در این پژوهش، ملاک‌های ورود به مطالعه شامل وابستگی به مواد افیونی از نوع تریاک و هروئین با سابقه مصرف بیش از یک سال، داشتن سواد خواندن و نوشتن، تمایل و انگیزه برای شرکت در پژوهش، داشتن رضایت جهت شرکت در پژوهش، نداشتن اختلال‌های روان‌شناختی و روان‌پزشکی و امضای فرم رضایت‌نامه شرکت در پژوهش و ملاک‌های خروج از مطالعه شامل غیبت بیشتر از یک جلسه و انصراف از ادامه همکاری بودند.

مراحل اجرایی پژوهش حاضر به این شرح بود که پس از هماهنگی‌های اولیه اقدام به نمونه‌گیری از میان مردان و زنان معتاد به مواد افیونی شد و پس از انتخاب ۳۰ نفر، آنها به روش تصادفی ساده با کمک قرعه‌کشی در دو گروه مساوی شامل گروه‌های آزمایش و کنترل جایگزین شدند. لازم به ذکر است که نمونه‌ها از نظر ملاک‌های ورود به مطالعه بررسی و برای آنان اهمیت و ضرورت پژوهش تشریح و درباره رعایت ملاحظات اخلاقی مانند رازداری، محرمانگی، حفظ حریم نمونه‌ها، آزادی جهت شرکت در پژوهش، آزادی جهت انصراف از پژوهش در هر مرحله‌ای و غیره به آنان تعهد داده شد. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (دو جلسه در هفته) تحت آموزش سایکودرام قرار گرفت و گروه کنترل در لیست انتظار برای درمان ماند. مداخله در گروه آزمایش توسط درمانگر آموزش‌دیده در حوزه سایکودرام در بازه زمانی چهار هفته (هفته‌ای

سایکودرام از پروتکل [Dezhestan & Fahimi \(2022\)](#) استفاده که ترجمه شده مدل سایکودرام [Moreno \(1978\)](#) بود. بر همین اساس، شرح جلسه و تکنیک استفاده شده در آموزش سایکودرام به تفکیک جلسه در جدول ۱ گزارش شد.

دو جلسه به صورت گروهی در یکی از کمپ‌های ترک اعتیاد شهر تهران انجام شد. لازم به ذکر است که گروه‌های آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون از نظر مدیریت هیجان بررسی و در پایان در همه آنها تشکر شد. در این پژوهش برای آموزش

جدول ۱. شرح جلسه و تکنیک استفاده شده در آموزش سایکودرام به تفکیک جلسه

جلسه	شرح جلسه و تکنیک استفاده شده
اول	ابتدا به خوش آمدگویی، معارفه و آشنایی با اعضای گروه پرداخته شد. سپس در جهت برقراری رابطه درمانی تلاش شد. دلیل داوطلب شدن و آمدن به این جلسه از افراد پرسیده و اهداف کلی و قوانین جلسه‌ها و مفهوم کلی سایکودرام شرح داده شد. در نهایت تکنیک تک‌گویی اجرا شد.
دوم	ابتدا درباره جلسه قبل از گروه بازخورد گرفته شد. در ادامه برای ایجاد و بهبود رابطه درمانی و تشریح گسترده‌تر سایکودرام تلاش شد. برای این منظور از تکنیک آینه استفاده شد.
سوم	ابتدا درباره جلسه قبل از گروه بازخورد گرفته شد. در ادامه دو تکنیک جفت‌شدن و تکنیک صندلی خالی اجرا شد.
چهارم	ابتدا درباره جلسه قبل از گروه بازخورد گرفته شد. سپس تکنیک وارونگی نقش اجرا و انتظارهای پروتاگونیست از نقش مکمل خود بررسی و در آخر خودابرازگری هیجانی انجام شد.
پنجم و ششم	ابتدا درباره جلسه قبل از گروه بازخورد گرفته شد. اجرای تکنیک وارونگی نقش برای سایر افراد گروه که در جلسه قبل موفق به اجرای آن نشدند انجام گرفت. سپس تکنیک من رویایی اجرا و برای ایجاد آمادگی در اعضا برای اتمام جلسات تلاش شد.
هفتم و هشتم	ابتدا درباره جلسه قبل و همه جلسه‌ها از گروه بازخورد گرفته شد. تکنیک خودمحقق‌سازی انجام و افراد نظرهای خود را در جلساتی که در نقش پروتاگونیست بودند، بیان کردند. در نهایت، اقدام به مرور کلی تکنیک‌ها، نتیجه‌گیری از آنها و تشکر جهت شرکت در پژوهش شد.

بازآزمایی به ترتیب ۰/۷۳ و ۰/۸۶ گزارش نمودند. در پژوهش حاضر روایی صوری پرسشنامه با نظر سه نفر از متخصصان حوزه روان‌شناسی بالینی و اعتیاد تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۲ برآورد گردید.

داده‌های پژوهش حاضر با روش‌های تحلیل کوواریانس تک‌متغیری و چندمتغیری در نرم‌افزار SPSS-27 در سطح معناداری ۰/۰۵ تحلیل شدند.

یافته‌ها

در این پژوهش تعداد ۳۰ نفر از افراد معتاد به مواد افیونی حضور داشتند و ریزشی در نمونه‌های هیچ یک از دو گروه آزمایش و کنترل اتفاق نیفتاد. پیش از تحلیل داده‌های پژوهش حاضر با روش‌های تحلیل کوواریانس تک‌متغیری و چندمتغیری، ابتدا پیش‌فرض‌های آن بررسی شدند. نتایج آزمون شاپیرو-ویلک حاکی از برقراری فرض نرمال بودن مدیریت هیجان و هر سه مولفه آن شامل خشم، اندوه و نگرانی در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون برای

تنها ابزار مورد استفاده در این پژوهش، مقیاس مدیریت هیجان بود که در ادامه تشریح می‌گردد.

مقیاس مدیریت هیجان (Emotion Management Scale)

(Scale): مقیاس مدیریت هیجان را [Zeman et al \(2001\)](#) با ۳۸ گویه و در ۳ مولفه خشم (۱۱ گویه)، اندوه (۱۲ گویه) و نگرانی (۱۵ گویه) ساختند. برای هر گویه سه گزینه شامل به‌ندرت با نمره یک، گاهی اوقات با نمره دو و اغلب اوقات با نمره سه وجود دارد. نمره هر مولفه با مجموع نمره گویه‌های سازنده آن مولفه و نمره کل مقیاس با مجموع نمره همه گویه‌ها محاسبه می‌شود و نمره بالاتر به معنای بیشتر داشتن آن ویژگی است. [Zeman et al \(2001\)](#) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و نتایج حاکی از وجود سه عامل خشم، اندوه و نگرانی بود و پایایی کل و مولفه‌های آن را با روش آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۶۲ تا ۰/۷۷ و با روش بازآزمایی در دامنه ۰/۶۱ تا ۰/۸۰ گزارش کردند (به نقل از [Shaukatpour Lotfi et al., \(2023\)](#) در ایران، [Hashemipour & Mohammadi \(2018\)](#) ضمن پژوهشی پایایی مقیاس مدیریت هیجان را با روش‌های تصنیف و

پیش‌آزمون و گروه حاکی از برقراری فرض همگنی شیب خط رگرسیون برای مدیریت هیجان و مولفه‌های آن شامل خشم، اندوه و نگرانی بود ($P > 0/05$). نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری برای تعیین اثربخشی آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی در جدول ۲ ارائه شد.

گروه‌های آزمایش و کنترل بود ($P > 0/05$). نتایج آزمون لوین حاکی از برقراری فرض همگنی واریانس‌ها برای مدیریت هیجان و مولفه‌های آن شامل خشم، اندوه و نگرانی بود ($P > 0/05$). همچنین، نتایج آزمون ام‌باکس حاکی از برقراری فرض همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس برای مولفه‌های مدیریت هیجان شامل خشم، اندوه و نگرانی بود ($P > 0/05$). علاوه بر آن، نتایج آزمون اثر تعاملی

جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری برای تعیین اثربخشی آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری	اندازه اتا
مدیریت هیجان	گروه	۴۳۳/۲۰	۱	۴۳۳/۲۰	۶/۶۰	۰/۰۱۶	۰/۱۹
	خطا	۱۸۳۷/۴۶	۲۸	۶۵/۶۲			

بر اساس نتایج جدول ۲، آموزش سایکودرام باعث بهبود مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی شد و ۱۹ درصد تغییر در مدیریت هیجان نتیجه روش مداخله یعنی آموزش سایکودرام بود ($P < 0/05$).

نتایج آزمون‌های چندمتغیری برای تعیین اثربخشی آموزش سایکودرام بر مولفه‌های مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی در جدول ۳ ارائه شد.

جدول ۳. نتایج آزمون‌های چندمتغیری برای تعیین اثربخشی آموزش سایکودرام بر مولفه‌های مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی

آزمون	ارزش	آماره F	df فرضیه	df خطا	سطح معناداری	اندازه اتا
اثر پیلایی	۰/۸۳	۴۳/۵۵	۳	۲۶	۰/۰۰۱	۰/۶۳
لامبدای ویلکز	۰/۱۶	۴۳/۵۵	۳	۲۶	۰/۰۰۱	۰/۶۳
اثر هاتلینگ	۵/۰۲	۴۳/۵۵	۳	۲۶	۰/۰۰۱	۰/۶۳
بزرگ‌ترین ریشه روی	۵/۰۲	۴۳/۵۵	۳	۲۶	۰/۰۰۱	۰/۶۳

بر اساس نتایج جدول ۳، آموزش سایکودرام باعث بهبود حداقل یکی از مولفه‌های مدیریت هیجان شامل خشم، اندوه و نگرانی در افراد معتاد به مواد افیونی شد و ۶۳ درصد تغییر در آنها نتیجه روش مداخله یعنی آموزش سایکودرام بود ($P < 0/05$). نتایج تحلیل

کوواریانس چندمتغیری برای تعیین اثربخشی آموزش سایکودرام بر هر یک از مولفه‌های مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی در جدول ۴ ارائه شد.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین اثربخشی آموزش سایکودرام بر هر یک از مولفه‌های مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری	اندازه اتا
خشم	گروه	۲۸۸/۳۰	۱	۲۸۸/۳۰	۱۶/۲۷	۰/۰۰۱	۰/۳۶
	خطا	۴۹۵/۸۶	۲۸	۱۷/۷۱			
اندوه	گروه	۹۳/۶۳	۱	۹۳/۶۳	۳/۲۶	۰/۰۴۱	۰/۱۰
	خطا	۸۰۲/۶۶	۲۸	۲۸/۶۶			
نگرانی	گروه	۲۲۵۳/۳۳	۱	۲۲۵۳/۳۳	۱۳۴/۳۹	۰/۰۰۱	۰/۶۲
	خطا	۴۹۶/۴۶	۲۸	۱۶/۷۶			

و ایفای نقش، خودآگاهی فرد را ارتقاء داده و زمینه را برای اصلاح راهبردهای ناسازگار هیجانی مهیا می‌سازد. نکته حائز اهمیت دیگر اینکه، آموزش سایکودرام متناسب با نیازهای هیجانی و روان‌شناختی افراد بود و توانست یک فضای امن و حمایتی برای بیان هیجان‌ها و مدیریت آنها ایجاد نماید.

همچنین، شرکت‌کنندگان در دوره آموزش سایکودرام با قرار گرفتن در یک فضای گروهی ضمن همدلی با دیگران توانستند تجربه‌های هیجانی مشابه خود را بازشناسی و در بستر تعاملی آنها را بازسازی کنند. این امر سبب شدتاً افراد در مدیریت هیجان و مولفه‌های آن شامل خشم، اندوه و نگرانی رویکردی متفکرانه اتخاذ نمایند، در مواجهه با آنها به جای سرکوب یا اجتناب، آنها را بپذیرند و پردازش نمایند و حتی در مواجهه با هیجان‌ها از راهبردهای منطقی‌تر و مبتنی بر حل مسئله استفاده کنند. بنابراین، آموزش سایکودرام با تاکید بر نقش‌آفرینی و بازآفرینی تجربه‌های هیجانی به‌عنوان یک مداخله موثر توانستند الگوهای هیجانی منفی را کاهش داده و ظرفیت مقابله سازگارانه را افزایش دهند. این یافته نه تنها اهمیت استفاده از رویکردهای خلاقانه در روان‌درمانی را برجسته می‌کند، بلکه بر ضرورت توجه به روش‌های تعاملی در فرآیند مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی تاکید می‌کند.

در نتیجه، با توجه به ویژگی‌هایی که برای آموزش سایکودرام ذکر شد و نقش آنها در بهبود فعالیت‌های هیجانی، می‌توان انتظار داشت که آموزش سایکودرام بتواند نقش موثری در بهبود مدیریت هیجان و مولفه‌های آن شامل خشم، اندوه و نگرانی در افراد معتاد به مواد افیونی داشته باشد.

این پژوهش نیز همانند سایر پژوهش‌ها با محدودیت‌هایی همراه بود. برای نمونه می‌توان به عدم بررسی پایداری نتایج روش مداخله در دوره‌های دو یا چند ماهه، حجم نمونه نسبتاً اندک (هر گروه ۱۵ نفر) و انتخاب نمونه‌ها به روش در دسترس اشاره کرد. محدودیت دیگر، محدود شدن نمونه پژوهش به افراد معتاد به مواد افیونی شهر تهران و عدم بررسی نتایج به‌تفکیک جنسیت اشاره کرد. بنابراین، بررسی پایداری نتایج در بلندمدت، افزایش حجم نمونه، استفاده از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی و بررسی نتایج به‌تفکیک جنسیت پیشنهاد می‌شود. پیشنهاد پژوهشی دیگر، مقایسه اثربخشی آموزش سایکودرام

بر اساس نتایج جدول ۴، آموزش سایکودرام باعث بهبود هر سه مولفه مدیریت هیجان شامل خشم، اندوه و نگرانی در افراد معتاد به مواد افیونی شد و ۳۶ درصد تغییر در خشم، ۱۰ درصد تغییر در اندوه و ۶۲ درصد تغییر در نگرانی نتیجه روش مداخله یعنی آموزش سایکودرام بود ($P < 0/05$).

بحث و نتیجه‌گیری

در سال‌های اخیر، مصرف مواد مخدر به‌ویژه مواد افیونی افزایش چشمگیری داشته و به یکی از معضله‌های مهم اجتماعی تبدیل شده است. بر همین اساس، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان در افراد معتاد به مواد افیونی انجام شد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین افراد معتاد به مواد افیونی گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر مدیریت هیجان و هر سه مولفه آن شامل خشم، اندوه و نگرانی تفاوت معناداری وجود داشت. به عبارت دیگر، آموزش سایکودرام باعث بهبود مدیریت هیجان و کاهش هر سه مولفه آن شامل خشم، اندوه و نگرانی در افراد معتاد به مواد افیونی شد. با اینکه پژوهشی درباره اثربخشی آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان یافت نشد، اما نتایج فوق از جهاتی با نتایج پژوهش [Luo et al \(2025\)](#) مبنی بر اثربخشی آموزش سایکودرام بر کاهش سرکوب ابراز هیجانی و افزایش ابراز هیجان، [Jafari et al \(2023\)](#) مبنی بر اثربخشی آموزش سایکودرام بر افزایش خودتنظیمی هیجانی، [Homaei et al \(2022\)](#) مبنی بر اثربخشی آموزش فنون سایکودرام بر بهبود ابرازگری هیجانی و مولفه‌های آن، [Moteragheb Jafarpoure et al \(2021\)](#) مبنی بر اثربخشی آموزش سایکودرام بر بهبود تنظیم هیجان و [Albal et al \(2021\)](#) مبنی بر اثربخشی آموزش سایکودرام بر افزایش آگاهی هیجانی همسو بود.

در تبیین و تفسیر اثربخشی آموزش سایکودرام بر مدیریت هیجان و مولفه‌های آن شامل خشم، اندوه و نگرانی در افراد معتاد به مواد افیونی می‌توان گفت که آموزش سایکودرام با ایجاد فضایی تجربه‌محور همزمان جنبه‌های شناختی، هیجانی و رفتاری را درگیر و الگوهای ناکارآمد هیجانی را تغییر می‌دهد. این روش مداخله با شبیه‌سازی موقعیت‌های واقعی و فراهم‌سازی فرصت برای بازآفرینی

- The Arts in Psychotherapy*, 75, 101826. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2021.101826>
- Biancalani, G., Orkibi, H., Keisari, S., Guglielmin, M. S., Bertagna, G., Meola, P., & et al. (2024). Italian adolescents' perception of tele-psychodrama treatment during the COVID-19 pandemic. *Arts & Health*, 16(1), 1-14. <https://doi.org/10.1080/17533015.2022.2154942>
- Bridgwater, M. A., Horton, L. E., & Haas, G. L. (2022). Premorbid adjustment in childhood is associated with later emotion management in first-episode schizophrenia. *Schizophrenia Research*, 240, 233-238. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2021.11.041>
- Cataldas, S. K., Atkan, F., & Eminoglu, A. (2024). The effect of psychodrama-based intervention on therapeutic communication skills and cognitive flexibility among nursing students: A 12-month follow-up study. *Nurse Education in Practice*, 80, 104118. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2024.104118>
- Chretien, S., Giroux, I., Smith, I., Jacques, C., Ferland, F., Sevigny, S., & Bouchard, S. (2025). Emotional regulation in substance-related and addictive disorders treatment: A systematic review. *Journal of Gambling Studies*, 41, 353-448. <https://doi.org/10.1007/s10899-024-10366-8>
- Coluzzi, F., Scerpa, M. S., Loffredo, C., Borro, M., Pergolizzi, J. V., LeQuang, J. A., & et al. (2024). Opioid use and gut dysbiosis in cancer pain patients. *International Journal of Molecular Sciences*, 25(14), 7999. <https://doi.org/10.3390/ijms25147999>
- Connor, J., McDermott, V., & Gillies, W. (2022). Passionate projects: Practitioner reflections on emotion management. *International Journal of Managing Projects in Business*, 15(5), 865-885. <https://doi.org/10.1108/IJMPB-08-2021-0208>
- Dezhestan, N., & Fahimi, H. (2022). The effectiveness of psychodrama on emotional regulation, distress tolerance, social isolation, and self-efficacy in women addicted to opioids. Tehran: 5th International Conference on Law, Psychology, Education and Behavioral Science. <https://civilica.com/doc/1621857>
- Hashemipour, S., & Mohammadi, K. (2018). The effectiveness of child-centered play therapy on the emotional and social skills of children with autistic disorders. *Journal of Preventive Medicine*, 5(2), 1-10. <https://jpm.hums.ac.ir/article-1-301-en.html>
- Homaei, F., Khalaghipour, Sh., & Khoshakhlagh, H. (2022). The effectiveness of psychodrama on emotional expression and social competence of adolescents with social anxiety. *Journal of Islamic Life Style Centered on Health*, 6(3), 255-263. https://www.islamilife.com/article_186678.html
- Jafari, Z., Golparvar, M., & Atashpour, H. (2023). Comparison of the effectiveness of psychodrama training with emotion-focused training and mindful emotion-focused training on fear of intimacy and emotional self-regulation among divorced women.

بر مدیریت هیجان با سایر روش‌های آموزشی مانند آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد، آموزش مبتنی بر شفقت، آموزش ذهن‌آگاهی و غیره می‌باشد.

نتایج این پژوهش نشان‌دهنده اثربخشی آموزش سایکودرام بر بهبود مدیریت هیجان و هر سه مولفه آن شامل خشم، اندوه و نگرانی در افراد معتاد به مواد افیونی بود. بنابراین، متخصصان و درمانگران می‌توانند از روش آموزش سایکودرام در کنار سایر روش‌های آموزشی برای بهبود ویژگی‌های هیجانی افراد معتاد به مواد افیونی استفاده کنند. در نتیجه، مراکز ترک اعتیاد و بازتوانی می‌توانند از روش آموزش سایکودرام به‌عنوان بخشی از برنامه‌های بازتوانی و توانبخشی گروهی استفاده نمایند. علاوه بر آن، آموزش و توانمندسازی درمانگران در زمینه اجرای صحیح و اصولی سایکودرام، فراهم‌سازی فضای امن برای برگزاری جلسه‌های آموزشی، تلفیق این روش با سایر روش‌های موثر می‌تواند به افزایش اثربخشی آن در جهت بهبود ویژگی‌های هیجانی و روان‌شناختی گروه‌های آسیب‌پذیر از جمله معتاد به مواد افیونی کمک کند.

تعارض منافع

بین نویسندگان این مقاله، هیچ تعارض منافی وجود نداشت.

حامی مالی

این پژوهش با هزینه شخصی و بدون حامی مالی انجام شد.

ملاحظات اخلاقی

در این پژوهش به نمونه‌ها درباره رعایت ملاحظات اخلاقی مانند رازداری، محرمانگی، حفظ حریم نمونه‌ها، آزادی جهت شرکت در پژوهش، آزادی جهت انصراف از پژوهش در هر مرحله‌ای و غیره تعهد داده شد.

مشارکت نویسندگان

نویسندگان مقاله حاضر با یکدیگر تعامل داشتند.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله نویسندگان از همه کسانی که سهمی در انجام این پژوهش داشتند، تشکر می‌شود.

References

- Albal, E., Sahin-Bayindir, G., Alanli, O., & Buzlu, S. (2021). The effects of psychodrama on the emotional awareness and communication skills of psychiatric nurses: A randomized controlled trial.

- program on the knowledge and practices of Turkish nurses in psychiatric clinics. *Issues in Mental Health Nursing*, 43(1), 76-82. <https://doi.org/10.1080/01612840.2021.1933279>
- Van Amsterdam, J., & Vanden Brink, W. (2025). Explaining the high mortality among opioid-cocaine co-users compared to opioid-only users. A systematic review. *Journal of Addictive Diseases*, 43(2), 121-131. <https://doi.org/10.1080/10550887.2024.2331522>
- Zandi, A., Mohseni, A., & Habibi, M. (2019). Effectiveness of psychodrama therapy in relapse prevention and rumination. *Etiadpajohi*, 12(49), 57-70. <https://etiadpajohi.ir/article-1-1908-en.html>
- Community Health Journal*, 17(3), 47-58. <https://doi.org/10.22123/chj.2023.377863.1972>
- Kamens, H. M., Cramer, S., Hanley, R. N., Chase, S., Wickenheisser, A., Horton, W. J., & Zhang, N. (2023). Neuroimaging of opioid exposure: a review of preclinical animal models to inform addiction research. *Psychopharmacology*, 240(12), 2459-2482. <https://doi.org/10.1007/s00213-023-06477-6>
- Kaya, F., & Deniz, H. (2020). The effects of using psychodrama on the psychological wellbeing of university students. *Perspectives in Psychiatric Care*, 56(4), 905-912. <https://doi.org/10.1111/ppc.12510>
- Kaya, Y., Guc, E., Kirlangic-Simsek, B., & Cesur-Atintas, M. (2022). The effect of psychodrama group practices on nursing students' self-liking, self-competence, and self-acceptance: A quasi-experimental study. *Perspectives in Psychiatric Care*, 58(4), 1239-1247. <https://doi.org/10.1111/ppc.12921>
- Lawford, K., & Newman, A. (2022). Addiction in the family: Two Indigenous families overcoming barriers to opioid agonist therapy. *Canadian Family Physician*, 68(5), 348-351. <https://doi.org/10.46747/cfp.6805348>
- Luo, R., Ding, R., Wang, X., Zhou, W., & Hou, Y. (2025). Enhancing emotion regulation through group: A pilot study of psychodrama intervention among college students in China. *The Arts in Psychotherapy*, 96, 102361. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2025.102361>
- Mojica, M., Palos-Sanchez, P. R., & Cabanas, E. (2024). Is there innovation management of emotions or just the commodification of happiness? A sentiment analysis of happiness apps. *European Journal of Innovation Management*, 28(8), 3238-3261. <https://doi.org/10.1108/EJIM-11-2023-0963>
- Moteragheb Jafarpoure, L., Tajeri, B., Khalatbari, J., & Amraee, M. (2021). Effectiveness of psychodrama on body image, emotional regulation and subjective well-being in women with breast cancer. *Journal of Rehabilitation Research in Nursing*, 7(4), 18-27. <https://doi.org/10.22034/IJRN.7.4.18>
- Shaba, E. (2025). Exclusive reliance on videoconferencing technology affordances and its implications for emotion management during organizational change. *Journal of Organizational Change Management*, 38(4), 784-803. <https://doi.org/10.1108/JOCM-09-2024-0559>
- Shaukatpour Lotfi, S., Moghtader, L., & Akbari, B. (2023). Comparing the effectiveness of parent-child interaction training, attachment-based therapy and Self-regulation skill training on children's emotion control. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 4(2), 123-135. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.4.2.14>
- Terzioglu, C., & Dogan, S. (2022). The effects of a psychodrama-based risk management training