



آی قصه، قصه، قصه!

اثربخشی قصه‌گویی در گروه بر کاهش پرخاشگری کودکان

● محدثه رزم‌خواه

● مربی پیش‌دبستانی شهر تهران، کارشناس ارشد مدیریت رسانه

اشاره

همگانی و جهانی جلوه دادن مشکلاتی است که مراجع با آن‌ها دست‌به‌گریبان است. بنابراین، مراجع احساس نمی‌کند که تنهاست و مشکلی خاص، منحصر به فرد و حل‌نشده است (شجاعی، ۱۳۹۶). قصه چهار قلمرو از وجود انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد: قلمرو شناختی، قلمرو عاطفی، قلمرو بین‌فردی، قلمرو شخصی. دوران کودکی زمان مناسبی برای تشخیص مشکلات کودکان، مداخله بهنگام و پیشگیری از بروز مشکلات عاطفی، اجتماعی و تحصیلی آنان در آینده است. در واقع، مداخله بهنگام و اصلاح رفتارهای ناسازگارانه کودک در این دوره حساس، موجب افزایش مهارت‌های اجتماعی و محبوبیت وی نزد همسالان و بزرگسالان می‌شود و کودک را برای پذیرش مسئولیت‌های آتی آماده می‌سازد.

رابی^۱ (۲۰۰۷) بر این باور است که قصه‌گویی به‌عنوان روشی غیرمستقیم جهت ارائه چارچوبی برای آموزش و ارتقاء خودفهمی، کارایی می‌تواند در سلامت کودکان و نوجوانان نقشی مؤثر داشته باشد. قصه‌درمانی مبتنی بر این فرض است که انسان از مهارت‌ها، توانایی‌ها و ارزش‌هایی برخوردار است که به وی این امکان را می‌دهند تا از تأثیر مشکلات در زندگی بکاهد. در واقع، یکی از وظایف مهم نظام آموزشی هر کشور آماده کردن تمامی افراد، به‌ویژه کودکان، برای جامعه فردا و ایجاد و تقویت توانایی حل مسئله جهت مقابله با شرایط متغیر زندگی است.

با توجه به نگاه منفی‌ای که اقشار مختلف جامعه ایران نسبت به دارودرمانی در شاخه روان‌پزشکی دارند و به دلیل شیوع این اختلالات و وجود پژوهش‌های محدود در این زمینه در کشور ما و در راستای همکاری با پژوهشگرانی که در صدد تنظیم روش درمانی ساخت‌مند برای این‌گونه اختلالات هستند، تلاش برای یافتن درمان مؤثر از سوی روان‌شناسان ضروری به نظر می‌رسد. از آنجا که قصه و بازی جزء لاینفک زندگی کودکان است، به نظر می‌رسد آن‌ها به قصه و بازی راحت‌تر اعتماد می‌کنند. همچنین به سبب کم‌هزینه بودن قصه و بازی، خانواده‌ها می‌توانند کودکانشان را به‌راحتی با سیر درمان همراه سازند و نتایج مؤثرتری نیز از درمان به دست آورند. از این رو، بسیاری از صاحب‌نظران اهمیت قصه در رشد اخلاقی را مورد بحث قرار داده‌اند.

هدف اصلی این پژوهش بررسی اثربخشی قصه‌درمانی گروهی بر پرخاشگری کودکان پیش‌دبستانی است. مقاله حاضر یک مطالعه مداخله‌ای از نوع نیمه‌تجربی قبل و بعد همراه با گروه آزمایش و کنترل می‌باشد. جامعه پژوهش شامل کلیه کودکان ۴ تا ۶ ساله مراکز پیش‌دبستانی شهر تهران در نیمه اول سال ۱۳۹۸ بوده است که ۲۵ نفر از آنان به‌عنوان نمونه مورد مطالعه انتخاب و به‌صورت تصادفی بین دو گروه مداخله و شاهد تقسیم شدند. روش پژوهش کارآزمایی میدانی شاهددار است که دارای دو گروه مداخله و کنترل می‌باشد. ابزار گردآوری داده‌ها در این مقاله پرسش‌نامه پرخاشگری در کودکان پیش‌دبستانی بوده است. یافته‌های پژوهش نشان داد که قصه‌درمانی گروهی بر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن (پرخاشگری کلامی - تهاجمی، پرخاشگری فیزیکی - تهاجمی، پرخاشگری رابطه‌ای و خشم تکانشی) تأثیر دارد و موجب کاهش این متغیر می‌شود. کلیدواژه‌ها: قصه‌درمانی گروهی، پرخاشگری، کودکان پیش‌دبستان

استفاده از قصه به‌عنوان ابزار آموزش مفاهیم، از دیرباز تاکنون با زندگی انسان‌ها گره خورده است. چندصباحی است که در روان‌درمانی از قصه به‌عنوان ابزار تغییر استفاده می‌کنیم؛ زیرا قصه یکی از ابزارهای تربیتی مفید است که علاوه بر کمک به کاهش افسردگی، در درمان اختلال‌هایی چون اضطراب، پرخاشگری و نافرمانی نیز مفید است.

حکایت و قصه در فرایند درمان عرصه‌ای را فراهم می‌آورد که مراجع بتواند قصه زندگی خودش را به آن فرا افکند و به مضمون قصه، معنای واقعی ببخشد. قدرتمندترین سازوکاری که در اینجا عمل می‌کند، شاید همانندسازی باشد؛ به این معنی که مراجع خودش را در جایگاه و نقش شخصیت اصلی قصه قرار می‌دهد و سعی می‌کند آنچه را شخصیت داستان انجام داده یا از انجام دادن آن سر باز زده است، تقلید کند (شجاعی، ۱۳۹۶).

از طرفی، مهم‌ترین نقشی که قصه یا اسطوره در درمان ایفا می‌کند،

پیشینه پژوهش

یافته‌های تحقیقی که کریمی (۱۳۹۱) با عنوان «اثر بازی‌درمانی و قصه‌درمانی بر مهارت حل مسئله، خودپنداره و رفتار پرخاشگرانه در کودکان مبتلا به اختلال سلوک» انجام داد، نشان داده است که بازی‌درمانی، قصه‌درمانی و تلفیق این دو درمان به‌طور اثربخش مهارت حل مسئله و خودپنداره را بهبود می‌بخشد و پرخاشگری را کاهش می‌دهد. گونسالوز، ووی، مورگانی و کارومانو^۲ (۲۰۱۷) پژوهشی با عنوان «ماساژ و قصه‌درمانی باعث کاهش پرخاشگری و بهبود عملکرد تحصیلی در کودکان مکتب ابتدایی می‌شود» انجام دادند. یافته‌ها نشان داد که در دو گروه تحت ماساژدرمانی و قصه‌درمانی رفتارهای پرخاشگرانه کاهش یافته است اما در گروه کنترل این کاهش مشاهده نگردید. همچنین عملکرد آموزشی دو گروه تحت قصه‌درمانی و ماساژدرمانی بعد از مداخله بهبود یافت.

هدف تحقیق

تعیین اثربخشی قصه‌درمانی گروهی بر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در کودکان پیش‌دبستانی

فرضیه تحقیق

قصه‌درمانی گروهی تأثیر معنی‌داری بر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در کودکان پیش‌دبستانی دارد.

روش پژوهش

مطالعه حاضر یک مطالعه مداخله‌ای از نوع نیمه‌تجربی قبل و بعد همراه با گروه آزمایش و کنترل است و در آن تأثیر قصه‌درمانی گروهی بر کاهش پرخاشگری کودکان مراکز پیش‌دبستانی شهر تهران در نیمه اول سال ۱۳۹۸ مورد بررسی قرار گرفته است.

جامعه پژوهش شامل کلیه کودکان ۴ تا ۶ ساله مراکز پیش‌دبستانی شهر تهران در نیمه اول سال ۱۳۹۸ به تعداد ۲۴۰۰ نفر بوده است.

در این پژوهش به سبب مشکلات مربوط به همکاری مسئولان، از روش نمونه‌گیری در دسترس و داوطلبانه استفاده شد. برای جلوگیری از سوگیری پژوهش گروه مداخله و کنترل نباید با هم در ارتباط باشند تا گروه کنترل، مداخله آموزشی را از گروه مداخله آموزش نبیند. به این منظور یک مرکز پیش‌دبستانی به‌عنوان مداخله و یک مرکز پیش‌دبستانی به‌عنوان شاهد در نظر گرفته شد.

در این مطالعه از بین ۵۵ کودک ۴ تا ۶ ساله مراکز مورد تحقیق، ۲۵ نفر که به تشخیص مربیان و اولیا و با توجه به نتایج مقیاس پرخاشگری دارای بیشترین نمره در پرخاشگری بودند، به‌عنوان نمونه مورد مطالعه انتخاب و به‌صورت تصادفی بین دو گروه مداخله و شاهد تقسیم شدند.

روش پژوهش، کارآزمایی میدانی شاهددار با دو گروه مداخله و کنترل بوده است. در این مطالعه، برای گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه پرخاشگری در کودکان پیش‌دبستانی استفاده شده و روایی پژوهش ۰/۴۸ و پایایی آن ۰/۸۹ بوده است.

شیوه اجرایی تحقیق

با توجه به اصول اخلاقی و قانونی تحقیق و طبق وظیفه محقق، جلسه‌ای توجیهی برای والدین ۳۰ نفر از کودکان مورد پژوهش برگزار و موافقت آن‌ها جلب گردید. سپس، قصه‌گویی بر رویکرد درمان پرخاشگری با عنوان و محتوای مندرج در جدول ۱ به اجرا درآمد.

جدول ۱. عنوان و موضوع قصه‌های به اجرا درآمده طی دوره قصه‌گویی

عنوان قصه	موضوع
قصه اول: گربه عصبانی	پرخاشگری، خشم و عصبانیت
قصه دوم: میخ و تخته	کنترل خشم
قصه سوم: خشم قلمبه	مقابله با خشم و عصبانیت
قصه چهارم: انتقام در	نتیجه عصبانیت و انتقام و تمرین بردباری
قصه پنجم: درخت بدخلاق	پرخاشگری، بداخلاقی

مرحله پیش‌آزمون و انتخاب کودکان پرخاشگر و لجباز

همان‌طور که گفته شد، از تعداد ۵۵ نفر از کودکان مرکز با مشورت مربیان و اولیا و به کمک پرسش‌نامه پرخاشگری ۲۵ نفر که بیشترین امتیاز را در این پرسش‌نامه کسب کرده بودند، انتخاب و به‌عنوان نمونه مورد تحقیق در دو گروه شاهد و کنترل تقسیم شدند و مراحل قصه‌درمانی روی آنان به اجرا درآمد.

ملاک انتخاب اعضا، مقطع تحصیلی و اقامت در مراکز پیش‌دبستانی بود. فقدان مشکلات روان‌شناختی هم که مانع برقراری ارتباط و مشارکت در گروه بود، بررسی گردید. این اطلاعات از طریق مشاهده، مصاحبه نیم‌ساختاریافته در مرحله پیش‌آزمون و مصاحبه با اولیا و مربیان این کودکان در مرکز پیش‌دبستانی گردآوری شد.

پیش از اجرای جلسات درمانی از مادران و مربیان هر دو گروه خواسته شد به هرگونه تغییر کودکانشان طی دوره کار، توجه لازم را داشته باشند.

اجرا و مرحله پس‌آزمون

پس از انتخاب گروه آزمایش و کنترل، برنامه درمانی از طریق قصه‌گویی برای کودکان به اجرا درآمد؛ بدین‌صورت که ۵ قصه که در جدول ۱ به‌اختصار شرح داده شده‌اند، طی ۸ جلسه ۳۰ دقیقه‌ای دو بار در هفته برای کودکان گروه آزمایش اجرا گردید و آن‌ها از این طریق تحت قصه‌درمانی قرار گرفتند. پس از اتمام جلسات قصه‌درمانی از طریق قصه‌گویی، پس‌آزمون با فاصله ۱۰ روز در هر دو گروه اجرا شد.

شرح جلسات قصه‌گویی

طی جلسات، ابتدا یک بازی گروهی برای ایجاد ارتباط بیشتر میان اعضای گروه اجرا شد و بعد از ۱۰ دقیقه استراحت، داستان‌ها ارائه گردیدند. سپس برای کسب اطمینان از یادگیری نکات قصه، از آزمودنی‌ها خواسته می‌شد که قصه را بازگو کنند و به سوالاتی که قصه‌گو درباره داستان مطرح می‌کرد، پاسخ گویند و سپس بازی دسته‌جمعی انجام می‌شد. این روند در تمام جلسه‌های درمانی ادامه داشت.

گروه شاهد نیز با همان شرایط گروه آزمایش تحت برنامه‌های نامرتب، مثل خواندن شعر، قرار می‌گرفتند تا تأثیر حضور و همراهی آزمودنگر با گروه آزمایش به‌عنوان عاملی مؤثر بر انگیزش آن‌ها کنترل شده باشد. ده روز بعد از آخرین جلسه درمانی، دوباره اولیا و مربیان آزمودنی‌های هر دو گروه آزمایش و شاهد پرسش‌نامه پرخاشگری را تکمیل کردند.

یافته‌ها

فرضیه اصلی: قصه‌درمانی گروهی تأثیر معنی‌داری بر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در کودکان پیش‌دبستانی دارد.

میانگین پرخاشگری کلامی تهاجمی قبل و بعد از آزمون (۱/۱۳۳۱-) تفاوت داشته، میانگین پرخاشگری فیزیکی تهاجمی قبل و بعد از آزمون (۰/۹۱۸۷-) تفاوت داشته، میانگین پرخاشگری رابطه‌ای قبل و بعد از آزمون (۱/۵۰۳۱-) تفاوت داشته، میانگین خشم تکانشی قبل و بعد از آزمون (۱/۳۰۰۱-) تفاوت داشته است. همچنین، میانگین پرخاشگری قبل و بعد از آزمون (۱/۷۲۴۹-) تفاوت داشته‌اند. با توجه به جهت (T) که در تمام مؤلفه‌ها منفی است و سطح معنی‌داری که در تمام مؤلفه‌ها ۰/۰۰۰ می‌باشد، می‌توان نتیجه گرفت که فرضیه تحقیق تأیید می‌گردد؛ یعنی قصه‌درمانی گروهی تأثیر معنی‌داری بر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در کودکان پیش‌دبستانی دارد و پرخاشگری و مؤلفه‌های آن را در کودکان پیش‌دبستانی کاهش می‌دهد.

نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های این پژوهش، میانگین پرخاشگری کلامی تهاجمی، پرخاشگری فیزیکی تهاجمی، پرخاشگری رابطه‌ای و خشم تکانشی قبل و بعد از آزمون تفاوت داشته است. همچنین، میانگین پرخاشگری قبل و بعد از آزمون تفاوت داشته‌اند. یافته‌ها مؤید فرضیه تحقیق اند؛ یعنی قصه‌درمانی گروهی تأثیر معنی‌داری بر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در کودکان پیش‌دبستانی دارد و باعث کاهش پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در کودکان پیش‌دبستانی می‌شود.

نتایج این پژوهش با پژوهش باوقار و شیپانی تدرجی (۱۳۹۵)، کریمی (۱۳۹۱)، نیز همخوانی دارد.

در تبیین فرضیه فوق می‌توان گفت قصه‌ها راه‌حل‌های شگفت‌انگیزی ارائه می‌دهند که شدنی و مثبت هستند و به رهایی کودکان از تعارضات درونی خود کمک می‌کنند. چارچوب قصه و تأثیراتی که بر کودکان دارد، از آن روشی منحصربه‌فرد و جذاب برای کمک به کودکان دارای مشکلات روانی رفتاری، همچون پرخاشگری، می‌سازد؛ چرا که کودکان از امر و نهی کردن خوششان نمی‌آید و حرف‌های غیرمستقیم را بیشتر می‌پذیرند. برای مثال، اگر به کودک بگوییم که پرخاشگری کار بدی است، شاید تأثیر مثبتی بر او نگذارد و این عمل را بیشتر انجام دهد ولی اگر همین پرخاشگری را به شکل قصه برای مطرح کنیم، تأثیر بسیار بیشتری دارد؛ زیرا در ناخودآگاه او اثر می‌گذارد. قصه‌ها برای آموختن فضایل به کودکان‌اند و در آموختن فضایل به آن‌ها نقش بسزایی دارند؛ زیرا در سطح خودآگاه ذهن کودک نمی‌ماند بلکه بر ناخودآگاه او تأثیر می‌گذارد.

بنابراین، پیشنهاد می‌گردد که مربیان و والدین داستان‌های مناسب را به‌طور کامل بشناسند و از داستان‌های متناسب با ویژگی‌های سنی کودک و نیازهای او استفاده نمایند. در این راستا، باید با برگزاری دوره‌های آشنایی و آموزش و همچنین پخش بروشور درباره قصه‌درمانی و انتخاب قصه‌های مناسب، زمینه انتخاب درست قصه‌ها را برای مربیان و والدین فراهم آورد. همچنین سازمان‌های مرتبط و مراکز پیش‌دبستانی، مهدکودک‌ها، مدارس و نهادهای آموزشی و پرورشی همچون اداره آموزش و پرورش، به ضرورت به کارگیری این سبک توجه لازم را داشته باشند.

راهکارهای زیر جهت توسعه شیوه قصه‌درمانی برای کودکان پیشنهاد می‌شود:

- ایجاد کارگاه‌های آموزشی مهارت‌های کلامی و قصه‌گویی برای والدین و مربیان مهدکودک‌ها برای استفاده صحیح و کاربردی از داستان‌ها برای کاهش مشکلات روان‌شناختی؛
- همکاری مهدکودک‌ها و کتابخانه‌های عمومی در تهیه کتاب داستان‌های مناسب و مبادله آن‌ها؛
- مقایسه شیوه قصه‌گویی با سایر درمان‌های پرخاشگری همچون رفتاردرمانی، دارودرمانی و بازی‌درمانی، و نیز مقایسه این رویکرد در سایر اختلالات حوزه روان‌پزشکی اطفال.

یک نمونه قصه

درخت بداخلاق

در پشت کوه بلندی درخت تنهایی زندگی می‌کرد که در اطرافش درخت دیگری نبود. فصل پاییز که شروع می‌شد برگ‌های درخت دانه‌دانه شروع به ریختن می‌کردند و همین درخت را غمگین و بداخلاق می‌کرد. آن قدر بداخلاق که همه پرندگان و حشرات از او دوری می‌کردند. یک‌روز سنجاقک شاخک کوتاه به پشت کوه رفت. راه مورچه‌ها را دید، سلام کرد و گفت: «می‌آیید برای بازی به زیر آن درخت برویم؟» مورچه‌ها جواب دادند: «نه! آن درخت ما را دوست ندارد و همیشه سرمان غر می‌زند.»

سنجاقک که کنجکاو شده بود، پیش درخت رفت تا دلیل ناراحتی و بداخلاقی او را بفهمد. دور درخت چرخی زد و گفت: «سلام! درخت زیبا! چه برگ‌های خوش‌رنگی داری! دلت می‌خواهد با هم دوست شویم و حرف بزنی؟» درخت با اخم جواب داد: «کی به تو گفته نزدیک من پرواز کنی و چرخ بزنی؟ من دوست ندارم کسی را دور و برم ببینم، برو!» سنجاقک لبخندی زد و گفت: «من هم اینجا تنهاییم، دوست دارم روی شاخه‌ات بنشینم تا با هم حرف بزنی.» درخت که خیلی عصبانی شده بود، آن قدر شاخه‌هایش را تکان داد که تمام برگ‌هایش ریخت و سنجاقک زیر برگ‌ها گم شد. درخت گفت: «خوب شد! کاری کردم که دیگر سراغ من نیایی.»

مدتی گذشت اما سنجاقک از زیر برگ‌ها بیرون نیامد، درخت که دیگر آرام شده بود با نگرانی از باد کمک خواست تا سنجاقک را پیدا کند. باد با ناراحتی گفت: «تو با عصبانیت همه را اذیت می‌کنی، حالا هم چون نگران سنجاقک هستم به او کمک می‌کنم و گرنه دوست ندارم به تو کمکی کرده باشم.» بعد هوهویی کرد و برگ‌ها را از روی سنجاقک که بی‌هوش روی زمین افتاده بود، کنار زد و او را روی شاخه درخت گذاشت، درخت پشیمان از کارش، با تنها برگ باقیمانده‌اش سنجاقک را نوازش کرد تا به هوش بیاید، آرام و غمگین گفت: «من اصلاً نمی‌خواهم کسی را اذیت کنم ولی درخت تنهایی هستم و وقتی برگ‌هایم هم می‌ریزند زشت می‌شوم و دوست ندارم کسی مرا ببیند.» سنجاقک که حالش بهتر شده بود از شنیدن حرف‌های درخت به فکر فرو رفت. از او خداحافظی کرد و پیش مورچه‌ها رفت و به آن‌ها گفت: «درخت فکر می‌کند چون برگ‌هایش ریخته، خیلی زشت شده و چون تنه‌اش نمی‌داند که برگ همه درختان در پاییز می‌ریزد و این فقط برای او نیست.» باید به او کمک کنیم تا بداند نه تنها زشت نیست بلکه، وقتی دوباره برگ‌های تازه درآورد، زیباتر هم می‌شود». مورچه‌ها گفتند: «در آن

پی‌نوشت‌ها

1. Rabiee
2. Gonçalves, Voos, Morgani, Caromano

منابع

۱. باوقار زعیمی، زهرا و شببانی تدرجی، فاطمه. (۱۳۹۵). بررسی علل پرخاشگری در کودکان. فصلنامه پژوهش‌نامه مطالعات راهبردی علوم انسانی و اسلامی، سال اول، شماره دوم، ۱۹۵-۱۷۸.
۲. شجاعی، ساناز. (۱۳۹۶). جادوی قصه و فواید آن: نقش قصه در تعلیم و تربیت. ماهنامه رشد آموزش ابتدایی، دوره ۲۱، شماره ۵.
۳. کریمی، حنا. (۱۳۹۱). اثر بازی‌درمانی و قصه‌درمانی بر مهارت حل مسئله، خودپنداره و رفتار پرخاشگرانه در کودکان مبتلا به اختلال سلوک. پایان‌نامه برای اخذ مدرک کارشناسی ارشد، دانشگاه تبریز.
4. Rabiee M, Kazemi Malekmahmodi SH, Kazemi Malekmahmodi SH. The effect of music on the rate of anxiety among hospitalized children. J Gorgan Univ Med Sci 2007; 9(3): 59-64. [In Persian]

طرف کوه درخت‌های زیادی وجود دارد، می‌توانیم از آن‌ها کمک بخواهیم.» بعد همگی راه افتادند تا به آن طرف کوه رسیدند. برگ همه درختان ریخته بود. سنجاقک پیش یکی از درخت‌ها که از همه بزرگ‌تر و پیرتر بود، رفت و همه داستان را برای او تعریف کرد. درخت بعد از کمی فکر با درختان دیگر مشورت کرد و گفت: «بهترین راه‌حل این است که یک نهال کوچک به درخت هدیه بدهیم تا دیگر تنها و غمگین نباشد. بعد نهالی را به سنجاقک و مورچه‌ها دادند تا با خود ببرند. مورچه‌ها نهال را بر دوش گرفتند و پیش درخت تنها بردند. بعد شروع به کندن زمین کردند و نهال را در کنار درخت کاشتند. درخت با تعجب به نهال کوچک نگاه می‌کرد و از اینکه دیگر تنها نبود خوشحال بود. مورچه‌ها از تنه او بالا رفتند و او را قفلک دادند، درخت خنده‌اش گرفت و با شادی سنجاقک و دیگر دوستانش را روی شاخه‌هایش نشان داد و در آغوش گرفت. نهال کوچک هم از اینکه باعث خوشحالی درخت تنها شده بود لبخندی زد و شاخه‌اش را به طرف او برد، درخت شاخه نهال را گرفت. حالا دیگر او درخت تنها و بداخلاق نبود.



تصویرگر: محله علی‌شاه