

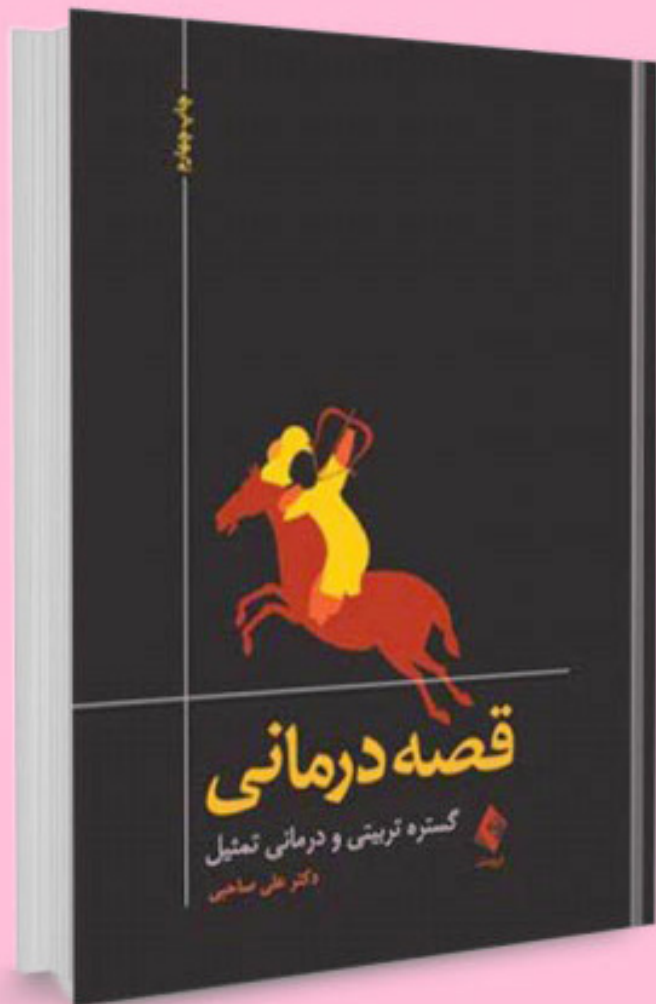
دکتر صاحبی عضو هیأت علمی انستیتو «واقعیت درمانی گلاسر» در استرالیا است. او در کتاب «قصه درمانی» به این موضوع می‌پردازد که مهم‌ترین نقشی که قصه یا اسطوره در درمان ایفا می‌کند همگانی و جهانی جلوه‌دادن مشکلاتی است که مخاطب با آن‌ها دست و پنجه نرم می‌کند.

وقتی مخاطب با داستانی مواجه می‌شود که قهرمان داستان مشکلی مشابه خودش را دارد احساس می‌کند تنها نبوده و مشکلش منحصر به فرد و غیرقابل حل نیست. این همان پدیده ای است که در گروه درمانی بخوبی شناخته شده و یکی از مزیت‌های این روش درمانی محسوب می‌شود؛ چرا که همگانی دیدن مشکل و به اشتراک گذاشتن تجارب فردی همواره به عنوان یکی از عوامل درمانی بسیار مؤثر گزارش شده است. در این کتاب عنوان شده است که قصه و تمثیل چهار قلمرو از وجود انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد:

- قلمرو شناختی
- قلمرو عاطفی
- قلمرو بین فردی
- قلمرو شخصی

به‌طور کلی قصه‌ها و تمثیل‌ها احتمالات چندگانه ای را مطرح می‌سازند تا هر فرد با توجه به شرایط خود به قصه‌ها معنا داده و با آن‌ها رابطه برقرار کند. قصه‌ها ابزار منحصر به فرد و ویژه ای برای استفاده در دوران درمان هستند. چرا که بیشتر مردم در هر سن و سالی و با هر جنسیتی با آن‌ها ارتباطی خوب برقرار می‌کنند. دکتر صاحبی در این کتاب به نقل از امانوئل کانت می‌نویسد: برای اذهان غیر منطقی استدلال‌ها شبیه ماهی‌اند و هرچه منطقی باشند باز هم ممکن است از چنگ ذهن ضعیف بگریزند. مگر این‌که به کمک تصویر ذهنی و تمثیل در ذهن جایگزین شوند. ما به استعاره و تمثیل نیاز داریم تا چیزی را که قابل دیدن یا لمس کردن نیست خوب درک کنیم. در غیر این صورت آن را فراموش می‌کنیم.

در قلمروهای چهارگانه‌ای که قصه و تمثیل انسان را



**آشنایی با کتاب «قصه درمانی» -
گستره تربیتی و درمانی تمثیل»**

شهامت حل مسأله

مهدی کرمانیان

کارشناس مبارزه با بیماری‌های
دانشگاه علوم پزشکی یزد





چه تغییر شناختی و رفتاری ایجاد کند. به عنوان مثال: شهادت دست زدن به آزمایشی مخاطره آمیز

قلمرو تمثیل

۱. لزوم بررسی و مطالعه دقیق مسایل، قبل از هر اقدام
۲. سودمندی به کارگیری تفکر تحلیلی و واگرا
۳. جسارت، اعتماد به نفس و خودکارآمدی

زمینه سازی

- این قصه و تمثیل قصد دارد ذهنیت شنونده را برای چه چیزی آماده کند؟
۱. آماده باشیم که هرگاه لازم بود تصمیم قاطع بگیریم
 ۲. پیاموزیم که موفقیت در زندگی و شغل به عواملی کلیدی مثل هوش، توجه، خطرپذیری، اقدام جسارت آمیز و نوآوری بستگی دارد.

اثر مورد انتظار

انتظار داریم این تمثیل در شنونده چه تغییر شناختی- رفتاری ایجاد کند؟

تحت تأثیر قرار می دهد مهارت های هفت گانه زندگی قابل ردیابی مجدد می شوند.

قصه و تمثیل در تعلیم و تربیت، بازرگانی و تجارت ارتباطات، سخنرانی ها، بهداشت و مراقبت های پزشکی، روابط بین فردی، هنر، رشد و شکوفایی شخصی، روان درمانی و نیز برای لذت و سرگرمی مورد استفاده قرار می گیرد. تمثیل در تشویق و ترغیب، تغییر ایده ها و نگرش ها، باورها و دیدگاه ها و اصلاح رفتار کاربردهای مؤثری دارد.

هرچند استفاده از تمثیل و قصه نقش اساسی و بارزی در به چالش کشیدن ذهن های جستجوگر دارد اما در عین حال دکتر صاحبی باور دارد که نمی توان برای همه افراد از این شیوه استفاده کرد. در این خصوص کتاب مشخص می کند که برخی از افراد ممکن است این روش را نوعی طفره رفتن از نقش درمانگری بدانند یا مایل نباشند قصه ای را که از نظر ما بسیار جذاب است با علاقه دنبال کنند. همچنین با وجود این که قصه درمانی یک روش مناسب در خیلی از موارد است در عین حال درمانگر نمی تواند از آن همانند نسخه پزشکی استفاده کند. ضمن اینکه نباید انتظار داشته باشیم با بیان یک یا چند قصه، فرد مراجعه کننده به ما، کامل درمان شود. دکتر صاحبی به این نکته اشاره دارد که در آوردن داستان های کتاب، چالش انگیز بودن قصه برایش مهم بوده و تنها به فایده های درمانی قصه، روایت یا تمثیل نظر داشته است. قصه هایی که در این کتاب آمده است ترکیبی است از منابع فارسی، افسانه های چینی، تمثیل های هندی و غربی.

تمثیل ها در این کتاب به گونه خاصی ارایه شده اند. بدین ترتیب که در ابتدا عنوان یا نام تمثیل آمده است. سپس ویژگی های درمانی تمثیل به طور مجزا توصیف شده است. یعنی ابتدا قلمرو تمثیل شرح داده شده سپس توضیح داده می شود که این قصه برای چه هدف و مقصود خاصی زمینه سازی می کند و قصد دارد ذهنیت شنونده را برای چه هدف خاصی آماده کند. در بخش آخر اثری که انتظار می رود در شنونده ایجاد کند پیش بینی و ذکر شده است. به بیان دیگر انتظار داریم این تمثیل در شنونده

شما قادرید آن را باز کنید؟
 بعضی از درباریان که خود را در مقابل عظمت آن ناچیز می‌دیدند سر خود را به علامت منفی تکان دادند و بعضی دیگر که عاقل تر محسوب می‌شدند از نزدیک نگاهی به در انداخته و اعتراف کردند که نمی‌توانند آن را باز کنند. بدین ترتیب مردان خردمند و مجرب از گشودن در اظهار عجز کردند و سایر درباریان نیز در کمال اطمینان گفتند که اصولاً این مشکل حل نشدنی است. فقط یکی از منشی‌های دربار به طرف در پیش رفت و از نزدیک آن را بازدید و لمس کرده و با حالت‌های مختلف سعی کرد آن را باز کند.

سرانجام حلقه بزرگ در را گرفت و به جای این‌که آن را فشار دهد در را به راحتی جلو کشید و آن را باز کرد! چون در فقط بسته بود؛ ولی فقل نبود. یعنی باز کردن در چیزی جز اراده و تمایل به یافتن راه حل و جرأت انجام عملی متهورانه لازم نداشت. پادشاه گفت: «به تو افتخار می‌کنم که از استعداد و قدرت خویش استفاده می‌کنی و خود را به خطر آزمایش می‌اندازی.»

۱. بیاموزیم تا از هوش و دقت خود به موقع استفاده کنیم تا خوب بفهمیم که واقعیت پیرامونمان چیست و در حال حاضر در اطراف ما چه می‌گذرد؟
۲. یاد بگیریم که بدون در دست داشتن مدرک و شاهد و بدون بررسی از پیش قضاوت و اقدام نکنیم.
۳. جسارت و شجاعت آن را داشته باشیم که با ذهنیت خود تصمیم گرفته و عمل کنیم.
۴. قدرت خود را در عمل به کار بگیریم.
۵. از اشتباه نترسیم.

پادشاهی درباریان خود را برای انجام کار مهمی آزمایش می‌کرد. تعدادی از رجال متفکر و مقتدر به حضور او فراخوانده شدند. پادشاه گفت: ما مشکلی داریم و می‌خواهیم ببینیم که کدامیک از شما مردان صاحب‌نظر می‌توانید آن را حل کنید. سپس دولتمردان را به طرف در بزرگی که تا کنون کسی شبیه آن را ندیده بود راهنمایی کرد و گفت: این عظیم‌ترین و سنگین‌ترین دری است که در سرزمین من وجود دارد. کدام یک از

