



## تأثیر شعر خوانی بر عزت نفس و تشکیل هویت کودکان پیش دبستان ( مطالعه موردی کودکان پیش دبستان پویا و کوشا شهرستان خرم بید )

طاهره یزدانی

مدیر پیش دبستان کوشا شهرستان خرم بید  
yazdani0054@gmail.com

### چکیده

با توجه به اهمیت شکل گیری شخصیت و هویت کودک در دوره پیش دبستان و همچنین نقش پررنگ هنر در تأمین نیازهای روان شناختی و کسب مهارت های اجتماعی این مقاله بر آن است تا اثر بخشی شعر خوانی بر عزت نفس و تشکیل هویت کودکان پیش دبستان بررسی کند ، بدین منظور ۴۰ کودک پیش دبستانی به عنوان جمعیت نمونه از بین ۶۰ کودک پیش دبستان پویا و کوشا شهرستان خرم بید با روش نمونه گیری تصادفی انتخاب گردیده و گروه آزمایش شعر خوانی در طول ۶ جلسه انجام شد . در این پژوهش از پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت استفاده شده است . یافته ها نشان می دهد برنامه ی مداخله ای ، اثر معناداری ( $p < 0/004$ ) بر عزت نفس و تشکیل هویت کودکان این رنج خاص سنی دارد . نتایج این مطالعه نشان می دهد که شعر خوانی بایستی به عنوان یکی از مهمترین برنامه های پیش دبستان ها مورد توجه قرار گیرد .

واژگان کلیدی: هویت بخشی، کودکان پیش دبستان ، شعر خوانی ، عزت نفس

## مقدمه

شعرخوانی برای کودکان در جهت افزایش هوش اجتماعی و رشد توانایی ارتباطی آن‌ها تاثیر بالایی دارد. مهارت‌های اجتماعی مجموعه رفتارهای فرا گرفته و قابل قبولی است که فرد را قادر می‌سازد با دیگران رابطه مؤثر داشته باشد و از عکس العمل‌های نامعقول اجتماعی نامعقول خودداری کند. همکاری، مشارکت با دیگران، کمک کردن، آغازگر برقراری رابطه، تقاضای کمک کردن، تعریف و تمجید از دیگران و تشکر و قدردانی کردن، مثالهایی از مهارت‌های اجتماعی به شمار می‌آیند (گرشام، ۱۹۸۲؛ گرشام و بیوت، ۱۹۸۷؛ بیوت و گرشام، ۱۹۹۳). از اینرو در سالهای اخیر توجه زیادی به آموزش مهارت‌های اجتماعی شده است، زیرا بررسی‌های متعدد نشان می‌دهد نارسایی در مهارت‌های اجتماعی تأثیر منفی بر عملکرد افراد گذاشته، به طرد کودکان و نوجوانان از گروه همسالان منجر شده و غالباً به بروز مشکلات سازگاری منجر می‌شود (پارکر و آشر، ۱۹۹۳).

کودکی مرحله گذر بین دوران شیرخوارگی و نوجوانی و از مراحل برانی است که در آن جهش‌های رشد و تغییرات فیزیولوژیکی تا رسیدن به مرحله بزرگسالی رخ می‌دهد. مسیری است که باید از آن گذشت تا به دوران پختگی رسید (رمضان زاده، ۲۰۱۵)، از آن جا که در این دوره ساختار شخصیتی و رفتاری انسان بنیان گذاشته می‌شود، این دوره را دورانی سرنوشت ساز و مثبت دانسته‌اند. اهمیت این دوران در شکل‌گیری شخصیت، تربیت پذیری و کسب علم تا آن جاست که به فرموده پیامبر گرامی اسلام (ص) فراگیری علم در کودکی هم چون نقشی است که بر سنگ حک شود (مفیدی و بتول، ۲۰۰۸). روانشناسان و صاحب نظران تعلیم و تربیت آن را غالباً به عنوان برجسته‌ترین مرحله در تکوین شخصیت انسان دانسته‌اند (رادبخش و همکاران، ۲۰۱۳)؛ و وجود تعارضات، اختلالات و نابسامانی‌های روانی در این سنین را از عوامل اساسی در بروز مشکلات در سراسر زندگی فرد میدانند. فروبل به اهمیت فرصت‌های آموزشی در اولین سال‌های پیش دبستان اشارات فراوانی داشت و معتقد بود که کودک در محیطی غنی و سرشار می‌تواند علایق خود را از طریق تجربه اندوزی و فعالیت شخصی رشد دهد.

عزت نفس از جمله مهمترین عوامل اثرگذار بر انگیزش پیشرفت و پیشرفت تحصیلی است که به عنوان یکی از مهمترین جنبه‌های شخصیت است ناشی از قضاوت‌هایی که فرد درباره ارزش خود و احساسات مرتبط با این قضاوت‌ها دارد. کانت و دیگران استدلال کرده‌اند عزت نفس آگاهی از ارزش مطلق شخصیت و کرامت خود فرد است که تحت تأثیر ابعاد متعدد زندگی از جمله موفقیت‌هایمان، دوستی‌هایمان، تحصیلات و حرفه امان می‌باشد. عزت نفس کودک وابسته به مهارت‌هایی است که کودک در ایجاد ارتباط با همسالان و بزرگسالان دارد. یک نیاز اساسی است که در فرآیندهای زندگی نقش مهم و به سزایی بر عهده دارد، زیرا به رشد سلامت و طبیعی بودن فرد کمک می‌کند. از این رو بدون عزت نفس مثبت، رشد روانشناختی فرد متوقف می‌شود. در حقیقت عزت نفس مثل یک سیستم ایمنی آگاهانه عمل نموده و مقاومت و ظرفیت لازم برای زندگی فرد را فراهم می‌آورد. از سوی دیگر عزت نفس پایین، انعطاف پذیری فرد را در مقابل مشکلات کاهش می‌دهد.

موفقیت دانش آموزان در مدرسه هدف اصلی هر نظام آموزشی است که می‌تواند بر زندگی حال و آینده کودکان و نوجوانان تأثیر سرنوشت سازی داشته باشد و عوامل بسیاری هم در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مؤثر می‌باشد. (زهره وند، ۲۰۱۰)

از جمله این فعالیت‌های هنری شعر کودک است، شعر کودک از ابزارهای مهم و مؤثر در تکوین شخصیت کودکان محسوب می‌شود و در شخصیت و جهان بینی کودک تأثیر زیادی دارد و در واقع سازنده آمال و آرمانهای وی و ابزاری قوی در انتقال مفاهیم و اطلاعات به اوست (میرزایی و همکاران، ۲۰۱۵)، به همین دلیل امروزه شعر و دیگر شکل‌های برانگیزاننده ادبیات را برای رسیدن به اهداف درمانی و رشد شخصیت به کار می‌گیرند (فرجی و همکاران، ۲۰۱۳). شعر هنری کلامی است و به لحاظ آنکه در قالبی زبان بیان می‌شود خیلی بیشتر از هنرهای دیگر با مخاطب پیوند برقرار می‌کند و در صورتی که برخوردار از زیبایی باشد می‌تواند فرد را به اقناع درونی برساند (سحبا، ۲۰۰۵). یکی از اهداف تکرار آهنگین اشعار ایجاد تغییر در شخص، دیگران و یا محیط اطراف می‌باشد (خدا بخشی و سبزیان، ۲۰۱۵). شعر گنجینه لغات کودکان را بالا می‌برد، آنها را با اشکال جملات و کلمات آشنا می‌سازد و باعث ایجاد بینش مثبت نسبت به زبان و زیبایی‌های آن می‌شود. هنر باعث بهبود جسمی روانی، خلاقیت، حل مساله، بهبود مهارت‌های روزمره و کیفیت زندگی می‌شود. در تحقیقی که خدا بخشی کولایی و همکاران انجام دادند نشان دادند

که شعر درمانی و حرکات ریتمیک در بهبود مشکلات رفتاری چون پرخاشگری و اضطراب در کودکان پیش دبستانی مؤثر است. (خدابخشی و سبزیان، ۲۰۱۵)

توجه به اهمیتی که عزت نفس در سلامت روانشناختی کودکان ایفا می‌کند و همچنین نقش پر رنگ هنر در تأمین نیازهای روانشناختی، این پژوهش با هدف بررسی شعر خوانی بر تشکیل هویت و کسب مهارت های اجتماعی کودکان پیش دبستانی به صورت موردی در پیش دبستان پویا و کوشا شهرستان خرم بید استان فارس انجام گردید.

(حجتی، ۱۳۹۵) در پژوهش خود اثر بخشی روش شعر خوانی بر عزت نفس کودکان را نشان داده است و بیان می‌کند که با توجه به اینکه این روش، روشی غیر دارویی، راحت و آسان است می‌توان به عنوان یک روش درمانی و توانبخشی در ارتقا بهداشت روان کودکان استفاده کرد. (پویا منش و همکاران ۲۰۱۵) نشان دادند که بازهای ریتمیک باعث کاهش پرخاشگری در کودکان می‌گردد. در تحقیق (قاسم تبار و همکاران ۱۳۹۱) نشان دادند که نمایش خلاق با افزایش تعامل اجتماعی کودکان پیش دبستانی باعث افزایش تحول اجتماعی کودکان می‌گردد. در مطالعه (کاتس ۲۰۱۳) با عنوان شعر کودکان یک روش شناختی آورده شده است شعر کودکان از طریق حفظ ریتم و لذت زبان بدن و تسهیل همسویی عاطفی و جسمی با دیگران وسیله بازی و مشارکت در زندگی اجتماعی می‌باشد که باعث کنترل محیط حسی و کاهش اضطراب در کودکان می‌گردد. فرضیه اصلی پژوهش به این صورت می‌باشد که شعر خوانی باعث تشکیل هویت و افزایش عزت نفس دانش آموزان پیش دبستان می‌شود.

### روش تحقیق

این تحقیق در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ در مرکز پیش دبستان پویا و کوشا شهرستان خرم بید از نوع پیش آزمون و پس آزمون با دو گروه مداخله و کنترل انجام شده است که جامعه آماری تحقیق ۶۰ نفر از کودکان این پیش دبستان می‌باشند که ۴۰ نفر به صورت تصادفی ساده با رعایت پیش شرط هایی از قبیل: داشتن بهره هوشی عادی، زندگی با والدین حقیقی خود، نداشتن مشکلات جسمی، نداشتن مشکلات روانی و معلولیت و معیار خروج نداشتن غیبت در جلسات انتخاب شدند.

در مرحله بعد نوآموزان به صورت تصادفی ساده به دو گروه ۲۰ نفره که گروه اول گروه کنترل و گروه دوم گروه مداخله می‌باشند تقسیم شدند. قبل از شروع مداخله در هر دو گروه مداخله و کنترل پرسشنامه استاندارد کوپر اسمیت از کودک تکمیل گردید. سپس در گروه مداخله کودکان بصورت گروهی طی ۶ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای به مدت ۴ هفته تحت متغیر مستقل شعرخوانی قرار گرفتند، جلسات بصورت گروهی و در گروه‌های ۵ نفره انجام گرفت. نوع شعرها به تأیید مربیان پیش دبستان رسید. پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت (SEI) شامل ۵۸ ماده است که احساسات، عقاید یا واکنشهای فرد را توصیف می‌کند که به صورت بلی و خیر به آن پاسخ داده می‌شود مواد هر یک از زیر مقیاسها عبارتند از: مقیاس عمومی ۲۶ ماده، مقیاس اجتماعی ۸ ماده، مقیاس خانوادگی ۸ ماده، مقیاس تحصیلی یا شغلی ۸ ماده و مقیاس دروغ ۸ ماده، نمرات زیر مقیاسها و هم چنین نمره کلی، امکان مشخص کردن زمینه‌ای را که در آن افراد واجد تصویر مثبتی از خود هستند، فراهم می‌سازد حداکثر نمره عزت نفس ۵۰ است نمره ۲۶ و کمتر عزت نفس ضعیف، نمره ۴۳-۲۷ عزت نفس متوسط و نمره ۴۴ و بالاتر عزت نفس قوی است. پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت از بهترین وسایل سنجش عزت نفس است که به صورت گسترده مورد استفاده قرار گرفته است. شرح برگزاری جلسات در [جدول ۱](#) آورده شده است. نمونه پرسشنامه در پیوست ۱ آمده است.

شعرها در هر جلسه ابتدا توسط پژوهشگر و بعد از یادگیری کودکان به صورت گروهی با مشارکت آنها خوانده شد و در پایان در مورد مضمون شعر از کودکان سؤال شد. در این مدت برای گروه کنترل مداخله‌ای صورت نگرفت بلافاصله پس از اتمام برنامه در گروه مداخله و همزمان با آن در گروه کنترل مجدداً پرسشنامه کوپر اسمیت توسط کمک پژوهشگر از طریق مصاحبه با کودک تکمیل گردید. جهت پر کردن پرسشنامه سؤالات با صدای بلند برای کودکان خوانده شد و به زبان قابل فهم برای آنها بیان گردید درنهایت جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های آماری تی زوج و تی مستقل و نرم افزار آماری SPSS استفاده گردید.



### یافته ها

میانگین سن نمونه های پژوهش ۵/۴۷ سال بود و از نظر جنسیت ۱۷ نفر پسر و ۲۳ نفر دختر بودند ، میانگین سن مادر ۳۱/۶۵ و سن پدر ۳۵/۸ سال بود و کودکان به طور میانگین فرزند ۱/۷ خانواده بودند و ۳۳ نفر از پدران شغل آزاد داشتند . به منظور مقایسه عزت نفس قبل و بعد مداخله در گروه مداخله و کنترل از آزمون آماری تی زوج استفاده گردید که یافته های بدست آمده در [جدول ۲](#) آورده شده است .  
جامعه آماری

| ردیف | جنسیت | سن | سن پدر | سن مادر | شغل پدر | فرزند چندم خانواده |
|------|-------|----|--------|---------|---------|--------------------|
| 1    | پسر   | 6  | 45     | 40      | کارمند  | 3                  |
| 2    | پسر   | 6  | 34     | 30      | آزاد    | 2                  |
| 3    | پسر   | 6  | 30     | 27      | آزاد    | 1                  |
| 4    | پسر   | 5  | 27     | 28      | آزاد    | 1                  |
| 5    | پسر   | 5  | 25     | 25      | کارمند  | 1                  |
| 6    | پسر   | 6  | 50     | 43      | آزاد    | 2                  |
| 7    | پسر   | 5  | 42     | 32      | معلم    | 2                  |
| 8    | پسر   | 5  | 41     | 37      | آزاد    | 2                  |
| 9    | پسر   | 5  | 32     | 25      | آزاد    | 1                  |
| 10   | پسر   | 6  | 28     | 22      | آزاد    | 1                  |
| 11   | پسر   | 6  | 36     | 25      | آزاد    | 2                  |
| 12   | پسر   | 5  | 34     | 28      | آزاد    | 2                  |
| 13   | پسر   | 5  | 35     | 31      | آزاد    | 2                  |
| 14   | پسر   | 6  | 28     | 23      | آزاد    | 1                  |
| 15   | پسر   | 5  | 40     | 33      | آزاد    | 2                  |
| 16   | پسر   | 6  | 40     | 37      | معلم    | 1                  |
| 17   | پسر   | 5  | 32     | 32      | آزاد    | 1                  |
| 18   | دختر  | 5  | 29     | 26      | آزاد    | 1                  |
| 19   | دختر  | 5  | 36     | 33      | کارمند  | 1                  |
| 20   | دختر  | 5  | 38     | 37      | آزاد    | 1                  |
| 21   | دختر  | 5  | 38     | 32      | آزاد    | 1                  |
| 22   | دختر  | 6  | 32     | 26      | آزاد    | 1                  |
| 23   | دختر  | 6  | 29     | 22      | آزاد    | 2                  |
| 24   | دختر  | 6  | 30     | 26      | آزاد    | 2                  |
| 25   | دختر  | 6  | 31     | 29      | آزاد    | 2                  |
| 26   | دختر  | 5  | 37     | 33      | آزاد    | 3                  |
| 27   | دختر  | 6  | 28     | 25      | آزاد    | 1                  |



|     |        |       |      |       |      |    |
|-----|--------|-------|------|-------|------|----|
| 3   | آزاد   | 39    | 41   | 5     | دختر | 28 |
| 2   | آزاد   | 45    | 46   | 6     | دختر | 29 |
| 2   | آزاد   | 38    | 39   | 5     | دختر | 30 |
| 1   | آزاد   | 28    | 34   | 6     | دختر | 31 |
| 3   | کارمند | 45    | 49   | 6     | دختر | 32 |
| 2   | آزاد   | 42    | 46   | 6     | دختر | 33 |
| 1   | آزاد   | 27    | 30   | 5     | دختر | 34 |
| 3   | کارمند | 40    | 39   | 5     | دختر | 35 |
| 2   | آزاد   | 28    | 37   | 5     | دختر | 36 |
| 2   | آزاد   | 33    | 38   | 5     | دختر | 37 |
| 1   | آزاد   | 30    | 32   | 5     | دختر | 38 |
| 1   | آزاد   | 28    | 31   | 6     | دختر | 39 |
| 3   | آزاد   | 36    | 43   | 6     | دختر | 40 |
| 1/7 |        | 31/65 | 35/8 | 5/475 |      |    |

جدول ۱: شرح جلسات برگزار شده برای گروه مداخله

| جلسه       | توضیح فعالیت  | هدف   | ابزار                        |
|------------|---|---|------------------------------|
| جلسه اول   | معارفه و آشنایی با کودکان، آشنایی با روند کار و شعر خوانی با موضوع اختیاری  | ایجاد رابطه و اعتماد سازی، آشنایی با روند کار برای جلسات بعدی و آشنای با پژوهشگر    | شعر مورد علاقه (ایران)       |
| جلسه دوم   | شعر خوانی توسط پژوهشگر و تکرار آن توسط کودکان، دوباره خوانی شعر بعد از یادگیری، خواندن شعر به صورت گروهی و در فضای دوستانه کلاس | شعر خوانی براساس مقیاس عزت نفس و هویت عمومی (در بر گیرنده کلیه جنبه‌های هویتی کودک) | شعر مسواک و شعر بهار         |
| جلسه سوم   | شعر خوانی توسط پژوهشگر و تکرار آن توسط کودکان، دوباره خوانی شعر بعد از یادگیری، خواندن شعر به صورت گروهی و در فضای دوستانه کلاس | شعر خوانی براساس مقیاس عزت نفس اجتماعی و خانوادگی (ارتباط و تعامل با همکاران)       | شعر ایران، ورزش و بند انگشتی |
| جلسه چهارم | شعر خوانی توسط پژوهشگر و تکرار آن توسط کودکان، دوباره خوانی شعر بعد از یادگیری، خواندن شعر به صورت گروهی و در فضای دوستانه کلاس | شعر خوانی براساس مقیاس عزت نفس تحصیلی (وضعیت تحصیلی)                                | شعر مدرسه                    |
| جلسه پنجم  | شعر خوانی توسط پژوهشگر و تکرار آن توسط کودکان، دوباره خوانی شعر بعد از یادگیری، خواندن شعر به صورت گروهی و در فضای دوستانه کلاس | شعر خوانی براساس مقیاس عزت نفس عمومی (در بر گیرنده کلیه جنبه‌های)                   | شعر شیر، شعر اعضای بدن       |



|                      |  |
|----------------------|--|
| عزت نفس و تشکیل هویت | دوستانه کلاس   |
| جمع بندی             | جلسه ششم   |
| جمع بندی             | جمع بندی جلسات   |
| جمع بندی             | جمع بندی جلسات قبلی، خواندن شعرهای یاد گرفته شده در جلسات قبلی و جمع بندی کل جلسات |

جدول 2: مقایسه عزت نفس کودکان قبل و بعد از مداخله در گروه کنترل و مداخله

| ابعاد              | گروه کنترل میانگین | گروه مداخله میانگین | سطح معنا داری P-Value |
|--------------------|--------------------|---------------------|-----------------------|
| عمومی              |                    |                     |                       |
| قبل مداخله         | ۱۷/۸               | ۱۷/۴۸               | ۰/۶۳                  |
| بعد مداخله         | ۱۷/۸               | ۱۸/۵۹               | ۰/۲                   |
| اجتماعی - خانوادگی |                    |                     |                       |
| قبل مداخله         | ۵/۳                | ۵/۲                 | ۰/۸۰                  |
| بعد مداخله         | ۵/۲                | ۵/۸                 | ۰/۵۳                  |
| تحصیلی             |                    |                     |                       |
| قبل مداخله         | ۵/۷                | ۴/۴۴                | ۰/۷۰                  |
| بعد مداخله         | ۵/۷                | ۵/۱                 | ۰/۶۸                  |
| کلی                |                    |                     |                       |
| قبل مداخله         | ۳۳/۸۸              | ۳۳                  | ۰/۸۲                  |
| بعد مداخله         | ۳۳/۶۳              | ۳۳/۵۴               | ۰/۰۰۴                 |

مقایسه هویت و عزت نفس دانش آموزان در دو گروه مداخله و کنترل قبل و بعد از مداخله با استفاده از آزمون آماری تی مستقل انجام گردیده است که نشان می‌دهد شاخص هویت در گروه مداخله ۳۵/۷ و در گروه کنترل ۳۳/۷ بعد مداخله را نشان داد که آزمون تی مستقل اختلاف معنا داری را بین دو گروه نشان داد (  $p=0.004$  ) که نشان از اثر بخش بودن شعر خوانی بر عزت نفس کودکان می باشد .

#### بحث و نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر شعر خوانی بر عزت نفس کودکان پیش دبستانی شهرستان خرم بید انجام گرفت نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که شعر خوانی باعث افزایش عزت نفس کودکان می‌گردد که با یافته‌ها پیشین همسو می‌باشد در تحقیق ( خدابخشی کولابی و همکاران ۱۳۹۴ ) نشان دادند که شعر درمانی و حرکات ریتمیک در بهبود مشکلات رفتاری چون پرخاشگری و اضطراب در کودکان پیش دبستانی مؤثر است . در تحقیق ( داداش زاده و همکاران ۱۳۹۱ ) نتایج پژوهش نشان دهنده اثربخش بودن روش قصه‌گویی در افزایش هوش اجتماعی و مؤلفه‌های آن در دانش‌آموزان بود.

در تحقیق (فرجی و همکاران ۱۳۹۲) نشان دادند که شعر درمانی گروهی باعث کاهش افسردگی در سالمندان می‌شود و در تحقیق (شمشیری و همکاران، ۱۳۹۵) آورده شده است که هنر به عنوان ابزاری در تسهیل خودشناسی می‌باشد آموزش از طریق هنر در کودکان صرفاً جهت سرگرمی کودکان نیست بلکه با چنین آموزشی می‌تواند با خویشتن خویش مواجه شود هنر بعنوان شیوه درمان و رشد می‌باشد و به عنوان راهی عالی برای کشف هویت می‌باشد .

(گیلتون و همکاران) که روی هنر درمانی مطالعه داشتند نشان دادند که هنر درمانی از راههای بالقوه به منظور بهبود سلامت روان از راه افزایش احساسات مثبت، مقابله با افسردگی و منفی گرایی است؛ بنابراین می‌توانیم بگوییم جلسات شعر خوانی به عنوان یک روش آسان، کم هزینه و قابل اجرا و به عنوان روشی که باعث بروز احساسات، ایجاد تعاملات، افزایش احساس مفید بودن و اعتماد به نفس می‌باشد می‌تواند به عنوان روشی برای بهبود و ارتقاء عزت نفس و سلامت روان در کودکان استفاده گردد . محدودیت پژوهش محدودیت زمانی آن بود پیشنهاد می‌شود که از این روش قابل اجرا و آسان برای کلیه دانش آموزان مدراس ابتدایی در پروسه‌های زمانی بیشتر استفاده گردد.

نتایج این مطالعه اثر بخشی روش شعر خوانی بر هویت بخشی و افزایش عزت نفس کودکان پیش دبستانرا نشان می‌دهد، از این رو هر گونه اقدامی در جهت سلامت روانشناختی کودکان، نه تنها باعث صرفه جویی در هزینه‌های عاطفی و اقتصادی جامعه خواهد بود بلکه آینده روشنتری برای کل جامعه فراهم خواهد آورد از طرفی با توجه به اهمیتی که عزت نفس در سلامت روانشناختی کودکان ایفا می‌کند و همچنین نقش پررنگ هنر در تأمین نیازهای روان شناختی از این روش به عنوان تکنیک ساده کم هزینه و قابل اجرا در کلیه مدراس پیش دبستانی می‌توان استفاده گردد.

### سپاسگذاری

از کارشناس آموزش ابتدایی مدیریت آموزش و پرورش شهرستان خرم بید خانم فرشته ساریخانی و اولیاء محترم دانش آموزان کمال تشکر و قدر دانی را به خاطر حمایت هایی که از این مطالعه انجام دادند ، دارم .

### منابع

نورتون، دونا، ۱۳۸۲ ، شناخت ادبیات کودکان: گونه ها و کاربردها . دونا نورتون . مترجمان : منصوره راعی ، ثریا قزل ایاغ و دیگران . تهران : نشر قلمرو .

بتلهایم، برونو ، افسون افسانه ها، ترجمهٔ اختر شریعت زاده، تهران: انتشارات هرمس، ۱۳۸۱

برنیس ای، کولینان، برایم بخوان . ترجمهٔ فاطمه امین ناصری ، تهران: دفتر پژوهشهای فرهنگی . ۱۳۸۲

- رمضان زاده تبریز الهه، رزاقی نغمه، حصارى بهرام. وضعیت سلامت جسمانی و رفتاری در دانش آموزان دختر ۱۱-۷ ساله جنوب شهر مشهد. مجله پرستاری کودکان. ۱۳۹۴؛ ۲ (۱): ۱۹-۲۹

- رادبخش، ناهید؛ محمدعلی محمدی فر و فرحناز کیان ارثی، ۱۳۹۲، اثربخشی بازی و قصه گویی بر افزایش خلاقیت کودکان، فصلنامه ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی ۲.

- مجرد کاهانی امیرحسین، غنوی سونیا. مجله پژوهش در علوم توانبخشی - ۱۳۹۱ - دوره : ۸ - شماره : ۲ - صفحه: ۲۶۳- ۲۷۱

- شمشیری بابک، فریدونی زهرا. روشها و مدل‌های روان شناختی : تابستان ۱۳۹۳ ، دوره ۴ ، شماره ۱۶ ؛ از صفحه ۶۵ تا صفحه ۸۴.

- Mofidi F, Batol S. The effect of language learners preschool activities on the development of spoken language from the first grade student. 2008;3(10):118-41.

- Hassanzadeh R, Imanifar P. Relationship between creativity and self-esteem and academic achievement in adolescents and young adults. Sociol Youth Stud. 2010;1(3):55-65.

- Salehi M, Azarbajani A, Shafiei K, Ziaei T, Shayegh B. Self-esteem, general and sexual self-concepts in blind people. J Res Med Sci. 2015;20(10):930-6. DOI: 10.4103/1735-1995.172764 PMID: 26929756

- Astadyan M, Sudanese M, Mehrabizadeh Honarmand M. Effect of group counseling based on rational - emotional - behavioral Ellis, on test anxiety and self-esteem of middle school students in third grade girl PA. Teach Learn Stud. 2009;1(2):1-18.

- Khaledian M, Salehi A, Shakeri R. Tales of Quran impact on students' self-esteem. Islamic Propagation Office Seminary of Qom Branch; Qom, Iran 2015. p. 62-82.



- Mosa Zadeh T, Shah Mohammadi S, Sultan Moradi A. The effect of coping skills training on self-efficacy and self-esteem of male students first grade secondary. 2014;3(2):226-39.
- Dadashzadeh S, Pirkhaefi A. The effect of using storytelling techniques to increase Hvshajtmay fourth and fifth elementary school students in years 91-90. 2012;8(29):21-9.
- Mohammadian Y, Shahidi S, Mahaki B, Mohammadi A, Baghban A, Zayeri F. Evaluating the use of poetry to reduce signs of depression, anxiety and stress in Iranian female students. Arts Psychother. 2011;38(1):59-63.
- Parsamsh F, Sobhi Gharamaleki N. Effect of poetry simulate game on nurturing children's creativity. 2013;2(4):141-57.
- Eum Y, Yim J. Literature and art therapy in post-stroke psychological disorders. Tohoku J Exp Med. 2015;235(1):17-23.  
DOI: 10.1620/tjem.235.17 PMID: 25744067

پیوست

پرسشنامه کوپر اسمیت

عبارت های زیر را به دقت مطالعه نموده نظر خود را درباره هریک از عبارت ها بر اساس این که به شما شبیه است (بلی) یا به شما شبیه نیست (خیر) ، پاسخ دهید.

۱. معمولا تشویش ندارم.
۲. برایم بسیار مشکل است در کلاس حرف نزنم.
۳. اگر می توانستم خیلی چیزها را در خودم تغییر می دادم.
۴. می توانم بدون مشکل زیاد تصمیم بگیرم.
۵. دیگران از مصاحبت با من بسیار لذت می برند.
۶. در منزل به آسانی رنجیده خاطر می شوم.
۷. مدت ها طول می کشد تا به چیزی تازه عادت کنم.
۸. افراد همسن من ، برایم ارزش زیادی قائلند.
۹. معمولا پدر و مادرم به احساساتم توجه می کنند.
۱۰. به آسانی تسلیم دیگران می شوم.
۱۱. پدر و مادرم بیش از حد از من انتظار دارند.
۱۲. برایم خیلی مشکل است خودم را آن طور که هستم نشان دهم.
۱۳. در زندگی همه چیز درهم و شلوغ است.
۱۴. معمولا دیگران را تحت تاثیر قرار می دهم.
۱۵. درباره خودم نظر بدی دارم.
۱۶. غالبا دلم می خواهد خانه را ترک کنم.





۱۷. غالباً در کلاس احساس ناراحتی می کنم.

۱۸. فکر می کنم از لحاظ جسمانی ناخوشایند تر از اغلب افراد هستم.

۱۹. وقتی چیزی برای گفتن دارم آن را می گویم.

۲۰. پدر و مادرم مرا درک می کنند.

۲۱. دیگران اکثراً بیشتر از من ، مورد علاقه هستند.

۲۲. غالباً احساس می کنم که پدر و مادرم مرا به ستوه می آورند.

۲۳. در کلاس غالباً مایوس می شوم.

۲۴. غالباً فکر می کنم که دلم می خواهد فرد دیگری باشم.

۲۵. دیگران غالباً به من اعتماد نمی کنند.

۲۶. هرگز مضطرب نیستم.

۲۷. به اندازه کافی به خودم اطمینان دارم.

۲۸. دیگران به آسانی از من خوششان می آید.

۲۹. من و والدینم اوقات خوبی را باهم می گذرانیم.

۳۰. وقت زیادی را به خیالبافی می گذرانم.

۳۱. دلم می خواست کم سن تر بودم.

۳۲. همیشه آنچه را باید انجام داد، انجام می دهم.

۳۳. از نتایج تحصیلی ام احساس غرور می کنم.

۳۴. همیشه منتظر می شوم تا کسی به من بگوید چه کار باید بکنم.

۳۵. اغلب از آنچه می کنم متاسف می شوم.

۳۶. هرگز احساس خوشبختی نکرده ام.

۳۷. همیشه کارم را به بهترین وجهی که می توانم انجام می دهم.

۳۸. معمولاً می توانم به تنهایی گلیم را از آب بیرون بکشم .

۳۹. از زندگیم تقریباً راضی هستم.

۴۰. ترجیح می دهم دوستان کم سن تر از خودم داشته باشم.

۴۱. به همه کسانی که می شناسم علاقه مند هستم.



۴۲. دوست دارم در کلاس از من بپرسند.

۴۳. خودم را خوب درک می کنم.

۴۴. در منزل هیچکس به من توجه زیادی نشان نمی دهد.

۴۵. هرگز مورد سرزنش واقع نمی شوم.

۴۶. در کلاس آن طور که دلم می خواهد موفق نمی شوم.

۴۷. می توانم یک تصمیم بگیرم و در آن پا برجا بمانم.

۴۸. واقعا دلم نمی خواهد یک پسر / دختر باشم.

۴۹. در روابط با دیگران راحت نیستم.

۵۰. هرگز مرعوب نمی شوم.

۵۱. غالبا از خودم شرم دارم .

۵۲. دیگران غالبا برایم دردرس درست می کنند.

۵۳. همیشه حقیقت را می گویم.

۵۴. معلمانم به من می فهمانند که نتایج رضایت بخش نیست.

۵۵. به آنچه می تواند برایم اتفاق بیفتد اصلا اهمیت نمی دهم.

۵۶. در آنچه که به عهده می گیرم به ندرت موفق می شوم.

۵۷. هنگامی که مورد سرزنش قرار می گیرم دست و پایم را گم می کنم.

۵۸. همیشه می دانم که به دیگران چه بگویم.

Archive of SID