

استفاده از مهارت های بازی بر مهارت های
اجتماعی و کنترل خشم در کودکان

سمیرا احمدی سلمی

مریم احمدی سلمی



سرشناسه	:	احمدی سلمی، سمیرا، ۱۳۶۸-
عنوان و نام پدیدآور	:	اهمیت و نقش بازی در مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم کودکان / سمیرا احمدی سلمی، مریم احمدی سلمی.
مشخصات نشر	:	تهران: گنجور، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	:	۱۱۵ ص:، ۱۴×۲۱ س.م.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۷۲۳۳-۸۷-۲ ریال ۳۰۰۰۰
وضعیت فهرست نویسی	:	فیفا
یادداشت	:	کتابنامه: ص. ۱۱۵.
موضوع	:	بازی‌های کودکان -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	:	Children's games -- Psychological aspects
موضوع	:	بازی درمانی
موضوع	:	Play therapy
موضوع	:	مهارت‌های اجتماعی در کودکان
موضوع	:	Social skills in children
موضوع	:	خشم در کودکان
موضوع	:	Anger in children
موضوع	:	خشم پیشگیری
موضوع	:	Anger -- Prevention
شناسه افزوده	:	احمدی سلمی، مریم، ۱۳۷۵-
رده بندی کنگره	:	BF۷۱۷
رده بندی دیویی	:	۱۵۵/۴۱۸
شماره کتابشناسی ملی	:	۷۲۹۲۵۵۳



استفاده از مهارت‌های بازی در مهارت‌های اجتماعی کودکان

تألیف: سمیرا احمدی سلمی، مریم احمدی سلمی

ناشر: گنجور

سال و نوبت چاپ: ۱۳۹۹-اول

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

حق چاپ محفوظ است

ISBN: 978-622-7233-87-2

میدان انقلاب - ابتدای کارگر جنوبی - کوچه شهدای ژاندارمری - پلاک ۱۲۷

تلفن: ۰۹۹۰۱۹۱۰۲۰۸ - ۰۹۱۲۰۶۱۷۲۸۳ - ۰۲۱۶۶۴۹۱۰۵۶

سایت انتشارات: www.ganjoorpub.ir

فهرست مطالب

عنوان

صفحه

پیشگفتار.....	۱۱
مقدمه.....	۱۵
تاریخچه ی بازی.....	۱۶
اهمیت و نقش بازی در تربیت کودک.....	۱۷
بازی پیامبر به کودکان.....	۲۰
نقش های بازی.....	۲۴
نقش بازی در رشد جسمانی.....	۲۵
نقش بازی در رشد عقلانی و اعتماد به نفس.....	۲۶
نقش بازی در رشد عواطف.....	۲۶
نقش بازی در رشد اجتماعی و ارتباط با همسالان.....	۲۶
نظر «کاپلان» درباره ی نقش بازی بر رشد اجتماعی کودک.....	۲۸
نقش بازی در رشد خلاقیت.....	۲۹
نقش بازی در رشد استقلال فردی.....	۲۹
نقش بازی در بهداشت روانی کودک.....	۳۰
نقش بازی در رشد ذهنی و هوشی.....	۳۱
نقش های اخلاقی بازی.....	۳۱
نقش های آموزشی و تربیتی بازی.....	۳۲
نقش درمانی بازی.....	۳۳
عوامل مؤثر در بازی.....	۳۵
تاثیر جنس.....	۳۵

۳۸.....	تاثیر هوش
۳۹.....	تاثیر سن
۴۰.....	تاثیر محیط
۴۱.....	مهارت اجتماعی کودکان
۴۳.....	نحوه آموزش مهارت اجتماعی به کودکان
۴۶.....	پایه‌های توسعه مهارت‌های اجتماعی
۴۸.....	خشم چیست؟
۵۲.....	خشم در کودکان
۵۳.....	کنترل خشم در کودکان
۵۳.....	۱. آموزش تمایز احساس و رفتار برای کنترل خشم کودک
۵۴.....	۲. الگوی خوبی برای مدیریت و کنترل خشم باشید
۵۵.....	۳. داشتن قانون برای تعیین حد
۵۶.....	۴. آموزش مهارت‌های مقابله‌ای سالم برای کنترل خشم کودک
۵۶.....	۵. کودک را با عواقب رفتارش روبه‌رو کنید
۵۷.....	۶. بازی درمانی
۵۷.....	مشاوره تربیت کودک برای مدیریت و کنترل خشم کودکان
۵۸.....	۱. بازی‌های فردی
۵۹.....	۲. بازی‌های گروهی
۶۱.....	انواع بازی
۶۲.....	بازی‌های جسمی
۶۳.....	بازی‌های تقلیدی
۶۴.....	بازی‌های تخیلی
۶۵.....	بازی‌های نمایشی
۶۶.....	بازی‌های نمادی
۶۷.....	بازی‌های قانونمند
۶۷.....	بازی‌های قرآنی و آموزشی

۷۰.....	بازشناسی خشم
۷۱.....	بازشناسی روان شناسی انگیزش و هیجان
۷۴.....	۱. احساس ها
۷۴.....	۲. انگیزش و بدن
۷۵.....	۳. هدفمندی
۷۵.....	۴. اجتماعی - بیانگر
۹۰.....	رشد زنی و مکالمه
۹۱.....	ابتکار در برابر گناه (رشد روانی - اجتماعی)
۹۳.....	رشد هیجانی کودک
۹۳.....	شناخت کودک از همسالان
۹۴.....	مرز پژوهش جدید
۹۵.....	از شش سالگی تا یازده سالگی
۹۵.....	دانشته های کودک (رشد شناختی)
۹۶.....	تغییرات در خودپنداره
۹۷.....	سخت کوشی در برابر حقارت (رشد روانی - اجتماعی)
۹۸.....	رشد و شناخت هیجانی
۹۹.....	راه کارهای بهره برداری از خشم
۱۰۰.....	راه کار اول: حل مساله
۱۰۱.....	۱. تشخیص مساله (خشم)
۱۰۲.....	۲. تعریف هدف ها و بازنمایی مساله (خشم)
۱۰۲.....	۳. کشف راه حل مساله (راه مناسب کنترل خشم)
۱۰۳.....	۴. عمل کردن بر روی راه حل کشف شده و پیش بینی نتایج
۱۰۳.....	۵. نگاه به عقب و ارزش یابی نتایج فعالیت های گروه
۱۰۷.....	بحث نتیجه گیری
۱۱۵.....	فهرست منابع و مآخذ

پیشگفتار

بازی یکی از مهم‌ترین شیوه‌هایی است که اغلب روانشناسان بالینی، روان تحلیل‌گران و مشاوران برای درمان مشکلات کودکان به کار می‌برند. بازی روشی است که به وسیله آن ابزار طبیعی بیان حالت کودک، یعنی بازی، به عنوان متد درمانی وی به کار گرفته می‌شود تا به کودک کمک کند فشارهای احساسی خویش را تحت کنترل قرار دهد. در حقیقت بازی در درمان کودکان یک وسیله و ابزار ارتباطی است که با کلمات یعنی وسیله ارتباط بزرگسالان قابل مقایسه است. انون بازی و اسباب بازی، کلمات کودکان هستند و اگر آنها به دقت انتخاب شوند، می‌توانند فرصتی برای کودکان فراهم آورند تا احساسات و مشکلات خود را بیان کنند که تجربه کرده‌اند بیان دارند.

در طول اولین جلسات بازی، درمانگر بازی کودک را محدود نمی‌نماید، همچنان که کودک بازی را آغاز می‌کند و ادامه می‌دهد، درمانگر نیز به تدریج تلاش می‌نماید که بخشی از بازی کودک گردد. در واقع عامل مهم

برای تغییر اختلال عاطفی کودک، قبول همراه با درک بیانات و احساسات کودک است. کودک در اتاق بازی قادر خواهد بود احساس اضطراب، خصومت و ناامنی خود را از طریق بازی بیان نماید.

در این مدت زمان، انتخاب وسیعی از اسباب بازیها برای کودک وجود دارد و این امر در کنار رفتار پذیرای درمانگر به کودک اجازه می دهد بدون نیاز به بروز نشانه های عاطفی و سمبلیک قوی، تنها به اجرای مجدد فعالیت های داده مربوط به تجربیات روزانه خود بپردازد. در این محیط درمانگر با مشاهده دقیق رفتار و عملکرد و صحبت های کودک، سعی می کند تصویر درست از مشکل هیجانی یا رفتاری کودک به دست آورد. البته لازم به ذکر است فضای بازی باید به گونه ای باشد که علاوه بر این که کودک می داند در آن می تواند به راحتی اظهار عقیده و احساس کند، حدود مشخصی وجود داشته باشد مانند: محدودیت در خراب کردن وسایل و مواد بازی، خروج بعد از ساعت تعیین شده و ...

از جمله روشهای مؤثر بازی درمانی، روش شناختی- رفتاری است. در این روش، بر نگرشهای ناسازگارانه یا ناکارآمد تأکید می شود. بر این روش، چنین فرض می شود که آنها فاقد مهارت‌های رفتاری مناسب هستند یا باورها و محتویات شناخت، یا استعداد‌های حل مسأله از جهاتی آشفته و مختل می باشند. با در نظر داشتن این موضوع، برای درمانگران شناختی- رفتاری همواره سعی می کنند از طریق تسهیل کسب مهارت‌های رفتاری

جدید و فراهم آوردن تجربیاتی که تغییر شناختی را تسهیل کند، به کودک و نوجوان کمک کنند. به این ترتیب، روند درمان برای سنجش دقیق عواملی شروع می‌شود که مشکل رفتاری یا هیجانی کودک را ایجاد می‌کند؛ سپس روش‌هایی ارایه می‌شود که به منظور افزایش توانایی رفتاری و تعویض تفکر سازگارانه به تفکر سازگارانه طراحی شده است.

مهارت‌های خودآگاهی، خودکنترلی، آموزش روابط اجتماعی، شناسایی افکار ناکارآمد، استفاده از راهکارهای مناسب به جای رفتارهای نامناسب با الگو سازی شناسایی خطاهای شناختی کودکان، مهارت‌های حل مساله، آموزش تن آرامی، خوابیدن دای، تصور لذت بخش و تقویت مثبت، آموزش خودگویی‌های مثبت، خودخواهی، خودکنترلی، کنترل خشم، شناسایی هیجانات مثبت و منفی کودکان از جمله روش‌های رایج مورد استفاده در رویکرد شناختی رفتاری است. این روش‌ها در قالب تکنیک‌های موثری چون بازی نمایش عروسکی، ایفای نقش، قصه‌گویی و کتاب خوانی، نقاشی و تصویرسازی، قصه‌سازی، بازی‌های حرکتی، سن بازی و ... اجرا می‌شوند. کودکان در چنین چهارچوبی با بازپیداوری مکرر موضوعات رویدادهای مهم، احساسات و هیجان‌های خود را برون‌ریزی می‌کنند، به سبب به دست آمدن جدیدی دست می‌یابند و شیوه‌های سازش یافته تر حل مساله را برمی‌گزینند.