

افسانه‌های ایرانی و تأثیر روان‌درمانی آن بر کودکان^۱ (مطالعه موردی: چهل افسانه مشهور ایرانی)

مریم السادات میرحیدری^۲

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۰۱/۲۱

تاریخ پذیرش نهایی مقاله: ۱۳۹۶/۰۴/۱۴

چکیده

کودکان از دیرباز از مخاطبان اصلی افسانه‌ها و قصه‌های عامیانه بوده‌اند. افسانه‌ها با پاسخگویی غیرمستقیم به نیازها و پرسشهای کودکان و بارورساختن قوه تخیل آنها الگوی تربیتی مهمی در امر آموزش و درمان محسوب میشوند. این پژوهش بر آن است تا ضمن اشاره به برخی کارکردها و تأثیرات افسانه‌های ایرانی، تأثیر روان‌درمانی آن را بر کودکان بررسی نماید. به همین منظور چهل افسانه ایرانی که دارای بیشترین بن‌مایه‌ها و کارکردهای آموزشی، تربیتی و روان‌درمانی هستند انتخاب شدند. با اتخاذ شیوه توصیفی - تحلیلی، جنبه‌های روانشناختی و روان‌درمانی موجود در این افسانه‌ها براساس مؤلفه‌هایی همچون اضطراب‌درمانی، فکرآفرینی و توانایی حل مسئله، پرخاشگری، اعتماد به نفس، پرورش عواطف و احساسات، تخیل، تصمیم‌گیری، غلبه بر ترس، سازگاری با شرایط، روابط خانوادگی و اخلاق محوری مورد بررسی و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان میدهند که افسانه‌ها، ابزار مناسبی در درمان مشکلات و اختلالات روحی و روانی کودکان هستند؛ اگرچه گهگاه برخی کارکردهای منفی نیز در افسانه‌ها دیده میشود. اما بطور کلی افسانه‌ها و قصه‌های عامیانه ایرانی در فرایند روان‌درمانی جایگاه ویژه‌ی در شکلگیری شخصیت کودکان، پرورش اندیشه، کسب تجارب جدید در مواجهه با مشکلات، تخلیه هیجانی و تعادل روانی آنها دارند.

کلیدواژگان: افسانه؛ افسانه‌های ایرانی؛ ادبیات کودک؛ قصه‌درمانی؛ کودکان؛ قصه‌های عامیانه

۱. این مقاله در چهاردهمین همایش سراسری انجمن علم اطلاعات و دانش‌شناسی با موضوع «کتاب درمانی» بصورت شفاهی در آبان‌ماه ۱۳۹۲ ارائه شده است.

۲. کارشناس ارشد علم اطلاعات و دانش‌شناسی و پژوهشگر بنیاد ایرانشناسی؛ m.s.mirheidari@gmail.com

مقدمه

افسانه‌های ایرانی، سرچشمه‌ی کهن از میراث فرهنگی و ادبی غنی هستند که گذشته‌ی تاریخی مملو از شگفتیها و زیباییهای خیال‌انگیز را برای آیندگان بازگو میکنند. افسانه‌ها قادرند تا گوشه‌های دلنشینی از آیینها، باورها و اعتقادات را در بستر مناسبات اجتماعی و ارزشهای اخلاقی و رفتاری به کودکان انتقال دهند. بی‌شک قصه‌ها و افسانه‌های کهن در زمره میراث شفاهی معتبر و کارآمدی قرار میگیرند که نقشها و کارکردهای بسیاری در نظم‌دهی رفتار، هنجارسازی روابط اجتماعی، آموزش سنتها، عقاید و باورهای پذیرفته شده معمول و تداوم‌بخشی به فرهنگ و ارزشهای دینی و اخلاقی به نسلهای آینده را خواهند داشت.

کودکان به وقایع گذشته علاقمندند. داستانهای به جامانده از گذشته، چه سینه به سینه نقل شده یا مکتوب بر جای مانده باشند، در آموزش کودکان بسیار موثرند. افسانه‌ها، باعث تقویت قوه تخیل کودک و تحریک خیال‌پروری او میشوند. بعلاوه، عامل مؤثری در تربیت اجتماعی کودک است. کودک، نیازمند چنان تربیت اخلاقی است که با ظرافت و بطور غیرمستقیم، مزایای رفتار درست و اخلاقی را به او نشان میدهد. این چیزی است که کودک آن را از راه شنیدن یا خواندن مکرر افسانه‌ها و قصه‌ها درمییابد (هاشمی جنت‌آبادی، ۱۳۸۶: ۱۷۲). افسانه‌ها، تجربه‌های مشترک و گاه متفاوت همه اقوام در همه زمانها را با خود به همراه دارند.

تأثیر روان‌درمانی افسانه‌ها یکی از قابلیت‌های اصلی آن از گذشته‌های دور است که امروزه با نظریه‌های علمی روانکاوان و روانشناسان درآمیخته است و از آن با عنوان «قصه‌درمانی»^۱ یاد میشود.

نظریه پردازان حوزه روانشناسی کودک اختلافاتی در نگرش به این وجه روان‌درمان‌گرایانه دارند. هرچند همه آنها حاصل گفتن افسانه را برای کودکان، مفید و مطلوب ارزیابی میکنند. سرزمین ایران، از دیرباز با تاریخی غنی و مرزهایی گسترده، دارای ادبیاتی پر بار بوده است. خاستگاه ادبیات بطور عام و ادبیات کودکان بشکل خاص را باید در فرهنگ مردم جستجو کرد و افسانه‌ها نیز بمنزله شاخه‌ی از ادبیات شفاهی جزئی از فرهنگ مردم ایران بشمار میروند. گذشته گهربار و غنی ادبی و فرهنگی ایران زمین گویای کاربردهای متنوع قصه درمانی و افسانه درمانی است؛ چنانکه در بیمارستان جندی شاپور اهواز، پرستاران جهت مداوای مشکلات خواب،

تسکین ناراحتیهای عصبی و مهار اضطراب بیماران برایشان قصه میگفتند. در قصه‌های هزار و یک شب، شهرزاد بعنوان زنی هوشیار و سخندان و مهربان با قدرت بیانی شیوا و با نیروی خرد و تدبیر، شهریار را خونریز و خودسر و دشمن خو را با بیان افسانه‌ها و قصه‌هایی درخور حال وی، به راه انسانیت بازمیگرداند، که این امر خود بهره‌مندی از جنبه‌های درمانی افسانه‌ها و قصه‌ها در قرون میانه را نشان میدهد. همچنین در ترجمه *تقویم الصحه* اثر ابن بطلان (۴۵۸ ه.ق) نیز به تأثیر افسانه‌گویی در ایجاد آرامش و داشتن اوقاتی خوش و خوابی راحت اشاره شده است:

سبب خواب آوردن سمر و افسانه آن است که چون گوش آن را بشنود به خیال رساند و خیال به فکر رساند و فکر به تعجب مشغول شود و از گوش تقاضای سخنی دیگر نکند و بیاساید سمع از حدیث رسانیدن به خیال و همچنین دیگر حواسها و فکر همچنان به تعجب مشغول بود، زیرا بیشترین خوابی که بینند آن است که به بیداری دیده باشند یا شنیده و از این سبب گفته‌اند جز سمرهای نیکو نباید گفتن تا خواب دراز شود و در میانه خواب نترشد و هضم تباہ نشود و ...» (ابن بطلان، ۱۳۶۶: ۱۴۲-۱۴۳).

استفاده از قصه و افسانه بمنظور رفع مشکلات روانشناختی کودکان در طی سالهای اخیر بسیار مورد توجه قرار گرفته است.

داستانها و افسانه‌های کهن ایرانی نیز سرشار از نکته‌ها و الگوهای مناسب در درمان بیماریها و مشکلات روانشناختی کودکان است که اغلب این مورد در رفع موانع و مشکلات روحی و روانی کودکان کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند.

این پژوهش از آن روی اهمیت دارد که بجای بررسی سیر تحول و ریختشناسی قصه‌ها و افسانه‌های ایرانی بصورت کلی، تأکید اساسی را بر بررسی جنبه‌های روان‌درمان‌گرایانه افسانه‌های ایرانی و عناصر و الگوهای اصلی دخیل در آنها در تأثیر بر ذهن و روان مخاطب بویژه کودکان قرار داده است. در این نوشتار به آن دسته از قصه‌ها و افسانه‌هایی پرداخته شده که بن‌مایه‌ها و کارکردهای آموزشی و تربیتی و روان‌درمانی را در خود جای داده‌اند، تا با بررسی و شناسایی چستی و ویژگیهای موجود در افسانه‌های ایرانی، نحوهٔ پاسخگویی این افسانه‌ها را به برخی نیازهای معنوی و روانی کودکان مورد مطالعه قرار دهد. بدیهی است که بررسی و پژوهش در افسانه‌ها، پلی ارتباطی میان دنیای تخیل کودک، انتقال تجارب زندگی و فرهنگ و تمدن و آداب و رسوم ایرانی به وی خواهد بود.

آنچه در پی می‌آید ضمن اشاره به پیشینه و جایگاه افسانه در ایران، مروری بر ویژگیهای عمومی

و خاص افسانه‌های ایرانی، کارکردها و ارزشمندیهای افسانه‌ها و نقش آنها در رشد روانی کودک و تأثیرات روان‌درمانگرایی افسانه‌ها بر کودکان دارد و به طرح ضرورتها و مزایای آن می‌پردازد. همچنین برای تجزیه و تحلیل داستانها و سنجش میزان توانمندیهای آنها در کاهش مشکلات روانی کودکان، مؤلفه‌هایی در نظر گرفته شده است.

این مؤلفه‌ها شامل: اضطراب درمانی، فکرآفرینی و توانایی حل مسئله، پرخاشگری و تسلط بر خود، رشد اعتماد بنفس، پرورش عواطف و احساسات، پرورش تخیل، تصمیمگیری، غلبه بر ترس، سازگاری با شرایط، روابط خانوادگی و اخلاق‌محوری است که در چهل افسانه ایرانی، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته است.

پیشینه تحقیق

در رابطه با افسانه‌درمانی، بخصوص تأثیرات درمانی افسانه‌های ایرانی بر رفتارهای روانشناختی کودکان، پژوهشهای اندکی انجام گرفته است. بیشتر منابع موجود، بیشتر به ساختارها، بن‌مایه‌ها و دیگر مسائل مربوط به افسانه‌ها پرداخته‌اند. برخی از آنها که بیشترین نزدیکی را به موضوع پژوهش حاضر داشته‌اند شامل پژوهشهای ذیل می‌باشند: حسینی (۱۳۷۰) با بررسی نظریه ولادیمیر پوپ مبنی بر وجود ساختمان واحدی برای تمامی افسانه‌ها به این نتیجه دست یافت که نظریه منع واحد در تمام قصه‌های پریان در واقع ریشه در نیاز کودکان دارد و این نیازها در سراسر جهان تقریباً یکسانند و کودکان در جریان رشد تدریجی خود به افسانه‌ها نیاز دارند. سجادیپور (۱۳۷۹) نیز در پژوهش خود با اشاره به برخی از مؤلفه‌های موجود در افسانه‌های ایرانی از قبیل تقدیرگرایی، قهرمان‌پروری و مواجهه و مخاطرات و مشکلات به تحلیل و بسط آنها در برخی از افسانه‌های ایرانی پرداخته است. جهازی (۱۳۸۷) در مقاله‌یی به جنبه‌های نمایشی افسانه‌های شفاهی کودکان پرداخته و با ارائه خصوصیت‌های متناسب با دوره‌های مختلف رشد کودکان، شیوه‌های تبدیل این افسانه‌ها را به اثر نمایشی معرفی مینماید.

اما در مورد قصه‌درمانی و اهمیت آن در تغییر نگرش، پرورش فکر سالم، رشد شخصیت، حل مشکلات کودکان و تأثیرات درمانی و روانشناختی آنها، روانشناسان و کتابداران منابع متعددی منتشر کرده‌اند؛ چنانکه پربرخ (۱۳۸۲) با تحلیل محتوای ۴۶۰ کتاب داستان مناسب کودکان در گروه سنی ۷ تا ۱۰ ساله، چهار منظر پرخاشگری، اعتماد بنفس، ترس و آندوه به این نتیجه رسیده است که در بیشتر موارد داستانهای مناسب کودکان با هدف کاهش یا درمان مشکلات روانشناختی

نوشته نشده‌اند و بیشتر جنبه‌های رشد و شکوفایی استعدادها و آموزش و سرگرمی مدنظر بوده است. شیبانی، یوسفی‌لویه و دلاور (۱۳۸۵) نیز در پژوهش خود به بررسی تأثیر قصه‌درمانی در کاهش علائم افسردگی در کودکان افسرده پرداخته و به این نتیجه دست یافته‌اند که افسردگی تمامی آزمودنیها در پایان برنامه‌ درمانی کاهش یافته است. یوسفی‌لویه، متین (۱۳۸۷) در مقاله‌یی به بررسی ارزشهای قصه و کاربرد آن در فرایندهای آموزشی و درمانی مشکلات روانشناختی کودکان پرداخته و به برخی از مهمترین فنون مورد استفاده در کاهش مشکلات روانشناختی کودکان اشاره کرده‌اند. پریخ و ناصری (۱۳۹۰) در پژوهش دیگری به بررسی میزان تأثیر برنامه‌های کتاب‌درمانی در کاهش پرخاشگری کودکان به تأثیر ده داستان مورد تأیید در کنترل و کاهش رفتار پرخاشگرانه در کودکان آزمودنی پرداخته و این نتیجه دست یافتند که به جز یک مورد، سایر رفتارهای پرخاشگرانه که در پیش‌آزمون شناسایی شده بود تا حدی کاهش پیدا کرده‌اند. صنعت‌نگار، حسن‌آبادی و اصغری‌نکاح (۱۳۹۱) نیز در پژوهشی به اثربخشی قصه‌درمانی گروهی بر کاهش ناامیدی و تنهایی کودکان بی‌سرپرست مقطع ابتدایی مقیم در مرکز شبه خانواده مشهد پرداختند.

بیان مسئله

از مهمترین کارکردهای قابل توجه افسانه‌ها، کارکرد آموزشی و تربیتی آن است که در پیوندی تنگاتنگ با احساس لذت در خواننده است. افسانه‌ها گونه‌های متنوع و فراوانی دارند و هر کدام با تمام یا بخشی از جامعه در ارتباطند.

وقتی مخاطب و شنونده افسانه‌ها توانست از طریق لذت بردن و سرگرم شدن با قصه و افسانه خود ارتباط برقرار کند، بطور ناخودآگاه با مضمونهای موجود در آن تماس مییابد و سعی میکند این مضمونها را برای لذت بیشتر، جذب و درونی نماید و در نتیجه اصول اخلاقی و تربیتی آنها هم به او منتقل میشوند.

امروزه روانشناسان و مربیان تعلیم و تربیت به این نتیجه رسیده‌اند که انسانها توان پذیرش بیشتری در فراگیری مسایلی را دارند که بطور غیرمستقیم به آنها آموزش داده میشود. این امر به شیوه‌یی مطلوب در افسانه‌ها تجلی یافته است.

کسانی که قصه‌ها را نقل میکنند، بیشتر آن را از بزرگان خود آموخته‌اند و حال بدون اینکه منظور از پیش‌تعیین شده‌یی داشته باشند، تجربه‌های کنونی خود را از زندگی وارد افسانه‌ها میکنند و

مخاطبان هم که عمدتاً کودکان هستند بشکل غیرمستقیم این تجربه‌ها را در خود درونی میکنند. باید توجه داشت که «جوهر تربیتی قصه‌ها» در سه چیز نهفته است: یکی، محدوده اسطوره‌یی آنها، دیگری، یکی شدن اخلاق و زیبایی برای نشان دادن تفوق خوب بر بد و همچنین فلسفه دیالکتیک تضادها (میراکلیس، ۱۳۶۳: ۲۲۱). در واقع هر سه جوهر بنوعی به خصلت اخلاقی انسان مربوط میشوند و بازگوکننده این واقعیت هستند. «یکی از وجوه اشتراک تمام این داستانها، برتری انکارناپذیر اصول اخلاقی است» (محجوب، ۱۳۸۳: ۱۱۸).

یکی از نکات قابل توجه درباره افسانه‌ها و کارکردهای آن، به وجه «ادبیاتی بودن» این مجموعه‌ها مربوط میشود. از مهمترین نشانه‌هایی که میتوان قصه‌ها را در زمره چنین آثاری طبقه‌بندی کرد، داشتن دست‌کم دو وجه ارتباط بسیار نزدیک با تخیل و نیز احساسهای عمیق بشری است. بیشتر افسانه‌ها بخاطر تماس با درونیت‌ترین اعتقادات انسان که در نهاد هر فردی از ابتدای حیات بودیعت نهاده شده و در میان همه مردم جهان در تمامی زمانها صورتی تقریباً ثابت داشته است و اینکه هنر اصیل هم هنری محسوب میشود که بتواند با همه اینای بشر ارتباط برقرار کند و آنها را به هم پیوندند، از لحاظ وجه هنری بسیار مطلوب و دارای شخصیت جهانی است (سمندری، ۱۳۸۷: ۲۵). بتلهایم^۱ معتقد است: افسونی که ما با شنیدن یا خواندن قصه احساس میکنیم و به آن واکنش نشان میدهیم، از ارزشهای روانشناسانه آن حاصل نمیشود. هر چند آن ارزشها را نیز در بردارد. بلکه از کیفیتهای ادبی قصه بمثابة یک اثر هنری ناشی میشود. اگر قصه در درجه اول اثر هنری نبود، نمیتوانست روی کودک تأثیر روانی داشته باشد.

قصه‌ها بینظیرند، نه فقط بعنوان یک نوع ادبی، بلکه بمثابة آثار هنری که هر مخاطبی حتی کودک میتواند آنها را کاملاً درک کند (بتلهایم، ۱۳۸۴: ۲۷).

یکی دیگر از کارکردهای افسانه‌ها، پاسخگویی آنها به نیازهای مردم در روزگاران مختلف است. «نیاز، عبارت است از نیرویی که از ذهن و ادراک آدمی سرچشمه میگیرد و اندیشه و عمل او را چنان تنظیم میکند که فرد به انجام رفتار میپردازد تا وضع نامطلوبی را در جهتی مطلوب تغییر دهد و حالت نارضایتی را به رضایت و ارضای نیاز تبدیل کند» (رحیمی نیک، ۱۳۷۴: ۱۰).

از دیگر کارکردهای افسانه، انتقال حافظه قومی به کودکان است؛ چنانکه حافظه قومی را از راهی غیرمستقیم به کودکان آموزش میدهد.

کودکان، همانطور که امروزه از آموزش مستقیم بیزار هستند، بطور قطع در گذشته نیز چنین بوده‌اند. افسانه‌ها، همچون ابزاری مادی و معنوی در خدمت انسانها قرار گرفته‌اند تا میراث فرهنگی خود را از راه حافظه قومی منتقل نمایند. اما خصلت ابزاری افسانه‌ها در این حد نمی‌ماند و شامل کارکرد درمانی نیز میشود.

قصه‌درمانی، روشی غیرمستقیم در انتقال پیامهای مهم و یادگیری رفتار سازگارانه در یک زمینه اجتماعی است. قصه و افسانه، ابزار آموزشی و اخلاقی است که با آن میتوان مهارتهای مختلفی مانند مهارتهای اجتماعی، حل مسئله و مهارت خودآگاهی را به کودکان یاد داد. آنچه مشخص است اینکه داستانها و افسانه‌های کودکان در بیشتر موارد با هدف کاهش یا درمان مشکلات روانشناختی گردآوری نشده‌اند و بنظر میرسد رشد و شکوفایی استعدادها، آرامبخشی و لذت‌بخشی، آموزش و سرگرمی بیشتر در آنها مورد توجه قرار گرفته است.

در روانشناسی عقیده بر این است که بنای شخصیت انسان تا هفت سالگی شکل میگیرد. در دوران رشد روانی، قصه‌ها و داستانهایی که برای کودکان گفته میشود بصورت غیرقابل توصیفی میتواند در شکلگیری شخصیت محکم و آگاه نقش داشته باشند. در روند رشد روانی- شخصیتی کودک با بیان قصه‌های مناسب میتوان بسیاری از نکات مثبت و سازنده را در درون وی نهادینه ساخت تا در روند زندگی، فردی پایدار، سالم و موفق باشد. از سویی دیگر با توجه به حالات روانی کودکان میتوان قصه‌هایی را انتخاب نمود که با کمک درمانگر یا قصه‌گو بعضی از حالات بازدارنده روانی را در آنها کاهش داده یا از بین ببرد؛ مثلاً برای کودکی که دچار حالت ترس و اضطراب است، میتوان قصه‌هایی را بیان کرد که نه تنها ترس و اضطراب را در وی از بین میبرد، بلکه در او شهامت و شجاعت را پایه‌ریزی میکند. درمانگر یا قصه‌گو میتواند از طریق انتخاب قصه‌های مناسب موانع ذهنی کودک را از بین برده و بسیاری از هراسهای روانی و محدودیتهای ذهنی وی را مرتفع سازد.

مهاجری در بخشی از مقدمه کتاب خود با اشاره به عملکرد مثبت افسانه‌ها مینویسد: ارزش دادن به خیر، نیکی، زیبایی و تربیت اخلاقی کودک و بیان مقابله و تضاد بین خوب و بد، زشت و زیبا و نیرومند و ضعیف از نقاط مثبت افسانه‌هاست. در افسانه‌ها همیشه خوبی و زیبایی بر بدی و زشتی چیره میشود و بدین ترتیب، قانون تضادها در تحول طبیعت و تاریخ به کودک معرفی میشود (مهاجری، ۱۳۸۲ (الف): ۶).

پیام‌های افسانه نیز بیشتر در ارتباط با همین شخصیت‌های خوب و بد شکل میگیرد. از آنجایی

که بن‌مایه اصلی افسانه‌های ایرانی مصاف خیر با شر است که سرانجام خیر بر شر پیروز می‌شود، مخاطب درمی‌یابد که این پیروزی تنها با استقلال، شجاعت، جوانمردی، بیداری و غلبه بر دودلیها بدست می‌آید. جوان در این راه پر پیچ و خم، در آزمون نفس، در تنگناهای وسوسه‌های مهم برای رسیدن به کمال، باید از تلاطمات درونیش گذر کند (حاج نصرالله، ۱۳۸۳: ۷۰).

افسانه‌ها و قصه‌ها از نظر روانشناسی دارای اهمیت فراوانی هستند. آنها با وجود پشتوانه‌های اسطوره‌یی- افسانه‌یی از هر سه بخش دستگاه روان، یعنی نهاد، خود و فراخود سخن می‌گویند و راه هماهنگ کردن آنها را نشان می‌دهند. قصه‌های عامیانه و افسانه‌ها با زبان اشاره و نماد سخن می‌گویند که نماینده محتویات ناخودآگاه است. این نمادها همزمان به ذهن خودآگاه و ناخودآگاه انسان، یعنی هر سه جنبه نامبرده روان‌خطور می‌کنند. به همین دلیل می‌توان با تحلیل نمادشناسی و نشانه‌شناسی افسانه‌ها و با نگرشی روانکاوانه آنها را مورد تحلیل قرار داد (حسینی، ۱۳۹۴: ۸).

امروزه از افسانه‌ها و قصه‌ها با توجه به دسته خاصی از مشکلات مشخص افراد تحت درمان، بهره‌های بسیاری برده می‌شود. افسانه‌درمانی و قصه‌درمانی کمک می‌کند تا فرد بتواند با ضمیر باطنی خود و منابع درونی آن ارتباط ایجاد کرده و از نیروهای مثبتش برای حل مشکلات زندگی خود کمک بگیرد. روان‌شناسان بسیاری در بخش افسانه‌درمانی و قصه‌درمانی مشغول تحقیق هستند و به نتایج جالبی دست یافته‌اند که برای دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت و بخش روان‌درمانی حائز اهمیت است. روان‌درمانگران در روان‌درمانی کودکان در مقایسه با بزرگسالان همواره با مشکلاتی روبرو هستند که کار درمانگری را با دشواری مواجه می‌سازد. محدودیت‌های شناختی و زبانی کودکان از یکسو و انگیزش پایین کودکان برای مشارکت در جلسات و فعالیت‌های روان‌درمانی از سوی دیگر باعث شد تا از قصه‌درمانی بعنوان یکی از روش‌های عالی در مشاوره و روان‌درمانی کودکان استفاده شود؛ چرا که کودکان نمیتوانند به سادگی افکار و احساساتشان را شناسایی و ابراز کنند، به همین دلیل قصه‌گویی از بهترین شیوه‌های موجود در مشاوره با کودکان محسوب می‌شود.

روش تحقیق

این پژوهش، بصورت تحلیلی و کتابخانه‌یی و با شیوه جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها انجام گرفته است. پژوهش حاضر برآن است تا با بررسی و شناسایی چستی و ویژگی‌های موجود در افسانه‌های ایرانی، نحوه پاسخگویی این افسانه‌ها را به برخی نیازهای روانی و معنوی کودکان ایران مطالعه

نماید؛ از جمله: *قصه‌های ایرانی (انجوی شیرازی)*، *افسانه‌های کهن ایرانی (فضل‌الله مهدتی)* و *مجموعه افسانه‌های ایرانی (زهره مهاجری (ب))*.

در این نوشتار چهل افسانه ایرانی از منابع کهن قصه‌ها و افسانه‌های ایرانی انتخاب و مورد بررسی قرار گرفته است. ابتدا الگوهای رفتاری مناسب در این افسانه‌ها بر اساس متون روانشناسی و مشورت با متخصصان و با توجه به روشهایی که برای کاهش یا رفع هر مشکل توسط متخصصان روانشناس یا ادبیات کودکان مورد استفاده قرار میگیرند، شناسایی شده و مؤلفه‌های هر یک از مشکلات روانی کودکان استخراج گردیده و سپس با توجه به جنبه‌های روانشناختی و روان‌درمانی موجود در قصه‌ها، به تحلیل آنها پرداخته شده است. افسانه‌های بررسی شده عبارتند از: کدو قلقله‌زن؛ شنگول و منگول؛ ماه پیشونی؛ پهلوان پنبه؛ پیرمرد و خارکن؛ پیه‌سوز طلا؛ خاله سوسکه؛ سنگ صبور؛ هفت برادر و خواهر مهربان؛ خاله گردن دراز؛ نمکک؛ نخودی؛ سعد و سعید؛ نمکی؛ گل خندان؛ کچل و شیطان؛ مرغ طوفان؛ مهرناز؛ پیله‌ور؛ افسانه آه؛ درخت سیب و دیو؛ شیرشکر؛ بز؛ مکر و حيله زن؛ دیوانگان؛ لجهاز؛ پرنده آبی؛ غوزه؛ چل گیس؛ قباسنگی؛ کچل مم سیاه؛ نارنج و ترنج؛ حسن چوپان؛ بی‌بی حور و بی‌بی نور؛ گوهرشاه و مرغ قهقهه؛ هفت نیلوفر؛ راه و بی‌راه؛ پرنده طلایی؛ پسر تاجر عمو نوروز.

بیان این نکته لازم است که مقصود ما از افسانه‌ها، تنها صورت شفاهی آنها را شامل میشود و منابع مکتوب و ثبت‌شده قصه و آثار بازنویسی، بازآفرینی موجود از قصه‌ها که در گستره تاریخ ادبیات بشکل کتاب یا اشکال مادی دیگر هستند و از دگرگونی و حرکت بازمانده‌اند را در بر نمیگیرند. ادبیات شفاهی و پدیده‌های فولکلوریک عرصه زمانی مشخصی ندارند و بصورت یک سیستم زنده و پویا، مدام در حال حرکت و دگرگونیند و بصورت سینه به سینه انتقال مییابند. البته توجه به این نکته هم ضروری است که وقتی بخواهیم به بررسی نمونه‌ی این قصه‌های عامیانه بطور مستقل پردازیم، ناگزیریم به منابع مکتوبی که بصورت گردآوری توسط پژوهشگران امروزی در اختیار ما هست، استناد کنیم و از آنها بهره‌برداری نماییم. در تهیه این منابع سعی شده از منابعی استفاده شود که کمترین دخل و تصرف در اصل افسانه‌ی که از سوی افسانه‌سرایان نقل میشود صورت گیرد.

بحث و بررسی

برای تجزیه و تحلیل داستانها و سنجش میزان توانمندیهای آنها در کاهش مشکلات روانی کودکان،

مؤلفه‌هایی در نظر گرفته شده است. این مؤلفه‌ها شامل اضطراب‌درمانی، فکر آفرینی و توانایی حل مسئله، پرخاشگری و تسلط بر خود، رشد اعتماد بنفس، پرورش عواطف و احساسات، پرورش تخیل، تصمیمگیری، غلبه بر ترس، سازگاری با شرایط، روابط خانوادگی و اخلاق محوری است که در تک‌تک داستانها بررسی شده و افسانه‌های دارای این مؤلفه‌ها در جدولی ارائه گردیده‌اند. **اضطراب‌درمانی:** گاهی ترسها و وقایع اضطراب‌آوری که برای بزرگسالان بصورت ساده‌یی رفع شده‌اند برای کودکان وحشت‌آور و ترسناک است؛ چرا که کودکان در مواجهه با مسائل و رویدادهای دشوار زندگی از قدرت دفاعی محدودی برخوردارند. برای تمامی کودکان طبیعی است که اضطرابهای خاصی را در مراحل از زندگی تجربه کنند (مانند: ترس از تاریکی، توفان، حیوانات، هیولاها، گم شدن، تصادف، دوری از والدین و). اما برخی از کودکان از سایرین مضطربترند و نیاز به اعتماددهی و درمان دارند. اضطراب زمانی در کودک تبدیل به مشکل میشود که شروع به متأثر کردن زندگی روزانه و عملکرد وی میکند.

یکی از منافع عمده و اصلی قصه‌درمانی، رفع اضطراب است. هنگامی که کودک کشف میکند کودکان دیگری نیز در احساسها و تجارب وی شریک هستند، احساس آرامش میکند. دانستن این موضوع از احساس تنهایی و انزوای کودک میکاهد و احساس امنیت و خوشبختی را در وی تقویت میکند (بتلهایم، ۱۳۸۴: ۱۵۴).

بکمک شخصیت‌های موجود در افسانه‌ها، کودکان اضطراب را بمعنای واقعی آن تجربه میکنند و این بهترین شیوه برای تصور وحشت از تنهایی و ترس در کودک است؛ مثلاً در داستان شنگول و منگول آیا باید از گرگ ترسید؟ بدینگونه است که کودک درمییابد باید اضطراب و دلواپسی را از خود دور ساخته و به تفکر منطقی روی آورد. در داستان نمکک، شاید تصور اسیر شدن در قلعه غول، تجربه‌یی اضطراب‌آور و ترسناک برای کودک بشمار آید، اما در ادامه قصه با شکسته شدن شیشه عمر غول، این ترس به تفکری منجر خواهد شد که تسلط بر اوضاع و نهراسیدن در شرایط دشوار از نتایج شگفت‌آور آن خواهد بود.

فکر آفرینی و توانایی حل مسئله: کودک با خواندن افسانه درمییابد که انسان با معجزه به کاری موفق نمیشود. اگر قهرمان داستان در همه جا توفیق پیدا میکند و از خطرات نجات مییابد، به این علت است که در کار خویش دانایی، ابتکار و شجاعت به خرج میدهد؛ مثلاً در افسانه کدو قلقله‌زن کودک درمییابد تنها با تفکر و تدبیر است که میتوان مشکلات را پشت سر نهاد. در افسانه‌ها معمولاً کودک خود را جای قهرمانان قصه گذاشته و با آنها همراه میشود و برای حل مشکلات

آنها به فرضیه‌سازی و ارائه راه‌حلهای ابتدایی میپردازد که قصه‌گو یا درمانگر میتواند با هدایت این فرایند، مهارتهای حل مسئله را در حد و اندازه کودک به او منتقل نماید.

افسانه‌ها، تصویرهای نمادی خیالی برای حل مسئله ارائه میدهند، اما در عین حال مسائلی که در اینگونه داستانها مطرح میشود، یک رشته مشکلات معمولی است؛ مانند رنج و عذاب کودک از حسادت برادران و خواهران و تبعیض درباره او؛ چنانکه در قصه ماه پیشونی مبینیم. اینچنین است که افسانه‌ها اندیشه کودک را درباره تکامل خویش رهبری میکند، بی‌آنکه به او بگوید که این تکامل چگونه باید باشد، بلکه به او امکان میدهد که خود نتیجه‌گیرهای لازم را بنماید و چنین روشی میتواند موجبات رشد واقعی کودک را فراهم سازد؛ مثلاً در افسانه نخودی، قهرمان داستان با درایت و تیزهوشی خود میتواند دیو را فریب دهد و داخل تنور بیندازد و یا در افسانه کچل و شیطان، کچل با ابتکار و دانایی خود میتواند شیطان را فریب دهد؛ چنانکه شیطان پس از فهمیدن این موضوع میگوید: «ای خاک بر سر من که با همه شیطنتم از یک کچل رودست خوردم».

پرخاشگری و تسلط بر خود: پرخاشگری رفتاری است که با قصد آسیب رساندن بدنی یا کلامی به فرد دیگر یا از بین بردن اشیاء بروز میکند. نظرهای مخالف تصور کودک، خشم او را برمی‌انگیزد و او میپندارد که هر آنچه او فکر میکند صحیح است و چون توانایی درک تمامی جوانب مربوط به یک مسئله را در تصمیمگیری یا عکس‌العمل ندارد، دچار اشتباه شده و به پرخاشگری روی می‌آورد.

برخی پژوهشها حاکی از آن است که میان تماشای برنامه و فیلمهای خشونت‌آمیز و اعمال پرخاشگرانه کودکان ارتباط مستقیمی وجود دارد. در حالی که انجام فعالیتهایی همچون شرکت در کلاسهای موسیقی و نقاشی و کتابخوانی، آرامش روحی و شناخت صحیح را در کودکان تقویت میکند. در برخی داستانها شخصیتها در مقابل برخورد با مسائل و مشکلات در زندگی، خونسردی پیشه میکنند و با وجود آزار و مورد ظلم قرار گرفتن، خشم خود را فرومینشانند و تصمیم صحیح میگیرند.

در برخی داستانها نیز ناکامی و شکست شخصیت داستان در اثر داشتن رفتار پرخاشگرانه نشان دهنده پیامد رفتاری اوست؛ مثل پیامد رفتار نادرست خواهر ماه پیشونی در داستان ماه پیشونی. چنین پیامدی به کودک می‌آموزد که باید رفتار صلح‌آمیزی داشته باشد تا به آرامش و مقصود خود برسد و یا در افسانه کچل و شیطان، کچل نشان میدهد که با آرامش و گذشت زمان و تسلط بر خود تمامی امور بنفع او تمام خواهد شد.

اعتماد بنفس: اعتماد بنفس و اعتقاد به خویشتن، لازمه رشد شخصیت و توانمندی برای کنار آمدن با چالش‌های زندگی است. احساس توانایی و اعتقاد شخصی به اینکه "من میتوانم"، پایه رشد و پرورش اعتماد بنفس است و برعکس احساس ناتوانایی و قادر نبودن به انجام کار نیز کاهش اعتماد بنفس را در پی دارد. بنابراین برای پرورش اعتماد بنفس و ایجاد حس خودارزشمندی، باید احساس توانایی را در کودک تقویت کرد.

بمنظور تقویت اعتماد بنفس کودکی که در اثر حوادثی در زندگی به باورهای منفی و برداشتهای غیرواقعی از خود رسیده و از ترس بی‌کفایتی و ناتوانایی، از برخورد با امور و افراد اجتناب کرده و گوشه‌گیر میشود، افسانه‌ها بسیار راهگشا هستند. به همین منظور در برخی افسانه‌های ایرانی، قهرمانانی وجود دارند که تصویر ذهنی مثبتی از خود داشته و تصمیمهای درستی میگیرند و باور دارند که اگر تلاش کنند، توانایی انجام هر کاری را دارند. ارائه برخی از این افسانه‌ها الگوهای مناسبی را در اختیار کودک قرار میدهد (مانند: افسانه کدو قلقله‌زن، پهلوان پنبه و پرنده آبی، شیرشکر و ...)؛ مثلاً در افسانه درخت سیب و دیو، پدر به پسر کوچکتر اخطار میدهد که از انجام کاری که برادران بزرگتر قادر به انجام آن نبوده‌اند، برنخواهد آمد، اما پسر کوچکتر با اصرار و اعتماد بنفسی که به خود داشت، خود را در انجام کار توانا مییابد. البته برخی افسانه‌ها نیز دارای اعتماد بنفس بیش از حد هستند و تصویر غیرواقعی و کاذبی از خود نشان میدهند.

پرورش عواطف و احساسات: فایده دیگر افسانه‌ها، کمک به درک مشکلات عاطفی کودکان و حل مسائل مربوط به رشد عاطفی - روانی آنان است. در بیشتر افسانه‌های ایرانی، نمادهای عشق و محبت به ناتوانان، خانواده و یا حیوانات موج میزند. قهرمانان افسانه به افراد در خطر پناه میدهند، درماندگان را تکریم میکنند و در انتها نیز برای وفاداری و کوشش خود پاداش دریافت میکنند. افسانه‌هایی که از گذشت و فداکاری و دوستی در برابر دیگران سخن میگویند، ایمنی عاطفی در کودک پدید می‌آورند و کودک با شنیدن این افسانه‌ها، ارتباط دو انسان با یکدیگر و مهر ورزیدن و مورد محبت قرار گرفتن را باور میکند؛ مثلاً در افسانه پیلهور، پسر با محبت و عشق خود به حیوانات و دادن تمامی اندوخته خود برای نجات جان آنها، پاداش کار نیک خود را دریافت میکند.

پرورش تخیل: شاخصترین عنصر خلاقیت، تخیل است. بتلهایم با اشاره به مثبت بودن کارکرد جادو و تخیل در افسانه‌ها میگوید:

باید دانست شخصیت حقیقی کودک، متمایل به جادو و تخیل است و کودک نیاز دارد که پیش از آشنا شدن به واقعیت بزرگسالی، یاد بگیرد که چگونه نیروهای غیرعقلانی درون خویش را مهار

کند و از آنها در هراس نباشد. در واقع قصه‌ها به کودک می‌آموزند که هنوز کوچک است و نیازمند یاری است، اما نباید نگران باشد؛ چرا که این یاری را بدست خواهد آورد. در سراسر جهان کسانی پیدا میشوند که به کمک و یاری دیگران بشتابند. رویاها و خیال‌پردازیها و ارتباط امور خیالی، برای کودک بسیار مفید است و قصه‌ها باعث انگیزش این امر در کودک میشوند (همان: ۴۷).

از این سطور میتوان چنین برداشت کرد که نوجوانانی که در کودکی افسانه‌های جن و پری نشنیده‌اند، بر اثر بی‌اعتقادی به جادو در دورانی از زندگی خود، قادر به مقابله با ناملایمات زندگی بزرگسالی نمیشوند. این تصور بطورقطع درست نخواهد بود که زندگی سرشار از خیال‌پردازی، سد راه توانایی فرد برای دست و پنجه نرم کردن با واقعیات زندگی است.

تصمیمگیری: افسانه‌ها با بالا بردن توانایی کودکان در درک دنیای اطرافشان، آنان را برای تصمیمگیریهای آگاهانه و حل مسائل زندگی و انتخابهای منطقی یاری میدهد. بخش بزرگی از زندگی انسانها وابسته به تصمیمگیری و نحوه انتخاب آنهاست. تجربه‌هایی که کودکان از طریق تصمیمگیریهای خوب و بد در کودکی بدست می‌آورند، آنها را در بزرگسالی مسئول و مستقل میسازد. تصمیمگیری موجب احساس تملک بر عمل و پذیرش مسئولیت نتایج آن در کودکان میشود؛ چنانکه در داستان شنگول و منگول، زمانی که گرگ تمامی نشانه‌های مادر بزغاله‌ها را درست بیان میکند، ناگهان بچه‌ها دچار احساسات شده و در را بر روی او باز میکنند و این امر نشان از تصمیمگیری احساسی آنها دارد که عواقب خوبی را برایشان در پی نداشت. اما در داستان افسانه آه، قهرمان داستان با بکارگیری قدرت اندیشه و دوران‌دیشی و تصمیمگیری در انتخاب راه، رفتاری عقلانی از خود نشان داده و در مقابل نیروهای پلید پیروز میگردد. این افسانه با نشان دادن مهارت تصمیمگیری بر اساس عقل و منطق، کودک را بسمت تصمیمگیریهای عاقلانه سوق میدهد.

غلبه بر ترس: بتلهایم در کتاب کاربردهای افسون در اینباره میگوید:

در پس پرده‌های وحشتناک افسانه، که چهره‌های ترسناک و اضطراب‌آور و عجیب و غریب دیوها و اژدها وجود دارد، منافاتی با دلگرمی و اطمینان دادن به کودک ندارد. وقتی دل‌نگرانیهای کودک امکان پیدا میکنند که در وجود یک دیو یا اژدها تجسم یابند و کودک آن را مغلوب کند و بر آن مسلط شود یا آن را نابود سازد، این دل‌نگرانیها تسکین پیدا میکنند و آرام میگیرند. این قبیل افسانه‌ها به کودک نمیگویند که دل‌نگرانیها و هراسها و خشونتها مهم نیست و نباید از آنها ترسید بلکه میگویند اینها خیلی وحشتناک است، اما او نباید نومید شود، زیرا همه‌کس در جهان

مجبور به رویارویی با این خطرات است و شگفت آنکه او نه تنها موفق به نجات خویش خواهد شد، بلکه حتی از پدر و مادر هم پیش خواهد افتاد، درحالی که کودک خیال میکند بدون پدر و مادر قادر به ادامه زندگی نیست (همان: ۲۰۰).

اصولاً کودک از شش سالگی به بعد گاهی نیاز دارد که تا حدی ترس و اضطراب را تجربه کند و راه مقابله با ترس را هم بیاموزد (مهاجری، ۱۳۸۲ الف: ۶۳). ترس پدیده‌ی کاملاً طبیعی در روند رشد کودکان است و معمولاً به شکل پیش‌بینی شده‌ی اتفاق می‌افتد. البته باید توجه داشت اگر کودک بیش از حد معمول از صحنه‌های ترسناک یک افسانه بهراسد، مسلماً تمامی این ترس، حاصل قصه نیست و بخش عمده‌ی آن، نتیجه تلقینی است که به خودش میکند. از اینرو در چنین مواردی باید والدین کودک به روانپزشک مراجعه کنند، تا دلیل واقعی این ترس عمیق در کودک روشن شود.

داستانهای ترسناک، بجای ترساندن بچه‌ها، توجه‌شان را جلب میکنند و راه‌حلهایی را برای مقابله با ترسها پیش پایشان میگذارند. بدین طریق، داستانهای ترسناکی که راه‌حلهایی برای غلبه بر ترس در اختیار کودک میگذارند، باعث افزایش حس اطمینان و اعتماد بنفس در کودک میشوند. بیشتر افسانه‌های ایرانی، قهرمان داستان میکوشد ترس را بشناسد و با آن مقابله کند. ارائه الگوهای شجاعت بجای فرار از عامل ترس از راههای خلاقانه و مناسبی است که در افسانه‌ها از آن استفاده شده و پیامد و پاداشی نیز برای قهرمان داستان در پی داشته است؛ مثل افسانه ماه پیشونی، هفت برادر و خواهر مهربان، چل‌گیس و ... که این انگیزه را به کودک میدهد تا با همانندسازی، تلاش کند تا شجاع بوده و به مقابله با عامل ترس بپردازد یا حتی روشهایی که قهرمان داستان در کاهش ترسها بکار میبرد تا با خونسردی در لحظه مناسب به انجام تصمیم درست مبادرت ورزد؛ مثل افسانه کدوی قلقله‌زن.

سازگاری با شرایط: سازگاری با محیط اطراف و شرایط گوناگون ایجاد شده در زندگی، برای هر فردی لازم و ضروری است.

به همین دلیل کودکان باید در نخستین سالهای زندگی با راهکارها و شرایط سازگاری با محیط و افراد پیرامون خود آشنا شوند؛ چراکه بخاطر نداشتن توانایی کافی در انطباق با شرایط و موقعیتهای گوناگون، فرد از سوی جامعه بشدت طرد شده و تعاملات اجتماعی وی را به پایینترین سطح میرساند. کودک با همانندسازی خود با قهرمانان این افسانه‌ها، برخی الگوهای رفتاری خود را تعدیل کرده و تغییرات عمده‌ی در رفتار خود پدید می‌آورد. به این ترتیب وی با شنیدن

افسانه‌هایی از این دست روشهای جدیدی را در چگونگی ابراز عواطف و سازگار شدن با محیط اطراف بکار برده و با تعمیم آنها در زمینه‌های مشابه زندگی خود، مهارتهای سازگاری و راه و رسم زندگی با دیگران را می‌آموزد.

روابط خانوادگی: محتوای برخی از افسانه‌ها روابط خانوادگی است؛ پدر و فرزند، دختر و مادر، فرزندان کوچکتر با بزرگترها؛ مانند: ماه‌پیشونی، پیرمرد خارکن و تاجری که زنهایش را تنها میگذاشت و به سفر میرفت.

خواندن این افسانه‌ها وسیله‌ی است برای آشنایی کودکان با بحرانها و مشکلات خانوادگی و نحوه‌ی مقابله و برخورد با آنها و احساس امنیت و این نکته که در مواقع لزوم بتوانند روابط خانوادگی را رها کرده و آزادانه راه خود را در زندگی بیابند. یکی از پیامهای مهم افسانه‌ها این است که آدمی هرگز با معجزه به انجام کاری موفق نمیشود و اگر میبینیم قهرمانان قصه‌ها در همه‌جا توفیق پیدا میکنند و از مهلکه نجات مییابند، تنها بدین سبب است که در کار خود شجاعت، ابتکار و پشتکار به خرج میدهند؛ مثلاً در افسانه هفت برادر و خواهر مهربان، عشق و فداکاریهای خواهر به برادرانش، موجب رهایی و خوشبختی آنها میشود.

اخلاق محوری: از تأثیرات مثبت دیگر افسانه‌ها میتوان به ارزش دادن به خیر و نیکی، زیبایی و تربیت اخلاقی کودک اشاره کرد. مجموعه‌ی از درسهای اخلاقی مسلم نیز در افسانه‌ها وجود دارد؛ مانند اینکه صداقت، تقوی و پرهیزکاری بی‌پاداش نمیماند و انسان شریر، سرانجام کیفر میبیند. مثلاً در افسانه‌های عاشقانه میبینیم که فقط عاشق صادق، جوانمرد و بردبار پیروز میشود. در افسانه‌های عامیانه هرگز توصیف صحنه‌های عاشقانه و دور از اخلاق مشاهده نمیشود و به همین جهت، خواندن این قصه‌ها نه تنها برای کودک زیانبار نیست، بلکه در تلطیف عواطف و احساسات وی و تحکیم ارزشهای انسانی نقش بسیار مؤثری دارد.

مفاهیم اخلاقی در افسانه‌ها در خدمت نیکی و مقابله با بدیها صورت میگیرد و این مقابله‌ها در اشکال مختلف در افسانه‌ها عرضه میشود؛ فقیر و غنی، نیکی و بدی، روشنی و تاریکی، ظالم و مظلوم، زشت و زیبا، نیرومند و ضعیف و ... که بطور مداوم در ستیزند و قانون تضاد را در تحول طبیعت و تاریخ به کودک می‌شناسانند (معمدی، ۱۳۸۴). به هر حال این دوگانگی موجود در افسانه‌ها، مسئله اخلاق را مطرح میکند و نیز پیشرفت آدمی را بسوی آرمانگرایی هموار میسازد؛ همان چیزی که چنانچه در بزرگسالی فاقد آن باشد، دستخوش سرگردانی و نومیدی خواهد گردید (بتلهایم، ۱۳۸۴: ۴۵۸)؛ مثلاً در افسانه گل خندان، پدر دختر در شرایط بد اقتصادی درستکاری

پیشه کرده و با آنکه تمام زندگی خود را از دست می‌دهد، اما قرض مردم را ادا میکند و یا در افسانه آه، دختر، با تدبیر، مشکلات را برطرف کرده و خیانت‌های اطرافیان را افشا مینماید و کماکان به اعتقادات خود نیز وفادار میماند.

معصومیت و بیگناهی دختری که برای ادامه زندگی و یا یافتن سرپناهی و آغوش امنی چون مادر از یاری گرانی چون دیوان، پریان، پرنندگان و... کمک می‌گیرد و آنقدر می‌ایستد و مبارزه میکند تا ظالم و بدجنس نابود شود.

این ویژگی در همه قصه‌ها کماکان دیده میشود و این راز جاودانگی خیر در برابر شر است که همه بشری است و مرز و مکان نمیشناسد. در حقیقت افسانه‌ها چنان به اخلاقیات می‌پردازند که تأثیری باورنکردنی از پاداش حتمی نیکی و جزای قطعی بدی و پلیدی را در ذهن کودکان متبادر میکنند.

امید به آینده: امید داشتن از مهمترین مؤلفه‌های تأثیرگذار در کاهش اندوه و جلوگیری از افسردگی است. یکی از بارزترین مضمونهای افسانه‌ها نیز خوشبینی و امید به آینده است. در قصه‌ها هیچ امر محالی وجود ندارد.

با امید به همه‌جا میتوان رسید. آنگاه که قهرمان قصه از چاره در میماند، همیشه امید به پیری راهدان هست که این راهنما گرد و یا وسیله سحرآمیزی در اختیار قهرمان بگذارد، تا او را به سرمنزل مقصود برساند. هر مانعی که در برابر قهرمان قرار گیرد با نیروی امید و خوشبینی برداشتنی است. همین مایه امید و آرزو است که مایه انگیزش عاطفی مخاطب را به قصه فراهم میکند. افسانه‌ها مایه پرورش امید و خوشبینی در ذهن کودک است. اینچنین است که افسانه‌ها کودک را به آینده و فرجامی نیکو امیدوار میسازند (همان: ۵۲).

نیاز کودک به امنیت در او دلبستگی پدید می‌آورد. افسانه‌هایی که دارای مضمون امید هستند، عشق به زندگی را به کودک منتقل میکنند و به او می‌آموزند که با وجود فقدانها و کمبودها، زندگی کماکان جریان دارد و باید امیدوار باشد. این امید در اوج افسردگی و ناکامی به او وعده خواهد داد که روزی تمام غمها و ناراحتیها پایان خواهد یافت. افسانه‌ها یکی از مهمترین ابزارهای تقویت امیدواری در پرورش روحیه کودکان هستند که به آنها می‌آموزند که چگونه با چالشها و فراز و نشیبهای زندگی کنار آمده و با امید به آینده از شکستها نهراسیده و با سعی و تلاش به اهداف خود دست یابند.

جدول ۱. مؤلفه‌های استخراج شده از افسانه‌ها و افسانه‌های دارای این الگوها

ردیف	مؤلفه‌ها	افسانه‌های دارای این الگو
۱	اضطراب درمانی	شنگول و منگول؛ کدو قلقله‌زن؛ خاله سوسکه؛ پيله‌ور؛ کچل مم سیاه؛ راه و بی‌راه
۲	فکرآفرینی و توانایی حل مسئله	قباسنگی؛ پرنده آبی؛ ماه پیشونی؛ پیه‌سوز طلا؛ کچل و شیطان؛ درخت سیب و دیو؛ کچل مم سیاه؛ چل گیس؛ نخودی؛ سعد و سعید؛ نمکی؛ افسانه آه؛ شیرشکر؛ مکر و حيله زن؛ دیوانگان؛ کدو قلقله‌زن
۳	پرخاشگری و تسلط بر خود	سنگ صبور؛ ماه پیشونی؛ کچل و شیطان؛ بی بی حور و بی بی نور
۴	رشد اعتماد بنفس	کدو قلقله‌زن؛ پهلوان پنبه؛ پرنده آبی؛ کچل مم سیاه؛ نمکک؛ نخودی؛ کچل و شیطان؛ درخت سیب و دیو؛ شیرشکر؛ نارنج و ترنج؛ راه و بی‌راه
۵	پرورش عواطف و احساسات	هفت برادر و خواهر مهربان؛ سنگ صبور؛ ماه پیشونی؛ مرغ طوفان؛ پيله‌ور
۶	پرورش تخیل	کچل مم سیاه؛ خاله گردن دراز؛ گل خندان؛ مرغ طوفان؛ مهربان؛ افسانه آه؛ گوهر شاه و مرغ قهقهه؛ هفت نیلوفر؛ ماه پیشانی
۷	تصمیمگیری	سعد و سعید؛ افسانه آه؛ شیرشکر؛ پرنده طلایی؛ شنگول و منگول
۸	غلبه بر ترس	چل گیس؛ شیرشکر؛ ماه پیشونی؛ هفت برادر و خواهر مهربان؛ نخودی؛ نمکی؛ مرغ طوفان؛ درخت سیب و دیو؛ نارنج و ترنج؛ گوهر شاه چراغ و مرغ قهقهه
۹	سازگاری با شرایط	سنگ صبور؛ کچل و شیطان؛ دیوانگان؛ پرنده طلایی
۱۰	روابط خانوادگی	قباسنگی؛ پیرمرد خارکن؛ هفت برادر و خواهر مهربان؛ ماه پیشونی؛ دیوانگان؛ بی بی حور و بی بی نور
۱۱	اخلاق محوری	غوزه؛ گل خندان؛ مرغ طوفان؛ مهربان؛ پيله‌ور؛ افسانه آه؛ بز؛ لاجاز؛ حسن چوپان؛ راه و بی‌راه؛ پسر تاجر
۱۲	امید	عمو نوروز؛ ماه پیشانی؛ نخودی؛ کدو قلقله‌زن؛ مرغ طوفان؛ مهربان؛ افسانه آه؛ گل خندان

چنانکه در جدول فوق مشاهده میشود برخی افسانه‌ها دست کم یکی از مؤلفه‌های مربوط را شامل شده و برخی نیز چندین مؤلفه را در خود جای داده‌اند.

برخی کارکردهای منفی افسانه

آیا میتوان با افسانه‌ها بواسطه این استدلال که افسانه‌ها چیزی جز دروغ و مطالب نامربوط و غیر واقع نبوده و یا موجودات تخیلی این داستانها، باعث ترس و احیاناً کابوسهای وحشتناک در کودک میشوند، مخالفت کرد؟ نظرات ضد و نقیضی در این رابطه وجود دارد. گروهی اثر آنها را بر کودکان مثبت میدانند و گروهی نیز آنها را وحشت‌آفرین و توهم‌زا و در نهایت منفی بشمار می‌آورند. رضا شجری در کتاب خود در اینباره مینویسد:

افسانه‌ها علاوه بر اینکه آیینة اعتقادات، تفکرات و آداب و رسوم و وضع زندگی مردم یک سرزمین در زمانهای مشخص یا غیرمشخصند، بعضی از صفات پسندیده مانند: شجاعت، رادردی، وفاداری، پرهیز از دروغگویی، سخاوت و ... را نیز بصورت غیرمستقیم آموزش میدهند. البته ناگفته نماند که بسیاری از افسانه‌ها بدآموزیهایی را نیز همراه دارند. آنها علاوه بر داشتن بعضی از کلمات و عبارات زشت و رکیک بعضاً صفات ناپسندی چون: حيله‌گری، تقلب، گرایش به جنس مخالف و راههای جذب و دل سپردن به او و ... را بطور غیرمستقیم آموزش میدهند. بعضی از افسانه‌ها نیز دارای صحنه‌ها و قهرمانانی عجیب و غریب است که کودک با خواندن آنها دچار کابوسهای وحشتناک میشود (شجری، ۱۳۸۴: ۱۶۰).

بخت و سرنوشت نیز در افسانه‌ها بسیار مهمند. سرنوشت در قصه‌ها، قهرمان را بسوی میکشد و سرباززدن و کنار نشستن از بازی سرنوشت امری ناممکن است. اما بخت و سرنوشت نیز در قصه‌ها هیچگاه بدخواه قهرمان نیست؛ آنچه قصه می‌آموزد این است که اگر بدنبال سرنوشت بروی، حتماً به چیزی ارزشمند خواهی رسید (پیشانی، ۱۳۸۸: ۱۰). در برخی افسانه‌ها این معنا القا میشود که کار به بخت است و به کوشش نیست و این فلسفه و اندیشه کسانی است که چون با سعی و تلاش به هدف خود دست نمیابند، می‌پندارند که سبب کامیابی دیگران در زندگی بخت و اقبال بوده است. البته در اکثر افسانه‌ها اصل بر کوشش قهرمان در دستیابی به مقصود است، اما در این میان، افسانه‌هایی نیز دیده شده که در آنها وجود بخت و شانس در پیشبرد اهداف قهرمان داستان مؤثر بوده است؛ مثلاً در داستان سعد و سعید برای انتخاب پادشاه، باز را سه بار رها میکنند و هر بار بر سر مرد غریبه مینشینند و او پادشاه میشود و در ادامه داستان زن و دو فرزند پادشاه با خوش اقبالی تمام یکدیگر را پیدا کرده و به خوبی و خوشی زندگی میکنند.

اعتقاد به نیروهای غیبی و جادو که بر اساس آن، نیروهای نهانی دو جنبه مثبت و منفی پیدا میکنند، در نظر همه اقوام رواج داشته است. این دو جنبه عبارتند از: نیروهای اهورایی و خیر

و نیروهای اهریمنی و شر که معمولاً در افسانه‌ها جنبه مثبت این نیروها مورد توجه قرار گرفته است. در افسانه گل خندان، چهار زن به ناگاه در خرابه‌یی که مادری در حال وضع حمل است ظاهر شده و علاوه بر کمک به وی به کودک نیز چهار نیروی جادویی می‌دهند که در سرنوشت وی نیز تأثیر بسزایی دارد. از این دست نیروهای جادویی در داستانهای ماه پیشونی، نارنج و ترنج، پیه‌سوز طلا و سنگ صبور نیز دیده میشوند.

از دیگر عواملی که در افسانه‌ها میتوان به آن اشاره کرد، اعتقاد بر تقدیرگرایی است. تقدیرگرایی از دیرباز در ایران رواج داشته و در تفکر عامیانه نیز اعتقاد به سرنوشت و تأثیر آن بر افراد و اینکه سرنوشت هرکسی از روز ازل تعیین شده، نفوذ فراوانی داشته است. در افسانه‌ها، تقدیرگرایی حضور آشکاری دارد؛ چنانکه در قصه ماه پیشونی از این نمونه اتفاقات که در آن اشاره به داخل نشدن اراده فرد در پیشبرد ماجرا دارد، دیده میشود.

قهرمان قصه را از تقدیر گریزی نیست و گرچه گاه تلاشهایی برای رویارویی با سرنوشت صورت میگیرد، ولی همگی محکوم به شکست و ناکامی است تا جایی که میتوان گفت در برخی افسانه‌ها، تقدیر جانشین حضور خدا شده است (خدیش، ۱۳۸۴: ۱۲).

گرایش به تنبلی نیز در برخی از افسانه‌ها نمود دارد. بنظر میرسد عقیده فوق فقط ناظر بر بخش کوچکی از افسانه باشد؛ زیرا در افسانه‌ها اصل بر کوشش قهرمان برای دستیابی به مطلوب و مقصود است. اگر قهرمان داستان صاحب ثروتی میشود بی دلیل نیست؛ مثلاً در افسانه حسن چوپان علت بهروزی و کامیابی قهرمان، نیکی در حق حیوانات است. در واقع بنظر میرسد قهرمان بی دلیل مستحق کسب پاداش نیست. در افسانه حسن کچل دعای مادر برای افزایش رزق و روزی، بالأخره به ثمر مینشیند و پسر به راهنمایی ماری که او را مدد رسانده گنجی عظیم مییابد. اما در کنار آن این نکته به ذهن متبادر میشود که حسن کچل با اتفاقاتی که بر مبنای شانس و نه از پس کار و تلاش، پیش می‌آید به مراد دل خود میرسد!

لیکن در انتها باید گفت افسانه‌ها بیشتر از آنکه نقش مخرب و منفی داشته باشند، دارای سازوکارهای مثبت و درسهای سازنده هستند؛ درسهایی مانند: عاقبت نیکی و فروتنی، سرافرازی است، به وعده‌ها و قولهایت باید عمل کنی و ...

نتیجه‌گیری

با بررسی مولفه‌های ارائه شده در این پژوهش و تحلیل آنها میتوان نتیجه گرفت که افسانه‌ها، ابزار مناسبی در درمان مشکلات و اختلالات روحی و روانی کودک محسوب میشوند، البته بشرط چشم‌پوشی از اندک تأثیرات منفی برخی از آنها. همچنین در بکارگیری جنبه‌های روان‌درمانی افسانه‌ها، این نکته را نیز باید در نظر داشت که این افسانه‌ها مناسب با گروه سنی کودک بکار برده شوند.

با نگاهی به افسانه‌ها و مؤلفه‌های ارائه شده، این نتایج استنباط میشود که بیشترین فراوانی افسانه‌ها مربوط به مؤلفه‌های فکرآفرینی و توانایی حل مسئله و اعتماد بنفس است که با مؤلفه‌هایی نظیر دانایی، هوشمندی و زیرکی به ترتیب شانزده و دوازده افسانه از چهل افسانه ارائه شده را به خود اختصاص داده‌اند. برخی از افسانه‌ها نیز نظیر افسانه‌های ماه‌پیشانی، نخودی، کچل و شیطان، کدو قلقله‌زن و افسانه آه در بیش از چند مؤلفه دارای سازوکارهای تربیتی و روان‌درمانی هستند.

گفتار و رفتار قهرمانان قصه‌ها و افسانه‌هایی همچون راه و بی‌راه، ماه‌پیشونی و سنگ صبور آنچنان است که با تأثیرپذیری کودک از آنان و همانندسازی زندگی خود با صحنه‌ها و وقایع قصه، میتواند هنجارهایی متناسب با مشکلات زندگی خود را بازیابی و الگوبرداری کند. افسانه‌ها به کودکان راهکار نشان میدهند؛ راهکارهایی همراه با تخیل و هیجان. چنانکه اکثر روانشناسان نیز معتقدند کودک با قهرمان قصه‌ها همانندسازی کرده و به پالایش روانی میپردازد و بینش خود را افزایش میدهد و از این طریق در انگیزه‌ها، آرزوها و تجربه‌های وی سهیم میشود. در طی این مرحله، کودک از جنبه شناختی، تجربه‌های خود را کاملتر میکند و از نظر عاطفی، تنشهای خویش را کاهش میدهد و احساس آرامش میکند و از نظر رفتاری نیز با الهام از قهرمان داستان، به اصلاح رفتارهای خود میپردازد.

آنچه در بیشتر افسانه‌هایی که در این پژوهش بررسی شدند، دیده میشود این است که ترسها و اضطرابهای عمیق در قصه‌ها منعکس نمیشوند و صحنه‌های پر وحشت و ترسناک، ذهن او را درگیر نمیسازد. از پس هر ترس و اضطرابی آینده‌ی روشن و سرنوشتی نیکو رخ مینمایاند. بیشتر افسانه‌های کهن ایرانی، پندآموزند و پایان خوشی دارند که میتوانند در ایجاد انگیزه و روحیه مثبت برای کودکان بکاربرده شوند.

همچنین این افسانه‌ها با انرژیهای مؤثر و تقویت‌کننده‌ی که در درون خود دارند، همواره به کودکان تسلی میدهند و امید میبخشند. کودکان با شنیدن آنها، توانایی حل مسئله را می‌آموزند و

معادله‌های نامفهوم برایشان معنا میشود. مفاهیم خوبی و بدی را درمییابند و به گمراهی نمی‌افتند. یاد میگیرند که خودمحور نباشند و برای دیگران هم سهمی در زندگی قائل باشند.

با مطالعه افسانه‌ها میتوان نتیجه گرفت که اکثر افسانه‌ها نیروی تخیل بالایی را در خود جای داده‌اند و بسیار شجاعانه مفاهیم را منتقل میکنند. کودکان، افسانه‌ها را باور دارند؛ چراکه نگاه افسانه و کودک به دنیا متفاوت است. کودکی که تحت تأثیر مسائل محیطی دارای اختلالات روحی است و در کنترل رفتار خود دچار مشکل است به ابزاری نیاز دارد تا بتواند به تعادل روحی برسد. از جمله ابزار مناسب در این زمینه، افسانه‌های مناسب هستند. قصه‌ها و افسانه‌های ایرانی بهترین ابزار و کاربردترین وسیله در تربیت کودکان و نوجوانان هستند. عناصر تشکیل‌دهنده این افسانه‌ها با نیازهای روحی و روانی کودکان ارتباط تنگاتنگی دارد. کودک با ذهن و فکر گسترده‌یی که دارد مضامین فراوان اجتماعی، اخلاقی و فرهنگی را از لابلای حوادث پیدا میکند و با بینش دقیق و ظریف خود این مضامین را استدلال مینماید و بتدریج وارد رفتارش میسازد. قصه برایش الگو میشود و بدین ترتیب نقش بسیار مهمی در تکوین شخصیت کودک ایفا میکند.

افسانه‌ها در نگاه اول لذت‌بخش و سرگرم‌کننده‌اند و پذیرش آن توسط کودک منوط به شرایط محیطی و روحی کودک است که از افسانه چیزی بیاموزد یا نه؟ اما این نکته که کودک به کدام پیام پنهان در افسانه واکنش نشان میدهد و آن افسانه با کدام نیاز کودک متناسب بوده و در جهت بهبود و پیشبرد مشکلات روانی او راهگشا خواهد بود، امری بسیار مهم و درخور توجه خواهد بود.

در آخر اینکه محتویات افسانه‌های ایرانی با دنیای درونی مخاطب کودک همسویی دارد. جذابیت‌های موجود در آنها در گستره تخیل و سازگاری آن با نیازها، آرزوها و امیدهای اوست. افسانه‌ها با درونیات کودک، اندیشه‌ها، ضمایر خودآگاه و ناخودآگاه و تجربیات وی برای رسیدن به آرامش و تعادل گره خورده و التیامی برای شکستها و ناکامیها، حسی از امنیت در برابر بی‌عدالتیها و تلخیها و راهکارهایی برای رهایی از دشواریها و تنگناها را منتقل میسازد و به تخلیه هیجانی، تعادل روانی و تحقق رویاهای کودک کمک میکند.

منابع:

کتاب

- ابن بطلان، مختار بن حسن؛ ترجمه تقویم‌الصحه، مترجم نامعلوم، بتصحیح غلامحسین یوسفی، تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۶۶.
- انجوی شیرازی، سید ابوالقاسم؛ قصه‌های ایرانی، تهران: انتشارات امیرکبیر، ۱۳۵۳.
- بتلهایم، برونو؛ کودکان به قصه نیاز دارند (کاربردهای افسون)، ترجمه کمال بهروزنیا، تهران: انتشارات افکار و سازمان میراث فرهنگی و گردشگری و پژوهشکده مردم‌شناسی، ۱۳۸۴.
- پریشانی، زیبا؛ بن‌مایه‌ها و عناصر قصه‌های عامیانه (پریوار) ایرانی، نجف آباد: دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد، ۱۳۸۸.
- رحیمی نیک، اعظم؛ تئوری نیاز و انگیزش، تهران: انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی، ۱۳۷۴.
- شجری، رضا؛ بررسی اجمالی و تحلیل ادبیات کودک در ایران، تهران: انتشارات عیاران، ۱۳۸۴.
- قزل‌ایغ، ثریا؛ ادبیات کودکان و نوجوانان و ترویج خواندن (مواد و خدمات کتابخانه‌ای برای کودکان و نوجوانان)، تهران: انتشارات سمت، ۱۳۸۵.
- محبوب، محمدجعفر؛ ادبیات عامیانه ایران (مجموعه مقالات درباره افسانه‌ها و آداب و رسوم مردم ایران)، بکوشش حسن ذوالفقاری، تهران: نشر چشمه، جلد اول و دوم، ۱۳۸۳.
- مهاجری، زهرا؛ قصه و قصه‌گویی، مشهد: انتشارات جهاد دانشگاهی، ۱۳۸۲ (الف).
- _____؛ مجموعه افسانه‌های ایرانی، مشهد: انتشارات بنیاد پژوهش‌های اسلامی، ۱۳۸۲ (ب).
- مهتدی، فضل‌الله؛ افسانه‌های کهن ایرانی، تهران: انتشارات هیرمند، ۱۳۸۶.

مقاله

- پریخ، مهری؛ امین دهقان، نسرین؛ «تحلیل محتوای کتابهای داستانی مناسب کودکان در گروه سنی ۶ تا ۱۰ سالگی با رویکرد کتاب‌درمانی»، فصلنامه کتابداری و اطلاع‌رسانی، شماره ۲۴، ۱۳۸۲.
- _____؛ ناصر، زهرا؛ «بررسی میزان تأثیر برنامه‌های کتاب‌درمانی بر کاهش پرخاشگری کودکان»، مطالعه ادبیات کودک، سال ۲، شماره ۱، ۱۳۹۰.
- جهازی، ناهید؛ «جنبه‌های نمایشی افسانه‌های شفاهی کودک و نوجوان»، فصلنامه فرهنگ مردم ایران، شماره ۱۵، ۱۳۸۷.

- حاج نصرآبادی، شکوه؛ «افسانه‌ها، میراث فرهنگی اقوام و ملل»، مجموعه مقالات اولین همایش ادبیات کودکان و نوجوانان، باهتمام محمدحسین قرشی، بیرجند: دانشگاه بیرجند، ۱۳۸۳.
- حسینی، داود؛ «نیاز کودک سرچشمه افسانه»، دبستان فرهنگ و هنر، شماره ۲۶، ۱۳۷۰.
- حسینی، مریم؛ شکیبایی ممتاز، نسرین؛ «روانشناسی اسطوره و داستان؛ رویکردی نوین در نقد ادبی»، فصلنامه متن‌پژوهی، شماره ۶۴، ۱۳۹۴.
- سجادی‌پور، فرزانه؛ «یافته‌ها و تحلیلی از افسانه‌های ایرانی»، ادبیات داستانی، شماره ۵۲، ۱۳۷۹.
- شیانی، شهناز؛ یوسفی لویه، مجید؛ دلاور، علی؛ «تأثیر قصه‌درمانی بر کاهش علائم افسردگی در کودکان افسرده»، پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، شماره ۲۲، ۱۳۸۵.
- صنعت نگار، سارا؛ حسن‌آبادی، حسین؛ اصغری نکاح، محسن؛ «اثر بخشی قصه‌درمانی گروهی بر کاهش ناامیدی و تنهایی کودکان دختر مراکز شبه خانوادگی»، فصلنامه روانشناسی کاربردی، شماره ۲۴، ۱۳۹۱.
- معتمدی، ناهید؛ «فرهنگ و ادبیات شفاهی، خاستگاه ادبیات کودکان»، فصلنامه فرهنگ مردم، سال ۴، شماره ۱۳، ۱۳۸۴.
- میراکلیس، میخیل؛ «افسانه‌ها و محتوای تربیتی آنها»، ۳۹ مقاله در ادبیات کودکان، تنظیم‌کننده آتش جعفرنژاد، تهران: شورای کتاب کودک، ۱۳۶۳.
- هاشمی جنت‌آبادی، مریم؛ «افسانه در ادبیات کودکان و نوجوانان ایران»، پژوهشنامه ادبیات کودک و نوجوان، شماره ۴۶، ۱۳۸۶.
- یوسفی لویه، مجید؛ متین، آذر؛ یوسفی لویه، معصومه؛ «قصه‌درمانی و اختلالات روان‌شناختی کودکان»، تعلیم و تربیت کودکان استثنایی، شماره ۸۳، ۱۳۸۷.

پایان‌نامه

- خدیش، پگاه؛ «ریخت‌شناسی افسانه‌های جادویی ایرانی»، رساله دکتری، دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه تهران، ۱۳۸۴.
- سمندری، پیمان؛ «بررسی سیر تحول قصه‌های عامیانه ایرانی با رویکرد کودک‌محور»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، بنیاد ایرانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی، ۱۳۸۷.