



دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی
گروه روانشناسی و آموزش کودکان استثنائی
پایان نامه جهت اخذ مدرک کارشناسی ارشد

عنوان

**تأثیر اجرای برنامه حرکات موزون همراه با موسیقی در کاهش پرخاشگری
دانش آموزان عقب مانده ذهنی آموزش پذیر مقطع ابتدایی**

نگارنده

مرضیه اکبری

استاد راهنما

دکتر محمود میر زمانی

استاد مشاور

عباس داورمنش

استاد مشاور آمار

دکتر مسعود صالحی

اردیبهشت ۱۳۸۹

شماره ثبت ۱۴۰-۴۰۰۰

تقدیم

تقدیم به وجود بی همتای پدر و مادر مهربانم

به همراهی برادر و خواهران عزیزم محمد، مریم، فرزانه، الهه

تقدیر و تشکر

بر خود واجب می دانم در ابتدا از پروردگار زیبا و منزل آرامش، سپس از زحمات پدر و مادر عزیزم که در تمام مراحل زندگی همواره مشوق تلاش ها و دلگرمی و پناه خستگی هایم بوده و هستند کمال تشکر را داشته باشم و سر تعظیم در مقابل آنان فرود می آورم.

ازاستاد گرانقدر جناب آقای دکتر محمود میرزمانی، که راهنمایی این پایان نامه را به عهده گرفتند نهایت سپاس را دارم.

از استاد فرزانه جناب آقای عباس داورمنش جهت کمک های بی دریغشان در تمام مراحل نگارش پایان نامه صمیمانه سپاسگزارم.

از جناب آقای دکتر مسعود صالحی به دلیل دقت و ریزبینی ایشان کمال تشکر و امتنان را دارم.

از دوستان همیشگی مهسا و مهدیس قربانی نژاد، رقیه رستمی، محبوبه هاشمی، غزاله نژادی، مریم حسن زاده، ریحانه حق جو و تمام همکلاسی ها و دوستان عزیزم که هر یک گنجینه ای ارزشمندی از دانش و دوستی هستند تقدیر و تشکر به عمل آورده و امیدوارم خداوند قادر و بصیر توان جبران زحمات این عزیزان را به بنده اعطا فرماید.

چکیده

پرخاشگری و مشکلات رفتاری وابسته به آن یکی از گسیختگی های شایع و مشکلات مزمن اجتماعی است که در بین افراد عقب مانده ذهنی فراوان به چشم می خورد. جهت درمان پرخاشگری کودکان کم توان ذهنی روش های مختلفی پیشنهاد شده است. حرکات موزون به عنوان یکی از این مداخلات، می تواند در درمان پرخاشگری کودکان عقب مانده ذهنی موثر باشد. هدف از مطالعه حاضر، تعیین میزان تأثیر انجام حرکات موزون در کاهش پرخاشگری دانش آموزان عقب مانده ذهنی آموزش پذیر مقطع ابتدایی در سال تحصیلی ۸۸-۸۷ می باشد.

این پژوهش یک مطالعه شبه تجربی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل است. در این پژوهش ۶۰ دانش آموز عقب مانده ذهنی آموزش پذیر مقطع ابتدایی به روش تصادفی ساده از دو مدرسه ی (مهر و امام جواد) شهر ساری انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ دختر و ۱۵ پسر) و کنترل (۱۵ دختر و ۱۵ پسر) قرار گرفتند. برای گروه آزمایش ۱۰ جلسه پی در پی هر روزه (هر جلسه یک ساعت) برنامه حرکات موزون برگزار شد. ابزار گرد آوری داده ها شامل پرسشنامه پرخاشگری کودکان کم توان ذهنی (۱۳۸۸) (B.D.GH) بود. پس آزمون، ۱۰ روز پس از آخرین جلسه اجرا انجام شد. داده های حاصل با انجام آزمون های کولموگروف اسمیرنوف و تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج تفاوت معناداری را در گروه آزمایش قبل و بعد از اجرای برنامه حرکات موزون نشان داد ($P < 0/001$). این در حالی است که در گروه کنترل تفاوت معناداری بین میانگین های قبل و بعد وجود نداشت ($P = 0/766$). همچنین پس از اجرای برنامه حرکات موزون بین دو گروه تفاوت معناداری از لحاظ آماری وجود داشت ($P < 0/001$)، در حالی که قبل از اجرای برنامه حرکات موزون، تفاوت معناداری بین گروه آزمایش و کنترل وجود نداشت ($P = 0/621$).

یافته های این پژوهش نشان داد که اجرای برنامه حرکات موزون بر کاهش پرخاشگری دانش آموزان عقب مانده ذهنی آموزش پذیر موثر است.

کلید واژه ها: عقب مانده ذهنی آموزش پذیر / حرکات موزون / پرخاشگری / هنردرمانی

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول - کلیات تحقیق
۲	۱-۱- مقدمه
۴	۲-۱- بیان مسأله
۸	۳-۱- اهمیت و ضرورت
۹	۴-۱- تعریف واژه ها و اصطلاحات
۹	۱-۴-۱- تعاریف مفهومی متغیرها
۱۰	۲-۴-۱- تعاریف عملیاتی متغیرها
۱۱	۵-۱- اهداف پژوهش
۱۱	۱-۵-۱- اهداف کلی
۱۱	۲-۵-۱- اهداف اختصاصی
۱۲	۳-۵-۱- اهداف کاربردی
۱۲	۶-۱- فرضیه های پژوهش
	فصل دوم - پیشینه تحقیق
۱۵	۱-۲- عقب ماندگی ذهنی
۱۶	۱-۱-۲- تعریف عقب ماندگی ذهنی
۱۷	۲-۱-۲- طبقه بندی عقب ماندگی ذهنی
۱۸	۳-۱-۲- عقب ماندگان ذهنی آموزش پذیر
۲۰	۲-۲- پرخاشگری

۲۲	۱-۲-۲- انواع پرخاشگری
۲۸	۲-۲-۲- پرخاشگری کلامی
۲۹	۳-۲-۲- پرخاشگری غیر کلامی
۳۰	۴-۲-۲- نظریه های پرخاشگری
۳۰	۱-۴-۲-۲- نظریه زیست شناسی
۳۱	۲-۴-۲-۲- نظریه روان تحلیل گری
۳۴	۳-۴-۲-۲- الگوی ناکامی - پرخاشگری
۳۶	۴-۴-۲-۲- نظریه های یادگیری پرخاشگری
۳۸	۵-۴-۲-۲- نظریه پردازش اطلاعات
۳۹	۶-۴-۲-۲- نظریه بوم شناختی
۴۱	۵-۲-۲- علل پرخاشگری
۴۲	۱-۵-۲-۲- رفتار های واکنشی
۴۲	۲-۵-۲-۲- رفتار زیست - پزشکی واکنشی
۴۳	۳-۵-۲-۲- اختلال جسمی
۴۳	۴-۵-۲-۲- واکنش به درمان
۴۴	۵-۵-۲-۲- اختلال روانی یا هیجانی
۴۵	۶-۵-۲-۲- رفتار واکنشی آسیب زا
۴۶	۷-۵-۲-۲- رفتار بومی به نشانه پاسخ
۴۷	۶-۲-۲- تفاوت های جنسیتی در پرخاشگری
۴۹	۷-۲-۲- تغییرات رشدی در پرخاشگری
۵۱	۸-۲-۲- سبب شناسی پرخاشگری در کودکان عقب مانده ذهنی
۵۵	۹-۲-۲- درمان پرخاشگری
۵۷	۳-۲- تعریف هنر درمانی

۵۸	۲-۳-۱- مزایای هنر درمانی
۶۱	۲-۳-۲- هنر درمانی در مدرسه
۶۲	۲-۴- موسیقی
۶۳	۲-۴-۱- تعریف موسیقی درمانی
۶۳	۲-۴-۲- کاربرد موسیقی در درمان مشکلات رفتاری و عاطفی
۶۴	۲-۴-۳- کاربرد موسیقی در درمان عقب ماندگان ذهنی
۶۵	۲-۴-۵- موسیقی و حرکات موزون
۶۶	۲-۵- تعریف حرکات موزون
۶۷	۲-۵-۱- پیشینه حرکات موزون
۶۸	۲-۵-۱-۱- تاریخچه حرکات موزون در ایران
۶۹	۲-۵-۱-۲- حرکات موزون در ایران پیش از تاریخ
۷۱	۲-۵-۱-۳- حرکات موزون در دوره تشکیل امپراطوری های بزرگ
۷۲	۲-۵-۱-۴- حرکات موزون در دوران پس از اسلام
۷۳	۲-۵-۲- تقسیم بندی حرکات موزون
۷۵	۲-۵-۳- فرم های کلی در اجرای حرکات موزون
۷۶	۲-۵-۴- رقص / حرکت درمانی
۸۰	۲-۵-۵- مزیت های رقص درمانی
۸۱	۲-۵-۶- فواید برنامه های رقص در عقب ماندگان ذهنی
۸۲	۲-۵-۷- رقص و حرکت در مشاوره
۸۴	۲-۶- مروری بر مطالعات و تحقیقات داخلی و خارجی
۸۴	۲-۶-۱- مروری بر مطالعات و تحقیقات خارجی
۸۹	۲-۶-۲- مروری بر مطالعات و تحقیقات داخلی

فصل سوم - روش شناسی تحقیق

۹۳	۳-۱- طرح پژوهش
۹۳	۳-۲- جامعه آماری
۹۳	۳-۳- ملاک ورود
۹۳	۳-۴- ملاک خروج
۹۴	۳-۴- نمونه و روش نمونه گیری
۹۴	۳-۵- ابزار اندازه گیری
۹۵	۳-۵-۱- نمره گذاری
۹۶	۳-۵-۲- روایی ابزار پژوهش
۹۷	۳-۵-۳- پایایی ابزار پژوهش
۹۸	۳-۶- متغیر های پژوهش
۹۹	۳-۷- روش اجرا
۱۰۰	۳-۸- روش تجزیه و تحلیل داد ها
۱۰۱	۳-۹- ملاحظات اخلاقی

فصل چهارم - توصیف و تحلیل داده ها

۱۰۳	۴-۱- توصیف داده ها
۱۰۶	۴-۲- بررسی فرضیه های پژوهش

فصل پنجم - بحث و نتیجه گیری و پیشنهادات

۱۲۰	۵-۱- بحث در نتایج پژوهش
۱۳۰	۵-۲- نتیجه گیری نهایی

۱۳۲

۳-۵- محدودیت های پژوهش

۱۳۲

۴-۵- پیشنهادات پژوهش

منابع

پیوست ها

۱

پرسشنامه پرخاشگری کودکان کم توان ذهنی

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۹۷	جدول ۱-۳ جدول همبستگی بین مؤلفه های مختلف پرخاشگری
۱۰۳	جدول ۱-۴ بررسی توزیع جنسیت آزمودنی ها بر حسب گروه
۱۰۴	جدول ۲-۴ مقایسه میانگین سن دانش آموزان بر حسب جنسیت و گروه
۱۰۵	جدول ۳-۴ بررسی نرمالیتت متغیر های پژوهش
۱۰۶	جدول ۴-۴ مقایسه میانگین نمرات پرخاشگری گروه کنترل و آزمایش
۱۰۷	جدول ۵-۴ مقایسه میانگین نمرات پرخاشگری کلامی به خود دختران گروه کنترل و آزمایش
۱۰۹	جدول ۶-۴ مقایسه میانگین نمرات پرخاشگری کلامی به خود پسران گروه کنترل و آزمایش
۱۱۰	جدول ۷-۴ مقایسه میانگین نمرات پرخاشگری غیر کلامی به خود دختران گروه کنترل و آزمایش
۱۱۲	جدول ۸-۴ مقایسه میانگین نمرات پرخاشگری غیر کلامی به خود پسران گروه کنترل و آزمایش
۱۱۳	جدول ۹-۴ مقایسه میانگین نمرات پرخاشگری کلامی به غیر خود دختران گروه کنترل و آزمایش
۱۱۴	جدول ۱۰-۴ مقایسه میانگین نمرات پرخاشگری کلامی به غیر خود پسران گروه کنترل و آزمایش
۱۱۵	جدول ۱۱-۴ مقایسه میانگین نمرات پرخاشگری غیر کلامی به غیر خود دختران گروه کنترل و آزمایش
۱۱۷	جدول ۱۲-۴ مقایسه میانگین نمرات پرخاشگری غیر کلامی به غیر خود پسران گروه کنترل و آزمایش

فصل اول

کلیات تحقیق

۱-۱- مقدمه:

اختلالات رفتاری^۱ کودکان، مسئله‌ی جدیدی نیست چراکه جامعه به کرات با این مفاهیم مواجه بوده است. از زمانی که مدارس برای پاسخگویی به تقاضای عمومی آموزش و پرورش درهای خود را به روی قشرهای مختلف کودکان جامعه با تفاوت‌های عمیق قومی، فرهنگی و خانوادگی گشوده‌اند، آموزش و پرورش با این اختلالات روبرو بوده است. اصطلاح اختلالات رفتاری که نتیجه بارز آشفتگی هیجانی است معمولاً برای کودکانی که دچار تضاد هستند بکار می‌رود. این اصطلاح تقریباً از دهه‌ها سال پیش به حوزه روانشناسی وارد شده است (سیف نراقی و نادری، ۱۳۷۳).

یکی از عمده‌ترین اختلالات رفتاری در بین دانش‌آموزان پرخاشگری^۲ است. پرخاشگری و رفتارهای ضد اجتماعی بیشترین دلیل ارجاع کودکان به کلینیک‌های بهداشت روان می‌باشند (کازدین^۳، ۱۹۹۵). عموم کودکان رفتارهای پرخاشگرانه را تجربه می‌کنند. به نظر می‌رسد که پرخاشگری تحت تأثیر عامل زمان، دگرگونی پیدا کرده و در مقاطع خاصی از تحول روانی، از شدت و تنوع بیشتری برخوردار است. با وجود این، بروز رفتارهای برون‌ریزی^۴ شده در سنین مختلف، ضرورت برنامه‌ریزی جهت سنجش و درمان این گونه رفتارها را مضاعف می‌سازد، در غیر این صورت، رفتارهای پرخاشگرانه می‌تواند به منزله صفات باثبات شخصیت، دیگر رفتارها را تا حد سنین بزرگسالی زیر تأثیر قرار دهد (کندال^۵، ۲۰۰۰).

در مورد کودک کم‌توان ذهنی با توجه به محدودیت‌های ویژه‌ی آنها نسبت به کودکان عادی می‌توان انتظار داشت که رفتارهای سازش‌نا یافته بیشتری از آنها بروز کند. آنها به سبب محدودیت‌های مختلف که

۱ - Behavioral Disorder

۲ - Aggression

۳ - Kazdin, A

۴ - Externalized

۵ - Kendal, Ph

غالبا از محدودیت های شناختی آنها ناشی می شود با شکست های متعددی روبرو می شوند و پیامد همه این عدم موفقیت ها ناکامی است که خود سر آغاز پرخاشگری به گونه های مختلف خواهد بود (افروز، ۱۳۸۳).

به منظور کاهش اختلالات رفتاری دانش آموزان عقب مانده ذهنی از روش های متفاوتی مانند رفتار درمانی، شناخت درمانی، دارودرمانی، گروه درمانی و ... استفاده شده است. تحقیقات نشان داده اند هنر درمانی^۱ نیز به شکل های مختلف مانند (نقاشی درمانی^۲، نمایش درمانی^۳، فیلم درمانی^۴، موسیقی درمانی^۵، حرکات موزون^۶ (رقص^۷) می تواند برای کودکان مبتلا به اختلالات عاطفی و رفتاری سودمند باشد. به این ترتیب که هنر درمانی سر نخ هایی برای درک و حل مشکلات کودکان به دست می دهد و با ایجاد احساس بهزیستی ناشی از فعالیت های خلاق به بهبودی روابط، ارتقای مهارت های سازشی و سازگاری شخصی کودکان با دنیای اطرافشان کمک می کند (نوری، ۱۳۸۱). بنا بر اظهارات وال^۸ (۱۹۵۹) بسیاری از کودکان عقب مانده ذهنی از توانایی لذت بردن از بسیاری از جنبه های فرهنگی خاص آموزشی مانند، هنر، موسیقی، و حرکات موزون برخوردارند (کاخکی، ۱۳۸۷).

یکی از شکل های هنر درمانی حرکات موزون است که بر حیطه های شناختی، ادراکی - حرکتی و عاطفی - روانی کودکان تاثیر می گذارد (حاجی زاده سابق، ۱۳۸۰). جهان پر از وزن و آهنگ است، و تمامی کودکان قادرند به فعالیت های موزون پاسخ دهند به شرط آنکه انگیزه ای وجود داشته باشد. حرکات های موزون مجموعه ای از شکل های گوناگون حرکت و می توان آن را ترکیبی قراردادی، یا ابزاری برای بیان هیجان به حساب آورد. حرکت موزون شامل اجزایی است که می تواند نیاز فرد به شناخت،

۱ - Art Therapy
۲ - Paint Therapy
۳ - Drama Therapy
۴ - Move Therapy
۵ - Music Therapy
۶ - Rhythmic
۷ - Dance
۸ - Vall

ارضا، خلاقیت را بر آورد. همچنین می تواند برای رشد حس تعلق و شایستگی فرد فرصت هایی فراهم آورد (طوسی، ۱۳۷۵). حرکت های موزون علاوه بر اینکه به دلیل حاکم بودن نوعی نظم، وزن و هماهنگی بر روح آن به عنوان یک محرک خوشایند و مؤثر بر ذهن، فکر، اندیشه کودکان عمل می کند، به دلیل بر خورداری از نوعی انسجام، یکپارچگی، و توالی در حرکت و زمان در تجهیز کودک به تفکری نظام بخش برای مواجهه با دنیای پرهیاهوی پیرامونش ابزار موفقی می باشد (رافعی، ۱۳۸۰).

۱-۲- بیان مسئله:

در عرصه آموزش و پرورش امروز، متخصصین، صاحب نظران، معلمین و مربیان با دانش آموزان با اختلالات رفتاری و هیجانی بسیاری برخورد می نمایند. اختلالات رفتاری تا حد زیادی وضعیت تحصیلی و رشد اجتماعی کودکان را تحت الشعاع خود قرار می دهد، تا آنجا که این کودکان نمی توانند به درستی مسیر سالم و تکاملی رشد را پیمایند. یکی از عمده ترین اختلالات رفتاری در بین دانش آموزان پرخاشگری است (کافمن و هالاها^۱، ۱۳۸۴).

پر خاشگری را می توان به عنوان رفتاری که هدف آن رنجاندن یا صدمه زدن به اشخاص دیگر است، تعریف کرد (برکویتز^۲، ۱۹۹۳). پر خاشگری و مشکلات رفتاری وابسته به آن یکی از گسیختگی های شایع و مشکلات مزمن اجتماعی است که در بین افراد عقب مانده ذهنی فراوان به چشم می خورد. خشونت فیزیکی به دیگران و دارایی آنان، طغیان خشم، کج خلقی، و دیگر اعمال مخرب از قبیل دست انداختن همسالان، تهدید و بی حرمتی کلامی و غیر کلامی، جیغ زدن و منفی گرایی افراطی در آنها به صورت فعل یا بالقوه ظاهر می گردد و امنیت را به مخاطره می اندازد و با وقوع رفتارهای سازشی و رشد که شامل

۱ - kafman, J & Hallahan, D

۲ - Berkowits, L

تعاملات و مهارت های بین فرد است، تداخل پیدا می کند (رشتی و غباری بناب، ۱۳۷۸). آنچه باعث توجه محققان به رفتارهای پرخاشگرانه شده است اثر نامطلوب آن بر رفتارهای بین فردی و همچنین اثر ناخوشایند آن بر حالات درونی و روانی افراد است. عدم مهار رفتار پرخاشگرانه علاوه بر اینکه می تواند باعث ایجاد مشکلات بین فردی و جرم شود، درون ریزی را نیز به همراه دارد و باعث انواع مشکلات جسمی - روانی می شود (الیس^۱، ۱۹۹۸).

رفتارهای پرخاشگرانه علل متعدد دارد که می توان به عوامل زیستی، اجتماعی، روانی، شناختی، تجارب مربوط به یادگیری، ناکامی، ارزیابی های منفی از دیگران و شرایط ناخوشایند اشاره کرد (عبدالهی، ۱۳۸۶). پسران در مقایسه با دختران گرایش بیشتری به رفتارهای پرخاشگرانه دارند. این تفاوت تا اندازه ای علت زیست شناختی دارد که به علت هورمون های جنسی بخصوص آندروژن است. از طرف دیگر مجاز دانستن رفتارهای پرخاشگرانه از سوی خانواده برای جنس مذکر، می تواند شکل گیری ساختار شناختی اولیه را برای انجام رفتار پرخاشگرانه تسهیل کند (کندال، ۲۰۰۰).

در زمینه تبیین پرخاشگری در قلمرو رفتار اجتماعی با دو نظریه عمده روبرو هستیم. در نظریه روانکاوی پرخاشگری به عنوان یکی از سائق ها در نظر گرفته می شود. فروید معتقد بود که بسیاری از اعمال آدمی را غریزه ها بویژه غریزه جنسی تعیین می کند. وقتی مانعی در تجلی غرایز پیش آید سائق پرخاشگری سر بر می آورد (اتکینسون^۲، ۱۳۷۹). در رویکرد یادگیری اجتماعی پرخاشگری به عنوان رفتار اجتماعی آموخته شده مطرح می شود. انسان ها پاسخ پرخاشگرانه را از طریق تجارب مستقیم یا از راه مشاهده رفتار دیگران کسب می کنند (دادستان، ۱۳۸۶).

۱ - Ellis,A

۲ - Atkinson

نه تنها کودکان پرخاشگر به گونه ای منفی تحت تأثیر رفتارشان قرار می گیرند بلکه اثرات زیانبار آن بر روی افراد دیگر و جامعه بالا است. برای مثال قربانیان پرخاشگری از نتایج منفی آن که شامل مشکلات عاطفی، رفتاری و تحصیلی است در رنج اند. مشکلات تجربه شده توسط افراد پرخاشگر و قربانیان نیاز به انجام مداخلاتی جهت کاهش و درمان پرخاشگری را ضروری می سازد (لوپز و دوبویز^۱، ۲۰۰۵). برای درمان پرخاشگری کودکان و نوجوانان کم توان ذهنی روش های مختلفی پیشنهاد شده است که از آن جمله روشهای مبتنی بر یادگیری اجتماعی شامل ارائه و تقویت الگوهای مناسب به کودکان، آموزش خودگردانی و روشهای بازداری از پرخاشگری و استفاده از اصول پنج گانه تغییر رفتار، همچنین تقویت تفکیکی رفتارهای دیگر می توان نام برد (فاضل، ۱۳۷۹).

روش های دیگری نیز برای تعدیل پرخاشگری وجود دارد که از جمله می توان به هنر درمانی اشاره کرد (نوری، ۱۳۸۱). هنر درمانی امروزه به عنوان یکی از موثرترین شیوه های درمانگری توسط محققان بهداشت روان پذیرفته شده است. این شیوه درمانگری در بیمارستان های روانی، کلینیک ها، مدارس، مهد کودک ها، پرورشگاه ها، مراکز اصلاح و تربیت و زندان ها، هم با هدف درمان و هم به منظور آموزش، کاربرد های فراوانی دارد. هنر درمانگری زمینه ای بسیار گسترده است. از شاخه های این رشته عبارت است فیلم درمانی، نمایش درمانی، نقاشی درمانی، موسیقی درمانی، حرکات موزون (رقص) (اناری، ۱۳۸۶).

ماریا شایب لاور^۲ از پیشگامان روش های آموزشی موزون می باشد معتقد است که حرکت دروازه ای است که از طریق آن می توان به درون انسان ها نگریست. حرکات موزون ترجمان احساس های درونی کودک اند، احساساتی که نمی توان آن را بیان کرد. بنابراین حرکات موزون تنها شکل حرکت است که نیاز ذاتی کودک را جهت ابراز احساسات، اندیشه ها و عقاید تأمین می کند (افلاطونی، ۱۳۸۵).

۱ - Lopes,Z & Dobois,L
۲ -Schiblaver,M

شوارتز (۱۹۸۹) درباره اهمیت فراهم نمودن موقعیت های حرکات موزون (رقص) این گونه می گوید: از آنجایی که حرکات موزون به شیوه های گوناگون زندگی انسان را غنا می بخشد، هر کسی باید از این تجربه بهره مند شود. مریان و مدیران امور تفریحی باید سبک آموزشی انعطاف پذیری را برگزینند تا برنامه های آنها پاسخگوی نیاز های افراد شرکت کننده باشد (آیچس دو لاول، ۱۳۷۵).

افرادی که نارسایی ذهنی دارند از موسیقی لذت می برند و بر حرکت های هماهنگ و سایر فعالیت های همراه با وزن به خوبی پاسخ می دهند این فعالیت ها برای بهبود هماهنگی، انعطاف پذیری و انتقال بدن بسیار باارزش است. افزون بر این کودک را از بحران و اضطراب رها می کند. بهتر است حرکت های هماهنگ به میزان زیاد در برنامه این افراد گنجانده شود (رهبان فرد، ۱۳۷۷).

تاکنون تأثیر مثبت حرکات موزون بر کاهش رفتارهای پرخاشگرانه کودکان عادی (ویلسن و ویتاکر^۱، ۲۰۰۴)، حرکات موزون بر بهبود سلامت روان بیماران سرطانی (تین هانگ^۲، ۲۰۰۸)، حرکات موزون در کاهش نشانه های بیش فعالی و کمبود توجه (ردمن^۳، ۲۰۰۸)، و حرکات موزون بر بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی (آیونگ^۴، ۲۰۰۸) مورد بررسی قرار گرفته است. اما با هیچ تحقیقی که به تعیین تأثیر انجام حرکات موزون در کاهش پرخاشگری دانش آموزان عقب مانده ذهنی پردازد برخورد نشده است. در نتیجه در پژوهش حاضر پژوهشگر در صدد است تعیین کند، که آیا استفاده از حرکات موزون در کاهش پرخاشگری گروهی خاص از افراد جامعه، یعنی دانش آموزان عقب مانده ذهنی آموزش پذیر موثر است؟

۱ - Wilson, J & Wittaker, B

۲ - Tinhung, R

۳ - Redman, D

۴ - Ahyong, C

۱-۳- اهمیت و ضرورت مسئله:

هر جامعه متشکل از درصد قابل توجهی از کودکان استثنایی است که نیاز به آموزش ویژه ای دارند. بنابر پژوهش‌ها حدود ۱۳/۰۶ درصد افراد یک جامعه را کودکان استثنایی تشکیل می‌دهند که از این میزان ۳ تا ۱۱ درصد کودکان عقب مانده ذهنی و بین ۲ تا ۱۱ درصد عقب مانده ذهنی آموزش پذیر می‌باشند. همچنین حدود ۴۰ درصد از آنان نیز، واجد حداقل یکی از مشکلات روانی و رفتاری هستند (مللی به نقل از سیف نراقی و نادری، ۱۳۸۶). عدم کنترل پرخاشگری سبب بروز مشکلات بسیار وسیع و متنوع در موقعیت اجتماعی، شغلی، تحصیلی، و سلامت جسمی و روانی کودکان و نوجوانان می‌شود (ملکی، ۱۳۸۵).

پرخاشگری کودکان در مدارس یکی از معضلات هر واحد آموزش است، به نحوی که کودکان پرخاشگر معمولاً دچار افت تحصیل می‌گردند و به دنبال آن با رفتارهای نادرست مریبان آموزشی روبرو می‌شوند، که خود منجر به پیچیده تر شدن مشکلات تحصیلی آنها می‌شود. از سویی کودکان دارای رفتارهای پرخاشگرانه و دیگر رفتارهای ضد اجتماعی از سوی همسالان خود طرد می‌شوند و دارای مهارت‌های اجتماعی ضعیفی می‌باشند (نقدی، ۱۳۸۶). کویی^۱ و همکاران (۱۹۹۲) عنوان می‌کنند که پرخاشگری پیش بینی کننده سوء مصرف مواد، الکل، کشیدن سیگار، ترک تحصیل و بزهکاری در افراد است، از سویی منجر به اختلالات اجتماعی گسترده و مشکل در روابط فردی و خانوادگی می‌شود. از نظر تأثیر بر سلامت روان، کاتین^۲ و همکاران (۲۰۰۱) در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیده اند که خشم و پرخاشگری نقش مهمی در افسردگی و خودکشی افراد دارد (ملکی، ۱۳۸۵).

اگر آموزش و پرورش، افراد عقب مانده ذهنی را تحت پوشش قرار دهد و تدابیر و اقدامات مناسبی جهت آموزش‌ها و مشکلات رفتاری - روانی آنها مد نظر داشته باشد می‌تواند باعث سازگاری بیشتر آنها و

۱ - Coiee
۲ - Cautin

کاهش اختلالات رفتاری از جمله پرخاشگری و احساس ناکامی و سایر ناهنجاری ها گردد. از طرفی کارکرد های شناختی، عاطفی و تحصیلی مطلوب تری را در این دانش آموزان می توان شاهد بود و از این طریق به سلامت و بهداشت جسم و روان افراد عقب مانده کمک می شود، والدین و معلمان نیز فشار کمتری را احساس می کنند (عزیزی، ۱۳۸۶).

لذا ارائه راهبردهایی به منظور تشویق و بهبود رفتار های جامعه پسند و نوع دوستانه اجتناب ناپذیر می باشد. این گونه برنامه ها باید جزئی از برنامه های پرورشی همه دانش آموزان رشد نیافته از نظر مهارت های اجتماعی، عاطفی، شناختی قرار گیرد. بنابراین انجام حرکات موزون به منظور کاهش و در نهایت درمان پرخاشگری و پیشگیری از آسیب ناشی از آن از اهمیت خاصی برخوردار می باشد.

۱-۴- تعریف واژه ها و اصطلاحات:

۱-۴-۱- تعاریف مفهومی:

عقب مانده ذهنی آموزش پذیر:

مهمترین مشخصه افراد عقب مانده ذهنی آموزش پذیر کارکرد ذهنی عمدتاً پایین تر از متوسط است که با محدودیت های مهم در کارکرد و انطباق در حداقل دو مورد از زمینه های مهارتی زیر است: ارتباطات، مراقبت از خود، زندگی خانوادگی، مهارت های اجتماعی میان فردی، بهره برداری از منابع اجتماعی، خودگردانی، مهارت های کارکردی تحصیلی، کار و اوقات فراغت، و ایمنی. همچنین سن شروع اختلال باید قبل از ۱۸ سالگی باشد (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۱۳۷۴).

پرخاشگری:

معمولا به رفتاری اطلاق می شود که قصد آن صدمه رساندن (جسمانی یا زبانی) به فرد دیگر یا نابود کردن دارایی افراد است. واژه اصلی در این تعریف « قصد » است (اتکینسون و همکاران، ۱۳۷۸).

حرکات موزون:

حرکت هایی که دارای نظم و وزن مشخص باشند. و به عبارتی دیگر حرکتی که بین کوچک ترین اجزاء و عناصر آن هماهنگی باشد بگونه ای که فردی که حرکت می کند این نظم و هماهنگی را حس کرده و از آن لذت ببرد (رافعی، ۱۳۸۳).

۱-۴-۲- تعارف عملیاتی:

عقب مانده ذهنی آموزش پذیر:

منظور دانش آموزانی هستند که در مدرسه عقب مانده گان ذهنی ثبت نام کرده اند و در پرونده تحصیلی آنها کلمه آموزش پذیر ثبت شده است.

پرخاشگری:

نمره ای است که آزمودنی در پرسشنامه پرخاشگری (۱۳۸۸) (B.D.Gh.)^۱ کسب می کند.

حرکات موزون:

برنامه حرکات موزونی است که در ۱۰ جلسه یک ساعته برگزار شد و در طی جلسات دانش آموزان با شنیدن موسیقی و آهنگ محلی به اجرای این حرکات پرداختند.

^۱ -Bahrami, Davarmanesh, Ghezelsefloo