

Comparison of the Effect of Teaching Rhythmic Movement Games and Play Therapy based on Parent-Child Relationship on Emotional Self-Regulation and Separation Anxiety of Students

Mohammad Nabiei 

M.A. In Psychology, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran. E-mail: m.nabiei1993@gmail.com

Rozita Amani *

Corresponding Author, Department of Psychology, Faculty of Economics and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran. E-mail: ramani@basu.ac.ir

Mohammadreza Zoghipaidar 

Department of Psychology, Faculty of Economics and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran. E-mail: M.r.zoghipaidar@basu.ac.ir

Hossein Mohagheghi 

Department of Psychology, Faculty of Economics and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran. E-mail: h.mohagheghi@basu.ac.ir

Abstract

Separation anxiety disorder is the most common childhood anxiety disorder, so the present study was conducted to compare the effect of teaching rhythmic movement games and play therapy based on parent-child relationships on emotional self-regulation and separation anxiety of first-grade students in Malayer City. This research was a field experiment with a pre-test-post-test design with a control group. The statistical population of this research was all the students of the first grade of primary school in Malayer City in the academic year 1401-1402. They were randomly selected by purposeful sampling among the primary schools using the separation anxiety screening questionnaire, the emotional self-regulation questionnaire, and a structured clinical interview. They were assigned to two intervention groups and one control group. Two types of play therapy interventions were implemented, and finally, the post-test data were collected one week after the interventions. In general, the results showed that both play therapy interventions significantly reduced separation anxiety symptoms and increased emotional self-regulation in students ($p < 0.05$). However, the play-therapy intervention based on the parent-child relationship was more effective in reducing the symptoms of separation anxiety than teaching rhythmic movement games. Therefore, it is suggested that play therapy techniques be taught to counselors and teachers of elementary schools and preschool teachers so that they can use them in dealing with anxious children in their classes.

Keywords: Separation anxiety, Emotional self-regulation, Rhythmic movement games, Play-therapy based on parent-child relationship

Cite this Article: Nabiei, M., Amani, R., Zoghipaidar, M. R., Mohagheghi, H. (2024). Comparison of the Effect of Teaching Rhythmic Movement Games and Play Therapy based on Parent-Child Relationship on Emotional Self-Regulation and Separation Anxiety of First Grade Students. *Educational Psychology*, 20(72), 133-160. <https://doi.org/10.22054/jep.2024.74076.3855>



© 2016 by Allameh Tabataba'i University Press
Publisher: Allameh Tabataba'i University Press
DOI: <https://doi.org/10.22054/jep.2024.74076.3855>

Introduction

One of the most common types of anxiety disorders in childhood is separation anxiety disorder (SAD), which involves excessive fear or anxiety about separation from parents or loved ones (American Psychiatric Association {APA}, 2022). SAD is the most common childhood anxiety disorder and presents at an average age of 7 years (Herren et al., 2013). This disorder is more the result of situational factors such as having problematic families, unhealthy structure, and the way parents and children communicate negatively rather than genetic and biological factors (Silove et al., 2016; Gómez et al., 2017). The symptoms of separation anxiety disorder, if untreated, cause stress, destroy social and academic performance, and cause problems in other areas of the child's life (APA, 2022). Considering that there are many different treatment approaches for the treatment of separation anxiety disorder in childhood, it is not clear which one is better than the other and has more efficiency. More controlled experimental research is needed to compare various intervention methods. Therefore, the present study aimed to compare the training of rhythmic movement games and play therapy based on the parent-child relationship on emotional self-regulation and separation anxiety of first-grade students.

Literature Review

Research evidence shows that teaching rhythmic movement games can be very effective in reducing anxiety problems, especially separation anxiety, aggression, and social withdrawal in children and improving their social interactions (Cancer et al., 2020; Vilà-Giménez et al., 2019; Costello, 2018). Also, research evidence shows that play therapy based on the parent-child relationship has the necessary clinical efficacy to improve children's psychological, behavioral, and emotional components (Cooper et al., 2020; Lindo et al., 2016; O'Connor et al., 2016). However, it is not clear which of these methods is more effective.

Methodology

The current research was a field experiment with a multi-group pretest-posttest design. The statistical population was all the students of the first grade of primary school in the city of Malair during the academic year 1402-1401. The study sample was selected by purposive sampling from elementary schools in the city using the separation anxiety screening

questionnaire and the structured clinical interview based on DSM-5 criteria. Among students with separation anxiety disorder, 60 students were selected and randomly replaced in three intervention groups: balanced movement games, play therapy intervention based on the parent-child relationship, and control. Emotion regulation checklist and separation anxiety scale were used to collect data. For the first intervention, eight balanced games, played in the presence of mother and child, were taught to the first experimental group in eight sessions. The play therapy protocol based on the parent-child relationship was also used to teach the second experimental group. Finally, due to the loss of some participants, the pre-and post-test data of 48 people in three groups were analyzed and compared. For the final analysis of the data, using SPSS software version 26, covariance analysis (ANCOVA) tests were used to examine the treatment effects on the post-tests with their pretest scores as covariates.

Results

The average and (standard deviation) age of the participants in the three groups of balanced movement games training, the play therapy group based on the parent-child relationship, and the control group are respectively equal to 7.53 (0.51), 7.25 (0.44), and 7.57 (0.49). The age range of participants was between 7 and 8 years old. There were nine boys and six girls in the first experimental group, ten boys and six girls in the second experimental group, and ten boys and seven girls in the control group. According to ANCOVA results, there was a significant difference between the three groups in separation anxiety ($F = 124.267$, $p < 0.001$) and emotional self-regulation ($F = 161.585$, $p < 0.001$). The Eta square showed that the difference between the three groups in the post-test was significant, and this difference in separation anxiety and self-regulation was 0.850 and 0.88, respectively. That is, 85% and 88% of the variance related to the difference between the three groups in the post-test is caused by the experimental conditions. Based on the Bonferroni test and the adjusted means, both intervention methods were effective in improving separation anxiety symptoms and emotional self-regulation in children with 95% certainty. It was found that the play therapy intervention based on the parent-child relationship had a greater effect in reducing the symptoms of separation anxiety in children with separation anxiety disorder. However, both intervention groups of rhythmic movement games and play therapy intervention based on

parent-child relationships have been equally effective in increasing emotional self-regulation in children with separation anxiety disorder.

Discussion

Regarding the comparison of the two interventions together, it seems that play therapy based on the parent-child relationship is a more effective method than the training of balanced movement games. One of the reasons for this difference is parents' presence in play therapy's intervention process, while parents were not in the intervention of rhythmic movement games. Regarding the developmental issues of young children, several reasons show that parents are the most effective and necessary component in child psychotherapy. These reasons mainly refer to the important role of parents in the healthy development of children and in the effectiveness of training interventions. On the other hand, the inappropriateness of the family environment plays a significant role in aggravating and perpetuating childhood problems. For example, parents' marital conflicts and their psychological problems affect the healthy development of children. Therefore, the presence of parents in the treatment process can increase the effectiveness of the intervention.

Conclusion

In general, the current research aimed to compare the effect of teaching rhythmic movement games and play therapy based on the parent-child relationship on emotional self-regulation and separation anxiety of first-grade students to expand and complete previous works and increase the richness of the literature on these interventions. The results showed that both intervention forms of rhythmic movement games and play therapy based on parent-child relationships effectively increased self-regulation and reduced separation anxiety in students. However, play therapy based on the parent-child relationship was more effective. According to the results of the present study, game-based therapies, especially play therapy based on parent-child relationships, can be used as a training-therapeutic solution to increase emotional self-regulation and reduce the symptoms of separation anxiety in children.

مقایسه تأثیر آموزش بازی‌های حرکتی موزون و بازی درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر خودتنظیمی هیجانی و اضطراب جدایی دانش‌آموزان

کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران. رایانامه: m.nabiei1993@gmail.com

محمد نبی‌ئی

نویسنده مسئول، دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران. رایانامه: ramani@basu.ac.ir

رزیتا امانی*

دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران. رایانامه: M.r.zoghipaidar@basu.ac.ir

محمد رضا ذوقی پایدار

دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران. رایانامه: h.mohagheghi@basu.ac.ir

حسین محقق

چکیده

اختلال اضطراب جدایی شایع‌ترین اختلال اضطرابی دوران کودکی است، بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی مقایسه‌ی تأثیر آموزش بازی‌های حرکتی موزون و بازی درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر خودتنظیمی هیجانی و اضطراب جدایی دانش‌آموزان پایه‌ی اول شهر ملایر انجام شد. این پژوهش از نوع آزمایش‌های میدانی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه‌ی آماری این پژوهش تمامی دانش‌آموزان پایه‌ی اول ابتدایی شهر ملایر در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بودند، که به روش نمونه‌گیری هدفمند از میان مدارس ابتدایی سطح شهر با استفاده از پرسشنامه‌ی غربالگری اختلال اضطراب جدایی، پرسشنامه‌ی خودتنظیمی هیجانی و انجام مصاحبه بالینی ساختاریافته انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه مداخله و یک گروه گواه جایگزین شدند. دو نوع مداخله‌ی بازی درمانی اجرا و در نهایت داده‌های پس‌آزمون یک هفته بعد از انجام مداخلات جمع‌آوری شد. به طور کلی، نتایج حاصل نشان داد که هر دو مداخله‌ی بازی درمانی بر کاهش علائم اضطراب جدایی و افزایش خودتنظیمی هیجانی در دانش‌آموزان اثر معناداری دارند ($p < 0.05$)؛ اما مداخله‌ی بازی درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک نسبت به آموزش بازی‌های حرکتی موزون در کاهش علائم اضطراب جدایی مؤثرتر بود؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود تا تکنیک‌های بازی درمانی به مشاوران و معلمان مدارس ابتدایی و همچنین مربیان پیش‌دبستانی آموزش داده شود تا بتوانند در مواجهه با کودکان مضطرب کلاس خود از آن استفاده کنند. کلیدواژه‌ها: اضطراب جدایی، خودتنظیمی هیجانی، بازی‌های حرکتی موزون، بازی درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک

استناد به این مقاله: نبی‌ئی، محمد، امانی، رزیتا، ذوقی پایدار، محمد رضا، و محقق، حسین. (۱۴۰۳). مقایسه تأثیر آموزش بازی‌های حرکتی موزون و بازی درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر خودتنظیمی هیجانی و اضطراب جدایی دانش‌آموزان.

فصلنامه روان‌شناسی تربیتی، ۲۰(۷۲)، ۱۳۳-۱۶۰. <https://doi.org/10.22054/jep.2024.74076.3855.160-133>

مقدمه

نخستین محیطی که کودک در آن رشد و پرورش می‌یابد، خانواده است که در آن، کودکان نخستین وابستگی‌های عاطفی نزدیک و صمیمی خود را برقرار می‌سازند. علاوه بر خانواده، عامل مهم دیگری که در شکل‌گیری و رشد شخصیت کودک دخالت دارد، مدرسه است. یکی از مشکلاتی که برخی والدین با آن مواجه هستند، ترس کودک از رفتن به مدرسه است. این دسته از کودکان با جدایی از والدین نگران و مضطرب می‌شوند، به همین دلیل نمی‌توانند از آن‌ها جدا شوند و به صورت مستقل در یک محیط اجتماعی مثل مدرسه قرار بگیرند. در واقع، آن‌ها علائم اضطرابی دارند. اضطراب در کودکان به دلایل مختلفی می‌تواند شکل بگیرد و انواع مختلفی از اختلالات را در کودک ایجاد کند. اختلالات اضطرابی^۱ یکی از شایع‌ترین اختلالات روان‌شناختی دوران کودکی هستند که با شروع زودرس و تأثیر شدید بر خط سیر تکاملی کودک، پیش‌بینی خطرپذیری برای اختلالات دوران بزرگسالی را افزایش می‌دهند (Carmassi et al., 2015).

یکی از انواع اختلالات اضطرابی شایع در دوران کودکی، اختلال اضطراب جدایی^۲ است که شامل ترس یا اضطراب بیش از حد در رابطه با جدایی از والدین یا اشخاص دل‌بسته است. این اضطراب بیش از آن است که از سطح رشدی فرد انتظار می‌رود. به علاوه ممکن است کودک به شدت نگران باشد که هنگام جدایی آسیبی به والد برسد که این نگرانی منجر به ناراحتی مفرط و گاهی کابوس‌های شبانه می‌شود. برای تشخیص اختلال اضطراب جدایی وجود حداقل سه علامت مربوط به نگرانی مفرط در مورد جدایی از شخص مورد دل‌بستگی به مدت حداقل چهار هفته لازم است. این نگرانی‌ها ممکن است به شکل امتناع از رفتن به مدرسه، ترس و ناراحتی هنگام جدایی، شکایت مکرر از علائم جسمانی نظیر سردرد و دل‌درد هنگامی که جدایی در پیش است و کابوس‌های مربوط به موضوعات جدایی باشد (American Psychiatric Association, 2022). اختلال اضطراب جدایی شایع‌ترین اختلال اضطرابی دوران کودکی است و در سن متوسط ۷ سالگی رخ می‌دهد (Herren et al., 2013). این اختلال بیشتر حاصل عوامل موقعیتی نظیر داشتن خانواده‌های مشکل‌دار، ساختار ناسالم و نحوه‌ی ارتباط نامطلوب والدین با کودک است تا عوامل ژنتیکی و بیولوژیکی (Silove et al., 2016؛ Gómez et al., 2017).

1. anxiety disorder
2. separation anxiety disorder

یکی از عوامل مؤثر در اختلال اضطراب جدایی، تنظیم هیجان^۱ است. کودکان دارای اختلال اضطراب جدایی در تنظیم هیجان‌های خود به‌ویژه هیجان‌های منفی مشکل دارند (Hurrell et al., 2017). تنظیم هیجان فرایندی است که هیجان‌های فرد و نحوه‌ی ابراز آن‌ها را تحت کنترل قرار می‌دهد و به‌عنوان تعدیل برانگیختگی هیجانی یک شخص برای پرورش سطح مطلوب تعامل با محیط تعریف می‌شود (Gross, 1998). توانایی تنظیم هیجان یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های رشد اجتماعی، عاطفی و شناختی سالم است (Schlesier et al., 2019). نقص در تنظیم هیجان در اغلب اختلالات درونی‌سازی شده (اضطراب و افسردگی) و برونی‌سازی شده‌ی (پرخاشگری) دوران کودکی مشاهده می‌شود و نقش مهمی در تحول سازش‌یافته کودکان مخصوصاً کنش‌های اجرایی و شایستگی‌های اجتماعی آن‌ها دارد (Loevaas et al., 2018). در واقع یکی از عواملی که نقش اساسی در اختلال‌های روانی ایفا می‌کند و امروزه خیلی مورد توجه قرار گرفته، هیجان و به‌طور خاص مدیریت آن است که به تنظیم یا خودتنظیمی هیجانی^۲ معروف است (Gross, 2015).

خودتنظیمی هیجانی شامل فرآیندهای درونی و بیرونی است که مسئول نظارت، ارزیابی و تغییر واکنش‌های هیجانی است (Benfer et al., 2018). این مقوله در دوران کودکی دارای اهمیت فراوانی است. در طول این دوره، کودکان باید درک درستی از راهبردهای خودتنظیمی هیجانی داشته باشند و یاد بگیرند از آن برای مدیریت هیجان‌های خود استفاده کنند (Megreya et al., 2020). راهبردهای خودتنظیمی هیجانی نه‌تنها شدت و فراوانی حالت‌های هیجانی را کاهش می‌دهد، بلکه باعث ایجاد و حفظ هیجان‌ها نیز می‌گردد؛ بنابراین، فرآیندهای خودتنظیمی هیجانی نه‌تنها بر هیجان‌های منفی بلکه بر هیجان‌های مثبت نیز متمرکز است (Musser et al., 2013).

برای پیشگیری از اختلالات دوران کودکی نظیر نقص در تنظیم هیجان و اضطراب جدایی و درمان آن روش‌های مختلفی طراحی شده است. برخی از روش‌ها بر خود کودک، برخی بر والدین و برخی بر محیط‌های آموزشی متمرکز هستند. یکی از روش‌هایی که بر خود کودک متمرکز است، بازی‌درمانی است. از آنجایی که برقراری ارتباط میان اعضای خانواده با کودکان پیش‌دبستانی و دبستانی از طریق کلام کمتر مقدور بوده و روان‌درمانی‌های معمول هم نمی‌تواند مشکلات اضطرابی این کودکان را حل نماید،

1. emotion regulation

2. emotional self-regulation

بازی درمانی به‌عنوان رویکرد درمانی جایگزین مطرح شده است که شرایط تعامل والد-کودک را تسهیل می‌کند و باعث اصلاح رفتار و افزایش تحول مغزی و تخیل مثبت کودکان دچار مشکلات اضطرابی می‌شود (Cancer et al., 2020؛ Godino et al., 2020؛ Ferreira et al., 2016). یکی از این بازی‌ها، بازی با محور حرکت است که راحت‌ترین و سریع‌ترین مسیر را برای کشف درونی و تحرک قابلیت‌های مغزی کودکان فراهم می‌سازد (Peck-Murray, 2015). در درون حرکت به‌خصوص بازی‌های قاعده‌دار که وجه ساده‌ی آن نمایش، موسیقی، شعر و ترانه است، ویژگی‌هایی چون ریتم، هماهنگی و آهنگ وجود دارد (نایب‌حسین‌زاده و همکاران، ۱۳۹۹؛ زینی و همکاران، ۱۳۹۵). آموزش حرکات موزون یکی از هنرهای خلاقانه‌ی درمانی همراه با رقص/حرکت، موسیقی، هنر و نمایش است که مبتنی بر وابستگی متقابل نظری حرکت و هیجان است به‌گونه‌ای که در آن، از حرکت به‌عنوان فرآیندی برای تأثیرگذاری بر احساسات استفاده می‌شود. این مداخله امکان برقراری ارتباط از طریق استعاره‌های حرکتی را فراهم می‌کند و بر این اصل بنا شده است که ویژگی‌های حرکتی آشکار شده توسط یک فرد با روش‌های خاص ارتباط با دیگران و جهان مرتبط است و با استفاده از آن، افراد امکان سازگاری، انعطاف‌پذیری، کنترل خودانگیختگی و حضور ذهن بیشتری را تجربه می‌کنند. با توجه به رابطه‌ی متقابل بین ذهن و بدن، تغییر در الگوهای حرکتی می‌تواند منجر به تغییر در ادراکات درونی، مانند تصویر بدن یا احساسات درباره‌ی خود شود (Malkina-Pykh 2013, 2015). شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که آموزش بازی و حرکات موزون^۱ می‌تواند در کاهش یا رفع مشکلات اضطرابی به‌ویژه اضطراب جدایی، پرخاشگری و گوشه‌گیری اجتماعی کودکان و بهبود تعاملات اجتماعی آن‌ها بسیار مؤثر باشد (Cancer et al., 2020؛ Vilà-Giménez et al., 2019؛ Costello, 2018؛ نایب‌حسین‌زاده و همکاران، ۱۳۹۹؛ محمدزاده و همکاران، ۱۳۹۹).

از سوی دیگر، یکی از روش‌هایی که بر والدین کودک متمرکز است، بازی درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک^۲ (فیلیال تراپی^۳) است. فیلیال تراپی یک برنامه‌ی درمانی برای تقویت روابط است که توسط آن به والدین مهارت‌های لازم برای برگزاری جلسات بازی کودک محور با فرزندان خود که انواع مختلفی از رفتارهای مشکل‌ساز را تجربه می‌کنند، آموزش داده می‌شود. فیلیال تراپی به توانایی والدین برای تبدیل شدن به عوامل درمانی برای فرزندان

1. rhythmic movement

2. Child-parent relationship therapy (CPRT)

3. filial therapy

خود از طریق بازی معتقد است (Alivandi-Vafa & Ismail, 2010). فیلپال‌تراپی یک مداخله‌ی حساس رشدی است که تغییرات درمانی را در طول عمر و در سراسر سیستم خانواده تسهیل می‌کند. در واقع، فیلپال‌تراپی نوعی خانواده‌درمانی است که از بازی والدین با فرزندان به منزله مکانیسم اصلی برای تغییر استفاده می‌کند. به طوری که از طریق فعال کردن دل‌بستگی، شایستگی اجتماعی، همدلی و روابط درمانی، تغییر در روابط اجتماعی را در خانواده‌ها تسهیل می‌کند (Griffin & Parson, 2023؛ O'Connor et al., 2016). با توجه به مسائل رشدی کودکان، فیلپال‌تراپی در مقایسه با مداخلات دیگر مزیت‌های بیشتری برای درمان کودکان دارد. چراکه والدین در رشد سالم کودک نقش مهمی دارند. همچنین نامناسب بودن محیط خانوادگی مانند درگیری‌های زناشویی و آسیب‌های روانی والدین در تشدید مشکلات دوران کودکی به مشکلات بعدی و جدی‌تر تأثیرگذار است. از سوی دیگر، برقراری ارتباط کلامی کودکان در مورد زندگی درونی خود ضعیف است و بیشتر ارتباطات آن‌ها از طریق رفتاری صورت می‌گیرد که می‌تواند احساسات و افکار آن‌ها را منعکس کند (Alivandi-Vafa & Ismail, 2010)؛ بنابراین، مشارکت والدین در فرآیند درمان و استفاده از بازی به‌عنوان زبان مناسب رشد کودکان بسیار مفید خواهد بود. شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که این روش کارآیی بالینی لازم جهت بهبود مؤلفه‌های روان‌شناختی، رفتاری و هیجانی کودکان را دارد (Cooper et al., 2020؛ Lindo et al., 2016؛ O'Connor et al., 2016؛ کریمی و دشت‌بزرگی، ۱۳۹۹؛ عاشوری و کریم‌نژاد، ۱۳۹۸؛ سلطانی و فرهادی، ۱۳۹۸؛ جعفری‌رنگچی و فرهادی، ۱۳۹۸؛ عدیلی و همکاران، ۱۳۹۸؛ عابدی و همکاران، ۱۳۹۶؛ عدیلی، ۱۳۹۴).

علائم اختلال اضطراب جدایی در صورت عدم درمان موجب استرس، تخریب عملکرد اجتماعی، تحصیلی و ایجاد مشکلاتی در سایر زمینه‌های زندگی کودک می‌شود (American Psychiatric Association, 2022). از این رو، مداخلات درمانی مناسب و زودهنگام جهت جلوگیری از شیوع این اختلالات بسیار حائز اهمیت است. با توجه به اینکه رویکردهای درمانی متعدد و متفاوتی برای درمان اختلال اضطراب جدایی در دوران کودکی وجود دارد که مشخص نیست کدام یک نسبت به دیگری بهتر بوده و کارآیی بیشتری دارد، انجام پژوهش‌های آزمایشی کنترل‌شده‌ی بیشتری برای مقایسه‌ی انواع روش‌ها با هم مورد نیاز است؛ بنابراین، پژوهش حاضر با هدف مقایسه‌ی تأثیر آموزش بازی‌های حرکتی موزون^۱ و

بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر خودتنظیمی هیجانی و اضطراب جدایی دانش‌آموزان پایه‌ی اول انجام شده است.

روش

پژوهش حاضر از نوع آزمایش‌های میدانی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه است. جامعه‌ی آماری این پژوهش تمامی دانش‌آموزان پایه‌ی اول ابتدایی شهر ملایر در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ است، که به روش نمونه‌گیری هدفمند و معرفی مسئولین از میان مدارس ابتدایی سطح شهر با استفاده از پرسشنامه‌ی غربالگری اضطراب جدایی و انجام مصاحبه بالینی ساختاریافته بر اساس ملاک‌های DSM-5، انتخاب شدند. با توجه به اینکه در پژوهش‌هایی از نوع آزمایشی و علی-مقایسه‌ای، حجم نمونه حداقل ۱۵ نفر در هر گروه توصیه می‌شود (Gall et al., 1996)، با در نظر گرفتن احتمال اُفت آزمودنی، از میان دانش‌آموزان با اختلال اضطراب جدایی، تعداد ۶۰ دانش‌آموز انتخاب و در سه گروه مداخله‌ی بازی‌های حرکتی موزون، مداخله‌ی بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک و گواه به صورت تصادفی جایگزین شدند. برای دانش‌آموزان داشتن سن ۷ تا ۸ سال، مقطع تحصیلی اول ابتدایی، هوش بهنجار، نبود بیماری جسمی یا روانی دیگر، عدم مصرف دارو، عدم دریافت هر نوع روان‌درمانی به‌طور هم‌زمان و رضایت آگاهانه‌ی والدین و مسئولین مدرسه از ملاک‌های گزینش بود (برای بررسی ملاک‌ها، پرونده‌ی سلامت دانش‌آموزان و نظر والدین آن‌ها مدنظر قرار گرفت). در نهایت، با توجه به تعداد اُفت آزمودنی، داده‌های پیش و پس‌آزمون ۴۸ نفر در سه گروه مورد تجزیه و تحلیل و با هم مقایسه شد. در این پژوهش برای جمع‌آوری اطلاعات از ابزارهای زیر استفاده شد.

چک‌لیست تنظیم هیجان^۱ (فرم والدین): چک‌لیست تنظیم هیجان توسط Shields and Cicchetti (1997) ساخته شده و دارای ۲۴ آیتم است که توسط والدین پاسخ داده می‌شود. آیتم‌ها در مقیاس لیکرت ۴ درجه‌ای (۱ = تقریباً همیشه تا ۴ = هرگز) نمره‌گذاری می‌شوند که کمترین نمره ۲۴ و بیشترین نمره ۹۶ به دست می‌آید. نمره‌ی بیشتر نشان از خودتنظیمی هیجانی بیشتر است. در هنجاریابی نسخه‌ی فارسی این چک‌لیست، تعداد سؤالات نهایی ۲۰ آیتم با ۵ زیرمقیاس است: بی‌ثباتی هیجانی، خودآگاهی هیجانی، تظاهرات هیجانی، مدیریت هیجان منفی و انعطاف‌پذیری هیجانی. روایی محتوا با بررسی همبستگی این چک‌لیست با

1. Emotion Regulation Checklist (ERC)

پرسشنامه‌های اضطراب، خشم و افسردگی کودکان تأیید شد. ضرایب آلفای کرونباخ برای هر یک از خرده مقیاس‌ها بالای ۰/۸۰ بود (اسماعیلیان و همکاران، ۱۳۹۵). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۹ به دست آمد.

مقیاس سنجش اضطراب جدایی (نسخه والد)^۱: این مقیاس توسط Hahn و همکاران (2003) برای ارزیابی اضطراب جدایی تهیه شده که توسط والدین تکمیل می‌شود. والدین فراوانی نشانه‌های اضطراب جدایی در هریک از ماده‌های مقیاس را بر مبنای طیف ۴ درجه‌ای از (۱ = هرگز تا ۴ = همیشه) درجه‌بندی می‌کنند. چهار بُعد اصلی این مقیاس شامل ترس از تنها ماندن، ترس از رهاشدن، ترس از بیماری جسمی، نگرانی درباره‌ی حوادث خطرناک است. علاوه بر این، مقیاس سنجش اضطراب جدایی دو زیرمقیاس پژوهشی فراوانی حوادث خطرناک و فهرست نشانه‌های امنیت را نیز در برمی‌گیرد. Méndez و همکاران (2022) در اعتباریابی این مقیاس، اعتبار آن را از طریق بازآزمایی، ۰/۷۲ گزارش دادند. ویژگی‌های روان‌سنجی فرم والدین مقیاس سنجش اضطراب جدایی در جامعه‌ی ایران مورد بررسی و تأیید شده است (طلایی‌نژاد و همکاران، ۱۳۹۵). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۱ به دست آمد.

در این پژوهش ۸ بازی موزون با حضور مادر و کودک برای آموزش به گروه آزمایشی اول در ۸ جلسه مورد استفاده قرار گرفت. بر اساس شواهد پژوهشی موجود، بازی‌های انتخاب شده برای این بسته‌ی آموزشی از کتاب حرکت‌ها و بازی‌های ریتمیک (رافعی، ۱۳۹۱؛ نایب حسین زاده و همکاران، ۱۳۹۹؛ الیاسی و همکاران، ۱۴۰۲) انتخاب و پس از تأیید سه نفر از متخصصان با کمک مربیان تربیت‌بدنی مدارس اجرا شد. در زیر، راهبردهای کلی این مداخله معرفی شده است:

جلسه	اسم بازی	شرح بازی و تکالیف
۱	بازی خط موزیکال	در این بازی کودک باید بر روی خط راست با توجه به ضرب‌آهنگ موسیقی بدود و دستورات ارائه شده در متن موسیقی را انجام دهد. در پایان از مادران می‌خواهیم این بازی‌ها را در طول هفته در خانه به مدت نیم ساعت با کودک خود انجام دهند.
۲	بازی حرکت لوزی	کودکان بر روی خط لوزی که با خطوط رنگی متفاوت طراحی شده بر اساس الگوی مربی همراه با موسیقی حرکت می‌کنند. این حرکت در ابتدا بدون موسیقی و خواندن شعر توسط خود کودکان اجرا می‌شود.

1. Separation Anxiety Assessment Scale (parent version)¹

جلسه	اسم بازی	شرح بازی و تکالیف
۳	بازی صدا	در این بازی کودکان با توجه به صداهای پخش شده شکل صدا را به نمایش می‌گذارند. در پایان از مادران می‌خواهیم این بازی را در طول هفته در خانه به مدت نیم ساعت با کودک خود انجام دهند.
۴	بازی گوی‌های رنگی	در این بازی نوارهای رنگی با اندازه‌های مختلف بر روی زمین پهن می‌شود. در امتداد این نوارها و با فواصل مختلف گوی‌هایی به رنگ نوار می‌گذاریم. کودک می‌بایست با آهنگ و با حرکت لی‌لی با توجه به رنگ گفته‌شده در موسیقی گوی‌های خواسته‌شده را به سطلی که در انتهای نوارها است، ببرد. در این بازی تعداد گوی‌های خواسته‌شده نیز در موسیقی اضافه می‌گردد.
۵	بازی میدان اشکال	اشکال مختلف (دایره، مربع و ...) در قسمت‌های مختلف حیاط یا سالن گذاشته می‌شود. کودک هم‌زمان با هم‌خوانی شعر موسیقی به سمت شکل گفته‌شده در شعر حرکت می‌کند.
۶	بازی صفحه‌ی شطرنج	کودک در یک صفحه شطرنجی قرار می‌گیرد و با دستورات موسیقی (دوخانه بالا، سه خانه به راست و...) به جهات مختلف روی یک پا یا به صورت پرش جفت پا شروع به حرکت می‌کند.
۷	بازی جدول اعداد	در این بازی اعداد به صورت تصادفی در یک محیط مربع شکل رنگی چیده می‌شود. کودک باید به عدد داخل موسیقی که به صورت تعداد حیوانات یا گل‌ها گفته می‌شود به سمت عدد موردنظر بدود یا جهش کند.
۸	بازی اشکال نواری	در این بازی از کودکان خواسته می‌شود بر روی نوار رنگی حرکت کرده و با رسیدن به اشکال مختلف با توجه به دستورالعمل مربی (تعداد دست زدن) فعالیت موردنظر را انجام دهد.

همچنین در پژوهش حاضر از پروتکل بازی درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک (لیندو و همکاران، ۲۰۱۶) برای آموزش دادن به گروه آزمایشی دوم استفاده شد. اعتبارسنجی این بسته‌ی آموزشی در ایران و برای جامعه آماری کودکان با استفاده از اعتبار محتوایی در پژوهش عاشوری و کریم نژاد (۱۳۹۸) بررسی و تأیید شده که بر اساس آن اجرای این پروتکل برای جامعه‌ی کودکان ایرانی مناسب تشخیص داده شده است. در زیر راهبردهای کلی این مداخله در طی جلسه‌ها معرفی شده است:

جلسه	اهداف	اقدام
۱	معرفی اعضای گروه و آشنایی والدین با هیجان‌های کودک	بحث درباره لزوم پیدایش حساسیت درباره‌ی فرزندان و شکل‌گیری پاسخ همدلانه، تشخیص چهار احساس اصلی (شادی، غم، خشم و ترس)، بیان موضوعات پایه از قبیل تشویق و تقویت والدین، همدلی با والدین.

جلسه	اهداف	اقدام
۲	معرفی اصول بازی‌درمانی و معرفت‌ی اسباب‌بازی‌ها	آموزش استفاده از اسباب‌بازی‌ها در بازی تعاملی، انجام بازی تعاملی در اتاق بازی، ایفای نقش پاسخ‌همدلانه، شرح بازی‌درمانی فیلیالی و اثرات آن بر اساس پژوهش‌های قبلی، شرح منطق درمان و اعتمادسازی و بیان وظایف درمانگر و والدین.
۳	آموزش بایدها و نبایدهای بازی	آموزش بایدها و نبایدهای بازی، پذیرش و انتقاد نکردن از کودک و نداشتن نصیحت در بازی، توجه به احساسات کودک از طریق حالت‌های چهره، بدن، لحن صدا و کلام کودک.
۴	تمرکز بر احساسات والدین هنگام تجربه‌ی بازی تعاملی و مدل‌سازی بازتاب احساسات	گزارش هر والد از بازی‌های انجام شده در منزل هم‌زمان با بازخورد درمانگر و دیگر والدین، تمرکز بر احساسات والدین درباره‌ی تجربه‌ی بازی، مدل‌سازی بازتاب احساسات توسط درمانگر، پخش یک نمونه بازی تعاملی والدین با کودک و تشویق به دیدن آن توسط والدین.
۵	آموزش مهارت محدودیت‌گذاری	آموزش مهارت محدودیت‌گذاری برای رفتارهای نامناسب کودکان، اعمال مراحل سه‌گانه محدودیت شامل انعکاس‌همدلانه و صمیمی احساسات کودک، بیان محدودیت در قالب جملات کوتاه و واضح، ارائه‌ی جایگزین پذیرفته‌شده و بیان دلایل محدودیت‌ها.
۶	آموزش ایجاد و افزایش اعتمادبه‌نفس در کودک	تأکید بر پذیرش و انتقاد نکردن از کودک و نداشتن نصیحت در بازی، بازگرداندن مسئولیت به کودک، سرزنش نکردن در قبال خواسته‌ی نامناسب.
۷	شناسایی موانع و مشکلات در بازی تعاملی و مرتفع کردن آنها	گزارش والدین از بازی‌های انجام شده در منزل با هدف شناسایی موانع و مشکلات در بازی تعاملی و مرتفع کردن آنها، ارائه‌ی بازخورد درمانگر و سایر والدین، ارائه‌ی راه‌حل گروهی توسط درمانگر برای رفع مشکلات و موانع، تأکید بر کاهش دخالت و کنترل والدین در بازی تعاملی.
۸	ارائه‌ی پیشنهادها و بررسی روند تغییرات، جمع‌بندی و نتیجه‌گیری	مرور مباحث و مهارت‌های مطرح شده در سیر جلسات، بازگویی تجربه و نحوی تغییر در خود و فرزند برای سایر مادران، تشویق مادران به پذیرش نقش خود و تعمیم اصول به زندگی واقعی، نتیجه‌گیری و تأکید بر انجام بازی تعاملی در خانه بعد از اتمام جلسات.

در این پژوهش ابتدا برای غربالگری نشانه‌های اضطراب جدایی، با رعایت ملاحظات اخلاقی و بیان اهداف پژوهش و کسب اجازه و دریافت معرفی‌نامه از دانشگاه بوعلی سینا،

به اداره‌ی آموزش و پرورش شهر ملایر مراجعه شد. با بیان اهداف پژوهش و کسب اجازه از مدیریت اداره‌ی آموزش و پرورش، اطلاعاتی درباره‌ی تعداد مدارس ابتدایی این شهر کسب شد. تمامی دانش‌آموزان پایه‌ی اول به‌عنوان جامعه‌ی آماری این پژوهش انتخاب شدند. با مراجعه به مدارس ابتدایی، با کسب اجازه از مدیران مدارس و معلمان پایه‌ی اول و بیان اهداف پژوهش، از معلمان این کلاس‌ها و والدین دانش‌آموزان خواستیم دانش‌آموزانی را که دارای علائم اضطراب جدایی (امتناع از رفتن به مدرسه، ترس و ناراحتی هنگام جدایی، شکایت مکرر از علائم جسمانی نظیر سردرد و دل‌درد هنگام جدایی از اشخاص دل‌بسته) هستند، معرفی نمایند. پس از معرفی دانش‌آموزان از والدین آن‌ها خواسته شد پرسشنامه‌ی غربالگری اضطراب جدایی را تکمیل کنند. برای اطمینان و دقت تشخیص، با این دانش‌آموزان مصاحبه‌ی بالینی ساختاریافته طبق ملاک‌های DSM-5 صورت گرفت. سپس از میان افراد تشخیص داده شده، با در نظر گرفتن احتمال افت آزمودنی، ۶۰ نفر انتخاب شده و پس از اطمینان از رضایت داشتن یکی از والدین و فرزند آن‌ها برای شرکت در پژوهش به‌عنوان آزمودنی، در دو گروه آزمایشی و یک گروه گواه (هر گروه ۲۰ نفر) به‌صورت تصادفی جایگزین شدند. اصول ملاحظات اخلاقی، رازداری و داشتن اختیار ترک آزمایش برای گروه‌های آزمایش به‌طور کامل توضیح داده شد و با توضیح دستورالعمل‌ها و اطمینان از رازداری و محرمانه بودن، داده‌های پیش‌آزمون از هر سه گروه جمع‌آوری شد. در خصوص مکان اجرای مداخله (آموزش بازی‌های حرکتی موزون و بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک) فضایی در یکی از مدارس شهر در نظر گرفته شد و پژوهشگر به کمک یک درمانگر کودک و یک مربی تربیت‌بدنی مداخلات را به‌صورت گروهی انجام داد. بدین‌صورت که آموزش بازی‌های حرکتی موزون برای دانش‌آموزان گروه اول و بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک برای والدین دانش‌آموزان گروه دوم اجرا شد. برای جلوگیری از افت آزمودنی‌ها، اطلاع‌دهی از قبل و ارائه‌ی مشوق‌های مادی و معنوی در نظر گرفته شد. با این وجود، در گروه مداخله‌ی بازی‌های حرکتی موزون تعداد ۵ نفر، در گروه مداخله‌ی بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک تعداد ۴ نفر و در گروه گواه نیز تعداد ۳ نفر افت آزمودنی وجود داشت. در نهایت، یک هفته بعد از مداخله‌ها، داده‌های پس‌آزمون از هر سه گروه جمع‌آوری شد (۴۸ نفر). برای بهره‌گیری گروه گواه از خدمات درمانی، پس از جمع‌آوری داده‌های پس‌آزمون، مداخله‌ی درمانی نیز برای آن‌ها ارائه شد.

جهت تجزیه و تحلیل نهایی داده‌ها، با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶، از روش‌های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و همچنین از روش‌های آمار استنباطی شامل تحلیل کوواریانس یک‌متغیری با رعایت مفروضه‌های آمار پارامتریک به منظور کنترل آماری اثر پیش‌آزمون در گروه‌های آزمایشی و گواه استفاده شد. تمام تحلیل‌ها به صورت دو دامنه و در سطح معناداری ۰/۰۵ انجام شده است.

یافته‌ها

میانگین و (انحراف استاندارد) سن شرکت‌کنندگان در سه گروه آموزش بازی‌های حرکتی موزون، گروه بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک و گروه گواه به ترتیب برابر با ۷/۵۳ (۰/۵۱)، ۷/۲۵ (۰/۴۴) و ۷/۳۵ (۰/۴۹) بود. دامنه‌ی سنی شرکت‌کنندگان بین ۷ تا ۸ سال بود. در گروه آزمایشی اول ۹ نفر پسر و ۶ نفر دختر، در گروه آزمایشی دوم ۱۰ نفر پسر و ۶ نفر دختر و در گروه گواه ۱۰ نفر پسر و ۷ نفر دختر بودند.

در جدول ۱ شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد سه گروه در متغیر اضطراب جدایی و متغیر خودتنظیمی گزارش شده است. بر اساس نتایج آزمون کولموگروف-اسپیرونف ($p > ۰/۰۵$)، توزیع متغیرها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون نرمال بودند. جهت مقایسه‌ی تأثیر آموزش بازی‌های حرکتی موزون و بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر خودتنظیمی هیجانی و اضطراب جدایی دانش‌آموزان، از تحلیل کوواریانس یک‌متغیری (با نمرات پیش‌آزمون به عنوان کوواریت) استفاده شد.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد پیش‌آزمون و پس‌آزمون متغیرها

متغیر	وضعیت	گروه ریتمیک		گروه فیلیال		گروه گواه	
		انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین
اضطراب جدایی	پیش‌آزمون	۵/۰۰	۹۴/۳۷	۳/۷۲	۹۳/۴۷	۶/۱۲	۹۳/۴۷
اضطراب جدایی	پس‌آزمون	۳/۷۹	۶۹/۷۵	۴/۵۸	۹۳/۷۶	۶/۴۰	۹۳/۷۶
خودتنظیمی	پیش‌آزمون	۱/۹۱	۴۴/۶۲	۳/۰۷	۴۶/۱۱	۲/۰۸	۴۶/۱۱
هیجانی	پس‌آزمون	۲/۸۸	۵۷/۱۸	۲/۱۳	۴۶/۸۲	۲/۰۹	۴۶/۸۲

جهت بررسی مفروضه همگنی شیب رگرسیون پیش‌آزمون و پس‌آزمون اضطراب جدایی ($F=۴/۵۲۱$, $p > ۰/۰۵$) و خودتنظیمی هیجانی ($F=۴/۰۸۷$, $p > ۰/۰۵$) در گروه‌های

پژوهش از آزمون F استفاده شد. با توجه به معنادار نبودن آماره F، شیب رگرسیون پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه‌ها برابر است. برای بررسی همگنی واریانس گروه‌های پژوهش در پس‌آزمون‌های اضطراب جدایی ($F=0/411, p>0/05$) و خودتنظیمی هیجانی ($F=14/091, p>0/05$) از آزمون لوین استفاده شد. چنانچه نتایج این آزمون نشان می‌دهد، واریانس‌های متغیر وابسته در گروه‌های آزمایش و گواه برابر است.

نتایج آنکواها در جدول ۲ گزارش شده است. با توجه به این جدول، نتایج نشان می‌دهد که بین سه گروه، در اضطراب جدایی تفاوت معنادار وجود دارد ($F=124/267, p<0/001$). مجذور اتا نشان می‌دهد که تفاوت بین سه گروه در پس‌آزمون، در مجموع معنادار است و این تفاوت ۰/۸۵۰ است؛ یعنی ۸۵ درصد واریانس مربوط به اختلاف بین سه گروه در پس‌آزمون، ناشی از شرایط آزمایشی است. همچنین، نتایج نشان می‌دهد که بین سه گروه، در خودتنظیمی هیجانی تفاوت معنادار وجود دارد ($F=161/585, p<0/001$). مجذور اتا نشان می‌دهد که تفاوت بین سه گروه در پس‌آزمون، در مجموع معنادار است و این تفاوت ۰/۸۸۰ است؛ یعنی ۸۸ درصد واریانس مربوط به اختلاف بین سه گروه در پس‌آزمون، ناشی از شرایط آزمایشی است.

جدول ۲. نتایج آزمون تحلیل‌های کوواریانس تک‌متغیری (آنکوا)

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	Eta	توان آماری
اضطراب جدایی	پیش‌آزمون	۲۹۲/۲۵۸	۱	۲۹۲/۲۵۸	۱۴/۵۹۰	۰/۰۰۰	۰/۲۴۹	۰/۹۶۲
	گروه	۴۹۷۸/۵۹۵	۲	۲۴۸۹/۲۹۸	۱۲۴/۲۶۷	۰/۰۰۱	۰/۸۵۰	۱
	خطا	۸۸۱/۴۰۱	۴۴	۲۰/۰۳۲	-	-	-	-
خودتنظیمی هیجانی	پیش‌آزمون	۶۱/۹۵۶	۱	۶۱/۹۵۶	۱۴/۰۹۹	۰/۰۰۱	۰/۲۴۳	۰/۹۵۷
	گروه	۱۴۲۰/۱۲۰	۲	۷۱۰/۰۶۰	۱۶۱/۵۸۵	۰/۰۰۱	۰/۸۸۰	۱
	خطا	۱۹۳/۳۵۲	۴۴	۴/۳۹۴	-	-	-	-

برای پاسخ به این پرسش که کدام‌یک از روش‌های مداخله‌ی بازی‌های حرکتی موزون و بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه والد-کودک بر کاهش میزان علائم اضطراب جدایی و بهبود خودتنظیمی هیجانی دانش‌آموزان مؤثرتر بوده است، به بررسی میانگین‌های تعدیل‌شده و مقایسه‌ی تفاضل میانگین‌ها پرداخته شده است که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است.

با توجه به جدول ۳ و نتیجه‌ی تفاضل میانگین‌ها، مشاهده می‌گردد که تفاضل میانگین‌های تعدیل‌شده‌ی گروه مداخله‌ی بازی‌های حرکتی موزون و گروه گواه برای اضطراب جدایی معنادار است ($Md=14/158$ و $p<0/05$). همچنین تفاضل میانگین‌های تعدیل‌شده‌ی گروه مداخله‌ی بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک و گروه گواه برای اضطراب جدایی معنادار است ($Md=6/942$ و $p<0/05$)؛ یعنی هر دو روش مداخله با اطمینان ۹۵ درصد بر بهبود علائم اضطراب جدایی در کودکان اثربخش بوده‌اند. اینکه کدام‌یک از روش‌ها بیشتر مؤثر بوده است، با توجه به نتایج این جدول، مداخله‌ی بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک تأثیر بیشتری داشته است. به طوری که تفاوت بین دو گروه مداخله معنادار است ($Md=10/311$ و $p<0/05$)؛ بنابراین، مداخله‌ی بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک نسبت به مداخله‌ی بازی‌های حرکتی موزون در کاهش علائم اضطراب جدایی در کودکان با اختلال اضطراب جدایی مؤثرتر بوده است.

جدول ۳. تفاوت میانگین متغیرها و دامنه اطمینان تفاوت‌ها به تفکیک گروه‌های پژوهش

متغیر	گروه‌ها (I)	گروه‌ها (J)	تفاوت میانگین‌ها (I-J)	انحراف استاندارد	P	دامنه اطمینان ۹۵٪ برای تفاوت‌ها	
						دامنه پایین	دامنه بالا
اضطراب جدایی	مداخله	مداخله فیلیال	۱۰/۳۱۱	۱/۶۶۶	۰/۰۰۱	۶/۱۶۴	۱۴/۴۵۹
	ریتیمیک	گروه گواه	۱۴/۱۵۸	۱/۶۱۷	۰/۰۰۱	-۱۸/۱۸۱	-۱۰/۱۳۴
خودتنظیمی هیجانی	مداخله	مداخله ریتیمیک	۱۰/۳۱۱	۱/۶۶۶	۰/۰۰۱	-۱۴/۴۵۹	-۶/۱۶۴
	فیلیال	گروه گواه	۲۴/۴۶۹	۱/۵۶۳	۰/۰۰۱	-۲۸/۳۶۰	-۲۰/۵۷۷
خودتنظیمی هیجانی	مداخله	مداخله فیلیال	۰/۵۶۹	۰/۸۴۶	۱/۰۰۰	-۱/۵۳۶	۲/۶۷۴
	ریتیمیک	گروه گواه	۱۱/۶۵۷	۰/۷۶۷	۰/۰۰۱	۹/۷۴۸	۱۳/۵۶۶
هیجانی	مداخله	مداخله ریتیمیک	-۰/۵۶۹	۰/۸۴۶	۱/۰۰۰	-۲/۶۷۴	۱/۵۳۶
	فیلیال	گروه گواه	۱۱/۰۸۸	۰/۷۵۵	۰/۰۰۱	۹/۲۰۹	۱۲/۹۶۸

از سوی دیگر، همان‌طور که در این جدول مشاهده می‌گردد تفاضل میانگین‌های تعدیل‌شده‌ی گروه مداخله‌ی بازی‌های حرکتی موزون و گروه گواه برای خودتنظیمی هیجانی معنادار است ($Md=11/657$ و $p<0/05$). همچنین تفاضل میانگین‌های تعدیل‌شده‌ی گروه مداخله بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک و گروه گواه برای خودتنظیمی هیجانی معنادار است ($Md=11/088$ و $p<0/05$)؛ یعنی هر دو روش مداخله با اطمینان ۹۵

درصد بر بهبود خودتنظیمی هیجانی در کودکان اثربخش بوده‌اند. اینکه کدام یک از روش‌ها بیشتر مؤثر بوده است، با توجه به نتایج، هر دو روش مداخله به یک اندازه تأثیرگذار بوده‌اند. به طوری که تفاوت بین دو گروه مداخله معنادار نیست ($Md=0/569$ و $p>0/05$)؛ بنابراین، هر دو گروه مداخله‌ی بازی‌های حرکتی موزون و مداخله‌ی بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک در افزایش میزان خودتنظیمی هیجانی در کودکان با اختلال اضطراب جدایی به طور یکسان مؤثر بوده‌اند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه‌ی تأثیر آموزش بازی‌های حرکتی موزون و بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر خودتنظیمی هیجانی و اضطراب جدایی دانش‌آموزان پایه‌ی اول شهر ملایر انجام شد. به طور کلی، نتایج حاصل نشان داد که هر دو مداخله‌ی آموزش بازی‌های حرکتی موزون و بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر کاهش علائم اضطراب جدایی و افزایش خودتنظیمی هیجانی در دانش‌آموزان اثر معناداری دارند. با این وجود، در رابطه با کاهش علائم اضطراب جدایی، تأثیر بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بیشتر از آموزش بازی‌های حرکتی موزون بود، اما در رابطه با خودتنظیمی هیجانی تفاوت معناداری بین هر دو مداخله در نمرات پس‌آزمون مشاهده نشد.

در رابطه با آموزش بازی‌های حرکتی موزون، نتایج پژوهش نشان داد که این مداخله موجب کاهش نشانه‌های اضطراب جدایی و افزایش خودتنظیمی هیجانی در دانش‌آموزان شده است، به نحوی که گروه‌های آزمایش نسبت به گروه گواه کاهش معناداری در میزان اضطراب جدایی و افزایش معناداری را در خودتنظیمی هیجانی تجربه نمودند. این یافته‌ها با نتایج پژوهش Vilà-Giménez و همکاران (2019)؛ Cancer و همکاران (2020)؛ Costello (2018)؛ Williams (2018)؛ نایب‌حسین‌زاده و همکاران (۱۳۹۹)؛ محمدزاده و همکاران (۱۳۹۹) که نشان دادند، آموزش بازی‌ها و حرکات موزون می‌تواند در کاهش یا رفع مشکلات اضطرابی به ویژه اضطراب جدایی، پرخاشگری و گوشه‌گیری اجتماعی کودکان و بهبود تعاملات اجتماعی آن‌ها مؤثر باشد، همسو است.

برای تبیین این یافته می‌توان گفت که فعالیت‌های حرکتی همراه با موسیقی می‌تواند مهارت‌های هماهنگی حسی- حرکتی کودکان را بهبود بخشد و با انجام این کار از رشد مهارت‌های خودتنظیمی حمایت کند. در واقع، فعالیت‌های حرکتی فرصت‌های بیشتری را

برای کودکان خردسال فراهم می‌کند تا مهارت‌های خودتنظیمی را در زمینه‌ی فعالیت‌های لذت‌بخش و سرگرم‌کننده توسعه دهند (Williams, 2018). همچنین این فعالیت‌ها فرصتی را برای درمانگر فراهم می‌کند که به کودکان کمک کند تا یاد بگیرند چگونه تعارضات را حل نمایند (Dayle Jones, 2020). از سوی دیگر، از آنجایی که بازی‌های حرکتی موزون به صورت گروهی اجرا می‌شوند، زمینه‌ی تعامل کودک با افراد گروه، هماهنگی با هم‌بازی‌ها و مشارکت گروهی را فراهم می‌کنند که موجب تقویت مهارت‌های اجتماعی در کودکان می‌شوند. در این فعالیت‌ها کودکان مجبور به تماس با همسالان خود و شرکت در بازی‌ها هستند و بدون ترس و اضطراب درگیر فعالیت‌های گروهی می‌شوند و در نتیجه به تعامل اجتماعی بیشتری نائل می‌شوند که این امر باعث افزایش اعتمادبه‌نفس و درنهایت کاهش اضطراب آن‌ها می‌شود. بعد از مدتی که کودکان متوجه می‌شوند آن‌ها مورد ارزیابی یا تحقیر نیستند، مشکلات برون‌ریزی آنان نیز به تدریج برطرف شده و از شرکت در بازی با سایر همسالان خود لذت می‌برند (فرامرزی و همکاران، ۱۳۹۹). به‌طور کلی، بازی‌های حرکتی موزون می‌توانند سبب افزایش مهارت برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی هیجانی در کودکان شوند و به آن‌ها کمک می‌کنند تا با دیدگاه متفاوتی به ارزیابی شرایط خود پردازند، هیجان‌های خود را دقیق تشخیص دهند، شدت واکنش هیجانی خود را تغییر دهند و سپس هر هیجانی را بدون ناتوان شدن در برابر آن بررسی کنند. در چنین وضعیتی، کودکان در مورد کنترل هیجان‌های خود احساس کفایت کرده و ناراحتی کمتری را تجربه می‌کنند. در واقع، تنظیم هیجان سبب می‌شود افراد باورها و راهبردهای انطباقی و منعطف‌تری را در پاسخ به هیجانات خود اتخاذ کنند.

در رابطه با بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک، نتایج پژوهش نشان داد که این مداخله موجب کاهش نشانه‌های اضطراب جدایی و افزایش خودتنظیمی هیجانی در دانش‌آموزان شده است، به‌نحوی که گروه‌های آزمایش نسبت به گروه گواه کاهش معناداری در میزان اضطراب جدایی و افزایش معناداری در خودتنظیمی هیجانی تجربه نمودند. این یافته‌ها با نتایج پژوهش Cooper و همکاران (2020)؛ Lindo و همکاران (2016)؛ اخوان و همکاران (۱۴۰۱)؛ تختی و همکاران (۱۳۹۹)؛ مقیمی (۱۳۹۴) همسو است که نشان دادند بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر کاهش علائم اضطراب جدایی،

بهبود سلامت روان، افزایش مهارت‌های اجتماعی و کاهش اختلالات رفتاری و هیجانی کودکان و همچنین بر بهبود خودتنظیمی هیجانی کودکان مؤثر است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت استفاده از ابزار ارتباطی بازی و وقت گذاشتن در جلسه‌ی بازی با کودکان سبب می‌شود تا والدین دنیا را از دریچه‌ی چشم کودکانشان بنگرند و در نتیجه ارتباط آن‌ها با کودک بهبود می‌یابد. والدین یاد می‌گیرند که چه رفتارهایی از سمت آن‌ها می‌تواند موجب بروز علائم اضطراب و همچنین تخریب عزت‌نفس کودک گردد و لذا با تغییر آن رفتارها می‌توانند این علائم روان‌شناختی مخرب را تا حدودی بهبود بخشند، به رفتارهای مثبت آن‌ها بیشتر توجه کرده و از رفتارهای ناسازگارانه‌ی آن‌ها چشم‌پوشی کنند (Timmer et al., 2006). از طرفی ماهیت گروهی درمان باعث می‌شود تا والدین اضطراب‌ها، نگرانی‌ها و همچنین موفقیت‌هایشان مبنی بر شیوه‌های کنار آمدن با رفتار مضطربانه‌ی کودک را با یکدیگر به اشتراک گذاشته تا راه‌های سالم‌تری برای برقراری ارتباط، رشد روابط سازنده، افزایش مقاومت و تسهیل احساسات پیدا کنند (Raferty-Helmer et al., 2016). همچنین، از آنجایی که بازی درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر تغییر کیفیت ارتباطات والد-کودک متمرکز است، به والدین کمک می‌کند تا با کودکانشان روابطی گرم، صمیمانه و پاسخگو برقرار سازند (Landreth, 2002). با توجه به اینکه فرزندان تحت تأثیر مستقیم والدین هستند می‌توان گفت، تغییر در رفتار والدین و پذیرش فرزندان در فضایی مملو از محبت، مهربانی بی‌قید و شرط و همدلی علاوه بر تغییر رفتار کودک، موجب برقراری رابطه‌ی ایمن میان والدین و کودک نیز می‌شود. در این راستا، بازی درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک می‌تواند مهارت‌های والدین و به دنبال آن، مهارت‌های کودکان را افزایش دهد. در فرایند این مداخله، والدین می‌توانند به درک و پذیرشی مطلوب در زمینه‌ی رفتار و شرایط روانی و شناختی کودک دست یابند. به طوری که این مسئله سبب بهبود سبک‌های والدگری و ترمیم روابط عاطفی میان والدین و کودک می‌شود. در نتیجه بسیاری از رفتارها از قبیل اضطراب، تکانش‌گری و پرخاشگری در کودک کاهش می‌یابد که این فرایند می‌تواند با کاهش آسیب‌های روان‌شناختی، بهبود خودتنظیمی هیجانی را در کودکان در پی داشته باشد (Lindo et al., 2016). از سوی دیگر، کودکان با اضطراب جدایی، اغلب در بیان احساسات و هیجانات، پردازش و مدیریت کردن آن‌ها مشکل دارند؛ بنابراین، کودک در فرایند بازی می‌تواند احساسات و هیجانات خود را بیان

کند. این مسئله نقش مهمی در افزایش خودتنظیمی هیجانی دارد. این در حالی است که ایجاد جوّی غیرقضاوتی، پذیرنده و همراه با درک متقابل برای کودک در جریان بازی منجر به بهبود رابطه با والدین و کاهش تنش‌های روانی مخرب کودک می‌گردد. این روند نیز سبب می‌شود تا مهارت روانی، شناختی و هیجانی کودک افزایش یافته و بر اساس آن، خودتنظیمی هیجانی نیز در آنان بهبود یابد (اخوان و همکاران، ۱۴۰۱).

در رابطه با مقایسه‌ی دو مداخله با هم، به نظر می‌رسد بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک در مقابل آموزش بازی‌های حرکتی موزون شیوه‌ی مؤثرتری است. شاید دلیل این تفاوت، وجود والدین در فرایند مداخله بازی‌درمانی باشد درحالی که در مداخله‌ی بازی‌های حرکتی موزون والدین حضور نداشتند. با توجه به مسائل رشدی کودکان خردسال، دلایل متعددی وجود دارد که نشان می‌دهد والدین به‌عنوان مؤثرترین و ضروری‌ترین مؤلفه در روان‌درمانی کودک هستند. این دلایل عمدتاً به نقش مهم والدین در رشد سالم کودک، در مؤثر بودن مداخلات آموزشی اشاره دارد. از سوی دیگر، نامناسب بودن محیط خانواده در تشدید مشکلات دوران کودکی و تداوم آن نقش بسزایی دارد. برای نمونه درگیری‌های زناشویی والدین و مشکلات روانی آن‌ها بر رشد سالم کودک تأثیرگذار است؛ بنابراین، حضور والدین در فرآیند درمان می‌تواند در اثربخشی بیشتر مداخله مؤثر باشد (Alivandi- Vafa & Ismail, 2010).

در مجموع، پژوهش حاضر با هدف مقایسه‌ی تأثیر آموزش بازی‌های حرکتی موزون و بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر خودتنظیمی هیجانی و اضطراب جدایی دانش‌آموزان پایه‌ی اول و در جهت گسترش و تکمیل کارهای قبلی و افزایش غنای ادبیات این نوع مداخلات انجام شد. نتایج حاصل نشان داد که هر دو شکل مداخله‌ی بازی‌های حرکتی موزون و بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر افزایش خودتنظیمی و کاهش اضطراب جدایی دانش‌آموزان مؤثر بودند. با توجه به نتایج پژوهش حاضر، به‌طور کلی می‌توان درمان‌های مبتنی بر بازی به‌خصوص بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک را به‌عنوان یک راه‌کار آموزشی-درمانی برای افزایش خودتنظیمی هیجانی و کاهش نشانه‌های اضطراب جدایی در کودکان استفاده نمود.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر، منحصر بودن پژوهش به دانش‌آموزان پایه‌ی اول، عدم تعمیم‌پذیری به سایر جمعیت‌ها به دلیل محدودیت‌های سنی، تحصیلی و جغرافیایی بوده

است. به‌طور کلی بهتر است این پژوهش با نمونه‌های بزرگ‌تر و کنترل شده‌تر تکرار شود تا نتایج مورد ارزیابی مجدد قرار گیرند. پیشنهاد می‌شود تا تکنیک‌های بازی‌درمانی به مشاوران و معلمان دبستان و همچنین مربیان پیش‌دبستانی آموزش داده شود تا بتوانند در مواجهه با کودکان مضطرب کلاس خود از آن استفاده کنند.

تعارض منافع

در این پژوهش، تمامی اصول اخلاقی از جمله اصل رازداری، محرمانه ماندن اطلاعات شخصی، رضایت و شرکت آگاهانه در پژوهش رعایت شده است و نویسندگان هیچ‌گونه تعارض منافی ندارند.

سپاسگزاری

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد رشته‌ی روان‌شناسی عمومی دانشگاه بوعلی سینا همدان است. از تمامی عزیزانی که در انجام این پژوهش ما را یاری نمودند، صمیمانه سپاسگزاریم.

منابع

الیاسی، مینا، کاشانی‌وحید، لیلا و اکبری‌جفرودی، کیمیا. (۱۴۰۲). اثرات حرکات موزون بر انواع مختلف توجه در دانش‌آموزان با کم‌توان ذهنی. *فصلنامه سلامت روان کودک*، ۱۰(۳)،

۱۰۰-۱۱۳. <http://childmentalhealth.ir/article-1-1272-fa.html>

اخوان، شیوا، عابدی، احمد و جبل‌عاملی، شیدا. (۱۴۰۱). اثربخشی بازی‌درمانی مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر خودتنظیمی هیجانی کودکان دبستانی با ضرب‌آهنگ شناختی کند. *روان‌شناسی افراد استثنایی*، ۱۲(۴۵)، ۱۹۳-۲۱۹.

<https://doi.org/10.22054/jpe.2022.62505.2355>

اسماعیلیان، نسرین، دهقانی، محسن و فلاح، صادق. (۱۳۹۵). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی چک‌لیست تنظیم هیجانی کودکان و نوجوانان، *دستاوردهای روان‌شناسی بالینی*، ۲(۱)،

۱۵-۳۴. <https://doi.org/10.22055/jacp.2017.18725.1023>

تختی، معصومه، شفیق‌آبادی، عبدالله، کلانترهرمزی، آتوسا و فرخی، نورعلی. (۱۳۹۹). اثربخشی برنامه مداخله‌ای تعامل والد - کودک مبتنی بر مربیگری هیجان بر علائم اختلال اضطراب جدایی کودکان. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روان‌شناختی*، ۱۹(۹۶)،

<https://psychologicalscience.ir/article-1-760-fa.html>

جعفری رنگچی، صدیقه، و فرهادی، هادی. (۱۳۹۸). تأثیر فیلپال‌تراپی مجازی مادران بر مهارت‌های اجتماعی و پرخاشگری در کودکان دارای اختلال یادگیری: کارآزمایی بالینی تصادفی، پژوهش در علوم توان‌بخشی، ۱۵(۵)، ۲۳-۳۶.
<https://civilica.com/doc/1038034>

رافعی، طلعت. (۱۳۹۱). حرکت‌ها و بازی‌های موزون (ریتیمیک). راهنمای مربیان درمانگران و خانواده‌ها. تهران: انتشارات دانژه. <https://danjehpub.com/product>

زینی، مرضیه، خاکسار، الهام، بلوچی انارکی، محمد، و رضایی‌نسب، فاطمه. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش حرکات ریتیمیک و بازی‌های گروهی بر بهبود درک، دقت و توالی شنیداری کودکان بر اساس رویکرد روان‌عصب‌شناختی. پژوهش‌های تربیتی، ۳۲(۳)، ۷۸-۸۳.
<http://erj.khu.ac.ir/article-1-83-fa.html>

سیدی اندی، سیده معصومه، نجفی، محمود و رحیمیان بوگر، اسحق. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی بازی درمانگری کودک محور و بازی درمانگری والدینی بر سطوح نظریه ذهن در کودکان دارای اختلال اضطراب جدایی. فصلنامه‌ی علمی پژوهشی علوم روان‌شناختی، ۲۰(۹۷)، ۶۳-۷۶.
<http://psychologicalscience.ir/article-1-920-fa.html>

صادقی، مریم، اکبری چرمهینی، صغرا، بهرامی، علیرضا و سید موسوی، پرینا سادات. (۱۴۰۱). اثربخشی بازی‌درمانی دل‌بستگی محور بر خودکارآمدی والدینی مادران، تنظیم هیجانی و سازگاری اجتماعی کودکان دارای اضطراب جدایی: مطالعه موردی. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۱۶(۲)، ۱۰۷-۱۳۲.

Doi: [10.52547/APSY.2021.224105.1180](https://doi.org/10.52547/APSY.2021.224105.1180)

طلایی‌نژاد، نعیمه، مظاهری، محمدعلی، قنبری، سعید و عسگری، علی. (۱۳۹۵). ویژگی‌های مقدماتی مقیاس سنجش اضطراب جدایی (فرم والدین). روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، ۱۲(۴۷)، ۲۳۵-۲۲۵.
<https://civilica.com/doc/877426>

عابدی، احمد، سید قلعه، اعظم و بهرامی پور اصفهانی، منصوره. (۱۳۹۶). مقایسه اثربخشی فیلپال‌تراپی و روش والدگری بارکلی بر کاهش اضطراب و علائم نقص توجه/بیش‌فعالی کودکان. فصلنامه کودکان استثنایی، ۱۷(۳)، ۱۱۱-۱۲۰.
<http://joec.ir/article-1-447-fa.html>

عاشوری، محمد و کریم‌نژاد، ریحانه. (۱۳۹۸). تأثیر آموزش بازی‌درمانی با مدل فیلپال‌تراپی بر مشکلات رفتاری کودکان شنوا و تاب‌آوری مادران ناشنوا آن‌ها. پژوهشنامه روان‌شناسی مثبت، ۵-۱۱.
<https://doi.org/10.22108/ppls.2020.115652.1672>

- عدیلی، شهرزاد. (۱۳۹۴). تأثیر بازی‌درمانی به شیوه فیلیال بر مهارت‌های اجتماعی - هیجانی دختران پیش‌دبستانی ۵ تا ۶ ساله شهر اصفهان. *روان‌شناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)*، ۱۳(۲) (پیاپی ۲۵)، ۹۷-۱۰۴. <https://www.sid.ir/paper/208808/fa>
- عدیلی، شهرزاد، میرزایی رنجبر، رکسانا و عابدی، احمد. (۱۳۹۸). اثربخشی بازی‌درمانی مبتنی بر روابط والد و کودک بر کیفیت تعاملات والد و فرزند و کیفیت زندگی مرتبط با سلامت کودکان دارای مشکلات رفتاری و هیجانی، *فصلنامه کودکان استثنایی*، ۱۹(۱)، ۷۰-۵۹. <http://joec.ir/article-906-1--fa.html>
- فرامرزی، سالار، بکرایی، سعدی، محب‌زاده، مجید، آقازارتی، علی و رنجبر، بدر. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش بازی‌های حرکتی ریتمیک بر اضطراب جدایی کودکان. *خانواده‌درمانی کاربردی*، ۱(۳)، ۸۳-۶۶. <https://civilica.com/doc/1134159>
- کریمی، الهام و دشت بزرگی، زهرا. (۱۳۹۹). اثربخشی فیلیال‌تراپی بر تعامل مادر با کودک و مشکلات رفتاری کودکان با ناتوانی هوشی. *مطالعات ناتوانی*، ۱۰(۱)، ۴۱-۳۲. <https://doi.org/10.22108/cbs.2021.127893.1513>
- محمدزاده، حسن، سلیمانی، مهران، دانشیار، الهام و دهقانی‌زاده، جلال. (۱۳۹۹). اثربخشی بازی‌های ریتمیک و گروهی بر مهارت‌های حرکتی درشت و تعامل اجتماعی کودکان اتیسم. *کودکان استثنایی*، ۲۰(۲)، ۷۶-۶۳. <https://civilica.com/doc/1615988>
- مقیم، المیرا. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش والد - کودک بر کاهش نشانگان اختلال اضطراب جدایی کودکان ۶ تا ۷ ساله. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی و کودکان استثنایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی. <https://elmnet.ir/article/>
- نایب‌حسین‌زاده، سپیده، آقازارتی، علی، همتی پویا، سمیه و کریمی، مونا. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش بازی‌های حرکتی ضرب‌آهنگ مادر-کودک بر کاهش پرخاشگری کلامی و غیرکلامی کودکان ۳ تا ۵ سال. *سلامت روان کودک*، ۷(۳)، ۷۸-۶۱. <http://childmentalhealth.ir/article-1-621-fa.html>

References

- Abedi, A., seyedghale, A., & Bahramipour, M. (2018). Comparison of the Effectiveness of Filial Therapy and Barkley's Parent Training Program in Reducing the Symptoms of Anxiety and ADHD in Children. *Journal of Exceptional Children*, 17(3), 111-120. [In Persian] <http://joec.ir/article-1-447-fa.html>
- Adili, S. H., Kalantari, M., & Abedi, A. (2016). The effect of play therapy in base of Filial therapy on social- emotional skills in 5 to 6 years old preschool girls. *Clinical Psychology & Personality*, 13(2 (25)), 97-104. [In Persian] <https://sid.ir/paper/208808/en>

- Adili, S. H., Kalantari, M., & Abedi, A. (2019). The Effectiveness of Filial Therapy on the Quality of Parent-Child Interactions and Health-Related Quality of Life in Children with Behavioral/Emotional Problems. *Journal of Exceptional Children*, 19(1), 59-70. [In Persian] <http://joec.ir/article-۹۰۶-۱-۱-fa.html>
- Akhavan, S., Abedi, A., & Jabalameli, S. (2022). The Effectiveness of Play Therapy Based on Parent-Child Relationship with a Filial Approach on Emotional Self-Regulation of Primary School Children with Sluggish Cognitive Tempo. *Psychology of Exceptional Individuals*, 12(45), 193-220. [In Persian] <https://doi.org/10.22054/jpe.2022.62505.2355>
- Alivandi-Vafa, M., & Ismail, K. H. (2010). Parents as agents of change: What filial therapy has to offer. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 2165-2173. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.431>
- American Psychiatric Association. (2022). *The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, Text Revision* (DSM-5-TR). American Psychiatric Pub. <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm>
- Ashori, M., & Karimnezhad, R. (2019). The Effect of Play Therapy Training with Filial Therapy Model on Behavioral Problems of Children and Resiliency of Deaf Mothers. *Positive Psychology Research*, 5(2), 85-98. [In Persian] <https://doi.org/10.22108/ppls.2020.115652.1672>
- Benfer, N., Bardeen, J. R., & Clauss, K. (2018). Experimental manipulation of emotion regulation self-efficacy: Effects on emotion regulation ability, perceived effort in the service of regulation, and affective reactivity. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 10, 108-114. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2018.09.006>
- Cancer, A., Bonacina, S., Antonietti, A., Salandi, A., Molteni, M., & Lorusso, M. L., (2020), The Effectiveness of Interventions for Developmental Dyslexia: Rhythmic Reading Training Compared With Hemisphere-Specific Stimulation and Action Video Games. *Front. Psychol*, 11(4), 1158-1162. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01158>
- Carmassi, C., Gesi, C., Massimetti, E., Shear, M., & Dell'Osso, L. (2015). Separation anxiety disorder in the DSM-5 era. *Journal of Psychopathology*, 21, 365-371. https://old.jpsychopathol.it/wp-content/uploads/2015/12/09_Art_ORIGINALE_Carmassi1.pdf
- Cooper, J., Brown, T., & Yu, M.-I. (2020). A retrospective narrative review of filial therapy as a school-based mental health intervention. *International Journal of Play Therapy*, 29(2), 86-95. <https://doi.org/10.1037/pla0000114>
- Costello, B. M. (2018). The Rhythm of Game Interactions: Player Experience and Rhythm in Minecraft and Don't Starve. *Games and Culture*, 13(8), 807-824. <https://doi.org/10.1177/1555412016646668>
- Dayle Jones, K., (2002). Group play therapy with sexually abused preschool children: Group behaviors and interventions. *Journal for Special in Group Work*. <https://doi.org/10.1080/714860200>
- Elyasi, M., Kashani Vahid, L., & Akbari Jafroudi, K. (2023). The Effect of Rhythmic Movements on the Attention of Students with Intellectual Disability. *J Child Ment Health*, 10(3), 100-113. [In Persian] <http://childmentalhealth.ir/article-1-1272-fa.html>
- Esmailian, N., Dehghani, M., & Fallah, S. (2016). Evaluating the Psychometric Features of Emotion Regulation Checklist (ERC) in Children and Adolescents. *Clinical Psychology Achievements*, 2(1), 15-34. [In Persian] <https://doi.org/10.22055/jacp.2017.18725.1023>
- Faramarzi, S., Bakrayi, S., Mohebzadeh, M., Aghaziarati, A., & ranjbar, B. (2020). The effectiveness of rhythmic movement games training on separation anxiety

- in children. *Journal of Applied Family Therapy*, 1(3), 66-83. [In Persian] <https://civilica.com/doc/1134159>
- Ferreira, J.M., Makinen, M., & Amorim, K.D.S. (2016). Intellectual disability in kindergarten: possibilities of development through pretend play. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 217(1), 487-500. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.024>
- Gall, M. D., Borg, W. R., & Gall, J. P. (1996). *Educational research: An introduction* (6th ed.). Longman Publishing. <https://psycnet.apa.org/record/1996-97171-000>
- Godino-Iáñez, M. J., Martos-Cabrera, M. B., Suleiman-Martos, N., Gómez-Urquiza, J. L., VargasRomán, K., Membrive-Jiménez, M. J., & Albendín-García, L. (2020). Play therapy as an intervention in hospitalized children: A systematic review. *Healthcare*, 8(3), 239. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030239>
- Gómez, F.R., Semenyina, S.W., Court, L., & Vasey, P. (2017). Recalled Separation Anxiety in Childhood in Istmo Zapotec Men, Women, and Muxes. *Archives of Sexual Behavior*, 46(3), 109–117. DOI: [10.1007/s10508-016-0917-x](https://doi.org/10.1007/s10508-016-0917-x)
- Griffin, L., & Parson, J. (2023). Evidencing the therapeutic powers of play to understand the mechanism of change in filial therapy. *International Journal of Play Therapy*, 32(2), 107–121. <https://doi.org/10.1037/pla0000193>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hahn, L., Hajinlian, J., Eisen, A. R., Winder, B., & Pincus, D. B. (2003). Measuring the dimensions of separation anxiety and early panic in children and adolescents: The Separation Anxiety Assessment Scale. *Paper presented at the 37th annual convention of the Association for Advancement of Behavior Therapy*, Boston. <file:///C:/Users/hsole/Downloads/78113975509.pdf>
- Herren, C., In-Albon, T., & Schneider, S. (2013). Beliefs regarding child anxiety and parenting competence in parents of children with separation anxiety disorder. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 44(1), 53-60. DOI: [10.1016/j.jbtep.2012.07.005](https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2012.07.005)
- Hurrell, K. E., Houwing, F. L., & Hudson, J. L. (2017). Parental MetaEmotion Philosophy and Emotion Coaching in Families of Children and Adolescents with an Anxiety Disorder. *Journal of Abnorm Child Psychology*, 45(3), 569-582. DOI: [10.1007/s10802-016-0180-6](https://doi.org/10.1007/s10802-016-0180-6)
- Jafari-Rangchi, S., & Farhadi, H. (2019). Effectiveness of Virtual Filial Therapy for Mothers on the Social Skills and Aggression in Children with Learning Disabilities: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Research in Rehabilitation Sciences*, 15(5), 264-272. [In Persian] https://jrrs.mui.ac.ir/article_17139.html?lang=en
- Karimi, E., & DashtBozorgi, Z. (2020). The Effects of Filial Therapy on the Mother-Child Interaction and Behavioral Problems of Children with Intellectual Disability. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*, 10, 186-186. [In Persian] <http://jdisabilstud.org/article-1-1737-fa.html>
- Landreth, G. L. (2002). *Play therapy: The art of the relationship* (2nd ed.). New York, NY: Brunner-Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203835159>
- Lindo, N. A., Opiola, K., Ceballos, P. L., Chen, S. Y., Meany-Walen, K. K., Cheng, Y. J., Barcenas, G., Reader, E., & Blalock, S. (2016). The impact of supervised filial therapy training on attitude, knowledge, and skills. *The Family Journal*:

- Counseling and Therapy for Couples and Families*, 24(3), 239-246. <https://doi.org/10.1177/1066480716648696>
- Lovaas, M. E., Sund, A. M., Patras, J., Martinsen, K., Hjemdal, O., Neumer, S. P., et al. (2018). Emotion regulation and its relation to symptoms of anxiety and depression in children aged 8–12 years: does parental gender play a differentiating role? *BMC Psychol*, 6(1), 42. DOI: [10.1186/s40359-018-0255-y](https://doi.org/10.1186/s40359-018-0255-y)
- Malkina-Pykh, I. G. (2013). Effectiveness of rhythmic movement therapy: Case study of alexithymia. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 8(3), 141-159. <https://doi.org/10.1080/17432979.2013.804435>
- Malkina-Pykh, I. G. (2015). Effectiveness of rhythmic movement therapy: Case study of subjective well-being. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 10(2), 106-120. <https://doi.org/10.1080/17432979.2014.977822>
- Megreya, A. M., Al-Attayah, A. A., Moustafa, A. A., Hassanein, E. E. A. (2020). Cognitive emotion regulation strategies, anxiety, and depression in mothers of children with or without neurodevelopmental disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 76, 101-105. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101600>
- Méndez. X., Espada, J. P., Ortigosa, J. M., & García-Fernández, J. M. (2022). Validation of the children's separation anxiety scale (parent version). *Frontiers in Psychology*, 5, 13, 783943. Doi: [10.3389/fpsyg.2022.783943](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.783943)
- Moghimi, E. (2014). *The effectiveness of parent-child education on reducing the symptoms of separation anxiety disorder in 6 to 7-year-old children*. Master's thesis, field of psychology and exceptional children, Islamic Azad University, central Tehran branch. [In Persian] <https://elmnet.ir/article/>
- Mohammadzadeh, H., Soleymani, M., Daneshyar, E., & Dehghanizadeh, J. (2020). Influence of Rhythmic and Group Games on the Gross Motor Skills and Social Interaction of Autism Children. *Journal of Exceptional Children*, 20(2), 63-76. [In Persian] <http://joec.ir/article-1-746-fa.html>
- Musser, E.D., Galloway-Long, H.S., Frick, P.J., Nigg, J.T. (2013). Emotion Regulation and Heterogeneity in Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 52(2), 163-171. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2012.11.009>
- Nayeb Hoseinzadeh, S., Aghaziarati, A., Hematipouya, S., & Karavan Borojardi, K. (2020). Effectiveness of Mother-Child Rhythmic Movement Games Training on the Reduction of Verbal and Nonverbal Aggression in Children. *J Child Ment Health*, 7(3), 234-247. [In Persian] <http://childmentalhealth.ir/article-1-621-fa.html>
- O'Connor, K. J., Schaefer, C. E., & Braverman, L. D. (2016). *Handbook of play therapy. Second edition*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. <https://psycnet.apa.org/record/2016-24968-000>
- Peck–Murray, J. A. (2015). Utilizing everyday items in play to facilitate hand therapy for pediatric patients. *Journal of Hand Therapy*, 28(2), 228-232. <https://doi.org/10.1016/j.jht.2014.05.003>
- Rafei, T. (2011). Rhythmic movements and games. Guide for trainers, therapists and families. Tehran: Danjeh Publications. [In Persian] <https://danjehpub.com/product>
- Raftery-Helmer, J. N., Moore, P.H. S., Coyne, L., & Palm Reed, K. (2016). Changing problematic parent– child interaction in child anxiety disorders: The promise of acceptance and commitment therapy (ACT). *Journal of contextual behavioral science*, 5(1), 64-69. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2015.08.002>
- Sadeghy, M., Akbari Chermahini, S., Bahrami, A., & Seyed mousavi, P. S. (2022). Effectiveness of Attachment-based Theraplay on Parental Self-Efficacy,

- Emotion Regulation and Social Adjustment in Children with Separation Anxiety: A Case report. *Applied Psychology*, 16(2), 132-107. [In Persian] <http://10.52547/apsy.2021.224105.1180>
- Schlesier, J., Roden, I., & Moschner, B. (2019). Emotion regulation in primary school children: A systematic review. *Child Youth Serv Rev*, 1(100), 239-57. <https://doi.org/10.1016/j.chilgyouth.2019.02.044>
- Seyyedi Andi, S. M., Najafi, M., & Rahimian Boogar, I. (2021). Comparison of the effectiveness of child-centered play therapy and filialtherapy on the levels of theory of mind in children with separation anxiety disorder. *Journal of Psychological Science*. 20(97), 63-76. [In Persian] <http://psychologicalscience.ir/article-1-920-fa.html>
- Shields, A., & Cicchetti, D. (1997). Emotion Regulation among school- age children: The devlopmental and validation of a new criterion Qshort scale. *Developmental Psychology*, 33(6), 906-916. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.33.6.906>
- Silove, D., Manicavasagar, V., & Pini, S. (2016). Can separation anxiety disorder escape its attachment to childhood? *World Psychiatry*, 15(2), 113-115. Doi: [10.1002/wps.20336](https://doi.org/10.1002/wps.20336)
- Takhti, M., Shafi' Abadi, A., Kalantar Hormozi, A., & Farrokhi, N .A. (2020). The effectiveness of the parent-child interaction intervention program based on emotion coaching on the symptoms of children's separation anxiety disorder. *Journal of Psychological Science*, 19(95), 1423-1437. [In Persian] <https://psychologicalscience.ir/article-1-760-fa.html>
- Talaienejad, N., Ghanbari, S., Mazaheri, M. A., & Asgari, A. (2015). Preliminary Properties of Separation Anxiety Assessment Scale (Parent Version). *Developmental Psychology: Iranian Psychologists*, 12(47), 225-235. [In Persian] <https://civilica.com/doc/877426>
- Timmer, S. G, Anthony J. U., & Zebell N. (2006). Challenging foster caregiver–maltreatedchild relationships: The effectiveness of parent–child interaction therapy. *Child Youth Service Review*. 28(1): 1-19. <https://doi.org/10.1016/j.chilgyouth.2005.01.006>
- Vilà-Giménez, I., Igualada, A., & Prieto, P. (2019). Observing storytellers who use rhythmic beat gestures improves children’s narrative discourse performance. *Developmental Psychology*, 55(2), 250–262. <https://doi.org/10.1037/dev0000604>
- Williams, K. (2018) Moving to the beat: Using music, rhythm, and movement to enhance self-regulation in early childhood classrooms. *International Journal of Early Childhood*, 50(1), 85-100. Doi:[10.1007/s13158-018-0215-y](https://doi.org/10.1007/s13158-018-0215-y)
- Zaini, M., Khaksar, E., Balochki Anarki, M., & Rezaei Nesab, F. (2016). The effectiveness of play therapy and Rhythmic movements on improve the performance of attention and hearing sequences in Children. *Journal of Educational Research*, 3(32), 61-79. [In Persian] <http://erj.khu.ac.ir/article-1-83-fa.html>