

## **Designing Stories to Create Cognitive Faults in the Philosophy Program for Children and Its Effectiveness on Reducing the Symptoms of Obsessive-compulsive Disorder in Children with OCD Symptoms in the Elementary School of Yazd City**

**Omideh Darreh Zarshakipour\***

**Mohammad Hosein Fallah\*\*, Mohsen Saeed Manesh\*\*\***

### **Abstract**

The aim of this study was to create a cognitive fault in the philosophy program for children in the form of exploratory loop. Its effect on reducing OCD symptoms in children 8 to 11 with OSD symptoms was implemented in Yazd province. In this research, 10 stories with the characteristics of Fabak stories have been made and used in the philosophy program for children. The present research project was one of the quasi-experimental projects with the experimental group and the control and evaluation group as a pre-test, intervention and post-test, and the OBQ-CV observational opinion questionnaire was used. The research data were analyzed using SPSS-16 software. The inferential statistics index, including the covariance test, was used to examine the difference between the pre-test and post-test scores and the control group and the results showed The rate of obsessive-compulsive beliefs in the post-test group of the experimental group has decreased significantly compared to the control group ( $p < 0.01$ ). Also, the mean of overestimation of risk, perfectionism, extreme responsibility and over-emphasis on thoughts after treatment had a significant decrease ( $p < 0.01$ ). As a result,

---

\* Master of Clinical Psychology of Children and Adolescents, Ashkzar University of Science and Art, omide139166@gmail.com

\*\* Associate Professor, Department of Counseling, Islamic Azad University of Yazd, Iran (Corresponding Author), sifallah1334@gmail.com

\*\*\* Assistant Professor, Department of Psychology, University of Science and Art, Yazd, msaeidmanesh@yahoo.com

Date of receipt: 5/25/98, Date of acceptance: 9/18/98

Copyright © 2010, IHCS (Institute for Humanities and Cultural Studies). This is an Open Access article. This work is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International License. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> or send a letter to Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

the positive effectiveness of the philosophy program for children with the aim of creating a cognitive fault was confirmed.

**Keywords:** Obsessive-compulsive disorder, storytelling, cognitive impairment, philosophy for children.

## طراحی داستان‌هایی برای ایجاد گسلش شناختی در برنامه فلسفه برای کودکان و اثربخشی آن بر کاهش علائم اختلال وسواس فکری - جبری کودکان دارای نشانه‌های OCD دوره ابتدایی شهرستان یزد

امیده دره زرشکی‌پور\*

محمدحسین فلاح\*\*، محسن سعیدمنش\*\*\*

### چکیده

مطالعه حاضر با هدف ایجاد گسلش شناختی در برنامه فلسفه برای کودکان به شیوه حلقه کدوکاو و تأثیر آن در کاهش علائم OCD در کودکان ۸ تا ۱۱ سال دارای نشانه OCD استان یزد اجرا شد. در این پژوهش ده داستان با ویژگی‌های داستان‌های فبک ساخته شده و از آن‌ها در برنامه فلسفه برای کودکان استفاده شده است. طرح پژوهش حاضر از طرح‌های شبه تجربی با گروه آزمایش و گروه کنترل و ارزیابی به صورت پیش‌آزمون، مداخله، و پس‌آزمون بوده و از پرسش‌نامه عقاید وسواسی نسخه کودک و نوجوان (OBQ-CV) استفاده شده است. داده‌های حاصل از پژوهش با استفاده از نرم‌افزار spss-۱۶ تجزیه و تحلیل شد. شاخص آمار استنباطی شامل آزمون کواریانس برای بررسی تفاوت میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون و گروه گواه مورد استفاده قرار گرفت. نتایج نشان داد میزان عقاید وسواسی - جبری در پس‌آزمون گروه آزمایش نسبت به گروه گواه کاهش معناداری ( $p < 0/01$ ) داشته است. همچنین، میانگین بیش‌برآورد خطر، کمال‌گرایی،

\* کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی کودک و نوجوان، دانشگاه علم و هنر اشکذر، omide139166@gmail.com

\*\* دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی یزد، ایران (نویسنده مسئول)، sifallah1334@gmail.com

\*\*\* استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه علم و هنر، یزد، msaeidmanesh@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۰۵/۲۵، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۹/۱۸

مسئولیت‌پذیری افراطی، و بیش‌اهمیت‌دهی به افکار نیز بعد از درمان کاهش معناداری ( $p < 0/01$ ) داشته است. در نتیجه، اثربخشی مثبت برنامه فلسفه برای کودکان با هدف ایجاد گسلش شناختی آن تأیید شد.

**کلیدواژه‌ها:** وسواس فکری - جبری، داستان، گسلش شناختی، فلسفه برای کودکان.

## ۱. مقدمه

در سه دهه اخیر مسائل رفتاری و روانی کودکان و نوجوانان به‌عنوان یکی از موضوعات عمده در حیطه روان‌شناسی و روان‌پزشکی مورد توجه قرار گرفته است (یاوند حسنی ۱۳۹۳: ۷۱-۹۴). اضطراب و اختلالات اضطرابی از جمله علائمی در کودکی است که می‌تواند تمام زندگی کودک را تحت تأثیر قرار دهد. پژوهش‌هایی که روی نمونه‌های عادی و نمونه‌های بالینی انجام شده است مشخص می‌کند که اختلال وسواس فکری - عملی یکی از شایع‌ترین اختلالات روان‌شناختی در دوران کودکی است. ۴۰ درصد از کودکان دارای وسواس فکری - عملی این تشخیص را تا ۱۵ سال بعد از شروع علائم نیز دارا هستند (عباسی و دیگران ۱۳۹۲: ۱۷۶-۱۸۴).

بر اساس تعریف پنجمین راه‌نمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، اختلال وسواسی - جبری عبارت است از عمل یا فکر وسواسی که مدت طولانی ادامه داشته باشد (بیش از یک ماه) و باعث ایجاد ناراحتی شدید در فرد شود و شخص باید غیرمعمول و غیرمنطقی بودن آن را تشخیص دهد (مهدی و فرامرزی ۱۳۹۵: ۴۴۹-۴۵۴).

افراد مبتلا به OCD تشخیص می‌دهند که افکار، تکانه، یا تصاویر محصول ذهن خودشان و بیش‌ازحد یا غیرمنطقی‌اند. با این حال، نمی‌توانند این افکار مزاحم را با منطق یا استدلال حل و فصل کنند. اکثر مردم سعی در نادیده گرفتن و یا سرکوب یا خشتی کردن چنین افکاری دارند. در اختلال وسواسی - اجباری (OCD) این افکار می‌تواند به دست‌زدن به اعمال جبری نیز منجر شود؛ یعنی شخص مبتلا خود را مجبور می‌بیند که کاری را به‌صورتی معین انجام دهد و انجام آن کار موجب کاهش یا پیش‌گیری از اضطراب در پاسخ به اندیشه وسواس فکری می‌شود و این باعث ایجاد یک چرخه درد و رنج از وسواس به اجبار به وسواس به اجبار و به همین ترتیب شود (Agraval 2016: 69-73).

تحقیقات در طول چند دهه گذشته به‌صورت شگفت‌آوری شناخت ما را از پدیده‌شناسی و درمان اختلال OCD گسترش داده‌اند. نظریه‌های شناختی جدید در آسیب‌شناسی روانی بر

نقش فراشناخت در سبب‌شناسی و تداوم اختلال روانی تأکید دارند (صالحی و دیگران ۱۳۹۵: ۲۱-۳۰). ازسویی، یکی از مباحث بنیادی در الگوهای شناختی و فراشناختی وسواس پدیده‌درآمیختگی فکر و عمل است. در این پدیده، باورهای شناختی مرز بین فکر و رویدادها و فکر و عمل را از بین می‌برد. افراد مبتلا به اختلال وسواس اعتقاد دارند که افکار غیرقابل قبول و ناخوش‌آیند آن‌ها می‌تواند حوادث بیرونی جهان را تحت‌تأثیر قرار دهد. هم‌چنین مطالعات نشان داده است که تفکرات منفی و نداشتن کنترل این افکار باعث ایجاد اضطراب می‌شود و این تلاش برای کاهش اضطراب تکرار رفتار وسواسی را به‌بار می‌آورد (رجبی و دیگران ۱۳۹۵: ۳۹-۴۹).

کوچی و همکاران نشان دادند که باورهای فراشناختی در اختلال وسواس فکری - عملی و اختلال وحشت‌زدگی نقش عمده دارند. بی‌اعتمادی افراد وسواسی به فرایندهای شناختی خود نقش مهمی در رفتارهای واری و بررسی‌های تکراری آن‌ها دارد (صالحی و دیگران ۱۳۹۵).

روش‌های درمانی پیش‌نهادی برای این اختلال، علاوه‌بر درمان دارویی نظیر مهارکننده‌های اختصاصی بازجذب سروتونین، شامل درمان‌های روان‌شناختی مانند درمان شناختی - رفتاری نیز می‌شود (هاشمیان و دیگران ۱۳۹۵: ۴۸-۵۵).

گرچه به‌نظر می‌رسد توافق گسترده‌ای وجود دارد مبنی‌براین‌که مواجهه با فکر وسواسی مؤثرترین مؤلفه درمان وسواس است، اما تناقضی وجود دارد. گرچه راه‌بردها ممکن است مفید واقع شوند، اما درمورد همه بیماران صدق نمی‌کنند. بنابراین، مداخلات درمانی دیگری لازم است تا شاخص‌های پیش‌آگاهی ضعیف و مقاومت درمانی را هدف قرار دهد. اخیراً مشخص شده است که شناخت‌ها ظاهراً در وسواس بسیار دخیل‌اند، اما به‌نظر نمی‌رسد هدف قرار دادن آن‌ها به‌طور مستقیم اثربخشی درمان را افزایش دهد و این باعث شده محققان به‌دنبال روش‌های دیگری برای درمان وسواس باشند و هم‌چنین موجب بحث‌های زیادی درمورد مداخلات درمانی مبتنی‌بر ذهن‌آگاهی و زمینه‌محور شده است. برخلاف رویکردهای کلاسیک رفتاردرمانی شناختی، هدف این درمان‌ها تغییر شکل یا کاهش فراوانی افکار و احساسات آزارنده نیست، بلکه هدف اصلی آن تقویت انعطاف‌پذیری روان‌شناختی است. یکی از هدف‌های این دسته از درمان‌ها ایجاد گسلش شناختی است. گسلش شناختی نامی نسبتاً جدید برای فرایندی قدیمی است. اساس این ایده که تفکر ما بیش‌ازحد و به‌معنای واقعی کلمه درست است (یعنی آنچه به ذهن ما می‌آید دقیقاً درست است و اتفاق خواهد افتاد. مثلاً یک لحظه به ذهن فرد خطور می‌کند که به‌زودی مادرش

فوت می‌کند. متعاقب این فکر اطمینان پیدا می‌کند که به‌طور حتم این اتفاق خواهد افتاد و این موجب رنج آن فرد می‌شود، حال آن‌که شاید هرگز این اتفاق نیفتد) اغلب مشکل‌ساز است. گسلش شناختی رویکرد جای‌گزینی است که به افکار و احساسات مشکل‌ساز اجازه می‌دهد به‌وجود آیند، بدون آن‌که عملکرد فعلی فرد را دچار مشکل سازد. تکنیک‌های گسلش طراحی شده‌اند تا معنای تحت‌اللفظی افکار ما را از بین ببرند و عدم توانایی زبان برای رسیدن به عمق کامل تجربیات و زندگی و دنیای ما را با دقت کامل نشان دهد (Blackledge 2010). نتایج ماسودا و همکاران حاکی از اثربخشی پژوهش تکنیک‌های گسلش شناختی در افکار خودانتسابی منفی (از جمله افکار مربوط به خودکارآمدی) بود (Masuda 2010: 11-17, 41).

از آن‌جاکه تمام ابعاد فراشناخت با باورهای وسواسی رابطه مثبت و معنی‌دار دارد و نه تنها باورهای فراشناختی می‌تواند افراد وسواسی را از افراد غیروسواسی تفکیک کند، بلکه با شدت وسواسی بودن نیز رابطه نیرومندی دارند (صالحی و دیگران ۱۳۹۵)؛ بدین دلیل، ایجاد گسلش شناختی می‌تواند کمک مؤثری در کاهش علائم OCD نیز داشته باشد؛ اما از آن‌جاکه جامعه هدف ما کودکان‌اند، برنامه‌ای لازم است که روش صحیح فکرکردن را به کودکان آموزش دهد و باعث ایجاد گسلش شناختی در آن‌ها شود. ادبیات داستانی کودکان و نقش آن‌ها در رشد تفکر در کودکان که فلسفه برای کودکان (P4C) نیز نامیده می‌شود یکی از برنامه‌های آموزشی است که مورد توجه بسیاری از دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت کودک قرار گرفته است (رشتچی ۱۳۸۹: ۲۳-۳۷). فلسفه تأکید بر شناسایی مسائل جدید است. یکی از ویژگی‌های اصلی فلسفه تلاش مستمر برای دیدن جهان از دیدگاه‌های مختلف است (Gruioniu 2012: 378-382).

یکی از پیش‌فرض‌های موجود در برنامه آموزش فلسفه به کودکان تأکید می‌کند که کودکان زمانی بیش‌تر یاد می‌گیرند که کتاب‌هایشان به‌شکل داستان باشد (تجلی‌نیا و کریمی ۱۳۹۳: ۳۱-۶۹). باتوجه‌به همین پیش‌فرض، لیپمن (Lipman) به نوشتن چهارده کتاب در قالب داستان روی آورده است. در این‌گونه داستان‌ها «به‌گونه‌ای آگاهانه و طراحی‌شده، سخن، مسئله، یا نکته فلسفی گنجانده می‌شود و پس از خواندن داستان، آن سخن، مسئله، یا نکته در گروهی که با معلمی کارآموده هدایت می‌شود مورد بحث قرار می‌گیرد». البته افراد دیگری مانند آن مارگارت شارپ (Sharp) نیز به نوشتن چنین داستان‌هایی پرداخته‌اند (فرزانه‌فر و عجم ۱۳۹۵).

به عقیده شارپ، داستان در فلسفه برای کودکان سکوی پرش یا بهانه‌ای برای تحقیق فلسفی است (خسرونژاد ۱۳۸۶: ۱۱۰-۱۲۰). داستان‌ها باید کنج‌کاوی طبیعی کودکان را برانگیزند و آن‌ها را برای بحث تشویق کنند. در فلسفه برای کودکان باید از متن‌هایی استفاده شود که توجه کودکان را جلب کند و مرتبط با زندگی روزمره کودکان باشد؛ همچنین لازم است مفاهیم انتزاعی که از طریق نمونه‌ها مورد بحث قرار می‌گیرند مشخص شوند.

علاوه بر این، حضور فعالیت‌های مبتنی بر سؤال و استفاده از محتوای فلسفی بسیار مهم است و کتاب‌های فلسفی که برای کودکان تهیه می‌شود باید به این ویژگی‌ها نزدیک باشد (Akkocaoglu and Celepoqlu 2013: 2498-2503). به همین دلیل، برنامه فلسفه برای کودکان مدعی آن است که الگوی مناسبی را برای پرورش توان پرسش‌گری و تفکر انتقادی که هر دو از مؤلفه‌های پژوهش‌گری‌اند در حلقه کاندوکاو ارائه می‌دهد. اگر بتوانیم کودکان را تشویق کنیم تا با فرایند ذهنی شخصیت‌های داستان ارتباط برقرار کنند و به دنبال پاسخی برای ابهامات و نکات شگفت‌انگیز داستان باشند، آن‌ها هم شیوه پرسش و پاسخ را در پیش می‌گیرند و هم برای آن ارزش قائل می‌شوند (طباطبایی و موسوی ۱۳۹۰: ۷۳-۹۰).

برنامه درسی که لیپمن ارائه داده است متناسب با فرهنگ و شرایط اجتماعی کشور خود اوست و با فرهنگ کشور ما چندان سنخیت ندارد؛ بنابراین، اگر قرار باشد همان برنامه درسی را با همان کیفیت به کودکان ارائه دهیم، به صورت نامحسوس کودکان را دچار تعارض خواهیم کرد، چراکه مطالب موجود در این داستان با فرهنگ ما هم‌خوانی ندارد و ممکن است به صورت غیرمستقیم بدآموزی داشته باشد. برخی از متونی که لیپمن نوشته است در همه کشورها مورد استفاده قرار نمی‌گیرند، زیرا یا قدیمی شده‌اند یا با بافت اجتماعی برخی جوامع سازگار نیستند (سجادیان جاغرق ۱۳۹۴: ۶۴-۸۰). وابستگی فرهنگی این داستان‌ها، چون به عناصر انتزاعی تفکر برمی‌گردند، کم می‌شود، ولی به صفر نمی‌رسد. ممکن است بعضی داستان‌ها صبغه‌های فرهنگی داشته باشند، اما باید از میان آن‌ها گزینش کرد. برخی از داستان‌ها را می‌توان بازنگری کرد، یعنی داستان را با توجه به ادبیات و فرهنگ هر کشور بیان کرد. می‌توان از بسیاری از این داستان‌ها استفاده کرد، اما باید داستان‌ها را با ویژگی‌های فلسفی، روان‌شناسی، و رشدی هر مقطع متناسب کرد (خسرونژاد ۱۳۸۶: ۱۱۰-۱۲۰). بنابراین، ضروری است که به تدوین و گزینش متون متناسب با شرایط محیطی و اجتماعی و فرهنگی جامعه خویش اقدام کنیم، زیرا مسائل مختلف هر کشور متناسب با استعداد و تجربیات تاریخی و فرهنگی همان کشور است.

## ۲. پیشینه تحقیق

تریکی و تاپینگ در سال ۲۰۰۴ برخی پژوهش‌ها در زمینه آموزش فلسفه به کودکان را بررسی و گزارش کردند که این برنامه می‌تواند در بهبود استدلال منطقی کودکان، درک مطلب، مهارت‌های ریاضی، عزت نفس، توانایی‌های شناختی، و هوش هیجانی مؤثر باشد (سیفی گندمانی ۱۳۹۰: ۶۶-۸۳). تریکی و تاپینگ (۲۰۰۶) نتایج مطالعات کنترل‌شده در مورد روش آموزش فلسفه برای کودکان را در مدارس ابتدایی و راهنمایی گزارش کردند. مطالعه دویستس چاورن (Chavern)، کن زادی (Ken Zadi 2016)، و لاکسی (Lucky 2006) نشان داد که اگر برنامه فلسفه برای کودکان به‌پایداری اجرا شود، رشد تفکر عمیق را تسهیل می‌کند. پژوهش تریکی و تاپینگ در سال ۲۰۱۴ با عنوان «بررسی اثربخشی اجرای فلسفه برای کودکان در افزایش توانایی شناختی در مدارس ابتدایی و بالاتر» نشان داد که این برنامه می‌تواند توانایی شناختی و عزت نفس دانش‌آموزان را افزایش دهد (سیفی گندمانی ۱۳۹۰: ۶۶-۸۳).

رزنیس کایا (2008) نیز در مطالعه خود تحت عنوان «بحث‌های فلسفی در کلاس درس مدارس ابتدایی» در آمریکا به تأثیر مباحث فلسفی به‌روشنی اجتماع پژوهشی در پرورش مهارت‌های استدلالی و نگرش‌های اخلاقی اشاره می‌کند. وی به این نتیجه دست می‌یابد که کنش‌های مکالمه‌ای و مباحث فلسفی بر روی گروه شرکت‌کننده در کلاس کاوش‌گری فلسفی تأثیر به‌سزایی در افزایش مهارت‌های استدلالی و قضاوت‌های اخلاقی آن‌ها داشته است، به‌طوری‌که گروه مذکور در عملکردهای اجتماعی و یادگیری‌های فردی نیز پیشرفت قابل‌ملاحظه‌ای از خود نشان داده‌اند (دره زرشکی ۱۳۹۶: ۷۴-۸۳). در پژوهش موریس (Maurice 2016) با عنوان «اثر برنامه درسی فلسفه برای کودکان بر روی شکل‌گیری کودک ایدئال فیلسوف» نتایج نشان داد که آموزش فلسفه برای کودکان می‌تواند در شکل‌گیری تفکر در کودکان مؤثر باشد و هم‌چنین این برنامه آموزشی می‌تواند در کمک به مربیان کودکان در آموزش‌های خود بسیار مؤثر باشد (برهمن و خدابخشی صادق‌آبادی ۱۳۹۶: ۹۸).

پژوهش ورلی (Worley 2016) با عنوان «فلسفه و کودکان» نشان داد که برنامه آموزش فلسفه برای کودکان می‌تواند در جهت رشد و بهبود توانایی استدلال، پرورش خلاقیت، پرورش تفکر انتقادی، پرورش درک اخلاقی و ارزش‌های هنری، پرورش شهروندی، رشد میان‌فردی و فردی، و پرورش توانایی مفهوم‌یابی در تجربه مؤثر باشد.



پژوهش دی ماسی و سانتی (De Masi and Canti 2016) با عنوان «یادگیری تفکر آزادمنشانه (دموکراتیک)» نشان داد که با استفاده از آموزش فلسفه به کودکان دانش‌آموزان قادر به اندیشیدن به سبک تفکر آزادمنشانه در فرایند تصمیم‌گیری هستند و از طریق آموزش فلسفه به آنان می‌توانند تفکر پیچیده در خود را بهبود بخشند (برهمن و خدابخشی صادق‌آبادی ۱۳۹۶: ۹۸).

در ایران نیز یافته‌های پژوهش تجلی‌نیا و کریمی (۱۳۹۳) با عنوان «بررسی تأثیر اجرای برنامه فلسفه برای کودکان در کاهش و مهار خشم دانش‌آموزان پسر پایه اول مقطع متوسطه شهر تهران»، در مجموع، اعتبار و اعتمادپذیری برنامه فلسفه برای کودکان را در کاهش و مهار خشم نوجوانان و چهار مؤلفه اصلی‌اش یعنی احساس نیاز به بیان کلامی خشم، احساس نیاز به بیان فیزیکی خشم، خلق و خوی خشمگین، و برون‌ریزی و درون‌ریزی خشم تأیید کرد. کلاتری و همکاران (۱۳۹۲) با هدف بررسی اثربخشی برنامه فلسفه برای کودکان در کاهش تفکرات غیرمنطقی دانش‌آموزان دختر کلاس اول راه‌نمایی شهرستان بروجن تحقیقی انجام دادند. نتایج نشان داد برنامه فلسفه برای کودکان به‌طور معناداری تفکرات غیرمنطقی را در گروه آزمایش کاهش داده است. این کاهش معنادار در تمام خرده‌مقیاس‌های پرسش‌نامه تفکرات غیرمنطقی کودکان و نوجوانان به‌جز خرده‌مقیاس عدم تحمل در برابر ناکامی‌های کاری نیز مشاهده شد.

پژوهش‌ها نشان داده‌اند وجود اختلال OCD در فرد در بسیاری از جنبه‌های کیفیت زندگی وی تأثیر منفی دارد. باتوجه به اهمیتی که این اختلال از لحاظ شروع و هزینه‌های تحمیل‌کننده بر جامعه دارد و باتوجه به این که کودکان نقشی حساس و مهم در آینده جامعه و خانواده برعهده خواهند داشت، بررسی رویکردهای درمانی جدید امری ضروری است. بر این اساس، تحقیق کنونی به طراحی داستان برای گسلش شناختی به‌روشن آموزش فلسفه به کودکان و بررسی تأثیر آن در کاهش علائم اختلال وسواسی فکری - عملی می‌پردازد.

### ۳. اهداف و سؤالات تحقیق

هدف از انجام این پژوهش پاسخ‌گویی به موارد زیر است:

۱. آیا خواندن داستان و اجرای برنامه فلسفه برای کودکان در کاهش علائم وسواس مؤثر است؟
۲. آیا آموزش گسلش شناختی به‌شیوه فلسفه برای کودکان در کاهش بیش‌برآورد خطر کودکان مؤثر است؟

۳. آیا آموزش گسلش شناختی به شیوه برنامه فلسفه برای کودکان در کاهش کمال‌گرایی کودکان مؤثر است؟
۴. آیا آموزش گسلش شناختی به شیوه برنامه فلسفه برای کودکان در کاهش مسئولیت‌پذیری افراطی کودکان مؤثر است؟
۵. آیا آموزش گسلش شناختی به شیوه برنامه فلسفه برای کودکان در کاهش بیش‌اهمیت‌دهی به افکار کودکان مؤثر است؟

#### ۴. روش تحقیق

این پژوهش از لحاظ هدف در زمره تحقیقات کاربردی است. هم‌چنین، تحقیق حاضر از حیث ماهیت نیمه‌تجربی است و از لحاظ روش تحقیق، طرحی شبه‌آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل است.

#### ۱.۴ جامعه، نمونه، و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری در این پژوهش کلیه کودکان ۸ تا ۱۲ ساله مبتلا به اختلال OCD شهرستان یزد است و ضمن توجه به حداقل حجم نمونه، نمونه مورد مطالعه ۳۰ نفر از کودکان با نشانه اختلال وسواس فکری - عملی‌اند.

به منظور انتخاب گروه نمونه از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شده است، به این صورت که کودکانی که دارای ملاک‌های ورود به گروه (داشتن نمره بالاتر از ۴۴ در پرسش‌نامه عقاید و وسواسی (OBQ-CV) نسخه کودک و نوجوان؛ داشتن سن بیش‌تر از ۷ سال و کم‌تر از ۱۲ سال، نداشتن اختلالات همایند، و رضایت آگاهانه و داوطلبانه برای مشارکت در طرح پژوهش) بودند انتخاب و به صورت تصادفی نسبی در دو گروه ۱۵ نفری (آزمایش و گواه) قرار گرفتند. گروه آزمایش در جلسات برنامه فلسفه برای کودک با هدف ایجاد گسلش شناختی شرکت کردند و گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند.

#### ۲.۴ ابزار پژوهش

مجموعه داستان‌های فکری: شامل ۱۰ داستان که توسط محقق با محتوای فلسفی و با هدف ایجاد گسلش شناختی برای کودکان ۸ تا ۱۲ ساله طراحی شده است. این داستان‌ها کودکان

را تشویق می‌کند تا سؤال‌های خود را درباره موضوعاتی مانند ماهیت حقیقت، خوبی و زیبایی، انصاف و دوستی، ظاهر و واقعیت، و غیره مطرح کنند، درباره تجربه خود درباره زمان و تغییر بحث کنند، و روابط خود و محیط را بررسی کنند. داستان‌ها کودکان را به پرسیدن، بررسی پی‌آمدها و پیش‌فرض‌ها، استفاده از ملاک‌ها، و کاوش نظرهای گوناگون دعوت می‌کنند. از آن‌جا که این داستان‌ها رنگ‌وبوی فلسفی دارد، تفکر منطقی و مهارت‌های استدلال را تقویت می‌کند و به پرورش صفاتی کمک می‌کند که به خوب قضاوت کردن در زندگی روزمره منجر می‌شود.

### ۳.۴ داستان‌های طراحی شده

ده داستان عبارت‌اند از:

۱. علی و آسمان آبی: داستان پسری است که فکر می‌کرد به دلیل وجود ابرها آسمان دیگر وجود ندارد، ولی آسمان با حرف‌هایش ثابت و عدم تغییر خود را به او نشان می‌دهد؛
۲. نقاشی زهرا: داستان دختری به نام زهراست که نگران این مسئله است که خواهرش با نقاشی روی دیواری که تازه رنگ شده است آن را کثیف کند و مادر وی با استفاده از کاغذ حائل روی دیوار این نگرانی را برطرف می‌کند؛
۳. فکر بابک: داستان پسری است که از چیزهای غیرواقعی می‌ترسد و با استفاده از نقاشی و قابلیت تغییر دادن آن افکار بر روی کاغذ بر ترس‌های خود مسلط می‌شود؛
۴. نمایش: داستان نوجوانانی است که به واسطه حضورشان در یک نمایش خود را صاحب نقش می‌دانند و این باعث می‌شود که هیچ پیشرفتی نکنند و شکست بخورند و در آخر داستان متوجه اشتباه خود بشوند؛
۵. سینما: داستان پسری است که از افکار خود می‌ترسد و مادر وی با استعاره سینما می‌تواند بین ذهن و افکار او فاصله ایجاد کند؛
۶. دارکوب و کلاغ دانا: داستان دارکوبی است که وسایلی را در خانه نگه‌داری می‌کند که به آن‌ها هیچ احتیاجی ندارد و این باعث می‌شود جایی برای خود او نباشد، ولی کلاغ دانا او را متوجه اشتباهش می‌کند؛
۷. مهره‌های شطرنج: داستان نوجوانی است که به دلیل نگرانی در خواب مهره‌های شطرنج را چسبیده به صفحه شطرنج می‌بیند و زمانی که مهره‌ها از صفحه جدا می‌شوند او به نیاز به جابه‌جایی برای موفقیت پی می‌برد؛

۸. دو درخت: داستان درخت جوانی است که اولین زمستان را پشت سر می‌گذارد و از ریختن برگ‌هایش نگران است، ولی با آمدن بهار و جوانه‌زدن نیاز به تغییر را درک می‌کند؛  
۹. داستان اتوبوس: داستان راننده‌ای است که دانش‌آموزان را به اردو می‌برد و با سروصدای مسافران عصبانی می‌شود و نمی‌تواند آرامش خود را حفظ کند؛ ولی زمانی که تصمیم می‌گیرد بدون توجه به مسافران به رانندگی خود ادامه دهد، نه تنها نگرانی‌اش کم می‌شود، بلکه از مسیر نیز لذت می‌برد؛

۱۰. سنجاب مهمان‌نواز: داستان سنجابی است که عادت دارد همه را به خانه خود دعوت کند. او چون تابه‌حال از نزدیک با حیوانات وحشی روبه‌رو نشده و تنها جذابیت آن‌ها را از دور دیده است، تصمیم به دعوت آن‌ها به خانه‌اش می‌گیرد، ولی خیلی زود متوجه اشتباه خود می‌شود و چاره‌ای پیدا می‌کند.

در هر کدام از داستان‌ها سعی شده است استعاره‌ای از عدم لزوم جادادن افکار نامناسب در ذهن و جداکردن واقعیت از افکار به‌تصویر کشیده شود و روش درست فکرکردن و مبارزه با افکار غیرمنطقی آموزش داده شود.

برای اندازه‌گیری متغیر میزان نشانه‌های وسواس از پرسش‌نامه وسواس استفاده شد. پرسش‌نامه عقاید وسواسی (OBQ-CV) نسخه کودک و نوجوان سال ۲۰۱۰ میلادی برای افراد ۸ تا ۱۸ ساله تهیه شده است که در واقع نسخه ساده‌سازی شده OBQ است. نسخه این پرسش‌نامه شامل ۴۴ آیتم است که در یک طیف لیکرت از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم نمره‌گذاری می‌شود. در نسخه ایرانی پرسش‌نامه ۶ سؤال به دلیل نداشتن ویژگی‌های روان‌سنجی مناسب حذف شدند و نسخه ۳۸ ماده‌ای تأیید شد. این پرسش‌نامه دارای چهار زیرمقیاس است که عبارت‌اند از: بیش‌برآورد خطر، کمال‌گرایی، مسئولیت‌پذیری، و بیش‌اهمیت‌دهی به افکار (کلز و دیگران ۲۰۱۰). عبارات این پرسش‌نامه بر روی یک مقیاس و پاسخ‌ها براساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت موافق نیستم = ۰ تا کاملاً موافقم = ۵ محاسبه می‌شود.

این پرسش‌نامه دارای چهار زیرمقیاس بیش‌برآورد خطر، کمال‌گرایی، مسئولیت‌پذیری، بیش‌اهمیت‌دهی به افکار است. در این پرسش‌نامه بالاترین نمره‌ای که فرد می‌تواند اخذ کند برابر ۲۲۰ و پایین‌ترین نمره ۴۴ است. اخذ نمره نزدیک به ۲۲۰ نشان‌دهنده وسواس بالا و اخذ نمره نزدیک به ۴۴ نشان‌دهنده وسواس پایین است. نمره هریک از خرده‌مقیاس‌ها نیز با جمع امتیاز سؤالات هریک از خرده‌مقیاس‌ها صورت می‌گیرد.

کلز و همکاران (۲۰۱۰) در پژوهش خود روایی و پایایی این پرسش‌نامه را بررسی کردند. آن‌ها پایایی نمره کلی این پرسش‌نامه را ۰/۹۶ و پایایی خرده‌مقیاس‌های چهارگانه را بین ۰/۹۰ تا ۰/۹۴ گزارش کردند. همچنین، برای برآورد روایی از روش روایی هم‌گرا استفاده کردند. روایی هم‌گرا با محاسبه هم‌بستگی بین نمرات پرسش‌نامه عقاید و سواسی نسخه کودک و نوجوان (OBQ-CV) و نمرات خود گزارش RCADS-OCD و پرسش‌نامه نشانگان CY-BOCS به دست آمد. ضریب هم‌بستگی بین پرسش‌نامه عقاید و سواسی (OBQ-CV) و این دو پرسش‌نامه به ترتیب ۰/۵۶ و ۰/۴۱ به دست آمد که این مقدار از لحاظ آماری معنادار بودند. در ایران این پرسش‌نامه به وسیله حلوائی پور و همکاران (۱۳۹۲) هنجاریابی شد. پایایی این مقیاس از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های چهارگانه این پرسش‌نامه بدین شکل گزارش شد: بیش‌برآورد خطر ۰/۸۷، کمال‌گرایی ۰/۸۱، مسئولیت‌پذیری ۰/۷۴، و بیش‌اهمیت‌دهی به افکار ۰/۷۲. همچنین، آن‌ها از طریق تحلیل عاملی برای برآورد روایی این پرسش‌نامه ساختار چهارعاملی آن را تأیید کردند. البته در نسخه ایرانی ماده‌های ۱، ۱۳، ۳۲، ۴۱، ۴۳، و ۴۴ به دلیل بار عاملی پایین از پرسش‌نامه حذف شدند (حلوائی پور و دیگران ۱۳۹۲: ۳۱۹-۳۲۹).

#### ۴.۴ روش اجرا

شرح کار به این صورت بود که در مرحله اول، قبل از شروع جلسات برنامه فلسفه برای کودکان، ده داستان با ویژگی‌های داستان‌های فیک و با هدف ایجاد گسلش شناختی طراحی شد. در مرحله دوم اعضا براساس داشتن شرایط ورود انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند. قبل از شروع جلسات تمام آزمودنی‌های هر دو گروه آزمایش و گواه پرسش‌نامه عقاید و سواسی (OBQ-CV) نسخه کودک و نوجوان را کامل کردند و نمرات آن‌ها ثبت شد؛ سپس برنامه فلسفه برای کودکان (متغیر مستقل) روی آزمودنی‌های گروه آزمایشی به مدت دوازده جلسه یک‌ساعته (۶۰ دقیقه) به صورت حلقه کندوکاو به سبک لیپمن - شارپ (در این حلقه بچه‌ها به صورت دایره‌وار کنار هم می‌نشینند و مربی نیز در کنار آن‌ها قرار می‌گیرد) (مؤمنی مهموئی و دیگران ۱۳۹۵: ۱۳۱-۱۵۰)) اجرا شد و بعد از اتمام جلسات هر دو گروه برای بار دوم پرسش‌نامه و سواسی (OBQ-CV) را پر کردند و برای بار دوم ثبت شد. سپس، نتایج با استفاده از برنامه spss تجزیه و تحلیل شد. شاخص‌های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و شاخص آمار استنباطی

تحلیل کوواریانس یک‌متغیری (ANCOVA) برای بررسی تفاوت میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون استفاده شد.

جدول ۱. شرح جلسات ایجادگسلش شناختی در برنامه فلسفه برای کودکان  
(توضیح گسلش شناختی را در مقدمه مقاله قید کردم)

ج	زمینه بحث	هدف
۱	پیش‌آزمون و معارفه	آشنایی با برنامه
۲	علی و آسمان	کودک به این درک برسد که افکار نیز شناور و قابل تغییرند و نباید اجازه دهد که افکار نامناسب در ذهن او ثابت بمانند و احساسات و رفتار وی را کنترل کنند، بلکه اوست که می‌تواند افکار خود را کنترل کند و مانع از دخالت آن‌ها در روند زندگی خود شود.
۳	نقاشی زهرا	فهم این موضوع به کودک که زمانی که افکار را خارج از ذهن خود و روبه‌روی خود قرار دهد می‌تواند آن‌ها را کنترل کند و مانع از دخالت آن‌ها در ایجاد احساسات نامطلوب شود.
۴	فکر بابک	بتواند تفکرات خود را خارج از ذهن خود تصور کند و به عدم قطعیت آن‌ها و توانایی تغییر و کنترل آن‌ها از سوی خودش پی ببرد.
۵	نمایش	رسیدن کودک به این موضوع که بین افکار انسان و واقعیت تفاوت وجود دارد و همچنین هر فرد در هر موقعیت نقشی دارد که به‌صرف داشتن آن نقش موفق یا ناموفق نخواهد بود و تلاش و پشتکار و یا برعکس تنبلی و سهل‌انگاری ممکن است نقش هر فرد را تغییر دهد.
۶	سینما	توانایی فهم این نکته به کودک که افکار ما چیزی بیش‌تر از تعدادی کلمه و تصویر ساخته‌شده توسط ذهن ما نیستند و خود هیچ قدرتی برای واردشدن به زندگی واقعی ما ندارند و هر زمان که بخواهیم می‌توانیم آن‌ها را از ذهن خود خارج کنیم.
۷	دارکوب و کلاغ	خالی کردن ذهن از افکار بیهوده و خطرناک که موجب اتلاف وقت و اضطراب در کودک می‌شود.
۸	مهره‌های شطرنج	انعطاف‌پذیری بیش‌تر کودک و توانایی او در تغییردادن افکار غیرمنطقی.
۹	دو درخت	به‌دست‌آوردن توانایی تمایز قائل‌شدن بین افکار کارآمد و افکار ناکارآمد و در نتیجه رهاکردن افکاری که موجب شکست و عدم رشد وی خواهد شد.
۱۰	اتوبوس	کودک باید بتواند به‌جای معطوف‌کردن ذهن خود به افکار مزاحم بر اهداف خود تمرکز کند و بین خود و هرآنچه موجب اذیت و پریشانی او می‌شود فاصله ایجاد کند.
۱۱	سنباج مهمان‌نواز	رسیدن کودک به این توانایی که به افکار خود خارج از ذهن نگاه کند و اجازه ورود هیچ نوع فکر مخرب به ذهن را ندهد.
۱۲	جمع‌بندی	اجرای پس‌آزمون

## ۵. یافته‌ها

جدول ۲ آماره‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون تفکر انتقادی و ابعاد آن را در گروه‌های آزمایش و کنترل نشان می‌دهد. همان‌گونه که جدول ۲ نشان می‌دهد، در تفکر انتقادی و ابعاد آن میانگین نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش بالاتر از پس‌آزمون گروه کنترل است.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد نمرات عقاید و سواسی و ابعاد آن در مرحله پیش‌آزمون

متغیرها	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
عقاید و سواسی	کنترل	۱۵	۱۵۵/۵۳	۲۰/۱۸
	آزمایش	۱۵	۱۵۴/۰۰	۲۰/۲۶
مؤلفه بیش‌برآورد خطر	کنترل	۱۵	۴۰/۸۶	۷/۶۸
	آزمایش	۱۵	۳۷/۴۶	۸/۶۴
مؤلفه کمال‌گرایی	کنترل	۱۵	۳۷/۷۳	۶/۶۰
	آزمایش	۱۵	۳۶/۵۳	۶/۶۳
مؤلفه مسئولیت‌پذیری	کنترل	۱۵	۳۷/۸۰	۸/۱۱
	آزمایش	۱۵	۳۹/۰۰	۶/۹۰
مؤلفه بیش‌اهمیت‌دهی به افکار	کنترل	۱۵	۴۱/۸۰	۵/۷۹
	آزمایش	۱۵	۴۰/۸۶	۷/۶۸

فرضیه اول: آموزش فلسفه به‌شیوه حلقه کاندوکاو در عقاید و سواسی کودکان دارای نشانه‌های اختلال OCD شهر یزد تأثیر دارد.

جدول ۳. بررسی تفاوت نمرات پس‌آزمون عقاید و سواسی

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	توان آزمون	اندازه اثر
اثر پیش‌آزمون	۹۴۹۹/۱۸۶	۱	۹۴۹۹/۱۸۶	۴۹/۲۲۰	۰/۰۰۰	۱	۰/۶۴۶
اثر متغیر مستقل	۱۹۳۲۷/۹۹۲	۱	۱۹۳۲۷/۹۹۲	۱۰۰/۱۴۹	۰/۰۰۰	۱	۰/۸۸۷
خطا	۵۲۱۰/۸۱۴	۲۷	۱۹۲/۹۹۳	.....	.....		

$p \leq 0.05$  \*  $p \leq 0.01$  \*\*  $p \leq 0.001$  \*\*\* ضریب تعیین =  $0.841$  اندازه اثر متغیر مستقل

برای انجام آزمون‌های آماری پیش‌فرض‌هایی وجود دارد که شامل فاصله‌ای یا نسبی بودن مقیاس در متغیر وابسته، مستقل بودن مشاهدات، نمونه‌گیری تصادفی، توزیع به‌هنگار نمرات در جامعه، همگنی واریانس‌ها، خطای نوع اول، توان آزمون، و همگنی شیب رگرسیون می‌شود که باید قبل از انجام آزمون رعایت شود. باید توجه داشت که متغیرهای مطرح‌شده در پژوهش فاصله‌ای بوده و مشاهدات آن‌ها به‌صورت کاملاً مستقل انجام شده است. هم‌چنین، نمونه‌گیری و جای‌گزینی اعضا در دو گروه کنترل و آزمایش به‌صورت کاملاً تصادفی انجام شده است. به‌علاوه، در تحلیل کوواریانس باید متغیرهای هم‌گام مشخص شوند که در پژوهش حاضر فقط اثر پیش‌آزمون به‌عنوان متغیر هم‌گام (کواریته) کنترل می‌شود (پالانت ۲۰۰۷، ترجمه رضایی ۱۳۸۹). همه پیش‌فرض‌های لازم و ضروری برای انجام آزمون تحلیل کوواریانس رعایت شده‌اند، در نتیجه داده‌ها قابلیت اجرای این آزمون را به‌منظور بررسی سؤال پژوهش دارند.

همان‌گونه که جدول ۳ نشان می‌دهد، بعد از تعدیل نمره‌های پیش‌آزمون تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل در میانگین نمرات عقاید و سواسی به‌دست آمد. بنابراین، فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود. به‌عبارت‌دیگر، به‌کارگیری حلقه کندوکاو با محوریت داستان‌های فلسفی با توجه به میانگین تعدیل‌شده موجب کاهش عقاید و سواسی در گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت تفاوت‌های فردی  $0/88$  است. به‌عبارت‌دیگر،  $0/88$  از تفاوت‌های فردی در نمرات عقاید و سواسی گروه آزمایش مربوط به تأثیر آموزش و سطح معناداری است. توان آماری آزمون ۱ و سطح معناداری مطلوب ( $p < 0/01$ ) دقت بالای آزمون و کفایت حجم نمونه را نشان می‌دهد. با توجه به این‌که نتایج آزمون نشان داد که نمرات گروه آزمایش در پس‌آزمون عقاید و سواسی به‌طور معناداری نسبت به گروه گواه افزایش یافته است، می‌توان ادعا کرد که در چهارچوب محدودیت‌های طرح آزمایشی، آموزش گسلش شناختی در برنامه فلسفه برای کودکان باعث کاهش عقاید و سواسی شده و این فرضیه تأیید می‌شود.

فرضیه دوم: آموزش فلسفه به‌شیوه حلقه کندوکاو در کاهش عقاید و سواسی و ابعاد آن در کودکان دارای نشانه‌های اختلال OCD شهر یزد تأثیر دارد.



جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس یک‌طرفه در متن مانکوا برای مؤلفه‌های عقاید و سواسی

نام مؤلفه	متغیر تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	توان آزمون	اندازه اثر	ضریب تعیین
پیش‌برآورد خطر	اثر پیش‌آزمون	۵۳۲/۹۴۲	۱	۵۳۲/۹۴۲	۱۳/۹۴۷	۰/۰۰۱	۰/۹۴۹	۰/۳۴۱	.....
	اثر متغیر مستقل	۱۰۵۰/۸۳۷	۱	۱۰۵۰/۸۳۷	۲۷/۴۹۸	۰/۰۰۰	۰/۹۹۹	۰/۵۰۵	۰/۵۷۹
	خطا	۱۰۳۱/۷۲۵	۲۷	۳۸/۲۱۲	.....	.....	.....	.....	.....
کمال‌گرایی	اثر پیش‌آزمون	۲۹۱/۷۸۵	۱	۲۹۱/۷۸۵	۱۳/۰۶۲	۰/۰۰۱	۰/۹۳۸	۰/۳۲۶	.....
	اثر متغیر مستقل	۱۱۵۸/۱۹۴	۱	۱۱۵۸/۱۹۴	۵۱/۸۴۷	۰/۰۰۰	۰/۹۴۸	۰/۶۵۸	۰/۷۰۲
	خطا	۶۰۳/۱۴۸	۲۷	۲۲/۳۳۹	.....	.....	.....	.....	.....
مسئولیت‌پذیری	اثر پیش‌آزمون	۸۲۲/۶۱۰	۱	۸۲۲/۶۱۰	۲۳/۱۵۴	۰/۰۰۰	۰/۹۹۶	۰/۴۶۲	۰/۶۴۷
	اثر متغیر مستقل	۱۲۹۷/۲۷۰	۱	۱۲۹۷/۲۷۰	۳۶/۵۱۴	۰/۰۰۰	۱	۰/۵۷۵	.....
	خطا	۵۹۵/۲۵۷	۲۷	۳۵/۵۲۸	.....	.....	.....	.....	.....
پیش‌اهمیت‌دهی به افکار	اثر پیش‌آزمون	۲۳۷/۵۵۰	۱	۲۳۷/۵۵۰	۱۸/۷۷۱	۰/۰۱۸	۰/۶۸۰	۰/۱۹۰	.....
	اثر متغیر مستقل	۱۰۸۶/۷۷۳	۱	۱۰۸۶/۷۷۳	۲۹/۰۸۷	۰/۰۰۰	۰/۹۹۹	۰/۵۱۹	۰/۵۵۱
	خطا	۱۰۰۸/۵۱۲	۲۷	۳۷/۳۶۳	.....	.....	.....	.....	.....

برای بررسی فرضیه فوق از آزمون مانکوا استفاده شده است. قبل از اجرای آزمون مانکوا، ابتدا باید پیش‌فرض‌های مربوط به آن (آزمون باکس، آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها، و آزمون اثر پیلائی) رعایت شده باشند. همه پیش‌فرض‌های لازم و ضروری برای انجام آزمون تحلیل کوواریانس رعایت شده‌اند؛ در نتیجه داده‌ها قابلیت اجرای این آزمون را به‌منظور بررسی سؤال پژوهش دارند. همان‌گونه که جدول ۳ نشان می‌دهد، بعد از تعدیل نمره‌های پیش‌آزمون تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل در میانگین نمرات ابعاد عقاید و سواسی به‌دست آمد. بنابراین، فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود. به‌عبارت‌دیگر، آموزش فلسفه برای کودکان با ایجاد گسلش شناختی در کودک باتوجه‌به میانگین تعدیل‌شده موجب کاهش عقاید و سواسی در گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت تفاوت‌های فردی ۵۰ درصد است. به‌عبارت‌دیگر، ۵۰ درصد از تفاوت‌های فردی در نمرات عقاید و سواسی در گروه آزمایش مربوط به تأثیر آموزش گسلش شناختی در برنامه فلسفه است. توان آماری آزمون ۱ و سطح معناداری مطلوب ( $p < 0.01$ ) دقت بالای آزمون و کفایت حجم نمونه را نشان می‌دهد. باتوجه‌به این‌که نتایج

آزمون نشان داد که نمرات گروه آزمایش در پس‌آزمون بیش‌اهمیت‌دهی به افکار به طور معناداری نسبت به گروه گواه کاهش یافته است، می‌توان ادعا کرد که در چهارچوب محدودیت‌های طرح آزمایشی، آموزش گسلش شناختی در برنامه فلسفه به کودکان باعث کاهش بیش‌اهمیت‌دهی به افکار شده و این فرضیه تأیید می‌شود. همان‌طور که در جدول شماره ۳ نشان داده شده است، با کنترل تأثیر متغیر کمکی (پیش‌آزمون) بر روی متغیر وابسته، بین دو گروه از لحاظ بیش‌برآورد خطر ( $f=13/94$  و  $p>0/01$ )، کمال‌گرایی ( $f=13/94$  و  $p>0/01$ )، مسئولیت‌پذیری افراطی ( $f=13/94$  و  $p>0/01$ )، و بیش‌اهمیت‌دهی به افکار ( $f=13/94$  و  $p>0/01$ ) تفاوت معنادار وجود دارد؛ بدین معنا که مؤلفه‌های بیش‌برآورد خطر، کمال‌گرایی، مسئولیت‌پذیری افراطی، و بیش‌اهمیت‌دهی به افکار به دلیل سطح خطای کم‌تر از ۵ درصد در دو گروه کنترل و آزمایش تفاوت معناداری با هم دارند. این بیان‌گر آن است که آموزش گسلش شناختی با راه‌بردهای فلسفه توانسته است وضعیت این چهار بعد از عقاید و سواسی (بیش‌برآورد خطر، کمال‌گرایی، مسئولیت‌پذیری افراطی، و بیش‌اهمیت‌دهی به افکار را بهبود دهد.

## ۶. بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف تعیین اثربخشی برنامه فلسفه برای کودکان به شیوه حلقه کندوکاو با هدف ایجاد گسلش شناختی در کاهش علائم OCD در کودکان دارای نشانه OCD در یزد اجرا و اثربخشی مثبت آن تأیید شد.

در فرضیه اول اثر آموزش فلسفه به شیوه حلقه کندوکاو در تفکر انتقادی بررسی شد. نتایج آزمون نشان داد که نمرات گروه آزمایش در پس‌آزمون تفکر انتقادی به‌طور معناداری نسبت به گروه گواه افزایش یافته است، بدین معنا که آموزش فلسفه به کودکان باعث بهبود تفکر انتقادی شده است و فرضیه اول تأیید شد. این یافته با نتایج پژوهش شفیع‌آبادی و همکاران (۱۳۹۳)، حبیب‌الهی و سلطانی‌زاده (۱۳۹۴)، توهی و همکاران (۲۰۰۶)، توهی و ویتال (۲۰۰۸)، طباطبایی و تاته‌ادی (۲۰۱۴)، الماسی حسینی (۱۳۹۱)، سیفی‌گندگی و همکاران (۱۳۹۰)، ورلی (۲۰۱۶)، دی‌ماسی و سانتی (۲۰۱۶)، تریکی و تاپینگ (۲۰۰۴)، و کلانتری (۱۳۸۸) هم‌خوان است.

یافته‌های پژوهش حاضر را می‌توان این‌چنین تبیین کرد: مراجعان زیادی از طیف اختلال سواسی جبری به درمان مواجهه و جلوگیری از پاسخ که یکی از درمان‌های رایج است

رویکرد مناسبی ندارند. یکی از عمده دلایل این روی گردانی عدم تحمل اضطراب هم‌راه با این روش درمانی است و همین عامل سبب سرباززدن مراجعان از ادامه حضور در جلسات درمانی می‌شود. درمان‌های موج سوم به دنبال آموزش رهایی از فنونی است که بیماران برای کنترل فکر به کار می‌گیرند، این که چگونه با افکار مزاحم و اضطراب‌زا در هم نیامیزند و این که چگونه هیجان‌اتشان را مدیریت و کنترل کنند. استفاده از فن‌های گسلش و پذیرش در فرایند درمان سبب می‌شود که افراد از موقعیت‌های وسواس طلب کم‌تر احساس رنج کنند. با استفاده از فنون پذیرش و گسلش هیجان‌های ناخوش‌آیند سیری نزولی دارد و به تبع آن افکار و رفتار وسواسی نیز کاهش می‌یابد (غضنفری و دیگران ۱۳۹۴).

یکی از بنیادین‌ترین روش‌های درمان اختلالات روانی استفاده از راه‌بردهایی است که به منظور تغییر تفکر و نگرش و ادراک و رفتار افراد مسئله‌دار طراحی شده‌اند. یک سطح اساسی در تبیین روان‌شناختی که برای کمک به افراد برای تغییر افکارشان ضروری است سطحی است که ما را قادر می‌سازد تا عواملی را مفهوم‌سازی کنیم که در کنترل و اصلاح و ارزیابی و تنظیم خود تفکر تأثیر می‌گذارد. در برنامه فلسفه برای کودک درمان‌گر با استفاده از روش‌های متفاوت به کودک کمک می‌کند تا افکار و احساسات و تخیلات خود را ابراز کند و رابطه بین احساسات و افکار و هیجان‌های ناخودآگاه و عملکردهایش را دریابد. یکی از این روش‌ها گوش کردن کودک به داستان و یا گوش کردن به داستان خود کودک است. ترغیب کودک به گوش دادن و شرح دادن داستان خودش، به هر طریقی که می‌تواند، بسیار درمان‌کننده است و می‌تواند در کاهش نشانه‌های وسواس مؤثر واقع شود. هم‌چنین، با ایجاد انعطاف‌پذیری شناختی نیز به کودک می‌آموزد که وجود افکار وسواسی مسئله اصلی به‌شمار نمی‌رود، بلکه مسئله اصلی اقدام به پاسخ‌دادن به این افکار به صورت انجام اعمال وسواسی است. بنابراین، با یادگیری انعطاف‌پذیری شناختی، آن‌ها برای کسب خزانه رفتاری گسترده‌تر آموزش می‌بینند.

در فرایند گسلش شناختی، به جای این که فرد به دنبال درچالش بودن با افکار مزاحم و باورهای ناکارآمد و اضطراب‌زا باشد، به طریقی با افکار ارتباط برقرار می‌کند؛ این روش با ممانعت از ایجاد مقاومت یا تحلیل ادراکی پیچیده باعث می‌شود فرد بتواند راه‌بردهای تفکر ناسازگار درباره نگرانی و هم‌چنین نظارت غیرقابل‌انعطاف بر تهدید را از بین برد. زمانی که کودک در فرایند گفت‌وگوشنود خردمندانه با سایرین به اصلاح باورهای خود می‌رسد، ترس‌ها و عوامل غیرمنطقی استرس‌زای او تا حد زیادی فروکش می‌کند و تجربه تحصیل را تجربه‌ای لذت‌بخش می‌یابد (هدایتی و شاطالبی ۱۳۹۲).

فلسفه برای کودکان به کودکان درست فکر کردن را آموزش می‌دهد. زمانی که کودک بتواند روش فکر کردن و فرایند آن را درک کند، می‌تواند افکار خود را کنترل کند و این توانایی را پیدا می‌کند که آن افکار را که موجب پیشرفت او می‌شوند پرورش دهد و از افکار مزاحم رهایی یابد. در همین حین، زمانی که کودک یاد می‌گیرد درست فکر کند می‌تواند به این درک هم دست یابد که تمام افکاری که به سراغ فرد می‌آیند و یا هرآنچه مدت‌ها در ذهن او از راه‌های مختلف جا گرفته است و موجب احساس ناراحتی و یا نگرانی در وی شده و یا برعکس اعتمادبه‌نفس کاذب را در او ایجاد کرده چیزی جز خیال و وهم نیست. حال کودک تفاوت واقعیت و خیال را می‌فهمد و زمانی که فکری به سراغ وی می‌آید با آن مهارتی که در برنامه فلسفه برای کودکان کسب کرده است شروع به تجزیه و تحلیل آن می‌کند، میزان واقعی و درست بودن آن را می‌سنجد، و به جای مبارزه با آن افکار که جز تکرار آن فکر و اعمال و سواسی برای او چیزی به دنبال ندارد، فکر خود را روبه‌روی خود قرار داده و درمورد آن نظر می‌دهد. حال فکر را بخش جدانشده از خود نمی‌داند، بلکه آن را مانند تصویری تهیه‌شده توسط خود می‌داند که قادر است آن را تغییر دهد یا تصحیح یا حذف کند، در صورتی که قبل از این فکر را جدانشدنی از خود و وحی منزل می‌دانست. این جداسازی فکر از خود و توانایی قراردادن آن مقابل خود و اعمال تغییر در آن را گسلش شناختی می‌نامند و این امر تنها زمانی محقق می‌شود که فرد فرایند فکر کردن را بداند. تازمانی که کودک نداند یک فکر چگونه به وجود می‌آید و چگونه می‌توان بر آن مسلط شد نمی‌تواند به گسلش شناختی دست یابد. در این پژوهش، برای آن‌که کودک به توانایی گسلش دست یابد، به او شیوه فکر کردن و فرایند آن را آموزش دادیم و کودک در نتیجه یادگیری آن توانست افکار واقعی را از غیرواقعی تشخیص دهد، آن‌ها را درمقابل خود قرار دهد و درجهت مناسب سامان‌دهی کند. برنامه فلسفه برای کودکان با هدف ایجاد گسلش شناختی برای کودک دارای سواس این امکان را فراهم می‌کند که به تفکر خود به‌عنوان شیئی جدا از خود بنگرد، آن را کنج‌کاوانه بررسی کند، آن را نقد یا تقویت کند، و زمانی آن فکر را به مرحله رفتار درآورد که برای او مفید باشد. این امر کودک را از سیل افکار مزاحم که او را تحت امر خود درآورده است رها می‌کند.

### کتاب‌نامه

برهن، مریم و فاطمه خدابخشی صادق‌آبادی (۱۳۹۱)، «آموزش فلسفه برای کودکان»، مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره ۲، ش ۹.

تجلی‌نیا، امیر و روح‌الله کریمی (۱۳۹۳)، «بررسی تأثیر اجرای فلسفه برای کودکان در کاهش و مهار خشم دانش‌آموزان پسر پایه اول مقطع متوسطه شهر تهران»، مجله تفکر و کودک، س ۵، ش ۱.  
حبیب‌اللهی، اعظم و محمد سلطانی‌زاده (۱۳۹۴)، «اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر علائم وسواس فکری - عملی در نوجوانان دختر مبتلا به اختلال بدشکلی بدن»، مجله روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت، س ۲، ش ۴.

حلوی‌پور، زهرا و دیگران (۱۳۹۲)، «اعتباریابی پرسش‌نامه عقاید وسواسی (نسخه کودک و نوجوان) در گروهی از نوجوانان ایرانی»، مجله علمی - پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد، دوره ۲۱، ش ۳.

خسرونژاد، مرتضی (۱۳۸۶)، «تأملی بر هم‌اندیشی ادبیات کودک و فلسفه در برنامه فلسفه برای کودکان»، مجله نوآوری‌های آموزشی، ش ۲۰.

دره زرشکی، نسرين و دیگران (۱۳۹۶)، «اثربخشی آموزش فلسفه به شیوه کندوکاو بر تفکر انتقادی در دانش‌آموزان دوره ابتدایی»، فصل‌نامه روان‌شناسی شناختی، س ۱۳، دوره ۵، ش ۲.  
رجبی، زهرا و دیگران (۱۳۹۵)، «نقش کنترل افکار و درآمیختگی فکر و عمل با علائم وسواس در جمعیت غیربالینی»، مجله علوم پزشکی زانکو، دانشگاه علوم پزشکی کردستان، دوره ۱۷، ش ۵۳.  
رشتچی، مژگان (۱۳۸۹)، «ادبیات داستانی کودکان و نقش آن در رشد تفکر»، مجله تفکر و کودک، س ۱، ش ۲.

سجادیان جاغرق، نرگس و دیگران (۱۳۹۳)، «طراحی برنامه درسی آموزش فلسفه به کودکان ایرانی در پایه اول ابتدایی»، فصل‌نامه پژوهش در فلسفه تعلیم و تربیت، س ۱، ش ۱.

سیفی گندمانی، محمدیاسین و دیگران (۱۳۹۰)، «اثربخشی برنامه آموزش به دانش‌آموزان دختر بر عزت‌نفس و توانایی حل مسئله آن‌ها»، فصل‌نامه روان‌شناسی کاربردی، س ۵، ش ۲.

صالحی، صدیقه و دیگران (۱۳۹۳)، «بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و علائم اختلال وسواسی - جبری»، مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، دوره ۲۱، ش ۲.

طباطبایی، زهرا و مرضیه موسوی (۱۳۹۰)، «بررسی تأثیر برنامه فلسفه برای کودکان در پرسش‌گری و تفکر انتقادی دانش‌آموزان پایه‌های سوم تا پنجم ابتدایی (۹ الی ۱۱ ساله) دبستان علوی شهر ورامین»، مجله تفکر و کودک، س ۲، ش ۱.

عباسی، فرزانه و دیگران (۱۳۹۲)، «تأثیر آموزش شناختی - رفتاری رابطه مادر و کودک بر کاهش علائم وسواسی - جبری کودکان»، مجله تحقیق علوم رفتاری، دوره ۱۱، ش ۳.

مؤمنی مهموئی، حسین و عفت پرورش (۱۳۹۵)، «تأثیر برنامه فلسفه برای کودکان از طریق حلقه‌های کندوکاو بر خلاقیت، سازگاری اجتماعی، و پیشرفت تحصیلی درس علوم دانش‌آموزان پایه سوم ابتدایی»، فصل‌نامه علمی - پژوهشی پژوهش‌نامه تربیتی، س ۱۱، ش ۴۷.

مهدی، حجت‌الله، و سالار فرامرزی (۱۳۹۵)، «تأثیر درمان ترکیبی مواجهه هم‌راه با بازداری از پاسخ و آموزش رفتاری والدین بر نشانگان وسواس در کودکان با اختلال هم‌بودی بی‌اعتنایی مقابله‌ای

- وسواسی - جبری»، ویژه‌نامه سومین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی و علوم تربیتی، مجله اصول بهداشت روانی.
- هاشمیان، پژمان و دیگران (۱۳۹۵)، «مقایسه اثربخشی روش‌های درمان شناختی-رفتاری و نوروفیدبک بر علائم اختلال وسواسی - جبری نوجوانان»، مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، دوره ۵۹، ش ۱.
- یاوند حسنی، اصغر و دیگران (۱۳۹۳)، «بررسی اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و قصه‌درمانی بر کاهش اختلالات رفتاری نوجوانان»، پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره، س ۴، ش ۱.
- Agarwal, Vivek et al. (2016), "A Study of Phenomenology, Psychiatric Co-morbidities, Social and Adaptive Functioning in Children and Adolescents with OCD", *Asian Journal of Psychiatry*, vol. 22.
- Akkocaoglu, Nihan and Ayşegül Celepoglu (2013), "Views of Primary School Teachers on Philosophy Books Prepared for Children", 5th World Conference on Educational Sciences - WCES 2013, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, vol. 116.
- Blackledge, J. T. (2007), "Disrupting Verbal Processes: Cognitive Defusion in Acceptance and Commitment Therapy and Other Mindfulness-based Psychotherapies", *The Psychological Record*, vol. 57, Issue 4.
- Gruioniu, Octavian (2013), "The Philosophy for Children, an Ideal Tool to Stimulate the Thinking Skills s", 5th International Conference EDU-WORLD 2012 Education Facing Contemporary World Issues, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, vol. 76.
- Masuda, A. et al. (2010), "The Effects of Cognitive Defusion and Thought Distraction on Emotional Discomfort and Believability of Negative Self-referential Thoughts", *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, vol. 41.