

به نام خدا

بازی درمانی کودک

راهنمای جامع بازی، قصه و هنر در رشد و درمان کودک

مؤلف :

فاطمه واثقی خوندابی

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۵)

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

Chaponashr.ir



سرشناسه: واثقی خوندابی، فاطمه، ۱۳۷۱
عنوان و نام پدیدآورگان: بازی درمانی کودک؛ راهنمای جامع بازی، قصه و هنر در رشد و درمان کودک / مولف: فاطمه واثقی خوندابی
مشخصات نشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۵.
مشخصات ظاهری: ۱۳۳ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۱۲۹-۵۷۹-۱
وضعیت فهرست نویسی: فیفا
یادداشت: کتابنامه.
موضوع: بازی درمانی کودک
رده بندی کنگره: TP ۹۸۳
رده بندی دیویی: ۶۶۸/۵۵
شماره کتابشناسی ملی: ۸۶۵۱۴۷
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیفا

نام کتاب: بازی درمانی کودک؛ راهنمای جامع بازی، قصه و هنر در رشد و درمان کودک
مولف: فاطمه واثقی خوندابی
ناشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: الهام غفاری
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۵
چاپ: زیرجذ
قیمت: ۲۳۰۰۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:
<https://chaponashr.ir/ketabresan>
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۱۲۹-۵۷۹-۱
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir

فهرست

درباره‌ی این کتاب ۹

مقدمه‌ی نویسنده ۱۱

یادآوری عاشقانه ۱۴

بخش اول: بازی، زبان کودک

فصل ۱: بازی و رشد کودک ۱۷

بازی چیست؟ ۱۷

چرا بازی این قدر مهم است؟ ۱۹

نکته‌ی کلیدی ۲۱

فصل ۲: کاربرد بازی درمانی در مراکز مشاوره‌ی کودک ۲۳

اهداف بازی درمانی ۲۴

ابزارها و تکنیک‌های بازی درمانی ۲۵

نقش والدین در فرآیند درمان ۲۶

روند جلسات بازی درمانی ۲۷

روایت‌های تجربی ۲۸

محدودیت‌ها و نکات مهم ۳۰

جمع‌بندی فصل ۳۲

فصل ۳: نقش قصه‌گویی و نمایش در رشد روانی-هیجانی کودک ۳۳

۳۴.....	اهداف قصه‌گویی و نمایش
۳۵.....	تکنیک‌ها و شیوه‌های اجرا
۳۶.....	ابزارهای مورد نیاز
۳۸.....	نقش والدین و مربیان
۳۹.....	روایت‌های تجربی
۴۱.....	محدودیت‌ها و نکات مهم
۴۳.....	فصل ۴: هنر و فعالیت‌های خلاق در رشد هیجانی و شناختی کودک
۴۴.....	اهداف فعالیت‌های هنری
۴۶.....	احتیاط در تفسیر نقاشی
۴۶.....	تکنیک‌ها و فعالیت‌های پیشنهادی
۴۷.....	ابزارها و مواد لازم
۴۸.....	نقش والدین و مربیان
۴۸.....	روایت‌های تجربی
۵۱.....	محدودیت‌ها و نکات مهم

بخش دوم : والدین و مسیرهای تکمیلی رشد

۵۵.....	فصل ۵: نقش والدین در فرآیند رشد و درمان کودک
۵۶.....	نقش والدین در رشد هیجانی کودک
۵۷.....	نقش والدین در رشد شناختی و آموزشی

۵۷.....	نقش والدین در فرآیند درمانی.....
۵۸.....	سبک‌های فرزندپروری و پیامدهای آن.....
۶۰.....	اشتباهات رایج والدین.....
۶۱.....	روایت‌های تجربی.....
۶۳.....	راهکارهای عملی برای والدین.....
۶۴.....	جمع‌بندی فصل.....
۶۵.....	فصل ۶: بازی‌های گروهی و مهارت‌های اجتماعی.....
۶۶.....	اهمیت بازی‌های گروهی.....
۶۷.....	مهارت‌هایی که در بازی گروهی تقویت می‌شوند.....
۶۷.....	نمونه‌هایی از بازی‌های گروهی مفید.....
۶۸.....	نقش والدین و مربیان در هدایت بازی‌ها.....
۶۹.....	روایت‌های تجربی.....
۷۰.....	راهکارهای عملی برای والدین.....
۷۱.....	جمع‌بندی فصل.....
۷۳.....	فصل ۷: قصه‌گویی و نقش آن در رشد کودک.....
۷۴.....	اهمیت قصه در رشد کودک.....
۷۴.....	مهارت‌هایی که با قصه‌گویی تقویت می‌شوند.....
۷۵.....	روش‌های قصه‌گویی مؤثر.....
۷۶.....	نقش والدین و مربیان در قصه‌گویی.....

۷۷.....	روایت‌های تجربی.....
۷۸.....	راهکارهای عملی برای قصه‌گویی در خانه.....
۷۹.....	جمع‌بندی فصل.....
۸۱.....	فصل ۸: هنر و نقاشی در رشد کودک.....
۸۲.....	اهمیت هنر در رشد کودک.....
۸۳.....	تکنیک‌ها و فعالیت‌های هنری پیشنهادی.....
۸۴.....	نقش والدین و مربیان.....
۸۵.....	روایت‌های تجربی.....
۸۶.....	نکات کاربردی برای والدین.....
۸۷.....	جمع‌بندی فصل.....

بخش سوم : کتابچه‌ی بازی‌های کاربردی

۹۱.....	فصل ۹: پیش از شروع؛ شناخت مراحل رشد کودک.....
۹۲.....	پرسش‌های کلیدی درباره‌ی مراحل رشد.....
۹۳.....	چبران مراحل ناتمام با بازی.....
۹۳.....	تقویت زیرساخت‌های رشد.....
۹۴.....	یادآوری مهم.....
۹۵.....	فصل ۱۰: بازی‌های تقویت مهارت‌های حرکتی و بدنی.....
۹۶.....	تقویت عضلات ظریف دست.....

۹۹.....	تقویت عضلات درشت بدن.....
۱۰۰.....	بازی‌های تعادلی.....
۱۰۱.....	هماهنگی چشم و دست.....
۱۰۱.....	غلبه‌ی طرفی.....
۱۰۳.....	تقویت همکاری دو نیم‌کره‌ی مغز.....
۱۰۴.....	تقویت عضلات تنفسی.....
۱۰۵.....	فصل ۱۱: بازی‌های تقویت مهارت‌های شناختی و ذهنی
۱۰۶.....	مهارت‌های ریاضی و شمارش.....
۱۰۸.....	مهارت دقت و تمرکز.....
۱۰۹.....	مهارت حل مسئله.....
۱۱۰.....	مهارت هوش عملی.....
۱۱۰.....	تقویت حافظه‌ی دیداری و شنیداری.....
۱۱۲.....	نکته‌ی کلیدی.....
۱۱۳.....	فصل ۱۲: بازی‌های تقویت مهارت‌های زبانی، اجتماعی و هیجانی
۱۱۴.....	غنی‌سازی دایره‌ی واژگان و گفتار.....
۱۱۵.....	مهارت‌های ارتباط اجتماعی.....
۱۱۵.....	مهارت استمرار و صبر.....
۱۱۶.....	تقویت اعتمادبه‌نفس.....
۱۱۷.....	نکات مهم هنگام بازی.....

۱۱۸.....	جمع‌بندی و نتیجه‌گیری.....
۱۲۰.....	پیام نهایی.....
۱۲۱.....	پیوست ۱: چکیده‌ی عملی برای والدین و مربیان.....
۱۲۱.....	۱. ایجاد فضای امن.....
۱۲۱.....	۲. همراهی و مشارکت.....
۱۲۱.....	۳. صبر و استمرار.....
۱۲۲.....	۴. استفاده از ابزارهای رشد.....
۱۲۲.....	۵. تشویق مهارت‌های اجتماعی.....
۱۲۲.....	۶. اصلاح سبک فرزندپروری.....
۱۲۳.....	۷. مشاهده و بازخورد.....
۱۲۳.....	۸. ترکیب فعالیت‌ها.....
۱۲۳.....	۹. توجه به احساسات و نیازهای کودک.....
۱۲۵.....	پیوست ۲: راهنمای فعالیت‌ها بر اساس سن کودک.....
۱۲۷.....	پیشنهاد.....
۱۲۷.....	پیوست ۳: راهنمای سریع بازی‌ها بر اساس مهارت.....
۱۳۱.....	درباره‌ی نویسنده.....
۱۳۲.....	پیام پایانی نویسنده.....
۱۳۲.....	راه‌های ارتباط با نویسنده.....

درباره‌ی این کتاب

این کتاب حاصل سال‌ها تجربه‌ی بالینی نویسنده در حوزه‌ی روان‌شناسی کودک است؛ مسیری که با کارورزی در مراکز مشاوره آغاز شد و با ارزیابی و همراهی بیش از هفت‌هزار کودک در مراکز درمانی، مدارس و مجموعه‌های آموزشی ادامه یافت. در این کتاب، بازی‌درمانی نه یک روش خشک درمانی، بلکه یک نگاه، یک فلسفه و یک هنر معرفی می‌شود؛ هنری که اگر با تخصص و تعهد همراه شود، می‌تواند معجزه بیافریند. تلاش کرده‌ایم زبان کتاب ساده و صمیمی بماند، اما پشتوانه‌ی هر توصیه، مفاهیم علمی روان‌شناسی رشد و تجربه‌ی واقعی جلسات درمانی باشد؛ یعنی هر جا از شما خواسته‌ایم کاری را انجام دهید یا انجام ندهید، منطق روان‌شناختی و دلیل علمی آن را هم برایتان روشن کرده‌ایم.

دوازده فصل کتاب در سه بخش سازمان یافته است. بخش نخست – «بازی، زبان کودک» – شما را از مبانی علمی بازی و رشد کودک تا کاربرد بازی‌درمانی در مراکز مشاوره، نقش قصه‌گویی و نمایش، و هنر و فعالیت‌های خلاق همراهی می‌کند. بخش دوم – «والدین و مسیرهای تکمیلی رشد» – به نقش بی‌بدیل والدین در رشد و درمان، بازی‌های گروهی و مهارت‌های اجتماعی، قصه‌گویی و هنر در زندگی روزمره می‌پردازد. بخش سوم – «کتابچه‌ی بازی‌های کاربردی» – مجموعه‌ای گام‌به‌گام از بازی‌های هدفمند برای تقویت مهارت‌های حرکتی، شناختی، زبانی و هیجانی کودک در خانه ارائه می‌دهد. در هر فصل، افزون بر دانش تخصصی، روایت‌های تجربی واقعی از جلسات درمانی آمده است تا

مفاهیم با زندگی واقعی کودکان پیوند بخورد. همچنین در پایان فصل‌ها، محدودیت‌ها و نکات مهم را می‌بینید تا بدانید هر ابزار کجا کارآمد است و کجا به کمک متخصص نیاز می‌شود. در انتهای کتاب نیز سه پیوست کاربردی آمده است: چکیده‌ی عملی کل کتاب برای مرور سریع، جدول راهنمای فعالیت‌ها بر اساس سن کودک، و راهنمای سریع بازی‌ها بر اساس مهارت.

این کتاب برای والدین، مربیان مهدها و مدارس، دانشجویان روان‌شناسی و مشاوره، و همه‌ی علاقه‌مندان به دنیای کودکان نوشته شده است. لازم نیست حتماً از فصل اول شروع کنید؛ هر فصل تا حدی مستقل است و می‌توانید بسته به نیاز و سؤال روزتان، مستقیم سراغ همان فصل بروید. امید که ورق زدنش، آغاز یک نگاه تازه به بازی، قصه و هنر در مسیر رشد کودک شما باشد و خانه‌تان را به کارگاهی شاد برای رشد همه‌جانبه تبدیل کند.

مقدمه‌ی نویسنده

من، فاطمه واثقی، کارشناس روان‌شناسی عمومی و کارشناس ارشد مشاوره‌ی توانبخشی هستم. مسیری که طی کرده‌ام برای رسیدن به جایگاه امروزم، سرشار از پیچیدگی، آزمون و خطاها، لحظه‌های اشک و لبخند و در نهایت کشف رسالت شخصی‌ام در حوزه‌ی روان‌شناسی کودک بوده است.

به یاد دارم روزی که دوران کارشناسی‌ام به پایان رسید؛ با مدرکی در دست و ذهنی پر از سؤال به خودم می‌گفتم: «حالا باید چه کار کنم؟ من فقط یک مدرک دارم، اما هنوز چیزی بلد نیستم.» گزینه‌ها محدود بود؛ می‌توانستم به‌عنوان پذیرش‌گر در مراکز مشاوره کار کنم یا در دوره‌های کارورزی شرکت کنم تا محیط کار و چالش‌های واقعی رشته‌ام را بشناسم. همان انتخاب ساده‌ی کارورزی، نقطه‌ی آغاز مسیری شد که آینده‌ام را ساخت؛ انتخابی که امروز به آن، نقطه‌ی عطف زندگی حرفه‌ای‌ام می‌گویم.

در کارورزی با حوزه‌های مختلف روان‌شناسی و مشاوره آشنا شدم، اما هرچه بیشتر جست‌وجو کردم، بیشتر فهمیدم که علاقه‌ی واقعی من به کودکان است. کودکان برای من فقط مراجع نبودند؛ دنیایی تازه، پر از رنگ و حرکت بودند. ارتباط گرفتن با آن‌ها برایم طبیعی و شیرین بود و همین، جرقه‌ی اولیه‌ی مسیرم شد؛ جرقه‌ای که بعدها با تجربه و دانش، به شعله‌ای پایدار تبدیل شد.

یکی از روزها تجربه‌ای پیش آمد که هرگز از خاطرم نمی‌رود. در مرکز مشاوره‌ای که کارورزی می‌کردم، یکی از همکاران کودکی را به من سپرد؛ کودکی که به قول همه

«سخت‌ترین مراجع» بود: شیطان، بازیگوش و غیرقابل کنترل. همه از دستش کلافه شده بودند و کسی حوصله‌ی کار با او را نداشت. اما من تصمیم گرفتم بدون برچسب زدن، بدون قضاوت و فقط با زبان بازی با او همراه شوم. به جای تلاش برای کنترل کردنش، بازی را پلی کردم برای ارتباط؛ با او خندیدم، تعامل کردم و رفتارهایش را با دقت یادداشت می‌کردم. آن روز فهمیدم پشت رفتارهای «مشکل‌دار»، همیشه یک کودکِ نیازمند دیده شدن است.

در پایان جلسه وقتی استادم صبوری و عشق مرا در این مسیر دید، با شوق گفت: «اگر وارد این حوزه نشوی، به خودت ظلم کرده‌ای؛ تو برای این کار ساخته شده‌ای.» آن جمله برایم نقطه‌ی عطف بود؛ چشمانم از شوق پر از اشک شد و در همان لحظه عزم کردم این مسیر را با تمام توان ادامه بدهم.

البته شروع کار آسان نبود. در نخستین کیس‌هایم حتی اتاق بازی نداشتیم، چه برسد به اسباب‌بازی‌های تخصصی؛ مجبور شدم با مقوا، کارتن و وسایل ساده ابزارهایی برای کار با کودکان بسازم. کم‌کم با تلاش‌های مداوم توانستیم اتاق بازی را تجهیز کنیم و بازی‌ها و وسایل حرفه‌ای‌تری تهیه کنیم. همین تجربه‌ها به من یاد داد که بازی درمانی بیشتر از آنکه به ابزار وابسته باشد، به نگرش، صبوری و عشق درمانگر نیاز دارد؛ حقیقتی که امروز هم باور دارم و در این کتاب بارها به آن برخوام گشت.

سال‌ها گذشت و من در مسیر تخصصی‌تر شدن بی‌وقفه تلاش کردم؛ از شرکت در کارگاه‌ها گرفته تا مطالعه‌ی منابع علمی، از حضور در مراکز مشاوره تا تدریس و مربی‌گری. تست رغبت‌سنج استرانگ که توسط یکی از استادانم انجام شد، برایم مثل یک مهر تأیید بود: نشان داد دقیقاً در جایگاهی قرار گرفته‌ام که با استعداد و علاقه‌ام هم‌خوانی دارد؛ حوزه‌ی کودک. به مرور زمان کار از چند کیس کوچک فراتر رفت؛ تجربه‌ام گسترده‌تر شد تا جایی که امروز می‌توانم بگویم بیش از هفت‌هزار کودک را ارزیابی و بررسی کرده‌ام؛ کودکانی از مراکز مختلف، مدارس و مجموعه‌های آموزشی بزرگی مثل «سادات» در اصفهان، جایی که به‌عنوان مشاور، بازی‌درمانگر و ارزیاب کودکان پیش‌دبستانی فعالیت کردم.

این کتاب حاصل همین مسیر است: ترکیبی از تجربه‌ی واقعی، دانش تخصصی و عشق به کودکان. می‌خواهم در این نوشته به دانشجویان، همکاران و علاقه‌مندان نشان دهم که بازی‌درمانی فقط یک روش درمانی نیست؛ یک نگاه، یک فلسفه و یک هنر است. هنری که اگر با تخصص و تعهد همراه شود، می‌تواند معجزه بیافریند.

یادآوری عاشقانه

این کتاب جایگزین ارزیابی و درمان تخصصی نیست و قرار نیست به جای متخصص، تشخیص بدهد یا درمان کند؛ هدفش آگاه کردن و همراهی شماست. اگر درباره‌ی رشد، رفتار یا هیجان‌های کودک نگرانی دارید، در کنار به‌کارگیری راهکارهای این کتاب، مشورت با روان‌شناس و متخصص کودک را جدی بگیرید. به‌ویژه اگر نشانه‌ای بیش از یک ماه پابرجا بماند، با زندگی روزمره‌ی کودک – خواب، غذا خوردن، مدرسه یا روابطش – مزاحمت ایجاد کند یا شدت آن بیشتر شود، ارجاع تخصصی را به تأخیر نیندازید؛ در بیشتر مشکلات، شروع زودهنگام مداخله، نتیجه را بسیار بهتر می‌کند. هر کودک، دنیایی منحصر به فرد دارد و مسیر رشد او فقط با نگاه تخصصی و همراهی عاشقانه هموار می‌شود.

بخش اول

بازی، زبان کودک

از فلسفه‌ی بازی تا بازی‌درمانی، قصه و هنر



این بخش بر اهمیت بازی به عنوان زبان طبیعی کودک تأکید دارد. نخست با مبانی علمی بازی و رشد آشنا می‌شوید و می‌بینید چرا روان‌شناسان بزرگ، بازی را جدی‌ترین کار دوران کودکی می‌دانند؛ سپس کاربرد بازی‌درمانی در مراکز مشاوره کودک، نقش قصه‌گویی و نمایش در رشد روانی-هیجانی، و سرانجام جایگاه هنر و فعالیت‌های خلاق در پرورش هیجان و اندیشه‌ی کودک بررسی می‌شود. در همه‌ی فصل‌ها، روایت‌های