

## The Effect of Painting-Based Group Play Therapy on Emotional Skills of Children with Separation Anxiety Disorder

**Somayeh Mohammadi Kashka** 

M.Sc. Student, Exceptional Child Psychology and Education, University of Guilan, Rasht, Iran.

**Abbas Abolghasemi** \*

Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, University of Guilan, Rasht, Iran.

**Seyed Musa Kafi** 

Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, University of Guilan, Rasht, Iran.

### Abstract

Research has shown that children with separation anxiety disorder often struggle with self-regulation and emotional regulation. The purpose of this study was to investigate the impact of group play therapy, specifically painting-based therapy, on the emotional skills of children with separation anxiety disorder. The study utilized a quasi-experimental design with a pre-test-post-test approach and a control group. The study population included all sixth-grade female students with separation anxiety disorder in Ghaemshahr city during the academic year 1400. Thirty children were selected for the study and randomly assigned to either the experimental or control group. Data were collected using the Separation Anxiety Questionnaire (March et al., 1997) and Zeiman's (2001) emotion management scale. The experimental group received ten 45-minute sessions of painting-based group play therapy, while the control group received no

\* Corresponding Author: [abolghasemi1344@guilan.ac.ir](mailto:abolghasemi1344@guilan.ac.ir)

**How to Cite:** Mohammadi Kashka, S., Abolghasemi, A., Kafi, S. M. (2023). The Effect of Painting-Based Group Play Therapy on Emotional Skills of Children with Separation Anxiety Disorder, *Journal of Psychology of Exceptional Individuals*, 13(49), 233-259.

intervention. The data were analyzed using univariate and multivariate analysis of covariance. The results showed that painting-based group play therapy significantly improved the emotional skills of children with separation anxiety disorder ( $P < 0.001$ ). Based on these findings, it can be concluded that group play therapy based on painting is an effective treatment method for promoting mental health and preventing psychological problems in children with separation anxiety disorder.

## **Extended Abstract**

### **1. Introduction**

Separation anxiety disorder is one of the types of anxiety disorders that can be indicative of anxiety disorders starting in childhood (Hoffman, Sterkenburg & Van Rensburg, 2019). This type of anxiety is so intense and serious that it prevents daily activities and causes severe disruption in a child's academic and social performance (Maltese & colleagues, 2018). If this anxiety continues until the end of childhood or adulthood, it can lead to an ineffective understanding of oneself and others (Tamman and colleagues, 2017). Additionally, separation anxiety disorder may be associated with various mental disorders and problems that can develop in adulthood, as reported by Agebati and colleagues (2020).

Children with separation anxiety disorder consistently use maladaptive emotional regulation strategies and use adaptive emotional regulation strategies less. In fact, maladaptive emotional regulation in children can be an important factor in maintaining their separation anxiety (Naseri, Gasempour & Mahmoudimogadam, 1394). Children with anxiety disorders tend to use more maladaptive strategies compared to those without anxiety. Identifying efficient or ineffective patterns of emotional regulation can improve anxiety (Rodrigues et al., 2021). Schneider et al. (2018) concluded that emotion dysregulation can be a potential risk factor in the development of anxiety symptoms in children and adolescents. Play therapy has a positive effect on reducing separation anxiety and avoiding harm in children (Yazdani, 2018) and is an effective intervention in improving the psychological symptoms of children suffering from separation anxiety disorder (Sidi Andi, Najafi and Rahimian Bogar, 2014). One of the other therapeutic methods used to treat children's disorders is art therapy based on painting (Mohammadi and Radin, 2016). Painting is the spontaneous drawing of pictures that provides opportunities for non-verbal communication and expression (Erickson and Blok, 2013). The research of Malekpour, Vahedi and Mirnesab (2013) showed that the implementation of painting therapy program is effective in increasing the emotional regulation of elementary school boys. Nan, Hinz and Loesbrink (2021) found that art therapy is effective in reducing stress, depression and improving the level of

emotions and improving general health. Mabing-Barz, Hestercht and Ponstine (2019) concluded that art therapy reduces anxiety and improves emotion regulation and executive functioning. In general, group play therapy training based on drawing can help children to deal with their anxiety. Also, the combination of these two treatments can be a safe and useful way to promote mental health and improve the child's emotional skills. Therefore, the aim of the present study is to determine the effect of group play therapy training based on drawing on the emotional skills of children with separation anxiety disorder.

## 2. Method

The current study used a semi-experimental design with a pre-test and post-test, and a control group. The population studied consisted of all female students who were in the sixth grade and had been diagnosed with separation anxiety disorder in Ghaemshahr city during the 2019 academic year. Thirty individuals were then selected and randomly assigned to either an experimental or control group, with 15 participants in each group. The control group did not receive any intervention, while the experimental group received group play therapy training based on drawing. The study aimed to determine the effectiveness of group play therapy training on reducing separation anxiety in young girls with separation anxiety disorder.

**Separation anxiety questionnaire:** The separation anxiety questionnaire was developed by March et al. (1997) and contains 39 items. Mashhadi (2011) reported the reliability of this tool using Cronbach's alpha of 0.81 and a favorable face validity. Pirzadi (2017) reported a higher reliability coefficient for this questionnaire via Cronbach's alpha, with a value of 0.80.

**Emotion Management Questionnaire:** It was completed by Ziman et al. in 2001 and consists of 38 questions graded on a three-point Likert scale. Hashmipour and Mohammadi's research (2017) found a reliability coefficient of 0.73 and 0.86 using two-halves and retesting, respectively, for this scale.

**Group play therapy based on drawing:** The intervention program used in this research was a combined package of drawing therapy (Zadeh Mohammadi, 2007; quoted by Rezaei et al., 2014) and play therapy (Mohammed Ismail, 2010; quoted by Yazdani, 2018).

## 3. Results

The sample of students participating in the study was matched in terms of age, sex, and educational level.

**Table 1. Pre-test and post-test descriptive indices of variables by groups**

Variable	Group	Pre test M±SD	Post test M±SD	Variable	Group	Pre test M±SD	Post test M±SD
Anger	Experiment	18/00±2	22/80±2/04	Sadness	Experiment	20/13±3/50	24/47±1/81
	Control	18/87±3/40	19/13±3/14		Control	21/67±3/96	22/07±2/66
Anxiety	Experiment	27/20±3/61	23/00±1/77	Emotion Management (total score)	Experiment	66/80±7/60	83/33±5/22
	Control	27/53±3/93	28/53±2/88		Control	69/93±9/96	71/60±7/09

Table 1 presents the means and standard deviations of the research variables in both the control and experimental groups. To test the research hypothesis, the Multivariate covariance Analysis test was employed. Box and Levin's test and the test of effects between subjects indicated that the assumptions of the covariance analysis were met.

**Table 2. Results of Multivariate covariance Analysis to investigate the effect of painting-based group play therapy training on emotional Skills**

Variable	OP	Eta	P	F	MS	Df	SS
Anger	0/96	0/340	<0/001	14/40	100/83	1	100/83
Sadness	0/80	0/230	<0/001	8/36	43/20	1	43/20
Anxiety	0/10	0/484	<0/001	26/23	149/63	1	149/63
Emotion management	1	0/665	<0/001	53/66	1255/99	1	1255/99

The results of the Multivariate covariance Analysis, as presented in Table 2, indicate a statistically significant difference between the experimental and control groups in the component of emotion management.

#### 4. Discussion

The aim of this study was to investigate the effect of group play therapy based on drawing on improving the emotional skills of children with separation anxiety disorder. The findings suggest that emotional dysregulation leads to difficulties with identifying, understanding, accepting, and adjusting emotions, and can result in a person being cognitively and emotionally helpless and confused. Drawing-based group play therapy training aims to improve the control of negative emotions in children with separation anxiety disorder, which can be effective in reducing it along with other treatments. Artistic activities have also been found to encourage healthy activities, emotional regulation, and the integration of the child's brain. This can help to reduce behavioral and emotional problems.

### 5. Final Results


In general, it can be concluded that group play therapy training based on drawing improves emotional skills. Since children with separation anxiety disorder have difficulty in regulating their emotions as well as in recognizing and describing their emotions, this causes problems in interpersonal relationships and interaction with others; therefore, group play therapy training based on drawing helps children to increase their emotional skills and also reduces their anxiety and worry.

**Keywords:** Separation Anxiety, Play Therapy, Emotional Skills, Painting Therapy.




## تأثیر بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های هیجانی کودکان با اختلال اضطراب جدایی


دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

سمیه محمدی کشکا 

استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

عباس ابوالقاسمی \* 

استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

سید موسی کافی 

### چکیده

طبق شواهد پژوهشی کودکان با اختلال اضطراب جدایی رفتارهای خودتنظیمی ضعیف‌تری دارند و در تنظیم هیجانات و رفتارها مشکلات بیشتری دارند. هدف پژوهش تعیین تأثیر آموزش بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های هیجانی کودکان با اختلال اضطراب جدایی بود. در این پژوهش نیمه آزمایشی، از طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه آماری پژوهش کلیه دانش‌آموزان دختر پایه ششم با اختلال اضطراب جدایی شهرستان قائم‌شهر در سال تحصیلی ۱۳۹۹ بود. نمونه پژوهش ۳۰ کودک با اختلال اضطراب جدایی بود که به‌صورت در دسترس شناسایی و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) جای‌دهی شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه اضطراب جدایی (مارچ و همکاران، ۱۹۹۷) و پرسشنامه مدیریت هیجان (زیمن، ۲۰۰۱) استفاده شد. گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی را دریافت کردند و برای گروه کنترل مداخله‌ای ارائه نشد. داده‌های پژوهش با تحلیل کوواریانس یک و چند متغیری تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که آموزش بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی موجب بهبود مهارت‌های هیجانی کودکان با اختلال اضطراب جدایی شد ( $P < 0/001$ ). با توجه به این نتیجه می‌توان از بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی دانشگاه گیلان است.

\* نویسنده مسئول: abolghasemi1344@guilan.ac.ir

تأثیر بازی درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های ...؛ محمدی کشکا و همکاران | ۲۳۹

به‌عنوان روش درمانی مؤثر برای ارتقاء سلامت روانی و پیشگیری از مشکلات روان‌شناختی کودکان با اختلال اضطراب جدایی استفاده کرد.

کلیدواژه‌ها: اضطراب جدایی، بازی درمانی، مهارت هیجانی، نقاشی درمانی.



## مقدمه

اختلال‌های اضطرابی<sup>۱</sup> از شایع‌ترین اختلال‌های هیجانی در دوران کودکی و نوجوانی است (ایساو و گابیدن<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳). اضطراب بر خلاف واکنش هشدار دهنده و فوری ترس، توعی هیجان یا حالت خلقی است که مشخصه آن می‌تواند بروز عاطفه منفی همچون ناآرامی و نگرانی باشد (نایب‌زاده و همکاران، ۱۴۰۰). یکی از انواع اختلال‌های اضطرابی که با شروع در دوران کودکی می‌تواند معرف اختلال‌های اضطرابی باشد، اختلال اضطراب جدایی<sup>۳</sup> است (هافمن، استرکبرگ و وان رنسبورگ<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹). این اختلال به‌عنوان یک پاسخ غیرطبیعی به جدایی واقعی یا تصویری افراد دارای دلبستگی است که موجب اختلال در کارکردهای طبیعی آن‌ها می‌گردد (محمدی و همکاران، ۲۰۲۰). اضطراب جدایی، اضطراب شدیدی است که هنگام جدایی از والدین، خانه یا سایر محیط‌های آشنا ظاهر می‌شود. کودکان و نوجوانان مبتلا از این می‌ترسند که یکی از افراد نزدیکشان در نبود آن‌ها دچار صدمه شده و یا در زمان دوری از مراقبین مهم‌شان اتفاق ناگواری برای آن‌ها روی دهد (سادوک و سادوک، ۱۳۹۴).

تشخیص اختلال اضطراب جدایی زمانی مطرح می‌شود که اضطراب مفرط و نامتناسب با سطح تحول و در هنگام جدایی از شخص مورد دلبستگی بروز پیدا کند (طلایی نژاد و قنبری، ۱۳۹۴). این نوع اضطراب چنان شدید و وخیم است که مانع انجام فعالیت‌های روزمره شده و سبب نابسامانی شدید در عملکرد تحصیلی و اجتماعی کودک می‌شود (ملتیس و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۱۸). سه‌چهارم کودکان و نوجوانانی که از مدرسه‌گریزان هستند، مبتلابه این اختلال می‌باشند (هانسدوتیر<sup>۶</sup>، ۲۰۱۸). شیوع اختلال اضطراب جدایی حدود چهار درصد در کودکان و نوجوانان است و در کودکان زیر ۱۲ سال بیشترین شیوع

- 
1. anxiety disorder
  2. Essau & Gabbidon
  3. separation anxiety disorder
  4. Hoffman, Sterkenburg & Van Rensburg
  5. Maltese & et al
  6. Hannesdottir



را دارد (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۱۳). میزان شیوع این اختلال در دختران و پسران مساوی (سادوک و سادوک، ۱۳۹۴) و در ایران میزان این اختلال ۱۳/۹۷ گزارش شده است (عبد خدایی و صادقی اردوبادی، ۱۳۹۰).

عواملی که باعث به وجود آمدن اختلال اضطراب جدایی در کودکان می‌شود تجارب ناموفق و نامناسب دوران اولیه رشد و دلبستگی ناایمن است، زیرا این افراد نگرانی‌های مداومی در رابطه با والدین‌شان در زمان کودکی داشته‌اند (بوگلز، کناپ، کلارک<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳). مطالعات نیز نشان داده‌اند که سبک‌های دلبستگی کودکان پیش‌بینی‌کننده اضطراب و ترس در دوران کودکی است. همچنین بین دلبستگی ناایمن کودک با مشکلات اضطراب جدایی او رابطه به دست آمده است (سید موسوی، قنبری و مظاهری، ۱۳۹۴؛ ذوالفقاری مطلق و همکاران، ۱۳۸۷؛ مادیگان، موران و پدرسون<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲). مشکلات ناشی از این اضطراب می‌تواند فعالیت‌های طبیعی رشد را مانند دور شدن از خانه و مستقل شدن افراد دشوار سازد، به نظر می‌رسد این شرایط در دوران بلوغ آغاز شده و افراد قبلاً در کودکی اضطراب جدایی قابل توجهی را تجربه نکرده بودند (نایب‌زاده و همکاران، ۱۴۰۰). از پیامدهای اختلال اضطراب جدایی این است که باعث ایجاد اختلال در جنبه‌های متعدد زندگی مانند عملکرد اجتماعی یا تحصیلی کودک می‌شود (گنجی، ۱۳۹۲). چنانچه این اضطراب تا پایان کودکی یا بزرگ‌سالی ادامه یابد می‌تواند سبب ایجاد درک ناکارآمد از خود و دیگران گردد (تامان و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۷). همچنین موجب اختلالات و مشکلات روانی مختلفی در بزرگ‌سالی می‌شود (عاقبتی و همکاران، ۲۰۲۰).

کودکان دارای اختلال اضطراب جدایی به‌طور مداوم از راهبردهای تنظیم هیجان<sup>۵</sup> ناسازگار استفاده نموده و از راهبرد تنظیم هیجان سازگار کمتر بهره می‌برند. درواقع، تنظیم هیجان ناسازگار در کودکان می‌تواند یک عامل مهم در حفظ اضطراب جدایی آنها باشد

- 
1. American Psychiatric Association (APA)
  2. Bogels, Knappe & Clark
  3. Madigan, Moran & Pederson
  4. Tamman & et al
  5. Emotion regulation

(ناصری، قاسم‌پور و محمودی مقدم، ۱۳۹۴). طبق مدل گراس (۲۰۰۲) تنظیم هیجانی شامل راهبردهای آگاهانه و غیرآگاهانه‌ای می‌شود که برای حفظ، افزایش و کاهش مؤلفه‌های شناختی، هیجانی و رفتاری یک پاسخ هیجانی به کاربرده می‌شود (گراس<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴؛ گراس، ۲۰۱۵).

شواهد پژوهشی حاکی است که اختلال در تنظیم هیجان، می‌تواند عامل مهمی در ایجاد و تداوم این نوع اختلال باشد و بین اختلالات اضطرابی دوران کودکی و نوجوانی با راهبردهای تنظیم هیجانی غیرانطباقی و انطباقی رابطه وجود دارد (لاو، خازم و انستیس<sup>۲</sup>، ۲۰۱۵). طبق پژوهش‌های صورت گرفته دانش‌آموزان دارای اضطراب جدایی، رفتارهای خودتنظیمی ضعیف‌تری دارند و در تنظیم هیجان‌ات و رفتارها مشکلات بیشتری دارند و در معرض آسیب‌های روان‌شناختی بیشتری خواهند بود (سرلاتی و همکاران، ۱۳۹۷). افراد مبتلا به اضطراب، بیش‌تر از سبک‌های پردازش هیجان ناکارآمد سرکوبی، مزاحمت، عدم کنترل و تجزیه استفاده می‌کنند (مهری‌نژاد و نوروزی نرگسی، ۱۳۹۵). نتیجه پژوهش ناصری، قاسم‌پور و محمودی مقدم (۱۳۹۴) بیانگر آن بود که اضطراب جدایی نتیجه هیجان‌پذیری منفی و تنظیم هیجان ناکارآمد است. کودکان مبتلا به اختلال اضطراب، از راهبردهای ناسازگار بیشتری نسبت به افراد بدون اختلال اضطراب استفاده می‌کنند. شناسایی الگوهای کارآمد یا ناکارآمد تنظیم هیجان می‌تواند سبب بهبود اضطراب شود (رودریگز و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۲۱). اشنایدر و همکاران<sup>۴</sup> (۲۰۱۸) به این نتیجه رسیدند که بدتنظیمی هیجان می‌تواند عامل خطر بالقوه در رشد علائم اضطراب کودکان و نوجوانان باشد.

گرچه تاکنون درمان‌های روان‌شناختی متعددی برای درمان اختلال اضطراب جدایی کودکان گسترش یافته است و اثربخشی قابل قبول را نشان داده‌اند اما در بیشتر موارد، این درمان‌ها در از بین بردن کامل علائم با شکست روبرو شده و بیماران همچنان با ترس‌های

1. Gross

2. Law, Khazem & Anestis

3. Rodríguez-Menchón & et al

4. Schneider & et al

تأثیر بازی درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های ...؛ محمدی کشکا و همکاران | ۲۴۳

متعدد مربوط به بیماری‌شان دست‌وپنجه نرم می‌کنند (کاپلند و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴). همچنین شواهدی وجود دارد که درمان شناختی- رفتاری برای اختلال اضطراب جدایی کودکانی در کوتاه‌مدت اثربخش بوده اما در بلندمدت، شواهد درمانی مشخص و معلوم نیست (اشنایدر و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱).

آموزش بازی درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی یکی از روش‌های غیردارویی برای درمان اضطراب کودکان است که از ترکیب دو روش بازی درمانی و نقاشی درمانی است. کودکان بازی و نقاشی را دوست دارند و از آن لذت می‌برند. این روش‌ها فرایند اجتماعی شدن کودک را افزایش داده و خودمختاری و خودپنداره کودک را بالا می‌برد (مهدوی، ۱۳۸۵). از این‌رو، بازی درمانی گروهی یک فرایند روان‌شناختی و اجتماعی است که در آن کودکان از طریق ارتباط با یکدیگر در اتاق بازی چیزهایی را در مورد خودشان یاد می‌گیرند و برای درمانگر نیز فرصتی را ایجاد می‌کند تا به کودکان کمک کند که چگونه تعارضات را حل نمایند. بازی درمانی بر کاهش اضطراب جدایی و اجتناب از آسیب کودکان اثر مثبتی داشته (یزدانی، ۱۳۹۸) و مداخله‌ای مؤثر در بهبود علائم روان‌شناختی کودکان دچار اختلال اضطراب جدایی است (سیدی‌اندی، نجفی و رحیمیان بوگر، ۱۴۰۰). بازی درمانی<sup>۳</sup>، به جهت پاسخگویی به نیازهای رشدی کودکان، به‌عنوان روشی مناسب برای درمان مشکلات رفتاری و عاطفی کودکان در نظر گرفته شد (مولر و دونلی<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹).

یکی از روش‌های درمانی دیگری که برای درمان اختلالات کودکان استفاده می‌شود، هنردرمانی<sup>۵</sup> بر اساس نقاشی است (محمدی و رادین، ۱۳۹۶). بنابر گفته اسکایف و هیوت<sup>۶</sup> (۱۹۹۸)، نقاشی گروهی می‌تواند سبب اجتناب از پوشش تفاوت فردی شده و راهی باشد که گروه بتواند با احساسات مشترک هم در سطح ناهشیار و هم هشیار درباره یک موضوع

- 
1. Copeland & et al
  2. Schneider & et al
  3. play therapy
  4. Muller & Donley
  5. art therapy
  5. Skaif, S. and Huet

مشترک کار کند. اساس نقاشی درمانی<sup>۱</sup>، وارد کردن آزمودنی‌ها در فرآیند ساختاری هنر برای بیان غیرمستقیم احساسات و افکار خود است زیرا افراد با برون‌فکنی زندگی درونی‌شان به وسیله نقاشی می‌توانند بر هیجانات خود غلبه کرده و موجب پویایی شخصیت خود شوند (نیوکامر<sup>۲</sup>، ۲۰۱۶؛ رابین<sup>۳</sup>، ۲۰۰۹). همچنین نقاشی، ترسیم خودانگیزخته تصاویر بوده که فرصت‌هایی به منظور ارتباط و بیان غیر کلامی فراهم می‌نماید (اریکسون و بلوک<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳).

پژوهش ملک‌پور، واحدی و میرنسب (۱۳۹۳) نشان داد که اجرای برنامه نقاشی درمانی در افزایش تنظیم هیجان دانش‌آموزان پسر ابتدایی اثرگذار است. نان، هینز و لوسبرینک<sup>۵</sup> (۲۰۲۱) دریافتند که هنردرمانی در کاهش استرس، افسردگی و ارتقای سطح هیجانات و بهبود سلامت عمومی مؤثر است. مطالعه حجری و همکاران (۲۰۲۰) بر روی کودکان سرطانی نشان داد که مشکلات برون‌سازی و درون‌سازی شده به وسیله مداخله نقاشی درمانی کاهش یافت. ایننگ بارز، هسترچت و پونستین<sup>۶</sup> (۲۰۱۹) به این نتیجه رسیدند که هنردرمانی، سبب کاهش اضطراب و بهبود در تنظیم هیجان و کارکرد اجرایی می‌شود. در مجموع آموزش بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی می‌تواند به کودکان کمک کند تا با اضطراب خود مقابله نماید. همچنین تلفیق این دو درمان می‌تواند روشی امن و مفید برای ارتقاء سلامت روانی و بهبود مهارت‌های هیجانی کودک باشد. لذا هدف پژوهش حاضر تعیین تأثیر آموزش بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های هیجانی کودکان با اختلال اضطراب جدایی است.

- 
1. painting therapy
  1. Newcomer
  3. Rubin
  4. Erickson & Block
  5. Nan, Hinz & Lusebrink
  6. Abbing, Baars, Haastrecht & Ponstein

## روش

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر (پایه ششم) دارای اختلال اضطراب جدایی شهرستان قائم‌شهر در سال تحصیلی ۱۳۹۹ بود.

علت انتخاب این پایه تحصیلی به خاطر پایان دوران کودکی و آغاز دوران بلوغ در کودکان و همچنین انتقال از دوران کودکی به نوجوانی و جدا شدن از مدرسه قبلی و وارد شدن به محیط جدید موجب اضطراب و مشکلات رفتاری در کودکان می‌شود.

نمونه اولیه پژوهش ۳۱۰ نفر دانش‌آموز پایه ششم بود که به صورت در دسترس از ۶ مدرسه ابتدایی (مدارس مهر، سلامت، اندیشه، هدف، ندای آزادی و ۲۲ بهمن) شهرستان قائم‌شهر انتخاب و پرسشنامه اضطراب جدایی را تکمیل نمودند. بعد از خارج کردن پرسشنامه ناقص به ۳۰۰ نفر کاهش یافتند و سپس از میان کودکان دارای نمره برش  $\leq 60$  و افراد دارای ملاک‌های تشخیصی اختلال اضطراب جدایی بر اساس DSM5، ۳۰ نفر انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) جای‌دهی شدند.

ملاک‌های ورود عبارت بودند از: داشتن ملاک‌های تشخیصی اختلال اضطراب جدایی بر اساس نمره برش  $\leq 60$  در پرسشنامه اضطراب جدایی مارچ و همکاران، سن (۱۱ تا ۱۲ سال)، پایه تحصیلی (پایه ششم دوره ابتدایی)، عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی (سؤال از کودک و والدین)، فقدان بیماری جسمی مزمن (سؤال از کودک و والدین) و رضایت داوطلبانه دانش‌آموز.

ملاک‌های خروج عبارت بودند از: غیبت بیش از ۳ جلسه در برنامه‌های آموزشی و انصراف از ادامه همکاری.

ابزارهای استفاده‌شده در پژوهش به شرح زیر بود:

پرسشنامه اضطراب جدایی: پرسشنامه اضطراب جدایی توسط مارچ و همکاران (۱۹۹۷) ساخته شد که ۳۹ گویه دارد و برای ارزیابی نشانه‌های اضطراب در گروه‌های سنی ۸ تا ۱۹ سال استفاده می‌شود. هر گویه بر اساس یک مقیاس چهاردرجه‌ای لیکرت (هرگز، بندرت،

گاهی اوقات و همیشه) پاسخ داده می‌شود. این مقیاس چهار بعد اضطراب اجتماعی، اضطراب جدایی، اجتناب از آسیب و نشانه‌های جسمانی را اندازه‌گیری می‌کند (کینجری<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۹). در مطالعه ایوارسون<sup>۲</sup> (۲۰۰۶) برای کل مقیاس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ و برای خرده مقیاس‌های اضطراب اجتماعی، نشانه‌های جسمانی، اجتناب از آسیب و اضطراب جدایی به ترتیب ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳، ۰/۸۴، ۰/۷۱ و ۰/۶۴ به‌دست آمد. مشهدی (۱۳۹۱) در پژوهش خود پایایی این ابزار را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۱ و روایی صوری آن را مطلوب گزارش نمودند. پیرزادی (۱۳۹۷) ضریب پایایی از طریق آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۸۰ گزارش نموده است. در پژوهش تقوی (۱۳۸۷) ضریب اعتبار پرسشنامه فوق، ۰/۷۸ اعلام شده است.

پرسشنامه مدیریت هیجان زمین: پرسشنامه مهارت مدیریت هیجان در سال ۲۰۰۱ توسط زمین و همکاران<sup>۳</sup> تدوین شد و ۳۸ سؤال دارد که به‌صورت مقیاس سه‌درجه‌ای لیکرت (به‌ندرت، گاهی اوقات و اغلب اوقات) نمره‌گذاری می‌شود. این پرسشنامه سه مؤلفه خشم، اندوه و اضطراب را ارزیابی می‌کند. ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۶۲ تا ۰/۷۷ و ضریب پایایی آزمایشی باز در دامنه‌ای از ۰/۶۱ تا ۰/۸ گزارش شده است. در ایران هم پورگنابادی (۱۳۹۰) در پژوهشی ضریب آلفای کرونباخ آن را ۰/۵ تا ۰/۷۴ را به‌دست آورده است. در پژوهش هاشمی پور و محمدی (۱۳۹۷) ضریب پایایی این مقیاس با استفاده از دو نیمه‌سازی و بازآزمایی به ترتیب ۰/۷۳ و ۰/۸۶ به‌دست آمد.

#### بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی

برنامه مداخله‌ای مورد استفاده در این پژوهش بسته تلفیقی نقاشی‌درمانی (زاده محمدی، ۱۳۸۷؛ به نقل از رضایی و همکاران، ۱۳۹۴) و بازی‌درمانی (محمد اسماعیل، ۱۳۸۹؛ به نقل

---

1. Kingery & et al  
2. Ivarsson  
2. Zeman & et al

تأثیر بازی درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های ...؛ محمدی کشکا و همکاران | ۲۴۷

از یزدانی، ۱۳۹۸) بوده که مراحل اجرای این پروتکل در جدول زیر مختصر توضیح داده شده است.

جدول ۱. خلاصه محتوای بسته آموزشی بازی درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی

جلسات	عنوان	فعالیت	اهداف
جلسه اول	گرم کردن کودکان با استفاده از نقاشی و رنگ آمیزی	قطره جوهر یا رنگ روی کاغذ بچکانید، کاغذ را خوب تا بزنید و دوباره باز کنید. سعی کنید طرحی را که ظاهر شده به تصویری مبدل کنید.	جذب اعضای گروه به موضوع و ایجاد رابطه دوستانه و امنیت
	بازی کردن کودکان با یکدیگر		ایجاد رابطه دوستانه و امنیت
جلسه دوم	شناخت رسانه‌های هنری	از میان خط‌خطی‌هایی که کشیدید، یکی را که از همه بیشتر دوست دارید یا از آن خوشتان نمی‌آید، انتخاب کنید.	شناخت رسانه‌های هنری به منظور گسترش قدرت خلاقیت و تصویربرداری
	استفاده از لوگوهای اسباب‌بازی	کودک به کمک پژوهشگر خانه بزرگی توسط لوگو درست می‌کند هر یک از کودکان در مورد رنگ و طرح پیشنهاد می‌دهند.	ایجاد حس همکاری گروهی در کودکان و از بین بردن رفتار گوشه‌گیری
جلسه سوم	تمرکز، مهارت و حافظه	هر چیزی را که دوست دارید به کسی هدیه دهید، نقاشی کنید.	ایجاد یا افزایش قدرت تمرکز، مهارت و حافظه
	استفاده از خمیربازی	درست کردن اشکال مورد علاقه خود و توضیح در مورد آن	گسترش قدرت خلاقیت
جلسه چهارم	موضوع‌های کلی	نقاشی با موضوع آزاد ظرف ۱۵ تا ۲۰ دقیقه بدون تجزیه و تحلیلی	بروز احساسات مهم
	اجرای بازی موزیکال برای کودکان	چرخیدن با صدای موزیک به دور صندلی و نشستن بر روی صندلی با قطع صدای موزیک و پیدا کردن شی پنهان توسط کودک باکم و زیاد کردن صدای موزیک	ایجاد یا افزایش قدرت تمرکز، مهارت حافظه
جلسه پنجم	درک خویشتن و شناسایی هیجان	احساسات متضادی مثل عشق و تنفر یا عصبانیت و آرامش را در قالب یک	این موضوع بررسی می‌شود که کودک چه ادراکی نسبت

اهداف	فعالیت	عنوان	جلسات
به خود و هیجان‌ات دارند.	نقاشی نشان دهید.		
		بازی همانند جلسه چهارم	
پی بردن به رابطه خود با دیگر اعضای خانواده و کسانی که آن‌ها را حمایت می‌کند.	نقاشی‌ای از تمام اعضای خانواده‌تان بکشید.	روابط خانوادگی (باورهای خانواده) نگاه از نظر دیگران	
تقویت رابطه گروهی	با استفاده از کاردستی (کاغذ رنگی قیچی. مقوا و چسب) مسابقه اجرا می‌شود در مورد بهترین کاردستی نظرخواهی می‌شود و پایان از همه سازندگان تشویق می‌شوند	مسابقه با استفاده از کاردستی	جلسه ششم
تقویت روابط بین دو نفر	دو کودک روی یک برگه کاغذ نقاشی بکشید. می‌توان قوانین مختلفی برای نقاشی آن‌ها وضع کنید.	کار هنری دونفره	جلسه هفتم
آموزش رفتارهای پسندیده و اجتماعی		بازی با عروسک‌های خیمه‌شب‌بازی	
شناخت تک‌تک افراد گروه و ظاهر شدن پویایی‌های گروهی به صورت کاملاً دقیق	کودکان باید به صورت گروهی و بدون تعیین موضوعی خاص نقاشی‌ای بزرگ (روی یک کاغذ بسیار بزرگ) بکشند.	نقاشی گروهی	جلسه هشتم
		بازی همانند جلسه هفتم	
بررسی ترس‌ها و بازخورد آن به اعضا، بررسی شیوه مراقبت از قلمرو خود، بحث گروهی و یافتن روش‌های مراقبت و یادگیری رفتار مطلوب اجتماعی	روی یک صفحه بزرگ کاغذ، دایره بزرگی کشیده و آن را از قطر به تعداد اعضای گروه تقسیم می‌کنیم. هر کودک می‌تواند مرز خود را به دلخواه ایجاد کند و یا وارد قلمرو دیگری شوند و به طور آزاد در آن نقاشی کنند	ماندالا (Mandala)	جلسه نهم
	کودک نقش موردعلاقه خود را ایفا می‌کند و ایده خود را در قالب نقش موردعلاقه ایفا می‌کند	بازی با استفاده از ایفای نقش، همانند (تئاتر)	
آشکارسازی بخشی از سطح	از کودکان گروه می‌خواهیم بر اساس	تصویر ذهنی	جلسه



اهداف	فعالیت	عنوان	جلسات
هوشیاری‌شان که معمولاً از آن آگاه نیستند. خود را به صورت قوی تصور می‌کند.	سفر خیالی که برایشان تعریف می‌شود، خود را به صورت مبارز یا قهرمان نقاشی بکشند.	هدایت‌شده، تجسم، رؤیا و مراقبه آموزش خودآگاهی رشد احساس ارزشمندی بازی همانند مرحله نهم	دهم
منبع: برگرفته از کتاب هنردرمانی، زاده محمدی (۱۳۸۷)؛ به نقل از رضایی و همکاران (۱۳۹۴). جلسات بازی‌درمانی محمد اسماعیل (۱۳۸۹)؛ به نقل از یزدانی (۱۳۹۸).			

### نحوه جمع‌آوری داده‌ها

برای اجرای پژوهش حاضر، با رعایت ملاحظات اخلاقی و بیان اهداف پژوهش بعد از دریافت معرفی‌نامه از دانشگاه گیلان و ارائه آن به اداره آموزش و پرورش شهرستان قائم‌شهر و دریافت مجوزهای لازم، در بهار سال ۱۴۰۰ اقدام به انتخاب نمونه آماری گردید. بعد از انتخاب کودکان، اهداف پژوهش به دانش‌آموزان و نیز والدین آنان (یکی از والدین) توضیح داده شد که شرکت در پژوهش هیچ‌گونه هزینه‌ای بر آن‌ها تحمیل نخواهد شد و به آن‌ها این اطمینان داده شد که تمام اطلاعات آن‌ها محرمانه و هیچ‌گونه پیامد جسمی و روانی برای آن‌ها نخواهد داشت و در صورت تمایل نتایج در اختیار آزمودنی قرار خواهد گرفت. همچنین از طریق وعده تشویق و تقویت (هدیه) در کودکان ایجاد انگیزه شد. علاوه بر این برای والدین توضیح داده شد که این آموزش جزء روش‌های مؤثر و مفید برای کاهش اضطراب و تنظیم هیجان‌های کودکان است. سپس بعد از کسب رضایت‌نامه به منظور شرکت در پژوهش اقدام به اجرای پژوهش گردید. ۴۰ نفر از دانش‌آموزان با نمره برش ۶۰ و بالاتر دارای ملاک تشخیصی اختلال اضطراب جدایی براساس DSM5 شناسایی و از میان آن‌ها ۳۰ نفر انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل قرار داده شدند. پس از انتخاب افراد دو گروه در نیمه دوم اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۰ ابتدا پرسشنامه مدیریت هیجان توسط هر دو گروه تکمیل گردید. سپس از نیمه دوم خرداد ۱۴۰۰، گروه آزمایش در ۱۰ جلسه بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی (هر هفته دو جلسه ۴۵ دقیقه‌ای) را دریافت

کردند. در این مدت گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. سرانجام بعد از یک هفته در نیمه دوم تیرماه ۱۴۰۰ هر دو گروه در مرحله پس‌آزمون مجدد ابزار تحقیق را تکمیل و داده‌ها جمع‌آوری گردید. سرانجام داده‌های پژوهش با تحلیل کوواریانس چند متغیری تجزیه و تحلیل شدند.

### یافته‌ها

دانش‌آموزان گروه آزمایش ۶۶/۷ درصد فرزند اول، ۲۶/۷ درصد فرزند دوم، ۶/۷ درصد فرزند سوم و چهارم بودند اما دانش‌آموزان گروه کنترل ۶۰ درصد فرزند اول، ۳۳/۳ درصد فرزند دوم و ۶/۷ درصد فرزند سوم و چهارم بودند. در این پژوهش گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر سن و جنس و پایه تحصیلی هم‌تاسازی شدند.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی پیش‌آزمون و پس‌آزمون متغیرها به تفکیک گروه‌ها

متغیر	گروه	پیش‌آزمون M±SD	پس‌آزمون M±SD	متغیر	گروه	پیش‌آزمون M±SD	پس‌آزمون M±SD
خشم	آزمایش	۱۸/۰۰±۲	۲۲/۸۰±۲/۰۴	اندوه	آزمایش	۲۰/۱۳±۳/۵۰	۲۴/۴۷±۱/۸۱
	کنترل	۱۸/۸۷±۳/۴۰	۱۹/۱۳±۳/۱۴		کنترل	۲۱/۶۷±۳/۹۶	۲۲/۰۷±۲/۶۶
اضطراب	آزمایش	۲۷/۲۰±۳/۶۱	۲۳/۰۰±۱/۷۷	مدیریت هیجان (نمره کل)	آزمایش	۶۶/۸۰±۷/۶۰	۸۳/۳۳±۵/۲۲
	کنترل	۲۷/۵۳±۳/۹۳	۲۸/۵۳±۲/۸۸		کنترل	۶۹/۹۳±۹/۹۶	۷۱/۶۰±۷/۰۹

قبل از استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس پیش‌فرض‌های آن بررسی شد. عدم معنی‌داری آزمون شاپیرو-ویلک بیانگر نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای پژوهش بود ( $P > 0/05$ ). آزمون ام‌باکس نشان داد که مفروضه همگنی کوواریانس رعایت شده است ( $P > 0/05$ ). همچنین با توجه به برقراری مفروضه همگنی شیب رگرسیون ( $P > 0/05$ ). از تحلیل کوواریانس چند متغیری به منظور حذف اثر پیش‌آزمون استفاده شد.

نتایج مربوط به شاخص‌های اعتباری تحلیل کوواریانس چند متغیری برای متغیر مدیریت هیجان بیانگر اثر گروه بر ترکیب مؤلفه‌های مورد مطالعه معنی‌دار است ( $F = 9/14, P < 0/001, \eta^2 = 0/513$ )، بر این اساس، مجذور اتا نشان می‌دهد که

تأثیر بازی درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های ...: محمدی کشکا و همکاران | ۲۵۱

تفاوت بین دو گروه با توجه به مؤلفه‌های متغیر وابسته، در مجموع معنی‌دار است و میزان این تفاوت، برای ترکیب متغیر مدیریت هیجان ۰/۵۱۳ است؛ یعنی ۵۱/۳ درصد از واریانس متغیر مدیریت هیجان، ناشی از اثر آموزشی است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری جهت بررسی تأثیر آموزش بازی درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های هیجانی

متغیر	SS	Df	MS	F	P	Eta	OP
خشم	۱۰۰/۸۳	۱	۱۰۰/۸۳	۱۴/۴۰	<۰/۰۰۱	۰/۳۴۰	۰/۹۶
اندوه	۴۳/۲۰	۱	۴۳/۲۰	۸/۳۶	<۰/۰۰۱	۰/۲۳۰	۰/۸۰
اضطراب	۱۴۹/۶۳	۱	۱۴۹/۶۳	۲۶/۲۳	<۰/۰۰۱	۰/۴۸۴	۰/۱۰
مدیریت هیجان	۱۲۵۵/۹۹	۱	۱۲۵۵/۹۹	۵۳/۶۶	<۰/۰۰۱	۰/۶۶۵	۱

نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری در جدول ۳ نشان می‌دهد که بین دو گروه آزمایش و کنترل در مؤلفه‌های مدیریت هیجان تفاوت معنادار وجود دارد. مجذور اتا نشان می‌دهد که ۳۴ درصد از واریانس خشم، ۲۳ درصد از واریانس اندوه، ۴۸/۴ درصد از واریانس اضطراب و ۶۶/۵ درصد نمره کل مدیریت هیجان با سطح معنی‌داری، ناشی از شرایط آموزشی است ( $P < ۰/۰۰۱$ ).

جدول ۴. میانگین و انحراف معیار تعدیل شده متغیر مدیریت هیجان به همراه زیر مؤلفه‌های آن با حدود اطمینان ۹۵ درصدی

مؤلفه‌ها	گروه	$\bar{X}$	SD	حدود اطمینان ۹۵ درصد	
				حد پایین	حد بالا
خشم	آزمایش	۲۲/۸۰	۰/۶۸	۲۱/۴۰	۲۴/۲۰
	کنترل	۱۹/۱۳	۰/۶۸	۱۷/۷۳	۲۰/۵۳
اندوه	آزمایش	۲۴/۴۷	۰/۵۹	۲۳/۲۶	۲۵/۶۷
	کنترل	۲۲/۰۷	۰/۵۹	۲۰/۸۶	۲۳/۲۷
اضطراب	آزمایش	۳۳	۰/۶۲	۲۱/۷۴	۳۴/۲۶
	کنترل	۲۸/۵۳	۰/۶۲	۲۷/۲۷	۲۹/۸۰
مدیریت هیجان	آزمایش	۸۴/۰۵	۱/۲۶	۸۱/۴۶	۸۶/۶۳
	کنترل	۷۰/۸۹	۱/۲۶	۶۸/۳۴	۷۳/۴۷

در جدول ۴ میانگین‌های تعدیل‌شده مؤلفه‌ها گزارش شده است. بر این اساس، شرایط آزمایشی با اطمینان ۹۵ درصد بر بهبود مؤلفه‌های مدیریت هیجان تأثیرگذار بوده است ( $P < ۰/۰۰۱$ ).

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر تأثیر بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر بهبود مهارت‌های هیجانی کودکان با اختلال اضطراب جدایی بوده همان‌طور که نتایج پژوهش نشان داد بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر بهبود مهارت هیجانی کودکان مورد مطالعه مؤثر بوده است به‌نحوی که میانگین نمره کلی مهارت هیجانی در تمام مؤلفه‌های (خشم، اندوه و اضطراب) پس از انجام مداخله‌های درمانی بهبود یافته است. این نتایج با یافته‌های ملک‌پور و همکاران (۱۳۹۳)، نان و همکاران (۲۰۲۱)، ایننگ بارز، هسترچت و پونستین (۲۰۱۹) همسو است.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان بیان کرد که بدتنظیمی هیجانی به‌عنوان دشواری شناسایی، درک، پذیرش و تعدیل هیجان‌ات است به‌طوری که ناتوانی در پردازش شناختی و هیجانی، فرد را از نظر شناختی و عاطفی دچار درماندگی و آشفتگی می‌کند و این ناتوانی موجب اختلال در عواطف و شناخت فرد می‌شود و نیز در شرایط استرس‌زا سبب ناسازگاری می‌شود از این‌رو کودکان مبتلا به اختلالات اضطرابی رغبت بیشتری به پذیرش، سرزنش خود، فاجعه‌انگاری و نشخوار فکری نسبت به کودکان بدون این مشکلات دارند همچنین، آن‌ها نمرات کمتری در برنامه‌ریزی، تمرکز مجدد مثبت و ارزیابی مجدد مثبت از موقعیت دارند. علاوه بر این افرادی که توانایی تنظیم هیجانی پایینی دارند، در مواجهه شدن با استرس و مشکلات زندگی، انطباق و سازگاری ضعیف‌تری خواهند داشت، در نتیجه بیشتر به ناامیدی، اضطراب و حتی در مواقعی به افسردگی نیز مبتلا می‌شوند اما افرادی که مهارت هیجانی بالایی دارند، شیوه زندگی خود را به گونه‌ای ترتیب می‌دهند که پیامدهای منفی کمتری را تجربه کنند و این امر موجب کاهش مشکلات اضطرابی و افزایش سازگاری با مسائل زندگی و نیز بهبود روابط با دیگران می‌شود پژوهش‌های انجام‌شده در کودکان ۸ تا

۱۳ سال نشان داد که کودکان مضطرب مشکلات بیشتری در مدیریت هیجانات خود داشته‌اند.

بر اساس مطالعات انجام‌شده کودکان دارای اختلال اضطراب جدایی در معرض آسیب‌های روان‌شناختی بیشتری هستند؛ که این موضوع بیانگر نقص در تنظیم کردن هیجانات آن‌ها می‌باشد. در نتیجه به علت ارزیابی‌های منفی از هیجانات خود، عملکرد نامطلوبی را نشان می‌دهند. از این رو آموزش بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی سعی در بهبود کنترل هیجانات منفی در کودکان دارای اختلال اضطراب جدایی دارد که می‌تواند در کنار درمان‌های دیگر در کاهش آن مؤثر باشد. همچنین فعالیت‌های هنری موجب فعالیت سالم، باعث تنظیم هیجانی و یکپارچگی مغز کودک خواهد شد و احتمال کاهش مشکلات رفتاری و هیجانی در آن‌ها افزایش می‌یابد و نیز با توجه به جذابیت فعالیت‌های هنری، راحت‌تر می‌توان کودکان را برای مشارکت در این نوع برنامه‌های مداخله‌ای با خود همراه کرد علاوه بر این هنردرمانی می‌تواند ادراک هیجانی و مدیریت خشم را از طریق یادگیری پاسخ صحیح مقابله‌ای، تکنیک‌ها و مهارت حل مسئله، افزایش تعلق و ارائه راه‌های غیرتهاجمی برای برقراری ارتباط‌های احساسی پیچیده در کودکان بهبود بخشد. از طرفی نقاشی و درکل، هنرهای تجسمی در جایگاه ابزاری به‌منظور ارائه افکار، برون‌فکنی و نشان دادن احساسات استفاده می‌گردد. در حقیقت؛ به‌وسیله نقاشی کودک تمام موضوعات زندگی خویش را به تجربه درآورده، خود یاد می‌گیرد و خویشتن را بنا می‌نهد. نقاشی‌درمانی وقتی به‌صورت گروهی انجام می‌گیرد مزیت‌های آن مضاعف می‌شود چراکه بودن در کنار یک گروه نزدیک با فرهنگ کودک موجب تجربه رشد هیجانی می‌شود. کسانی که تجربه‌های خوبی در خانواده و یا کلاس درس نداشته‌اند و کودکانی که نسبت به بودن در کنار بزرگ‌سالان رغبت نشان نمی‌دهند می‌توانند پسخوراند بیشتری از همسالان دریافت کنند کودکانی که می‌ترسند احساسات خصمانه آن‌ها غیرقابل قبول باشد در گروه نسبت به موقعیت‌های دونفری جایگاه بیشتری خواهند داشت. از جهتی فرایند آفرینش هنری، ذاتاً توانایی درمان شفابخشی دارد و پژوهش‌های صورت گرفته نیز بر نقش اساسی که مکانیسم دفاعی پالایش در این تجربه بازی می‌کند تأکید می‌نمایند. به‌طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که آموزش بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی موجب بهبود

مهارت‌های هیجانی می‌شود. از آنجایی که کودکان دارای اختلال اضطراب جدایی در تنظیم هیجان و همچنین در تشخیص و توصیف هیجانات خود مشکل دارند، این امر سبب مشکلاتی در رابطه میان فردی و تعامل با دیگران می‌شود؛ بنابراین آموزش بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی به کودکان کمک می‌کند که مهارت‌های هیجانی خود را افزایش داده و نیز موجب کاهش اضطراب و نگرانی در آن‌ها می‌شود.

انتخاب کودکان به صورت در دسترس و عدم استفاده از مصاحبه بالینی برای شناسایی کودکان و استفاده از نقطه برش و همچنین تشکیل شدن جامعه آماری مورد مطالعه از دانش‌آموزان دختر پایه ششم ابتدایی و یکی بودن پژوهشگر و آموزش‌دهنده در اجرای پژوهش از محدودیت‌های تحقیق بود؛ بنابراین با توجه به نتایج این پژوهش و اثربخشی آموزش بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر اختلال اضطراب جدایی می‌توان از این آموزش در سنین پایین‌تری برای کودکان در نظر گرفت تا از مشکلات دوران نوجوانی و بزرگ‌سالی جلوگیری کرد؛ و همچنین در مطالعات بعدی برای گروه‌های سنی و جنسی مختلف اجرا گردد.

### تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

### سپاسگزاری

نویسندگان مقاله از همکاری و مساعدت کلیه مسئولین آموزش و پرورش شهرستان قائم‌شهر و به‌ویژه دانش‌آموزان صبور شرکت‌کننده در این پژوهش (مربوط به پایان‌نامه کارشناسی ارشد) صمیمانه تشکر و قدردانی می‌نمایند.

### ORCID

Somayeh Mohammadi Kashka



<http://orcid.org/0000-0001-6933-4875>

Abbas Abolghasemi



<https://orcid.org/0000-0002-7378-9730>

Seyed Musa Kafi



<http://orcid.org/0000-0001-8094-6725>

## منابع

- پورگنابادی، حمیده. (۱۳۹۰). بررسی اثربخشی آموزش گروهی منطقی-هیجانی- رفتاری (REBT)، در بهبود مدیریت هیجان کودک بی‌سرپرست و بدسرپرست. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه فردوسی مشهد.
- پیرزادی، حجت. (۱۳۹۷). اختلال اضطراب جدایی: ویژگی‌ها، سبب‌شناسی و راهکارهای درمانی. *تعلیم و تربیت اسلامی*، ۴(۱۵۳)، ۳۳-۳۹.
- تقوی، سید محمدرضا. (۱۳۸۷). هنجاریابی مقیاس اضطراب کودکان. *علوم اجتماعی و انسانی شیراز*، ۲۲(۴)، ۷۹-۸۸.
- ذوالفقاری مطلق، مصطفی، جزایری، علیرضا، خوشابی، کتایون، مظاهری، محمدعلی، کریم‌لو، مسعود. (۱۳۸۷). اثربخشی درمان مبتنی بر دل‌بستگی بر کاهش علائم اختلال اضطراب جدایی. *فصلنامه روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۴(۳)، ۳۸۰-۳۸۸.
- رضایی، سعید، خدابخشی کولایی، آناهیتا، تقوایی، داوود. (۱۳۹۴). اثربخشی نقاشی درمانی بر کاهش اضطراب و پرخاشگری دانش‌آموزان دبستانی پسر دارای اختلالات برون‌ریزی شده. *نشریه پرستاری کودکان*، ۲(۲)، ۱۰-۱۹.
- زاده محمدی، علی، خالقی، مهرنوش. (۱۳۹۴). *نقاشی، کاربرد آن برای مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان*. تهران: قطره.
- سادوک، بنجامین، سادوک، ویرجینیا. (۱۳۹۴). *خلاصه روان‌پزشکی کاپلان و سادوک*. ترجمه فرزین رضاعی. تهران: ارجمند.
- سرلاتی، مائده، ابوالقاسمی، عباس، حاجلو، نادر، محمدی بایتمر، جهانگیر. (۱۳۹۷). مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلاق در دانش‌آموزان با و بدون اضطراب جدایی. *روانشناسی مدرسه*، ۳(۷)، ۸۶-۱۰۱.
- سید عبدخدایی، محمدسعید، صادقی اردوبادی، آفرین. (۱۳۹۰). بررسی میزان اضطراب جدایی کودکان و اثربخشی بازی‌درمانی با رویکرد رفتاری - شناختی بر کاهش آن. *روانشناسی بالینی*، ۴(۱۲)، ۵۱-۵۸.

سید موسوی، پریسادات، قنبری، سعید، مظاهری، محمدعلی. (۱۳۹۴). اثربخشی مداخله دلبستگی محور با روش پس‌خوراند ویدیویی بر کاهش بازنمایی‌های منفی و اضطراب جدایی. فصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی لرستان، ۱۷(۲)، ۹۰-۱۰۴.

سیدی‌اندی، سیده معصومه، نجفی، محمود، رحیمیان بوگر، اسحق. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی بازی‌درمان‌گری کودک محور و بازی‌درمان‌گری والدینی بر سطوح نظریه ذهن در کودکان دارای اختلال اضطراب جدایی. مجله علوم روان‌شناختی، ۹۷(۲۰)، ۶۳-۷۶.

طلایی‌نژاد، نعیمه، قنبری، سعید. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش گروهی دلبستگی‌محور مادرها بر کاهش نشانه‌های اضطراب جدایی کودکان پیش‌دبستانی. فصلنامه اندیشه و رفتار، ۹(۳)، ۳۷-۴۶.

گنجی، مهدی. (۱۳۹۲). آسیب‌شناسی روانی بر اساس DSM-5 تهران: ساوالان.

محمدی، اکبر، رادین، عاطفه. (۱۳۹۶). اثربخشی هنر درمانی بر پایه نقاشی بر کاهش افسردگی، اضطراب و پرخاشگری در کودکان پیش‌دبستانی. فصلنامه روانشناسی تحلیلی شناختی، ۸(۲۸)، ۴۳-۵۱.

مشهدی، علی، سلطانی شال، رضا، میردورقی، فاطمه، بهرامی، بتول. (۱۳۹۱). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس چندبعدی اضطراب کودکان. فصلنامه روانشناسی کاربردی، ۶(۲۱)، ۷۰-۸۷.

ملک‌پور، فرزانه، واحدی، شهرام، میرنسب، میرمحمود. (۱۳۹۳). تأثیر نقاشی درمانی در کاهش قلدری و افزایش تنظیم هیجانی دانش‌آموزان قلدر پسر ابتدایی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه تبریز.

مهدوی، افسانه. (۱۳۸۵). مقدمه‌ای بر هنر درمانی، فصلنامه علمی-تخصصی رهپویه هنر، ۲(۱)، ۲۸-۳۲.

مهری‌نژاد، سیدابوالقاسم، نوروزی نرگسی، مهسا. (۱۳۹۵). مقایسه سوگیری توجه و سبک‌های پردازش هیجانی در دانشجویان دختر مبتلابه اختلال اضطراب فراگیر، مبتلابه بدریخت‌انگاری و غیر مبتلابه. مطالعات روانشناسی بالینی، ۶(۲۴)، ۹۹-۱۱۴.



- تأثیر بازی‌درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های ...: محمدی کشکا و همکاران | ۲۵۷
- ناصری، ابوذر، قاسم‌پور، عبدالله، محمودی مقدم، منصور. (۱۳۹۴). اضطراب جدایی، تنظیم هیجانی و همجوشی فکر-عمل در نوجوانان دختر. *روانشناسی معاصر*، ۱۰(۵)، ۱۵۹۴-۱۵۹۷.
- نایب‌زاده، سیده، ابولقاسمی، عباس، کافی ماسوله، سید موسی، خسروجاوید، مهناز. (۱۴۰۱). تأثیر آموزش تنظیم هیجان بر رفتارهای انطباقی / اجتماعی نوجوانان دارای اختلال اضطراب جدایی. *روانشناسی افراد استثنایی*، ۱۲(۴۶)، ۱۳۸-۱۱۱.
- هاشمی‌پور، سیده سریرا، محمدی، کوروش. (۱۳۹۷). اثربخشی بازی‌درمانی کودک-محور بر مهارت‌های هیجانی و اجتماعی کودکان مبتلابه اختلال اُتِستیک. *طب پیشگیری*، ۵(۲)، ۱-۱۰.
- یزدانی، فریدون. (۱۳۹۸). اثربخشی بازی‌درمان‌گری بر کاهش اضطراب دانش‌آموزان مدارس ابتدایی. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روان‌شناختی*، ۱۸(۷۴)، ۲۳۵-۲۴۶.

## References

- Abbing, A. C., Baars, E. W., Van Haastrecht, O., & Ponstein, A. S. (2019). Acceptance of anxiety through art therapy: a case report exploring how anthroposophic art therapy addresses emotion regulation and executive functioning. *Case reports in psychiatry*, 2019.
- Aghebati, A., Joekar, S., Hakim Shoshtari, M., Gharraee, B., & Maghami Sharif, Z. (2020). Parenting programme for mothers of children with separation anxiety disorder: benefits for Iranian mothers and children. *Early Child Development and Care*, 1-10.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub.
- Bogels, S. M., Knappe, S. & Clark, L. (2013). Adult separation anxiety disorder in DSM-5. *Clinical Psychology Review*, 33(5), 663-674.
- Copeland, W. E., Angold, A., Shanahan, L., & Costello, E. J. (2014). Longitudinal patterns of anxiety from childhood to adulthood: the Great Smoky Mountains Study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 53(1), 21-33.
- Erickson, S., & Block, S. (2013). The social and communication impact of stuttering on adolescents and their families. *Journal of Fluency Disorders*, 38(4), 311-324.
- Essau, C. A., & Gabbidon, J. (2013). Mental Health Services Utilization. *The Wiley-Blackwell handbook of the treatment of childhood and adolescent anxiety*, 23.

- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations.
- Gross, J. J. (2015). The extended process model of emotion regulation: Elaborations, applications, and future directions. *Psychological Inquiry*, 26(1), 130-137.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2002). *Wise emotion regulation*.
- Hannesdottir, D. K. (2018). Do Youth with Separation Anxiety Disorder Differ in Anxiety Sensitivity From Youth with Other Anxiety Disorders? *Child Psychiatry & Human Development*, 49(6), 888-896.
- Hejri, S. S., Pakdaman, S., Ghanbari, S., & Mirzaei, S. S. (2020). The Effectiveness of Painting Therapy on Emotional-Behavioral Problems of Children with Cancer. *Iranian Journal of Health Psychology*, 3(1), 9-18. [In Persian]
- Hoffman, N., Sterkenburg, P. S., & Van Rensburg, E. (2019). The effect of technology assisted therapy for intellectually and visually impaired adults suffering from separation anxiety: Conquering the fear. *Assistive Technology*, 31(2), 98-105.
- Ivarsson, T. (2006). Normative data for the Multidimensional Anxiety Scale for Children (MASC) in Swedish adolescents. *Nordic Journal Psychiatry*, 60(2): 107-113.
- Kingery, J. N., Ginsburg, G. S., & Burstein, M. (2009). Factor Structure and Psychometric Properties of the Multidimensional Anxiety Scale for Children in an African American Adolescent Sample. *Child Psychiatry and Human Development*, 40(2): 287-300.
- Law, K. C., Khazem, L. R., & Anestis, M. D. (2015). The role of emotion dysregulation in suicide as considered through the ideation to action framework. *Current Opinion in Psychology*, 3, 30-35.
- Madigan, S., Moran, G., & Pederson, D. R. (2006). Unresolved states of mind, disorganized attachment relationships, and disrupted interactions of adolescent mothers and their infants. *Developmental psychology*, 42(2), 293.
- Mohammadi, M. R., Badrfam, R., Khaleghi, A., Hooshyari, Z., Ahmadi, N., & Zandifar, A. (2020). Prevalence, Comorbidity and Predictor of Separation Anxiety Disorder in Children and Adolescents. *The Psychiatric Quarterly*. [In Persian]
- Müller, E., & Donley, C. (2019). Measuring the impact of a school-based, integrative approach to play therapy on students with autism and their classroom instructors. *International Journal of Play Therapy*, 28(3), 123.
- Nan, J. K., Hinz, L. D., & Lusebrink, V. B. (2021). Clay art therapy on emotion regulation: Research, theoretical underpinnings, and

- treatment mechanisms. In *The Neuroscience of Depression* (pp. 431-442). Academic Press.
- Newcomer, K. L., Krug, H. E., & Mahowald, M. L. (1993). Validity and reliability of the timed-stands test for patients with rheumatoid arthritis and other chronic diseases. *The Journal of rheumatology*, 20(1), 21-27.
- Schneider, R. L., Arch, J. J., Landy, L. N., & Hankin, B. L. (2018). The longitudinal effect of emotion regulation strategies on anxiety levels in children and adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 47(6), 978-991.
- Skaife, S., & Huet, V. (Eds.). (1998). *Art psychotherapy groups: Between pictures and words*. Psychology Press.
- Tamman, A. J., Sippel, L. M., Han, S., Neria, Y., Krystal, J. H., Southwick, S. M., ... & Pietrzak, R. H. (2017). Attachment style moderates effects of FKBP5 polymorphisms and childhood abuse on post-traumatic stress symptoms: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *The World Journal of Biological Psychiatry*.



**استناد به این مقاله:** محمدی کشکا، سمیه، ابوالقاسمی، عباس، کافی، سید موسی. (۱۴۰۲). تأثیر بازی درمانی گروهی مبتنی بر نقاشی بر مهارت‌های هیجانی کودکان با اختلال اضطراب جدایی، روان‌شناسی افراد استثنایی، ۴۹(۱۳)، ۲۳۳-۲۵۹.

DOI: 10.22054/jpe.2022.64578.2391



Psychology of Exceptional Individuals is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.



پروپوزیشن گاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی