

بازی درمانی به منزله ی ابزاری در جهت بهبود اختلالات دانش آموزان

خدیجه نظری زنوز

کارشناس مدیریت امور فرهنگی و برنامه ریزی، آموزگار

مریم ولی زاده

کارشناس ارشد اقتصاد، آموزگار

چکیده

بازی درمانی روشی ست که به کودک فرصت می دهد تا احساسات آزار دهنده و مشکلات درونی خود را از طریق بازی بروز دهد و آنها را به نمایش درآورد و درمانگر نیز فرصتی را فراهم می کند که به کودک کمک کند تا یاد بگیرد تعارضات خود را حل کند. از این رو تحقیق حاضر نیز با هدف توجه به نقش بازی درمانی در کاهش و بهبود اختلالات دانش آموزان انجام شده است. پژوهش حاضر از نوع توصیفی – تحلیلی می باشد که با بهره گیری از نتایج و یافته های تحقیقات صورت گرفته در زمینه اختلالات شایع در بین دانش آموزان و راهکارهای بهبود آنها، به نتیجه گیری کلی در این زمینه دست یافته است. یافته های تحقیق حاکی از آن است که بازی درمانی می تواند در بهبود اختلالات دانش آموزان موثر واقع شود که در این میان می توان به یادگیری متقابل، کمک به مشارکت در یادگیری، خود کنترلی، کمک به ابراز احساسات، احترام متقابل، پذیرفتن خود و دیگران و بهبود رفتارهایی مانند مهارت های اجتماعی، عزت نفس و کاهش افسردگی و اضطراب اشاره نمود.

واژگان کلیدی: اختلال، بازی درمانی، بازی درمانی گروهی، ناتوانی

مقدمه

در هر جامعه سلامت کودکان و نوجوانان اهمیت ویژه ای دارد و توجه به بهداشت روانی آنان کمک می کند تا از نظر روانی و جسمی سالم بوده و نقش اجتماعی خود را بهتر ایفا کنند. در این راستا، شناخت صحیح ابعاد مختلف جسمی و روانی این گروه سنی و کوشش در راه تأمین شرایط مادی و معنوی مناسب برای رشد بدنی، عاطفی و فکری آنان واضح تر از آن است که احتیاج به تأکید داشته باشد. نگرانی در مورد سلامت روان کودکان و تأثیر آن بر رشد و عملکرد کودک، همزمان با افزایش میزان شیوع اختلالات روانی قابل تشخیص، در سال های اخیر به طور چشمگیری افزایش یافته است و بر همین اساس متخصصان بر اهمیت ارزیابی و درمان به موقع اختلالات روانشناختی تأکید می کنند. از آنجا که الگوهای هیجانی و رفتاری در بزرگسالی دشوارتر تغییر می کنند، تشخیص هر چه زودتر مشکلات سلامت روان در کودکی یکی از مسائل پیشگیرانه بهداشت همگانی است (همان منبع).

یکی از روش های استفاده شده در بهبود مشکلات کودکان، بازی درمانی است. بازی افکار درونی کودک را با دنیای خارجی او ارتباط می دهد و باعث می شود کودک بتواند اشیای خارجی را تحت کنترل خود درآورد. بازی به کودک اجازه می دهد تا تجربه ها، افکار، احساسات و تمایلاتی را که برای او تهدیدکننده هستند، نشان دهند. از جمله روش هایی که در بازی درمانی به تازگی مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است، شن بازی درمانی است. فرایند شن بازی درمانی در برگیرنده یک یا دو سینی شن و هر مقدار شیء کوچک است که شامل گروه هایی از افراد، حیوانات، ساختمان ها، ماشین آلات، نباتات، ساختارها، اشیای طبیعی و اشیای سمبلیک است که استفاده می شود. شن بازی درمانی نوعی بازی درمانی غیرمستقیم است که درمانگر در آن نقش تسهیل گر را دارد و مراجعان می توانند آزادانه هیجان ها و تصویرهای ذهنی خود را با استفاده از جعبه های شن و اشیای مینیاتوری مختلف در درون جعبه شن خلق کنند (داوسون، ۲۰۱۱).

یکی از برجسته ترین رویکردهای بازی درمانی که برای کودکان پیش دبستانی و دبستانی طراحی شده است، بازی درمانی گروهی با رویکرد شناختی رفتاری است. زیرا در این رویکرد بر مشارکت کودک در درمان تأکید می شود و این کار از طریق توجه کردن به موضوعاتی مانند کنترل خود و دیگران، تسلط و پذیرش مسئولیت در قبال تغییر رفتار و اکتساب مهارت های اجتماعی عملیاتی می شود. علاوه بر این، در این نوع بازی درمانی از روش هایی مانند خودنظارتی و فنون مدیریت وابستگی از جمله تقویت مثبت، شکل دهی، خاموش سازی و سرمشق دهی استفاده می شود که رشد اجتماعی و بهبود مهارت های اجتماعی در راستای کاهش مشکلات رفتاری و سازگاری از جمله اهداف نهایی آن هستند. کودکان می توانند از طریق بازی درمانی گروهی با رویکرد شناختی رفتاری، احساسات منفی و مثبت خود را آشکار کنند و تخلیه روانی شوند. در این رویکرد، اندیشه های همسو و همخوان با مشکلات رفتاری شناسایی و اصلاح می شوند. در حقیقت تغییراتی در فرایندهای شناختی کودک به وجود می آید که بر مشکلات رفتاری آنها تأثیر مطلوبی می گذارد (هریس و همکاران، ۲۰۱۸).

معمولاً به علت شکست های مکرر در دانش آموزان دارای اختلالات یادگیری، اغلب باورهای مربوط به عدم پیشرفت شکل می گیرد که به خودی خود مشکلاتی ایجاد می کند که فراتر از اختلال اصلی هستند. لذا استفاده از روش های درمانی در کاهش مشکلات رفتاری می تواند از اهمیت بسزایی برخوردار باشد یکی از روش های مورد استفاده در بهبود مشکلات رفتاری کودکان، بازی درمانی است. بازی افکار درونی کودک را با دنیای خارجی او ارتباط می دهد و باعث می شود که کودک بتواند اشیای خارجی را تحت کنترل خود درآورد بازی به کودک اجازه می دهد تا تجربیات، افکار، احساسات و تمایلاتی را که برای او تهدید کننده هستند، نشان دهند (وتینگتون، هان، فوگوآویتلی و همکاران، ۲۰۰۸).

بازی درمانی، استفاده نظامدار از یک الگوی نظری به منظور برقراری یک فرآیند میان فردی است که در آن درمانگران آموزش دیده، قدرت درمانی بازی را برای کمک به پیشگیری و یا رفع مشکلات روانی-اجتماعی مراجع و دستیابی به رشد و پرورش مطلوب وی به کار می گیرند. بازی می تواند ارتباطات کودک را تسهیل کرده و در عین حال امکان رهاسازی احساسات منفی را نیز به او بدهد و می تواند به کودک کمک کند تا سازگاری با محیطش را یاد بگیرد (ساچمن، ۲۰۰۴).

در انجام بازی، دانش آموزان فرصت مناسبی برای تخلیه هیجانی خود پیدا می کنند، از طرفی، در حین بازی با افزایش تعامل با سایر افراد، همچنین یادگیری تعامل و برقراری ارتباط مؤثر، رعایت نوبت و پذیرش مناس از سوی مربی و حتی سایر دانش آموزان به همان شکلی که هستند؛ با مثبت بودن تجربه ارتباطی با دیگران، زمینه درونی سازی رفتارهای مناسب و جدیدی را که یاد می گیرند فراهم می سازند؛ بازی درمانی یک روش صحیح و درست برای درمان کودک است؛ زیرا کودک راحت تر در قالب بازی احساساتش را بیان کرده و ارتباطات بیرونی خود را توسعه می بخشد که باعث افزایش شادی و سازگاری کودک با محیط اطرافش می شود و این به نوبه خود سب کاهش مشکلات نقص توجه/بیش فعالی و افزایش ظرفیت های درونی آنها برای انطباق با محیط بیرونی می گردد (بیات و همکاران، ۱۳۹۶).

در رویکرد بازی درمانی مبتنی بر توجه درمانگر با توجه به نوع مشکل کودک برای افزایش هماهنگی بین چشم و دست، تقویت توجه دیداری، شنیداری، لمسی، ترسیمی و عملی کودک اسباب بازی و ها ابزار خاصی را برمی گزینند. همچنین موضوع یا داستان بازی را با توجه به نیازهای هیجانی و نقص های شناختی یا رفتاری کودک انتخاب می کند و با مشارکت فعال خود ضمن بازی الگوهای جدید مورد نیاز شناختی و رفتاری وی را انتخاب می کند. امکان یادگیری و تمرین این الگوها را به وسیله ی بازی برای کودک فراهم می نماید (احدی، ۱۳۹۱).

بازی درمانی شناختی- رفتاری تأکید زیادی بر درگیری کودک در درمان دارد و درمانگر با ارائه اقدامات لازم از نظر رشدی به کودک کمک می کند تا از درمان بهرمنند شود. یک مجموعه گسترده از فنون و روش ها را می توان در بازی درمانی با رویکرد شناختی رفتاری گنجاند. بازی درمانی شناختی- رفتاری، راهبردهایی را برای رشد انطباقی تر افکار و رفتارها فراهم می آورد و راهبردهای جدیدی برای مقابله با موقعیت ها و احساس ها آموزش می دهد و کودک قادر می شود شیوه های ناسازگارانه مقابله را با راه های سازگارانه تر جایگزین کند (محمد اسماعیل، ۲۰۰۴). از این رو تحقق حاضر نیز انجام شده است تا میزان توجه به بازی درمانی در کاهش مشکلات دانش آموزان را در نظام آموزشی ایران را مشخص کند.

روش پژوهشی

روش پژوهش حاضر توصیفی تحلیلی می باشد که در زمینه گرد آوری اطلاعات و دستیابی به یافته های تحقیق از نتایج و تحقیقات علمی صورت گرفته در زمینه تربیت و بهبود مشکلات و اختلالات دانش آموزان و میزان توجه نظام های آموزشی دنیا به تاثیرگذاری بازی درمانی در کاهش و بهبود اختلالات دانش آموزان، استفاده شده است. با توجه به اینکه همه کودکان اعم از سالم و ناتوان ذهنی باید آموزش و تربیت لازم را ببینند، لازم است راهکارهای اساسی و موثر جهت کاهش مشکلات و اختلالات دانش آموزان در نظر گرفته شوند. لذا تحقیق حاضر انجام شده است تا اهمیت و جایگاه بازی درمانی در کاهش اختلالات دانش آموزان را مشخص کند و از این طریق راهکارهایی را برای توجه هرچه بیشتر به این پدیده مهم ارائه دهد.

یافته ها (پیشینه تحقیقات)

با توجه به این که کودکان مبتلا به اختلال یادگیری دامنه توجه کوتاهی دارند، از عزت نفس پایینی برخوردارند، در ارتباط با اعضای خانواده، اطرفیان و مردم مشکل دارند و به آسانی ناکام می شوند. کودکانی که تحت فشار روانی و اضطراب هستند مشکلات رفتاری هر چند کوتاه مدت مانند تغییرات خلقی، بد خوابی، شب ادراری، ناخن جویدن، ترس، انگشت مکیدن حتی دروغگویی، پرخاشگری یا انزوا و اثرات جسمانی نظیر دل دردها، سردردها، حالت تهوع، افت فشار، لرزش در اندام ها از خود نشان می دهند. در حالیکه با چند جلسه بازدرمانی کودک قادر خواهد بود به منشاء اصلی این احساس خود دست یابد و بازنگری به دیدگاه ها و تصوراتش، احساس واقعی را جایگزین آن نماید. هرگاه کودک بتواند از طریق مواجهه صحیح و منطقی با مشکلات و رویدادهایی که موجب هیجان و اضطراب او شده اند، روبه رو شود، می تواند با تنش حاصل از آن مقابله کند. طی بازدرمانی کودک می تواند راهی برای کاهش اضطراب های روزمره اش پیدا کند و قادر خواهد بود نگرش ها، احساسات و عواطف خود را کنترل کند. در بازی درمانی شرایطی ایجاد می شود که کودک بتواند در آرامش و راحتی و بدون اضطراب و فشارهای محیطی خود را بشناسد. کودک با تکرار بازی ها و تغییر صحنه ها می تواند بر افکار، احساسات و انگیزه های خود تسلط یابد. کودکان در حین بازی هایی مانند بازی چرخیدن بطری، بازی اسامی جدید و بازی جانوران بامزه ویژگی های مثبت خود را بیان می کنند و ویژگی های مثبت دیگر کودکان را می شنود و به این ترتیب تمرکز آنها از ناتوانی های یادگیری و مشکلات تحصیلی به سایر توانمندی ها جابجا می شود این اتفاق اولین تلاش ها برای ترمیم خودپنداره ضعیف و بالا بردن حس خودارزشمندی است. در طی جلسه بازی درمانی کودک بین خود و تجارب بد و تکان دهنده فاصله ایجاد می کند و ساعاتی را در امنیت و محیط شاد به سر می برد. بازی های شاد مانند بازی کلمات احساسی، بازی زندگی خود را رنگ بزن و بازی بلند کردن میله های رنگی به کودکان کمک می کنند تا احساسات و هیجانات مختلف خود را بشناسند و به بیان آنها بپردازند. حالت هایی نظیر خوشحالی، غم، عصبانیت که این در روابط اجتماعی و یادگیری رفتار درست می تواند مفید باشد. کودکان عمدتاً قادر به ابراز احساسات خود در قالب کلامی نمی باشند. از جمله دلایل این عدم ابراز، پایین بودن سطح تفکر انتزاعی و ترس کودک از ابراز مستقیم هیجانات و احساسات می باشد. به وسیله این بازی ها می توان کودکان را ترغیب کرد احساسات خود را در قالب کلمات نوشته شده بر روی کاغذ و یا تصاویر کشیده شده از هر احساس بر روی کاغذ نشان دهند. درنهایت کودکان می آموزند که خود ابرازی کنند و به منشاء اضطراب ها و ترس ها خود پی ببرند و برونریزی می کنند (پیرعباسی و صفرزاده، ۱۳۹۷).

بازی درمانی گروهی روشی موثر در پرورش عقلی کودک، رشد تفکر تحلیلی و خلاقیت در وی می باشد. اجرای بازی درمانی گروهی با رویکردی ویژه جهت رفع مشکلات دانش آموزان با اختلال یادگیری ریاضی، فرصت ارزشمندی را برای فراگیری ریاضی در اختیار کودک قرار می دهد. آنها در بازی مفاهیم اندازه، وزن، حجم، فضا، طول، مسافت و غیره را از طریق تجربه و آزمایش و به صورت ملموس و عینی یاد می گیرند. دانش آموزان دارای اختلال یادگیری ریاضی در طی مراحل بازی درمانی گروهی علاوه بر یادگیری اصول و قواعد ریاضی، می آموزد که ریاضی بخشی از زندگی اوست و کاربرد این اصول و قواعد ریاضی را با موارد زندگی روزمره تطبیق می دهد. انجام مداخله بازی درمانی به شیوه ی گروهی، زمینه پیشرفت تحصیلی، بهبود عملکرد ریاضی، افزایش خودکارآمدی و اعتماد به نفس را در دانش آموزان با اختلال یادگیری ریاضی فراهم می کند. همچنین، در حیطه آموزش و پرورش و برنامه ریزی آموزشی باعث ارتقاء سطح عملکرد آموزگاران و کمک به آنان جهت نظارت بهتر و تدریس موثرتر و نیز برقراری ارتباط بهینه با دانش آموزان دارای اختلال ریاضی می شود. همچنین روش های بازی درمانی گروهی در مقایسه با بازی درمانی فردی تاثیر بیشتری در روند بهبود دانش آموزان دارای اختلال یادگیری ریاضی ندارد. هم بازی درمانی فردی و هم بازی درمانی گروهی در بهبود اختلال

یادگیری ریاضی و ارتقاء سطح عملکرد تحصیلی این درس موثر هستند. همچنین، یافته های بدست آمده مؤید این نکته می باشد که بازی درمانی روشی جذاب و موثر و رویکردی آموزشی- درمانی و ایمن برای درمان اختلال یادگیری ریاضی است اما در موقعیت اجرا، بازی درمانی فردی مستلزم صرف هزینه و زمان بیشتری نسبت به بازی درمانی گروهی می باشد. همچنین، داشتن مکان مناسب از ملزومات بازی درمانی فردی است که با توجه به شرایط اقتصادی و فضای مدارس، تهیه و اختصاص این مکان امری دشوار می نماید و با توجه به اینکه بازی درمانی گروهی محدودیت های ذکر شده را ندارد و قابلیت انطباق بیشتری برای اجرا در مراکز اختلالات یادگیری، مدارس و کلاس های درسی ابتدایی دارند، بیشتر توصیه میگردد (رضایی مقدم و همکاران، ۱۳۹۷).

بازی درمانی کوتاه مدت ساختاری را برای کودکان نقص توجه/بیش فعال مورد بررسی قرار داد و معتقد است مشکلات شناختی و رفتاری دوران کودکی که به عنوان اختلالات توجه، تکان شگری و بیش فعالی طبقه بندی شده، برای بازی درمانگر چالش ایجاد می کند. رویکرد کوتاه مدت ساختاری ترکیبی از فنون مختلف با رویکرد چند وجهی است که درمان ممکن را برای کودک دارای اختلال نقص توجه/ بیش فعالی ارایه می کند. این رویکرد چند وجهی مستلزم آموزش والدین در ارتباط با واقعیت های مربوط به اختلال بیش فعالی و پیش آگهی دادن در حد امکان، آموزش والدین به طور هفتگی، ارجاع به پزشک در صورت لزوم، مداخله در کلاس، آموزش مهارت های اجتماعی و بازی درمانی انفرادی است. این رویکردها به کودک کمک می کند تا کنترل اختلال و ایجاد مهارت های مقابله با این مشکلات را در دست خود بگیرد. در این رویکرد، والدین کودک، همکار درمانگر می شوند و هنگام اتمام مداخله کوتاه مدت قادر به ادامه درمان هستند والدین باید به خاطر اهمیت مشارکتشان آموزش ببینند (کادوسان، 1995).

بازی درمانی می تواند به کودکان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله ای کمک کند تا شیوه های سازگاری با محرک های تنشزا را یاد بگیرند و راهبردهای جدیدی را برای پرورش حس تسلط و موفقیت در موقعیت های اجتماعی در رابطه با همسالان و خانواده بیاموزند. در بازی درمانی گروهی کودکان می توانند قضاوت اخلاقی را نیز پرورش داده و یاد بگیرند که چگونه با دیگران همکاری کرده و همه کودکان را یکسان بنگرند. همچنین راهبردهای حل مسأله و چگونگی برقراری روابط مناسب اجتماعی با دیگران را می آموزند، بنابراین مخالفت ها و نافرمانی های آنها کاهش یافته یا حذف می شود (کاپلان، ۲۰۰۵).

یکی از شیوه های درمانی که می تواند موجب کاهش نشانه های این اختلال و در نتیجه کاهش تأثیرات منفی آن بر زندگی کودک شود، بازی درمانی است. بازی درمانگران، اهداف بازی را به صورت رشد خود، پختگی و رشد ارتباط دسته بندی کرده اند. در زمینه رشد خود کودکان از بازی برای بیان احساسات و افکارشان، کشف علایق خود و کسب احساس کنترل بر روی محیط استفاده می کنند. در مورد فرآیند پختگی یا رشد، بازی می تواند به منظور رشد و توسعه مهارت های حرکتی، شناختی، زبانی و حل مسأله به کار برده شود که فرصت آگاهی یافتن از محیط خود را به کودک می دهد. سرانجام اینکه بازی با دیگران و بازی با وسایل بازی متنوع می تواند مهارت های اجتماعی کودکان و توانایی آنها را در همدلی کردن با دیگران افزایش دهد (اسچفر، ۲۰۰۹).

بازی درمانی به کودکان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله ای کمک می کند تا شیوه های سازگاری با محرک های تنشزا را یاد بگیرند و بنابراین مخالفت ها و نافرمانی های آنها کاهش یافته یا حذف می شود. یکی از نشانه های نافرمانی مقابله ای مانند مخالفت با مراجع قدرت هدایت و اداره می شود، زیرا کودکان در جریان بازی درمانی آنقدر سرگرمی دارند که از هر ساختاری که توسط بازی درمانگر به کار گرفته شود پیروی می کنند. برای نشانه دیگری همچون از کوره در رفتن و فوران خشم، بازی درمانگر از طریق فعالیت های مختلف بازی، به فهم این مسأله کمک می کند که هیجان ها طبیعی هستند و اسباب بازی ها می توانند به عنوان روشی برای هدایت این هیجان های قوی به کار روند (تیگس، ۲۰۱۰).

هدف مطالعه محمدپور و همکاران (۱۴۰۱) تعیین اثربخشی بازی درمانی شناختی رفتاری در تنظیم هیجان و سازگاری تحصیلی دانش آموزان دارای اختلال نارسانوپیسی بود. نتایج نشان داد که بین گروه آزمایش و گواه در مؤلفه های تنظیم هیجان (ارزیابی مجدد و سرکوبی) تفاوت معنی داری وجود دارد. نتایج بررسی میانگین ها نشان داد که میانگین گروه آزمایش در ارزیابی مجدد و سرکوبی بیشتر از میانگین گروه گواه در پس آزمون بود؛ بنابراین می توان گفت که بازی درمانی شناختی رفتاری مؤثر بوده و موجب بهبود تنظیم هیجان دانش آموزان دارای اختلال نارسانوپیسی شد. استفاده از آموزش گروهی بازی درمانی شناختی-رفتاری، به عنوان مداخله آموزشی اثربخش، خود توانمندسازی اجتماعی و ناگویی هیجانی دانش آموزان دختر با اختلال یادگیری خاص را ارتقا می دهد.

در ایران نیز بازی درمانی در پژوهش های گوناگون، نتایج چشمگیری به دست داده است. ازجمله، تأثیر بازی درمانی با رویکرد شناختی- رفتاری، بر میزان مشکلات رفتاری کودکان ناسازگار مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله ای، اختلال سلوک و اختلال بیش فعالی و نقص توجه مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج این پژوهش ها نشان داد که در مقایسه با کودکان گروه کنترل، به کارگیری بازی درمانی باعث کاهش میزان نشانه های اختلال در کودکان گروه آزمایش شده است (جعفری و همکاران، ۲۰۱۱). همچنین، سیادتیان، عابدی و صادقیان (۱۳۹۳) در پژوهش خود با عنوان تأثیر بازی درمانی بر تقویت توجه شنیداری دانش آموزان با اختلال یادگیری املا انجام دادند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد توجه شنیداری از راه بازی درمانی در دانش آموزان با نارسایی در املانویسی بهبود پیدا می کند.

در مطالعه ای که توسط زارع و احمدی (۱۳۸۶) بر روی کودکان ۷ تا ۹ ساله مرکز شبانه روزی شهید رضایی اقلید با نمونه ای به حجم ۶ نفر انجام شد، نتایج تحقیق گویای آن بود که جلسات بازی درمانی گروهی به شیوه ی شناختی- رفتاری موجب کاهش مشکلات رفتاری شده است. طبق مطالعه ی انجام شده توسط زارعیپور، خشکناز، کاشانی نیا (۱۳۸۸) به عنوان اثربخشی بازی درمانی گروهی بر میزان افسردگی کودکان، نتایج تحقیقات نشان دهنده ی اثر بخشی بازی درمانی بر کاهش افسردگی کودکان در سطح معناداری بوده است. در پژوهشی که توسط جنتیان و نوری (۱۳۸۵) در مورد اثربخشی بازی درمانی مبتنی بر رویکرد شناختی رفتاری بر شدت علائم اختلال بیش فعالی/ کمبود توجه انجام شد، دریافتند که از بازی درمانی می توان به عنوان یک روش درمانی مؤثر برای این کودکان استفاده نمود. باعدی (۱۳۸۰) نشان داد بازی درمانی شناختی رفتاری در کاهش پرخاشگری کودکان مبتلا به اختلال سلوک مؤثر بوده است. امجدی (۱۳۸۵) در پژوهشی با عنوان بررسی تأثیر بازی درمانی به شیوه شناختی - رفتاری بر کاهش مشکلات پرخاشگری دانش آموزان دبستانی نشان داد بازی درمانی بر کاهش پرخاشگری کودکان مؤثر بوده است.

هدف از پژوهش ملک و همکاران (۱۳۹۱) بررسی تأثیر آموزش بازی درمانی به شیوه ی شناختی رفتاری بر مشکلات رفتاری کودکان مبتلا به اختلال خواندن بود. همانطور که نتایج نشان داد، آموزش بازی درمانی بر مشکلات رفتاری کودکان مبتلا به اختلال خواندن مؤثر بود. به نحوی که میانگین نمره ی کلی مشکلات رفتاری در شاخص اختلالات رفتاری با توجه به آنچه که پرسشنامه مشکلات رفتاری راتر می سنجد پس از آموزش کاهش یافته است.

بررسی پیشینه و تحقیقات انجام شده در داخل کشور نشان می دهد در که زمینه اثربخشی آموزش بازی درمانی مبتنی بر توجه بر روی کودکان دارای اختلالات یادگیری تحقیقات کمی وجود دارد که نتایج این پژوهش می تواند راهگشا پژوهش های بعدی در این زمینه باشد. در پژوهشی که محمودی قرائی، بینا، یاسمی، امامی و نادری (۱۳۸۹) در کرمان انجام داده اند، اثر بازی درمانی بر

کودکان بازمانده از واقعه زلزله بم بررسی شد و نشان داد که بازی درمانی می تواند در کاهش نشانه های رفتاری مؤثر باشد. در پژوهش دیگری که ذوالمجد، برجلی و آرین (۱۳۹۲) انجام داده اند، تأثیر شن بازی درمانی بر روی پسران پرخاشگر بررسی شده و نتایج آن، حاکی از کاهش سطح پرخاشگری در گروه آزمایش بوده است.

یکی از درمان های مؤثر در حوزه علوم رفتاری و مؤثر برای دانش آموزان دارای لکنت زبان، بازی درمانی است. بازی درمانی با فراهم کردن محیطی امن، باعث تخلیه هیجانی، کاهش تنش و بیان آزاد عواطف و احساسات می شود (هادی پور و اکبری، ۱۳۹۶).

همچنین پژوهش ها، اثربخشی بازی درمانی بر پرخاشگری، مهارت های اجتماعی، اضطراب، بی اختیاری ادرار و مدفوع و بسیاری از اختلال های دیگر را نشان داده اند (آزادی منش، حسین خانزاده، حکیم جوادی و وطن خواه، ۱۳۹۵).

در پژوهش والن (۲۰۱۱) دانش آموز دارای مشکلات رفتاری به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار دادند. کودکان گروه آزمایش در ۱۰ جلسه یک ساعته بازی درمانی بی رهنمود شرکت کردند. با وجودی که تعمیم پذیری نتایج به دلیل کوچکی حجم نمونه، محدود بود، اما نتایج کاهش معناداری را در مشکلات گروه آزمایش نشان داد. بعلاوه در پژوهش دیگری تأثیر بازی درمانی بی رهنمود گروهی بر روی ۳۰ کودک پایه چهارم و پنجم که دارای مشکلات یادگیری و رفتاری بودند مورد بررسی قرار گرفت. نتایج مقایسه پیش آزمون و پس آزمون، نشان دهنده تفاوت معنادار و اندازه اثر بالایی در درمان مشکلات رفتاری درونی شده و بیرونی شده بود. پژوهشگران نتیجه گرفتند که بازی درمانی بی رهنمود متناسب با سن، نیازهای کودکان در این دامنه سنی را برآورده کرده و تأثیر سودمندی بر رفتار، سازگاری و مهارت های اجتماعی آنها دارد (پیک من و براتون، ۲۰۰۳).

نتیجه گیری

بازی درمانی روشی ست که به کودک فرصت می دهد تا احساسات آزار دهنده و مشکلات درونی خود را از طریق بازی بروز دهد و آنها را به نمایش درآورد و درمانگر نیز فرصتی را فراهم می کند که به کودک کمک کند تا یاد بگیرد تعارضات خود را حل کند، می توان اذعان داشت که این روش به مثابه یکی از روش های درمانی پذیرفته شده و مورد تأیید است. در واقع، بازی درمانی رویکردی ساختارمند است که فرایندهای یادگیری و ارتباط طبیعی کودکان را پایه ریزی می کند. درمانگران از طریق بازی به کودکانی که مهارت های اجتماعی ضعیفی دارند، مهارت های اجتماعی را می آموزند و دنیای درونی و بیرونی کودک را به همدیگر مرتبط می سازند. آموختن از طریق بازی شامل نظم بخشی به عاطفه، کنترل فشار روانی، برقراری ارتباط، کنترل احساس ها و خودکنترلی می شود و از طرفی ساختار ارزشی، رشد اخلاقی و خودکارآمدی را دربرمی گیرد و رشد خود، رشد اجتماعی، رشد هیجانی و رشد شناختی را تسهیل می کند و موجب بهبود رفتارهای اجتماعی می شود. یافته ها بیانگر آن هستند که در جریان بازی درمانی گروهی، کودک ناچار است در اسباب بازی ها، ابزارها و زمان بازی درمانگر با دیگران شریک شود. هر کودک فرصت دارد طرحی را که ایجاد کرده، توضیح دهد. این بدان معنی است که هر کودک باید برای زمان کودکان دیگر احترام قائل شود. البته بازی درمانگر نیز به کودک کمک می کند تا به دیگران احترام بگذارد و آنها را اذیت نکند. کودک می فهمد که جر و بحث کردن، اذیت کردن دیگران و سرکش بودن زمان بر است و از فرصت او برای توضیح آنچه انجام داده است می کاهد. همچنین از آنجا که هر کودک فرصت دارد که در بازی گروهی شرکت کند، به فایده هایی که بازی برای خود او و دیگران دارد توجه می کند. به علاوه، در بازی درمانی گروهی کودکان می توانند قضاوت اخلاقی را پرورش دهند. تجربه بازی درمانی به کودک کمک می کند تا بتواند این باور را که قوانین به طور قراردادی و تنها توسط بزرگسالان تعیین می شود را به عقب براند. در عوض کودکان معمولاً یاد می گیرند که چگونه با دیگران همکاری کنند و همه کودکان را یکسان بنگرند. کودک به واسطه تمرین

ها و دریافت بازخوردهای مثبت از سوی سایر اعضای گروه و بازی درمانگر که موقعیت گروهی بازی درمانی فراهم می کند، در انجام درست این راهبردهای سازگار، میزان تعامل های مثبت آنان افزایش پیدا کرده و باعث افزایش تعامل های سازنده فرد با دیگران شده و این تعامل های مثبت تقویت می شوند، بنابراین زمینه ارتقای سازگاری تحصیلی را فراهم می کند.

پیشنهادهات

- پیشنهاد می شود کارگاه های تخصصی اجرای بازی درمانی جهت آموزش و ارتقا مدیریت کلاسی معلمین، برگزار شود و سازمان آموزش و پرورش ساعاتی از کلاس درسی مدارس ابتدایی را به اجرای بازی درمانی به عنوان بهترین رویکرد مشاورهای و درمانی برای این مقطع، اختصاص دهد.
- ترتیبی اتخاذ شود تا والدین با بازی درمانی آشنا شوند و در خانه را آن جانشین بازی های بی هدف کنند. در آموزشگاه آشنایی همکاران با مراحل، فرایند و نظریه ها ضروری به نظر می رسد و توصیه می شود معلمان و مشاوران مدارس ویژه، از بازی برای کاهش مشکلات رفتاری استفاده کنند
- توجه به انرژی مثبت تولیدشده در بین همکاران و دانش آموزان کاهش فضای خشک و سنتی آموزش توصیه می شود، بازی درمانی به صورت درس مستقلی در برنامه هفتگی دانش آموزان قرار گیرد؛ همچنین ترتیبی اتخاذ شود تا والدین با بازی درمانی آشنا شوند و در خانه را آن جانشین بازی های بی هدف کنند.

منابع

۱. احدی، حسن و کاکاوند، علیرضا (۱۳۹۱). اختلال های یادگیری (از نظریه تا عمل). تهران: انتشارات ارسباران.
۲. آزادی منش، پ؛ حسین خانزاده، ع؛ حکیم جوادی، م؛ وطنخواه، م (۱۳۹۵). اثربخشی بازی درمانی عروسی بر پرخاشگری کودکان مبتلا به اختلال بیش فعالی / نارسایی توجه، مجله پزشکی ارومیه. ۲۸ (۲). ۸۳-۹۰.
۳. امجدی فر، رضا (۱۳۸۵). اثربخشی بازی درمانی شناختی - رفتاری گروهی بر کاهش پرخاشگری دانش آموزان دبستانی. پایان نامه ی کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
۴. باعدی، زهرا (۱۳۸۰). بررسی کارآمدی بازی درمانی در کاهش پرخاشگری کودکان مبتلا به اختلالات سلوک. پایان نامه کارشناسی ارشد، انیستیتو روانپزشکی.
۵. بیات، فرشته؛ رضایی، علی محمد و بهنام، بهار (۱۳۹۶). مقایسه اثربخشی بازی درمانی و قصه گویی بر بهبود نشانگان اختلال نقص توجه/بیش فعالی دانش آموزان. مجله دانشگاه علوم پزشکی قم دوره دوازدهم، شماره هشتم. صص ۶۸-۵۹.
۶. پیرعباسی، زینب و صفزاده، سحر (۱۳۹۷). اثربخشی بازی درمانی گروهی بر مشکلات رفتاری و عملکرد حافظه دانش آموزان دبستانی دختر دارای اختلال یادگیری خاص. نشریه روان پرستاری. دوره ۶. شماره ۲.
۷. جنتیان، سیما (۱۳۸۷). اثربخشی بازی درمانی مبتنی بر رویکرد شناختی - رفتاری بر شدت علائم اختلال بیش فعالی دانش آموزان پسر 9 تا 11 ساله. پایان نامه ی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد واحد خوراسگان.
۸. رضایی مقدم، مرجان؛ بابایی، علی و رجب زاده، زینب (۱۳۹۷). تاثیر آموزش تکنیک های بازی درمانی گروهی بر درمان اختلال ریاضی دانش آموزان دوم و سوم دبستان. مجله دانشکده علوم پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد. سال ۶۲. سال ۱۱۹-۱۱۳.
۹. زارع، مهدی و احمدی، سونیا (۱۳۸۶). اثربخشی بازی درمانی به شیوه ی رفتاری - شناختی بر کاهش مشکلات رفتاری کودکان. مجله ی روانشناسی کاربردی، ۳. ۲۸-۱۸.
۱۰. زارعیپور، افسانه؛ فلاحتی خشکنا، مسعود و کاشانی نیا، زهرا (۱۳۸۰). بررسی تأثیر بازی درمانی گروهی بر میزان افسردگی کودکان مبتلا به سرطان. مجله ی علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان، ۱۴. ۷۲-۶۴.
۱۱. سیادتیان، ح؛ عابدی، ا؛ صادقیان، ع (۱۳۹۳). تأثیر بازی درمانی بر تقویت توجه شنیداری دانش آموزان با اختلال یادگیری املا، مجله مطالعات ناتوانی، ۴(۴). ۵۴-۴۳.
۱۲. محمدپور، محمد؛ جهان، فائزه؛ حسینی، شاهرخ و معاضدیان، آمنه (۱۴۰۱). تعیین اثربخشی بازی درمانی شناختی رفتاری در تنظیم هیجان و سازگاری تحصیلی دانش آموزان دارای اختلال نارسا نویسی. نشریه پژوهش پرستاری. دوره ۱۸. شماره ۳.
۱۳. محمودی قرائی، جواد؛ بینا، مهدی؛ یاسمی، محمدتقی؛ امامی، آناهیتا و نادری، فاطمه (۱۳۸۵). اثر بازی درمانی گروهی بر نشانه های مرتبط با سوگ و آسیب ناشی از واقعه زلزله در کودکان 3 تا 6 سال ب.م. تهران: مجله ی بیماریهای کودکان ایران. ۱. ۱۴۲-۱۳۷.
۱۴. ملک، مریم؛ حسن زاده، رمضان و تیرگری، عبدالحکیم (۱۳۹۱). اثر بخشی بازی درمانی گروهی به شیوه ی شناختی رفتاری بر کاهش مشکلات رفتاری کودکان مبتلا به اختلال خواندن. مجله ی ناتوانی های یادگیری. دوزه ۲. شماره ۴. صص ۱۵۳-۱۴۰.
۱۵. هادی پور، س؛ اکبری، ب (۱۳۹۶). اثربخشی بازی درمانی مبتنی بر شناختی رفتاری بر خودکارآمدی و احساس تنهایی در دانش آموزان ابتدایی دارای مشکلات یادگیری، مجله مطالعات ناتوانی: ۷: ۶-۱.
16. Dawson, L. S. (2011). Single-case analysis of sand tray therapy of depressive symptoms in early adolescence (Doctoral dissertation), The George Washington University.
17. Harris L, McGarty AM, Hilgenkamp T, Mitchell F, Melville CA. Correlates of objectively measured sedentary time in adults with intellectual disabilities. Preventive Medicine Reports. 2018; 9:12- 17
18. Jafari N, Mohammadi M, Khanbani M, Farid S, Chiti P. Effect of play therapy on behavioral problems of maladjusted pre-school children. Iranian J psychiatry. 2011; 6(1): 37-42.



19. Kaduson, H. finnerty, K. (1995). Self- control game intervention for Attention- Deficit Hyperactivity Disorder. International Journal of play therapy. (4):15-19.
20. Kaplan H, Sadocks B. Synopsis of psychiatry. Tehran: Arjmand Publication; 2005.
21. Meany-Walen KK. Adlerian play therapy: Effectiveness on disruptive behaviors of early elementary aged children. [Dissertation]. University of North Texas; 2011.
22. Mohammadesmaeel E. Play therap. Tehran: Danje Publication; 2004.
23. Packman J, Bratton S. A school-based group play/activity therapy intervention with learning disabled preadolescents exhibiting behavior problems. Int J play Ther. 2003; 12(2): 7-29.
24. Schaefer CE. Play therapy for preschool children. American Psychological Association's Publication; 2009
25. Schumann BR. Effects of child-centered play therapy and curriculum-based small-group guidance on the behaviors of children referred for aggression in an elementary school setting. [Dissertation]. University of North Texas; 2004.
26. Tiggs PL. Play therapy techniques for African American elementary school-aged children diagnosed with oppositional defiant disorders. [Dissertation]. Capella University; 2010.
27. Wethinton, H. R., Hahn, R. A., Fugua-Whiteley, D. S., pe,T. A., Crosloy, A. E., Johnnson, R. L., Liberman, A. M., Mosci chi, E., Price, L. N., Tuma, F. K., Halra, G., Chatto., Padhyay, S. K. (2008). The effectiveness of nterventions to reduce psychology harm form traumatic events among child and adolescents. American Journal of Preventive Medicine, 53(3), 287-373.



Game therapy as a tool to improve students' disorders

Khadijeh Nazari Zenouz

**Cultural affairs management and planning expert,
teacher**

Maryam Valizadeh

Master of economics, teacher

1-1-

Abstract - ۲-۱

Play therapy is a method that gives the child the opportunity to express his disturbing feelings and inner problems through play and show them, and the therapist also provides an opportunity to help the child to learn to solve his conflicts. slow. Therefore, the present research has been done with the aim of paying attention to the role of play therapy in reducing and improving students' disorders. The current research is of a descriptive-analytical type, which has reached a general conclusion in this field by using the results and findings of the research conducted in the field of common disorders among students and ways to improve them. The findings of the research indicate that play therapy can be effective in improving students' disorders, which include mutual learning, helping to participate in learning, self-control, helping to express feelings, mutual respect, self-acceptance and others and improving behaviors such as social skills, self-esteem and reducing depression and anxiety.

Keywords disorder, play therapy, group play therapy, disability - ۱-۳