

یادش بخیر دوران کودکی مان و خواندن این شعر برای عروسک‌های مان؛ گویی جدی جدی، مامان و بابا بودیم و عروسک‌ها، کودکان مان! چقدر قشنگ بود و هست دنیای کودکی! حال بیایید ببینیم بازی با عروسک، چه نقشی می‌تواند در بهداشت روانی کودک مان داشته باشد تا شخصیت‌اش به بهترین نحو شکل بگیرد؟

عروسک درمانی

نقش عروسک‌درمانی در بهداشت روانی کودک:
کودک می‌تواند در بازی عروسکی، انگیزه‌اش را متعادل نماید و انرژی‌های اضافی روانی خود را تخلیه کند؛ به عبارتی بهتر، کودک در بازی عروسکی، انرژی روانی و جسمی خود را بارور ساخته و شکل مناسبی به آن می‌دهد.



تو رختخواب مخمل آبی خوابیده
قشنگ‌تر از عروسکم، هیچ‌کس ندیده
وقتی که شب شد، اون وقت لالاکن

عروسک قشنگ من، قرمز پوشیده
یه روز مامان رفته بازار، اونو خریده
عروسک من، چشمتو بازکن

از دیدگاه بهداشت روان، «عروسک‌درمانی» شیوه‌ی دلپذیر مداوا در قلمرو روان‌درمانی‌ست. عروسک، واسطه‌ای پذیرفته‌شده از سوی بزرگسالان و کودکان در جهت ارتباط و تبادل احساس، عاطفه و اندیشه بین این دو نسل می‌باشد که در برخی از کشورها به جایگاه این ابزار تربیتی، اهمیت خاصی داده شده است. می‌توان از این طریق، به کودک آموزش داد تا اوقات فراغت خود را به‌صورت مطلوبی پرکند و نکات منفی و ناسالم عاطفی، احساسی، رفتاری و شناختی او را بهبود بخشید. در حیطه‌ی روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی کودک، متخصص بالینی قادر است با استفاده از عروسک‌ها، به اطلاعات مفید بالینی جهت تشخیص مسائل روانی کودک دست‌یابد و پس از تشخیص بالینی، درمان‌گر طرح مناسبی را به‌منظور درمان از طریق بازی، تهیه و در جلسات درمانی، اجرا نماید.

نقش عروسک‌بازی، در رشد و تکامل کلامی کودک:

کودک در ارتباط با عروسک، دوست‌دارد موقعیت خود را بیان نموده و دنیای اطراف خود را تعریف کند. تعریف او از دنیا، تصویرهایی‌ست که از پدر، مادر، برادر و خواهر، خانه و کوچه‌های اطراف خانه‌ی خود دارد. اگر پدر و مادر، در برخورد با او بی‌میلی کنند و یا برعکس، رفتار مناسبی داشته باشند، کودک این رفتارها را برای عروسک‌اش بازگو می‌نماید و همین تعریف‌کردن، اساس آرامش و تخلیه‌ی روانی کودک شده و در نهایت، موجب تجلی و بروز برخی از بیانات و گفته‌های ناب و ارزشمند در ذهن کودک می‌شود؛ بنابراین رفتار کودک با عروسک، در پیشرفت و تکامل کلامی او مؤثر می‌افتد؛ به‌شرط آن‌که ما رفتار و گفتار کودک را به‌هنگام گفت‌وگو با عروسک، جدی بگیریم. یکی از نیازهای اساسی که موجب گرایش کودک به عروسک می‌شود، میل به داشتن هم‌صحبت است. عروسک برای کودک، یک شخص محسوب می‌گردد و با او رابطه‌ی اجتماعی برقرار می‌کند؛ ضمن این‌که کودک با توجه به این‌که مسؤول عروسک شناخته می‌شود، در مسیر رشد مسؤولیت‌پذیری و خلاقیت اجتماعی قرار می‌گیرد.

برخی کارکردهای روانی عروسک‌بازی و عروسک‌درمانی:

بازی‌های عروسکی، به‌عنوان یکی از مؤثرترین انواع بازی‌درمانی‌ها مطرح گشته و اهمیت خاصی دارد. برخی از کارکردهایی که در بازی‌های عروسکی وجود دارد و نقش مستقیمی در بهداشت روانی کودک ایفا می‌کند، عبارتند از:

- حس سرپرستی و مسؤولیت مراقبت از عروسک
- ایجاد ارتباط احساسی و عاطفی با عروسک
- فعالیت‌های روانی-عقلی و باروری ذهنی کودک در ارتباط با عروسک
- خوشحال شدن و لذت‌بخش شدن اوقات فراغت کودک
- همانندنمودن عروسک با خوشتن
- افزایش اعتمادبه‌نفس کودک به‌علت سرپرستی و مراقبت از عروسک
- رشد عواطف و گرایش‌های عاطفی کودک
- افزایش قدرت تصمیم‌گیری و هدایت فکری
- ...

توصیه‌هایی به والدین در مورد عروسک‌بازی کودکان:

- هنگام بازی کودک با عروسک، جهت‌دهی و تصمیم بزرگسالانه نداشته باشید، بلکه عروسک را همان‌گونه ببینید که کودکان می‌بینند و احساس می‌کنند؛ یعنی همانند کودک، آن‌را حس کرده و در نظر بگیرید.
- از آن‌جا که کودکان با عروسک‌های‌شان راحت صحبت می‌کنند، سعی کنید از آنان نخواهید که به‌صورت کلیشه‌ای و بسته با عروسک‌ها حرف بزنند، بلکه تشویق‌شان کنید تا آن‌گونه که دوست‌دارند، با عروسک‌ها صحبت کنند.
- از دیدگاه بعضی خانواده‌ها، عروسک به‌عنوان یک دوست برای کودک می‌باشد، نه وسیله‌ای در جهت سرگرمی او. به‌همین دلیل، کودک کارکردی تحت‌عنوان راز و نیاز عروسک را برای خود مطرح می‌نماید و از آن به‌خوبی استفاده می‌کند. در سایه‌ی این نگرش، خانواده بهتر می‌تواند احساس تنهایی و خلأ روانی کودک را جبران کند. در چنین ارتباطی، کودک برای عروسک دلتنگی می‌کند، نگران‌اش می‌شود و سعی در مراقبت بیش‌تر و دقیق‌تر از او دارد.
- عروسک می‌تواند واسطه‌ی تربیتی ما با کودک یا کودک با محیط پیرامون‌اش باشد و در این نقش، می‌تواند پیام تربیتی را از ما گرفته و به کودک منتقل نماید؛ علاوه‌بر این‌که احساس عاطفی و فکری کودک را به‌طور متقابل نیز به ما انتقال می‌دهد.
- ما می‌توانیم از طریق ثبت و یادداشت نوع ارتباط کودک با عروسک‌هایش در هنگام بازی، با دنیای او بیش‌تر آشنا شویم و در برنامه‌ریزی و هدایت تربیتی او مفاهیم و اصول و اهداف واقعی‌تری را انتخاب نماییم.
- عروسک‌درمانی و اجرای نمایش عروسکی و آشناسازی کودک با عروسک، هم به‌منظور پرکردن اوقات فراغت و هم به‌بینه‌سازی شرایط روانی-زیستی او از نظر بهداشت روانی، ارزش فراوانی دارد.
- «بازی‌درمانی» روشی‌ست روان‌پزشکی و روان‌شناسی که از طریق آن، کودک هیجان سرکوب‌شده‌ی خود را برون‌فکنی کرده و برخی از مشکلات روانی‌اش درمان می‌گردد.

مریم یوسفی

کارشناس روان‌شناسی عمومی