مجله علمی پژوهش در روانشناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی، شماره ۲۱، پاییز ۱۳۹۹جلد۱، ص ۵۵-۴۸
http://www.jisc.ir

بررسی اثربخشی بازی‌های مشارکتی مادر و کودک بر کاهش اضطراب جدایی کودکان

مجله علمی پژوهش در روانشناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی (سال ششم)
شماره ۲۱ / پاییز ۱۳۹۹ / ص ۵۵-۴۸

فرزانه جعفری[1]
[1] کارشناس ارشد علوم تربیتی، دانشگاه آموزش عالی امام جواد، یزد، ایران

نویسنده مسئول:
فرزانه جعفری دهنودشت

چکیده

اختلالات اضطرابی از شایع‌ترین اختلالات روانی و عاطفی در بین کودکان است، و این اضطراب بیشتر زمانی است که از مراقبان اصلی خود دور می شوند. همچنین مطالعات متعدد نشان داده است که اختلال اضطراب جدایی و عاطفی در دوران کودکی و همچنین زمینه‌ای برای پیدایش اختلالات روانی در بزرگ‌سالی است، از این رو این پژوهش با تعیین اثربخشی بازی‌های مشارکتی مادر و کودک بر کاهش اضطراب جدایی کودکان انجام شده است. روش پژوهش از نوع کاربردی و شبه‌آزمایشی با پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه‌ی آماری کلیه کودکان پیش‌دبستانی شهرستان یزد بودند که ۳۰ کودک با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (۱۵ نفری) قرار گرفتند. گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه در دوره‌ی آموزشی بازی‌های مشارکتی کودک و مادر حضور پیدا کردند. ابزار پژوهش پرسشنامه علائم مرضی کودکان CSI-4 بود. یافته ها نشان داد که ۴۷/۱ درصد کوواریانس نمرات پس‌آزمون «اضطراب جدایی کودک» کودکان ناشی از تأثیر «دوره‌ی آموزش بازی‌های مشارکتی مادر و کودک» است؛ و «مداخله‌ی آموزشی» باعث کاهش میزان «اضطراب جدایی کودک» شده است، بنابراین می توان از این شیوه درمانی در مهدهای کودک و دبستان ها برای کاهش اضطراب جدایی کودکان استفاده نمود.

واژگان کلیدی: اضطراب جدایی، بازی درمانی، بازی مشارکتی مادر و کودک.

مقدمه

کودکان قشر عمده‌ای از جمعیت جهان را تشکیل می‌دهند، به‌طوری‌که در کشورهای درحال‌توسعه مهم، این قشر تقریباً به ۵۰٪ از کل جمعیت می‌رسد [۱]، به همین دلیل در هر جامعه سالم کودکان و نوجوانان اهمیت ویژه‌ای دارند و توجه به بهداشت روانی آنان کمک می‌کند تا ازنظر روانی و جسمی سالم بوده و نقش اجتماعی خود را بهتر ایفا کنند. اختلال های اضطرابی از شایعترین اختلالهای هیجانی در دوران کودکی و نوجوانی است و میزان شیوع آنها بین ۶ تا ۱۸ درصد گزارش شده است [۲]. همه کودکان در طول زندگی خود ترس و اضطراب را به عنوان دو هیجان طبیعی تجربه می‌کنند و این اضطراب بیشتر زمانی است که از مراقبان اصلی خود دور می شوند. براساس دوره‌های رشد، بروز اضطراب ماهگی، عادی می‌باشد و در صورتی که نشانه های اضطراب ۲۴ تا ۱۸ جدایی در سالهای نوپایی کودک یعنی جدایی از این مرحله فراتر رود و در سنین و مراحل بعدی رشد ادامه یابد، از نظر روانشناسی بالینی باید به این علائم توجه شود [۳]. همچنین مطالعات متعدد نشان داده است که اختلال اضطراب جدایی و عاطفی در دوران کودکی و همچنین زمینه‌ای برای پیدایش اختلالات روانی در بزرگ‌سالی است [۴]. اغلب نشانه‌های کودکان کم سن مبتلابه اختلال اضطراب جدایی از مشابه‌های کودکان بزرگ‌تر مبتلابه این اختلال بیشتر است. کودکان سنین پایین بیش از بچه‌های دیگر نگران صدمه دیدن کسانی که به آن‌ها دلبستگی دارند و بیشتر از مدرسه رفتن امتناع می‌کنند. سایه به سایه تعقیب کردن (یعنی پشت سر والدین حرکت کردن) و وارسی دائمی آن‌ها در طول روز یکی از ویژگی‌های خردسالان مبتلابه اختلال اضطراب جدایی است. استقلال فرزندان از خانواده، امری است بسیار پراهمیت که نیاز است از کودکی کم‌کم به کودکان آموزش داده شود. امروزه به دلایل مختلف ازجمله تک‌فرزندی بودن و وابستگی کودکان به خانواده بخصوص مادر، زمان جدایی کودک از مادر برای ورود به مهدکودک و پیش‌دبستانی، به‌طورکلی برخی مشکلات و اختلالات برای کودک به وجود می‌آید.

کودکان مبتلابه اختلال اضطراب جدایی نسبت به جدایی از والدین یا دور شدن از خانه، اضطراب مفرط، ناتوان‌کننده و نامتناسب با سن خود نشان می‌دهند. اغلب، اضطراب جدایی پس‌ازآنکه کودک، یک محرک تنش‌زای اساسی را تجربه می‌کند، نظیر رفتن به محله‌ی جدید، حضور در مدرسه جدید، مرگ یا بیماری یکی از خویشاوندان، ورود به مدرسه‌ی ابتدایی، انتقال از یک مدرسه به مدرسه دیگر کناره‌گیری از مدرسه بروز می‌کند [۵]. در صورت عدم اقدام به‌موقع برای درمان، ممکن است این کودکان به‌طور ثانوی در بزرگ‌سالی دچار اضطراب مفرط شوند و علاوه بر آن اختلال‌هایی چون فوبی اجتماعی، ترس از مکان‌های باز و هراس را نشان دهند. می‌توان با افزایش تعاملات مادر و کودک، اضطراب جدایی کودکان برطرف شود، زیرا کیفیت روابط مراقبان به‌ویژه مادر-کودک عاملی است که می‌تواند رشد این اختلال را ایجاد نماید [۶].

اضطراب جدایی در کودکانی که برای اولین بار وارد مدرسه می شوند؛ قابل پیش بینی است؛ ولی تشخیص اختلال اضطراب جدایی زمانی مطرح می شود که اضطراب مفرط و نامتناسب با سطح تحول و هنگام جدایی از شخص مورد دلبستگی بروز پیدا کند. بر اساس متن پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلالهای روانی در کودکان لازم است که حداقل سه نشانه در رابطه با نگرانی مفرط در مورد جدایی از شخص مورد دلبستگی و به مدت حداقل ۴ هفته وجود داشته باشد. این نگرانی ها ممکن است که به صورت امتناع از رفتن به مدرسه، ترس و ناراحتی هنگام جدایی از نزدیکان، شکایت مکرر از نشانگان جسمی نظیر سردرد، دل درد در طی مدت جدایی از افراد مورد دلبستگی و کابوسهای مکرر با مضمون جدایی بروز کند. در دوران کودکی تشخیص ممکن است اختلال اضطراب جدایی با افزایش مشکلات درونی سازی، برانگیختگی جسمانی در موقعیتهای جدایی، مشکلات تحصیلی، مدرسه هراسی و مشکلاتی در عملکرد خانواده جهت مدیریت اضطراب کودک نیز رابطه داشته باشد [۷]. بنابراین با توجه به دلایل بروز این اختلال و به کارگیری مداخله های اثربخش برای کاهش آن از اهمیت بسیاری برخوردار است.

ازآنجاکه والدین و به‌ویژه مادر اولین تعاملات اجتماعی را با کودک آغاز می‌کنند، مادر اولین و اثرگذارترین فرد برای کودک است. هم‌اکنون، روان شناسان و کارشناسان آموزشی بر این باورند که مادران با شرکت در بازی کودکان، آن‌ها را بهتر می‌شناسند و از فرزندان خود یاد می‌گیرند و یادگیری آن‌ها را در امر آموزش تسهیل می‌کنند. بازی، خستگی کارهای جدی زندگی را از مادر دور می‌کند و با مشارکت خود علاوه بر اینکه به شادابی و نشاط بازی می‌افزاید، مسائل اخلاقی و اجتماعی را در قالب بازی می‌تواند آموزش دهد. تعامل بیشتر مادر و فرزند و یا با هم بودن و وقت گذاشتن مادر و کودک در یک فضای شاد و مفرح می‌تواند به سالم بودن روحیه‌ی هر دو کمک کند که می‌تواند از طریق بازی‌های مشارکتی مادر و کودک میسر شود.

ایجاد و حفظ روابط بین والدین و فرزندان است که باعث تعامل قوی بین والدین و کودک می‌شود و به‌طور قابل‌توجهی به درک و پذیرش متقابل بین والدین و فرزند کمک می‌کند و از سوی دیگر روابط ناکارآمد والد و کودک منبع مهمی برای بروز اضطراب، افسردگی، خشم و روابط مختل است. همچنین ووقان[1] و همکاران (۲۰۱۷) نقش کیفیت روابط مادر- کودک را در شکل گیری اختلالات اضطرابی حیاتی می دانند [۸].

[1] Vaughan

به عبارت بهتر زمانی که رابطه‌ی والد-فرزندی بیشتر شود اضطراب کودک نیز از بین می‌رود و وقتی دارای آرامش درونی باشد، میزان پرخاشگری، ناآرامی، ناسازگاری و دل‌بستگی او کم شده و باعث می‌شود راحت‌تر محیط آموزشی را بپذیرد، مادر نیز با خیالی راحت فرزند را به مهدکودک می‌سپارد، همچنین از نگرانی مادران شاغل کم می‌شود، زیرا آرامش فرزند باعث آرامش مادر نیز می‌شود؛ بنابراین آموزش‌های مناسب برای مادران می‌تواند باعث بهبود اضطراب کودکان شود. یکی از این آموزش‌ها، "بازی‌های مشارکتی مادر و کودک" می‌باشد. بازی‌های مشارکتی مادر و کودک هنر ارتباط با کودک از یک‌سو و انتقال بازی‌های مؤثر در ارتباطِ مادر با کودک، لزوم برگزاری جلسات بازی‌های مشارکتی مادر و کودک را توسط متخصصین و روانشناسان دوچندان نموده است. اجرای بازی‌های مشارکتی مادر و کودک با یکدیگر تفاوت زیادی با کلاس کودک و مهدکودک و یا خانه بازی دارد و با هدف مشخص و روان‌شناسانه انجام می‌شو و بر استقلال و اعتمادبه‌نفس در کودک تاثیر دارد.

بازی افکار درونی کودک را با دنیای پیرامون او ارتباط می دهد و سبب می شود که کودک بتواند اشیای خارجی را تحتکنترل خود درآورد. از طریق بازی درمانی کودک می تواند مهارت های کنترل خود را بهتر فراگیرد. بازی درمانی رویکردی با ساختار و مبتنی بر نظریه درمان است که فرایندهای یادگیری و ارتباط طبیعی و بهنجار کودکان را پایه ریزی می کند. به نظر می رسد که با با تجهیز والدین به فنون بازی درمانی و بهبود کیفیت رابطه ی بین مادر و فرزند می توان بر اختلال های اضطرابی کودک مانند اضطراب جدایی نیز تاثیر گذاشت [۹]. البته با وجودی که به نظر می رسد که این نوع مداخله ی درمانی می تواند در این زمینه اثربخش باشد، تا کنون مطالعه ی چندانی در این حوزه انجام نشده است.

روش‌شناسی

روش پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی بوده که به‌صورت نیمه آزمایشی و طرح آن، طرح پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شده است و مراحل زیر را شامل می شود:

۱-جایگزین کردن تصادفی آزمودنی‌ها؛ ۲-اجرای پیش‌آزمون و جمع‌آوری داده‌ها؛ ۳-اجرای متغیر مستقل بر روی گروه آزمایشی؛ ۴-اجرای پس‌آزمون و جمع‌آوری داده‌ها. بر این اساس، گروه آزمایش تحت تأثیر متغیر مستقل قرار گرفتند، درحالی‌که به گروه کنترل هیچ‌گونه آموزشی داده نشد.

جامعه آماری پژوهش حاضر در این تحقیق شامل کلیه کودکان پیش‌دبستانی شهر یزد بودند، و بر اساس نظر گال[۲]، بورگ[۳] و گال (ترجمه نصر اصفهان، ۱۳۹۸) در تحقیق‌های آزمایشی و علی مقایسه‌ای باید حجم هر گروه حداقل ۱۵ نفر باشد، ازاین‌رو ضمن توجه به حداقل حجم نمونه؛ در این پژوهش با استفاده از از روش نمونه‌گیری در دسترس ابتدا از بین پیش‌دبستانی‌های شهر یزد یک پیش‌دبستانی انتخاب شد، پیش‌دبستانی منتخب که شامل جامعه آماری ۹۵ نفر کودک بود، از بین کودکانی که دچار اختلال اضطراب جدایی بودند به‌طور تصادفی ۳۰ کودک به‌عنوان نمونه انتخاب‌شده، و در دو گروه آزمایش (۱۵ نفری) و گروه کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. پیش از دوره ی آموزشی از هر دو گروه پیش آزمون به عمل آمده و گروه آزمایشی طی ۸ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای در دوره ی آموزشی بازی های مشارکتی کودک و مادر با یکدیگر حضور پیدا کردند و انواع بازی‌های مشارکتی مادر و کودک را دریافت کردند. بعد از اتمام جلسات مجدداً از هر دو گروه پس آزمون به عمل آمد و سپس نتایج این مراحل با یکدیگر مقایسه و تحلیل شدند. در نهایت، با استفاده از آمار استنباطی و آزمون تحلیل کوواریانس (و پیش فرض‌های آن) در نرم افزار SPSS 21، به بررسی نتایج به‌دست‌آمده پرداخته شد. محتوای جلسات بازی‌های مشارکتی مادر و کودک در زیر آمده است:

جدول شماره ۱: جلسات بازی‌های مشارکتی مادر و کودک

جلسات	شرح جلسات
جلسه اول	معارفه، همراه با آهنگ خوش‌آمد گویی و پرتاب توپک به کودک که در صورت دریافت توپ خود را معرفی می‌کند.
جلسه دوم	کودک با کمک مادر با استفاده از ماکارونی‌های شکل دار کاردستی درست کند.
جلسه سوم	کودک با کمک مادر توپک‌های رنگی را به چسب می‌چسباند.
جلسه چهارم	کودک با کمک مادر با استفاده از انواع مواد خوراکی (نمک، آرد، ماکارونی پخته و خام) بر روی یک سطح نقاشی بکشد.
جلسه پنجم	کودک با کمک مادر روی انواع سطوح زبر و نرم راه برود و لمس کند.
جلسه ششم	کودک با مادر در حوضچه‌ی ماهی ماهیگیری کند.
جلسه هفتم	بازی‌های محلی و سنتی مانند عمو زنجیرباف.
جلسه هشتم	انواع بازی‌های تمرکزی.

[2] Gall
[3] Borg

ابزار گردآوری داده های تحقیق پرسشنامه علائم مرضی کودکان[۴] CSI-4 بود. این ابزار برای سرند شایع‌ترین اختلال‌های روان‌پزشکی کودکان بر پایه ملاک‌های تشخیصی DSM-IV ساخته‌شده است. این پرسشنامه دارای دو فرم ویژه والدین و آموزگاران می‌باشد. «حساسیت» و «ویژگی» این پرسشنامه با یک نمونه ایرانی به شیوه موافقت تشخیصی روان‌پزشک بر پایه نمرات برش مختلف و بهترین نمره برای هر اختلال تعیین شد. فهرست شدت علائم اضطرابی کودکان، بخشی از پرسشنامه علائم مرضی کودکان است که اختصاصاً به ارزیابی علائم اضطراب جدایی کودکان می‌پردازد و دارای نُه ماده است، روایی و اعتبار پرسشنامه در بررسی‌های متفاوت توسط پژوهشگران موردمحاسبه قرارگرفته است. بر اساس گزارش ارمیس[۵] (۲۰۰۹) که اعتبار پرسشنامه را به روش بازآزمایی و با فاصله زمانی ۶ هفته روی ۷۵ پسر سنین ۶ تا ۱۰ سال اجرا کرده بود روایی ۷۲/. گزارش‌شده است. در پژوهش سوج[۶] (۲۰۰۹) پرسشنامه با فرم رفتاری کودک آشنباخ و پرسشنامه تشخیصی کودکان همبستگی مثبتی نشان داد که نشانه روایی سازه آن می‌باشد. در پژوهش سودرجانی و یوسفی (۱۳۹۶) اعتبار فرم والدین با روش بازآزمایی ۸۵/. به دست آمد و روایی آن نیز با استفاده ازنظر متخصصان مبنی بر صحت ترجمه و انطباق آن با متن اصلی مورد تائید قرار گرفت.

یافته های تحقیق

به منظور بررسی میزان تاثیر بازی‌های مشارکتی مادر و کودک بر اضطراب جدایی کودکان ابتدا پیش‌فرض‌های مربوط به آزمون تحلیل کوواریانس در متغیر «اضطراب جدایی کودکان» را مورد بررسی قرار می‌دهیم.

پیش فرض اول: آزمون کولموگروف-اسمیرنوف

جدول شماره ۲: آزمون نرمال بودن داده‌ها (کولموگروف-اسمیرنوف) در متغیر اضطراب جدایی کودکان

متغیر	گروه‌ها	آزمون کلموگروف اسمیرنوف					
		پیش‌آزمون			پس‌آزمون		
		تعداد	آماره	P	تعداد	آماره	P
اضطراب جدایی کودکان	آزمایش	۱۵	۰/۸۹	۰/۵۳	۱۵	۱/۱۱	۰/۱۶
	کنترل	۱۵	۰/۴۳	۰/۷۹	۱۵	۰/۹۰	۰/۳۶

مقادیر سطح معناداری که در هر دو حالت کنترل و آزمایش در دو زمان پیش از مداخله آموزشی و پس‌ازآن بزرگ‌تر از خطای مفروض در پژوهش ۰/۰۵ است فرض نرمال بودن داده‌ها تائید می‌شود.

پیش فرض دوم: همگونی شیب‌های رگرسیون در متغیر رابطه‌ی والد-فرزندی

جدول شماره ۳: آزمون همگونی شیب‌های رگرسیون در متغیر اضطراب جدایی کودکان

آماره	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	سطح معناداری
گروه* متغیر پیش از آموزش	۳۲/۸۱۸	۲	۳۰/۲۸۹	۱/۲۹۸	۰/۲۷۴
خطا	۴۰۴/۹۴۰	۲۷	۲۵/۳۳۱		

تعامل بین دو متغیر گروه کنترل و آزمایش «اضطراب جدایی کودکان» پیش از مداخله آموزشی ازنظر آماری معنادار نیست، بنابراین فرض همگونی شیب‌های رگرسیون تائید می‌شود.

پیش فرض سوم: همگونی واریانس‌ها، آزمون لوین تست

جدول شماره ۴: آزمون برابری واریانس‌ها در متغیر اضطراب جدایی کودکان

گروه	آماره F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
پیش‌آزمون	۰/۵۴۳	۱	۲۸	۰/۴۶۴
پس‌آزمون	۱/۲۱۱	۱	۲۸	۰/۲۱۴

[4] Children Symptoms Inventory CSI-4
[5] Erermiş
[6] Suveg

با توجه به سطح معناداری آزمون لوین که بزرگ‌تر از خطای مفروض در پژوهش ۰/۰۵ است؛ بنابراین فرض برابری واریانس‌ها نیز پذیرفته می‌شود.

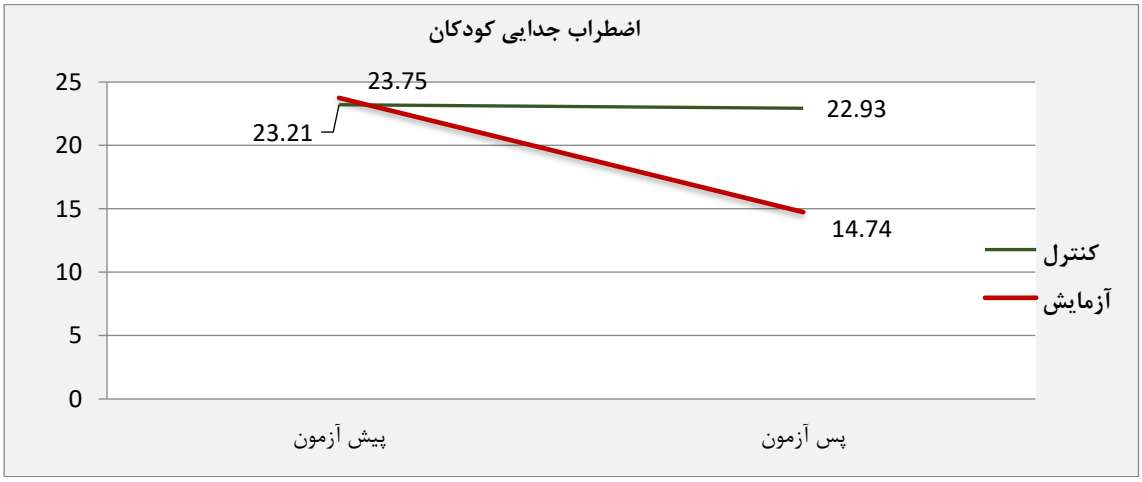
آزمون اصلی فرضیه ی دوم: تحلیل کوواریانس

جدول شماره ۹: نتایج تحلیل کوواریانس جهت بررسی تأثیر «آموزش بازی‌های مشارکتی مادر و کودک» بر «اضطراب جدایی کودکان» در مرحله پس‌آزمون

متغیر	مجموع مجذورها	درجه آزادی	مجذور میانگین	F	سطح معناداری	میزان تأثیر
پیش‌آزمون	۱۴۱۶.۱۳۵	۱	۱۴۱۶.۱۳۵	۷۶.۳۹۷	۰/۰۰۱ ***	۰/۵۱۴
گروه	۶۰۲.۱۱۳	۱	۶۰۲.۱۱۳	۶۸.۳۵۲	۰/۰۰۱ ***	۰/۴۷۱

*** **P < 0.001**

با توجه به مندرجات جدول فوق و میزان سطح معناداری آزمون کوواریانس ۰/۰۰۱ که از ۰/۰۵ کم‌تر است، تفاوت معناداری بین میانگین برآورد شده نمرات «رابطه‌ی والد-فرزندی» در بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل وجود دارد؛ و میزان تفاوت‌ها حاکی از آن است که ۴۷/۱ درصد کوواریانس نمرات پس‌آزمون «اضطراب جدایی کودک» کودکان ناشی از تأثیر «دوره‌ی آموزش بازی‌های مشارکتی مادر و کودک» است؛ بنابراین، «مداخله‌ی آموزشی» بر میزان «اضطراب جدایی کودک» مؤثر بوده است و با توجه به میانگین‌ها باعث کاهش نمره‌ی «اضطراب جدایی کودک» شده است.



نمودار شماره ۱: توصیف کمی متغیر اضطراب جدایی کودکان

بحث و نتیجه گیری

نتایج حاصل از تحقیق نشان داد که بازی‌های مشارکتی مادر و کودک منجر به کاهش اضطراب جدایی کودکان تأثیر شده است و از این منظر یافته‌های ما با برخی از نتایج پژوهش‌های پیشین همسو بوده و همخوانی دارد؛ ازجمله عبدخدائی و صادقیاردوبادی (۱۳۹۰) اثربخشی بازی‌درمانی با رویکرد رفتاری-شناختی بر کاهش اضطراب جدایی کودکان را مورد تائید قرار داده است که با نتایج ما همسو می‌باشد [۱۰]. یافته‌های پژوهش عباسی (۱۳۸۹) نیز اثربخشی درمان تعامل والد-کودک بر کاهش نشانه‌های اختلال اضطراب جدایی را مورد تائید قرار داده‌اند؛ که با نتایج ما همسو و هماهنگ است [۱۱]. علاوه بر این برخی از تحقیق تأثیر مداخلات آموزشی مبتنی بر رابطه والد-فرزندی را بر کاهش اضطراب جدایی کودکان مورد تائید قرار داده‌اند که تا حدودی با نتایج تحقیق ما همسو می‌باشند؛ ازجمله می‌توان به این موارد اشاره کرد: سلیمی سودرجانی و یوسفی (۱۳۹۶) تأثیر آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد به مادران بر اضطراب جدایی و نافرمانی کودکان [۱۲]؛ اسماعیل‌پور و همکاران (۱۳۹۶) اثربخشی مدل اصلاح‌شده درمان تعامل والد-کودک بر علائم اضطراب جدایی کودکان پیش‌دبستانی [۱۳]؛ خانجانی و همکاران (۱۳۹۵) تأثیر کیفیت تعامل مادر-کودک بر انواع اختلالات اضطرابی در کودکان دبستانی [۱۴]؛ خانجانی و همکاران (۱۳۹۳) تأثیر کیفیت تعامل مادر-کودک در اضطراب جدایی و مدرسه هراسی در کودکان [۱۵]؛ طالب پور و همکاران (۱۳۹۲) اثربخشی درمان گروهی تعامل والد-کودک بر کاهش نشانه‌های اختلال اضطراب جدایی دانش آموزان را مورد تائید قرار داده‌اند [۱۶]؛ که با نتایج تحقیق ما همسو می‌باشد. همچنین، یاقوتی (۲۰۱۴)؛ لقان آبادی، کیمیایی و امیر (۲۰۱۱) و لبوویتز و همکاران (۲۰۱۲) نیز به نتایج مشابهی دست‌یافته‌اند و با یافته‌های تحقیق ما همسو می‌باشد[۱۷، ۱۸، ۱۹].

در اختلال اضطراب جدایی، کودک مدام نگران آن است که در هنگام دور شدن از خانواده و از والدینی که به آن‌ها دل‌بسته است؛ آسیب ببیند و نتواند بدون آن‌ها دوام بیاورد؛ این اختلال باعث افزایش ترس و کاهش استقلال و خودمختاری کودک می‌شود و کودک آشفتگی‌های روانی بالایی را تجربه می‌کند؛ اما دوره‌ی آموزشی «بازی‌های مشارکتی مادر و کودک» از طریق افزایش تعاملات مادر و کودک در قالب بازی‌های کودکانه می‌تواند بر اضطراب جدایی کودک تأثیر داشته و آن را کاهش دهد. این روش باعث ایجاد روابط گرم و صمیمی بین کودک و مادر شده و مادر در خلال بازی می‌تواند رفتار کودک را به‌طور مؤثری هدایت کند. مادر در خلال بازی‌های مشارکتی به کودک خود می‌آموزد که در نبودِ وی چگونه رفتار کند و این اطمینان به کودک داده می‌شود که اولاً همه‌ی کودکان باید کم‌کمک از مادر خود دور شده و در محیط‌های آموزشی حضورداشته باشند و دوماً این جدایی کوتاه‌مدت است و او مجدداً به آغوش خانواده بازمی‌گردد. در این دوره، آگاهی‌های کودک افزایش می‌یابد و در قالب بازی‌ها می‌تواند ترس‌ها و نگرانی‌های خود را با مادر در میان گذاشته و مادر نیز پاسخگویی مناسبی به کودک داشته باشد. به همین روی مداخله‌ی آموزشی (بازی‌های مشارکتی مادر و کودک) از طریق بهبود رابطه‌ی بین مادر و کودک می‌تواند بر کاهش اضطراب جدایی کودک تأثیر بسزایی داشته باشد.

در اضطراب کودکان، مفاهیم حمایت و کنترل والدین اهمیت برجسته‌ای دارند. والدینی که در روابط والد-کودکی خود، مراقبت و کنترل نامناسبی به کار می‌برند، زمینه‌ی اضطراب را در کودک خود افزایش می‌دهند. هرن و همکاران (۲۰۱۳) در مطالعه‌ای بر روی کودکان مبتلابه اختلال اضطراب جدایی و اضطراب اجتماعی، نقش باورهای والدین را در اضطراب کودک، مؤلفه مهم و تأثیرگذاری قلمداد کردند. کالگر و کارترایت-هاتون (۲۰۰۸) معتقدند باورهای والدین در مورد نگرانی به‌عنوان وسیله‌ای برای پیش‌بینی موقعیت‌های استرس‌زا، منجر به روش‌های رفتاری کنترل‌گرانه می‌شود که این رفتارهای کنترل‌گرانه با اضطراب کودکان مرتبط است. به عبارتی اعتماد شناختی پائین در والدین، با شناخت‌های اضطرابی کودک مرتبط است؛ اما در دوره‌ی آموزشی (بازی‌های مشترک والدین و کودک) به والدین کمک شد تا شناخت مناسبی از کودک خود و عواطف، احساسات، استرس‌ها، نگرانی‌ها و اضطراب‌های وی به دست بیاورد و همچنین، مادر آموخت تا در هر موقعیتی و نسبت به هر یک از احساسات کودک چگونه باید واکنش نشان دهد و دو ابزار حمایت و کنترل را چگونه به کار گیرد تا میزان اضطراب جدایی را در کودک خود کاهش دهد. بنابراین، بر اساس یافته ها می توان چندین پیشنهاد ارائه نمود:

۱) چنانچه نتایج این تحقیق نیز نشان داد، بازی‌های مشارکتی مادر و کودک بر کاهش اضطراب جدایی در کودکان تأثیر بسزایی دارد؛ ازاین‌رو پیشنهاد می‌شود این رویکرد (بازی‌های مشارکتی مادر و کودک) که در این تحقیق در قالب یک پکیج آموزشی طراحی‌شده است، به آموزش‌وپرورش و مراکز پیش‌دبستانی ارائه شود تا در این مراکز از این شیوه استفاده نمایند.

۲) پیشنهاد می‌شود، مشاوران روان‌شناختی در حوزه‌ی کودکان، بیش‌ازپیش به تأثیرات «رابطه‌ی والد-کودک» بر ابعاد روان‌شناختی کودکان و به‌ویژه اضطراب جدایی آن‌ها توجه داشته باشند و در فرایندهای درمانیِ خود، «بازی‌های مشارکتی مادر و کودک» را به والدین توصیه نمایند.

۳) پیشنهاد می‌شود که مراکز پیش‌دبستانی، حداقل یک روز از هفته را به بازی‌های مشارکتی مادر و کودک اختصاص دهند؛ و با تهیه فضا و امکانات، از مادران بخواهند که حداقل چندساعتی در هفته را با کودک خود با بازی‌های مشارکتی کودکانه سپری کنند تا مشکلات روان‌شناختی کودکان ازجمله اضطراب جدایی آن‌ها کاهش یابد.

۴) پیشنهاد می‌شود که کلینیک‌های بالینی کودک، در راستای توجه بیشتر به نقش بازی‌درمانی و بازی‌های مشارکتی با والدین، در درمان اختلال‌های اضطرابی کودکان از این روش ها استفاده نمایند.

مراجع

[۱] حاجلو، نادر و مولایی، مهری (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی روان درمانی پویشی کوتاه مدت با رویکرد همدلانه و تعدیل کننده اضطراب بر کاهش نشانه ها و مکانیسم های دفاعی دانشجویان دارای علائم اختلال اضطراب جدایی بزرگسالی. روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار). دوره ۱۷ , شماره ۱ (پیاپی ۳۲): ۱-۱۰.

[2] Essau, C. A., & Gabbidon, J. (2018). "Epidemiology, comorbidity and mental health service utilization." In: Essau, C.A., Ollendick, T.H. (Eds.). The WileyBlackwell Handbook of the Treatment of Childhood and Adolescent Anxiety, Firsted. Wiley-Blackwell, Chichester.

[۳] زواشکیانی، یاسمن و مجتبایی، مینا (۱۳۹۸). اثربخشی درمان بهبود رابطه والد کودک بر کاهش علائم اختلال اضطراب جدایی در کودکان طلاق. پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره (مطالعات تربیتی و روان شناسی). دوره ۹ , شماره ۱: ۱۱۴-۱۲۱.

[4] Kail, R. V., Cavanaugh, J. C. (2019). "Human development: A life-span View, (7th ed.)." Boston, MA: Cengage Learning.

[۵] طلایی نژاد، نعیمه (۱۳۹۷). مقیاس سنجش اضطراب جدایی (فرم والدین): روش اجرا و نمره گذاری (نسخه فارسی). روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی). دوره ۱۴ , شماره ۵۵: ۳۴۳- ۳۴۶.

[۶] میرصادقی سودابه؛ سهرابی فرامرز؛ اسکندری حسین؛ برجعلی احمد و فرخی نورعلی (۱۳۹۷). مقایسه سبک های فرزندپروری و کیفیت روابط موضوعی مادران کودکان با اختلال اضطراب جدایی و مادران کودکان عادی. روانشناسی افراد استثنایی. دوره ۸ , شماره ۲۹: ۲۰۱- ۲۱۲.

[۷] محمدی پور، محمد و مزارعی ستوده، احمد (۱۳۹۷). اثربخشی مداخله دلبستگی محور بر بهبود رابطه والد-کودک و کاهش نشانه های اضطراب جدایی در کودکان ۷ تا ۱۰ ساله. روان شناسی کاربردی. دوره ۱۲ , شماره ۲ (پیاپی۴۶): ۲۲۳- ۲۴۲.

[8] Vaughan, Jerrica Jennifer A Coddington, Azza H Ahmed, MaryLou Ertel (2017). "Separation Anxiety Disorder in School-Age Children: What Health Care Providers Should Know." Pediatr Health Care. 2017;31(4):433-440.

[۹] دبیر مریم؛ اسدزاده حسن؛ حاتمی حمیدرضا (۱۳۹۹). آموزش بازی درمانی مبتنی بر رابطه والد-کودک (مطابق الگوی لندرث) به مادران و اثربخشی آن در حل مشکلات رفتاری فرزندان دانش آموز آنان. خانواده و پژوهش. دوره ۱۷ , شماره ۱ (پیاپی ۴۶): ۸۳-۱۰۱.

[۱۰]عبدخدائی، محمدسعید؛ صادقیاردوبادی، آفرین. (۱۳۹۰). بررسی میزان اضطراب جدایی کودکان و اثربخشی بازی‌درمانی با رویکرد رفتاری-شناختی بر کاهش آن. مجله روانشناسی بالینی، (۴)۳، (پیاپی ۱۲).

[۱۱]عباسی، زهره؛ امیری، شعله و طالبی، هوشنگ. (۱۳۹۵). مدل یابی اضطراب جدایی کودکان بر اساس شخصیت مادر، طرحواره‌های ناسازگار کودک. پژوهش‌نامه استان قم، ۱۰، ۱۶۱-۱۴۱.

[۱۲]سلیمی سودرجانی، ماهره؛ یوسفی، زهرا. (۱۳۹۶). تأثیر آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد به مادران بر اضطراب جدایی و نافرمانی کودکان. فصلنامه سلامت روان کودک، (۲)۱۴.

[۱۳]اسماعیل‌پور، خلیل؛ محمدپور، محمد و خانجانی، زینب. (۱۳۹۶). اثربخشی مدل اصلاح‌شده درمان تعامل والد-کودک بر علائم اضطراب جدایی کودکان پیش‌دبستانی: یک مطالعه موردی. پژوهش‌های نوین روان‌شناختی، (۴۷)۱۲، ۲۲-۱.

[۱۴]خانجانی، زینب؛ پیمان نیا، بهرام؛ هاشمی، تورج. (۱۳۹۵). پیش‌بینی کیفیت تعامل مادر-کودک با انواع اختلالات اضطرابی در کودکان دبستانی با توجه به ویژگی‌های فرهنگی مادران ایرانی. دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه الزهرا، (۲)۱۲.

[۱۵]خانجانی، زینب؛ پیمان نیا، بهرام؛ هاشمی، تورج؛ آقاگل‌زاده، مریم. (۱۳۹۳). رابطه کیفیت تعامل مادر-کودک در اضطراب جدایی و مدرسه هراسی در کودکان، مجله پزشکی ارومیه، (۳)۲۵، ۲۴۰-۲۳۱.

[۱۶] طالب پور، اکبر؛ نیسی، عبدالکاظم؛ مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ شهنی ییلاق، منیجه و بساک نژاد، سودابه. (۱۳۹۲). اثربخشی درمان گروهی تعامل والد-کودک بر کاهش نشان‌های اختلال اضطراب جدایی دانش آموزان. فصلنامه دستاوردهای روان‌شناختی، (۱)۲۰، ۷۸-۶۱.

[17] Yaghooti, F. (2014). "Attachment Patterns and Separation Anxiety Symptoms in Children." The Neuroscience Journal of Shefaye Khatam, 2, 58-58.

[18] Olghan - Abadi, M; Kimiaee, A; Amir, F. (2011). "The relationship between parent's child rearing style and their children'quality of life and mental health." Journal of psychology, 3, 230-234.

[19] Lebowitz, E. R.Woolston, J. Bar-Haim, Y. Calvocoressi, L. & et al. (2012). "Family accommodation in pediatric anxiety disorders." Depression and Anxiety.