

عکس در مانی (۱) و بهداشت روان



دکتر جابر عناصری

(استاد روانشناسی هنری - تهران)

"...عکس، فقط یک تصویر نیست. بلکه یادگاری زیبا و وفادارانه ای است از انسان‌ها، مناظر و از آنچه بشر در سراسر دنیا ساخته است چرا که انسان موجودی است که احساسات و عواطفش را بر طبیعت می‌افزاید و خاک بی مقدار را به نظر توام با لطف و آگاهی خود، کیمیا می‌سازد."

هنر عکاسی، هنگامی به عرصه‌ی ظهور و بروز رسید که جامعه‌ی خواستار تصویر، گواه و مدرک می‌طلبید.

منتقدی می‌نویسد:

"... قرن نوزدهم، با این اعتقاد که هر آنچه منطقی است، واقعی است. آغاز شد و با این عقیده که هر چه در عکس دیده می‌شود، واقعی است، به آخر رسید."

می‌توان گفت که هنر عکاسی، گنجینه‌ی همگانی خاطرات را خلق کرد. از آن زمان که "لویی داگر"^(۲)، پرده از رخ زیبایی هنر عکاسی برداشت (۱۸۳۹ م)، مردمی که قادر نبودند دستمزد نقاشان چیره دست را بپردازند، دیگر مجبور نشدند تا به نقاشان دوره گرد روی بیابورند تا ناشرانه نقشی یا تصویری از آنان بکشند. بلکه می‌توانستند عکس خود و نشان حضور خود در جهان را بر صحنه‌ای نقره اندود، تماشا کنند.

بعد از این واقعه بود که هنر شناس و هنرمند و پژوهشگری بنام "الیزابت باوت"، گفت:

"... آرزو دارم از هر آنچه در دنیا برایم عزیزاست، چنین یادگاری (= عکس) داشته باشم. در اینجا نه تنها شباهت، بلکه پیوند احساس نزدیکی با آن‌ها و این واقعیت که کوچکترین بخش از زندگی هر فردی برای همیشه آن ثبت شده، موجب بهجت و خشنودی انسان می‌گردد."

اینک، ما در سال‌های آغازین قرن بیست و یکم مطالب فراوانی درباره‌ی تاثیرات متعدد و همه‌جانبه‌ی عکاسی می‌دانیم. تاثیراتی که می‌توان در همه جا آنها را مشاهده کرد. هر عکس، لحظه‌ی مورد بحثی در زندگی شخصی و فرهنگی - اجتماعی و روانی ما محسوب می‌گردد. درک این گونه آثار (= آنچه از هنر عکاسی بر می‌آید) به تعمق و ژرف بینی، بیننده‌ی اثر بستگی دارد. از این گونه آثار، نمی‌توان به صورت سطحی^(۳)، گذشت و در مورد آنها قضاوت زود هنگام انجام داد.

می‌توان به جرات گفت که:

"... عکس، حافظه‌ی تاریخ است."

همانگونه که گاه برای فهم یک اثر مکتوب نویسنده‌ای چیره دست





عاطفی - و درمانی، از ابعاد زیبایی شناختی آن برتر است. این عکس‌ها، به صورت ردپایی واضح نشان می‌دهند که زندگانی درمانجو - در طی لحظات عمرش - چگونه بوده است. از اینجا است که شکل بسیار عمیق تری از شناخت، پدیدار می‌شود که می‌تواند به شیوه‌ی تحلیل آثار موجود به شناسایی درمانجودست یابد و ارتباط عاطفی و احساسی توأم با یادآوری و تذکار آن لحظه‌ها برای درمانجو به وجود بیاورد.

درمانجویانی که با درمانگر در مورد عکس‌های شخصی و خانوادگی آنها - مباحثه و مشاوره صورت گیرد، توضیحات معنی داری عرضه می‌دارند تا آنجا که در درمان درمانجو، زمینه‌ی مناسبی فراهم می‌گردد. البته آنچه که در "ظاهر"^(۵) یک عکس به چشم می‌خورد، شاید چندان معنی‌دار نباشد، بلکه بررسی "محتوایی"^(۶) آن عکس است که موجب هدایت درمانگر به شناخت روحیه و عواطف و تداعی خاطرات و مخاطرات زندگی درمانجو می‌شود.

و خلاق، نیاز است که بارها آن را خوانند، درک پیام و محتوای یک عکس نیز به بارها و مکرر دیدن آن بستگی دارد.

جلوه‌ی بسیار قوی و مثبت بررسی و تحلیل روانی عکس، در هنر درمانی و عکس درمانی و بهداشت روان به چشم می‌خورد.

عکس درمانی، نوعی از روش تحلیلی و تفسیری است که درمانگران، جهت برقراری ارتباط با درمانجوی پریشان خاطر - از طریق تحلیل این تصاویر - بکار می‌برند. دیدن عکس‌هایی از مراحل مختلف زندگی درمانجویان، چه به صورت تصویر و تک چهره، از منظر "چهره شناسی"^(۴) چه از طریق ورق زدن آلبوم‌های عکس خانوادگی برای دسترسی به احساسات و خاطرات درمانجو ضمن مشاهده و مصاحبه (بین درمانگر و درمانجو) مورد استفاده قرار می‌گیرد.

فرضیه‌ی درمانی این روش، این است که هر عکسی - موقع بررسی - از جهات بسیاری - گوشه‌هایی از زندگی فرد یا حضور او در جمع را به یاد می‌آورد. در این روش، اهمیت مضمون عکس - به لحاظ

اهداف عکس درمانی:

طی چند دهه‌ی اخیر، حاصل پژوهش روان کاوان از یکطرف و هنرمندان، از دیگر سو، ثابت شده است که در کنار «دارو درمانی»^(۷) روان درمانی از طریق کلیه‌ی رشته‌های هنر، موجب آرامش و تسکین جان خستگان بسیاری شده است. عکس درمانی نیز از این قاعده مستثنی نیست.

برخی از اهداف عکس درمانی، به شرح ذیل است:

۱- نمایش سریع احساسات بیمار از طریق دیدن عکس و درک کلی حالات روانی او.

۲- تشویق درمانجو به دیدن تصاویر دیگران در یک عکس دسته جمعی و توصیه‌ی تسلط بر خود به هنگام شرکت در مجلس عمومی و بازگویی انزوای بیمار، در تصویر. (مانند: مخفی شدن بیمار در پشت سر دیگران و دیده شدن تنها گوشه‌ای از صورت او در تصویر.) به عبارت دیگر، کمک به بر طرف ساختن اضطراب و ترس و انزوای بیمار و کنجکاوی درباره‌ی منزوی بودن او. آنجا که در یک تصویر دسته جمعی، دیگران سر بالا می‌گیرند تا برتر و واضح‌تر از بقیه به نظر آیند چرا کسی خود را از دیده‌ها دور می‌سازد؟ خود را شایسته‌ی دیده شدن نمی‌داند؟ چرا کمبودی در خویشتن و در چهره‌ی خود احساس می‌کند؟ و...

۳- آموزش حضور در فعالیت گروهی و اجتماعی به بیمار، پس از مشاهده‌ی حالت انزوای او در تصویر.

۴- رفتار درمانی، توسط تقویت نکات مثبت رفتار فرد بیمار در ضمن حضور در میان افراد دیگر و تکیه به صحنه‌های پویا و پر معنی و امیدوار کننده‌ی شرکت درمانجو در یک نشست و گرد همایی جمعی.

۵- نمایش عواطف بیمار گونه‌ی درمانجو از طریق نشان دادن نکات ضعف او که به گونه‌ای در گوشه‌ای از تصویر، متجلی است و تصبیح این عواطف و سفارش به کنترل اعمال و رفتار از سوی درمانجو در برخورد با دیگران.

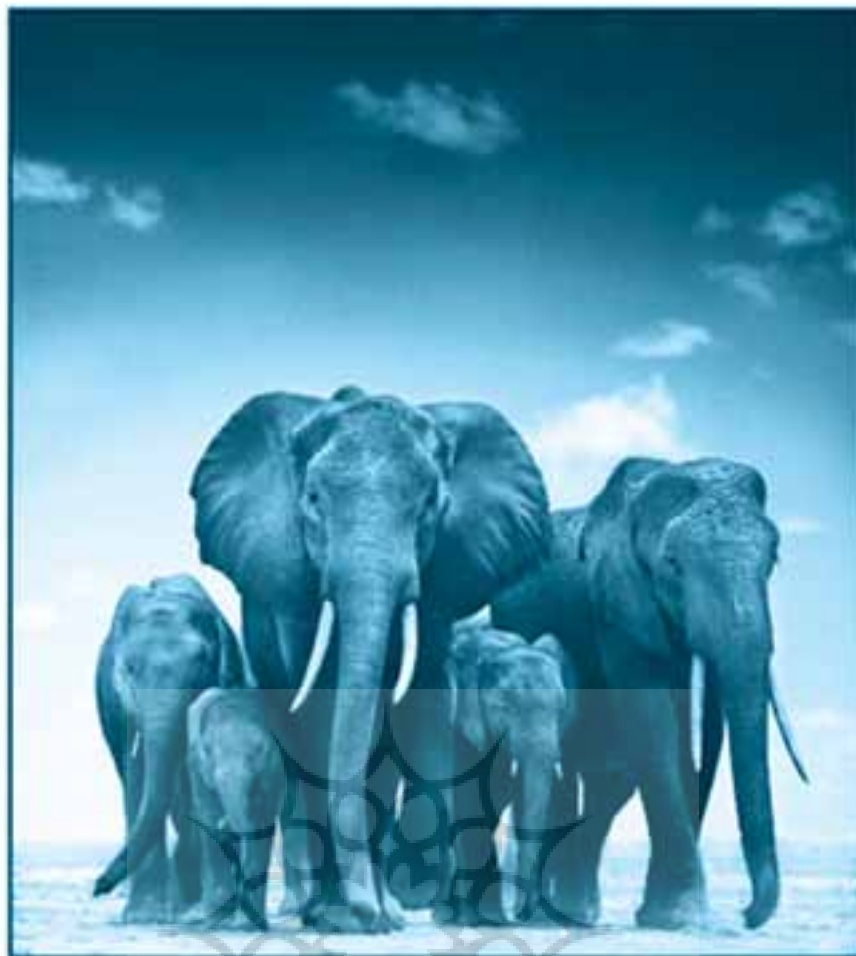
۶- ایجاد پالایش و تهذیب و سکون و سکوت و آرامش در درمانجو، پس از سفارش‌ها و توصیه‌ها و به وجود آوردن روح امید در کالبد بیمار.

اصول روان شناسی تصویری:

۱- درمانگر (= روان شناس، روان کاو، روان پزشک هنری) باید از مباحثه و مشاجره با درمانجو، در قلمرو دید او از جهان و اشخاص، پرهیز کند.

۲- درمانگر به منظور استقرار رابطه‌ی خوب با درمانجو، باید تلاش نماید تا با تماشای عکس‌ها و اظهار علاقه به مشاهده‌ی آنها،





- ۵- درمانگر تا جایی که امکان دارد باید از بیشداوری و تعصب و بر
چسب زدن^(۸) روی درمانجو پرهیز نماید.
- ۶- عکس‌هایی که در آنها تداوم روح بدبینی توأم با تنفیری ترسناک
از زندگی دیده می‌شود، از میان عکس‌ها دیگر برگزیده شده و کنار
نهاده شود.
- ۷- عکس‌هایی که صحنه‌های مستهجن و بی ارزش دارند و علاوه
بر اینکه از دیدگاه زیبایی‌شناسی تصویری، چشمگیر نیستند، (عفت

- موضوع را جدی بگیرد و اعتماد درمانجو را جلب کند.
- ۳- درمانگر باید برای شناخت روحیه‌ی درمانجو و انعکاس افکار او
در تهیه‌ی عکس، از او بخواهد تا توضیحات مقتضی را، خود - بیان
کند و از طرح پرسش‌های جنبی از سوی درمانگر - پرهیز شود.
- ۴- پرسش‌هایی که از طرف درمانگر مطرح می‌شود، بهتر است به
صورت پرسش باز باشد و از طرح پرسش‌های تلیقی و راهنمایی
کننده و تحریک نمودن حس کنجکاوی خود داری شود.



عکس‌های مبتنی بر وقایع پویا و جانبخش و فرح انگیز و توام با
مضمون و معنی، تشویق کند.
...

نکته آخر اینکه با وجود مورد اعتنا قرار گرفتن
"عکس درمانی" در کشورهای دیگر، متأسفانه این

عمومی را نیز - جریحه دار می‌کنند) در مد نظر نباشند.

۸- عکس‌هایی که در آنها، خودکشی یا دیگر کشی و اغتشاش
فکری و روح شکست و ناامیدی - مطرح ویا تایید شده، همه از
آلبوم درمانجو خارج شود.

۹- درمانگر، باید درمانجو را بعد از مشاهده‌ی عکس‌ها، به تهیه‌ی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

پانوشت‌ها:

- 1-Photo-Therapy ۱- عکس درمانی
- 2-Louis Jaoques Mande Daguerre ۲- لویی داگر
- 3-Extensive ۳- نگاهی گذرا
- 4-Physio gnomy ۴- سیما شناسی، قیافه شناسی
- 5-Morphology ۵- ریخت شناسی عکاسی
- 6-Physiology ۶- مضمون شناسی عکاسی
- 7-Medicine-Therapy ۷- دارو درمانی
- 8-abeling ۸- برچسب زدن
- 9-Angel Adams ۹- آنجل آدامز

توضیح:

در تحریر این مقاله: ضمن استفاده از یادداشت‌های شخصی خود، گاهی مطالبی بصورت کلی و با دخل و تصرف از اینترنت یا بعضی از شماره‌های مجله عکس بهره گرفته‌ام.

بخش از مداوا برای درمانجویان، همانند مداوا از طریق سایر شعبات هنر درمانی، در کشور ما رایج نشده و یا کمتر به آن توجه شده است.

بررسی روحیهی هنرمندان و درمانجویان و کنجکاوی درباره‌ی خدمات عکاسان هنرمند برای ایجاد فضایی پویا در ثبت و ضبط نکات مربوط به درمانجویان، مبحث ارزشمندی است. ضمن اینکه تحلیل آثار خود هنرمندان نیز ظرایف بسیاری را درباره‌ی طرز تفکر و یافتن سوژه و تاکید بر روی برخی از رفتارهای بهنجار یا نابهنجار، امر مهمی است.

پایان کلام را با گفتاری از **آنجل آدامز**^(۹)، عیان می‌سازیم:

"... عکاسی یک مرحله از امکانات بیانی است.

تمام هنر، بیان امر واحدی است. بیان رابطه‌ی روان انسان با روح انسان‌های دیگر و با دنیایی که او را احاطه کرده است."

نکته آخر اینکه با وجود مورد اعتنا قرار گرفتن "عکس درمانی" در کشورهای دیگر، متأسفانه این بخش از مداوا برای درمانجویان، همانند مداوا از طریق سایر شعبات هنر درمانی، در کشور ما رایج نشده و یا کمتر به آن توجه شده است.

