

The Nature and Application of Adlerian Play Therapy: A Systematic Review

Alizadeh H¹, *Gholami M², Rezaei S³, Asghari Nekah SM⁴

Author Address

1. Professor, Department of Psychology and Exceptional Children Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran;

2. Ph.D Student of Psychology and Exceptional Children Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran;

3. Assistant Professor, Department of Psychology and Exceptional Children Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran;

4. Associate Professor, Department of Educational and Counseling Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.

*Corresponding author's email: gholamilive20012@yahoo.com

Received: 2020 May 17; Accepted: 2020 July 7

Abstract

Background & Objectives: Play is essential for children because it can train language skills, cognitive, social skills, and other contributions to the development of personality. Play therapy is an effective method to respond to children's mental needs. Play therapists use toys and play materials to help children concretely communicate their needs. A play therapy approach is Adlerian play therapy. In Adlerian play therapy, play therapists use the concepts of Alfred Adler's individual psychology. Therefore, the present study aimed to investigate the nature and application of Adlerian play therapy.

Methods: This was a systematic review study. The research methodology was also based on collecting, classifying, and summarizing the findings of scientific research articles related to Adlerian play therapy between 2000 - 2019, collected from domestic and international databases. The keywords "play therapy, Adlerian play therapy, and individual psychology" were considered in this research. The domestic databases included Civilica, Magiran, SID, Noormags; the international databases included Eric, Ebsco, Google Scholar, Scopus, Science Direct, and PubMed. In total, 98 articles were selected in the initial search; however, 82 articles were deleted due to not being relevant to the Adlerian approach. Seventeen articles were selected with the title Adlerian play therapy. Among them, one article was removed due to being old (obsolescence), 8 articles due to review, and one article due to duplication in several databases. Finally, 7 articles were selected for this review. The inclusion criteria of the study were having an Adlerian approach; being a quantitative study; being original research, and the publication of the articles to range between 2000 and 2019. The exclusion criteria of the study also included having different approaches (e.g., cognitive, behavioral, etc.) plus Adlerian approach, review studies, and articles published before 2000 AD.

Results: The present review study indicated that play therapy was effective in working with children with various problems in multiple settings, including schools. Adlerian play therapy reduced anxiety and maladaptive perfectionism, reduced challenging and destructive behaviors, increased task performance, and improved social skills as well as general health in children. Teachers also reported that they experienced less stress in their relationships with students who received Adlerian play therapy. This treatment effectively improved the health of neglected children. These findings highlighted the clinical significance of Adlerian play therapy in children's behaviors.

Conclusion: The obtained findings suggested that Adlerian play therapy can be used as a promising intervention for children with different problems. Thus, it is recommended that Adlerian play therapy be used as a therapeutic intervention in pilot projects in children with various problems.

Keywords: Play therapy, Adlerian play therapy, Individual psychology.

بازی درمانی آدلری: ماهیت و کاربرد

حمید علیزاده^۱، *مرضیه غلامی^۲، سعید رضایی^۳، سیدمحسن اصغری نکاح^۴

توضیحات نویسندگان

۱. استاد، گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران؛
۲. دانشجوی دکتری روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران؛
۳. استادیار، گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران؛
۴. دانشیار گروه روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.

*وابانامه نویسنده مسئول: gholamilive20012@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۲۸ اردیبهشت ۱۳۹۹؛ تاریخ پذیرش: ۱۷ تیر ۱۳۹۹

چکیده

زمینه و هدف: بازی درمانی به عنوان روشی مؤثر برای پاسخ‌گویی به نیازهای روانی کودکان پذیرفته شده است. یکی از روش‌های بازی درمانی، بازی درمانی آدلری است. پژوهش حاضر با هدف بررسی ماهیت و کاربرد بازی درمانی آدلری انجام شد.

روش بررسی: پژوهش حاضر از نوع مروری نظام‌مند بود. روش‌شناسی آن نیز مبتنی بر گردآوری، طبقه‌بندی و خلاصه‌کردن یافته‌های مقالات علمی پژوهشی مرتبط با بازی درمانی آدلری بین سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۹ برگرفته از پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی و خارجی صورت پذیرفت. کلیدواژه‌های بازی درمانی، بازی درمانی آدلری، روان‌شناسی فردی مدنظر قرار گرفت. پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی شامل Scopus، Google Scholar، Ebsco، Eric، Noormags، SID، Magiran، Civilica و پایگاه‌های اطلاعاتی خارجی شامل Scopus، Google Scholar، Ebsco، Eric، Noormags، SID، Magiran، Civilica، PubMed و Science Direct بود. در جست‌وجوی اولیه نود و هشت مقاله انتخاب شد که هشتاد و یک مقاله به دلیل مرتبط نبودن با رویکرد آدلری حذف شد. در ادامه هفده مقاله دارای عنوان بازی درمانی آدلری، انتخاب شد. از بین آن‌ها یک مقاله به علت قدیمی بودن، هشت مقاله به دلیل مروری بودن و یک مقاله به علت تکراری بودن در چند پایگاه اطلاعاتی حذف شد. در نهایت هفت مقاله انتخاب شد.

یافته‌ها: بررسی مطالعات نشان داد، بازی درمانی آدلری روش مؤثری برای کار با کودکانی است که مشکلات متعددی در موقعیت‌های مختلف از جمله مدرسه نشان می‌دهند. بازی درمانی آدلری باعث کاهش اضطراب و کمال‌گرایی ناسازگارانه، کاهش رفتارهای چالشی و مخرب، افزایش انجام وظیفه، بهبود مهارت‌های اجتماعی و سلامت عمومی در کودکان شده است؛ همچنین معلمان گزارش کردند که در روابط خود با دانش‌آموزانی که بازی درمانی آدلری دریافت کردند، استرس کمتری را تجربه کردند.

نتیجه‌گیری: براساس بررسی مطالعات انجام‌شده می‌توان نتیجه گرفت که بازی درمانی آدلری به عنوان مداخله‌ای امیدوارکننده می‌تواند برای کودکان با مشکلات مختلف استفاده شود.

کلیدواژه‌ها: بازی درمانی، بازی درمانی آدلری، روان‌شناسی فردی.

بازی^۱، دنیای طبیعی کودک است. کودک در بازی درباره خود، دیگران و دنیای اطرافش یاد می‌گیرد. اسباب بازی‌ها، کلمات کودک و بازی زبان کودک‌اند. بازی توانایی‌های کودک را برای رشد مهارت‌هایی که باعث احساس شایستگی و کفایت می‌شوند، تسهیل می‌کند. در طی بازی کودکان برانگیخته می‌شوند تا نیازهای خویش را برآورده کنند و محیط خود را کشف کنند. بازی وسیله‌ای است که از طریق آن کودکان خود را بیان می‌کنند و کمکی برای رشد تفکر خلاق^۲ آنان است (۱).

بازی درمانی، ایجاد رابطه‌ای بین فردی بین مراجع و درمانگر است و بازی درمانگر قدرت بازی را به کار می‌برد تا مراجع مشکلات روان‌شناختی خود را حل کند و به حداکثر رشد خود دست یابد (۲). بازی درمانی به کودکان کمک می‌کند تا واقعیت را از تخیل جدا کنند، تصورات غلط را تصحیح نمایند، بر جهان‌شان کنترل و تسلط پیدا کنند، مهارت حل مسئله و همدلی را توسعه دهند و از تنش‌هایابی یابند (۳). در بازی درمانی کودکان از اسباب بازی‌ها، لوازم هنری، خاک رس، شن و ماسه برای بیان افکار، احساسات و تجربیات خود استفاده می‌کنند (۴). اسباب بازی‌ها اجازه خلاقیت، بیان هیجانات، تجربه و آزمایش محدودیت‌ها و نقش بازی کردن واقعیت‌ها را به کودک می‌دهد. بازی درمانی روشی برای کودکان است که به آن‌ها کمک می‌کند با پریشانی و غم مقابله کنند (۵). بازی درمانی به کودکان اجازه می‌دهد که از طریق روش‌های طبیعی خودشان را بیان کنند، داستان بگویند، نمایش عروسکی بسازند، موجوداتی با استفاده از گل بسازند، نقاشی کنند، آواز بخوانند؛ بدون اینکه برای بیان احساسات، افکار و نگرانی‌هایشان نیاز به زبان پیشرفته و صحبت با بزرگسالان داشته باشند (۶).

بازی درمانی آدلری مبتنی بر نظریه آدلر^۳ است و تری کاتمن^۴ آن را گسترش داده است (۷). یکی از مفاهیم مهم در نظریه آدلر سبک زندگی^۵ است. سبک زندگی به وجودآورنده رفتار فرد است (۸) و به الگوی باورها و هدف‌ها که فرد برای برقراری ارتباط با دیگران و اندازه‌گیری ارزش خود استفاده می‌کند، اشاره دارد. تعریف آدلر از سبک زندگی به شدت بر هسته شخصیت به‌ویژه نقشه ذهنی منحصربه‌فرد^۶ تمرکز می‌کند (۹). سبک زندگی هر فرد، در سال‌های اولیه و در زمینه‌ای اجتماعی شکل می‌گیرد (۱۰). سال‌های کودکی به‌طور کامل تعیین نمی‌کند که پیشرفت فرد در زندگی آینده چگونه است؛ باین‌حال، این سال‌ها احتمالاً بر الگوهای فکری فرد، انتخاب‌هایی که فرد قبلاً انجام داده است و انتخاب‌هایی که باید انجام دهد، تأثیر می‌گذارد (۹).

در بازی درمانی آدلری بازی درمانگر تکنیک‌های بازی را به کار می‌برد تا اطلاعاتی درباره سبک زندگی کودک گردآوری کند و به کودک کمک کند بفهمد چگونه عقاید غلط^۷ باعث از بین رفتن توانایی او برای ارتباط

موفق، رفتار اجتماعی مناسب و ایجاد تصویر مثبت از خودش می‌شود. بازی درمانگر به کودک کمک می‌کند باورهای غلط را دوباره ارزیابی کند و درباره خودش و دیگران و جهان اطرافش نتیجه‌گیری‌های سازنده‌ای داشته باشد (۶). کودکان شرکت‌کننده در بازی درمانی آدلری، حس شایستگی را تجربه می‌کنند و از درمانگر دلگرمی و حمایت دریافت می‌کنند و دیگر نیاز به انجام رفتارهای نامناسب ندارند (۱۱). در نظریه آدلر بیان می‌شود که هر رفتاری دارای هدفی است. چهار هدف برای رفتار بد کودک بیان می‌شود: به دست آوردن احساس تعلق^۸؛ احساس به حساب آمدن^۹؛ احساس توان‌مندی^{۱۰}؛ احساس دلگرمی^{۱۱} (۱۲). بازی درمانگر اهداف کودک را به روش‌های زیر شناسایی می‌کند. ۱. رفتار کودک را در اتاق بازی می‌بیند و به گزارش والدین درباره رفتار کودک در موقعیت‌های مختلف گوش می‌دهد؛ ۲. از سؤال و مشاهده برای کشف واکنش‌های هیجانی بزرگسالان وقتی با رفتار بد کودک مواجه می‌شوند، استفاده می‌کند؛ ۳. درباره واکنش کودک به تأدیب و اصلاح، سؤال می‌پرسد و می‌بیند. بازی درمانگر آدلری از طریق بازی، هنر و داستان‌گویی هدف بدر رفتاری کودک را شناسایی می‌کند تا به کودک برای رسیدن به اهداف سازنده و مثبت مانند احساس تعلق، احساس توانایی، به حساب آمدن و کفایت کمک کند (۶).

یکی از مفاهیم دیگر نظریه آدلر، علاقه اجتماعی^{۱۲} است. افراد دارای علاقه اجتماعی، به‌طور طبیعی تمایل به برقراری ارتباط با دیگران دارند و اشخاصی که دارای علاقه اجتماعی ضعیفی هستند نمی‌توانند با دیگران ارتباط و همکاری داشته باشند (۱۳). مسئولیت‌پذیری، ارتباط با مردم و همدلی، جرئت-اطمینان و برابری از مؤلفه‌های علاقه اجتماعی هستند (۶). همدلی^{۱۳} ما را قادر می‌سازد احساس دیگران را درک کنیم و برابری، سبب ایجاد احترام متقابل در محیط می‌شود. این موضوعات، بروز علاقه اجتماعی را به دنبال دارد (۱۴).

درمانگر باید تلاش کند از طریق تماشای بازی‌های کودک، سناریوهایی که درباره افراد و حیوانات می‌سازد و صحبت با والدین و معلمان بفهمد کودک چطور در اتاق بازی و خارج از اتاق بازی با دیگران ارتباط برقرار می‌کند. همچنین بازی درمانگر باید از طریق ایجاد میل به ارتباط با دیگران و آموزش مهارت‌های شروع و نگهداری ارتباط سطح علاقه اجتماعی کودک را رشد دهد. در تمام مدت بازی، درمانگر باید از طریق آموزش مهارت‌های اجتماعی و تشویق این مهارت‌ها در دیگر محیط‌ها (مدرسه و همسایگان) حس ارتباط مثبت را گسترش دهد. بازی درمانگر باید به والدین از طریق برگزاری جلسات مشاوره‌ای آموزش دهد که چگونه با کودک خود ارتباط مثبتی برقرار کنند و علاقه اجتماعی را در بین اعضای خانواده به وجود آورند (۶). قدرت درمانی بازی، کار با کودکان را از طریق ایجاد رابطه دلگرم‌کننده، تسهیل می‌کند. بازی درمانی آدلری باعث می‌شود کودک به خانواده خود احساس تعلق

8. Connectedness

9. Count

10. Capable

11. Courage

12. Social interest

13. Empathy

1. Play

2. Creative thinking

3. Adler

4. Terry Kottman

5. Life-style

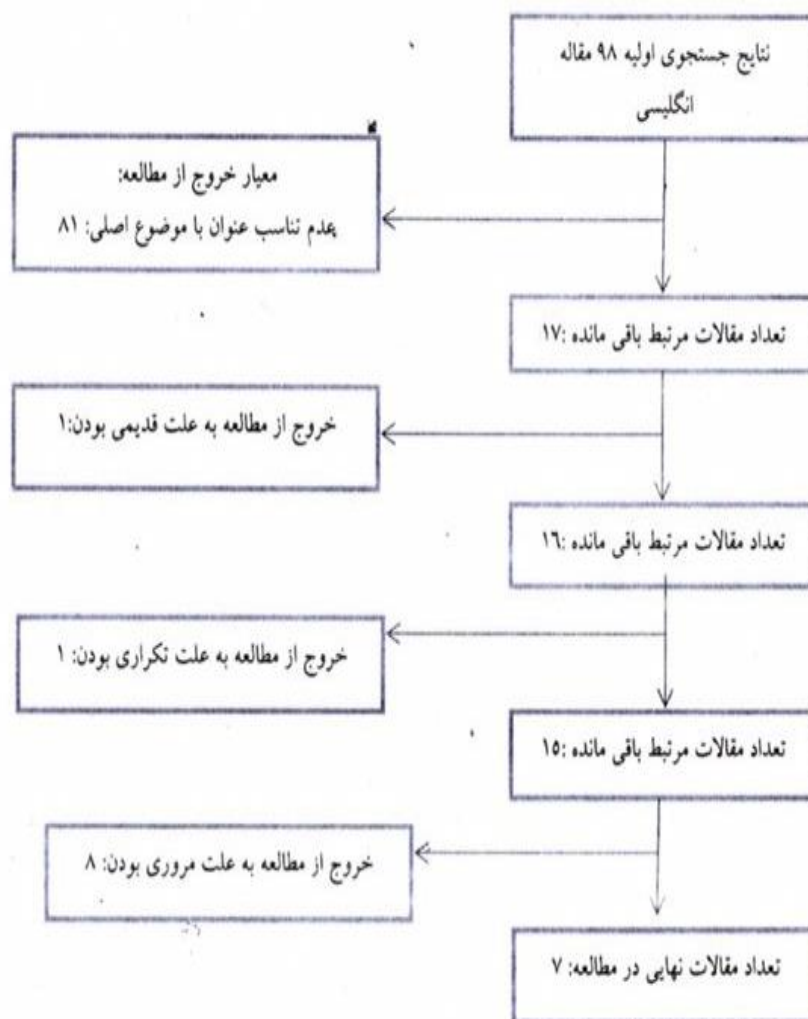
6. Unique mental map

7. Mistaken beliefs

کند. همچنین بازی درمانی آدلری به درمانگر اجازه می‌دهد که باور کودک درباره خود، دیگران و دنیایش را کشف کند و روشی برای کشف و اصلاح رفتارهایی فراهم آورد که کودک باور دارد این رفتارها درباره خودش، دیگران و دنیایش درست است (۱۲)؛ بنابراین باتوجه به تأثیرات مثبت بازی درمانی، هدف پژوهش حاضر مروری نظام‌مند بر ماهیت و کاربرد بازی درمانی آدلری به منظور بهبود مشکلات کودکان بود.

۲ روش بررسی

پژوهش حاضر از نوع مروری نظام‌مند بود. روش‌شناسی آن نیز مبتنی بر گردآوری، طبقه‌بندی و خلاصه‌کردن یافته‌های مقالات علمی پژوهشی مرتبط با بازی درمانی آدلری در بین سال‌های میلادی ۲۰۱۹ تا ۲۰۰۰ برگرفته از پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی و خارجی صورت پذیرفت؛ همچنین کلیدواژه‌های بازی درمانی^۱، بازی درمانی آدلر^۲ و روان‌شناسی فردی^۳ مدنظر قرار گرفت. پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی شامل Civilica، Magiran، SID، Noormags و پایگاه‌های اطلاعاتی خارجی شامل Eric، Ebsco، Google Scholar، Scopus،



شکل ۱. فلوچارت انتخاب مقالات براساس معیارهای ورود به مطالعه و خروج از آن

³. Individual psychology

¹. Play Therapy

². Adlerian Play Therapy

خلاصه پژوهش‌های مرور شده درباره بازی درمانی آدلری در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. خلاصه پژوهش‌های انجام شده در زمینه بازی درمانی آدلری

نویسنده	نمونه پژوهش	ابزار استفاده شده	طرح پژوهش	نتیجه مطالعه
جمال‌الدین و همکاران (۱۵)	شصت و شش کودک ۱۰ تا ۱۲ ساله	سیاهه پنج عاملی سلامت	پژوهش شبه آزمایشی	بازی درمانی گروهی آدلری، سلامت عمومی کودکان مورد غفلت قرار گرفته را بهبود بخشید.
استوتی و همکاران (۱۶)	چهار کودک سنین ۳ تا ۵ سال		پژوهش تک‌موردی	بازی درمانی آدلری باعث بهبود رفتارهای بیرونی و چالشی کودکان پیش دبستانی در خطر شد.
آکای و براتون (۱۷)	دو کودک	مقیاس تجدیدنظر شده اضطراب آشکار کودکان و ویرایش دوم و مقیاس کمال‌گرایی کودک و نوجوان	طرح آزمایش تک‌موردی	بازی درمانی آدلری در کاهش اضطراب و کمال‌گرایی ناسازگارانه اثر داشت و برای بررسی بیشتر تأثیر بازی درمانی آدلری به عنوان مداخله‌ای امیدوارکننده بر کمال‌گرایی ناسازگار و اضطراب نیاز به پژوهش‌های بیشتری بود.
مینی-والن و تلینگ (۱۸)	پنج کودک ابتدایی	مشاهده مستقیم	طرح آزمایشی تک‌موردی	بازی درمانی آدلری سبب بهبود مهارت‌های اجتماعی و کاهش رفتارهای چالشی شد.
مینی-والن و همکاران (۱۹)	سه کودک مهدکودکی	مشاهده مستقیم	پژوهش تک‌موردی	بازی درمانی گروهی آدلری رفتارهای مخرب و چالشی را کاهش داد.
دایلمن تیلور و مینی-والن (۲۰)	پنج کودک مهدکودکی و دبستانی	فرم گزارش معلم، چک‌لیست رفتار کودکان برای سنین ۶ تا ۱۸ سال و فرم مشاهده مستقیم	پژوهش تک‌موردی	بازی درمانی آدلری، کاهش مشکلات رفتاری و افزایش انجام وظیفه را به دنبال داشت.
مینی-والن (۲۱)	پنجاه و هشت کودک مهدکودکی	فرم گزارش مراقب-معلم، فرم مشاهده مستقیم و فهرست استرس معلم		بازی درمانی آدلری بهبودی در خور توجهی را در رفتارهای مخرب کودکان به وجود آورد؛ همچنین معلمان کاهش استرس معناداری را در ارتباط با دانش‌آموزان خود گزارش کردند.

– مراحل بازی درمانی آدلری: بازی درمانی شامل چهار مرحله است: ۱. ایجاد رابطه با کودک؛ ۲. کشف سبک زندگی کودک؛ ۳. کمک به کودک برای به دست آوردن بینش درباره سبک زندگی‌اش؛ ۴. کمک به کودک برای جهت‌دهی دوباره به سبک زندگی‌اش. این مراحل از یکدیگر متمایز و جدا نیست. یک مرحله اغلب با مراحل دیگر همپوشانی دارد و گاهی اوقات ممکن است یک جلسه بازی درمانی شامل عناصر هر چهار مرحله باشد (۲۲). همچنین بازی درمانی آدلری شامل چهار مرحله مشاوره با والدین است: ۱. برقراری ارتباط با والدین؛ ۲. کشف درک والدین از سبک زندگی خود و فرزندشان؛ ۳. بینش درباره سبک زندگی خود و فرزندشان؛ ۴. آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملی جدید به والدین برای تعامل با فرزندشان و دیدن خود به عنوان پدر و مادر فعال و مثبت (۶). در ادامه مراحل بازی درمانی آدلری شرح داده شده است.

۱. ایجاد رابطه با کودک: در این مرحله بازی درمانگر و کودک با یکدیگر همکاری می‌کنند تا رابطه‌ای درمانی همراه با پذیرش را به وجود آورند و بازی درمانگر و کودک، هر دو رهبری این مرحله را بر عهده می‌گیرند (۱۹).

۲. کشف سبک زندگی کودک: در این مرحله بازی درمانگر اطلاعاتی درباره سبک زندگی کودک جمع‌آوری می‌کند. بازی درمانگر این اطلاعات را از والدین، معلمان یا از طریق مشاهده کودک در اتاق بازی و موقعیت‌های مختلف به دست می‌آورد و مداخله ممکن است شامل بازی با سینی شن، فعالیت‌های هنری، عروسک بازی، تعامل با اعضای گروه یا بازی درمانگر باشد. بازی درمانگر به اهداف رفتار نادرست کودک، باورهای غلط کودک درباره خود، دیگران و جهان و سی‌های مهم^۱ (نیازهای مهم و اساسی) توجه می‌کند (۱۸).

۳. کمک به کودک برای به دست آوردن بینش درباره سبک زندگی‌اش: در این مرحله بازی درمانگر فرصت‌ها و فعالیت‌هایی به وجود می‌آورد تا کودک درباره سبک زندگی‌اش بینش پیدا کند. بازی درمانگر از فعالیت‌هایی مانند داستان‌گفتن، نقش بازی کردن، نمایش عروسکی و سینی شن استفاده می‌کند تا کودک به الگوهای افکار، احساسات و

^۱. Crucial Cs

رفتارهای درون فردی و بین فردی پی ببرد (۱۹).

۴. کمک به کودک برای جهت دهی دوباره به سبک زندگی اش: در این مرحله بازی درمانگر شرایط و تجاربی را به وجود می آورد که کودک روش ها و الگوهای جدیدی برای رفتار، احساسات و تفکراتش می آموزد و تمرین می کند و می تواند این روش ها را به موقعیت های دیگر نیز تعمیم دهد (۲۰).

مرحله اول بازی درمانی با کودک می تواند ۱ تا ۲۴ جلسه باشد؛ اما معمولاً حدود ۲ یا ۴ جلسه زمان می برد. مرحله دوم می تواند از ۳ یا ۴ جلسه تا ۱۰ یا ۱۲ جلسه باشد که به پیچیدگی مشکلات کودک و اینکه چه میزان آن ها را آشکار می کند، بستگی دارد. بررسی و تحلیل سبک زندگی کودک معمولاً بین ۴ تا ۶ جلسه انجام می شود. مرحله سوم می تواند از ۳ یا ۴ جلسه تا ۲۴ جلسه و به طور متوسط بین ۸ تا ۱۲ جلسه باشد. مرحله چهارم می تواند از یک جلسه تا ۱۲ یا ۱۶ جلسه باشد؛ ولی به طور متوسط حدود هشت جلسه زمان می برد. هر جلسه معمولاً ۴۵ دقیقه است (میانگین ۳۰ تا ۵۰ دقیقه) (۲۲).

– نقش بازی درمانگر آدلری: نقش بازی درمانگر آدلری بستگی به مرحله بازی درمانی دارد (۲۳، ۲۲، ۶). در مرحله اول بازی درمانگر، دارای نقش شریک و دلگرم کننده است؛ غیررهنمودی^۱ است و باید مطمئن باشد کودک بیشتر اوقات فعال است. اهمیت مرحله اول به این صورت است که درمانگر به تقسیم قدرت با کودک بپردازد و حس کار گروهی و همکاری را در اتاق بازی ایجاد کند. درمانگر از ردیابی^۲، بازگویی محتوا، بازتاب احساسات، برگرداندن مسئولیت به کودک، دلگرم کردن، محدود کردن، پاسخ دادن به سؤالات، سؤال کردن و تمیز کردن اتاق باهم برای ایجاد رابطه ای عادلانه استفاده می کند (۶). درمانگر در مرحله دوم با استفاده از تکنیک هایی مانند نقاشی کردن، پرسش و پاسخ، بررسی اهداف رفتار، منظومه خانواده^۳، فضای خانواده^۴، مشاهده الگوهای بازی و بیان خاطرات اولیه^۵ به بررسی و تحلیل سبک زندگی کودک می پردازد (۲۳). در مرحله سوم درمانگر گاهی اوقات رهنمودی و گاهی غیررهنمودی است؛ همچنین از تکنیک هایی مانند تف انداختن در سوپ مراجع^۶ (درمانگر اشاره می کند که باورها و منطق شخصی^۷ کودک واقعاً درست هستند یا نه؛ به طور مثال درمانگر به کودک می گوید: شما همیشه می گوئید که هیچ دوستی ندارید؛ اما من متوجه شده ام که در اتاق بازی همه می خواهند با شما بازی کنند) و متاکامیونیکیشن^۸ (درمانگر رفتاری را که کودک در حین بازی انجام می دهد، توصیف می کند و تفسیری از معنای آن رفتار را اضافه می کند) برای انتقال اطلاعات درباره سبک زندگی، باورهای اشتباه، اهداف رفتار نامناسب، سی های مهم (نیازهای اساسی و مهم)، دارایی ها و نقاط قوت کودک استفاده می کند. در مرحله چهارم بازی درمانگر آدلری، معلمی فعال و دلگرم کننده است و به کودک کمک می کند تا نگرش ها و ادراکات مثبت بیشتری را به کار گیرد؛ همچنین به آموزش مهارت هایی مانند مهارت های مذاکره، مهارت های اجتماعی،

روش های مثبت تعامل با دیگران و مقابله با شرایط دشوار می پردازد و مهارت های فرزندپروری را به والدین آموزش می دهد (۲۲).

– بازی درمانی آدلری برای چه افراد و مراجعانی مناسب است؟ بازی درمانی آدلری برای کودکان ۴ تا ۱۰ ساله طراحی شده است؛ اما با انجام یک سری اصلاحات برای بزرگسالان نیز استفاده می شود. پژوهش ها نشان می دهد، بازی درمانی آدلری، درمانی مؤثر برای کمک به کودکانی است که مشکلات بیرونی مانند مشکلات رفتاری و مشکل در روابط با همسالان دارند (۲۳، ۲۰، ۱۸). همچنین بازی درمانی آدلری برای کودکانی که در رشد طبیعی شان مشکل دارند و دارای شرایط زندگی دشواری (۲۳) مانند طلاق هستند، کاربرد دارد (۲۲).

– بازی درمانی گروهی آدلری: سوونی و همکاران بیان می کنند که بازی درمانی گروهی نه تنها مداخله ای درمانی قدرت مند است، بلکه غالباً محیطی مؤثرتر و مناسب تر از درمان انفرادی را فراهم می کند (۲۴). بازی درمانی گروهی باورهای مربوط به اهمیت بازی درمانی برای کودکان را با مزایای مشاوره گروهی^۹ ترکیب می کند. کودکان می توانند مهارت های اجتماعی، خودتنظیمی، انعطاف پذیری شناختی و درک عاطفی دیگران را از طریق بازی درمانی گروهی بهبود بخشند (۲۵). بازی درمانی گروهی آدلری مبتنی بر همان مبانی فلسفی بازی درمانی فردی است و از همان چهار مرحله بازی درمانی فردی تشکیل شده است (۲۲): در مرحله اول بازی درمانی گروهی درمانگر به ایجاد ارتباط با همه اعضای گروه می پردازد؛ در مرحله دوم سبک زندگی هر کودک را بررسی می کند؛ در مرحله سوم درمانگر، فرایند گروهی و مداخلات طراحی شده برای به دست آوردن بیش از به کار می برد؛ آخرین مرحله بازی درمانی گروهی جهت دهی و آموزش دوباره است (۱۹). در این مرحله، درمانگر اغلب مهارت های جدید را آموزش می دهد، اطلاعات جمع آوری می کند و فرصت هایی برای کودکان فراهم می آورد تا شیوه های جدید تفکر، احساسات و رفتار را تمرین کنند. جلسات بازی درمانی گروهی بین ۴۵ تا ۹۰ دقیقه زمان می برد. حداقل دو کودک برای بازی درمانی گروهی لازم است و معمولاً بیش از هشت کودک توصیه نمی شود. در بازی درمانی گروهی، مشاوره با والدین معمولاً به طور جداگانه انجام می گیرد. حفظ محرمانه بودن مسائل خاص (مانند سابقه سوء استفاده جنسی یا خشونت خانگی) مهم است (۲۲).

۴ بحث

بازی درمانی آدلری مداخله ای است که از بازی استفاده می کند و به کودک اجازه می دهد تا افکار، احساسات و تجربه هایش را بیان کند (۱۱). بازی زبان طبیعی کودک است؛ بنابراین بازی وسیله ای برای ارتباط بین کودک و بازی درمانگر است. منطق اساسی برای استفاده از بازی در بازی درمانی آدلری شبیه به دیگر روش های بازی درمانی است؛ اما بازی درمانگر در بازی درمانی آدلری اسباب بازی هایی را به کار می برد تا به کودک کمک کند، دیدگاهش را درباره خودش، دیگران و جهان

7. Private logic

8. Metacommunication

9. Group counseling

1. Nondirective

2. Tracking

3. Family constellation

4. Family atmosphere

5. Soliciting early recollections

6. Spitting in the soup

بازی درمانی آدلری گروهی به طور غیرمستقیم تجربه کودکان را تغییر می دهد و ویژگی هایی مانند عزت نفس و توانایی مدیریت استرس را تقویت می کند که این ها می تواند سلامت عمومی را تحت تاثیر خود قرار دهد (۱۵). در زمینه بازی درمانی آدلری انفرادی آکای و براتون بیان می کنند، بازی درمانی کمال گرایی ناسازگارانه و اضطراب را کاهش می دهد. تکنیک هایی مانند تسهیل بینش^۲ درباره افکار و نگرش های مشکل ساز، توجه به سی های مهم (نیازهای مهم و اساسی) و دلگرمی سبب کاهش کمال گرایی ناسازگارانه و اضطراب می شود. به عقیده آدلر، افرادی که برای درمان می آیند، شجاعت لازم را برای مقابله با مشکلات زندگی ندارند. ترغیب مراجع برای غلبه بر نگرش مردد^۳ خود درباره زندگی، اصلی ترین راه پیشرفت و تغییر است (۱۷). استفاده از دلگرمی^۴ در چهار مرحله شجاعت کودک را برای ریسک کردن و آموختن اشتباهات که منجر به کاهش کمال گرایی ناسازگار و اضطراب می شود، افزایش می دهد (۲۳).

۵ نتیجه گیری

براساس بررسی مطالعات می توان نتیجه گرفت که بازی درمانی آدلری نوعی مداخله است که دیدگاه کودک را درباره خود، دیگران و جهان تغییر می دهد و می تواند سهمی از مداخله های آموزشی، روان شناختی و توان بخشی کودکان را به خود اختصاص دهد؛ ولی به دلیل مطالعات اندکی که در این زمینه صورت گرفته نیاز به انجام دادن پژوهش های بیشتری است. توصیه می شود از بازی درمانی آدلری به عنوان مداخله ای درمانی در طرح های آزمایشی در کودکان با مشکلات مختلف استفاده شود.

۶ تشکر و قدردانی

از مسئولان سایت اینترنتی دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی تهران به دلیل مہیا کردن امکانات جست و جوی سریع و در دسترس در پایگاه های معتبر علمی بین المللی تشکر می شود.

۷ بیانیہ ها

تأییدیه اخلاقی و رضایت نامه از شرکت کنندگان
کاربرد ندارد.

در دسترس بودن داده ها و مواد

این مقاله از نوع مروری نظام مند است که مقالات بررسی شده در این مطالعه به عنوان داده، در فهرست منابع وجود دارند که در متن مقاله نیز به آن ها اشاره شده است و از طریق جست و جوی اینترنتی در دسترس اند.

رضایت برای انتشار

این امر غیر قابل اجرا است.

تراجم منافع

نویسندگان اعلام می کنند هیچ گونه تضاد منافی ندارند.

اطرافش کشف کند و در نهایت باورهای خود شکن^۱ خود را با نگرش های خود ارزش مندی جایگزین کند (۷).

در بازی درمانی آدلری بر همکاری والدین تأکید می شود. در مشاوره والدین، درمانگر تکنیک های مشاوره را با آموزش والدین ترکیب می کند و از این طریق والدین نقش خودشان را در نگرش ها و باورهای خود شکن فرزندشان بهتر درک می کنند (۲۶). هدف نهایی از بازی درمانی آدلری کمک به اعضای خانواده برای افزایش درکشان از پویایی های درون فردی و بین فردی خود، به دست آوردن بینش و نگرش مثبت و تغییرات پایدار در افکار، هیجانات و اعمال است (۲۳). تکنیک های آدلری مانند دلگرم کردن، منظومه خانواده (ترتیب تولد و تأثیرات هریک از اعضای خانواده بر رفتار یکدیگر)، خاطره های اولیه (از شخص خواسته می شود به عقب برگردد و حوادث اولیه زندگی خود را به خاطر آورد) و پی بردن به هدف به کودکان کمک می کنند خودشان را بیان کنند و احساساتشان را کشف کنند.

در بازی درمانی آدلری اسباب بازی هایی برای کودکان فراهم می شود که به آن ها اجازه می دهد، حس کنترل و تسلط را تجربه کنند. همچنین فرصت هایی برای تمرین رفتارهای مقبول اجتماع پیدا می کنند. کودکان شرکت کننده در بازی درمانی آدلری، حس شایستگی را تجربه می کنند و از درمانگر دلگرمی و حمایت دریافت می کنند و دیگر نیاز به انجام رفتارهای نامناسب ندارند (۱۱). دلگرمی بازخورد مثبتی است که به جای نتیجه بر تلاش متمرکز است. شخص برای اینکه انسانی کامل باشد، مجبور نیست بهترین باشد. با دلگرمی فرد فارغ از نتایجی که به دست می آورد، احساس ارزش مندی می کند.

در مطالعه مروری حاضر به بررسی پژوهش هایی پرداخته شد که در آن ها بازی درمانی آدلری برای کودکان با مشکلات گوناگون، به کار رفته است. نتایج نشان داد، بازی درمانی آدلری برای این کودکان نتایج مؤثری به همراه داشته است. بازی درمانی آدلری را می توان به بازی درمانی گروهی و انفرادی تقسیم کرد. در زمینه بازی درمانی گروهی، مینی والن و همکاران گزارش کردند که بازی درمانی گروهی آدلری، رفتارهای مخرب و چالشی کودکان را کاهش می دهد. بازی درمانی گروهی باعث می شود کودکان در کلاس همکاری و روابط بهتری با همسالان و بزرگسالان داشته باشند و دستورها را پیروی کنند و تلاش بیشتری در کارهای تحصیلی نشان دهند. دلیل بهبود این رفتارها می تواند بهبود رابطه کودک و معلم باشد؛ زیرا کودکانی که روابط مثبتی با معلم دارند، بیشتر درگیر فعالیت های مدرسه می شوند (۱۹). جمال الدین و همکاران گزارش کردند که بازی درمانی آدلری گروهی سلامت عمومی کودکان را بهبود می بخشد. در بازی درمانی آدلری گروهی به کودکان اسباب بازی هایی داده می شود که به آن ها امکان می دهد طیف گسترده ای از احساسات را ابراز کنند و احساس کنترل و تسلط کنند؛ همچنین فرصت هایی برای تمرین رفتارهای مقبول اجتماعی در طی جلسات مشاوره فراهم می شود. علاوه بر این،

References

1. Homeyer LE, Morrison OM. Play therapy practice, issues and trends. American Journal of Play. 2008;1(2):210-28.

³. Hesitant

⁴. Encouragement

¹. Self-defeating

². Facilitation of insight

2. Palmer EN, Pratt KJ, Goodway J. A review of play therapy interventions for chronic illness: applications to childhood obesity prevention and treatment. *International Journal of Play Therapy*. 2017;26(3):125–37. doi:[10.1037/pla0000045](https://doi.org/10.1037/pla0000045)
3. Jacob AM, Kathyayani B. A study to assess the effectiveness of yogic postures on Back pain among beedi rolling women in a selected rural area at Mangalore. *International Journal of Nursing Education*. 2017;9(2):1–5. doi:[10.5958/0974-9357.2017.00026.5](https://doi.org/10.5958/0974-9357.2017.00026.5)
4. Goodman G, Reed P, Athey-Lloyd L. Mentalization and play therapy processes between two therapists and a child with Asperger's disorder. *International Journal of Play Therapy*. 2015;24(1):13–29. doi:[10.1037/a0038660](https://doi.org/10.1037/a0038660)
5. Hidayat DR, Prabowo AS, Cahyawulan W, Fitriyani H. The efficacy of using play therapy in children with behavior disorders: a meta-analysis overview. *International Journal of Research Studies in Psychology*. 2016;5(3):63–9. doi:[10.5861/ijrsp.2016.1404](https://doi.org/10.5861/ijrsp.2016.1404)
6. Kottman T. Adlerian play therapy. *International Journal of Play Therapy*. 2001;10(2):1–12. doi:[10.1037/h0089476](https://doi.org/10.1037/h0089476)
7. Taylor DD, Bratton SC. Developmentally appropriate practice: Adlerian play therapy with preschool children. *The Journal of Individual Psychology*. 2014;70(3):205–19. doi:[10.1353/jip.2014.0019](https://doi.org/10.1353/jip.2014.0019)
8. Spencer FE. An assessment of adlerian life style and reading ability of ninth graders. Arizona: University of Arizona; 1984.
9. Rule WR, Bishop M. Adlerian lifestyle counseling: practice and research. First edition. New York: Routledge; 2006.
10. Frew J, Spiegler MD. Contemporary psychotherapies for a diverse world. First edition. New York: Routledge; 2013.
11. Meany-Walen KK, Bratton SC, Kottman T. Effects of Adlerian play therapy on reducing students' disruptive behaviors. *Journal of Counseling & Development*. 2014;92(1):47–56. doi:[10.1002/j.1556-6676.2014.00129.x](https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2014.00129.x)
12. Peterson A. Adlerian play therapy concepts: how to make activities therapeutic [Thesis for MSc]. The Faculty of the Adler Graduate School; 2015.
13. Hom-Yi L. The application of Adlerian psychotherapy for an adult with high functioning autism and depression. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*. 2017;8(3):00483. doi:[10.15406/jpcpy.2017.08.00483](https://doi.org/10.15406/jpcpy.2017.08.00483)
14. Thompson C. Organizational development 101: lessons from Star wars. *Journal of Individual Psychology*. 2007;63:424–39.
15. Jamaludin L, Johari KSK, Amat S, Lee GM. The effectiveness of Adlerian group play therapy-based counseling intervention on the holistic wellness of neglected children. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*. 2018;8(4):1242–53. doi:[10.6007/IJARBS/v8-i4/4157](https://doi.org/10.6007/IJARBS/v8-i4/4157)
16. Stutey DM, Dunn M, Shelnut J, Ryan JB. Impact of Adlerian play therapy on externalizing behaviors of at-risk preschoolers. *International Journal of Play Therapy*. 2017;26(4):196–206. doi:[10.1037/pla0000055](https://doi.org/10.1037/pla0000055)
17. Akay S, Bratton S. The effects of Adlerian play therapy on maladaptive perfectionism and anxiety in children: a single case design. *International Journal of Play Therapy*. 2017;26(2):96–110. doi:[10.1037/pla0000043](https://doi.org/10.1037/pla0000043)
18. Meany-Walen KK, Teeling S. Adlerian play therapy with students with externalizing behaviors and poor social skills. *International Journal of Play Therapy*. 2016;25(2):64–77. doi:[10.1037/pla0000022](https://doi.org/10.1037/pla0000022)
19. Meany-Walen KK, Bullis Q, Kottman T, Dillman Taylor D. Group Adlerian play therapy with children with off-task behaviors. *The Journal for Specialists in Group Work*. 2015;40(3):294–314. doi:[10.1080/01933922.2015.1056569](https://doi.org/10.1080/01933922.2015.1056569)
20. Dillman Taylor D, Meany-Walen KK. Investigating the effectiveness of Adlerian play therapy (AdPT) with children with disruptive behaviors: a single-case research design (SCRD). *Journal of Child and Adolescent Counseling*. 2015;1(2):81–99. doi:[10.1080/23727810.2015.1081519](https://doi.org/10.1080/23727810.2015.1081519)
21. Meany-Walen KK. Adlerian play therapy: effectiveness on disruptive behaviors of early elementary-aged children [Thesis for PhD]. [Texas]: University of North Texas; 2010.
22. Kottman T. Treatment manual for Adlerian play therapy. Unpublished manuscript; 2009.
23. Kottman T, Meany-Walen K. Partners in play: an Adlerian approach to play therapy. Third edition. Alexandria, VA: American Counseling Association; 2016.
24. Sweeney DS, Baggerly J, Ray DC. Group play therapy: a dynamic approach. First edition. New York: Routledge; 2014. doi:[10.4324/9780203103944](https://doi.org/10.4324/9780203103944)
25. Chinekesh A, Kamalian M, Eltemasi M, Chinekesh S, Alavi M. The effect of group play therapy on social-emotional skills in pre-school children. *Global Journal of Health Science*. 2013;6(2):163. doi:[10.5539/gjhs.v6n2p163](https://doi.org/10.5539/gjhs.v6n2p163)
26. Biglow JF. Adlerian therapy & EMDR: partners in play? [Thesis for MSc]. The Faculty Of The Adler Graduate School; 2014.