

نقاشی درمانی: کاربرد و نظریه‌ها در حیطه فرزندان طلاق

علیرضا محمدی آریا^۱، سارا آذربادگان^۲، مهرناز شیرازی^{۳*}

۱. استادیار گروه آموزش پیش دبستان، دانشگاه علوم توان‌بخشی و سلامت اجتماعی، تهران، ایران.
۲. دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران.
۳. دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره هفتم، شماره بیست و پنجم، بهار ۱۴۰۴، صفحات ۳۱-۴۰

چکیده

پژوهش حاضر با هدف نقاشی درمانی: کاربرد و نظریه‌ها در حیطه فرزندان طلاق انجام گرفت. این پژوهش مروری نشان داد که نقاشی درمانی راهی جهت کاهش استرس، اضطراب، گوشه‌گیری و افسردگی فرزندان طلاق است. از طرفی، در این پژوهش نتیجه گرفتیم که نقاشی درمانی در فرآیند بهداشت روانی کودکان طلاق مزایای ذاتی زیادی دارد. مشاوران و روانشناسان تربیتی باید مهارت‌های لازم جهت پیدا کردن الهامات در نقاشی‌ها را داشته باشند و به جای پیدا کردن مشکلات و دل‌زدگی مراجعه کنند از الهامات مثبت استفاده کنند. همچنین ادبیات پژوهش نشان داد که نقاشی درمانی باعث امید به آینده و انعطاف‌پذیری فرزندان طلاق می‌شود و هدف اصلی آن آموزش روان‌شناختی است. اهمیت عملی کار در این واقعیت نهفته است که دانش آموزان، مربیان، روانشناسان و والدین می‌توانند از آن برای مطالعه عمیق نقاشی درمانی در کار با کودکان طلاق استفاده کنند.

واژه‌های کلیدی: نقاشی درمانی، کاربرد نقاشی درمانی، نظریه‌های نقاشی درمانی، فرزندان طلاق.

مقدمه

جدایی خانوادگی و طلاق سالانه میلیون‌ها کودک را تحت تأثیر قرار می‌دهد. طلاق والدین معمولاً منجر به تغییرات قابل توجهی در محیط خانه، نحوه و زمان گذراندن وقت فرزندان با هر یک از والدین می‌شود و اغلب مستلزم افزایش استرس روانی اجتماعی است. درحالی‌که تأثیرات طلاق بر اساس موقعیت منحصربه‌فرد هر کودک متفاوت است، کودکان طلاق معمولاً از دست دادن خانواده و خانه قبل از طلاق خود غم و اندوه را تجربه می‌کنند. همچنین آن‌ها استرس ناشی از کنار آمدن با شرایط جدید زندگی را به اشتراک می‌گذارند که احتمالاً شامل تغییرات در میزان و دفعات دیدن هر یک از والدین، سازگاری با گذراندن وقت در دو خانواده مختلف و احتمالاً نقل مکان خانه‌شان می‌شود (گرین و همکاران، ۲۰۲۱).

طلاق والدین مجموعه وسیعی از تغییرات و سازماندهی‌های مجدد را در خانواده ایجاد میکند که در طول زمان بر سازگاری کودک تأثیر می‌گذارند این تغییرات شامل تغییر محل سکونت روابط خانوادگی و استانداردهای زندگی می‌شود که نه تنها سازگاری زوجین بلکه تعادل روانی فرزندان و اطرافیان را نیز به خطر می‌اندازد. در این میان یکی از اصلی‌ترین قربانیان این تصمیم والدین کودکان هستند (جرمی، ۲۰۱۵)؛ طلاق همچنین در بسیاری از موارد مشکلات اقتصادی، اجتماعی و روانی به همراه دارد. چنین تغییراتی باعث می‌شود کودکان احساس خشم گناه ناراحتی اضطراب، افسردگی، ترس و مشکلات انطباقی را تجربه کنند (بریور، ۲۰۱۰) پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که مشکلات زناشویی والدین بر فرزندان و کیفیت روابط آن‌ها تأثیر می‌گذارد و بین تعارضات زناشویی و مشکلات رفتاری کودکان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (دهقان خلیلی، ۱۳۹۸). در مطالعه احمدی (۱۳۹۳) مشخص شد که میانگین افسردگی در فرزندان طلاق به طور معناداری بیشتر از فرزندان غیر طلاق بوده است.

هنر درمانی سال‌هاست که در بریتانیا و آمریکا مورد استفاده قرار می‌گیرد و در سیستم آموزشی برای اولین بار برای دانش آموزان مبتلا به اختلالات جسمی و روانی استفاده می‌شود. بر اساس نظریه جهت‌گیری رشدی و نظریه جهت‌گیری رفتاری هنر درمانی بصری، مکانیسم‌های درمانی خاص برای کودکان مبتلا به اختلال جسمی و روانی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته است. هنر درمانی پس از ورود به نظام آموزشی نقش مهمی در آموزش و مشاوره ویژه مدارس ایفا کرده است. نه تنها در کلاس درس منعکس می‌شود، بلکه بر فضای آموزشی مدرسه نیز تأثیر می‌گذارد. مفهوم هنر درمانی روز به روز در سطوح مختلف عمل‌گرایی و کاربرد رواج بیشتری پیدا می‌کند که مرجعی را برای دانش آموزان مبتلا به اختلالات جسمی و روانی مانند مهارت‌های عاطفی، رفتاری و اجتماعی و سایر راهنمایی‌های آموزشی فراهم می‌کند (ژو و همکاران، ۲۰۲۱).

هنر درمانی، می‌تواند به فرزندان طلاق کمک کند تا احساسات پیچیده و سرکوب‌شده خود را بیان کنند. کودکان اغلب در مواجهه با جدایی والدین، دچار اضطراب، خشم یا اندوه می‌شوند، اما ممکن است نتوانند این هیجانات را به راحتی با کلمات توصیف کنند. نقاشی به آن‌ها این امکان را می‌دهد تا از طریق رنگ‌ها، طرح‌ها و نمادها، دنیای درونی خود را آشکار سازند. درمانگران با تحلیل این آثار می‌توانند به درک بهتری از وضعیت روانی کودک دست یابند و به او در کاهش تنش‌ها و بهبود سازگاری با شرایط جدید کمک کنند. همچنین، این روش به کودکان فضایی امن برای تخلیه هیجانی و بازیابی احساس کنترل بر زندگی خود ارائه می‌دهد.

در اوایل قرن بیستم، هنر درمانی نقاشی از مردم سرچشمه گرفت. تحقیق در مورد آثار هنرمندان مبتلا به اختلالات روانی و بعدها به عنوان یک وسیله کمکی مورد آزمایش قرار گرفت. از درمان بیماران روانی پس از آن، نظریه‌های روانکاو فروید و یونگ به طور رسمی نقاشی درمانی را به حوزه روان درمانی سوق داد. تحقیق و کاربرد واقعی دانشگاهی هنر درمانی نقاشی در چین در دهه ۱۹۹۰ آغاز شد. در ۱۰ سال گذشته، هنر درمانی نقاشی تحت رهبری دکتر یان هو و افراد مختلف وارد میدان دید عمومی شده است و تبدیل به یک ابزار مشاوره روانشناسی در کالج ها و دانشگاه‌ها شده است.

هنر درمانی نوعی روش درمانی با نقاشی، مجسمه‌سازی، صنایع دستی و سایر اشکال هنری به عنوان ابزار اصلی است. از طریق فرآیند خلق هنری، به بیماران کمک می‌کند تا احساسات خود را ابراز کنند، فشار خود را کاهش دهند، خودآگاهی و ارزش خود را بهبود بخشند و رشد و توسعه شخصی خود را ارتقا دهند. رنگ درمانی یک روش درمانی با رنگ به عنوان ابزار اصلی است. این به بیماران کمک می‌کند تا خلق و خوی خود را تنظیم کنند، استرس را از بین ببرند و سلامت روان خود را از طریق استفاده و احساس رنگ بهبود بخشند. رنگ درمانی اغلب با هنر درمانی ترکیب می‌شود تا با هم نقش درمانی داشته باشند. نماد درمانی یک روش درمانی با نمادها به عنوان ابزار اصلی است. از طریق نمادها، نمادها و استعاره‌ها در نقاشی، به بیماران کمک می‌کند تا احساسات خود را بیان کنند، فشار روانی را کاهش دهند، وضعیت عاطفی خود را تنظیم کنند و رشد و توسعه شخصی را ارتقا دهند. تصویر درمانی یک روش درمانی با تصویر به عنوان ابزار اصلی است. از طریق نقاشی، کولاژ، نقاشی خلاقانه و سایر اشکال، به بیماران کمک می‌کند تا احساسات خود را بیان کنند، فشار روانی را کاهش دهند، وضعیت عاطفی خود را تنظیم کنند و رشد و توسعه شخصی را ارتقا دهند (ژانگ، ۲۰۱۵).

مبانی نظری نقاشی درمانی

۱- نقاشی درمانی

نقاشی درمانی عبارتست از ترسیم خودانگیزه تصاویر که فرصت‌های برای ارتباط و بیان کلامی فراهم می‌کند (لویک، ۱۹۸۳).

تعریف و طبقه‌بندی نقاشی درمانی

نقاشی درمانی نوعی روان درمانی با نقاشی به عنوان ابزار اصلی است. از طریق فرآیند نقاشی، به بیماران کمک می‌کند تا احساسات خود را ابراز کنند، فشار را کاهش دهند، احساسات خود را تنظیم کنند و خودآگاهی خود را بهبود بخشند تا به هدف درمان و توان بخشی دست یابند. نقاشی درمانی از روان درمانی در اوایل قرن بیستم سرچشمه گرفت. با پیشرفت علم روانشناسی و هنر، به تدریج نظام نظری و روش‌های کاربردی کاملی را شکل داد (وانگ و همکاران، ۲۰۲۴).

تاریخچه نقاشی درمانی

نقاشی درمانی نوعی درمان با نقاشی به عنوان ابزار اصلی است و پیشرفت آن را می‌توان به تمدن باستانی ردیابی کرد. در اوایل مصر، یونان باستان و روم باستان، نقاشی به عنوان یک درمان مورد استفاده قرار می‌گرفت. به عنوان مثال، بقراط، پزشک یونان باستان، از نقاشی برای درمان بیماری‌های روانی استفاده می‌کرد. در آغاز قرن بیستم، نقاشی درمانی به یک درمان رسمی تبدیل شد. در سال

۱۹۱۴، روان‌پزشک آمریکایی لئو کانر برای اولین بار از نقاشی به عنوان وسیله‌ای برای درمان اوتیسم کودکان استفاده کرد. در دهه ۱۹۳۰، مارگارت ناومبورگ، هنرمند آمریکایی، شروع به استفاده از نقاشی برای درمان اختلالات روانی کودکان و بزرگسالان کرد و انجمن نقاشی درمانی آمریکا را در سال ۱۹۴۷ تأسیس کرد. از آن زمان، نقاشی درمانی به طور گسترده‌ای در ایالات متحده توسعه یافته و به کار گرفته شده است (وانگ و همکاران، ۲۰۲۴).

در دهه ۱۹۵۰، هنرمندان و روانشناسان اروپایی شروع به مطالعه و استفاده از نقاشی درمانی کردند. در اواخر دهه ۱۹۵۰، روانشناسان بریتانیایی جورج استیکل و الیزابت کندل انجمن نقاشی درمانی بریتانیا را تأسیس کردند و شروع به استفاده از نقاشی درمانی برای درمان بیماری‌های روانی و اختلالات روانی کردند. در دهه ۱۹۸۰، نقاشی درمانی به طور گسترده در کشورهای آسیایی توسعه یافت و به کار رفت. هیرو فومی اوکیهارا، هنرمند ژاپنی، انجمن نقاشی درمانی ژاپن را در سال ۱۹۸۴ تأسیس کرد و نقاشی درمانی را وارد سیستم پزشکی و سیستم آموزشی ژاپن کرد. چین همچنین تحقیقات و کاربرد نقاشی درمانی را در دهه ۱۹۸۰ آغاز کرد و انجمن نقاشی درمانی چین را در سال ۱۹۹۵ تأسیس کرد.

توسعه نقاشی درمانی نشان می‌دهد که به یک روش درمانی پذیرفته شده و کاربردی تبدیل شده است. در کشورها و مناطق مختلف، زمینه‌ها و روش‌های کاربردی نقاشی درمانی متفاوت است، اما ایده و هدف اصلی آن کمک به بیماران برای کاهش استرس، تنظیم احساسات و بهبود خودآگاهی از طریق نقاشی و در نتیجه بهبود سلامت جسمی و روانی آن‌ها است (وانگ و همکاران، ۲۰۲۴). از نظر وانگ و همکاران (۲۰۲۴) نقاشی درمانی نوعی درمان با نقاشی به عنوان ابزار اصلی است و مبنای نظری آن عمدتاً شامل جنبه‌های زیر است:

مبانی نظری روانشناسی

یکی از مبانی نظری نقاشی درمانی، نظریه روان‌شناختی است که شامل روانشناسی رشد انسانی، روانشناسی شناختی، روانشناسی هیجانی، روان درمانی و غیره می‌شود. نقاشی درمانی به بیماران کمک می‌کند تا احساسات خود را بیان کنند، استرس را کاهش دهند، احساسات خود را تنظیم کنند و خودآگاهی خود را از طریق فرآیند نقاشی بهبود بخشند. نظریه روانشناسی رشد انسان می‌تواند به درک فرآیند رشد و مرحله رشد روانی بیماران کمک کند تا بتوان آن‌ها را بهتر درمان کرد. تئوری روانشناسی شناختی می‌تواند به بیماران کمک کند تا الگوهای شناختی و روش‌های تفکر خود را درک کنند و مشکلات خود را بهتر درک کنند و حل کنند. تئوری روانشناسی عاطفی می‌تواند به بیماران کمک کند تا وضعیت عاطفی خود را درک کنند و احساسات خود را بهتر کنترل کنند. تئوری روان درمانی می‌تواند به درمانگران نقاشی کمک کند تا درمان بهتری داشته باشند و اثر درمانی را بهبود بخشند (وانگ و همکاران، ۲۰۲۴).

نظریه‌های روان‌شناختی، نقاشی درمانی

نظریه‌های روان‌شناختی که آزمون ترسیم بر آن‌ها مبتنی است، عمدتاً شامل نظریه مغز و نظریه فراکتنی، مکتب روانکاوی، فیزیولوژیست عصبی است.

اسپری (۱۹۸۰) از طریق تحقیقات تایید کرد که نیمکره چپ مغز برای تفکر انتزاعی و تجزیه و تحلیل منطقی مسئول است درحالی که نیمکره راست مسئول تصویر، تفکر، ادراک و موقعیت مکانی است (یان و چن، ۲۰۱۶). در عین حال مطالعه در مورد آسیب سمت راست مغز در بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی نشان داده شده است که آسیب به عملکرد نیمکره راست مغز می تواند بر احساسات افراد تأثیر بگذارد. تابع این یافته نشان می دهد که کارکردهای ذهنی مانند نقاشی و احساس توسط نیمکره راست مغز کنترل می شود.

رابین (۱۹۹۸)، کارشناس ارشد هنر درمانی نقاشی، معتقد است که بیشتر تفکر انسان و فعالیت های روانی بصری هستند (یان و چن، ۲۰۱۶). هنر درمانی نقاشی راهی برای بازدیدکنندگان دنیای درونی خود را با کمک نقاشی برای رسیدن به هدف تجسم کنند. هنر درمانی نقاشی بیهوشی برای رسیدن به هدف درمان است. خود نقاشی یک نماد ارزشی خنثی است که می تواند دفاع بازدیدکننده را کاهش دهد و آن را با خیال راحت و روان تر بیان کند. در نقاشی هنر درمانی، خلق هنر و روان درمانی، تعارض درونی، عاطفه و میل موازی و هماهنگ شده هستند (یان و چن، ۲۰۱۶).

بر اساس دیدگاه رابین:

درک فرآیند خلاقانه نقاشی یک فرآیند درمان است. کار خلاقانه نقاشی، بعد روانی خاصی را فعال می کند. نقاشی درمانی در مقایسه با سایر روش های مداخله روان شناختی، برای ایجاد یک فضای آرام و امن، کاهش مقاومت و دفاع از مراجع، افکار ناخودآگاه پنهان مراجع را شناسایی کرده و به مشاور کمک می کند که با مراجع یک رابطه قابل اعتماد برقرار می کند. در عین حال، هنر درمانی نقاشی می تواند وقایع را در زمان ها و مکان های مختلف در یک اثر به طور همزمان ارائه می دهد، مراجع درونیات را بیان می کند و به مشاور جهت جمع آوری انبوهی از اطلاعات در زمان کوتاه کمک می کند. نقاشی درمانی می تواند به راحتی علاقه مراجع را برانگیزد، برای طیف گسترده ای از مردم مناسب است، کارکرد ساده ای دارد و زمان کوتاهی می برد (وانگ و عبدالله، ۲۰۲۴).

مبانی نظری هنر درمانی

دومین مبانی نظری نقاشی درمانی، نظریه هنر درمانی است که شامل مبانی فلسفی، مدل نظری و تجربه عملی هنر درمانی می شود. اساس فلسفی هنر درمانی عمدتاً شامل اومانیزم، اگزیستانسیالیسم، روان پویایی و نظریه های دیگر است که بر خودآگاهی و خودشناسی افراد تأکید دارد و در راستای هدف نقاشی درمانی است. مدل های نظری هنر درمانی شامل مدل خلق هنر، مدل تجربه هنری و مدل هنر درمانی است که راهنمایی نظری و تجربه عملی را برای نقاشی درمانی ارائه می کند (وانگ و همکاران، ۲۰۲۴).

مبانی نظری نورویبولوژی

سومین مبانی نظری نقاشی درمانی، نظریه عصب بیولوژیکی است که شامل علوم اعصاب، روان شناسی عصبی و تصویربرداری عصبی می شود. نظریه نورویبولوژیک می تواند به درک مکانیسم درمانی نقاشی درمانی و تأثیر نقاشی بر مغز و سیستم عصبی کمک کند. مطالعات تصویربرداری عصبی نشان داده اند که نقاشی می تواند بسیاری از نواحی مغز را فعال کند، از جمله لوب تمپورال، لوب پیشانی و لوب جداری که با احساسات، شناخت و بینایی مرتبط هستند که نشان می دهد نقاشی اثرات زیادی بر مغز دارد.

به طور کلی، نقاشی درمانی نوعی روش درمانی است که وسیله اصلی آن نقاشی است. از طریق فرآیند نقاشی، بیماران می توانند آرام شوند، احساسات خود را تنظیم کنند و خودآگاهی خود را بهبود بخشند. نقاشی درمانی را می توان به دو شکل تقسیم کرد: نقاشی آزاد و نقاشی با موضوع. نقاشی رایگان به این معنی است که بیماران می توانند الگوهای مورد نظر خود را بدون محدودیت موضوعی به دلخواه ترسیم کنند. نقاشی تم به نقاشی بیمار با توجه به موضوع ارائه شده توسط درمانگر برای دستیابی به یک هدف درمانی خاص اشاره دارد (سان و همکاران، ۲۰۱۶). ابزارهای نمادین مراجع را قادر می سازد تا مکالمه درمانی را گسترش داده و غنی کند، به ویژه کسانی که بیان کلامی محدودی دارند، مقاومت نشان می دهند، تمایلی به مشارکت ندارند یا در بیان احساسات و عواطف خود مهارت کمتری دارند (عبدالله، ۲۰۲۱).

به عنوان یک نوع جدید از روان درمانی، درمان با هنرهای بیانی و نقاشی درمانی می تواند به بیماران در درک و بیان بهتر احساسات، کاهش استرس و بهبود سلامت روان خود از طریق بیان و خلق اشکال هنری کمک کند. در طول فرآیند درمان، کارهای خلاقانه به دلیل اهمیت و معنایی که فرد به این آثار می دهد، اهمیت پیدا می کند (گونگ، ۲۰۲۲). روش های درمانی دارای مزایای اثر درمانی سریع، عوارض جانبی کوچک و دامنه کاربرد گسترده هستند و به طور گسترده در روان درمانی، پرستاری توان بخشی، آموزش و سایر زمینه ها مورد استفاده قرار گرفته اند (لیو، ۲۰۱۶).

بنابراین می توان دریافت که نقاشی درمانی در حال حاضر دارای طیف گسترده ای از زمینه های کاربردی هستند و اثرات مفیدی دارند. مداخلات خلاقانه در میان بسیاری از روش های مداخله نسبت به گفتار درمانی سنتی سودمندتر هستند (گامبرل و همکاران، ۲۰۲۰) که این امر یک فضای درمانی امن برای توسعه خلاقیت فراهم می کند (کرکس و همکاران، ۲۰۰۶) و برای آشتی دادن درگیری های عاطفی، کشف راه های ابراز وجود و مقابله با علائم و تجربیات آسیبزا بسیار مفید است (میپولیک و همکاران، ۲۰۱۳). آن ها با بازسازی معنای اصلی خود از طریق بیان هنری غیرکلامی، توانمندسازی خودیاری را افزایش می دهند (لی و پنگ، ۲۰۲۲).

نقاشی درمانی در حیطه مداخله بحران

کاربرد در بهبود مشکلات روان شناختی

بهبود سطح مشکلات عملکرد عاطفی مطالعات داخل و خارج از کشور نشان داده است که هنر درمانی نقاشی نقش برجسته ای در برخورد با مشکلات عاطفی، به ویژه در بهبود اضطراب و افسردگی دارد. فورزونی و همکاران در حین شیمی درمانی در هنر درمانی نقاشی روی ۱۵۷ بیمار مداخله کرد و دریافت که نقاشی درمانی می تواند به بیماران در تسکین اضطراب، بهبود خلق و خوی، ابراز احساسات واقعی خود و معنای جدیدی در زندگی پیدا کنید (فورزونی، ۲۰۱۰).

تانگوانجی سه ماه مشاوره روان شناختی با موضوع زیبایی شناسی نقاشی انجام داد. نتایج نشان داد که هنر درمانی نقاشی می تواند به طور موثر افسردگی دانشجویان را کاهش دهد (تانگ، ۲۰۰۸).

هنر درمانی نقاشی به عنوان یک روش درمانی روان شناختی تأثیرات منحصر به فردی در پردازش عواطف و کارکردهای شناختی، بهبود عملکرد اجتماعی و عزت نفس و بهبود علائم فیزیکی بالینی دارد (یان، ۲۰۱۱).

بهبود سطح مشکلات عملکرد عاطفی

مطالعات داخل و خارج از کشور نشان داده است که هنر درمانی نقاشی نقش برجسته ای در برخورد با مشکلات عاطفی، به ویژه در بهبود اضطراب و افسردگی دارد (جیانگ و همکاران، ۲۰۲۱).

شانگ شیائولی و دیگران پیشنهاد کردند که هنر درمانی نقاشی نه تنها می تواند مشکل تعارضات عاطفی دانش آموزان و تعدیل عواطف منفی را کاهش دهد بلکه الهام بخش دانش آموزان برای مقابله با درگیری های درونی با نگرش مثبت و تجربه احساسات خوشایند در فعالیت های گروهی است (شانگ و ژو، ۲۰۰۸). مطالعات نیوژنهای و دیگران نشان داده است که هنر درمانی نقاشی می تواند کیفیت مطالعه و زندگی و افسردگی دانشجویان دختر چاق را بهبود بخشد (نیو، ۲۰۱۱). تحقیق کائوینوها و همکاران نشان داد که هنر درمانی نقاشی تاثیر بسزایی در ارتقای ذهنیت و توسعه سلامت دانشجویان دانشگاه دارد (کائو و نیو، ۲۰۱۱).

بهبود مسائل مربوط به عملکرد اجتماعی مانند روابط بین فردی

لیو از دانشگاه نینگبو در تحقیقات خود دریافت که مداخله در هنر نقاشی برای بهبود روابط بین فردی کودکان عقب مانده و بهبود عملکردهای اجتماعی آنها مساعد است (لیو، ۲۰۰۸). به طور مشابه، دانشجویان در فرآیند تجربیات نقاشی جمعی، مانند بهبود مهارت های بین فردی، بهبود خودکارآمد و فرآیند یادگیری مداوم برای معرفی خود و درک دیگران تغییرات مثبتی دارند. یوانگ جیانگ یانگ و دیگران خاطر نشان کردند که یتیمان دارای ویژگی های خود بیگانگی، اجتناب از خودکاوای که منجر به کاهش ارزش و توقع از خود و نشان دادن خودانکار و تمایل به رفتار اوتیسم هستند (وانگ و لی، ۲۰۱۷). جیانگ هونگتائو و دیگران دریافتند که طراحی و اجرای مشاوره گروهی تلفیقی با هنر درمانی نقاشی برای کودکان بی سرپرست و سایر گروه های خاص دانش آموزان در بهبود وضعیت منفی خودکارآمدی پایین، گفتار ضعیف و حساسیت گروه اثرات آشکاری دارد (جیانگ و همکاران، ۲۰۲۱).

بحث و نتیجه گیری

با توجه به ویژگی های رشدی، یکی از موثرترین راه های کسب اطلاعات در مطالعات انجام شده با کودکان پیش دبستانی، تصویر، بازی و داستان است. با توجه به ادبیات، استفاده از تصاویر کودکان به جای عبارات کلامی در مطالعاتی مانند مصاحبه، تشخیص و پشتیبانی نیز مهم است. تصویر یک تکنیک ایده آل و فراقکنی برای کشف دنیای درونی کودکان است و همچنین ابزاری عالی برای کودکانی است که دایره لغات محدودی برای تعامل با دنیای بیرون دارند زیرا ابزار بیان آسانی است. علاوه بر این، تصاویر کودکان این قدرت را دارند که احساسات حمایت اجتماعی و دلبستگی در خانواده، تغییر در درک آنها از تعلق به خانواده در طول زمان و ارتباطات درون خانواده و توسعه روابط را نشان دهند (کوک، ۲۰۲۱).

نقاشی درمانی مزایای طیف وسیعی از کاربردها را دارد. در عمل ساده است، زمان کوتاهی را می گیرد و علاقه کودکان را به خود جلب می کند. علاوه بر این، شرکت کنندگان خودآگاهی بیشتری دارند، ذهنی بازتر و پذیرای ایده های جدید هستند. تکنولوژی جدید پتانسیل ایجاد هیجان را برای یادگیری دانش آموزان دارد (چی و تان، ۲۰۲۱).

تحقیقات انجام شده نشان داده است که فرآیند خلاقیت می تواند به پردازش خاطرات، رویدادها و احساساتی که مشابه احساسات و فعالیت های کودک هستند کمک کند. شده است که هنر درمانی در کمک به کودکان مبتلا به اضطراب، افسردگی، تروما و غم و اندوه موثر است و همچنین می تواند برای افزایش عزت نفس، مهارت های ارتباطی و حل مسئله و اجتماعی شدن کودک استفاده شود. از طرفی در ادبیات پژوهش لزوم استفاده از روش های نوین هنر درمانی تایید شده است. رویکردهای فعلی فرآیند هنر درمانی برای کودکان پیش دبستانی که در پژوهش ها شرح داده شده است، شامل: خلاقیت را افزایش می دهد، به کودکان اجازه می دهد افکار و احساسات خود را بیان کنند، ادغام جنبه های روانی، فیزیکی و اجتماعی را تشویق می کند، عملکردهای اجرایی را بهبود می بخشد، به کودکان کمک می کند تصمیمات بهتری بگیرند، به کودکان کمک می کند مشکلات خود را حل کنند، مهارت های حرکتی را بهبود می بخشد (زاملیوک، ۲۰۲۱).

همچنین پژوهش صابری و همکاران (۱۴۰۲) نشان داد که نقاشی نوعی وسیله بیان هیجانات و دنیای درونی است و در شناسایی هوش و عواطف کودک نقش ویژه ای دارد. این نتایج بر اهمیت مداخله نقاشی درمانی برای کاهش احساس تنهایی و افزایش سازش یافتگی اجتماعی دانش آموزان تاکید دارد و می توان از آن به عنوان یک روش موثر بهره گرفت. نقاشی درمانی می تواند کنترل هیجانات، مهارت ادراک دیگران و ابراز وجود کودکان پر خاشاک را افزایش دهد. کودکان دارای مشکلات ارتباطی در تعامل با همسالان خود در محیط مدرسه و در هنگام بازی مشکلات میان-فردی زیادی را تجربه می کنند و همین مساله باعث بروز رفتارهای منفی و پر خاشاگری در این کودکان می گردد. نقاشی درمانی به عنوان یک روش مداخله ای مناسب می تواند در افزایش مهارت های ارتباطی کودکان و کاهش پر خاشاگری آن ها موثر واقع شود. هنر درمانی گروهی بر کاهش مشکلات یادگیری دانش آموزان موثر است. این یافته ها با منطق نظری زیربنایی مفهوم هنر درمانی در مورد اختلالات هیجانی و رفتاری همسو می باشد. بر اساس این منطق هنر درمانی و جلسات هنر درمانی که کودکان در هنر ساختن نقاشی مجسمه سازی نوشتن، شعر داستان سازی، رقص نمایشگری شرکت میجویند فرایندهایی را ایجاد میکند که کودک می تواند شروع به ساختن و معنا دادن رویدادها، هیجان ها یا تجربه کردن آن در زندگی اش در حضور درمانگر شود در تبیین این یافته می توان گفت هنر درمانی یکی از شیوه های درمان غیر دارویی می باشد که در این روش از تأثیرات روانی برخی هنرها از جمله نقاشی بر ذهن و روان بیمار استفاده می شود. هدف کلی نقاشی درمانی این است که کودکان طلاق را قادر سازد با استفاده از ابزار هنر در محیطی سالم و امن در خود رشد و تحول ایجاد کند و از طریق یافتن معنا افسردگی خود را کاهش دهند؛ بنابراین در نقاشی درمانی به مراجع فرصت داده می شود تا افکار و احساسات خود را بیان کند و با دیگران ارتباط برقرار نماید. هنر، درها و پنجره ها را به روی روان آدمی می گشاید؛ کودکان طلاق با نقاشی به ناگهان خودشان را به گونه ای متفاوت می شناسند و درک می کنند. موضوع نقاشی در اختیار کودکان طلاق قرار میگیرد و او فرایندی را ایجاد می کند که حاصلش اطلاعات رفتاری فوری است که میتواند به طور استعاره ای نیز توسط درمانگر و یا مراجع به عنوان تعمیمی از پاسخ عاداتی مراجع به موقعیت های زندگی اش مورد توجه قرار بگیرد (دهقان خلیلی، ۱۳۹۸).

نقاشی درمانی در فرآیند بهداشت روانی کودکان طلاق مزایای ذاتی زیادی دارد. مشاوران و روانشناسان تربیتی باید مهارت های لازم جهت پیدا کردن الهامات در نقاشی ها را داشته باشند و به جای پیدا کردن مشکلات و دل زدگی مراجعه کنند از الهامات مثبت استفاده

کنند. همچنین ادبیات پژوهش نشان داد که نقاشی درمانی باعث امید به آینده و انعطاف‌پذیری فرزندان طلاق می‌شود و هدف اصلی آن آموزش روان‌شناختی است. اهمیت عملی کار در این واقعیت نهفته است که دانش آموزان، مربیان، روانشناسان و والدین می‌توانند از آن برای مطالعه عمیق نقاشی درمانی در کار با کودکان طلاق استفاده کنند.

منابع

- دهقان خلیلی، نسرين. (۱۳۹۸). تأثیر نقاشی درمانی در کاهش افسردگی کودکان طلاق. همایش ملی روانشناسی، تعلیم و تربیت و سبک زندگی.
- صابری، آمنه و پرویزی مطلق، راضیه (۱۴۰۲). تأثیر نقاشی درمانی و نقش آن در کنترل و بهبود اختلال‌های رفتاری - هیجانی دانش آموزان دوره ابتدایی، دهمین همایش ملی تازه‌های روانشناسی مثبت، بندرعباس.
- Abdullah, A. (2021). Play Therapy as a Creative Intervention with Children: Practice, Training, and Helpful Factors. *International Journal of Creative Research Thoughts*, 9, 5361-5369.
- Brewer, M. M. (2010). The effects of child gender and child age at the time of parental divorce on the development of adult depression. *Family and Conciliation Court Review*, 35, 269-279.
- Chee, K. M., & Tan, K. H. (2021). QR Codes as a Potential Tool In Teaching And Learning Pronunciation: A Critical Review. *Higher Education and Oriental Studies*, 1(1), 31-44.
- Forzoni, S., Perez, M., Martignetti, A., & Crispino, S. (2010). Art therapy with cancer patients during chemotherapy sessions: an analysis of the patients' perception of helpfulness. *Palliative & Supportive Care*, 8(1), 41-48.
- Gambrel, L. E., Burge, A., & Sude, M. E. (2020). Creativity, Acceptance, and the Pause: A Case Example of Mindfulness and Art in Therapy with an Adolescent. *Journal of Creativity in Mental Health*, 15, 81-89.
- Gong, K. Y. (2022). The Healing and Practical Applications of Expressive Arts Therapy. *Popular Psychology*, 1, 6-9.
- Green, E. J., & Herdzik, K. (2021). Play Therapy Groups with Children of Divorce: A Jungian Approach. In *Implementing Play Therapy with Groups* (pp. 183-195). Routledge.
- Hongtao, J. (2021). Usage of painting art therapy in mental health education of Chinese college students. *Higher Education and Oriental Studies*, 1(2), 10.
- Jiang, H., Zheng, R., & Min, X. (2021). The practice and thinking of integrating painting art therapy into special group psychological counseling teaching under the background of "precision", *Psychology*, 12(16), 203-204.
- Jiang, H., Zheng, R., & Min, X. (2021). The practice and thinking of integrating painting art therapy into special group psychological counseling teaching under the background of "precision", *Psychology*, 12(16), 203-204.
- Karkou, V., & Sanderson, P. (2006). *Arts Therapies: A Research-Based Map of the Field*. Elsevier Health Sciences.
- KÖÇER, G. (2021). EVALUATION OF THE PICTURES OF CHILDREN WITH DIVORCE PARENTS IN TERMS OF ATTACHMENT. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 6(13), 1586-1621.
- Li, Y., & Peng, J. (2022). Evaluation of Expressive Arts Therapy on the Resilience of University Students in Covid-19: A Network Analysis Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, Article 7658.
- Liu, Z. (2008). Mental health and painting art therapy of "left-behind children" in Ningbo. *Journal of Ningbo University*, (1), 135-140.
- Lu, J. (2016). Applications and Perspectives of Painting Therapy in Groups. *Journal of Campus Life & Mental Health*, 14, 46-48.
- Miholic, D., & Martinec, R. (2013). Some Aspects of Using Expressive Arts-Therapies in Education and Rehabilitation. *Specijalna edukacija i rehabilitacija*, 12, 221-240.

- Niu, Z., & Cao, Y. (2011). An experimental study on the improvement of depression among obese female college students by painting therapy. *Chinese School Health*, 32(5), 558-559.
- Sun, Q., Long, X., & Deng, H. S. (2016). Current Status of the Theory and Application of Painting Therapy. *Survey of Education*, 5, 59-60.
- Tang, W. (2008). Experimental research on the effect of painting aesthetic treatment on depression symptoms of college students. [Dissertation]. Southwest University.
- Wang, J., & Abdullah, A. B. (2024). A summary of expressive arts therapy and painting therapy. *Creative Education*, 15(2), 278-288.
- Wang, J., & Li, A. (2017). Performance and intervention of special psychological problems of orphans in Liaoning Province. *Journal of Shenyang Normal University (Social Science Edition)*, 41(3), 125-131.
- Xu, M., Meng, M., & Hou, Y. (2021, May). Theoretical Orientation and Educational Application of Visual Art Therapy. In *2021 2nd International Conference on Computers, Information Processing and Advanced Education* (pp. 1243-1246).
- Zamelyuk, M. (2021). The mastery of art therapy in working with preschool children.
- Zhang, H. Y. (2015). A Preliminary Attempt at Painting Therapy to Promote the Mental Health Development of Secondary School Students. In *The Meeting of the Second Century Star Innovation Education Forum*.