

# درمان‌های بیانگرانه برای کودکان

(جعبه ابزاری از هنر، موسیقی، بازی و نمایش در مشاوره‌ی مدرسه)

نویسنده:

کیمبرلی پالمیوتو

مترجم:

بهناز انصاری



انتشارات آوای نور

تهران- ۱۴۰۲

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سرشناسه	: پالمیوتو، کیمبرلی Palmiotto, Kimberley
عنوان و نام پدیدآور	: درمان‌های بیانگرانه برای کودکان: (جعبه ابزار از هنر، موسیقی، بازی و نمایش در مشاوره‌ی مدرسه) / نویسنده کیمبرلی پالمیوتو ؛ مترجم بهناز انصاری.
مشخصات نشر	: تهران : آوای نور، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	: ۲۱۶ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۹۴۳-۲
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: Expressive therapies for kids : an art, music, play and drama toolbox for school-based counseling, ۲۰۲۰
یادداشت عنوان دیگر	: کتابنامه: ص. ۲۱۳ - ۲۱۶.
موضوع	: جعبه ابزار از هنر، موسیقی، بازی و نمایش در مشاوره‌ی مدرسه. هنردرمانی برای کودکان Art therapy for children
شناسه افزوده	: انصاری، بهناز، ۱۳۷۲-، مترجم
رده بندی کنگره	: RJ5۰۵
رده بندی دیویی	: ۶۱۸/۹۲۸۹۱۶۵۶

## درمان‌های بیانگرانه برای کودکان

(جعبه ابزار از هنر، موسیقی، بازی و نمایش در مشاوره‌ی مدرسه)

نویسنده: کیمبرلی پالمیوتو

مترجم: بهناز انصاری

ناشر: آوای نور

صفحه‌آرا: فاطمه حامدی

چاپ: اول ۱۴۰۲

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۹۴۳-۲



نشانی: تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری، پلاک ۹۹، طبقهٔ

دوم، تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵، شماره: ۶۶۴۸۰۸۸۲

قیمت ۱۲۵۰۰۰ تومان

همهٔ حقوق برای مترجم محفوظ است.

---

## فهرست مطالب

---

### مقدمه.....

بخش ۱: چرا باید از هنرهای بیان‌گرانه در مشاوره مدرسه استفاده شود؟.....

مقدمه‌ای بر هنرهای بیان‌گرانه.....

هنردرمانی.....

موسیقی‌درمانی.....

بازی‌درمانی.....

نمایش‌درمانی.....

چرا باید از هنرهای بیان‌گرانه در مدارس استفاده کنیم؟.....

بخش ۲: حوزه‌های تمرکز درمان‌های بیانی خدمات بهداشت روان مرتبط با آموزش.....

تطبیق تکنیک درمانی با تشخیص.....

اختلال طیف اوتیسم.....

اضطراب.....

بیش‌فعالی.....

اختلال عاطفی.....

ناتوانی ذهنی.....

دیگر بخش‌های تمرکز.....

رشد هیجانی \_ اجتماعی.....

مشکلات رفتاری.....

مهارت‌های آموزشی.....

سن و درمان‌های بیان‌گرانه.....

بخش ۳: شروع.....

چه زمانی بهترین موقع استفاده از هنر در مشاوره‌ی مدرسه است؟.....

منوی ترجیحی: تصمیم درباره‌ی نوع ابزار هنری.....

برخی از مسائلی که شاید در جلسات آشکار شوند.....

مقاومت.....

شروع.....

وقت کشی.....

زمان ناکافی.....

استفاده از سکوت.....

گنجاندن سایر نظریه‌های مبتنی بر شواهد.....

درمان شناختی رفتاری.....

درمان راه حل محور کوتاه مدت.....

چند نکته‌ی قابل توجه.....

#### بخش ۴: رهنمودهای هنر و رنگ آمیزی.....

پیشرفت هنری کودکان.....

چرا آگاهی از مراحل رشد هنر کودکان مهم است؟.....

رهنمودهای هنر و نقاشی.....

پیوستار رنگ/ احساس.....

احساسات در هنرهای بصری.....

چیزهای خوب درباره‌ی من.....

خط دو طرفه.....

تکه چسبانی قدرت و ضعف.....

اگر من یک ابرقهرمان بودم.....

قدرت خارق العاده.....

ماسک ابرقهرمان من.....

تابلوهای رویایی.....

تکه چسبانی گروهی عکس‌ها.....

نقاشی آزاد.....

خطوط زمان.....

نقشه‌ی راه.....

رسم پل.....

ماسک.....

ماندالا (شکل‌های دایره‌ای).....

رنگ آمیزی ماندالا.....  
سنگ های نگرانی.....  
کوه بخی من.....  
شکوفایی مثبت اندیشی.....  
تکه چسبانی (کلاژ) مجله.....  
نقاشی روایتی.....  
زندگی در یک جزیره: نقاشی دیوارنگاره گروهی.....  
عکس از خود.....  
باغ خویشتن: دیوار نما.....  
زندگی در باغ وحش: دیوار نمای گروهی.....

### بخش ۵: رهنمودهای موسیقی.....

تنبک زدن.....  
هنر موزیکال.....  
سرود موزیکال.....  
آشناگی زیبای موزیکال.....  
تو ترانه را بنویس.....  
احساس را پیدا کن.....  
ترانه را احساس کن.....  
بلرزان، گل بده و سروصدا درست کن.....  
مقیاس احساسات موزیکال.....  
دفترچه یادداشت موسیقی.....  
رهبر (سردسته) را دنبال کنید.....  
موسیقی شما چه رنگی است؟.....  
رقص با دستمال کاغذی.....  
زنجیره ی موسیقی.....  
صدا را پیدا کنید.....  
تلفن موزیکال.....  
رقص منجمد.....  
ترک موسیقی (لیست موسیقی) زندگی.....

..... موسیقی زندگی شما.

..... جدول زمانی موسیقی‌ها.

### بخش ۶: رهنمودهای بازی.....

..... مکعب گفت‌وگو.

..... من احساسات هستم.....

..... نواحی تأثیرگذار.....

..... مهارت نمایش سایه‌ها.....

..... چراغ سبز چراغ قرمز.....

..... یک لاک‌پشت باش.....

..... روبالشتی دوستی.....

..... توپ استرس.....

..... آرزوهای عصای جادویی.....

..... اوریگامی حل مسئله.....

..... دایره کنترل.....

..... آب‌نبات رنگی‌های تنظیم هیجان.....

..... خمیر فکری.....

..... حرکات آهسته (اسلوموشن).....

..... بالابالا بالاتر.....

..... بطری شیشه‌های ذهن آگاهی.....

..... تو سنگ من هستی.....

..... توجه به حواس خود.....

..... عروسک گردانی.....

..... کارت‌های بازی وارونه کردن متن.....

..... طیف احساسات.....

### بخش ۷: راهبردهای نمایشی.....

..... کارگردان.....

..... آینه، آینه.....

..... ساز و نوازنده.....

و سپس.....  
نقش بازی.....  
اجرای نمایش با عروسک‌ها.....  
تاس را بچرخان.....  
احساس من را حدس بزن.....  
احساسات حیوان‌ها.....  
راه رفتن با کفش‌های دیگران.....  
تشکیل گروه‌های دونفره.....  
چه اتفاقی در حال رخ دادن است؟.....  
این یک ..... است.....  
فریبکار.....  
رفتار من را منعکس کن.....  
یک داستان بسازید.....  
تغییر احساسات.....  
و جایزه تقدیم به.....  
نمایش الفبایی.....





## مقدمه

در دهه‌های اخیر حیطه مداخلات متخصصان سلامت روان در مدارس تغییر کرده است. شاغلین این حرفه در مقایسه با روانشناسان، مشاوران و مددکاران اجتماعی مدارس، به مهارت‌های بیشتری نیاز دارند. پیش‌ازاین متخصصان سلامت روان مدارس، کانون عمده آموزش نبودند. مشاوران مدرسه اغلب بر مسائل آموزشی و روانشناسان مدرسه بر آزمون‌های روانی و کمک به دانش‌آموزان با نیازهای ویژه تمرکز می‌کردند. با افزایش نیاز دانش‌آموزان به حیطه سلامت روان، این نقش‌ها گسترش یافتند و متخصصان به ابزارهای بیشتری برای رفع این نیازها احتیاج پیدا کردند.

نظام مدرسه در حال تغییر است، و در سال‌های اخیر ضرورت پرداختن به نیازهای سلامت روان دانش‌آموزان راه خود را آغاز کرده است. نمونه‌هایی مثل کشتار مدرسه‌ای کلمبین<sup>۱</sup>، نیوتاون<sup>۲</sup> و خودکشی‌های ناشی از قلدری، زورگویی و خشونت نوجوانان، جامعه ما (امریکا) را به سکوت همگانی فروبرده است؛ تا به تأملی دوباره در مورد اقدامات مرتبط با نیازهای دانش‌آموزان بپردازیم.

این کتاب با بحث پیرامون شیوه‌های مختلف ترکیب درمان بیان‌گرانه در بافت مشاوره مدرسه، به دنبال کمک متخصصان به کودکان بیشتر است. به‌طورکلی روش‌های درمان بیان‌گرانه از هنر خلاق برای شناسایی مشکلات، پردازش احساسات و کشف راه‌حل‌ها به کودکان کمک می‌کنند. استفاده درمانی از نمایش، هنرهای تجسمی، نوشتن خلاق، بازی، رقص / حرکت و موسیقی نمونه‌هایی از این روش‌ها هستند.

اگرچه بیشتر متخصصان سلامت روان مدرسه‌ها، آموزش‌هایی در ارتباط با مداخلات هیجانی، اجتماعی و رفتاری دانش‌آموزان دریافت کرده‌اند؛ تعداد اندکی، از استفاده‌ی صحیح روش‌های بیان‌گرانه در کار درمان، آگاهی دارند. مثلاً بسیاری از روانشناسان مدرسه، مشاوران و مددکاران اجتماعی، بازی و هنر را در فعالیت‌های روزانه خود با

---

<sup>۱</sup> columbine

<sup>۲</sup> NewTown

کودکان استفاده می‌کنند؛ اما آشنایی کافی از چگونگی استفاده از این ابزارها در یک برنامه درمانی برای پاسخ به نیازهای دانش‌آموزان ندارند. این کتاب با دربرداشتن راهکارهای درمان بیان‌گرانه به دنبال پر کردن شکاف موجود برای متخصصان سلامت روان مدارس است. اگرچه انواع مختلفی از این درمان وجود دارد؛ این کتاب عمدتاً بر استفاده از هنر، موسیقی، بازی و نمایش درمانی تمرکز دارد. این روش‌ها در کار با کودکان و نوجوانان بسیار کارآمد هستند و به راحتی در جلسات مشاوره مدرسه و محیط‌های خصوصی مورد استفاده قرار می‌گیرند.

انواع درمان‌های بیان‌گرانه، دوره‌های آموزشی خاصی دارند که برای مراجعه متخصصان ذکر شده است. هنردرمانی، موسیقی‌درمانی و نمایش درمانی دارای سازمان‌های ملی هستند که معیارهای خاصی را برای خود تدوین کرده‌اند. این سازمان‌ها به تخصصی‌سازی نیاز دارند که آموزش و نظارت گسترده‌ای در زمینه‌های مربوطه داشته باشند و خود را با سایر متخصصان در آن حوزه هماهنگ کنند. باین‌حال، این امر مانعی برای استفاده متخصصان سلامت روان از نمایش بیان‌گرانه در مشاوره‌های روزانه خود، ایجاد نمی‌کند. بسیاری از مشاوران، بدون آگاهی از چرایی و چگونگی، از این روش‌ها در جلسات خود استفاده می‌کنند. هدف این کتابچه راهنما کمک به متخصصان سلامت روان در استفاده از درمان‌های بیان‌گرانه به صورت حرفه‌ای می‌باشد، تا هرچه بهتر به نیازهای آموزشی مراجعان بپردازند.

توجه داشته باشید که مطالب موجود در این کتاب ابزار تشخیصی نیستند. باین‌حال می‌توانید از آن‌ها به‌عنوان یک ابزار مکمل در کارهای خود استفاده کنید. متخصصان درمان‌های بیان‌گرانه دارای مجوز، فرایند آموزشی گسترده‌ای را برای دریافت گواهینامه پشت سر گذاشته‌اند. اگر شما نیز علاقه به کسب مجوز دارید؛ به وبسایت‌های زیر مراجعه کنید و اطلاعات بیشتری در مورد شرایط تحصیل، صدور گواهینامه و مجوز برای هر یک از حیطه‌های مورد علاقه خود به دست آورید.

### هنردرمانی

American Art Therapy Association: <https://arttherapy.org>  
Art Therapy Credentials Board: <https://www.atcb.org>

### موسیقی‌درمانی

American Music Therapy Association: <https://www.musictherapy.org>

### نمایش‌درمانی

North American Drama Therapy Association: <http://www.nadta.org>

### بازی‌درمانی

Association for Play Therapy: <https://www.a4pt.org>

مفهوم استفاده از تکنیک‌های درمان بیان‌گرانه جدید نیست، اما با ادغام این روش‌های درمانی در مشاوره مدرسه می‌توانید نیازهای همواره در حال رشد دانش‌آموزان را مرتفع کرده و بهترین‌ها را برایشان رقم بزنید. امیدوارم این کتاب با ارائه درک درستی از چگونگی گنجاندن هنر، موسیقی، نمایش و بازی در کار، توانایی شما را در تهیه مناسب‌ترین برنامه برای مراجعانتان و خانواده‌هایشان افزایش دهد. و مهم‌تر از همه، با کمک این مداخلات تأثیر عمیق‌تری در تعداد بیشتری از دانش‌آموزان بگذارید.

