

## اثربخشی بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شیر بر سرزندگی و بازیگوشی کودکان آهسته‌گام

سوگند قاسم‌زاده<sup>۱</sup>

نیره نقدی<sup>۲</sup>

### چکیده

**هدف:** پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شیر بر سرزندگی و بازیگوشی کودکان آهسته‌گام انجام شده است. **روش:** جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان آهسته‌گام ۶ تا ۸ ساله در شهر اصفهان که در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ مشغول به تحصیل بودند. نمونه پژوهش، شامل ۳۰ دانش‌آموز آهسته‌گام بودند که به صورت در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) تقسیم شدند. ابزار پژوهش، مقیاس سرزندگی و مقیاس بازیگوشی کودکان بود. به گروه آزمایش در ۲۴ جلسه یک‌ساعته، بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شیر آموزش داده شد و گروه کنترل تحت هیچ‌گونه آموزشی قرار نگرفت. برای تحلیل داده‌های پژوهش از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۱ و آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شیر بر سرزندگی ( $P=0/001$ ) و نیز مؤلفه‌های بازیگوشی از قبیل انگیزش فیزیکی ( $P=0/001$ )، انگیزش اجتماعی ( $P=0/001$ )، انگیزش شناختی ( $P=0/001$ )، شادی آشکار ( $P=0/001$ ) و حس شوخ‌طبعی ( $P=0/001$ ) در کودکان آهسته‌گام تأثیر دارد. **نتیجه‌گیری:** با توجه به این نتایج، می‌توان این‌گونه قضاوت کرد که بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شیر روش مناسبی جهت بهبود سرزندگی و بازیگوشی در کودکان آهسته‌گام است و می‌توان از آن در مراکز آموزشی و توان‌بخشی بهره برد.

**کلیدواژه‌ها:** بازیگوشی، بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شیر، کودکان آهسته‌گام، سرزندگی

### مقدمه

یکی از مسائلی که امروزه در حوزه کودکان آهسته‌گام توجه زیادی را به خود جلب کرده است، بحث بهزیستی ذهنی<sup>۵</sup> و سرزندگی<sup>۶</sup> است. سرزندگی به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های بهزیستی ذهنی در بسیاری از نظام‌های پژوهشی مطرح است. احساس سرزندگی نوعی تجربه خاص روان‌شناختی است که در این تجربه افراد در خود احساس شادمانی می‌کنند (رایان و فردریک<sup>۷</sup>، ۱۹۹۷). پژوهشگران بر این باورند که وقتی فردی کاری را به‌طور خودجوش انجام می‌دهد نه تنها احساس خستگی و ناامیدی به او دست نمی‌دهد، بلکه احساس می‌کند انرژی و نیروی او افزایش یافته است. به‌طور کلی حس درونی سرزندگی شاخص معنی‌دار سلامت ذهنی است (دویجن، وان‌روزنتیال، شاتز، اسمالنبروک، داهمن<sup>۸</sup>، ۲۰۱۱؛ سولبرگ، هاپکینز، آماندسن و

کودکان آهسته‌گام، گروهی از کودکان هستند که به علت علائمی مانند مهارت‌های شناختی و رفتارهای سازگارانه ضعیف در طبقه اختلالات عصبی رشدی قرار دارند و متخصصان معتقدند که میزان شیوع آن حدود ۱ درصد از جمعیت است (انجمن روان‌پزشکان آمریکا<sup>۳</sup>، ۲۰۱۳). کودکان آهسته‌گام با توجه به محدودیت‌های ویژه آن‌ها، نسبت به کودکان عادی، رفتارهای سازش‌نا یافته بیشتری از خود بروز می‌دهند، آنان به سبب محدودیت‌های گوناگون که غالباً از محدودیت‌های شناختی و انطباقی آن‌ها ناشی می‌شود، با شکست‌های متعددی روبه‌رو می‌شوند و پیامد همه این‌ها کاهش سلامت روان و کیفیت زندگی در آن‌هاست (امرسون، اینفیلد و استنکلیف<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰؛ راد و مقدم، ۲۰۱۴).

<sup>۱</sup> استادیار گروه روان‌شناسی کودکان استثنایی، دانشگاه تهران (نویسنده مسئول، s.ghasemzadeh@ut.ac.ir)

<sup>۲</sup> کارشناسی ارشد روان‌شناسی کودکان استثنایی، دانشگاه تهران.

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۲/۱۱ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۶/۳/۱۷

<sup>۳</sup>. American Psychiatric Association'

<sup>۴</sup>.Emerson, Einfeld & Stancliffe

<sup>۵</sup>.Subjective Well-being

<sup>۶</sup>.Vitality

<sup>۷</sup>.Ryan & Frederick

<sup>۸</sup>. Duijn, von Rosenstiel, Schats, Smallembroek & Dahmen

مهم‌ترین روش این است که اکثر فعالیت‌ها به صورت بازی‌های غیر ساختاری انجام می‌شود، به نحوی که کودک احساس می‌کند فقط در حال بازی کردن است، اما درمانگر در حال آموزش به کودک و تقویت مهارت‌های او است. این کار باعث شد که کودک احساس خستگی نکند و علاقه‌مند به ادامه فعالیت باشد (شر، ۲۰۱۳).

هرچند پژوهش کاملاً مشابه در توجه به نقش بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه‌ها بر سرزندگی و بازیگوشی کودکان آهسته‌گام وجود ندارد، اما برخی از پژوهش‌ها اثربخشی دیگر تکنیک‌های بازی‌درمانی را بر روی این کودکان، یا بر روی دیگر کودکان دارای مشکلات روان‌شناختی مورد بررسی قرار دادند. برای مثال، عبدخدایی و صادقی (۱۳۹۰) نشان دادند که استفاده از بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر رویکرد شناختی رفتاری، به میزان قابل توجهی، میزان اضطراب جدایی در کودکان پیش‌دستانی را کاهش می‌دهد. همچنین راد و فتاحی (۲۰۱۴) نشان دادند که بازی‌ها و فعالیت‌های مدرسه‌ای، خشم کودکان آهسته‌گام را کاهش می‌دهد. حمیدیان، رضائیان و حقیقت (۱۳۹۱) نیز با بررسی کاربرد بازی‌های بومی و محلی ایرانی نشان دادند که این بازی‌ها موجب بهبود مهارت‌های دیداری-حرکتی کودکان آهسته‌گام می‌شود. با توجه به مطالب گفته شده و با عنایت به این که توجه به سرزندگی و بازیگوشی کودکان آهسته‌گام، نقش مهمی در رشد و تحول مهارت‌های بعدی آن‌ها دارد و زمینه را فراهم می‌کند تا انرژی کودکان در جهت برخورد با مشکلات و نیز بالندگی آن‌ها هدایت شود و تجاربی بسیار غنی برای آن‌ها فراهم شود. بر این اساس، پژوهش حاضر در صدد است تا به بررسی تأثیر بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه‌ها بر سرزندگی و بازیگوشی کودکان آهسته‌گام بپردازد.

### روش

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی (با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل) است که طی آن اثربخشی بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه‌ها بر سرزندگی و بازیگوشی کودکان آهسته‌گام ارزیابی و بررسی قرار گرفت. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش‌آموزان آهسته‌گام ۶ تا ۸ ساله در شهر اصفهان که در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ مشغول به تحصیل بودند. نمونه پژوهش، شامل ۳۰ دانش‌آموز آهسته‌گام پسر بودند که به صورت در دسترس

هالواری<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲). اهمیت توجه به این مسئله تا حدی است که امروزه در مورد بهزیستی ذهنی شاخص‌های ملی تهیه می‌شود و آن قدر این مسئله اهمیت دارد که هر کشور یک شاخص ملی بهزیستی ذهنی را برای جامعه خود تدوین کرده است (مایرز<sup>۲</sup>، ۲۰۰۰؛ خلخالی و گلستانی، ۲۰۱۱).

دیگر سازه مهم در سلامت روان، بازیگوشی<sup>۳</sup> می‌باشد که از جمله سازه‌های روان‌شناختی است که اخیراً در حوزه‌های روان‌شناسی مثبت مطرح شده است. بازیگوشی یعنی تمایل به ساخت یا بازسازی یک موقعیت به گونه‌ای که فرد موجبات سرگرمی، شوخی و تفریح خود و احتمالاً دیگران را فراهم آورد (پرویر و راج<sup>۴</sup>، ۲۰۱۱). همچنین تمایل برای مشارکت و تمایل در فعالیت‌های شیطنت‌آمیز نیز است (بارنت<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷). علاوه بر این، بازیگوشی به عنوان انگیزش فیزیکی<sup>۶</sup>، انگیزش اجتماعی<sup>۷</sup>، انگیزش شناختی<sup>۸</sup> و نیز نشان دادن شادمانی<sup>۹</sup> و حس شوخ‌طبعی<sup>۱۰</sup> تعریف کرده‌اند (پرویر و جهل<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۳). مطالعه بر روی بازیگوشی روان‌شناختی به نظر مفید می‌رسد زیرا دلایل نظری و عملی وجود دارد دال بر این که توصیف‌کننده‌ی روابط آن با متغیرهای مثبتی مانند کیفیت زندگی و رفتارهای مثبت (پرویر، ۲۰۱۱)، عملکرد تحصیلی (پرویر، ۲۰۱۲) و مهارت مقابله با استرس (مگنوسان<sup>۱۲</sup> و بارنت، ۲۰۱۳) است. انسان‌های بازیگوش معمولاً افرادی سرزنده، پرانرژی، فعال، کنجکاو، ماجراجو، اجتماعی، برون‌گرا و شاد هستند. آن‌ها رفتار بازیگوشانه را از طریق شوخی کردن، دست انداختن و رفتار شیطنت‌آمیز انجام می‌دهند (پرویر و راج<sup>۱۳</sup>، ۲۰۱۱). با توجه به اهمیت بسیار بالای سرزندگی و بازیگوشی در بهزیستی روان‌شناختی و با استناد به پژوهش‌های صورت گرفته در حوزه سلامت روان دانش‌آموزان آهسته‌گام که حاکی از پایین بودن مؤلفه‌های سلامت روان در این گروه می‌باشد (امرسون و هاتون<sup>۱۴</sup>، ۲۰۰۷؛ امرسون و استنکلیف<sup>۱۵</sup>، ۲۰۱۳)، به نظر انتخاب سرزندگی و بازیگوشی به عنوان اهداف درمانی<sup>۱۶</sup> ضروری به نظر می‌رسد.

در این میان، از جمله برنامه‌ها و طرح‌های مؤثر که در سال‌های اخیر طراحی و تدوین شده است، می‌توان به بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه‌ها<sup>۱۷</sup> اشاره کرد (شر، ۲۰۱۳). این رویکرد که مبتنی بر علائق کودکان طراحی شده است، با استفاده از بازی‌ها و فعالیت‌های ساده و روزمره، بهره‌گیری از تقلید، مواد ساده و کاوش در محیط، به توانمندی کودکان کمک می‌کند (شر، ۲۰۰۹). ویژگی

10. Sense of humor

11. Jehle

12. Magnuson

13. Proyer & Ruch

14. Hatton

15. Brigham

16. Target behavior

17. Sher

1. Solberg, Hopkins, Ommundsen & Halvari

2. Myers

3. Playfulness

4. Proyer & Ruch

5. Barnett

6. Physical spontaneity

7. Social spontaneity

8. Cognitives spontaneity

9. Manifest joy

لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. این مقیاس دارای ۵ خرده مقیاس است: انگیزتگی فیزیکی، انگیزتگی اجتماعی، انگیزتگی شناختی، شادی آشکار و حس شوخ‌طبعی. از جمله سؤالات این مقیاس می‌توان به این موارد اشاره کرد: (۱) در طول بازی، کودک از نظر جسمانی فعال است) و (۱۶) کودک شور و شوق خود را در طول بازی نشان می‌دهد. بارنت در پژوهش خود نشان داد که مقیاس از روایی و پایایی مناسبی برخوردار است (۲۴). همسانی مقیاس به شیوه‌ی آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برای ۵ خرده مقیاس به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۲، ۰/۷۹، ۰/۸۹ و ۰/۸۱ و برای کل مقیاس برابر با ۰/۹۰ برآورد شد.

برای اجرای پژوهش، ابتدا والدین فرم‌های رضایت آگاهانه شرکت در پژوهش را تکمیل کردند، سپس پیش‌آزمون برای دو گروه آزمایش و کنترل اجرا شد. سپس به گروه آزمایش در ۲۴ جلسه یک ساعته، بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شر آموزش داده شد و گروه کنترل تحت هیچ‌گونه آموزشی قرار نگرفت. برای اجرای جلسات، از راهنمای بازی‌ها و فعالیت‌های شر برای کودکان (۱۷-۱۸) استفاده شد. شرح جلسات آموزشی در جدول ۱ ارائه شده است.

انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) تقسیم شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل عدم ابتلا به اختلالات و مشکلات همراه علاوه بر آهسته گامی بود. معیارهای خروج نیز شامل (۱) عدم رضایت خانواده به شرکت در پژوهش و (۲) کامل نکردن دوره آموزشی و درمانی به‌طور کامل بود. لازم به ذکر است که معیارهای ورود و خروج توسط کارشناسی ارشد روان‌شناسی کودکان استثنایی مورد بررسی قرار گرفت. برای جمع‌آوری اطلاعات از ابزارهای زیر استفاده شده است.

۱- مقیاس سرزندگی<sup>۱</sup>: این مقیاس در سال ۱۹۹۷ توسط رایان و فردریک<sup>۲</sup> و به‌منظور ارزیابی نشاط و سرزندگی طراحی شده است. این مقیاس دارای ۷ سؤال است که در طیف لیکرت ۷ درجه‌ای پاسخ داده می‌شود. نمره بالا در این مقیاس بیانگر سرزنده بودن فرد می‌باشد. حداقل نمره این مقیاس ۷ و حداکثر آن ۴۹ می‌باشد (رایان و فردریک، ۱۹۹۷). در ایران، همسانی درونی این مقیاس به شیوه آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۹ برآورد شده است (کشاورز، مولوی و کلانتری، ۱۳۸۷). در این پژوهش نیز ضریب همسانی درونی مقیاس به شیوه آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۳ برآورد شد.

۲- مقیاس بازیگوشی کودکان<sup>۳</sup>: این مقیاس در سال ۱۹۹۰ توسط بارنت<sup>۴</sup> طراحی شده است. این مقیاس دارای ۲۳ سؤال و طیف

### جدول ۱. شرح جلسات بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شر

جلسه	بازی	هدف
۱ و ۲	پتو سواری	آگاهی از وضعیت دیگران، افزایش قدرت تعادل، تحریک حس عمقی، آگاهی از علت و معلول.
۳ و ۴	عبور از تونل پاها	درک آغاز و پایان، تنظیم بدن هر فرد با فضا و اندازه‌های مختلف، رعایت نوبت و تجربه‌ی قرار گرفتن پشت سرهم، تحریک حس عمقی.
۵ و ۶	جهش از کفش	تحمل بودن در مرکز توجه، تنظیم حرکت برای پرتاب، پرش در ارتفاع و مسافت، تقویت اعتمادبه‌نفس
۷ و ۸	اسم بازی	آگاهی از نام دیگران، تحریک حس عمقی، نگهداری توجه
۹ و ۱۰	عبور از مانع	انعطاف‌پذیری، برنامه‌ریزی حرکتی، حفظ تعادل، تغییر حالت
۱۱ و ۱۲	حباب بازی	کنترل نفس، همکاری در گروه، تحریک حس بینایی
۱۳ و ۱۴	کشیدن چهره	آگاهی از احساسات، مهارت‌های حرکتی؛ خواندن حالات صورت
۱۵ و ۱۶	دمیدن پر	هماهنگی چشم و دست، کنترل نفس، پرورش حس عمقی و حس دهلیزی،
۱۷ و ۱۸	ضربه به سکه	بازی گروهی با دیگران، تمرکز دیداری، هماهنگی چشم و دست، کنترل حرکت‌های ظریف.
۱۹ و ۲۰	ایجاد صدا	تقویت گوش کردن، ریتم، بازی گروهی و علت‌شناسی صداها.
۲۱ و ۲۲	ماه‌گیری	توجه؛ تمرکز، هماهنگی چشم و دست، برنامه‌ریزی حرکتی.
۲۳ و ۲۴	آب‌بازی و ایجاد صدای چلپ-چلوپ	بازی‌های گروهی، تقلید حرکتی، دنبال کردن ریتم و آهنگ، پردازش شنیداری.

<sup>3</sup> Children's Playfulness Scale

<sup>4</sup> Barnett

<sup>1</sup> vitality scale

<sup>2</sup> Ryan and Frederick

پژوهش از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۱ و تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد.

### یافته‌ها

شاخص‌های توصیفی دو گروه آزمایش و کنترل در جدول ۲ ارائه شده است.

پس از اخذ مجوزهای موردنیاز برای انجام پژوهش و هماهنگی با مسئولان، رضایت‌نامه آگاهانه کتبی و شفاهی از خانواده‌های شرکت‌کننده در این پژوهش دریافت و به آنان اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه بوده و انجام پژوهش هیچ‌گونه ضرر و زیان را متوجه خانواده و یا فرزند آن‌ها نخواهد کرد. برای تحلیل داده‌های

### جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد دو گروه آزمایش و کنترل در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیر	گروه	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
سرزندگی	آزمایش	۱۶/۰۰	۲۰/۳۳
	کنترل	۱۶/۵۳	۲۰/۴۲
انگیزختگی فیزیکی	آزمایش	۶/۳۳	۱۰/۵۳
	کنترل	۵/۹۳	۶/۵۳
انگیزختگی اجتماعی	آزمایش	۸/۰۶	۱۲/۱۳
	کنترل	۸/۲۶	۷/۹۳
انگیزختگی شناختی	آزمایش	۷/۶۶	۱۲/۷۳
	کنترل	۸/۲۶	۷/۷۳
شادی آشکار	آزمایش	۶/۲۶	۱۲/۹۳
	کنترل	۶/۸۶	۷/۲۶
حس شوخ‌طبعی	آزمایش	۹/۶۰	۱۳/۸۰
	کنترل	۹/۴۶	۱۰/۵۳

توزیع داده‌ها در این دو متغیر است. بررسی آزمون لوین نشان داد که در هیچ‌یک از متغیرها از این مفروضه تخطی صورت نگرفته است و فرض همگنی واریانس‌ها رعایت شده است. با بررسی آزمون MBOX مشخص شد مفروضه همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس رعایت شده است ( $F=1/27, P=0/179$ ). بدین ترتیب، استفاده از آزمون‌های پار متریک برای تحلیل داده‌های پژوهش، بلامانع است. نتایج کلی تحلیل کوواریانس چندمتغیره در جدول شماره ۳ ارائه شده است.

با توجه به جدول ۲، میانگین نمره‌های گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون، در متغیرهای وابسته، بر گروه کنترل برتری دارد. به‌منظور بررسی معنی‌داری تغییرات، با توجه به اینکه در هر متغیر نمرات پس‌آزمون متغیرهای وابسته بودند و به‌منظور کنترل اثر پیش‌آزمون (به‌عنوان متغیر همگام و کنترل) بر نمرات پس‌آزمون، ابتدا مفروضه‌های آزمون کوواریانس بررسی شد. نتایج حاصل از آزمون کلموگراف اسمیرنوف، بیانگر آن بود که سطح معنی‌داری متغیرهای سرزندگی، انگیزختگی فیزیکی، انگیزختگی اجتماعی، انگیزختگی شناختی، شادی آشکار و حس شوخ‌طبعی در گروه آزمایش و کنترل، از ۰/۰۵ بیشتر بود که این امر بیانگر نرمال بودن

### جدول شماره ۳. نتایج کلی تحلیل کوواریانس چندمتغیره

نوع آزمون	مقدار	فرضیه df	خطا df	F	P
لامبدای ویلکز	۰/۰۸	۶	۱۷	۲۹/۷۰	۰/۰۰۱

تفاوت، از آزمون آماری مانکوا استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره ۴، آمده است.

با توجه به نتایج آزمون لامبدای ویلکز تحلیل که در جدول شماره ۳، ارائه شده است، گروه آزمایش و کنترل حداقل در یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنی‌داری دارند. به‌منظور پی بردن به این

## جدول ۴. نتایج تفکیکی تحلیل کوواریانس چندمتغیره

منابع تغییر	متغیرهای وابسته	SS	df	MS	F	P	$\eta^2$
پیش‌آزمون	سرزندگی	۶۴/۸۵	۱	۶۴/۸۵	۱۸/۰۶	۰/۰۰۱	۰/۴۵
	انگیزش فیزیکی	۰/۷۲	۱	۰/۷۲	۰/۲۲	۰/۶۴۱	۰/۰۱
	انگیزش اجتماعی	۵/۱۶	۱	۵/۱۶	۱/۷۲	۰/۲۰	۰/۰۷
	انگیزش شناختی	۴/۵۵	۱	۴/۵۵	۲/۲۲	۰/۱۵۰	۰/۰۹
	شادی آشکار	۲۰/۴۱	۱	۲۰/۴۱	۷/۶۳	۰/۰۱	۰/۲۵
عضویت گروهی	حس شوخ‌طبعی	۰/۴۳	۱	۰/۴۳	۰/۰۶	۰/۸۰۸	۰/۰۳
	سرزندگی	۹۰/۹۲	۱	۹۲/۹۰	۲۵/۳۲	۰/۰۰۱	۰/۵۳
	انگیزش فیزیکی	۸۶/۸۳	۱	۸۶/۸۳	۲۶/۷۰	۰/۰۰۱	۰/۵۴
	انگیزش اجتماعی	۱۱۰/۰۴	۱	۱۱۰/۰۴	۳۶/۸۷	۰/۰۰۱	۰/۶۲
	انگیزش شناختی	۱۷۷/۲۰	۱	۱۷۷/۲۰	۸۶/۵۹	۰/۰۰۱	۰/۷۹
	شادی آشکار	۲۳۰/۱۳	۱	۲۳۰/۱۳	۸۶/۰۷	۰/۰۰۱	۰/۷۹
	حس شوخ‌طبعی	۹۷/۳۲	۱	۹۷/۳۲	۱۳/۵۴	۰/۰۰۱	۰/۳۸

احمدنژاد، ۱۳۹۶؛ محکی، شریفی و محکی، ۱۳۹۵؛ فاضل، همایون نیا، محمدزاده، ۱۳۹۴؛ راد و فتحی، ۲۰۱۴؛ ماژوک، تاچمن و هوسر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴؛ جفری و دیون<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲؛ جیندال-اسناپ و ویترنو<sup>۳</sup>، ۲۰۰۷؛ وان و رای<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴ و استاگیتی، اوکانر و شپارد<sup>۵</sup>، ۲۰۱۲) همسو است.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان اظهار داشت که کودک تجارب خود را از طریق گوناگون به‌ویژه بازی‌ها در طی دوران رشد به دست می‌آورد؛ بنابراین، اگر بتوان به غنی‌سازی محیط و بسترسازی برای بازی‌های گروهی و حرکتی (مانند بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شری) اقدام نمود احتمالاً به رشد و بهبود کارکردهای اجرایی و توجه کودکان کمک خواهد شد. توجه و کارکردهای اجرایی در متون روان‌شناسی به‌عنوان پیش‌نیاز یادگیری در کودکان در دوره‌ی دبستان یاد می‌شود؛ لذا این مداخله به دلیل فعالیت‌های منظم و ریتمیک آن که همراه با شادی به‌صورت گروهی اجرا می‌شود علی‌رغم اثرات آن بر سلامت جسمانی و شادی کودکان باعث توجه شنوایی، توجه دیداری و حافظه‌ی فعال و در کل، کارکردهای اجرایی می‌شود؛ زیرا تمام کارکردهای جسمانی، حرکتی، توجه، حافظه، هماهنگی اعضای بدن و دیگر عملکردهای شناختی درگیر می‌شوند (عابدی، کاظمی و شوشتری، ۱۳۹۳)؛ و به دنبال آن، زمینه را برای بهبود سرزندگی و بازیگوشی کودکان فراهم می‌کند.

همان‌طور که نتایج جدول شماره ۴ نشان می‌دهد، با در نظر گرفتن نمرات پیش‌آزمون به‌عنوان متغیرهای همپراش، تفاوت بین سرزندگی ( $P=0/001$ )، انگیزش فیزیکی ( $P=0/001$ )، انگیزش اجتماعی ( $P=0/001$ )، انگیزش شناختی ( $P=0/001$ )، شادی آشکار ( $P=0/001$ ) و حس شوخ‌طبعی ( $P=0/001$ ) در دو گروه آزمایش و کنترل معنی‌دار است؛ بنابراین می‌توان این‌گونه قضاوت کرد که بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شری بر سرزندگی، انگیزش فیزیکی، انگیزش اجتماعی، انگیزش شناختی، شادی آشکار و حس شوخ‌طبعی کودکان آهسته‌گام تأثیر دارد. با توجه به مجذور اتا، می‌توان گفت در متغیرهای سرزندگی، انگیزش فیزیکی، انگیزش اجتماعی، انگیزش شناختی، شادی آشکار و حس شوخ‌طبعی به ترتیب ۵۳، ۵۴، ۶۲، ۷۹ و ۳۸ درصد از این تغییرات ناشی از مداخله است.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تأثیر بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شری بر سرزندگی و بازیگوشی کودکان آهسته‌گام انجام گرفت. یافته‌های حاصل از تجزیه و تحلیل کوواریانس بیانگر آن بود که بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه شری موجب بهبود سرزندگی و بازیگوشی در کودکان آهسته‌گام می‌شود. این یافته‌ها به‌طور غیرمستقیم با یافته‌های پژوهش‌های قبلی (افروز، امرایی، تقی زاده، یزدانی ورزنه، ۱۳۸۸؛ عبدخدایی و صادقی، ۱۳۹۱؛ حمیدیان، رضائیان و حقیقت، ۱۳۹۱؛ یلفانی، جلالی، غلامی بروجنی و

<sup>4</sup> Swan & Ray

<sup>5</sup> Stagnitti, O'connor & Sheppard

<sup>1</sup> Majorek, Tüchelmann & Heusser

<sup>2</sup> Jeffrey & Dione

<sup>3</sup> Jindal-Snape & Vettraina

### تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از مسئولین دبستان استثنایی پسرانه شهید حمید بهشتی و کلیه مربیان و معلمان که ما را در اجرای بهتر این پژوهش یاری کردند، قدردانی می‌کنیم.

### منابع

افروز، غلامعلی؛ امربی، کورش؛ تقی‌زاده، محمد احسان؛ یزدانی ورنه، محمدجواد. (۱۳۸۸). اثربخشی تمرینات جسمانی بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان آهسته‌گام، نشریه رشد و یادگیری حرکتی، ۳(۴): ۳۷-۴۰.

حمیدیان جهرمی، نادر؛ رضائیان، فیروز؛ حقیقت، شهربانو. (۱۳۹۱). تأثیر بازی‌های بومی محلی بر رشد ادراک بصری- حرکتی دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی آمادگی و سال اول ابتدایی شهر شیراز، تعلیم و تربیت استثنایی، ۱۱۱، ۳۷-۲۹.

عابدی، احمد؛ کاظمی، فرشته؛ شوشتری، مژگان. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش حرکات ورزش ایروبیکی بر بهبود کارکردهای اجرایی و توجه کودکان با ناتوانی‌های یادگیری عصب- روان‌شناختی، فصل‌نامه ناتوانی‌های یادگیری، ۲(۱۳): ۳۸-۵۴.

عبدخدایی، محمدسعید؛ صادقی، اردوبادی آفرین. (۱۳۹۰). بررسی میزان اضطراب جدایی کودکان و اثربخشی بازی‌درمانی با رویکرد رفتار- شناختی بر کاهش آن، روانشناسی بالینی، ۳(۴): ۵۱-۵۸.

فاضل، جمال؛ همایون‌نیا، مرتضی؛ محمدزاده، محمدرضا. (۱۳۹۴). تأثیر بازی‌های دبستانی بر رشد اجتماعی کودکان کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر. آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، ۳(۳): ۲۶۶-۲۷۶.

کشاورز، امیر؛ مولوی، حسین؛ کلانتری، مهرداد. (۱۳۸۷). رابطه بین سرزندگی و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی با شادکامی در مردم شهر اصفهان، مطالعات روان‌شناختی، ۴(۴): ۴۵-۶۴.

محکی، فرهاد؛ شریفی‌جندانی، حمیدرضا؛ محکی، وحید. (۱۳۹۵). اثربخشی بازی‌درمانی بر بهبود مهارت‌های زندگی کودکان کم‌توان ذهنی. تعلیم و تربیت استثنایی، ۲(۱۳۹): ۲۳-۲۹.

یلفانی، علی، جلالی، نرگس، غلامی بروجنی، بهنام، احمدنژاد، لیلا. (۱۳۹۶). تأثیر هشت هفته بازی‌درمانی بر تعادل کودکان ۱۰ تا ۱۲ ساله کم‌توان ذهنی، فصلنامه علوم پیراپزشکی و توان‌بخشی، ۱(۱): ۶۵-۷۳.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub.

Barnett LA. (2007). The nature of playfulness in young adults. *Personality and individual differences*. 43(4):949-58.

Duijn M, von Rosenstiel I, Schats W, Smallenbroek C, Dahmen R. (2011). Vitality and health: A

در تبیین دیگر می‌توان گفت که یکی از راه‌هایی که باعث می‌شود تا احتمال درگیر شدن کودک در بازی‌ها و فعالیت‌ها افزایش یابد، دادن حق انتخاب به کودک و توجه به عواملی است که کودک آن‌ها را ترجیح می‌دهد؛ بنابراین، بهتر است این کار را با اشیا و وسایلی انجام دهیم که برای کودک جذاب بوده و موردعلاقه او باشد (مثل استفاده از اسباب‌بازی‌های موردعلاقه او) و از سوی دیگر کارهایی که کودک ترجیح می‌دهد را انجام دهیم (برای مثال، حرف زدن با صدای بچه‌گانه و...). دادن حق انتخاب به کودک باعث می‌شود که دستیابی به هدف تسریع‌گردیده و کودک به‌طور خودانگیخته در تعامل با بزرگسال در طول بازی درگیر شود (شر، ۲۰۱۳) که این امر تأثیر بسیاری بر سرزندگی و بازیگوشی کودکان آهسته‌گام در این پژوهش داشته است.

تبیین دیگر به نقش تقویت‌کننده‌های طبیعی در بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه‌ها مربوط می‌شود. تقویت‌کننده‌های طبیعی به این معنی است که نتیجه‌ای که درنهایت برای کودک حاصل می‌شود (تقویت‌کننده) به‌طور طبیعی با رفتار هدف مرتبط باشد (شر، ۲۰۰۹). کودکان آهسته‌گام، فاقد انگیزش کافی برای پاسخ به محرک‌های محیطی، بخصوص درگیر شدن در تعامل و بازی با دیگران هستند؛ و در صورتی که تقویت‌کننده‌های طبیعی وجود داشته باشد، این امر موجب افزایش انگیزه کودک می‌شود و این کار باعث می‌شود تا در بازی‌ها و فعالیت‌ها درگیر شوند و تعامل بیشتر با همسالان خود داشته باشند و همه این موارد، زمینه را برای افزایش سرزندگی و بازی‌گوشی کودکان فراهم می‌کند.

با توجه به اینکه مشکلات سلامت روان، از ویژگی‌های کودکان آهسته‌گام به‌شمار می‌رود و بهبود سرزندگی و بازیگوشی، بهبودی در دیگر حیطه‌های رشدی را به همراه دارد، می‌توان پیشنهاد کرد که بهبود سرزندگی و بازیگوشی باید به‌عنوان یک هدف اصلی در مداخلات توان‌بخشی و آموزشی در کودکان آهسته‌گام تعیین شود. یافته‌های این پژوهش از آن جهت که توانست رویکرد جدیدی در زمینه آموزش به کودکان آهسته‌گام را عملی کند، حائز اهمیت است. به‌طورکلی، نتایج این پژوهش سبب می‌شود با شناسایی آسیب در زمینه سرزندگی و بازیگوشی، زمینه توجه به مداخلات آموزشی و توان‌بخشی زودهنگام فراهم شود.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به استفاده از پرسشنامه و مشکلات متعاقب آن، محدودیت سنی، مشکل روش نمونه‌گیری، تعداد محدود افراد گروه نمونه و ... اشاره کرد، بنابراین در تفسیر و تعمیم نتایج باید جوانب احتیاط را رعایت نمود. پیشنهاد می‌شود که در کنار سایر روش‌های آموزشی و توان‌بخشی کودکان آهسته‌گام، بازی‌ها و فعالیت‌های مبتنی بر پروژه‌ها نیز به‌کاربرده شود. همچنین می‌توان از یافته‌های این پژوهش در مراکز مشاوره و توان‌بخشی استفاده نمود.

- Being: Theory, Research and Practice* 1(1):1-10.
- Proyer RT. (2012). Being playful and smart? The relations of adult playfulness with psychometric and self-estimated intelligence and academic performance. *Learning and Individual Differences* 21(4):463-7.
- Proyer RT. (2012). Examining playfulness in adults: Testing its correlates with personality, positive psychological functioning, goal aspirations, and multi-methodically assessed ingenuity. *Psychological Test and Assessment Modeling* 54(2):103.
- Rad LS, Fathi F. (2014). The effect of school games on aggression in 10-14 year old intellectually disabled girls. *European Journal of Experimental Biology* 4(5):129-32.
- Rad LS, Moghadam MT. (2014). The effect of school games on quality of life: A case of intellectually disabled 10-14 year old girls. *European Journal of Experimental Biology* 4(5): 133-7.
- Ryan RM, Frederick C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of personality*, 65(3):529-65.
- Sher B. (2009). *Early Intervention Games: Fun, Joyful Ways to Develop Social and Motor Skills in Children with Autism Spectrum or Sensory Processing Disorders*. United States: John Wiley & Sons
- Sher B. (2013). *The Whole Spectrum of Social, Motor and Sensory Games: Using Every Child's Natural Love of Play to Enhance Key Skills and Promote Inclusion*. United States: John Wiley & Sons.
- Solberg PA, Hopkins WG, Ommundsen Y, Halvari H. (2012). Effects of three training types on vitality among older adults: A self-determination theory perspective. *Psychology of Sport and Exercise* 13(4):407-17.
- Stagnitti, K., O'connor, C., & Sheppard, L. (2012). Impact of the learn to play program on play, social competence and language for children aged 5-8 years who attend a specialist school. *Australian occupational therapy journal*, 59(4), 302-311.
- Swan, K. L., & Ray, D. C. (2014). Effects of child-centered play therapy on irritability and hyperactivity behaviors of children with intellectual disabilities. *The Journal of Humanistic Counseling*, 53(2), 120-133.
- lifestyle programme for employees. *European Journal of Integrative Medicine* 3(2): 97-101.
- Emerson E, Brigham P. (2013). Health behaviours and mental health status of parents with intellectual disabilities: cross sectional study. *Public Health* 127(12):1111-6.
- Emerson E, Einfeld S, Stancliffe RJ. (2010). The mental health of young children with intellectual disabilities or borderline intellectual functioning. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology* 45(5): 579-87.
- Emerson E, Hatton C. (2007). Mental health of children and adolescents with intellectual disabilities in Britain. *The British Journal of Psychiatry* 191(6):493-9.
- Hooman, HA. (2011). *Understanding the scientific method in behavioral science*, Tehran, research organizations and universities Compilation of Humanities Books.
- Jeffrey, M., Dione, M. H. (2012). The influence of environmental enrichment, cognitive enhancement, and physical exercise on brain development: Can we alter the developmental tragedy of ADHD? *Neuroscience & Behavioral Reviews*, 35(3), 621-634.
- Jindal-Snape, D., Vettraina, E. (2007). drama techniques for the enhancement of social-emotional development in people with special needs: Review of research. *International Journal of Special Education*, 22(1):107-17.
- Khalkhali V, Golestaneh SM. (2011). Examining the impact of teacher motivational style and competition result on students' subjective vitality and happiness in physical education. *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 15:2989-95.
- Magnuson CD, Barnett LA. (2013). The playful advantage: How playfulness enhances coping with stress. *Leisure Sciences* 35(2): 129-44.
- Majorek, M., Tüchelmann, T., & Heusser, P. (2004). Therapeutic Eurythmy—movement therapy for children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a pilot study. *Complementary therapies in nursing and midwifery*, 10(1), 46-53.
- Myers DG. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American psychologist*. 55(1): 56.
- Proyer RT, Jehle N. (2013). The basic components of adult playfulness and their relation with personality: The hierarchical factor structure of seventeen instruments. *Personality and Individual Differences* 55(7):811-6.
- Proyer RT, Ruch W. (2011). The virtuousness of adult playfulness: the relation of playfulness with strengths of character. *Psychology of Well-*

## 7

## The Study of Effectiveness of Games and Activities based on Sher's Project on Slow-paced Children's Vitality and Playfulness

Sogand Ghasemzadeh<sup>1</sup>  
Nayereh Naghdi<sup>2</sup>

### Abstract

**Aim:** The present study is aimed at investigating the effects of games and activities based on Sher's project on slow-paced children's vitality and playfulness. **Method:** The population of the study consisted of all 6-8 year old slow-paced children of Isfahan City in the academic year 2015-2016. The sample size of the study included 30 male slow-paced students selected as participants via the convenience sampling technique and then were divided into two (15 participant) experimental and control groups. The research instruments were the Vitality Scale and Children's Playfulness Scale (CPS). The experimental group was trained by 24 one-hour sessions of games and activities based on Sher's project, while the control group received no training. To analyze the data, SPSS-21 software and MANCOVA were employed. **Results:** The results indicated that games and activities based on Sher's project are effective on vitality ( $p=0.001$ ) and also components of playfulness such as physical spontaneity ( $p=0.001$ ), social spontaneity ( $p=0.001$ ), cognitive spontaneity ( $p=0.001$ ), manifest of joy ( $p=0.001$ ) and sense of humour ( $p=0.001$ ) of slow-paced children. **Conclusion:** With regard to these results, it can be inferred that games and activities based on Sher's project is an appropriate method for improving vitality and playfulness in slow-paced children and it can be used in educational and rehabilitation centers.

**Keywords:** *Slow-paced children, Vitality, Playfulness. Games and Activities based on Sher's Project*

---

<sup>1</sup> Assistant Professor of Psychology of Exceptional Children, University of Tehran.  
(Corresponding Author. Email: S.ghasemzadeh@ut.ac.ir)

<sup>2</sup> M.A. Psychology of Exceptional Children, University of Tehran, Tehran, Iran.