

مداخله

کتاب درمانی

برای خشم، تعارض و پرخاشگری

کودک و نوجوان

تالیف:

محمود برات وند

عنوان و نام پدیدآور	:	مداخله کتاب درمانی برای خشم، تعارض و پرخاشگری کودک و نوجوان / نوشته محمود برات‌وند.
مشخصات نشر	:	تهران، نوین توسعه، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	:	۳۲۵ صفحه.
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۸۷۳۸-۳۸-۱
فهرست نویسی	:	فیبا
موضوع	:	کتاب درمانی، کودک و نوجوان پرخاشگر
رده‌بندی کنگره	:	۱۳۹۶ ب۴۴۴/پ۷۲۳ BF
رده‌بندی دی‌ی	:	۱۵۵/۴۱۸۲۳۲
نماره کتابشناسی ملی	:	۵۰۶۳۸۰۲

نشر نوین

nashrenovin.ir



عنوان:	مداخله کتاب درمانی برای خشم، تعارض و پرخاشگری کودک و نوجوان
مؤلف:	محمود برات‌وند
زمان و نوبت چاپ:	۱۳۹۶، اول
تیراژ:	۱۰۰۰ نسخه
ناشر:	نشر نوین توسعه
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۸۷۳۸-۳۸-۱
قیمت:	۲۸,۰۰۰ تومان

کلیه حقوق کتاب برای مولف محفوظ است.

پیش درآمد

پرخاشگری از جمله رفتارهای به شدت آزاردهنده‌ی کودکان و نوجوانان است که در همه جا از خانه و آموزشگاه تا زمین بازی و خیابان مشاهده می‌شود. تلاش‌هایی برای مواجهه با این دشواری انجام شده است، از آن جمله روش‌های انضباطی مانند رویکرد عدم تحمل مطلق و بهبود اجتماعی یا رویکرد تندرستی می‌باشد. درحالی‌که این روش‌ها برای بسیاری از موارد موثرند و پرخاشگری را کاهش می‌دهند، برای پاره‌ای از کودکان تأثیری ندارند. در واقع بخاطر تفاوت‌های فردی، همچنین سبب، مزاج، شرایط خانوادگی و دشواری‌های رشدی و دیگر عامل‌ها، با وجود این اقدام‌ها برخی کودکان همچنان پرخاشگر می‌مانند. بیشینه‌ی برنامه‌های آموزشی در کلاس درس و یا آموزشگاه‌ها بر نوع پیش‌گیری نخستین بوده که گروه هدف آنها جمعیت دانش-آموزی بهنجار می‌باشد. اما کودکان در معرض خطر ابتلای به پرخاشگری نیاز به برنامه‌های دومین دارند تا نیازهای درمانی آنها در راستای رفتار پرخاشگرانه، برآورده شود.

در برخی موارد، بی‌توجهی به این نیازها در جامعه و آموزشگاه تا زمانی که به شکل یک واقعه‌ی رسانه‌ای و مورد توجه افکار عمومی در آید، ادامه می‌یابد. هر چند در مقایسه با برخی کشورها، استفاده از اسلحه در آموزشگاه‌های کشور نادر است، اما در بسیاری موارد، رسانه‌ای نمی‌شوند. قتل آموزگار بدست شاگرد در شهرستان بروجرد در سال ۱۳۹۳ از جمله اندک موردی‌هایی بوده که به رسانه‌ها راه یافت (مدنی، ۱۳۹۳). موردی‌هایی که دید آموزگار، تخریب خودرو و شکل‌های خفیف‌تر پرخاشگری هرگز رسانه‌ای نمی‌شوند. چند فراوانی آنها کم نیست. تناقض در آن است که هر چه این برنامه‌های پیشگیری بیشتر گسترش می‌یابد، عرصه بر آنان تنگ‌تر می‌شود. چرا که با آگاهی از اصول و مقررات و موانع آموزشگاهی، هر نوع بی-اعتنایی و یا نقض مقررات، منجر به طرد از گروه همسالان و هم‌کلاسی‌ها شده که این وضع در جای خود باعث خشم و پرخاشگری بیشتر از سوی افراد پرخاشگر می‌شود. نتیجه‌ی این موقعیت، بی‌پناهی پرخاشگران، سردرگمی آموزگاران در چگونگی مواجهه با مشکل، و هراس سایر هم‌کلاسی‌ها و همسالان است. روش رایج در این زمینه بیشتر بر مجازات و کاربرد زور

متکی است، به طوری که گاه پای پلیس نیز به آموزشگاه باز می شود و ناگفته پیداست که نتیجه چه خواهد بود: یک دور باطل منجر به ترک تحصیل و درگیری در بزهکاری و رفتارهای مشابه.

البته مجازات کسی که دیگران را آزار و اذیت کند منطقی به نظر می رسد، و پشتیبانی از کسانی که ضعیف هستند همواره هدفی والا می باشد. اما، نتیجه‌ی این رفتار تنبیهی چه خواهد بود؟ و آیا این تنبیه و کاربرد زور به کاهش پرخاشگری منجر خواهد شد؟ در این کتاب از این دیدگاه پشتیبانی می شود که مجازات تنها به پرخاشگری بیشتر منجر می شود. برای شکستن چرخه‌ی پرخاشگری باید به آنها کمک کرد. در این شرایط، پرخاشگری باید یک نشانه و نه عامل رفتار تلقی شود. آنچه باید انجام شود، حفظ و یا برگرداندن آنها به چرخه‌ی اجتماع، بجای راندن و کنار گذاشتن آنها و نیز برآوردن نیازهای آنان است.

لحظه‌ای را تصور کنید که در عین رانندگی در یک جاده‌ی لغزنده، منحرف و به یک طرف کشیده شده‌اید، تمایل طبیعی شما به اصلاح مسیر جدید است، ولی کار درست، برگشتن به مسیر اصلی می باشد. در مورد برخورد با جوان پرخاشگر نیز همین مثال درست است، باید با مهار تمایل و خواست درونی برای حرکت خلاف آنها حرکت کنیم و از طرد این گروه خودداری کرد. کار درست در این شرایط تربیت و درمان است نه تکیه‌ی صرف بر مجازات و طرد.

تلاش‌های معطوف به درمان پرخاشگری مبتنی بر بازسازی شناختی بوده‌اند، چرا که بیشتر کودکان پرخاشگر، دچار تحریف در پردازش اطلاعات اجتماعی هستند. آنها از رفتارهای اطرافیان تعبیر دشمنانه دارند و بدون توجه به اینکه راه‌حل‌های دیگری نیز وجود دارد، به صورت پرخاشگرانه واکنش نشان می دهند. با وجود آشکار بودن کاستی در پردازش اجتماعی، تمرکز بر این مشکل به تنهایی کافی نیست، چرا که عامل‌های هیجانی نیز نقش مهمی در پرخاشگری آنها دارند. کودکان پرخاشگر، سرخورده، ناراضی، خشمگین و تنها هستند. این‌ها احساس می کنند باید به دفاع از خود در برابر اهانت، ارباب و حمله بپردازند. به علاوه، آنها تصور می کنند قربانی پرخاشگری دیگران بوده‌اند و رفتارشان نوعی واکنش دفاعی منطقی است و حتی هنگامی که می پذیرند رفتارشان آزارنده و ضدا اجتماعی بوده نیز حاضر نیستند آن را به راحتی کنار بگذارند چرا که این شرایط به آنها قدرت می دهد تا از هستی خود دفاع کنند.

تغییر رفتار پرخاشگرانه کار آسانی نیست، چرا که مستلزم ایجاد خودآگاهی و بدون ترساندن کودک است. چنین کودکی باید درگیر فرایند توانمندسازی شده و انگیزه‌ی تغییر در او افزایش یابد و البته باید جایگزینی برای پرخاشگری به او ارائه شود. همه‌ی این‌ها مستلزم وجود یک محیط مراقبتی، قدردانی، احترام و پشتیبانی است. اینها شرایط لازم برای هر درمان موافقی هستند. اما برای درمان پرخاشگری کافی نیستند. علاوه بر اینها، نیاز به کاربرد روش‌هایی برای جلب توجه کودک، افزایش انگیزه‌ی تغییر و نیز همکاری او با درمانگر در این فرایند و البته کاستن از حالت دفاعی در این زمینه هست.

در این جا، کتاب‌درمانی به عنوان یکی از افزونه‌های یک نظریه‌ی درمانی یک‌پارچه پیشنهاد می‌شود. بازگویی قصه‌هایی که مضمون پرخاشگرانه دارند، نوعی درمان غیرمستقیم برای این مشکل تلقی می‌شود که حالت دفاعی آنها را کمینه می‌سازد. این شرایط به کودکان امکان می‌دهد به ترک خودپردازند، بدون اینکه به‌صورت مستقیم بر خود تمرکز نمایند. این کودکان می‌توانند با تطبیق دادنندسازی با شخصیت‌های داستان، چرایی و پیامدهای پرخاشگری را بدانند بدون اینکه احساس شرم، گناه یا ترس کنند. در فرایند بحث پیرامون رفتارهای جایگزین پرخاشگر، برای شخصیت داستان، آنها از جایگزین‌های خود برای پرخاشگری آگاه می‌شوند. همه‌ی اینها بستگی به نوعی غیرمستقیم انجام می‌شود تا کودکان از فشار برای ایجاد تغییر رفتار آگاه نشوند. علاوه بر این، با توجه داشت که کاهش فشار بیرونی برای ایجاد تغییر رفتار کودک و نوجوان پرخاشگر یک نکته‌ی کلیدی است، و این به ماهیت مقابله‌ای مشکل آنها بر می‌گردد.

کتاب‌درمانی، شامل استفاده از ادبیات در گسترده‌ترین مفهوم از جمله گوش دادن به شعر و داستان و تماشای فیلم و تصاویر با هدف درمان می‌باشد. این کار یک فرایند شاد، لذت‌بخش و فعال است. به این ترتیب و در یک محیط ایمن، کودکان می‌توانند با احساس و رفتار خود ارتباط برقرار کنند و آماده‌ی قبول مسئولیت در زندگی خود شوند.

نظریه‌ی یک‌پارچه‌ی مورد نظر، به درمان گام به گام پرخاشگری می‌پردازد. نخست از اصول انسان‌گرایانه برای ایجاد شرایط لازم جهت تغییر استفاده می‌شود: در این روند پیوندی بین درمانگر و کودک (درمان تکی) یا درمانگر و کودکان (گروه درمانی) ایجاد می‌شود که شرایطی ایمن بلحاظ اجتماعی و هیجانی بوجود می‌آورد تا در سایه‌ی آن خودافشایی افزایش یابد. در گام بعد، از طریق داستان، شعر، فیلم و تصویر، اصول روان‌پویایی بکار بسته می‌شوند تا آگاهی

آنان از رفتار ناخودآگاه‌آنان افزایش یابد. سرانجام از اصول شناختی-رفتاری برای گسترش فرایندهایی استفاده می‌شود که در آنها کودکان به سود و زیان رفتار پرخاشگرانه پی برده و نسبت به تغییر رفتار متعهد می‌شوند.

این روش، در پارمای از مراکز درمان، آموزشگاه‌ها و حتی خانه‌ها استفاده می‌شود، هر چند ممکن است فاقد انسجام و پیوستگی لازم برای اثربخشی آن باشد. این روش برای انواع پرخاشگری‌های ارتباطی، واکنشی و فعال و نیز برای موردهای پرخاشگری جنسی، عادی و حیوان‌آری قابلیت استفاده دارد. این روش می‌تواند مورد استفاده‌ی آموزگاران، مشاوران مدرسه، روانشناسان، مددکاران اجتماعی و دست‌اندرکاران بهداشت روان قرار گیرد. والدینی که در مزاجه‌ی پرخاشگری کودکان خود درمانده شده‌اند نیز می‌توانند این روش را بکار برده و از آن نتیجه بگیرند.

فهرست

۵	پیش درآمد.....
۱۱	فهرست.....
۱۵	فصل (۱) پر خاشگری.....
۱۵	مقدمه.....
۱۷	انواع پر خاشگری.....
۴۳	فصل (۲) مداخله‌ای به نام کتاب‌درمانی.....
۴۳	مقدمه.....
۴۵	کتاب‌درمانی شناختی.....
۴۶	پژوهش‌های مرتبط با کتاب‌درمانی.....
۴۹	بی‌توجهی به کتاب‌درمانی شناختی.....
۵۰	کتاب‌درمانی عاطفی.....
۵۱	فواید کتاب‌درمانی عاطفی.....
۵۴	نیاز به درمانگر.....
۵۷	سطوح فراقکنی و تنوع مطالب کتاب‌درمانی.....
۶۴	خلاصه.....
۶۷	فصل (۳) کاربرد کتاب‌درمانی برای پر خاشگری.....
۶۷	منطق کاربرد کتاب‌درمانی برای کودکان پر خاشگر.....
۷۱	مبنای نظری.....
۷۸	پژوهش‌های پشتیبان فرایند تغییر.....
۷۹	مهارت‌های درمانگر.....
۸۲	محتوای مداخله.....
۹۲	پژوهش‌های پشتیبان برنامه.....
۹۶	خلاصه.....
۹۹	فصل (۴) کتاب‌درمانی عاطفی.....
۹۹	مقدمه.....
۱۰۵	موضوعاتی برای بحث.....

۱۰۶	خشم و چگونگی مدیریت آن
۱۱۴	سازگاری ادبیات با فرایند تغییر
۱۲۱	ملاحظه‌های رشدی
۱۲۲	جلسه‌ی کتاب‌درمانی: فرایند و قالب
۱۳۰	خلاصه
۱۳۳	فصل ۵) سازماندهی گروهی کودکان پرخاشگر
۱۳۳	مقدمه
۱۳۶	امتیازات و کیفیت گروهی
۱۳۸	بررسی نمونه: کودکان دبستانی
۱۴۷	مطالعه موردی نوجوانان
۱۶۹	خلاصه
۱۷۱	فصل ۶) درمان تکی
۱۷۱	مقدمه
۱۷۲	درمان یک پسر بچه
۱۸۲	درمان دختری جوان
۱۸۷	درمان پسر نوجوان
۱۹۲	درمان یک دختر نوجوان
۱۹۷	مقایسه فرایندهای درمان دختران و پسران
۱۹۸	خلاصه
۲۰۱	فصل ۷) دوگانه درمانی (درمان زوجی)
۲۰۱	مقدمه
۲۰۲	درمان دو دوست صمیمی
۲۰۸	درمان دو همکلاسی رقیب
۲۱۷	درمان نوجوان پیشاهنگ در کنار برادر و دوست
۲۲۴	خلاصه
۲۲۵	فصل ۸) کار با والدین
۲۲۵	مقدمه
۲۲۶	کار با مادران
۲۲۹	کتاب‌درمانی با مادران

۲۳۱	مادر در نقش درمانگر کودک
۲۳۴	پژوهش‌های پشتیبان درمان مادران
۲۳۷	آموزش معلمان کودکان پرخاشگر
۲۴۱	آموزش معلمان
۲۴۲	آموزگاران در نقش کاربران مداخله
۲۴۵	خلاصه
۲۴۷	فصل ۹) کتاب‌درمانی: پیشگیری در کلاس
۲۴۷	مقدمه
۲۴۸	اجرای برنامه‌ی پیشگیری در کلاس درس
۲۶۶	خلاصه
۲۶۷	فصل ۱۰) خلاصه و نتیجه‌گیری
۲۶۷	مقدمه
۲۶۷	توصیف پرخاشگری
۲۷۲	منطق کاربرد کتاب‌درمانی
۲۷۶	اجرای کتاب‌درمانی
۲۷۷	دوگانه درمانی
۲۷۷	درمان مراقبان
۲۷۹	شواهد تجربی مداخله‌ی کتاب‌درمانی
۲۸۱	نتیجه‌گیری
۲۸۳	منابع
۲۸۳	فارسی
۲۸۴	لاتین
۳۰۵	واژه‌نامه
۳۰۹	ضمیمه: داستان‌ها و شعرهای ترجمه شده