

# The Nature and Application of Adlerian Play Therapy: A Systematic Review

Alizadeh H<sup>1</sup>, \*Gholami M<sup>2</sup>, Rezaei S<sup>3</sup>, Asghari Nekah SM<sup>4</sup>

## Author Address

1. Professor, Department of Psychology and Exceptional Children Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran;
  2. Ph.D Student of Psychology and Exceptional Children Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran;
  3. Assistant Professor, Department of Psychology and Exceptional Children Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran;
  4. Associate Professor, Department of Educational and Counseling Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
- \*Corresponding author's email: [gholamilive20012@yahoo.com](mailto:gholamilive20012@yahoo.com)

Received: 2020 May 17; Accepted: 2020 July 7

## Abstract

**Background & Objectives:** Play is essential for children because it can train language skills, cognitive, social skills, and other contributions to the development of personality. Play therapy is an effective method to respond to children's mental needs. Play therapists use toys and play materials to help children concretely communicate their needs. A play therapy approach is Adlerian play therapy. In Adlerian play therapy, play therapists use the concepts of Alfred Adler's individual psychology. Therefore, the present study aimed to investigate the nature and application of Adlerian play therapy.

**Methods:** This was a systematic review study. The research methodology was also based on collecting, classifying, and summarizing the findings of scientific research articles related to Adlerian play therapy between 2000 - 2019, collected from domestic and international databases. The keywords "play therapy, Adlerian play therapy, and individual psychology" were considered in this research. The domestic databases included Civilica, Magiran, SID, Noormags; the international databases included Eric, Ebsco, Google Scholar, Scopus, Science Direct, and PubMed. In total, 98 articles were selected in the initial search; however, 82 articles were deleted due to not being relevant to the Adlerian approach. Seventeen articles were selected with the title Adlerian play therapy. Among them, one article was removed due to being old (obsolescence), 8 articles due to review, and one article due to duplication in several databases. Finally, 7 articles were selected for this review. The inclusion criteria of the study were having an Adlerian approach; being a quantitative study; being original research, and the publication of the articles to range between 2000 and 2019. The exclusion criteria of the study also included having different approaches (e.g., cognitive, behavioral, etc.) plus Adlerian approach, review studies, and articles published before 2000 AD.

**Results:** The present review study indicated that play therapy was effective in working with children with various problems in multiple settings, including schools. Adlerian play therapy reduced anxiety and maladaptive perfectionism, reduced challenging and destructive behaviors, increased task performance, and improved social skills as well as general health in children. Teachers also reported that they experienced less stress in their relationships with students who received Adlerian play therapy. This treatment effectively improved the health of neglected children. These findings highlighted the clinical significance of Adlerian play therapy in children's behaviors.

**Conclusion:** The obtained findings suggested that Adlerian play therapy can be used as a promising intervention for children with different problems. Thus, it is recommended that Adlerian play therapy be used as a therapeutic intervention in pilot projects in children with various problems.

**Keywords:** Play therapy, Adlerian play therapy, Individual psychology.

## بازی‌درمانی آدلری: ماهیت و کاربرد

حمید علیزاده<sup>۱</sup>، \*مرضیه غلامی<sup>۲</sup>، سعید رضایی<sup>۳</sup>، سیدمحسن اصغری نکاح<sup>۴</sup>

توضیحات نویسندگان

۱. استاده، گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران؛
  ۲. دانشجوی دکتری روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران؛
  ۳. استادیار، گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران؛
  ۴. دانشیار گروه روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.
- \*وابانامه نویسنده مسئول: [gholamlive20012@yahoo.com](mailto:gholamlive20012@yahoo.com)

تاریخ دریافت: ۲۸ اردیبهشت ۱۳۹۹؛ تاریخ پذیرش: ۱۷ تیر ۱۳۹۹

## چکیده

**زمینه و هدف:** بازی‌درمانی به‌عنوان روشی مؤثر برای پاسخ‌گویی به نیازهای روانی کودکان پذیرفته شده است. یکی از روش‌های بازی‌درمانی، بازی‌درمانی آدلری است. پژوهش حاضر با هدف بررسی ماهیت و کاربرد بازی‌درمانی آدلری انجام شد.

**روش‌بررسی:** پژوهش حاضر از نوع مروری نظام‌مند بود. روش‌شناسی آن نیز مبتنی بر گردآوری، طبقه‌بندی و خلاصه‌کردن یافته‌های مقالات علمی پژوهشی مرتبط با بازی‌درمانی آدلری بین سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۹ برگرفته از پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی و خارجی صورت پذیرفت. کلیدواژه‌های بازی‌درمانی، بازی‌درمانی آدلری، روان‌شناسی فردی مدنظر قرار گرفت. پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی شامل Scopus، Google Scholar، Ebsco، Eric، Noormags، SID، Magiran، Civilica و پایگاه‌های اطلاعاتی خارجی شامل Scopus، Google Scholar، Ebsco، Eric، Noormags، SID، Magiran، Civilica، PubMed و Science Direct بود. در جست‌وجوی اولیه نودوهشت مقاله انتخاب شد که هشتادویک مقاله به‌دلیل مرتبط نبودن با رویکرد آدلری حذف شد. در ادامه هفده مقاله دارای عنوان بازی‌درمانی آدلری، انتخاب شد. از بین آن‌ها یک مقاله به‌علت قدیمی بودن، هشت مقاله به‌دلیل مروری بودن و یک مقاله به‌علت تکراری بودن در چند پایگاه اطلاعاتی حذف شد. در نهایت هفت مقاله انتخاب شد.

**یافته‌ها:** بررسی مطالعات نشان داد، بازی‌درمانی آدلری روش مؤثری برای کار با کودکانی است که مشکلات متعددی در موقعیت‌های مختلف از جمله مدرسه نشان می‌دهند. بازی‌درمانی آدلری باعث کاهش اضطراب و کمال‌گرایی ناسازگارانه، کاهش رفتارهای چالشی و مخرب، افزایش انجام وظیفه، بهبود مهارت‌های اجتماعی و سلامت عمومی در کودکان شده است؛ همچنین معلمان گزارش کردند که در روابط خود با دانش‌آموزانی که بازی‌درمانی آدلری دریافت کردند، استرس کمتری را تجربه کردند.

**نتیجه‌گیری:** براساس بررسی مطالعات انجام‌شده می‌توان نتیجه گرفت که بازی‌درمانی آدلری به‌عنوان مداخله‌ای امیدوارکننده می‌تواند برای کودکان با مشکلات مختلف استفاده شود.

**کلیدواژه‌ها:** بازی‌درمانی، بازی‌درمانی آدلری، روان‌شناسی فردی.

موفق، رفتار اجتماعی مناسب و ایجاد تصویر مثبت از خودش می‌شود. بازی‌درمانگر به کودک کمک می‌کند باورهای غلط را دوباره ارزیابی کند و درباره خودش و دیگران و جهان اطرافش نتیجه‌گیری‌های سازنده‌ای داشته باشد (۶). کودکان شرکت‌کننده در بازی‌درمانی آدلری، حس شایستگی را تجربه می‌کنند و از درمانگر دلگرمی و حمایت دریافت می‌کنند و دیگر نیاز به انجام رفتارهای نامناسب ندارند (۱۱). در نظریه آدلر بیان می‌شود که هر رفتاری دارای هدفی است. چهار هدف برای رفتار بد کودک بیان می‌شود: به دست آوردن احساس تعلق<sup>۸</sup>؛ احساس به حساب آمدن<sup>۹</sup>؛ احساس توان‌مندی<sup>۱۰</sup>؛ احساس دلگرمی<sup>۱۱</sup> (۱۲). بازی‌درمانگر اهداف کودک را به روش‌های زیر شناسایی می‌کند. ۱. رفتار کودک را در اتاق بازی می‌بیند و به گزارش والدین درباره رفتار کودک در موقعیت‌های مختلف گوش می‌دهد؛ ۲. از سؤال و مشاهده برای کشف واکنش‌های هیجانی بزرگسالان وقتی با رفتار بد کودک مواجه می‌شوند، استفاده می‌کند؛ ۳. درباره واکنش کودک به تأدیب و اصلاح، سؤال می‌پرسد و می‌بیند. بازی‌درمانگر آدلری از طریق بازی، هنر و داستان‌گویی هدف بدرفتاری کودک را شناسایی می‌کند تا به کودک برای رسیدن به اهداف سازنده و مثبت مانند احساس تعلق، احساس توانایی، به حساب آمدن و کفایت کمک کند (۶). یکی از مفاهیم دیگر نظریه آدلر، علاقه اجتماعی<sup>۱۲</sup> است. افراد دارای علاقه اجتماعی، به‌طور طبیعی تمایل به برقراری ارتباط با دیگران دارند و اشخاصی که دارای علاقه اجتماعی ضعیفی هستند نمی‌توانند با دیگران ارتباط و همکاری داشته باشند (۱۳). مسئولیت‌پذیری، ارتباط با مردم و همدلی، جرئت-اطمینان و برابری از مؤلفه‌های علاقه اجتماعی هستند (۶). همدلی<sup>۱۳</sup> ما را قادر می‌سازد احساس دیگران را درک کنیم و برابری، سبب ایجاد احترام متقابل در محیط می‌شود. این موضوعات، بروز علاقه اجتماعی را به دنبال دارد (۱۴). درمانگر باید تلاش کند از طریق تماشای بازی‌های کودک، سناریوهایی که درباره افراد و حیوانات می‌سازد و صحبت با والدین و معلمان بفهمد کودک چگونه در اتاق بازی و خارج از اتاق بازی با دیگران ارتباط برقرار می‌کند. همچنین بازی‌درمانگر باید از طریق ایجاد میل به ارتباط با دیگران و آموزش مهارت‌های شروع و نگهداری ارتباط سطح علاقه اجتماعی کودک را رشد دهد. در تمام مدت بازی، درمانگر باید از طریق آموزش مهارت‌های اجتماعی و تشویق این مهارت‌ها در دیگر محیط‌ها (مدرسه و همسایگان) حس ارتباط مثبت را گسترش دهد. بازی‌درمانگر باید به والدین از طریق برگزاری جلسات مشاوره‌ای آموزش دهد که چگونه با کودک خود ارتباط مثبتی برقرار کنند و علاقه اجتماعی را در بین اعضای خانواده به وجود آورند (۶). قدرت درمانی بازی، کار با کودکان را از طریق ایجاد رابطه دلگرم‌کننده، تسهیل می‌کند. بازی‌درمانی آدلری باعث می‌شود کودک به خانواده خود احساس تعلق

بازی<sup>۱</sup>، دنیای طبیعی کودک است. کودک در بازی درباره خود، دیگران و دنیای اطرافش یاد می‌گیرد. اسباب‌بازی‌ها، کلمات کودک و بازی زبان کودک‌اند. بازی توانایی‌های کودک را برای رشد مهارت‌هایی که باعث احساس شایستگی و کفایت می‌شوند، تسهیل می‌کند. در طی بازی کودکان برانگیخته می‌شوند تا نیازهای خویش را برآورده کنند و محیط خود را کشف کنند. بازی وسیله‌ای است که از طریق آن کودکان خود را بیان می‌کنند و کمکی برای رشد تفکر خلاق<sup>۲</sup> آنان است (۱).

بازی‌درمانی، ایجاد رابطه‌ای بین فردی بین مراجع و درمانگر است و بازی‌درمانگر قدرت بازی را به‌کار می‌برد تا مراجع مشکلات روان‌شناختی خود را حل کند و به حداکثر رشد خود دست یابد (۲). بازی‌درمانی به کودکان کمک می‌کند تا واقعیت را از تخیل جدا کنند، تصورات غلط را تصحیح نمایند، بر جهانشان کنترل و تسلط پیدا کنند، مهارت حل مسئله و همدلی را توسعه دهند و از تنش‌های یابند (۳). در بازی‌درمانی کودکان از اسباب‌بازی‌ها، لوازم هنری، خاک رس، شن و ماسه برای بیان افکار، احساسات و تجربیات خود استفاده می‌کنند (۴). اسباب‌بازی‌ها اجازه خلاقیت، بیان هیجان‌ها، تجربه و آزمایش محدودیت‌ها و نقش بازی‌کردن واقعیت‌ها را به کودک می‌دهد. بازی‌درمانی روشی برای کودکان است که به آن‌ها کمک می‌کند با پریشانی و غم مقابله کنند (۵). بازی‌درمانی به کودکان اجازه می‌دهد که از طریق روش‌های طبیعی خودشان را بیان کنند، داستان بگویند، نمایش عروسکی بسازند، موجوداتی با استفاده از گل بسازند، نقاشی کنند، آواز بخوانند؛ بدون اینکه برای بیان احساسات، افکار و نگرانی‌هایشان نیاز به زبان پیشرفته و صحبت با بزرگسالان داشته باشند (۶).

بازی‌درمانی آدلری مبتنی بر نظریه آدلر<sup>۳</sup> است و تری کاتمن<sup>۴</sup> آن را گسترش داده است (۷). یکی از مفاهیم مهم در نظریه آدلر سبک زندگی<sup>۵</sup> است. سبک زندگی به‌وجودآورنده رفتار فرد است (۸) و به الگوی باورها و هدف‌ها که فرد برای برقراری ارتباط با دیگران و اندازه‌گیری ارزش خود استفاده می‌کند، اشاره دارد. تعریف آدلر از سبک زندگی به‌شدت بر هسته شخصیت به‌ویژه نقشه ذهنی منحصربه‌فرد<sup>۶</sup> تمرکز می‌کند (۹). سبک زندگی هر فرد، در سال‌های اولیه و در زمینه‌ای اجتماعی شکل می‌گیرد (۱۰). سال‌های کودکی به‌طور کامل تعیین نمی‌کند که پیشرفت فرد در زندگی آینده چگونه است؛ باین‌حال، این سال‌ها احتمالاً بر الگوهای فکری فرد، انتخاب‌هایی که فرد قبلاً انجام داده است و انتخاب‌هایی که باید انجام دهد، تأثیر می‌گذارد (۹).

در بازی‌درمانی آدلری بازی‌درمانگر تکنیک‌های بازی را به‌کار می‌برد تا اطلاعاتی درباره سبک زندگی کودک گردآوری کند و به کودک کمک کند بفهمد چگونه عقاید غلط<sup>۷</sup> باعث از بین رفتن توانایی او برای ارتباط

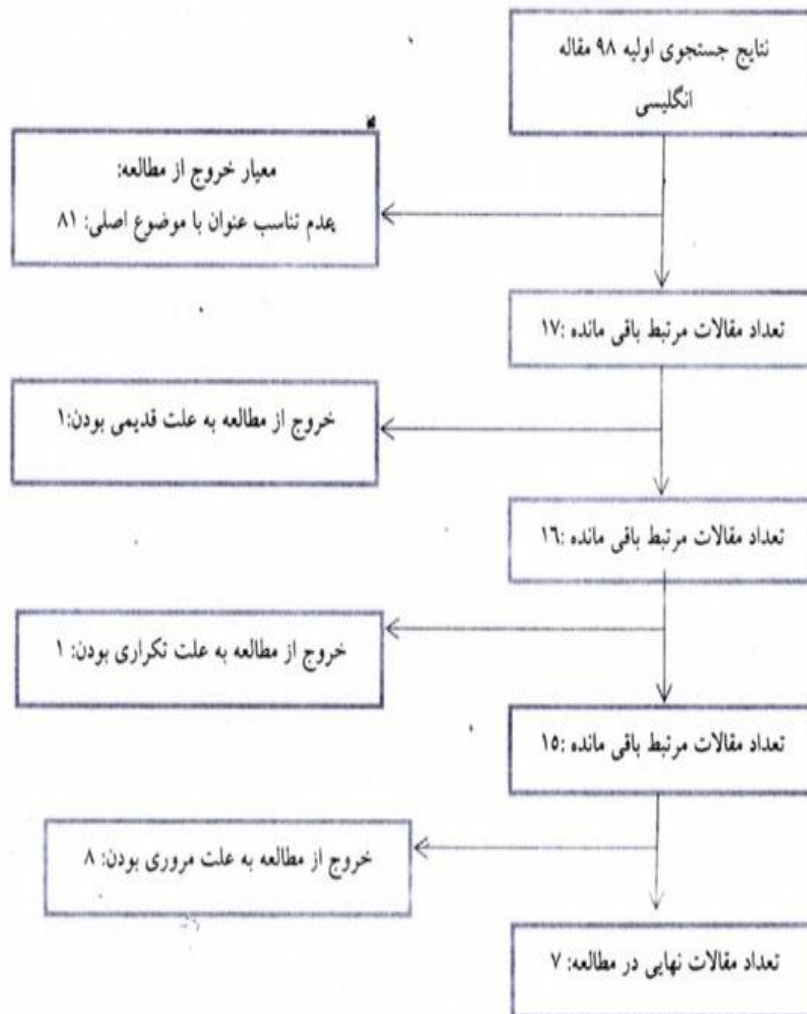
8. Connectedness  
9. Count  
10. Capable  
11. Courage  
12. Social interest  
13. Empathy

1. Play  
2. Creative thinking  
3. Adler  
4. Terry Kottman  
5. Life-style  
6. Unique mental map  
7. Mistaken beliefs

کند. همچنین بازی درمانی آدلری به درمانگر اجازه می‌دهد که باور کودک درباره خود، دیگران و دنیایش را کشف کند و روشی برای کشف و اصلاح رفتارهایی فراهم آورد که کودک باور دارد این رفتارها درباره خودش، دیگران و دنیایش درست است (۱۲)؛ بنابراین باتوجه به تأثیرات مثبت بازی درمانی، هدف پژوهش حاضر مروری نظام مند بر ماهیت و کاربرد بازی درمانی آدلری به منظور بهبود مشکلات کودکان بود.

## ۲ روش بررسی

پژوهش حاضر از نوع مروری نظام مند بود. روش شناسی آن نیز مبتنی بر گردآوری، طبقه بندی و خلاصه کردن یافته های مقالات علمی پژوهشی مرتبط با بازی درمانی آدلری در بین سال های میلادی ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۹ برگرفته از پایگاه های اطلاعاتی داخلی و خارجی صورت پذیرفت؛ همچنین کلیدواژه های بازی درمانی<sup>۱</sup>، بازی درمانی آدلر<sup>۲</sup> و روان شناسی فردی<sup>۳</sup> مدنظر قرار گرفت. پایگاه های اطلاعاتی داخلی شامل Civilica، Magiran، SID، Noormags، و پایگاه های اطلاعاتی خارجی شامل Eric، Ebsco، Google Scholar، Scopus،



شکل ۱. فلورچارت انتخاب مقالات براساس معیارهای ورود به مطالعه و خروج از آن

<sup>3</sup>. Individual psychology

<sup>1</sup>. Play Therapy

<sup>2</sup>. Adlerian Play Therapy

خلاصه پژوهش‌های مرور شده درباره بازی درمانی آدلری در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. خلاصه پژوهش‌های انجام شده در زمینه بازی درمانی آدلری

نویسنده	نمونه پژوهش	ابزار استفاده شده	طرح پژوهش	نتیجه مطالعه
جمال‌الدین و همکاران (۱۵)	شصت و شش کودک ۱۰ تا ۱۲ ساله	سیاهه پنج‌عاملی سلامت	پژوهش شبه‌آزمایشی	بازی درمانی گروهی آدلری، سلامت عمومی کودکان مورد غفلت قرار گرفته را بهبود بخشید.
استوتی و همکاران (۱۶)	چهار کودک سنین ۳ تا ۵ سال		پژوهش تک‌موردی	بازی درمانی آدلری باعث بهبود رفتارهای بیرونی و چالشی کودکان پیش‌دبستانی در خطر شد.
آکای و براتون (۱۷)	دو کودک	مقیاس تجدیدنظر شده اضطراب آشکار کودکان و ویرایش دوم و مقیاس کمال‌گرایی کودک و نوجوان	طرح آزمایشی تک‌موردی	بازی درمانی آدلری در کاهش اضطراب و کمال‌گرایی ناسازگارانه اثر داشت و برای بررسی بیشتر تأثیر بازی درمانی آدلری به‌عنوان مداخله‌ای امیدوارکننده بر کمال‌گرایی ناسازگار و اضطراب نیاز به پژوهش‌های بیشتری بود.
مینی-والن و تلینگ (۱۸)	پنج کودک ابتدایی	مشاهده مستقیم	طرح آزمایشی تک‌موردی	بازی درمانی آدلری سبب بهبود مهارت‌های اجتماعی و کاهش رفتارهای چالشی شد.
مینی-والن و همکاران (۱۹)	سه کودک مهدکودکی	مشاهده مستقیم	پژوهش تک‌موردی	بازی درمانی گروهی آدلری رفتارهای مخرب و چالشی را کاهش داد.
دایلمن تیلور و مینی-والن (۲۰)	پنج کودک مهدکودکی و دبستانی	فرم گزارش معلم، چک‌لیست رفتار کودکان برای سنین ۱ تا ۶ سال و فرم مشاهده مستقیم	پژوهش تک‌موردی	بازی درمانی آدلری، کاهش مشکلات رفتاری و افزایش انجام وظیفه را به دنبال داشت.
مینی-والن (۲۱)	پنجاه و هشت کودک مهدکودکی	فرم گزارش مراقب-معلم، فرم مشاهده مستقیم و فهرست استرس معلم	پژوهش تک‌موردی	بازی درمانی آدلری بهبودی در خور توجهی را در رفتارهای مخرب کودکان به وجود آورد؛ همچنین معلمان کاهش استرس معناداری را در ارتباط با دانش‌آموزان خود گزارش کردند.

– مراحل بازی درمانی آدلری: بازی درمانی آدلری شامل چهار مرحله است: ۱. ایجاد رابطه با کودک؛ ۲. کشف سبک زندگی کودک؛ ۳. کمک به کودک برای به دست آوردن بینش درباره سبک زندگی‌اش؛ ۴. کمک به کودک برای جهت‌دهی دوباره به سبک زندگی‌اش. این مراحل از یکدیگر متمایز و جدا نیست. یک مرحله اغلب با مراحل دیگر همپوشانی دارد و گاهی اوقات ممکن است یک جلسه بازی درمانی شامل عناصر هر چهار مرحله باشد (۲۲). همچنین بازی درمانی آدلری شامل چهار مرحله مشاوره با والدین است: ۱. برقراری ارتباط با والدین؛ ۲. کشف درک والدین از سبک زندگی خود و فرزندشان؛ ۳. بینش درباره سبک زندگی خود و فرزندشان؛ ۴. آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملی جدید به والدین برای تعامل با فرزندشان و دیدن خود به‌عنوان پدر و مادر فعال و مثبت (۶). در ادامه مراحل بازی درمانی آدلری شرح داده شده است.

۱. ایجاد رابطه با کودک: در این مرحله بازی درمانگر و کودک با یکدیگر همکاری می‌کنند تا رابطه‌ای درمانی همراه با پذیرش را به وجود

۱. Crucial Cs

رفتارهای درون فردی و بین فردی پی ببرد (۱۹).

۴. کمک به کودک برای جهت‌دهی دوباره به سبک زندگی‌اش: در این مرحله بازی‌درمانگر شرایط و تجاربی را به وجود می‌آورد که کودک روش‌ها و الگوهای جدیدی برای رفتار، احساسات و تفکراتش می‌آموزد و تمرین می‌کند و می‌تواند این روش‌ها را به موقعیت‌های دیگر نیز تعمیم دهد (۲۰).

مرحله اول بازی‌درمانی با کودک می‌تواند ۱ تا ۲۴ جلسه باشد؛ اما معمولاً حدود ۲ تا ۴ جلسه زمان می‌برد. مرحله دوم می‌تواند از ۳ تا ۴ جلسه تا ۱۰ تا ۱۲ جلسه باشد که به پیچیدگی مشکلات کودک و اینکه چه میزان آن‌ها را آشکار می‌کند، بستگی دارد. بررسی و تحلیل سبک زندگی کودک معمولاً بین ۴ تا ۶ جلسه انجام می‌شود. مرحله سوم می‌تواند از ۳ تا ۴ جلسه تا ۲۴ جلسه و به‌طور متوسط بین ۸ تا ۱۲ جلسه باشد. مرحله چهارم می‌تواند از یک جلسه تا ۱۲ یا ۱۶ جلسه باشد؛ ولی به‌طور متوسط حدود هشت جلسه زمان می‌برد. هر جلسه معمولاً ۴۵ دقیقه است (میانگین ۳۰ تا ۵۰ دقیقه) (۲۲).

– نقش بازی‌درمانگر آدلری: نقش بازی‌درمانگر آدلری بستگی به مرحله بازی درمانی دارد (۲۳، ۲۲، ۶). در مرحله اول بازی‌درمانگر، دارای نقش شریک و دلگرم‌کننده است؛ غیررهنمودی<sup>۱</sup> است و باید مطمئن باشد کودک بیشتر اوقات فعال است. اهمیت مرحله اول به این صورت است که درمانگر به تقسیم قدرت با کودک بپردازد و حس کار گروهی و همکاری را در اتاق بازی ایجاد کند. درمانگر از ردیابی<sup>۲</sup>، بازگویی محتوا، بازتاب احساسات، برگرداندن مسئولیت به کودک، دلگرم کردن، محدود کردن، پاسخ دادن به سؤالات، سؤال کردن و تمیز کردن اتاق با هم برای ایجاد رابطه‌ای عادلانه استفاده می‌کند (۶). درمانگر در مرحله دوم با استفاده از تکنیک‌هایی مانند نقاشی کردن، پرسش و پاسخ، بررسی اهداف رفتار، منظومه خانواده<sup>۳</sup>، فضای خانواده<sup>۴</sup>، مشاهده الگوهای بازی و بیان خاطرات اولیه<sup>۵</sup> به بررسی و تحلیل سبک زندگی کودک می‌پردازد (۲۳). در مرحله سوم درمانگر گاهی اوقات رهنمودی و گاهی غیررهنمودی است؛ همچنین از تکنیک‌هایی مانند تف‌انداختن در سوپ مراجع<sup>۶</sup> (درمانگر اشاره می‌کند که باورها و منطق شخصی<sup>۷</sup> کودک واقعاً درست هستند یا نه؛ به‌طور مثال درمانگر به کودک می‌گوید: شما همیشه می‌گویید که هیچ دوستی ندارید؛ اما من متوجه شده‌ام که در اتاق بازی همه می‌خواهند با شما بازی کنند) و متاکامیونیکیشن<sup>۸</sup> (درمانگر رفتاری را که کودک در حین بازی انجام می‌دهد، توصیف می‌کند و تفسیری از معنای آن رفتار را اضافه می‌کند) برای انتقال اطلاعات درباره سبک زندگی، باورهای اشتباه، اهداف رفتار نامناسب، سی‌های مهم (نیازهای اساسی و مهم)، داری‌ها و نقاط قوت کودک استفاده می‌کند. در مرحله چهارم بازی‌درمانگر آدلری، معلمی فعال و دلگرم‌کننده است و به کودک کمک می‌کند تا نگرش‌ها و ادراکات مثبت بیشتری را به‌کار گیرد؛ همچنین به آموزش مهارت‌هایی مانند مهارت‌های مذاکره، مهارت‌های اجتماعی،

روش‌های مثبت تعامل با دیگران و مقابله با شرایط دشوار می‌پردازد و مهارت‌های فرزندپروری را به والدین آموزش می‌دهد (۲۲).

– بازی‌درمانی آدلری برای چه افراد و مراجعانی مناسب است؟ بازی‌درمانی آدلری برای کودکان ۴ تا ۱۰ ساله طراحی شده است؛ اما با انجام یک‌سری اصلاحات برای بزرگسالان نیز استفاده می‌شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهد، بازی‌درمانی آدلری، درمانی مؤثر برای کمک به کودکانی است که مشکلات بیرونی مانند مشکلات رفتاری و مشکل در روابط با همسالان دارند (۲۳، ۲۰، ۱۸). همچنین بازی‌درمانی آدلری برای کودکانی که در رشد طبیعی‌شان مشکل دارند و دارای شرایط زندگی دشواری (۲۳) مانند طلاق هستند، کاربرد دارد (۲۲).

– بازی‌درمانی گروهی آدلری: سوونی و همکاران بیان می‌کنند که بازی‌درمانی گروهی نه تنها مداخله‌ای درمانی قدرتمند است، بلکه غالباً محیطی مؤثرتر و مناسب‌تر از درمان انفرادی را فراهم می‌کند (۲۴). بازی‌درمانی گروهی باورهای مربوط به اهمیت بازی‌درمانی برای کودکان را با مزایای مشاوره گروهی<sup>۹</sup> ترکیب می‌کند. کودکان می‌توانند مهارت‌های اجتماعی، خودتنظیمی، انعطاف‌پذیری شناختی و درک عاطفی دیگران را از طریق بازی‌درمانی گروهی بهبود بخشند (۲۵). بازی‌درمانی گروهی آدلری مبتنی بر همان مبانی فلسفی بازی‌درمانی فردی است و از همان چهار مرحله بازی‌درمانی فردی تشکیل شده است (۲۲): در مرحله اول بازی‌درمانی گروهی درمانگر به ایجاد ارتباط با همه اعضای گروه می‌پردازد؛ در مرحله دوم سبک زندگی هر کودک را بررسی می‌کند؛ در مرحله سوم درمانگر، فرایند گروهی و مداخلات طراحی شده برای به‌دست‌آوردن بیش از به‌کار می‌برد؛ آخرین مرحله بازی‌درمانی گروهی جهت‌دهی و آموزش دوباره است (۱۹). در این مرحله، درمانگر اغلب مهارت‌های جدید را آموزش می‌دهد، اطلاعات جمع‌آوری می‌کند و فرصت‌هایی برای کودکان فراهم می‌آورد تا شیوه‌های جدید تفکر، احساسات و رفتار را تمرین کنند. جلسات بازی‌درمانی گروهی بین ۴۵ تا ۹۰ دقیقه زمان می‌برد. حداقل دو کودک برای بازی‌درمانی گروهی لازم است و معمولاً بیش از هشت کودک توصیه نمی‌شود. در بازی‌درمانی گروهی، مشاوره با والدین معمولاً به‌طور جداگانه انجام می‌گیرد. حفظ محرمانه بودن مسائل خاص (مانند سابقه سوءاستفاده جنسی یا خشونت خانگی) مهم است (۲۲).

#### ۴ بحث

بازی‌درمانی آدلری مداخله‌ای است که از بازی استفاده می‌کند و به کودک اجازه می‌دهد تا افکار، احساسات و تجربه‌هایش را بیان کند (۱۱). بازی زبان طبیعی کودک است؛ بنابراین بازی وسیله‌ای برای ارتباط بین کودک و بازی‌درمانگر است. منطق اساسی برای استفاده از بازی در بازی‌درمانی آدلری شبیه به دیگر روش‌های بازی‌درمانی است؛ اما بازی‌درمانگر در بازی‌درمانی آدلری اسباب‌بازی‌هایی را به‌کار می‌برد تا به کودک کمک کند، دیدگاهش را درباره خودش، دیگران و جهان

7. Private logic

8. Metacommunication

9. Group counseling

1. Nondirective

2. Tracking

3. Family constellation

4. Family atmosphere

5. Soliciting early recollections

6. Spitting in the soup

اطرافش کشف کند و در نهایت باورهای خودشکن<sup>۱</sup> خود را با نگرش‌های خودارزش‌مندی جایگزین کند (۷).

در بازی درمانی آدلری بر همکاری والدین تأکید می‌شود. در مشاوره والدین، درمانگر تکنیک‌های مشاوره را با آموزش والدین ترکیب می‌کند و از این طریق والدین نقش خودشان را در نگرش‌ها و باورهای خودشکن فرزندشان بهتر درک می‌کنند (۲۶). هدف نهایی از بازی درمانی آدلری کمک به اعضای خانواده برای افزایش درکشان از پویایی‌های درون فردی و بین فردی خود، به دست آوردن بیش و نگرش مثبت و تغییرات پایدار در افکار، هیجانات و اعمال است (۲۳). تکنیک‌های آدلری مانند دلگرم کردن، منظومه خانواده (ترتیب تولد و تأثیرات هریک از اعضای خانواده بر رفتار یکدیگر)، خاطره‌های اولیه (از شخص خواسته می‌شود به عقب برگردد و حوادث اولیه زندگی خود را به خاطر آورد) و پی بردن به هدف به کودکان کمک می‌کنند خودشان را بیان کنند و احساساتشان را کشف کنند.

در بازی درمانی آدلری اسباب بازی‌هایی برای کودکان فراهم می‌شود که به آن‌ها اجازه می‌دهد، حس کنترل و تسلط را تجربه کنند. همچنین فرصت‌هایی برای تمرین رفتارهای مقبول اجتماع پیدا می‌کنند. کودکان شرکت‌کننده در بازی درمانی آدلری، حس شایستگی را تجربه می‌کنند و از درمانگر دلگرمی و حمایت دریافت می‌کنند و دیگر نیاز به انجام رفتارهای نامناسب ندارند (۱۱). دلگرمی بازخورد مثبتی است که به جای نتیجه بر تلاش متمرکز است. شخص برای اینکه انسانی کامل باشد، مجبور نیست بهترین باشد. با دلگرمی فرد فارغ از نتایجی که به دست می‌آورد، احساس ارزش‌مندی می‌کند.

در مطالعه مروری حاضر به بررسی پژوهش‌هایی پرداخته شد که در آن‌ها بازی درمانی آدلری برای کودکان با مشکلات گوناگون، به کار رفته است. نتایج نشان داد، بازی درمانی آدلری برای این کودکان نتایج مؤثری به همراه داشته است. بازی درمانی آدلری را می‌توان به بازی درمانی گروهی و انفرادی تقسیم کرد. در زمینه بازی درمانی گروهی، مینی‌والن و همکاران گزارش کردند که بازی درمانی گروهی آدلری، رفتارهای مخرب و چالشی کودکان را کاهش می‌دهد. بازی درمانی گروهی باعث می‌شود کودکان در کلاس همکاری و روابط بهتری با همسالان و بزرگسالان داشته باشند و دستورها را پیروی کنند و تلاش بیشتری در کارهای تحصیلی نشان دهند. دلیل بهبود این رفتارها می‌تواند بهبود رابطه کودک و معلم باشد؛ زیرا کودکانی که روابط مثبتی با معلم دارند، بیشتر درگیر فعالیت‌های مدرسه می‌شوند (۱۹). جمال‌الدین و همکاران گزارش کردند که بازی درمانی آدلری گروهی سلامت عمومی کودکان را بهبود می‌بخشد. در بازی درمانی آدلری گروهی به کودکان اسباب بازی‌هایی داده می‌شود که به آن‌ها امکان می‌دهد طیف گسترده‌ای از احساسات را ابراز کنند و احساس کنترل و تسلط کنند؛ همچنین فرصت‌هایی برای تمرین رفتارهای مقبول اجتماعی در طی جلسات مشاوره فراهم می‌شود. علاوه بر این،

بازی درمانی آدلری گروهی به‌طور غیرمستقیم تجربه کودکان را تغییر می‌دهد و ویژگی‌هایی مانند عزت‌نفس و توانایی مدیریت استرس را تقویت می‌کند که این‌ها می‌تواند سلامت عمومی را تحت تأثیر خود قرار دهد (۱۵). در زمینه بازی درمانی آدلری انفرادی آکای و براتون بیان می‌کنند، بازی درمانی کمال‌گرایی ناسازگارانه و اضطراب را کاهش می‌دهد. تکنیک‌هایی مانند تسهیل بیش<sup>۲</sup> درباره افکار و نگرش‌های مشکل‌ساز، توجه به سی‌های مهم (نیازهای مهم و اساسی) و دلگرمی سبب کاهش کمال‌گرایی ناسازگارانه و اضطراب می‌شود. به عقیده آدلر، افرادی که برای درمان می‌آیند، شجاعت لازم را برای مقابله با مشکلات زندگی ندارند. ترغیب مراجع برای غلبه بر نگرش مردد<sup>۳</sup> خود درباره زندگی، اصلی‌ترین راه پیشرفت و تغییر است (۱۷). استفاده از دلگرمی<sup>۴</sup> در چهار مرحله شجاعت کودک را برای ریسک کردن و آموختن اشتباهات که منجر به کاهش کمال‌گرایی ناسازگار و اضطراب می‌شود، افزایش می‌دهد (۲۳).

## ۵ نتیجه‌گیری

بر اساس بررسی مطالعات می‌توان نتیجه گرفت که بازی درمانی آدلری نوعی مداخله است که دیدگاه کودک را درباره خود، دیگران و جهان تغییر می‌دهد و می‌تواند سهمی از مداخله‌های آموزشی، روان‌شناختی و توان‌بخشی کودکان را به خود اختصاص دهد؛ ولی به دلیل مطالعات اندکی که در این زمینه صورت گرفته نیاز به انجام دادن پژوهش‌های بیشتری است. توصیه می‌شود از بازی درمانی آدلری به عنوان مداخله‌ای درمانی در طرح‌های آزمایشی در کودکان با مشکلات مختلف استفاده شود.

## ۶ تشکر و قدردانی

از مسئولان سایت اینترنتی دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی تهران به دلیل مہیا کردن امکانات جست‌وجوی سریع و در دسترس در پایگاه‌های معتبر علمی بین‌المللی تشکر می‌شود.

## ۷ بیانیه‌ها

تأییدیه اخلاقی و رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان

کاربرد ندارد.

در دسترس بودن داده‌ها و مواد

این مقاله از نوع مروری نظام‌مند است که مقالات بررسی‌شده در این مطالعه به‌عنوان داده، در فهرست منابع وجود دارند که در متن مقاله نیز به آن‌ها اشاره شده است و از طریق جست‌وجوی اینترنتی در دسترس‌اند.

رضایت برای انتشار

این امر غیر قابل اجرا است.

ترجمه منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند هیچ‌گونه تضاد منافی ندارند.

## References

1. Homeyer LE, Morrison OM. Play therapy practice, issues and trends. *American Journal of Play*. 2008;1(2):210–28.

3. Hesitant

4. Encouragement

1. Self-defeating

2. Facilitation of insight

2. Palmer EN, Pratt KJ, Goodway J. A review of play therapy interventions for chronic illness: applications to childhood obesity prevention and treatment. *International Journal of Play Therapy*. 2017;26(3):125–37. doi:[10.1037/pla0000045](https://doi.org/10.1037/pla0000045)
3. Jacob AM, Kathyayani B. A study to assess the effectiveness of yogic postures on Back pain among beedi rolling women in a selected rural area at Mangalore. *International Journal of Nursing Education*. 2017;9(2):1–5. doi:[10.5958/0974-9357.2017.00026.5](https://doi.org/10.5958/0974-9357.2017.00026.5)
4. Goodman G, Reed P, Athey-Lloyd L. Mentalization and play therapy processes between two therapists and a child with Asperger’s disorder. *International Journal of Play Therapy*. 2015;24(1):13–29. doi:[10.1037/a0038660](https://doi.org/10.1037/a0038660)
5. Hidayat DR, Prabowo AS, Cahyawulan W, Fitriyani H. The efficacy of using play therapy in children with behavior disorders: a meta-analysis overview. *International Journal of Research Studies in Psychology*. 2016;5(3):63–9. doi:[10.5861/ijrsp.2016.1404](https://doi.org/10.5861/ijrsp.2016.1404)
6. Kottman T. Adlerian play therapy. *International Journal of Play Therapy*. 2001;10(2):1–12. doi:[10.1037/h0089476](https://doi.org/10.1037/h0089476)
7. Taylor DD, Bratton SC. Developmentally appropriate practice: Adlerian play therapy with preschool children. *The Journal of Individual Psychology*. 2014;70(3):205–19. doi:[10.1353/jip.2014.0019](https://doi.org/10.1353/jip.2014.0019)
8. Spencer FE. An assessment of adlerian life style and reading ability of ninth graders. Arizona: University of Arizona; 1984.
9. Rule WR, Bishop M. Adlerian lifestyle counseling: practice and research. First edition. New York: Routledge; 2006.
10. Frew J, Spiegler MD. Contemporary psychotherapies for a diverse world. First edition. New York: Routledge; 2013.
11. Meany-Walen KK, Bratton SC, Kottman T. Effects of Adlerian play therapy on reducing students’ disruptive behaviors. *Journal of Counseling & Development*. 2014;92(1):47–56. doi:[10.1002/j.1556-6676.2014.00129.x](https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2014.00129.x)
12. Peterson A. Adlerian play therapy concepts: how to make activities therapeutic [Thesis for MSc]. The Faculty of the Adler Graduate School; 2015.
13. Hom-Yi L. The application of Adlerian psychotherapy for an adult with high functioning autism and depression. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*. 2017;8(3):00483. doi:[10.15406/jpcpy.2017.08.00483](https://doi.org/10.15406/jpcpy.2017.08.00483)
14. Thompson C. Organizational development 101: lessons from Star wars. *Journal of Individual Psychology*. 2007;63:424–39.
15. Jamaludin L, Johari KSK, Amat S, Lee GM. The effectiveness of Adlerian group play therapy-based counseling intervention on the holistic wellness of neglected children. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*. 2018;8(4):1242–53. doi:[10.6007/IJARBS/v8-i4/4157](https://doi.org/10.6007/IJARBS/v8-i4/4157)
16. Stutey DM, Dunn M, Shelnut J, Ryan JB. Impact of Adlerian play therapy on externalizing behaviors of at-risk preschoolers. *International Journal of Play Therapy*. 2017;26(4):196–206. doi:[10.1037/pla0000055](https://doi.org/10.1037/pla0000055)
17. Akay S, Bratton S. The effects of Adlerian play therapy on maladaptive perfectionism and anxiety in children: a single case design. *International Journal of Play Therapy*. 2017;26(2):96–110. doi:[10.1037/pla0000043](https://doi.org/10.1037/pla0000043)
18. Meany-Walen KK, Teeling S. Adlerian play therapy with students with externalizing behaviors and poor social skills. *International Journal of Play Therapy*. 2016;25(2):64–77. doi:[10.1037/pla0000022](https://doi.org/10.1037/pla0000022)
19. Meany-Walen KK, Bullis Q, Kottman T, Dillman Taylor D. Group Adlerian play therapy with children with off-task behaviors. *The Journal for Specialists in Group Work*. 2015;40(3):294–314. doi:[10.1080/01933922.2015.1056569](https://doi.org/10.1080/01933922.2015.1056569)
20. Dillman Taylor D, Meany-Walen KK. Investigating the effectiveness of Adlerian play therapy (AdPT) with children with disruptive behaviors: a single-case research design (SCRD). *Journal of Child and Adolescent Counseling*. 2015;1(2):81–99. doi:[10.1080/23727810.2015.1081519](https://doi.org/10.1080/23727810.2015.1081519)
21. Meany-Walen KK. Adlerian play therapy: effectiveness on disruptive behaviors of early elementary-aged children [Thesis for PhD]. [Texas]: University of North Texas; 2010.
22. Kottman T. Treatment manual for Adlerian play therapy. Unpublished manuscript; 2009.
23. Kottman T, Meany-Walen K. *Partners in play: an Adlerian approach to play therapy*. Third edition. Alexandria, VA: American Counseling Association; 2016.
24. Sweeney DS, Baggerly J, Ray DC. *Group play therapy: a dynamic approach*. First edition. New York: Routledge; 2014. doi:[10.4324/9780203103944](https://doi.org/10.4324/9780203103944)
25. Chinekesh A, Kamalian M, Eltemasi M, Chinekesh S, Alavi M. The effect of group play therapy on social-emotional skills in pre-school children. *Global Journal of Health Science*. 2013;6(2):163. doi:[10.5539/gjhs.v6n2p163](https://doi.org/10.5539/gjhs.v6n2p163)
26. Biglow JF. Adlerian therapy & EMDR: partners in play? [Thesis for MSc]. The Faculty Of The Adler Graduate School; 2014.