

Research Article

The effectiveness of Story and play training package in improving children's self-esteem

Authors

Fatemeh Ebrahimi¹, Seyed Kazem Rasoulzadeh Tabatabai^{2*}, Saeed Ghanbari³, Karineh Tahmasian³

1. PhD Student in Psychology, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran.

2. Associate Professor, Department of Psychology, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran. (Corresponding Author)

3. Assistant Professor, Department of Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran

Abstract

Receive Date:
19/04/2020

Accept Date:
06/08/2020

Introduction: Self-esteem refers to a person's mental evaluation of his or her worth as a human being and can be likened to a conscious immune system that protects the child against many psychological disorders. Therefore, it is very important to build the foundations of self-respect in childhood. The aim of this study was to evaluate the effectiveness of Story and play therapy package on improving children's self-esteem.

Method: The research design was semi-experimental with pre-test-post-test and a control group. Stories and plays whose content validity was confirmed by experts were used as a therapeutic package to measure their effectiveness on children. The statistical population of this study consisted of children aged 6 to 9 years in Isfahan, 30 of whom were selected as available and were randomly assigned to two experimental and control groups and The Battle Self-esteem Questionnaire (1992) was completed as a pre-test and post-test for them.

Results: The results of analysis of covariance showed that there was a significant difference between the experimental and control groups in terms of research variable ($P < 0.05$) and the story and play therapy package significantly increased children's self-esteem.

Discussion and conclusion: According to the findings of the study, the effectiveness of storytelling and play therapy packages on children's self-esteem has been confirmed and is proposed as an effective intervention to improve children's self-esteem

Keywords

Self-Esteem, Middle Childhood, Story, Play

Corresponding Author's E-mail

Ravanhonar@gmail.com

This article is extracted from the first author's doctoral dissertation.

اثربخشی بسته آموزشی قصه و بازی در افزایش حرمت خود کودکان

نویسندگان

فاطمه ابراهیمی^۱، سید کاظم رسول زاده طباطبایی^{۲*}، سعید قنبری^۳، کارینه طهماسیان^۴

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.

۲. دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

۳. استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه شهیدبهبشتی، تهران، ایران.

۴. استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه شهیدبهبشتی، تهران، ایران.

چکیده

مقدمه: حرمت خود اشاره به ارزیابی ذهنی فرد از ارزش خود به عنوان یک انسان دارد و می‌توان آن را به یک سیستم ایمنی آگاهانه تشبیه کرد که کودک را در برابر ابتلا به بسیاری از اختلالات روانشناختی مصون می‌دارد. بنابراین ساختن پایه‌های حرمت خود در کودکی بسیار مهم است. هدف پژوهش حاضر سنجش اثربخشی بسته درمانی قصه و بازی بر ارتقاء حرمت خود کودکان بود.

روش: طرح پژوهش از نوع نیمه تجربی، پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. قصه‌ها و بازی‌هایی که روایی محتوایی آنها توسط متخصصین تایید شده بود، به عنوان یک بسته آموزشی، برای سنجش اثربخشی بر روی کودکان به اجرا درآمد. جامعه این پژوهش متشکل از کودکان ۶ تا ۹ سال شهر اصفهان به همراه والدین آنها بود که بصورت در دسترس ۳۰ نفر از آنها انتخاب شده و بصورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند و پرسشنامه حرمت خود باتل (۱۹۹۲) به عنوان پیش‌آزمون و پس‌آزمون روی آنها اجرا شد.

نتایج: یافته‌های حاصل از تحلیل کوواریانس نشان داد که بین دو گروه آزمایش و گواه از لحاظ متغیر پژوهش تفاوت معنادار وجود داشت ($P < 0/05$) و بسته آموزشی قصه و بازی بصورت معناداری باعث افزایش حرمت خود کودکان می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری: مطابق با یافته‌های پژوهش اثربخشی بسته آموزشی قصه و بازی بر روی حرمت خود کودکان به تایید رسید و به عنوان مداخله‌ای موثر برای ارتقای حرمت خود کودکان پیشنهاد می‌شود.

تاریخ دریافت:
۱۳۹۹/۰۱/۳۱

تاریخ پذیرش:
۱۳۹۹/۰۵/۱۶

کلیدواژه‌ها

حرمت خود، اواسط کودکی، قصه، بازی

نشانی پست
الکترونیکی
نویسنده مسئول

Ravanhonar@gmail.com

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکتری نویسنده اول است.

مقدمه

حرمت خود یکی از مباحث اساسی مطالعات روانشناختی بوده و مازلو^۱ آن را به عنوان چهارمین نیاز اساسی طبیعت بشر بعد از نیازهای فیزیولوژیکی، ایمنی و عشق، طبقه بندی کرده است. وی حرمت خود یک فرد را تمایل به احترام گذاشتن و شناخت خود توصیف کرد [۱]. حرمت خود اشاره به ارزیابی ذهنی فرد از ارزشش به عنوان یک انسان دارد [۲]. شواهد تحولی نشان می‌دهد حرمت خود دارای پیامدهایی برای زندگی افراد است [۲، ۳، ۴]. به ویژه، مطالعات آینده نگر مطرح کرده اند که حرمت خود بر موفقیت و رفاه افراد در حوزه‌های روابط اجتماعی، مسائل مربوط به مدرسه و تحصیل، مسائل مرتبط با کار، سلامت جسمی و سلامت روان تأثیر می‌گذارد [۵]. در حقیقت حرمت خود مثل یک سیستم ایمنی آگاهانه عمل نموده و مقاومت و ظرفیت لازم برای زندگی فرد را فراهم می‌آورد [۶]. از سوی دیگر حرمت خود پایین، انعطاف‌پذیری فرد را در مقابل مشکلات کاهش می‌دهد [۶]. برای مثال پژوهش ستایشی‌اظهري، حاجی‌علیلو، حبیب‌زاده [۷] نشان می‌دهد که حرمت خود در رابطه سبک‌های دلبستگی و پرخاشگری دانش‌آموزان نقش واسطه‌ای بازی می‌کند به طوری که پرخاشگری در کودکان با سبک‌های دلبستگی ناایمن که حرمت خود کم‌تری داشتند، نسبت به کودکان با سبک‌های دلبستگی ناایمن که حرمت خود بالاتری داشتند، محتمل‌تر بود.

اواسط دوران کودکی، در شکل‌گیری حرمت خود دوره مهمی است. مطابق با نظریه رشد اریکسون [۸] کودک در این دوره با بحران سخت کوشی در برابر حقارت روبرو است و اگر به خوبی بتواند از این بحران بگذرد، دستاورد آن احساس شایستگی است. با وجود اهمیت این دستاورد، تحقیقات نشان داده است، حرمت خود کودکان در اواسط کودکی و هنگام ورود به مدرسه، کاهش قابل توجهی نشان می‌دهد [۹، ۵]. هارتر [۱۰] در رابطه با این کاهش، چندین فرآیند را شناسایی کرد که می‌توانند باعث کاهش حرمت خود از اوایل کودکی تا اواسط کودکی (یعنی از حدود ۴ تا ۸ سالگی) بشوند. اگر چه کودکان پیشرفت‌های اجتماعی-شناختی قابل توجهی در اواسط کودکی نشان می‌دهند، اما پیشرفت زیاد می‌تواند حرمت خود کودکان را به خطر بیندازد و یا به قول هارتر، مسئولیت‌هایی برای‌شان ایجاد نماید [۱۰، ۹]. مثلاً، کودکان ۴ ساله هنوز قادر به تمایز شایستگی‌های واقعی و ایده‌آل خود نیستند. وقتی با کودکان در این سن در مورد برداشت‌شان از خویش‌شن مصاحبه می‌شود، خود ایده‌آل را به جای خود واقعی توصیف می‌کنند [۱۰]. اما در اواسط کودکی، وقتی کودکان

یاد می‌گیرند که ویژگی‌های واقعی و ایده‌آل‌شان را متمایز کنند، این فرایند به کاهش توصیف‌های مثبت در مورد خود منجر می‌شود. کودکان خردسال همچنین توانایی استفاده از اطلاعات مقایسه‌های اجتماعی در خودارزیابی را ندارند [۱۰]. مجدداً وقتی کودکان در اواسط دوران کودکی بر این محدودیت شناختی غلبه می‌کنند، می‌تواند به کاهش حرمت خود آن‌ها منجر بشود [۱۱]. در حالی که کودکان خردسال هنوز قادر به استنباط چگونگی ارزیابی خود توسط دیگران (مثلاً، والدین و مراقبان) نیستند، در حدود ۸ سالگی به طور قابل توجهی مهارت‌های درک دیدگاه دیگران در آن‌ها بهبود می‌یابد [۱۱]. بنابراین، از اواسط دوران کودکی، برداشت کودکان در مورد خود قویاً تحت تأثیر نحوه ادراک‌شان توسط دیگران قرار می‌گیرد. با در نظر داشتن این مساله که بعضی از افرادی که با کودکان تعامل می‌کنند، آن‌ها را به اندازه کافی خوب نمی‌بینند، بسیاری از کودکان حرمت خود تا حدی پایین را تجربه خواهند کرد [۱۱].

از آنجا که اواسط دوران کودکی، دوران شکل‌گیری و تغییر حرمت خود است [۸، ۱۲] بسیار مهم است که حرمت خود در طول این دوره رشدی درک شود و از کاهش آن پیشگیری به عمل آمده و موجبات ارتقا آن فراهم شود.

با توجه به این که انتقال مفاهیم به کودک تنها از طریق زبان جهانی خود کودک میسر است و زبان کودک زبان قصه و بازی است [۱۳]. نهایتاً ابزار مناسب تغییر روانشناختی کودکان قصه و بازی است. استعاره‌ها و قصه‌ها می‌توانند در هر جهت‌گیری نظری، از جمله رویکردهای شناختی رفتاری، روایت درمانی، گشتالت درمانی، روابط شی، نظریات یونگ، روان‌تحلیلگری و... استفاده شود و دقیقاً همین تئوری زیربنایی است که تعیین می‌کند قصه‌ها به چه شکلی مورد استفاده قرار گیرند. بسته به گرایش نظری درمانگر، استعاره و قصه‌ها برای کشف، تغییر یا ایجاد معنا، آموزش یا جا انداختن مفاهیم مدل، تغییر یا ساخت روایت شخصی، تقویت رابطه والد فرزندی، ایجاد بینش و تجربه آهان، هیپنوتیزم و حتی کاهش مقاومت مراجع استفاده می‌شوند [۱۴]. پرنیکانو^۲ [۱۴] راه‌هایی که قصه‌ها می‌تواند فرآیندهای تفکر منطقی را تسهیل کند و با بخش‌های غیرکلامی " مغز ارتباط برقرار کند، را مورد بحث قرار می‌دهد. او بیان می‌دارد، هر چه که ما در مورد مسیرهای عصبی و نیمکره راست مغز اطلاعات بیش‌تری کسب می‌کنیم و نقش این نیمکره را در تروما و دلبستگی می‌فهمیم، درک می‌کنیم که قصه‌ها چگونه توانایی تغییر فرآیندهای نیمکره ی راست مغز، فعال کردن خاطرات حسی، ماشه چکانی احساسات حل نشده قوی، و تحریک ایجاد

¹ Maslow² Pernicano

است [۲۴، ۲۵]. در ایران هیچ تلاش منظم و علمی برای نگارش این قصه‌ها یا بازی‌ها مطابق با ویژگی‌های کودکان ایرانی به عمل نیامده است. یافته‌های پژوهشی امین دهقان و پریخ [۲۶] نشان می‌دهد که قصه‌های مناسب کودکان که در گروه‌های سنی ب در سال‌های ۱۳۷۰ تا ۱۳۸۰ از سوی شورای کتاب کودک برگزیده شده‌اند، رویکرد درمانی ضعیفی داشته و بیش‌تر قصه‌ها توانایی لازم در پاسخگویی به نیازهای عاطفی و اجتماعی کودکان و پیشگیری از مشکلات و به ویژه حل مشکلات روانشناختی کودکان را ندارند. خدایی مجد [۲۷] در نتیجه ی یک پژوهش کیفی بیان کرد که از مجموع ۱۴۱ قصه مورد بررسی ۱۹ داستان یعنی ۱۳ و نیم درصد کل قصه‌ها در تقویت حرمت خود بسیار موثرند و تاثیر باقی قصه‌ها متوسط یا حتی ضعیف است.

بنابراین هدف این پژوهش، سنجش اثر بخشی این بسته آموزشی بر حرمت خود کودکان ایرانی بود.

روش

نوع پژوهش

طرح این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی، پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل برای سنجش اثربخشی بسته آموزشی قصه و بازی بر حرمت خود کودکان بود.

آزمودنی

الف) جامعه آماری: جامعه این پژوهش متشکل از والدین کودکان ۶ تا ۹ سال مراجعه کننده به ۴ مرکز مشاوره از نواحی استان اصفهان است که در سال ۱۳۹۹ در شهر اصفهان زندگی می‌کردند.

ب) نمونه پژوهش: با عنایت به اینکه طرح پژوهش حاضر نیمه آزمایشی است و با توجه اینکه حجم نمونه در این نوع طرح‌ها ۳۰ نفر در دو گروه آزمایش و گواه توصیه می‌شود [۲۸] نمونه مورد نیاز برای این پژوهش شامل ۳۰ کودک ۶ تا ۹ سال به همراه والدین آنها است که داوطلبانه و در دسترس از جامعه آماری فوق با رعایت شرایط ورود و خروج به نمونه، انتخاب شدند. بعد از انتخاب این نمونه، اعضاء این نمونه بصورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. اطلاعات جمعیت شناختی این ۳۰ کودک به شرح جدول ۱ است.

شرایط ورود به نمونه:

کسب نمره ی پایین تر از ۳۵ در سیاهه رها از فرهنگ حرمت خود [۲۹].

تجربه آهان که باعث تغییر دادن رفتار می‌شود، را دارد. وینیکات^۱ [۱۵] به نیاز کودک به تجربه کردن یک «فضای گذار»^۲ اشاره می‌کند. این فضا به صورت استعاری در فرآیند ادراک کودک از اینکه همزمان هم از نظر فیزیکی و هم از نظر هیجانی از والد خود جدا و در عین حال به او وابسته است شکل می‌گیرد. بازی ابزاری است که به شکل‌گیری این فضا کمک زیادی می‌کند و یکی از دلایلی است که نشان می‌دهد چرا بازی یک مولفه اصلی روانپویایی و درمان‌های مبتنی بر بازی به شمار می‌آید [۱۶]. وقتی کودکی بازی می‌کند در واقع دارد یاد می‌گیرد احساسات درونی و نحوه ارتباطش با این احساسات را از آنچه در دنیای بیرون جریان دارد جدا سازد. همانطور که فونگی^۳ و تارگت^۴ [۱۷] اظهار می‌کنند، «توانایی حفظ موقعیت بازی گام بسیار مهمی در رشد ذهنی‌سازی است». اما یکی دیگر از مولفه‌های بسیار مهم فرآیند بازی، در دسترس بودن یک فرد بزرگسال است؛ این فرد به کودک کمک می‌کند تا با احساس امنیت در بافت اکتشافات خود و ترجمه دنیای هیجانات درون و برونش، به معنای تجربیاتی که در بازی کسب می‌کند پی برد. وقتی کودکی بازی می‌کند می‌توان از مداخلات مختلفی برای تقویت آگاهی او از حالات روانی درونش و نحوه ارتباطش با دیگران بهره گرفت [۱۸]. بسیاری از رویکردهای بازی درمانی تمایل دارند، این فرد بزرگسال والدین باشد، آنها معتقدند علاوه بر تمام آثاری که بازی بر روی کودکان دارد، بهبود رابطه والد و کودک که در جریان بازی درمانی‌هایی که والدین را درگیر می‌کند رخ می‌دهد، دستاورد بسیار بزرگی است [۱۹].

علاوه بر پژوهش‌های خارجی زیادی که آثار بازی درمانی و قصه درمانی را بر حرمت خود بررسی کردند [۲۰، ۲۱]. در ایران نیز مددی زوار، کامکار و گل پرور [۲۲] از یک مجموعه بازی و قصه برای ارتقای حرمت خود کودکان استفاده کردند و آن را موثر یافتند. و جعفری زاده و حجتی [۲۳] آثار قصه‌های قرآنی بر حرمت خود کودکان را موثر یافتند. با این وجود عمده بازی‌ها و قصه‌هایی که در پژوهش‌های قبلی استفاده شده، از منابع موجود مانند کتاب آسمانی قرآن و یا کتاب‌های قصه و بازی نقل شده است. این در حالی است که نیاز به تولید محتوای جدید در این حیطه و سنجش اثر بخشی آن به شدت احساس می‌شود.

اگرچه بیان شده است که مداخلات درمانی کودکان باید به زبان خود آنها (قصه و بازی) باشد و اثر بخشی قصه‌ها و بازی‌های هدفمند بر کاهش مسائل روانی کودکان تایید شده

¹ Winnicott

² Transitional space

³ Fonagy

⁴ Target

اندازه‌گیری حرمت خود تدوین شده است. هنجاریابی این سیاهه در یک نمونه آمریکایی ۱۷۲۷ نفری بین سالهای ۱۹۹۸ و ۲۰۰۰ و اعتبار آن براساس دو روش همسانی درونی و بازآزمایی محاسبه شد. در همه رده‌های سنی متوسط ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ و اعتبار بازآزمایی آن از ۰/۷۰ تا ۰/۹۰ گزارش شد. میانگین و انحراف استاندارد سیاهه ابتدایی حرمت خود به ترتیب ۱۰ و ۳ گزارش شده است [۲۹].

در ایران نیز یونسی [۳۰] با بررسی ویژگی‌های روانسنجی نسخه دوم سیاهه حرمت خود باتل نشان داد که ضریب بازآزمایی برای دانش آموزان دختر ۰/۷۸، برای دانش آموزان پسر ۰/۸۱ و برای کل سیاهه ۰/۷۹ است. همچنین برای تعیین روایی همگرا از ضریب همبستگی این سیاهه با مقیاس حرمت خود کوپراسمیت استفاده شد و این ضریب همبستگی برابر با ۰/۷۵ به دست آمد [۳۰]. نتایج مطالعه ی پارسا و نعمت طاووسی [۳۱] نشان داد که سیاهه حرمت خود باتل با مقیاس خودپنداشت پیرزهریس رابطه مثبت معنادار به اندازه ی ۰/۴۶ و با مقیاس اضطراب کودکان اسپنس رابطه منفی معنادار به اندازه ی ۰/۲۶- دارد. این یافته‌ها روایی ملاکی سیاهه حرمت خود باتل [۲۹] را تأیید کرد. همچنین ضرایب همبستگی بازآزمایی ۶۰ دانش آموز، با فاصله زمانی دو هفته، دونیمه کردن و کودرریچاردسون این سیاهه به ترتیب ۰/۶۳، ۰/۶۰، ۰/۵۸ به دست آمد، که مناسب بودن ویژگی‌های روانسنجی این سیاهه را در کودکان ایرانی تأیید می‌کند. در پژوهش حاضر نیز ثبات درونی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ محاسبه و مقدار آن ۰/۸۳ گزارش شد که نشان دهنده پایایی مناسب این ابزار است.

شیوه انجام پژوهش

این پژوهش در دو مرحله انجام شد: ساخت بسته مداخله و اجرای مداخله. بسته آموزشی قصه و بازی متشکل از مجموعه قصه‌ها و بازی‌هایی بود که براساس عوامل اثر گذار بر حرمت خود که در نتیجه تحلیل محتوای کیفی مصاحبه های انجام شده با والدین و متخصصین روانشناسی کودک به دست آمده بود ساخته شده بود [۳۲] بسته مداخله طراحی شده شامل دو بخش اصلی بود. مجموعه قصه‌ها و مجموعه بازی‌ها. هر کدام از قصه‌های طراحی شده قصد رساندن پیامی را به کودک داشتند که شامل آشنایی با کارکرد ذهن، آشنایی با سبک تفکر و خطاهای شناختی و فراشناختی تاثیرگذار بر حرمت خود، اعتماد به توانایی‌های خود و پذیرفتن نقص به عنوان جزئی از موجودیت انسان بود. علاوه بر رساندن این پیام‌ها، قصه‌ها و بازی‌ها با هدف بهبود رابطه والد-کودک برنامه‌ریزی شده بود. تصمیم برای انتخاب این پیام‌ها و اهداف بر اساس نتایج پژوهش ابراهیمی [۳۲] بود که عوامل موثر بر

تعهد اخلاقی والدین برای حضور فعال در همه جلسات (همراه بودن زوج والد-کودک).

نداشتن اختلالات رفتاری و بالینی آشکار در زوج والد-کودک.

شرایط خروج از نمونه:

داشتن اختلالات رفتاری و بالینی آشکار در زوج والد-کودک.

تنها بودن کودک یا والد (عدم امکان مشارکت زوج والد-کودک).

جدول ۱. اطلاعات جمعیت شناختی گروه نمونه

متغیر		
جنس	N	%
دختر	۱۴	۰/۴۶
پسر	۱۶	۰/۶۴
سن		
۷	۱۰	۰/۳۳
۸	۱۰	۰/۳۳
۹	۱۰	۰/۳۳

ابزارهای پژوهش

۱) فرم ابتدایی سیاهه رها از فرهنگ حرمت خود [۲۹]: سیاهه رها از فرهنگ حرمت خود ابزار سنجش غیرسوگیرانه برای اندازه‌گیری حرمت خود است. زیر مقیاس‌های این آزمون عبارتند از: مقیاس حرمت خود کلی (۲۰ سوال)، مقیاس حرمت خود اجتماعی (۱۰ سوال)، مقیاس حرمت خود تحصیلی (۱۰ سوال)، مقیاس حرمت خود خانوادگی (۱۰ سوال) و مقیاس دروغ سنج (۱۰ سوال). مقیاس آزاد از فرهنگ حرمت خود را می‌توان به دو شیوه فردی و گروهی اجرا کرد. در دانش آموزان پایه اول و دوم ابتدایی اجرای انفرادی مناسب‌تر است. همچنین در پایه اول ابتدایی بایستی به صورت شفاهی اجرا شود. در اجرای شفاهی آزمونگر سوال‌ها را با صدای بلند می‌خواند و پاسخ آن را در پاسخنامه علامت می‌زند. از آنجا که لحن آزمونگر در چگونگی پاسخگویی آزمودنی‌ها بسیار موثر است، در اجرای شفاهی آزمون، آزمونگر باید دارای کلام یکنواخت، آرام و بدون هدایتگری باشد. در مورد دانش آموزان پایه دوم ابتدایی و بالاتر که می‌توانند بخوانند، اجرا به صورت نوشتاری است. ضمن این که دانش‌آموزان دستور العمل آزمون را می‌خوانند، آزمونگر هم با صدای بلند دستور العمل را برای آن‌ها بخواند و مطمئن شود که دانش‌آموزان شیوه پاسخگویی را فرا گرفته باشند. مدت زمان پاسخگویی به تست (شفاهی، کتبی) ۱۰ تا ۱۵ دقیقه است. این آزمون در سه فرم، فرم ابتدایی ۶ تا ۸ سال، فرم متوسطه ۹ تا ۱۲ سال و فرم نوجوان ۱۳ تا ۱۸ سال، برای

روایی محتوایی بسته درمانی توسط ده متخصص بازی درمانگر و قصه درمانگر تایید شده و نسبت روایی محتوایی کل بسته ۰/۹۵ گزارش شد و قصه‌ها و بازی‌هایی که حداقل نسبت روایی محتوایی را کسب نکردند از بسته مورد نظر حذف شدند. پس از حذف بازی‌ها و قصه‌هایی که امتیاز مورد نظر را کسب نکرده بودند، مجموعه بازی‌ها شامل دو بخش بود: «چه» و «چگونه». در بخش «چگونه» به والد آموخته می‌شد چگونه با کودکش بازی کند تا حرمت خود او را افزایش دهد و در بخش «چه» والد یاد می‌گرفت چه بازی‌هایی حرمت خود کودکش را افزایش می‌دهد. در واقع در بخش «چگونه» والد نسبت به استفاده از مهارت‌هایی مانند توصیف، تمجید عنوان‌دار، بازتاب، عدم هدایت‌گری، انتقاد و سوال و ارتباط آن‌ها با مقوله‌ی حرمت خود آموزش می‌دید. در بخش «چه» دو دسته بازی در پکیج وجود داشت، اول بازی‌هایی که غیر مستقیم پیام‌هایی را به ارزشمندی خود و پذیرفتن خویشتن به کودک می‌دهد و دوم بازی‌هایی که چالشی در آن نهفته بود تا کودک با حمایت معتدل و متعارف والدین (داریست سازی) از پس آن چالش بر بیاید و احساس پیروزی داشته باشد. این بسته آموزشی در قالب یک مداخله ده جلسه‌ای اجرا شد. در جدول ۲ شرح جلسه به جلسه اجرای این بسته آموزشی رفته است.

حرمت خود کودکان ایرانی را از نتایج مصاحبه با والدین و تحلیل محتوای کیفی آن‌ها استخراج کردند. به منظور اطمینان از روایی محتوایی قصه‌ها و بازی‌های تولید شده، ارتباط هر قصه و هر مجموعه بازی با ارتقا حرمت خود سنجیده شد. با انتخاب یک گروه ده نفره از متخصصین کودک و ارائه قصه‌ها و بازی‌ها و نظر سنجی از آن‌ها در مورد ارتباط هر قصه و بازی با ارتقا حرمت خود، با تقسیم تعداد پاسخ‌ها در رتبه ۳ و ۴ (مرتبط اما نیازمند بازبینی و کاملاً مرتبط) بر تعداد کل پاسخ دهندگان، شاخص روایی محتوایی برای هر قصه و هر مجموعه بازی به دست آمد. پذیرش قصه یا بازی بر اساس معیار والتز و باسل [۳۳] صورت گرفت: اگر نمره شاخص روایی محتوایی کمتر از ۰/۷۰ به دست می‌آمد گویه غیرقابل قبول بوده و بایستی حذف می‌گردید، اگر نمره بین ۰/۷۰ تا ۰/۷۹ باشد محتوا سؤال برانگیز بوده و به اصلاح و بازنگری نیاز داشت و اگر نمره بالاتر از ۰/۷۹ بود، گویه مناسب تشخیص داده می‌شد [۳۳].

$$CVI = \frac{\text{تعداد پاسخ‌ها در رتبه ۳ و ۴}}{\text{کل پاسخ‌ها}}$$

جدول ۲. محتوای جلسه به جلسه مداخله مبتنی بر قصه و بازی بر حرمت خود کودکان

شماره جلسه	مداخله قصه	مداخله بازی
جلسه اول	آموزش والد برای تعریف کردن قصه فیلی و خانه اسرارآمیز (آشنایی با مفهوم ذهن و کارکردهایش) برای کودکش و پرسش و پاسخ با او	دادن هدایت بازی به دست کودکش و پیروی از او + عدم انجام سرزنش، انتقاد، سوال یا آموزش در حین بازی
جلسه دوم	آموزش والد برای تعریف کردن قصه زندگی اسرارآمیز یک قطار (آشنایی با سبک‌های تفکر، خطاهای فراشناختی) برای کودکش و پرسش و پاسخ با او	توصیف کردن بازی کودک + بازتاب دادن به کودک
جلسه سوم	آموزش والد برای تعریف کردن قصه پاپی ریزترین موجود دنیا (اعتماد به توانایی‌های خود و پذیرفتن نقص) برای کودکش و پرسش و پاسخ با او	تمجید عنوان‌دار کودک در حین بازی
جلسه چهارم	آموزش والد برای تعریف کردن قصه مشکلی یک بچه سوسک (اعتماد به توانایی‌های خود و پذیرفتن نقص‌ها) برای کودکش و پرسش و پاسخ با او	هماهنگی با کودک + شوق و اشتیاق
جلسه پنجم	آموزش والد برای تعریف کردن قصه دراکوتا (آشنایی با سبک تفکر و خطاهای شناختی) برای کودکش و پرسش و پاسخ با او	یکپارچه‌سازی مهارت‌های چگونگی بازی
جلسه ششم	آموزش والد برای تعریف کردن قصه شمشینی (سبک تفکر و خطاهای شناختی + اعتماد به توانمندی‌ها) برای کودکش و پرسش و پاسخ با او	بازی‌های خودشناسی و اصلاحی سبک تفکر
جلسه هفتم	آموزش والد برای تعریف کردن قصه قرمزی (سبک تفکر و خطاهای شناختی) برای کودکش و پرسش و پاسخ با او	بازی‌های خودشناسی و اصلاحی سبک تفکر
جلسه هشتم	آموزش والد برای تعریف کردن قصه مادراز (سبک تفکر و خطاهای شناختی و فراشناختی) برای کودکش و پرسش و پاسخ با او	بازی‌های چالشی مقدماتی و هدایت آن
جلسه نهم	آموزش والد برای تعریف کردن قصه چسبک (خطاهای فراشناختی) برای کودکش و پرسش و پاسخ با او	بازی‌های چالشی پیشرفته و هدایت آن
جلسه دهم:	خداحفظی و پایان جلسات	مرور و تمرین آموزش‌های فراگرفته شده در جلسات قبلی

شیوه تحلیل داده ها

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات در این پژوهش از محاسبه شاخص‌های آمار توصیفی، همچون میانگین و انحراف استاندارد برای ارائه اطلاعات توصیفی پژوهش استفاده شد و برای آزمون فرضیه‌های پژوهشی از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نسخه ۲۲ نرم افزار اس. پی. اس استفاده گردید.

نتایج

پس از اجرای مداخله بسته درمانی، از هر دو گروه آزمایش و گواه پس از آزمون به عمل آمد و داده‌های مرتبط با پیش آزمون و پس آزمون استخراج گردید. در جدول ۳ نتایج مربوط به آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) دو گروه آزمایش و گواه در شرایط پیش آزمون و پس آزمون به تفکیک خرده مقیاس‌های حرمت خود نشان داده شده است.

جدول ۳. شاخص‌های توصیفی مقیاس و خرده مقیاس‌های حرمت خود در دو گروه آزمایش و کنترل قبل و بعد از مداخله

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
حرمت خود (کل مقیاس)	آزمایش	۳۲/۴۰۰	۳/۳۵۵	۴۱/۲۰۰	۴/۱۰۹
	کنترل	۳۲/۱۳۳	۲/۷۴۸	۳۲/۷۳۳	۲/۰۵۱
زیرمقیاس حرمت خودکلی	آزمایش	۴/۴۶۶	۰/۶۳۹	۸/۴۰۰	۱/۵۴۹
	کنترل	۴/۲۶۶	۰/۵۹۳	۴/۴۰۰	۰/۶۳۲
زیرمقیاس حرمت خود تحصیلی	آزمایش	۷/۰۶۶	۱/۰۹۹	۸/۰۶۶	۰/۷۹۸
	کنترل	۷/۳۳۳	۰/۸۹۹	۷/۲۶۶	۰/۸۸۳
زیرمقیاس مقبولیت	آزمایش	۲/۶۰۰	۰/۸۲۸	۳/۷۳۳	۰/۵۹۳
	کنترل	۲/۰۶۶	۰/۷۹۸	۲/۲۶۶	۰/۹۶۱
زیرمقیاس حرمت خود خانوادگی	آزمایش	۴/۴۶۶	۱/۴۰۷	۶/۴۰۰	۰/۷۳۶
	کنترل	۴/۵۳۳	۱/۴۵۷	۴/۸۶۶	۱/۱۲۵
زیرمقیاس حرمت خود اجتماعی	آزمایش	۴/۵۳۳	۱/۰۶۰	۵/۰۶۶	۰/۸۸۳
	کنترل	۴/۳۳۳	۰/۹۷۵	۴/۳۳۳	۰/۹۷۵
زیرمقیاس حرمت خود مقایسه با همسالان	آزمایش	۳/۸۶۶	۰/۵۱۶	۴/۰۰۰	۰/۰۰۰
	کنترل	۴/۰۰۰	۰/۰۰۰	۴/۰۰۰	۰/۰۰۰
زیرمقیاس دروغ سنج	آزمایش	۱/۶۰۰	۰/۹۱۰	۱/۵۳۳	۰/۹۹۰
	کنترل	۱/۱۳۳	۰/۳۵۱	۱/۱۳۳	۰/۳۵۱

متغیر وابسته و هم‌پراش تخطی صورت نگرفته است. مفروضه ی دیگر نرمال بودن توزیع داده‌ها در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون است که برای اطمینان از آن، آزمون کلموگروف اسمیرنوف انجام شد. نتایج نشان داد که توزیع متغیر وابسته در پیش‌آزمون گروه آزمایش ($Z=0/1186, P=0/1173$) و گروه کنترل ($Z=0/1185, P=0/1178$) و در پس‌آزمون گروه آزمایش ($Z=0/215, P=0/061$) و گروه کنترل ($Z=0/1173, P=0/200$) نرمال است و این فرض نیز رعایت شده است.

مفروضه بسیار مهم دیگری که باید قبل از آزمون کوواریانس بررسی شود، همگنی شیب خطوط رگرسیون یا آزمون همگنی شیب‌ها در متغیرهای وابسته است، به این معنا که نباید تعاملی بین هم‌پراش (پیش آزمون) و مداخله یا دستکاری آزمایشی (پس آزمون) وجود داشته باشد. نتایج بررسی همگنی خط رگرسیون و نیز سطح معناداری به دست

گام اول برای اجرای هر آزمونی بررسی برقراری بودن مفروضه‌های آن است. از پیش فرض‌های اصلی آزمون کوواریانس برابری واریانس‌های دو گروه در متغیر وابسته است که برای سنجش این مفروضه از آزمون لوین استفاده شده و نتایج آزمون لوین نشان داد واریانس دو گروه در متغیر حرمت خود برابر است و نسبت F معنادار نشده است و بنابراین مفروضه برابری واریانس متغیرهای پژوهش رعایت شده است ($F=1/407, P=0/246$).

مفروضه دیگر رابطه خطی بین متغیرهای وابسته و هم‌پراش است. به عبارتی برای انجام آزمون کوواریانس باید یک رابطه خطی بین متغیر وابسته و هم‌پراش برای هر دو گروه وجود داشته باشد. برای بررسی رابطه خطی بین متغیرها از نمودار پراکنندگی استفاده شد. نمودار پراکنندگی نشان داد که رابطه خطی بین متغیر وابسته و هم‌پراش وجود دارد و نمودار حالت منحنی ندارد، بنابراین از مفروضه رابطه خطی بین

با توجه به برقراری مفروضه‌ها، اجرای ازمون تحلیل کوواریانس مجاز بوده و نتایج آن در جدول ۴ گزارش شده است.

آمده ($F=2/564, P=0/121$) که بزرگتر از پنج صدم است نشان می‌دهد از مفروضه همگنی شیب خط رگرسیون تخطی صورت نگرفته است.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس دو گروه آزمایش و کنترل در متغیر حرمت خود

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
پیش ازمون	۱۶۳/۲۴۲	۱	۱۶۳/۲۴۲	۲۲/۳۶۷	۰/۰۰۰۱
عضویت گروهی	۵۱۰/۲۶۶	۱	۵۱۰/۲۶۶	۱۰۴/۳۰۱	۰/۰۰۰۱
باقیمانده	۱۳۲/۰۹۱	۲۷	۴/۸۹۲		
کل تصحیح شده	۸۳۲/۹۶۷	۲۹			

فراشناختی می‌شود به کودکان انتقال پیدا کرد. هم جهت با یافته‌های این پژوهش پرنیکانو [۱۳] بیان می‌کند که قصه‌ها شنونده را به حالت تاثیرپذیر و گیرنده حرکت می‌دهند و این تاثیرپذیری زمینه‌ی حرکت به بازی را برای کودکان فراهم می‌کند. بچه‌های کوچک، با توجه به قابلیت تفکر جادویی، به جنبه‌های غیرمنطقی قصه‌های استعاره‌ی حساس می‌شوند و طوری پاسخ می‌دهند که انگار با واقعیت روبرو هستند. علاوه بر این، قصه‌ها با به چالش کشیدن سبک تفکر می‌توانند روی مدل‌های کاری درونی و سبک دلبستگی کودکان اثر گذار باشند. نتایج پژوهش‌های پرنیکانو [۱۴] نشان می‌دهد که قصه‌ها هم تاثیرات هیجانی و هم شناختی دارند. دلبستگی در نواحی لیمبیک نیمکره راست مغز بخصوص آمیگدال رشد می‌یابد و بنظر می‌رسد که قصه‌ها با تغییراتی که در آگاهی هیجانی و روابط بین فردی ایجاد می‌کنند، این ناحیه را تحت تاثیر قرار می‌دهند. بنابراین ما تاثیرگذاری این بسته ارتقایی را از دو بعد تبیین می‌کنیم: از بعد تغییراتی که در ارتباط والد-کودک ایجاد می‌کند و از بعد تغییراتی که در شناخت‌ها و طرحواره‌ها و سبک تفکر کودک ایجاد می‌کند. این نتایج همسو با پژوهش‌هایی چون پژوهش لی، جوهری، محمود و جمالودین [۲۰] و گرین و کولاس [۲۱] در خارج از ایران و پژوهش‌های مددی زوار، کامکار، گل پرور [۲۲] و جعفری زاده، حجتی [۲۳] در ایران بود که موید تاثیر قصه و بازی بر حرمت خود کودکان است.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به عدم وجود مرحله پیگیری اشاره کرد. بنابراین پیشنهاد می‌شود که این بسته‌های ارتقایی همراه با دوره‌های پیگیری انجام شود تا نسبت به ماندگاری اثر اطمینان حاصل شود. پیشنهاد می‌شود این بسته که روایی محتوایی و اثربخشی آن تایید شد، در حجم‌های نمونه بالاتر مورد آزمایش قرار گیرد. هم چنین با توجه به این که این بسته روایی محتوایی مورد نظر را کسب کرده است و اثر بخشی آن نیز تایید شده است، توصیه می‌شود از آن برای ارتقا حرمت خود کودکان کشور بهره

نتایج ذکر شده در جدول‌های ۳ و ۴ حکایت از این مساله دارد که بین دو گروه آزمایش و کنترل از لحاظ متغیر حرمت خود تفاوت معنادار وجود دارد و این تفاوت به نفع گروه آزمایش است، بنابراین مداخله صورت گرفته بر روی حرمت خود اثر گذار بوده است.

بحث و نتیجه گیری

قصه درمانی و بازی درمانی بر روی حرمت خود کودکان اثر گذار است. اگر بعد ارتباطی حرمت خود را در نظر بگیریم و این نکته را مدنظر قراردهیم که همسو با نظر هارتر [۱۱] کودک خود را در آینده دیگران مهم بخصوص والدینش می‌بیند، بازی کردن و شنیدن قصه از والد، یک بافت ارتباطی مثبت را فراهم می‌کند. در «چگونگی» و «چه» در پروتوکل بازی، والد می‌موخت چطور و چقدر کودکش را ببیند، چطور توانمندی‌های کودکش که تاکنون نه کودک و نه خودش نسبت به آن توجهی داشته‌اند را به او یادآوری کند. به والدین گفته می‌شد «که لازم نیست از کودک‌تان تعریف‌های غیر واقعی بکنید، صرفاً کافی است ببینید آن چه را که تاکنون نمی‌دیدید اید». والدین در زمان بازی با توصیف‌هایی که از کودک‌شان و عملکرد او در حین بازی داشتند، به او نشان می‌دادند که او انقدر ارزشمند هست که والدش برای دقایقی تمام حواسش به او باشد و از بودن با او لذت ببرد. توصیف فعالیت‌های کودک به او احساس دیده شدن و بازتاب گفته‌های کودک به او احساس شنیده شدن می‌داد. همسو با این نتایج تال و تال^۱ [۱۹] در مقاله بازی درمانی کودک محور: گفت و گویی با وینی کات، بیان می‌کنند که چطور محور قرار دادن کودک در زمان بازی مطابق با نظریه وینیکات «خود» را در او شکل می‌دهد، و فضای گذاری ایجاد می‌کند که از طریق آن والدین می‌توانند حرمت خود کودک‌شان را گسترش دهند. در این پژوهش از قصه‌ها جهت آموزش‌های گسترده‌ای برای کودکان استفاده شد. مفهوم ذهن و این که کار ذهن تولید فکر است اما گاهی دچار خطاهای شناختی و

^۱ Tal

12- Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, VOL 14: PP. 158-162.

گرفته شود.

13- Pernicano, P. (2015). Metaphors and stories in play therapy. In Schaefer, C., O'Connor, K. & Braverman, L. (Eds). *Handbook of Play Therapy*, Second Edition. New York: Wiley.

14- Pernicano, P. (2014). Using trauma-focused therapy stories: Interventions for therapists, children and their caregivers. New York: Routledge.

15- Winnicott, D. W. (1971a). *Playing and reality*. Middlesex, England: Penguin Books.

16- Kegerreis, S., & Midgley, N. (2014). Psychodynamic approaches. In S. Pattison, M. Robson, & A. Beynon (Eds.), *The handbook of counselling children and young people*. London, England: Sage, PP. 35-48.

17- Fonagy, P., & Target, M. (1998). Mentalization and the changing aims of child psychoanalysis. *Psychoanalytic Dialogues*: VOL 8: PP. 87-114.

18- Munoz Specht, P., Ensink, K., Normandin, L., & Midgley, N. (2016). Mentalizing techniques used by psychodynamic therapists working with children and early adolescents. *Bulletin of the Menninger Clinic*: VOL 80(4): PP. 281-315.

19- Tal, R., & Tal, K. (2017). Child-parent relationship therapy—A dialogue with Winnicott's theory. *International Journal of Play Therapy*: VOL 26: PP. 151-159.

20- Lee, G. M., Johari, K. S. K., Mahmud, Z. & Jamaludin, L. (2018). The impact of sandtray therapy in group counselling towards children's self-esteem. *Global Journal of Guidance and Counseling in Schools*. VOL 8: PP. 58-66.

21- Green, E. J., & Kolos, A. C. (2010). Facilitating self-esteem in elementary school-aged children: A child-centered play therapy approach. In M. H. Guindon (Ed.), *Self-esteem across the lifespan: Issues and interventions*. Routledge/Taylor & Francis Group, PP. 49-61.

۲۲- مددی زوار، سارا، کامکار، منوچهر، گل پرور، محسن (۱۳۸۶). تاثیر بازی بر عزت نفس دانش آموزان ۶ تا ۱۱ ساله نابینای آموزشگاه ابابصیر اصفهان. *مجله دانش و پژوهش در روانشناسی*، سال ۱۰، شماره ۳۳، صص ۱-۱۴.

۲۳- جعفری زاده، فاطمه، حجتی، حمید (۱۳۹۶). تاثیر قصه‌های قرآنی برای عزت نفس کودکان پیش دبستانی گنبدکاووس در سال ۱۳۹۵. *مجله پژوهش و پرستاری ایران*، سال ۱۲، شماره ۳، صص ۲۲-۲۹.

منابع

1- De Souza, L. & Karine Hutz, C. S. (2016). Self-Compassion in Relation to Self-Esteem, Self-Efficacy and Demographical Aspects. *J. Paidéia*: VOL 26 (64): PP.181-188.

2- Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., & Robins, R. W. (2011). Self-esteem: Enduring issues and controversies. In T. Chamorro-Premuzic, S. von Stumm & A. Furnham (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of individual differences*, PP. ۷۱۸-۷۴۶.

3- Orth, U. (2017). The lifespan development of self-esteem. In J. Specht (Ed), *Personality development across the lifespan*. London, UK: Elsevier, PP. 181-195.

4- Orth, U. & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem *Current Directions in Psychological Science*: VOL 23: PP. 381-387.

5- Orth, U. & Robins, R. W. (2019). Development of self-esteem across the lifespan. In D. P. McAdams, R. L. Shiner, & J. L. Tackett (Eds.), *Handbook of personality development*, New York, NY: Guilford, PP. 328-344.

6- Bluth, K. & Blanton, P. W. (2015). The influence of self-compassion on emotional well-being among early and older adolescent males and females. *J Posit Psychol*: VOL10 (3): PP. 219-230.

۷- ستایشی اظهاری، محمد، حاجی علیلو، رعنا، حبیبزاده، عباس (۱۳۹۷). روابط ساختاری سبکهای دلبستگی و پرخاشگری در دانش آموزان: نقش میانجی گری عزت نفس، *مجله روانشناسی بالینی و شخصیت*. سال ۱۷، شماره ۱، صص ۵۳-۶۰.

8- Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York, NY: Norton.

9- Harter, S. (2012). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations*. New York, NY: Guilford Press.

10- Harter, S. (2006b). Developmental and individual difference perspectives on self-esteem. In D. K. Mroczek & T. D. Little (Eds.), *Handbook of personality development*. Mahwah, NJ: Erlbaum, PP. 311-334.

11- Harter, S. (2006a). The development of self-esteem. In M. H. Kernis (Ed.), *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives*. New York, NY: Psychology Press, PP. 144-150.

24- Rudel, Rachel (2020). "Purposeful Play: A Literature Review of Play Therapy and Projective Techniques of Drama Therapy". Expressive Therapies Capstone Theses.

۲۵- علوی، زینب، قدمپور، عزتاله، غضنفری، فیروزه (۱۳۹۶). تأثیر آموزش خوشبینی به روش قصه گویی بر اختلالات رفتاری دانش آموزان پسر پایه پنجم. مجله روانشناسی بالینی و شخصیت، سال ۱۵، شماره ۲. صص ۸۵-۹۶.

۲۶- امین دهقان، نسرین، پریخ، مهری (۱۳۸۲). تحلیل محتوای کتاب‌های داستانی مناسب کودکان در گروه سنی «ب» با رویکرد کتاب درمانی. کتابداری و اطلاع رسانی، سال ۶، شماره ۴، صص ۱۲-۲۰.

۲۷- خدایی مجد، وحید (۱۳۹۵). ارزیابی شیوه‌های روان شناختی آموزش اعتماد به نفس در قصه‌های کودکان ایرانی، آموزش و ارزشیابی، سال ۹، شماره ۳۳، صص ۱۰-۲۸.

28- Narang.n., Brad .L. (2020). Stylized Facts and Comparative Statics in (Social) Science Inquiry. International Studies Quarterly.: VoL 64: PP. 482-485.

29- Battle, J. (2002). Culture-Free Self-Esteem Inventories Examiner's Manual. Austin, TX: Pro-Ed.

۳۰- یونسی، جلال (۱۳۸۶). آزاد از فرهنگ یا صادق از فرهنگ: گزارش مطالعه مقدماتی مقیاس حرمت خود در کودکان. مجله روانشناسی معاصر. سال ۲، شماره ۲، صص ۱۳-۲۰.

۳۱- روان پارسا، رعنا، نعمت طاووسی، محترم (۱۳۹۷). ویژگی‌های روان سنجی سیاهه حرمت خود کودکان. روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، سال ۱۴، شماره ۵۵، صص ۲۲۵-۲۴۳.

۳۲- ابراهیمی، فاطمه. واریسی کیفی مولفه‌های موثر بر حرمت خود و خودتنظیمی هیجانی کودکان ایرانی و تدوین بسته قصه و بازی برای ارتقا (رساله دکتری). دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.

33- Waltz, C.W., & Bausell, R.B. (1981). Nursing research: Design, statistics, and computer analysis. Philadelphia: F.A. Davis.