

«نشریه علمی-پژوهشی آموزش و ارزشیابی»

سال نهم - شماره ۳۳ - بهار ۱۳۹۵

ص. ص. ۱۵۸-۱۳۷

ارزیابی شیوه‌های روان‌شناختی آموزش اعتماد به نفس در قصه‌های کودکان ایرانی

وحید خدائی مجد^۱ *

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۴/۰۷/۲۵

تاریخ پذیرش نهایی مقاله: ۱۳۹۴/۱۲/۱۱

چکیده:

خودباوری و اعتماد به نفس بالا از عوامل اساسی سعادت و پیشرفت در زندگی بوده و روان‌درمانگران برای تقویت آن روش‌های مختلف به ویژه بهره‌گیری از قصه و داستان در دوران کودکی را توصیه می‌کنند. بر همین اساس این پژوهش با هدف شناسایی و ارزیابی شیوه‌های روانشناختی آموزش اعتماد به نفس که در قصه‌های کودکان ایرانی مستتر شده است، صورت گرفته است. این پژوهش از نوع توصیفی بوده و روش گردآوری داده‌ها کتابخانه‌ای می‌باشد. در بررسی داده‌ها نیز از روش تحلیل محتوا استفاده شده است. با توجه به گستردگی زیاد جامعه مورد مطالعه، از طریق نمونه‌گیری هدفمند تعداد ۱۴۱ قصه ایرانی مربوط به گروه‌های سنی «ب» و «ج» که حدود سنی ۷ تا ۱۱ سال را شامل می‌شود به عنوان نمونه مطالعاتی انتخاب گردید. در هنگام مطالعه با ترسیم ماتریسی که توسط محقق ساخته شد و در بردارنده شیوه‌های اصلی تقویت اعتماد به نفس بود، قصه‌های انتخابی مورد ارزیابی قرار گرفتند. در کار تحلیل نیز از رویکرد تفسیری میلز و هابرمن که یکی از معیارهای اساسی در تحلیل محتوای داده‌ها محسوب می‌شود استفاده شد. در عین حال برای تعیین رابطه بین متغیرها از آزمون آماری کای اسکوئر استفاده شد. نتایج حاصل از پژوهش نشان می‌دهد که در قصه‌های ایرانی از شیوه‌های روان‌شناختی متفاوتی در جهت تقویت اعتماد به نفس کودکان استفاده شده است که از مهم‌ترین آن‌ها می‌توان به تقویت مثبت‌اندیشی، تقویت عزت نفس، پرورش حس همذات‌پنداری، پرورش خلاقیت، کمک به خودشناسی و خویش‌پنداری، کاهش احساس حقارت و تعدیل در خود بزرگ بینی اشاره کرد.

واژگان کلیدی: شیوه روان‌شناختی، اعتماد به نفس، عزت نفس، مثبت‌اندیشی، همذات‌پنداری، روایت درمانی.

مقدمه:

بزرگ‌ترین سرمایه هر کس بدون شک میزان خودباوری و اعتماد به نفس اوست. شخص برخوردار از اعتماد به نفس کسی است که از توانایی‌ها، استعدادها و شایستگی‌های خود آگاهی دارد و به آن‌ها متکی است. این امر عامل اصلی خوشبختی و پیشرفت در زندگی بوده، موفقیت در کار، زندگی و روابط و فعالیت‌های اجتماعی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. افرادی که کمبود اعتماد به نفس و خودباوری دارند همواره در برخورد با مشکلات شهامت کمتری از خود نشان می‌دهند و از این‌رو احتمال این‌که از زندگی بهره کافی ببرند به همان نسبت کمتر است. همچنین احتمال دچار شدن به عوارض ناشی از تنش از جمله اضطراب، سوءتغذیه و مشکلات متعدد روانی برای آن‌ها بیشتر است. مطالعات (ویتن و همکارانش، ۲۰۱۰) بیانگر آنست که اعتماد به نفس پایین در کودکان می‌تواند مشکلات متعددی از جمله؛ افت تحصیلی، درگیریهای اجتماعی، آمادگی برای ابتلائی به انواع اختلالات روانی خصوصاً افسردگی، خودکشی، اضطراب و اعتیاد را به وجود آورد. همچنین مطالعات (کاپالدی و همکارانش، ۲۰۱۱) نشان داده است که کاهش اعتماد به نفس یکی از دلایل مشکلات سازگاری بوده است. در عین حال بعنوان یکی از عوامل خطر برای اقدام به خودکشی نیز محسوب میشود (بواتریس و همکاران، ۲۰۱۰). علاوه بر این مطالعات (موتران و همکاران، ۲۰۰۹) تأثیر اعتماد به نفس بالا را در جهت بهبود عملکرد در هر مقطع سنی، شغلی و اجتماعی و نیز بهبود علائم بیماری‌های ارگانیک و غیر ارگانیک را به وضوح نشان داده است. در بیشتر موارد، عامل اصلی این مشکل ریشه در دوران کودکی و نوجوانی دارد که در اثر تغییرات سریع جسمانی، روانی و شکل‌گیری شخصیت در دوران کودکی و بعد آن، مسائل و نوسانهای بسیار زیادی در زمینه اعتماد به نفس در این سنین ایجاد می‌نماید که با کم‌توجهی به این واقعیت‌ها، فرد به باورهای منفی و برداشت‌های غیرواقعی از خود می‌رسد. چنانکه در پژوهش‌های بعمل آمده، اعتماد به نفس پایین در نوجوانان با درصد بالایی گزارش شده است. بطوریکه در پژوهش‌های (آمیسی و همکارانش، ۲۰۰۹ و مک اسکیل، ۲۰۱۰) بر روی ۳۶۰ دانش آموز دبیرستانی در انگلیس و ۱۴۰۰ نوجوان دو قلوئی دبیرستانی در استرالیا صورت پذیرفت شیوع اعتماد به نفس پایین در این گروه سنی ۵۵٪ بوده است. همچنین در مطالعه‌ای که توسط باغبان و همکاران (۱۳۸۷) بر روی ۴۰۰ نوجوان دبیرستانی در شهر کاشان صورت پذیرفت، شیوع اعتماد به نفس پایین ۲۱/۵ درصد گزارش شده است. از دیگر سو، گاه دیده می‌شود اعتماد به نفس بیش از حد در افراد در نهایت منجر به بروز حس خود بزرگ‌بینی و خودمحوری در زندگی می‌شود که عواقب آن به زندگی سالم و روابط اجتماعی او صدمه می‌زند. بر همین اساس شمار روزافزونی از روان‌درمانگران و متخصصان تعلیم و تربیت بهره‌گیری از قصه و داستان را به عنوان یکی از روش‌های مؤثر تقویت اعتماد به نفس در بین کودکان و نوجوانان تلقی می‌کنند و معتقد هستند که افراد بر مبنای مجموعه‌ای از قصه‌ها عملکردشان را در جهان و روابط خود را با دیگران تنظیم می‌کنند.

علاقه درمانگران به استفاده از قصه و قصه‌گویی با کار ریچارد گاردنر در سال ۱۹۷۱ شروع شد. وی از طریق داستان و قصه‌گویی تلاش کرد راه حل‌های سالم‌تر و مناسب‌تری برای رویارویی با مشکلات کودکان ارائه دهد. از آنجایی که «قصه یکی از بهترین ابزارها برای خودشناسی بوده و کودک از این طریق مفاهیم و ارزش‌های موجود در آن را با مفاهیم و نظرات شخصی خود مقایسه می‌کند، بنابراین کودک با خواندن یا شنیدن داستان‌های خوب و متناسب با نیازهای خود می‌تواند با همذات‌پنداری با شخصیت یا شخصیت‌های داستان، در انگیزه‌ها، کنش‌ها و تجربه‌های آنان سهیم شود. در این روند داستان بخشی از تجربه‌های شخصی کودک یا

نوجوان می‌شود و افزون بر چالش ذهنی، فرصتی برای خودآزمایی و مسأله‌گشایی ایجاد می‌کند» (خدائی مجد، ۲۰۱۲، ص ۲۳). همچنین کودک با شخصیت‌های داستان به طور غیرمستقیم در تعامل است و از طریق رویدادهای داستان با اطلاعاتی روبرو می‌شود که ممکن است در هیچ جای دیگر با آن‌ها برخورد نکند. از این رو تلاش می‌کند آن‌ها را در طرح‌واره‌ها یا الگوی خود برون‌سازی کند. به نظر می‌رسد کودک در دوره عملیات عینی (۷ تا ۱۱ سالگی) به موجب توانایی‌های خود می‌تواند واکنش مناسب‌تری به داستان نشان دهد. کودک در این دوره، از بند خود میان‌بینی^۱ آزاد می‌شود و همزمان با فراگیری مهارت خواندن، داستان امکان مؤثر و کارآمدی فراهم می‌کند تا کودک دیدگاه‌های تازه‌ای که فرصت تجربه آن‌ها را نداشته است، درک کند.

بر همین اساس می‌توان از کارکردهای عاطفی و رفتاری داستان در رشد کودک بهره جست زیرا هنگامی که کودک داستان را می‌خواند یا به آن گوش می‌دهد سه فرآیند «هماندسازی»^۲، «پالایش روانی»^۳ و «بینش»^۴ را تجربه می‌کند. اگر داستان مناسب حال و در خور استعداد کودک باشد، او می‌تواند خود را جایگزین شخصیت یا قهرمان داستان کند و از این طریق در انگیزه‌ها و تعارض‌های وی سهیم شود. هنگامی که کودک کشف می‌کند در مشکلات خود تنها نیست و کودکان دیگری نیز در این تجربه‌ها شریک هستند، احساس امنیت و آرامش می‌کند و از تنهایی او کاسته می‌شود و هنگامی که کودک و شخصیت موردنظر انطباق یافتند، تخلیه هیجان‌ها صورت می‌گیرد. البته تخلیه روانی اغلب پس از رفع تعارض شخصیت‌های داستان رخ می‌دهد و کودک از طریق پالایش روانی، بستری برای تخلیه هیجان‌های خود پیدا می‌کند. بنابر این استفاده از داستان در دستیابی به روش‌های بهبود بخشی مشکلات کودکان و بویژه در موقعیت‌های زندگی روزمره همچون؛ نبود مهارت در تصمیم‌گیری، سازمان‌دهی و برنامه‌ریزی، اعتماد به نفس پایین، مفهوم خود ضعیف، تکانشی بودن، وجود مشکلاتی در روابط اجتماعی و وابستگی به دیگران همواره مورد توجه پژوهشگران بوده است. لارنر (۲۰۰۶) معتقد است داستانهای کودک ما را به درک مشکلات خانوادگی آنها هدایت و مضامینی روانشناختی برای گفت و گوهایی درونی با کودک فراهم می‌کند. لرنر (۲۰۰۹) نیز قصه گویی را به مثابه رویکردی برای کمک به دانش‌آموزان دارای مشکلات یادگیری به منظور کمک به آنها برای درک خودشان و مشکلات شان مطرح می‌کند. لرنر معتقد است در این فرآیند، دانش‌آموزان با الگو قرار دادن شخصیت‌های قصه و داستان در مواجهه با مشکلات به مهارت‌هایی دست پیدا می‌کنند، قصه می‌کنند، قصه می‌تواند به ایجاد تغییراتی در نگرش آنها نسبت به خود منجر شود؛ زیرا آگاهی نسبت به تجربه‌های خوشایند و ناخوشایند دیگران، باعث رهایی از درد و رنج و افزایش امید می‌شود. کودکان با همانند سازی با یک شخصیت داستانی که با مشکل روبرو می‌شود، راهبردهای مؤثر را یاد می‌گیرند. بنابر این با توجه به گسترش روزافزون رویکردهای داستانی در روان‌درمانی و بویژه توجه به استفاده از فن قصه گویی برای کودکان دارای مشکلات یادگیری (لرنر، ۲۰۰۹) از یک سو و بالا بودن میزان فشارهای روانی

۱- Egocentric

۲- Identification

۳- Catharsis

۴- Insight

در کودکان (کامپاس و همکاران، ۲۰۱۰) و نبود راهبردهای رویارویی مناسب (مونتگو و همکاران، ۲۰۱۱) از سوی دیگر و با توجه به نقش و اهمیت قصه و تأثیر آن در رشد روانی و تقویت خودباوری کودک، ضرورت توجه روان‌شناختی به داستان‌ها و قصه‌های ایرانی و به ویژه بررسی نقش سازنده آن‌ها در تقویت اعتماد به نفس در کودکان، چندی است که توجه نگارنده را به خود جلب کرده است تا از این رهگذر بتواند قصه‌ها و داستان‌های مناسب کودکان در ایران را با رویکردهای کاربردی و درمانی بالاخص در زمینه خودباوری و اعتماد به نفس مورد توجه قرار می‌دهد. بر همین اساس هدف اصلی پژوهش اینست که به بررسی و ارزیابی شیوه‌های روان‌شناختی آموزش و تقویت اعتماد به نفس در قصه‌های کودکان ایران بپردازد و در نهایت به این سؤال اصلی پژوهش پاسخ دهد که قصه‌های ایرانی در جهت تقویت اعتماد به نفس کودکان چه راهکارهایی را مورد توجه قرار داده‌اند.

روش کار

با توجه به عنوان پروژه، نوع پژوهش توصیفی بوده و روش گردآوری داده‌ها نیز کتابخانه‌ای انتخاب شد و در بررسی داده‌ها نیز از روش تحلیل محتوا^۵ استفاده شد. در جهت انجام دقیق فرآیند پژوهش، با توجه به بی‌شمار بودن تعداد قصه‌ها و داستان‌های کودکان و همچنین تعداد زیاد کتاب‌های قصه و انتشارات مربوط به کتاب‌های کودکان، ابتدا از طریق نمونه‌گیری هدفمند^۶، قصه‌های ایرانی مربوط به گروه‌های سنی «ب» و «ج» که حدود سنی ۷ تا ۱۱ سال را شامل می‌شود انتخاب و برای بررسی مدنظر قرار گرفت. در این میان تعداد ۳۴۳ قصه به صورت تصادفی از ۱۷ کتاب و متون کهن و ۷۵ کتاب قصه ویژه کودکان از انتشارات مختلف و منتشر شده بین سال‌های ۶۵ تا ۸۵ که در کتابخانه‌های کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان استان آذربایجان شرقی موجود بودند به عنوان جامعه آماری انتخاب گردید و پس از اعتبارسنجی منابع و آثار و همچنین نظر کارگروه بررسی کتاب‌های مناسب که متشکل از کارشناسان فرهنگی و ادبی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان می‌باشند، کار بررسی تناسب محتوای قصه‌های کتاب‌های انتخاب شده با محدوده سنی «ب» و «ج» مورد توجه قرار گرفت و نهایتاً ۱۴۱ قصه از ۱۰ منبع کهن و ۳۷ کتاب داستان ویژه کودکان* به عنوان نمونه برای مطالعه انتخاب گردید. شایان ذکر است با در نظر گرفتن محتوای مربوط به متون علمی روان‌شناسی همچون کتب دانشگاهی و مقالات معتبر چاپ شده در زمینه اعتماد به نفس و خودباوری، ابتدا انواع روش‌های تقویت اعتماد به نفس استخراج گردید و در ادامه با مشورت و نظر استادان روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه‌های دولتی و غیردولتی تبریز، تعداد ۱۰ روش یا شیوه روان‌شناختی مربوط به اعتماد به نفس به صورت کلیدواژه انتخاب گردید و براساس آن‌ها ماتریسی طراحی گردید. سپس کار مطالعه و بررسی قصه‌های انتخاب شده براساس آن ماتریس و روش‌های انتخابی اعتماد به نفس شروع گردید. در کار تحلیل داده‌ها نیز از شیوه یا رویکرد تفسیری^۷ که یکی از معیارهای اساسی در تحلیل محتوای داده‌ها از نظر میلز و هابرمین^۸ (سفیری، ۱۳۸۷، به نقل از میلز و هابرمین، ۱۹۹۴) می‌باشد، استفاده

۵- Content Analysis

۶- Purposive Sampling

* فهرست و مشخصات کامل منابع و کتاب‌های ویژه کودکان در پیوست‌های شماره ۱ و ۲ مقاله درج شده است.

۷- Interpretive approach

۸- Miles & Huberman

شد. همچنین جهت اطمینان از موثق بودن داده‌های حاصل از تحلیل محتوا از بازبینی همکاران متخصص استفاده شد. بدین طریق که مفاهیم و درون‌مایه‌های مربوط به اعتماد به نفس موجود در کتاب‌های مورد بررسی، که توسط پژوهشگر استخراج گردیده بود را مورد تأیید قرار دادند. همچنین دقت و امانت‌داری پژوهشگر به قابلیت اعتماد یافته‌ها افزوده است.

روش تجزیه و تحلیل

برای ارزیابی و مشخص کردن نقش قصه‌ها در تقویت اعتماد به نفس کودکان، با امتیاز دادن به هر شیوه یا روش به میزان یک نمره در ماتریس طراحی شده، داستان‌هایی که به صورت مشترک تعدادی از روش‌های تقویت‌کننده اعتماد به نفس در آن‌ها لحاظ شده است مورد شناسایی قرار گرفتند. بر همین اساس با توجه به ۱۰ روش در نظر گرفته شده (جدول شماره ۱) دامنه امتیازهای قصه‌ها نیز مطابق با جدول شماره ۲، از یک تا ۱۰ تعیین شد. به عبارتی اگر قصه‌ای در ماتریس ۱۰ امتیاز بگیرد به مفهوم آنست که هر ۱۰ روش تقویت‌کننده اعتماد به نفس در آن‌ها مورد شناسایی قرار گرفته است. به این ترتیب مجموع نمرات هر قصه نمایانگر کل امتیازی است که در ماتریس به دست آورده است. به بیان دیگر نشانگر میزان مؤثر بودن قصه در تقویت میزان خودباوری یا اعتماد به نفس در کودکان است.

جدول ۱: فهرست شیوه‌های تقویت اعتماد به نفس و فراوانی داستان‌ها در پاسخ‌گویی به آن‌ها

ردیف	شیوه‌ها	فراوانی	درصد فراوانی
۱	تقویت مثبت‌اندیشی	۱۳۱	۹۲/۹
۲	پرورش حس همذات‌پنداری	۱۲۸	۹۰/۸
۳	پرورش خلاقیت	۱۲۵	۸۸/۷
۴	تقویت حس مسئولیت‌پذیری	۱۰۱	۷۱/۶
۵	کمک به خودشناسی و استفاده از توانایی‌ها	۹۵	۶۷/۴
۶	تقویت باور پذیرش از سوی خود و دیگران	۹۳	۶۶
۷	تقویت عزت نفس	۹۰	۶۳/۸
۸	ارائه الگوی اعتماد به نفس	۶۹	۴۸/۹
۹	کاهش احساس حقارت و خودکم‌بینی	۵۱	۳۶/۲
۱۰	تعدیل احساس غرور و خودبزرگ‌بینی	۱۴	۹/۹

جدول ۲: امتیاز و فراوانی داستان‌های پاسخ‌گو به روش‌های تقویت اعتماد به نفس

امتیاز داستان‌ها	فراوانی	درصد فراوانی
۱	۰	۰
۲	۳	۲/۱
۳	۱۰	۷/۱
۴	۱۹	۱۳/۵
۵	۳۳	۲۳/۴
۶	۳۰	۲۱/۳
۷	۲۷	۱۹/۲
۸	۱۵	۱۰/۶
۹	۴	۲/۸
۱۰	۰	۰
جمع	۱۴۱	۱۰۰

در همین راستا و پس از شمارش جملات یا موارد مرتبط با مضامین و سازه‌های مورد مطالعه مثل تقویت مثبت اندیشی، پرورش حس همذات‌پنداری، پرورش خلاقیت، تقویت عزت نفس، کمک به خودشناسی و... اقدام به اجرای آزمون آماری نسبت‌ها در هر کدام از روش‌ها و متغیرها بر اساس آزمون کای اسکور شد. مبنای قضاوت نیز براساس ضریب معنی‌داری و خطای کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد.

اگر چه تحلیل و تفسیر داده‌های مربوط به قصه‌ها براساس ماتریسی محقق ساخته انجام شد ولی به منظور حفظ روایی ابزار، تعریف شیوه‌های مربوط به اعتماد به نفس بر پایه متون علمی روان‌شناسی و نظر متخصصان انجام گرفته است. به منظور تضمین پایایی ابزار گردآوری داده‌ها میزان همخوانی نظرات محقق در مورد ۷ داستان که به صورت تصادفی انتخاب شد با یک گروه از کارشناسان فرهنگی و ادبی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان و یک متخصص روان‌شناس مورد سنجش قرار گرفت.

مقایسه نسبت شیوه‌های اعتماد به نفس در قصه‌های مورد مطالعه

براساس اطلاعات جدول شماره (۳) و مطابق آزمون کای دو تک متغیره انجام شده، ملاحظه می‌شود تعداد موارد تقویت‌کننده مثبت اندیشی ۱۳۱ مورد، پرورش حس همذات‌پنداری ۱۲۸ مورد، پرورش خلاقیت ۱۲۵ مورد، تقویت حس مسئولیت‌پذیری ۱۰۱ مورد، کمک به خودشناسی و استفاده از توانایی‌ها ۹۵ مورد، باور پذیرش از سوی خود و دیگران ۹۳ مورد، تقویت عزت نفس ۹۰ مورد، ارائه الگوی اعتماد به نفس ۶۹ مورد، کاهش احساس حقارت و خودکم‌بینی ۵۱ مورد و تعدیل احساس غرور و خود بزرگ‌بینی ۱۴ مورد می‌باشد. که طبق معیار، مقدار آزمون برابر $\chi^2 = ۱۳۶/۴۷۸$ با سطح معنی‌داری $P = ۰/۰۰۰$ بدست آمده است. که چون سطح معنی‌داری از ۰/۰۵ کمتر است نتیجه می‌گیریم تفاوت مشاهده شده معنی‌دار است و بالاترین تعداد مربوط به موارد مثبت‌اندیشی و همذات‌پنداری و کمترین تعداد مربوط به تعدیل احساس غرور و خود بزرگ‌بینی می‌باشد.

جدول شماره (۳): مقایسه نسبت شیوه‌های تقویت اعتماد به نفس در قصه‌های مورد مطالعه

شیوه‌ها	مقدار مشاهده شده	مقدار قابل انتظار	باقیمانده
تقویت مثبت اندیشی	۱۳۱	۸۹/۷	۱۴/۳
پرورش حس همذات پنداری	۱۲۸	۸۹/۷	۳۸/۳
پرورش خلاقیت	۱۲۵	۸۹/۷	۳۵/۳
تقویت حس مسئولیت پذیری	۱۰۱	۸۹/۷	۱۱/۳
کمک به خودشناسی و استفاده از توانایی‌ها	۹۵	۸۹/۷	۵/۳
تقویت باورپذیرش از سوی خود و دیگران	۹۳	۸۹/۷	۳/۳
تقویت عزت نفس	۹۰	۸۹/۷	۰/۳
ارائه الگوی اعتماد به نفس	۶۹	۸۹/۷	-۲۰/۷
کاهش احساس حقارت و خودکم بینی	۵۱	۸۹/۷	-۳۸/۷
تعدیل احساس غرور و خود بزرگ‌بینی	۱۴	۸۹/۷	-۷۵/۷
کل	۸۹۷	-	-

جدول شماره (۴): آزمون‌های آماری

آزمون	مقدار آزمون	درجه آزادی	سطح معنی داری
شیوه‌ها	۱۳۶/۴۷۸	۹	/۰۰۰

مقایسه نسبت تعداد امتیازها در قصه‌ها و داستان‌های مورد مطالعه

براساس اطلاعات جدول شماره (۵) و مطابق آزمون کای دو تک متغیره انجام شده، ملاحظه می‌شود ۳ داستان ۲ امتیازی، ۱۰ داستان سه امتیازی، ۱۹ داستان چهار امتیازی، ۳۳ داستان پنج امتیازی، ۳۰ داستان شش امتیازی، ۲۷ داستان هفت امتیازی، ۱۵ داستان هشت امتیازی و ۴ داستان نه امتیازی موجود می‌باشد که طبق معیار، مقدار آزمون برابر $\chi^2 = 53/553$ با سطح معنی داری $P=0/000$ بدست آمده که چون سطح معنی داری از $0/05$ کمتر است نتیجه می‌گیریم تفاوت مشاهده شده در تعداد امتیازها در هر یک از داستان‌ها معنی دار می‌باشد بطوریکه بیشترین فراوانی مربوط به داستان‌های پنج و شش امتیازی می‌باشد.

جدول شماره (۵): مقایسه نسبت تعداد امتیازها در داستان‌های مورد مطالعه

امتیاز	مقدار مشاهده شده	مقدار قابل انتظار	باقیمانده
۲	۳	۱۷/۶	-۱۴/۶
۳	۱۰	۱۷/۶	-۷/۶
۴	۱۹	۱۷/۶	۱/۴
۵	۳۳	۱۷/۶	۱۵/۴
۶	۳۰	۱۷/۶	۱۲/۴
۷	۲۷	۱۷/۶	۹/۴
۸	۱۵	۱۷/۶	-۲/۶
۹	۴	۱۷/۶	-۱۳/۶
کل	۱۴۱	-	-

جدول شماره (۶): آزمون‌های آماری

آزمون	مقدار آزمون	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
تعداد امتیاز	۵۳/۵۵۳	۷	/۰۰۰

یافته‌های پژوهش

در پاسخ به سؤال اصلی پژوهش، مطالعه حاضر نشان داده است که در محتوای قصه‌های ایرانی از ده روش یا شیوه زیر با فراوانی و تأثیرگذاری متفاوت در جهت تقویت اعتماد به نفس کودکان استفاده شده است.

۱- تقویت مثبت‌اندیشی^۹

داشتن نگرش مثبت به زندگی از مهم‌ترین مهارت‌های آدمی است که سرآغازی برای انجام دیگر مهارت‌های زندگی است و می‌تواند فرد را به کامیابی و شادکامی برساند. تفکر مثبت شیوه‌ای از فکر کردن است که فرد را قادر می‌سازد نسبت به رفتارها، نگرش‌ها، احساس‌ها، علایق و استعدادهای خود و دیگران برداشت و تلقی مناسب‌تری داشته باشد و با حفظ آرامش و خونسردی بهترین و عاقلانه‌ترین تصمیم را بگیرد. از آنجایی که یکی از مؤثرترین راه‌های بهبود زندگی آن است که باورها و اندیشه‌های مثبت و سازنده خودمان را بشناسیم و آن‌ها را تقویت کنیم، لذا قصه بهترین وسیله برای تطابق اندیشه‌ها و رفتارهای فرد با رفتار شخصیت‌های مثبت و ایده‌آل موجود در قصه‌هاست. به عبارتی قصه‌ها می‌توانند چالش‌برانگیزترین وسیله برای فرد در جهت ارزیابی و نگرستن به خود باشد. بنابراین برای ایجاد و تقویت اندیشه‌های مثبت در ذهن، داشتن آگاهی و آموزش ضروری است و کودک می‌تواند از طریق خواندن و شنیدن قصه‌ها با حقایق، واقعیات و شیوه‌های رشد و گسترش مثبت‌اندیشی آشنا شود و ضریب خوش‌بینی، امیدواری و کامیابی برای بهره‌مندی از زندگی سالم و سازنده را افزایش دهد.

بر پایه مطالعات انجام گرفته در این پژوهش، اکثر قصه‌ها دارای اندیشه‌های مثبت، سازنده، انگیزه‌دهنده، انرژی‌بخش و زیبا هستند که می‌توانند بهشتی در زندگی انسان ایجاد کرده و در مقابل اندیشه‌های منفی، بازدارنده، مخرب و یأس‌آور که می‌توانند جهنمی در زندگی انسان خلق کنند، صف‌آرایی کنند. بر همین اساس در اکثر قصه‌ها به نوعی بر پرورش افکار و رفتارهایی همچون استفاده از واژگان مثبت و امیدبخش در هنگام صحبت به جای عبارت منفی و یأس‌آور، تفکر قبل از عمل، کنترل رفتار و افکار، شادابی و سرزندگی، نگرش زیبا به دنیا، بهره‌مندی از مواهب زندگی، حسن ظن داشتن و کمک کردن به دیگران، تجسم امور و روش‌های مثبت در ذهن، راضی و خشنود بودن، چیره شدن بر اندیشه‌های خود، مراقبه و تمرکز، توجه به توانمندی‌ها، طرد منفی‌بافی و نمونه‌های دیگری از مثبت‌اندیشی تأکید و توجه شده است. در این داستان‌ها، قهرمان، تصویر ذهنی مثبت نسبت به خود و دیگران دارد تصمیم‌های درستی می‌گیرد و باور دارد که اگر تلاش کند توانایی انجام هر کاری را دارد. ارائه این تصویر، الگوی مناسبی را در اختیار خواننده قرار می‌دهد، به خصوص اگر در روند داستان، قهرمان با موقعیتی مشابه آن چه که کودک تجربه کرده است روبرو شود، تصمیم صحیح قهرمان داستان در حقیقت راه‌گرایز از آن موقعیت را به کودک نشان می‌دهد. قهرمان ممکن است در نقش یک حشره مانند پروانه، گیاه مانند درخت

و یا کودکی همسن خودش باشد که نمونه‌هایی از آن‌ها در قصه‌های «آتشنان کوچولو»، «پسر و پروانه»، «پهلوان پنبه و ننه پنبه»، «خفاش کوچولو»، «گوسفندی که خیلی کوچک بود»، «عروسی» و ده‌ها داستان دیگر دیده می‌شود.

۲- پرورش حس همذات‌پنداری

اغلب متخصصان و منتقدان علوم انسانی و رفتاری میزان قوت یک داستان را در قابلیتش در برانگیختن حس همذات‌پنداری^{۱۰} یا همسانی با شخصیت‌های داستانی می‌دانند. همذات‌پنداری که همان تبلور احساس مشترک با دیگران در خود است، از لحاظ روان‌شناسی نقطه اوج تعامل و ارتباط انسانی و نشانه و لازمه تعالی رفتار اجتماعی فرد است که در اکثر قصه‌های کودکان ایرانی در قالب تصاویر ایده‌آل و اسطوره‌ای همچون قهرمان، قدیس، مبارز انقلابی، قربانی مناسبات اجتماعی یا خانوادگی و... به چشم می‌خورد و نشان‌دهنده تصاویری دقیق از درون شخصیت‌ها، نمایش هنرمندانه آدم‌های عادی، ارائه دردها و رنج‌ها و دل‌مشغولی‌های ازلی تمامی انسان‌ها و عکسی گویا از موقعیت‌های بیرونی و تحلیلی ژرف از اعماق روان انسان است که به بهترین نحو در قالب ابزارهای معنوی و رفتارهایی چون اراده، هوشیاری، شجاعت، درستکاری، فداکاری، بردباری، هدفمندی، عشق و کمال و مجموعه‌ای دیگر از صفات برجسته انسانی در شخصیت قهرمانان اصلی متجلی می‌شود. به عنوان نمونه، این صفات و ویژگی‌ها با همانندسازی با قهرمانان قصه‌هایی چون «شاهزاده ملک محمد»، «شاهزاده تیزتن»، «محمد گل بادام» (قصه‌های اسطوره‌ای)، «افسانه دیو و دختر»، «پیرزن دوچرخه‌سوار»، «خره شیر شکار می‌کرد» و ده‌ها داستان دیگر به شکل‌های خاص و متفاوتی منعکس شده است.

۳- پرورش قوه تخیل و خلاقیت

تخیل^{۱۱} و خلاقیت^{۱۲} به عنوان دو ویژگی برتر انسان، مهم‌ترین توانایی‌های ذهنی انسان در ترسیم اهداف آرمان‌گرایانه و آفریدن آن‌هاست. از آنجایی که کودکان در طول زندگی با مشکلات جدید روبرو می‌شوند که تجربه کافی برای برطرف کردن آن‌ها را ندارند بنابراین استفاده از قوه تخیل و عنصر خلاقیت می‌تواند توانایی آن‌ها را در برخورد با مشکلات و فایده‌آمدن بر آن‌ها را افزایش دهد. بنابراین آموزش روش‌هایی که به تقویت این دو ویژگی در کودکان بپردازد حائز اهمیت است و استفاده از قصه و داستان به عنوان یک روش مؤثر می‌تواند به پرورش این قوه در کودکان کمک کند، عمده‌ترین ویژگی قصه‌ها در بُعد تخیلی آن‌ها، سوق دادن تفکر کودکان به آفرینندگی از طریق پرورش ذهن است که از طریق آموزش مهارت‌های ضروری، آشنایی با مفاهیم، تشویق، بدیعه‌پردازی، شکل دادن به تجربه‌ها و سازمان‌بندی‌های نوین می‌تواند مدنظر قرار گیرد. برای مثال، در قصه‌ها معمولاً قهرمان برای حل مشکلات، خلاقانه از توانایی‌های خود بهره گرفته و هوشمندانه عمل می‌کنند. زیبایی این روش موجب به هیجان آمدن خواننده و همانندسازی او می‌شود. در این روش خواننده کشف می‌کند که او نیز

۱۰- Sympathy

۱۱- Imagination

۱۲- Creativity

می‌تواند از چنین روش‌هایی استفاده کند و به خودباوری می‌رسد. آن‌گونه که در «قصه‌های هزار و یک شب» و «قصه‌های چهارده معصوم» به صورت گسترده و یا در آثار نویسندگان قصه‌های ویژه کودکان به صورت خاص همچون: رفتارهای هوشمندانه موش در فرار از چنگ گربه در داستان «آقا موش باهوش» و استفاده صبا از توانایی‌های فردی خویش در خلق اسباب‌بازی‌ها در داستان «بادبادک زرد» و رفتار خلاقانه کلاغ پیر در نجات حیوانات کوهستان از دست گرگ‌های مهاجم در داستان «پلنگ سیاه» و ده‌ها داستان دیگر مورد توجه قرار گرفته است و نشان از توجه آفرینندگان قصه‌ها به پرورش این حس در کودکان است.

۴- تقویت عزت نفس

منظور از عزت نفس^{۱۳} میزان ارزشی است که شخص برای خود قائل است این احساس صرفاً مربوط به زمانی است که فرد خود را به عنوان فردی شایسته در نظر می‌گیرد و می‌تواند با چالش‌های اولیه و اساسی زندگی روبرو شود. عزت نفس موجب افزایش توانایی فرد برای آموختن و گرفتن تصمیمات و انتخاب‌های عاقلانه می‌شود و این که به گونه‌ای مؤثر به تغییرات پاسخ دهیم، می‌توان گفت عزت نفس کامل و پایدار، میراثی فطری و ذاتی نیست که از طریق وراثت به فرزندان انتقال یابد بلکه بزرگ‌ترها، والدین و مربیان می‌توانند با اتخاذ روش‌هایی به تقویت این حس در کودکان همت گمارند. در این میان قصه و داستان به عنوان ابزاری مناسب می‌تواند این حس ارزشمندی را با عناصر و مضامین خاصی به کودکان آموزش دهد. بررسی قصه‌های ایرانی نشانگر آن است که برخی داستان‌ها مانند «صفر کله گنده»، «سفید گریه نکن»، «سنجابی که بزرگ شد»، به القای این مفهوم می‌پردازند که ارزش در مفید بودن فرد است و در برخی دیگر همچون داستان‌های «کلاغ دم بریده»، «قدم یازدهم»، «فاخته تنها» و «عروسی»، زاویه دید نویسنده به گونه‌ای است که شخصیت اصلی، خود را باور ندارد و به تقلید از دیگران می‌پردازد ولی عاقبت متوجه می‌شود هویت خود او با ارزش‌تر است. در برخی دیگر از قصه‌ها نظیر: «فیل کوچولو دماغت کو؟»، «ماه بود و روباه»، «آرزوی پرده حصیری» توجه به اعتماد به نفس افراطی مورد توجه بوده است و قهرمان دارای اعتماد به نفس بیش از حد بوده و تصویر غیرواقعی و کاذب از خود نشان می‌دهد و در پایان نیز قهرمان یا خواننده متوجه بی‌ارزش بودن این شخصیت کاذب می‌شود. به طور کلی در این طیف از قصه‌ها و داستان‌ها، ایجاد انگیزه حرکت و تلاش برای مفید بودن در خواننده مورد توجه بوده و سعی می‌شود فرد را به بسیاری از توانمندی‌های موجود در خود واقف نماید.

۵- تقویت حس مسئولیت‌پذیری

یکی از موضوعات مهمی که در حوزه تربیت فرزند و تقویت اعتماد به نفس مطرح می‌شود توجه به مسئولیت‌پذیری در کودکان است. مسئولیت‌پذیری یک عنصر برجسته در خودباوری و موفقیت انسان است و نشان دادن آن یک امر ذاتی نیست بلکه این ویژگی در متن خانواده و روابط اجتماعی و تعاملاتی که فرد با دیگران دارد امکان رشد پیدا می‌کند و والدین و بزرگ‌ترها در این میان نقش محوری را در انتقال روحیه مسئولانه به کودک دارند. طرح این موضوع در دوره‌ای که کودکان با نیازهای متفاوتی روبرو هستند بسیار ضروری است و استفاده از قصه و داستان با

توجه به ویژگی‌ها و خصوصیات که در تقویت خودباوری دارد می‌تواند زمینه‌ای برای پرورش این حس باشد. در قصه‌ها از روش‌های متفاوتی برای توجه به این حس استفاده می‌شود. خودشناسی و آشنایی با نقاط ضعف و قوت خود و عمل براساس آن از مهم‌ترین رمزهای تقویت احساس مسئولیت در فرد بوده و در قصه‌ها و داستان‌هایی چون: «خفاش کوچولو»، «عروسی»، «فاخته تنها»، «کلاغ دم بریده» و در اکثر داستان‌های دینی و مذهبی خصوصاً «قصه‌های چهارده معصوم» به بهترین شکل ترسیم شده و در برخی دیگر از داستان‌ها نیز از طریق توجه به کار و تلاش و حرکت در طول زندگی به تقویت این حس پرداخته شده است آن‌گونه که در قصه‌هایی چون «فرار از مرگ»، «کودک حلوا فروش»، «کار درست و کامل» در «قصه‌های مثنوی مولوی» به آن توجه شده است. توجه به صبر، حوصله و بردباری و نهادینه کردن آن روش دیگری در تقویت حس مسئولیت‌پذیری است که در داستان‌های «طوطی و بازرگان»، «کلمه نالحق»، در «قصه‌های مثنوی مولوی» و داستان‌هایی نظیر: «بهترین دوست»، «کفش‌های بازرگان» در مجموعه «آی قصه، قصه، قصه» و... مدنظر قرار گرفته و نشان از توجه و پرورش این مهارت در کودکان است.

۶- تعدیل حس خودبزرگ‌بینی

داشتن اعتماد به نفس اهمیت فراوانی دارد اما افراط در این موضوع باعث ایجاد حس خود بزرگ‌بینی^{۱۴} یا خودشیفتگی^{۱۵} می‌شود که به عنوان یک اختلال روانی از آن یاد می‌کنند. خود بزرگ‌بینی زمانی است که ما خودمان را بزرگ‌تر از اندازه حقیقی خود ببینیم و توانایی‌ها و مهارت‌های نداشته‌مان را جزو داشته‌هایمان تلقی کنیم. به عبارت دیگر آن احساس منحصر به فرد بودن و حس مبالغه‌آمیز نسبت به توانایی و دستاوردهای خود و نیاز مبرم به توجه، تأیید و تحسین دیگران که به صورت گسترده در رفتار، افکار، تصورات و تخیلات خود رخنه می‌کند و در روابط بین فردی اعم از محیط خانواده، محیط کار و جامعه تأثیر منفی می‌گذارد، حس خود بزرگ‌بینی است. برای کاهش مشکلات و بی‌ثباتی‌های ناشی از این حس منفی در کودکان، داستان‌ها از زبان‌های مختلف استفاده می‌کنند تا کودکان با خودشناسی و واقع‌بینی بیشتری به رویارویی با مشکلات بپردازند. این امر به شکل مناسب در داستان «بره سواری زاغک» با به قفس افتادن زاغک به خاطر برداشتن گوسفند و یا پشیمان شدن پرده کرکره‌ها از رفتار خودشان نسبت به پرده حصیری در داستان «آرزوی پرده حصیری» و با روش‌های مختلف در داستان‌هایی نظیر: «گرگ و گوسفند» در «قصه‌های بهرنگ»، و «کی از همه بزرگ‌تر است»، «بازی مدادها» و ده‌ها داستان دیگر مورد توجه نویسندگان بوده است.

۷- کاهش حقارت و حس خودکم‌بینی

حس حقارت^{۱۶} یا خودکم‌بینی آن‌چنان که در نوشته‌ها به چشم می‌خورد بار معنایی منفی دارد و در آن هیچ جنبه مثبتی لحاظ نمی‌گردد. می‌توان گفت: آن احساسی که در نتیجه شکست‌ها، طرد شدن‌ها، ناکامی‌ها و نامقبول

۱۴- Megalomania

۱۵- Narcissistic

۱۶- Inferiority Feeling

شدن‌ها پیش بیاید که فرد همه را برتر از خود و خود را فاقد استعداد بیابد «حس حقارت یا خودکم‌بینی» است. این حس که به صورت دردناک در وجود فرد رسوخ می‌یابد بسیار مخرب و ویرانگر بوده و موجب رفتارهای نامطلوب و غیرعادی می‌شود. از آنجایی که همه افراد از عزت نفس بالایی برخوردار نیستند، در مواجهه با احساس حقارت و خودکم‌بینی اقدام به جبران کاذب یا انحرافی می‌نمایند و با استفاده از مکانیزم‌هایی چون فرار از واقعیت و روی آوردن به خیالات، گریز از مسئولیت، تهمت، استهزاء، جلب توجه، تخریب دیگران، سنت‌شکنی و... خودنمایی می‌کنند. از جمله راه‌های مؤثر در کاهش این حس، تقویت حس مثبت‌اندیشی و خودارزشمندی است که داستان‌ها به بهترین نحو در زمینه‌سازی آن مؤثر هستند و می‌توانند در کاهش حس حقارت و خودکم‌بینی مؤثر باشند. آن‌گونه که در داستان‌های «خره شیر شکار می‌کند»، «عروسی»، «آسیاب، بچرخ» و یا در داستان «قطره و دریا» از «قصه‌های بوستان سعدی»، و ده‌ها داستان دیگر به آن پرداخته شده است.

۸- کمک به خودشناسی و استفاده از توانایی‌ها

در برخی از داستان‌ها، شخصیت اصلی شناخت لازم از خود و توانایی‌های خود را داشته و براساس این شناخت به دیگران کمک کرده و مورد احترام واقع می‌شود. از طریق خودشناسی^{۱۷} و پی بردن به این واقعیت که گرچه توانایی‌هایی دارد ولی می‌تواند از سایر توانایی‌های خود استفاده کرده و مفید و مؤثر باشد. به این ترتیب فرد به هویت خویش پی می‌برد و با وجود ناتوانی و تفاوت‌هایش با دیگران به ارزش خود پی می‌برد مانند داستان‌های: «سفر جوجه طلایی»، «عروسی»، «پلنگ سیاه»، «کرم کوچولو»، «پهلوان پنبه و ننه پنبه». در برخی دیگر ممکن است که فرد به آگاهی لازم در مورد توانمندی‌های خود و ارزش آن‌ها نرسیده باشد، داستان و عناصر تشکیل‌دهنده آن به او کمک می‌کند به این آگاهی برسد نظیر داستان‌های: «بادبادک زرد»، «کلاغ دم بریده»، «خفاش کوچولو» و «قصه مارمولک سبز کوچولو» و ده‌ها قصه و داستان دیگر.

۹- ارائه الگوی اعتماد به نفس

محتوای برخی از داستان‌ها نشان از ارائه یک الگوی اعتماد به نفس برای خواننده بوده و از این طریق می‌خواهد به تقویت خودباوری در فرد بپردازد. در این روش شخصیت داستان فردی با عزت نفس بالاست و این ویژگی او موجب موفقیت یا محبوب شدن او بین دیگران می‌شود. ارائه الگوی اعتماد به نفس با نشان دادن تصویری روشن و جذاب از شخصیت‌هایی چون پسر کوچولو در داستان «آتش‌نشان کوچولو»، و تصویر پیرزن در داستان «پهلوان پنبه و ننه پنبه» و ملوچک گرسنه در داستان «ملوچک دایره‌زن» و پیرزن شجاع در داستان «کدوی قلقله‌زن» (آی قصه قصه قصه) و ده‌ها داستان دیگر به نحو مناسب‌تری ارائه شده است.

۱۰- تقویت باور پذیرش از سوی خود و دیگران

برخی به علت باور منفی نسبت به خود، تلاش در تقلید از دیگران می‌کنند. داستان‌هایی که چنین ویژگی را به تصویر می‌کشند با تحقیر شدن شخصیت داستان و یا به خود آمدن او و در نهایت درک این‌که خود او با هر شکل

و توانایی دارای ارزش است به خواننده نشان می‌دهند که رفتار تقلیدی مناسب نیست و عواقب نامطلوبی دارد. این ویژگی به نحو مؤثر در قصه‌ها و داستان‌های «قطره و باران» (بوستان سعدی)، «پیرزن دوچرخه‌سوار»، «خفاش کوچولو»، «رودخانه‌ای که راهش را گم کرده بود»، «عینکی و کلاهی»، «عروسی»، «سه دوست»، «فاخته تنها» و ده‌ها داستان دیگر به بهترین نحو منعکس شده است.

داده‌های جدول شماره ۱ نشان می‌دهد از میان ۱۰ روش یا شیوه تقویت‌کننده اعتماد به نفس به ترتیب ۴ روش تقویت مثبت‌اندیشی با حدود ۹۳ درصد، پرورش حس همذات‌پنداری با حدود ۹۱ درصد و پرورش خلاقیت با حدود ۸۹ درصد و تقویت حس مسئولیت‌پذیری با حدود ۷۲ درصد اصلی‌ترین عوامل تقویت‌دهنده اعتماد به نفس از نظر راویان و نویسندگان قصه‌های ایرانی بوده است. گرچه مشخص نیست کدامیک از نویسندگان و راویان، قصه و داستان را با هدف تقویت اعتماد به نفس نوشته‌اند به نظر می‌رسد پرداختن به این شاخص جزو معیارهای اساسی در پرورش سالم کودک محسوب می‌شود. در پرداختن به روش تقویت مثبت‌اندیشی که به طور مستقیم یا غیرمستقیم مورد توجه بسیاری از نویسندگان قصه‌ها بوده است سعی شده است با ترسیم حقیقت زندگی و زیبا نگریستن به دنیا، امور و روش‌های مثبت در ذهن مجسم شود و روح تلاش و امید در کودکان نهادینه شود. همچنین در ارتباط با تقویت خلاقیت و پرورش حس همذات‌پنداری، قصه‌ها توانسته‌اند با روش‌های مناسب به تحلیل ژرف از اعماق روان انسان پرداخته و تصاویر روشن و جذاب از آفرینندگی ذهن را به معرض نمایش گذارند. در بحث کمک به خودشناسی و تقویت حس مسئولیت‌پذیری نیز با وارد شدن در حوزه‌های آشنایی با تصویر بدنی، خودآرمانی، عزت نفس و تأمل در نقش اجتماعی، هویت و توانایی‌های فردی، کودک می‌تواند به خودآگاهی در مورد احساسات شخصی، اضطراب‌ها، ارزش‌ها و نظرات و افکار دیگران نسبت به خود واقف شده و از این طریق به انجام رفتارهای مسئولانه ترغیب شود. همچنین روش‌های نویسندگان و راویان در بیان و انتقال مفاهیم مربوط به سایر روش‌های تقویت اعتماد به نفس متفاوت است. مثلاً «در بحث تقویت خویش‌پنداری و باور پذیرش از طرف خود و دیگران و همچنین احساس ارزشمندی و عزت نفس، با استفاده از روش‌های ساده، کاربردی و مؤثر به کودکان کمک می‌کنند مستقل عمل کنند، مسئولیت‌پذیر باشند، به پیشرفت‌های خود بیالند، احساس ارزشمند بودن کنند، ناکامی‌ها و ناملایمات را به خوبی تحمل کنند، برای پوشاندن کاستی‌ها و ضعف‌های خود دیگران را سرزنش نکنند، با دیگران رابطه‌ای خوب و صمیمانه برقرار کنند، مثبت‌اندیش و امیدوار باشند، به آسانی از دیگران تأثیر نپذیرند، متکی به خود باشند و خود را در هر شرایطی که هستند بپذیرند و محترم بدانند که چنین ویژگی‌هایی نشانه‌های بارز اعتماد به نفس پایدار و خلل‌ناپذیر است» (خدائی مجد، ۲۰۱۲، صفحات ۲۰ تا ۳۰).

بحث و نتیجه‌گیری

از آنجایی که یکی از هدف‌های مقدماتی این پژوهش مطالعه چگونگی پرداختن به رشد جنبه‌های روانی و اجتماعی کودک در قالب داستان‌ها و قصه‌های ایرانی بوده است، با این حال این مطالعه با رویکرد شناختی انجام شد. رشد شناختی، فرآیندی است که از طریق آن، شناخت کودک با دنیای پیرامون خود همخوان می‌شود و به تدریج ساختارهای ذهنی او کامل‌تر می‌شود و این امر موجب می‌شود کودک به درک بهتری از خویش و محیط دست یابد. مطالعه جنبه‌های مختلف رشد از جمله رشد شناختی به ما کمک می‌کند نه فقط نیازها و رغبت‌های کودک را در هر دوره شناسایی کنیم بلکه مشکلات و نارسایی‌های ناشی از اختلال در رشد یا عدم ارضای نیازها

را بهتر بشناسیم. با این بینش می‌توانیم از ابزارها و امکاناتی که موجب رشد یا کاهش مشکلات روان‌شناختی کودک می‌شود بهره‌گیریم. بر این اساس پس از مطالعه روند رشد شناختی کودک، توجه به ویژگی اعتماد به نفس و خودباوری که برای دست یافتن به خوشبختی و سعادت در زندگی ابزاری قدرتمند محسوب می‌شود مورد بررسی قرار گرفت. این شیوه همسو با مطالعات چو^{۱۸} و پیرسون^{۱۹} (۲۰۱۱) بوده که بیانگر اهمیت توجه به نیازهای کودکان و حمایت از آن‌ها از دید روان‌شناختی و جامعه‌شناختی را نشان می‌دهد. خصوصاً توجه به اعتماد به نفس در کودکان که عامل اصلی موفقیت در کار و تحصیل و زندگی خانوادگی بوده و روابط و فعالیت‌های افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. همچنین نتایج پژوهش‌های وبستر^{۲۰} و تیگمن^{۲۱} (۲۰۱۰) نشان می‌دهد افرادی که کمبود اعتماد به نفس و خودباوری دارند همواره شکست می‌خورند چرا که از شهامت کمی برخوردارند و از این‌رو احتمال این‌که از زندگی بهره‌کافی ببرند به همان نسبت کم است. احتمال دچار شدن به عوارض ناشی از تنش از جمله اضطراب (میرزا^{۲۲} و همکاران، ۲۰۰۹) و سوءتغذیه (مارخام^{۲۳} و همکاران، ۲۰۰۹) برای آن‌ها بیشتر است. همچنین کمبود اعتماد به نفس علت اصلی ناامیدی و افسردگی (هاوتون^{۲۴} و همکاران، ۲۰۱۰) بوده و نقشی مؤثر در خودکشی (کرنبرگ^{۲۵}، ۲۰۱۱) و آسیب‌های روانی (لگرتی^{۲۶} و همکاران، ۲۰۱۱) دارد. و عامل اصلی شکست‌های خانوادگی از جمله از دست دادن واقعی یا ذهنی شریک زندگی یا اشخاص مهم زندگی (گلبرگ^{۲۷} و همکاران، ۱۹۹۱) به نقل از لینکز^{۲۸} و همکاران، ۲۰۱۰) محسوب می‌شود. بر همین اساس و در راستای افزایش خودباوری و اعتماد به نفس، استفاده از شیوه تربیتی مبتنی بر پذیرش و توجه مثبت از طرف والدین توصیه می‌شود. این روش به دلیل ایجاد فرصت‌های لازم برای یادگیری مهارت‌های زندگی و اجتماعی، باعث افزایش اعتماد به نفس و عزت نفس در کودکان می‌گردد. (احمدی و همکاران، ۱۳۸۵).

با در نظر گرفتن موارد فوق، توجه به نیازهای کودکان و حمایت از آن‌ها از دید روان‌شناختی و جامعه‌شناختی ضرورتی انکارناپذیر است و در پژوهش حاضر نیز از زاویه نگاه مولف به دور نمانده است، چرا که با افزایش مسایل و مشکلات روانی و اجتماعی و زیر پا نهادن ارزش‌های انسانی، لزوم باروری و نهادینه شدن ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی و احترام به حقوق افراد و کودکان بیشتر احساس می‌شود. از سوی دیگر با توجه به هجوم فرهنگی ناشی از فناوری‌ها و رسانه‌های الکترونیکی و متعاقب آن‌ها ایجاد تغییرات سریع در فرهنگ و هویت ملی، لزوم تکوین هویت و خودباوری در کودکان که به سهولت دستخوش تغییرات و اثرپذیری‌های منفی می‌شوند احساس می‌شود.

۱۸- Chou

۱۹- Pearson

۲۰- Webster

۲۱- Tiggeman

۲۲- Mirza

۲۳- Markham

۲۴- Hawton

۲۵- Kernberg

۲۶- Legerstee

۲۷- Kohlberg

۲۸- Links

برهمن اساس در پژوهش حاضر نیز با استناد به شواهد علمی و پژوهشی معتبر، ارتباط و همبستگی مثبت بین بهره‌گیری از داستان و تقویت جنبه‌های خودباوری و اعتماد به نفس مورد توجه قرار گرفته است. لذا در جهت کمک به کودکان و برخورداری آنان از سلامت روانی بایستی از انواع روش‌ها و ابزارها کمک گرفت. استفاده از داستان برای کاهش یا حل مشکلات روان‌شناختی از جمله این ابزارهاست. نتایج مطالعات (نائورت^۱، ۲۰۱۱) بر روی ۹۰ کودک ۵-۱۰ ساله نشان می‌دهد که شنیدن داستان‌ها می‌تواند به کودکان در درک بهتر تفکرات مثبت و ابراز احساسات مثبت به دیگران کمک کند. چنین یافته‌ای می‌تواند برای والدین و مربیان این امکان را فراهم نماید که از طریق قصه‌گویی برای کودکان، سطح خوش‌بینی و مثبت‌اندیشی آنان را حتی در شرایط سخت بهبود بخشند. در فرایند قصه‌گویی رویدادهای روزمره زندگی در قالب قصه معناداری طرح میشود که به مراجع کمک می‌کند درک بهتری از خودش و دیگران به دست آورد (آنگوس و همکاران، ۲۰۰۹)؛ زیرا قصه‌ها ترکیب قدرتمندی برای سازمان دهی و انتقال اطلاعات و معنا دهی به زندگی دارند. در واقع در جریان یک قصه ممکن است شخصیت‌های آن با بحرانی مواجه شوند و در صدد حل آن برآیند. ارائه این روش‌ها به طور مستقیم به افراد، بویژه کودکان همواره آسان نیست ولی می‌توان از طریق قصه‌گویی به این هدف دست یافت (ملانی، ۲۰۰۹). این موضوع نه تنها در مورد کودکان بهنجار، بلکه بویژه کودکان دارای مشکلات عاطفی و یادگیری که افرادی غیر فعال و فاقد روش‌ها و راهبردهای لازم برای حل مسائل خود هستند، اهمیت بیشتری پیدا می‌کند (فوج و بردیسی، ۲۰۱۲). همچنین نتایج پژوهش دیگری از نائورت (۲۰۱۲) نشان می‌دهد که دنیای شلوغ و غرق در تکنولوژی، توانایی‌های ذهنی کودکان را با مشکلات جدی مواجه ساخته است و باعث شده است کودکان امروزی احساسات منفی خودشان را چندان اظهار نکرده و علاوه بر این‌ها توان آن‌ها در اظهار بخش عظیمی از احساسات مثبت نیز ثابت باقی بماند. با این حال توصیه می‌کنند استفاده از داستان برای سازمان‌دهی افکار و خلق احساسات مثبت بسیار مفید و مؤثر می‌باشد.

در ارتباط با تأثیرات روانی و تربیتی قصه‌ها نیز برخی محققان (آریا و تبریزی، ۱۳۸۲)، (امین دهقان و پریخ، ۱۳۸۲) و (پریخ و ناصری، ۱۳۹۰) در باور به اثربخشی داستان بر رشد شناختی، عاطفی و رفتاری کودکان هم‌رأی هستند. آن‌ها معتقدند هنگامی که کودک داستانی را می‌خواند یا به آن گوش می‌دهد با قهرمان داستان همانندسازی کرده و به پالایش روانی می‌پردازد و بینش او افزایش می‌یابد. در فرایند همانندسازی، کودک خود را جایگزین قهرمان اصلی داستان می‌کند و از این طریق در انگیزه‌ها، تعارض‌ها و تجربه‌های وی سهیم می‌شود. در این روند، کودک از جنبه شناختی تجربه‌های خود را کامل‌تر می‌کند و از نظر عاطفی، تنش‌های خود را کاهش می‌دهد و احساس آرامش می‌کند، همچنین از بعد رفتاری با الهام از قهرمان داستان به اصلاح رفتارهای خود می‌پردازد. همچنین نتایج مطالعات چونگ^۲ و تامسون^۳ (۲۰۰۸) نشانگر آنست که قصه و بیان مطلوب آن بهترین بهترین وسیله برای تقویت هوش هیجانی بوده و در انتقال بسیاری از مفاهیم آموزشی مؤثر می‌باشد. در این ارتباط مریس^۴ و برت راند^۱ (۲۰۰۷) بر این باورند که مهدهای کودک به علت تنوعی که می‌توانند در ارائه

۱- Nauert

۲- Chung

۳- Thomson

۴- Merys

برنامه‌های آموزشی خود داشته باشند می‌توانند با استفاده از قصه و قصه‌گویی بسیاری از مهارت‌های اجتماعی را به کودکان آموزش دهند.

بنابر این نتایج پژوهش حاضر نشانگر تأثیرگذاری و کارآمد بودن قصه‌ها و بهره‌مندی بیشتر کودکان دارای مشکلات یادگیری از فرایند قصه و قصه‌گویی بوده و از این نظر با یافته‌های پژوهش‌های بسیاری از درمان‌گران دیگر که برای درمان مشکلات عاطفی و رفتاری از قصه استفاده می‌کردند، همخوانی دارد؛ برای نمونه می‌توان به پژوهش‌های فرید برگ (۲۰۰۸) برای درمان دو مورد اضطراب جدایی و ترس در کودکان زیر ۱۰ سال، مطالعات وب و برت (۲۰۱۰) در مراقبت از خردسالان دارای اختلال رفتاری و هیجانی، و تحقیقات هرمن (۲۰۰۸) در کمک به کودکی که مورد آزار و اذیت جنسی قرار گرفته بود، و همچنین مطالعات استور و استور (۲۰۰۶) در درمان کودکان دشوار، و مطالعات آیدین و یرین (۲۰۰۷) برای کاهش میزان اضطراب امتحان در کودکان دبستانی، و تحقیقات لوب و ترفز (۲۰۰۹) برای درمان افسردگی در نوجوانان و مطالعات ملانی (۲۰۱۱) برای رویارویی با مشکلات حل نشده در دوره نوجوانی اشاره کرد. همه این پژوهشگران از فن قصه‌درمانی بهره‌گرفته‌اند. سرانجام اینکه مونتر و رنی (۲۰۱۳) نیز به این نتیجه رسیدند که فن قصه‌درمانی و کتاب‌درمانی برای اصلاح اعمال کودکان و ترغیب آنان به انجام کارهای صحیح تأثیر زیادی دارد.

همسو با این تحقیقات بهره‌گیری از روان‌شناسی روایتی^۲ و مؤثر بودن آن در کاهش اختلالات جسمانی و روانی روزبه‌روز بیشتر می‌شود. روان‌شناسی روایتی دیدگاه یا موضوعی در چهارچوب روان‌شناسی است که بیشتر توجه آن معطوف به روایت طبیعت انسان از طریق تجربه و با ساختن داستان و گوش دادن به داستان‌های دیگران است. (کروسلی^۳، ۲۰۱۰)

بر همین اساس استفاده از روایت‌درمانی^۴ به عنوان روشی در درمان و یا برطرف کردن برخی از اختلالات روان‌شناختی نظیر: درمان اختلالات خوردن و افزایش خودکنترلی و پرهیز از سوءاستفاده جنسی در کودکان (دراکر^۵، ۲۰۰۹) و درمان تصور بدریختی بدنی در دختران (داگوستا^۶، ۲۰۰۹) می‌تواند مؤثر باشد. بنابراین در جمع بندی کلی نتایج مطالعات فوق با نتایج تحقیق حاضر هماهنگی داشته و نتایج و یافته‌های تمامی موارد حاکی از نقش مؤثر و ارزشمند قصه و روایت‌درمانی به عنوان یک روش روان‌شناختی جدید و کارآمد در تقویت جنبه‌های خودباوری و ایجاد تصورات مثبت در افراد نسبت به خود و دیگران و کاهش مشکلات جسمانی و روانی می‌باشد. با در نظر گرفتن اهمیت نتایج فوق، توجه به یافته‌های پژوهشی (امین‌دهقان و پریخ، ۱۳۸۲) نشان می‌دهد که داستان‌های مناسب کودکان در گروه‌های سنی «ب» که در سال‌های ۱۳۸۰-۱۳۷۰ از سوی «شورای کتاب کودک» برگزیده شده‌اند، رویکرد درمانی ضعیف داشته و بیشتر داستان‌ها توانایی لازم در پاسخ‌گویی به نیازهای عاطفی، اجتماعی کودکان و پیشگیری از مشکلات و به ویژه حل مشکلات روان‌شناختی کودکان را ندارند.

۱- Bertrand

۲- Narrative Psychology

۳ - Crossley

۴- Narrative Therapy

۵- Draucker

۶- Dacosta

با توجه به این واقعیت که برخی کودکان در روند رشد طبیعی خود با مشکلاتی مواجه بوده یا به دلیل ارضا نشدن نیازها و برخی از حوادث اجتناب‌ناپذیر در زندگی، دچار مشکلات روان‌شناختی از جمله اعتماد به نفس پایین، ضعف در خودشناسی و عدم استفاده از توانایی‌ها، احساس مسئولیت پایین و... می‌شوند، لذا توجه به جنبه‌های درمانی داستان به ویژه در تقویت حس اعتماد به نفس در کودکان ضروری به نظر می‌رسد. با وجود این در پژوهش حاضر تعداد داستان‌هایی که بتواند به اکثر روش‌های تقویت اعتماد به نفس بپردازد کمتر است. به عبارتی از مجموع ۱۴۱ داستان مورد بررسی، ۱۹ داستان یعنی ۱۳/۵ درصد کل داستان‌ها برای تقویت اعتماد به نفس بسیار مؤثرند. ضعف و قوت داستان‌ها در این زمینه هنگامی برجسته می‌شود که داستان‌ها از جنبه کیفی مقایسه شوند و در طیف یا گروه ضعیف، متوسط یا قوی قرار گیرند. (جدول شماره ۷)

جدول ۷: مقایسه کیفی داستان‌ها در زمینه تقویت اعتماد به نفس

کیفیت داستان	امتیاز	فراوانی	درصد فراوانی
ضعیف	۱-۳	۱۳	۹/۲
متوسط	۴-۷	۱۰۹	۷۷/۳
قوی	۸-۱۰	۱۹	۱۳/۵
جمع	۱۰	۱۴۱	۱۰۰٪

بر همین اساس تعداد داستان‌هایی که یک تا سه امتیازی را به دست آورند ۱۳ عنوان و به عبارتی ۹/۲ درصد کل داستان‌هاست و در گروه داستان‌های ضعیف در پرداختن به ویژگی اعتماد به نفس در کودکان قرار می‌گیرند. ۷۷/۳ درصد یا به عبارتی ۱۰۹ عنوان از قصه‌ها ۴ تا ۷ امتیازی بوده و در گروه داستان‌های سطح متوسط قرار می‌گیرند که این گروه به دو زیرگروه داستان‌های متوسط پایین (۴-۵ امتیازی) و متوسط بالا (۶-۷ امتیازی) دسته‌بندی می‌شوند. داستان‌های گروه متوسط پایین و گروه متوسط بالا هر کدام به ترتیب با ۳۶/۹ درصد و ۴۰/۴ درصد تلاش داشتند به نحوی با خط‌مشی‌های خاص و متفاوتی میزان خودباوری و اعتماد به نفس در کودکان را تقویت کنند. ۱۳/۵ درصد (عنوان ۱۹) از داستان‌ها نیز ۸ تا ۱۰ امتیازی بوده و در ردیف قصه‌ها و داستان‌های قوی در زمینه تقویت اعتماد به نفس در کودکان قرار می‌گیرند که تلاش دارند از راه‌های مختلف میزان خودباوری و خوب‌شدن‌پذیری افراد را بالا برده و به تقویت روان‌شناختی کودکان کمک کنند.

مقایسه نسبت کیفیت داستان‌های مورد مطالعه

بر اساس اطلاعات جدول شماره (۸) و مطابق آزمون کای دو انجام شده ملاحظه می‌شود کیفیت ۱۳ مورد از داستان‌ها در حد ضعیف، ۱۰۹ مورد متوسط و ۱۹ مورد قوی می‌باشد که طبق معیار، مقدار آزمون برابر $122/064 = x^2$ با سطح معنی‌داری $P = 0/000$ بدست آمده است که چون سطح معنی‌داری از $0/05$ کمتر است نتیجه می‌گیریم تفاوت مشاهده شده معنی‌دار می‌باشد و داستان‌هایی که کیفیت آنها در حد متوسط می‌باشد بیشترین فراوانی را دارند.

کیفیت داستان	مقدار مشاهده شده	مقدار قابل انتظار	باقیمانده
ضعیف	۱۳	۴۷/۰	-۳۴/۰
متوسط	۱۰۹	۴۷/۰	۶۲/۰
قوی	۱۹	۴۷/۰	-۲۸/۰
کل	۱۴۱	-	-

آزمون	مقدار آزمون	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
کیفیت داستان	۱۲۳/۰۶۴	۲	/۰۰۰

از آنجا که تحلیل روان‌شناختی قصه‌ها و داستان‌های بومی با رویکرد درمانی در ایران فعالیتی جدید محسوب می‌شود، لذا کمبودها و فضاهای خالی زیادی به چشم می‌خورد. انتظار می‌رود این پژوهش زمینه را برای بررسی و تحلیل قصه‌ها از وجوه مختلف روان‌شناختی، جامعه‌شناختی و انسان‌شناختی فراهم سازد. همچنین با توجه به نقش جذاب و دوست‌داشتنی قصه و تأثیرات روانی و اجتماعی آن بر روی فرد و همچنین قدرت وصف‌نشده‌ی آن در ایجاد پیوند میان کودکی و بزرگسالی، استفاده از آن توسط مادران یک ضرورت انکارناپذیر است. بر همین اساس آشناسازی والدین و به ویژه زوجین جوان با اهمیت، نقش و تأثیر قصه‌ها در رشد کودک و چگونگی بهره‌گیری از این هنر بزرگ از طریق رسانه‌ها، جراید و مطبوعات می‌تواند مفید باشد. همچنین ایجاد کارگاه‌های آموزشی برای کسب مهارت‌های کلامی و داستان‌خوانی برای والدین و مربیان مهدکودک‌ها برای استفاده صحیح و کاربردی از داستان‌ها کارساز است. در عین حال با توجه به نقش سازنده آموزش و پرورش در این زمینه، ایجاد ساعات درس قصه‌گویی برای دانش‌آموزان پایه ابتدایی به صورت فوق برنامه می‌تواند در پرورش استعدادهای کودکان و رشد روانی، عاطفی و اجتماعی آنان فوق‌العاده مفید و مؤثر باشد. همچنین با توجه به نتایج پژوهش حاضر و نظر به اهمیت و نقش اعتماد به نفس در زندگی و به ویژه هنگامی که کودک اولین محیط اجتماعی یعنی مدرسه را تجربه می‌کند و سپس خود را برای ورود به قلمرو اجتماع آماده می‌سازد، لزوم تقویت خودباوری و انتقال نگرش مثبت و سالم به کودک باید بیشتر مورد توجه نویسندگان قصه‌ها و داستان‌های ویژه کودکان قرار گیرد.

منابع

- آریا، ع. و تبریزی، م. (۱۳۸۲). **کتاب درمانی**. تهران: فرا روان.
- احمدی، ع؛ گروسی فرشی، م. ت. و شیخ علیزاده، س. (۱۳۸۵). بررسی عوامل مؤثر بر خودباوری دانش‌آموزان. **فصلنامه روان‌شناسی دانشگاه تبریز**، شماره ۲ و ۳، صص ۱۱ تا ۳۱.
- امین دهقان، ن. و پریخ، م. (۱۳۸۲). تحلیل محتوای کتاب‌های داستانی مناسب کودکان در گروه سنی «ب» با رویکرد کتاب درمانی. **فصلنامه کتابداری و اطلاع‌رسانی**، شماره ۲۴، صص ۱۹-۵۳.
- باغبان، علی؛ شریفی، خدیجه و موسوی، غلام‌عباس (۱۳۸۷). بررسی وضعیت اعتماد به نفس دانش‌آموزان پسر دبیرستان شهر کاشان. **مجله دانشگاه علوم پزشکی کاشان**، شماره نهم، صص ۵۲ تا ۵۶.

پریخ، م. و ناصری، ز. (۱۳۹۰). بررسی میزان تأثیر برنامه‌های کتاب درمانی بر کاهش پرخاشگری کودکان. *مجله مطالعات ادبیات کودکان*، دانشگاه شیراز، سال دوم، شماره اول، صص ۳۳-۵۸.

سفیری، خ. (۱۳۸۷). *روش تحقیق کیفی*. تهران: پویش.

محمدی، م.؛ جزایری، ع.؛ رفیعی، ا.؛ جوکار، ب. و پورشهباز، ع. (۱۳۸۵). بررسی عوامل تاب‌آور در افراد در معرض خطر سوءمصرف مواد مخدر. *فصلنامه روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، سال اول، شماره ۲ و ۳، صص

۲۰۳-۲۲۴.

میلانی‌فر، بهروز. (۱۳۹۰). *بهداشت روانی*، تهران، انتشارات قوس.

Ames P. C., & Riggo R.E. (2009). Use of the rotter incomplete sentences blank with adolescent populations: implications for determining maladjustment. *Journal Pers Assess*. Feb; 64(1), 159- 167.

Angus L., Levitt H. & Hardtke K. (2009). The narrative processes coding system: research application and implications for psycho therapy practice, *Journal Clin Psychol*, 55 (10), 1255- 70.

Aydin G. & Yerin O. (2007). The effect of a story- based cognitive behavior modification procedure on reducing children's test anxiety before and after cancellation of an important examination international. *Journal for the Advancement of Counseling*, 17 (2), 149- 161.

Beautrais A. L., Joyce P. R., & Mulder R.T. (2010). Personality traits and cognitive styles as risk factors for serious suicide attempts among young people. *Suicide Life Threat Behav*, spring, 29 (1), 37- 47.

Capaldi D.M. & Stoolmiller M. (2011). Co-occurrence of conduct problems and depressive symptoms in early adolescent boys: prediction to young- adult adjustment. *Development Psychopathol*, winter, 11 (1), 59- 84.

Chou, S. Y. & Pearson, J. (2011). A demographic study of information technology professionals' organizational citizenship behavior. *Journal of Management Research*, 3, 1-15.

Chung, M. S. & Thomson, D. M. (2008). Development of face recognition. *British Journal of Psychology*, 86, 55-87.

Compas B. E. & Malcarne V., & Fonda- Cars K. M. (2010). Coping with stressful events in older children and young adolescents. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 56(3), 405- 411.

Crossley, M. (2010). Narrative psychology, trauma, and the study of self - identity. *Theory and Psychology*, 10(4), 527-546.

Dacosta, D., Nelson, T. M., Rudes, J. & Guterman, J.T. (2009). A Narrative approach to body dysmorphic disorder. *AMHCA Journal*. 31, 67.

Draucker, P. B. (2009). Narrative therapies for women who have live with violence. *Archives of Psychiatric Nursing*. Narrative therapy and community work. Dulwich center. 20(3), 162-168.

Focht L. & Beardslee W.R. (2012). Speech after Long Silence: the use of narrative therapy in a preventive intervention for children of parents with affective disorder. *Fam Process*, 35(4), 407- 422.

- Friedberg R.D. (2008). Story telling and cognitivetherapy with children. *Journal of Cognitive Psychology*. An International Quarterly. 8(3), 209- 215.
- Hawton, K., Houston, K. How, C., Townsend, E. & Harriss, L. (2010). Comorbidity of axis I and Axis II disorders in patients who attempted suicide. *American Journal of psychiatry*, 171(8), 1494-2000.
- Herman L. (2008). Good enough fairytales for resolving sexual abuse thraume. *Arts in Psycho Therapy*, 24(5), 439- 445.
- Kernberg, O.F. (2011). Suicide behavior in borderline patients: diagnosis and psychotherapeutic considerations. *American Journal of Psychotherapy*, 61(2), 245-254.
- Khodaei- Majd, V. (2012). Direction toward the development of psychological thinking in Iran during the 20th century. *Doctoral Dissertation*. Baku State University.
- Larner G. (2006). Narrative child family therapy. *Fam Process*, 35(4), 432- 440.
- Laube J. & Threfz S. (2009). Group therapy using a narrative theory frame work: application to treatment of depression. *Journal of Systemic Therapics*, 13(2), 29- 37.
- Learner J. (2009). *Learning Disabilities*. Houghton: Mifflin Company northerstorn Ellinols University. 131- 139.
- Legerstee, J. S., Garnefski, N., Verhulst, F. C., & Utens, E. M. (2011). Cognitive coping in anxiety- disordered adolescents. *Journal of Adolescence*, 34, 319- 326.
- Linehan, M. M. (2008). Using Similes, Analogies, Metaphors and Stories (SAMS). In: Rushforth J, Bell, R. editors. *Overcoming Body Image Disturbance*. (PP, 35-50.). New York: Rowtledge.
- Links, P.S. Bergmans, Y. & Serine, H. (2010) Assessing suicide risk in patients with borderline personality disorder. *Psychiatric Times*, 27(8), 62-79.
- Macaskill, G. T., Hopper J. L., White V., & Hill D. J. (2010). Genetic and environment variation in eysenck personality questionnaire scales measured on Australian adolescent twins. *Behav Genet*, Nov, 24(6), 481- 491.
- Markham, A., Thompson, T. & Blowing, A. (2009). Determinants of body-image shame personality and individual differences. *AMHCA Journal*, 51, 1529- 1541.
- Melanie, C. G. (2011). Storytelling in teaching. *American Psychological Society*. 17(4), 100- 110.
- Merys, C. B. & Bertrand, J. (2007). *Developmental relations between cognition and longuage*. New York. Brookes.
- Miles, M. B. & Huberman, M. A. (1994). *Qualitative Analysis: An Expanded source book*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Mirza, N. M., Davis, D. & Yanovski, J. A., (2005) Body dissatisfaction, self-esteem and overweight among inner-city hispanic- children and adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 36(3), 267-283.
- Mitchell, W. M. (1995). The importance of stories in the act of caring. *Pastoral Psychology*, 43(3), 215- 225.

- Montague M. (2011). The effect of cognitive and metacognitive strategy instruction of the mathematical problem solving of middle school student with learning disabilities. *Learning Disabilities*, 25, 230- 248.
- Montero K. & Renee T. (2013). Bridging communication with the story technique. *Child Development*, 65(6), 1744- 1763.
- Mutran E. J, Reitzes D. J., Bratton K.A. and Fernandez M.E. (2009). Self- esteem and subjective responses to work among mature workers: similarities and differences by gender. *Journal Gerontol Psychol Sci Soc Sci*, Mar, 52(2), 589- 596.
- Nauert, R. (2011). Kids understand benefits of positive thinking. *Psych Central*. Retrieved on March 8, 2013, from <http://psychcentral.com/news/2011/12/23/kids-understand-benefits-of-positive-thinking/32943.html>
- Nauert, R. (2012). Studies suggest increase in children's imaginative play. *Psych Central*. Retrieved on March 8, 2013, from <http://psychcentral.com/news/2012/05/31/studies-suggest-increase-in-childrens-imaginative-play/39485.html>.
- Stover E.D. & Stover M. (2006). Biblical storytelling as a form of child therapy. *Journal of Psychology Christianity*. 13(1), 28-36.
- Webster, J. & Tiggeman, M. (2010). The Relationship between women's body satisfaction and self-image across the life span: The Role of cognitive control. *Journal of Genetic Psychology*, 171(2), 241-253.
- Weiten W. & Lioyd M. A., Dunn, D. S. & Hamer, E. Y., (2010). *Psychology applied to modern life: Adjustment in the 21st Century*, (10th edition), 142- 147.

ضمائم

جدول پیوست ۱: فهرست و مشخصات منابع کهن و مرجع برای انتخاب قصه‌ها

ردیف	عنوان	نویسنده	ناشر*	سال نشر	تعداد قصه انتخابی
۱	آی قصه، قصه، قصه	شراره وظیفه‌شناس و زهره‌پریخ	کانون پرورش	۱۳۷۶	۱۲
۲	بوستان سعدی	غلامحسین یوسفی	خوارزمی	۱۳۸۲	۴
۳	قصه‌های اسطوره‌ای	مینو امیرقاسمی	مرکز	۱۳۹۱	۵
۴	شاهنامه فردوسی	سعید حمیدیان	قطره	۱۳۷۶	۵
۵	فرهنگ مردم	سیدعلی میرنیا	پارسا	۱۳۷۹	۸
۶	قصه‌های بهرنگ	صمد بهرنگی	نامک	۱۳۸۳	۹
۷	قصه‌های چهارده معصوم	مهدی آذریندی	امیرکبیر	۱۳۶۹	۲۳
۸	قصه‌های شیخ عطار	مهدی آذریندی	امیرکبیر	۱۳۶۹	۸
۹	قصه‌های مثنوی مولوی	مهدی آذریندی	امیرکبیر	۱۳۶۹	۲۰
۱۰	قصه‌های هزار و یک شب (۱)	رضا شیرازی	پیام محراب	۱۳۸۵	۱۰
	جمع قصه‌ها				۱۰۴

* محل نشر همه‌ی کتاب‌ها تهران می‌باشد.

جدول پیوست ۲: فهرست و مشخصات کتاب‌های داستان انتخابی ویژه کودکان (به غیر از منابع کهن و مرجع)

ردیف	عنوان	نویسنده	ناشر*	سال نشر	تعداد قصه
۱	آشنشان کوچولو	جهانگیر معصومی	نشر همکلاسی	۱۳۷۱	۱
۲	آرزوی پرده حصیری	اعظم تیرایی	مدرسه	۱۳۷۷	۱
۳	آسیاب، بچرخ!	سرور کتبی	کانون پرورش**	۱۳۷۸	۱
۴	آقا موش باهوش	شکوه قاسم‌نیا	قدیانی	۱۳۷۵	۱
۵	افسانه دیو و دختر	شکوه قاسم‌نیا	پیدایش	۱۳۷۶	۱
۶	بادبادک زرد	زیبا مستعدی	نشر نی	۱۳۷۰	۱
۷	بازی مدادها	امیر مراد حاصل	کانون پرورش	۱۳۷۵	۱
۸	پسر و پروانه	فروزنده خداجو	سروش	۱۳۷۳	۱
۹	پلنگ سیاه	سرور پوریا	کانون پرورش	۱۳۷۳	۱
۱۰	پهلوان پنبه و ننه پنبه	محمدرضا یوسفی	شباویز	۱۳۸۰	۱
۱۱	پیرزن دوچرخه‌سوار	فریبا کلهر	مدرسه	۱۳۸۲	۱
۱۲	چه کسی عاقل‌تر است	نورا حق‌پرست	کانون پرورش	۱۳۷۲	۱
۱۳	خره شیر شکار می‌کرد	مصطفی رحمان‌دوست	نشر افق	۱۳۷۷	۱
۱۴	خفاش کوچولو	مژگان شیخی	نشر افق	۱۳۷۹	۱
۱۵	رودخانه‌ای که راهش را گم کرده بود	حسین فتاحی	به نشر	۱۳۸۴	۱
۱۶	سفر جوجه طلایی	محمدرضا یوسفی	شرکت همگام	۱۳۷۳	۱
۱۷	سفید گریه نکن!	فریبا صدیقیم	دفتر نشر	۱۳۷۵	۱
۱۸	سنجایی که بزرگ شد	شکوفه تقی	کانون پرورش	۱۳۷۴	۱
۱۹	صفر کله گنده	کامبیز کاکاوند	شباویز	۱۳۸۱	۱
۲۰	عروسی	محمدرضا شمس	شباویز	۱۳۸۱	۱
۲۱	عینکی و کلاهی	لیلا حکم الهی	شباویز	۱۳۸۲	۱
۲۲	فاخته تنها	نورا حق‌پرست	کانون پرورش	۱۳۷۲	۱
۲۳	فیل کوچولو! دماغت کو؟	مینو امیرقاسمی	کانون پرورش	۱۳۶۹	۱
۲۴	قدم یازدهم	سوسن طاق‌دیس	کانون پرورش	۱۳۸۳	۱
۲۵	قصه پنیرک	فاطمه ابطحی	کانون پرورش	۱۳۷۲	۱
۲۶	قصه مارمولک سبز کوچولو	کلرژبرت (سمیه جلالی)	کانون پرورش	۱۳۸۵	۱
۲۷	کلاغ خنزر پنزری	سروناز پریشانزاده	کانون پرورش	۱۳۷۸	۱
۲۸	کلاغ دم بریده	سرور پویا	کانون پرورش	۱۳۷۱	۱
۲۹	کی از همه بزرگتر است؟	مینو امیرقاسمی	کانون پرورش	۱۳۶۵	۱
۳۰	گفت و گوی رنگ‌ها	بهرام خائف	کانون پرورش	۱۳۷۹	۱
۳۱	گل بلور و خورشید	فریده فرجام	کانون پرورش	۱۳۸۰	۱
۳۲	ماه بود و روباه	آناهیتا تیموریان	کانون پرورش	۱۳۷۹	۱
۳۳	ماهی پرنده	کامبیز کاکاوند	شباویز	۱۳۸۱	۱
۳۴	ملوچک دایره‌زن	محمدرضا یوسفی	خانه آفتاب	۱۳۷۹	۱
۳۵	من بلد نیستم	سوسن طاق‌دیس	حوزه هنری	۱۳۷۲	۱
۳۶	مهمان‌های ناخوانده	فریده فرجام	کانون پرورش	۱۳۷۸	۱
۳۷	مهمانی	مرجان کشاورزی‌آزاد	شباویز	۱۳۸۱	۱
۳۷	جمع				

* محل نشر همه کتابها تهران می‌باشد.

**اسم کامل ناشر، کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان می‌باشد.