



## تأثیر بازی درمانی بر سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و توانایی‌های فردی کودکان پیش دبستانی

میسره کرامتی: دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی، واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، گرمسار، ایران  
ID اکبر محمدی: استادیار روان شناسی، واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، گرمسار، ایران (\*نویسنده مسئول) Psychic2006@gmail.com  
سارا حقیقت: استادیار روان شناسی، واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، گرمسار، ایران

### چکیده

#### کلیدواژه‌ها

بازی،  
سازگاری روانی،  
ارتباط موثر با دیگران،  
توانایی‌های فردی،  
کودکان،  
دوره پیش دبستانی

**زمینه و هدف:** یکی از مهم‌ترین دوره‌های تحصیلی دوره پیش دبستانی است؛ زیرا در این دوره کودکان با بسیاری از مهارت‌های شناختی، اجتماعی و قوانین و هنجارهای اجتماعی آشنا می‌شوند. بنابراین هدف پژوهش حاضر تأثیر بازی درمانی بر سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و توانایی‌های فردی کودکان پیش دبستانی شهر تهران بود.

**روش کار:** پژوهش نیمه آزمایشی حاضر، از نوع طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمام کودکان پیش دبستانی ۶ منطقه شهر تهران در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بودند که از میان آن‌ها با روش نمونه‌گیری در دسترس ۳۰ کودک انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و کنترل قرار داده شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی اکرز (۱۹۹۲) استفاده شد. شرکت‌کنندگان گروه آزمایش در ۱۰ جلسه و هر جلسه به مدت ۲۵ دقیقه بسته بازی درمانی را دریافت کردند و در این مدت برای گروه کنترل هیچ‌گونه برنامه بازی آموزشی ارائه نشد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که در دو گروه کنترل و آزمایش در متغیرهای ارتباط مؤثر ( $F=133/2, P<0/001$ )، سازگاری روانی ( $F=69/8, P<0/001$ )، توانایی‌های فردی ( $F=159/4, P<0/001$ )، تفاوت معنی‌داری داشتند. همچنین اثر متغیر کنترل (پیش‌آزمون) در هر چهار متغیر معنی‌دار بود.

**نتیجه‌گیری:** می‌توان گفت بازی درمانی بر رشد سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و توانایی‌های فردی کودکان کودکان پیش دبستانی مؤثر است. لذا باید در دوره تحصیل این گروه سنی، بازی‌های آموزشی بیشتر مورد توجه متولیان برنامه‌ریزی در سطح کلان و در سطح خرد مریبان قرار بگیرد.

**تعارض منافع:** گزارش نشده است.

**منبع حمایت‌کننده:** حامی مالی ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Keramati M, Mohammadi A, Haghightat S. The Effect of Play Therapy on Psychological Adjustment, Effective Communication with Others and Individual Abilities of Preschool Children. Razi J Med Sci. 2022;29(8):109-118.

\*انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با [CC BY-NC-SA 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/) صورت گرفته است.



Original Article

## The Effect of Play Therapy on Psychological Adjustment, Effective Communication with Others and Individual Abilities of Preschool Children

**Meysareh Keramati:** PhD Student of Educational Psychology, Garmsar Branch, Islamic Azad University, Garmsar, Iran

**Akbar Mohammadi:** Assistant Professor, Faculty of Educational Sciences, Garmsar Branch, Islamic Azad University, Garmsar, Iran (\* Corresponding author) [Psychic2006@gmail.com](mailto:Psychic2006@gmail.com)

**Sara Haghghat:** Assistant Professor, Faculty of Educational Sciences, Garmsar Branch, Islamic Azad University, Garmsar, Iran

### Abstract

**Background & Aims:** One of the most important skills in preschool is social skills. In other words, social skills are concerned with empathy, self-efficacy, responsibility and social interaction, psychological adjustment, effective communication with others, and individual abilities. It is very important to learn social skills in childhood. By strengthening social skills in this period, we can see the strengthening of educational status, communication and language and verbal skills of children. Gersham et al. (2011) consider the dimensions of social skills including empathy, cooperation and interaction, assertiveness and self-control and psychological adjustment, effective communication with others, and individual abilities. Lynch and Simpson (2010) also identified important elements of social skills including empathy, participation in group activities, helping each other, communicating with others, and problem solving. One of the effective factors on strengthening children's social skills is play. Maria Montessori (1909) considers play to be a great school in which the child is educated and his physical, mental and social strength develops and he is prepared to live in any way. Below the game, there are 3 educational games. Educational game includes a set of organized educational activities in the form of individual and group games that pursue a specific educational goal. During games, children gain access to new mental concepts and acquire more and better skills. With the help of the game, they get acquainted with different colors, different shapes and different directions and gain valuable experiences. During the game, the learning materials are learned without pressure and with desire. The purpose of the present research was to determine the impact of educational games on the development of social skills on the preschool children in the city of Tehran. Regarding the necessity of the present issue, it can be said that research on the effect of play therapy on children with behavioral disorders shows a positive effect and improvement of children's skills problems and is used in almost all diagnostic classes. Research conducted in Iran on the effect of play therapy on maladapted children shows positive results. But special research in preschool is relatively small and has created a research gap. Therefore, conducting the present study on preschool children seems to be able to add to the existing set of knowledge. According to the above, the main purpose of this study is to investigate the effectiveness of therapeutic games on mental adjustment, effective communication with others and individual abilities of preschool children in Tehran.

**Methods:** The present study was an applied research in terms of purpose and a semi-experimental study of pre-test-post-test design with a control group. The statistical population includes all preschool children of the district 6 of the city of Tehran in the

### Keywords

Play,  
Psychological  
adjustment,  
Effective communication  
with others,  
Individual abilities,  
Children,  
Preschool

Received: 03/09/2022

Published: 05/11/2022

school year of 2018-2019, among which 30 students were selected through purposive and random sampling (n=30). The students were divided into 2 groups of 15, i.e. a control group and an experimental group (n=15 in each). The data were collected through the Social Skills Questionnaire by Akers (1992). The participants in the experimental group received a package of educational games for 10 sessions and 25 minutes per session. The control group received no games. The data were analyzed through the analysis of multi-variable covariance using SPSS24 software.

**Results:** The results of the covariance analysis test indicated that in these two groups, i.e. control and experimental, there were significant relationship among the variables of the effective communication ( $P<0.001$ ,  $F=134.2$ ), cooperation ( $P<0.001$ ,  $F=69.8$ ), individual abilities ( $P<0.001$ ,  $F=159.4$ ). Besides, the control variable (pre-test) had a significant impact on all four variables.

**Conclusion:** it can be concluded that the educational games can have a positive impact on developing social skills of the preschool children. Therefore, in the education program of this age group this issue must be taking into consideration by the planning authorities in the macrolevel and by the teachers in the micro level. As shown, educational games have a significant effect on mental adjustment, effective communication with others and individual abilities of preschool children; However, in terms of the generalizability of the results, the present study has limitations such as limited educational sessions and differences in the family, economic and social problems of the subjects, lack of control over some intervening variables, lack of confidence in the use of all instructional methods. Therefore, it is suggested that other studies be conducted in the provinces of the country to get a clearer picture of the use of educational games in psychological adjustment, effective communication with others and individual abilities. The present study focused on the preschool level and the effect of using educational games on learning different subjects and the skills and social development of primary school students should be studied in other elementary grades.

**Conflicts of interest:** None

**Funding:** None

#### Cite this article as:

Keramati M, Mohammadi A, Haghightat S. The Effect of Play Therapy on Psychological Adjustment, Effective Communication with Others and Individual Abilities of Preschool Children. *Razi J Med Sci.* 2022;29(8):109-118.

**\*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.**

## مقدمه

یکی از مهم ترین دوره‌های تخصصی دوره پیش‌دبستانی است؛ زیرا در این دوره کودکان با بسیاری از مهارت‌های شناختی، اجتماعی و قوانین و هنجارهای اجتماعی آشنا می‌شوند و در حال یادگیری آن‌ها هستند (۱). اهمیت سنین دوره پیش‌دبستانی در این واقعیت نهفته است که بسیاری از دانش‌ها، سازگاری‌های روانی، مهارت‌ها و شناخت اجتماعی که در این دوره شکل می‌گیرد پایه آموزش‌های بعدی در سرتاسر زندگی بشمار می‌روند (۲).

ابعاد روانی در کودکان اغلب نادیده گرفته می‌شود. به عبارتی دیگر، تصور می‌شود که اکثر کودکان به خوبی با جنبه‌های روانی سازگار می‌شوند؛ طی چند دهه‌ی گذشته، مفهوم سازگاری روانی، به شدت مورد توجه قرار گرفته است (۳). این موضوع نه تنها در روانشناسی، بلکه در حیطه‌های دیگر مانند علوم تربیتی نیز مشهود بوده است. سازگاری خوب به کودکان این امکان را می‌دهد تا تغییراتی را که روابطش را با دیگران تضمین می‌کند را اعمال کند. سازگاری را می‌توان به عنوان پاسخ به یک تغییر در محرک که اجازه می‌دهد ارگانیسم به طور مناسب با آن تغییر سازش یابد، تعریف کرد (۴). این تعریف نشان می‌دهد که سازگاری در طول زمان به وجود می‌آید. به علاوه در روانشناسی، سازگاری اشاره به حالت مطلوب یا نقطه نهایی دارد. عدم سازگاری با اضطراب، افسردگی، درماندگی و مشکلات رفتاری مشخص می‌شود (۵). سازگاری در کودکان به عنوان فرایندی برای حفظ دیدگاه مثبت در مورد خود و جهان، در مواجهه با مشکلات در نظر گرفته می‌شود. سازگاری روانی یکی از مهم‌ترین متغیرها در بیماری دوران رشد محسوب می‌شود زیرا رابطه‌ی مستقیمی با انجام رفتارهای خودمراقبتی و سازگاری با محیط دارد (۶).

از طرفی یکی دیگر از مهارت‌های مهم در دوره پیش‌دبستانی مهارت‌های اجتماعی است (۷). مهارت‌های اجتماعی یک تعامل گزینشی، نظام‌مند، منحصر به فرد و رو به پیشرفت است که سازنده شناخت طرفین از یکدیگر و موجب خلق معانی مشترک در بین آن‌ها می‌شود (۸). به عبارتی دیگر، مهارت‌های اجتماعی ناظر بر همدلی، خود کارآمدی، مسئولیت‌پذیری و

تعاملات اجتماعی، سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و توانایی‌های فردی است (۹). در دوره کودکی آموختن مهارت‌های اجتماعی بسیار مهم است. با تقویت مهارت‌های اجتماعی در این دوران می‌توان شاهد تقویت وضعیت تحصیلی، ارتباطی و مهارت‌های زبانی و کلامی کودکان بود (۱۰). گرشام (Gresham) و همکاران (۲۰۱۱) ابعاد مهارت‌های اجتماعی را شامل همدلی، همکاری و تعاملات، ابراز وجود و خودکنترلی و سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و توانایی‌های فردی می‌دانند (۱۱). لینچ و سیمپسون (Lynch & Simpson) (۲۰۱۰) نیز عناصر مهم مهارت‌های اجتماعی را شامل همدلی، مشارکت در فعالیت‌های گروهی، کمک به یکدیگر، برقراری ارتباط با دیگران، و حل مسئله دانسته‌اند (۱۲).

از عوامل اثرگذار بر تقویت مهارت‌های اجتماعی کودکان، بازی است (۱۳). ماریا مونته‌سوری (Montessori) (۱۹۰۹) بازی را مدرسه بزرگی می‌داند که کودک در آن آموزش می‌یابد و نیروی بدنی، ذهنی و اجتماعی او رشد می‌کند و برای زندگی کردن از هر جهت آماده می‌شود (۱۴). پیاژه (Piaget) (۱۹۵۰) نیز بازی‌ها را به سه دسته اصلی تقسیم کرده است: بازی‌های تمرینی: به معنای فعالیتی لذت بخش همراه با مهارت‌های بدنی است. بازی‌های سمبلیک (نمادی): آن دسته از بازی‌هایی هستند که هر کودکی خود آن را درست کرده و به تنهایی بازی می‌کند و معمولاً در این گونه بازی‌ها مقدار زیادی تقلید و وانمود سازی وجود دارد (۱۴، ۱۵). در ذیل بازی، بازی‌های آموزشی (Educational games) قرار دارد. بازی آموزشی شامل مجموعه فعالیت‌های سازمان‌یافته آموزشی در قالب بازی‌های انفرادی و گروهی است که هدف آموزشی خاصی را دنبال می‌کنند. کودکان در طی بازی‌ها به مفاهیم ذهنی جدیدی دسترسی پیدا می‌کنند و مهارت‌های بیشتر و بهتری را کسب می‌کنند. آن‌ها به کمک بازی با رنگ‌های مختلف، اشکال گوناگون و جهت‌های متفاوت آشنا می‌شوند و تجارب ارزنده‌ای را به دست می‌آورند در حین بازی نیز مطالب آموختنی بدون فشار و با میل و رغبت فراگرفته می‌شود (۱۶). آدامز و دورمانز (Adams & Dormans) (۲۰۱۲) فعالیت‌های بازی را به فعالیت‌های فیزیکی (مثل

۱۳۹۹-۱۳۹۸ انتخاب شدند. ابتدا با روش نمونه‌گیری تصادفی ۱۰۰ کودک انتخاب و سپس با روش نمونه‌گیری در دسترس ۳۰ نفر از آنان که در پیش‌آزمون نمرات کمتری گرفته بودند انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل هر کدام ۱۵ نفر جایگزین شدند. ملاک‌های ورود نمونه شامل رضایت کامل والدین داوطلب و خود داوطلب برای شرکت در پژوهش، عدم ابتلا به اختلالات روانی، نداشتن بیماری‌های حاد و مزمن جسمی و عدم شرکت هم‌زمان در سایر برنامه‌های درمانی بودند.

ابزار پژوهش پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی اکرز و همکاران (۱۹۹۹) بود که دارای ۳ مؤلفه (سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و توانایی های فردی) و ۲۸ سؤال است و مهارت‌های مختلف کودکان را مورد سنجش قرار می‌دهد و بر اساس طیف لیکرت نمره‌گذاری شده است. این پرسشنامه در شرایط طبیعی و زمانی که کودکان فعالیت انجام می‌دهند مورد استفاده قرار می‌گیرد. برنامه تحول مهارت‌های اجتماعی که بر مهارت‌های عاطفی-اجتماعی اساسی کودکان بهنجار و کودکانی که از نظر تحولی تأخیر دارند، تأکید دارد. برنامه ارزیابی تحول مهارت‌های اجتماعی به صورت انفرادی انجام می‌شود و پاسخ‌های کودک در برگه ارزیابی می‌شود. روایی این پرسشنامه در تحقیقات حجازی و همکاران، ۱۳۹۷ و گرشام و همکاران، (۲۰۱۱) تأیید شده است. همچنین برای اعتبارسنجی بسته آموزش بازی درمانی از دیدگاه ۱۰ متخصص حوزه بازی درمانی استفاده شد و نظرات و دیدگاه‌های آنان مورد نظر واقع شد.

بازی‌درمانی در ۱۰ جلسه ۲۵ دقیقه‌ای، بر روی گروه آزمایش اجرا گردید و در این مدت گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای نداشتند. جلسات آموزشی با کمک یک مربی متخصص (دارای مدرک کارشناسی ارشد روان‌شناسی حوزه بازی‌های آموزشی انجام گرفت. سعی شد هر جلسه به شکلی اجرا شود که دانش‌آموزان در طی جلسه آزرده‌خاطر نشوند. در جدول ۱ بسته مداخله بازی‌درمانی (آموزشی) که از ادبیات موضوع و با مشورت اساتید گردآوری شده است (۱۲).

حرکت و نیرو وارد کردن، راندن اشیاء، فعالیت‌های اقتصادی (مثل جمع کردن، تولید کردن، تجارت)، فعالیت‌های پیشرفتی (مثل نیرومند کردن، بزرگ شدن، کامل کردن مراحل)، فعالیت‌های تاکتیکی (مثل دفاع، حرکات قطعات، مدیریت منابع و زمان) و فعالیت‌های اجتماعی (در بازی‌های دونفره یا بیش از دو نفر) تقسیم‌بندی کرده‌اند (۱۷).

مطالعات تجربی حاکی از اثرگذاری و نقش مثبت بازی بر مهارت‌های اجتماعی و سازگاری روانی کودکان است. اسجد (Asjad) و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهشی نتیجه گرفتند تفاوت معناداری بین گروه آزمایش و کنترل در نمرات مهارت‌های اجتماعی پس از مداخله بازی‌درمانی وجود دارد (۱۸). کاتمن و مینی-والن و همکاران (۲۰۱۶) نشان دادند که بازی‌درمانی بر مهارت‌های اجتماعی مؤثر است (۱۹).

در مورد ضرورت موضوع حاضر می‌توان گفت پژوهش‌هایی که در مورد تأثیر بازی‌درمانی بر کودکان مبتلا به اختلالات رفتاری انجام شده نشانگر تأثیر مثبت و بهبود مشکلات مهارت‌های کودکان است و تقریباً در تمام طبقات تشخیصی کاربرد دارد. تحقیقاتی که در ایران در خصوص تأثیر بازی‌درمانی بر کودکان ناسازگار انجام شده است، نشان‌دهنده نتایج مثبت است. اما پژوهش‌های ویژه دوره پیش‌دبستانی نسبتاً اندک است و خلأ پژوهشی ایجاد کرده است. لذا انجام پژوهش حاضر بر کودکان دوره پیش‌دبستانی به نظر می‌رسد که بتواند بر مجموعه دانش موجود بیفزاید. بنا بر مطالب ذکر شده، هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی اثربخشی بازی‌های درمانی بر سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و توانایی های فردی کودکان پیش‌دبستانی شهر تهران است.

## روش کار

هدف پژوهش حاضر کاربردی و از نظر شیوه اجرا شبه آزمایشی از نوع طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمامی کودکان پیش‌دبستانی ۶ منطقه (مناطق ۲۰، ۱۸، ۴، ۱، ۹ و ۱۴) از شهر تهران بودند که به‌طور تصادفی در سال تحصیلی

## جدول ۱- خلاصه جلسات بسته بازی‌های آموزشی در کودکان پیش‌دبستانی

جلسه	ماده	هدف
اول	معارفه و برقراری ارتباط	ایجاد فضای امن و احساس آرامش برای کودکان، تشریح قوانین گروه و آموزش تعهد بین فردی
دوم	فعالیت‌های ترسیمی و شناخت هیجان‌ها	بازسازی احساس خود راجع به خاطره جلسه قبلی
سوم	کیف جادویی و کارت‌هایش	انتخاب تعدادی کارت در کیف جادویی و شرح هر یک از کارت‌های مثبت و منفی با ذکر دلایل
چهارم	فکر، احساس، رفتار	با توجه به تکلیف جلسه دوم و فعالیت جلسه سوم، درمانگر نحوه فکر کردن و احساسات کودکان را با نوشتن جملاتی مشخص می‌کند. مثلاً از کودک می‌خواهد نحوه فکر کردن خود را به کسی که نیازمند کمک کردن هست بیان کند. مربی به حرف‌های او گوش می‌کند و نکات مهم احساس او را یادداشت می‌کند.
پنجم	تجارب لذت‌بخش و شکل‌سازی خلاق	تعریف و بررسی چگونگی همکاری و کمک با کمک درمانگر اینکه چگونه می‌تواند برای پر کردن تنهایی‌ها، دوست‌یابی، هدیه دادن به دیگران، ایجاد نشاط و آرامش ذهن، فاصله گرفتن از افکار منفی و کشف استعدادها و علایق بهره ببرند.
ششم	بعضی‌ها میگوین، چی میگوین	هدف شرح داستانی از افراد بی‌ادب و مشکل‌آفرین که کودکان در آن ایفای نقش می‌کنند و این افراد را به سمت اصلاح می‌برند.
هفتم	کسانی هستند که مرا دوست ندارند	کودکان با استفاده از وسایلی که خود به همراه آورده‌اند و وسایلی که درمانگر در اختیارشان قرار می‌دهد، کاردستی‌هایی می‌سازند تا با رعایت مسائل ارزشی) به کسانی که آن‌ها را دوست دارند یا به کسانی که می‌خواهند رابطه خود را با آن‌ها بهبود ببخشند، هدیه کنند.
هشتم	فصل‌های زندگی من	نقاشی‌هایی از چهار فصل که بدون رنگ هستند، بین اعضای گروه تقسیم می‌شود، ابتدا کودکان با توجه به ویژگی‌های نقاشی، فصل موردنظر را حدس می‌زنند و سپس شروع به رنگ‌آمیزی نقاشی آن فصل می‌کنند.
نهم	نمایشگاه دوستی	اعضای گروه عکس‌های گروهی خود که در سفر یا تفریح با دوستان و همسالان و دیگر کودکان گرفته‌اند، به سایر اعضا نشان می‌دهند، به یک سفر خیالی به گذشته دور یا نزدیک می‌روند و خاطره آن عکس را تعریف می‌نمایند.
دهم	رؤیابردازی (اهدافی برای آینده)	تعدادی تصویر از صحنه‌هایی از تعامل گروهی همسالان، به صورت نمایشگاه به نمایش گذاشته می‌شود، سپس اعضای گروه مانند یک کارگردان این صحنه‌ها را توصیف می‌کنند.
		کودک را تشویق می‌کنیم که آرزوها و رؤیاهایش را با واقعیت ترکیب کند و به تداوم هدفمند و لذت‌بخش زندگی امیدوار گردند.

یافته‌های جدول ۳ نیز نشان می‌دهد میانگین سنی گروه آزمون ۵/۰۹ سال با انحراف معیار ۱/۲۲ می‌باشد و میانگین سنی گروه کنترل ۵/۰۶ سال با انحراف معیار ۱/۱۲ است. با به کار بردن آزمون آماری  $t$  مستقل، مشخص شد که تفاوت آماری معناداری بین میانگین سنی گروه آزمون و کنترل وجود ندارد ( $P=0/701$ ) در نتیجه گروه آزمایش و کنترل به لحاظ جنسیت و سنی هم‌تا می‌باشند.

در جدول ۴ مقایسه میانگین مؤلفه‌های مهارت‌های اجتماعی (ارتباط مؤثر، همکاری، توانایی‌های فردی، شناخت اجتماعی) به تفکیک هر گروه گزارش شده است. نتایج جدول ۴ نشان داد بین گروه کنترل و آزمون در متغیرهای «ارتباط مؤثر»، «سازگار روانی»، «توانایی‌های فردی»، «شناخت اجتماعی» و «مهارت‌های اجتماعی» تفاوت معناداری وجود دارد ( $p < 0/05$ ).

نتایج آزمون‌های چند متغیری در جدول ۵ نشان

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از تحلیل کوواریانس چند متغیری با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

## یافته‌ها

در این پژوهش اثربخشی بازی در مانی بر رشد مهارت‌های میان فردی کودکان پیش‌دبستانی بر روی ۳۰ کودک (۱۵ نفر در گروه کنترل، ۱۵ نفر در گروه آزمون) موردبررسی قرار گرفت. چون کودکان در مقطع پیش‌دبستانی بوده‌اند میانگین سن آن‌ها بین ۵ تا ۶ سال بوده است. ۶۰ درصد از کودکان پسر و ۴۰ درصد آن‌ها دختر بوده است. در جداول (۲ و ۳) اطلاعات جمعیت شناختی کودکان به تفکیک دو گروه ارائه شده است.

نتایج آزمون کای دو در جدول ۲ نشان می‌دهد بین دو گروه کنترل و آزمایش بر اساس متغیر جنسیت تفاوت معناداری وجود ندارد ( $P=0/890$ ).



جدول ۶- نتایج آزمون کوواریانس چند متغیره در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر وابسته	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	df	میانگین مجذور	F	Sig	مجذور اتا
ارتباط مؤثر	پیش‌آزمون	۱۳/۹۹	۱	۱۳/۹۹	۷۱۳/۷۹	۰/۰۰۱	۰/۶۶
	گروه	۲/۶۳	۱	۲/۶۳	۱۳۴/۲۱	۰/۰۰۱	۰/۵۳
	خطا	۱/۲۳	۱	۱/۲۳	۱۲۸/۱۵	۰/۰۰۱	۰/۲۱
سازگاری روانی	پیش‌آزمون	۹/۸	۱	۹/۸	۴۳۷/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۶۴
	گروه	۱/۵۷	۱	۱/۵۷	۶۹/۸۸	۰/۰۰۱	۰/۴۲
	خطا	۰/۹۲۱	۱	۰/۹۲۱	۳۱/۷۵	۰/۰۰۱	۰/۲۶
توانایی‌های فردی	پیش‌آزمون	۱۶/۳۴	۱	۱۶/۳۴	۸۸۱/۹۵	۰/۰۰۱	۰/۶۷
	گروه	۲/۹۶	۱	۲/۹۶	۱۵۹/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۵۶
	خطا	۱/۱۴	۱	۱/۱۴	۷۱/۶۵	۰/۰۰۱	۰/۲۸

رفتاری و مهارت‌های اجتماعی کودکان با اختلال نارسایی توجه- بیش‌فعالی دارد (۲۲).

در بعد سازگاری روانی، کودکان در بازی‌های آموزشی در روند آموزش به‌طور ضمنی می‌آموزند با مربی و سایر همسالان خود روابط مثبتی را آغاز کنند و در طی آموزش آن را حفظ کنند و در سایر جلسات آن را امتداد بخشند. این باعث می‌شود که تمرینی شیرین و جذابی در روند بازی‌های آموزشی صورت گیرد که با توجه به‌قرار گرفتن کودک در محیطی ایمن و خالی از استرس‌سازش کودک گام‌به‌گام بالاتر می‌رود. به‌علاوه در هر بار که کودک آغاز و تداوم رفت-ار کلام-ی یا غیرکلام-ی مثبتی را تجربه می‌کند، اعتمادبه‌نفسش بالا می‌رود و در نتیجه می‌تواند این روابط را به سایر ابعاد زندگی خود نیز تعمیم بدهد (۲۱). در بعد مؤلفه ارتباط مؤثر نیز می‌توان گفت بازی‌های آموزشی فضایی مناسب برای کودک فراهم می‌کند تا در آن کودکان بتوانند با محیط خود ارتباط مناسب برقرار کنند و با تعامل با محیط خود و مشارکت فعال در فعالیت گروهی با مشکلات پیش‌رو کنار بیایند. هم‌چنین کودک دارای مهارت اجتماعی بالا، علاوه بر این‌که آغازگر روابط مثبت و مفید است، بلکه قادر به حفظ، ادامه و گسترش این روابط صمیمانه با سایر همسالان و بزرگ‌ترها نیز است (۲۲).

نقش آنان در تقویت مهارت‌های اجتماعی حائز اهمیت است. بر این اساس، پژوهش حاضر باهدف بررسی تأثیر بازی‌های آموزشی بر سازگاری روانی، ارتباط مؤثر با دیگران و توانایی‌های فردی کودکان پیش‌دبستانی انجام گرفت. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره نشان داد که در دو گروه کنترل و آزمایش در ابعاد سازگاری روانی، ارتباط مؤثر با دیگران و توانایی‌های فردی تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

نتیجه این تحقیق با نتایج پژوهش‌های دی‌روسایر (DeRosier) و همکاران (۲۰۱۹) (۲۰)؛ ویدوری (Widuri) و همکاران (۲۰۱۸) (۲۱)؛ اسجد و همکاران (۲۰۱۷) (۱۸) و کاتمن و مینی-والن (۲۰۱۶) (۱۹) که هر کدام نتیجه گرفته بودند بازی‌های آموزشی تأثیر معنادار و مثبتی بر مهارت‌های اجتماعی دارند همسو است و لذا نتایج آنان را تأیید می‌کند. دی‌روسایر و توماس (DeRosier & Thomas) (۲۰۱۹) در پژوهشی به تأثیر بازی بر مهارت‌های اجتماعی فراگیران پرداختند و نتیجه گرفتند افرادی که موفق شدند تمام مراحل بازی را با موفقیت طی کنند نسبت به گروه کنترل از سطح استرس پایین‌تر و امید بیشتری برخوردار شدند (۲۰)؛ ویدوری و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهشی نتیجه گرفتند بازی‌های آموزشی رابطه مستقیمی با افزایش مهارت‌های اجتماعی دارند (۲۱). عاشوری و دل‌زاده (۱۳۹۷) در مطالعه‌ای تحت عنوان اثربخشی بازی‌درمانی مبتنی بر مهارت‌های اجتماعی کودکان پیش‌دبستانی نتیجه گرفتند بازی‌درمانی اثر معناداری بر مشکلات

توانایی های فردی کودکان کودکان پیش دبستانی مؤثر است. لذا باید در دوره تحصیل این گروه سنی، بازی های آموزشی بیشتر مورد توجه متولیان برنامه ریزی در سطح کلان و در سطح خرد مریان قرار بگیرد.

با توجه به نتایج می توان پیشنهادهای مبتنی بر بهبود سازگاری روانی و مهارت های اجتماعی در کودکان پیشنهاد می شود که عبارتند از: استقرار نظام مدیریت مشارکتی در مدارس تا با نزدیکی و ارتباط میان کودکان مختلف، با شناخت و همکاری با یکدیگر، سرمایه شناختی ارتقاء یابد. توجیه کودکان در خصوص ارزش ها، اهداف و چشم انداز زندگی تا دید مشترکی در جهت شناخت همدیگر و همسالان در کودکان ایجاد گردد.

پژوهش حاضر از نظر میزان تعمیم پذیری نتایج دارای محدودیت هایی از قبیل محدود بودن جلسات آموزشی و تفاوت در میزان مشکلات خانوادگی، اقتصادی و اجتماعی آزمودنی ها، عدم کنترل برخی از متغیرهای مداخله گر، عدم اطمینان از به کار بستن تمامی دستورات عملی ها توسط مشارکت کنندگان در ساعات خارج از جلسه آموزش است. لذا، پیشنهاد می شود که پژوهش های دیگری در سطح استان های کشور اجرا شود تا تصویری روشن تری از کاربرد بازی های آموزشی در سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و توانایی های فردی حاصل شود. پژوهش حاضر متمرکز بر مقطع پیش دبستانی بود و جا دارد در سایر پایه های ابتدایی نیز اثر کاربرد بازی های آموزشی در یادگیری دروس مختلف و مهارت ها و رشد اجتماعی دانش آموزان دوره ابتدایی بررسی گردد.

### تقدیر و تشکر

نتایج این پژوهش مستخرج از رساله دکتری مصوب در دانشگاه آزاد اسلامی، واحد گرمسار با کد ۷۰۵۱۳۹۰۲۰۳۰۴۳۱۳۱۵۰۰۴۱ به تصویب رسید. بدین وسیله از همکاری و مساعدت کلیه افراد در روند انجام پژوهش، تشکر و قدردانی می نمایم.

### تأییدیه اخلاقی

پژوهشگران کلیه قوانین اخلاقی مرتبط با تحقیقات بر

در بعد توانایی های فردی نیز می توان گفت شرط لازم برای سازش کودک با محیط اجتماعی و همسالانش و درک احساس آن ها، آگاهی از احساس خود، تشویق خود و بعد از آن درک احساسات دیگران است. وقتی که کودکی از احساس خود و دیگران آگاهی داشته باشد، می تواند با آن ها همدلی و همکاری بکند. در روند بازی های آموزشی، ابتدایی ترین آموزش ها در تمام سطوح این نکته است که در ابتدای آموزش با توجه به شرایط سنی کودکان و ابزار متناسب با آن سن کودکان را با احساسات خود و دیگران آشنا کنند. این گونه روابط باعث می شود کودکان به درک تفاوت میان دید و برداشت خود از موقعیت ها با دید و برداشت دیگران برسند و به طور عملی در روند بازی های آموزشی علاوه بر تأثیرپذیری عواطف خود به درک دیگران نیز برسند. بازی های آموزشی گامی بسیار مؤثر برای پیشرفت در یادگیری مهارت های اجتماعی پیشرفته و درک احساسات کودکان می شود (۲۰). نکته دیگر در تبیین اثربخشی بازی ها بر سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و توانایی های فردی کودکان، این است که بازی در دنیای کودکانه خواهی درونی است و در واقع می توان گفت محتوای بازی انتخابی کودکان اغلب انعکاسی از خواست درونی آن ها است. کودک سعی می کند تا مشکلات عاطفی و روانی خود را در بازی منعکس کند و سپس راه حلی برای غلبه بر آن ها دریابد. کودک در بازی های خود به عنوان وسیله ای طبیعی عواطف و احساسات ترس ها، تردیدهای خود را بیان می دارد. بیان حالات درونی خود و سیله ای برای برقراری ارتباط واقعی کودک با دنیای بیرونی است. کودک از طریق بازی مهر و علاقه و خشم و کین، تنش ها، ناکامی ها، ناامنی ها، ترس ها، آشفتگی های خود را به نمایش می گذارد و از این طریق به نوعی آرامش عاطفی دست می یابد (۱۹).

### نتیجه گیری

به طور کلی بر طبق نتایج تحقیق می توان گفت بازی درمانی بر رشد سازگاری روانی، ارتباط موثر با دیگران و

school the importance of social skills. SSRG Int J Hum Socl Sci. 2019;6(1):33-6.

13. Hall TM, Kaduson HG, Schaefer CE. Fifteen effective play therapy techniques. Prof Psychol Res Pract. 2002;33(6):515.

14. Brodin J, Renblad K. Improvement of preschool children's speech and language skills. Early Child Dev Care. 2020;190(14):2205-13.

15. Manfra L, Winsler A. Preschool children's awareness of private speech. Int J Behav Dev. 2006;30(6):537-49.

16. Patterson L, Stutey DM, Dorsey B. Play therapy with African American children exposed to adverse childhood experiences. Am Psychol Assoc. 2018;27(4):215.

17. Adams E, Dormans J. Game mechanics: advanced game design: New Riders; 2012.

18. Asjad AT, Iqbal N, Masroor U. Effectiveness of play therapy in enhancing social skills in intellectually disabled children. Rawal Med J. 2017;3:42.

19. Bana S, Sajedi F, Mirzaie H, Rezasoltani P. The efficacy of cognitive behavioral play therapy on self esteem of children with intellectual disability. Iran Rehabil J. 2017;15(3):235-42.

20. DeRosier ME, Thomas JM. Hall of heroes: A digital game for social skills training with young adolescents. Int J Comput Games Technol. 2019;2019.

21. Widuri Q, Yufiarti Y, Hapidin H. Technology. Discretionary Online Games and Social Skills On Children's Aggressive Behavior. J Educ Sci Technol. 2018;1(1):195-201.

22. Ashori M, Dallalzadeh Bidgoli F. The effectiveness of play therapy based on cognitive-behavioral model: behavioral problems and social skills of pre-school children with attention deficit hyperactivity disorder. J Child Ment Health. 2018;19(2):102-15.

## References

1. Elkonin DB. Psychology EE. The psychology of play. J Russ East Eur Psychol. 2005;43(1):11-21.

2. Verhiel SH, Greenberg J, Zale EL, Chen NC, Ring DC, Vranceanu AM, et al. What role does positive psychology play in understanding pain intensity and disability among patients with hand and upper extremity conditions? Clin Orthop Relat Res. 2019;477(8):1769.

3. Zielinski D. Can playing games help students master concepts from general psychology classes? Int J Game-Based Learn. 2019;9(2):55-72.

4. ElBolock A, editor Defining character computing from the perspective of computer science and psychology. Proceedings of the 17th International Conference on Mobile and Ubiquitous Multimedia; 2018.

5. Rogers P. The cognitive psychology of lottery gambling: A theoretical review. J Gambl Stud. 1998;14(2):111-34.

6. Brunsting NC, Zachry C, Takeuchi R. Predictors of undergraduate international student psychosocial adjustment to US universities: A systematic review from 2009-2018. Int J Intercultur Relat. 2018;66:22-33.

7. Iranzo B, Buelga S, Cava MJ, Ortega-Barón J. Cyberbullying, psychosocial adjustment, and suicidal ideation in adolescence. Psychosoc Intervent. 2019;28(2):75-81.

8. Piqueras JA, Mateu-Martínez O, Cejudo J, Pérez-González JC. Pathways into psychosocial adjustment in children: modeling the effects of trait emotional intelligence, social-emotional problems, and gender. Front Psychol. 2019;10:507.

9. O'Connor KE. Psychosocial adjustment across aggressor/victim subgroups: A systematic review and critical evaluation of theory. Clin Child Fam Psychol Rev. 2021;1-29.

10. Romero-Abrio A, Martínez-Ferrer B, Musitu-Ferrer D, León-Moreno C, Villarreal-González ME, Callejas-Jerónimo JE, et al. Family communication problems, psychosocial adjustment and cyberbullying. Int J Environ Res Public Health. 2019;16(13):2417.

11. Gresham FM, Elliott SN, Vance MJ, Cook CR. Comparability of the Social Skills Rating System to the Social Skills Improvement System: Content and psychometric comparisons across elementary and secondary age levels. Am Psychol Assoc. 2011;26(1):27.

12. Besi M, Sakellariou M. Transition to primary