

هنر در خدمت درمان

● گزارشی درباره تاثیر هنر و آموزش خلق آثار هنری بر ارتقای کیفیت زندگی افرادی که بایک اختلا ف کوچک کروموزومی به دنیا می آیند

شهروند «وقتی دخترم با سندرم داون متولد شد، وحشت از آینده مبهمی که هیچ چیز از آن نمی دانستم، همه وجودم را پر کرده بود. اینکه چه روزهایی انتظار ما را می کشد و چگونه می توانم فرزندم را که با اختلالات کروموزومی چشم به این دنیا گذاشته، در محیط اجتماع بزرگ کنم.» الن استامبو، یک مادر لهستانی است که فرهنگ کشورش در پذیرش افراد دارای معلولیت چندان پیشرفته نیست. «سوالات زیادی در مورد احتمالات آینده دخترم داشتم؛ وقتی او تنها چند ماه داشت، دوستی برایم یک لینک فرستاد؛ سایت حراج نقاشی های مایکل واسرمن، هنرمند مبتلا به سندرم داون. هنر او فریبنده بود و المانی برای نشان دادن تحقق آرزوهای بزرگ برای دخترم.»

سندرم داون متداول ترین اختلال کروموزومی مادرزادی است که همیشه به میزان مختلف کم توانی ذهنی و مشکلات رفتاری را برای فرد به همراه دارد. افراد دارای سندرم داون نیاز به توجه بسیار ویژه دارند. در این بین، هنر و تاثیر هنردرمانی بر این افراد و ارتقای کیفیت زندگی شان، موضوعی است که در بسیاری از جوامع مورد توجه قرار گرفته و نتایج خیره کننده ای هم داشته است.

الن چند سال بعد با یک نویسنده لهستانی که خواهری مبتلا به سندرم داون داشت، ارتباط گرفت. «او مرا به یک نمایشگاه هنری دعوت کرد که بتوانم هنر خواهرش را ببینم. نقاشی های او پر از احساس بود. من ناراحتی او را از طریق تصاویری که کشیده بود، احساس کردم و زیبایی فوق العاده ای در نحوه بیان احساساتش در هر ضربه قلم مو قابل درک بود.»

نگاه منحصر به فرد به زندگی که روییده از یک اختلال است

شیوه ای که هنرمندان زندگی را تجربه یا بهتر است بگوییم زندگی را زندگی می کنند، در آثار هنری شان قابل مشاهده است. افراد مبتلا به سندرم داون نگاه منحصر به فردی به زندگی دارند که زبان اثر آنها نشان دهنده این تجربیات است. آثار هنری مبتلایان به این اختلال کروموزومی، توسط متخصصان هنری به رسمیت شناخته شده و در سراسر جهان به نمایش گذاشته می شود.

در جامعه ما سندرم داونی ها شاید از جمله گروه هایی هستند که به واسطه شرایطی که دارند، معمولاً کیفیت پایینی از زندگی را تجربه می کنند. هنر می تواند در خدمت این قشر از افراد جامعه باشد و هنردرمانی راهی برای ابراز بیانات و هیجانات فرد سندرم داون و وسیله ای برای برقراری ارتباط او با دنیای بیرون باشد.

ابزاری برای اصلاح ارتباطی که اجتماعی پسند نیست

کودکان دارای نشانگان داون به دلیل وجود مشکلات متعدد جسمانی روان شناختی، معمولاً بار روان شناختی زیادی را به والدین خود تحمیل می کنند و عمدتاً نگهداری این کودکان در خانواده انجام می شود. به همین دلیل تغییرات ساختاری، عملکردی و روان شناختی زیادی بر خانواده تحمیل خواهد شد، این کودکان به کندی تحول پیدا کرده و نیازمند مراقبت و توجه بیشتری هستند و میزان تحریکات محیطی، رفتاری و اجتماعی مورد نیاز این کودکان نیز بیشتر خواهد بود.

فرد مبتلا به سندرم داون در بیان رفتارهای صادقانه و رک دچار ضعف است و توانایی او در بیان خود و ارتباط با دیگران به صورت اجتماعی پسند کافی نیست و با هنردرمانی می توان به کودک کمک کرد تا درون خود را شکافته و بیرون ببرد و خود را در درک متقابل دیگران بصیرت و رشد دهد.

در ایران برای نخستین بار از هنردرمانی برای کاهش هیجانات بیماران روان پریش که در بیمارستان امین آباد (رازی) شهری نگهداری



آموزش موسیقی و کمک به هماهنگی های حرکتی

این پژوهش همچنین نشان داد آموزش موسیقی به افراد دارای اختلال رفتاری مانند اوتیسم و سندروم داون در روند بهبودی آنها موثر است. موسیقی به این افراد کمک می کند به هماهنگی بین احساسات خود، حس شنوایی و مهارت های حسی-حرکتی و رفتارهای اجتماعی، گفتار و تمرکز دست پیدا کنند. بسیاری از فعالیت های موسیقی برای عقب ماندگان ذهنی منافع درمانی دارد. با حرکات ریتمیک موسیکال می توان مهارت در هماهنگی های حرکتی را بهبود بخشید. آگاهی از اندام های بدن و مفاهیم مربوط به جهت یابی را می توان با حرکات موزون و انجام آوازا و بازی های حرکتی موسیکال تقویت کرد.

وقتی بچه های سندرم داون خودشان را بازی می کنند

یکی دیگر از این ابزارها، نمایش درمانی یا استفاده از فرآیند و فنون نمایشی با هدف درمانی است. باوند در این پژوهش آورده است: «نمایش درمانی، روش درمانی بسیار نزدیک به طبیعت کودکان است، چراکه کودکان را همان گونه که هستند می پذیرد، زمانی که عصبانی است، ناکام است یا از حرف زدن امتناع می کند. به این دلیل که از تخیلات کودکان بهره می گیرد.» نمایش درمانی برای کودکان سندرم داون منافع های زیادی دارد؛ این پژوهشگر معتقد است: «در نمایش بچه های سندرم داون کمتر احساس تنهایی می کنند و بازی در نمایش به رشد مهارت های تقلیدی و الگوبرداری، افزایش بیان احساسات، افزایش عزت نفس و خودارزشی، افزایش احساس بازی و خودانگیزگی و رشد ارتباطات آنها کمک زیادی می کند.»

دیدن توانمندی جوانان سندرم داون، رمقی تازه برای ساختن آینده

استفاده از انواع برنامه های هنری به ویژه هنرهای تجسمی چون سفال و نقاشی می تواند به طرق گوناگون در بهبود مشکلات افراد سندرم داون و افزایش کیفیت زندگی آنان موثر باشد. بر اساس نتایج این پژوهش معمولاً بهتر است که فعالیت های هنری چون موسیقی، نقاشی و سفالگری متناسب با نیازها و نقاط قوت و ضعف افراد سندرم داون باشد. به بیان دیگر کاری که به بچه های سندرم داون یاد داده می شود، باید طوری باشد که او از عهده انجام آن برآید. به این صورت است که می توان به استفاده از فعالیت های هنری فرای بیان خلاقیت شان امید داشت؛ ایجاد کسب و کار برای آنها و ساختن زندگی مستقل.

بهنوش کیانی شاد مدیریت اشتغالزایی و حرفه آموزی جوانان سندرم داون ایران از سال ۸۶، مسئول مددکاری کانون سندرم داون ایران و معلم اخلاق و تعاملات اجتماعی است. او مدیریت گالری کارداون را بر عهده دارد و با همکاری محمدعلی باوند در حوزه بازاریابی جوانان سندرم داون کار می کنند.

این افراد چند سالی است کارگاهی تولیدی برای نمایش و عرضه تولیدات جوانان سندرم داون راه انداخته اند. مهندس باوند از تاثیر بسیار مثبت حضور فعال اجتماعی در زندگی این جوانان می گوید: «ثمره فعالیت ها زمانی لذت بخش است که حضور در کارگاه تولیدی آبی بر آتش دل مادران رنجور بچه های سندرم داون از نگاه جامعه می شود؛ وقتی پسرشان را پشت دار قالی می بینند و دخترشان را پشت چرخ خیاطی. یا آن یکی را در حال مجسمه سازی. این پدران و مادران وقتی می بینند این بچه ها چقدر با اختلال های رفتاری شان کنار آمده، آرام تر و اجتماعی تر شده اند و قدرت بیان احساسات و بروز مهارت هایشان را پیدا کرده اند، زندگی شان رمقی تازه می گیرد برای ساختن آینده روشن تر برای فرزندان شان.»

کاهش داده است. با استفاده از برنامه علمی هنردرمانی، کودکان سندرم داون از طریق خلق های هنری راهی برای افزایش درک هیجانات و رفتارها، توانایی های مکالمه و پیش بینی موقعیت ها در رشد اجتماعی و مهارت های ارتباطی پیدا کرده و پیش رفته اند و به طور معجزه آسایی کیفیت زندگی خود را بهبود داده اند.

نقش هنر در افزایش کیفیت زندگی افراد سندرم داون

مهندس محمدعلی باوند در این پژوهش تحت عنوان «نقش هنر در افزایش کیفیت زندگی افراد سندرم داون» که به صورت کتابخانه ای میدانی و در مرکز کارداون انجام داده، به تعیین اثربخشی هنر بر افزایش کیفیت زندگی افراد سندرم داون با دیدی نوین پرداخته است.

جامعه آماری این مطالعه همه افراد دارای سندرم داون بوده و نمونه پژوهش از نوع نمونه در دسترس شامل ۳۰ نفر از افراد سندرم داون بودند که در مرکزی که به همین منظور و به هدف ایجاد کسب درآمد برای این افراد تحت عنوان مرکز کارداون ایجاد شده بود، تحت هنردرمانی قرار گرفتند.

این گروه از بچه های سندرم داون با انجام فعالیت های هنری برای کسب درآمد تلاش می کنند. علت انتخاب این افراد این بود که به مدت چند سال این پژوهشگر در این مرکز مشغول آموزش، تحقیق و بررسی روی این افراد بوده است.

هنرهای تجسمی، راهگشای یادگیری افراد سندرم داون

از هنرهای تجسمی می توان برای از بین بردن مشکلات شناختی، هیجانی، عاطفی، ادراکی و حتی جسمانی کودکان با ناتوانی های خاص استفاده کرد.

در این پژوهش تاثیر هنرهای زیادی بر این افراد مورد بحث و بررسی قرار گرفته؛ نویسنده از نتایج هر رشته بر روند یادگیری و تکامل شخصیت این افراد نوشته است: آموزش هنرهای تجسمی در بسیاری از مشکلات کودکان به ویژه مشکلات مربوط به یادگیری آنها راهگشاست. در واقع آموزش هنرهای تجسمی می تواند فرآیند یادگیری و رشد مهارت های مرتبط با یادگیری را تسهیل کند.

مطالعات علمی نشان می دهد که هر دو نیمکره مغزی هنر را از جنبه های گوناگونی درک کرده و آموزش هنر می تواند مشکلات شناختی و ادراکی را کاهش دهد و نیز برخی بررسی ها می گوید هنرهای تجسمی باعث رشد بسیاری از مهارت ها و توانایی های کودک می شود.

و نمایش غیرمستقیم فرافکنانه از طریق نمادهای سمبولیک، چنین کاری را انجام دهد.

در این پژوهش آمده است: نقاشی و رنگ آمیزی کودک را به آزمایش و بازی ترغیب می کند و به هنگام تفسیر نقاشی باید به خاطر داشته باشیم که کودکان از سطح مهارت های متفاوتی برخوردارند که وابسته به سن و رشد آنهاست.

مشاور هنری باید از سطح مهارت هایی مناسب با رشد کودک آگاهی داشته باشد، به نحوی که عملکرد کودک را به غلط و نابهنجار

نمایش درمانی برای کودکان سندرم داون منافع های زیادی دارد؛ این پژوهشگر معتقد است: «در نمایش بچه های سندرم داون کمتر احساس تنهایی می کنند و بازی در نمایش به رشد مهارت های تقلیدی و الگوبرداری، افزایش بیان احساسات، افزایش عزت نفس و خودارزشی، افزایش احساس بازی و خودانگیزگی و رشد ارتباطات آنها کمک زیادی می کند.»

نمایش درمانی برای کودکان سندرم داون منافع های زیادی دارد؛ این پژوهشگر معتقد است: «در نمایش بچه های سندرم داون کمتر احساس تنهایی می کنند و بازی در نمایش به رشد مهارت های تقلیدی و الگوبرداری، افزایش بیان احساسات، افزایش عزت نفس و خودارزشی، افزایش احساس بازی و خودانگیزگی و رشد ارتباطات آنها کمک زیادی می کند.»

مهندس محمدعلی باوند یکی از هنرمندان تصویرساز است که در زمینه تاثیر هنر و هنردرمانی روی افراد دارای سندرم داون فعالیت های زیادی داشته و در پژوهشی تاثیر هنر و هنردرمانی بر افزایش کیفیت زندگی افراد دارای سندرم داون را بررسی کرده است. راه های بی شمار استفاده می کند که به فرد در کشف هیجانات و تضاد درونی اش کمک می کند و موجب افزایش کیفیت زندگی فرد مبتلا به سندرم داون می شود؛ در حالی که آگاهی از خود و درک مسائل و شناخت المان های فرهنگی باید توسط یک درمانگر برای کمک به فرد در زمینه کشف خود انجام شود.

نقاشی و فرار از ترس ناشناخته ها

مهندس باوند در این پژوهش آورده است: «هنردرمانی با رویکرد نقاشی بر کاهش ترس کودکان و نوجوانان از ناشناخته ها موثر بوده و روشی مفید برای کاهش ترس دانش آموزان از ناشناخته هاست. در این میان افراد دارای

سندرم داون نسبت به افراد عادی، نسبت به محیط و رویدادهای اطراف شان آسیب پذیرتر بوده و چالش های بیشتری دارند. آنها می توانند به سرعت دچار ناکامی، اضطراب و تنش شوند، در اغلب اوقات مشکلات و ناکامی های تحصیلی، این افراد را مستعد مشکلات رفتاری می کند و در نتیجه با افزایش مشکلات رفتاری، مشکلات یادگیری تشدید و موجب شکست فرد در زمینه های مختلف می شود. در حقیقت هنردرمانی راهی برای ابراز هیجانات فرد سندرم داون و وسیله ای برای برقراری ارتباط او است.

در بین فعالیت های کودک، نقاشی کشیدن پروسه ای است که از تحول شناختی، عاطفی و اجتماعی تاثیر می پذیرد و به همین دلیل در مقیاسی وسیع در تشخیص روانی و روان درمانگری به کار گرفته می شود. کودکی که در تعریف قصه اش به صورت کلامی مشکل دارد با نقاشی کردن می تواند اطلاعاتی درباره خودش، خانواده اش و محیطش بدهد یا برملا کند. او می تواند با نمایش مستقیم مردم و وقایع

باوند معتقد است تحقیقات نشان داده که فعالیت های مبتنی بر هنر به کودکان سندرم داون فرصت اظهار کردن افکار و احساسات خود و به اشتراک گذاشتن احساسات و افکار خود با دیگران را داده و برای مدیریت احساسات آنها مفید بوده و اختلال های رفتاری مثل مخالفت و نافرمانی ها را در آنها