

تاثیر ارتباط موثر کودک و والد از طریق بازی بر اضطراب جدایی

علی اکبر صلاحی^۱، الهام طهماسب زاده^۲

^۱ مدرس و مشاور دانشگاه، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

^۲ دانش آموخته مقطع کارشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گارامام خمینی (ره) - شهرری.

نام نویسنده مسئول:

الهام طهماسب زاده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۶/۲

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۸/۵

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر ارتباط موثر کودک و والد از طریق بازی بر اضطراب جدایی کودکان انجام با روش پژوهش کمی و از نوع شبه آزمایشی انجام شد. جامعه آماری زنان خانه دار در شهر تهران در سال ۱۳۹۹ بود که تعداد ۴۵ نفر بصورت در دسترس انتخاب شد. روش گردآوری اطلاعات نیز به صورت غیرتصادفی و از نوع در دسترس بود. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه اضطراب جدایی کودکان (SASC) انتخاب شد. از روش آماری آزمون T همبسته استفاده شد، با توجه به نتیجه حاصله که نمره سطح معناداری ۰/۰۰۱ بود و این عدد از ۰/۰۵ کوچکتر است، لذا فرض صفر رد و فرض خلاف تایید می گردد، لذا با احتمال ۹۹٪ رابطه معنادار است. در واقع می توان با انجام یکسری از بازی های هدفمند باعث بهبود ارتباط والد و کودک شد.

واژگان کلیدی: اضطراب جدایی، بازی، والد و کودک.

مقدمه

در آسیب شناسی روانی کودکان ویژگی‌ها و علائم اختلال اضطراب جدایی در کودکان معمولاً به صورت ترس و نگرانی مفرط هنگام جدا شدن از خانه و یا افراد دلبسته نگرانی نسبت به آسیب دیدن خود و یا افراد دلبسته و گاهی بروز برخی مشکلات و شکایت‌های بدنی مانند سرگیجه سردرد مشکلات گوارشی تهوع و استفراغ را از خود نشان می‌دهد (حجت پیرزادی، ۱۳۹۷).

بازی درمانی یک فرآیند روانشناختی و اجتماعی است که در آن کودکان از طریق ارتباط با یکدیگر در اتاق بازی چیزهایی را در مورد خودشان یاد می‌گیرند و کمک می‌کند تا یاد بگیرند تعارضات را حل نمایند (اکبری و دیگران، ۱۳۹۵).

به دلیل بیماری کرونا و دوری کودکان از فضای اجتماعی تصمیم بر آموزش دوره‌های مجازی بازی درمانی به مدت ۱۰ جلسه یک ساعته به والدین شد تا بتوانند محیط خانه را جذاب، شاد و فضا را از یکنواختی دور کنند و همچنین به وسیله بازی درمانی مهارت‌های زندگی را به کودکانشان بیاموزند و اجازه ندهند خانه‌نشینی تاثیر منفی بر کودکانشان بگذارد و همچنین بازی درمانی باعث تخلیه هیجان‌های منفی کودک می‌شود و باعث ایجاد ارتباط مثبت بین والدین و فرزندان می‌شود. همچنین تاکنون پژوهشی با آموزش مجازی برای کاهش اضطراب کودکان در دوره کرونا انجام نشده بود عنوان بر روی کودکان صورت نگرفته بود.

اکبری و دیگران (۱۳۹۶) در پژوهش که با موضوع تاثیر بازی درمانی با رویکرد شناختی رفتاری بر تنظیم هیجان و اضطراب و افسردگی انجام دادند به این نتیجه رسیدند که بازی درمانی به شیوه شناختی- رفتاری موجب افزایش تنظیم شناختی هیجانی و کاهش اضطراب و افسردگی کودکان شده است.

اردکانی و پورنعمت (۱۳۹۴) در پژوهشی که با موضوع تاثیر بازی درمانی مبتنی بر رابطه والد- کودک به کاهش اختلال اضطراب جدایی انجام دادند به این نتیجه رسیدند که آموزش بازی درمانی مبتنی بر رابطه والد فرزندی بر کاهش اختلال اضطراب جدایی در کودکان ۸ تا ۱۲ سال موثر است.

عبدخدائی و اردوبادی (۱۳۹۰) در پژوهشی که با موضوع بررسی میزان اضطراب جدایی کودکان و اثربخشی بازی درمانی با رویکرد رفتاری شناختی بر کاهش آن انجام دادند به این نتیجه رسیدند که در بخش اول مطالعه از ۳۵۸ نفر شرکت کننده ۱۳,۹۸ اضطراب جدایی تشخیص داده شده و در بخش دوم مطالعه تفاوت معناداری بین میزان اضطراب جدایی آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه در مراحل پس آزمون و پیگیری مشاهده شد و اضطراب جدایی آزمودنی‌های گروه آزمایش کاهش چشمگیری را نشان داد.

پژوهش حاضر همانطور که در سطور بالا بدان اشاره شد، نیاز مبرمی بود که در شرایط کنونی بدان پرداخته شود، و با توجه به شرایط حال حاضر نو و بدیع می‌باشد، در پژوهش حاضر به دنبال این هستیم که آیا ارتباط موثر کودک و والد از طریق بازی بر اضطراب جدایی وجود دارد یا خیر؟

روش

روش تحقیق حاضر کمی از نوع شبه آزمایشی می‌باشد. جامعه پژوهش حاضر مادران شهر تهران در سال ۱۳۹۹ هستند که که فرزندان آنها بین ۴ تا ۱۲ سال دارند، که تعداد ۴۵ نفر بصورت در دسترس به عنوان حجم نمونه تحقیق انتخاب شدند. روش گردآوری اطلاعات غیرتصادفی است و از نوع در دسترس می‌باشد. با توجه به شرایط حال حاضر و وجود بیماری کرونا، کلیه آموزش‌ها بصورت مجازی که طبق جدول- ۱، مداخلات آموزشی در ده جلسه صورت گرفت.

جدول ۱- ارتباط موثر کودک و والد از طریق بازی و تمرین

تعداد جلسات	مداخلات آموزشی
اول	شناخت هیجانات
دوم	بازتاب احساسات
سوم	معرفی اسباب بازی‌ها (طبیعی، خلاقیت و پر خاشگری)

چهارم	بازی درمانی که اساس آن رعایت ۱۰ اصل است که هیچکدام از اصل‌ها نباید حذف و جایگزینی داشته باشد
پنجم	قانون بان (جایگزین مناسب برای رفتارهای نامطلوب)
ششم	حق انتخاب
هفتم	سه عبارت تشویقی
هشتم	راههای تقویت اعتماد بنفس و عزت نفس
نهم	مهارت حل مسعله
دهم	جمع بندی مطالب و رفع اشکال

پرسشنامه اضطراب جدایی کودکان (SASC) دارای ۲۶ سوال می‌باشد که دارای سه مولفه ناراحتی و نگرانی در مورد جدایی و آرامش در جدایی می‌باشد. سوالات پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً موافقم نمره ۵، موافقم نمره ۴، نظری ندارم نمره ۳، مخالفم نمره ۲، کاملاً مخالفم نمره ۱، نمره گذاری می‌شود. سوالات ۱، ۱۰، ۱۱، ۱۷، ۲۴ به صورت معکوس یعنی به صورت (کاملاً موافق نمره ۱، موافقم نمره ۲، نظری ندارم نمره ۳، مخالفم نمره ۴، کاملاً مخالف نمره ۵) نمره گذاری می‌شود. مندزو همکاران (۲۰۰۸) محتوای پرسشنامه را مطلوب گزارش کردند. مظفری (۱۳۹۲) پایایی پرسشنامه و مولفه‌های آن را به روش آلفای کرونباخ محاسبه شد که در آن ناراحتی از جدایی ۰/۸۵، نگرانی در مورد جدایی ۰/۷۸، آرامش در جدایی ۰/۷۲، اضطراب جدایی کودکان ۰/۸۹ بود که روایی آن نیز دارای اعتبار صوری می‌باشد.

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از دو روش آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده گردید، در آمار توصیفی از شاخص‌هایی نظیر نما، میانه، میانگین، واریانس، انحراف معیار و برای تحلیل بهتر داده‌ها از جدول استفاده می‌شود، در قسمت آمار استنباطی از روش آماری T همبسته استفاده می‌شود. برای آنالیز داده‌ها از نرم افزار آماری SPSS-20 استفاده گردید.

نتایج

جدول ۲- آمار توصیفی

N	Valid	39
	Missing	1
Mean		71.8462
Std. Error of Mean		2.55375
Median		68.0000
Mode		80.00
Std. Deviation		15.94817
Variance		254.344
Skewness		.286
Std. Error of Skewness		.378
Kurtosis		-.984
Std. Error of Kurtosis		.741
Range		60.00
Minimum		44.00
Maximum		104.00
Sum		2802.00

در جدول ۲- شاخص‌هایی نظیر نما، میانه، میانگین، واریانس، انحراف معیار مشاهده می‌گردد.

جدول ۳- ارتباط موثر کودک و والد از طریق بازی با اضطراب اجتماعی

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	ezterab1	71.8462	39	15.94817	2.55375
	ezterab2	81.6410	39	13.23967	2.12004

در این جدول ضمن درج متغیر پژوهش که اضطراب جدایی است به میانگین نمرات اشاره می کند که در پیش آزمون ۷۱,۸۴۶۲ و در پس آزمون ۸۱,۶۴۱۰ می باشد؛ همینطور در ادامه به نمرات انحراف معیار و میانگین خطای معیار اشاره می کند.

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	ezterab1 & ezterab2	39	.295	.068

در این جدول ضریب همبستگی ۰,۲۹۵ می باشد.

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	ezterab1 - ezterab2	-9.79487	17.46000	2.79584	-15.45475	-4.13499	-3.503	38	.001

فرضیه: ارتباط موثر کودک و والد از طریق بازی با اضطراب اجتماعی رابطه وجود دارد، با توجه به سطح معناداری در جدول ۳ که عدد ۰,۰۰۱ می باشد و این عدد از ۰,۰۵ کوچکتر می باشد. لذا فرض صفر رد و فرض خلاف تایید می گردد، لذا با احتمال ۹۹٪ رابطه معنادار است.

بحث

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می کنید ارتباط موثر کودک و والد از طریق بازی با اضطراب جدایی معنادار است، در واقع این بدان معنا است که می توان با انجام یکسری از بازی های هدفمند باعث بهبود ارتباط والد و کودک شد. در حال حاضر که کرونا سایه شوم خود را بر سر جامعه گسترانده است و کودکان از فعالیت اجتماعی و همسالان خود نیز محروم هستند، نیاز است که با بازی های بیشتری را والدین با کودکان خود انجام دهند تا میزان اضطراب جدایی این کودکان کاهش یابد. شایان ذکر است که این کار می تواند در ایجاد ارتباط موثر بین والد و فرزند بسیار کارآمد بوده و باعث ایجاد فضای گرم و صمیمی در بستر خانواده گردد.

برزگر و بهنیا (۱۳۹۱) پژوهشی با عنوان اثر بازی درمانی بر مشکلات برون سازی در کودکان پیش دبستانی با مشکلات رفتاری انجام دادند به این نتیجه رسیدند که بازی درمانی و کاهش مشکلات برونی سازی پرخاشگری و نادیده گرفتن قواعد در کودکان پیش دبستانی دارای مشکلات رفتاری معنادار است. لذا از لحاظ اینکه پژوهش حاضر هم به بازی پرداخته است شباهت بین دو پژوهش دیده می شود، اما تفاوت عمده این پژوهش با پژوهش حاضر این است که ما روی روابط والد و فرزند با اضطراب جدایی کار کرده ایم؛ اما در این پژوهش به مشکلات برون سازی در کودکان پیش دبستانی با مشکلات رفتاری پرداخته است.

پورنسایی، نیک اخلاق (۱۳۹۴) در پژوهشی که با عنوان بازی درمانی گروهی بر مشکلات رفتاری کودکان انجام دادند به این نتیجه رسیدند که میانگین نمرات مشکلات رفتاری در گروه آزمایش کاهش معناداری در مرحله پس از آزمون نسبت به گروه کنترل داشته است، شباهت این پژوهش نیز در معناداری نتایج است، اما در اینجا ابتدا روی بازی درمانی گروهی کار کرده که هدف پژوهش حاضر بازی درمانی فردی است و اینکه متغیر وابسته مشکلات رفتاری کودکان است که در پژوهش حاضر همانطور که قید شد، اضطراب جدایی کودکان است.

میرزاحسینی و دیگران در سال (۱۳۹۶) در پژوهشی به عنوان اثربخشی بازی درمانی گروهی به شیوه شناختی-رفتاری بر سبک‌های مقابله کودک به این نتیجه رسیدند که بازی درمانی شناختی-رفتاری اثری معنی‌دار بر سبک مقابله سازگاری در جهت بهبود دارد، در این پژوهش علاوه بر اینکه روی بازی درمانی گروهی کار شده است تفاوت دیگری موجود با پژوهش حاضر سبک‌های مقاله کودک در برابر اضطراب جدایی است. در کل باید این نکته را لحاظ کرد که بازی کردن با کودک باعث نزدیکی بیشتر، شناخت احساسات و نگرش و حذف خیلی از مشکلات فرزندپروری خواهد بود.

منابع و مراجع

- [۱] اکبری، مریم؛ دهقانی، بهناز؛ جعفری، آمنه؛ کارد، آمنه. (۱۳۹۶). تاثیر بازی درمانی با رویکرد شناختی رفتاری بر تنظیم هیجان و اضطراب و افسردگی، مجله ایده‌های نوین روانشناسی دوره اول، شماره دوم، ص ۴۵-۵۴.
- [۲] برزگر، زهرا؛ بهنیا، فاطمه. (۱۳۹۱). اثر بازی درمانی بر مشکلات برونی سازی در کودکان پیش دبستانی با مشکلات رفتاری دوره ۶، شماره ۴، صص ۳۴۷-۳۵۴.
- [۳] پورنسایی، غزل سادات؛ نیک اخلاق، مهناز؛ ضریحی، نفیسه. (۱۳۹۴). اثر بازی درمانی گروهی بر مشکلات رفتاری کودکان، فصلنامه روانشناسی تحلیل-شناختی، سال ششم، شماره بیست و سوم، صص ۳۵-۴۱.
- [۴] پیرزادی، حجت. (۱۳۹۷). تاثیر بازی درمانی در اختلال اضطراب جدایی، نشریه رویش، سال هجدهم، شماره ۴، صص ۶۴-۴۸.
- [۵] حسینی اردکانی، اشرف؛ پورنعمت، مینا. (۱۳۹۴). تاثیر بازی درمانی بر رابطه والد- کودک بر کاهش اختلال اضطراب جدایی، مجله علوم رفتاری، دوره ۳، شماره ۷، صص ۱۲۲-۱۳۸.
- [۶] میرزاحسینی، حسن؛ میرباقری، محبوبه؛ کمالیان، تهمینه؛ قاسم‌زاده، عزیزرضا. (۱۳۹۶). اثربخشی بازی درمانی گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر سبک‌های مقابله کودک، روانشناسی نوین، دوره ۳۵، شماره ۱، صص ۵۳-۶۰.
- [۷] عبدخدائی، سعید؛ صادقی اردوبادی، آفرین. (۱۳۹۰). ارزیابی میزان اضطراب جدایی کودکان و اثربخشی بازی درمانی با رویکرد رفتاری- شناختی در کاهش اضطراب کودکان مجموعه روانشناسی بالینی، سال سوم، شماره ۴، صص ۹۸-۱۱۲.