

به نام خدا

مدیریت و کنترل چالش های هیجانی – رفتاری در مدرسه استثنایی یاسمن ۲

مولفان :

راضیه جوزاری

سید علی حسینی

حکیمه رضایی

مصطفی اکبری

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۴)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه : جوزاری ، راضیه ، ۱۳۶۹
عنوان و نام پدیدآور : مدیریت و کنترل چالش های هیجانی- رفتاری در مدرسه استثنایی
یاسمن ۲ / مولفان راضیه جوزاری ، سید علی حسینی ، حکیمه رضایی ، مصطفی اکبری
مشخصات نشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۴.
مشخصات ظاهری : ۱۱۰ص.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۴۵۵-۳۸۵-۰
شناسه افزوده : حسینی ، سید علی ، ۱۳۶۲
شناسه افزوده : رضایی ، حکیمه ، ۱۳۶۸
شناسه افزوده : اکبری ، مصطفی ، ۱۳۶۷
وضعیت فهرست نویسی : فیپا
یادداشت : کتابنامه.
موضوع : مدیریت و کنترل - چالش های هیجانی - دانش آموز
رده بندی کنگره : TP ۹۸۳
رده بندی دیویی : ۵۵/۶۶۸
شماره کتابشناسی ملی : ۹۹۷۶۵۸۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیپا

نام کتاب : مدیریت و کنترل چالش های هیجانی- رفتاری در مدرسه استثنایی یاسمن ۲
مولفان : راضیه جوزاری - سید علی حسینی - حکیمه رضایی - مصطفی اکبری
ناشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد : پروانه مهاجر
تیراژ : ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ : اول - ۱۴۰۴
چاپ : زبرجد
قیمت : ۱۱۰۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان :
<https://chaponashr.ir/ketabresan>
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۴۵۵-۳۸۵-۰
تلفن مرکز پخش : ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir



تقدیم

سپاس و ستایش مر خدای را جل و جلاله که آثار قدرت او بر چهره روز روشن، تابان است و انوار حکمت او در دل شب تار، درفشان. آفریدگاری که خویشتن را به ما شناساند و درهای علم را بر ما گشود و عمری و فرصتی عطا فرمود تا بدان، بنده ضعیف خویش را در طریق علم و معرفت بیازماید.

تقدیم به پدر و مادر عزیزمان

خدای را بسی شاکریم که از روی کرم پدر و مادرانی فداکار نصیبمان ساخت تا در سایه درخت پر بار وجودشان بیاسایم و از ریشه آنها شاخ و برگ گیریم و از سایه وجودشان در راه کسب علم و دانش تلاش نمایم. آموزگارانی که برایمان زندگی بودن و انسان بودن را معنا کردند.

و تقدیم به آنهایی که روحشان به بلندای آسمانست، تقدیم به کودکان با نیازهای ویژه.

حال این برگ سبزی است تحفه درویش تقدیم آنان....

فهرست

۷	چکیده
۹	فصل اول: کلیات
۹	مقدمه
۱۰	بیان مسئله
۱۳	اهمیت و ضرورت تحقیق
۱۴	اهداف تحقیق
۱۴	اهداف بلندمدت
۱۴	اهداف کوتاهمدت
۱۴	تعاریف نظری
۱۵	مستندات پژوهش (پیشینه علمی پژوهش)
۱۷	فصل دوم: ادبیات نظری
۱۸	مقدمه
۱۸	چالشهای هیجانی و اجتماعی
۱۸	پرخاشگری، تعاریف آن و انواع
۲۰	اشکال پرخاشگری
۲۰	طبقه بندی پرخاشگری
۲۰	پرخاشگری در مدارس و بین کودکان و نوجوانان
۲۱	علت انتخاب بازی درمانی
۲۲	طرح درمان انتخابی
۲۲	بازی درمانی
۲۴	ورزش و پرخاشگری

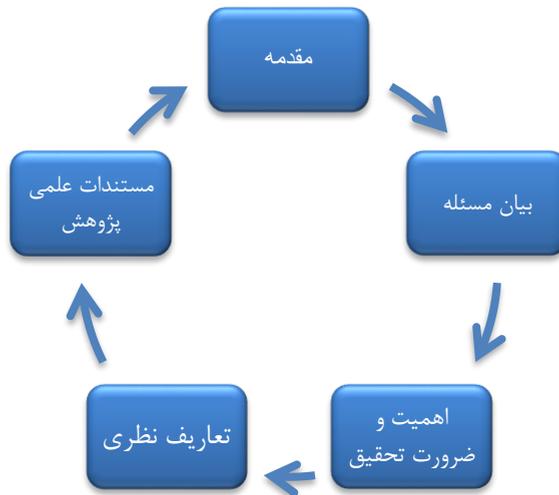
۲۷	فصل سوم
۷۱	فصل چهارم
۷۱	نمونه تحقیق
۷۱	ابزارهای پژوهش
۷۲	پروتکل درمان مبنی بر بازی درمانی
۷۳	پروتکل درمان
۷۳	پرسشنامه رفتاری کودک (CBCL) - نسخه والدین
۷۴	شیوه نمره گذاری پرسشنامه رفتاری کودک (CBCL)
۷۴	بررسی روایی و پایایی پرسشنامه رفتاری کودک (CBCL)
۷۵	مقیاس خشم و پرخاشگری کودکان و نوجوانان نیسلون و همکاران (۲۰۰۰)
۷۶	خرده مقیاسهای آزمون
۷۶	روایی و پایایی مقیاس خشم و پرخاشگری کودکان و نوجوانان نیسلون و همکاران
۷۷	پرسشنامه خودساخته تیم درس پژوهی
۷۹	فصل پنجم
۷۹	نمودار اثربخشی
۷۹	ارزشیابی و نتیجه‌گیری
۸۱	محدودیتها
۸۱	پیشنهادات
۸۳	منابع
۸۳	منابع فارسی
۸۴	منابع انگلیسی
۸۵	پیوست ها و ضمائم

چکیده

کم توانی ذهنی یکی از اختلال‌های رشدی - عصبی رایج است که می‌تواند به کیفیت زندگی نامطلوب و کاهش فعالیت‌ها و مهارت‌های اجتماعی منجر می‌شود. نوعی ناتوانی است که به‌وسیله محدودیت معنی‌دار هم در کارکرد هوشی و هم در رفتار سازشی مشخص می‌شود. این ناتوانی قبل از ۱۸ سالگی رخ می‌دهد و میزان شیوع آن بین یک تا سه درصد کل جمعیت برآورد شده است. بیشتر افرادی که با کم‌توانی ذهنی شناسایی می‌شوند، در طبقه کم‌توانی ذهنی آموزش‌پذیر قرار می‌گیرند. کودکان کم‌توان ذهنی علاوه بر مشکلات شناختی و اجتماعی، مشکلات رفتاری و هیجانی را نیز نشان می‌دهند. اختلال‌های رفتاری، مشکلات فردی و اجتماعی بسیاری ایجاد می‌کند و ابتلای کودکان به این اختلال‌ها معضلات فراوانی برای خانواده و مدرسه به‌وجود می‌آورد. همچنین آن‌ها را در مقابل آشفتگی‌های روانی و اجتماعی دوران نوجوانی و حتی بزرگسالی آسیب‌پذیر می‌کند. نتیجه می‌گیریم آموزش به کودکان کم‌توان ذهنی به‌ویژه در دوره نوجوانی، می‌تواند تأثیرات مثبتی بر رفتارهای دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی و مشکلات آن‌ها در این حوزه داشته باشد. نمونه ما در تحقیق، در آستانه بلوغ و نوجوانی است و ممکن است رفتارهای غیرمعارفی در این برهه زمانی داشته باشد. لذا روش‌هایی برای آرامش او باید در محیط آموزشی در نظر گرفت.

فصل اول: کلیات

نمودار مطالبی که در فصل اول شرح داده شده است:



مقدمه

عواطف و احساسات نحوه رفتار و عملکرد انسان را مشخص می‌سازد و در چگونگی اداره امور زندگی روزمره و فرهنگ خانوادگی نقش بسزائی دارد. هیجان‌ها همواره مورد توجه انسان بوده است، زیرا در هر تلاش و اقدام بشری به طریقی نقش دارند. خشم یکی از هیجان‌های طبیعی انسان، پاسخ هیجانی نیرومند و ناخوشایند به تحریک واقعی یا محسوس است. اگرچه خشم طبیعی است، اما اغلب به صورت احساس منفی برداشت می‌شود. خشم زمانی منفی تلقی می‌شود که فرد آن را به

صورت نامناسب ابراز نماید و به خشونت و پرخاشگری بیانجامد. خشمی که به صورت نامناسب ابراز شده یا فرو خورده شده باشد، می تواند آسیب های جسمانی یا روانی و هیجانی ایجاد کرده یا در روابط انسان با دیگران اختلال ایجاد کند. پرخاشگری یکی از رایج ترین واکنش های کودک نسبت به ناراحتی ها و ناکامی هاست که به منظور صدمه رساندن به دیگران، کسب پاداش، ارضای نیازها یا رفع موانع انجام می شود (طالبی، آقائی و نوحی، ۱۳۹۶).

بیان مسئله

در قرن حاضر که فشارهای روانی بر زندگی انسان ها سایه افکنده است، توانایی مهار هیجان های ناگوار بر حفظ سلامت روان تأثیر به سزایی خواهد داشت. افرادی که در تنظیم هیجان های خود مهارت دارند، بهتر می توانند حالات هیجانی منفی را از طریق فعالیت های خوشایند جبران نمایند (پاشا و گل شکوفه، ۱۳۹۵).

هرقدر انسان در کودکی تسلط بیشتری بر هیجانان خود داشته باشد، در بزرگسالی از تعادل عاطفی بیشتری برخوردار خواهد بود و در برابر محرک های خارجی واکنش های مناسب تری از خود نشان خواهد داد. بنابراین مهارت مقابله با هیجانان ناخوشایند یکی از مهارت های اساسی بخصوص برای کودکان و نوجوانان ک در دوره گذرا قرار دارند، چرا که در این دوره نیاز به تعادل هیجانی و عاطفی از جمله برقراری روابط سالم با دیگران، کسب مهارت های اجتماعی برای دوستیابی با چشم می خورد. برنامه آموزش مهارت های زندگی بر این اصل استوار است که کودکان و نوجوانان حق دارند توانمند شوند و نیازمند آن هستند که بتوانند راهنمای مؤثر را برای حل تعارضات و مشکلات زندگی خود بیابند (چراغی بیدقی، علی و دهکردی، ۱۳۹۵).

مدیریت هیجانان یکی از مؤلفه های هوش هیجانی است و به نظر می رسد بتوان با آموزش آن به افراد، پرخاشگری را در آنها کنترل نمود. تنظیم هیجان نقش مهمی در سازگاری با وقایع استرس زا زندگی دارد. افزایش کنترل و تنظیم هیجانان توانایی اداره مطلوب خلق و خو و افزایش توان حل مسئله و بهره برداری از هیجانان را موجب می شود (روئمر و گرتز، ۲۰۰۴، به نقل از؛ کرمانی مامازندی و طالع پسند، ۱۳۹۷).

مشکلات رفتاری در میان کودکان به دلیل شیوع بالا و پیش‌بینی اندک آن رشد نگران‌کننده‌ای دارد. مشکلات رفتاری دوران کودکی مثل پرخاشگری، لجبازی، کج خلقی، گستاخی، مقابله جویی و نافرمانی، معمولاً در طول دوران کودکی به خصوص در بین پسران، متداول و میزان آن متغیر است. از طرفی کودکان کم‌توان ذهنی با توجه به محدودیت‌های ویژه آن‌ها نسبت به کودکان عادی در کنترل هیجان و رفتار می‌توان انتظار داشت که رفتارهای سازش‌نا یافته بیشتری از آن‌ها بروز دهد (آقایوسفی، ۱۳۹۱).

کودکان کم‌توان ذهنی را کودکان با نیازهای ویژه می‌نامند. انجمن روانپزشکی آمریکا نیز در پنجمین ویرایش خود^۲ کم‌توانی ذهنی را اختلالی می‌داند که در دوره رشد شروع می‌شود و دربرگیرنده نقصان کارکرد انطباقی و هوشی فرد در حوزه‌های عملی، اجتماعی و مفهومی است. رفتار سازشی توانایی فرد برای یادگیری و به کارگیری مهارت‌های زندگی است؛ به نحوی که فرد قادر به زندگی مستقل باشد. هوشبهر فرد کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر بین ۵۰ تا ۷۰ است، لذا این افراد دارای ضعف قوای فکری بوده و از قدرت ابتکار، ابداع و انتقاد عاجز می‌باشند. کودکان کم‌توان ذهنی به طور قابل مشاهده‌ای میزان بیشتری از معیارهای مشکلات رفتاری را نسبت به کودکان معمولی دارند. که این مشکلات رفتاری تا سنین بزرگسالی ادامه می‌یابد (رضایی، غضنفری و رضائیان، ۱۳۹۶). آن‌ها به سبب محدودیت‌های مختلف که غالباً از محدودیت‌های شناختی آن‌ها ناشی می‌شود، با شکست‌های متعددی روبه‌رو می‌شوند و پیامد همه این عدم موفقیت‌ها ناکامی است که خود سرآغاز پرخاشگری به گونه‌های مختلف خواهد بود (آقایوسفی، ۱۳۹۱).

پر خاشگری کودکان می‌تواند علامتی از مشکلات روانی، اجتماعی یا خانوادگی باشد. این مشکلات ممکن است به دلیل عوامل مختلفی مانند فشارهای روانی، تحریم‌ها یا نقص در مهارت‌های اجتماعی کودکان رخ دهد. برای پیشگیری و مدیریت پر خاشگری کودکان، ارتباط موثر با کودک، آموزش مهارت‌های حل مسئله، ارتباطات موثر و پشتیبانی از خانواده مهم است. از طرفی این کودکان به سبب کمبود خزانه رفتاری از پر خاشگری به مثابه ابزاری برای برآوردن نیازهای خود

1. children with special needs
2. Diagnostic and Statistical Manual of Mental

استفاده می‌کنند. پرخاشگری این کودکان یکی از عمده‌ترین مشکلات مربیان، معلمان و والدین تلقی شده است (آقایوسفی، ۱۳۹۱).

به کودکان با نیازهای ویژه آموزش داده شود که چگونه با دیگران ارتباط برقرار کنند و احساسات خود را به درستی بیان کنند. آموزش مهارت‌های ارتباطی به این کودکان اهمیت بسیاری دارد. این کودکان ممکن است دچار مشکلاتی مانند اختلالات ارتباطی، اضطراب یا افسردگی باشند که با آموزش مهارت‌های ارتباطی می‌توانند این مشکلات را کاهش دهند و به رشد و توسعه سالم خود کمک کنند. یکی از مهم‌ترین مهارت‌های ارتباطی که به کودکان استثنایی آموزش داده می‌شود، مهارت گفتاری است. این مهارت شامل توانایی بیان احساسات، نیازها و دلایل خود به صورت واضح و روشن است. با آموزش به این کودکان که چگونه احساسات خود را به درستی بیان کنند، آنها می‌توانند از تعارضات کمتری رنج ببرند و بهتر با دیگران ارتباط برقرار کنند. همچنین، مهارت گوش کردن نیز یکی از مهارت‌های ارتباطی مهم است که به کودکان استثنایی آموزش داده می‌شود. این مهارت

شامل توانایی فهمیدن و توجه به حرف‌ها و احساسات دیگران است. با تقویت این مهارت، کودکان می‌توانند بهتر به دیگران کمک کنند و از ارتباطات موفق‌تری برخوردار باشند. علاوه بر این، مهارت حل مسئله نیز یکی از مهارت‌های ارتباطی مهم است که به کودکان استثنایی آموزش داده می‌شود. این مهارت شامل توانایی پیدا کردن راه‌حل‌های منطقی و موثر برای مشکلات و تعارضات است. با آموزش به این کودکان که چگونه به صورت مثبت و سازنده به حل مسائل بپردازند، آنها می‌توانند از تنش‌ها کاسته و روابط خود را بهبود بخشند (مرادی دشت و همکاران، ۱۳۹۳).

در نهایت، آموزش مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی به کودکان استثنایی بسیار موثر است و می‌تواند به آنها کمک کند تا روابط بهتری برقرار کنند و به شکل سالم‌تری با مشکلات روبرو شوند. به عنوان والدین و مربیان، ما می‌توانیم با توجه به اهمیت این مهارت‌ها، به کودکان استثنایی کمک کنیم تا بهترین نسخه از خودشان را بیان کنند و به جامعه اطرافشان ارزش افزوده بدهند.

دانش آموز مورد مطالعه در پژوهش ما، دانش آموزی با ضریب هوشی خفیف تا مرزی است و مهارت‌های جسمانی بالا و علاقه وافری به ورزش، فعالیت‌های بدنی و بازی دارد. از طرفی این دانش آموز با توجه به شرایط خانواده (برادر بزرگتر در زندان بسر می‌برد)، زندگی در محله‌ای با میزان بزهکاری بالا و قرارگیری در سن حساس نوجوانی ممکن است رفتارهای پرخاشجویانه بیشتری با توجه به شرایط نشان داد. لذا شرایط او ایجاب می‌کند با توجه به مهارت‌ها و شرایط او اقداماتی برای اصلاح رفتار انجام گیرد. در این پژوهش تیم تصمیم بر درمانی گرفت که برای دانش آموز جذاب باشد و موجب تأثیرگذاری رفتاری و مشارکت بیشتر دانش آموز در تحقیق شود بنابراین تیم پژوهش سعی کرد در این تحقیق ترکیبی از ورزش و بازی را انتخاب کند.

اهمیت و ضرورت تحقیق

کودکان و نوجوانان کم توان ذهنی به طور قابل مشاهده‌ای میزان بیشتری از چالش‌های هیجانی و رفتاری را نسبت به کودکان و نوجوانان معمولی دارند که این چالش‌ها تا سنین بزرگسالی ادامه می‌یابد. از آنجایی که دوره نوجوانی، دوره‌ای بسیار حساس و سرنوشت‌ساز است که در آن تغییرات عمده جسمی، روانی- اجتماعی با هیجانات شدید همراه است و بسیاری از دستگاه‌های عصبی و شناختی که هیجان را کنترل می‌کند در خلال این دوره به رشد می‌رسند؛ ارائه آموزش‌هایی مبتنی بر تنظیم و کنترل هیجان‌ها ضروری است.

برنامه‌ریزی و تدابیری برای بهبود این عوامل و ایجاد محیط‌های حمایت‌کننده برای کودکان با استعداد و توانایی‌های خاص بسیار حیاتی و ضروری است. به طور کلی، هماهنگی بین عوامل محیطی و فرهنگی می‌تواند بهبود چشمگیری در هوش هیجانی، رفتار و مهارت‌های زندگی کودکان خاص داشته باشد. برنامه‌ریزی و اقدامات مناسب در این زمینه می‌تواند به کودکان کمک کند تا بهترین نسخه از خود را بروز دهند و در زندگی موفقیت‌های بیشتری کسب کنند.

ارتقای هوش هیجانی به کودکان و نوجوانان با نیازهای ویژه کمک می‌کند تا بهتر با احساسات خود آشنا شوند، احساسات خود را کنترل کنند و بهترین راه‌حل‌ها را برای چالش‌های رفتاری پیدا کنند.

همچنین، تقویت مهارت‌های زندگی مانند حل مسئله، ارتباطات موثر و همکاری با دیگران، به آنها کمک می‌کند تا در مواقع دشوارتر بهتر عمل کنند و روابط سالم‌تر و رفتار بهتری را با دیگران برقرار کنند. به طور کلی، ارتقای هوش هیجانی و مهارت‌های زندگی در کودکان استثنایی می‌تواند بهبود عملکرد آنها در محیط‌های مختلف و بهبود کیفیت زندگی آنها کمک کند.

با توجه به اهمیت و بررسی واکنش‌های هیجانی خصوصاً خشم و پرخاشگری در کودکان و تأثیر آن در بهبود روابط اجتماعی، تحصیلی، خانوادگی و... با توجه به اثربخشی قابل اطمینان مدیریت و کنترل رفتارهای پرخاشگرانه در کودکان و بهبود زندگی برای کودک و با توجه به مباحث فوق، هدف کلی از این پژوهش مدیریت و کنترل چالش‌های هیجانی - رفتاری دانش‌آموزان با نیازهای ویژه می‌باشد (کیس مورد نظر).

اهداف تحقیق

اهداف بلندمدت

مدیریت و کنترل چالش‌های هیجانی - رفتاری دانش‌آموز در کنترل پرخاشگری دانش‌آموز در موقعیت‌های مختلف.

اهداف کوتاه‌مدت

مدیریت چالش‌های هیجانی دانش‌آموز در هنگام برانگیختگی هیجانی.

مدیریت چالش‌های رفتاری دانش‌آموز در رابطه با گروه همسالان.

کاهش رفتار پرخاشگری دانش‌آموز و تقویت رفتارهای مثبت.

تعاریف نظری

بازی درمانی: منظور از بازی درمانی روش درمانی است که کودکان با استفاده از بازی و اسباب بازی‌ها قادر می‌شوند افکار، احساسات و نگرانی‌هایی را که نمی‌توانند به گونه دیگری بیان کنند، را ابراز کنند. کودکان می‌توانند به راحتی، بدون احساس خطر و با احساس امنیت دنیای درونی خود را

با بازنمایی نمادین و عینی اسباب بازی‌ها بیان کنند (کول و لاور، ۲۰۱۰؛ به نقل از نعمت‌زاده سوته و موسوی، ۱۳۹۹).

پرخاشگری: پرخاشگری رفتاری است که هدف آن صدمه زدن به خود یا دیگران است و فرد از روی قصد و نیت قبلی و به منظور صدمه رساندن به خود یا دیگران انجام می‌شود (اکبری، ۱۳۹۱؛ به نقل از نعمت‌زاده سوته و موسوی، ۱۳۹۹).

مستندات پژوهش (پیشینه علمی پژوهش)

نیرومند، علی اکبری و اورکی (۱۴۰۰) در یک طرح تجربی تحت عنوان تأثیر افشای هیجانی نوشتاری در پرخاشگری و زودانگیختگی و دشواری تنظیم هیجانی نوجوانان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله‌ای: مطالعه تک آزمودنی را مورد بررسی قرار دادند. نتایج تحقیق آن‌ها نشان داد راهبرد افشای نوشتاری هیجان می‌تواند در مداخلات روانشناختی برای کاهش پرخاشگری، تکانشگری و سختی تنظیم هیجانی نوجوانان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله‌ای مدنظر قرار گیرد. چراغی بیدقی، علی اکبری و دهکردی (۱۳۹۵) در مطالعه‌ای آزمایشی تحت عنوان آموزش مهارت مدیریت هیجان بر پرخاشگری کودکان بود. نتایج تحقیق آن‌ها نشان داد آموزش مهارت‌های مقابله با هیجانات ناخوشایند بر کاهش پرخاشگری رابطه‌ای و آشکار کودکان در سطح معنی داری $p < 0/05$ موثر است.

شجاعی و همتی علمدارلو (۱۳۸۵) در پژوهشی نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. نتایج آن‌ها نشان دادند که اجرای برنامه ورزش صبحگاهی به طور معناداری پرخاشگری آزمودنی‌ها را کاهش داده است و بعد از یک ماه پیگیری نیز آشکار شد که نتایج به دست آمده پایدار مانده‌اند و ورزش صبحگاهی در مدارس کودکان کم توان ذهنی، پرخاشگری آن‌ها را کاهش می‌دهد.

آقایوسفی (۱۳۹۱) در مطالعه‌ای آزمایشی تحت عنوان اثر مقابله درمانگری مادران بر پرخاشگری کودکان کم توان ذهنی آنان نشان دادند. نتایج نشان دادند، مقابله درمانگری مادران، فراوانی رفتار-های پرخاشگرانه در کودکان کم توان ذهنی متوسط تا شدید آن‌ها را کاهش می‌دهد.