

# Cognitive-Behavioral Game Teaching on Impulsivity in Children with Attention-deficit hyperactivity disorder

Zarandi A<sup>1</sup>, \*Ghodrati S<sup>2</sup>, Vatankhah HR<sup>2</sup>

## Author Address

1. Master of Science in Consulting and Guidance, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran;

2. Assistant professor, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran;

\*Corresponding Author Email: sima.ghodrati17@yahoo.com

Received: 2017 Sep 22; Accepted: 2018 Sep 3

## Abstract

**Background & Objective:** Hyperactivity disorder is a nervous–developmental disorder that is characterized by continuous behavioral patterns such as attention–deficit or hyperactivity–impulsivity. One of the most prominent symptoms of this disorder is the problem of attention span, impulsivity, and excessive mobility that affects the functions of a person's life negatively. The absence of treatment raises the risk of academic failure, drug consumption abuse, and psychiatric disorders. One of the ways to help these children is the game. Cognitive–behavioral therapies include strategies that have been designed for changing the thinking, attitude, perception, and behavior of problematic individuals. In this approach, which cognitive–behavioral methods are used together, it is emphasized on the identification of false, negative, and irrational beliefs affecting the emotions and behaviors of patients and the correction of these underlying beliefs. Impulsivity is to act without sufficient thought and not to restrain the quick actions of mind and movement that occur in the absence of a conscious judgment. The primary goal of cognitive–behavioral therapy games is to identify and modify conflicting thoughts related to the child's emotional behaviors and problems. One way of helping these children are playing; through the use of play and the use of toys, children can convey thoughts, feelings, and concerns that they cannot express otherwise. This study aimed to determine the effectiveness of cognitive–behavioral game teaching on the impulsivity of children with attention–deficit.

**Methods:** The research method was a semi–experimental design with pretest–posttest design with randomized control group. The research population consisted of all 7 to 10 year–old school–age children with primary that had attention deficit and hyperactivity disorders in 3 district of Karaj. A total of 24 people were selected by multi–stage cluster sampling and randomly divided into two groups of experimental (12 people) and control (12 people). The experimental group received a cognitive–behavioral therapy game for 8 sessions of 30 minutes. Both groups responded to the Conners parent questionnaire in two stages of pre–test and post–test. Data were analyzed by covariance analysis using SPSS–20 software. All has been significant at level ( $p < 0.001$ ).

**Results:** The research results showed that there was a significant difference between the mean of behavioral problems, learning difficulties, psychological problems, impulsivity and anxiety–passivity in the experimental and control groups in the post–test stage.

**Conclusion:** According to the findings of the research, it can be concluded that behavioral–cognitive game teaching has been improved impulsivity and lack of attention of children with attention deficits/ hyperactivity.

**Keywords:** Cognitive play therapy, attention deficits/ hyperactivity disorder.

## اثر بخشی آموزش بازی مبتنی بر روش شناختی رفتاری بر تکانشگری کودکان مبتلا به ADHD

امینه زرنندی<sup>۱</sup>، \*سیما قدرتی<sup>۲</sup>، حمیدرضا وطن‌خواه<sup>۲</sup>

## توضیحات نویسندگان

۱. کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی، گروه روان‌شناسی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران؛

۲. استادیار گروه روان‌شناسی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران؛

\*وابانامه نویسنده مسئول: sima.ghodrati17@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۳۱ شهریورماه ۱۳۹۷؛ تاریخ پذیرش: ۱۲ شهریورماه ۱۳۹۷

## چکیده

**زمینه و هدف:** بیش‌فعالی، یک اختلال عصبی‌رشدی است که با الگوهای رفتاری مداومی چون بی‌توجهی یا بیش‌فعالی تکانشگری شناسایی می‌شود. هدف پژوهش تعیین اثربخشی آموزش بازی مبتنی بر روش شناختی رفتاری بر تکانشگری کودکان مبتلا به نقص تمرکز/بیش‌فعالی بود.

**روش بررسی:** روش پژوهش، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون‌پس‌آزمون با گروه گواه و گمارش تصادفی بود. جامعه پژوهش شامل تمام دانش‌آموزان پسر ۷ تا ۱۰ ساله مقطع ابتدایی دارای اختلال نقص تمرکز و بیش‌فعالی منطقه سه کرج بودند. از این میان، ۲۴ نفر به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۲ نفر) و گواه (۱۲ نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۳۰ دقیقه‌ای، بازی مبتنی بر روش شناختی رفتاری را دریافت کرد. هر دو گروه در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون به پرسش‌نامه والدین کانونز پاسخ دادند. داده‌های جمع‌آوری‌شده به وسیله تحلیل کوواریانس و با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ در سطح خطای (۰/۰۱) تجزیه و تحلیل شد.

**یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش نشان داد بین میانگین مشکلات سلوک، مشکلات یادگیری، مشکلات روان‌تنی، تکانشگری و اضطراب‌انفعال گروه آزمایش و گواه در مرحله پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد ( $p < 0/001$ ).

**نتیجه‌گیری:** با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که آموزش بازی مبتنی بر روش شناختی رفتاری، تکانشگری و عدم توجه کودکان مبتلا به نقص تمرکز/بیش‌فعالی را بهبود بخشید.

**کلیدواژه‌ها:** بازی درمانی شناختی، اختلال نقص تمرکز، بیش‌فعالی، تکانشگری.

اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی<sup>۱</sup> از جمله بحث‌انگیزترین اختلالات دوران کودکی و نوجوانی است که مطالعات متعددی را به خود اختصاص داده است. این اختلال که رایج‌ترین اختلال سلامت روانی دوران کودکی تشخیص داده شده است، بیش از هر اختلال دیگری، کودکان را به مراکز بهداشت روانی می‌کشاند (۱). اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی شایع‌ترین اختلال رفتاری دوران کودکی است. شیوع این اختلال بین ۳ تا ۵ درصد در میان کودکان است (۲). در پنجمین ویراست راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (DSM-5)، سه نوع فرعی برای این اختلال مطرح شده است: نوع عمدتاً بی‌توجه، نوع عمدتاً بیش‌فعال-تکانشگر و نوع مرکب. کودکان مبتلا به این اختلال علاوه بر سه نشانه‌ی اساسی نقص توجه، بیش‌فعالی و تکانشگری<sup>۲</sup>، اغلب به‌عنوان کودکان تحریک‌پذیر، مداخله‌جو، پرجنب‌وجوش، نامرتب، پرخاشگر، پرتنش و هیجانی مشخص می‌شوند و انواع مشکلات ثانویه‌ی دیگر را هم دارند (۳). بدین ترتیب تکانشگری از نشانه‌های بسیار مهم این اختلال است. تکانشگری سازه‌ای چندبعدی است و بهترین تعریف آن عبارت است از: زمینه‌ای برای واکنش‌های سریع و بدون برنامه به محرک‌های درونی یا بیرونی، بدون توجه به پیامدهای منفی این واکنش‌ها برای فرد تکانشگر یا دیگران (۴). تکانشگری مبادرت آنی به عمل، تمرکزناشتن بر فعالیت در دست اقدام و نداشتن برنامه‌ریزی و تفکر و بخشی از یک الگوی رفتاری و نه یک اقدام منفرد تعریف شده است (۵).

از طرفی، نینگ و همکاران بیان کرده‌اند کنترل و آموزش کودکانی که بیش‌فعال تکانشی بوده یا حواس‌پرتی زیادی دارند، در مقایسه با هم‌سالانی که کم‌تحرک‌اند، مشکل‌تر است. در نتیجه آن‌ها با مشکلات رفتاری بیشتری مواجه‌اند و معمولاً این افراد در برابر ابتلا به دیگر اختلالات روانی آسیب‌پذیرند (۶). یکی از راه‌های کمک به این کودکان بازی است و یکی از کارکردهای بازی در رشد کودکان، نقش درمانی آن است. بازی‌درمانی یک زبان ارتباطی برای کودک است و به‌عنوان یک ارتباط بین فردی پویا بین کودک و درمانگر آموزش‌دیده در فرایند بازی‌درمانی توصیف می‌شود که رشد ارتباط امن را برای کودک تسهیل می‌کند تا کودک به‌طور کامل خود را بیان کند. کودک از طریق بازی‌درمانی می‌تواند مهارت‌های خودکنترلی را بهتر فراگیرد (۷). از جمله روش‌های مؤثر بازی‌درمانی، بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری است. پیش‌فرض مورد استفاده آن است که واکنش کودک به یک رویداد، متأثر از معانی و مضامینی است که به رویداد نسبت می‌دهد. به‌بیان دیگر، پاسخ‌های عاطفی و رفتاری فرد به رویدادهای زندگی روزمره تابعی هستند از اینکه چگونه این رویدادها ادراک و یادآوری می‌شوند (۸). پژوهشگران پیشین تأثیر بازی‌درمانی را بر طیف گسترده‌ای از اختلالات روان‌شناختی تأیید کرده‌اند (۹-۱۶). در این راستا برخی از پژوهشگران نشان داده‌اند بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری بر اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی تأثیر دارد (۲۰-۱۷)؛ با این حال کمتر پژوهشی در ایران تأثیر بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری را

بر تکانشگری اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی بررسی کرده است. حال با توجه به تمامی مطالب گفته‌شده درباره مشکلات گسترده تحصیلی، شغلی، اجتماعی و خانوادگی برای کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی (۲۱) و اهمیتی که بازی‌درمانی در بیان افکار و احساسات کودکان دارد، این تحقیق بر آن شد تا به تعیین اثربخشی آموزش بازی مبتنی بر روش شناختی‌رفتاری بر تکانشگری کودکان مبتلا به نقص تمرکز/بیش‌فعالی بپردازد.

## ۲ روش بررسی

روش پژوهش حاضر، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون‌پس‌آزمون باگروه گواه و گمارش تصادفی بود. جامعه آماری این پژوهش تمام دانش‌آموزان پسر مقطع ابتدایی باگروه سنی ۷ تا ۱۰ ساله دارای اختلال نقص تمرکز و بیش‌فعالی بودند که در مدارس منطقه سه کرج در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ تحصیل می‌کردند. اعضای نمونه در این تحقیق، از طریق روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. بدین صورت که در ابتدا از بین تمام دانش‌آموزان پسر منطقه سه کرج که ۱۱۰۰ نفر بودند، با استناد به فرمول کوکران، ۲۸۳ نفر به‌صورت تصادفی به‌عنوان نمونه اولیه انتخاب شدند و پرسش‌نامه مقیاس کانرز (والدین) بین دانش‌آموزان اجرا شد که از این میان، ۲۴ نفر نمراتشان در تکانشگری، دو انحراف معیار بالاتر از میانگین کل بود که به‌صورت تصادفی در دو گروه گواه و آزمایش (هر گروه ۱۲ نفر) قرار گرفتند.

گروه آزمایش، فنون بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری را به‌مدت ۸ جلسه ۳۰ دقیقه‌ای، هر هفته یک جلسه دریافت کرد؛ اما گروه گواه هیچ مداخله‌ای را دریافت نکرد. قبل از اجرای جلسات بازی‌درمانی و نیز پس از اجرای جلسات آن، از اعضای گروه‌های آزمایش و گواه، پیش‌آزمون و پس‌آزمون، با مقیاس کانرز (والدین) ارزیابی صورت گرفت. گفتنی است پس از انتخاب نمونه، از شرکت‌کننده‌ها درخواست شد در مرکز مشاوره رازی کرج به‌منظور اجرای روند درمان حضور یابند. شیوه اجرا به این صورت بود که ابتدا همه کودکان به‌صورت انفرادی به اتاق بازی آمدند و با محیط درمان و پژوهشگر آشنا شدند تا از اضطراب آنان کاسته شود. گفتنی است در این پژوهش آموزش بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری به‌صورت گروهی انجام شده است. در ادامه، در جدول ۱ خلاصه‌ای از بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری ارائه شده است. در این پژوهش از یک پرسش‌نامه برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شده است.

- پرسش‌نامه والدین کانرز (CPRS)<sup>۲</sup>: این مقیاس را کانرز تهیه کرده است (۲۲). پرسش‌نامه کانرز بر اساس علائم تشخیصی نظام تشخیص طبقه‌بندی انجمن روان‌پزشکی آمریکا<sup>۳</sup> و ۴۸ سؤال دارد. این فرم درجه‌بندی توسط والدین کودک پر می‌شود. محدوده سنی در این پرسش‌نامه ۳ تا ۱۷ سال است. مقیاس کانرز به تغییرات درمانی حساس است. پاسخ هر سؤالی چهار گزینه دارد: اصلاً (۰)، فقط کمی (۱)، زیاد (۲)، خیلی زیاد (۳). خرده‌مقیاس‌های فرم کوتاه ویژه

۲. impulsivity

۳. Conners parent rating scale

۱. Hyperactivity-deficit attention disorder

والدین بر اساس تحلیل عوامل به این شرح است. (۲۴) گویه تحت عوامل زیر دسته‌بندی شده است): ۱. مشکلات سلوک با هشت گویه؛ ۲. مشکلات یادگیری با چهار گویه؛ ۳. مشکلات روان‌تنی با چهار گویه؛ ۴. بیش‌فعالی تکانشگری با چهار گویه؛ ۵. اضطراب‌انفعال با چهار گویه.

جدول ۱. فهرست فعالیت‌های جلسات بازی

جلسات	اهداف هر جلسه	بازی‌های مورد استفاده
اول	ایجاد رابطه‌درمانی، تقویت دقت دیداری	بازی‌های مدادکاغذی و مازها
دوم	تقویت ارتباطات فضایی	بازی بینشی مازها
سوم	افزایش توجه و تمرکز، کاهش تکانشگری	بازی نوشتن پنهانی
چهارم	کنترل رفتار و افزایش تمرکز	بازی هواپیما
پنجم	افزایش تمرکز	خواندن کتاب با صدای بلند
ششم	کنترل بدن، رفتار و بهبود تمرکز	بازی شمع و بازی کتاب
هفتم	تقویت شنیداری	بالاوپایین رفتن از پله با لیوان پر از آب، شمارش معکوس اعداد، بازی سایه‌ها
هشتم	تقویت دقت و حافظه و تمرکز، کاهش تکانشگری	بازی کلمات متوالی بازی شنیداری، خوب گوش کن، بازی بادکنک
		بازی توپ تخم‌مرغی بازی نوبتی

انحراف‌معیار، به توصیف وضعیت عمومی توزیع داده‌های پژوهش پرداخته می‌شود. از آزمون t دو جامعه مستقل، برای مقایسه سن دو گروه گواه و آزمایش استفاده شد. در نهایت برای بررسی اثر آموزش بازی، از روش تحلیل کوواریانس استفاده گردید و با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ در سطح خطای (۰/۰۱) تجزیه و تحلیل شد.

### ۳ یافته‌ها

در جدول ۲، آمار توصیفی مربوط به میانگین و انحراف‌معیار نمرات سن آزمودنی‌ها به تفکیک برای گروه گواه و گروه آزمایش نشان داده شده است. همان‌طور که ملاحظه می‌شود، میانگین سن افراد گروه گواه برابر با ۸/۲ با انحراف‌معیار ۲/۹۹ و میانگین سن گروه آزمایش برابر با ۸/۵ با انحراف‌معیار ۳/۵۶ است. با توجه به بزرگ‌تر بودن مقدار احتمال از مقدار ۰/۰۵، می‌توان نتیجه گرفت اختلاف آماری معناداری در سن دو گروه وجود نداشت.

جدول ۲. مقایسه میانگین سن شرکت‌کنندگان دو گروه گواه و آزمایش

گروه	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف‌معیار	مقدار احتمال
گواه	۷/۲	۹/۸	۸/۲	۲/۸۸	
آزمایش	۷/۵	۱۰	۸/۵	۳/۵۶	۰/۳۶۹

در جدول ۳ یافته‌های توصیفی (میانگین و انحراف‌معیار) هر یک از متغیرها گزارش شده است. همان‌طور که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود، بررسی پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس، یعنی آزمون همگنی واریانس (لون) و همگنی شیب‌ها در تمامی خرده‌مقیاس‌ها در سطح خطای ۱ درصد معنادار

روایی و پایایی مقیاس در مطالعات متنوع در کشورهای مختلفی گزارش شده است (۲۲). گویت، کانرز و اولریچ (۲۳) هم‌بستگی درونی را بین ۰/۴۱ تا ۰/۵۷ گزارش کرده‌اند. پایایی بازآزمایی را معادل ۰/۸۳ و هم‌سانی درونی بین زیرمقیاس‌های مختلف را از ۰/۵۲ تا ۰/۸۰ گزارش کرده‌اند (۲۴). در ایران، شهبان برای بررسی روایی، تحلیل عوامل با مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس به منظور پی‌بردن به ساختارهای زیربنایی آزمون انجام داد که چهار عامل مشکلات سلوک، مشکلات اجتماعی، اضطراب خجالتی و روان‌تنی به دست آمد. به‌منظور محاسبه پایایی، از روش بازآزمایی و آلفای کرونباخ و پایایی بین نمره‌گذاران استفاده شد. ضریب پایایی بازآزمایی ۰/۵۸ برای نمره کل و از ۰/۴۱ تا ۰/۷۶ برای زیرمقیاس مشکلات اجتماعی تا ۰/۷۳ برای نمره کل، معادل ۰/۷۳ و از ۰/۵۷ تا ۰/۸۶ برای زیرمقیاس اضطراب‌خجالتی متغیر بود (۲۲). در ابتدا با استفاده از روش‌های آمار توصیفی، نظیر میانگین و

جدول ۳. نتایج میانگین و انحراف معیار متغیرهای مطالعه

شاخص‌های آماری گروه‌ها	مراحل	میانگین	انحراف معیار
مشکلات سلوک	پیش‌آزمون	۱۶/۰۸	۴/۱۰
	پس‌آزمون	۱۲/۹۱	۳/۲۳
گواه	پیش‌آزمون	۱۶/۹۱	۳/۷۰
	پس‌آزمون	۱۶/۵۰	۰/۵۸
مشکلات یادگیری	پیش‌آزمون	۵/۲۵	۳/۰۴
	پس‌آزمون	۳/۱۶	۲/۵۱
گواه	پیش‌آزمون	۵/۳۳	۲/۶۷
	پس‌آزمون	۵/۴۱	۲/۷۱
مشکلات روان‌تنی	پیش‌آزمون	۵/۵۰	۲/۵۴
	پس‌آزمون	۳/۵۰	۱/۴۴
گواه	پیش‌آزمون	۵/۰۰	۲/۲۹
	پس‌آزمون	۵/۱۶	۲/۰۸
بیش‌فعالی تکانشگری	پیش‌آزمون	۱۰/۴۱	۱/۴۴
	پس‌آزمون	۶/۳۳	۲/۶۷
گواه	پیش‌آزمون	۱۰/۳۳	۱/۵۵
	پس‌آزمون	۹/۸۳	۱/۵۲
مشکلات یادگیری	پیش‌آزمون	۸/۶۶	۱/۸۲
	پس‌آزمون	۵/۹۱	۲/۲۷
اضطراب‌انفعال	پیش‌آزمون	۸/۳۳	۲/۰۵
	پس‌آزمون	۸/۴۱	۲/۴۲

جدول ۴. نتایج آزمون همگنی واریانس و همگنی شیب‌ها

شاخص‌های آماری گروه‌ها	همگنی واریانس		همگنی شیب‌ها	
	آماره آزمون	مقدار p	آماره آزمون	مقدار p
مشکلات سلوک	پیش‌آزمون	۰/۲۳۸	۱/۶۰	۰/۲۱۶
	پس‌آزمون	۲/۶۵	۰/۱۲۶	
مشکلات یادگیری	پیش‌آزمون	۲/۴۴	۰/۱۳۲	۰/۷۳۸
	پس‌آزمون	۲/۰۲	۰/۳۱۷	
مشکلات روان‌تنی	پیش‌آزمون	۰/۲۱۹	۰/۶۴۴	۰/۱۰۲
	پس‌آزمون	۲/۴۶	۰/۲۱۴	
بیش‌فعالی تکانشگری	پیش‌آزمون	۲/۱۷	۰/۱۵۴	۰/۵۳۰
	پس‌آزمون	۲/۱۲	۰/۱۱۹	
اضطراب‌انفعال	پیش‌آزمون	۲/۶۶	۰/۱۱۷	۰/۳۹۸
	پس‌آزمون	۰/۱۳۰	۰/۸۳۴	

جدول ۵. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس

تحلیل کوواریانس			شاخص‌های آماری گروه‌ها	
آماره آزمون	مقدار p	اندازه اثر		
۲۴/۸۳	<۰/۰۰۱	۰/۵۴۲	پیش آزمون پس آزمون	مشکلات سلوک
۹/۳۹	<۰/۰۰۱	۰/۳۰۹	پیش آزمون پس آزمون	مشکلات یادگیری
۱۶/۸۶	<۰/۰۰۱	۰/۴۴۵	پیش آزمون پس آزمون	مشکلات روان‌تنی
۱۹/۵۱	<۰/۰۰۱	۰/۴۷۵	پیش آزمون پس آزمون	بیش‌فعالی تکانشگری
۱۸/۷۱	<۰/۰۰۱	۰/۳۴۷۱	پیش آزمون پس آزمون	اضطراب‌انفعال

همین طور در جریان بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری، مؤلفه‌های حافظه، از جمله حافظه کلامی و حافظه بینایی‌فضایی، با استفاده از اشکال، حروف و اعداد، برای کودکان اجرا و تقویت می‌شود (۱۲)؛ بنابراین می‌توان اظهار داشت این نوع بازی‌ها که در راستای تقویت حافظه و موجب تقویت حافظه بینایی شده است، در نهایت موجب بهبود عملکردهای شناختی می‌شود. گفتنی است توانایی‌های شناختی همچون داشتن حافظه بهتر می‌تواند روند یادگیری را تسهیل کند و به بهبود فرایند یاددهی یادگیری، به‌خاطر سپاری و یادآوری بهتر منجر شود. از دیگر سو، تخلیه هیجانی و بروز عواطف منفی و ترس‌ها حین بازی، می‌تواند به‌عنوان پالایش روانی عمل کند و در نهایت مشکلات روان‌تنی را کم کند. در این راستا به نظر می‌رسد بازی‌هایی همانند نوشتن پنهانی، ممکن است زمینه را برای تسهیل ابراز هیجانات سرکوب‌شده فراهم کند و این کودکان با بروز هیجانات سرکوب‌شده خود، کمتر نشانه‌های روان‌تنی را بروز خواهند داد و این موارد نیز می‌تواند از شدت اضطراب ایشان بکاهد. همچنین در فرایند بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری، کودک به‌واسطه مشارکت در بازی از طریق توجه‌کردن به موضوعاتی چون کنترل، تسلط و پذیرش مسئولیت در قبال تغییر رفتار شخصی خویش، ایجاد می‌شود (۲۳)؛ بنابراین با همراهی کودک در فرایند بازی‌درمانی، مشکلات کودکان با بیش‌فعالی کاهش می‌یابد.

محدودبودن جامعه پژوهش به دانش‌آموزان پسر مقطع ابتدایی منطقه سه کرج و همین طور پیگیری‌نکردن اثرات درمان، از محدودیت‌های این پژوهش است. با توجه به نتایج پیشنهاد می‌شود وزارت آموزش و پرورش با آموزش گسترده مشاوران در زمینه بازی‌درمانی، از این روش در مدارس استفاده کند تا بتوان به‌طور گسترده اختلالات روان‌شناختی از جمله بیش‌فعالی/نقص توجه را در دانش‌آموزان کاست. همین طور مدیران مدارس با مشورت با مشاوران و روان‌شناسان صاحب‌نظر، محیط مدارس را طوری طراحی کنند که بتوان محیط را برای بازی‌های ارتقادهنده توانایی‌های شناختی و بهبوددهنده سلامت روان و کاهش‌دهنده اختلالات روانی همچون بیش‌فعالی/نقص توجه، گسترش داد و از بازی بیش از پیش استفاده شود.

مقدار احتمال مقادیر آماره آزمون (F) محاسبه‌شده در تحلیل کوواریانس، به‌ترتیب برای مشکلات سلوک ( $p < 0/001$ )، مشکلات یادگیری ( $p < 0/001$ )، مشکلات روان‌تنی ( $p < 0/001$ )، بیش‌فعالی تکانشگری ( $p < 0/001$ ) و اضطراب‌انفعال ( $p < 0/001$ ) نشان داد بین دو گروه اختلاف معناداری وجود دارد. به‌طور کلی نتایج نشان‌دهنده کاهش معنادار نمرات گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه در پس‌آزمون بود.

#### ۴ بحث

نتایج حاصل از پژوهش نشان داد بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری در بهبود مشکلات سلوک، مشکلات یادگیری، مشکلات روان‌تنی، بیش‌فعالی تکانشگری و اضطراب‌انفعال کودکان مبتلا به نقص تمرکز/بیش‌فعالی تأثیر معناداری دارد.

درمانگران، از فعالیت‌های بازی به‌عنوان وسیله‌ای برای تغییر و اصلاح رفتار بهره می‌گیرند تا رفتارهای سازگارانه را تقویت کنند یا از موقعیت‌های بازی استفاده کنند تا مهارت‌های حل مسئله و سازگاری را آموزش دهند (۹). بدین ترتیب در جریان بازی‌درمانی، کودک ناچار است در اسباب‌بازی‌ها، ابزارها و زمان بازی، با درمانگر یا دیگران شریک شود. البته بازی درمانگر نیز به کودک کمک می‌کند به دیگران احترام بگذارد و آن‌ها را اذیت نکند. کودک می‌فهمد که جروب‌بحث‌کردن و اذیت‌کردن دیگران و سرکش بودن زمان‌بر است و از فرصتش برای توضیح آنچه انجام داده است، می‌کاهد؛ بدین ترتیب این کودکان که تحت آموزش بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری قرار گرفته‌اند، با یادگیری و کسب مهارت‌های اجتماعی و احترام به دیگران و همین‌طور یادگیری نحوه حل مسائل اجتماعی، توانسته‌اند از رفتارهای گستاخانه، زودرنج‌بودن، خراب‌کاری و مشاجره پرهیز کنند و این‌ها در کاهش مشکلات سلوک مؤثر است. همین‌طور کودک می‌تواند شیوه‌های ناسازگارانه مقابله را با راه‌های سازگارانه‌تر جایگزین کند و بدین‌سان توانایی بیشتری برای سازگاری با محیط داشته باشد و در نتیجه احساس کنترل و پیش‌بینی‌پذیری در وی ایجاد شود؛ در نهایت وی می‌تواند نگرانی و تشویش و اضطراب خود را بهتر کنترل کند.

## ۵ نتیجه‌گیری

به‌طور کلی نتایج نشان‌دهنده کاهش معنی‌دار نمرات گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه در پس‌آزمون بود که بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت آموزش بازی مبتنی بر روش شناختی‌رفتاری در بهبود مشکلات سلوک، مشکلات یادگیری، مشکلات روان‌تنی، بیش‌فعالی تکانشگری و اضطراب کودکان مبتلا به ADHD مؤثر بوده است.

## References

1. Nejati A, Mosavi R, Roshan R, Mahmodigharaei J. Effectiveness of child-parent relationship therapy (CPRT) on the improvement of mothers' parenting of children 8 - 11 years with ADHD. *Journal of Clinical Psychology*. 2016;8(1):37-49. [Persian] doi:[10.22075/JCP.2017.2225](https://doi.org/10.22075/JCP.2017.2225)
2. Hakimjavadi M, Gholamali Lavasani M, Shakouri HR, Abdolahifar A, Momeni F. Comparison of the efficacy of behavioral, medicinal and combination of behavioral and medicinal therapy on reduction of hyperactivity / attention deficit disorder symptoms in children. *J Gorgan Univ Med Sci*. 2015;17(1):42-7. [Persian] <http://goums.ac.ir/journal/article-1-2279-en.html>
3. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5). Fifth Edition. Philadelphia, USA: American Psychiatric Association; 2013, pp:451-60. doi:[10.1176/appi.books.9780890425596](https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596)
4. Kachooei M, Moradi A, Kazemi A S, Ghanbari Z. The discriminative role of emotion regulation and impulsivity in different unhealthy eating patterns. *Feyz*. 2016;20(4):383-90. [Persian] <http://feyz.kaums.ac.ir/article-1-3141-en.html>
5. Ghamari-Givi H, Mojarrad A. Prediction of Tendency to Addiction Using Attachment Style and Impulsivity. *Journal of Health and Care*. 2016;18(1):17-27. [Persian] <http://hcjournal.arums.ac.ir/article-1-433-en.html>
6. Nigg JT, Johnstone JM, Musser ED, Long HG, Willoughby MT, Shannon J. Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) and being overweight/obesity: New data and meta-analysis. *Clin Psychol Rev*. 2016;43:67-79. doi:[10.1016/j.cpr.2015.11.005](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.11.005)
7. Porter ML, Hernandez-Reif M, Jessee P. Play therapy: a review. *Early child Developmental and care*. 2009;179(8):1025-40. doi:[10.1080/03004430701731613](https://doi.org/10.1080/03004430701731613)
8. Thompson C, Rudolph L, Linda B. *Counseling children*. New York (NY): Brooks Cole; 2007.
9. Safary S, Faramarzi S, Abedi A. Effectiveness of cognitive-behavioral play therapy on behavioral symptoms of disobedient students. *J Urmia Univ Med Sci*. 2014;25(3):258-67. [Persian] <http://umj.umsu.ac.ir/article-1-2201-en.html>
10. Malekpour M, Nesai Moghadam B. Effect of sandplay therapy on cognitive development of educable mentally retarded. *Research of Cognitive and Behavioral Sciences*. 2014;4(1):141-54. [Persian]
11. Bakhshayesh A, Mirhosseini R. Effectiveness of play therapy on the reduction of children's severity symptoms with attention deficit/hyperactivity disorder (ADHD) and promotion of their academic performance. *J Ilam Univ Med Sci*. 2015;22(6):1-13. [Persian] <http://sjimu.medilam.ac.ir/article-1-1586-en.html>
12. Salamat M, Moghtadaei K, Kafi M, Abedi AR, Hosein Khanzadeh A. The effectiveness of cognitive-behavioral play therapy on memory and social skills of children with spelling learning disability. *Journal of Research in Behavioural Sciences*. 2014;11(6):556-66. [Persian]
13. Hirschfeld MR, Wittenborn AK. Emotionally focused family therapy and play therapy for young children whose parents are divorced. *J Divorce Remarriage*. 2016;57(2):133-50. doi: [10.1080/10502556.2015.1127878](https://doi.org/10.1080/10502556.2015.1127878)
14. Stulmaker HL, Ray DC. Child-centered play therapy with young children who are anxious: A controlled trial. *Child Youth Serv Rev*. 2015;57:127-33. doi:[10.1016/j.childyouth.2015.08.005](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2015.08.005)
15. Bratton SC, Ray D, Rhine T, Jones L. The efficacy of play therapy with children: A meta-analytic review of treatment outcomes. *Professional Psychology: Research and Practice*. 2005;36(4):376-90. doi:[10.1037/0735-7028.36.4.376](https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.4.376)
16. Gokhale P, Solanki PV, Agarwal P. To study the effectiveness of play based therapy on play behaviour of children with Down's syndrome. *The Indian Journal of Occupational Therapy*. 2014;46(2):41-8.
17. Schottelkorb AA, Ray DC. ADHD symptom reduction in elementary students: a single-case effectiveness design. *Journal of professional school counseling*. 2009;13(1). doi:[10.1177/2156759X0901300105](https://doi.org/10.1177/2156759X0901300105)
18. Thyagarajan R. A case study using cognitive-behavioral therapy-management of ADHD. *The International Journal of Indian Psychology*. 2016;3(3):52-66.
19. Pushkarna P. ADHD, an account of a successful play therapy (psychoanalytical psychotherapy). *Apollo medicine*. 2014;11(1):35-36. doi:[10.1016/j.apme.2014.01.010](https://doi.org/10.1016/j.apme.2014.01.010)
20. Akbari B, Rahmati F. The efficacy of cognitive behavioral play therapy on the reduction of aggression in preschool children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Child Mental Health*. 2015;2(2):93-100. [Persian] <http://childmentalhealth.ir/article-1-53-en.html>

21. Cardoso-Moreno MJ, Tomas-Aragones L, Rodriguez-Ledo C. Socio-emotional intervention in attention deficithyperactive disorder. *European Journal of Education and Psychology*. 2015;8(2):53-9. doi:[10.1016/j.ejeps.2015.07.001](https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2015.07.001)
22. Shahaieian A, Shahim S, Bashash L, Yousefi F. Standardization, factor analysis and reliability of the conners' parent rating scales for 6 to 11 years old children in Shiraz. *Journal of Educational Psychology Studies*. 2007;3(3):97-120. [Persian]
23. Goyette CH, Conners CK, Ulrich RF. Normative data on revised Conners parent and teacher rating scales. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 1978;6(2):221-36. doi:[10.1007/BF00919127](https://doi.org/10.1007/BF00919127)
24. Gianarris WJ, Golden CJ, Greene L. The Conners' Parent Rating Scale: A critical review of the literature. *Clin Psychol Rev*. 2001;21(7):1061-93. doi:[10.1016/S0272-7358\(00\)00085-4](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(00)00085-4)