

سفال درمانی

دکتر علی زاده محمدی

ثمین جوادزاده زاهدانی - الهام طوقیان - الهه رحیمیان

عنوان:	مقال درمانی
مشخصات ناشر:	تهران: نشر قطره، ۱۳۹۳
مشخصات ظاهری:	۹۰ ص.: مصور
فروست:	مجله انتشارات - ۱۷۸۸. روان شناسی - تألیف - ۱۹۲
شابک:	۸۱۲-۰-۱۱۹-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی:	فیبای مختصر
یادداشت:	این مدرک در آدرس http://opac.nli.ir قابل دسترسی است.
یادداشت:	پدیدآورندگان: علی زاده محمدی، ثمین جوادزاده زاهدانی، الهام طوقیان، الهه رحیمیان
شناسه‌ی افزوده:	زاده محمدی، علی، ۱۳۳۷ -
شماره‌ی کتابشناسی ملی:	۳۷۶۸۸۴۸

ISBN: 978-600-119-812-0

شابک: ۸۱۲-۰-۱۱۹-۶۰۰-۹۷۸



سفال درمانی

دکتر علی زاده محمدی *

ثمین جوادزاده زاهدانی - الهام طوقیان - الهه رحیمیان

عکاس: آنا پیشماز

طراح جلد: پویا پیرحسینلو

چاپ اول: ۱۳۹۴

چاپ: دیجیتال نقش

تیراژ: ۳۰۰ نسخه

بها: ۶۵۰۰ تومان

* عضو هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی

استفاده از این اثر، به هر شکلی،
بدون اجازه ممنوع است.

خیابان فاطمی، خیابان پنجم، کوچه ی خجسته، پلاک ۱۰

دورنگار: ۸۸ ۹۶ ۸۹ ۹۶

۸۸ ۹۷ ۲۳ ۵۱-۳

صندوق پستی: ۱۴۱۵۵-۵۱۶۵

www.nashreghatreh.com

info@nashreghatreh.com

nashr.ghatreh@yahoo.com

Printed in the Islamic Republic of Iran

فهرست مطالب

۷	 مقدمه
۹	 مخاطبان کتاب
۱۱	 سفالگری
۱۳	 تاریخچه‌ی سفالگری
۱۳	 سفالگری پیش از اسلام
۱۴	 سفالگری بعد از اسلام
۱۵	 سفالگری و درمان
۱۹	 ابزار کار با گِل
۲۰	 روش‌های ساخت اشیای سفالی
۲۰	 روش انگشتی یا فشاری
۲۱	 روش فتیله‌ای
۲۱	 روش ورقه‌ای یا تخت یا مسطح
۲۲	 روش قالبی
۲۳	 روش چرخ‌کاری
۲۳	 روش‌های تزئین روی بدنه‌ی سفال
۲۳	 روش نقش‌کننده
۲۳	 روش نقش افزوده
۲۳	 روش نقش بریده یا مشبک
۲۴	 روش مهری
۲۴	 روش قالبی
۲۴	 روش ترکیبی
۲۵	 تمرین بازی با گِل
۲۷	 تمرین درخت و لانه
۲۹	 تمرین درخت طوفان‌زده
۳۱	 تمرین بیان فرم و رنگ
۳۳	 تمرین آشنایی با صفات مثبت و منفی

۳۵.....	تمرین مجسمه‌ی خانواده.....
۳۷.....	تمرین ترس.....
۳۹.....	تمرین ماسک کلی.....
۴۱.....	تمرین کلاژ خاطرات مثبت.....
۴۳.....	تمرین کلاژ خاطرات منفی.....
۴۵.....	تمرین خاطرات خاکستری.....
۴۷.....	تمرین تابلو آرامش.....
۴۹.....	تمرین تصویر مکان امن.....
۵۱.....	تمرین پیوندهای عاطفی مثبت.....
۵۳.....	تمرین رهایی.....
۵۵.....	تمرین ظرف سفالی.....
۵۷.....	تمرین ساختن کُل.....
۵۹.....	تمرین فصل‌ها.....
۶۱.....	تمرین نماد.....
۶۳.....	تمرین طرح خلاقانه.....
۶۵.....	تمرین آرزو و آینده.....
۶۷.....	تمرین حضور در حال.....
۷۰.....	تمرین مجسمه‌ی خشم.....
۷۲.....	تمرین داستان خشم.....
۷۴.....	تمرین کاهش درد.....
۷۶.....	تمرین حس اعضای بدن.....
۷۸.....	تمرین مواجه شدن با ترس.....
۸۰.....	تمرین پشت پنجره.....
۸۲.....	تمرین یادآوری.....
۸۴.....	تمرین آینه.....
۸۶.....	تمرین جشن تولد.....
۸۸.....	تمرین داستان جنگل.....
۹۰.....	فهرست منابع و مآخذ.....

مقدمه

سفال قدیمی‌ترین ماده‌ای است که با جسم و جان و خلقت بشر درآمیخته است و ارتباط ذاتی با نهاد و طبیعت بشر دارد. قرآن کریم سرشت بشر را از گل می‌داند^۱ و بشر را هم‌چون گیاهی رویشده از زمین توصیف می‌کند.^۲ طبایع و خصایص بشری را به چهار عنصر اولیه یعنی آب، خاک، باد و آتش نسبت می‌دهند که محور آن گل است. آب بر خاک فرو می‌رود و بافت آن را نرم و منعطف و آماده‌ی خلق می‌کند و هوا نیز در آن نفوذ کرده و آن را تغییر و تحول می‌دهد و گرمای آتش مانند نور بر آن می‌تابد و گل را گرم و پخته می‌کند و به همین صورت گل وجود بشری بارور می‌شود. مکان خاک در وجود بشری در مرکز است و مکان آب بر روی آن و مکان هوا بر روی آب و آتش در بالای آن است و در نهایت از امتزاج این عناصر بنیادی، وجود خلق می‌شود. از این‌رو سفالگری ملموس‌ترین روش هنری برای ارتباط با طبیعت و فطرت و درک وجود بشری است.

۱. خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ صَلْصَالٍ كَالْفَخَّارِ. انسان را از گل خشکیده‌ای هم‌چون سفال آفرید. سوره‌ی الرحمن آیه‌ی ۱۴. صُلْصُل یعنی گل خشک. قرآن در سوره‌ی «رحمن» آن را به «فَخَّار» تشبیه می‌کند و فخار یعنی سفال و گل پخته.
۲. وَاللَّهُ أَنْبَتَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ نَبَاتًا؛ خدا شما را از زمین رویاند. سوره‌ی نوح آیه‌ی ۷۱. یعنی همان‌طور که گیاه از مواد زمینی می‌روید، رشد می‌کند شما نیز از همین مواد زمینی رویشید و رشد کردید.

سفالگر گاهی با گل چنان صورت‌گری می‌کند که فریبندگی و زیبایی آن توجه را تسخیر و مجذوب خود می‌کند و دل را می‌رباید و با فریفتن نظر، شریک یار یگانه می‌شود به این دلیل صورت‌گری و مجسمه‌سازی ممنوع شارعان گردید، اما چون اندیشه‌ی سفال‌پرداز به توصیف عالم یگانه معطوف شد، عالی‌ترین تخیلات سازنده‌ی بشری را تجسم کرد و توجه را به وجود متعالی ارتقا بخشید. سفالگری بیش از هر هنری می‌تواند عینیت وجود بشری با طبیعت و عالم یگانه را یکپارچه کند.

اما هنر سفالگری به این دلیل از هزاران سال پیش از تاریخ تاکنون در صنعت و معماری و ارتباط و هنر بشری ماندگار شده که با طبیعت و فطرت بشری عجین بوده است و کار با آن امری فطری و آسان و دلنشین است و تکنیک‌های این هنر هم بسیار ساده و صمیمی است لذا می‌توان به راحتی با آن ارتباط برقرار کرد و از آن برای رهایی از آشفتگی‌ها استفاده کرد و ذهن را وحدت بخشید، با آب و خاک می‌توان فضایی مناسب برای ابراز احساسات و پرورش خلاقیت سنین مختلف ایجاد کرد، روش‌های امروزی برای کار با گل از فن انگشتی و فشاری تا فنون قالبی و چرخ‌کاری و تزئین‌کاری‌های بسیار، راحت و در دسترس است و به همین دلیل در هنردرمانی خلاق مفید است. هنر سفالگری مانند نقاشی و طراحی مفهوم تحولی در مغز دارد و با رشد فکری رشد و تحول پیدا می‌کند از این‌رو تمرین سفالگری می‌تواند فکر و خلاقیت و حواس ذهنی را تقویت کند.

کتاب حاضر از مجموعه کتب هنردرمانی به زبان ساده است که تمرینات آسان و در دسترسی را برای تقویت بعضی از مهارت‌های حسی و حرکتی ارائه می‌کند و این تمرینات هم چون مشتی نمونه‌ی خروار است که توسط همکاران ما تجربه شده و نمونه‌هایی است تا مربیان و هنردرمانگران با اعتماد بیش‌تر به خود تمرینات مشابهی را ابداع و ابتکار و تجربه کنند. در خاتمه از همکاری صمیمانه‌ی کارشناسان گروه هنردرمانی مرکز خدمات روان‌شناسی و مشاوره‌ی رهنمون، تشکر ویژه داریم.