

## The Effectiveness of Bibliotherapy on Assertiveness of Elementary School Students

**Marzie Ahmadian**

Master of Psychology, University of Birjand [marzie.ahmadian70@gmail.com](mailto:marzie.ahmadian70@gmail.com)

**Mitra Rastgoumoghdam**

Assistant Professor of Psychology, University of Birjand  
[m.rastgoumoghdam@birjand.ac.ir](mailto:m.rastgoumoghdam@birjand.ac.ir) (corresponding author)

**Leili Seifi**

Associate Professor of Knowledge and Information Science, University of Birjand  
[leili.seifi@birjand.ac.ir](mailto:leili.seifi@birjand.ac.ir)

**Mohamad Reza Asadi Yoonesi**

Assistant Professor of Psychology, University of Birjand [yoonesi@birjand.ac.ir](mailto:yoonesi@birjand.ac.ir)

### Abstract:

**Purpose:** This study aimed to determine the effectiveness of Bibliotherapy on the Assertiveness of low-assertive elementary school students.

**Method:** The research design used in this study is a quasi-experimental pre-test-post-test design with control and follow-up groups. The statistical population for the study consisted of shy female students in the fourth grade of a primary school in Qaen City. The researchers used purposeful sampling to select the sample. They employed a quasi-experimental method to select 24 low-spirited students, dividing them randomly into equal experimental and control groups. The instrument utilized in the study was the Children's Assertive Behaviour Scale by Michelson and Wood (1982). An intervention using book therapy was administered to the experimental group over 8 sessions, with each session involving the reading of a storybook for 45 minutes, twice a week. Eight storybooks were carefully chosen based on the advice of the researcher, mentors, advisors, and storytelling experts, considering the principles of bibliotherapy, the children's age, and their specific issue of low courage. The content of the stories included components of courage such as standing up for one's rights without aggression, respecting the rights of others, the ability to say no, expressing emotions and feelings, and expressing wishes and preferences. Additionally, a preliminary implementation of the story therapy session was conducted in two sessions with an available sample. The control group did not receive any intervention. The researchers employed covariance analysis and repeated measurement to test their hypotheses

**Result:** The experimental group showed significant improvement over the control group during the post-test phase. The results also demonstrated that this improvement was sustained during the follow-up phase. These findings suggest that group book therapy is an effective approach for enhancing and maintaining bold behaviour in children who struggle with this skill. This is particularly important given the challenges of working with children in psychotherapy, including their limited awareness of emotions, verbal communication difficulties, and struggles with problem identification and coping strategies. It is crucial to utilize techniques that facilitate communication between children and their therapists, and in this study, story therapy through book

therapy was found to provide an opportunity for children to overcome their limitations. The current research utilized the book therapy approach, specifically story therapy, to offer a chance for children lacking courage to address their vulnerabilities. The potential factors contributing to this progress can be identified in the characteristics of story therapy as highlighted by experts.

**Originality / Value:** Children's strong interest in stories makes story therapy more appealing than direct work with children. This shift in perspective can transform the treatment centre from a limited environment to an educational, enjoyable, and therapeutic space. Research suggests that story therapy could be presented as a compelling approach for children. Additionally, the entertainment, relaxation, and enjoyment provided by stories can act as a catalyst for the easier and quicker development of mental structures. In essence, when a story sparks a child's enthusiasm, it can enhance efforts to establish balance within them. This research measures the effectiveness of bibliotherapy on the assertiveness of low-assertive elementary school students. Therefore, it can be said that it is innovative.

**Keywords:** Bibliotherapy, Assertiveness, Elementary School Students, Qaen

## اثربخشی کتاب‌درمانی بر جرئت‌ورزی دانش‌آموزان چهارم ابتدایی شهر قاین

مرضیه احمدیان

کارشناس ارشد روان‌شناسی دانشگاه بیرجند marzie.ahmadian70@gmail.com

میترا راستگو مقدم

استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه بیرجند (نویسنده مسئول) yoonesi@birjand.ac.ir

لیلی سیفی

دانشیار گروه علم اطلاعات و دانش‌شناسی دانشگاه بیرجند leili.seifi@birjand.ac.ir

محمدرضا اسدی یونسی

استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه بیرجند m.rastgoumoghdam@birjand.ac.ir

### چکیده:

**هدف:** پژوهش حاضر باهدف بررسی اثربخشی کتاب‌درمانی بر جرئت‌ورزی دانش‌آموزان کم‌جرئت ابتدایی انجام گرفته است.

**روش:** طرح پژوهشی شبه‌آزمایشی، از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل و پیگیری است. جامعه آماری پژوهش دانش‌آموزان دختر کم‌جرئت پایه چهارم ابتدایی شهر قاین بودند. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده گردید. با استفاده از روش شبه‌آزمایشی تعداد ۲۴ دانش‌آموز کم‌جرئت انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل به تعداد یکسان قرار گرفتند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش مقیاس رفتار جرئت‌ورزانه کودکان مایکلسون و وود (۱۹۸۲) بود. مداخله کتاب‌درمانی بر روی گروه آزمایش، طی ۸ جلسه، هر جلسه یک کتاب داستان و به مدت ۴۵ دقیقه، و هفته‌ای دو بار برگزار شد. ۸ کتاب قصه که بر اساس نظر پژوهشگر، اساتید راهنما و مشاور و یک کارشناس قصه‌گویی؛ منطبق با اصول کتاب‌درمانی، متناسب با سن کودک و نوع مشکل کودکان (جرئت‌ورزی پایین) شناخته شده بود انتخاب گردید. در محتوای قصه‌ها مؤلفه‌های جرئت‌ورزی شامل: دفاع از حقوق خود بدون پرخاشگری، احترام به حقوق دیگران، قدرت نه گفتن، ابراز احساسات و عواطف، درخواست خواسته‌ها و رجحان‌ها مورد توجه قرار گرفته است. قابل ذکر است اجرای مقدماتی جلسه قصه‌درمانی نیز در دو جلسه بر روی نمونه‌ای در دسترس صورت گرفت. گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. برای آزمون فرضیه‌ها از تحلیل کوواریانس و اندازه‌گیری مکرر استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج حاکی از برتری معنادار گروه آزمایش بر گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون بود. نتایج به‌دست آمده ماندگاری اثربخشی را در مرحله پیگیری نیز نشان داد. باتوجه به یافته‌ها، می‌توان نتیجه گرفت که کتاب‌درمانی به روش گروهی می‌تواند به‌عنوان یک روش مؤثر در بهبود (نتایج به‌دست آمده از مقایسه رفتار جرئت‌مندانه در پیش‌آزمون و پس‌آزمون) و نگهداشت (نتایج به‌دست آمده از مرحله پیگیری) رفتار جرئت‌ورزانه در کودکانی به کار رود که با ضعف در این مهارت مواجه‌اند. اهمیت این موضوع زمانی بیشتر آشکار می‌شود که به این نکته توجه شود که روان‌درمانی کودکان در مقایسه با بزرگسالان همواره با مسائلی روبه‌روست که کار درمانگری را با دشواری مواجه ساخته است. مهم‌ترین این مسائل عبارت است از: سطح پایین هشیاری و آگاهی کودکان نسبت به احساسات و هیجان‌هایشان، محدودیت توانایی کودکان در برقراری ارتباط کلامی با درمانگر، محدودیت توانایی کودکان در شناسایی مشکلات خود و نیز راهبردهای رویارویی و توانایی‌ها و امکاناتشان برای حل تعارض‌ها و کنار آمدن با این مشکلات. از این نظر به کارگیری فوننی که موانع

ارتباطی کودکان و درمانگر را مرتفع سازد از اهمیت بسزایی برخوردار است. در پژوهش حاضر با اتکا به روش کتاب‌درمانی به شکل قصه‌درمانی این فرصت برای کودکانی که از نظر جرئت‌ورزی در سطح پایینی بودند فراهم گردید تا بر ضعف موجود در خود غلبه نمایند. **اصالت/ ارزش:** قصه‌درمانی نسبت به کار مستقیم با کودکان به دلیل علاقه وافر آن‌ها به قصه جذاب‌تر است. در نتیجه، کودکان می‌توانند نحوه نگاه خود را از مرکز درمانی به عنوان یک محیط دارای محدودیت، به یک محیط آموزشی، سرگرم‌کننده و درمانی تغییر دهند. این پژوهش می‌تواند قصه‌درمانی را به عنوان شیوه‌ای جذاب و مؤثر برای کودکان معرفی نماید. ویژگی مهم دیگر قصه سرگرم‌کنندگی، آرامش‌بخشی و لذت‌بخشی آن است. این تأثیرها همانند نیروی محرکه عمل می‌کنند و تحول ساختارهای ذهنی را آسان‌تر و سریع‌تر می‌کنند. به عبارتی، هنگامی که قصه اشتیاق کودک را برمی‌انگیزد، تلاش برای برقراری تعادل در او تقویت می‌شود. این پژوهش اثربخشی کتاب‌درمانی را بر جرئت‌ورزی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی را با مقیاس رفتار جرئت‌مندانه کودکان اندازه‌گیری می‌کند. بنابراین می‌توان گفت به لحاظ موضوعی و روش‌شناختی دارای نوآوری است.

**کلیدواژه‌ها:** کتاب‌درمانی، جرئت‌ورزی، دانش‌آموزان کم‌جرئت، شهر قاین

## مقدمه

ارتباط یکی از مهم‌ترین زمینه‌های سلامت زندگی اجتماعی، منشأ فرهنگ و اساس حرکت و ارتقای انسانی است که اگر دچار مشکل شود، بی‌شک پایه اصلی زندگی می‌لغزد و رضایت از آن محو می‌شود. در این میان ارتباط مؤثر با دیگران، مهارتی است که انسان را در موقعیت ممتاز و بهتری قرار می‌دهد و دستیابی به موفقیت و خوشبختی را سهل‌تر می‌سازد. ارتباط مؤثر رابطه‌ای است که در آن شخص به گونه‌ای عمل می‌کند که در آن علاوه بر اینکه خودش به خواسته‌هایش می‌رسد، افراد مقابل نیز احساس رضایت دارند (گلی نژاد و موسی‌زاده، ۱۳۹۱)، یکی از مهارت‌های ارتباط مؤثر، جرئت‌ورزی است.

بیشتر پژوهشگران (از جمله: لنج و جابکوبوسکی، ۱۹۷۶؛ البرتی و امونز، ۱۳۸۳ و هارجی، ساندرز و دیکسون، ۱۳۹۰) جرئت‌ورزی را به اعمال رجحان‌ها و خواسته‌ها و احقاق حقوق و بیان افکار و احساسات خود، باملاحظه و در نظر داشتن این حقوق، رجحان‌ها، خواسته‌ها و عواطف در دیگران تعریف کرده‌اند. همان‌گونه که جعفری و امینی (۱۴۰۲) بیان داشته‌اند، جرئت‌ورزی رفتاری بین فردی است که شامل ابراز صادقانه و نسبتاً صریح افکار و احساسات است به نحوی که از نظر اجتماعی مناسب بوده و احساسات و آسایش دیگران نیز در آن مدنظر باشد.

ماسترز، بریش، هولون و ریم (نقل در: نژاد سلیمانی، ۱۳۹۱) جرئت‌ورزی یا رفتار قاطعانه را به شرح زیر تقسیم نموده‌اند: ۱- رد قاطعانه: در این شیوه فرد به صورتی که اجتماع‌پسندانه باشد درخواست‌های تحمیلی دیگران را رد می‌کند؛ ۲- بیان قاطعانه: در این شیوه فرد، توانایی بیان احساسات مثبت مثل قدردانی از دیگران، ابراز محبت و علاقه و بیان تمجید و ستایش را دارد و ۳- درخواست قاطعانه: در این شیوه فرد توانایی بیان و مطرح کردن درخواست‌هایی را از دیگران به منظور تسهیل تأمین نیازهای فردی یا رسیدن به اهداف خود دارد.

در روند زندگی انسان دوره کودکی همواره از جایگاه خاصی برخوردار است. چگونگی سپری شدن دوران کودکی و پاسخگویی به نیازها و رغبت کودکان، چگونگی رشد شخصیت، باورها و رفتارها را در بزرگسالی شکل می‌دهد. جرئت‌ورزی و اظهار خواسته‌های خود در کودکان از اهمیت بسیاری برخوردار است. برخی کودکان رفتارهای جرئت‌ورزی را یاد نگرفته‌اند و قدرت نه گفتن را ندارند و نمی‌توانند به صورت جرئت‌مندانه با اطرافیان خود تعامل داشته باشند (ریاحی‌نیا و همکاران، ۱۳۹۴). (رضاپور میر صالح و همکاران، ۱۳۹۱). رفتارهای غیر جرئت‌ورزانه نظیر کم‌رویی، گوشه‌گیری، خجالتی بودن، تسلیم طلبی، ناکارآمدی در تعاملات میان فردی از یک سو و رفتارهای پر خاشگرنه، تندی، رفتارهای انفجاری و واکنشی، از سوی دیگر نوعی اختلال در تعاملات اجتماعی محسوب می‌شود (هارجی و همکاران، ۱۳۹۰). یافته‌ها مبین این است که پر خاشگری و رفتارهای پر خاشگرنه تأثیرات بلندمدت و جبران‌ناپذیری بر کودکان دبستانی به جای می‌گذارد که از جمله آن‌ها می‌توان به

<sup>1</sup> Assertiveness

<sup>2</sup> Lange & Jakubowski

<sup>3</sup> Alberti & Emmons

<sup>4</sup> Hargie, Sanderes & Dikson

<sup>5</sup> Masters, Breisch, holon & Rim

خودپنداره ضعیف و افسردگی (ماتسوریا، هاشیموتو و تویکی، ۲۰۰۹)، تکانشگری و بیش‌فعالی (استرو و گودلاکسی، ۲۰۰۹) اشاره کرد. از سوی دیگر پژوهش‌ها رابطه مثبت کم‌رویی با احساس تنهایی (محمدی فر، نجفی و صالحین، ۱۳۹۵)، همچنین رابطه منفی آن با عزت‌نفس (محمدی فر و همکاران، ۱۳۹۵)، و بازی درمانی (کاسکونترک، ۲۰۱۸) در کودکان را نشان داده‌اند، از این رو آموزش جرئت‌ورزی به کودکان، ضروری به نظر می‌رسد.

برنامه آموزش جرئت‌ورزی بدین منظور طرح‌ریزی می‌شود تا عقاید و رفتارهای جرئت‌مندانه افراد را بهبود بخشد، به‌طوری که آن‌ها بتوانند با دیدی بهتر به خود نگرسته، به «خود اعتمادی» برسند، به طور مناسب عواطف و تفکرات فردی خود را نشان دهند و در نتیجه روابط میان فردی مؤثرتری را با دیگران برقرار نمایند (البرتی و امونز، ۱۳۸۳). تیلور<sup>۴</sup> نقل در: رحیمیان بوگر؛ شاره، حبیبی عسگرآباد و بشارت، ۱۳۸۶) آموزش جرئت‌ورزی را فنی که از طریق آن افراد می‌آموزند که چگونه آرام باشند و در موقعیت‌های متفاوت اجتماعی به طور مناسب و خوشایند ارتباط برقرار سازند، مطرح می‌نماید.

یکی از روش‌های حل مشکلات روحی و روانی کودکان استفاده از کتاب‌درمانی<sup>۵</sup> است. «مراد از کتاب‌درمانی، راهنمایی و مشاوره با استفاده از کتاب است. به‌ویژه وقتی راهنمایی را جریان یاری‌دهنده‌ای بدانیم که فرد را در شناخت خود و محیط خودیاری می‌کند» (تبریزی، و تبریزی، ۱۳۸۸). (آریا و تبریزی، ۱۳۸۲: ۱۷). بروستر<sup>۶</sup> (۲۰۱۱) کتاب‌درمانی را مداخله‌ای می‌داند که در نتیجه تعامل بین خواننده و کتاب ایجاد می‌شود، تعاملی که می‌تواند برای ارزیابی شخصیت و سازگاری فرد به کار گرفته شود. این تعامل همان‌گونه که هینز، هینز - بری و روبین<sup>۷</sup> نقل در: پریخ و ناصری، ۱۳۹۰) اشاره کرده‌اند به خواننده فرصت می‌دهد که به درون‌سازی و برون‌سازی پرداخته و به درک مناسبی در مورد متن و خود بپردازد. محتوا در کتاب‌درمانی که اصلی‌ترین عامل قابل انتقال کتاب است، به اشکال و قالب‌های مختلفی (قصه، شعر، کتب آسمانی، فیلم و غیره) عرضه می‌شود (ریاحی‌نیا و عظیمی، ۱۳۸۶). بنا بر هدف این پژوهش، از قصه در جلسات کتاب‌درمانی استفاده شد.

از کتاب‌درمانی می‌توان برای کسب مهارت در امور جاری زندگی (کتاب‌درمانی تحولی) و یا به‌عنوان نوعی مداخله درمانی (کتاب‌درمانی بالینی) استفاده کرد (ریاحی‌نیا و عظیمی، ۱۳۸۶). در کتاب‌درمانی کودک می‌تواند، طبق نظریه بندورا، از طریق تجربه جانشینی با قهرمان داستان همانندسازی نموده، پیامدهای رفتار را مورد تجزیه و تحلیل قرار دهد و سپس آن را خود الگوبرداری نموده و بکار برد (تبریزی، و تبریزی، ۱۳۸۸). (طهماسبیان، ۱۳۸۵). این ابزار، همچنین از نظر روان‌شناسان واقعیت‌درمانی مانند گلاسر نیز به تأیید رسیده است. گلاسر<sup>۸</sup> معتقد است که با روبه‌رو کردن کودک با واقعیت‌های زندگی

<sup>۱</sup> Matsuura, Hashimoto & Toichi

<sup>۲</sup> Ostrov & Godleskis

<sup>۳</sup> Coşkuntürk

<sup>۴</sup> Taylor

<sup>۵</sup> Bibliotherapy

<sup>۶</sup> Brewster

<sup>۷</sup> Heynes, Heynes – Berry & Rubin

<sup>۸</sup> Glasser

می‌توان شناخت او را در مورد خودش افزایش داد. کتاب‌های قصه امکان آشناسدن کودکان با واقعیت‌های زندگی و افزایش شناخت آن‌ها نسبت به خود و محیط طبیعی و اجتماعی را به وجود می‌آورند (پریخ و ناصری، ۱۳۹۰).

از آنجا که ادبیات کودکان به طور غیرمستقیم به تربیت و پرورش کودکان و نوجوانان می‌پردازد، ابزار مناسبی برای کمک به کسانی است که نیازهای آنان ارضا نشده و به خودشناسی نرسیده‌اند و دچار مشکلات روحی هستند (پریخ، ۱۳۸۲). بنابراین، ضروری است از آن برای تسهیل رشد کودکان و مقابله با مشکلات روان‌شناختی (ریاحی‌نیا و عظیمی، ۱۳۹۱) و درمان اختلالات عاطفی (ماگاجی<sup>۱</sup>؛ ۲۰۱۶) استفاده شود. به نظر می‌رسد کودک در دوره عملیات عینی یعنی ۷ تا ۱۱ سالگی (دوره سنی موردنظر در پژوهش حاضر) به موجب توانایی‌های خود می‌تواند واکنش مناسب‌تری به داستان نشان دهد. کودک در این دوره از بند خود میان‌بینی آزاد می‌شود. هم‌زمان با فراگیری مهارت خواندن، قصه امکان مؤثر و کارآمدی را فراهم می‌کند تا کودک دیدگاه‌های تازه‌ای که فرصت تجربه آن‌ها را نداشته است، درک کند. کودک با خواندن یا شنیدن قصه مجال می‌یابد ذهنیت‌های ثابت و تغییرناپذیر خود را مورد شک و تردید قرار دهد. همچنین، کودک به دلیل سن کم خود نمی‌تواند همه چیز را تجربه کند، ولی قصه او را در موقعیت‌هایی که شخصیت‌های قصه آن‌ها را تجربه می‌کنند، قرار می‌دهد. کودک از طریق این تجربه مشترک می‌آموزد چگونه با مشکلات و چالش‌هایی که فرصت روبه‌روشدن با آن‌ها را در عالم خارج نداشته، مقابله کند (امین‌دهقان و پریخ، ۱۳۸۲).

البته باید توجه داشت که کتاب‌درمانی نیاز به طرح‌ریزی دقیق دارد و فرایندی مرحله‌ای است (ریاحی‌نیا و عظیمی، ۱۳۹۱). پاردک و پاردک<sup>۲</sup> (۱۹۸۴) شش مرحله را در فرایند درمان کودک از طریق کتاب‌درمانی معرفی می‌کند: ۱- شناسایی، ۲- انتخاب نوشتار، ۳- ارائه مواد خواندنی، ۴- همانندسازی<sup>۳</sup>، ۵- پالایش (تخلیه هیجانی)<sup>۴</sup>، ۶- کسب بینش<sup>۵</sup>. در مرحله اول، نیازهای درمان‌جو (هیجانات، ترس‌ها، اضطراب‌ها و غیره) شناسایی شده و در مرحله دوم کتاب‌های مناسب بر اساس مسائل او انتخاب می‌شود، در مرحله سوم و در زمانی که شرایط برای ارائه کتاب یا هر ماده خواندنی دیگر به وی مناسب باشد، ماده خواندنی به وی ارائه می‌شود. مرحله همانندسازی زمانی رخ می‌دهد که خواننده خود را با شخصیت یا شرایطی خاص در کتاب پیوند دهد. در مرحله پالایش، درمان‌جویان به صورت شفاهی از طریق شرکت در بحث‌ها چه به صورت نوشتاری و یا شیوه‌های هنری، به تخلیه هیجانی خود می‌پردازند. کسب بینش در زمانی اتفاق می‌افتد که مددجو به فهم بهتری از شرایط خود، بعد از همانندسازی و پالایش روانی رسیده باشد و به او کمک می‌کند تا بتواند راه‌حل‌های جدیدی برای حل مسائل خود پیدا کند. پژوهش‌های متعدد تأثیر مثبت کتاب‌درمانی را در درمان مشکلات روان‌شناختی کودکان از جمله، افسردگی (شیبانی، یوسفی لویه و دلاور، ۱۳۸۵)، پرخاشگری (چگنی و چگنی، ۱۳۹۵؛ پریخ و ناصری، ۱۳۹۰) و افزایش مهارت‌های اجتماعی در کودکان دارای اختلال بی‌اعتنایی و نافرمانی (روشن چسلی، ۱۳۹۲) نشان داده‌اند. لازم به ذکر است که در پژوهش اخیر

<sup>۱</sup> Magaji

<sup>۲</sup> Pardeck & Pardeck

<sup>۳</sup> Identification

<sup>۴</sup> Catharsis

<sup>۵</sup> Insight

جرئت‌ورزی به عنوان یکی از خرده مقیاس‌های مهارت‌های اجتماعی بررسی شده است. یکی از نهادها و سازمان‌هایی که با کودکان و نوجوانان سروکار دارد و می‌تواند با اجرای کتاب‌درمانی به طور مستقیم روی ویژگی‌های شخصیتی مختلف آن‌ها مانند جرئت‌ورزی، اعتمادبه‌نفس، عزت‌نفس، و غیره تأثیر بگذارد، کتابخانه‌های عمومی است و مطالعات گذشته (مانند: روغنی و همکاران، ۱۳۹۹؛ شجاعی کاریزکی، حاجی زین‌العابدینی، و شاپوری، ۱۳۹۴؛ محمدی، ۱۳۹۲؛ باب‌الحوائجی، یزدیان‌زاد، ۱۳۸۹؛ جوزف<sup>۱</sup>، یوسفی، ۱۳۷۲) نشان دادند که کتاب‌درمانی تأثیر مثبتی بر عزت نفس کودکان و میزان تاب‌آوری دارد.

بنا بر آنچه گفته شد به نظر می‌رسد که کتاب‌درمانی می‌تواند، ابزار مناسبی در افزایش جرئت‌ورزی کودکان کم‌جرئت نیز باشد و این نکته‌ای است که پاردک و پاردک (۱۹۸۴) نیز در مقاله مروری خود بر آن اذعان داشته‌اند. بااین‌وجود جستجوهای پژوهشگر حاضر نشان داد، پژوهشی که به طور مشخص اثر کتاب‌درمانی را بر افزایش جرئت‌ورزی در کودکان کم‌جرئت مورد بررسی قرار داده باشد انجام‌نشده است (جباری دانشور، حسینی‌نسب، و آزموده، ۱۴۰۱). بنابراین، در پژوهش حاضر با انتخاب مجموعه‌ای از کتاب‌های مناسب، تأثیر کتاب‌درمانی بر جرئت‌ورزی کودکان کم‌جرئت مورد بررسی قرار گرفته است.

## روش‌شناسی

روش پژوهش حاضر شبه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل و پیگیری است. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دبستانی دختر پایه چهارم در شهرستان قاین که مشکل جرئت‌ورزی دارند، تشکیل داده‌اند. نمونه لازم با استفاده از نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شد. براین اساس ابتدا از بین مدارس سطح شهر، دو مدرسه انتخاب و به معلمان پایه چهارم (هر مدرسه دارای دو کلاس چهارم) آن‌ها مراجعه گردید. سپس انتخاب افراد نمونه طی مراحل زیر صورت گرفت:

ابتدا برگه راهنمای شناسایی دانش‌آموزان کم‌جرئت که توسط تیم پژوهش و بر اساس مبانی نظری تهیه شده بود. در اختیار معلمان موردنظر قرار گرفت و از آن‌ها خواسته شد دانش‌آموزانی را که طبق ملاک‌های درج شده در برگه راهنما جرئت‌ورزی پایینی دارند، معرفی نمایند. به این ترتیب از هر مدرسه ۱۵ نفر از دانش‌آموزانی که طبق نظر معلمان دارای جرئت‌ورزی پایین بودند، انتخاب و مقیاس رفتار جرئت‌مندانه کودکان (CABS) بر روی آن‌ها اجرا شد. سپس از هر مدرسه ۱۲ نفر که طبق پرسش‌نامه اخیر از پایین‌ترین میزان جرئت‌ورزی برخوردار بودند، مشخص شدند (از نتایج این اجرا به عنوان پیش‌آزمون نیز استفاده شد). سپس به طور تصادفی دانش‌آموزان یک مدرسه (۱۲ نفر با جرئت‌ورزی پایین) به عنوان گروه آزمایش و دانش‌آموزان مدرسه دیگر به عنوان گروه کنترل انتخاب شدند. لازم به ذکر است که انتخاب گروه کنترل و آزمایش از دو مدرسه، به دلیل جلوگیری از اثر انتقال بوده است. همچنین با استفاده از نتایج آزمون تی از هم‌تا بودن سطح جرئت‌ورزی دو گروه اطمینان حاصل گردید. به علاوه برای جلوگیری از برچسب‌زدن به کودکان از معلمان خواسته شد که با رعایت اصل

<sup>1</sup> Joseph

رازداری با آزمودنی‌ها و سایر کودکان مدرسه درباره دلیل واقعی انتخاب آن‌ها صحبت نکنند و نحوه انتخاب این کودکان به‌قیدقرعه اعلام شد. مقیاس رفتار جرئت‌مندانه کودکان یک ابزار خود گزارش‌دهی، برای سنجش رفتار جرئت‌ورزی در کودکان است که توسط مایکلسون و وود<sup>۱</sup> (۱۹۸۲) طراحی شده است. آیت‌های این مقیاس، موقعیت‌های اجتماعی زیادی که کودکان در آن مشکل دارند را شامل می‌شود، هر آیت دارای ۵ گزینه است. پاسخ به هر یک از آیت‌ها در یک پیوستار از پاسخ‌های منفعلانه- جرئت‌ورزانه- پرخاشگرانه طراحی شده است. به‌این ترتیب که نمره ۲- به پاسخ‌های خیلی منفعلی، ۱- به پاسخ‌های نسبتاً منفعلی، صفر به پاسخ‌های جرئت‌ورزانه، ۱+ به پاسخ‌های نسبتاً پرخاشگرانه و ۲+ به پاسخ‌های خیلی پرخاشگرانه تعلق می‌گیرد. نمره جرئت‌ورزی از طریق جمع ارزش مطلق آیت‌های مقیاس به دست می‌آید. براین اساس هرچه نمره بیشتر باشد (ماکزیم=۵۴)، سطح عدم جرئت‌ورزی بیشتر بوده و به‌طور معکوس هر چه نمره پایین‌تر باشد، جرئت‌ورزی فرد بیشتر است. علاوه بر این امکان محاسبه نمرات جداگانه انفعال (از طریق جمع ارزش مطلق نمرات منفی) و پرخاشگری (از طریق جمع ارزش مطلق نمرات مثبت) نیز امکان‌پذیر است. این دو نمره بیانگر شدت و جهت پاسخ‌های غیر جرئت‌ورزانه آزمودنی هستند. مقیاس مذکور توسط وود، مایکلسون و فلین (نقل در: مایکلسون و وود، ۱۹۸۲) در یک نمونه شامل ۱۴۹ دانش‌آموز پایه چهارم دبستان در فلوریدا اعتباریابی شده است. بر اساس نتایج این اعتباریابی همسانی درونی با استفاده از روش کودر-ریچاردسون، ۰/۷۸ و پایایی بازآزمایی آن بافاصله چهار هفته برابر ۰/۸۶ گزارش شده است. این مقیاس توانست کودکانی که تحت آموزش مهارت‌های اجتماعی قرار گرفته‌اند و کودکانی که تحت این آموزش قرار نگرفته‌اند و همچنین گروه دارونما را از هم متمایز سازد که نشان‌دهنده روایی خوبی است. همچنین پایایی و روایی آزمون در دو پژوهش دیگر انجام شده توسط مایکلسون (۱۹۷۹) و مایکلسون و وود، (۱۹۸۲) تأیید شده است.

باتوجه به اینکه این ابزار تاکنون در ایران استفاده نشده بود، طبق مراحل طی شده ترجمه و روایی و پایایی آن محاسبه شد.

- ۱- ترجمه مقیاس رفتار جرئت‌مندانه کودکان به زبان فارسی
- ۲- برگردان مجدد ترجمه فارسی به زبان انگلیسی
- ۳- اجرای مقدماتی مقیاس جرئت‌ورزی کودکان بر روی نمونه در دسترس به تعداد ۳۰ دانش‌آموز پایه چهارم و پنجم، سپس اصلاح عبارات نامفهوم و شکل ظاهری مقیاس
- ۴- اجرای مجدد مقیاس جرئت‌ورزی کودکان بر روی ۳۰ دانش‌آموز پایه چهارم و پنجم و تدوین شکل نهایی مقیاس
- ۵- بررسی روایی سازه مقیاس با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی و بررسی پایایی آزمون با استفاده از آلفای کرونباخ بر روی نمونه‌ای به تعداد ۲۰۳ دانش‌آموز دبستانی دختر پایه چهارم و پنجم در شهرستان قاین به‌منظور انتخاب افراد فوق‌الذکر از نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده گردید. به این صورت که در اولین مرحله پنج

<sup>1</sup> Michelson & Wood

<sup>2</sup> Back Translation

مدرسه از بین مدارس ابتدایی دخترانه شهرستان قاین به صورت تصادفی انتخاب شد، در مرحله دوم از هر مدرسه یک کلاس پایه چهارم و یک کلاس پایه پنجم و در مرحله نهایی از هر کلاس ۲۰ دانش‌آموز به صورت تصادفی انتخاب و آزمون بر روی آنان اجرا شد (از یک کلاس چهارم تعداد ۲۳ نفر انتخاب شدند). نتایج به دست آمده در ادامه ارائه شده است.

پایایی مقیاس از طریق محاسبه آلفای کرونباخ صورت پذیرفت. لازم به ذکر است که نتایج تحلیل آلفای کرونباخ برای مقیاس جرئت‌ورزی ۰/۶۳ بود. برای جمع‌آوری داده‌های مربوط به پژوهش حاضر از فرم ۲۲ سؤالی مقیاس رفتار جرئت‌مندانه کودکان استفاده گردید.

### روش اجرای پژوهش

این مداخله طی ۸ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای (در هر جلسه یک کتاب قصه)، هفته‌ای دو بار و به صورت گروهی برگزار شد. ۸ کتاب قصه که بر اساس نظر پژوهشگر حاضر، اساتید راهنما و مشاور و یک کارشناس قصه‌گویی؛ منطبق با اصول کتاب‌درمانی، متناسب با سن کودک و نوع مشکل کودکان (جرئت‌ورزی پایین) شناخته شده بود انتخاب گردید. در محتوای قصه‌ها مؤلفه‌های جرئت‌ورزی شامل: دفاع از حقوق خود بدون پرخاشگری، احترام به حقوق دیگران، قدرت نه گفتن، ابراز احساسات و عواطف، درخواست خواسته‌ها و رجحان‌ها مورد توجه قرار گرفته است. قابل ذکر است اجرای مقدماتی جلسه قصه‌درمانی نیز در دو جلسه بر روی نمونه‌ای در دسترس صورت گرفت.

روش اجرای جلسه‌های مداخله از مستندات پژوهشی (صنعت نگار، حسن آبادی و اصغری نکاح، ۱۳۹۱؛ پاکدامن، داودی، مهرابی زاد هنرمند، ۱۳۹۴؛ گودرزی؛ حسینی، رضایی و بلوطینگان، ۱۳۹۳؛ پاردک و مارک وارد ۱۹۹۵ و یوسفی لویه، متین و همکاران، ۱۳۸۷)، کتب تخصصی (ریاحی‌نیا و عظیمی، ۱۳۹۱، آریا و تبریزی، ۱۳۸۲ و گودرزی، ۱۳۹۶) و همچنین کارگاه قصه‌درمانی‌ای که پژوهشگر در آن شرکت کرده بود اخذ گردید. جداول شماره ۱ و شماره ۲ به ترتیب روال اجرای جلسه قصه‌گویی و محتوای ۸ جلسه را نشان می‌دهد.

جدول (۱): روال اجرای یک جلسه در فرایند قصه‌درمانی

| قبل از خواندن کتاب                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- برقراری ارتباط مناسب با آزمودنی‌ها</li> <li>- مطرح کردن سؤالاتی غیرمستقیم در زمینه کتاب موردنظر</li> <li>- اطمینان از آمادگی آزمودنی‌ها برای شروع جلسه</li> </ul>                                                                                                                                                                               |
| حین خواندن کتاب                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- درگیر کردن و فعال کردن آزمودنی‌ها با پرسیدن سؤالاتی از قصه و شخصیت‌ها (ایجاد فرصت همانندسازی)</li> <li>- خلاصه‌گویی در حین قصه</li> <li>- توجه به نحوه قصه‌گویی با رعایت نکات زیر: <ul style="list-style-type: none"> <li>• استفاده از ایما و اشاره</li> <li>• توجه به ایده اصلی قصه و رویدادهای اصلی و ترتیب وقوع آن‌ها</li> </ul> </li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• با اشتیاق و نمایش گونه</li> <li>• حفظ تماس چشمی با آزمودنی‌ها و توجه به علائق یا بی‌قراری کودکان</li> <li>• تصویر کتاب به سمت کودکان</li> <li>• با صدای شفاف و مطمئن و تغییر لحن صدا با شرایط قصه و متناسب با شخصیت‌ها</li> <li>• استفاده از مک‌های شورانگیز برای ایجاد انتظار و کمک به درک کودکان بین رویدادهای قصه</li> </ul> <p>تنظیم سرعت قصه‌گویی با شرایط قصه (بخش‌های مهیج و تند سریع‌تر و بخش‌های جدی کندتر)</p> |
| پس از خواندن کتاب                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>- ایجاد بحث و گفتگویی هدف‌دار در مورد قصه با پرسیدن سؤالاتی از قبیل ضعف و قوت شخصیت‌های قصه، روش حل مسئله شخصیت اصلی قصه، تغییر دلخواه قسمت‌هایی از قصه...</p> <p>- بازگویی دوباره قصه</p> <p>- نتیجه‌گیری مشارکتی از قصه</p> <p>- برانگیختن تأمل و علاقه بیشتر در کودکان با فعالیت‌های تکمیلی (ایجاد فرصت پالایش روانی و بینش) و به نمایش گذاشتن آن‌ها برای افراد گروه</p>                                                                                    |

#### جدول (۲): محتوای جلسات قصه‌درمانی

| جلسه  | محتوای اصلی برنامه قصه‌درمانی                                                                  | فعالیت تکمیلی                                           |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| اول   | ارائه قصه «یک روز پرماجرا» اثر بهروز وثقی با محور درخواست خواه‌ها، ابراز احساسات و توانایی‌ها  | نقاشی از جالب‌ترین و یا بدترین اتفاق قصه خوانده‌شده     |
| دوم   | ارائه قصه «کرگدن خشمگین و موش‌های ناغلا» اثر بهروز وثقی با محور دفاع از حقوق خود بدون پرخاشگری | اجرای نمایش بر مبنای بخش اصلی قصه تعریف شده             |
| سوم   | ارائه قصه «می‌گویم نه» اثر جولیا کوک، مترجم سینا امینی با محور قدرت نه گفتن                    | بازنویسی قصه به شکل دلخواه                              |
| چهارم | ارائه قصه «قیچی که دنبال کار می‌گشت» اثر منیره هاشمی با محور دفاع از حق خود                    | اجرای پانتومیم رفتارها و حالت‌های شخصیت‌های قصه         |
| پنجم  | ارائه قصه «تقصیر من بود» اثر بریژیت ونینگر با محور احترام به حقوق دیگران                       | بیان کردن تجربیات مشابه در زمینه موضوع قصه              |
| ششم   | ارائه قصه «جشن آتش» اثر بهروز وثقی با محور قدرت نه گفتن                                        | نوشتن درباره شخصیت قصه                                  |
| هفتم  | ارائه قصه «خرابکاری گرگ‌ها» اثر بهروز وثقی با محور ابراز احساسات                               | نوشتن نامه‌ای از یکی از شخصیت‌های قصه به شخصیت دیگر قصه |
| هشتم  | ارائه قصه «امان از دست عصبانیت» اثر تیشی روبرت مترجم فراز پندار با محور کنترل خشم              | اجرای پانتومیم رفتارها و حالت‌های شخصیت‌های قصه         |

در پژوهش حاضر برای آزمون فرضیه‌ها از تحلیل کوواریانس و اندازه‌گیری مکرر استفاده شده است.

## یافته‌ها

**فرضیه اول پژوهش: کتاب‌درمانی، باعث افزایش جرئت‌ورزی کودکان کم‌جرئت می‌شود.**

برای بررسی فرضیه اول پژوهش از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شده است. در این تحلیل از نمرات پیش‌آزمون به عنوان متغیر کمکی، نمرات پس‌آزمون به عنوان متغیر وابسته و متغیر گروه به عنوان متغیر مستقل استفاده شده است. قبل از اجرای این آزمون فرض همگنی شیب‌ها بررسی شده است. این فرض بیان می‌دارد مقادیر متغیر کمکی با متغیر وابسته در همه سطوح عامل رابطه خطی دارند و وزن‌ها یا شیب‌های ارتباطی بین متغیر کمکی و متغیر وابسته در همه سطوح عامل برابرند. برای بررسی این فرض باید اثر متقابل بین متغیر پیش‌آزمون (متغیر کمکی) و متغیر گروه (عامل) در پیش‌بینی متغیر وابسته (پس‌آزمون) ارزیابی شود که نتایج به شرح ذیل بوده است:

$$F(1,20)=0.011, MSE=7.76, sig=0.917$$

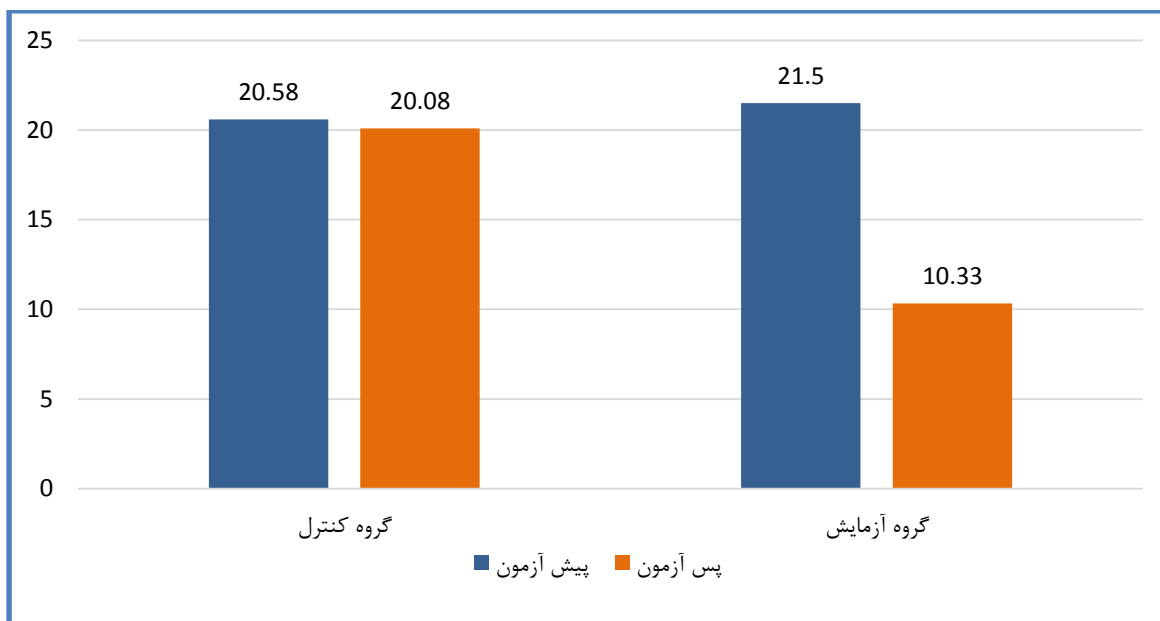
این نتیجه نشان می‌دهد اثر متقابل معنی‌دار نیست و در نتیجه، فرض همگنی شیب‌ها برقرار است. با توجه به برقراری مفروضه‌ها، از تحلیل کوواریانس برای آزمون فرضیه استفاده شده است. نتایج اجرای تحلیل کوواریانس به شرح جدول ۳ است:

جدول (۳): نتایج اجرای تحلیل کوواریانس

| منبع تغییرات | میانگین مربعات | درجه آزادی | آماره F | سطح معنی‌داری | $\eta^2$ |
|--------------|----------------|------------|---------|---------------|----------|
| پیش‌آزمون    | ۶۲/۲۷          | ۱          | ۸/۴۲    | ۰/۰۰۹         | ۰/۲۹     |
| گروه         | ۶۱۵/۲۱         | ۱          | ۸۳/۱۸   | ۰/۰۰          | ۰/۸۰     |
| خطا          | ۷/۳۹           | ۲۱         | —       | —             | —        |

نتایج در جدول ۳ نشان می‌دهد اثر متغیر گروه در مدل کوواریانس به شدت معنی‌دار است. به این معنی که نمی‌توان میانگین نمره جرئت‌ورزی (پس‌آزمون) را در دو گروه کنترل و آزمایش یکسان فرض کرد ( $sig < 0.01$ ) یعنی این مشاهدات به ارتباط قوی بین کتاب‌درمانی و جرئت‌ورزی با فرض ثابت نگه داشتن جرئت‌ورزی قبل از اجرای آزمایش اشاره دارند. ستون آخر که نشان‌دهنده شاخص اندازه اثر (اتا دو) است، نشان می‌دهد حدود ۸۰ درصد تغییرات متغیر وابسته (پس‌آزمون) از طریق عامل گروه قابل تبیین است که حاکی از مقدار بالایی است. نمودار ۱ روند تغییرات را برای دو گروه آزمایش و کنترل نشان می‌دهد.

میانگین نمره افراد در گروه آزمایش به طور معنی‌داری پس از دوره کتاب‌درمانی کاهش پیدا کرده است که به معنای افزایش جرئت‌ورزی در این دانش‌آموزان است حال آنکه میانگین نمرات افراد گروه کنترل نسبت به قبل تغییر محسوسی نداشته است.



نمودار (۱): میانگین نمرات جرئت‌ورزی در دو گروه آزمایش و کنترل

### فرضیه دوم پژوهش: اثر کتاب‌درمانی بر جرئت‌ورزی دانش‌آموزان ماندگار است.

در فرضیه اول تأیید شد که کتاب‌درمانی بر میزان جرئت‌ورزی دانش‌آموزان تأثیر به سزایی داشته و دانش‌آموزان کم‌جرئت در این نمونه پس از طی دوره کتاب‌درمانی بر میزان جرئت‌ورزی‌شان افزوده شده است. حال سؤال این است که تأثیر این درمان به صورت مقطعی بوده است یا خیر، برای بررسی این موضوع در گروه آزمایش پس از اجرای کتاب‌درمانی و ثبت نمرات پس‌آزمون، یک ماه بعد مجدداً مقیاس جرئت‌ورزی اجرا گردید و نمرات آن (پیگیری) جمع‌آوری شد. نتایج این اطلاعات به شرح جدول ۴ است:

جدول (۴): شاخص‌های توصیفی گروه آزمایش در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

| مرحله     | شاخص‌ها | تعداد | کمینه | بیشینه | میانگین | انحراف استاندارد |
|-----------|---------|-------|-------|--------|---------|------------------|
| پیش‌آزمون | ۱۲      | ۱۲    | ۱۲    | ۲۶     | ۲۱/۵۰   | ۳/۸۲             |
| پس‌آزمون  | ۱۲      | ۱۲    | ۲     | ۱۵     | ۱۰/۳۳   | ۳/۴۷             |
| پیگیری    | ۱۲      | ۱۲    | ۴     | ۱۶     | ۱۱/۳۳   | ۴/۲۳             |

برای بررسی فرضیه برابری میانگین نمرات جرئت‌ورزی در سه مرحله فوق از آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه با اندازه‌گیری مکرر استفاده شده است.

نتایج آزمون کرویت (آماره ماچلی) نشان می‌دهد فرض برابری واریانس‌ها در سطوح مختلف متغیر پاسخ (نمره جرئت‌ورزی) رعایت شده است و مشکلی از جهت اجرای آزمون نیست:

Mauchly's  $W = 0.79$ ,  $\text{sig} = 0.304$

نتایج تحلیل واریانس روی متغیر جرئت‌ورزی یک اثر معنی‌دار را نشان می‌دهد به این معنی که نمی‌توان میانگین جرئت‌ورزی در سه مرحله را یکسان فرض کرد:

Wilks' Lambda= 0.076, F(2,10)= 60.834, sig = 0.000

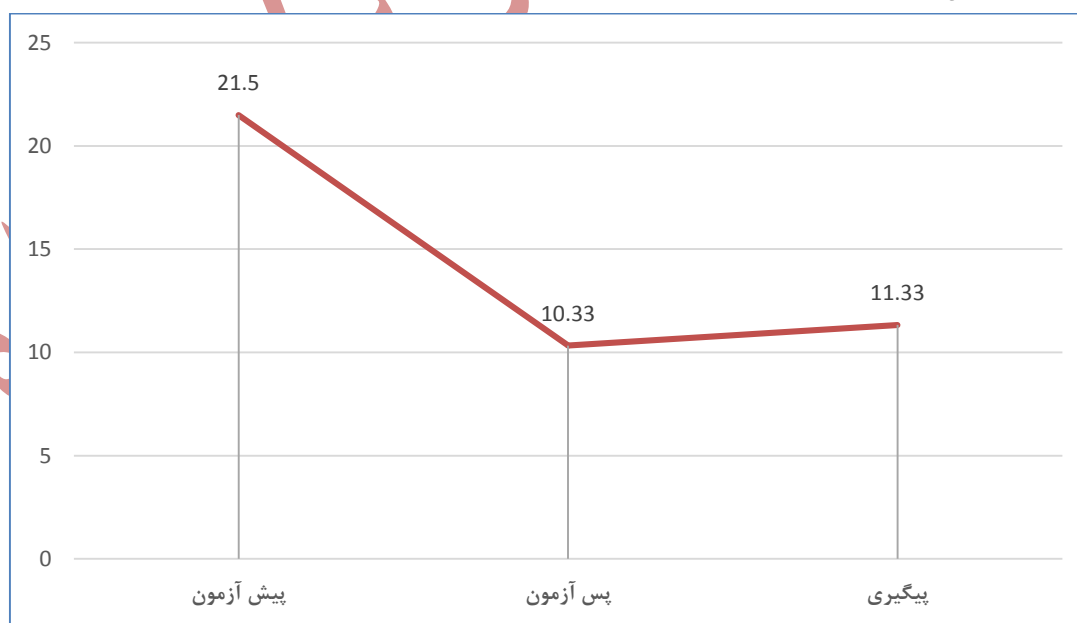
برای بررسی‌ها و مقایسه‌های زوجی از آزمون تعقیبی به روش بن فرونی استفاده شده است، نتایج به شرح جدول ۵ است:

جدول (۵): مقایسات زوجی مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

| (۱)       | (۲)       | اختلاف میانگین | خطای معیار | سطح معنی‌داری |
|-----------|-----------|----------------|------------|---------------|
| پیش‌آزمون | پس‌آزمون  | ۱۱/۱۷          | ۰/۹۷       | ۰/۰۰**        |
| پیگیری    | پیش‌آزمون | ۱۰/۱۷          | ۱/۴۸       | ۰/۰۰**        |
| پس‌آزمون  | پیش‌آزمون | -۱۱/۱۷         | ۰/۹۷       | ۰/۰۰**        |
| پیگیری    | پس‌آزمون  | -۱             | ۱/۲۷       | ۱/۰۰          |
| پیگیری    | پیش‌آزمون | -۱۰/۱۷         | ۱/۴۸       | ۰/۰۰**        |
| پس‌آزمون  | پس‌آزمون  | ۱              | ۱/۲۷       | ۱/۰۰          |

\*\* در سطح یک درصد معنی‌دار

نتایج مقایسات زوجی در جدول ۵ نشان می‌دهد نمره مرحله پیش‌آزمون از نمرات مراحل پس‌آزمون و پیگیری به طور معنی‌داری متفاوت بوده و نمی‌توان آن دو را یکسان فرض کرد. در مقابل میانگین نمره پس‌آزمون و نمره پیگیری باهم اختلاف چندانی نداشته و به لحاظ آماری معنی‌دار نیست. این بدان معنی است که حتی پس از یک ماه از زمان کتاب‌درمانی بر روی دانش‌آموزان این نمونه اگرچه اندکی از میزان جرئت‌ورزی کاسته شده است ولی این کاهش به لحاظ آماری معنی‌دار نیست و کتاب‌درمانی بر جرئت‌ورزی دانش‌آموزان اثر مقطعی و کوتاه‌مدت نداشته است، نمودار ۲ شکل بهتری از بررسی روند نمره جرئت‌ورزی در مراحل مختلف مطالعه نشان می‌دهد.



نمودار (۲): میانگین نمرات جرئت‌ورزی در سه مرحله گروه آزمایش

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر افزایش معناداری را در نمرات جرئت‌ورزی گروه آزمایش در پس‌آزمون و پیگیری نشان داد. با توجه به یافته‌ها، می‌توان نتیجه گرفت که کتاب‌درمانی به روش گروهی می‌تواند به عنوان یک روش مؤثر در بهبود (نتایج به دست آمده از مقایسه رفتار جرئت‌مندانه در پیش‌آزمون و پس‌آزمون) و نگهداشت (نتایج به دست آمده از مرحله پیگیری) رفتار جرئت‌ورزانه در کودکانی که با ضعف در این مهارت مواجه‌اند.

اهمیت این موضوع زمانی بیشتر آشکار می‌شود که به این نکته توجه شود که روان‌درمانی کودکان در مقایسه با بزرگسالان همواره با مسائلی روبه‌روست که کار درمانگری را با دشواری مواجه ساخته است. مهم‌ترین این مسائل عبارت است از: سطح پایین هشیاری و آگاهی کودکان نسبت به احساسات و هیجان‌هایشان، محدودیت توانایی کودکان در برقراری ارتباط کلامی با درمانگر، محدودیت توانایی کودکان در شناسایی مشکلات خود و نیز راهبردهای رویارویی و توانایی‌ها و امکاناتشان برای حل تعارض‌ها و کنار آمدن با این مشکلات (پروت، ۱۳۸۷). از این نظر به کارگیری فوننی که موانع ارتباطی کودکان و درمانگر را مرتفع سازد از اهمیت بسزایی برخوردار است.

در پژوهش حاضر با اتکا به روش کتاب‌درمانی به شکل قصه‌درمانی این فرصت برای کودکانی که از نظر جرئت‌ورزی در سطح پایینی بودند فراهم گردید تا بر ضعف موجود در خود غلبه نمایند. دلایل احتمالی چنین بهبودی را می‌توان در ویژگی‌هایی جستجو کرد که صاحب‌نظران برای قصه‌درمانی ذکر کرده‌اند که در ادامه به آن‌ها اشاره می‌شود:

- امکان همانندسازی: کودکان با شخصیت‌های قصه‌ای که مشکلاتی شبیه به خودشان دارند ارتباط برقرار می‌کنند. کودک می‌تواند خود را جایگزین شخصیت یا شخصیت‌های اصلی قصه کند و از این طریق در انگیزه‌ها، تعارض‌ها و تجربه‌هایشان سهیم شود. به این ترتیب، قصه بخشی از تجربه شخصی او می‌شود و با پی‌بردن به این نکته که شخصیت‌های قصه مشکلاتی مشابه با خود او دارند و جرئت ورز نیستند، درمی‌یابند که مشکلات او نیز با راه‌حل‌های مشابهی که آنان استفاده می‌کنند، حل می‌شود و در نتیجه سعی خواهد کرد آزادانه با درمانگر در مورد مشکلاتش بحث و گفتگو کند. همان‌طور که نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که استفاده از فن کتاب‌درمانی برای کمک به کودکان کم‌جرئت از طریق خواندن قصه‌هایی که بیانگر مشکلاتی مشابه آنان است که شامل مؤلفه‌های جرئت‌ورزی (دفاع از حقوق خود بدون پرخاشگری، احترام به حقوق دیگران، قدرت نه گفتن، ابراز احساسات و عواطف، درخواست خواسته‌ها و رجحان‌ها) بوده است و در عین حال به راه‌حل‌های مؤثر و نتایج مثبت خاتمه می‌یابد، می‌تواند به افزایش جرئت‌ورزی کودکان منجر شود.

- تأکید بر یادگیری مشاهده‌ای: در کتاب‌درمانی کودک از طریق تجربه جانشینی با قهرمان قصه همانندسازی نموده و پیامدهای رفتار را مورد تجزیه و تحلیل قرار می‌دهد و قهرمان قصه که رفتار جرئت‌ورزانه دارد را به عنوان الگو انتخاب می‌کند و کودک در جریان یادگیری مشاهده‌ای و شرطی‌سازی جانشینی رفتارهای جرئت‌ورزانه را از او می‌آموزد. بنابراین، در قصه‌درمانی فرد نسبت به توانایی‌های شخصیت‌ها و شیوه برخورد آن‌ها با مشکلات شناخت پیدا کرده و از طریق الگوبرداری از آن‌ها، برای خود معیارهایی تعیین می‌کند.

- در فرایند قصه‌درمانی تعادل در طرح‌واره‌های ناسازگار کودک که منجر به جرئت‌ورزی پایین شده بود، به هم می‌خورد. این عدم تعادل می‌تواند از طریق رویارویی با راهبردهای مختلف در برابر مشکلات، اطلاعات و نگرش‌های منطقی و جدیدی که از طریق قصه به ذهن کودک منتقل می‌شود، ایجاد گردد. مفاهیم و اطلاعات موجود در قصه موجب می‌شوند که کودک، مفاهیم و نظرات شخصی خود را با آن‌ها مقایسه کند و در صورت تضاد، آن‌ها را برون‌سازی کند و به طرح‌واره‌های سازگار و درنهایت تعادل دست یابد که در آن کودک خود را قادر به رفتار جرئت‌ورزانه می‌داند.

- جلسات گروهی می‌تواند مجالی برای سهیم شدن در تجربه‌های یکدیگر و یاد گرفتن از آن‌ها، تغییر احساس انزوا و تنهایی، بیان تجربه‌های شخصی و کسب بینش نسبت به رفتار خود، همچنین احتمال تجربه گزینه‌های جدید رفتاری را فراهم می‌کند (شفیع‌آبادی، ۱۳۹۰)؛ که در پژوهش حاضر اجرای جلسات به صورت گروهی و همچنین تشریح هر یک از مؤلفه‌های جرئت‌ورزی برای کودکان به کمک شخصیت‌های قصه، نشان دادن تصاویر و... می‌تواند به تأثیرهای قصه‌درمانی کمک کند. تعامل پویای کودکان با درمانگر و کودکانی که به طرق مختلف فکر می‌کنند می‌تواند فضای روانی خوبی برای دیدن جهان از زاویه نگاه دیگران کمک کند. کتاب‌درمانی باعث افزایش تبادل نظر بین آزمودنی و درمانگر منجر می‌شود و با رشد ارزش‌ها و نگرش‌های جدید در آزمودنی‌ها همراه است. همچنین، در پژوهش حاضر طبق مشاهدات پژوهشگر، کودکان در انجام دادن فعالیت‌ها علاقه زیادی را نشان می‌دادند که به نظر می‌رسد در فراگیری موضوعات توسط آن‌ها تأثیر داشته است.

- تخلیه هیجانی در فرایند قصه‌درمانی به صورت شفاهی از طریق شرکت در بحث‌ها و یا به صورت نوشتاری و شیوه‌های هنری نظیر اجرای نقش شخصیت‌ها صورت می‌پذیرد. در اثر تخلیه هیجانی، تنش‌های کودک کاهش می‌یابد و کودک موفق می‌شود هیجان‌های نهفته‌ای را که امکان بروز نداشته‌اند، تخلیه کند و به آرامش روانی برسد (ریاحی‌نیا و عظیمی، ۱۳۹۱).

- قصه‌درمانی نسبت به کار مستقیم با کودکان به دلیل علاقه وافر آن‌ها به قصه جذاب تر است. در نتیجه، کودکان می‌توانند نحوه نگاه خود را از مرکز درمانی به عنوان یک محیط دارای محدودیت، به یک محیط آموزشی، سرگرم‌کننده و درمانی تغییر دهند. این پژوهش می‌تواند قصه‌درمانی را به عنوان شیوه‌ای جذاب و مؤثر برای کودکان معرفی نماید. ویژگی مهم دیگر قصه سرگرم‌کنندگی، آرامش‌بخشی و لذت‌بخشی آن است. این تأثیرها همانند نیروی محرکه عمل می‌کنند و تحول ساختارهای ذهنی را آسان‌تر و سریع‌تر می‌کنند. به عبارتی، هنگامی که قصه اشتیاق کودک را برمی‌انگیزد، تلاش برای برقراری تعادل در او تقویت می‌شود.

لازم به ذکر است که یافته‌های پژوهش حاضر همسو با مجموعه وسیعی از پژوهش‌هایی بوده است که اثربخشی قصه‌درمانی را در بهبود توانمندی‌ها و رفتارهای شناختی، هیجانی و رفتاری کودکان تأیید کرده‌اند. همان‌گونه که در فصل دوم ذکر شد. بررسی پیشینه پژوهش‌های قصه‌درمانی تأثیر مثبت آن را بر افزایش متغیرهایی چون کارکردهای اجرایی مغز، خودکارآمدی، ذهن‌آگاهی، خلاقیت، شادمانی، خوش‌بینی، مهارت‌های اجتماعی و کاهش مشکلات افسردگی و اضطراب کودکان نشان می‌دهد.

همچنین پژوهش حاضر ضمن همسویی با پژوهش‌های قبلی (طهماسبی آشتیانی و همکاران، ۱۳۹۳ و روشن چسلی، ۱۳۹۲) که به نحوی به آثار قصه‌درمانی بر جرئت‌ورزی پرداخته بودند، توانست چشم‌انداز جدیدی را نسبت به موضوع ایجاد کند.

در مجموع همان گونه که دیده می‌شود پیشینه کاوی نظریه‌ها و پژوهش‌ها، جایگاه و اهمیت استفاده از قصه به مثابه فن و ابزار مشاوره و روان‌درمانی کودکان را مشخص می‌نماید. در ادامه پیشنهادهایی جهت بهره‌گیری بهینه از کتاب‌درمانی ارائه می‌شود که عبارتند از:

- تولیدکنندگان کتاب‌های کودکان می‌توانند تألیف قصه‌هایی با اهداف درمانی را مورد توجه بیشتری قرار دهند و در این زمینه از مشاوران و روان‌شناسان کودک بهره‌گیرند.
- مشاوران مدارس از قصه‌درمانی برای بهبود مشکلات دانش‌آموزان استفاده نمایند.
- از قصه در برنامه‌های تکمیلی و فوق‌برنامه در مدارس استفاده شود.
- کتاب‌های قصه مناسب و مورد تأیید متخصصان در رابطه با مشکلات روان‌شناختی به خانواده‌ها، کلینیک‌ها، معلمان مدارس معرفی و اطلاع‌رسانی شود.

## منابع

- آریا، عباس و تبریزی، مصطفی (۱۳۸۲). کتاب‌درمانی. تهران: انتشارات فراروان.
- اروئی، سارا (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و کم‌رویی با پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده). دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس تهران، تهران.
- البرتی، رابرت و امونز، مایکل (۱۳۸۳). روان‌شناسی ابراز وجود. ترجمه: مهدی قراچه داغی. تهران: انتشارات علمی. (کار اصلی چاپ شده در ۱۹۸۲)
- امین دهقان، نسرين و پریرخ، مهري (۱۳۸۲). تحلیل محتوای کتاب‌های داستانی مناسب کودکان در گروه سنی ۵-۷. کتاب‌درمانی. کتابداری، ۲۴، ۵۱-۷۴.
- باب‌الحوائجی، فهیمه، و یزدیان‌راد، مهرزاد (۱۳۸۹). تحلیل محتوای مقالات مجلات تخصصی کتابداری و اطلاع‌رسانی درباره ترویج کتابخوانی و کتابخانه‌های کودکان از سال ۱۳۷۸ تا ۱۳۸۷. تحقیقات اطلاع‌رسانی و کتابخانه‌های عمومی، ۱۶(۴)، ۳۱-۵۳. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1389.16.4.2.7>
- پاکدامن، فاطمه، داودی، ایران و مهرابی زاد هنرمند، مهناز (۱۳۹۴). تأثیر قصه‌درمانی بر اضطراب، درد و خشم از دندانپزشکی در کودکان ۴-۸ سال تحت مراقبت از دندانپزشکی. مجله دندانپزشکی کودکان ایران، ۲(۱۰)، ۷-۱۶.
- پروت، تامپسون (۱۳۸۷). مشاوره و روان‌درمانی در کودکان و نوجوانان: توصیف اجمالی. در پروت، تامپسون و براون، داگلاس (ویراستاران، حسن فرهی، مترجم)، مشاوره و روان‌درمانی در کودکان و نوجوانان، نظریه‌ها و کاربردهای عملی در مدارس و مراکز درمانی (ص ۱۳-۴۲). تهران: ارجمند.
- پریرخ، مهري (۱۳۸۲). نقش ادبیات کودکان و نوجوانان در رشد آنان. فصلنامه کتابداری و اطلاع‌رسانی، ۲۳، ۱۹-۲۷.
- پریرخ، مهري و ناصري، زهرا (۱۳۹۰). بررسی میزان تأثیر برنامه‌های کتاب‌درمانی بر کاهش پرخاشگری کودکان. مطالعات ادبیات کودک، ۳، ۳۳-۶۰.

- تبریزی، مصطفی، و تبریزی، امید (۱۳۸۸). کتاب درمانی: روان‌درمانی با استفاده از فن کتاب‌خواندن. تهران: فراوان.
- جباری دانشور، انیسه، حسینی نسب، سید داوود، و آزموده، معصومه (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی بازی درمانی مبتنی بر رویکرد شناختی - رفتاری و قصه‌درمانی بر جرئت‌ورزی دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر. *روان‌شناسی افراد استثنایی*، ۱۲(۴۷)، ۳۳-۵۱. <https://doi.org/10.22054/jpe.2023.65119.2400>
- جعفری، مرضیه و امینی، ناصر (۱۴۰۲). اثربخشی بازی درمانی به سبک آدلری بر جرئت‌ورزی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی شهرستان کازرون. *فصلنامه رویکرد فلسفه در مدارس و سازمان‌ها*، ۲(۱)، ۲۹-۴۲.
- جوزف، روزاما، و یوسفی، احمد (۱۳۷۲). کتاب درمانی. *تحقیقات اطلاع‌رسانی و کتابخانه‌های عمومی*، ۳(۱)، ۹۳-۹۱. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1372.3.1.13.5>
- چگنی، گلنوش و چگنی، محبوبه (۱۳۹۵). اثربخشی قصه‌گویی در کاهش پرخاشگری و اضطراب امتحان در پسران پرورشگاه‌های شهر رشت. *فصلنامه توسعه آموزش جندی‌شاپور*، ۱۷، ۲۶-۳۷.
- رحیمیان بوگر، اسحق؛ شاره، حسین؛ حبیبی عسگرآباد، مجتبی و بشارت، محمدعلی (۱۳۸۶). بررسی تأثیر شیوه‌های جرئت‌ورزی بر سازگاری اجتماعی. *نواآوری آموزشی*، ۲۳، ۲۹-۵۴.
- رضاپور میرصالح، یاسر، ابوترابی کاشانی، پریسا و ابراهیمی قوام، صغری (۱۳۹۱). تأثیر آموزش مهارت‌های ابراز وجود در افزایش جرئت‌ورزی و عزت‌نفس دانش‌آموزان کم‌جرئت دختر پایه سوم تا پنجم ابتدایی شهر تهران. *دوفصلنامه روان‌شناسی بالینی و شخصیت*، ۷، ۷۷-۹۰.
- روغنی، شکوفه، زارعی، عاطفه، فامیل روحانی، علی‌اکبر، و عرفانی، نصراله (۱۳۹۹). تأثیر کتاب‌درمانی به شیوه گروهی بر میزان تاب‌آوری و امید به زندگی در بهبود وضعیت سلامت کودکان مبتلا به سرطان. *تحقیقات اطلاع‌رسانی و کتابخانه‌های عمومی*، ۲۶(۲)، ۳۰۵-۲۸۳. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1399.26.2.1.2>
- ریاحی‌نیا، نصرت و عظیمی، علی (۱۳۹۱). مبانی، نظریه‌ها و کاربرد کتاب‌درمانی. تهران: چاپار.
- ریاحی‌نیا، نصرت، مکارم، مهساالسادات، فرجی‌پور، اعظم، و حاصلی، نسرین (۱۳۹۴). تأثیر کتاب‌درمانی گروهی بر افزایش عزت‌نفس کودکان آسیب‌دیده کار. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۴(۵۴)، ۱۱۱-۱۲۵.
- روشن چسلی، رسول (۱۳۹۲). تأثیر قصه‌گویی مبتنی بر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر بهبود مهارت‌های اجتماعی و مشکلات رفتاری دانش‌آموزان پسر هشت تا ۱۰ ساله مبتلا به اختلال رفتار مقابله‌ای و بی‌اعتنائی (ODD). *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۱۰(۱)، ۷۳-۹۳.
- شجاعی کاریزکی، شایسته، حاجی زین‌العابدینی، محسن، و شاپوری، سودابه (۱۳۹۴). تأثیر کتاب‌درمانی بر کاهش میزان افسردگی در کودکان (مطالعه موردی بهزیستی استان تهران). *تحقیقات اطلاع‌رسانی و کتابخانه‌های عمومی*، ۲۱(۲)، ۲۹۷-۳۰۸. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1394.21.2.4.0>
- شفیع‌آبادی، عبدالله (۱۳۹۰). پویایی گروه و مشاوره گروهی. تهران: رشد.
- شیبانی، شهناز، مجید، یوسفی لویه و دلاور، علی (۱۳۸۵). تأثیر قصه‌درمانی بر کاهش علائم افسردگی در کودکان افسرده. *پژوهش در حیطه کودکان استثنایی*، ۶(۴)، ۸۹۳-۹۱۶.

- صنعت نگار، سارا، حسن آبادی، حسین و اصغری نکاح، محسن (۱۳۹۱). اثربخشی قصه‌درمانی گروهی بر کاهش ناامیدی و تنهایی کودکان دختر مراکز شبه‌خانواده. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۶(۴)، ۷-۲۴.
- طهماسبی آشتیانی، سمیرا، آدام، زویا و تاجداران، منصور (۱۳۹۳). تأثیر کتاب‌درمانی بر مهارت‌های اجتماعی کودکان دختر و پسر ۷-۱۲ سال عضو فعال کتابخانه کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شهر تهران. *کتابداری و اطلاع‌رسانی*، ۱۷(۳)، ۱۳۷-۱۵۶.
- طهماسبیان، کارینه (۱۳۸۵). کاربرد کتاب در آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان. اولین کنگره سراسری هنر درمانی در ایران (مجموع مقالات). تهران: دانشگاه شهید بهشتی پژوهشکده خانواده، مرکز مطالعات هنر درمانی، صفحه ۱۲۴-۱۳۰.
- عارفی، مژگان و رضویه، اصغر (۱۳۸۲). بررسی رابطه پرخاشگری آشکار و ارتباطی با سازگاری عاطفی - اجتماعی دانش‌آموزان دختر و پسر دوره ابتدایی. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی*، ۱۶، ۱۱۳-۱۲۵.
- گلی نژاد، محمد و موسی‌زاده، ابراهیم (۱۳۹۱). جرئت‌ورزی؛ به‌عنوان یک مهارت ارتباطی مؤثر. *اصلاح و تربیت*، ۱۲۰، ۵-۷.
- گودرزی، نسرين (۱۳۹۶). *قصه‌درمانی و اثرات تربیتی آن*. تهران: رشد.
- گودرزی، نسرين؛ مکوند حسینی، شاهرخ؛ رضایی، علی‌محمد و اکبری بلوطبندگان، افضل (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی به روش قصه‌گویی بر میزان کم‌رویی دانش‌آموزان. *فصلنامه مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۱۷(۵)، ۱۲۱-۱۳۶.
- محمدی، مهدی (۱۳۹۲). تحقیقات تحلیل محتوا در ادبیات کودکان و نوجوانان ایران از سال ۱۳۹۰-۱۳۵۳. *تحقیقات اطلاع‌رسانی و کتابخانه‌های عمومی*، ۱۹(۱)، ۱۱۱-۱۱۳. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1392.19.1.6.6>
- محمدی فر، محمدعلی، نجفی، محمود و صالحین، میرزاعلی (۱۳۹۵). رابطه حرمت خود، سبک‌های شوخ‌طبعی و کم‌رویی با احساس تنهایی در دانش‌آموزان. *فصلنامه اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۱۲(۳)، ۶۱-۷۴.
- نژاد سلیمانی، راحله (۱۳۹۱). مقایسه اثربخشی دو شیوه گروه‌درمانی شناختی - رفتاری و واقعیت‌درمانی بر جرئت‌ورزی دختران دبیرستانی کم‌جرئت شهر سرخس (پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده). دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی، تهران.
- هارجی، اون، ساندروز، کریستین و دیکسون، دیوید (۱۳۹۰). *مهارت‌های اجتماعی در ارتباط بین فردی*. ترجمه: خشایار بیگی و مهرداد فیروز بخت. تهران: انتشارات رشد. (کار اصلی چاپ شده در ۲۰۰۴)

## References

- Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2004). *Your Perfect Right: A Guide to Assertive Living* (Mehdi, Gharacheh Daghi, Trans.). Elmi. (Original work published 1982). (in Persian)
- Amin Dehghan, N., & Parirokh, M. (2004). Content Analysis of Children's Story Books Suitable for Group B Age with a Bibliotherapy Approach. *Library and Information Science*, 6(4), 19-53. (in Persian)

- Arefi, M., & Razavieh, A. (2003). Investigating the Relationship between Overt and Relational Aggression with Emotional-Social Adjustment of Boy and Girl Elementary School Students. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, 5(16), 113-125. (in Persian)
- Aria, A., & Tabrizi, M. (2003). *Bibliotherapy*. Tehran: Fararavan. (in Persian)
- Babalhavaeji, F., & Yazdianrad, M. (2011). Content Analysis of Papers in Specialized Journals of Library and Information Science Regarding Promotion of Reading and Children's Libraries During 1999-2008. *Research on Information Science and Public Libraries*, 16(4), 31-53. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1389.16.4.2.7> (in Persian)
- Brewster, E. (2011). An Investigation of Experiences of Reading for Mental Health and Well-being and their Relation to Models of Bibliotherapy. PhD thesis, University of Sheffield.
- Chegeni, G. & Chegeni, M. (2016). Effectiveness of Storytelling on Decrease of Aggression and Test Anxiety in Boys Orphanage in Rasht. *Educational Development of Judishapur*, 7(Supplement), 26-35. (in Persian)
- Coşküntürk, A. E., & Gözen, D. (2018). The Effect of Interactive Therapeutic Play Education Program on Anxiety Levels of Children Undergoing Cardiac Surgery and their Mothers. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 33(6), 781-789. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2017.07.009>
- Golinezhad, M., & Mousazadeh A. (2012). Assertiveness as an Effective Communication Skill. *Correction and Education*, 10(120), 5-7. (in Persian)
- Goodarzy, N., Makvand Hosseini, S., Rezaei, A. M., & Akbari Balootbangan, A. (2014). Effectiveness of Life Skills Training Applying Storytelling on Shyness of Elementary School Student. *Clinical Psychology Studies*, 5(17), 121-136. (in Persian)
- Goodarzy, N. (2017). *Storytelling Therapy and Its Educational Effects: Approaches to Teaching Life Skills Through Storytelling to Address Children's Problems*. Tehran: Roshd. (in Persian)
- Hargie, O., Saunders, Ch., & Dickson, D. (2011). *Social Skills in Interpersonal Communication* (Khashayar, Beigi, Mehrdad, Firoozbakht, Trans.). Roshd. (Original work published 2004). (in Persian)
- Jabbary Daneshvar, A., Hosseininassab, S. D., & Azmoudeh, M. (2022). Comparing the Efficacy of Cognitive-Behavioral Play Therapy and Narrative Therapy on the Assertiveness of Students with an Educable Intellectual Disability. *Psychology of Exceptional Individuals*, 12(47), 33-51. <https://doi.org/10.22054/jpe.2023.65119.2400> (in Persian)
- Jafari, M., & Amini, N. (2023). The Effectiveness of Adlerian Style Play Therapy on Assertiveness among Elementary School Students in Kazeron City. *Specialized Scientific Quarterly Philosophy Approach in Schools and Organizations*, 2(1), 29-42. <https://doi.org/10.22034/ESBAM.2023.395554.1020> (in Persian)
- Rosama, J., & Yousefi, A. (1993). Bibliotherapy. *Research on Information Science and Public Libraries*, 3(1), 91-93. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1372.3.1.13.5> (in Persian)
- Lange, A.J. & Jakubowski, P. (1976). *Responsible assertive behavior: Cognitive/behavioral procedures for trainers*. Research PressPub, Champaign, Illinois.
- Magaji, Sh. (2016). Bibliotherapy as a Problem-Solving Skill of Counsellors and Teachers for Character and Skills Development in Ogun State, Nigeria. *Journal of Education and Practice*, 7(20), 18-22.
- Matsuura, N., Hashimoto, T. & Toichi, M. (2009). Correlations among self-esteem, aggression, adverse childhood experiences and depression in inmates of a female juvenile correctional facility in Japan. *Psychiatry ClinNeurosci*. 63(4), 478-485.

- Michelson, L. & Wood, R. (1982). Development and psychometric properties of the children's assertive behavior scale. *Journal of Behavioral Assessment*, 4(1), 3-13.
- Mohammadi, M. (2013). Iranian Children and Young Adult's Literature, 1974-2011: A Content Analysis. *Research on Information Science and Public Libraries*, 19(1), 111-113. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1392.19.1.6.6> (in Persian)
- Najafi, M., Salehin, M., & Mohamadyfar, M. (2016). The Effect of Self-esteem, Humorous Styles and Shyness on the Feeling of Loneliness in Students. *The Journal of New Thoughts on Education*, 12(3), 59-77. <https://doi.org/10.22051/JONTOE.2016.2546> (in Persian)
- Nezhad Soleymani, R. (2012). Comparison of the Effectiveness of Two Approaches to Group Therapy of Cognitive-Behavioral Therapy and Reality Therapy on Assertiveness in Low-assertive High-school Girls in the City of Sarikhs (Unpublished Mas thesis). Allameh Tabataba'i University. (in Persian)
- Oruei, S. (2010, June). Research in the Relationship of Style of Attachment and Shyness with Achievement Among students (MS thesis, Tarbiat Modares University, Iran). Retrieved from <https://ganj.irandoc.ac.ir> (in Persian)
- Ostrov JM. & Godleski S, A. (2009). Impulsivity-hyperactivity and subtypes of aggression in early childhood: an observational and short-term longitudinal study. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 18(8), 477-483.
- Pakdaman, F., Davodi, I., & Mehrabi Zad Honarmand, M. (2015). The Effect of Narrative Therapy on Anxiety, Pain and Anger Dentists in Dental Care for Children 8-4 Years under the City of Neka and Sari. *Iranian Journal of Pediatric Dentistry*, 10(2), 17-34. <https://doi.org/10.29252/ijpd.10.2.17> (in Persian)
- Pardeck, J. A. & Pardeck, J. T. (1984). An overview of the bibliotherapeutic treatment approach: Implications for clinical social work practice. *Family Therapy*, 11(3), 241-252.
- Pardeck, J. T. & Markward, M. J. (1995). Bibliotherapy: Using books to help children deal with problems. *Early Child Development and Care*, 106(1), 75-90.
- Parirokh, M. (2003). The Role of Children and Young Adult's Literature in Meeting Their Needs. *Library and Information Sciences*, 6(3), 23-36. (in Persian)
- Parirokh, M., & Naseri, Z. (2011). The Impact of Bibliotherapy on Aggression Reduction in Pre-school Children. *Iranian Children's Literature Studies*, 2(1), 33-61. <https://doi.org/10.22099/JCLS.2012.443> (in Persian)
- Rahimian Boogar, E., Shareh, H., Habibi Askarabad, M., & Besharat, M. A. (2007). Effect of Assertiveness Training Methods on Social Adjustment. *Educational Innovations*, 6(5), 29-54. (in Persian)
- Rezapour Mirsaleh, Y., Aboutorabi Kashani, P., & Ebrahimi Ghavam, S. (2013). Effectiveness of Assertive Skills Training on Improvement of Assertion and Self-esteem of Third to Fifth Grade Low-assertive Girl Students in Tehran. *Clinical Psychology and Personality*, 10(2), 77-90. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23452188.1391.10.2.8.9> (in Persian)
- Riyahinia, N., & Azimi, A. (2012). *The Foundations, Theories, and Applications of Bibliotherapy*. Tehran: Chapar. (in Persian)
- Riyahinia, N., Makarem, M., Farajipoor, A., & Haseli, N. (2015). The Impact of Group Bibliotherapy on the Self-esteem of Children Abused by Work Labor. *Journal of Counseling Research*, 14(54), 111-125. (in Persian)
- Roghani, S., Zarei, A., Famil Roahani, A. A., & Erfani, N. (2020). The Effect of Group Bibliotherapy on the Resilience and Life Expectancy in Improving the Health Status of

- Children Afflicted with Cancer. *Research on Information Science and Public Libraries*, 26(2), 283-305. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1399.26.2.1.2> (in Persian)
- Roshan Chesli, R. (2013). Effect of Social Competence Training-based Storytelling on Social Skills and Behavioral Problems of 8-10 Year-Old Children with Oppositional Defiant Disorder (ODD). *Clinical Psychology Studies*, 3(10), 73-94. (in Persian)
- Sanatnegar, S., Hasanabadi, H., & Asghari Nekah, M. (2013). The Effectiveness of Group Storytelling Therapy on Reducing Hopelessness and Loneliness in Girl Children of Semi-Family Centers. *Journal of Applied Psychology*, 6(1), 7-23. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.20084331.1391.6.1.7.9> (in Persian)
- Shafiabadi, A. (2011). *Group Dynamics and Group Counseling*. Tehran: Roshd. (in Persian)
- Sheybani, S., Yoosefi Looyeh, M., & Delavar, A. (2007). The Effect of Narrative Therapy on Depression of Children. *Journal of Exceptional Children*, 6(4), 893-916. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.16826612.1385.6.4.4.3> (in Persian)
- Shojaee Karizaki, S., Haji Zeinolabedini, M., & Shapoori, S. (2015). The Effect of Bibliotherapy on the Reduction of Depression of Children: (Case Study of Dar-Al-Qora Orphanage Center, Tehran, Iran). *Research on Information Science and Public Libraries*, 21(2), 297-308. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26455730.1394.21.2.4.0> (in Persian)
- Tabrizi, M., & Tabrizi, O. (2009). *Bibliotherapy: Psychotherapy Using the Art of Reading*. Tehran: Fararavan. (in Persian)
- Tahmasebi Ashtiani, S., Abam, Z., & Tajdaran, M. (2014). The Effect of Bibliotherapy on Social Skills of 7-12 Year Old Girls and Boys Active Members of Institute for the Intellectual Development of Children and Young Adult's Library of Tehran. *Library and Information Sciences*, 17(3), 135-154. (in Persian)
- Thompson, P. H. (2008). Counseling and Psychotherapy in Children and Adolescents: A Brief Overview. In P. H. Thompson & D. Brown (Ed.), *Counseling and Psychotherapy with Children and Adolescents Theory and Practice for School and Clinical Settings* (pp. 13-42). Tehran: Arjmand. (in Persian)
- Tahmasian, K. (2006, November). The Use of Books in Teaching Social Skills to Children. Paper presented at the The 1st National Congress of Art Therapy in Iran, Tehran. (in Persian)