

اثربخشی بازی درمانی شناختی رفتاری بر اختلال‌های اضطرابی و مدرسه هراسی دانش آموزان ابتدایی

(۱) منصور بیرامی (استادیار روانشناسی دانشگاه تبریز)

(۲) زینب خانجانی (دانشیار روانشناسی دانشگاه تبریز)

(۳) فرشته باوندپور (دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی کودک و نوجوان دانشگاه تبریز)*

چکیده

مقدمه: اختلالات اضطرابی از جمله اختلالات شایع کودکان هستند و می‌توانند زمینه ساز بسیاری از اختلالات دیگر باشند. این اختلالات اغلب با عملکرد موثر فرد در حوزه‌های دیگر تداخل دارند و اضطراب دائم و بیش از حد منجر به پریشانی شده و در تکامل کودک مداخله می‌کند. در میان رویکردهای روان درمانی مختص کودکان، بازی درمانی جایگاه ویژه‌ای به خود اختصاص داده است.

هدف: این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی بازی درمانی شناختی رفتاری بر اختلال‌های اضطرابی و مدرسه‌هراسی دانش آموزان ابتدایی صورت گرفته است.

روش کار: پژوهش حاضر در چارچوب طرح تک آزمودنی با خط پایه‌ی منفرد بر روی ۵ کودک دارای اختلال اضطرابی و مدرسه‌هراسی و پیگیری سه هفته‌ای اجرا شد. به همین منظور ۸ جلسه بازی درمانی شناختی رفتاری طراحی شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از آزمون اختلالات مرتبط با اضطراب کودکان (SCARE) استفاده شد و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل نموداری و درصد بهبودی استفاده شد.

نتایج: در پایان درمان، نتایج به دست آمده نشان‌دهنده‌ی تغییرات معنادار در اضطراب و مدرسه‌هراسی کودکان بود. همچنین این نتایج سه هفته پس از درمان حفظ شدند.

نتیجه‌گیری: باتوجه به یافته‌های پژوهش، می‌توان از بازی درمانی شناختی رفتاری در کاهش اضطراب و مدرسه‌هراسی کودکان استفاده کرد.

کلیدواژه‌ها: اختلالات اضطرابی، بازی درمانی، مدرسه‌هراسی

*- نویسنده مسئول، ایمیل: B.fereshteh.p@gmail.com

مقدمه

اضطراب جزء جدایی‌ناپذیر زندگی طبیعی دوران کودکی بوده و به روشنی بیانگر روند رشد طبیعی کودک است. درواقع اضطراب‌ها ممکن است اثر سودمندی نیز روی رشد کودک داشته باشند زیرا فرصت