

Research Paper

Effectiveness of Play and Music on Anxiety, Depression, and Self-esteem In  
Secondary School Students With Visual Impairment



Seyyede Shohreh Taheri<sup>1</sup>, Mansoure Shahriari Ahmadi<sup>1\*</sup>, Hasanpasha Sharifi<sup>2</sup>

1. Department of Psychology Exception and General, Faculty of Psychology and Educational Science, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.  
2. Department of Psychology, Faculty of Psychology and social Sciences, Roodehen Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.



**Citation** Taheri SSh, Shahriari Ahmadi M, Sharifi H. [The Effectiveness of Play and Music on Anxiety, Depression and Self-Esteem in Elementary Secondary School Students With Visual Impairment (Persian)]. Scientific Journal of Rehabilitation Medicine. 2021; 10(5):976-987. <https://doi.org/10.32598/SJRM.10.5.13>

**doi** <https://doi.org/10.32598/SJRM.10.5.13>



Received: 12 Jul 2020

Accepted: 06 Oc 2020

Available Online: 22 Nov 2021

**Keywords:**

Blindness, Music, Play, Anxiety, Depression, Self-esteem

**ABSTRACT**

**Background and Aims** The objective of this research was the assessment and evaluation of play and music's effectiveness on the anxiety, depression, and self-esteem of elementary school students (second grade) with visual impairment.

**Methods** The present study was quasi-experimental with pre-test and post-test design and with a control group. The statistical population included 60 students in the age range of 9-15 years (mean=11.74 years). The Cochran's sampling method was performed after screening with the Spence anxiety tests, depression and children's self-esteem assessment, and age-based peer-to-peer visualization. A total of 28 subjects were selected. The SPSS software and statistical methods of analysis of covariance, independent t-test, and even t-test were utilized for data analysis.

**Results** A comparison of pre-test and post-test findings indicated that play and music do have a role in children's anxiety, depression, and self-esteem of the subjects with visual impairment. However, the covariance analysis findings showed a significant difference only in the anxiety in the experimental group (P=0.002).

**Conclusion** Play and music can reduce the anxiety of children with visual impairments.

**Extended Abstract**

**1. Introduction**

Visual impairment in childhood often has lifelong consequences. As much as the sense of sight plays a role in the evolution of human actions from birth, the damage to this sense can also cause the development of the individual from various aspects of social, cognitive, emotional, and behavioral problems that can affect physical and mental health. One of the most important problems for individuals with visual impairment is incompatibility with the limitations and disabilities caused by this injury, inducing depression and

anxiety. In order to raise the performance levels of these children, appropriate interventions are requisite. It is essential to bring these kids to an acceptable level of ability that will lead to the full utilization of their talents and abilities. The aim of this study was to analyze the effectiveness of games and music on anxiety, depression, and self-esteem of students with visual impairment in the second grade of elementary school.

**2. Methods**

The present study was experimental with a pre-test-post-test design and a control group. The statistical population included 60 students with visual impairment in the age range of 9-15 years (mean=11.74 years) (2020-2021 aca-

**\* Corresponding Author:**

Mansouri Shahriari Ahmadi

**Address:** Department of Psychology Exception and General, Faculty of Psychology and Educational Science, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

**Tel:** +98 (21) 22481633

**E-Mail:** mansure\_shahriari@yahoo.com

demographic year). Using the Cochran sampling method, a total of 28 kids were selected as a sample and randomly assigned to the experimental and control groups. Thereafter, the questionnaires were read individually by the students and the grades were recorded. The intervention for the experimental group was performed as a group (two sessions/week for ten sessions; each session lasting 30 minutes) and the questionnaires were performed and recorded as retests via the previous method for both groups. Data analysis was calculated using the SPSS software v. 26. Leven's test was utilized to evaluate the homogeneity of variance, the paired t-test was used to examine the mean differences between pre-test and post-test, and an independent t-test was deployed to examine the two groups in terms of depression, anxiety, and self-esteem.

### 3. Results

The independent t-test findings pointed out that there was no significant difference between the two groups in the baseline regarding depression and anxiety. However, there was a significant difference between the experimental and control groups in the self-esteem variable. Comparing the pre-test and post-test of the experimental group, the results showed that play and music had an effect on anxiety, depression, and self-esteem of children with visual impairment. However, the covariance analysis findings showed a significant difference only in the anxiety variable in the experimental group ( $P=0/002$ ).

### 4. Discussion

Overall results and data analysis showed that play and music are a potential therapeutic option. To justify the findings, it can be stated that because children with visual impairment suffer more psychological problems than their visual counterparts, the interventions of the present

study are cost-effective, simple, familiar, and fun for implementation as far as the children were concerned. It was proven that these interventions were effective in reducing anxiety and depression and increasing self-esteem in children with visual impairment. Therefore, it can be declared that games and music can have a great impact on solving the psychological problems of this group of children in the following areas: Physically, by performing physical movements and by breathing properly and delivering proper oxygen to the organs and the brain (causes happiness by increasing the neurotransmitters in the brain), and psychologically, by creating the opportunity to express repressed emotions, breaking resistance, emotional discharge, voice and song, the therapeutic aspect can be highlighted. Creating a sense of accomplishment in the game, playing a simple musical instrument, and releasing muscle tension by tapping a musical instrument or body part increases self-confidence and self-esteem. By undertaking these actions, they realize their value and usefulness as a member of a group.

### Ethical Considerations

#### Compliance with ethical guidelines

The ethical principles observed in the article, such as the informed consent of the participants, the confidentiality of information, the permission of the participants to cancel their participation in the research. Ethical approval was obtained from the Research Ethics Committee of the Islamic Azad University, Central Tehran Branch. The date of the defense is 3/8/99.

#### Funding

This study was extracted from the PhD thesis of first author at Department of Experimental Child Psychol-

**Table 1.** ANCOVA of the Experimental and Control Groups in Terms of Anxiety, Depression, and Self-Esteem After the Intervention

Variables	Groups	Mean±SD	Effect Size	Error Size	F	P
Depression	Experimental	9.78±3.35	0.073	0.273	1.978	0.052
	Control	16.28±8.94	0.143	4.173	2.632	
Anxiety	Experimental	38±16.78	0.337	12.68	0.218	0.002
	Control	50.92±19.58	0.314	11.44	6.132	
Self-Esteem	Experimental	89.71±8.06	0.034	0.331	0.881	0.065
	Control	82.5±13.8	0.129	0.129	3.718	

ogy and Education of Islamic Azad University, Central Tehran Branch, Tehran.

#### **Authors' contributions**

**Conceptualization and methodology: Mansoureh Shahriari Ahmadi and Hassan Pasha Sharifi; Research, writing the main draft, collecting information, editing and executing the research: Seyedeh Shohreh Taheri. Data analysis: All authors.**

#### **Conflict of interest**

The authors declared no conflict of interest.

#### **Acknowledgments**

To this end, the education of exceptional children and the blind school of Imam Ali and the respected personnel of that collection, which helped us with this research, and thanked and appreciated from the Azad University of Tehran Central for their valuable support.

مقاله پژوهشی

بررسی اثربخشی بازی و موسیقی بر اضطراب، افسردگی و عزت نفس دانش‌آموزان با آسیب بینایی دوره دوم ابتدایی

سیده شهره طاهری<sup>۱</sup>، منصوره شهریار احمدی<sup>۱</sup>، حسن پاشا شریفی<sup>۲</sup>

۱. گروه روانشناسی استثنایی و عمومی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.  
 ۲. گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

چکیده

تاریخ دریافت: ۲۲ تیر ۱۳۹۹  
 تاریخ پذیرش: ۱۵ مهر ۱۳۹۹  
 تاریخ انتشار: ۱۰ آذر ۱۴۰۰

**زمینه و هدف:** بررسی اثربخشی بازی و موسیقی بر اضطراب، افسردگی و عزت نفس دانش‌آموزان با آسیب بینایی دوره دوم ابتدایی است. **مواد و روش‌ها:** پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری شامل شصت نفر در گروه سنی نه تا پانزده سال است (M=۱۱/۷۴). روش نمونه‌گیری با روش کوکران انجام و افراد با آزمون‌های اضطراب اسپنس، افسردگی کودکان و عزت نفس کودکان بررسی شدند. پس از آن افراد بر اساس سن و نوع آسیب بینایی، هم‌تاسازی شده و در نهایت ۲۸ نفر به عنوان نمونه وارد مطالعه شدند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS و روش‌های آماری تحلیل کوواریانس، تی مستقل و تی زوجی استفاده شد.

**یافته‌ها:** مقایسه نتایج پیش‌آزمون-پس‌آزمون نشان داد که بازی و موسیقی بر اضطراب، افسردگی و عزت نفس کودکان با آسیب بینایی نقش دارد، اما نتایج تحلیل کوواریانس در گروه آزمایش نشان داد که فقط در متغیر اضطراب تفاوت معنادار ایجاد شده است (P=۰/۰۰۲). **نتیجه‌گیری:** نتایج نشان داد که بازی همراه با موسیقی می‌تواند در کاهش اضطراب کودکان با آسیب بینایی نقش داشته باشد.

کلیدواژه‌ها:

نابینایی، بازی، موسیقی، اضطراب، افسردگی، عزت نفس

مقدمه

کشور وجود دارد. بر اساس روند افزایشی این آمارها و مشکلات جسمی و روانی که این افراد با آن مواجه هستند، نیاز است که آزمایش‌های زود هنگام و مناسب جهت بهبود عملکرد اجتماعی و روانی آن‌ها صورت گیرد [۴]. تجزیه و تحلیل اخیر مجمع جهانی اقتصاد تخمین زده است که تأثیر کلی اختلالات روانی از نظر خسارت اقتصادی، طی بیست سال آینده حدود شانزده تریلیون دلار خواهد بود [۵].

اضطراب و افسردگی نمونه‌ای از اختلال‌های شایع روان‌پزشکی در دوران کودکی است [۴]. طبق مطالعات بین‌المللی سازمان بهداشت جهانی، حدود ۳۲۲ میلیون نفر از جمعیت جهان دچار افسردگی هستند [۶]. افسردگی تقریباً ۲ تا ۳ درصد کودکان و تا ۸ درصد نوجوانان را مبتلا می‌کند که اگر درمان نشود به تشبیت اختلالات خلقی منجر می‌شود که با کاهش انرژی و علاقه، احساس گناه، مشکل در تمرکز، بی‌اشتهایی، کاهش فعالیت،

حس بینایی، یکی از حواس مهمی است که در دریافت بسیاری از اطلاعات نقش مهمی دارد و بعضی از افراد با آسیب بینایی از این حس محروم هستند. از آنجا که هرگونه ناتوانی می‌تواند چهره خود را تغییر دهد [۱]. فقدان حس بینایی باعث می‌شود که این افراد درک مناسبی از دنیای واقعی نداشته باشند [۲]. این کودکان در مقایسه با هم‌تایان بینای خود، به دلیل اینکه در معرض خطر مشکلات روان‌شناختی<sup>۱</sup>، از جمله اضطراب و افسردگی هستند، باید با مهارت و استراتژی‌های لازم برای مدیریت این اختلال‌ها تجهیز شوند [۳].

در ایران، طبق آمار پیشگیری<sup>۲</sup> از نابینایی وزارت بهداشت، بر اساس تخمین‌ها سی هزار کودک کم‌بینا و ۷۵۰۰ کودک نابینا در

1. Psychological
2. Prevention

\* نویسنده مسئول:

منصوره شهریار احمدی

نشانی: تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه روانشناسی استثنایی و عمومی.

تلفن: ۲۲۴۸۱۶۳۳ (۲۱) ۹۸+

رایانامه: Mansure\_Shahriari@Yahoo.com

افسردگی کودکان با اختلال هماهنگی رشدی می‌شود [۱۹].

با توجه به آنچه مطرح شد، توجه به مشکلات روان‌شناختی کودکان با آسیب بینایی اهمیت دارد و تا آنجا که پیشینه نشان می‌دهد، تحقیقات کمی در ایران انجام شده و این مقوله مورد غفلت قرار گرفته است. همچنین ضرورت توجه به مشکلات این کودکان، جهت یافتن روش‌های مناسب برای کاهش آنچه که با آن مواجه هستند، مورد نظر قرار گرفت. علاقه‌مندی ذاتی کودکان به بازی، محققین پژوهش حاضر را بر آن داشت تا مشکلات شناختی کودکان با آسیب بینایی را با هدف بررسی اثربخشی بازی‌های موسیقایی بر این متغیرها مورد پژوهش قرار داده و مطالعات پیشین را گسترش دهند.

همچنین می‌تواند تصویر جامع‌تری از عوامل کاهش‌دهنده علائم اضطراب و افسردگی این کودکان را ترسیم کند و در جهت بالا بردن عزت نفس کودکان با آسیب بینایی که تأثیر بسیار عمیقی بر ارتقای روابط اجتماعی دارد، وظیفه انسانی خویش را ایفا کند. همچنین پژوهش حاضر می‌تواند زمینه جدیدی برای برانگیختن پژوهش‌های بیشتر کودکان با آسیب بینایی فراهم کرده و با انتخاب روش‌های مناسب و تأثیرگذار در مشکلات این کودکان، دنیای آنان را زیباتر کند.

در راستای هدف مورد نظر، پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به این سؤال است که آیا بازی و موسیقی می‌تواند بر کاهش اضطراب، افسردگی و بهبود عزت نفس کودکان با آسیب بینایی نقش داشته باشند؟

### مواد و روش‌ها

این تحقیق یک روش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری شامل همه دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی با آسیب بینایی مدرسه پسرانه نابینایان شهر مشهد (شصت نفر) هستند که در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ مشغول به تحصیل بودند. حجم نمونه بر اساس روش کوکران انجام شد و متناسب با حجم جامعه بر اساس شصت نفر، حجم نمونه ۵۱ نفر تعیین شد.

اما از آنجا که نمونه مورد نظر باید هر سه اختلال اضطراب، افسردگی و عزت نفس را دچار باشد و همچنین بر اساس ملاحظات اخلاقی، به دلیل عدم رضایت چند تن از دانش‌آموزان برای شرکت در آزمایشات، حجم نمونه به ۲۸ نفر کاهش یافت که بعد از هم‌تاسازی بر اساس سن و نوع آسیب بینایی در هر گروه چهارده نفر در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند.

تست‌های مورد استفاده در این پژوهش شامل آزمون عزت نفس کودکان، آزمون اضطراب اسپنس و آزمون افسردگی کودکان است. نمونه آماری شامل دانش‌آموزانی بود که پس از غربالگری با ابزارهای پژوهش، دچار اختلال اضطراب، افسردگی

مشکلات خواب و سایر ریتم‌های بیولوژیک، بی‌حوصلگی، افکار مرگ و خودکشی مشخص می‌شود. پژوهش‌ها نشان داده است که در افراد با آسیب بینایی نیز نوعی افسردگی وجود دارد [۷].

اضطراب، نوعی هیجان یا احساس و ادراک ذهنی است که با پاسخ بدنی به تهدید واقعی یا ادراک‌شده همراه است. اضطراب ۱۰ تا ۲۰ درصد از کودکان و نوجوانان را مبتلا می‌کند. اختلالات اضطرابی با برانگیختگی مکرر هیجانی و فیزیولوژیک همراه است که شامل علائم گوارشی، تهوع، استفراغ، دل درد، علائم شبیه سرماخوردگی و در کودکان بزرگ‌تر علائمی نظیر علائم تنفسی و قلبی عروقی شامل تپش قلب، سرگیجه، ضعف و احساس خفگی است [۸]. طبق نتایج تحقیق به‌پژوه و همکاران، شیوع افسردگی در میان افراد با آسیب بینایی ۲۵ درصد است [۹].

همچنین افزایش عزت نفس، یکی از بارزترین منابعی است که افراد دچار آسیب بینایی می‌توانند داشته باشند. تفاوت معناداری بین عزت نفس کودکان با آسیب بینایی و کودکان عادی وجود دارد [۱۰]. عزت نفس پایین، اختلالات عاطفی و عدم عملکرد مناسب، برای آنها مشکلاتی ایجاد می‌کند [۱۱]. علاوه بر این، عزت نفس می‌تواند در تمام جنبه‌های رشد نقش مهمی ایفا کند [۱۲].

طبق تحقیقات انجام‌شده، برای رفع عزت نفس پایین و اختلالات روان‌شناختی، بازی راه‌حل بسیار مناسبی است. بازی برای کودکان عادی و استثنایی، وسیله بیان و ارتباط است که به عقیده برخی از پژوهشگران بخش مهمی از فرایند درمانگری را تشکیل می‌دهد [۱۳]. استفاده از بازی‌ها به کودکان این امکان را می‌دهد تا خود را از تجربیات احساسی عمیق دور کرده و به تعمق و تفکر بپردازند. همچنین فرصتی می‌دهد که به مشکلات خود اندیشیده و به روش غیرتهدیدآمیز پیامدهای آن را از طریق بازی تغییر دهند و خود را قدرتمند ساخته تا بتوانند با مشکلات زندگی واقعی کنار بیایند [۱۴].

بازی تأثیر زیادی بر عزت نفس و بر طیف وسیعی از اختلالات و مشکلات داشته است [۱۵، ۱۶]. همچنین آموزش بازی همراه با موسیقی علاوه بر اینکه یک بازی و سرگرمی است، باعث تخلیه هیجانی و جهت‌دهی عاطفی می‌شود [۱۷]. کمالیان اعلام کرد این نوع بازی برای درمان اختلالات جسمی و روانی نقش دارد [۱۸].

طبق تحقیقات انجام‌شده در دو دهه اخیر، موسیقی به تنهایی برای درمان افسردگی محبوبیت فزاینده‌ای به دست آورده است. نتایج نشان داد موسیقی درمانی اثرات مثبتی در تقویت اعتماد به نفس، وضعیت روحی و علائم افسردگی و اضطراب شرکت‌کنندگان داشته است [۷]. نتایج تحقیق محمدی اورنگی و همکاران نشان داد که تمرین ریتمیک<sup>۳</sup> با موسیقی باعث کاهش اضطراب و

و عزت نفس تشخیص داده شدند و از این میان افرادی انتخاب شدند که نمره حد نصاب متناسب با نمره تعیین شده در آزمون‌ها را دریافت کرده بودند.

محدوده اضطراب بر اساس آزمون اضطراب اسپنس ۴۴ و بالاتر بود. محدوده افسردگی بر اساس آزمون افسردگی بین نه تا بالاتر از بیست بود، محدوده نمره عزت نفس بر اساس آزمون عزت نفس کودک بین سی تا شصت بود. معیارهای ورود شرکت‌کنندگان، محدوده سنی نه تا پانزده سال، دچار آسیب بینایی، جنسیت پسر، بدون اختلال روان‌پریشی بود. ملاک‌های خروج عدم انجام صحیح تکنیک‌ها و بازی‌ها و غیبت بیشتر از سه جلسه بود. (برای گروه کنترل هیچ آزمایشی انجام نشد و در هیچ جلسه‌ای شرکت نداشتند. برای دریافت اینکه گروه کنترل بعد از این مدت آیا تغییری داشته‌اند یا خیر، آمارها روی نمرات گروه کنترل نیز محاسبه شد.)

برای اجرای پژوهش ابتدا معرفی نامه از اداره آموزش و پرورش کودکان استثنایی برای حضور در مدرسه استثنایی پسرانه، اخذ شد. سپس با حضور در مدرسه مربوطه با گرفتن تأیید از مدیر مدرسه، معلمان و والدین دانش‌آموزان، آزمون‌ها اجرا شدند. ابتدا سؤالات پرسش‌نامه‌ها برای تک تک دانش‌آموزان به‌عنوان پیش‌آزمون خوانده و نمرات خام توسط پژوهشگر محاسبه شد. آزمایشات به‌صورت گروهی، دو جلسه در هفته به مدت ده جلسه و هر جلسه سی دقیقه در سالن ورزشی سرپوشیده مدرسه توسط پژوهشگر اجرا شد. پس از اتمام آزمایشات، سؤالات پرسش‌نامه‌ها به عنوان پس‌آزمون، برای آزمودنی‌ها مجدداً خوانده، نمرات خام محاسبه و ثبت شد و در پایان، نتایج آزمایشات با استفاده از نرم‌افزار SPSS محاسبه شد.

### پروتکل بازی و موسیقی

اجرای بازی‌ها با اهداف مشخص در هر جلسه و به صورت گروهی با استفاده از سازه‌های کوبه‌ای دست‌ساز و ابزارهای دیگر، از جمله پاراشوت و چوبک اجرا شد. در پایان هر جلسه، آرام‌سازی همراه تنفس شکمی با هدف اکسیژن‌رسانی بهتر، کاهش اضطراب و استرس و به تعادل رساندن انرژی هیجانی ایجاد شده طی بازی‌ها انجام گرفت. (پروتکل بر اساس کارگاه‌هایی که پژوهشگر زیر نظر هاتف دوستدار، اصغری نکاح و سودابه سالم گذرانده و آموزش دیده بود، تدوین شده است) (جدول شماره ۱).

### ابزار پژوهش

#### تست اضطراب اسپنس

این پرسش‌نامه توسط اسپنس و در سال ۲۰۰۳ برای ارزیابی نشانه‌های اضطراب در کودکان در جمعیت عمومی ساخته شد [۲۰]. این مقیاس شامل ۳۸ گویه است که سؤالات در یک مقیاس لیکرت (هرگز، گاهی اوقات، بیشتر اوقات و همیشه) پاسخ

داده می‌شوند و پاسخ‌ها به ترتیب از صفر (هرگز) تا سه (همیشه) نمره‌گذاری می‌شود. حداکثر نمره ۱۱۴ و حداقل نمره صفر است.

علاوه بر زیرمقیاس‌ها، این پرسش‌نامه، یک نمره کل که معرف اضطراب کلی است، دارد. این پرسش‌نامه برای دامنه سنی سه تا هفده سال به کار گرفته شده است. در پژوهش موسوی و همکاران، اعتبار آزمون از طریق فرمول کلی آلفای کرونباخ ۰/۸۷۴ به دست آمد [۲۱]. برای بررسی روایی سازه از روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی بهره گرفته شد. نتایج حاصل از آن نشان می‌دهد شش عامل از پرسش‌نامه مورد مطالعه، ۴۲/۱۳۸ درصد واریانس کل را تبیین می‌کنند. نمره بین صفر تا ۴۴ اضطراب پایین، نمره بین ۴۴ تا ۸۸ اضطراب متوسط و نمره بالاتر از ۸۸ اضطراب بالا را نشان می‌دهد.

### پرسش‌نامه اعتبار و پایایی مقیاس افسردگی کودکان

پرسش‌نامه افسردگی کودکان توسط کوواکس در سال ۱۹۸۵ برای ارزیابی افسردگی در دوران کودکی و نوجوانی طراحی شده است [۲۲]. این پرسش‌نامه یک ابزار خودگزارشی است و ۲۷ سؤال و پنج خرده‌مقیاس دارد که شامل موارد زیر است: آسیب‌پذیری، احتیاج برای تأیید شدن، موفقیت کمال‌گرایی، احتیاج برای خشنودی دیگران و نیاز به تأثیر گذاشتن بر دیگران [۲۳].

هریک از سؤال‌ها بر اساس یک مقیاس سه درجه‌ای صفر، یک و دو درجه‌بندی شده است. دامنه نمرات از صفر تا ۵۴ و نمره زیاد معرف درجه بالایی از افسردگی است [۲۴]. گزارشی و همکاران نسخه فارسی پرسش‌نامه افسردگی کودکان تیشر و لانگ<sup>۴</sup> را برای جمعیت عمومی ایران اعتباریابی و هنجاریابی کردند. پایایی این مقیاس از طریق بازآزمایی شش هفته‌ای، ۰/۸۲ است و آلفای کرونباخ آن را ۰/۹۶ گزارش کردند. سؤالات این پرسش‌نامه به صورت سه گزینه‌ای طراحی شده است [۲۵]. نمره صفر تا هشت، نشانه سلامت، نمره نه تا نوزده، آستانه افسردگی و نمره بیست و بالاتر، نشانه افسردگی است.

### پرسش‌نامه عزت نفس کودکان

مقیاس عزت نفس در سال ۱۹۸۵ توسط هیر و بروس ساخته شده است که از سی گویه و سه خرده‌مقیاس عزت نفس همسالان، عزت نفس خانه و عزت نفس مدرسه که هر کدام از ده سوال تشکیل شده است، به منظور سنجش عزت نفس در کودکان سنین مدرسه به کار می‌رود. نمره‌گذاری پرسش‌نامه به صورت طیف لیکرت چهار درجه‌ای است که برای گزینه‌های «به شدت مخالفم»، «مخالفم»، «موافقم» و «به شدت موافقم» به ترتیب امتیازات یک، دو، سه و چهار در نظر گرفته می‌شود.

4. Tischer and Long Form Children Depression Questionnaire (CDS)

## جدول ۱. خلاصه جلسات بازی و موسیقی

جلسات	هدف	محتوا و نمونه فعالیت
اول	۱- ایجاد رابطه، اعتمادسازی، آشنایی بیشتر با درمانگر و آشنایی دانش‌آموزان با یکدیگر. ۲- درک مفید بودن بدن و ارزشمندی وجودی به عنوان یک کل.	۱- بازی دست به دست کردن توپ و گفتن نام دو سیلابی. ۲- بازی بادی پرکاشن (بدن کوبه) و ایجاد صدا با اندام‌های بدن.
دوم	۱- برون‌ریزی هیجانی و رفع اضطراب. ۲- دوست‌یابی، ایجاد رابطه دوستانه‌تر و عمیق‌تر با هم‌گروهی‌ها در جهت کاهش اضطراب و ایجاد حس خوشایند در کنار یک دوست و کاهش افسردگی	۱- پاره کردن کاغذ به همراه موسیقی مخصوص. ۲- بازی «دست‌ها تو بذار توی دستم» با موزیک مخصوص.
سوم	۱- ارزشمندی وجودی به عنوان یک کل برای افزایش عزت نفس. ۲- کاهش افسردگی و افزایش شادمانی با ترشح ناقل‌های عصبی دوپامین، سروتونین، اندورفین و اکسی‌توسین هنگام فعالیت.	۱- تکرار بازی بادی پرکاشن به شیوه‌ای دیگر. ۲- خواندن شعر کودکانه همراه با موسیقی تومبا و کف زدن.
چهارم	۱- مفید و ارزشمند بودن و افزایش عزت نفس با ایجاد کار گروهی جهت درک و پذیرش اجتماعی. ۲- ایجاد حس اعتماد به توانمندی خود، ایجاد حس ارزشمندی و کاهش اضطراب به دنبال کار گروهی.	۱- اجرای نمایش حیوانات به همراه ماسک حیوانات بر چهره و موزیک مخصوص. ۲- رد کردن حلقه از خود به نفر کناری، در حالی که دستان همدیگر را گرفته و یک دایره تشکیل شده.
پنجم	۱- جایگزینی احساس مثبت با بیان کلمات مثبت و کاهش افسردگی و ایجاد انگیزه و کاهش گوشه‌نشینی با حضور در گروه دوستانه و ایجاد حس ارزشمندی. ۲- ایجاد هیجان و کاهش افسردگی.	۱- شعر خوانی با موزیک و بیان کلمات مثبت. گرفتن حلقه ورزشی به صورت دو نفره، بیان کلمات زیبا و مثبت به یکدیگر و انجام حرکات دلخواه ریتمیک با موزیک. ۲- مسابقه رد کردن حلقه‌ها از بالای سر و خروج از پاها.
ششم	۱- از بین بردن نماد ترس و اضطراب و غلبه بر آن و تخلیه انرژی. ۲- افزایش شادابی و نشاط، کاهش افسردگی و ایجاد انگیزه برای فعالیت.	۱- پرتاب کردن توپ به نماد هیولای مقوایی. ۲- پریدن از حلقه‌ها و به صورت مسابقه گروهی.
هفتم	۱- خلق اثر هنری و افزایش عزت نفس. ۲- کاهش اضطراب و استرس به دنبال انجام کار گروهی.	۱- نواختن ساز یا تولید صدا با نایلون. ۲- بازی گروهی عمو زنجیرباف با موسیقی مرتبط.
هشتم	۱- تخلیه هیجانی، افزایش حس شادابی، افزایش عزت نفس و مفید بودن به عنوان یک عضو گروه، آموزش غیرمستقیم کنترل خشم یا اضطراب مثل موج خروشان و سپس آرامش دریای طوفانی. ۲- افزایش اعتماد به نفس و ایجاد انگیزه به دنبال تولید ابزار و اثر هنری-موسیقی غیرماهرانه و ایجاد حس شادی و کاهش افسردگی.	۱- بازی گروهی با پاراشوت و توپ به صورت نماد دریا با موزیک آرام و تندشونده. ۲- نواختن ساز با ابزارهای دست‌ساز از وسایل دور ریختنی، از جمله جعبه و گلدان پلاستیکی به صورت طبل.
نهم	۱- افزایش امیدواری، غلبه بر ناامیدی و افسردگی، بازسازی شناختی با هدف ایجاد نگرش که در آن هم آرامش (موزیک ملایم) و هم موقعیت‌های تنش‌زا (موزیک تند) وجود دارد. ۲- کاهش اضطراب و افزایش حس شادی، افزایش عزت نفس به دنبال نواختن موسیقی و کاهش افسردگی.	۱- شعرخوانی و تولید سوت قطار، گفتن کلمات انگیزشی مثبت با بازی قطار به همراه موسیقی مخصوص ابتدا آرام و سپس تند. ۲- انجام حرکات هدفمند موزون با موزیک «دور هم جمع می‌شیم و با همدیگر ساز می‌زنیم» و نواختن ساز واژ و طبلک
دهم	۱- ایجاد شادی و افسردگی و ترشح ناقل‌های عصبی شادی‌بخش. ۲- افزایش عزت نفس، تخلیه هیجانی، کاهش اضطراب از اینکه زیر ذره‌بین بقیه باشد. کاهش افسردگی و افزایش شادابی به دنبال انجام حرکات شاد و خنده‌دار.	۱- نواختن ساز یا چوبک و موزیک مخصوص. ۲- رفتن در حلقه و انجام حرکات دلخواه، در حالی که رشته‌های متصل به حلقه در دستان دانش‌آموزان است.

## طب توانبخشی

برای بررسی پیش‌فرض نرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون لوین استفاده شد.

**جدول شماره ۲** نشان می‌دهد که در دو گروه آزمایش و کنترل شرط برابری واریانس از منظر افسردگی، اضطراب و عزت نفس، قابل قبول است. **جدول شماره ۳** نشان می‌دهد که اختلاف معناداری در دو گروه در خط پایه افسردگی و اضطراب وجود ندارد. فقط در مورد متغیر عزت نفس بین دو گروه آزمایش و کنترل اختلاف معنادار وجود داشت ( $P=0/0007$ ). **جدول شماره ۴** ارزیابی اثرات بازی-موسیقی بر متغیرهای اضطراب، افسردگی و عزت نفس را با استفاده از تحلیل کوواریانس نشان می‌دهد. بین گروه‌ها اختلاف معناداری بعد از آزمایش از نظر عزت نفس و افسردگی وجود ندارد ( $n=28$ )، اما در متغیر اضطراب بین دو گروه اختلاف معناداری وجود دارد ( $P=0/0001$ ).

در پژوهش هیر، دامنه ضریب همبستگی به روش بازآزمایی با فاصله زمانی سه ماهه بین دو نوبت آزمون، بین ۰/۵۶ تا ۰/۶۵ برای سه خرده‌مقیاس و ۰/۷۴ برای مقیاس کلی، نشان‌دهنده ثبات خوب ابزار است [۲۶]. نمره بین سی تا شصت نشانه عزت نفس فرد پایین، نمره بین ۶۰ تا ۷۵، عزت نفس فرد متوسط و نمره بالاتر از ۷۵، عزت نفس فرد بالا را نشان می‌دهد.

## یافته‌ها

در مطالعه حاضر، تعداد ۲۸ نفر بررسی شدند که در هر گروه، چهارده نفر بعد از هم‌تاسازی از نظر سن و نوع اختلال بینایی قرار داده شدند. دامنه سنی بین نه تا پانزده سال با میانگین  $11/74 \pm 1/612$  سال است. برای بررسی اختلاف دو گروه از نظر سن در خط پایه از آزمون تی مستقل استفاده شد و اختلاف معناداری در دو گروه از نظر متغیر ذکر شده در خط پایه وجود نداشت ( $P=0/496$ ).

جدول ۲. پیش فرض نرمال بودن توزیع متغیرها

گروه	تعداد	میانگین $\pm$ انحراف معیار		لوین	
		سن	اضطراب	افسردگی	عزت نفس
آزمایش	۱۴	۱۱/۷۴ $\pm$ ۱/۶۱۲	۰/۱۵۱	۰/۲۸۶	۰/۱۲۷
کنترل	۱۴	۱۱/۷۴ $\pm$ ۱/۶۱۲			

طب توانبخشی

آرامش و دل مشغولی های مثبت و تجارب خوشایند در فعالیت های بازی های موسیقیایی برای کاهش اضطراب مناسب بوده، ولی برای کاهش تغییر چرخه افکار منفی که ماهیت افسردگی را تشکیل می دهد، مناسب نبوده است که با نتایج تحقیق حاضر همسو است [۳۰].

نکته قابل توجه این است که احتمال دارد تعداد جلسات پایین تر که در این پژوهش انجام شد، از اثربخشی آن در رابطه با تأثیر بر افسردگی کاسته باشد. همچنین نتایج این تحقیق با تحقیق سانتوس و همکاران در رابطه با اثربخشی بازی بر اضطراب کودکان همسو است. آن ها در پژوهش خود نشان دادند که بازی شیوه ای است که کودکان به وسیله آن به راهی مناسب، نگرانی و اضطراب خود از محیط را ابراز می کنند.

همچنین به طور کلی تر نشان دادند که بازی تأثیرات مثبت روی سازگاری روان شناختی کودکان داشته است. چون کودکان به تفکر انتزاعی دست نیافته اند تا بتوانند به بیان هیجانات و احساسات پردازند؛ بنابراین به دنبال راهی بودند تا کودکان به وسیله آن هیجانات و احساسات منفی و مثبت خود را نمایان کنند و از آنجا که بازی برای کودکان مانند کلام برای بزرگسالان است، باعث ارتباط افکار درونی با دنیای خارجی آن ها می شود [۳۱].

نتایج این پژوهش با تحقیق سوآن و کاف در رابطه با نقش بازی در کاهش اضطراب کودکان نیز همسو است. آن ها معتقدند بازی می تواند در تأثیر آزمایشات روان شناختی به عنوان یک رویکرد مستقل یا مکمل به همراه سایر روش های درمانی برای کودکان با نیازهای ویژه استفاده شود [۵].

جدول شماره ۵ نشان می دهد اختلاف معناداری قبل و بعد از آزمایش در هر سه متغیر وجود دارد (n=۱۴). جدول شماره ۶ نشان می دهد اختلاف معناداری قبل و بعد از آزمایش در گروه کنترل وجود ندارد.

بحث

مطالعه حاضر با هدف بررسی مقایسه اثربخشی بازی و موسیقی بر اضطراب، افسردگی و عزت نفس دانش آموزان با آسیب بینایی دوره دوم ابتدایی انجام گرفت. نتایج این پژوهش نشان داد بعد از ده جلسه بازی های موسیقیایی، سطح اضطراب و افسردگی آزمودنی ها کاهش و عزت نفس افزایش یافته است، اما در مقایسه با گروه کنترل، نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد در رابطه با افسردگی این کاهش معنادار نبوده است. نتایج تحقیق محزونی از تأثیر اجرای موسیقی بر کاهش افسردگی کودکان با آسیب بینایی و کودکان عادی خبر می دهد که با نتایج این تحقیق در رابطه با کاهش افسردگی همسو بوده است [۲۷].

نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیق آقایی و همکاران در رابطه با نقش بازی بر اضطراب کودکان همسو است [۲۸]، اما نتایج این محققان ثابت کرد تأثیر اجرای بازی که توسط افراد غیرمتخصص (که اغلب والدین هستند) انجام می شود، بیشتر از تأثیر اجرای آن توسط افراد متخصص است. نتایج پژوهش حاضر با تحقیق اصغری نکاح در رابطه با معنادار بودن نتایج آزمایش بازی بر کاهش اضطراب و معنادار نبودن بر افسردگی همسو است [۲۹].

محمدی نیا و همکاران در مورد ماهیت متغیرها بیان کردند

جدول ۳. نتایج آزمون دو گروه بازی موسیقی و کنترل از نظر اضطراب، افسردگی و عزت نفس قبل از آزمایش با استفاده از آزمون تی تست مستقل

متغیر	گروه	میانگین $\pm$ انحراف معیار	P
افسردگی	آزمایش	۱۴/۵۴ $\pm$ ۴/۹۴	۰/۱۱۶
	کنترل	۱۱/۵۷ $\pm$ ۴/۵۸	
اضطراب	آزمایش	۵۲ $\pm$ ۱۶/۶۶	۰/۶۱
	کنترل	۴۱/۹۲ $\pm$ ۹/۶۹	
عزت نفس	آزمایش	۸۳/۵۷ $\pm$ ۴/۳۲	۰/۰۰۷
	کنترل	۹۱/۰۷ $\pm$ ۸/۴۴	

طب توانبخشی



جدول ۴. نتایج آزمون کوواریانس دو گروه آزمایش و کنترل از نظر اضطراب، افسردگی و عزت نفس بعد از آزمایش

متغیر	گروه	میانگین $\pm$ انحراف معیار	اندازه اثر	اندازه خطا	F	P
افسردگی	آزمایش	۹/۷۸ $\pm$ ۳/۳۵	-۰/۰۷۳	۰/۲۶۳	۱/۹۷۸	۰/۰۵۲
	کنترل	۱۶/۲۸ $\pm$ ۸/۹۴	-۰/۱۴۳	۴/۱۷۳	۲/۶۳۲	
اضطراب	آزمایش	۲۸ $\pm$ ۱۶/۷۸	-۰/۳۳۷	۱۲/۶۸	-۰/۲۱۸	۰/۰۰۲
	کنترل	۵۰/۹۲ $\pm$ ۱۹/۵۸	-۰/۳۱۴	۱۱/۴۴	۶/۱۳۲	
عزت نفس	آزمایش	۸۹/۷۱ $\pm$ ۸/۰۶	-۰/۰۳۴	۰/۳۳۱	-۰/۸۸۱	۰/۰۶۵
	کنترل	۸۲/۵ $\pm$ ۱۳/۸	-۰/۱۲۹	۴/۹۵۱	۳/۷۱۸	

## طب توانبخشی

جدول ۵. نتایج آزمون تی تست زوجی از نظر اضطراب، افسردگی و عزت نفس پیش آزمون-پس آزمون در گروه بازی و موسیقی

متغیر	گروه	میانگین $\pm$ انحراف معیار	P
افسردگی	پیش آزمون	۱۴/۵۴ $\pm$ ۴/۹۴	۰/۰۰۶
	پس آزمون	۹/۷۸ $\pm$ ۳/۳۵	
اضطراب	پیش آزمون	۵۲ $\pm$ ۱۶/۶۶	۰/۰۰۰۱
	پس آزمون	۲۸ $\pm$ ۱۶/۷۸	
عزت نفس	پیش آزمون	۸۲/۵۷ $\pm$ ۴/۳۲	۰/۰۰۸
	پس آزمون	۸۹/۷۱ $\pm$ ۸/۰۶	

## طب توانبخشی

نتایج این پژوهش در نقش موسیقی در کاهش معنادار علائم اضطراب با پژوهش سیلویا همسو است. وی معتقد است توأم کردن بازی‌های ورزشی با موسیقی به دلیل مفرح و گروهی بودن آن‌ها باعث هماهنگی بیشتر و افزایش اعتماد به نفس می‌شود و اضطراب را کاهش می‌دهد. همچنین این محقق اذعان داشت موسیقی در کاهش بیماری‌های روان‌پزشکی مؤثر است [۳۳].

همچنین نتایج پژوهش حاضر در رابطه با اثر موسیقی بر افزایش عزت نفس نوجوانان با پژوهش کیم همسو است [۳۴]. نتایج تحقیق بنا و همکاران و حسنی و همکاران از اثر بخشی بازی

حرکات ریتمیک همراه با موسیقی شرایطی برای کودکان ایجاد می‌کند که زمینه‌ساز رشد شناختی آنها می‌شود. گوش دادن به موسیقی که در نیمه‌هوشیار اتفاق می‌افتد و کودک به ظاهر، مقاومتی در مقابل آن ندارد، بسیار نافذ بوده و همراه با بازی، باعث رفع موانع شده و کودک از نظر هیجانی، تخلیه شده و احساس قدرت می‌کند و باعث می‌شود عواملی که موجب اضطراب و پناه بردن به دنیای درون خود می‌شود را شناسایی کند. در پژوهش حاضر، نقش بازی‌های موسیقایی در کاهش اضطراب تأیید شد که با تحقیق خانزاده و همکاران همسو است [۳۲].

جدول ۶. نتایج آزمون تی زوجی از نظر اضطراب، افسردگی و عزت نفس پیش آزمون-پس آزمون در گروه کنترل

متغیر	گروه	میانگین $\pm$ انحراف معیار	P
افسردگی	پیش آزمون	۱۱/۵۷ $\pm$ ۴/۵۸	۰/۱۶۴
	پس آزمون	۱۶/۲۸ $\pm$ ۸/۹۴	
اضطراب	پیش آزمون	۴۱/۹۲ $\pm$ ۹/۶۹	۰/۱۰۲
	پس آزمون	۵۰/۹۲ $\pm$ ۱۹/۵۸	
عزت نفس	پیش آزمون	۹۱/۰۷ $\pm$ ۸/۴۴	۰/۰۵۷
	پس آزمون	۸۲/۵ $\pm$ ۱۳/۸	

## طب توانبخشی

### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

### تشکر و قدردانی

از آموزش و پرورش کودکان استثنایی، مدرسه نابینایان امام علی (ع) و نیز پرسنل محترم آن مجموعه که در انجام این تحقیق ما را یاری کردند و از دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی برای حمایت‌های ارزشمندشان تشکر و قدردانی می‌شود.

بر افزایش عزت نفس کودکان دچار ناتوانی ذهنی خبر داد که با نتایج این تحقیق همسو است. آن‌ها بیان داشتند بازی به طور غیرمستقیم تجربیات کودک را تغییر می‌دهد و با برداشتهایی که لذت‌بخش و مطلوب باشد، عزت نفس آن‌ها را تقویت می‌کند و این امکان را فراهم می‌کند که بتوانند ارزیابی واقعی و مثبت از توانایی‌های خود را در طی فرایند تعامل گروهی به دست آورند. علاوه بر این، توجه به ویژگی‌های مثبت، عزت نفس آن‌ها را افزایش می‌دهد [۳۵، ۳۶]. همچنین نتایج تحقیق طالبی نشان داد که بازی بر افزایش عزت نفس کودکان تأثیر داشته که با نتایج این پژوهش همسویی ندارد [۱۵].

### نتیجه‌گیری

در مجموع نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که برای کاهش مشکلات روان‌شناختی کودکان با آسیب بینایی می‌توان از بازی و موسیقی استفاده کرد. آزمایش، نتایج مثبتی در کاهش این مشکلات داشته و می‌توان در رابطه با همه کودکان، از جمله کودکان استثنایی با رعایت موارد اخلاقی از اثرات مثبت این آزمایش استفاده کرد.

محدودیت این پژوهش، عدم همکاری مناسب معلمان به دلیل طولانی بودن جلسات درمان بود. به همین دلیل جلسات از دوازده جلسه به ده جلسه کاهش یافت. همچنین محدود بودن حجم نمونه و اجرای پژوهش در یک گروه سنی محدود، مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش بودند.

### ملاحظات اخلاقی

#### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در اجرای پژوهش ملاحظات اخلاقی مطابق با دستورالعمل کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی در نظر گرفته شده است.

#### حامی مالی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه سیده شهره طاهری با راهنمایی منصوره شهریاری احمدی در گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی و مشاوره حسن پاشاشریفی در گروه روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن است.

#### مشارکت نویسندگان

مفهوم‌سازی و روش‌شناسی: منصوره شهریاری احمدی و حسن پاشاشریفی؛ تحقیق و بررسی، نوشتن پیش‌نویس اصلی، گردآوری اطلاعات، ویرایش و اجرای پژوهش: سیده شهره طاهری. تجزیه و تحلیل داده‌ها: همه نویسندگان.

References

- [1] Keser I. An analysis of assertiveness. Training's effect on disabled adolescents' self-esteem and assertiveness skills. *Journal of Nursing Science*. 2016; 2(5):33-38. [https://www.researchgate.net/publication/312939694\\_An\\_Analysis\\_of\\_AsserSkills](https://www.researchgate.net/publication/312939694_An_Analysis_of_AsserSkills)
- [2] Panday R, Srivastava P, Fatima N, Kiran M, Kumar P. Depression, anxiety and stress among adolescent girls with congenital visual impairment. *Journal of Disability Management and Rehabilitation*. 2015; 1(1):21-4. <http://grid.edu.in/sites/default/files/Depression%2C%20Anxiety%20and%20Stress%20.pdf>
- [3] Visagie L, Loxton H, Stallard P, Silverman WK. Insights into the feelings, thoughts, and behaviors of children with visual impairments: A focus group study prior to adapting a cognitive behavior therapy-based anxiety intervention. *Journal of Visual Impairment & Blindness*. 2017; 111(3):231-46. [DOI:10.1177/0145482X1711100304]
- [4] Zaidman-Zait A, Most T, Tarrasch R, Haddad-eid E, Brand D. The impact of childhood hearing loss on the family: Mothers' and fathers' stress and coping resources. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education*. 2016; 21(1):23-33. [PMID]
- [5] Santos EA, Sanchez EM, Niguez Ortiz MA, Amparo M, Germes O. Effects of music therapy in depression and anxiety disorder. *Life Research*. 2019; (2):64-70. [DOI:10.12032/life2019-0425-003]
- [6] Leubner D, Hinterberger T. Reviewing the effectiveness of music interventions in treating depression. *Frontiers in Psychology*. 2017; 8:1109. [DOI:10.3389/fpsyg.2017.01109] [PMID] [PMCID]
- [7] Hodipour A, Shahmive Isfahani A, Faramarzi S. [The effect of optimism training model by role-playing on reduce depression rate of low-vision teenager girls (Persian)]. *Psychology of Exceptional Individuals*. 2016; 6(21):119-35. [https://jpe.atu.ac.ir/article\\_5284.html](https://jpe.atu.ac.ir/article_5284.html)
- [8] Saduk B, Saduk W, Royiz P. Psychiatric summary [M. Gangi, Persian Trans.]. Tehran: Savalan; 2017. <https://libs.nlai.ir/>
- [9] Beh-Pajooch A, Ghasem Zade S, Khaje Hosseini H. [Comparison of depression and anxiety among students with visual impairment in day and boarding schools (Persian)]. *Journal of Exceptional Children*. 2018; 17(3):41-52. <http://joec.ir/article-1-569-fa.html>
- [10] Kazemi E. [Comparing the self esteem and resilience among blind and sighted subjects in Isfahan (Persian)]. *Knowledge and Research in Applied Psychology*. 2017; 17(4):103-10. [http://jsr-p.khuis.ac.ir/article\\_534044.html?lang=en](http://jsr-p.khuis.ac.ir/article_534044.html?lang=en)
- [11] Akrami L, Qamrani A, Yarmohammadian A. [The effect of philosophy for children with method community of inquiry on moral judgment and self-esteem in blind students (Persian)]. *Thinking and The Child*. 2015; 5(10):1-16. [https://fabak.ihcs.ac.ir/article\\_1779.html?lang=en](https://fabak.ihcs.ac.ir/article_1779.html?lang=en)
- [12] Elmer, E. Self-concept and self-esteem among children and young adults with visual impairment: A systematic review. *Journal Cogent Psychology*. 2017; 4(1):1319652. [DOI:10.1080/23311908.2017.1319652].
- [13] Ostrosky MM, Meadan H. Helping children play and learn together. *Young Children*. 2010; 65(1):104-110. <https://www.naeyc.org/sites/default/files/globally-shared/downloads/PDFs/resources/pubs/ostroskyweb0110.pdf>
- [14] Landreth GL. *Play therapy: The art of the relationship*. New York: Routledge; 2012. [DOI:10.4324/9780203835159]
- [15] Talebi G, Aqhai H. [The effectiveness of play therapy on increasing the family self-esteem of boys 8 to 12 (Persian)]. Paper presented at: The First Comprehensive International Conference on Psychology, Educational Sciences and Social Sciences. 17 November 2016; Tehran, Iran.. <https://civilica.com/doc/690522/>
- [16] Soleimany Adriany S, Sadeghi Hosniji AH, Zerehpoush A, Rabie M, Abedi A, Esmaeeli S. [Effectiveness of rhythmic games on social skills of children with attention deficit hyperactive disorder (Persian)]. *Journal of Gorgan University of Medical Sciences*. 2016; 18(2):91-6. <http://goums.ac.ir/journal/article-1-2767-fa.html>
- [17] Barzegar Bafrooei K, Mirjalili M, Shirahany A. [The role of motion games, art and music in reducing behavioral problems in children with learning disabilities (Persian)]. *Journal of Exceptional Education*. 2015; 7(135):52-62. <http://exceptionaleducation.ir/article-1-563-en.html>
- [18] Kamalian, M. [Music therapy. Seventh Conference on New Research in Science and Technology (Persian)]. Paper presented at: 7<sup>th</sup> Conference on new research in science and technology. 12-13 December 2016; Kerman, Iran. <https://civilica.com/doc/651322/>
- [19] Mohammadi Orangi B, Yaali R, Shahrzad N. [The effect of eight weeks aerobic rhythmic exercises with music on motor proficiency, anxiety and depression in children with developmental coordination disorder (Persian)]. *Motor Behavior*. 2018; 9(30):57-70. [DOI:10.22089/MBJ.2018.3599.1437]
- [20] Spence SH, Barrett PM, Turner CM. Psychometric properties of the Spence Children's Anxiety Scale with young adolescents. *Journal Of Anxiety Disorders*. 2003; 17(6):605-25. [PMID]
- [21] Mousavi R, Moradi AR, Farzad V, Mahdavi E, Spence S. [Psychometric properties of the spence children's anxiety scale with an Iranian Sample (Persian)]. *International psychology journal*. 2007; 1(1):1-16. <http://ijpb.ir/article-1-102-fa.html>
- [22] Kovacs M. The Children's Depression, Inventory (CDI). *Psychopharmacology Bulletin*. 1985; 21(4):995-8. [PMID]
- [23] Beck AT. *Cognitive therapy and the emotional disorder*. New York: International Universities Press. [https://www.google.com/books/edition/Cognitive\\_Therapy\\_and\\_the\\_=en](https://www.google.com/books/edition/Cognitive_Therapy_and_the_=en)
- [24] Donnelly M, Wilson R. The dimensions of depression in early adolescence. *Personality and Individual Differences*. 1976; 17(3):425-30. [DOI:10.1016/0191-8869(94)90288-7]
- [25] Rajabi G, Attari Y. [Factor analysis of children and adolescents' depression questionnaire questions (Persian)]. *Counseling Research and Development*. 2004; 3(9 - 10):83-102. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?ID=9510>
- [26] Ebrahimi Moghadam H, Golzari M. [Compare the effectiveness of laughter therapy and happiness training on strategies to coping with pain in people with tension headaches (Per-

- sian)]. *Journal of Educational Psychology*. 2016; 7(1):63-72. [http://psyedu.toniau.ac.ir/article\\_562014.html?lang=en](http://psyedu.toniau.ac.ir/article_562014.html?lang=en)
- [27] Hare BR. The HARE general and area specific self-esteem scale. In Jones RL ,Editor. *Handbook of tests and measurements for black populations*. California: Cobb & Henry Publishers; 1996. <https://www.researchconnections.org/childcare/resources/10734>
- [28] Mahzoni M, Ghorbani A. [The effect of music on reducing depression and blinding the visually impaired (Persian)]. Paper presented at: First National Conference on Educational Sciences and Psychology. 14 December 2014; Marvdasht, Iran. <https://civilica.com/doc/338978/>
- [29] Aghayi E, Kar Ahmadi M, Asgari, A. [Comparing effectiveness of child-centered play therapy and filial therapy for reducing internalizing problems in children (Persian)]. *Journal of Research in Behavioral Sciences*. 2015; 13(2):309-21. <http://rbs.mui.ac.ir/article-1-405-en.html>
- [30] Asghari Nekah, SM., Kamali, F., Burning, f. [The effects of structured cognitive-behavioral group play therapy on anxiety and depression in children with cancer: A pilot study (Persian)]. *Evidence-based Care Journal*. 2015; 5(3):39-50. [DOI:10.22038/EBCJ.2015.4849]
- [31] Mohammadinia N, Fatemi FS, Nasiri M, Pirnia B. The effectiveness of cognitive-behavioral play therapy on anxiety and academic achievement among children with LD. *International Journal of Applied Behavioral Sciences*. 2019; 5(1):41-8. <https://journals.sbmu.ac.ir/ijabs/article/view/23334>
- [32] Swan KL, Kaff M, Haas S. Effectiveness of Group Play Therapy on Problematic Behaviors and Symptoms of Anxiety of Preschool Children. *The Journal for Specialists in Group Work*. 2019; 44(2):82-93. [DOI:10.1080/01933922.2019.1599478]
- [33] Imankhah F, Khanzadeh A A H, Hasirchaman A. The effectiveness of combined music therapy and physical activity on motor coordination in children with Autism. *Iranian Rehabilitation Journal*. 2018; 16(4):405-12. <http://irj.uswr.ac.ir/article-1-889-en.html>
- [34] Kwok SYCL. Integrating positive psychology and elements of music therapy to alleviate adolescent anxiety. *Research on Social Work Practice*. 2018; 29(6):663-76. [DOI:10.1177/1049731518773423]
- [35] Kim HS, van Campen C. The effect of a music intervention program on self-esteem and aggression in korean male middle school students with maladjustment problems. In: Pashang S, Khanlou N, Clarke J, editors. *Today's youth and mental health. Advances in mental health and addiction*. Cham: Springer; 2018. [DOI:10.1007/978-3-319-64838-5\_13]
- [36] Bana S, Sajedi F, Mirzaie H, Rezasoltani P. The efficacy of cognitive behavioral play therapy on self esteem of children with intellectual disability. *Iranian Rehabilitation Journal*. 2017; 15(3):235-42. [DOI:10.29252/nrip.irj.15.3.235]