

## بررسی تاثیر قصه درمانی و بازی درمانی بر پرخاشگری کودکان پیش دبستانی و دبستانی

ساینا السادات مرتضوی<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی رشته راهنمایی و مشاوره دانشگاه فرهنگیان تبریز، پردیس فاطمه الزهرا(س)

### چکیده

این پژوهش به منظور بررسی تاثیر قصه درمانی و بازی درمانی بر پرخاشگری کودکان پیش دبستانی و دبستانی صورت پذیرفت. دوران پیش دبستانی و دبستان زمان های مناسبی برای تشخیص مشکلات رفتاری کودکان از جمله پرخاشگری می باشد. پرخاشگری، رفتار تند و خشنی است که ممکن است به صورت کلامی، فیزیکی و رابطه ای و آشکار باشد. پرخاشگری در دوران کودکی عامل خطرناک و مهمی برای بروز رفتارهایی چون گرایش به بزهکاری، ترک تحصیل و خشونت در نوجوانی و بزرگسالی است بنابراین درمان این مشکل در دوران کودکی ضروری می باشد. چون کودکان حاضر به حضور در جلسات درمانی و یا مصرف دارو نیستند، بازی درمانی و قصه درمانی از راه های درمانی مناسب برای درمان پرخاشگری در دوران کودکی می باشند. قصه و داستان ها از جمله برنامه های مورد علاقه کودکان هستند، قصه ها به کودکان این فرصت را می دهند تا خیالبافی های خود را بیان کنند و آنها را قادر می سازند تا به مسائل و احساسات مهم خود بپردازند. علاوه بر قصه، بازی جق طبیعی کودک است. کودکان اغلب در بیان شفاهی احساساتشان دچار مشکل هستند و از طریق بازی می توانند احساسات خود را بهتر نشان دهند. بازی با نقش درمانی خود فرصتی را برای کودک فراهم می آورد تا بتواند نگرانی ها و نارضایتی هایش از محیط را تخلیه و عواطفش را بیان کند. جهت دستیابی به این هدف از مطالعات کتابخانه ای از قبیل مقالات، ژورنال ها و سایت های sid، noormags و... استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد که بازی درمانی و قصه درمانی از درمان های موثری برای پرخاشگری کودکان پیش دبستانی و دبستانی می باشند.

**واژه های کلیدی:** قصه درمانی، بازی درمانی، پرخاشگری، کودکان، پیش دبستانی، دبستانی

## ۱. مقدمه:

دوران پیش دبستانی، دوره مهمی از نظر بررسی و تشخیص مشکلات روان پزشکی و رفتاری کودکان به شمار می رود و تشخیص و درمان مناسب این مشکلات می تواند در آینده زندگی خانوادگی، اجتماعی، تحصیلی و شغلی کودکان بسیار موثر واقع شود [۱]. مداخله بهنگام و تغییر رفتارهای ناسازگار کودک در این دوره حساس، موجب افزایش مهارت های اجتماعی و محبوبیت نزد همسالان و بزرگسالان شده و کودک را برای پذیرش مسئولیت های تحصیلی دبستانی آماده می سازد. یکی از شایع ترین مشکلات کودکان خردسال که موجب مراجعه به روانشناس می گردد، پرخاشگری است. شناخت این مشکل نزد کودکان خردسال و مداخله بهنگام می تواند از ادامه این رفتار پیش گیری نماید [۲]. همچنین دوران دبستان زمان مناسبی برای تشخیص مشکلات عاطفی، اجتماعی و تحصیلی آینده کودکان بوده و نقش حیاتی در تحول و سازش یافتگی کودکان دارد. این دوره که یکی از مهم ترین مراحل زندگی است، شخصیت فرد پایه ریزی شده و شکل می گیرد. اغلب اختلالات و سازش نیافتگی های رفتاری پس از دوران کودکی، ناشی از کمبود توجه به دوران حساس کودکی و عدم هدایت صحیح در روند تحول است. این بی توجهی منجر به عدم سازش و انطباق با محیط و بروز انحرافات گوناگون در ابعاد مختلف برای کودک می شود [۳]. کودکان در مقطع ابتدایی با مشکلاتی رو به رو هستند و در طول سال های ابتدایی مدرسه در کودکان تغییرات مهمی ایجاد می شود و با مشکلاتی نظیر ناتوانی در یادگیری، عدم سازگاری با محیط مدرسه، عدم احساس صمیمیت با همسالان و معلمان، دوری از محیط خانواده و والدین مواجه می شوند که منجر به بروز اختلالاتی در آنها نظیر پرخاشگری، اضطراب و .. می گردد [۴].

شیوع بالای رفتارهای پرخاشگرانه و به خصوص پرخاشگری های رابطه ای در کودکان پیش دبستانی که موجب حذف برخی از کودکان از گروه های همسالان و یا وادار ساختن دیگران به قطع رابطه با آنها می گردد، دارای اثراتی در بزرگسالی این کودکان بوده و بنا به بررسی های صورت گرفته، کودکان پرخاشگر تمایل دارند که این رفتارها را در دوره بزرگسالی نیز ادامه دهند [۱]. امروزه خشونت و پرخاشگری به عنوان یک معضل بزرگ جهانی و ریشه بسیاری از جرایم، نابسامانی ها، انحرافات و حتی جنگ ها و همچنین آثار مخرب روانی و جسمانی آن در سطوح فردی و اجتماعی مورد توجه قرار گرفته است. پرخاشگری را نمی توان به طور خاص به یک سن و دوره زمانی خاص مرتبط دانست، پرخاشگری و خشونت از سنین خردسالی وجود داشته و در طول زمان تداوم می یابد [۵]. پرخاشگری به معنی ستیزه جویی و جنگ طلبی و رفتار تند و خشن است و برای توصیف حالت های عاطفی مختلف از رنجش عادی تا غیظ و غضب شدید به کار می رود. به طور کلی پرخاشگری، رفتارهای تهاجمی و خصمانه و واکنشی نسبت به ناکامی و سرکوبی امیال است که زاینده تعامل پیچیده بین وضعیت محیطی و تغییرات بوشیمیایی و عوامل فرهنگی و پاسخهای آموخته شده است و به صورت ضرب و جرح، آزار و اذیت، تخریب و صدمه رسانی به دیگران بروز می کند و همچنین پرخاشگری یکی از رایج ترین واکنش های کودک نسبت به ناراحتی ها و ناکامی هاست که به منظور صدمه زدن به دیگران، کسب پاداش، ارضای نیازها یا رفع موانع انجام می شود [۶]. در روانشناسی اجتماعی، پرخاشگری به عنوان هر رفتاری که هدف آن آسیب رساندن به شخص دیگری است تعریف می شود در واقع پرخاشگری یک رفتار بیرونی است که می توانید ببیند [۷]. بارون معتقد است پرخاشگری زیر مجموعه اختلال سلوک از ریشه لاتین (aggrēdi) مشتق شده که به معنای پیش رفتن و نزدیک شدن به هدفی می باشد اما روانشناسان اجتماعی پرخاشگری را مشتمل بر رفتارهایی می دانند که فرد به خود یا دیگران آزار جسمی وارد می کند [۸]. پرخاشگری رفتاری است که از خشم و عصبانیت نشات می گیرد، این رفتار را می توان به دو گروه تقسیم کرد: ۱- پرخاشگری خصمانه: رفتاری است که به منظور صدمه و آزار رساندن به دیگری یا دیگران ابراز می شود و هدف آن آزار رساندن است. ۲- پرخاشگری وسیله ای: رفتاری است که فرد به وسیله آن خواستار به دست آوردن هدفی دیگر است و قصد حمله به دیگران را ندارد. والدین پرخاشگر بیشترین خطر در دنیای کنونی را برای فرزند

خود ایفا می کنند و بیشترین آسیب از جانب والدین بر روان کودکان متحمل می شود [۹]. علاوه بر تقسیم بندی بالا، پرخاشگری به انواع فیزیکی، کلامی، آشکار و ارتباطی تقسیم می شود. پرخاشگری فیزیکی شامل اعمال فیزیکی و پرخاشگری های بدنی مثل کتک زدن و هل دادن است و پرخاشگری کلامی به اعمالی مانند فحاشی کردن و ناسزا گفته می شود. پرخاشگری آشکار شامل پرخاشگری فیزیکی است در حالی که پرخاشگری ارتباطی شکلی از پرخاشگری پنهان است که طی آن فرد با توسل به ایجاد اختلال در روابط بین فردی درصدد آسیب و آزار به دیگران بر می آید [۳]. پرخاشگری در دوران کودکی عامل خطرناک و مهمی برای بروز رفتارهایی چون گرایش به بزهکاری، ترک تحصیل و خشونت در نوجوانی و بزرگسالی است. معمولا کودکان پرخاشگر بیشتر از مدرسه یا آموزشگاه گریزان بوده و با پلیس مشکل دارند. راه حل هایی که این کودکان برای موقعیت های تعارض آمیز فرضی، در نظر می گیرند کمتر جامعه پسند بوده و توام با ابراز وجود غیر عادی است. این مساله شاید به این علت است که کودکان پرخاشگر نسبت به کودکان عادی راه حل های توام با ابراز وجود را به صورت منفی تر و راه حل های پرخاشگرانه را به گونه ای مثبت ارزش گذاری می کنند. آنها در مقایسه با همسالان غیر پرخاشگر خود، پاسخ های ناشایسته تر و پرخاشگرانه تری نسبت به مسائل اجتماعی می دهند و راه حل های بسیار پرخاشگرانه تری را برای دست یابی به پیامدهای مورد نظر خود در پیش می گیرند [۱۰]. از دیدگاه شفیع آبادی (۱۳۷۲) پرخاشگری سه علت دارد: غریزی، زیستی و محیطی. در دیدگاه غریزی بودن پرخاشگری معتقدند که از بدو تولد کودک کم و بیش برای بروز رفتارهای پرخاشگرانه آمادگی دارد و این خصوصیت بین انسان و حیوان مشترک است. پرخاشگری ممکن است ناشی از اختلالات و بیماری های جسمی باشد مانند اشکال در عملکرد سیستم مرکزی اعصاب، وجود ضایعات مغزی و اختلال شنوایی یا بینایی باشد. از دیدگاه علل محیطی پرخاشگری رفتاری آموخته شده است که در این زمینه خانواده، مدرسه و جامعه نقش بسیار مهمی دارند از جملع تنبیه های شدید و تبعیض ها و بی عدالتی ها بین فرزندان، بی توجهی و توجه افراطی و غیره از علل مهم پرخاشگری هستند [۶]. در مورد کودکان پیش دبستانی و بزرگتر، عامل خشم، از احساس دست نیافتن آنها به خواسته ها و نیازهایشان ناشی می شود. از طرف دیگر در مراحل ابتدایی این دوره مهارت های کلامی کودک هنوز به اندازه کافی رشد نکرده است و کودک در به کارگیری بعضی از کلمات یا انجام بعضی از بازی ها با مشکل رو به رو است. این مشکل نیز ممکن است موجب بروز پرخاشگری در کودک شود. بر این اساس می توان گفت که علل بروز پرخاشگری متفاوت است و این مشکل تا حدودی با توانایی های فیزیکی و شناختی کودک و نیز مسائل محیطی و اجتماعی در ارتباط است [۱۱]. سارنوف (۱۹۸۷) معتقد است رفتارهای پرخاشگرانه کودکان به این دلیل است که در کنترل و مهارت جنسی مشکل دارند و همچنین با توجه به دیدگاه بندورا و همکاران (۱۹۶۱) کودکان با مشاهده کردن رفتارهای پرخاشگرانه و از طریق یادگیری اجتماعی، رفتارهای تهاجمی بیشتری از خود نشان می دهند [۱۲].

تعداد جرایم خشن مرتکب شده توسط کودکان در حال افزایش است، درحالی که سن کودکان مجرم در حال کاهش است. در نتیجه بزرگسالان به طور فزاینده ای به دنبال درمان هستند [۱۲]. با توجه به پیامدهای نامطلوب اختلالاتی نظیر پرخاشگری در دوران بزرگسالی کودکان مبتلا به این اختلال، درمان مناسب، کاملا ضروری است. هر چند که دارو درمانی یکی از راهکارهای درمانی برای این اختلال محسوب می شود اما روان درمانی نیز از روش های موثر درمان در این سنین به شمار می آید. یکی از روش های روان درمانی که به خصوص در این سنین کاربرد دارد، قصه درمانی است [۱]. از آنجا که بسیاری از کودکان علاقه مند به حضور در جلسه های درمان نیستند، یکی از راهکارهای موثر می تواند استفاده از علاقه مندی های آنان همچون قصه درمانی باشد. قصه ها به کودکان فرصتی می دهند خیالبافی هایشان را بیان کرده و موقعیت های متضاد را بررسی کنند و آنها را قادر می سازد به مسائل و احساس های مهم پردازند. کودکان از راه تغییر و تبدیل قصه ها و حکایت ها تشخیص می دهند تا چه اندازه می توانند تغییر کنند و درباره روایت های خود احساس به دست آورند و مسئولیت قصه های خود را بپذیرند [۱۳].

رویکردهای داستانی به روان درمانی برگرفته از فلسفه پست مدرن است که بر اهمیت زبان مشترک در سازه های اجتماعی واقعیت تاکید دارد. از این دیدگاه، رفتارهای فرد، روابط، اشتیاق ها و انتظارات از سازه های اجتماعی خود ناشی می شود که از طریق زبان مشترک شکل می گیرد. علاقه درمانگران به استفاده از قصه گویی با کار ریچارد گاردنر در سال ۱۹۷۱ شروع شد. وی از فن قصه گویی متقابل در روان درمانی کودک استفاده کرد. در این فن از کودک خواسته می شود داستانی دارای آغاز، میانه و پایان بگوید. سپس درمانگر موضوعات روان تحلیل گرانه مرتبط با مسائل کودک را انتخاب می کند و در داستانی مشابه داستان کودک به کار می برد و آن را بیان می کند. در این داستان، درمانگر راه حل های سالم تر و بالغانه تری را برای رویارویی با مشکلات ارائه می کند [۱۴]. از جمله فعالیت هایی که می تواند بدون ایجاد حساسیت در نظام آموزشی از عهده مسئولیت خطیر پرورش کودکان برآمده و همه چیز را همانند حلقه ای واحد به دور خود جمع کند، فعالیت قصه گویی است. قصه به لحاظ نیاز فطری انسان، همیشه یکی از برنامه های مورد علاقه اوست. در طول تاریخ علی رغم پیشرفت های سریع تکنولوژی هنوز زبان ساده ی قصه نقش بسیار مهمی در بیان مسائل آموزشی دارد [۱۵]. همچنین شواهد پژوهشی نشان می دهند که قصه درمانی هم در موقعیت های فردی و هم در موقعیت های گروهی قابل اجراست. از نظر گروه سنی مناسب برای قصه درمانی، پژوهش نشان می دهد که هم بزرگسالان و هم کودکان می توانند از روش قصه درمانی بهره مند شوند. با وجود این، شاید بتوان گفت که به دلیل شرایط خاص دوره کودک، از نظر توانایی های شناختی، کودکان می توانند از روش قصه درمانی استفاده بیشتری کنند. در واقع مجاورت و نزدیکی کودکان به رویدادهای مهم بین فردی در زندگی روزمره و غوطه ور بودن آنها در جنبه های حسی و عینی تجربه ها موجب می شود که این رویدادها نفوذ قوی تری در قصه های زندگی آنها داشته باشند [۱۶].

در سال های اخیر، محققان دریافته اند یکی از نیازهای مهم کودکان گوش فرادادن به قصه یا داستان است. برآوردن این نیاز می تواند در تعدیل آمادگی آنها به درگیر شدن در مشکلاتی مانند اضطراب و پرخاشگری موثر باشد. زیرا مطالب داستان های مناسب و هدفمند، فراگیری تعاملات اجتماعی، روابط بین فردی و تقویت عزت نفس و هوش و خلاقیت را تسهیل می نمایند. این درحالی است که کودکان معمولاً فاقد توانایی های لازم در این زمینه بوده و حتی گاهی نمی توانند منظور خود (عقاید، احساسات و نیازها) را به نحو قابل قبولی بیان کنند. همانگونه که نتایج آزمونها نشان می دهند، قصه درمانی از عواملی است که می تواند روی پرخاشگری دانش آموزان دختر دبستانی تاثیر گذار باشند. قصه های مناسب در پرورش افرادی مسئول، بااراده و مثبت اندیش نقش موثری ایفا می نمایند. زمانی که کودک قصه ای را می خواند یا به آن گوش فرا می دهد، خود را به جای قهرمان داستان در نظر گرفته و با آن همانندسازی می کند که نتیجه آن بر زندگی وی فراقتنی می شود. علاقه مندی به افکار، احساسات و رفتارهای شخصیت های داستان به کودک اجازه می دهد در تجارب قهرمانان قصه سهیم باشد؛ و باورها، افکار و رفتار آنها را در مورد خود به کار گیرد. از این طریق وی می تواند بر پریشانی های هیجانی خویش، از جمله پرخاشگری فائق آید [۱۷].

یکی دیگر از روش های مداخله روان شناختی کودک، بازی درمانی است که در دنیای امروز تجلی پیدا کرده و به طور روزافزون از آن استفاده می شود زیرا کودکان اغلب در بیان شفاهی احساساتشان دچار مشکل هستند و از طریق بازی می توانند احساسات خود را بهتر نشان دهند. کودکان افکار، تجارب، نقاط قوت و ضعف، نحوه تعامل در محیط اجتماعی، و نگرانی های هیجانی آزردهنده خود را در بازی نشان می دهند. بازی حق طبیعی هر کودک و جامع ترین شکل بیان کودکان به شمار می آید و شیوه موثری در کاهش نشانه های مشکلات رفتاری برون نمود (مثل رفتارهای پرخاشگرانه) کودکان به ویژه در مقطع پیش دبستانی است. در جریان بازی، مهارت های ارتباطی و اجتماعی کودکان تحول پیدا می کند و در چنین چارچوبی می توانند با بازپدیدآوری مکرر موضوعات و رویدادهای مهم، احساسات و هیجانات خود را برون ریزی کنند، به بینش جدیدی

دست یابند و شیوه های سازش یافته تر بیان مسئله را برگزینند. بازی بیشتر ناشی از انگیزه درونی است تا انگیزه بیرونی، و در واقع بازتاب درون کودک است [۱۸]. بازی درمانی عبارت است از یک ارتباط جاری بین یک درمانگر آموزش دیده و یک کودک که مشکلات رفتاری و هیجانی دارد، با استفاده از فعالیت های متنوع و گوناگون در بازی که منجر به تغییرات درمانی در مراجع می گردد. بازی درمانی کاری خلاقانه در روان درمانی کودک است. پژوهشگران عمده ترین ویژگی بازی را لذت بخش بودن آن می داند. بازی با نقش درمانی خود فرصتی را برای کودک فراهم می آورد تا بتواند نگرانی ها و نارضایتی هایش از محیط را تخلیه و عواطفش را بیان کند. بازی درمانی همچنین نقش پالاینده روانی برای کودک دارد و از شدت ناکامی ها کاسته و نقش های مفیدی را برای حل مشکلات در حین بازی به کودک ارائه می کند [۱۹]. بازی درمانی یک درمان کودک محور برای کودکان ۳ تا ۱۶ ساله است که سلامت روان یا مشکلات دیگری دارند. بازی درمانگر یک به یک با کودک کار می کند و به کودکان این امکان را می دهد که دنیای عاطفی درون خود را تقریباً به هر شکلی که در اتاق بازی انتخاب می کنند کشف کنند. درمانگر چند محدودیت رفتاری لازم را برای حفظ ایمنی جسمی و عاطفی در طول جلسات هفتگی تعیین می کند و کودکان از انواع خانواده ها با مشکلات خشونت خانگی یا تجربه آزار و اذیت مراجعه می کنند و بازی درمانی این پتانسیل را دارد که به درمان مشکلاتشان کمک کند [۲۰]. در واقع این نوع درمان متناسب با رشد و تحول کودک است. زبق نظر پیازه کودکان تا قبل از سن یازده سالگی توانایی شناختی برای تفکر انتزاعی را ندارند و تجربیات خود را در بازی نشان می دهند [۲۱]. اهمیت بازی به خوبی در زندگی کودکان مستند شده است و نشان می دهد که بازی به عنوان وسیله ای برای ابراز احساسات منفی و کار از طریق درگیری در یک محیط امن برای کودکان عمل می کند. فراست و جاکوبز (۱۹۹۵) پیشنهاد کرد که محرومیت از بازی، همراه با عوامل اجتماعی و خانوادگی، ممکن است در افزایش پرخاشگری نوجوانان نقش داشته باشد. تحقیقات انجام شده توسط بیمارستان کودکان فیلادلفیا برای برنامه های پیشگیری از پرخاشگری نشان داد که اجرای برنامه ها در محیط های طبیعت گرایانه مانند زمین های بازی عوامل کلیدی در پیشگیری از پرخاشگری دختران و پسران دارد [۱۲]. بنابراین با توجه به مطالب بالا، هدف از پژوهش حاضر بررسی تاثیر قصه درمانی و بازی درمانی بر پرخاشگری کودکان پیش دبستانی و دبستانی می باشد.

## ۲. پیشینه پژوهش:

پژوهش زارعی (۱۳۹۸) با عنوان نقش قصه گویی بر کاهش پرخاشگری کودکان پیش دبستانی نشان داد که قصه گویی موجب کاهش هر دو مولفه پرخاشگری (رابطه ای و کلامی) در کودکان می شود [۲۲].

تحقیق فاضلی (۱۳۹۷) با عنوان اثربخشی قصه درمانی بر پرخاشگری و اضطراب دانش آموزان دختر دبستانی نشان داد در پایان مداخله قصه درمانی، میزان پرخاشگری آزمودنی ها در گروه آزمایش کاهش یافته است [۱۶].

تحقیق باوقار زعیمی و شیبانی (۱۳۹۵) با عنوان بررسی اثربخشی قصه درمانی بر کاهش اضطراب و پرخاشگری و افسردگی کودکان سرطانی نشان داد که قصه درمانی بر کاهش اضطراب و پرخاشگری و افسردگی کودکان موثر بوده و این امر نشان می دهد که می توان از قصه درمانی برای کاهش مشکلات رفتاری و کمک به تسریع فرایند درمان کودک سرطانی استفاده نمود [۲۳].

نتایج پژوهش کریمی (۱۳۹۱) با عنوان اثر بازی درمانی و قصه درمانی بر مهارت حل مسئله، خودپنداره و رفتار پرخاشگرایانه در کودکان مبتلا به اختلال سلوک نشان داد که درمان در گروه های بازی درمانی، قصه درمانی و درمان تلفیقی در مقایسه با گروه کنترل اثربخش بوده است و پرخاشگری به طور معناداری کاهش یافته است [۲۴]

پژوهش نجفی و سرپولکی (۱۳۹۵) با عنوان ثربخشی بازی درمانی شناختی رفتاری بر پرخاشگری و اختلال املاء در کودکان دبستانی نشان داد که بازی درمانی شناختی رفتاری موجب کاهش پرخاشگری کودکان در هر سه مولفه جسمانی، رابطه ای و واکنشی شده است [۲۵].

پژوهش ذوالمجد و همکاران (۱۳۸۶) با عنوان تاثیر شن شن بازی درمانی بر رفتارهای پرخاشگرانه پسران نشان داد روش شن بازی درمانی به مثابه روشی از روش های درمانی می باشد و موجب کاهش رفتارها و مشکلات هیجانی-رفتاری مانند پرخاشگری در کودکان می گردد [۲۶].

یافته های پژوهش قادری و همکاران (۱۳۸۵) با عنوان بررسی کارایی بازی درمانی رفتاری شناختی روی پرخاشگری کودکان مبتلا به اختلال سلوک نشان می دهد که بازی درمانی رفتاری شناختی در کاهش پرخاشگری کودکان راهبردی موثر است و می تواند به گستره های عملی در این بعد بپیوندد و کودکان مهارت لازم را در این درمان، در ارتباط با اطرافیان فرا می گیرند و طی جلسات آن ها را می آموزند [۲۷].

تحقیق گانکالوز و همکاران (۲۰۱۷) با عنوان ماساژ و قصه گویی باعث کاهش پرخاشگری و بهبود عملکرد تحصیلی در کودکانی که در دبستان تحصیل می کنند نشان داد که ماساژ و قصه گویی می توانند استراتژی هایی برای مقابله با پرخاشگری در کودکان باشند زیرا هر دو تبادل تجربه و تعامل اجتماعی هستند [۲۸].

پژوهش یو و چویی (۲۰۱۷) با عنوان تاثیر قصه درمانی گروهی بر پرخاشگری، افسردگی و تاب آوری در نوجوانان با تمایل به اختلال سلوک نشان داد قصه درمانی گروهی باعث افزایش تاب آوری و کاهش افسردگی و پرخاشگری در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل می شود [۲۹].

تحقیق کوک و همکاران (۲۰۱۴) با عنوان کاربرد تکنیک های قصه گویی درمانی با کودکان پیش از نوجوانی نشان می دهد تکنیک داستان سرایی درمانی یا قصه درمانی مکمل مفیدی برای درمان کودکان می باشد [۳۰].

تحقیق پارکر و همکاران (۲۰۲۱) با عنوان بررسی تاثیر بازی درمانی کودک محور برای کودکان دارای مشکلات رفتاری نشان داد که بازی درمانی برای درمان اختلالات رفتاری همچنین رفتارهای پرخاشگرانه کارساز و موثر است [۳۱].

استالمیکر و ری (۲۰۱۵) در پژوهشی با عنوان بررسی تاثیر بازی درمانی بر میزان اضطراب و پرخاشگری کودکان نشان داد که بازی درمانی به میزان قابل توجهی موجب کاهش میزان اضطراب و پرخاشگری کودکان در گروه آزمایش شده است [۴].

### ۳. سوال اصلی:

آیا قصه درمانی و بازی درمانی بر پرخاشگری کودکان پیش دبستانی و دبستانی تاثیر دارد؟

## ۴. روش تحقیق:

پژوهش ما بر حسب هدف از نوع پژوهش کاربردی است که جهت بررسی تاثیر قصه درمانی و درمان های مبتنی بر بازی برای کودکان پیش دبستانی و دبستانی از روش توصیفی استفاده می کنیم. جهت دستیابی به هدف پژوهشی از مطالعات کتابخانه ای و منابعی مانند مقالات، ژورنال ها و سایت های magiran، noormags و .. استفاده شد.

## ۵. یافته ها: جدول ۱:

ردیف	نویسنده/نویسندگان	موضوع	یافته های پژوهش
۱	مهرافزا و همکاران (۱۴۰۱) [۳۲]	اثربخشی بازی درمانی شناختی رفتاری بر پرخاشگری و اضطراب کودکان کم توان ذهنی	نتایج نشان داد که آموزش بازی درمانی شناختی رفتاری در کاهش پرخاشگری و اضطراب کودکان اثربخش بوده و نتایج تا دو ماه پایدار بوده است.
۲	ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۸) [۱۷]	تاثیر بازی درمانی گروهی بر رفتارهای پرخاشگرانه و مهارت های اجتماعی کودکان پیش دبستانی	یافته ها نشان داد که بازی درمانی این فرصت را در اختیار کودکان قرار می دهد تا احساس های درونی خود را که ناشی از تنش، کام نایافتگی، ترس و سردرگمی است نشان دهند و یاد بگیرند چگونه پرخاشگری را مهار کرده و کنار بگذارند و بازی درمانی موجب کاهش پرخاشگری و مولفه های آن شامل پرخاشگری کلامی-تهاجمی، فیزیکی-تهاجمی، پرخاشگری رابطه ای و تکانشی می شود.
۳	ضیایی میناب (۱۳۹۸) [۳۳]	بررسی تاثیر بازی درمانی شناختی-رفتاری بر کاهش پرخاشگری جسمانی، کلامی و رابطه ای دانش آموزان کم توان ذهنی پسر ۷ تا ۱۲ سال شهرستان میناب	یافته ها نشان داد بازی درمانی مبتنی بر شناختی-رفتاری موجب کاهش معنی دار میزان پرخاشگری جسمانی، کلامی و رابطه ای در گروه آزمایش شده است.
۴	آزادی منش و همکاران (۱۳۹۶) [۳۴]	اثربخشی بازی درمانی عروسکی بر پرخاشگری کودکان مبتلا به اختلال بیش فعالی/نارسایی توجه	یافته ها نشان دادند که بازی درمانی عروسکی موجب کاهش پرخاشگری رابطه ای و پرخاشگری واکنشی شد و در کل منجر به کاهش رفتارهای پرخاشگرانه در کودکان می شود.
۵	ری و همکاران (۲۰۰۹) [۳۵]	مطالعه اکتشافی بازی درمانی کودک محور با کودکان پرخاشگر	تجزیه و تحلیل داده ها نشان داد که کودکان پرخاشگری که توسط بازی درمانگر، درمان می شوند کاهش چشمگیری را در میزان پرخاشگری نشان دادند.
۶	سانسوستی و پاول اسمیت (۲۰۱۰) [۳۶]	تاثیر داستان های اجتماعی بر رفتار اجتماعی کودکان مبتلا به اسپرگر سندرم	این تحقیق نشان داد که قصه درمانی بر مشکلات رفتاری کودکان تاثیرگذار است و باعث کاهش مشکلات رفتاری در کودکان می شود.
۷	عسکری (۱۳۹۴) [۳۷]	اثربخشی قصه درمانی بر کاهش علائم پرخاشگری و کمروبی کودکان پیش دبستانی	یافته ها نشان داد که قصه درمانی می تواند نشانه های پرخاشگری و کمروبی را در کودکان پیش دبستانی کاهش دهد. بنابراین می توان با نشان دادن الگوهای رفتار پرخاشگرانه و کمرو و پیامدهای مختلف این رفتارها از طریق قصه گامی برای کاهش این علائم در کودکان برداشت
۸	قربانعلیپور (۱۴۰۰)	اثربخشی قصه درمانی بر	یافته نشان داد قصه درمانی در گروه آزمایش باعث کاهش

پر خاشگری، کاهش اضطراب و افزایش امید به زندگی در کودکان ابتدایی شده است.	پر خاشگری، اضطراب و امید به زندگی کودکان ابتدایی تخت پوشش بهزیستی شهرستان شاهرود سال ۱۴۰۰	[۳۸]	
نتایج نشان داد بین دو گروه آزمایش و کنترل در نمرات ابعاد پر خاشگری از جمله پر خاشگری بدنی، پر خاشگری کلامی، خشم و خصومت در مرحله پس آزمون تفاوت معنادار وجود دارد و قصه درمانی باعث کاهش کلی ابعاد پر خاشگری در شرکت کنندگان می شود.	تاثیر قصه گویی و قصه درمانی بر پر خاشگری کودکان عضو کانون پرورش فکری شهر شیراز	کشاوری (۱۳۹۸) [۳۹]	۹
او گزارش می کند که از طریق قصه به آموزش حل مسئله به کودکان مبتلا به اختلالات رفتاری به منظور کاهش قلدری پرداخته شد و نتایج قابل قبولی به دست آمد.	ماسه بازی خانواده یونگ با کودکان داغدیده	فرگان (۲۰۰۹) [۴۰]	۱۰
معلمان و والدین در این پژوهش گزارش کردند که قصه گویی نشانه های پر خاشگری را در کودکان کاهش می دهد و این نتیجه قابلیت کاربرد قصه را در آموزش کودکان و حل مشکلات آنها نشان می دهد.	تاثیر قصه گویی در کاهش پر خاشگری پسران شش تا هشت ساله	نصیرزاده و روشن (۱۳۸۹) [۴۱]	۱۱
یافته تحقیق نشان داد که قصه درمانی و بازی درمانی والد-کودک بر پر خاشگری و ترس اجتماعی دانش آموزان تاثیر دارد و باعث کاهش پر خاشگری و ترس اجتماعی در آنها می شود.	مقایسه اثربخشی قصه درمانی و بازی درمانی والد-کودک بر پر خاشگری و ترس اجتماعی کودکان با نشانه های اختلال نافرمانی مقابله ای	یوسفی شهیر و همکاران (۱۳۹۹) [۴۲]	۱۲

با توجه به جدول ۱، به این نتیجه دست می یابیم که درمان های مبتنی بر بازی مانند شن بازی درمانی و بازی درمانی عروسی و همچنین قصه درمانی بر حل مشکلات رفتاری کودکان از جمله پر خاشگری کمک می کند و این درمان ها موجب کاهش پر خاشگری و مولفه های آن از جمله پر خاشگری کلامی، رابطه ای، فیزیکی می شود.

#### ۶. بحث و نتیجه گیری:

در یک جمع بندی کلی، نتیجه این پژوهش نشان داد که قصه درمانی و بازی درمانی به درمان پر خاشگری کودکان پیش دبستانی و دبستانی کمک می کند. پر خاشگری رفتاری است که از خشم و عصبانیت نشات می گیرد و امروزه خشونت توسط کودکان بیشتر شده و سن ارتکاب جرایم به دلیل پر خاشگری کاهش یافته است و اسن مشکل اگر در کودکی درمان نشود تا بزرگسالی ادامه پیدا می کند علاوه بر این پر خاشگری پیامدهای نامطلوبی در پی دارد که باعث می شود درمان آن ضروری باشد. چون کودکان حاضر به شرکت در جلسات درمانی و مصرف دارو نیستند، بهترین و موثرترین درمان، بازی درمانی و قصه درمانی است. تحقیقات داخلی چون زارعی (۱۳۹۸)، فاضلی (۱۳۹۷)، کشاوری (۱۳۹۸)، نصیرزاده و روشن (۱۳۸۹) و پژوهش های خارجی چون یو و چویی (۲۰۱۷) و کوک و همکاران (۲۰۱۴) نشان داد که استفاده کردن از قصه درمانی توسط درمانگر و یا قصه گویی توسط والدین و معلمان به کاهش چشمگیر پر خاشگری در کودکان منجر می شود. با توجه به این پژوهش ها قصه درمانی نه تنها باعث درمان پر خاشگری بلکه به کاهش میزان اضطراب، ترس و اختلالات رفتاری دیگر کمک کننده است. قصه



ها به کودکان راه حل هایی ارائه می کنند که غیر منتظره و شگفت انگیزند و در عین حال شدنی و مثبت هستند همچنین قصه ها کمک می کنند تا از قفس های تعارض هایشان رهایی پیدا کنند [۱۶]. علاوه بر قصه، بازی حق مسلم کودکان است که برای آنها لذت بخش است. کودکان از طریق بازی، بهتر می توانند احساساتشان را نشان دهند و طی بازی به شکل طبیعی ابراز وجود می کنند. بازی با نقش درمانی خود به کودکان کمک می کند تا نگرانی هایشان را حل نمایند. پژوهش های مهرافزا (۱۴۰۱) و ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۸) نشان داد که بازی درمانی و انواع آن به گفته آزادی منش و همکاران (۱۳۹۶) مانند بازی درمانی عروسکی و ذوالمجد و همکاران (۱۳۸۶) شن بازی درمانی موجب کاهش مشکلات رفتاری چون پرخاشگری می شود.

براساس مطالب بالا، توصیه می شود والدین در دوران کودکی به بازی و قصه توجه بیشتری داشته باشند تا از اختلالات و مشکلات رفتاری مانند پرخاشگری جلوگیری شود زیرا پیشگیری بهتر از درمان است.

#### منابع:

- [۱] قشقایی، صغری. (۱۳۹۵). اثربخشی قصه گویی بر افسردگی و پرخاشگری کودکان پیش دبستانی. اصول بهداشت روانی، سال ۱۸، شماره ۴، ۲۳۸-۲۳۴.
- [۲] شهیم، سیما. (۱۳۸۶). پرخاشگری رابطه ای در کودکان پیش دبستانی. مجله روان پزشکی و روانشناسی بالینی ایران، سال ۱۳، شماره ۳، ۲۶۴-۲۷۱.
- [۳] چگینی، لیلیا؛ ابراهیمی، محمد اسماعیل؛ صاحبی، علی. (۱۳۹۸). تاثیر آموزش تئوری انتخاب به والدین بر پرخاشگری فرزندان دانش آموز آنها در دوره ابتدایی. فصلنامه سلامت روان کودک، دوره ۶، شماره ۱، ۸۲-۷۰.
- [۴] گودرزی، کورش؛ مریدیان، سارا؛ روزبهانی، مهدی. (۱۳۹۸). تعیین اثربخشی بازی درمانی بر پرخاشگری، استرس و اضطراب کودکان. مجله علوم حرکتی و رفتاری، سال ۲، شماره ۲، ۱۲۵-۱۱۶.
- [۵] شفیع پور، سیده زهرا؛ صادق، رباب؛ جعفری اصل، معصومه؛ کاظم نژاد لیلی، احسان. (۱۳۹۵). پرخاشگری در انواع سبک های دلبستگی در نوجوانان. پرستاری و مامایی جامع نگر، سال ۲۵، شماره ۸۱، ۶۴-۵۵.
- [۶] شفیع آبادی، عبدالله. راهنمایی و مشاوره کودک. (۱۳۷۲). انتشارات سمت، صفحه ۱۱۶.
- [۷] Bushman J Brad, Huesmann Rowell L. Aggression, handbook of social psychology, 2010.
- [۸] یعقوبی، کژال؛ سهرابی، فرامرز؛ مفیدی، فرخنده. (۱۳۹۰). بررسی و مقایسه میزان پرخاشگری کودکان طلاق و عادی. مطالعات روان شناختی، دوره ۷، شماره ۱.
- [۹] توکلی زاده، جهان شیر؛ رحمانی، مطهره؛ صفرزاده، سمیه. (۱۳۹۶). هوش هیجانی دانش آموزان: تعیین نقش پیش بینی کننده قاطعیت و پرخاشگری والدین. علوم پزشکی راضی، دوره ۲۴، شماره ۱۵۵، ۸۳-۷۳.
- [۱۰] حسن پور، فاطمه؛ جلالی، محمدرضا؛ شعیری، محمدرضا؛ خزایی، محمد. (۱۳۹۲). تاثیر کار با گل بر پرخاشگری کودکان دبستانی. مطالعات روانشناسی بالینی، دوره ۳، شماره ۱۰، ۱۳۹-۱۵۳.
- [۱۱] طالبی، گوهرناج؛ آقایی، حکیمه؛ نوحی، شهناز. (۱۳۹۶). اثربخشی بازی درمانی در کاهش پرخاشگری بدنی و کودکان ۸ تا ۱۲ سال. کنفرانس بین المللی فرهنگ آسیب شناسی روانی و تربیت.

[۱۲]Schumann, B. R. (2004). 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. University Of North Texas.

[۱۳] بهمنی، پارسا؛ برزگر، مجید. (۱۳۹۶). اثربخشی قصه درمانی بر کاهش پرخاشگری و افزایش مهارت های اجتماعی در کودکان پیش دبستانی. روش ها و مدل های روان شناختی، سال ۸، شماره ۳۰، ۲۱۸-۲۰۵.

[۱۴] یوسفی لویه، مجید؛ متین، آذر. (۱۳۸۵). تاثیر قصه درمانی بر راهبردهای رویارویی کودکان با مشکلات یادگیری. پژوهش در حیطه کودکان استثنایی ۲۰، سال ۶، شماره ۲، ۶۲۲-۶۰۳.

[۱۵] جامشی، بهمن. (۱۳۹۶). بررسی تاثیر آموزش قصه درمانی بر خلاقیت و کاهش پرخاشگری کودکان دارای اختلالات یادگیری شهر خرامه. پایان نامه کارشناسی ارشد.

[۱۶] شبیانی، شهناز؛ یوسفی لویه، مجید؛ دلاور، علی. (۱۳۸۵). تاثیر قصه درمانی بر کاهش علائم افسردگی در کودکان افسرده. پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، سال ۶، شماره ۴، ۹۱۶-۸۹۳.

[۱۷] فاضلی، عصمت. (۱۳۹۷). اثربخشی قصه درمانی بر پرخاشگری و اضطراب دانش آموزان دختر دبستانی. فصلنامه علمی-پژوهشی علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شوشتر، شماره چهارم، پیاپی ۴۳، ۲۴۶-۲۲۷.

[۱۸] ابراهیمی، طاهره؛ اصلی پور، عادل؛ خسروجاوید، مهناز. (۱۳۹۸). تاثیر بازی درمانی گروهی بر رفتارهای پرخاشگرانه و مهارت های اجتماعی کودکان پیش دبستانی. سلامت روان کودک، دوره ۶، شماره ۲، ۵۲-۴۰.

[۱۹] اصلی آزاد، مسلم؛ عارفی، مژگان؛ فرهادی، طاهره؛ شیخ محمدی، روح الله. (۱۳۹۱). اثربخشی بازی درمانی کودک محور بر اضطراب و افسردگی کودکان دختر دارای اختلال اضطراب و افسردگی در دوره دبستان. روش ها و مدل های روان شناختی، سال ۲، شماره ۹، ۹۰-۷۱.

[۲۰]Rye, N.(2008). Play therapy as A mental health intervention for children and adolescents. Journal fam health care. 18(1): 17-19.

[۲۱] بهمنی، مهسا؛ جهان بخشی، زهرا. (۱۳۹۹). اثربخشی برنامه مداخله ای بازی درمانی مبتنی بر رابطه والد-کودک بر بهبود کیفیت تعامل والد-کودک و کاهش پرخاشگری کودکان پیش دبستانی. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، سال ۱۱، شماره ۴۴، ۱۰۶-۱۳۱.

[۲۲] زارعی، بنفشه. (۱۳۹۸). نقش قصه گویی بر کاهش پرخاشگری کودکان پیش دبستانی. پایان نامه کارشناسی ارشد.

[۲۳] باوقار زعیمی، زهرا؛ شبیانی، فاطمه. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی قصه درمانی بر کاهش اضطراب و پرخاشگری و افسردگی کودکان سرطانی. مجله مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، دوره ۱۰، شماره ۲.

[۲۴] کریمی، حنا. (۱۳۹۱). عنوان اثر بازی درمانی و قصه درمانی بر مهارت حل مسئله، خودپنداره و رفتار پرخاشگرانه در کودکان مبتلا به اختلال سلوک. پایان نامه کارشناسی ارشد.

[۲۵] نجفی، محمود؛ سرپولکی، بیتا. (۱۳۹۵). اثربخشی بازی درمانی شناختی رفتاری بر پرخاشگری و اختلال املاء در کودکان دبستانی. فصلنامه افراد استثنایی، سال ۶، شماره ۲۱، ۱۲۱-۱۰۳.

[۲۶] ذوالمجد، آنیا؛ برجعلی، احمد؛ آری، خدیجه. (۱۳۸۶). تاثیر شن بازی درمانی بر رفتارهای پرخاشگرانه پسران. پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، سال ۷، شماره ۲، ۱۶۸-۱۵۵.

[۲۷] قادری، نیلوفر؛ اصغری مقدم، محمدعلی؛ شعیری، محمدرضا. (۱۳۸۵). بررسی کارایی بازی درمانی رفتاری شناختی روی پرخاشگری کودکان مبتلا به اختلال سلوک. دو ماهنامه علمی-پژوهشی دانشور رفتار، سال ۱۳، شماره ۱۹، ۸۴-۷۵.

[۲۸]Goncalves, L., Morgan, M. H. Caromano, F. A. Voos, M. C.(2017). Massage and storytelling reduce aggression and academic performance in children attending elementary school. Occupational therapy international.

[۲۹] Yoo Seong Ja, Choi Yeon Hee.(2017). Effects of group narrative therapy on aggression , depression and resilience in adolescents with conduct disorder tendency. Journal of the Korean society of school health. 30(2): 124-135.

[۳۰] Cook Jw, Taylor La, Silverman P.(2014). The application of therapeutic storytelling techniques with preadolescent children: A Clinical Description with illustrative case study. Cognitive and behavioral practice, 11(2): 254-268.

[31] Parker, M. M., Hunnicutt Hollenbaugh, K. M., Kelly, C. T.(2021). Exploring the impact of child-centered play therapy for children exhibiting behavioral problems: A meta-analysis international journal of play therapy, 30(4), 259.

[۳۲] مهرافزا، مهرناز؛ نخستین گلدوست، اصغر؛ کیامرثی، آذر.(۱۴۰۱). اثربخشی بازی درمانی شناختی رفتاری بر پرخاشگری و اضطراب کودکان کم توان ذهنی. خانواده درمانی کاربردی، دوره ۳، شماره ۳، ۲۱۰-۱۹۲.

[۳۳] ضیایی میناب، نگار.(۱۳۹۸). بررسی تاثیر بازی درمانی شناختی-رفتاری بر کاهش پرخاشگری جسمانی، کلامی و رابطه ای دانش آموزان کم توان ذهنی پسر ۷ تا ۱۲ سال شهرستان میناب. فصلنامه تحقیقات جدید در علوم انسانی، دوره ۵، شماره ۱۶، ۱۴۳-۱۵۶.

[۳۴] آزادی منش، پگاه؛ خانزاده، عباسعلی؛ حکیم جواد، منصور؛ وطن خواه، محمد.(۱۳۹۶). اثربخشی بازی درمانی عروسی بر پرخاشگری کودکان مبتلا به اختلال بیش فعالی/نارسایی توجه. مجله پزشکی ارومیه، دوره ۲۸، شماره ۲، ۹۰-۸۳.

[۳۵] Ray, D. C., Blanco, P. J., Sullivan, J. M., Holliman, R.(2009). An exploratory study of child-centered play therapy with aggression children. International journal of play therapy, 18(3), 162.

[۳۶] Sansosti, F. J. Powell-Smith, K. A.(2010). The effects of social stories on the social behavior of children with Asperger's Syndrome. Journal of positive behavior interventions, 8(1), 43-58.

[۳۷] عسکری، فاطمه.(۱۳۹۴). اثربخشی قصه درمانی بر کاهش علائم پرخاشگری و کمرویی کودکان پیش دبستانی. پایان نامه کارشناسی ارشد.

[۳۸] قربانعلیپور، فاطمه.(۱۴۰۰). اثربخشی قصه درمانی بر پرخاشگری، اضطراب و امید به زندگی کودکان ابتدایی تخت پوشش بهزیستی شهرستان شاهرود سال ۱۴۰۰. پایان نامه کارشناسی ارشد.

[۳۹] کشاورز، سمیه.(۱۳۹۸). تاثیر قصه گوئی و قصه درمانی بر پرخاشگری کودکان عضو کانون پرورش فکری شهر شیراز. پایان نامه کارشناسی ارشد.

[40] Fergan, Hanson, M.(2009). Jungian family sand play with bereaved children: implication for play therapist. International journal of play therapy, 18(2):84-98.

[۴۱] نصیرزاده، راضیه؛ روشن، رسول.(۱۳۸۹). تاثیر قصه گوئی در کاهش پرخاشگری پسران شش تا هشت ساله. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، سال ۱۶، شماره ۲، ۱۲۶-۱۱۸.

[۴۲] یوسفی شهیر، نعیمه؛ آزموده، معصومه؛ واحدی، شهرام؛ لیورجانی، شعله. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی قصه درمانی و بازی درمانی والد-کودک بر پرخاشگری و ترس اجتماعی کودکان با نشانه های اختلال نافرمانی مقابله ای. رویش روان شناسی، سال ۹، شماره ۱۱، ۲۴-۱۳.