

عنوان مقاله:

شعر درمانی

محل انتشار:

هفتمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی، روانشناسی و مشاوره ایران (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

آزاده ابوطالبی - دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی خمینی شهر، اصفهان، ایران

مسعود دیاریان - عضو هیات علمی گروه مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی خمینی شهر، اصفهان، ایران

خلاصه مقاله:

هنر از دیرباز همراه و یکی از ضروریات زندگی بشر بوده است. شاید بتوان گفت هر زمان و هر جا که زندگی بوده هنر نیز وجود داشته است. در این میان شعر که به گفته هگل در اوج هنرهای تجسمی قرار داشته و بی نیاز از هر ابزار خارجی است، حضوری دیرینه تر دارد. بشر همواره به نیروی واژه ها باور داشته است. این حضور و ملازمت دیرینه را بدون پذیرش اثرات مثبت آن نمی توان تصور نمود. شعر همیشه بوده و گاهی جنبه ای مقدس یافته است شاید به این دلیل که نیاز به وجود آن همواره احساس شده است. روانشناسی هم علم است و هم هنر. پیوند و ارتباط تنگاتنگ این دو را هر رواندرمانگر خلاق می تواند حس کند. مشاوره در بهترین کاربرد خود دارای کیفیتی هنرمندانه است که به افراد اجازه می دهد تا خود را به شیوه ای خلاق و یگانه بیان کنند. علاوه بر این، روانشناسی همواره به استفاده از گونه های هنری در روان درمانی گوشه چشمی داشته است. در این میان برخی از این گونه ها چون موسیقی و نقاشی، به ویژه در کشور ما شهرت بیشتری یافته اند اما استفاده از گونه های دیگر مانند شعر هنوز جایگاه واقعی خود را پیدا نکرده است. شعر درمانی یک "هنردرمانی خلاق" است که شعر و دیگر شکل های برانگیزنده ادبیات را برای رسیدن به اهداف درمانی و رشد شخصی به کار می گیرد. در این شکل منحصر به فرد درمان، مراجع فرصتی متفاوت برای تعریف هویت خود و نشان دادن خود به درمانگر با صدای درونی خودش دارد. این خودافشایی توسط مراجع، رابطه او با درمانگر را تقویت می کند. شعر درمانگران ادعا دارند که شعر چه توسط مراجع نوشته شده باشد چه در درمان استفاده شود، نسبت به گفتگوهای سنتی توانائی ایجاد سطوح عمیق تری از بینش هیجانی در مراجعین را دارد. شعر درمانی می تواند با اکثر مدل های درمان روانشناختی تطبیق یابد. از جمله این مدل های درمانی، مدل شناختی است. این دو نوع درمان در موارد زیادی قابل مقایسه اند و می توان به صورت خلاقانه ای از آنها با هم استفاده کرد. بسیاری از انواع شعرها باعث انعطاف پذیری فکر و تشویق مراجع به کشف تفکر خلاق در یک موقعیت امن و از بین رونده می شوند. استفاده از واژه های اندک برای بیان خود، استفاده از استعاره ها برای نامگذاری چیزهایی که قابل نامیدن نیستند و درگیری کامل در این فرآیند، برخی از تکنیک های شاعرانه ای هستند که به مراجع و درمانگر فرصت می دهد تا درباره نقش شناخت در شکل دهی واقعیت مراجع بحث کنند و سپس با تغییر این شناخت ها، تغییرات مؤثر را اعمال نمایند. شعر نگاهی متفاوت به پدیده هاست. دید هنرمندانه و به ویژه شاعرانه هر پدیده ای راحتی اگر آزارنده باشد از زاویه ای دیگر و اغلب زیبا به مخاطب می نمایاند.

کلمات کلیدی:

شعر درمانی، مراجع، هنردرمانی خلاق

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1140791>



