

نقش بازی درمانی در بهبود مشکلات کودکان با اختلال یادگیری ویژه

حانیه محمد اسمعیل بیگی / دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی / دانشگاه شیراز
حجت پیرزادی / دکترای روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی / دانشگاه علامه طباطبائی

چکیده: پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش بازی درمانی در بهبود مشکلات کودکان با اختلال یادگیری ویژه انجام شده است. بر این اساس، با مرور و بررسی منابع علمی موجود در این زمینه جنبه‌های مختلف بازی درمانی، تعریف، شواهد اثربخشی و نمونه تمرین‌های پیشنهادی آن را معرفی کرده‌ایم. نتایج پژوهش نشانگر این بود که درمانگران، معلمان و والدین می‌توانند از بازی درمانی به عنوان یک رویکرد درمانی و آموزشی اثربخش برای کمک به کودکان با اختلال یادگیری ویژه استفاده کنند. هم‌چنین نتایج نشان داد هر چند برخی شواهد پژوهشی در حمایت از تأثیر مثبت بازی درمانی بر جنبه‌های مختلف رشد کودکان با اختلال یادگیری ویژه وجود دارد؛ با این حال، این حیطه هنوز هم به حمایت‌های تجربی بیشتری نیاز دارد.

واژه‌های کلیدی: اختلال یادگیری ویژه، کودکان، بازی درمانی

مقدمه

امروزه اصطلاح اختلال یادگیری برای آموزگاران نامی آشنا است. اختلال یادگیری ویژه هنگامی تشخیص داده می‌شود که نارسایی‌های ویژه‌ای در توانایی فرد برای دریافت یا پردازش اطلاعات به صورت صحیح و کارآمد وجود داشته باشد. این اختلال نخستین بار در سنین آموزش رسمی ظاهر می‌شود و با مشکلات مداوم در یادگیری مهارت‌های تحصیلی پایه نظیر: خواندن، نوشتن و ریاضیات بروز می‌کند. این مشکلات می‌تواند در عملکرد فرد در مهارت‌های تحصیلی اختلال ایجاد کرده و عملکرد را به‌طور چشمگیری پایین‌تر از حد متوسط مورد انتظار برای سن او بیاورد تا مین عملکرد قابل قبول برای فرد، صرفاً با تلاش فوق‌العاده زیاد به دست می‌آید. میزان شیوع اختلال یادگیری ویژه به اندازه‌ای است که با احتمال بالایی می‌توان یک یا چند دانش‌آموز با این اختلال را در هر کلاس درسی پیدا کرد (۱).

بسیاری از آموزگاران در کلاس‌های درس با دانش‌آموزانی رو به رو هستند که با وجود برخورداری از هوش طبیعی و آموزش مناسب، در یادگیری مطالب درسی و پیشرفت تحصیلی قابل‌انتظار، با مشکلات اساسی روبه‌رو هستند. این مشکلات در بسیاری از موارد به راحتی قابل

تشخیص هستند؛ اما بر طرف شدنشان با دشواری همراه است و در گذر زمان، با افزایش سن از یک زمینه تحصیلی گسترش بیشتری پیدا می‌کند و به مشکلی جدی‌تر تبدیل می‌شود. این دسته از دانش‌آموزان گروهی را تشکیل می‌دهند که به آموزش ویژه و خدمات تخصصی نیاز دارند و در طبقه اختلال یادگیری ویژه قرار می‌گیرند. ویژگی برجسته این گروه از دانش‌آموزان، اختلال در یک یا چند فرایند روان‌شناختی پایه است که موجب نارسایی در یادگیری تحصیلی می‌شود؛ بدون این که اختلال هوشی و یا حسی در آن‌ها وجود داشته باشد. بنابراین در تعریف اختلال یادگیری می‌توان گفت که فرد با این اختلال در حقیقت فردی است که با وجود سن کافی، امکانات و آموزش مناسب، عدم وجود مشکلات حسی، نبود آسیب‌های جدی مغزی، هوشی و هیجانی در یادگیری مهارت‌های تحصیلی پایه دچار مشکلات اساسی است (۲ و ۳).

تلاش‌های متخصصان و پژوهشگران اختلال یادگیری در تشخیص، سبب‌شناسی و درمان این اختلال، پیشرفت‌های قابل توجهی را رقم زده است. با وجود چنین پیشرفت‌هایی، معمای افراد با اختلال یادگیری هم‌چنان ناشناخته باقی مانده و ذهن پژوهشگران و متخصصان را در علوم گوناگون به خود مشغول کرده است. پیشرفت‌های به دست آمده

رویکردهای درمانی و روان‌شناختی جایگاه ویژه‌ای دارد. بازی برای کودک این امکان را فراهم می‌کند تا احساسات، افکار، تجربیات و تمایلاتی که برایش تهدیدکننده است را برون‌ریزی کند (۴). محدودیت‌های تحولی و ناپختگی‌های رشدی که کودکان با آن روبه‌رو هستند موجب می‌شود تا در درک و فهم حالات روان‌شناختی و بیان شفاهی شرایط خلقی و شناختی‌شان، ضعف نشان دهند. با استفاده از بازی تا حد بسیاری می‌توان این محدودیت و ضعف را از بین برد و از بازی به‌عنوان ابزاری مهم برای ارزیابی و درمان مشکلات روان‌شناختی کودکان استفاده کرد. بازی درمانی رویکردی ساختارمند و مبتنی بر مبانی نظری و پژوهشی محکم است که فرایندهای یادگیری و تعامل بهنجار کودک را پایه‌ریزی می‌کند (۵). کاربردهای بازی درمانی طیف بسیار گسترده‌ای دارد و در حوزه اختلال یادگیری نیز پژوهشگران از آن به‌عنوان یک روش درمانی جهت بهبود انواع مشکلات گوناگون استفاده کرده‌اند.

بازی درمانی زبان شناختی

یکی از رویکردهای مهم در زمینه بازی درمانی برای کودکان با اختلال یادگیری ویژه، رویکرد زبان‌شناختی است. علت توجه به توانایی زبان‌شناختی در طراحی بازی‌ها به نقش واسطه‌ای این مهارت‌ها در توانایی شناختی و عملکرد تحصیلی افراد مربوط است (۶). با توجه به نقش رایانه و بازی‌های رایانه‌ای در زندگی امروز و قدرت آن در تأثیرگذاری بر افراد به‌خصوص در کودکان می‌توان از اثرهای چندبعدی و چندوجهی زبان‌شناختی انواع بازی‌های رایانه‌ای در زندگی کودکان با اختلال یادگیری در جهت رفع مشکلات و نواقص آن‌ها استفاده کرد (۷). از نگاهی دیگر، اختلال یادگیری را می‌توان از جنبه شناختی مورد بررسی قرار داد که به دلیل اهمیت و نقش بعد شناختی در یادگیری، این رویکرد بسیار مهم به‌شمار می‌آید. اهمیت رویکرد شناختی از آن جهت است که عملکرد ابعاد مهم شناختی از جمله انواع حافظه، به‌خصوص حافظه کاری در این افراد به شدت تحت تأثیر اختلال یادگیری قرار می‌گیرد. بعد دیگر شناختی که از دید بسیاری از پژوهشگران نقطه عطفی در اختلال یادگیری

به‌ویژه در زمینه شناسایی روش‌های درمانی و مداخله‌های اثربخش، قابل توجه بوده و موجب رشد بیشتر فعالیت‌های توان‌بخشی و درمانی برای این‌گروه از افراد در سراسر دنیا شده است؛ به‌طوری‌که امروزه انواع مداخله‌های گوناگون مبتنی بر رویکردهای مختلف روان‌شناختی و علوم اعصاب شناختی طراحی و آزمایش شده است. در میان انواع گوناگون روش‌های درمانی و آموزشی برای دانش‌آموزان با اختلال یادگیری ویژه، روش بازی درمانی به لحاظ برخورداری از برخی ویژگی‌ها، اهمیت و جایگاه ویژه‌ای دارد. مهمترین ویژگی‌هایی که کاربرد بازی درمانی را در فعالیت‌های آموزشی و توان‌بخشی افراد با اختلال یادگیری اثربخش می‌سازد شامل: جنبه‌های جذاب و آموزشی بازی درمانی و قابلیت اجرای آسان این روش در کار با این‌گروه از افراد است. در واقع بازی درمانی شامل ویژگی‌هایی است که می‌توان از آن به‌عنوان ابزاری برای کمک به ارائه آموزش اثربخش و ایجاد یادگیری موثر در دانش‌آموزان با اختلال یادگیری ویژه استفاده کرد. بسیاری از دانش‌آموزان با اختلال یادگیری به دلیل نارسایی‌هایی که در یادگیری دارند و شکست‌های مکرری که سال‌ها تجربه کرده‌اند، نسبت به فعالیت‌های آموزشی و یادگیری علاقه نشان نمی‌دهند و از انجام چنین فعالیت‌هایی گریزان هستند. جذابیت بازی برای کودکان موجب می‌شود تا نسبت به انجام آن علاقه نشان دهند و در فعالیت‌های بازی درمانی که با هدف آموزش و یادگیری طراحی شده است، مشتاقانه شرکت کنند (۲).

در بررسی انواع برنامه‌های آموزشی و توان‌بخشی موثر برای کمک به دانش‌آموزان با اختلال یادگیری ویژه، علاوه بر روش‌های مرسوم از قبیل آموزش‌های شناختی و فراشناختی، روش‌های مبتنی بر رویکرد رفتاری و روش‌های تشخیصی-تجویزی، می‌توان روش بازی درمانی را نیز به‌عنوان یک روش اثربخش و مفید در این زمینه معرفی کرد. یکی از مهمترین ویژگی‌های بازی، لذت‌بخش بودن آن است که فرایند یادگیری را برای دانش‌آموزان با اختلال یادگیری ویژه که عموماً تجربه‌ی شکست‌های مکرری در یادگیری دارند را تسهیل و تسریع می‌سازد. در حال حاضر کاملاً روشن است که بازی درمانی در بین

درمانگران در مفهوم‌سازی مشکلات کودکان و نوجوان کمک می‌کند (۹).

کودک با اختلال یادگیری علاوه بر تجربه شکست در یادگیری‌های تحصیلی، تجارب ناخوشایند ناشی از بار سنگین برچسب این اختلال را نیز متحمل می‌شود که بر ضعف اعتماد به نفس، خودپنداره و خودکارآمدی تأثیر می‌گذارد؛ بنابراین اختلال یادگیری در زمینه‌های شناختی و رفتاری اثرات منفی را بر رشد و سازگاری افراد بر جای می‌گذارد. از این رو ضروری است که برای رفع مشکلات روان‌شناختی و رفتاری این کودکان اقدام شود. بازی درمانی یکی از روش‌های موثر در درمان مشکلات رفتاری و روانی در کودکان محسوب می‌شود که بر اساس رویکرد رفتاری-شناختی پایه‌ریزی شده است (۱). مشخصه اصلی بازی درمانی نسبت به سایر رویکردها، توجه مستقیم به اهداف و طرح‌ریزی روش‌های خاص برای دستیابی به آن است؛ چراکه با کمک بازی درمانی به بهترین شکل می‌توان اهداف آموزشی را به عرصه یادگیری رساند و ادراک و شناخت را از موضوع مورد نظر افزایش داد (۱۰).

از جنبه رشد اجتماعی-هیجانی نیز بازی درمانی برای کودکان با ناتوانی، توانسته است پیشینه تجربی موفق‌تری را به اثبات برساند. نتایج برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بازی درمانی بر مشکلات کمرویی و گوشه‌گیری اثر مثبت دارد و به رشد مهارت‌های همدلی، رفتار اخلاقی، خودمهارگری، عزت نفس، انعطاف‌پذیری، جرات‌ورزی، احترام به قوانین و مشارکت‌های اجتماعی کمک می‌کند (۱۱).

استفاده از بازی‌های مناسب با توجه به سن، موقعیت و توانایی ذهنی فرد می‌تواند بسیار کارآمد و اثرگذار باشد و در سال‌های اخیر رشد قابل توجهی داشته است (۱۲). بازی‌های طراحی شده برای هر جنبه از رشد با توجه به سطح توانایی ذهنی، سن و هدف نهایی متفاوت است (۱۳). همان‌طور که گفته شد بازی‌ها برای طیف وسیعی از اهداف مورد استفاده قرار می‌گیرند. یکی از حیطه‌های بازی، برای کودکان با اختلال یادگیری ویژه است که بسیار مورد توجه قرار گرفته است. از جمله علل روی

به حساب می‌آید، نارسایی‌های توجه در افراد با اختلال یادگیری است. با توجه به این رویکرد و ابعاد آن، برخی پژوهش‌ها به بررسی اثربخشی بازی‌های متناسب‌سازی شده در زمینه بهبود کارکردهای شناختی در افراد با اختلال یادگیری پرداخته‌اند. در این زمینه نتیجه یک پژوهش اثربخشی مداخله بازی درمانی بر کارکردهای حافظه و توجه و نیز بهبود وضعیت تحصیلی افراد با اختلال یادگیری را نشان داد (۸).

بازی درمانی شناختی-رفتاری

بازی درمانی شناختی-رفتاری شامل مداخله‌های مبتنی بر اساس رویکرد شناختی رفتاری در قالب بازی است. اساس این نظریه بر سیر تحول حسی مبتنی است. بر این اساس بازی به عنوان یک روش کلامی و غیرکلامی در حل مشکلات مورد استفاده قرار می‌گیرد. این رویکرد با بازی درمانی‌های غیرمستقیم، از قبیل درمان‌های رابطه‌ای که از هرگونه بحث مستقیم اجتناب می‌ورزند، متفاوت است. بازی درمانی شناختی موجب رشد افکار و رفتار سازگارانه می‌شود. درمان شناختی رفتاری از طریق بازی درمانی به دنبال شناسایی افکار ناسازگارانه، درک مفروضه‌های فکری و یادگیری به منظور اصلاح باورهای غیرمنطقی است. تحول این درمان حدود بیست و پنج سال پیش با بزرگسالان آغاز و پس از آن در مورد کودکان و نوجوانان استفاده شد. اساس این جهت‌گیری بر اهمیت تحریف‌های شناختی در سنین پیش‌دبستانی و دبستان است. با این حال تحولات اخیر در بازی درمانی شناختی-رفتاری نشان می‌دهد که این رویکرد می‌تواند پاسخگوی نیازهای نوجوانان نیز باشد؛ با این تفاوت که روش‌های شناختی-رفتاری در بزرگسالان به گونه مستقیم و در کودکان به طور غیرمستقیم از طریق بازی قابل اجرا است. به عنوان مثال: استفاده از عروسک‌ها و حیوانات دست‌ساز می‌تواند الگویی از راهبردهای شناختی جهت رویارویی با باورهای غیرمنطقی باشد. بازی درمانی شناختی-رفتاری رویکردی هدفمند، دارای ساختار و مداخله‌ای هم‌راستا با طبیعت کودک است. ارزیابی عمل‌گرایانه در این روش نتایج درمان را میسر می‌سازد و به لحاظ ساختار به

شد (۱۵). افزون بر این اثربخشی استفاده از تکنیک‌های بازی درمانی در سازگاری عمومی و ایجاد هیجانات مثبت در افراد با اختلال یادگیری ویژه نیز نشان داده شده و بر اساس یافته‌های پژوهشی، بازی درمانی گروهی بر کاهش اضطراب در این گروه از کودکان اثرگذار بوده است. درصد قابل توجهی از کودکان در سنین مدرسه و پیش از آن با مشکلات رفتاری مواجه هستند (۱۶) و این مسئله به‌گونه‌ای است که گاهی تا دوره‌های بعد و در بزرگسالی نیز ادامه یافته و آسیب‌های جدی را به فرد و جامعه وارد می‌کند (۱۷). دانش‌آموزان با ناتوانی به‌طور مداوم شکست را تجربه می‌کنند؛ بنابراین این افراد در برابر مشکلات رفتاری، هیجانی-اجتماعی نیز مقاومت کمتری دارند و آسیب‌پذیرتر هستند (۱۸) و نوعی احساس خود ارزشی منفی، مشکلات عزت‌نفس و خودپنداره در آن‌ها رایج است، بنابراین استفاده از روش درمانی مناسب برای کاهش این مشکلات رفتاری در آن‌ها بسیار مهم و ضروری است (۱۹). از جمله روش‌های درمانی مناسب که اثربخشی خود را از طریق پژوهش‌های متعدد نشان داده است، بازی درمانی است که در بهبود مشکلات هیجانی، رفتاری، افزایش سازگاری عاطفی، بهبود و افزایش خودکنترلی (۲۰)، ظرفیت شناختی، یادگیری، خودکنترلی، ابراز هیجانی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی، عزت‌نفس، کاهش افسردگی و اضطراب اثرگذار بوده است (۲۱). پژوهشی دیگر نیز نشان داد که با این آموزش‌ها به مادران، می‌توان در روند و سرعت بهبودی مشکلات این کودکان کمک کرد (۲۲).

چه راهبردها و بازی‌هایی برای کودکان با اختلال یادگیری ویژه مناسب و کاربردی هستند؟

کودکان در دوره پیش‌دبستان در حقیقت در یک دوره سنی گذار قرار می‌گیرند که نه بزرگسال به حساب می‌آیند و نه خردسال و در حالتی بینابینی به سر می‌برند که به نوعی ثبات کامل رفتاری نرسیده‌اند. آن‌ها در شرایط پیچیده و دشوار مثل شرایط استرس‌زا، رفتارهای غیرقابل پیش‌بینی خاصی دارند که از سوی بزرگسالان و مراقبان نیاز به مدیریت دارد (۱۴ و ۲۳). این مشکلات و کنترل

آوردن به بازی‌ها برای این مشکل کودکان، می‌توان به این مسئله اشاره کرد که رشد و کیفیت آن رابطه مستقیمی با میزان تحریکاتی دارد که فرد در معرض آن قرار می‌گیرد و فلسفه بازی‌های هدفمند و طراحی طیف وسیعی از آن‌ها نیز ایجاد همین تحریکات لازم و ضروری برای رشد در زمینه بدکارکردی‌های رایج در کودکان با اختلال یادگیری ویژه است. از سویی دیگر، بخش جدایی‌ناپذیری از زندگی کودکان را بازی‌ها تشکیل می‌دهند بنابراین توجه ویژه به این بخش و استفاده مناسب از آن برای کودکان با اختلال یادگیری ویژه بسیار ارزشمند خواهد بود. از جمله مسائل اساسی که در این پژوهش به آن پرداخته می‌شوند پاسخ به این پرسش‌هاست که بازی درمانی چیست؟ آیا بازی درمانی برای کودکان با اختلال یادگیری ویژه اثربخش است؟ چه راهبردها و بازی‌هایی برای کودکان با اختلال یادگیری ویژه مناسب و کاربردی هستند؟ تأثیر این بازی‌ها تا چه حد و به چه صورت است؟

بازی درمانی برای کودکان با اختلال یادگیری ویژه و اثربخشی آن

امروزه بازی درمانی به‌عنوان یک روش در درمان اختلال یادگیری ویژه مطرح است. کودکان با این اختلال معمولاً در بیان شفاهی مشکلات خود، با دشواری روبه‌رو هستند؛ اما با کمک بازی که کلید و راه مخفی ورود به دنیای کودکان است می‌توان بخش‌های درونی آن‌ها را شناخت. در بازی‌ها به کمک قوانینی که در آن‌ها لازم به اجرا هستند و ماهیت برخی از آن‌ها، ویژگی‌هایی در کودک رشد می‌یابند که از جنبه تحصیلی، توجه انتخابی، حافظه، سرعت پردازش و بسیاری از جنبه‌های دیگر نیز پیشرفت می‌کند (۱۴).

از جمله علل بسیار مهم در استفاده از بازی درمانی، اثربخشی این رویکرد در مقایسه با دارودرمانی است که نتایج برخی پژوهش‌ها آن را نشان داده‌اند. در پژوهشی اثربخشی بازی درمانی بر تقویت مهارت‌های شنیداری کودکان با ناتوانی مورد بررسی قرار گرفت. در این پژوهش تأثیر مثبت بازی درمانی بر بهبود وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان با اختلال یادگیری املان نشان داده

• از سازهایی که نیاز به دمیدن دارند استفاده کند و صدا ایجاد کند.

• نفس را حبس کند و در این حال صدای یک حرف را به صورتی کشیده و ممتد ایجاد کند (مثل «م»).

• با آهنگ‌های مختلف سوت بزند.

• با فرمان درمانگر زبانش را از دهان بیرون آورده و داخل ببرد یا به جهات مختلف بچرخاند.

• با فرمان درمانگر دهانش را باز و بسته کند.

• نوک زبان را در بخش درونی و بیرونی لثه بزند و بالا پایین کند.

• فقط با استفاده از صدای بازدم آهنگی را تقلید کند.

• برای آموزش صدای جدید، تعدادی کلمه بی‌معنی را تلفظ کنید و قرار بگذارید که هرگاه صدای مورد نظر را شنید علامت خاص دهد؛ مثل حرف «ر» را در کلمه‌ی: کو، نو، رو، پو، سو، شو، مر، دد، در، چر.

• کلماتی که توان تمایز شنیداری بیشتری دارند و احتمال دارد که با کلمات مشابه اشتباه گرفته شوند را انتخاب و تلفظ صحیح آن‌ها را آموزش دهید، سپس در یک بازی از کودک بخواهید به کلماتی که تلفظ می‌کنید گوش دهد و هرگاه آن را اشتباه تلفظ کردید بگویید. مثلاً کبریت-کبریت، دیفار-دیوار، عسک-عکس، سام-شام، امس-اسم، شسته-شسته، داید-دارد، ترهان-تهران، سلدانی-سلطانی

• در قالب بازی، کلماتی را به شکل نیمه تلفظ کنید و از کودک بخواهید که آن‌ها را کامل تلفظ کنند. مثلاً **صند** و کودک بگوید: **صندلی**.

• صداهای یک کلمه را با فاصله تلفظ کنید، کودک به دقت گوش کند و سپس خودش به‌طور کامل کلمه را تلفظ کند. مثلاً: **صن-د-لی** و او بگوید **صندلی**. (این تمرین می‌تواند به‌صورت معکوس هم اجرا شود).

• تصاویری تهیه کنید که صدای آخر و دسته‌ای دیگر صدای اول آن‌ها یک‌سان باشد و از کودک بخواهید تا بعد از نشان دادن تصاویر نام آن‌ها را بیان کند.

• چند تصویر به کودک نشان دهید که در میان آن‌ها نام دو تصویر با حرف مشابه شروع می‌شوند و از کودک

آن‌ها زمانی دشوارتر می‌شود که کودک چهار مشکلات هیجانی اجتماعی، رفتاری و شناختی باشند؛ بنابراین لازم است با کمک راهبردهای مناسب به آن‌ها کمک شود. در ادامه برخی راهبردهای پیشنهادی به معلمان و والدین برای تحریک سلول‌های عصبی، تمرین‌های تنفسی، تمرین‌های تقویت حافظه شنیداری، تمرین‌های تقویت حافظه دیداری، تمرین‌های تقویت هماهنگی دیداری حرکتی و تمرین‌های تقویت حافظه توالی در کودکان با اختلال یادگیری را معرفی می‌کنیم.

تمرین‌هایی برای تحریک سلول‌های عصبی

• راه رفتن دانش آموز طبق ریتم معلم

• پریدن به دو طرف طناب (از بغل و جلو عقب)

• تمرین لی‌لی با هر دو پا

• راه رفتن در جهات مختلف با نگه داشتن کتاب روی سر

• چرخاندن میله با انگشتان

• خوابیدن و غلت زدن

• اجرای پانتومیم

• اجرای حالات هیجانی با حالات چهره

• مجاله کردن کاغذ با هر دو دست به‌صورت هم‌زمان

با هم

• شمارش اعداد معکوس و به‌صورت معکوس زوج و فرد

• تقلید حرکت حیوانات

تمرین‌های تنفسی

• کودک به پشت خوابیده و با گذاشتن دست‌های خود روی سینه و دم و بازدم، حرکات سینه خود را حس کند.

• تمرین قبل را در حالت نشسته و ایستاده نیز انجام دهد تمرین تنفس آرام از بینی و خروج هوا از دهان و در صورت امکان این بازدم را روی آینه یا شیشه انجام دهد تا شاهد آن باشد.

• با فوت کردن، گرد و خاک روی میز یا سطوح را پاک کند.

• بازی باد کردن بادکنک را انجام دهد.

• یک توپ تخم‌مرغی را با فوت کنترل و حرکت دهد.

• تمرین قبل را تکرار کنید اما این بار با جمله این کار را انجام دهید.

• درمانگر دو اسباب بازی به کودک می‌دهد و از او می‌خواهد تا مطابق دستور درمانگر آن‌ها را بچیند، سپس تعداد اسباب بازی بیشتر و فرمان‌های چیدن آن‌ها پیچیده‌تر می‌شود به ترتیب تمرین را پیچیده‌تر کنید.

• یک جمله برای کودک بگویید و از او بخواهید آن‌ها را تکرار کند و سپس دو جمله بگویید، این تمرین را تا جایی ادامه دهید که کودک به توانایی بهنجار برسد.

تمرین‌های تقویت حافظه دیداری

• دو تصویر را یک به یک در اختیار دانش‌آموز قرار داده و سپس آن‌ها را از دید او خارج کرده و از او بخواهید آن‌ها را شرح دهد.

• تمرین قبل را با سه تصویر انجام دهید تا جایی که حافظه دیداری کودک به حد طبیعی و بهنجار برسد.

• یک تصویر نسبتاً پیچیده را به کودک نشان دهید و از او بخواهید تا کل و اجزا آن را به خاطر بسپارد. بعد از این که مدت زمانی که خود کودک کافی می‌داند طی شد، تصویر را از دید او خارج کنید و از او بخواهید تا جزئیات تصویر را شرح دهد. معمولاً در دفعات اول جزئیات کمی در حافظه دیداری او می‌ماند اما بعد از آن که دوباره تصویر را در اختیارش قرار داده و از او بخواهید دوباره آن را مشاهده کرده و اجزا آن را به خاطر بسپارد، درمی‌یابیم که این بار نوع و کیفیت نگاه کودک و دقت به جزئیات در وی فرق کرده که همین تفاوت در واقع درمان مورد نظر ماست.

• تعدادی اسباب بازی یا هر وسیله دیگری جلوی کودک قرار داده و سپس با پارچه‌ای روی آن‌ها را بپوشانید و یکی از اسباب بازی‌ها را دور از نظر کودک برداشته و از او بخواهید وسیله را شناسایی کند.

• مجموعه‌ای محدود از اشیا را به ترتیب خاصی بچینید و از کودک بخواهید نام و ترتیب قرار گرفتن آن‌ها را به خاطر بسپارند، سپس چشمان آن‌ها را ببندید و جای چند وسیله را جابه‌جا کنید، آنگاه از او بخواهید تا آن‌ها را به همان ترتیب قبل بچیند.

بخواهید تا نام آن دو مشابه را بیان کند.

• مشابه تمرین قبل اما این مرتبه حرف پایانی آن‌ها مشابه باشد.

• تعدادی تصویر مرتبط به هم را به کودک نشان دهید و از او بخواهید که برای آن‌ها داستانی بسازد و از تلفظ صحیح در آن استفاده کند.

• حروف الفبا را روی تکه‌های مقوا نوشته و هر بار چند تا از آن‌ها را به کودک بدهید و بخواهید تا هر چند کلمه که می‌تواند با آن‌ها بسازد. مثلاً از حروف ب، ا، ر: بار و ابر.

• می‌توانید چند صدا را تلفظ کرده و از کودک بخواهید با آن‌ها هر چند کلمه بسازد.

• تقلید صدای حیوانات یا اشیاء مختلف نیز مفید است.

• درمانگر تعدادی کلمه را با صدای بلند بخواند و کودک حرف پایانی آن‌ها را با صدای بلند تکرار کند؛ این تمرین برای حرف آغازین و میانی در کلمه‌های سه حرفی نیز قابل اجرا است.

• درمانگر آهنگی را زمزمه و از کودک بخواهید تا آن را تقلید کند.

• جهت تقویت حساسیت شنیداری کودک، معلم یا درمانگر می‌توانند کودک را در میانه اتاقی قرار داده و چشمان او را ببندد، سپس در فاصله دو سه متری او حرکت کند و کلمه‌ای را تلفظ کند و کودک باید در جهت صدا حرکت کند. هر بار می‌توان با صدایی آرام‌تر کلمه را تلفظ کرد تا حساسیت شنیداری تقویت شود.

تمرین‌های تقویت حافظه شنیداری

• اول سه کلمه برای کودک بیان کنید و از او بخواهید که بلافاصله آن‌ها را بازگو کند و به همین ترتیب پیش بروید تا در حد سن رشدی خود از حافظه شنیداری برخوردار شود (نخست بدون رعایت ترتیب کلمات و مرتبه بعد با رعایت ترتیب کلمات).

• چند کودک را دور هم بنشانید و از آن‌ها بخواهید که نفر اول یک کلمه را بیان کند و نفرات بعد هر کدام کلمه مناسبی را به آن اضافه کنند و همین ترتیب پیش بروند.

جفت تهیه کنید یعنی دو قوطی که داخلشان سنگ ریزه است، دو قوطی برنج، دو قوطی لوبیا و ... سپس قوطی‌ها را در جعبه‌ای روی هم بریزید. کودک باید یک قوطی را برداشته تکان بدهد و بعد از تشخیص صدا و محتوای قوطی، قوطی مشابه آن را پیدا کند.

• چشمان دانش‌آموزان را با دستمالی ببندید و از هم‌کلاسی‌هایش بخواهید تا نام او را صدا بزنند و او تشخیص دهد که چه کسی صدایش کرده است. صدا زدن نام دانش‌آموز توسط هم‌کلاسی‌هایش نباید به همان ترتیبی باشد که نشست‌اند بلکه افراد از گوشه و کنار کلاس صدا بزنند.

• صدای نتهای موسیقی را آموزش دهید و با نواختن هر نت از دانش‌آموز بخواهید تا نام آن نت را بگوید.

تأثیر تمرین‌های بازی درمانی تا چه حد و به چه صورت است؟

اثر بخشی بازی درمانی در زمینه‌های مختلف از جمله برون‌ریزی احساسات و هیجانات منفی، کاهش نشانه‌های اختلال‌های هیجانی و رفتاری، افزایش سازگاری عاطفی، بهبود خودکنترلی (۲۴)، پیشرفت یادگیری، مسئولیت‌پذیری، مهارت‌های ابراز وجود، احترام گذاشتن و پذیرش خود و دیگران، بهبود مهارت‌های اجتماعی، افزایش عزت‌نفس و کاهش افسردگی و اضطراب نشان داده شده است (۲۵). در یک پژوهش دیگر اثر بخشی تحریک‌های رشدی و ایجاد فضای مهیج توسط خانواده که در آن آموزش‌های شناختی به صورت بازی ارائه می‌شدند بر رشد عصب‌شناختی و بهبود یادگیری در افراد با اختلال یادگیری به خصوص مشکلات خواندن، نشان داده شد (۲۶). هم‌چنین تأثیر مثبت بازی درمانی گروهی با رویکرد شناختی-رفتاری بر کاهش مشکلات یادگیری و رفتاری در کودکان با اختلال یادگیری خواندن نیز نشان داده شده است (۲۷). افزون بر این بازی درمانی در بهبود مشکلات شناختی (۲۸) و افزایش کارایی حافظه کوتاه‌مدت و کاهش اشتباهات آموزشی، افزایش دقت، رشد حافظه دیداری (۲۹) اثر بخش بوده است.

بازی یک روش کارآمد برای درمان و کاهش مشکلات

• از کودک بخواهید چند دقیقه بیرون از کلاس برود و در غیاب او جای چند نفر از هم‌کلاسی‌هایش را با هم جابه‌جا کنید و بعد که وارد کلاس شد باید تشخیص دهید که چه کسانی جابه‌جا شده‌اند و کجا رفته‌اند.

• چند کارت مقوایی ۷*۱۰ تهیه کنید که روی هر یک واژه‌ای نوشته باشد، کارت‌ها را به دانش‌آموز دهید تا به خاطر بسپارد؛ سپس کارت‌ها را از او بگیرید، یکی دو کارت را از بین کارت‌ها بردارید و از او بخواهید تشخیص دهد کدام کارت‌ها را برداشته‌اید.

• کارت‌هایی مشابه تمرین قبل آماده کنید و از کودک بخواهید به آنها با دقت نگاه کرده و به املا آن توجه کنند، سپس کارت را از دید او خارج کنید و از او بخواهید تا دیکته آن را در هوا با انگشت بنویسد.

تمرین‌های تقویت هماهنگی دیداری حرکتی

• اشکال و تصاویر هندسی را به صورت نقطه‌چین تهیه کنید و از دانش‌آموز بخواهید تا نقطه‌چین‌ها را کامل کند. • از دانش‌آموز بخواهید تا تصاویر هندسی، شکل حیوانات، ساختمان و اشیاء را کپی کند.

تمرین‌های تقویت حافظه توالی

• سه یا چهار نفر از دانش‌آموزان را معرفی کنید و سپس این دانش‌آموز باید ترتیب آن‌ها را نشان دهد. • جلوی دانش‌آموز می‌ایستید و چند حرکت بدنی انجام دهید و از او بخواهید آن‌ها را به ترتیب تکرار کند. • یک کارت مقوایی تهیه کنید و روی آن سه یا چهار حرف را بنویسید، آن را به دانش‌آموز نشان دهید و بعد از دادن زمان کافی به او، این کارت را از دید او مخفی کنید و از او بخواهید تا آن حروف را به ترتیب بگوید. این تمرین را با کلمات نیز تکرار کنید.

• چند قوطی خالی پلاستیکی یک شکل و اندازه تهیه کنید و داخل هر کدام از آن‌ها را چیزهایی مثل برنج، لوبیا، سنگ ریزه و آجیل بریزید، سپس قوطی‌ها را یک به یک تکان بدهید. کودک باید از نوع صدای قوطی ماده داخل آن را تشخیص دهد و نام ببرد.

• از قوطی‌های پلاستیکی در تمرین قبل هر کدام یک

ویژه است. کودکان با این اختلال در مواردی از قبیل یادگیری مهارت‌های تحصیلی، مدیریت رفتاری و سازگاری هیجانی با دشواری‌ها و مشکلاتی روبه‌رو هستند که درمانگران، معلمان و والدین می‌توانند با استفاده از بازی‌های مناسب به جنبه‌های مختلف رشد این کودکان کمک کنند. در این پژوهش تلاش شد تا مهمترین جنبه‌های بازی درمانی به همراه برخی تمرین‌های پیشنهادی ساده و کاربردی به مراقبان و معلمان کودکان با اختلال یادگیری ویژه معرفی شود. تکنیک‌ها و تمرین‌های پیشنهادی از پژوهش‌های تجربی موجود در این حیطه الهام گرفته شده‌اند. درمانگران، معلمان و والدین علاقه‌مند می‌توانند جهت اطلاعات بیشتر و دسترسی به تمرین‌های گسترده‌تر با اهداف گوناگون و متنوع به منابع علمی موجود در این زمینه مراجعه نمایند.

با توجه به وجود شواهد پژوهشی گوناگون در حمایت از تاثیر مثبت بازی درمانی بر ایجاد تفکر و هیجانات مثبت در کودکان با اختلال یادگیری، به والدین، معلمان و درمانگرانی که با این گروه از کودکان سر و کار دارند پیشنهاد می‌شود جهت درمان مشکلات این کودکان از این روش درمانی و آموزشی استفاده کنند. مهمترین کاربردهای بازی درمانی برای کمک به کودکان با اختلال یادگیری ویژه، به ابعاد شناختی، عصب‌شناختی، رفتاری، هیجانی و اجتماعی رشد مربوط می‌شود که با کمک بازی درمانی به خوبی می‌توان بر این جنبه‌های رشدی در این گروه از کودکان اثر گذاشت.

در نهایت پیشنهاد می‌شود که پژوهشگران مشتاق در عرصه بازی درمانی با انجام پژوهش‌های بیشتر، اثربخشی انواع بازی‌ها با توجه به رویکردهای گوناگون بر جنبه‌های مختلف رشد کودکان با اختلال یادگیری ویژه را آزمایش کنند و در زمینه نیازسنجی انواع بازی‌ها در حیطه اختلال یادگیری بررسی‌های لازم را انجام دهند. طراحی بسته‌های مداخله‌ای بازی درمانی و ارزیابی اثربخشی آن برای کودکان با اختلال یادگیری ویژه نیز از ملزومات مورد نیاز این کودکان است که به مشتاقان عرصه پژوهش پیشنهاد می‌شود.

کودک است. از طریق بازی می‌توان بدون هیچ فشاری به یادگیری کودک کمک کرد و احساسات و رفتارهای مناسب را در او نهادینه ساخت. بازی درمانی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری در کاهش کمرویی و مشکلات بین فردی اثر مثبت می‌گذارد (۱۱). نتایج یک پژوهش نشان داد که رفتار اجتماعی مثبت و خرده مقیاس‌های همدلی از جمله جهت‌گیری اجتماعی، رفتار اخلاقی، خودمهارگری، حرمت خود، اطاعت‌پذیری، جرات‌ورزی، احترام به قانون و تمایل به مشارکت در اثر برنامه‌های بازی درمانی، اثر مثبت داشته است (۳۰). از سویی دیگر به این دلیل که اختلال یادگیری ممکن است بر مشکلات رفتاری تاثیر بگذارد و از آنجا که یکی از بهتری تکنیک‌های درمانی برای کاهش مشکلات رفتاری کودکان، بازی درمانی است؛ بنابراین می‌توان از روش‌های مختلف بازی درمانی برای کاهش مشکلات رفتاری و یادگیری در کودکان با اختلال یادگیری ویژه سود جست (۳۱)

بحث و نتیجه گیری

از دیدگاه روان‌شناسان، بازی کردن و بازی درمانی راهی است به‌سوی برقراری ارتباط با دنیای کودک و تکنیکی است که می‌توان از طریق آن به دنیای درونی کودک دست یافت و مشکلات کودک را مورد ارزیابی و موشکافی قرار داد. در همین راستا رویکردهای گوناگونی به بازی درمانی توجه نشان داده‌اند و از منظر خود از آن استفاده کرده و در جهت دستیابی به اهداف زیربنایی خود از بازی‌های جسته‌اند. برای مثال رویکرد شناختی به دنبال بررسی نقش بازی‌ها در رشد و تحول جنبه‌های شناختی و ذهنی کودکان توجه می‌کند و برخلاف رویکرد روان‌پویشی که به هیجانات توجه ویژه دارد، شناخت کودک را هدف قرار می‌دهد. به همین ترتیب هر رویکرد از بعدی به بازی می‌نگرد و از این ابزار کارآمد برای دستیابی به درون کودک و از جهتی نیز برای بهبود مشکلات کودک استفاده می‌کند.

یکی از گروه‌هایی که برای کمک به آن‌ها می‌توان از بازی درمانی استفاده کرد، گروه افراد با اختلال یادگیری

References

1. Peters J. Transition skills of first-year college students with learning disabilities. Walden University; 2011.
2. Fletcher JM, Lyon GR, Fuchs LS, Barnes MA. Learning disabilities: From identification to intervention. Guilford press; 2006 Nov 15.
3. Khormaee F, Abbasi M, Rajabi S. The Comparison of mothers' perfectionism and procrastination in students with and without learning disabilities. *J learning disabilities*. ;(1)1 ;2011 60-77. [Persian].
4. Landreth GL, Ray DC, Bratton SC. Play therapy in elementary schools. *Psychology in the Schools*. 2009 Mar 9-281:(3)46 ;1.
5. Landreth G, Bratton S. Nutrition, Health and Safety Play Therapy: The Art of the Relationship. *J Ear Educ A Fam Rev*. 4-10:30 ;2002.
6. Karamali Esmaili S, Shafaroodi N, Hassani Mehraban A, Parand A, Zarei M, Akbari-Zardkhaneh S. Effect of Play-based Therapy on Meta-cognitive and Behavioral Aspects of Executive Function: A Randomized, Controlled, Clinical Trial on the Students With Learning Disabilities. *Basic Clin Neurosci*. ;2017 12-203:(3)8.
7. Asghari Nekah S M, Kalani S, Ghanaee Chaman Abad A. An introduction to designing educational-computer games with the linguistics approach in the area of disorders especially in learning. *Exceptional Education*. 48-36 :(118) 5 ;2013.
8. Mohammad Narimani, Esmail Soleymani, Adel Zahed Babolan, Abbas Abolghasemi. The Comparison the Effectiveness of Executive Functions and Play Therapy on Improving of Working Memory, Attention Care and Academic Achievement in Students with Math Learning Disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 16-1 :20 ;2014. [Persian].
9. Mahmoud Najafi, Bita Sarpolaki. Effectiveness of play therapy on elementary School student's aggression and spelling disorder. *Psychology of Exceptional Individuals*, :(21)6 ;2016 117-101. [Persian].
10. Springer C, Misurell JR. Game-based cognitive-behavioral therapy (GB-CBT): An innovative group treatment program for children who have been sexually abused. *Journal of Child & Adolescent Trauma*. 2010 Sep 80-163:(3)3 ;1.
11. Jafari A, Khalatbari J, Todar R, Abolfathi H. Effect of play therapy with Meichenbaum cognitive – behavior approach on reduction shyness and social withdrawal of elementary School Children in Abhar. *New findings in Psychology* :6 ;2011 16-7. [Persian].
12. Hardman M, Drew C. J, & Egan M. W. (2002). Human Exceptionality: Society, School, and Family. Hamid Alizadeh, Kamran Ganji, Majid Yousefi Loyeh, Fariba Yedgari (Persian translator). Tehran: Dengue, 1388, p: 190. [Persian]. [https://www.adinehbook.com/gp/product/6005070972].
13. Guerney LF. Play therapy with learning disabled children. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. 1979 Sep 4-242:(3)8 ;1.
14. Tabrizi Mostafa. Treatment of dictation disorders. 24th Ed. Tehran: Fararavan Publication; 2011, [Persian].
15. Siadatian SH, Abedi A, Sadeghian A. Effect of Play Therapy on Improving Auditory Attention in Students Suffering from Dysgraphia: A Single-Subject Study.
16. Harland P, Reijneveld SA, Brugman E, Verloove-Vanhorick SP, Verhulst FC. Family factors and life events as risk factors for behavioural and emotional problems in children. *European Child & Adolescent Psychiatry*. 2002 Aug 84-176:(4)11 ;1.
17. Costello EJ, Burns BJ, Angold A, Leaf PJ. How can epidemiology improve mental health services for children and adolescents? *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 1993 Nov 17-1106:(6)32 ;1.
18. Ganji M, Zahed-Babolan A, Moenikia M. Meta-analysis of studies carried out regarding the role of teaching models in students' academic achievement. *School Psychology*. ;2012 107-93 :(1)1. [Persian].
19. Arthur AR. The emotional lives of people with learning disability. *British Journal of Learning Disabilities*. 2003 Mar ;1 30-25:(1)31.
20. McGive DE. Child-centered group play therapy. Dissertation abstract International. 9-6:30 ;2000.
21. Baggerly J, Parker M. Child-Centered Group Play Therapy with African American Boys at the Elementary School Level. *Journal of Counseling & Development*. 96-387 :(4)83;1 ,2005.
22. Somayeh Taklavi. Training mothers in play therapy and its effects on the behavior problems of learning disabled children. *Journal of Learning Disabilities*. 59-44 :(1)1 ,2013. [Persian].
23. Play Therapy: Engaging & Powerful Techniques for the Treatment of Childhood Disorders: Clair Mellenthin: 9781683731122: Amazon.com: Books [Internet]. [cited 2018 Mar 17]. Available from: <https://www.amazon.com/Play-Therapy-Techniques-Treatment-Childhood/dp/1683731123>
24. Jarareh J, Mohammadi A, Nader M, Moosavian SA. The impact of group play therapy on creativity and control of aggression in preschool children. *Cogent Psychology*. 2016 Dec 1264655:(1)3;31. [Persian].
25. Baggerly J, Parker M. Child-Centered Group Play Therapy With African American Boys at the Elementary School Level. *Journal of Counseling & Development*. 2005 Oct 96-387:(4)83;1.
26. Najmeh Dehghan, Salar Farmarzi, Mohammad-Ali Nadi, Mozghan Arefi. Investigating the Effectiveness of Educational Package of Cognitive Plays on Performance of Neuropsychological Skills of Dyslexic Students. *Neuropsychology*, 32-9 :(9)3 ,2017. [Persian].
27. Malek M, hasanzade R, Tirgari A. Effectiveness of group play

- therapy and cognitive behavioral techniques in reducing behavioral problems in children with reading disorder. *Journal of Learning Disabilities*. 153-140 :(4)2 :2013. [Persian].
- 28.Landreth GL, Ray DC, Bratton SC. Play therapy in elementary schools. *Psychology in the Schools*. 2009 Mar 9-281:(3)46;1
- 29.Abdil A, Karami M, Hatami J. The effect of improving visual memory through play therapy on reducing spelling errors in students with dysgraphia. *Journal of Research in Rehabilitation Sciences* 11-6 :8 ;2012. [Persian]
- 30.Rashidi-Zafar M, Janbozorgi M, Shaghaghi F. Positive social behavior efficacy of play therapy on progress of pre-school children>s. *Journal of Behavioral Sciences* 77-69 :6 ;2012. [Persian].
- 31.Wethington HR, Hahn RA, Fuqua-Whitley DS, Sipe TA, Crosby AE, Johnson RL, et al. The effectiveness of interventions to reduce psychological harm from traumatic events among children and adolescents: a systematic review. *Am J Prev Med*. 2008 Sep; 313-287:(3)35.
- 32.Zeini M, Balouchi Anaraki M, Rezaei S, MollaJafari A. The Effectiveness of play therapy on neuropsychological problems of students with spelling learning learning disability. *MEJDS*. 2016 April 20-15 :6 ;20. [Persian].