



## اثربخشی بازی درمانی با رویکرد شناختی- رفتاری بر کاهش کمرویی دانش آموزان ابتدایی شهر بوشهر

طاهره نیکنام

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

\* سید یونس محمدی یوسف نژاد

استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

علی پولادی ریشهری

استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر اثربخشی بازی درمانی با رویکرد شناختی- رفتاری بر کاهش کمرویی دانش آموزان ابتدایی شهر بوشهر است. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون می باشد. جامعه آماری پژوهش شامل ۲۰۳۹۲ نفر از دانش آموزان ابتدایی شهر بوشهر می باشد که از بین آنها تعداد ۳۰ نفر از طریق نمونه گیری تصادفی ساده به عنوان حجم نمونه انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. ابزار جمع آوری اطلاعات در این تحقیق پکیج آموزش بازی درمانی با رویکرد شناختی و پرسشنامه کمرویی چیک و باس (۱۹۸۱) بود. نتایج حاصل از یافته ها نشان داد که بین گروه های آزمایشی و گواه از لحاظ حداقل یکی از متغیرهای کمرویی و مولفه های آن یعنی کمبود قاطعیت و فقدان اعتماد به نفس، پریشانی و دوری گزینی اجتماعی و گستره کمرویی در ارتباط با افراد ناآشنا تفاوت معنی داری وجود دارد به عبارت دیگر می توان گفت که بازی درمانی با رویکرد شناختی- رفتاری موجب کاهش کمرویی و مولفه های آن در آزمودنی های گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

**کلید واژه ها:** بازی درمانی با رویکرد شناختی- رفتاری، کمرویی، دانش آموزان ابتدایی شهر بوشهر.

### مقدمه

از سویی بازی درمانی با رویکرد شناختی- رفتاری<sup>۱</sup>، به یاری کودکان مشکل دار می شتابد تا بتوانند مسائلمان را حل کنند و در عین حال، نشان دهنده این واقعیت است که بازی برای کودک، همانند یک وسیله طبیعی است، با این هدف که او بتواند، خویشتن و همچنین ویژگی های درون خود را بشناسد و به آن عمل کند. در این نوع درمان همانند آن گونه از درمان هایی که افراد بزرگسال از طریق آن با سخن گفتن مشکلات خود را بیان می کنند، به کودک فرصت داده می شود تا احساس های

1- Game therapy based on the parent's relationship