

داستان‌گویی دیجیتال، رویکرد نوین برای مدیریت چالش‌های روانی دیابت

لیلا مردانیان دهکردی^۱، شهرزاد غیاثوندیان^{۲*}

نامه به سردبیر

دیابت یکی از چالش‌برانگیزترین بیماری‌های مزمن است که شامل نیازها و خواسته‌های مدیریتی مداوم و پیچیده است و تمام جنبه‌های زندگی فرد مبتلا را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد (۱)، به طوری که افراد مبتلا در کنار بیماری، چالش‌های روانی اجتماعی زیادی را تجربه می‌کنند که به طور متقابل بر مدیریت بیماری تأثیر می‌گذارند (۲). برای مدیریت بهینه بیماری و پیشگیری از پیامدهای تهدیدکننده زندگی، شناخت و مدیریت چالش‌های روان‌شناختی در افراد مبتلا به دیابت اهمیت به‌سزایی دارد (۳) و این مسأله ضرورت طراحی و اجرای مداخلاتی در راستای مدیریت پیامدهای روان‌شناختی دیابت را مطرح می‌سازد.

یکی از رویکردهایی که در پروژه‌های اجتماعی، ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری، مقابله با غم و اندوه و سایر نگرانی‌ها به عنوان یک رویکرد درمانی استفاده می‌شود، داستان‌گویی است (۴). هدف از داستان‌گویی درمانی کشف مشکلات روانی تجربه شده افراد از طریق روایت‌های خلاقانه، استفاده از مهارت‌های حل مسأله و ارائه راه‌های جایگزین مبتنی بر روایت درمانی است (۵).

داستان‌گویی روشی برای بیان عقاید، آشکارسازی و ارائه احساسات برای ایجاد انگیزه در دیگران، انتقال اطلاعات و به اشتراک‌گذاری تجربیات است (۶). این فعالیت‌ها معمولاً از طریق گفتن یا نوشتن داستان انجام می‌گیرد (۷).

داستان‌ها می‌توانند به راحتی و به طور کامل وارد ذهن افراد شوند، بر آن‌ها تأثیر بگذارند و به حل مشکلات کمک کنند. گوش سپردن به مشکلاتی که شخصیت‌های داستان درگیر آن هستند و شنیدن نحوه برخورد آن‌ها با تعارض، به شنونده درس‌های ارزشمندی می‌آموزد. از طریق داستان‌گویی فرد نه تنها یاد می‌گیرد که چه کاری انجام دهد، بلکه یاد می‌گیرد که چه کاری را نباید انجام دهد. حتی بدون این که متوجه شود داستان‌نویس ممکن است توصیه‌های ارزشمندی ارائه دهد (۸). داستان‌گویی تأثیر مثبتی

۱ - مرکز تحقیقات مراقبت‌های پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

۲ - نویسنده مسؤول: گروه آموزشی پرستاری داخلی جراحی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

e-mail: shghiyas@tums.ac.ir

بر سلامت روان افراد دارد (۹) و برای افرادی که در بیان یا شناسایی مستقیم احساسات مشکل داشته باشند مؤثر است (۱۰).

در این راستا داستان‌گویی دیجیتال فرآیندی خلاقانه و ابتکار آموزشی نوینی است (۱۱) که در رویکردهای مراقبت سلامت راه یافته است (۱۲). در این روش داستان‌گویی مرسوم با فناوری‌های دیجیتال از جمله رایانه، دوربین فیلمبرداری و ضبط صدا ترکیب می‌شود (۱۳) و افراد با استفاده از فناوری، داستان‌های شخصی خود را به شیوه‌ای جدید بیان می‌کنند (۱۲). یکی از ویژگی‌های قابل توجه داستان‌گویی دیجیتال روایت داستان با صدای خود نویسنده است؛ در این رویکرد فرد ایده‌ها یا احساسات مهم زندگی را از طریق ساختن یک داستان کوتاه با استفاده از ابزارهای دیجیتال ضبط و اشتراک می‌گذارد (۱۴).

استفاده از روایت‌های شخصی زنده و جذاب به بیننده کمک می‌کند که به دنیای قصه‌گو منتقل شود، جایی که متقاعدسازی راحت اتفاق می‌افتد و در نتیجه بر رفتار فرد تأثیر می‌گذارد. از این رو مداخلات داستان‌گویی برای تغییر رفتار مثبت سلامتی قابل استفاده است (۱۵). داستان‌های منطقی به بیماران، امکان برقراری تعامل و اصلاح افکار، احساسات و رفتار خود و دستیابی به راهکاری مناسب برای حل مشکلات و بهبود انگیزه را فراهم می‌کند (۱۶).

داستان‌گویی دیجیتال در علوم سلامتی می‌تواند ابزاری برای بیماران، خانواده‌ها و متخصصان علوم بهداشتی باشد، تا تجربیات خود را به اشتراک بگذارند و با بیماری و مشکلات ناشی از آن کنار بیایند (۱۷). لذا استفاده از این رویکرد نوین برای مدیریت مشکلات روانی ناشی از دیابت توصیه می‌شود.

References

- 1 - Kiriella DA, Islam S, Oridota O, Sohler N, Dessenne C, de Beaufort C, et al. Unraveling the concepts of distress, burnout, and depression in type 1 diabetes: a scoping review. *EClinicalMedicine*. 2021 Aug 28; 40: 101118. doi: 10.1016/j.eclinm.2021.101118.
- 2 - Downie GA, Mullan BA, Boyes ME, McEvoy PM. The effect of psychological distress on self-care intention and behaviour in young adults with type 1 diabetes. *J Health Psychol*. 2021 Mar; 26(4): 543-555. doi: 10.1177/1359105318824795.

- 3 - Owens-Gary MD, Zhang X, Jawanda S, Bullard KM, Allweiss P, Smith BD. The importance of addressing depression and diabetes distress in adults with type 2 diabetes. *J Gen Intern Med.* 2019 Feb; 34(2): 320-324. doi: 10.1007/s11606-018-4705-2.
- 4 - Parker TS, Wampler KS. Changing emotion: the use of therapeutic storytelling. *J Marital Fam Ther.* 2006 Apr; 32(2): 155-66. doi: 10.1111/j.1752-0606.2006.tb01597.x.
- 5 - Mukba G. Therapeutic storytelling: how can we use stories more effectively? In: Yilmaz R, Koc B. *Narrative theory and therapy in the post-truth era.* Hershey, PA: IGI Global; 2022. P. 191-210. doi: 10.4018/978-1-7998-9251-9.ch013.
- 6 - Alterio M, McDrury J. *Learning through storytelling in higher education: using reflection and experience to improve learning.* 1st ed. London: Routledge; 2003.
- 7 - Ciancarini P, Farina M, Okonicha O, Smirnova M, Succi G. Software as storytelling: a systematic literature review. *Computer Science Review.* 2023 Feb; 47: 100517. doi: 10.1016/j.cosrev.2022.100517.
- 8 - Ghiasvand F, Estaji M. [Storytelling: the art of teaching]. Tehran: Neveeseh Parsi Publications; 2017. (Persian)
- 9 - Slivinske J, Slivinske L. *Storytelling and other activities for children in therapy.* Hoboken, N.J. : John Wiley & Sons; 2011.
- 10 - Alschuler ML. Therapeutic storytelling for adolescents and young adults. *Journal of Poetry Therapy.* 2014; 27(2): 103-104. doi: 10.1080/08893675.2014.895494.
- 11 - De Jager A, Fogarty A, Tewson A, Lenette C, Boydell KM. Digital storytelling in research: a systematic review. *The Qualitative Report.* 2017; 22(10): 2548-2582. doi: 10.46743/2160-3715/2017.2970.
- 12 - Dunford M, Jenkins T. *Digital storytelling: form and content.* New York: Springer; 2017.
- 13 - Rahiem MD. Storytelling in early childhood education: time to go digital. *International Journal of Child Care and Education Policy.* 2021; 15(1): 4. doi: 10.1186/s40723-021-00081-x.
- 14 - Gregori-Signes C. Digital storytelling and multimodal literacy in education. *Porta Linguarum.* 2014; 22: 237-250. doi: 10.30827/Digibug.53745.
- 15 - Gaudio BA, Davis CH, Miller IW, Uebelacker LA. Development of a storytelling video self-help intervention based on acceptance and commitment therapy for major depression: open trial results. *Behav Modif.* 2019 Jan; 43(1): 56-81. doi: 10.1177/0145445517738932.
- 16 - Ofoegbu TO, Asogwa UD, Eseadi C, Ogbonna CS, Eskay M, Obiyo NO, et al. Effect of rational digital storytelling intervention on depression among adolescent-athletes with special educational needs. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy.* 2021; 39: 217-237. doi: 10.1007/s10942-020-00366-z.
- 17 - Robin BR. The power of digital storytelling to support teaching and learning. *Digital Education Review.* 2016; 30: 17-29. doi: 10.1344/der.2016.30.17-29.

Digital storytelling as an innovative approach for managing the psychological challenges of diabetes

Leila Mardanian Dehkordi¹, Shahrzad Ghiyasvandian^{2*}
Letter to Editor

Diabetes is one of the most challenging chronic conditions, necessitating continuous and complex management efforts that impacts all aspects of an individual's life (1). Those living with diabetes often experience many social and psychological challenges alongside the disease, ultimately affecting the disease management (2). Addressing and managing these psychological challenges in individuals with diabetes are crucial for optimal disease management and the prevention of serious consequences (3). This issue necessitates the design and implementation of interventions to manage the psychological consequences of diabetes.

Storytelling has emerged as a therapeutic approach utilized in social projects, health promotion, disease prevention, coping with grief, and other concerns (4). Therapeutic storytelling aims to explore the psychological problems experienced by individuals through creative narratives, using problem-solving skills, and providing narrative-based alternatives (5).

Stories serve as a means of expressing viewpoints, revealing emotions, sharing experiences, and transferring information. By engaging in storytelling activities—whether through oral or written narratives—individuals can absorb valuable lessons, gaining insights into effective problem-solving strategies and emotional expression

Storytelling serve as a means of expressing opinions, revealing emotions, sharing experiences, and transferring information (6). By engaging in storytelling activities—whether through oral or written narratives—individuals (7) can absorb valuable lessons, gaining insights into effective problem-solving strategies. Engaging with the

1 - Nursing and Midwifery Care Research Center, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

2 - Corresponding author: Dept. of Medical Surgical Nursing, School of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical sciences, Tehran, Iran

e-mail: shghiyas@tums.ac.ir

challenges faced by the characters in a story and observing how they navigate conflicts can impart valuable lessons to the listener. Storytelling enables individuals not only to gain insights on appropriate actions but also to understand what pitfalls to avoid. A storyteller can inadvertently provide valuable recommendations without explicitly intending to do so. (8). Storytelling has been shown to have a positive effect on people's mental health (9) and is particularly beneficial for individuals struggling with direct emotional expression or identification (10).

Digital storytelling is a creative and innovative educational process (11) that has found its way into healthcare approaches (12). In this method, traditional storytelling is combined with digital technologies such as computers, video cameras, and audio recording (13). Individuals express their personal stories in a new way using technology (12). One notable feature of digital storytelling is the narration of the story in the author's authentic voice, enabling individuals to record and share essential ideas or emotions through short digital narratives (14).

Engaging and personal narratives help the audience immerse themselves in the storyteller's world, where persuasion easily takes place and consequently influences individual behavior. Therefore, storytelling interventions can be used for positive health behavior change (15). Logical stories provide patients with the opportunity to interact, modify their thoughts, emotions, and behaviors, and find suitable solutions to solve problems and improve motivation (16).

Digital storytelling in health sciences can serve as a tool for patients, families, and healthcare professionals to share their experiences and come together to deal with illnesses and related issues (17). Therefore, using this innovative approach is recommended for managing the psychological problems resulting from diabetes.

Please cite this article as:

Mardanian Dehkordi L, Ghiyasvandian Sh. [Digital storytelling as an innovative approach for managing the psychological challenges of diabetes]. *Hayat, Journal of School of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences.* 2024; 30(1): 1-5. (Persian)

