الفصل السادس

العلاج بالفن: أسلوب ناجح مع الأطفال

إن العلاج النفسي يقوم أساساً على حوار يتم بين طرفين (مريض – معالج)، هذا الحوار يتم غالبا من خلال تبادل الكلمات، أي ينشأ ما يسمى بالحوار لفظي وعادة يكون بين المريض والمعالج، حيث يطلق المريض العنان للسانه كي يعبر عما يجول بخاطره من ذكريات وأحداث ومشاعر وانفعالات كأول خطوة نحو تحقيق الاستبصار بطبيعة مشكلاته والتعرف على أسبابها متقدما نحو الشفاء .

غير أنه في كثير من الأحيان نجد المرضى يتوقفون عن الحوار اللفظي ويلوذون بالصمت طوال الجلسة العلاجية، وبالرغم مما في الصمت من لغة، فإن الصمت الطويل خلال الجلسات المتعددة إنما يهدد عملية العلاج النفسي ويحول دون تقدمها، بل قد يؤدى إلى فشلها.

التعامل مع مشاكل الأطفال النفسية: -

المرضى من الأطفال أيضا لا تمكنهم اللغة من إقامة حوار يعكسون من خلاله طبيعة مشكلاتهم ومن ثم لجأ المعالجون النفسيون إلى وسائل أخرى يمكن الاستعانة بها لإقامة الحوار وتحقيق التواصل مع المرضى وخاصة مع الأطفال لعل أهمها في رأينا استخدام الرسم في العلاج النفسي، سواء كعامل مساعد أو رئيسي في العملية العلاجية.

فيما يلي مناقشة بعض الآثار الإيجابية التي يحققها العلاج بالرسم، كالتواصل، التوافق الاجتماعي:

1) التواصل:-

أ) مع الأطفال:-

ويعد الرسم عمل فني تعبيري يقوم به الطفل، وهو بديل عن اللغة، وهو شكل من التواصل غير اللفظي، وأيضا شكل من أشكال التنفيس، فالأطفال عن طريق الرسم يعكسون مشاعرهم الحقيقية تجاه أنفسهم والآخرين، ومن ثم كانت الرسوم وسيلة ممتازة لفهم العوامل النفسية وراء السلوك المشكل، وقد أثبتت الدراسات النفسية التحليلية للأطفال أننا نستطيع من خلال الرسم الحر الذي يقوم به الطفل أن نصل إلى العقل الباطن، والتعرف على مشاكله وما يعانيه، وكذلك التعرف على ميوله واتجاهاته ومدى اهتمامه بموضوعات معينة في البيئة التي يعيش فيها، وعلاقته بالآخرين سواء في الأسرة أو الأصحاب أو البالغين .

ب) مع البالغين:-

وطبيعي أن يكون استخدام تكنيك الرسم غير مقتصر على الأطفال، وإنما يمكن استخدامه أيضا مع الراشدين كأسلوب للعلاج النفسي، وبخاصة أولئك الذين لا يرغبون فى الحديث المباشر عن مشكلاتهم وكذلك يستخدم مع الأشخاص الخجولين.

وعلى هذا يكون الرسم أداة مناسبة لإقامة الحوار وتحقيق التواصل مع كل الأشخاص على حد سواء، حتى أولئك الذين لا يجيدون الرسم. لذا يوصى بعض علماء النفس بترك كراسة رسم إلى جوار المريض في الجلسات العلاجية.

ومن ثم فقد لجأ المعالجون النفسيون إلى استخدام الرسوم كوسيلة يمكن من خلالها تحقيق التواصل مع المرضى الذين لا يحسنون التحدث باللغة المنطوقة، على اعتبار أن الرسم إنما هو لغة يمكن من خلالها إقامة جسر للتواصل بين المريض والمعالج لتبادل الأفكار والمعاني فيما بينهما، والكشف عن الصراعات الداخلية لدى المريض. إذ أن لدى الإنسان القدرة على أن يحول الأفكار إلى صور بالقدر الذي يمكن فيه أن يحول الصور إلى أفكار وكلمات.

2) التوافق الاجتماعي: -

ويعتقد أن الأطفال المتأخرين دراسياً وسيئي التوافق الاجتماعي والانفعالي، وذوي الاحتياجات الخاصة، هم في حاجة أكبر للتعبير الفني من الأطفال الأسوياء، ومن ثم فإنه يمكن أن يكون الرسم أداة قيمة لفهم حالات الطفل الانفعالية.

وربما تكون المعلومات عن استخدام وتحليل هذه الرسوم أداة هامة للأخصائيين النفسيين بالمدارس في جهودهم لفهم الانفعالية لتلاميذهم، وفي هذا يؤكد العلماء على ضرورة استخدام الفن في علاج الأطفال المضطربين نفسياً، حيث يمكن لنشاط الفن أن يهيئ هؤلاء الأطفال للعلاج.

كما أن الرسوم تعد سجلاً بصرياً ثابتاً للتعرف على مدى تقدم المريض أثناء العلاج. كما أن هذا النوع من العلاج لا يعتمد على مهارة فنية، فلا أهمية ولا ضرورة لذلك.

هذا وقد يحدث عندما يطلب من المرضى التعبير بالرسم، أن يعترض البعض قائلا بأنه لا يستطيع الرسم، ولكن المطلوب هو رسم عادي وليس

عملاً فنياً. وقد يجد المرضى صعوبة كبيرة في البداية في الحديث عن مدلولات رسومهم، إلا أنهم بعد فترة من الاتصال العلاجي تتضح غالباً مدلولات الرسوم ويكشفون بذلك عن الكثير مما يفيد في التشخيص والعلاج.

لقد نوقش استخدام الرسم كأسلوب علاجي – للأطفال والبالغين– في دراسات عديدة، ويستند هذا الأسلوب العلاجي إلى منهج التحليل النفسي في البحث عن الصراعات الدفينة في الشخصية، وعلى اعتبار أن الأفكار المكبوتة يمكن لها أن تظهر عبر الرسوم بأيسر مما يعبر عنها في كلمات، ويفترض ذلك أن كل فرد سواء قد تدرب فنيا أو لم يتدرب، يملك طاقة كامنة لإسقاط صراعاته الداخلية في صور بصرية مهما اختلفت فئتهم العمرية.

العلاج بالفن Art Therapy

يلعب الفن دورا هاما ومؤثرا في تنمية وإثراء وعلاج عملية الاتصال لدى الأطفال الذين يعانون من اضطرا بات في النمو أو اضطرا بات في مهارات الاتصال.

ويعتبر الفن لغة في حد ذاته تتيح للأفراد سواء كانوا أطفالا أو مراهقين عاديين أو ذوى الاحتياجات الخاصة فرصة للتعبير عما بداخلهم والاتصال بالآخرين ومن هنا يصبح الفن بجانب أنه وسيلة تطهيرية وسيلة تساعد على علاج المشكلات الاتصالية لدى الأفراد ويعمل الفن على إيجاد علاقة اتصالية بين الفرد والقطعة الفنية وبالتالي يبدأ يتسع نطاق الاتصال بالبيئة المحيطة به سواء هذه البيئة أشياء أو أفراد.

والأنشطة الفنية تعتبر من أهم الأنشطة التي تقدم للأطفال التوحديين ذلك لأنها تساعد هؤلاء الأطفال في تنمية إدراكهم الحسي وذلك من خلال

تنمية إدراكهم البصري عن طريق الإحساس باللون والخط والمسافة والبعد والحجم والإدراك باللمس عن طريق ملامسة السطوح ومن هنا يعتبر الفن الوسيط الناجح في علاج الاضطرابات المختلفة التي يعاني منها الكثير من الأفراد. كما أنها جزء أساسي من برامج تنمية المهارات للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وبالطبع منهم الأطفال التوحديين.

وهناك عدة متطلبات للعلاج بالفن يجب أن تتوافر لكى يحقق العلاج بالفن اهدافه ومن هذه المتطلبات المواد والمكان وتنظيم عملية العلاج أما عن الزمن فيجب تحديد زمن كل جلسة على حسب حالة كل طفل وحسب طريقة العلاج فرديا أو جماعيا أما عن الأنشطة الفنية فنعني بها تلك الأنشطة الفعلية في العلاج بالفن وهناك أنشطة فنية يطلب من المريض القيام بها وهناك أنشطة فنية حرة يترك له الخيار فيها وأما عن المواد المستخدمة فأهمها ألوان الباستيل – الفلوماستر– وألوان المياه – الفرش – الصلصال – الورق – المقصات – وأشغال فنية – الطباعة – الصمغ . أما عن مضمون الجلسة فإنه يتفاوت من البساطة إلى التعقيد حسب المواد المتوافرة وحسب الزمن المتاح وحسب ما إذا كان العلاج فرديا أم جماعيا وحسب هدف العلاج وحسب مهارات الطفل والبرنامج الذي يتم تطبيقه عليه.

فوائد العلاج بالفن عند الأطفال التوحديين:

1. يساعد على إطلاق الشعور التعبيري والانفعالي لدى الطفل وذلك من خلال تطور التفاعل الإنساني بينه وبين العمل الفني وبين المعالج
2. يعمل على تنمية وعي الطفل بنفسه وأنه قادر على إخراج عمل جميل ومتميز
3. تنمية إحساس الطفل بنفسه حتى ينمو إحساسه بالبيئة من حوله

4. يثري الأسلوب النمطي الروتيني الذي يتبعه التوحديين في الرسم ويجعل أسلوبهم أكثر ليونة فيما يتعلق بالأعمال المصنعة ومن خلال هذه الطرق يتعلم الطفل الكثير من طرق التواصل مع البيئة المحيطة تلك الطرق التي يحرم منها العديد من الأطفال التوحديين.

14 طريقة فعّالة للتوجيه والإرشاد النفسي للأطفال والعلاج بالفن

إن الأطفال هم أجمل ما في حياة الوالدين، و يبذل الوالدين الكثير من المجهود لتربية أطفالهم وتنشأتهم تنشأة صالحة و يحتاج الأطفال دوماً للتوجيه والإرشاد النفسي أثناء تربيتهم لمعرفة أعمق وأشمل لشخصيتهم.

لتربية الطفل تربية جيدة يجب مراعاة الجانب النفسي للطفل ومشاعره حيث أن نفسية الطفل في السن الصغير تتأثر بسهولة بما حولها من أحداث سواء في البيئة المحيطة، بين الوالدين من خلافات ونقاشات حادة وعندما يتأثر الطفل سلبياً يكون في حاجة إلي الإرشاد النفسي لعلاجه ومن أفضل الطرق للعلاج و التوجيه تكون العلاج بالفن.

وللفن أهمية كبيرة في حياة الطفل ، فهو وسيلة رائعة تساعد الطفل على إخراج مشاعره وترجمة ما يدور حوله وقناعاته في صورة تعبيرية، فالفن بكل أنواعه يعتبر من أمتع الوسائل للطفل ومثير لغرائزه الطفولية.

الإرشاد النفسي و العلاج بالفن:

تقوم هذه الطريقة من الإرشاد النفسي على تناول واستخدام وسائل التعبير الفني التشكيلي وتوظيفها بأسلوب منظم ومخطط، لتحقيق أغراض تشخيصية وعلاجية وتنموية، في أنشطة فردية وجماعية، حرة أو مقيدة،

وذلك وفقا لأهداف خطة العلاج، وتطور مراحلهـــا، وأغـــراض المعـــالج وحاجات الطفل المريض.

والعلاج النفسي بالفن له وجهان متكاملان متكافئان:

1. الفن التشكيلي:

وهو التعبير الفني (غير اللفظي) بالرسم أو أعمال الفخار والخـــزف، حيث التعبير عن الخبرات الدفينة والمستترة والمكبوتة المسببة للمشـــكلات والاضطرابات السلوكية.

2. العلاج و الإرشاد النفسي

حيث يتم تفسير ومعرفة حقيقة تلك الخبرات وإيجاد حلول للمشكلات، وإحداث تغيير إلى الأفضل في شخصية الطفل وفى حياته بصفة عامة.

المواد المستخدمة للتوجيه و العلاج بالفن

ألوان الباستيل، أقلام فلوماستر، ألوان مياه، فرش، طـــين صلصـــال، خزف، لوحات وأوراق رسم، صمغ، مقص، أدوات تصوير،فسيفساء... إلخ.

طرق العلاج و الإرشاد النفسي الأطفال بالفن

1. الشخبطة على الورق:

محاولة عمل تشكيل فني يعكس مكنونات الطفل من حيث نوع الخط المستخدم وكيفية استخدامه، أو محاولة الرسم وهم مغمض العينين لكي يشعر فقط ولا يرى خطوطه على الورقة كي يخرج كل مـــا بداخلـــة ونســـتطيع ترجمته وفهمه جيداً، أو الرسم دون رفع القلم من على الورقة وهذا سيساعده على الاسترخاء وخفض التوتر.

2. الرسم الحر:

وهو التعبير الفني التلقائي حيث يتيح فرصة إسقاط مصور لمكنونات ومكبوتات نفسية داخلية الطفل مثل المخـــاوف والمشـــاعر والاتجاهـــات، وتجسيدها في أعمال فنية خارجية مرئية بصورة أسهل من التعبير اللفظـــي عنها.

ويعتبر التعبير الفني التلقائي وسيلة للتنفيس عن الانفعالات والضغوط والتوترات والصراعات والوساوس والمشكلات، وخروج كل هذا عن طريق التعبير الفني يساعد الطفل على اكتشاف ذاته والوعي بها، والاعتراف بهذه المواد التي طفت من أعماق اللاشعور إلى دائرة الشعور، وتقبلها ومواجهتها بدلا من إنكارها وكبتها.

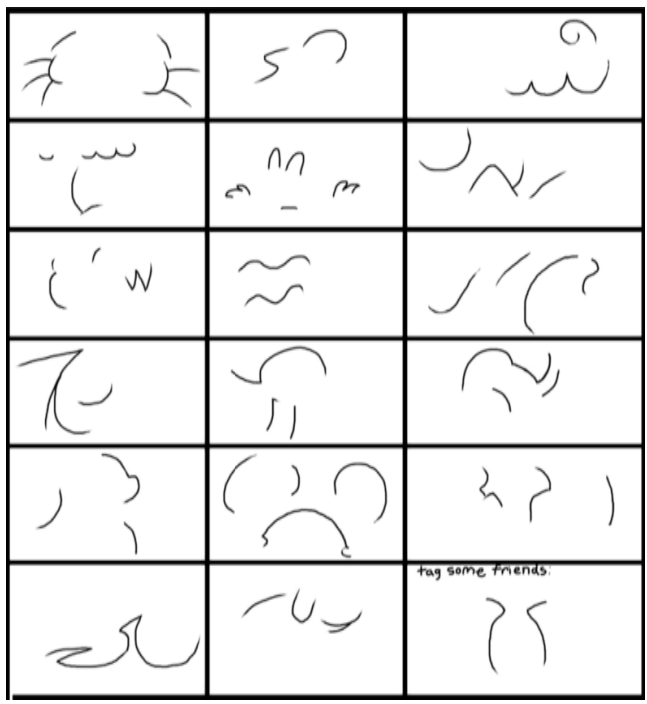
3. الرسم الحر.

وهو التعبير الفني التلقائي حيث يتيح فرصة إسقاط مصور لمكنونات ومكبوتات نفسية داخلية الطفل مثل المخـــاوف والمشـــاعر والاتجاهـــات، وتجسيدها في أعمال فنية خارجية مرئية بصورة أسهل من التعبير اللفظـــي عنها.

ويعتبر التعبير الفني التلقائي وسيلة للتنفيس عن الانفعالات والضغوط والتوترات والصراعات والوساوس والمشكلات، وخروج كل هذا عن طريق التعبير الفني يساعد الطفل على اكتشاف ذاته والوعي بها، والاعتراف بهذه المواد التي طفت من أعماق اللاشعور إلى دائرة الشعور، وتقبلها ومواجهتها بدلا من إنكارها وكبتها.

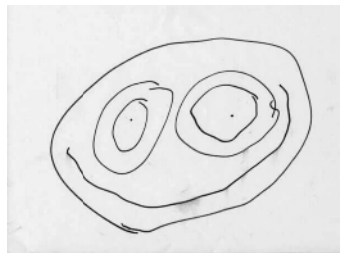
4. إكمال الرسومات

حيث نقدم للطفل أوراق مرسوم عليها بعض الخطوط التي تمثل بدايات رسوم، وعلية أن يكملها كما يريد، وتعتبر حافزا على التعبير والتصور ، مما يجعلنا نرى تصوراته ومشاعره ومكنوناته الداخلية.



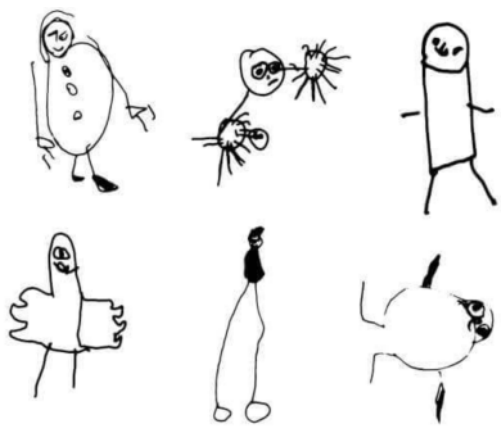
5. رسم المشاعر والعواطف

يمكن أن نقوم بتوجيه الطفل لرسم شيء للتعبير عن الحب أو الكره، الجمال، القبح، القوة، الضعف، الذكر، الأنثى ... إلخ، ومثل هذه الرسوم توضح مشاعر الطفل وطريقة ترجمته لها، وطريقة اختياره لمفرادات ترجمته لهذا الشعور.



6. رسم مسار للحياة

حيث يطلب من الطفل رسم حياته عن طريق عمل خط بطول الورقة يمثل مسار يعبر جزء منه عن الماضي وجزء يصور الحاضر وجزء آخر يصور المستقبل، ويرسم على هذا الخط الثلاث تصورات لحياته، وهذا يفسر لنا ما مر به من ماضي، وكيف يعيش الحاضر، وما يحلم وكيفية رؤيته للمستقبل.



7. استخدام الموسيقى والشعر خلال تعبير الفني

وهذان مكملان معروفان للتعبير الفني بالرسم، حيث تستخدم الموسيقى أو الشعر كمحفز للتعبير بالرسم عن المشاعر الشخصية. فإن الموسيقى تؤثر في السلوك بوجه عام ولها أثر فسيولوجي وأثر انفعالي وأثر اجتماعي عقلي وأثر تربوي.

والموسيقى لها أساس انفعالي ولها أثر انفعالي، فالنغم تعبير انفعالي يؤثر في الانفعالات، وتعرف الموسيقى بأنها لغة تعبر عن الانفعالات والعواطف والمشاعر، وهى أقوى الفنون تحريكاً للانفعالات والعواطف.

والموسيقى تلازم الإنسان في حبه وفى مرحه، وفى احتفاله وحتى في حزنه. وعندما يندمج الطفل مع الموسيقى مستمعا فإنه يخبر محتواها الانفعالي ويعيشه، فاستخدام الموسيقى خلال رسم الطفل يجعله يعيش في الموسيقى ويرسم أحاسيسه ومشاعره دون التفكير في الرسمة.

فإن الموسيقى بكل ما تشمل عليه من تجريد، وما تبدو عليه بأنها ليست بذات معان، تنتسب إلى عالم الانفعالات بكل عمق.

8. رسم الطفل لنفسه

يمكن استخدام المرآة، وتكون هذه طريقة للتعبير عن الذات، فيمكن أن يرسم الطفل نفسه رسمة تعبر عن ثقته في نفسه أو ضعف شخصيته، أو شجاعته، أو قوته، أو تحدية على المصاعب، أو ضعف قوته، أو إقباله على الحياة، فهذا يظهر كيفية رؤيته لنفسه في الوقت الحالي.

ويمكن أن نجعله يرسم رسمة أخرى لنفسه كما يحلم أن يكون، فسنرى أحلامه وأمنياته في شكله وهيئته وحتى حلمة بوظيفة له عندما يكبر،

وتكون هذه الرسمة هي الهدف له الذي سيسعى على تحقيقه والوصول إليـــة من العلاج، فيكون كحلم يحاول تحقيقة. وبهذا يتم تشجيعه برسمته وتعبيـــره الخاص لنفسه.

9. رسم شخص آخر

رسم قدوته مثلاً ، أو شخص مقرب إليـــة ويتعامـــل معـــه كثيـــراً، أو شخص يخاف منه، وبهذا نعرف عن الطفل ما بداخلة حيث نرى من هو قدوته ولماذا هذا الشخص على الخصوص وما يراه فيه يريد أن يكون مثله، أو نرى من هو أقرب شخص إلى قلبه حيث نتعرف على عالمه وحياته التي يعيشها، أو نرى الشخص الذي يخاف منه ونعرف سبب هذا الخـــوف فـــي داخلة منه.

فرسم شخص آخر يفتح أعيننا على ما بداخل الطفل وحياته وأحلامه ومخيلاته.

10. رسم الأسرة

حيث يرسم الطفل أسرته التي يعيش ضمنها ولـــيس بالضـــرورة أن تكون أسرته الأساسية ولكن أسرته التي يعيش معها ، وأن يرسم أسرته التي يتخيلها أو يحلم أن يعيش فيها. وهذا يوضح لنا الجانب الأسرى والعلاقـــات الأسرية للطفل.

11. العمل الفني الجماعي:

من الأساليب الفعّالة في التوجيه و الإرشاد النفسي حيث يشترك مجموعة من الأطفال في رسمه واحدة يتشاوروا فيما بينهم في اختيار موضوعها أو يتم تحديده لهم، و يشتركوا جميعاً في الرسم على لوحة واحدة كبيرة، وهذا يقرب بين الأطفال ويجعلهم يتغلبوا على مشاعر الخجل والانطواء.

12. رسم مواضيع عن الوطن:

تنمية الحس الوطني عند الطفل وأهمية الوطن و تعزيز حب الوطن، من الأشياء الهامة التي يجب تعليمها للطفل ، وتدريب الأطفال على إظهار حبهم لوطنهم وذلك عن طريق:

- أن نحكى له قصص عن أمجادنا وعن بلدنا وشعبنا و نجعله يرسم مواضيع عن الوطن لتعزيز مكانة البلد في قلبه مما سيظهر على أفعاله بعد ذلك.
- تعليم وتربية الأطفال على حب الوطن يحتاج إلى الجهد الكبير ، والعمل المتواصل ، والدراسة والتدريب ، هذا لكي يكونوا نافعين لوطنهم.

- إن تعليم الأطفال حب الوطن من المعاني المهمة التي يجب أن نعتنى بها فى برامجنا العلاجية ؛ لأنه يولّد عند الأطفال الولاء والانتماء والعمل المتواصل لنهضة ورفعة وطنهم ، كما أنه يعلمهم أن هناك هدفاً أكبر يعيشون من أجله في هذه الحياة ، يتعدى هذا الهدف المصلحة الشخصية إلى المصلحة العامة الجماعية.

13. القص و اللصق

أسلوب مبتكر يساعد في الإرشاد النفسي حيث نقوم بتوفير للطفل مجلات مختلفة ونطلب منه أن يقص منها أشياء كثيرة و يقوم بلصقها ليكوّن بها شيء ما مثل الكولاج Collage مثلاً، وهذا يجعلنا نرى ميوله واتجاهاته ويمكن أن نتدخل لتوجيهه بطريقة ليّنة وليس بطريقة الأمر، فالتوجيه والإرشاد النفسي للطفل يجب أن يكون غير واضح له ليتم الاستجابة والتفاعل. وأن نحثه بهذه الطريقة على الواجبات نحو نفسه والمجتمع.

طريقة أخرى أن نطلب منه أن يقص من المجلات أشخاص كثيـرة ويلصقها بحيث يكون بها قصة وأن يسمى الأفراد، ونوجهه في هذه الخطوة باختيار الأشخاص المناسبة للقصة والنهاية يجب أن تكون ذو هدف لتقـويم شخصيته وسلوكه.

14. تلوين و ترتيب الأشكال:

نأتي للطفل بالعديد من الرسومات التي تختلف كل الاخـتلاف عـن بعضها البعض ونطلب منه أن يختار رسمه ويلونها، لنرى طريقة اختيـاره لشكل وموضوع الرسمة ، ونرى الألوان التي سيستخدمها الطفل في التعبير عن الرسمة.

وأن نعطى الطفل أشكال يرتبها أو يجمعها مع بعضها البعض لنرى قدرته على التركيز و الاستيعاب وسرعة البديهه.

15. اختيار الألوان

يتم وضع أمام الطفل مجموعة من الألوان ونطلب منه اختيار لـون واحد ونرى ما اللون الذي سيختاره وسبب اختياره له، فلكل لون تأثير على الإنسان وبهذا نرى ميول الطفل.