

# تأثیر هنر درمانی در درمان خانواده های کتک خورده

مولفین:

دکتر حمید یوسفی

دکترای روانپزشک، پژوهشگر مرکز تحقیقات سلامت زنان فردا

پریسا شفیعی

کارشناس ارشد مشاوره، پژوهشگر مرکز تحقیقات سلامت زنان فردا

## مقدمه

طبق تعریف انجمن روانشناسی آمریکا خشونت خانگی به همه بد رفتاری های جسمی، روانی و جنسی یا پر خاشگری و نزاع در خانواده اطلاق می شود به گونه ای که یکی از اعضای خانواده با توسل به این شیوه ها سعی در تحمیل نظرات یا کنترل دیگری دارد (۱۹۹۶). در سراسر دنیا یک زن از هر سه زن در طول عمر خود کتک خورده، مجبور به برقراری رابطه جنسی شده یا به هر صورتی مورد بد رفتاری قرار گرفته است (سیلورمن، ۲۰۰۱). شیوع کتک خوردن زنان در طول عمر توسط همسر با توجه به مطالعه موارد مراجعه کننده به اورژانس ها بین ۱۱ تا ۵۴ درصد گزارش شده است (دیرواٹر و همکاران، ۱۹۹۸). در آمریکا نیز سالانه چهار میلیون زن در یک دوره دوازده ماهه یک تجربه جدی بد رفتاری را از سوی همسر یا شریک خود گزارش می کنند (هنیس، ۱۹۹۹). بنا به یک تحقیق در جامعه ایرانی اکثر قربانیان خشونت خانگی (۶۱٪) مورد آزار و اذیت فیزیکی همسر خود قرار گرفته بودند (فروزان، ۱۳۸۲؛ به نقل از ضیایی و نوری، ۱۳۸۴). آمار مراجعات پزشکی ناشی از عوارض خشونت خانگی حکایت از آن دارد که در ایالات متحده آمریکا سالانه تقریباً صد هزار روز بستری، سی هزار ویزیت در اورژانس و چهل هزار مراجعه به پزشک رخ می دهد (یاکوبز، به نقل از جونز، ۱۹۹۴). مداخلات درمانی برای خانواده های قربانیان خشونت عبارتند از: آموزش بهداشت روانی، رواندرمانی گروهی و انفرادی، خانواده درمانی، آموزش تن آرامی و مراقبه و هنر درمانی. با توجه به عنوان مقاله حاضر، به هنر درمانی به عنوان یک راهبرد مداخله ای در درمان خانواده های کتک خورده پرداخته می شود.

هنر درمانی که گاهی اوقات به درمان از طریق هنر های خلاق اطلاق می شود، افراد را تشویق می کند تا احساسات خود را از طریق بیان و فعالیت های هنری و خلاقانه ابراز و ادراک کنند. بنا به تعریف انجمن هنر درمانی آمریکا (۱۹۷۷) هنر درمانی از انسانگرایی، خلاقیت، ابراز و حل تعارضهای هیجانی، تشویق برای خود آگاهی و رشد شخصی سود می جوید. هنر در مانی در پی رسیدن به اهدافی چون؛ خود شناسی، پرورش توانایی ها و استعداد های فردی، آرامش بخشی و کاهش استرس و حتی توان بخشی و رفع علائم جسمانی مانند درد است. در هنر درمانی، معنا و کیفیت رفتارها شفاف تر می شود و این امر با استفاده از کنایه ها و تمثیل های تصویری رخ می دهد (رایلی، ۱۹۹۴). یک مثلث روابط در هنر درمانی وجود دارد که شامل درمانگر، مراجع و فعالیت هنری است (هوگان، ۱۹۹۷). هنر درمانی بر این پایه قرار دارد که فرآیند خلاق هنر آفرینی شفا بخش و زندگی بخش است. هنر در مانی بر ترسیم، نقاشی و خلق تصاویر متمرکز است.

## اهداف

خانم استفانی هادون (۱۹۸۹) در اجرای برنامه هنر درمانی در یک پناهگاه زنان کتک خورده اهداف ذیل را برای کمک به این آنان در نظر گرفت: ۱. آگاهی از شرایط زندگی خود در طول مدت بحران، ۲. غلبه بر اثرات ناشی از قربانی شدن، ۳. آموزش درباره خشونت خانگی، ۴. تلاش برای دستیابی به منابع شخصی و اجتماعی در جهت حمایت شدن و درمان. در این برنامه، فعالیت هنری به زنان قربانی خشونت امکان داد تا احساسات دردناکی را که تا آن زمان پنهان کرده بودند، ابراز نمایند. هنر در این طرح، نقش پالایش گر و تخلیه روانی را در زنان ایفا می کرد و به

آنان اجازه می داد تا خشم خود را به روشی که خطری را متوجه خود و دیگران نکند، تخلیه کنند. به این ترتیب، هنر درمانی توانست با کمک کردن به زنان در شناخت احساسات خود، ابراز آنها و غلبه بر خشم به بازسازی زندگی آنها یاری رساند. هنر درمانی باعث می شود: ۱. خانواده استحکام خود را مجدداً کسب کند، ۲. مهارت‌های مادرانه تقویت شود، ۳. توانایی‌های اعضای خانواده در جهت تعامل با یکدیگر افزایش یابد، ۴. خشم افراد تخلیه شود، ۵. اعضای کتک خورده در مقابله با واقعیت تجارب خود توانا شوند، ۶. اعضای خانواده امکانات و منابع موجود جهت بازسازی زندگی خود را شناسایی نمایند. هنر درمانی به صورت گروهی نیز زمینه‌ای را برای حمایت و درک متقابل میان قربانیان خشونت خانگی فراهم می‌سازد (ودسون، ۲۰۰۰).

## روش

هر هنر درمان‌گری که با خانواده‌های مبتلا به خشونت خانگی سر و کار دارد، می‌داند که اولین مسئله در برخورد با این خانواده‌ها عدم تمایل آنان برای ابراز ضعف، نقص خود و بی‌اعتمادی به دیگران است (رایلی، ۱۹۹۴). مک لاگان (۱۹۸۵) معتقد است که هنر درمانی نقش یک تور را برای انگاره‌ها (تصاویر) مراجع بازی می‌کند. این انگاره‌ها برای خود شخص و افراد گروه دارای معناست اما ممکن است الزاماً جنبه زیبا شناختی و هنری چندانی نداشته باشد و باعث شعف و لذت نگردد. حتی این امکان وجود دارد که این تصاویر عجیب و غریب، پرخاشگرانه، انتزاعی و یا روان پریشانه به نظر آیند.

فرآیند هنر درمانی در ابتدا بر خانواده‌های کتک خورده و سپس بر زنان کتک خورده متمرکز می‌شود. این شیوه درمانی شامل سه مرحله است: اولین مرحله متوجه بحران بوده و به حمایت از اعضای خانواده اغلب در یک پناهگاه یا خانه‌ی امن می‌پردازد. دومین مرحله از طریق کار بر روی تصحیح نگرشها، باورها و نقشهای جنسیتی در رابطه اولیه و در جامعه، به بهبود افراد کمک می‌کند. دستیابی خانواده به ارزشهای اصیل خود و انطباق با زندگی جدید، سومین مرحله از فرآیند هنر درمانی را تشکیل می‌دهد. در صورت علاقمندی و همکاری زنان کتک خورده می‌تواند یک مرحله‌ی تکمیلی هنر درمانی را به شکل فردی و گروهی برای آنان اجرا نمود (رایلی، ۱۹۹۴). در هر خشونت خانگی یک حلقه معیوب و تکرار شونده وجود دارد. بدان معنا که ارتباط نامناسب بین افراد خانواده منجر به خشونت می‌شود و این خشونت شرایط نامناسب ارتباطی را تشدید می‌کند. در نتیجه زمینه‌ای را برای خشونت بیشتر فراهم می‌سازد. هنر درمانی در این خانواده‌ها تلاش دارد تا با کمک کردن به افراد در شناخت الگوهای رفتاری، احساسات شخصی و روش صحیح تخلیه احساسات این حلقه معیوب را بشکند (ودسون، ۱۹۸۹).

## نتایج

هنر درمانی قربانیان را قادر می‌سازد تا در مرحله اول درمان در مواجهه با واقعیت خشونت به تسکین و آرامش دست یابند. در مرحله دوم یا بهبودی، آگاهی از رابطه خود و عامل خشونت، ارتقای مهارت‌های اجتماعی و تعریف مجدد نقش‌های جنسیتی و امنیت شخصی کسب می‌شود. در مرحله پایانی، بازگشت به جامعه، از سرگیری روابط و انطباق با شرایط جدید زندگی همچون خانه و شغل جدید به وقوع می‌پیوندد (رایلی، ۱۹۹۴).

تحقیقات نشان می‌دهد که دریافت کمک توسط زنان کتک خورده باعث کاهش دفعات خشونت خانگی در آینده می‌شود. مراجعه به پلیس، جستجو برای حفاظت از خود، شکایت و پیگیری قانونی به تنهایی یا اقامت در پناهگاه منجر به کاهش درخواست کمک در آینده برای موارد خشونت خانگی شده است (کنون، ۱۹۸۹).

## بحث

قربانیان خانواده‌های کتک خورده به دلیل ترس و عدم اعتماد به نفس از بیان تجارب دردناک خود امتناع می‌ورزند. هنر درمانی با ایجاد تعامل گروهی، زمینه‌ای برای حمایت و درک این افراد فراهم می‌سازد و به آنها کمک می‌کند تا بتوانند افکار، احساسات و انگاره‌های خود را با خلق تصاویر و ترسیم نقاشی با دیگران سهیم سازند و در گام نهایی از قربانی شدن به سمت قدرتمند شدن حرکت نمایند. بنابراین، هنر درمانی در درمان و بازسازی مجدد خانواده‌های کتک خورده تاثیر بسزایی دارد.

نویسندگان خارجی که از مطالب آنها در تهیه این پوستر استفاده شده است:

American Art Therapy Association (1977)  
American Psychological Association (1996)  
Cannon (1989)  
Dearwater et al (1998)  
Henis (1999)  
Hogan (1997)  
Jacobs, cited in Jones (1994)  
Maclagan (1985)  
Riley (1994)  
Silverman (2001)  
Wadeson (1989)  
Wadeson (2000)