

بخش اول

هنرهای بیانی

۱. کلاژ خانواده
۲. نقاشی
۳. تکنیک‌های حل مسئله: رویارویی با فرایند تصمیم‌گیری
۴. تکنیک‌های حل مسئله - ترسیم ماجرا
۵. مجسمه درد
۶. بیاد عشق یا مشعلی از عشق تکنیک کار دستی با شکل دست
۷. پروژه هنر خانواده
۸. نقاشی شن
۹. ترسیم حسی - حرکتی دست خانواده
۱۰. کلاف سر در گم
۱۱. کند و کاو برای دستیابی به وسایل آرام‌سازی
۱۲. احساسات نامرئی
۱۳. کاربرد استعاره در آماده‌سازی دقیق فرایند بازی درمانی: پر کردن سطل زباله احساسات
۱۴. قطار باری
۱۵. آیا می‌توان آب و روغن را مخلوط کرد؟
۱۶. نقاشی گروهی
۱۷. ترسیم راه‌حل
۱۸. خداحافظی کردن، پاره کردن حلقه زنجیر
۱۹. کتاب داستانم
۲۰. نمودار احساسات
۲۱. احساسات خرس عروسکی
۲۲. نقاشی خانواده
۲۳. مغز من
۲۴. تنظیم و عدم تنظیم
۲۵. کار با تصاویر ذهنی کودکان ترسو
۲۶. قصه‌هایی با شن
۲۷. فناوری برتر: کتاب داستان درمانی
۲۸. دیوار خنشم
۲۹. ماجراهای جنگل (یا شهر)
۳۰. ترکیب هنر درمانی و درمان مبتنی بر سینی شن برای کودکان مورد سوءاستفاده جنسی
۳۱. فعالیت دیوار احساسی
۳۲. اشکال و دستورالعمل‌ها
۳۳. مجسمه‌های احساسی
۳۴. میهمانی من
۳۵. بازی لوسیون؛ تکنیک بازی درمانی
۳۶. نقاشی سه بعدی: فراتر از زمان
۳۷. نمودار تعامل خانواده
۳۸. کتاب احساسات

کلاژ خانواده^۱

جری سیمس شپرد^۲

مقدمه

درمانگران با کار کردن در موقعیت‌های چند فرهنگی و متنوع اغلب سعی می‌کنند شیوه‌هایی برای کمک به مراجعین برای بیان احساسات و گفتن داستان‌هایی در مورد زندگی‌شان پیدا می‌کنند. این امر به‌ویژه در کار با افراد از خانواده‌های مشکل‌دار و با عملکرد نامناسب، مشکل است. اما این تکنیک شیوه‌هایی را به آن‌ها ارائه می‌دهد تا در مورد پویایی‌های خانواده صحبت کنند. یونگ (Jung، ۱۹۶۵) نشان داد که هنرهای بیانی در ارتباط با دنیای درونی احساسات و تخیلات نشان داده می‌شود.

من در پایان دهه ۱۹۸۰ در یک کنفرانس پیرامون مشاوره کودکان و بزرگسالان مورد سوءاستفاده جنسی با این تکنیک آشنا شدم. در یک جلسه بحث آزاد به شرکت‌کنندگان توضیحات و اطلاعاتی در ارتباط با خانواده داده می‌شد و خواسته می‌شد تا در مورد این موضوع فکر کنند که فرزند چنین خانواده‌ای بودن چه حسی دارد. سپس از آن‌ها درخواست می‌شد تا با کاغذهای رنگی کودک و خانواده‌شان را ترسیم کنند و کلاژ بسازند. تکنیک کلاژ برای شرکت‌کنندگان و مشاهده‌گران به مراتب تجربه‌ای معنادارتر و سرگرم‌کننده‌تر از خواندن ساده و بحث پیرامون نمایش مورد بود.

در کارم به‌عنوان روان‌شناس مدرسه و مشاور ازدواج، خانواده و کودک، مراجعینی داشتم که با استفاده از تکنیک کلاژ، خانواده‌شان را توصیف می‌کردند، این اطلاعات مرا متعجب می‌کرد و

مبهوت می‌شدم. من نیز دریافتم مراجعین با درست کردن کلاژهای متفاوت در طی دوره مشاوره تغییر ادراک‌شان را از خانواده‌اشان نشان می‌دادند، همچنین آن‌ها شروع به جدا کردن، رها کردن و رها شدن از عملکرد نامناسب خانواده‌اشان می‌کردند.

منطق

مفهوم هوش چندگانه (گاردنر، ۱۹۸۳) توضیح می‌دهد که افراد شیوه‌های متفاوتی برای بیان خودشان دارند. مشاوره و روان‌درمانی معمولاً مبتنی بر مدل کلامی است که به توانایی زبان شفاهی نیاز دارند. مراجعین موقعی که آسیب می‌بینند ممکن است از نظر بیان کلامی محدود شوند در برخی موارد، مربوط به سوءاستفاده جنسی، کودکان در صورت آشکار کردن سوءاستفاده و هویت مرتکب کننده، تهدید به خشونت بیشتری نسبت به خودشان یا به فرد مورد علاقه‌شان می‌شوند.

در آن مواقع، مهم پیدا کردن شیوه‌های دیگری برای مراجعین است که بگویند چه اتفاقی افتاده است. برای محترم شمردن مراجعین مهم این است که آن‌ها را به روش‌های متفاوت برای بیان داستان‌شان مجهز نمایم. تکنیک‌های غیر کلامی مثل درمان‌های مبتنی بر هنر می‌تواند سودمندی کامل را نشان دهد. از هنر می‌توان به‌عنوان یک فرایند تغییر خود از طریق شکل‌گیری فعال یک شیء (کلاژ خانواده) استفاده نمود. فرانکلین (۱۹۹۲) گزارش داد که برای مراجعینی که با وسایل هنری کار می‌کنند باید توانایی نمادین و فیزیکی‌شان را تغییر شکل دهیم.

زمانی که مراجع به توصیف خانواده‌اش می‌پردازد اغلب مفید است که یک چارچوبه‌ای داشته باشیم که از چه چیزی شروع کنیم. تکنیک کلاژ غیرتهدید آمیز است از مراجعین خواسته می‌شود تا تصاویر دقیق و صحیح درست کنند، از آن‌ها خواسته می‌شود شکل‌های برگه رنگی را بریده و آن‌ها را روی برگه الصاق کنند این فرایند ساده و سریع است.

توصیف

از مراجع خواسته می‌شود تا با استفاده از کاغذهای طراحی به صورت کلاژ، خانواده‌اش را به تصویر بکشد. خانواده ترسیم شده می‌تواند نوع اصلی یا موقعیت خانواده فعلی باشد به مراجع رنگ‌های متفاوت کاغذ طراحی و یک چسب آبکی داده می‌شود و یک سطح صاف برای کار کردن فراهم می‌شود.

ابتدا به او گفته می‌شود تا شکل‌هایی را از یک برگه رنگی بریده تا هر عضو خانواده از جمله خودش را نشان دهد شامل خودش و تمامی شکل‌های بریده (در رنگ‌های مختلف) را روی برگه زمینه قرار دهد. به این شیوه مراجع می‌تواند اعضای خانواده (یعنی تکه‌های برگه‌های رنگی بریده شده) را روی برگه زمینه قرار دهد. زمانی که مراجع کار را به پایان می‌رساند، از او پرسیده می‌شود آیا تمامی اعضای خانواده ارائه شده‌اند). سپس از مراجع خواسته می‌شود تا کلاژ را توصیف کند. درمانگر از حداقل پاسخ‌های کلامی برای تشویق مراجع جهت توصیف کلاژ استفاده می‌کند اما کار هنری مراجع را تفسیر نمی‌کند. من همیشه به مراجع می‌گویم که توصیفات او را در مورد کلاژ ثبت می‌کنم و آن را با کلاژ در فایل مراجع نگه می‌دارم.

درمانگر به حضور یا غیبت اعضای خاص و نزدیکی اعضای خانواده توجه می‌کند که آن‌ها چگونه ارائه شده‌اند. مراجعین گاهی اوقات هدفمند اعضای خاص را جا می‌اندازند یا آن را در پشت برگه یا در یک روی برگه جدا می‌گذارند. فرایند ساخت و تهیه کلاژ نیز بسیار جالب است. گاهی مراجعین کلاژ را در چند لحظه می‌سازند و برخی با زحمت و دقت زیاد طرح را چند بار تغییر داده و جابه‌جا می‌کنند یا نمی‌توانند ساده طرح را تمام کنند. مشاهده دقیق این فرایند ضروری است.

کاربرد

این تکنیک برای جوامعی با مراجعین مختلف به لحاظ فرهنگی مفید است. کلاژ به توانایی هنری نیاز ندارد و در مقایسه با برخی از تکنیک‌های هنر درمانی که ممکن است افراد احساس کنند که هنرمند نیستند برای مراجعین تهدید کننده نیست. به جای این که فرد مجبور باشد شکل‌های کامل با قیچی ببرد حتی بریدن (پاره کردن) برگه برای او آرامش بخش است. کودکان و نوجوانان تا حد زیادی پذیرای این تکنیک هستند که اغلب دیده می‌شود که بیشتر از برخی درمان‌های کلامی سرگرم کننده است. در طی دوره درمان چندین کلاژ می‌تواند ساخته شود تا تغییرات مربوط به درک کودک از اعضای خانواده را توضیح دهد. کلاژهای خانواده برای مراجعین بی‌نهایت سرگرم کننده است و تا حدی بالایی برای درمانگران آگاهی دهنده است.

در تجربیات روان‌درمانی با مراجعین مورد سو استفاده یا غفلت، من از کلاژ خانواده برای کودکان، نوجوانان در شروع جلسه به‌عنوان قسمتی از ارزیابی اولیه استفاده می‌نمودم. در این

تکنیک کودک‌کان به مقدار کمی تشویق نیاز دارند، هر چند بزرگسالانی که خود هشیار هستند ممکن است تا حدی مقاومت کنند. من با مقاومت (مخالفت) اولیه روبه‌رو شده‌ام با این توضیح که بیان دیداری فقط شکل دیگری از زبان است و شیوه غلطی برای انجام کلاژ خانواده وجود ندارد. اکثر مراجعینی لذت می‌برند که از درمان اجتناب می‌کنند ولی با ساخت و تهیه کلاژ خود احساس آرامش می‌کنند.

در بسیاری از موارد مورد سوءاستفاده یا مورد غفلت، مراجع خودش یا یک عضو مهم خانواده را در کلاژ شرکت نمی‌دهد. گاهی اوقات عضو خانواده به‌طور عمدی در صفحه جای می‌افتد یا در پشت صفحه چسبانده می‌شود. بعد از تکمیل کلاژ من همیشه از مراجع می‌پرسم آیا کل خانواده نشان داده شده است. بعد از این که به توصیف کلاژ می‌پردازد درمانگر به سؤالات غیرمستقیم ادامه می‌دهد من اصل تصویر را با تاریخ در فایل کودک نگه می‌دارم.

من به‌عنوان معلم در مشاوره و آموزش، دانشجویان را وادار می‌کنم که تا دست به مطالعات موردی فراوان بزنند که کلاژ خانواده همیشه به‌عنوان قسمتی از ارزیابی می‌باشد. دانشجویان کلاژ را از دیدگاه منظر کودک با اطلاعاتی که او به‌عنوان معلم کودک یا مشاور کودک به‌دست آورده درست می‌کند. من در بینش و هیجان دانشجویانی که ساخت کلاژ خانواده را از دیدگاه کودک تجربه می‌کنند، متعجب می‌شوم. این یک تکنیک قوی و آموزنده است که در تمام فرهنگ‌ها وجود دارد و یک شیوه جدید برای درک مراجعین و ادراک آن‌ها از خانواده‌اشان فراهم می‌کند.

References

- Franklin, M. (1992). Art therapy and self-esteem. *Journal of the American Art Therapy Association*, 9(2), 78.
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. New York: Basic Books.
- Jung, C. G. (1965). *Memories, Dreams, Reflections*. New York: Random House.