فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۱۴، شماره ۱۸ ، پاییز سال ۱۴۰۱

تاثیر بازی درمانی بر اضطراب کودکان تک والدی

رویا سادات مقدسی[۱]

چکیده

در جامعه کنونی پدیده ای به نام خانواده تک والدی بیش از گذشته دیده می شود و به دلایلی همچون فوت، زندانی شدن، مفقود الاثر شدن یکی از والدین و یا طلاق و جدایی بین والدین رخ می دهد. کودکانی که با یکی از والدین خود زندگی می کنند با کمبود والد دیگر روبرو هستند و همین مساله می تواند مشکلاتی را برای آنان به وجود آورد که اضطراب تنها نمونه ای کوچک از آن هستند. اضطراب احساس ناخوشایندی است که معمولا بدلیل تکرار مجدد موقعیتهای استرس زای گذشته، رخ می دهد. در پژوهش حاضر، اثربخشی بازی درمانی بر اضطراب کودکان تک والدی مورد بررسی قرار گرفته است. با استفاده از روش آزمایشی، از بین افراد مورد مطالعه، ۴۰ نفر به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. جهت جمع آوری و صحت سنجی داده ها از پرسشنامه اضطراب اسپنس استفاده شده و پس از نمره گذاری پرسشنامه و استخراج داده‌ها، با استفاده از نرم افزار SPSS-V21 و کمک گرفتن از آزمون آماری تحلیل کوواریانس یک عاملی و چند عاملی به تجزیه و تحلیل داده ها پرداخته شده است.

یافته ها نشان داد: بازی درمانی بر کاهش اضطراب و مولفه های آن (ناکامی، پرخاشگری بدنی، روابط با مراجع قدرت و روابط با همسالان) موثر است.

واژه های کلیدی: بازی درمانی، اضطراب، کودکان تک والدی.

[۱] کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه راهیان نوین دانش، ساری، ایران (r.moghada30@gmail.com)

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۱۴، شماره ۱۸ ، پاییز سال ۱۴۰۱

مقدمه

در سالهای اخیر بر تعداد بچه هایی که با هر دو والد خود زندگی نمی کنند افزوده شده است. تغییرات ساختاری خانواده، سبب شده است تغییراتی در سایر بخشهای جامعه ایجاد شود. در سالهای ۱۹۹۵-۱۹۹۴ حدود ۲۲ درصد از کودکان انگلیسی خانواده تک والد داشته اند ولی در سال ۱۹۷۲ این شاخص حدود ۷ درصد بوده است. در سال ۱۹۷۰ تعداد خانواده های تک والد که فرزندان زیر ۱۸ سال داشته اند ۳/۸ میلیون خانواده بود اما در سال ۱۹۹۰ تعداد به ۹/۷ میلیون خانواده رسید که رشدی دو برابری داشت. در این سال بود که تعداد خانواده های تک والدی که ناشی از فوت یکی از دو والد بود کمتر و تعداد کودکان تک والد بدلیل طلاق والدین بیشتر شد.(www.hec.ohio-state.edu)

اثرات جسمی و روانی تک والدی بر کودکان

پژوهشها نشان داده است که فرزندانی که با والدین خود زندگی می کنند از نظر رفتارهای اجتماعی و هویت جنسی با کودکانی که تنها با یکی از والدین خود زندگی می کنند تفاوت دارند. در سنین رشد دختران، ارتباط پدر با دختر بسیار بیشتر از ارتباط دختر با مادر خود تاثیرگذار است. دخترانی که طی ۵ سال اول زندگی خود، رابطه تنگاتنگ و مثبتی را با والدین خود داشتند، نسبت به دخترانی که روابط سرد با والدین خود داشتند، دیرتر به بلوغ می‌رسند.

طلاق والدین می تواند یکی از عوامل مهم و تاثیرگذار در ایجاد اختلالات رفتاری در کودکان باشد. زمانی که کودک دچار استرس طلاق می شود مستعد احساس نگرانی می گردد. در این میان تفاوتی بین فرزندی که پس از طلاق با پدر و یا مادر خود زندگی می کند وجود ندارد(یعقوبی و همکاران، ۱۳۹۰).

اما برخی از محققان نیز معتقدند پسرانی که در خانواده‌ای بدون حضور پدر زندگی می‌کنند، حالت مردانه کمتر و حالت زنانه بیشتر دارند (بختیاری و حسینی،۱۳۸۳)

مفاهیم مربوط به بازی

بازی و نقش تربیتی آن

تعریف بازی

هیچ تعریف جامع و فراگیری از بازی که همه نظریه پردازان روان شناسی آن را تایید کنند، وجود ندارد. هر صاحب نظری، بر اساس تجارب، مشاهدات، اعتقادات و دیدگاه خود، تعریفی از بازی ارائه نموده است و هر یک از این تعاریف، تنها با برجسته نمودن جنبه ای از بازی، نگرشی خاصی را بیان نموده است. در میان تعاریفی که از بازی ارائه شده است وجوه اشتراک و تشابه بسیاری وجود دارد (جهانیان، ۱۳۹۲).

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

هارلوک[1] بازی را اینگونه تعریف نموده است: بازی عبارت است از هر گونه فعالیتی که برای تفریح و خوشی، و بدون توجه به نتیجه نهایی، صورت می گیرد. انسان به طور داوطلبانه به این فعالیت می پردازد و هیچ نیروی خارجی یا اجباری در آن دخیل نیست.

کار نوعی فعالیت برای رسیدن به هدف است. آنچه برای شخص اهمیت دارد نتیجه نهایی آن است و نه لذتی که از انجام آن می برد. کار به دو صورت انجام می پذیرد : داوطلبانه یا غیر داوطلبانه .

پیاژه،[2] روان شناس معروف سویسی، پنج معیار را برای تمیز و تشخیص بازی از کار، به عنوان شاخص های بازی معرفی می کند:

۱. بازی در خود هدف دارد.
۲. بازی اختیاری است، نه اجباری.
۳. بازی دلپذیر و خوشایند است.
٤. بازی ترتیب وسازمانی ندارد.
٥. بازی از قید و بند، پرخاش و کشاکش آزاد است.

میشل و می سن[3] تعاریف متعدد بازی را گردآوری نموده اند که در ذیل آورده می شود:

لازاروس[4]: فعالیتی فی نفسه آزاد، بی هدف، سرگرم کننده یا تفریحی.

گروس[5]: تمرین غریزی و بی هدف کارهایی که در زندگی آینده نقش اساسی دارند.

سی شور[6]: آزادانه ابراز وجود کردن برای کسب لذت مترتب بر آن.

شانر[7]: فعالیتی در جهت تداوم شادمانی.

نیومن[8]: معیارهای بازی از کنترل درونی، واقعیت درونی و انگیزه باطنی تشکیل می شوند.

به طور کلی، هیچ فعالیتی به طور مطلق بازی یا کار نیست. این که هر فعالیت در کدام یک از این دو دسته قرار می گیرد، صرفا به فعالیت وابسته نیست، بلکه به انگیزه و برداشت شخصی هر فرد از انجام آن فعالیت بستگی دارد. برای مثال، نقاشی می تواند بعنوان فعالیتی دلپذیر و لذت بخش (بازی) در نظر گرفته شود که سبب می شود فرد از انجام آن لذت ببرد. اما

1. Harluk
2.Piaget
1. Michel, Mee Seen
2. Lasarose
3. Groos
4. Sey sho
5. Shateer
6. Nioman

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

وقتی انگیزه فرد از کشیدن نقاشی این باشد که از این راه درآمدی کسب کند نوعی کار به شمار می آید و نه بازی. در مجموع می توان این گونه نتیجه گرفت هر نوع فعالیتی که به لذت بردن صرف به سوی هدفی هدایت شود را دیگر نمی توان بازی نامید (جهانیان، ۱۳۹۲).

بازی ها و ورزش ها برای خردسالان بازی به حساب می آید، چون هدف از انجام آن تنها لذت بردن است و به فکر برنده شدن و رقابت با دیگران نیستند. به تدریج که کودکان بزرگ تر می شوند، موضوع رقابت و برنده شدن بیش از بازی برایشان لذت آفرین است.به همین دلیل این فعالیت ها بیشتر کار محسوب می شود تا بازی (داورپناه، ۱۳۹۳).

عوامل موثر در بازی کودکان

عوامل متعددی می توانند در بازی کودکان تاثیر گذار باشند ولی مهمترین آنها سن، جنس، هوش و محیط.می باشند.

تاثیر سن

کودک در هر رده سنی، بازی ویزه ای را می پسندد. مثلا در روزهای نخست تولد، به تکان دادن دست و پا علاقه دارد. از این که از حنجره و دهان صدا خارج کند و لب ها را به حرکت در آورد ، لذت می برد. کمی که بزرگتر می شود، اطرافیان با او بازی می کنند. مثلا صورت خود را با پارچه و یا با دست هایشان می پوشانند و سپس آنها را بر می دارند و با گفتن «دالی» سبب شادمانی و لذت کودک می شوند. آنچه از الگوی بازی کودکان در سال های اولیه کودکی دیده می شود، تغییر رشدی است. کودک خردسال بیشتر به بازی انفرادی علاقه نشان می دهد کمی که بزرگتر می شود می تواند در کنار همسالان خود به بازی بپردازد ولی هر کودک جداگانه بازی می کند.آنان می توانند از یک وسیله استفاده کنند، ولی از یکدیگر مستقل هستند و بدون اینکه با هم زیاد ارتباط داشته باشند به کار و بازی بپردازند.

الف – بازی های تمرینی[1]

(بدو تولد تا ۲ سالگی) پیاژه بازی های تمرینی را وسیله ای برای لذت بردن از حواس می داند، چرا که کودک از طریق لمس کردن، چشیدن، گوش کردن، حرکت اعضای بدن و احساس کیفیت مختلف اشیا، می تواند حواس خود را به کار گیرد و این امر باعث می شود از انجام بازی لذت برد. کودک، با استفاده از حواس، از تقلید پا را فراتر گذاشته، به تکرار می پردازد و حرکاتش از شکل ابتدایی که آزمایش و خطا بود، به مهارت تغییر می یابد. این حرکات تقلیدی مقدمه ای برای انجام کارهایی پیچیده تر توسط کودک است.

ب – بازی های نمادی[2]

1.practive games
2.a symbol games

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

(۲ تا ۵ سالگی) در این بازه سنی، عناصری جدید در بازی کودکان وارد می شوند. واقعیت ها تغییر شکل می یابند. کودک از اشیایی که دارد به خلق اشیایی دیگرمی پردازد . مثلا از تکه چوبی بعنوان اسب استفاده می کند و یا با قرار دادن چند بالش و یا پشتی در کنار هم خانه یا باغچه ای می سازد. در این مرحله کودک در حال تمرین تجربیات زندگی است و آنها را به شکل های مختلف تجربه و آزمایش می کند.

ج- بازی های با قاعده[1]

(۷ تا۱۱ سالگی) بازی هایی که در این سنین انجام می شود می تواند آثاری برای همه عمر باقی بگذارد. همزمان با رشد کودک، بازی ها به صورتی کامل تر انجام می شود. کودکان قواعد بازی را از بزرگترها می آموزند و این قوانین می تواند از نسلی به نسل دیگر منتقل شود. در بازی های با قاعده، رقابت وجود دارد و در هر بازی قراردادهایی است که شکل نمادین دارد و امکان دارد همیشگی باشد و یا بر اساس توافق موقت خود بازیکنان اجرا شود. کودک در هر سنی، به بازی های خاصی علاقه نشان می دهد و برخی از آنها را رها می کند. برای مثال، بچه های کودکستانی ترجیح می دهند بجای بازی با مکعب های چوبی به بازی با اشیایی از قبیل رنگ، گل رس، مداد رنگی و .... بپردازند که فعالیت های جالب تر و متنوع تری است.

کودک کم کم از اسباب بازی های قدیم خود دست می کشد چرا که مثلا نمی تواند عروسک های خود را جاندار فرض کند، در این حال او کم کم به سوی بازی هایی مانند فوتبال، بسکتبال، شطرنج و بازی های فکری پیچیده می رود که نیازهای فکری، جسمی، روانی واجتماعی او را بهتر برآورده می کند (داورپناه، ۱۳۹۳).

تاثیر جنس

یکی از عوامل موثر در بازی جنسیت است. از این رو دیده می شود که بازی پسرها با دخترها تفاوت دارد. عمده ترین تفاوت میان بازی دختران و پسران عبارت است از:

الف –طبیعت و فطرت کودک. بعضی از دختران به طور غریزی به برخی از بازی ها علاقه بیشتری نشان می دهند و برخی از پسران به بازی های دیگر.

ب - انتظارات و توقعاتی که والدین و جامعه از دختر و پسر دارند سبب می شود آنان نیز کم کم به سوی بازی های متفاوت دخترانه و پسرانه سوق داده شوند.

ترمن فهرستی از بازیهایی که دختران و پسران علاقه ای چشمگیر به آنها از خود نشان می دهند را تنظیم و عرضه کرده است. بازیهایی که بیشتر پسران انتخاب می کنند و به آن علاقه دارند، عبارت است از: تیله بازی، کشتی، استفاده از ابزارها،

[1] with the rule games

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

تیراندازی، بادبادک بازی، دوچرخه سواری، مشت زنی، فوتبال، فرفره بازی، کامیون و ماشین بازی، دویدن و..... بازی های مورد علاقه دختران عبارت است از: عروسک بازی، طناب بازی، مهمان بازی، پذیرایی، خیاطی، تشکیل کلاس درس، بافندگی، رقص، فروشندگی، معما بازی و..... البته بازی هایی وجود دارد که هر دو جنس به آن علاقه مندند.

لمان و ویتی[1] با استفاده از پرسشنامه و در ضمن تحقیقی گسترده، دریافته اند که پسران بازی هایی را ترجیح می دهند که توام با فعالیت و پر تحرکی باشد چرا که در این نوع بازیها انرژی زیادی صرف می شود و نیاز به نیروی بدنی دارد. چابکی، مسابقه و رقابت و در واقع حس برتری طلبی سبب می شود که این نوع بازیها را به انواع دیگر بازی ترجیح دهند، در حالی که دختران معمولا به بازی های ساکن تر علاقه دارند که در آن تحرک کمتر است و آرام تر انجام می شود. این مطلب را تحقیقات دیگری نیز تایید کرده است.

مارژوری هونزیک و اریکسون[2] بازی ساختمان سازی کودکان یازده تا سیزده ساله را مورد بررسی قرار دادند..پسران، بیشتر اوقات با استفاده از مکعب ها، ماشین، آدمک های یک شکل با لباس های همسالان، ساختمان، جاده، کوچه و فروشگاه درست می کردند. دختران بیشتر به نظافت داخلی خانه می پرداختند و صحنه های خانوادگی را نشان می دادند.

در سنین قبل از دبستان، میان بازی دختران و پسران تفاوت چندانی مشاهده نمی شود ولی همین که کودکان به سن ورود به دبستان می رسند، اختلافات در نوع بازیها آشکارتر می شود و در اینجا می توان ارزش هایی که جامعه برای هر جنس قائل است را در بازی های کودکان به طور واضح مشاهده نمود. در حدود هفت یا هشت سالگی، تفاوت های جنسی آشکارتر می شود. پسران بیشتر تمایل دارند با همدیگر بازی کنند و این امر در دختران نیز به چشم می خورد. پسران، به جای بازی با دختران، آنان را آزار می دهند و مسخره می کنند. اگر پسری با گروهی از دختران بازی کند، دیگر پسران او را مسخره می کنند (داورپناه، ۱۳۹۳).

تاثیر محیط

تاثیر محیط بر بازی کودک را از دو دیدگاه می توان بررسی کرد:

۱. غنا بخشیدن به محرکاتی که کودک با آنها بازی می کند.
۲. تفاوت بازی های کودک در محیط های مختلف از نظر جغرافیایی.

بازی هادر کشورهای مختلف یکسان نیست. این تفاوت را می توان در بازی های شمال وجنوب یک کشور و حتی محله های یک شهر نیز یافت. فرهنگ هر جامعه در نوع و نحوه هر بازی تاثیر می گذارد و می توان گفت که بازی کودکان، می تواند نماد فرهنگ آن جامعه باشد.

1. Leeman , Withy
2. Marzhory honsyc, Erikson

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

وضعیت اقتصادی نیز در انتخاب اسباب بازی و نوع بازی ها نیز تاثیرگذار است. در جوامعی که دچار فقر اقتصادی هستند طبیعتا توانایی خرید و تهیه وسایل بازی برای کودکان خود را ندارند در نتیجه پدر و مادر و بزرگسالان جامعه آن دسته از بازی های سنتی را که آلات و اسباب ساده ای دارد را به کودکان خود می آموزند. در این جوامع ، کودکان یاد می گیرند که برای خود اسباب بازی بسازند.این تولید و سازندگی نیز گونه ای بازی و فعالیت دلچسب برای این قبیل کودکان به شمار می آیند (داورپناه، ۱۳۹۳).

تاثیر هوش

یکی دیگر از عواملی که می تواند بر نحوه بازی و نوع آن، انتخاب اسباب بازی و استفاده از آن تاثیر بگذارد هوش[1] است. نحوه برخورد کودکان باهوش و کودکان کم هوش نسبت به بازی و اسباب بازی متفاوت است. کودکان تیزهوش با انتخاب وسایل و اسباب بازی هایی که بتوانند با آنها به نوآوری، ابتکار و ابداع دست بزنند سعی می کنند تا قوای ذهنی خود را به کار گیرند. کودکانی که از هوش بالاتری برخوردار هستند مدت کمتری به یک نوع بازی مشغول می شوند؛ آنان خواهان تنوع هستند و از گوناگونی بازیها لذت می برند. همزمان با رشد جسمی کودکان باهوش علاقمندی آنان به بازی هایی که مستلزم فعالیت های ذهنی و جسمی است بیشتر می شود؛ مثلا جمع آوری اشیاء از یک گروه (کلکسیون) برای آنان جذاب تر و لذتبخش تر است.

تفاوت در انتخاب بازیهای انفرادی و گروهی مبین این است که کودکان تیزهوش معمولا به دلیل توانایی های بیشتر، معمولا انرژی بدنی زیادی مصرف نمی کنند. و کودکان عقب مانده نیز تمایل چندانی به انجام بازیهای پرتحرک ندارند. تحقیقات نشان داده است کودکان تیز هوش، به علت توانایی زیاد، و کودکان کم هوش، به سبب توانایی کم، معمولا در گروه همسالان به خوبی پذیرفته نمی شوند.

اگر یک ماشین اسباب بازی در اختیار کودک عقب مانده گذاشته شود، ممکن است آن را به اطراف بکوبد یا آن را متلاشی کند، ولی کودک تیزهوش سعی می کند با آن بازی رمزی انجام دهد و حتی ممکن است به بررسی کنجکاوانه ماشین اسباب بازی بپردازد و آن را باز کند تا از محتویاتش آگاهی یابد(احمدوند،۱۴۰۰).

ارزش درمانی بازی

امروزه، برای حل مشکلات رفتاری کودکان، به کمک بازی درمانی، درمانگران اسباب بازی هایی را در اختیار کودکان قرار می دهند و در هنگام بازی کودکان، رفتارهای آنان را زیر نظر می گیرند. آنان پس از کشف ریشه های مشکلات کودکان، به درمان آنان می پردازند. بازی نقش تخلیه هیجانی، برای از میان بردن انرژی سرکوب شده را ایفا می کند. کودکی که

1. intelligence

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

در معرض تنشهای محیطی قرار دارد، بعلت محدودیت محیطی تحمیل شده به او، نیاز است از فشاری که به او وارد می شود رهایی یابد.

بازی به کودک فرصت می دهد تا احساسات نهفته خود را به شیوه ای قابل پذیرش در جامعه بیان کند و به وی اجازه می دهد انرژی تحت فشار خود را به گونه ای بیرون بریزد که از نظر اطرافیان، معنایی نداشته باشد. بازی واسباب بازی ها بهترین ابزار جهت شناختن تمایلات واحساسات کودکان به شمار می آیند؛ زیرا کودک، به هنگام بازی خواسته ها و تمایلات خویش را بیان می کند. بطور غیر مستقیم نشان می دهد که از چه چیزی محروم شده است، به چه چیزهایی بیشتر علاقه و تمایل دارد و از چه چیزهایی در رنج است. مثلا بچه ای که می خواهد نقش یک رهبر را بازی کند و دیگران از دستوراتش اطاعت کنند، چون در زندگی واقعی برآوردن چنین خواسته ای ممکن است مقدور نباشد، در بازی می تواند نقش پدر ، معلم یا ژنرال سرباز عروسکی خود را داشته باشد. به گفته روانشناسان، بازی وسیله طبیعی کودک برای بیان خود واقعیشان است. در بازی موقعیتی ایجاد می شود که کودک می تواند احساسات و مشکلات خود را بروز دهد؛ همان طور که بزرگسالان مشکلات خود را با گفت وگو عنوان ومطرح می کنند. زمانی که کودک با عروسک هایی که معرف اعضای خانواده او هستند بازی می کند ، امکان دارد با رفتاری که با هر عروسک انجام می دهد درمانگر را متوجه مشکلات خویش نماید و درمانگر بتواند از احساسات کودک نسبت به اعضای خانواده اش آگاه شود. اگر کودک، عروسکی را که به جای نوزاد یا خواهر و برادر کوچکترش است کتک بزند، یا عروسک مادر به عروسک خواهر و برادر بزرگ تر سیلی بزند، می توان دریافت که او نسبت به اعضای خانواده اش چه احساسی دارد (جهانیان، ۱۳۹۲).

کودکان در هنگام بازی، خود واقعی را با صداقت، صراحت، روشن و زنده بیان می کنند. نگرش، احساسات و افکار متلاطم آنان بخوبی نشان داده می شود. یک ناظر(درمانگر) دقیق می تواند از ورای این رفتارها، مشکلات کودک را درک کند. خود کودک نیز به مرور نسبت به مشکلات خود آگاه شده و روش روبه رو شدن با آنان را فرا می گیرد .

انواع بازی کودکان

بازی ها، بر توجه به محتوا و گرایشاتی که کودکان نسبت به انجام آن از خود نشان می دهند (که معمولا نشات گرفته از اوضاع و احوال درونی کودک است) و بر اساس نگرش و دیدگاهی که نظریه پردازان روان شناسی نسبت به کودکان و بازیها دارند، به انواع گوناگونی تقسیم می شوند.

در میان بازی ها، بازی های نمایشی، تقلیدی، نمادی و تخیلی به دلیل اهمیتی که در شناخت و بررسی وضعیت روحی، روانی و درمانی کودک دارند، و با توجه به این که کودکان هم بیشتر تمایل دارند به این بازی ها بپردازند، مورد توجه

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

روانشناسان و درمانگران قرار گرفته است. وجوه اشتراک این بازی ها که تشخیص آنها را قدری مشکل می سازد، سبب می شود که با دقت بیشتری این بازیها را واکاوی نماییم.

بازیهای تقلیدی

تقلید یکی از نیرومندترین غرایز ریشه دار در انسان است. کودک بسیاری از رسوم زندگی، آداب معاشرت، غذاخوردن، لباس پوشیدن، طرز سخن گفتن، ادای کلمات و جمله ها را بدون هیچگونه آموزش خاصی و تنها بر اثر نیروی غریزه از پدر، مادر و دیگر افرادی که با آنان بطور مستمر معاشرت دارد، فرا می گیرد و به کار می بندد. انسان در سراسر طول عمر، کم و بیش، از دیگران تقلید می کند؛ اما در فاصله یک تا پنج سالگی از این قوه بهره بیشتری می گیرد.

اولین افرادی که کودکان از آنان تقلید می کنند پدر و مادرشان هستند. آنان از اکثر فعالیت های پدر ومادر خود در خانه تقلید می کنند. پسران کارها و مشاغلی را تقلید می کنند که بیشتر مربوط به مردان است و دختران علاقه مندند که فعالیت های مربوط به مادران را تکرار کنند. مثلا پسرها در نقش بنا، دستفروش، مغازه دار، راننده، پزشک، خلبان، پلیس و.. را بازی می کنند، در حالی که دخترها در نقش مادر و پرستار ظاهر می شوند و کارهایی از قبیل تمیز کردن خانه، آشپزی، شستشو، نگهداری از کودکان دیگر، اتو زدن لباس ها وغیره را در قالب بازی انجام می دهند (زمان، ۱۳۹۳).

بازی های نمایشی

دیدن دخترهای کوچکی که کفش‌های پاشنه‌دار مادر را پوشیده و در حالی که عروسک خود را در آغوش کشیده‌اند در خانه حرکت می کنند، و یا پسرهایی که روزنامه بدست به یک مکالمه فرضی با مخاطب پنهان خود می پردازد، نشان از این دارد که کودکان دوست دارند به تقلید فعالیت های بزرگسالان بپردازند.این نخستین بازی نمایشی کودکان به حساب می آید.بازی های تقلیدی و نمایشی نقاط اشتراک زیادی دارند و در حقیقت، بازی نمایشی خود نوعی از بازی تقلیدی است، اما چیزی که آنها را از هم متمایز می سازد این است که در بازی تقلیدی کودک سعی می کند صرفا از یک نقش تقلید کند، در حالی که در بازی نمایشی، کودک علاوه بر تقلید نقش، انتظار خود از آن نقش را بیان می دارد. مثلا اگر کودک پدری مستبد و سخت گیر و خشن داشته باشد، کودک در بازی تقلیدی خود خشن و مستبد ظاهر می شود، اما در بازی نمایشی محبت و همدردی پدر با فرزند را اجرا می کند. (زمان، ۱۳۹۳).

بازی های نمادین

بازی های نمادی که نقطه اوج بازی های کودکانه است، از حدود یک ونیم یا دو سالگی آغاز می شود و در پنج و شش سالگی به کمال خود می رسد، و تا هشت و نه سالگی نیز ادامه می یابد. در واقع، بازی نمادی زمانی آغاز می شود که کودک به تدریج زبان می گشاید و توانایی کاربرد علائم و نمادهای زبان را دارد.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

بازی های نمادی، از نظر اجرا و مفهوم با بازی های تقلیدی و نمایشی تفاوت دارد. در بازی های تقلیدی و نمایشی، کودک از وسایل واقعی و موجود پیرامون خود استفاده می کند و به برون فکنی یا درون فکنی امیال و خواسته های خود می پردازد و از این طریق به لذتی درونی و برونی دست می یابد و خود را از قید تنشها رها می سازد.

در بازی های تقلیدی و نمایشی کودک از ابزار واقعی استفاده می کند و مشغول بازی می شود، اما در بسیاری از اوقات، کودک به دلایلی نمی تواند به ابزار مورد نیاز برای بازی کردن دست یابد. این جاست که کودک، برای حل مشکل خود، به بازی های نمادین روی می آورد و عناصری تازه وارد بازی کودکان می شوند. واقعیت ها تغییر شکل می یابند. اشیایی که وجود ندارند به وسیله اشیای دیگر به نمایش در می آیند (داورپناه، ۱۳۹۳).

مثلا کودک تکه چوبی را اسب فرض کرده و سعی می کند اسب سواری را با آن نمایش دهد یا مثلا یک مکعب چوبی را ماشین خود می پندارد و آنرا به جلو و عقب هل می دهد استارت می زند، بوق می زند ، ماشین خیالی را در حین حرکت نگه می دارد و ترمز زدن را با صدا نشان می دهد و یا آن را در گوشه ای پارک می کند، یا چوب بستنی را با چسب چسبانده و به شکل هواپیما در آورده سپس آن را در فضا حرکت می دهد و سپس در فرودگاه بر زمین می نشاند. در این بازی ها کودک از یک شی ء استفاده نمادین کرده است و آن را شیء واقعی فرض نموده است. در چنین اوقاتی، کودک به کمک تخیل از اشیاء و وسایلی که می شناسد یا از آنها دانش مختصری دارد نشانه ها را می سازد، نشانه هایی که جانشین اشیاء، حیوانات واشخاص واقعی می شوند (داورپناه، ۱۳۹۳).

پیاژه معتقد است که توجه به نشانه ها در بازی کودکان در واقع رمزگشایی از زبان فردی کودک است که وی می تواند با نوع بازی کردن، احساسات درونی خود را آشکار سازد. مثلا اگر کودکی تنبیه شده باشد، ممکن است عروسک خود را کتک بزند یا با خرس کوچولوی خود اوقات تلخی کند، یا کودکی که دارویی را به اکراه نوشیده وبه این دلیل کارش به مشاجره با مادرش کشیده باشد، به طور نمادین دارو به عروسکش می خوراند ودرباره مزایای دارو با عروسک سخن می گوید.این گونه بازی ها را پیاژه (بازی جبرانی) می نامد (داورپناه، ۱۳۹۳).

بازی های تخیلی

تخیل فعالیت عالی ذهنی است که فرد می تواند اشیاء یا حوادثی را در ذهن خلق کند، بدون این که مستقیما از داده های حسی بهره بگیرد. به عبارت دیگر ذهن هنگام تخیل، روابط تازه ای بین اجسام ایجاد می کند و یا چیزهایی را تصور می کند که پیشتر هرگز با آنها برخورد نداشته است.

ذهن خلاقانه کودک و تخیل او آن چنان قوی است که می تواند جریان باریک آب را همچون رودخانه ای خروشان و پهناور در خیال تجسم نماید و تل کوچک خاک را تپه و یا کوهی تصور کند. کودک می تواند خود را به شکل خودرو تصور کند

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

و همانند یک ماشین واقعی دور بزند و یا حرکت کند. در تصوراتش می تواند همچون راننده ای باشد که با دیدن مانعی فرضی به ناگهان ترمز کند.. تخیل کودک می تواند اسباب بازی های کوچک را بزرگ کند و مواد بازی را تغییر دهد تا به این ترتیب، کودک بتواند در عالم خیال ، موجودات خیالی را واقعی فرض کند و از تصورات و بازی خود لذت ببرد (داورپناه، ۱۳۹۳).

روند این مراحل، فاصله گرفتن تدریجی کودک از اشیایی که واقعی و در دور و بر او موجود هستند و افزایش مهارت کودک در استفاده از نماد غیر واقعی را نشان می دهند. تفاوت این نوع از بازی ها با بازی های نمادی آن است که در بازی های نمایشی، تقلیدی و حتی نمادی، کودک از آنچه که خود دیده و تجربه نموده است الگو برداری می کند، در حالی که در بازی های تخیلی، کودک با استفاده از تجربه های گذشته خود، رویدادی جدید که در سابق برخورد چندانی با آن نداشته است، به وجود می آورد. کودک در بازی های نمادی، در ذهن خود تصویر سازی می کند و با نیروی تخیل خود آنچه را که دوست دارد (از انسانها و یا موجودات زنده و غیر زنده) در برابر خویش حاضر می کند و گاه تغییراتی در آنها می دهد تا مناسب بازی او شوند . کودک با نیروی تخیل خویش، موجودات یا اشیایی را که سبب آزار و ناراحتی اش شده اند، بدون آنکه ترس و واهمه ای از گزند آنها داشته باشد، حاضر می کند و آن گاه با استفاده از اسباب بازی های نمادی خود، آنها را تنبیه نموده یا هلاک می کند و بدین گونه از آنها انتقام می گیرد. هدف اصلی آموزش و پرورش کودک، رشد قوه تخیل اوست. اگر با دقت به زندگی نامه مخترعان، نویسندگان، نقاشان و موسیقیدانان توجه کنیم بی تردید در می یابیم که آنان قوه تخیلی قوی داشته اند. بازی کودکان می تواند قوه خلاقانه آنان را رشد دهد و تخیل نیز فرصت های مفید و مثمر ثمری را برای یادگیری و شناسایی کودکان از جهان پیرامونشان فراهم می کند.

وسایل کمکی در بازی های تخیلی کودکان

متداول‌ترین فعالیتهای بازیهای تخیلی خانه بازی، خرید و فروش، آشپزی، بازی در نقش پدر و مادر و شکار است. برای انجام این بازی ها، هر چه تعداد وسایل بازی بیشتر باشد، بهتر است زیرا کودکان بیشتر از قوه تخیل استفاده می کنند و بازی از حالت نمادین بیشتر خارج می شود.

وسایلی که برای این منظور به کار می رود، لازم نیست نو و یا دقیق درست شده باشد. اگر این وسایل ناقص باشند، کودک با کمک تخیل خویش، آنها را تکمیل می کند (ریاحی، ۱۳۹۴)

بازی و شناخت

گسترش رشد شناختی کودک یکی از امتیازهای بازی است. بازی های حسی – حرکتی، سبب می شود درک کودک از دنیای اطرافش افزایش یابد و بازی های جسمی ناتوانی های کودک را به او می شناساند و کودک یاد می گیرد چگونه آنها

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

را برطرف سازد. بازی های نمادین نیز اجازه تغییر واقعیات را به او می دهد. در بازی نمادین ذهن کودک واقعیات را می تواند تغییر دهد مثلا عروسک او می تواند مانند کودکی کوچک زنده شود و با او حرف بزند. همراه با قوی تر شدن قوه درک کودک، او با استفاده از تخیلاتش بهتر می تواند به خیالپردازی بپردازد. زمانی می رسد که او قادر است مانند بزرگترها تفکر انتزاعی داشته باشد. در طی بازی، کودک مفاهیم بزرگ و کوچک، بالا و پایین، پر یا خالی آشنا می شود و آنها را با وضوح بیشتری درک می کند. در بازی تخیلی کودک کم کم درک می کند چه چیزی واقعی و کدام غیر واقعیست، چه چیزی را می تواند با تخیل تغییر دهد و چه چیز قابل تغییر نیست.

بازی کردن، کودک را قادر می سازد بر بعضی از امور پیرامونش تسلط پیدا کند، و دریابد که نمی تواند کاملا همه امور را تغییر دهد و همه چیز را دست کاری کند. پس او این درس را یاد می گیرد که دنیای واقعی را نمی توان کاملا تغییر داد (ریاحی، ۱۳۹۴).

بازی و گویش

کودک از یک سالگی کلمات جدید را تجربه می کند و به تدریج ذخایر لغوی اش را غنی تر می سازد و حتی با درک مطلب مهارتهای خود افزایش می دهد. در این سن کودکان با کلماتی که بر زبان می آورند، بزرگسالان اطراف را سرگرم می کنند. آنها با همبازی های خیالی خود صحبت می کنند و در حین بازی زبان شناختی کودکان گسترده ترشده و او سعی می کند کلمات جدیدتری را یاد بگیرد. .اگر کودک در محیطی آرام رشد کند، می تواند به آزمایش واکتشاف دست بزند. با بازی کردن قابلیت تسلط به اطرافش را پیدا می کند.

به تدریج که بزرگتر می شود، ازطریق بازی های مهارتهای حل مسئله و خلاقیت را نیز فرا می گیرد و از طریق بازی های نمادین می تواند مشکلاتش را در فضایی امن تر تصور کند و راه حلها متفاوت آن را با هم مقایسه کند (داورپناه، ۱۳۹۳).

کودکی که تخیل انعطاف پذیر دارد می تواند با استفاده از اشیاء اطراف خود، به خلاقیت بپردازد. مثلا می تواند شاخه ای کوچک را هواپیمایی تصور کند و آن را در فضا به حرکت در آورد و یا با استفاده از یک جعبه کوچک کفش برای عروسکش تختخواب بسازد و یک برگ پهن را مانند قایقی بداند که می توان آن را در دریا به حرکت در آورد. کودکانی با قوه تخیل بالا، زمان انتظار در مکانهایی چون مطب دکتر و یا سالن انتظار فرودگاه را بهتر تاب می آورد. چرا که در هر مکانی می تواند قوه تخیل خود را به کار اندازد و گذشت زمان را کمتر حس کند در نتیجه از حالت بی حوصلگی و کسالت بیرون می آید. اما کودکی که خیالپرداز نیست، زمان انتظار برایش طولانی و خسته کننده بنظر می رسد.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

بازی کردن بر قدرت تمرکز حواس کودک نیز تاثیرگذار بوده و باعث پرورش آن می شود. تحقیقات نشان داده است که بین خیالپردازی و آستانه دقت کودک ارتباط تنگاتنگی وجود دارد. کمی خیالپردازی به کودک کمک می کند تا بتواند حسابی خود را سرگرم کند.

پژوهشی در مورد کودکان پیش دبستانی ثابت کرده است بچه هایی که قادر نیستند خیالپردازی کنند، از دقت کمتری برخوردار هستند وتمایل بیشتری به رفتار مخرب (شیطنت) دارند (داورپناه، ۱۳۹۳).

بازی و نظم

بازی فواید دیگری نیز دارد: درک نظم، ترتیب و توالی مشارکت . نحوه شروع بازی، قوانین بازی، چگونگی انجام آن و زمان خاتمه بازی، فرصت مناسبی است تا کودک نکات بیشتری در باره نظم بیاموزد. بازی های نمایشی نیز همین فواید را دارند، مثلا فرزند شما هنگام خاله بازی، ابتدا به میهمان هایش که ممکن است چند حیوان عروسکی باشد، خوش آمد می گوید و آنها را روی صندلی شان می نشاند و با چای و کیک از آنها پذیرایی می کند. سپس ظرف ها را تمیز می کند و در آخر به بدرقه شان می رود و با آنها خداحافظی می کند. تمام این مراحل بیانگر آن است که رشد درک کودک از ترتیب و توالی به شکل مناسبی صورت گرفته است (قاضی و کدیور، ۱۳۹۳).

رابطه بین بازی و بلوغ اجتماعی کودکان

کارشناسان و پژوهشگران به این نتیجه رسیده اند که بازی نیاز اولیه و ضروری کودکان است و هر چه امکان بازیهای سالم و سازنده برای کودکان بیشتر فراهم باشد، فکر و ذهن آنان بهتر پرورش یافته و خصوصیات اجتماعی آنان بهبود می یابد. هنگامی که کودکان توانستند کنترلی روی عضلات خود داشته باشند ، شروع به تعامل با محیط می کنند.آنان با کنجکاوی در محیط تمایل دارند از مسائلی که در پیرامون آنها رخ می دهد آگاه شوند و این مستلزم خارج شدن از دنیای فردی و ورود به اجتماع بیرونی و برقراری تقابل با محیط پیرامون آنان می باشد. در بازی های گروهی که افراد هر تیم برای یک هدف مشترک تلاش می کنند، نیاز است تا افراد با هم هماهنگ شوند. در این هنگام کودک ناگزیر است حرکات و فعالیتهای خویش را با دیگراعضای تیم هماهنگ سازد. در نتیجه الزام به تعامل و ارتباط اجتماعی با دیگر افراد گروه می باشد.

کودکان نوع خاصی از بازی را انتخاب می کنند و شرایط بازی را با هم در میان می گذارند و هرکس خود را مقید به رعایت اصول و اطاعت از قوانین بازی می داند. این شروع نوع خاصی از زندگی گروهی و اجتماعی است که برای سازمان دادن به این زندگی اجتماعی، هر فرد از گروه این باور را در خود پرورش می دهد که اگر بخواهد از سوی همسالان و دیگر بازیکنان پذیرفته شود باید قوانین بازی احترام بگذارد. کودک بدون بازی، به ویژه بازیهایی که به صورت گروهی اجرا می شوند، فردی خودخواه و بدون توانایی لازم برای ایجاد ارتباط با دیگران بار می آید. ولی از طریق بازی، چگونگی همکاری و راه

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

نفوذ در گروه همسالان، رعایت حقوق دیگران، زندگی گروهی، جلب توجه دیگران وبسیاری از امور اجتماعی دیگر را یاد می گیرد. بازی به کودک یاد می دهد چگونه با دیگران ارتباط برقرار کند و در عین حال امکان کنترل خود در مقابل دیگران را به خوبی به وی یاد می دهد. کودکان به واسطه شرکت در بازی، نیروهای درونی خود را تقویت کرده و توسعه می دهند و می آموزند چگونه خویشتندار باشند. بدیهی است برنامه ریزی و طراحی بازیهای مناسب برای کودکان سبب می شود آنان به بلوغ اجتماعی رسیده، بدانند در جامعه چه نقشی باید ایفا نمایند و آمادگی مقدماتی را برای پذیرش را برای نقش های آینده به دست می آورند (قاضی و کدیور، ۱۳۹۳).

نقش بازی و اسباب بازی در شخصیت[1] کودکان

همان گونه که گفته شد کودکان معمولا بخشی از شبانه روز خود را برای بازی کردن صرف می کنند و از طریق آن حواس خود را تقویت می کنند، تواناییهایشان را محک زده و نقاط قوت و ضعف خود را شناسایی می کنند. هدف آنها از بازی، سرگرم شدن و تفریح کردن، گذران وقت ، شناخت جهان پیرامون و گریز از غم ها و ناراحتی هاست. البته شناخت آنها در سه مورد اخیر بصورت غیر مستقیم است.

بازی برای شناخت کودک

والدین و یا روان درمانگرها از طریق بازی با کودک به راحتی می توانند به خلقیات وی پی ببرند. توانایی وضعف، فرماندهی یا فرمان پذیری، شلوغ بودن یا آرامش داشتن کودک با نحوه بازی کردن وی رابطه ای مستقیم دارد.چنانچه به نحوه بازی کودک با اسباب بازی ها دقت شود به راحتی میتوان دریافت وی احساسات خصمانه دارد یا دوستانه. گله مندی از دیگران، مساله ای که او را رنج می دهد، آرزوهایی که دارد ، ترس و شجاعت، ابداع و ابتکار، انزوا طلبی یا زندگی جمعی، مهربانی و خشم از روی نحوه بازی کردن کودک با اسباب بازی و یا با همسالان و دیگر کودکان مشخص می گردد. بازی باعث آرامش، تسکین، آموزش راه زندگی و ایجاد راهی برای رسیدن به انس و الفت در کودک می شود (قاضی و کدیور، ۱۳۹۳).

بازی و نقش آن در رشد فکری کودک

محققان و روانشناسان حوزه کودک به نقش و اهمیت بازی در رشد ذهنی و فکری کودک توجه خاصی دارند. ویگوتسکی و پیاژه از جمله روانشناسانی هستند که مطالعات وسیعی در حوزه بازی کودکان و نقش آن در رشد ذهنی و فکری و زندگی اجتماعی کودکان پرداخته اند. محققان عقیده دارند، کودک در حین بازی وارد دنیایی مجازی می شود که قوانین خاص نانوشته ای دارد. لی برگ و بی یر۱ می گویند:"بازی آینه فرهنگ و راهی برای زنده ماندن در فرهنگ است". این محققان برای توضیح نظرشان می گویند:"هنگام بازی، کودک با زبان سر وکار دارد. به عبارت دیگر بازی، یعنی وجود دو زبان در

1. personality

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

یک و همان لحظه. کودک می آموزد چه بگوید و چه نگوید، چگونه و کی بگوید و این پروسه ای است که به خود آگاهی زبانی می انجامد" (زمان، ۱۳۹۳).

زبان ابزار اولیه بازی هاست و از نظر ویگوتسکی و پیاژه، مهمترین عامل چگونگی شکل گیری توانائی های ذهنی کودک به شمار می رود. تفاوت دیدگاه ویگوتسکی (۱۹۶۲/۱۹۳۴) و پیاژه در این است که ویگوتسکی عقیده داشت، پایان بازی هایی که سمت و سوی اجتماعی کردن دارند در هفت – هشت سالگی نبوده و تا سنین ده - یازده سالگی ادامه دارند. اما پس از گذشت این دوره، بازی ها تغییر ماهیت داده و بصورت فعالیت های گروهی – اغلب با رهبری یک یا چند نفره – در می آیند (زمان، ۱۳۹۳).

ویگوتسکی بازی ها را به دو دسته (بازی هایی با قوانین نانوشته و بازی هایی با قوانین معین) تقسیم بندی می کند.

به عقیده ویگوتسکی رهبری بازی هایی که قوانین خاص و نانوشته دارند را خود کودکان و بدون نیاز بزرگترها به عهده می گیرند، در حالیکه بازی هایی با قوانین معین را بزرگترها رهبری می کنند و به همین سبب سمت و سوی بازی ها درجهت تامین خواسته بزرگترها است. قوانین و مقررات بازی توسط بزرگترها وضع می شود و کودکان ملزم به تابعیت از آن قانون می کنند. به نظر ویگوتسکی بازی ها به رشد ذهنی و فکری، احساسی و اجتماعی کودک کمک می کنند. در واقع بازی ها ابزار تنظیم و کنترل رفتار کودک هستند. او هنگام بازی نقش های مختلفی را ایفا می کند دکتر می شود، معلم می شود، راننده می شود و .... وبدین ترتیب مشاغل گوناگون در را در حین بازی تجربه می کند. هر بازی قوانین خود را دارد. سناریوهای متفاوتی می تواند برای یک نوع بازی داشته باشد و قوانین و مقررات خاصی را در آن رعایت کند. نقشها می توانند بسته به تعداد و نانوایی های بازیگران تغییر و تحول یابد.

بازی هائی که از قوانین درونی و نانوشته تبعیت می کنند – بازی های دسته اول –در طی بازی و به مقتضای زمان و شرایط و اعضای شرکت کننده تغییر می کنند. اشیاء در این بازی ها نقش مهمی دارند. ابژه ها کودک را رهبری می کنند. کودک هنگام بازی قوه تخیل خود را به کار می اندازد. به همین جهت خلاقیت و آفرینش و نیز موقعیتی را که باید خصوصیت رفتاری و اخلاقی خاصی را بروز دهد، می سنجد. کودکان معمولا – تا حوالی سن چهار سالگی – به اختلافات رفتاری وکرداری توجهی ندارند، اما در طی بازی بر هم تاثیر می گذارند (قاضی و کدیور، ۱۳۹۳).

رهبری ابژه ها به مرور زمان رنگ می بازد واشیاء تنها وسیله ای برای فهم و درک یکدیگر بکار گرفته می شود. در این مرحله یک قطعه پازل، فقط یک قطعه پازل نیست ، بلکه وسیله ای برای حل مشکلی است. بدین سبب کنترل خود ۳ جزء لاینفک قوانین بازی می شود.به اعتقاد ویگوتسکی کنترل خود زمینه ساز پیشرفت های بعدی است.از این روی مسئولان مهد کودک و دبستان بایستی به بازی ها ونقش آنها در سواد اموزی توجه فراوان به خرج دهند. از نظر ویگوتسکی کتاب خواندن یک بازی سازنده است. به نظر او کتاب خواندن در چشم کودک نوعی سرگرمی و بازی است، زیرا که دنیای خیالی

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

کتاب ها به دنیای کودکان نزدیک می باشد. گفتگو دربار ه کتاب ها – یعنی این دنیای خیالی – ذهن کودک را تحلیلی می سازد. وقتی کودک همراه با بزرگسالی کتاب امکان بحث و مراوده ۴ فراهم می آید.اساس مراوده ها اغلب بر سوال و جواب ریخته می شود که به نظر لی برگ و بی یر پرسش ها همیشه بر محور"کجا وکی" می چرخد.اینجا لی برگ و بی یر از نفوذ بیش از حد بزرگترها اخطار می دهند و می گویند"گاهی بزرگترها فضای بسیار زیادی را اشغال می کنند و امکان اندیشیدن را از کودک می گیرند"(قاضی و کدیور، ۱۳۹۳).

شاگرد در کلاسی که تنها معلم سخن می گوید چیزی برای آموختن پایه ای نخواهد یافت. معلم باید قبل از هر چیزیاد بگیرد که باید به حرف دانش آموزانش گوش دهد و بداند که زبان – به عنوان پیش فرضیه بازی ها و بازی ها به عنوان پیش فرضیه سواد آموزی – زمانی می تواند به خلاقیت و آفرینندگی کودک منجر شود که کودک از آن بعنوان ابزاری برای ارائه اندیشه ها و افکارش استفاده نماید. اینجاست که اجتماعی کردن زبان در غالب بازی ها در نگاه ویگوتسکی امری ریشه ای و حیاتی می شود."احساس شریک و همراه بودن" – که نقطه عطف زندگی کودک است و به رشد و تعالی او می انجامد – به نظر ویگوتسکی باید هسته مرکزی فعالیت های مدرسه شود.او می گوید"قوه تخیل کودک بی حد و مرز است.لیوان خالی در چشم کودک می تواند از شیر پر باشد. هنگام بازی یک تکه کاغذ سفید شاید بتواند جای کیک یا شیرینی بگیرد". بازی های کودکانه مثلا دکتر بازی، معلم بازی، قطار بازی، مسافر کشی، هواپیما بازی و پرواز کردن، علاوه بر تخیل کودکانه به زبان نیاز دارد. تخیل – به مثابه تقلیدی از واقعیت های موجود پیرامون کودک – بازی را پر محتوا می کند و به کودک امکان آزمایش و تجربه می دهد. در این عالم مجازی است که کودک می اموزد از ابژه ها و واژگان و رفتارها و اعمال انسانها بهره ببرد. در عالم تخیل او هر چیزی می تواند چیز دیگر باشد.به عبارت دیگر اشیاء خاصیت نمادی پیدا می کنند.مثلا باز و بسته کردن بازوها نماد پرواز و چوب جارو نماد هواپیما یا چیزی از این قبیل می شود. بدین ترتیب کودک تولد، زندگی، مرگ، درد، رنج و شادی را به صورت نمادین هنگام بازی و در ذهن تجربه می کند.این تجارب مقدمات بعدی زندگی کودک آموزی را فراهم می آورد (قاضی و کدیور، ۱۳۹۳).

همانطور که گفته شد مراوده ها جزء جدائی ناپذیر بازی هستند. اما نباید فراموش شود که برداشت کودکان از کلمات و مفاهیم متفاوت از برداشت افراد بزرگسال است. مرجانه سه ساله هنگام دعوا – که اغلب جزئی از بازی است – با صدای حق به جانبی به دختر خاله اش که همبازی اوست، می گوید:"برو، برو، تو کی هستی که با تو دعوا کنم. دماغ مامان من اینقده، قد یه هندونه.دماغ مامان توچی؟ اینقده، قد یه نخود ".این دعوای کودکانه از کاربرد متفاوت زبان حکایت می کند.در نگاه مرجانه معنای بزرگی با مفهوم خوبی ومعنای کوچکی با بدی مترادف و آمیخته است. به نظر ویگوتسکی کودک بطور روزمره با مراوده های پیچیده و بغرنجی روبروست. او نام این نوع مراوده های پیوسته و هر روزه را مفاهیم روزمره می گذارد. به عقیده او مفاهیم روزمره ۵ می گذرد. به عقیده او مفاهیم روزمره درونی عمل می کنند. در ذهن کودک جائی

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

برای دسته بندی های زبانی وجود ندارد."ماهی حیوانی است که در آب زندگی می کند و با قلاب یا تور ماهیگیری گرفته می شود.تصور آبزی بودن ماهی و رده بندی های زیست شناسانه – در مخیله کودک نمی گنجد".

در خاتمه نباید فراموش کرد که رشد ذهنی کودک مرحله به مرحله صورت می گیرد. ما نمی توانیم این رشد را به جلو بیندازیم ، اما می توانیم آن را متوقف کنیم (قاضی و کدیور، ۱۳۹۳).

بازی کودکان و سلامت روانی[1] آنها

کودکانی که بازی را بصورت خودجوش و آزاد انجام می دهند لذت بیشتری از انجام آن می برند چرا که خود را مقید به رعایت نکات از پیش تعیین شده نمی بینند. بازی هر چقدر بیشتر آزاد برگزار شود برای آنان لذت بخش تر است. کودکانی که از بازی بازداشته می شوند دچار اندوه، افسردگی، لجبازی و انواع مشکلات جسمی و روحی می شوند.

حفظ سلامت روانی کودکان بسیار مهم است. رشد شناختی و مهارتهای اجتماعی کودک که در اثر بازی رخ می دهد کمک می کند تا روان کودکان از عواطف نامطبوع و محتویات نابهنجار ضمیر ناخودآگاه تخلیه گردد. بازی نوعی روان درمانگری جهت حل و فصل مشکلات روحی و روانی کودکان است. کودکانی که بنا به دلایلی دچار ترس های مرضی اجتماعی شده اند بایدانرژی منفی نهفته شده در آنها تخلیه شود. این کار را می توان با انجام بازی های گروهی، به شکلی ساده و لذت بخش انجام داد این روش ساده ترین راه درمان چنین کودکانی است. با انجام بازی می‌توان برای بچه ها راهی برای ورود به دنیای بیرون یافت و آنان را با درونشان سازگار نمود. کودکان به هنگام بازی ، با انجام حرکات مختلف، قابلیت ها و توانایی هایی را در خود کشف می کنند و آنها را پرورش می دهند. هر پیروزی، شوقی را در ایجاد می کند که سبب می شود آن را بارها و بارها تکرار کنند و با ادامه موفقیت، اعتماد به نفس در آنان تقویت می شود و باعث می شود احساس مثبت و مطبوعی نسبت به خود پیدا کنند. این احساس عزت نفس آنان را تقویت می کند و کودکان نسبت به انجام فعالیت پیچیده تر شور و شوق بیشتری از خود نشان می دهند. نهایتی برای رشد انسان نمی توان متصور شد اما شالوده این زیر بنا فعالیت لذت بخشی است به نام بازی. به اعتقاد شاملو سلامت روان عبارت است از رفتار موزون وهماهنگ با جامعه، شناخت و پذیرش واقعیت های اجتماعی و قدرت سازگاری با آنها، ارضای نیازهای خویشتن به طور متعادل و شکوفایی استعدادهای فطری خویش. برای کودکان تازه متولد شده، پدیده های جهان، بسیار درهم و برهم است که هیچ ارتباطی با یکدیگر ندارند. نوزادان با دست و پا زدن بسیار ساده، ابتدا به شناسایی اعضای بدن خود می پردازندو بتدریج اعضای دیگر بدن را به کار می گیرند، حرکاتی را انجام می دهند، پیامد انجام کارشان را می سنجند و با شناخت پیرامون خود، ارتباط بین آنها را درک می کنند. کودکان از طریق بازی واقعیت های ساده اجتماعی را درک می کنند و از طریق بازی خود را با

1. mental health

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

قوانین و مقررات اجتماعی سازگار می کنند. کودک از راه بازی با گروه همسالان در می یابد باید با دیگران همکاری کند، با اشتراک اسباب بازی و وسایل خود داد و ستد را یاد می گیرد و راه ورود به گروه را می آموزد. رفتار اجتماعی کودک در برخورد با دیگردانش آموزان در محیط مدرسه شکل می گیرد، ولی بازی های مفید در مدرسه در مقایسه با بازی های آزاد خارج از مدرسه فرصت کمی برای ارتباط برقرار نمودن با گروه همسالان را برای آنان ایجاد می نماید و آنان نمی توانند به راحتی از پس رفع مشکلات روابط اجتماعی بر آیند. بازی وسیله مهمی برای خودکنترلی کودک است قبل از آنکه از طرف بزرگسالان کنترل شود. کودک در حین بازی درک ارزش های حاکم بر جامعه و سازگاری و انطباق رفتارهای خود با ارزش ها را یاد می گیرد. در بازی های گروهی، کودکان خودخواه پذیرفته نمی شوند. بر عکس کودکان که به همکاری و تشریک مساعی با اعضای گروه می پردازند مورد تایید و تقویت واقع می شوند.این تقویت ها زمینه ساز پذیرش قوانین و قواعد پیچیده تر اجتماعی در بزرگسالی خواهد شد (ریاحی، ۱۳۹۴).

مفاهیم مربوط به اضطراب[1]

اضطراب تاریخچه طولانی دارد، انسان‌ها از زمان خلقت با اضطراب دست به گریبان بوده اند. واژه اضطراب برگرفته از یک واژه آلمانی به معنای ترس می‌باشد. اصطلاح اضطراب از کلمه‌ی لاتین anxious آمده است این اصطلاح به معنی برانگیختگی می باشد و از واژه لاتین anger به معنی مسدود کردن یا خف کردن می‌آید.

کلمه‌ی anxious یا برانگیختگی احتمالاً اشاره به احساس خفگی که مکرراً به وسیله‌ی افراد مضطرب تجربه می‌شود اشاره دارد. اضطراب در افراد مختلف به گونه‌های متفاوت بیان می‌شود. به عنوان مثال، پاره‌ای از بیماران مضطرب، علائم آشکار فیزیولوژیکی را نشان می‌دهند بی آنکه از حالات هیجانی شاکی باشند و بالعکس، پاره ای دیگر به برانگیختگی‌های هیجانی اشاره دارد. اضطراب خواه به تنهایی به صورت علامتی بارز و خواه همراه با سایر اختلالات، حالتی است که هسته مرکزی شخص، تعادل روانی را در هم می‌ریزد (رضاعی، ۱۳۹۲).

انواع اضطراب

اسپیل برگر (۱۹۷۵) بیان داشته است که برخی از افراد تنها در برخی مواقع اضطراب دارند، اما در مقابل افرادی وجود دارند که در بیشتر مواقع اضطراب دارند. به همین دلیل روانشناسان بین این دو دسته تفاوت و تمایز قائل شده اند.

اضطراب صفت

افراد در مقابل فراوانی و میزان شدت رخداد هیجانی به یک میزان واکنش نشان نمی دهند. اضطراب صفت ویژگی شخصیتی است که عکس العمل شخص را نسبت به رویداد پیش آمده می سنجد. بین مردم در میزان اضطراب صفتی تفاوت آشکاری

[1] anxiety

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

وجود دارد. اضطراب صفت در واقع ضمیمه شخصی است نه ویژگی موقعیت که با آن روبه‌رو است. اضطراب صفت گاهی به عنوان صفت یا ویژگی A نامیده می‌شود که به عنوان خصوصیات پایه‌ای فرد خوانده می‌شود که مانند بقیه صفات شخصیت از فردی به فرد دیگر متفاوت است.بعضی از افراد دارای اضطراب در سطح پایین و بعضی دارای اضطراب در سطح بالا هستند. همچنین اسپیل برگر اظهار می‌دارد که در افرادی که دارای اضطراب صفت هستند لازم است که تاریخچه دوران کودکی آن‌ها مورد بررسی قرار گیرد که احتمالاً رابطه بین والدین و کودک بر موقعیت‌های تنبیه کردن متمرکز بوده است. اسپیل برگر انگیزه ترس از شکست را که توسط اتکینسون (۱۹۶۴) پیشنهاد شده بود در این امر دخیل می‌داند و معتقد است که افراد با اضطراب صفت ممکن است درگیر چنین انگیزه‌ای شوند. به نظر او افراد دارای اضطراب صفت در سطح بالا، اغلب اوقات در حالت اضطراب به سر می‌برند.

اضطراب حالت

اضطراب حالت، هیجان نامطلوبی است که بطور معمول همراه با احساس دردناک، ممتد و ادامه دار همراه با بیم و نگرانی است. باید متذکر شد که اضطراب تنها برای رویارویی با خطر نیست بلکه برای هوشیار بودن در هنگام امتحان، مطالعه کردن، برنامه‌ریزی کردن و احتیاط به هنگام رانندگی و مسائلی از این دست ضروری به شمار می رود. وجود ترس و اضطراب به صورت محدود، می‌تواند بسیار مفید و حتی لذت‌بخش باشد. سطح معینی از اضطراب لازم است اما بیشتر از آن عامل تخریب موقعیت‌ها یا ایجاد حرکات و رفتارهای غیرانطباقی و همراه با رنجی است که به زحمت می‌توان آن را تحمل کرد (بیابانگرد، ۱۳۹۲). اسپیل برگر و همکاران (۱۹۷۶) معتقدند که اضطراب امتحان شکلی از اضطراب موقعیتی است. در این مدل افراد دارای اضطراب امتحان بالا در موقعیت‌های امتحان به طور هیجانی پاسخ می‌دهند و نگرانی آنها با آشکاردهنده‌های موقعیت ظاهر می‌شود که این واکنش گرایش فرد امتحان‌دهنده را به خطای غیرعمدی یا تصادفی فعال می‌سازد (پاین، ۲۰۰۵، به نقل از جهانی‌پور، ۱۳۹۳).

علائم و نشانه ها در اضطراب

علائم اضطراب به چهار گروه فیزیکی، روانی، رفتاری و شناختی تقسیم بندی می شوند که مستقل از هم نبوده، بلکه عملکرد آنها با کل ارگانیزم هماهنگ است. عملکرد اصلی این علایم به وجود آوردن پاسخ‌های انطباقی در موقعیت‌های خطرزاست. این علایم به این شرح است:

فیزیکی: خستگی، فرسودگی، رخوت و بی‌حالی، فشار عضلانی، سردرد، تپش قلب، تنفس سطحی، اختلالات روده‌ای، سوء هاضمه، مشکلات خواب، میل جنسی پایین، پرخوری و بی‌اشتهایی.

روانی: تحریک‌پذیری، نگرانی، استرس بیم، دوری بودن، احساس فشار زیاد، خصومت و ناراحتی.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

رفتاری: گوشه‌گیری، تغییرات ظاهری، تغییر در عادات، تغییر در ارتباطات، انزوا و ترک دیگران.

شناختی: تصمیم‌گیری ضعیف، افکار رقابتی، مشکل در تمرکز، عدم توانایی در الویت‌بندی، اختلال در حافظه کوتاه‌مدت و گیجی (جهانی پور، ۱۳۹۳).

روش (روش نمونه گیری، حجم نمونه)

در این تحقیق آزمایشی با طرح پیش آزمون – پس آزمون همراه با گروه آزمایش و کنترل اجرا شده است. روش پژوهش شبه آزمایشی است. برای تحلیل آماری پژوهش حاضر نیز از تحلیل کوواریانس بهره گرفته شده است.

جامعه آماری مورد مطالعه را تمامی کودکان تک والدی ساکن منطقه یک شهر ساری تشکیل می دهند که حدود ۵۲ نفر بوده است.

نمونه آماری مورد مطالعه ۴۰ نفر (۲۰ نفر گروه آزمایش و ۲۰ نفر گروه کنترل) می باشند که بر اساس فرمول کرجسی مورگان و با روش نمونه گیری هدفمند بعنوان نمونه انتخاب می شوند و به روش نمونه گیری تصادفی ساده در گروه آزمایش و کنترل قرار می گیرند.

$$n = \frac{N\,t^2\,S^2}{Nd^2 + t^2S^2}$$

یافته ها

همانطور که در جدول شماره ۱ مشاهده میشود ضمن کنترل تأثیر متغیّر پیش‌آزمون، بین نمرات اضطراب در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۱-نتایج تحلیل کوواریانس بین گروه‌های کنترل و آزمایش و پیش‌آزمون

منبع واریانس	درجه آزادی	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضریب اتا
نمره پیش-آزمون (متغیر همپراش)	۱	۹۸/۰۲	۹۸/۰۲	۰/۳۹۰	۰/۵۳۶	**۰/۰۱۰**
گروه	۱	۱۹۸۰۲/۵۰	۱۹۸۰۲/۵۰	۱۷۷/۰۷	۰/۰۰۰۱	**۰/۸۲**
خطا	۳۸	۴۲۴۹/۵۰	۱۱۱/۸۲			
کل	۴۰	۴۸۲۰۱۲				

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

به طوری که در اضطراب($p \leq ۰/۰۰۰$ و $F = ۱۷۷/۰۷$ و ۳۸ و ۱= df) گزارش شده است.در پس آزمون ۸۲ درصد تفاوت بین نمرات گروه آزمایش و کنترل وجود دارد که نشان دهنده تأثیر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد است.در نتیجه فرضیه پژوهش «اثربخشی بازی درمانی بر کاهش اضطراب کودکان» تأیید می‌گردد. این یافته با نتایج پژوهش یوسفی(۱۳۹۹) ، رضایی(۱۳۹۸)، مریدیان(۱۳۹۸)، باگرلی(۲۰۱۸) همسو می باشد ولی با نتایج توکلی و کلانتری (۱۳۹۶) ناهمسو است.

نتیجه گیری

کودکان بدون اینکه خود خواسته باشند گاه مجبورند بدلایل متفاوت همچون مرگ یکی از والدین و یا طلاق پدر و مادر خود و ... ناگزیر از زندگی با تنها یکی از والدین خود باشد. وجود کمبودهای عاطفی و یا مشکلات اقتصادی که منجر به حضور کمرنگ والد در محیط خانه می شود می تواند لطمات جبران ناپذیری بر روی روند رشد طبیعی کودک داشته باشد و او را از داشتن یک زندگی طبیعی و نرمال محروم سازد. خشمهای فروخورده و ناکامیها و اضطرابهایی که گاه از جانب همسالان و گاه از جانب جامعه ای که در آن زندگی می کند، سبب می شود کودک دچار اضطراب شده، بی خوابی، پرخوابی و یا احساس سردرگمی و پوچی داشته باشد. از این رو اینگونه مسائل می تواند وی را به سمت پرخاشگری سوق دهد و موجب ضرر رساندن به خود و یا دیگران شود. در این میان وجود یک روان درمانگر که بتواند روحیات و خلقیات کودک را بشناسد و خلاها و مشکلات زندگی وی را تشخیص دهد، بیش از پیش نمود می یابد. یکی از روشهای به کار گرفته شده در واکاوی این گونه از کودکان، استفاده از شیوه بازی درمانی است. روان درمانگر با طراحی و اجرای بازی های مختلف سعی می کند شرایطی ایجاد نماید تا کودک بتواند ترس و تنش خود را بیرون بریزد، در واقع « خود درونی اش » را نشان دهد. درحین اجرای بازی درمانی کودک ممکن است احساساتی را از خود بروز دهد که برای روان درمانگر و یا حتی والد نیز تعجب آورباشد، احساساتی چون تنفر، ترس، احساس شکست، بی کفایتی تنهایی، ناامنی و احساس ناخواسته بودن. غالبا این احساسات باعث محرومیت از پذیرش وی در جمع همسالان می شود و انحراف شخصیت کودک را در پی خواهد داشت. در بازی درمانی به کودک وسایل بازی داده می شود و بدون اینکه به بازی او جهت خاصی داده شود کودک شروع به بازی می کند، همزمان درمانگر با دقت اعمال، رفتار و گفتار او را تحت نظر می گیرد و با مشاهده کنش های او در حین بازی به نگرانی ها و دلمشغولی های او پی می برد. او این رفتارها را ارزیابی کرده و پس از تفسیر و نتیجه گیری از عملکردهای کودک، راه حل هایی که مناسب رفع مشکل است را به کودک ارائه می‌کند.چنانچه کودک تمایل به بازی نداشته باشد، درمانگر باید او را تشویق کند، اگر کودک ساکت بماند و بازی نکند، درمانگر خود شروع به بازی با اسباب

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

بازی ها می کند و بتدریج از کودک می خواهد که به بازی بپیوندد. بازی درمانی مداخله ای مستقیم است که به دلیل ماهیت درون سازانه اضطراب منجر به عینی سازی اضطراب و در نتیجه افزایش اثربخشی مداخله می شود. درمانگر در حین اجرای بازی درمانی به کودک کمک می کند تا با بیان احساسات، افکار و باورهای متضاد و معکوس خود، زوایای پنهان شده در وجود خود را نشان دهد. ازآنجا که تعداد زیادی اسباب بازیهای مختلف در اختیار کودک قرار می گیرد کودک می تواند آزادانه با هرکدام از این وسایل که تمایل داشت بازی کند.

بازی و بازی درمانی از زمره روشهایی است که نتایج مفید و قابل توجهی به بار می آورد و به شیوه مثبتی به رفتارهای هیجانی و تکانشی تعادل می بخشد (بارتون و دائوف، ۲۰۱۶). پرخاشگری، واکنشی نسبت به ناکامی و سرکوب امیال است. کودکان چون نمی توانند تمامی نیازهای خود را برآورده سازند، دچار ناکامی می شوند. در این حالات نمی توانند با شرایط محیطی، مقررات و محدودیتهای جامعه، آداب و رسوم، ارزشها و امر و نهی ها خود را تطبیق دهند. بنابراین با استفاده از تکنیک بازی درمانی برای کودکانی که تمایل به بازیهای انفرادی و تکروی دارند سعی در ایجاد محیطی دارند که مهارتهای اجتماعی کودکان رشد کرده و باعث شود تا برای شرکت در فعالیتهای گروهی بدون ارزیابیهای منفی از خود تشویق شوند. برخی از بازیهای طراحی شده دارای تحرک زیاد می باشند که این بازیها سبب می شود انرژی کودکان تخلیه شده و از طریق کلمات و جملاتی که در حین بازی می گویند و یا حرکات و ارتباطهایی که در هنگام بازی با دیگران از خود نشان می دهند درمانگر را متوجه اشتباهات رفتارهای خود کرده و درمانگر با بیان جملات و قرار دادن کودک در موقعیت صحیح و درست به اصلاح رفتار کودک بپردازد. استفاده از تکنیک های مختلف بازی درمانی سبب خود آگاهی کودک به صورت ذهنی بر بدن خود می شود و در می یابد در مواقع عصبانیت و اضطراب با استفاده از تکنیکهای آموزش دیده چگونه می تواند خشم و اضطراب خودرا کنترل نموده و آرامش را به خود بازگرداند. استفاده از تکنیک بادکنک خشم، به کودک راههای ابراز خشم و عصبانیت به شیوه درست را می آموزد و کودک با تأثیر خشم بر کارکردهای بدن بیشتر آشنا می شود. استفاده از تکنیکهایی مثل رنگ آمیزی موجب می شود تا کودک ابراز درست هیجانات خود را یاد بگیرد و احساس شکست خود را از طریق رنگها ابراز کند و بهتر بتواند هیجانات خود را کنترل کند.

بازی درمانی می تواند در برون فکنی هیجانات منفی که بخاطر شرایط محیطی بر کودک تحمیل شده است، به ویژه زمانی که مادر نیز نقش فعالی در آن بازی دارد، هیجانهای منفی کودک را بیرون می ریزد و آنها در شرایطی امن و بدون ارزیابی نقش مؤثری خواهد داشت. کودک نیز در جریان بازی تجربه های سخت و آسیب زای گذشته را دوباره به نمایش می گذارد تا درک درست تری از آنها به دست آورد و تسلط بیشتری بر آینده داشته باشد. بازی درمانی در مقایسه با سایر روشهای درمانی که برای کودکان به کار برده می شود، از امتیاز عمده ای برخوردار است و آن امتیاز، جذابیت بازی درمانی است (گالاگر، ۲۰۰۳).

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

بازی درمانی در قالب انواع بازیها به کودک فرصت می دهد تا از خود شناخت بیشتری پیدا کند و محرکهای محیطی را بهتر بشناسد و در نتیجه احساس کنترل بالاتر داشته باشد. در ابتدا در قالب بازیهایی چون پانتومیم احساسات، قصه گویی دو طرفه و نمایش عروسکی به آزادسازی هیجانات و احساسات و نیز شناخت علائم چهره ای و بدنی آنها کمک می شود. همدلی و همراهی با احساسات کودک در طی این فرایند انجام می گردد. در این روش چون اضطراب و ترس کودک با کاهش احساسات خاص همراه است ، زمینه ورود به مرحله مداخله فراهم می شود. در حین بازی درمانگر از کودک راجع به شرایط بوجود آمده سوال می پرسد و به شکل نامحسوس او را راهنمایی می کند تا بهترین تصمیم را بگیرد.

نتایج این پژوهش نشان داد با استفاده از بازی درمانی اضطراب کودکانی که تک والدی بودند به میزان قابل توجهی کاهش پیدا کرد لذا پیشنهاد میشود با توجه به نیاز امروز جامعه سایر روش های کاهش دهنده اضطراب و پرخاشگری نظیر قصه گویی، داستان نویسی، نقاشی، تئاتر و... بر روی کودکان صورت گیرد؛ و نتایج با هم مقایسه گردد.

منابع

احمدوند، محمدعلی،(۱۴۰۰) . روانشناسی بازی . ناشر دانشگاه پیام نور

بارتل، آلیسون. (۱۳۹۲). *۱۰۱ بازی برای آموزش مهارت های زندگی به کودکان ۹ تا ۱۵ سال*. (مترجم امیر جهانیان). تهران: آشیانه برتر.

بختیاری، فاطمه؛ حسینی، هاجر، (۱۳۸۳) . غرب و پدیده خانواده های تک والدی . مطالعات راهبردی زنان، شماره ۲۴

بیابانگرد، اسماعیل. (۱۳۹۲). *اندازه گیری اضطراب امتحان و مقایسه اثر بخشی سه روش درمانی خود آموزش دهی و حساسیت زدایی منظم در کاهش آن*. پایان نامه دکترا روانشناسی دانشگاه علامه طباطبایی.

ریاحی، غلامحسین. (۱۳۹۴). *رمز و راز دنیای کودک*. نشر اشراقیه.

زیبایی، اعظم؛ غلامی، حسن؛ زارع، مسعود؛ مهدیان، حسین؛ یاوری، مهری؛ حارث آبادی، مهدی. (۱۳۹۲). تأثیر آموزش آفلاین بر کنترل خشم نوجوانان در مدارس راهنمایی دخترانه مشهد. *مجله دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی*، ۵، (۲)، ۳۷۵-۳۸۵.

شارپ، جین. (۱۳۹۲). اولین بازی تفکر کودک است (راهنمایی یادگیری بازیهای آموزشی برای کودکان قبل از مدرسه). (ترجمه دکتر قاسم قاضی و نعمت کدیور). تهران: روان.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

قاضی، قاسم؛ کدیور، نعمت؛ (۱۳۹۲). تفکر، بازی کودک است: راهنمای یادگیری بازی های آموزشی برای کودکان قبل از دبستان. تهران، نشر آینده درخشان

کاپلان هارولد؛ سادوک بنیامین.(۱۳۹۳). روانشناسی بالینی. (ترجمه فرزین رضایی). تهران: شهرآب.

میدیام، داوید، (۱۳۹۳). *زندگی عاطفی کودک از صفر تا ۲ سالگی*. (ترجمه ساعد زمان)، تهران، نشر مرکز کتاب ماد.

الیسون، شیلا، آن گری، جودیت. (۱۳۹۳). *بازی های خلاق*، (مترجم فروزنده داورپناه)، تهران، جوانه رشد.

یعقوبی، کژال؛ سهرابی، فرامرز، مفیدی، فرخنده،(۱۳۹۰). بررسی و مقایسه میزان پرخاشگری کودکان طلاق و عادی . مجله مطالعات روان شناختی، دوره ۷، شماره ۱

یوسفی شهیر، نعیمه؛ آزموده، معصومه؛ واحدی، شهرام؛ لیورجانی، شعله، (۱۳۹۹). اثربخشی بازی‌درمانی والد - کودک بر پرخاشگری، اضطراب، و ترس اجتماعی کودکان دچار اختلال نافرمانی مقابله‌ای. *روانشناسی فرهنگی*، سال چهارم، شماره ۱، صص ۱۵۶-۱۳۹.

Baggerly, J., & Parker, M. (2005). Child-centered group PLAY therapy with African American boys at the elementary school level. Journal of counseling & Development, 83(4), 387-396.

Gallagher, N. (2003). Effects of parent-child interaction therapy on young children with disruptive behavior disorders. Bridges: Practice-Based Research Syntheses, 1(4), 1-17.

McDiarmid, M. D., & Bagner, D. M. (2005). Parent child interaction therapy for children with disruptive behavior and developmental disabilities. Education and Treatment of Children, 130-141.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۱۴، شماره ۱۸ ، پاییز سال ۱۴۰۱

The effect of play therapy on single-parent children

Royasadat Moghaddasi[1]

Abstract

In today's society, a phenomenon called single-parent family is seen more than in the past and it occurs for reasons such as death, imprisonment, disappearance of one of the parents, or divorce and separation between parents. Children who live with one of their parents face the lack of the other parent, and this problem can create problems for them, of which anxiety is only a small example. Anxiety is an unpleasant feeling that usually occurs due to the repetition of past stressful situations. In this study, the effectiveness of play therapy on the anxiety of single-parent children has been investigated. Using the experimental method, 40 people were selected from among the studied subjects by purposive sampling method. In order to collect and validate the data, Spence's anxiety questionnaire was used, and after scoring the questionnaire and extracting the data, using SPSS-V21 software and taking the help of the one-factor and multi-factor covariance analysis statistical test to analyze and Data analysis has been done.

The findings showed that play therapy is effective in reducing anxiety and its components (failure, physical aggression, relationships with authority figures and relationships with peers).

Keywords: play therapy, anxiety, single parent children.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-10]

[1] Master of General Psychology, Rahian Novin Danesh University, Sari, Iran (r.moghada30@gmail.com)