



## The effectiveness of play therapy on reducing separation anxiety disorder and isolation of elementary students

Ali Rezaeisharif<sup>1\*</sup>, Zahra khademi Astaneh<sup>2</sup>

<sup>1</sup>- Associate Professor, Department of Counseling, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

<sup>2</sup>- M.C. of School Counseling, Department of Counseling, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.



**Citation:** Rezaeisharif.A, Khademi Astane.Z (2023) [The effectiveness of play therapy on reducing separation anxiety disorder and isolation of elementary students].(Persian). Journal of school Counseling.7(3).1-22

**doi:** [10.22098/jsc.2023.12066.1.91](https://doi.org/10.22098/jsc.2023.12066.1.91)



Received: 2023/1/19

Accepted: 2023/2/16

Available Online: 2023/2/27

### ABSTRACT

**Objective:** Evidence has shown that play therapy has been effective in reducing behavioral disorders, but can it be effective in improving social anxiety disorder, segregation, and isolation of students? The female students were elementary school students.

**Materials and Methods:** This study was a quasi-experimental study with pre-test and post-test design with a control group. The statistical population included all first-grade female students of Haj Mohammad Jafari Namin School (78 students). Among them, the samples of students with the highest anxiety scores on the Separation Anxiety and Isolation Scale of (Mani Kawasgar, 2009) were selected and randomly divided into experimental and control groups. The experimental group received 10 sessions of play therapy intervention and no interventions were performed on the control group. Students' anxiety screening test score was considered as a pre-test and after the intervention, children's anxiety test was performed on both groups again and its score was considered as a post-test.

**Results:** Data were analyzed using analysis of covariance and independent group t-test. The results showed that play therapy had a positive and significant effect on reducing separation anxiety and isolation in children because it was ( $P < 0.05$ ).

**Discussion and Conclusion** Play therapy can be effective in treating separation anxiety and isolation students.

#### Keywords:

Separation anxiety and isolation of children, play therapy, elementary students

\*Corresponding Author: Ali Rezaeisharif

Address: Department of Educational Science and counseling, University of Mohaghegh Ardabili

Tel: 09144014673

E-mail: [Rezaeisharif@yahoo.com](mailto:Rezaeisharif@yahoo.com)



## ۱. Introduction

Children constitute the major strata of the world's population so, in developing countries, the share of this stratum in the total population is approximately ۱۱ percent (Narimani, Soleimani and Abolghasem, ۱۳۹۰). In any society, the health of children and adolescents is of particular importance. And paying attention to their mental health helps them to be mentally and physically healthy and to play their social role better. Attention to their physical, emotional, psychological, and behavioral development is always from Thinkers and researchers have been emphasized, so that in the last ۲۱ years, behavioral, social, and emotional problems of children have been raised as one of the major topics in psychiatry and psychology (Mash and Barclay, ۲۰۱۹). Some children develop certain behavioral problems during development. Many of these problems fall into two main categories: internalized behavioral problems and externalizing behavioral problems. Internalized problems such as isolation, depression, and anxiety are more focused on the child, and externalizing problems such as aggression, hyperactivity, and disobedience are focused on the environment. These problems, for whatever reason, have a significant impact on various areas of children's lives, including academic performance. Children's academic performance is related to their behavioral and emotional problems. Children with psychological problems are academically weaker. Among children's behavioral problems, social anxiety disorders are among the most common disorders in children that lead to disorders in academic performance, social adjustment, family life, and relationships with peers. Anxiety is a diffuse, unpleasant, vague feeling, fear, and anxiety of unknown nature that a person experiences, which includes uncertainty, helplessness, and physiological arousal. The symptoms of anxiety in children and adults are almost the same, but the manifestations are different at different ages. Anxious children need constant reassurance from their parents to reduce their anxiety and fear. Their day-to-day activities, such as going to school, are also heavily influenced, as they believe that hidden events may cause them to lose interest in other people, and that fear of being criticized by others may lead to avoiding social situations. And a significant decrease in friendly communication (proportional to be age (Rezaei Peyvastegar, Ghaderi, ۱۳۹۰). Experts believe that the problems of school children should be diagnosed in time and timely intervention programs should be provided to improve them (Hashemi, ۱۳۹۷). To reduce social anxiety and depression in children, we can mention two methods, pharmacological and non-pharmacological. In non-pharmacological methods, there are various psychological interventions. Research has shown that non-pharmacological therapies, such as psychotherapy and counseling for children using play therapy methods have been effective for a significant percentage of children (Jafari, ۱۳۸۹). One of the procedures of psychological intervention in the treatment of children is played therapy, which is manifested in today's world and is increasingly used in the developed world (Davoodi, ۱۳۸۹). Play helps children to pay attention and focus, increase accuracy, memory, logical reasoning, language learning, imagination, and creativity, and enable them to see the views of others (Chatroudi, ۱۳۸۰). Play therapy is a structured approach based on therapy theory that processes learning and natural communication. And lays the foundation for children (Carmichael, ۲۰۱۷). The therapeutic power that lies in the therapeutic game is used in a variety of ways. In this way, therapists teach more adaptive behaviors to



children whose social or emotional abilities are weak (Pedro, Carol ۲۰۱۷). Whereas in play therapy, the therapist accepts the children's behavior unconditionally, without surprising them, arguing with them, or pointing out their wrongdoing; Play therapy as a technique that can reduce anxiety and social problems and children's adjustment is important and worthy of attention (Butcher and Nice, ۲۰۱۸). Play therapy is an effective treatment method for reducing anxiety because it has been determined that play is a unique activity in childhood that has a lot of excitement and pleasure, voluntarily and without a specific orientation. Play can connect the child's inner and outer thoughts and can also help children to control the objects around them. Play can also allow children to express their experiences, thoughts, feelings, and desires that are a threat to them (Shokrollahi, ۱۳۹۶). Regarding the use of play therapy in reducing children's disorders, several studies have been done so far, some of the most important of which are mentioned below: (Seyed Abdokhodaei and Sadeghi Ordobadi, ۱۳۹۰) in a study examining the separation anxiety of children and the effectiveness of play therapy based They have taken a behavioral-cognitive approach to reduce their separation anxiety. The results of their study show that the experimental group decreased. They show significant separation anxiety in the post-test compared to the control group. This means that play therapy has had a significant effect on separation anxiety and isolation in children. In this regard, studies of (Jafari, ۱۳۸۹) in a study entitled "To the effect of play (Maykenbam, ۱۹۴۰) cognitive-behavioral bar therapy on the shyness of primary school children." The results of his study showed that the shyness score of the subjects in the experimental group was significantly lower than the subjects in the control group. Also, their shyness score compared to the pre-test score showed a significant change and difference. Therefore, in his research, Maykenbam's cognitive-behavioral therapy has been effective in reducing the shyness of primary school children. (Barzegar, ۱۳۹۰) in his study entitled "Introduction to the position of play therapy in psychological problems of children" claims that behavioral disorders in preschool can predict severe behavioral problems in the primary school years and delinquency in adolescence and finally Antisocial personality leads to adulthood. (Barzegar, ۱۳۹۰) among the treatment methods in children, play therapy is considered as one of the most significant and widely used methods that many psychologists and researchers over several decades of this. The procedure has been used to treat a wide range of disorders and problems and has proven its effectiveness. He concludes that play therapy is an appropriate and effective way to treat problems and behavioral disorders in children and play in preschool age is a good tool for communication with children and through it can be used to treat problems and disorders of children and the occurrence of problems. Prevented in adulthood. (Barzegar, ۱۳۹۰) suggests educating children in preschool age in the form of educational games and physical activities because children have a lot of motivation and desire to play and it is necessary to use their motivation to play and teach concepts. Basic to use organized educational games and physical activities to Educational goals can be achieved as soon as possible. Play is also a simple tool for parents and teachers to communicate more effectively with the child. (Sarahi, Pournesaei, and Nick Akhlagh, ۱۳۹۰) also conducted a study entitled "The effectiveness of group play therapy on behavioral problems of preschool children." Their research aimed to investigate the effect of play therapy on reducing behavioral problems in preschool children. Their research findings indicate the effectiveness of play therapy. There has been a group on reducing the behavioral problems of preschool children. (Aghajan Beigi and Sharifi Daramadi, ۱۳۹۳) conducted a study entitled "The effectiveness of sand play therapy on anxiety and aggression in children aged ۱ to ۴ years". His study aimed to



determine the effect of sand play therapy on anxiety and aggression in children aged ۱ to ۴ years. The results of their study show that sand therapy is effective in reducing pervasive anxiety and separation anxiety and isolation in children but has no effect in reducing communication and verbal aggression in children. (Koolaei, Sabzian, and Falsafinezhad, ۱۳۹۳) in a study entitled "To the effect of poetry therapy and rhythmic movements on reducing anxiety and aggression in preschool children" show that poetry therapy and rhythmic movements are effective in improving some behavioral problems in preschool children such as aggression and anxiety. (Rezaei, Koolaei, and Tagvaei, ۱۳۹۵) conducted a study entitled "The effectiveness of painting therapy on reducing anxiety and aggression in male primary school students with extrinsic disorders". Their results show that painting therapy is effective in improving behavioral problems such as extrinsic disorders in primary school students. Accordingly, they claim that painting therapy can be used as a therapeutic intervention to reduce problems. Behavioral children to be used. (Bagheri, Shahni Yeylagh, Alipour, and Zargar, ۱۳۹۵) researched "The effectiveness of play therapy based on school-based group activity on behavioral problems of male students in elementary school in Kord city". The results of their research show that group therapy based on group activity reduces the internalized behavioral problems of students in the experimental group, but has no significant effect on reducing their externalized behavioral problems. They suggest that each country's education system should take action Establishment of play therapy centers as one of the most appropriate counseling and psychotherapy approaches for children in primary schools. In addition to the above, several studies have been conducted outside the country in this regard, some of which are mentioned below: (Shen, ۲۰۱۹) conducted a study entitled "Short-Term Rehabilitation Therapy for China Earthquake Victims: The Effects of Anxiety, Depression, and Adjustment" and examined the effect of play therapy on the anxiety and depression of children who experienced the China Earthquake. The results of his study showed that play therapy plays a significant role in significantly reducing the level of anxiety, phobia, and the risk of suicide. (Beggary, ۲۰۱۸) conducted a study entitled "The effectiveness of child-centered play therapy on self-esteem, depression, and anxiety in homeless children." Dad. The results of her study show that child-centered play therapy significantly improves self-esteem, anxiety, and depression in these children. Also, (Garza and Bratton, ۲۰۱۹) in their study "The game of child-centered therapy in children of Spanish descent: cultural outcomes and considerations" examine the effectiveness of child-centered therapy in reducing the internalized behaviors of school-age children. The results of their study show that this method of treatment leads to a moderate reduction of internalized problems, especially separation anxiety and isolation in children. (Wood, Piyacentini, Savtam-Grove, Sigman, ۲۰۱۹) in their research entitled "Family Behavioral-Cognitive Therapy on Child Anxiety Disorder"; a study of focused cognitive-behavioral therapy. The family was compared with traditional child-centered cognitive-behavioral therapy with minimal family involvement in children with separation anxiety disorders. Both types of intervention involve training Coping skills were in reality; However, family cognitive-behavioral therapy included parent-teacher learning, although both treatment groups showed improvement in all scores, their study found that family cognitive-behavioral therapy versus child-focused cognitive-behavioral therapy. It brings better results. (May - Hsiang, ۲۰۱۸) conducted a study entitled "A Review of Ten Years of Game Therapy Research in Taiwan." This ten-year study includes a review of ۸۱ masters and doctoral dissertations conducted in Taiwan from ۲۰۰۲ to ۲۰۱۱. The results of their study show that the most studied groups are children



and adolescents (1/04) then play therapists (20/1) and parents and child caregivers (16/3) and child teachers (1/2) are in the next category. Their findings also indicate that the types of qualitative research include 09 cases (64/6), quantitative 5 cases, (4/5) and mixed methods including 20 cases, (23/3) have been. (Chilamkor, Navala, and Sankara, 2017) in their study entitled "Therapeutic play in pediatric dentistry" found that play therapy can be one of the complementary and important procedures in preparing children for painful, aggressive, and anxious situations. (Taboos, Ogerskeis, & McKay, 2019) conducted a study entitled "Disgusting Reactions after Cognitive-Behavioral Therapy for Anxiety Disorders in Children." They were treated with intensive, weekly CBT, and finally, it was found that the level of disgust after treatment of all diagnoses of anxiety disorder decreased, and it was found that children with primary OCD showed a more significant reduction. As the background shows, so far no specific research has been done on the effectiveness of play therapy on female students. Therefore, such research can be useful. The importance of studying anxiety in children as a common psychiatric disorder is valuable because it disrupts the normal developmental path of the child. These disorders are also among the emotional problems that facing and solving them are important concerns of parents, school teachers, and child counselors. If timely therapeutic intervention is not considered for them, children will suffer from widespread anxiety and will be afraid of being in social situations (Mousavi and Khodabakhshi Kolaei, 1394). A child is playing. As mentioned, fear and anxiety are among the most common childhood disorders. Research findings have shown that anxiety and fear problems are among the major causes of many worries and psychological problems that persist into adulthood. Although some fears are considered normal during childhood and diminish with age, those types of fears are more likely to be addressed by psychologists and counselors that have not been resolved and remain until later in life. Other aspects of human daily life are generalized (Khodabakhshi Kolaei, 1394). Another reason for the importance and necessity of such research is that its results can be used by psychotherapists, school teachers, and even parents to use the game therapy technique to reduce the anxiety of anxious school children. In addition, its results can provide the basis for new research issues and hypotheses, based on which future researchers can try to expand the frontiers of knowledge in this field.

## 2. Materials and Methods

### Participants

This present study was a descriptive and correlational study in which the statistical population consisted of pre-test and post-test design with a control group. The statistical population included all first-grade female students of Haj Mohammad Jafari Namin School (64 students). Among them, the samples of students with the highest anxiety scores on the Separation Anxiety and Isolation Scale of (Mani Kawasgar, 2009) were selected and randomly divided into experimental and control groups. The experimental group received 10 sessions of play therapy intervention and no interventions were performed on the control group. Students' anxiety screening test score was considered as a pre-test and after the intervention, children's anxiety test was performed on both groups again and its score was considered as a post-test. Data were analyzed using analysis of covariance and independent group t-test.

### Instrument

#### social anxiety (Kane Ray ET al, 2011)

The main tool for data collection in this study was a social questionnaire. A Child Anxiety Assessment, prepared by (Kane Ray et.al, 2011) has been used as a pre-test for both this test and Post-test used. More features of this scale are explained. This questionnaire has 31 items and the purpose it assesses child





anxiety and its dimensions social anxiety, Separation anxiety, injury avoidance, and physical symptoms. Therefore, according to the contents, in this research, the researcher intends to test the following questions:

**- Does play therapy affect reducing children's social anxiety?**

Children's social impact since all assumptions of using the analysis of covariance test the data related to this variable was observed to test this question was analyzed by analysis of covariance. Test result analysis of covariance shows that teaching therapeutic game on reducing students' social anxiety had a significant effect. Because:  $(F(1, 22), P < 0.05, \eta^2 = 0.10)$

**- Does play therapy affect reducing separation anxiety in children?**

The value of t is obtained with the degree of freedom 22, in / assuming inequality of variance  $\sqrt{10}$  in a row a two-domain test, from the critical value of T  $(2/0.05) \sqrt{22/11}$  is larger and so we conclude that between the rates Separation anxiety of students undergoing game therapy training Statistically significant differences with control group students there is. This means that teaching game therapy on reducing student separation anxiety has had a significant effect.

**- Does play therapy affect reducing the avoidance of harm to children?**

Since all assumptions of using the analysis of covariance tests data relating to this variable were observed to test this question was analyzed by analysis of covariance. Test result analysis of covariance shows that teaching therapeutic games on the reduction of harm avoidance had a significant effect on the students under study. Because:  $(F(1, 22), P < 0.05, \eta^2 = 0.11)$ .

**- Does play therapy affect reducing children's physical symptoms?**

Since all assumptions of using the analysis of covariance tests data relating to this variable were observed to test this question was analyzed by analysis of covariance. Result Covariance test shows that game therapy training on reduction of physical symptoms of students understudy had a significant effect. Because:  $(F(1, 22), P < 0.05, \eta^2 = 0.14)$ .

**Procedure**

The present study was quasi-experimental with pre-test, post-test, and control groups. The quasi-experimental research design is usually used in situations where it is not possible to control all unrelated and disturbing variables that impair the generalizability of the results. Therefore, in this article, the researcher is aware of all the limitations and tries to bring them closer to experimental research. Figure 1 illustrates the research design well.

Table 1. Research design

Post-test	Intervention	Pre-test	placement	Group
Implementation of separation anxiety test and isolation of children	Therapeutic game	Implementation of separation anxiety test and isolation of children	Randomly	Evidence
Implementation of separation anxiety test and isolation of children	-	Implementation of separation anxiety test and isolation of children	Randomly	Experiment-Test

**3. Results**

The statistical population of the present study included all female students in the first grade of Haj Mohammad Jafari Elementary School in Namin city. It was performed on all students of first grade 1 and first grade 2 (68 people) and among them 30 samples who had the highest score of separation anxiety and isolation of children in this scale as a sample. Select the required item. After selecting a sufficient number of samples, each student in the experimental or control group was replaced by a lot. This questionnaire has 22 questions and 5 components of separation anxiety, relationship anxiety,



extreme talking, sleep disturbance, and anxiety about harming others, and is based on a Likert scale with questions such as Are you intimate?) Measures the extent of separation anxiety disorder. In this study, separation anxiety disorder refers to the score that the respondents give to the 22-item questions of the separation anxiety disorder questionnaire. To calculate the score of each subscale, add the scores of each item on that subscale. To calculate the total score of the questionnaire, you add the scores of all items of the questionnaire. The score range of this questionnaire will be between 0 and 100. The higher the score of this questionnaire, the higher the degree of separation anxiety disorder in children, and vice versa. Cronbach's alpha coefficient calculated in this study for this questionnaire was estimated above 0.9, which indicates that play therapy has a great effect on reducing separation anxiety and isolation of children. To intervene in the experimental group, a game therapy protocol was used, the steps of which are described in the table below. It should be noted that the child separation anxiety test was performed on students in both groups just before and after the implementation of the independent variable on the experimental group, and data were collected for later use.

**Table 2:** Game therapy implementation protocol for primary school children

This therapeutic game is held in ten sessions, which include introductory sessions, the use of toys, pastry, musical games, handicrafts, puppets, and theater. They come to the research work and get acquainted with the treatment and research environment to reduce their anxiety. Then, in each research session, it carries out the activities and experiences related to each session as follows:
Session 1: Children play with each other. This session is performed to create a friendly relationship and a sense of security for the child in the proposed games.
Session 2: Using toy logos to create a sense of group cooperation in children and eliminate alienation behaviors Children with the help of a researcher build a large house with logos and each child makes suggestions about the color and design of the house.
Session 3: Using play dough, children are encouraged to make their favorite shapes, and at the end, they explain about the shapes they make and are encouraged by other children.
Sessions 4 and 5: Musical play is performed on the participants (spinning around the chair with the sound of music and sitting on the chair as soon as the music stops) Finding the object hidden by the child by increasing or decreasing the volume of the music.
Session 6: Using crafts (colored paper, scissors, cardboard, glue), competitions will be held between them, and after the competition, the children will be asked for their opinion on the best crafts, and at the end, all the craftsmen will be encouraged.
Session 7 and 8: Children are taught socially desirable behaviors by using puppets.
Sessions 9 and 10: Using play-like play (like theater), children learn desirable social behaviors. Children also play their favorite roles and express their wishes and ideas in the form of roles they take on.

Since one of the assumptions of using the analysis of covariance test was not observed in the data of this variable, an independent t-test was used to test this question. See Tables 4 and 5. Let's see the form of differential scores. As can be seen, the mean of the subjects in the two groups is different; but is this difference also statistically significant? See Table 6. As can be seen from the data in Table 6, the value of T obtained by assuming the inequality of variance ( $\sqrt{10}$ ) with a degree of freedom of 22, in a two-domain test, from the critical value of T ( $\sqrt{10}$ ) is higher at the level of .05 and, therefore, we conclude that there is a statistically significant difference between the level of separation anxiety of students who have been trained in play therapy with students in the control group. This means that play therapy training has a significant effect on reducing students' separation anxiety.

**Table 3.** Descriptive indicators related to the comparison of the mean scores of separation and differentiation between the two experimental and control groups in separation anxiety in children

Variable: Sample social anxiety of subjects examination Group	Number	Average	he standard deviation	Average error
Group	10	3/06	1/63	./42
Control group	10	-.13	./93	./24



**Table ۴.** Independent t-test result for comparing differential scores and separation of control group and experiment in separation anxiety in children

Equality of variance statistics			Independent group T-test				
Equality of variances	F	Significance level	T	Degree of freedom	Significance level	Mean difference	Standard error difference
Equality of variances	۷/۲۰	./۰۱	۷/۶۰	۲۸	./۰۱	۳/۷۰	./۴۸
Inequality of variances	-	-	۷/۶۰	۲۲/۲۶	./۰۱	۳/۷۰	./۴۸

#### ۴. Discussion and Conclusion

The results showed that play therapy has a significant effect on reducing separation anxiety disorder in first-grade elementary school girls in Namin. This finding is exactly in line with the results of (Aghajanbeigi and Sharifi Ramadi's research, ۱۳۹۸) which in their research shows that play therapy reduces anxiety disorder in children up to ۰-۷ years under their study had significant effectiveness. It is also in line with the results of research by (Seyyed Abdokhodaei and Sadeghi Ordobadi, ۱۳۹۰) who in their research show that play therapy reduces separation anxiety disorder in children. Separation anxiety is known as one of the most common anxieties in childhood. Signs of extreme separation discomfort, such as intense and persistent anxiety about being deprived and harmed, fear and helplessness from separation, indicate separation anxiety in children. Three-quarters of school dropouts have separation disorders, and if left untreated, they may become secondarily anxious, in addition to disorders such as social phobia and fear of open spaces. And show fear (Levinson, Holm-Denoma, Small, Sally, Joyner, ۲۰۰۸). One way to reduce separation anxiety in children is play. The game makes your child free from internal worries seat with other friends and have enjoyable fun. There are behaviors in the game that make the child accept responsibility and social role to start and continue the game. This acceptance of the role in group games increases the independence and self-reliance in the child and gradually causes the child to be separated from his parents, close friends, and caregivers without feeling anxious, and as a result, the sign of separation anxiety disappears in him. In-play therapy, because a variety of game techniques are used to take responsibility in the game, we can see a reduction in separation anxiety in children. In explaining these findings, it can be said that Injury avoidance includes anxiety disorders that cause the child to feel intense fear of injury from the environment and those around. Such a disorder is a possible lead to isolation and refusal to participate in society. Also, it may cause blind obedience to Dean, lack of courage in saying no to the wishes of others, and sometimes causing obsession and be paranoid behaviors in the child. So this the disorder must be treated. Game therapy because it involves a set of activities and side effects. The atmosphere is associated with physical risk. Can gradually Fear physical harm and even psychological harm to the child Overcome. The child first understands by observing the behavior of other children, not all activities and games are dangerous; It oh with a process slowly enters the game and these activities are a feeling of fear from his injury gradually reduce as far as the game causes the child to dare and vice versa Dean's requests do not find the strength to say no and the fear of losing. Avoid giving love to Di Ran. So, play Therapy can and should reduce the fear of physical constipation leading psychologically in children. Finally, the results of the present study show that play therapy is effective on students 'separation anxiety and other dimensions of students' anxiety

It is recommended that play therapy techniques be taught to primary school counselors and teachers, as well as preschool teachers so that they can use them in the face of anxious children in their classrooms. They should also use the research results to improve the behavioral disorders of children they deal with. The following research suggestions are also provided for researchers interested in this field: It is suggested in a longitudinal study that it is suggested that the effect of play therapy on reducing other





behavioral disorders such as withdrawal and obsessive behaviors be investigated. It is suggested to study the effect of play on the practice of student leadership behaviors in playgroups. It is suggested to examine the role of play in improving children's social abilities. It is also suggested that play therapy techniques be used to reduce injury avoidance disorders in children, and it is also suggested that play therapy be used in the treatment of children with psychosomatic disorders. The present study has some limitations, including that the method of data collection is limited to the questionnaire; the statistical population was limited to first-grade elementary school female students and finally, the implementation of the independent variable was limited to a short course of treatment.

## ۹. Ethical Consideration

**Compliance with ethical guidelines:** All applicable ethical guidelines and principles are considered in this study.

**Funding:** No funding was received for this research from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors

**Authors' contributions:** All authors wrote and edited the article.

**Conflicts of interest:** No potential conflict of interest relevant to this article was reported.



## مقاله علمی-پژوهشی

## اثربخشی بازی درمانی بر کاهش اختلال اضطراب جدایی و گوشه گیری دانش آموزان ابتدایی

علی رضایی شریف<sup>۱\*</sup>، و زهرا خادمی آستانه<sup>۲</sup>

۱- دانشیار گروه مشاوره و روان شناسی، دانشکده ی علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

۲- کارشناسی ارشد مشاوره ی مدرسه، دانشکده ی علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

**استناد به مقاله:** رضایی شریف، علی، خادمی آستانه، زهرا، (۱۴۰۱). اثربخشی بازی درمانی بر کاهش اختلال اضطراب جدایی و گوشه

گیری دانش آموزان ابتدایی. فصلنامه مشاوره ی مدرسه. (۴). ۲۲-۱

doi: [10.22098/jsc.2023.12566.1091](https://doi.org/10.22098/jsc.2023.12566.1091)

## چکیده

**اهداف:** شواهد نشان داده است که بازی درمانی در کاهش اختلالات رفتاری موثر بوده است، اما آیا می تواند در بهبود اختلال اضطراب اجتماعی، جداسازی و گوشه گیری دانش آموزان موثر باشد؟ هدف از این پژوهش، بررسی اثربخشی بازی درمانگری بر روی دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی بود.

**مواد و روش ها:** این پژوهش از نوع روش، نیمه تجربی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر پایه اول مدرسه حاج محمد جعفری نمین (۶۸ نفر) بود. از این میان، نمونه های دانش آموزانی که بالاترین نمره اضطراب را در مقیاس اضطراب جدایی و انزوا (مانی کاواسگر، ۲۰۰۹) داشتند، انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. گروه آزمایش ۱۰ جلسه مداخله بازی درمانی دریافت کردند و هیچ مداخله ای بر روی گروه کنترل انجام نشد. نمره آزمون غربالگری اضطراب دانش آموزان به عنوان پیش آزمون در نظر گرفته شد و پس از مداخله مجدداً آزمون اضطراب کودکان بر روی هر دو گروه انجام شد و نمره آن به عنوان پس آزمون در نظر گرفته شد. داده ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس و آزمون تی گروهی مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**یافته ها:** داده ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس و آزمون تی گروهی مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**بحث و نتیجه گیری:** نتایج نشان داد که بازی درمانگری تأثیر مثبت و معناداری بر کاهش اضطراب جدایی و انزواطلبی کودکان دارد و بازی درمانی می تواند در درمان اضطراب جدایی و انزوای دانش آموزان مؤثر باشد.



تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۱۹  
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۲/۱۶  
تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱۲/۲۷

## کلیدواژه ها:

اضطراب جدایی و گوشه  
گیری کودکان، بازی درمانی،  
دانش آموزان ابتدایی

## \*نویسنده مسئول

علی رضایی شریف

نشانی: دانشیار گروه مشاوره و روان شناسی، دانشکده ی علوم تربیتی

و روان شناسی دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

تلفن: ۰۹۱۴۴۵۱۴۶۷۳

پست الکترونیک: [Rezaeisharif@yahoo.com](mailto:Rezaeisharif@yahoo.com)



کودکان افسار عمده جمعیت جهان را تشکیل می دهند، بنابراین در کشورهای در حال توسعه سهم این قشر از کل جمعیت تقریباً ۱۱ درصد است (نریمانی، سلیمانی و ابوالقاسم، ۱۳۹۰). در هر جامعه ای سلامت کودکان و نوجوانان از اهمیت ویژه ای برخوردار است. و توجه به سلامت روان به سلامت روحی و جسمی آنها کمک می کند و نقش اجتماعی خود را بهتر ایفا می کنند. توجه به رشد جسمی، عاطفی، روانی و رفتاری آنان همواره از سوی اندیشمندان و پژوهشگران مورد تاکید قرار گرفته است، به گونه ای که در ۲۱ سال اخیر مشکلات رفتاری، اجتماعی و عاطفی کودکان به عنوان یکی از موضوعات مهم روانپزشکی و روانشناسی مطرح شده است (مش و بارکلی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). برخی از کودکان در طول رشد دچار مشکلات رفتاری خاصی می شوند. بسیاری از این مشکلات به دو دسته اصلی تقسیم می شوند: مشکلات رفتاری درونی و مشکلات رفتاری بیرونی. مشکلات درونی مانند گوشه گیری، افسردگی و اضطراب بیشتر بر کودک متمرکز می شود و مشکلات بیرونی مانند پرخاشگری، بیش فعالی و نافرمانی بر محیط متمرکز می شود. این مشکلات به هر دلیلی بر حوزه های مختلف زندگی کودکان از جمله عملکرد تحصیلی تاثیر بسزایی دارد. عملکرد تحصیلی کودکان با مشکلات رفتاری و عاطفی آنها مرتبط است. کودکانی که مشکلات روانی دارند از نظر تحصیلی ضعیف تر هستند. در میان مشکلات رفتاری کودکان، اختلالات اضطراب جدایی از شایع ترین اختلالات در کودکان است که منجر به اختلال در عملکرد تحصیلی، سازگاری اجتماعی، زندگی خانوادگی و روابط با همسالان می شود. اضطراب جدایی یک احساس ناخوشایند، مبهم، ترس و اضطراب با طبیعت ناشناخته است که فرد تجربه می کند که شامل عدم اطمینان، درماندگی و برانگیختگی فیزیولوژیکی است. علائم اضطراب در کودکان و بزرگسالان تقریباً یکسان است، اما تظاهرات آن در سنین مختلف متفاوت است. کودکان مضطرب برای کاهش اضطراب و ترس نیاز به اطمینان دائمی از سوی والدین خود دارند. فعالیت های روزمره آنها، مانند رفتن به مدرسه نیز به شدت تحت تاثیر قرار می گیرد، زیرا آنها معتقدند که رویدادهای پنهان ممکن است باعث از دست دادن علاقه آنها به افراد دیگر شود و ترس از انتقاد دیگران ممکن است منجر به اجتناب از موقعیت های اجتماعی و کاهش چشمگیر ارتباط دوستانه متناسب با سن آنها شود (رضایی پیوندگر، قدیری، ۱۳۹۰). کارشناسان معتقدند مشکلات کودکان دبستانی باید به موقع تشخیص داده شود و برای بهبود آنها برنامه های مداخله ای به موقع ارائه شود (هاشمی، ۱۳۹۷). برای کاهش اضطراب اجتماعی و افسردگی در کودکان می توان به دو روش دارویی و غیردارویی اشاره کرد که در روش های غیردارویی مداخلات روانشناختی مختلفی وجود دارد تحقیقات نشان داده است که درمان های غیردارویی مانند روان درمانی و مشاوره برای کودکان با استفاده از روش های بازی درمانی برای درصد قابل توجهی از کودکان موثر بوده است (جعفری، ۱۳۸۹). یکی از رویه های مداخله روانشناختی در درمان کودکان، بازی درمانی است که در دنیای امروز نمود پیدا کرده و در کشورهای پیشرفته به طور فزاینده ای مورد استفاده قرار می گیرد (داودی، ۱۳۸۹). بازی به کودکان در توجه و تمرکز، افزایش دقت، حافظه، استدلال منطقی، یادگیری زبان کمک می کند تخیل و در افزایش خلاقیت تاثیر بسزایی دارد و آنها را قادر می سازد تا دیدگاه های دیگران را ببینند (چترودی، ۱۳۸۵). بازی درمانی یک رویکرد ساختار یافته مبتنی بر نظریه درمانی است که یادگیری و ارتباطات طبیعی را پردازش می کند و پایه و اساس را برای کودکان می گذارد (کارمایکل<sup>۲</sup>، ۲۰۱۷). قدرت درمانی که در بازی درمانی نهفته است به طرق مختلف مورد استفاده قرار می گیرد. به این ترتیب، درمانگران رفتارهای انطباقی بیشتری را به کودکانی که توانایی های اجتماعی یا عاطفی آنها ضعیف است آموزش می دهند (پدرو، کارول<sup>۳</sup>، ۲۰۱۷). در حالی که در بازی درمانی، درمانگر رفتار کودکان را بدون قید و شرط می پذیرد، بدون اینکه آنها را غافلگیر

<sup>۱</sup> Mash & Barkley  
<sup>۲</sup> Karmaikel

<sup>۳</sup> Pedro & Carroll



کند، با آنها بحث کند یا به اشتباه آنها اشاره کند. بازی درمانی به عنوان تکنیکی که می تواند اضطراب و مشکلات اجتماعی و سازگاری کودکان را کاهش دهد (بوتچر و نایس<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸). بازی درمانی یک روش درمانی موثر برای کاهش اضطراب است زیرا مشخص شده است که بازی یک فعالیت منحصر به فرد در دوران کودکی است که به صورت داوطلبانه و بدون جهت گیری خاص هیجان و لذت زیادی دارد. بازی می تواند افکار درونی و بیرونی کودک را به هم متصل کند و همچنین می تواند به کودکان در کنترل اشیاء اطراف کمک کند. بازی همچنین می تواند به کودکان این امکان را بدهد که تجربیات، افکار، احساسات و خواسته های خود را که تهدیدی برای آنها هستند بیان کنند (شکراللهی، ۱۳۹۶). در مورد استفاده از بازی درمانی در کاهش اختلالات کودکان تاکنون مطالعات متعددی انجام شده است که در زیر به برخی از مهمترین آنها اشاره می شود: (سیدعبدخدایی و صادقی اردوبادی، ۱۳۹۰) در پژوهشی به بررسی اضطراب جدایی کودکان و اثربخشی آن پرداختند. بازی درمانی مبتنی بر رویکردی رفتاری-شناختی برای کاهش اضطراب جدایی خود اتخاذ کرده اند. نتایج مطالعه آنها نشان می دهد که گروه آزمایش کاهش یافته است. آنها اضطراب جدایی معناداری را در پس آزمون نسبت به گروه کنترل نشان دادند. این بدان معناست که بازی درمانی بر اضطراب جدایی و گوشه گیری کودکان تأثیر بسزایی داشته است. در این راستا، مطالعات (جعفری، ۱۳۸۹) در پژوهشی با عنوان «تأثیر بار درمانی شناختی-رفتاری (مایکن بام<sup>۲</sup>، ۱۹۴۰) بر کمرویی کودکان دبستانی» انجام شد. نتایج مطالعه وی نشان داد که نمره کمرویی آزمودنی های گروه آزمایش به طور معنی داری کمتر از آزمودنی های گروه کنترل بود. همچنین نمره کمرویی آنها نسبت به نمره پیش آزمون تغییر و تفاوت معنی داری نشان داد. از این رو مایکن بام در پژوهش خود درمان شناختی-رفتاری در کاهش کمرویی کودکان دبستانی موثر بوده است. (برزگر، ۱۳۹۱) در پژوهش خود با عنوان «مقدمه ای بر جایگاه بازی درمانی در مشکلات روانشناختی کودکان» مدعی است که اختلالات رفتاری در دوره پیش دبستانی می تواند مشکلات رفتاری شدید را در سالهای دبستان و بزهکاری در نوجوانی را پیش بینی کند و در نهایت شخصیت ضداجتماعی به بزرگسالی منجر می شود. (برزگر، ۱۳۹۰) در میان روش های درمانی در کودکان، بازی درمانی به عنوان یکی از مهم ترین و پرکاربردترین روش هایی است که روانشناسان و پژوهشگران بسیاری در طی چند دهه از این امر به خود اختصاص داده اند. این روش برای درمان طیف وسیعی از اختلالات و مشکلات مورد استفاده قرار گرفته و اثربخشی خود را به اثبات رسانده است. وی نتیجه گیری می کند که بازی درمانی روشی مناسب و موثر برای درمان مشکلات و اختلالات رفتاری در کودکان است و بازی در سنین پیش دبستانی ابزار خوبی برای برقراری ارتباط با کودکان است و از طریق آن می توان برای درمان مشکلات و اختلالات کودکان و از پیشگیری در بروز مشکلات در بزرگسالی استفاده کرد. (برزگر، ۱۳۹۰) آموزش کودکان در سنین پیش دبستانی را در قالب بازی های آموزشی و فعالیت های بدنی پیشنهاد می کند زیرا کودکان انگیزه و تمایل زیادی به بازی دارند و لازم است از انگیزه آنها برای بازی استفاده شود. آموزش مفاهیم استفاده اساسی از بازی های آموزشی و فعالیت های بدنی سازمان یافته می تواند در اسرع وقت موجب دست یافتن به اهداف آموزشی شود. بازی همچنین ابزاری ساده برای والدین و معلمان برای برقراری ارتباط موثرتر با کودک است. (صراحی، پورنسایی و نیک اخلاق، ۱۳۹۵) نیز پژوهشی با عنوان «اثربخشی بازی درمانی گروهی بر مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی» انجام دادند. پژوهش آنها با هدف بررسی تأثیر بازی درمانی بر کاهش مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی انجام شد. یافته های تحقیقاتی آنها حاکی از اثربخشی بازی درمانی گروهی برای کاهش مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی است..

<sup>۱</sup> Butcher & Niece<sup>۲</sup> Maikenbam



(آقاجان بیگی و شریفی درامادی، ۱۳۹۳) پژوهشی با عنوان «اثربخشی شن بازی درمانی بر اضطراب و پرخاشگری کودکان ۱ تا ۴ ساله» انجام دادند. مطالعات آنها با هدف تعیین تأثیر شن بازی درمانی بر اضطراب و پرخاشگری کودکان ۱ تا ۴ ساله انجام شد. نتایج مطالعه آنها نشان می‌دهد که شن درمانی در کاهش اضطراب فراگیر و اضطراب جدایی و انزوا در کودکان موثر است اما در کاهش پرخاشگری ارتباطی و کلامی کودکان تأثیری ندارد. (کولایی، سبزیان و فلسفی نژاد، ۱۳۹۳) در پژوهشی با عنوان «تأثیر شعر درمانی و حرکات موزون بر کاهش اضطراب و پرخاشگری کودکان پیش دبستانی» نشان دادند که شعر درمانی و حرکات موزون در بهبود برخی از مشکلات رفتاری کودکان به عنوان پرخاشگری و اضطراب موثر است. (رضایی، کولایی و تقوایی، ۱۳۹۳) پژوهشی با عنوان «اثربخشی نقاشی درمانی بر کاهش اضطراب و پرخاشگری دانش آموزان پسر دبستانی مبتلا به اختلالات بیرونی» انجام دادند. نتایج آنها نشان می‌دهد که نقاشی درمانی در بهبود مشکلات رفتاری مانند اختلالات بیرونی در دانش آموزان دبستانی موثر است. بر همین اساس، آنها ادعا می‌کنند که می‌توان از نقاشی درمانی به عنوان یک مداخله درمانی برای کاهش مشکلات رفتاری کودکان استفاده کرد. (باقری، شهنی ییلاق، علیپور و زرگر، ۱۳۹۶) به تحقیق «اثربخشی بازی درمانی مبتنی بر فعالیت گروهی مدرسه محور بر مشکلات رفتاری دانش آموزان پسر مقطع ابتدایی شهرستان کرد» پرداختند که نتایج پژوهش آنها نشان می‌دهد که گروه درمانی مبتنی بر فعالیت گروهی باعث کاهش مشکلات رفتاری درونی دانش آموزان گروه آزمایشی می‌شود، اما در کاهش مشکلات رفتاری برونی شده آنان تأثیر بسزایی ندارد و پیشنهاد می‌کنند که نظام آموزشی هر کشوری به ایجاد مراکز بازی درمانی به عنوان یکی از مناسب‌ترین مشاوره‌ها بپردازند. در جهت رویکردهای روان درمانی کودکان در مقطع ابتدایی علاوه بر موارد فوق، مطالعات متعددی در خارج از کشور در این زمینه انجام شده است که در زیر به برخی از آنها اشاره می‌شود: (شن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹) مطالعه ای با عنوان «درمان توانبخشی کوتاه مدت برای قربانیان زلزله چین: تأثیرات اضطراب، افسردگی و سازگاری» انجام داد و تأثیر بازی درمانی را بر اضطراب و افسردگی کودکانی که زلزله چین را تجربه کردند، بررسی کرد. نتایج مطالعه وی نشان داد که بازی درمانی نقش بسزایی در کاهش سطح اضطراب، فویبا و خطر خودکشی دارد. (بگاری<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸) مطالعه ای با عنوان «اثربخشی بازی درمانی کودک محور بر عزت نفس، افسردگی و اضطراب کودکان بی سرپرست» انجام داد. نتایج مطالعه او نشان می‌دهد که بازی درمانی کودک محور به طور قابل توجهی باعث بهبود عزت نفس، اضطراب و افسردگی در این کودکان می‌شود. همچنین (گارزا و براتون<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹) در مطالعه خود با عنوان «بازی درمانی کودک محور در کودکان اسپانیایی تبار: پیامدها و ملاحظات فرهنگی» به بررسی اثربخشی درمان کودک محور در کاهش رفتارهای درونی شده در کودکان در سن مدرسه پرداختند. نتایج مطالعه آنها نشان داد که این روش درمانی منجر به کاهش متوسط مشکلات درونی به ویژه کاهش اضطراب جدایی و گوشه گیری در کودکان می‌شود. (وود، پیاستینی، ساوتام، گرو، سیگمن<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹) در پژوهش خود با عنوان «درمان رفتاری-شناختی خانوادگی بر اختلال اضطراب کودک»؛ مطالعه درمان شناختی- رفتاری متمرکز خانواده با درمان شناختی-رفتاری سنتی کودک محور با حداقل مشارکت خانواده در کودکان مبتلا به اختلالات اضطراب جدایی مقایسه شد. هر دو نوع مداخله شامل آموزش مهارت‌های مقابله ای در واقعیت بود. با این حال، درمان شناختی-رفتاری خانواده شامل یادگیری والدین-معلم بود، اگرچه هر دو گروه درمانی در همه نمرات بهبودی نشان دادند، مطالعه آنها نشان داد که درمان شناختی-رفتاری خانواده در مقابل درمان شناختی-رفتاری متمرکز بر کودک است. نتایج بهتری به همراه دارد. (می - هسیانگ<sup>۵</sup>، ۲۰۱۸) مطالعه ای با عنوان «مروری بر ده سال تحقیقات بازی درمانی در تایوان» انجام داد. این مطالعه ده ساله شامل بررسی ۸۱ پایان نامه کارشناسی ارشد و دکتری انجام شده در تایوان از سال ۲۰۰۲ تا ۲۰۱۱ است. نتایج مطالعه آنها نشان می‌دهد

<sup>۱</sup> shen<sup>۲</sup> Beggarly<sup>۳</sup> Garza & Bratton<sup>۴</sup> Wood, Piacentini, Southam-Gerow, & Sigman<sup>۵</sup> May Hesyang





که بیشترین گروه مورد مطالعه کودکان و نوجوانان (۵۴/۶) و سپس بازی درمانگران (۶/۲۵) و والدین و مراقبان کودک (۳/۱۶) و معلمان کودک (۲/۱) در رده بعدی قرار دارند. همچنین یافته‌های آنها حاکی از آن است که انواع پژوهش کیفی شامل ۵۹ مورد (۶۸/۶)، کمی ۷ مورد، (۸/۷) و روش‌های ترکیبی شامل ۲۰ مورد (۲۳/۳) بوده است. (چیلامکوری، ناوالا و سانکارا، ۲۰۱۷) در مطالعه خود با عنوان «بازی درمانی در دندانپزشکی کودکان» دریافتند که بازی درمانی می‌تواند یکی از روش‌های مکمل و مهم در آماده‌سازی کودکان برای موقعیت‌های دردناک، پرخاشگرانه و مضطرب باشد. (تابوس، اگرسکیس و ماکای، ۲۰۱۹) مطالعه‌ای با عنوان "واکنش‌های متزجر کننده پس از درمان شناختی-رفتاری برای اختلالات اضطرابی" انجام دادند و در نهایت مشخص شد که سطح انزجار پس از درمان تمام تشخیص‌های اختلال اضطرابی کاهش یافته است. همانطور که پیشینه‌ها نشان می‌دهد، تاکنون تحقیق خاصی در مورد اثربخشی بازی درمانی بر روی دانش‌آموزان دختر انجام نشده است. بنابراین، چنین تحقیقاتی می‌تواند مفید باشد. اهمیت مطالعه اضطراب در کودکان به عنوان یک اختلال روانپزشکی رایج بسیار ارزشمند است زیرا مسیر رشد طبیعی کودک را مختل می‌کند. این اختلالات نیز از جمله مشکلات عاطفی است که مواجهه و حل آن از دغدغه‌های مهم والدین، معلمان مدرسه و مشاوران کودک است. اگر مداخله درمانی به موقع برای آنها در نظر گرفته نشود، کودکان دچار اضطراب گسترده شده و از قرار گرفتن در موقعیت‌های اجتماعی می‌ترسند (موسوی و خدابخشی کولایی، ۱۳۹۴).

همانطور که گفته شد ترس و اضطراب از شایع‌ترین اختلالات دوران کودکی هستند. یافته‌های تحقیقات نشان داده است که مشکلات اضطراب و ترس یکی از دلایل اصلی بسیاری از نگرانی‌ها و مشکلات روانی است که تا بزرگسالی ادامه می‌یابد. اگرچه برخی از ترس‌ها در دوران کودکی، طبیعی تلقی می‌شوند و با افزایش سن کاهش می‌یابند، اما آن دسته از ترس‌ها بیشتر توسط روانشناسان و مشاوران برطرف می‌شوند و تا آخر عمر باقی می‌مانند و به سایر جنبه‌های زندگی روزمره انسان تعمیم می‌یابد (خدابخشی کولایی، ۱۳۹۴). دلیل دیگر اهمیت و ضرورت چنین پژوهشی این است که نتایج آن می‌تواند مورد استفاده روان‌درمانگران، معلمان مدرسه و حتی والدین باشد تا از تکنیک بازی درمانی برای کاهش اضطراب کودکان مدرسه‌ای مضطرب استفاده کنند. علاوه بر این، نتایج آن می‌تواند زمینه‌ای برای موضوعات و فرضیه‌های پژوهشی جدید باشد که بر اساس آن‌ها محققین آینده بتوانند مرزهای دانش را در این زمینه گسترش دهند.

## ۲. مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از لحاظ کاربردی، توصیفی و از نوع ماهیت همبستگی بود و از نظر روش نیمه آزمایشی با گروه‌های پیش‌آزمون، پس‌آزمون و کنترل بود. طرح تحقیق شبه تجربی معمولاً در شرایطی استفاده می‌شود که کنترل همه متغیرهای نامرتب و مزاحم که تعمیم‌پذیری نتایج را مختل می‌کنند ممکن نباشد. از این رو در این مقاله محقق از تمامی محدودیت‌ها آگاهی دارد و سعی می‌کند آنها را به تحقیقات تجربی نزدیک کند که جامعه آماری آن شامل طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر پایه اول مدرسه حاج محمد جعفری نمین (۶۸ نفر) بود. از این میان، نمونه‌های دانش‌آموزانی که بالاترین نمره اضطراب را در مقیاس اضطراب جدایی و انزوا (مانی کاواسگر، ۲۰۰۹) داشتند، انتخاب و به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. گروه آزمایش ۱۰ جلسه مداخله بازی درمانی دریافت کردند و هیچ مداخله‌ای بر روی گروه کنترل انجام نشد. نمره آزمون غربالگری اضطراب دانش‌آموزان به عنوان پیش‌آزمون در نظر گرفته شد و پس از مداخله مجدداً آزمون

<sup>۱</sup> Chilamakuri, Novella, & Sunkara, N

<sup>۲</sup> Manicavasagar

<sup>۳</sup> Taboos, Ojserkis, & MacKay.



اضطراب کودکان بر روی هر دو گروه انجام شد و نمره آن به عنوان پس آزمون در نظر گرفته شد. داده ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس و آزمون تی گروهی مستقل و با استفاده از نرم افزار اسپس پی اس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. جدول ۱ طرح تحقیق را به خوبی نشان می دهد.

گروه	نمونه گیری	پیش آزمون	مداخله	پس آزمون
گروه گواه (کنترل)	تصادفی	اجرای آزمون اضطراب جدایی و گوشه گیری کودکان	بازی درمانگری	اجرای آزمون اضطراب جدایی و گوشه گیری کودکان
گروه آزمایش	تصادفی	اجرای آزمون اضطراب جدایی و گوشه گیری کودکان	-	اجرای آزمون اضطراب جدایی و گوشه گیری کودکان

## ابزار پژوهش

پرسشنامه ی اضطراب اجتماعی (کین ری و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۱) ابزار اصلی جمع آوری داده ها در این پژوهش، پرسشنامه ی تهیه شده توسط (کین ری و همکاران، ۲۰۱۱) به عنوان پیش آزمون و پس آزمون می باشد. این پرسشنامه دارای ۳۱ گویه است و هدف آن بررسی اضطراب کودک و ابعاد آن اضطراب اجتماعی، اضطراب جدایی، اجتناب از آسیب و علائم جسمانی است. بنابراین، با توجه به مطالب، در این تحقیق محقق قصد دارد به آزمون سوالات زیر بپردازد:

### آیا بازی درمانی بر کاهش اضطراب اجتماعی کودکان تأثیر دارد؟

تأثیر اجتماعی کودکان از آنجایی که تمامی مفروضات استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس است. تجزیه و تحلیل نتایج آزمون کوواریانس نشان می دهد که آموزش بازی درمانی بر کاهش اضطراب اجتماعی دانش آموزان تأثیر معنی داری داشته است. زیر  $(F(1,27) > .5, P > .05)$  است.  $(\eta^2 = .75)$

### آیا بازی درمانی بر کاهش اضطراب جدایی در کودکان تأثیر دارد؟

در پاسخ به این سوال میتوان گفت که مقدار  $t$  با درجه آزادی ۲۲ به دست می آید، با فرض نابرابری واریانس  $60/7$  در یک ردیف یک آزمون دو دامنه ای، از مقدار بحرانی  $T$  بزرگتر است و بنابراین نتیجه می گیریم که بین میزان اضطراب جدایی دانش آموزان تحت آموزش بازی درمانی تفاوت آماری معنی داری با دانش آموزان گروه کنترل وجود دارد به گونه ای که میزان اضطراب جدایی پس از اجرای بازی درمانی از  $147/11$  به  $2/074$  کاهش یافته است و این بدان معنی است که آموزش بازی درمانی بر کاهش اضطراب جدایی دانش آموزان تأثیر بسزایی دارد.

### آیا بازی درمانی در کاهش پرهیز از آسیب به کودکان تأثیر دارد؟

از آنجایی که تمامی مفروضات استفاده از آزمون های تحلیل کوواریانس داده های مربوط به این متغیر برای آزمون رعایت شد، این سوال با استفاده از تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. تحلیل کوواریانس نتایج آزمون نشان می دهد که آموزش بازی های درمانی در کاهش آسیب گریزی تأثیر معناداری بر دانش آموزان مورد مطالعه داشته است. زیرا:

<sup>۱</sup> Keenri et al



( $F(1,27), P < 0.05, \eta^2 = .81$ )

### آیا بازی درمانی بر کاهش علائم جسمانی کودکان تاثیر دارد؟

از آنجایی که تمامی مفروضات استفاده از آزمون های تحلیل کوواریانس داده های مربوط به این متغیر برای آزمون رعایت شد، این سوال با استفاده از تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج آزمون کوواریانس نشان می دهد که آموزش بازی درمانی بر کاهش علائم جسمانی دانش آموزان تحت مطالعه تاثیر معناداری داشته است. زیرا:

( $F(1,27), P < 0.05, \eta^2 = 0.97$ ).

### ۳. یافته ها

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش آموزان دختر پایه اول دبستان حاج محمد جعفری شهرستان نمین بود که بر روی کلیه دانش آموزان پایه اول و دوم ابتدایی (۶۸ نفر) اجرا شد و از بین آنها ۳۰ نمونه که بالاترین نمره اضطراب جدایی و انزوای کودکان را در این مقیاس به عنوان نمونه داشتند انتخاب شدند. پس از انتخاب تعداد کافی نمونه، هر دانش آموز در گروه آزمایش یا کنترل با تعداد زیادی جایگزین شدند. این پرسشنامه دارای ۲۷ سوال و ۵ مولفه اضطراب جدایی، اضطراب رابطه، صحبت افراطی، اختلال خواب و اضطراب از آسیب رساندن به دیگران است و بر اساس مقیاس لیکرت با سوالاتی مانند آیا شما صمیمی هستید؟ میزان اختلال اضطراب جدایی را می سنجد. در این پژوهش اختلال اضطراب جدایی به نمره ای اطلاق می شود که پاسخ دهندگان به سوالات ۲۷ سوالی پرسشنامه اختلال اضطراب جدایی می دهند. برای محاسبه امتیاز هر خرده مقیاس، امتیازات هر مورد را در آن خرده مقیاس اضافه کردیم. برای محاسبه نمره کل پرسشنامه، نمرات تمامی موارد پرسشنامه را اضافه کردیم. دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۰ تا ۱۰۸ به دست آمد که هر چه امتیاز این پرسشنامه بیشتر باشد، درجه اختلال اضطراب جدایی در کودکان بیشتر است و بالعکس. ضریب آلفای کرانچ محاسبه شده در این مطالعه برای این پرسشنامه بالای ۰/۷ برآورد شد که نشان می دهد بازی درمانی تاثیر زیادی در کاهش اضطراب جدایی و گوشه گیری کودکان دارد. برای مداخله در گروه آزمایش از پروتکل بازی درمانی استفاده شد که مراحل آن در جدول زیر شرح داده شده است. لازم به ذکر است که آزمون اضطراب جدایی کودکان دقیقاً قبل و بعد از اجرای متغیر مستقل بر روی گروه آزمایش بر روی دانش آموزان هر دو گروه انجام شد و داده ها برای استفاده بعدی جمع آوری شدند.

جدول ۲: پروتکل اجرای بازی درمانی برای کودکان دبستانی

این بازی درمانی در ده جلسه برگزار می شود که شامل جلسات مقدماتی، استفاده از اسباب بازی، شیرینی پزی، بازی های موزیکال، کاردستی، عروسک و تئاتر می باشد. کودکان ابتدا با محیط درمان و تحقیق آشنا می شوند تا از اضطراب خود بکاهند. سپس در هر جلسه پژوهشی فعالیت ها و تجربیات مربوط به هر جلسه را به شرح زیر انجام می دهند:

جلسه اول: بچه ها با هم بازی می کنند. این جلسه برای ایجاد رابطه دوستانه و احساس امنیت برای کودک در بازی های پیشنهادی انجام می شود..

جلسه دوم: استفاده از لوگوهای اسباب بازی برای ایجاد حس همکاری گروهی در کودکان و از بین بردن رفتارهای بیگانگی کودکان با کمک محقق، کودکان خانه ای بزرگ با آرم می سازند و هر کودک پیشنهاداتی در مورد رنگ و طرح خانه ارائه می دهد.

جلسه سوم: با استفاده از خمیر بازی، کودکان تشویق می شوند تا شکل های مورد علاقه خود را بسازند و در پایان در مورد شکل هایی که می سازند و توسط سایر کودکان تشویق می شوند، توضیح می دهند.



جلسات ۴ و ۵: پخش موزیکال برای شرکت کنندگان (چرخش دور صندلی با صدای موسیقی و نشستن روی صندلی به محض قطع موسیقی) یافتن شی پنهان شده توسط کودک با افزایش یا کاهش صدای موسیقی.

جلسه ششم: با استفاده از کاردستی (کاغذ رنگی، قیچی، مقوا، چسب) مسابقه بین آنها برگزار می شود و پس از پایان مسابقه نظر بچه ها در مورد بهترین کاردستی ها جویا می شود و در پایان از همه ی بچه ها تشویق می شوند.

جلسه ۷ و ۸: با استفاده از عروسک، رفتارهای اجتماعی مطلوب و اجتماعی بودن را به کودکان آموزش می دهیم.

جلسات ۹ و ۱۰: کودکان با استفاده از بازی شبیه به بازی (مثل تئاتر) رفتارهای اجتماعی مطلوبی را یاد می گیرند. کودکان نیز نقش های مورد علاقه خود را بازی می کنند و خواسته ها و ایده های خود را در قالب نقش هایی که بر عهده می گیرند بیان می کنند.

از آنجایی که یکی از مفروضات استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس در داده های این متغیر رعایت نشده بود، برای آزمون این سوال از آزمون T مستقل استفاده شد که توضیحات آن در جدول ۳ و ۴ آورده می شود. همانطور که مشاهده می شود، میانگین آزمودنی ها در دو گروه متفاوت است. اما آیا این تفاوت از نظر آماری نیز معنادار است؟ به جدول ۴ مراجعه کنید. همانطور که در داده های جدول ۴ مشاهده می شود، مقدار T با فرض نابرابری واریانس (۷,۶۰) با درجه آزادی ۲۲، در آزمون دو دامنه ای، از مقدار بحرانی تی عدد (۲/۷۴) به دست می آید که بالاتر از سطح ۰/۰۵ است و بنابراین نتیجه می گیریم که بین سطح اضطراب جدایی دانش آموزانی که آموزش بازی درمانی با دانش آموزان گروه کنترل را دیده اند، از نظر آماری تفاوت معناداری وجود دارد. یعنی آموزش بازی درمانی در کاهش اضطراب جدایی دانش آموزان تاثیر بسزایی دارد.

**جدول ۳. شاخص های توصیفی مربوط به مقایسه میانگین نمرات جدایی و تمایز بین دو گروه آزمایش و کنترل در اضطراب جدایی در کودکان.**

متغیر: نمونه اضطراب اجتماعی آزمودنی ها	تعداد	انحراف معیار	میانگین	میانگین خطا
گروه آزمایش	۱۵	۳/۵۶	۰/۴۲	۱/۶۳
گروه کنترل	۱۵	- /۰۱۳	۰/۲۴	۰/۹۳

**جدول ۴. نتیجه آزمون تی مستقل برای مقایسه نمرات افتراقی و جداسازی گروه کنترل و آزمایش اضطراب جدایی در کودکان**

آمار برابری واریانس آزمون تی گروهی مستقل							
تفاوت استاندارد	تفاوت خطای	تفاوت میانگین	سطح معناداری	T	درجه ی آزادی	F	برابری واریانس ها
۰/۴۸	۳/۷۰	۰/۱	۰/۱	۷/۶۰	۲۸	۷/۲۵	برابری واریانس ها
۰/۴۸	۳/۷۰	۰/۱	-	۷/۶۰	۲۲/۲۶	-	نابرابری واریانس ها

#### ۴. بحث و نتیجه گیری

نتایج این تحقیق نشان داد که بازی درمانی بر کاهش اختلال اضطراب جدایی دانش آموزان دختر پایه اول ابتدایی شهرستان نمین تأثیر معناداری دارد. این یافته با نتایج پژوهش (آقاجان بیگی و شریفی رمادی، ۱۳۹۸) مطابقت دارد که در تحقیقات آنها نشان داده شده است که بازی درمانی باعث کاهش اختلال اضطراب در کودکان ۵ تا ۷ ساله تحت مطالعه آنها شده است. همچنین با نتایج تحقیقات (سید عبدخدایی و صادقی اردوبادی، ۱۳۹۱) همخوانی دارد که در تحقیقات خود نشان می دهند که بازی درمانی باعث کاهش اختلال اضطراب جدایی در کودکان می شود. اضطراب جدایی به عنوان یکی از شایع ترین اضطراب های دوران کودکی شناخته می



شود. علائم ناراحتی شدید جدایی مانند اضطراب شدید و مداوم در مورد محرومیت و آسیب دیدن، ترس و درماندگی از جدایی، نشان دهنده اضطراب جدایی در کودکان است. در تبیین این یافته ها می توان گفت که اجتناب از آسیب شامل اختلالات اضطرابی است که باعث می شود کودک از آسیب شدید از طرف محیط و اطرافیان احساس ترس کند. چنین اختلالی منجر به انزوا و امتناع از حضور در جامعه می شود. همچنین ممکن است باعث اطاعت کورکورانه از دین، عدم جسارت در نه گفتن به خواسته های دیگران و گاهی ایجاد وسواس و رفتارهای پارانوئیدی در کودک شود. بنابراین این اختلال باید درمان شود. بازی درمانی زیرا شامل مجموعه ای از فعالیت ها و عوارض جانبی است. می توان به تدریج به ترس از آسیب جسمی و حتی آسیب روانی به کودک غلبه کرد. کودک ابتدا با مشاهده رفتار کودکان دیگر می فهمد که همه فعالیت ها و بازی ها خطرناک نیستند. آن ها با یک روند آرام آرام وارد بازی می شوند و این فعالیت ها احساس ترس از آسیب رساندن به او را به تدریج کاهش می دهند تا جایی که بازی باعث می شود کودک جرات کند و جرات نه گفتن را پیدا کند و عدم ترس از باخت را در خود تقویت کند. بنابراین، بازی درمانی می تواند اضطراب جدایی کودکان که از نظر روانی در کودکان ایجاد می شود را کاهش دهد. در نهایت، نتایج پژوهش حاضر نشان می دهد که بازی درمانی بر اضطراب جدایی و سایر ابعاد اضطراب دانش آموزان مؤثر است. سه چهارم افرادی که ترک تحصیل می کنند دارای اختلالات جدایی هستند و در صورت عدم درمان، علاوه بر اختلالاتی مانند فوبیای اجتماعی و ترس از فضاهای باز، ممکن است به طور ثانویه مضطرب شوند و ترس را نشان دهند (لویسنون، هولم-دنوما، اسمال، سالی، جوینر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸). یکی از راه های کاهش اضطراب جدایی در کودکان بازی است. این بازی باعث می شود کودک شما از نگرانی های درونی خلاص شود و با دوستان دیگر بنشیند و لذت ببرد. رفتارهایی در بازی وجود دارد که باعث می شود کودک مسئولیت و نقش اجتماعی را برای شروع و ادامه بازی بپذیرد. این پذیرش نقش در بازی های گروهی باعث افزایش استقلال و خوداتکایی در کودک می شود و به تدریج باعث می شود کودک بدون احساس اضطراب از والدین، دوستان صمیمی و مراقبان خود جدا شود و در نتیجه علائم اضطراب جدایی در او از بین برود. در بازی درمانی به دلیل اینکه از انواع تکنیک های بازی برای مسئولیت پذیری در بازی استفاده می شود، می توان شاهد کاهش اضطراب جدایی در کودکان بود. توصیه می شود تکنیک های بازی درمانی به مشاوران و معلمان دبستان و همچنین مربیان پیش دبستانی آموزش داده شود تا بتوانند در مواجهه با کودکان مضطرب کلاس خود از آن استفاده کنند. آنها همچنین باید از نتایج تحقیقات به کار رفته شده در این زمینه برای بهبود اختلالات رفتاری کودکانی که با آنها سر و کار دارند استفاده کنند. پیشنهادات پژوهشی زیر نیز برای محققین علاقه مند به این حوزه ارائه شده است: پیشنهاد می شود در یک مطالعه طولی، تأثیر بازی درمانی بر کاهش سایر اختلالات رفتاری مانند گوشه گیری و رفتارهای وسواسی بررسی شود. پیشنهاد می شود تأثیر بازی بر عملکرد رهبری دانش آموزان در گروه های بازی بررسی شود. پیشنهاد می شود نقش بازی در ارتقای توانایی های اجتماعی کودکان بررسی شود. همچنین پیشنهاد می شود از تکنیک های بازی درمانی برای کاهش اختلالات اجتنابی از آسیب در کودکان استفاده شود و همچنین پیشنهاد می شود در درمان کودکان مبتلا به اختلالات روان تنی از بازی درمانی استفاده شود. پژوهش حاضر دارای محدودیت هایی نیز بود، از جمله اینکه روش گردآوری داده ها محدود به پرسشنامه ها بود. جامعه آماری محدود به دانش آموزان دختر پایه اول ابتدایی محدود بود و در نهایت اجرای متغیر مستقل به یک دوره درمانی کوتاه محدودیت داشت.

<sup>۱</sup> Lewinsohn, Holm-Denoma, Small, Seeley, & Joiner





## ۵. ملاحظات اخلاقی

## پیروی از اصول اخلاقی پژوهش:

اصول اخلاقی تماماً در این مقاله رعایت شده است؛ شرکت کنندگان اجازه داشتند هر زمان که مایل بودند از پژوهش خارج شوند. همچنین همه شرکت کنندگان در جریان روند پژوهش بودند و اطلاعات آن‌ها محرمانه نگه داشته شد.

## حامی مالی:

این تحقیق هیچگونه کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

## مشارکت نویسندگان:

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخش‌های پژوهش حاضر مشارکت داشته‌اند.

## تعارض منافع:

بنابراین اظهار نویسنده این مقاله تعارض منافع ندارد.

## منابع

- ۱- آقاجان بیگی، محمد، شریفی، صابر. (۱۳۹۹). اثربخشی بازی درمانی شن و ماسه بر اضطراب و پرخاشگری کودکان ۱ تا ۴ ساله. در اولین کنگره علمی-پژوهشی توسعه و ترویج علوم تربیتی و روانشناسی، جامعه علمی توسعه و ترویج علوم و هنرهای پایه <https://elmnet.ir/article/20466744-77051>
- ۲- باقری، نادر، شهنی ییلاق، میلاد، علیپور، سامان، زرگر، یاور. (۱۳۹۶). اثربخشی بازی درمانی بر اساس فعالیت گروهی مدرسه - بر اساس مشکلات رفتاری دانش آموزان پسر مقطع ابتدایی شهرستان کرد. مجله دانشگاه علوم پزشکی شهرستان کرد؛ (۱)، ۱۹-۱۵۷. <http://78,39,35,44/article-2773-1-fa.html>
- ۳- برزگر، زهرا. (۱۳۹۱). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس چند بعدی اضطراب کودکان. روانشناسی کاربردی، ۱۱۵، ۳۴-۴۴. <http://exceptionaleducation.ir/article-73-1-fa.html>
- ۴- داودی، آيسان، صلاحیان، عباس، ویسی، فرهاد. (۱۳۹۲). اضطراب اجتماعی و ترس از ارزیابی مثبت. مجله دانشگاه علوم پزشکی، ۹۶ (۲۲)، ۷۹-۸۷. <http://jmums.mazu-ms.ac.ir/article-1699-1-fa.html>
- ۵- رضایی، سولماز، کولایی گیتی، تقوایی، دانیال. (۱۳۹۴). اثربخشی نقاشی درمانی بر کاهش اضطراب و پرخاشگری دانش آموزان پسر دبستانی مبتلا به اختلالات بیرونی. مجله پرستاری کودکان، ۲ (۲)، ۱۹-۱۰. <http://jpen.ir/article-129-1-fa.html>
- ۶- رضایی، زرین، پیوندگر، محمد، قدیری، فرزاد. (۱۳۹۰). اثربخشی بازی درمانی شناختی- رفتاری با مشارکت والدین در کاهش ترس اجتماعی کودکان. مجله علوم رفتاری، ۱۴ (۳)، ۱۲۵-۲۳۵. <https://www.sid.ir/fa/Journal/ViewPaper.aspx?ID=307371>
- ۷- سید عبد خدایی، میلاد، صادقی اردوبادی، علی. (۱۳۹۱). بررسی اضطراب جدایی در کودکان و اثربخشی بازی درمانی با رویکرد رفتاری- شناختی در کاهش آن. مجله روانشناسی بالینی، ۳ (۴)، ۱۲-۲۰. [10.22075/jcp.2017,207](http://10.22075/jcp.2017,207)
- ۸- شکراللهی، رحمان. (۱۳۹۷). تکنیک‌های بازی درمانی گروهی بر اضطراب خلقی، هیجان‌های مثبت و سطح سازگاری عمومی کودکان با ناتوانی‌های یادگیری خاص. مجله ناتوانی‌های یادگیری، ۱۷ (۱۷)، ۲۱۳-۲۲۷.

URL: <http://psychologicalscience.ir/article-1-117-fa.html>



۹- جعفری، علی. (۱۳۹۰). تأثیر بازی درمانی با رویکرد شناختی- رفتاری میسین بر کمرویی کودکان دبستانی. فصلنامه روانشناسی تربیتی،

۱۵-۳۰، ۳(۲)

<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=۲۰۸۳۵۳>.

۱۰- خجسته چترودی، سامان. (۱۳۹۶). تأثیر بازی های ذهنی بر درمان اختلال بیش فعالی/نقص توجه و نقص توجه دانش آموزان مقطع ابتدایی. مجله

روانشناسی، ۳۶۳-۳۷۱، ۶۷(۳)

<http://psychologicalscience.ir/article-۲۷-۱-fa.html>.

۱۱- کولایی، علی.، سبزیان، محمد.، فلسفی نژاد، محسن. (۱۳۹۴). تأثیر شعر درمانی و حرکات موزون بر کاهش اضطراب و پرخاشگری کودکان

پیش دبستانی. مجله پرستاری کودکان؛ ۱(۴)، ۱۱-۲۱

<http://jpen.ir/article-۷۶-۱-fa.html>.

۱۲- صریحی، نادر.، پورنسایی، گیتا، نیک اخلاق، میلاد. (۱۳۹۳). اثربخشی بازی درمانی گروهی بر مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی. فصلنامه

روانشناسی تحلیلی - شناختی، ۲۳(۲)، ۳۵-۴۱

[http://psy.journals.iau-garmsar.ac.ir/article\\_۵۳۶۲۹۹.html](http://psy.journals.iau-garmsar.ac.ir/article_۵۳۶۲۹۹.html)

۱۳- موسوی، سارا، خدابخشی کولایی، علی. (۱۳۹۵). اثربخشی بازی درمانی گروهی به روش ارجاع مرکزی بر ترس و اضطراب کودکان پیش

دبستانی. مجله مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، ۱۰(۲)، ۲۶۹-۲۶۱

<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?ID=۳۵۳۰۱۳>

۱۴- نریمانی، محسن.، سلیمانی، منور، ابوقاسمی، علی. (۱۳۹۰). مقایسه ابعاد درونی و بیرونی سبک های تفکر دانش آموزان. فصلنامه روانشناسی

مدرسه، ۱۱۸-۱۲۸، ۱(۳)

<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=۱۵۹۱۰۶۰۱۱۸>

۱۵- هاشمی، عباس. (۱۳۹۶). بررسی میزان تاثیر برنامه ی بازی بر اضطراب کودکان سن مدرسه بستری در مرکز طبی کودکان. تهران، مجله ی دانشگاه

علوم پزشکی مدرس. ۴(۱)، ۵۵-۶۲

۱۶- Aghajan Beigi, M., & Sharifi Dramatic, P. (۲۰۲۰). *The effectiveness of play therapy sand on anxiety and aggression in children 1 to 4 years old*. In the first national scientific-research congress on the development and promotion of educational and psychological sciences, sociology. Scientific Association for the Development and Promotion of Basic Sciences and Arts.[Persian]. <https://elmnet.ir/article/۲۰۴۶۶۷۴۴-۷۷۰۵۱>.

۱۷- Bagheri, N., Shahni Yeylugh, M., Alipour, S., & Zargar, Y. (۲۰۱۷). The effectiveness of play therapy based on school group activity - based on the behavioral problems of male students in elementary school in Kord city. *Journal of Kord City University of Medical Sciences*; ۱۹ (۱), ۱۴۸-۱۵۷.[Persian]. URL: <http://۷۸,۳۹,۳۵,۴۴/article-۱-۲۷۷۳-fa.html>.

۱۸- Barzegar, Z. (۲۰۱۲). Psychometric properties of the multidimensional scale of children's anxiety. *Applied psychology*, ۱۱۵, ۳۴-۴۴.[Persian]. URL: <http://exceptionaleducation.ir/article-۷۳-۱-fa.html>.

۱۹- Beggarly, J. (۲۰۰۴). The Effects of Child-Centered Group Play Therapy oneself-Concept, Depression, and Anxiety of Children Who Are Homeless, *International Journal of Play Therapy*, ۱۳(۲), ۳۱-۵۱. <https://doi.org/۱۰,۱۰۳۷/h۰۰۸۸۸۸۹>.

۲۰- Butcher, J.L., & Niece, L. N. (۲۰۱۱). Disruptive behaviors and creativity in childhood: The importance of affect regulation. *Creativity Research Journal*, ۱۷(۲-۳), ۱۸۱-۱۹۳. <https://doi.org/۱۰,۱۰۸۰/۱۰۴۰۰۴۱۹,۲۰۰۵,۹۶۵۱۴۷۸>.



- ۲۱- Carmichael, K.D. (۲۰۱۷). *Play therapy: An introduction*. Upper Saddle River, N.J., Prentice-Hall. <https://www.amazon.com/Play-Therapy-Karla-Delle-Carmichael/dp/۰۱۳۰۹۷۴۱۸۸>.
- ۲۲- Chilamakuri, S., Novella, S., & Sunkara, N. (۲۰۱۷). Play Therapy in Pediatric Dentistry. *Journal of PaediatrDent*, ۲(۱), ۲۸. DOI: ۱۰.۴۱۰۳/۲۳۲۱-۶۶۴۶, ۱۳۰۳۸۱.
- ۲۳- Davoodi, I., Salahian, A., & Vesi, F. (۲۰۱۳). Social anxiety and fear of positive evaluation. *Journal of University of Medical Sciences*, ۲۲ (۹۶), ۷۹-۸۷.[Persian]. URL: <http://jmums.mazums.ac.ir/article-۱-۱۶۹۹-fa.html>.
- ۲۴- Garza, Y. & Bratton, S.C. (۲۰۱۹). School-based child-centered play therapy with Hispanic children: outcomes and cultural considerations. *International Journal of Play Therapy*, ۱۴(۱), ۵۱-۷۹. DOI: ۱۰.۱۰۳۷/h۰۰۸۸۸۹۶
- ۲۵- Hashemi, A. (۲۰۱۷). Investigating the impact of the game program on the anxiety of school-age children admitted to the children's medical center. Tehran, Modares University of Medical Sciences. ۴(۱), ۵۵- ۶۲.[Persian].
- ۲۶- Jafari, A. (۲۰۱۱). The effect of play therapy with a cognitive-behavioral approach of Mycenae on the shyness of primary school children. *Quarterly Journal of Educational Psychology*, ۳, ۱۵-۳۰.[Persian]. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=۲۰۸۳۵۳>.
- ۲۷- KaneRay, D. Gastel, W. V. Legerstee, J. S. Isenberg, J. P. Quisenberry, N. (۲۰۱۱). Play therapy in elementary School. *Psychology in the school*. ۴۶(۳): ۱-۱۹
- ۲۸- Khojasteh Chatroudi, S. (۲۰۱۷). The effect of mental games on the treatment of hyperactivity disorder/attention deficit and attention deficit in elementary school students. *Journal of Psychological Sciences*, ۶۷, ۳۶۳-۳۷۱.[Persian]. URL: <http://psychologicalscience.ir/article-۱-۲۷-fa.html>.
- ۲۹- Koolaei, A., Sabzian, M., & Falsafinezhad, M. (۲۰۱۵). The effect of poetry therapy and rhythmic movements on reducing anxiety and aggression in preschool children. *Journal of Pediatric Nursing*; ۱ (۴), ۱۱-۲۱.[Persian]. URL: <http://jpen.ir/article-۱-۷۶-fa.html>.
- ۳۰- Lewinsohn, P.M., Holm-Denoma, J.M., Small, J.W., Seeley J.R. & Joiner T.E. (۲۰۰۸). A separation anxiety disorder in childhood as a risk factor for future mental illness. *J Am Acad Child Adolescent Psychiatry*, ۴۷(۵), ۵۴۹-۵۵۶. doi: ۱۰.۱۰۹۷/CHI.۰b۰۱۳e۳۱۸۱۶۷۶۵e۷.
- ۳۱- Manicavasagar, V., Silove, D., Wagner, R., Z, & Drably, J. (۲۰۰۳). A self-report questionnaire for measuring separation anxiety in adulthood. *Comprehensive psychiatry*, ۴۴ (۲), ۱۴۶-۱۵۳. DOI: ۱۰.۱۰۵۳/comp.۲۰۰۳.۵۰۰۲۴ .
- ۳۲- May-Hesiang, A.L. (۲۰۱۸). What do Childhood anxiety disorder predict? *Journal of child psychology and psychiatry*. ۴۸(۱۲). ۱۱۷۴-۱۱۸۳
- ۳۳- Maykenbam, A. (۱۹۴۰). Effects of trained therap dog in child-Centered play therapy on children's biobehavioral measures of anxiety. Dissertation, University of North Texas.
- ۳۴- Mash, E.J. & Barkley, R.A. (Eds.). (۲۰۱۴). *Child psychopathology*. ۳rd Ed. New York: Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/۲۰۱۴-۳۵۵۱۸-۰۰۰>.
- ۳۵- Mousavi, S., & Khodabakhshi Koolaei, A. (۲۰۱۶). The effectiveness of group play therapy through central referral method on fear and anxiety of preschool children. *Journal of the Center for Research on Social Factors Affecting Health*, ۱۰, ۲۶۱-۲۶۹.[Persian]. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?ID=۳۵۳۰۱۳>.
- ۳۶- Narimani, M., Soleimani, I., & Abu Ghasemi, A. (۲۰۱۱). Comparison of internal and external dimensions of students' thinking styles. *Quarterly Journal of School Psychology*, ۱, ۱۱۸-۱۲۸.[Persian]. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=۱۵۹۱۰۶>.
- ۳۷- Pedro-Carroll, J. L., & Jones, S. H. (۲۰۰۵). A Preventive Play Intervention to Foster Children's Resilience in the Aftermath of Divorce. In L. A. Reddy, T. M. Files-Hall, & C. E. Schaefer



- (Eds.), *empirically based play interventions for children* (pp. 51-75). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11086-004>.
- ۳۸- Rezaei, S., Koolaei G., & Taghvaei, D. (۲۰۱۵). The effectiveness of painting therapy on reducing anxiety and aggression in male primary school students with extrinsic disorders. *Journal of Pediatric Nursing*, ۲۰(۱); ۲ (۲), ۱۰-۱۹.[Persian]. URL: <http://jpen.ir/article-۱-۱۲۹-fa.html>.
- ۳۹- Rezaei, Z., Peyvastegar, M., & Ghadiri, F. (۲۰۲۱). The effectiveness of cognitive-behavioral play therapy with parental involvement in reducing children's social fear. *Journal of Behavioral Sciences*, ۱۴, ۱۲۵-۱۳۵.[Persian]. <https://www.sid.ir/fa/Journal/ViewPaper.aspx?ID=۳۰۷۳۷۱>.
- ۴۰- Sarihi, N., Poornesai, G., & Nick Akhlagh, M. (۲۰۱۴). The effectiveness of group play therapy on behavioral problems of preschool children. *Quarterly Journal of Analytical-Cognitive Psychology*, ۲۳, ۳۵-۴۱.[Persian]. [http://psy.journals.iau-garmsar.ac.ir/article\\_۵۳۶۲۹۹.html](http://psy.journals.iau-garmsar.ac.ir/article_۵۳۶۲۹۹.html).
- ۴۱- Seyyed abode Khodayi, M., & Sadeghi Ordobadi, A. (۲۰۱۲). Study of separation anxiety in children and the effectiveness of play therapy with a behavioral-cognitive approach to reduce it. *Journal of Clinical Psychology*, ۴(۳), ۱۲-۲۰.[Persian]. [۱۰,۲۲۰۷۵/ijcp.۲۰۱۲.۲۰۷۰](http://www.ijcp.iaupub.com/ijcp.۲۰۱۲.۲۰۷۰).
- ۴۲- Shen, Y.J. (۲۰۰۲). Short-term group play therapy with Chinese earthquake victims: Effects on anxiety, depression and adjustment. *International Journal of Play Therapy*, ۱۱(۱), ۴۳-۶۳. <https://doi.org/10.1037/h0088856>.
- ۴۳- Shokrollahi, R. (۲۰۱۸). Group play therapy techniques on mood anxiety, positive emotions and general adjustment level of children with special learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, ۱۷ (۶۶), ۲۱۳-۲۲۷.[Persian]. URL: <http://psychologicalscience.ir/article-۱-۱۱۷-fa.html>.
- ۴۴- Taboos, W., Ojserkis, R., & McKay, D. (۲۰۱۹). Change in disgust reactions following cognitive behavioral therapy for childhood anxiety disorders. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, ۱۵(۱), ۱-۷. doi: 10.1016/j.ijchp.۲۰۱۴.۰۶.۰۰۲.
- ۴۵- Tsai, M.H. (۲۰۱۳). Research in play therapy: A ۱۰-year review in Taiwan. *Children and Youth Services Review*, ۳۵(۱), ۲۵-۳۲. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.۲۰۱۲.۱۰.۰۱۶>.
- ۴۶- Wood, J., Piacentini, J.C., Southam-Gerow, C., & Sigman, M. (۲۰۱۹). Family Cognitive-Behavioral Therapy for Child Anxiety Disorders. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, ۴۵(۳), ۳۱۴-۳۲۱. doi: 10.1097/01.chi.۰۰۰۱۹۶۴۲۵.۸۸۳۴۱.b۰.