



## درمان با استعاره!

استفاده از داستان در تربیت و آرامش بخشی به کودکان با نگاهی به کتاب ۱۰۱ داستان شفا بخش

به کودکان (فرزندان) در فرهنگ‌های گوناگون و در میان ملل مختلف در طول تاریخ مرسوم بوده است.

### کاربرد داستان و استعاره

حکایت‌ها و قصه‌ها در شکل‌های متفاوتشان (برای مثال، مذهبی، و ادبیات تخیلی و غیرتخیلی)، مقوله‌های اسطوره‌ای و استعاره‌ای را تشکیل می‌دهند. به دلیل کاربردهای داستان (از جمله، رویکرد روایت‌درمانی) و استعاره در بهبود، اصلاح و مدیریت رفتار، شمار روزافزونی از مشاوران، متخصصان سلامت روان و تعلیم و تربیت از قصه و استعاره برای کمک به حل مشکلات افراد استفاده می‌کنند. به‌طور کلی، قصه‌ها در چگونگی شکل‌گیری رفتار و واقعیت‌های زندگی نقش مؤثری ایفا می‌کنند. کارل یونگ، در کتاب «انسان و سمبل‌هایش» می‌نویسد: «ما اگرچه ممکن است پس‌زمینه‌های فرهنگی و مذهبی متفاوتی داشته باشیم، اما همه در ضمیر خودآگاه مشترکی سهیم هستیم.» او معتقد بود، انسان‌ها از نمادهای مشابهی استفاده می‌کنند

- ۱۰۱ داستان شفا بخش برای کودکان و نوجوانان: کاربرد استعاره در درمان
- نویسنده: جورج دالبیو بورنر
- مترجمان: دکتر علی محمد نظری و همکاران
- ناشر: آوای نور
- نوب چاپ: اول ۱۳۹۵

### کلیات

کتاب «۱۰۱ داستان شفا بخش برای کودکان و نوجوانان: کاربرد استعاره در درمان» دارای ساختاری مشتمل بر یک مقدمه، سه بخش و هفده فصل است. این کتاب مبتنی بر قصه یا داستان است. داستان و قصه‌گویی از قدیمی‌ترین قالب‌های هنری است که پیشینه بسیار کهنی دارد و انسان‌ها آن را به صورت‌های گوناگون برای یکدیگر نقل و بازگو کرده‌اند. اصلی کلی وجود دارد که کودکان به دلایل زیادی عاشق داستان هستند. کودکان به شیوه‌های گوناگون این اشتیاق و گرایش را نشان می‌دهند. استفاده از داستان‌ها در تربیت و آرامش بخشی

که بیانگر جنبه‌های متضاد حیات روانی هستند.

در کتاب می‌خوانیم که استفاده در مانگر از استعاره، همانند هنرمندی که به عناصر اولیه‌ای برای اثربخشی کارش نیاز دارد، به مهارت و هنر نیازمند است. منظور نویسنده از کلمه «استعاره» هرگونه ارتباط (داستان‌ها، قصه‌ها، حکایت‌ها، لطیفه‌ها، قیاس‌ها و ضرب‌المثل‌ها) در ژانر داستانی و هدفمند است که در آن واژه‌ای از یک میدان تجربه گرفته و در میدان دیگری از تجربه استفاده می‌شود. مثلاً مرد قلدر به اندازه یک خرس با پنجه‌های زخمی عصبانی بود، به معنای یکسان بودن مرد و خرس نیست، بلکه تصویری تخیلی از مرد زورگو و رفتار او ارائه می‌دهد که در این ارتباط نمادین، می‌توان به استعاره‌ها قدرت درمانی و ادبی بخشید.

از این رو، «استعاره درمانگر» (درمانگری که برای درمان از استعاره استفاده می‌کند) باید در جلب توجه کودک، تسهیل فرایند همانندسازی برای کودک (مراجع) و پیوستن به او در جست‌وجوی راه‌حل برای مشکلات مهارت داشته باشد. هنر ورای کاربست ماهرانه اصول است. هنر باعث خلق یک نقاشی چشم‌نواز یا داستانی گوش‌نواز می‌شود که تأثیری مرتبط و شخصی بر بیننده یا شنونده دارد. هنر داستانی، یعنی خلق داستانی که برای کودک (مراجع) و نیازهای او ایجاد شده و انتقال‌دهنده توجه و معنی است. استعاره‌ها در بهبود و آموزش، به شیوه‌ای غیرمستقیم، خیالی و ضمنی در ارتباط با مراجع و برای ایجاد تجربه‌ها، فرایندها یا نتیجه‌هایی که ممکن است مشکل او را حل کنند و ابزار جدیدی برای مقابله ارائه دهند، مورد استفاده قرار می‌گیرد.

### نتیجه‌گیری

نکته قابل توجه این است که داستان‌ها بسیاری از ویژگی‌های مهم ارتباط اثربخش، از جمله تعاملی و قابل آموزش بودن، کاهش مقاومت، به‌کارگیری و پرورش تخیل، رشد مهارت‌های حل مسئله، به تصویر کشیدن پیامدهای احتمالی رفتار، و تقویت مهارت‌های تصمیم‌گیری مستقل را در خود دارند. نویسنده کتاب کوشیده است تا حد ممکن، مهارت‌ها و هنر

کاربست حرفه‌ای داستان‌های شفابخش در درمان کودکان و نوجوانان (مراجعان) را به مخاطب ارائه دهد و به سؤالاتی از این دست پاسخ دهد:

- چگونه ایده یک داستان در ذهن شکل می‌گیرد؟
- چگونه می‌توان توجه کودک را به داستان جلب کرد؟
- از کجا می‌توان منابع و مواد ساخت داستان‌های مناسب (توجه به مؤلفه‌های فرهنگ، سن، بافت، جنسیت و...) را کسب کرد؟
- چگونه می‌توان یک داستان شفابخش اثربخش تعریف کرد؟

و...

ویژگی‌های خاص کتاب ۱۰۱ داستان شفابخش برای کودکان و نوجوانان (کاربرد استعاره در درمان) از این قرارند:

- در موضوع مورد بحث، کتابی جامع و علمی است.
- بر اصول و کاربرد عملی تأکید دارد.
- بر بسط و غنی‌تر کردن داستان‌های موجود و مبتنی بر بافت، استوار است.
- توجه به خواننده را به مؤلفه‌های فرهنگی، محیطی و... معطوف می‌دارد. از این رو، بر همه‌جانبه‌نگری و انعطاف‌پذیری در کاربرد و کار با کودک تأکید دارد.
- به ابعاد و حیطه‌های متفاوت رشد کودکان (اهمیت خود و کنترل احساسات، غنی‌سازی یادگیری، مدیریت روابط و مهارت‌های رفتار، ایجاد افکار مثبت، چالش‌های زندگی و...) توجه داشته است.
- علاوه بر گروه حرفه‌ای (مشاوران و روان‌شناسان)، برای سایر مربیان به‌ویژه والدین، چارچوب‌ها و رهنمودهای قصه‌گویی و بهره‌مندی از مزایای این فن شرح داده شده است.

در مجموع کتاب ۱۰۱ داستان شفابخش برای کودکان و نوجوانان (کاربرد استعاره در درمان) در حوزه کار با کودکان و نوجوانان اثری ارزنده است و مخاطبان (متخصصان و والدین) را به‌کار عملی، هدفمند، طرح‌ریزی شده و مبتنی بر رشد همه‌جانبه کودک و نوجوانان ترغیب و راهنمایی می‌کند.

