

# بازی درمانی

( همراه با تمرین های عملی )

تألیف دکتر سید محمد نیکزادی

سجاد نیکزادی پناه

راهنای حاجی قاسم

محمد نیکزادی پناه



۱۳۹۵



سرشناسه : نیکزادی پناه، سجاد، ۱۳۷۳ -  
 عنوان و نام پدیدآور : بازی درمانی (همراه با تمرینهای عملی) / سجاد نیکزادی پناه، راهله حاجی قاسمی، محمد نیکزادی پناه.  
 مشخصات نشر : تربت حیدریه: چشم انداز قطب، ۱۳۹۵.  
 مشخصات ظاهری : ۹۰ ص: مصور (رنگی).  
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۰۹-۰۴-۲  
 وضعیت فهرست نویسی : فیا  
 موضوع : بازی درمانی  
 مؤلف : Play therapy  
 شناسه افزود : حاجی قاسمی، راهله، ۱۳۶۵ -  
 شناسه افزود : نیکزادی پناه، محمد، ۱۳۵۸ -  
 رده بندی کنگره : ۱۳۰۵/۵۰۵/۲۹  
 رده بندی دیویی : ۶۱۸/۹۲۸۹/۵۰۴  
 شماره کتابشناسی ملی : ۴۷۷۲۵۰

تربت حیدریه، خیابان رازی، رازی ۲



عنوان کتاب ..... بازی درمانی (همراه با تمرین های عملی)  
 مؤلف ..... سجاد نیکزادی پناه، راهله حاجی قاسمی، محمد نیکزادی پناه  
 صفحه آرا ..... رضا کاوه  
 طراح جلد ..... سجاد نیکزادی پناه  
 ناشر ..... چشم انداز قطب  
 شمارگان ..... ۱۰۰۰ نسخه  
 نوبت چاپ ..... اول ۱۳۹۵  
 قیمت ..... ۱۲۰۰۰ تومان

ISBN: 978-600-8509-04-2

# فهرست

|         |                                      |
|---------|--------------------------------------|
| ۱۱..... | پیش گفتار.....                       |
| ۱۲..... | تعریف بازی.....                      |
| ۱۳..... | اهمیت بازی.....                      |
| ۱۴..... | انواع بازی.....                      |
| ۱۶..... | انواع اسباب بازی.....                |
| ۱۷..... | ۱- اسباب بازی‌های سازمان یافته.....  |
| ۱۷..... | ۲- اسباب بازی‌های سازمان نیافته..... |
| ۱۷..... | ارزش درمانی بازی.....                |
| ۱۷..... | ارزش‌ها و فواید بازی.....            |
| ۱۷..... | ۱- ارزش بدنی.....                    |
| ۱۸..... | ۲- ارزش ذهنی.....                    |
| ۱۸..... | ۳- ارزش اجتماعی و عاطفی.....         |
| ۱۸..... | روش‌های بازی درمانی.....             |
| ۱۹..... | اصول بازی درمانی.....                |
| ۱۹..... | ویژگی‌های بازی درمانگران.....        |
| ۲۰..... | مراحل مختلف بازی‌های کودک.....       |

|    |                                                     |
|----|-----------------------------------------------------|
| ۲۱ | عوامل موثر در بازی                                  |
| ۲۲ | اشکال بازی از نظر ژان پیاژه                         |
| ۲۳ | نقاشی کودکان                                        |
| ۲۴ | موضوعات نقاشی کودکان                                |
| ۲۵ | نظریه‌های مربوط به بازی درمانی                      |
| ۲۵ | ۱- نظریه انرژی اضافی                                |
| ۲۵ | ۲- نظریه پیش تمرین                                  |
| ۲۵ | ۳- نظریه استمرار و رفع فستکی                        |
| ۲۶ | ۴- نظریه تکرار عزیمت‌های اجمادی                     |
| ۲۶ | ۵- نظریه سوراخ اسکاکی                               |
| ۲۶ | ۶- نظریه فردریج فروبل                               |
| ۲۶ | ۷- نظریه ژان ژاک روسو                               |
| ۲۷ | ۸- نظریه زیگموند فروید                              |
| ۲۷ | ۹- نظریه اریک اریکسون                               |
| ۲۷ | ۱۰- نظریه کریست ائی                                 |
| ۲۷ | ۱۱- نظریه رفتار درمانگرها در مورد بازی              |
| ۲۸ | چند نکته در خصوص فراهم کردن شرایط بازی کودکان       |
| ۲۸ | تاثیر بازی در رشد اعتماد به نفس کودک                |
| ۲۸ | بازی‌هایی برای پیشگیری و درمان اختلالات یادگیری     |
| ۲۹ | بازی‌های هماهنگی حرکتی-دیداری                       |
| ۳۷ | بازی‌های تشخیص شکل از زمینه                         |
| ۴۴ | بازی‌های شباهت‌ها و تفاوت‌ها                        |
| ۵۳ | بازی‌های دقت و توجه                                 |
| ۶۱ | بازی‌های افزایش دقت و تمرکز مواس در کودکان پیش فعال |
| ۶۱ | بازی مازها (هزارتو)                                 |

|         |                                        |
|---------|----------------------------------------|
| ۶۴..... | بازی صندلی‌ها                          |
| ۶۴..... | بازی بادکنک فشردن                      |
| ۶۶..... | بازی گروپ گروپ راه رفتن و ترکاندن میاب |
| ۶۷..... | شن بازی درمانی                         |
| ۷۰..... | پیوست                                  |
| ۸۶..... | منابع                                  |
| ۸۶..... | منابع فارسی                            |
| ۸۹..... | منابع انگلیسی                          |

## پیش گفتار

از دنیای پرهیاهوی کودکان و نوجوانان در روز تا عصر نوین و ماشینی امروز سالها گذشته است و قاعدتا مانند همه‌ی جوانب دیگر زندگی، بازیها هم دچار تغییرات و تحولاتی شده‌اند. بازیهای پرنشاط دیروز لی لی بازی، وسط بازی، خاله بازی، نیمه بازی گرم به هوا و خاک بازی به تدریج به دست فراموشی سپرده شده‌اند و به اصطلاحی قدیمی شده‌اند. امروزه بچه‌ها بازیهای موبایلی، پلی استیشن، بازی‌های رایانه‌ای که خود هزاران بازی متنوع را در یک جای می‌دهد بازی می‌کنند. گرچه شیوه و ابزار بازی تغییر و تکامل یافته است، بازی همچنان سروسامان مهم و جدایی ناپذیر دوران کودکی است، بازی کودک فراتر از مفاهیمی چون سرگرمی، تفریح و رستخیزان است. بازی ممکن است آداب معاشرت تلاش و ناامید شدن، سبک زندگی، همکاری را به کودک یاموز به همین علت است که امروز اصطلاح و علم بازی درمانی رواج پیدا کرده است و از بازی به عنوان یک روش درمانی استفاده می‌کنند. از طریق بازی کودکان ترسو، استرسی، خجالتی و مضطرب را شناسایی و به کمک بازی به درمان وی می‌پردازند. کودکان و نوجوانان به کمک انواع بازی‌ها انرژی اضافی خود را تخلیه می‌کنند، نیازهای خود را ارضا می‌کنند، مشکلات و مسائل روحی خود را برطرف می‌کنند و برای زندگی در اجتماع آماده می‌گردند. والدین باید توجه داشته باشند که مانع بازی و تحرک فرزندان نشوند و تا حد توان امکانات لازم را برای بازی فرزندان تهیه کنند.

پژوهشگران عمده ترین ویژگی بازی را لذت بخش بودن آن می‌دانند. به گفته‌ی لاندريت<sup>۱</sup>، بازی یک فعالیت کاملاً ذاتی است که به وقایع یا افراد پیرامون ما وابسته نیست. بازی باتولد کودک آغاز می‌گردد و بلافاصله پس از تولد فعالیت‌های انطباقی جهت سازگاری با محیط جدید تر ظاهر می‌شوند. باید توجه داشت که بازی، طبیعی ترین شکل تمایل کودک برای تماش و برخورد با دنیای اطرافش است.

قابل ذکر است که بازی، هم به عنوان روش یادگیری و یا تقویت یادگیری و پیشرفت اجتماعی کودک و هم به عنوان وسیله ای برای بیان عواطف و احساسها دارای قابلیت تربیتی و سازندگی قابل توجهی است و به کودک فرصت رشد و بالندگی و خویشتن سازی را می‌دهد به شرط آنکه مربیان و والدین، کودکان را رانندگی، آزاد بگذارند تا کودکان آنچه را که نیاز دارند در قالب بازیها و فعالیتها به دست آورند. (اخرواب، ۱۳۷۲).

## تعریف بازی

بازی جوانب زیادی را شامل می‌شود. به همین علت تعاریف زیادی ارائه شده است، به گفته‌ی دکتر احمدوند در فرهنگ بزرگ وبستر، روی به صورت زیر بیان شده است :

(الف) حرکت، جنبش و فعالیت به مثابه حرکت عضلات

(ب) آزادی یا محدودیتی برای حرکت یا جنبش

(ج) فعالیت یا تمرین برای سرگرمی، تفریح یا ورزش

مشخصه‌ی این تعاریف محدود نمودن بازی به جنبشهای حرکتی و عضلانی است و این موجب می‌شود که تفاوت بازی و ورزش از نظرها دور بماند. ورزش در فرهنگ وبستر به معنی هرگونه فعالیت یا تمرین است که باعث لذت، سرگرمی، تفریح یا اشتغال باشد و یا فعالیتی که نیاز کم و بیش به حرکات شدید و قوی بدنی دارد و براساس برخی سنتها و قوانین مقرر اعلام شود. آنچه در تعریف ارزش اضافه گردیده عبارت ((رعایت برخی از سنتها و یا قوانین مقرر)) است که این موضوع در بازی نیز صدق می‌کند. یعنی انجام هر بازی مستلزم رعایت مجموعه ای از قوانین است.