هنردرمانی بیانگر آبانا

فصلنامه

تابستان ۱۴۰۴

مرکز علمی پژوهشی
هنردرمانی بیانگر آبانا

تهیه شده در مرکز علمی پژوهشی
هنردرمانی بیانگر

مقدمه

در تابستانی که پس از دوازده روز التهاب و سکوت، دوباره آفتاب بر پهنه‌ی ایران تابید، ما در آبانا بار دیگر به یاد آوردیم که هنر، زبانِ زندگی است حتی پس از زخم.

چهارم تیر، آغازی دوباره بود؛ روزی که نسیم آرامِ صلح، از دل آتش گذشت و با خود پیام بازسازی و التیام آورد. در آن روزها، ما به مسئولیت اجتماعی خویش پاسخ دادیم؛ با گشودن درهای مجازی‌مان به روی مردم، تمرین‌های هنردرمانی را در صفحه‌هایمان جاری کردیم تا هر خانه، پناهی برای ترمیم روح شود.

ایونت‌های آنلاین رایگان، بهانه‌ای شدند برای بازگشت به حس جمعیِ امید؛ همان نیرویی که هنر در تاریک‌ترین شب‌ها می‌آفریند.

دوره‌هایی که ناتمام مانده بودند، دوباره جان گرفتند و کلاس‌هایی که در دل بیم و تردید خاموش شده بودند، با حضور هنرمندان و درمانگران جوان، روشن شدند.

در میانه‌ی این تابستان داغ، ما فصل تازه‌ای را نیز گشودیم: آغاز دوره جامع هنر درمانی بیانگر — رویدادی بی‌سابقه در کشور که برای نخستین بار، اندیشه و عمل هنردرمانی را در ساختاری علمی و منسجم گرد آورد.

و برای کودکان، این معصوم‌ترین راویان صلح، چندین آیین کوچک اما بزرگ برگزار کردیم؛ ایونت‌هایی از رنگ و بازی که در آن، لبخند جایگزین هراس شد و نقاشی، زبان دوباره‌ی آرامش. و جامعه ای حرفه ای در سطح بین الملل تربیت کردیم.

تابستان ۱۴۰۴، فصلی بود از بازسازی، صلح و زایش دوباره‌ی معنا.

ما در آبانا باور داریم که هر تمرین، هر رنگ و هر نگاه، می‌تواند مرهمی باشد بر زخم جمعی انسان.

و این فصلنامه، روایتی است از همین ایمان — ایمانی به قدرت بی‌پایان هنر برای برخاستن، هر بار، از خاکستر جهان.

با مهر و امید،

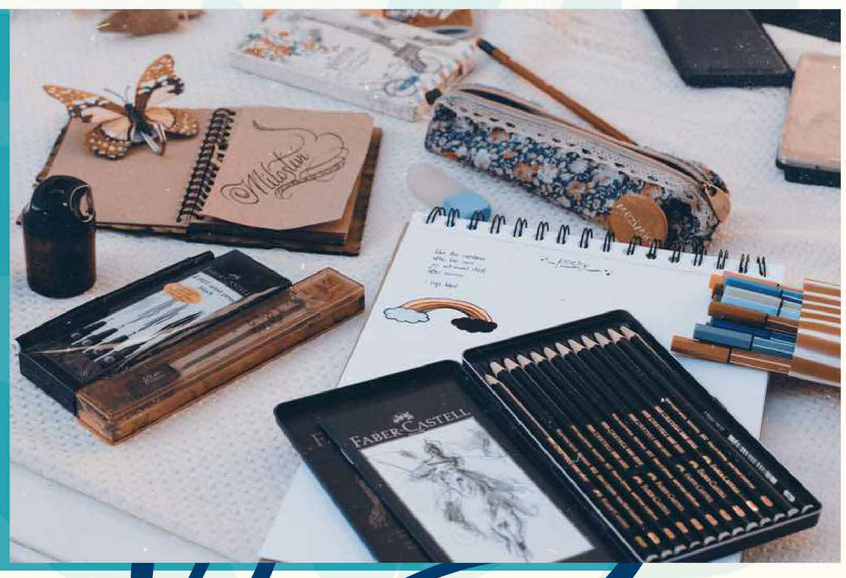
تیم آبانا (فصلنامه تابستان ۱۴۰۴)

نخستین گام‌های تابستان آبانا تیر ۱۴۰۴
گام هایی برای رهایی از تروما جنگ

رنگ‌های پس از خاکستر |
چهارشنبه ۱۱ تیر ۱۴۰۴
در روزهای نخست تابستان، زمانی که نسیم صلح آرام‌آرام پس از دوازده روز جنگ بر دل‌ها نشست، آبانا با رویکرد هنردرمانی، رویدادی آنلاین و رایگان برگزار کرد: «رنگ‌های پس از خاکستر».

این تجربه، فرصتی بود برای کمک به التیام تجربه‌های تلخ و پرتنش پس از جنگ و بازسازی درونی شرکت‌کنندگان.

با استفاده از رنگ و تصویر، هر فرد مسیر شخصی خود برای رهایی از خاطرات سخت و بازگشت به حس زندگی را آغاز کرد. این رویداد نشان داد که هنر می‌تواند چراغی روشن در تاریکی باشد و مسیر امید را به دل‌ها هدیه دهد.



خاطرات رنگی یک و ویرانه | ۲۳
تیر ۱۴۰۴

ده روز پس از نخستین تجربه، آبانا دومین رویداد مجازی رایگان خود را با عنوان «خاطرات رنگی یک و ویرانه» برگزار کرد. این رویداد ادامه‌ای بر مسیر بازسازی و التیام درونی بود و فرصت داد تا شرکت‌کنندگان با تمرین‌های هنردرمانی، خاطرات دشوار را بازخوانی و بازسازی کنند.

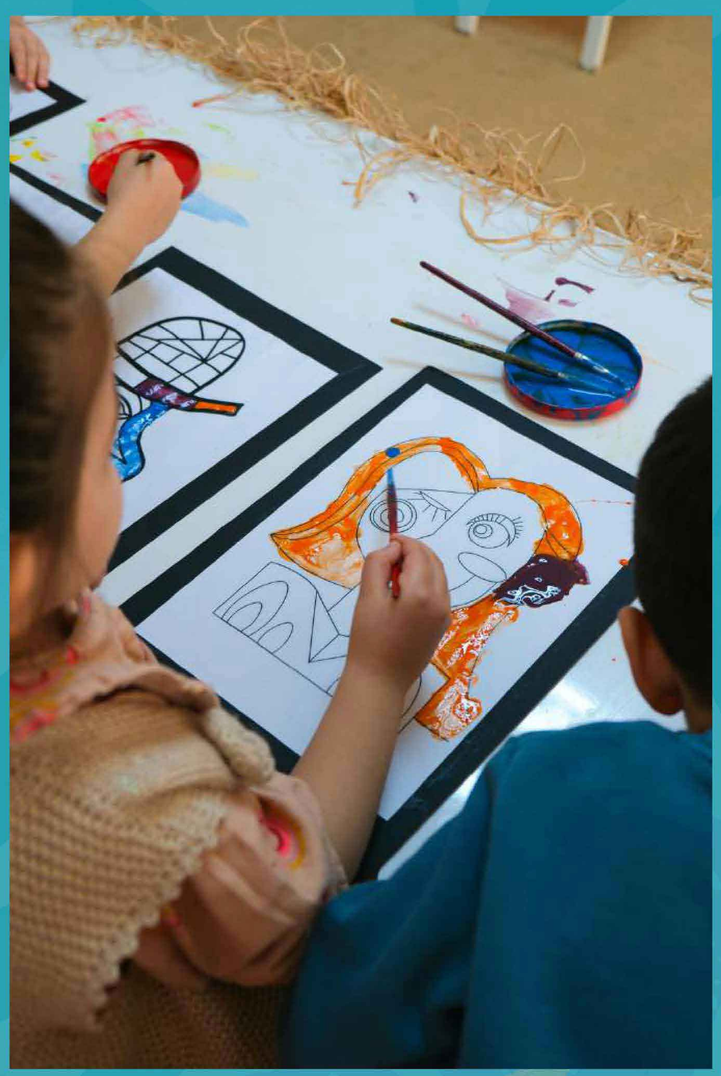
هر دو رویداد با همکاری فستیوال هنر و سلامت ۲۰۲۵ برگزار شد و نمادی بود از تعهد ما به جامعه و باور به نقش شفابخش هنر، حتی در روزهای پس از بحران.

نقش صلح در کالبد رنگ — رویداد بین‌المللی نقاشی صلح با همکاری باکارزی و فستیوال هنر و سلامت ۲۰۲۵

در تابستان ۱۴۰۴، در میانه‌ی بازسازی و امیدِ دوباره، مجموعه «آبانا» با همراهی فستیوال هنر و سلامت ۲۰۲۵ و باکارزی از مشهد، رویدادی مجموعه آموزشی-تفریحی «کم‌نظیر و در سطح بین‌المللی برگزار کرد: «نقاشی صلح.

باکارزی که در شهر مشهد واقع شده و به‌عنوان فضای تجربه‌محور خلاقیت کودکان و نوجوانان شناخته می‌شود این بار در کنار آبانا و فستیوالِ سلامت، به بستری برای صدای هنریِ کودکان و نوجوانان بدل شد.

در این رویداد، شرکت‌کنندگان از اقصی‌نقاط کشور — و به فراخوان بین‌المللی — گرد هم آمدند تا با قلم، رنگ، فضا و مشارکت، تصویر جدیدی از صلح ترسیم کنند. با نشستن بر بوم‌های بزرگ، آزادانه رنگ ریختند، خطوط کشیدند، قصه‌ها گفتند و از دل خاکسترِ تجربه‌های جنگ و اضطراب، باغچه‌ای از امید را کاشتند.

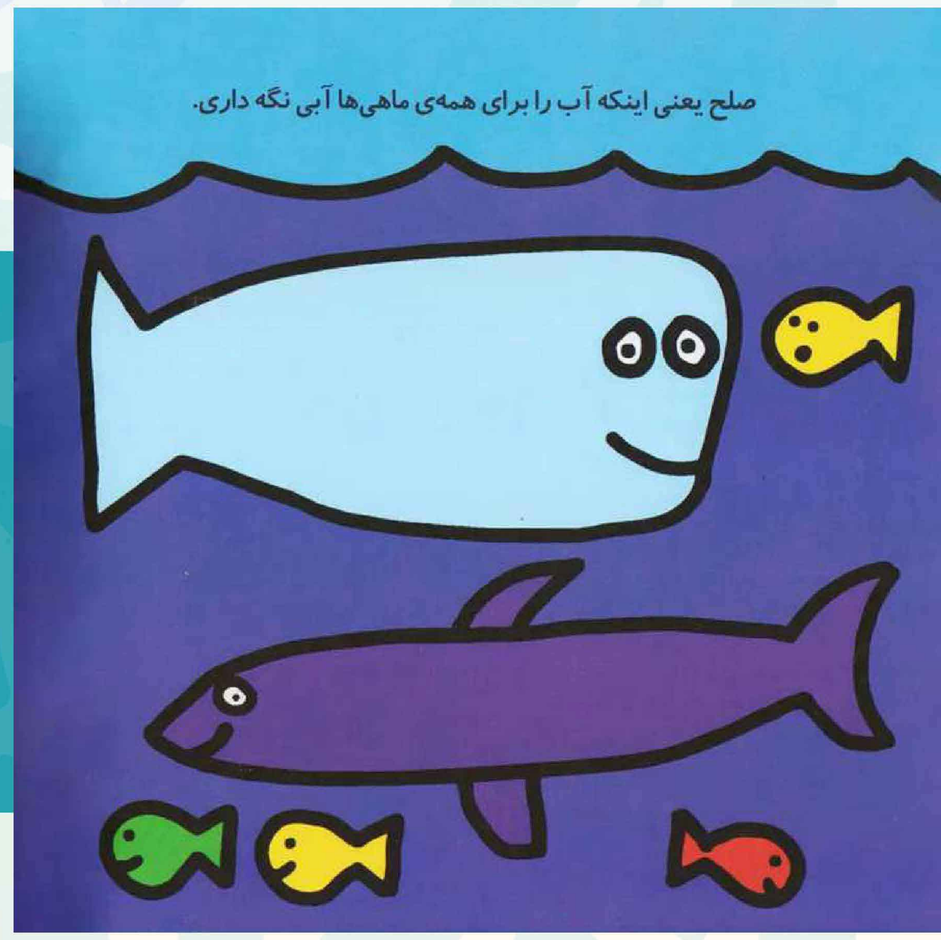


بگذار قصه‌هایمان صلح بیاورند

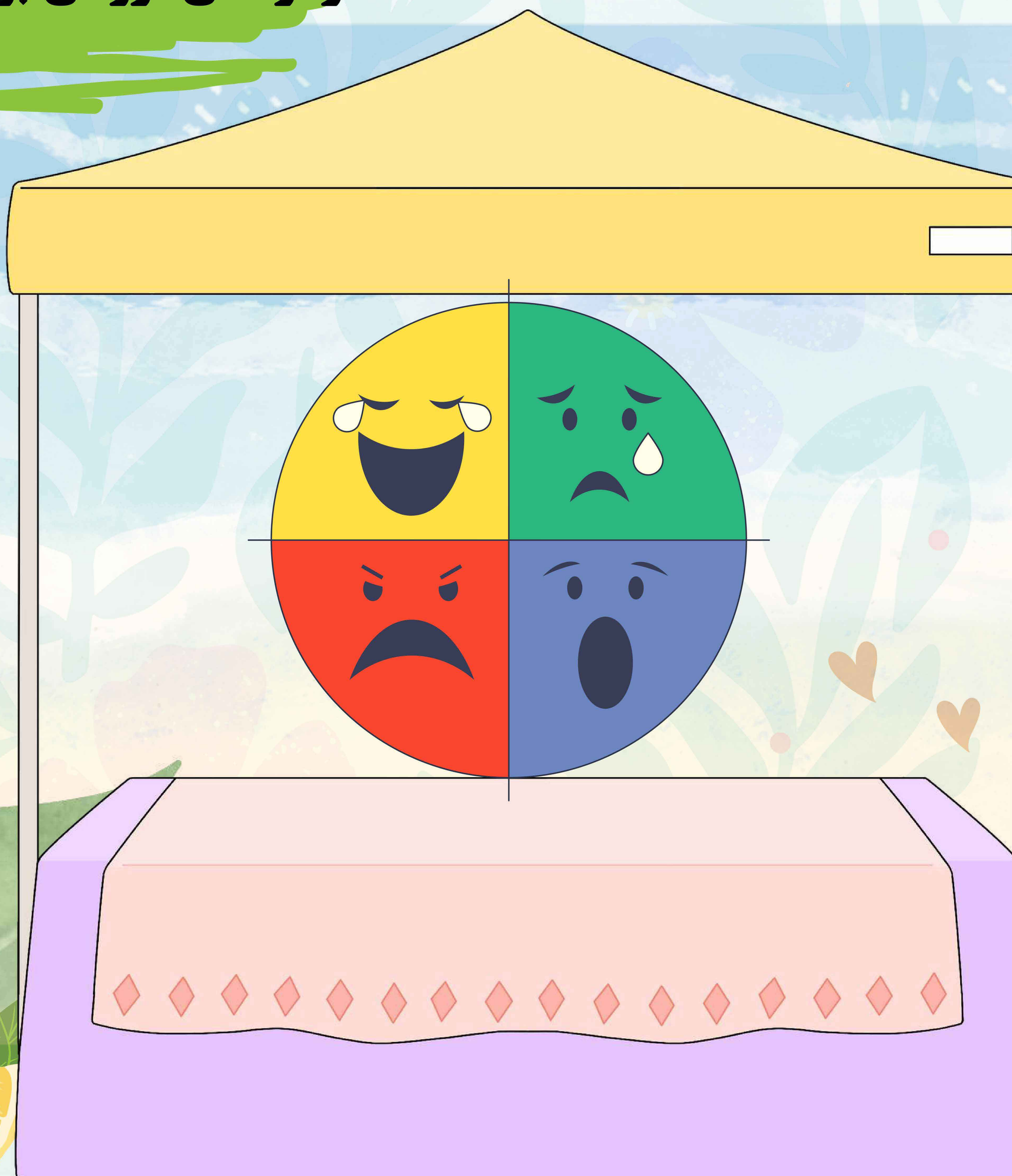
در ادامه‌ی مسیر هنردرمانی تابستان آبانا، روز ۲۸ تیرماه رویداد آموزشی–تجربی «بگذار قصه‌هامان صلح بیاورند» برگزار شد؛ کارگاهی سه‌ساعته که بر مهارتِ ترجمه‌ی مفهوم صلح به زبان کودک تمرکز داشت.

شرکت‌کنندگان — شامل مربیان، معلمان و علاقه‌مندان به جریان یادگیری کودک‌محور — در این کارگاه آموختند که چگونه با ابزارهایی همچون قصه، تصویر، گفت‌وگو و نقاشی می‌توان بذر صلح را در ذهن و تجربه‌ی کودکان کاشت. در بخش عملی کارگاه، هر شرکت‌کننده یک اثر تصویری/روایی مرتبط با صلح خلق کرد تا در ادامه، برای ارسال به جشنواره‌های بین‌المللی آماده شود.

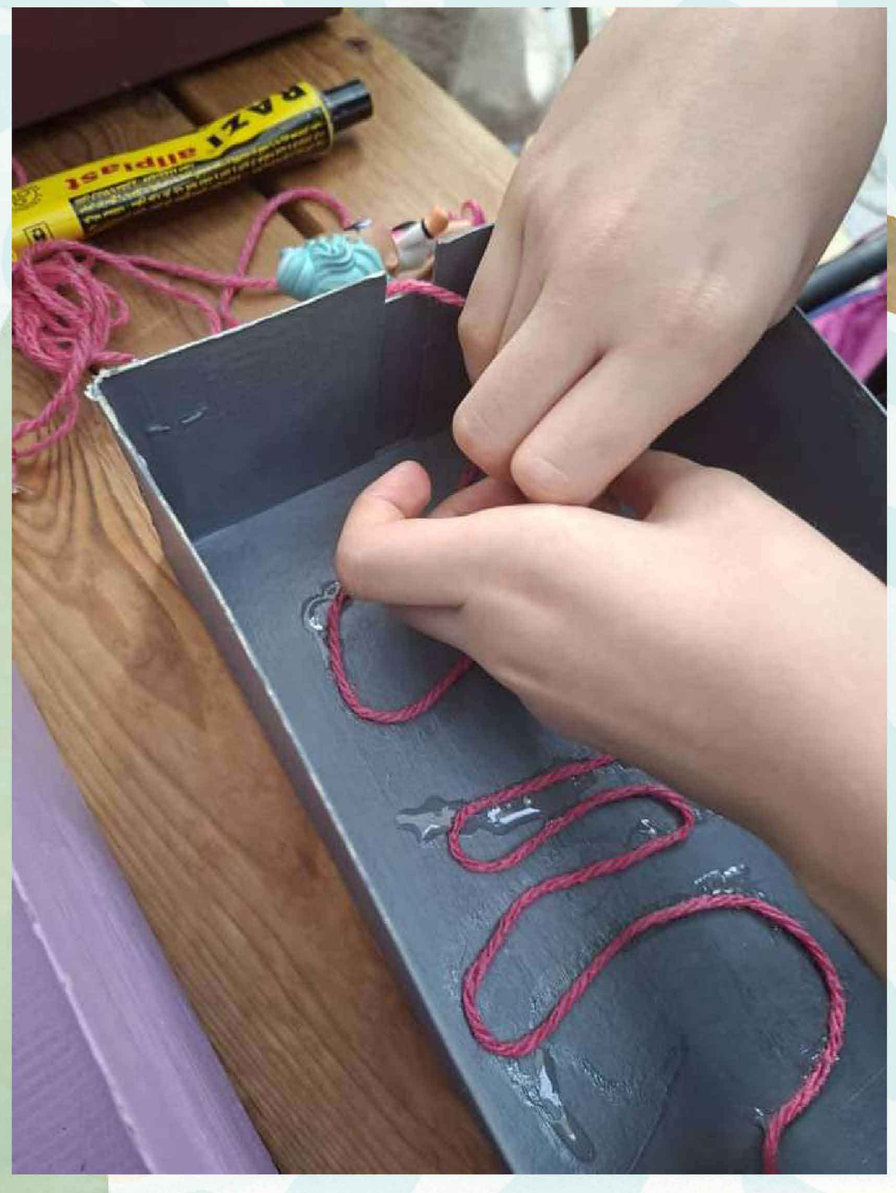
این رویداد، ششمین ایستگاه فستیوال هنر و سلامت ۲۰۲۵ بود و با الهام از کتاب ارزشمند «کتابِ صلح» اثر تاد پار طراحی و اجرا شد؛ کتابی که سال‌هاست منبع الهام مربیان صلح در آموزش کودک محور در جهان است.



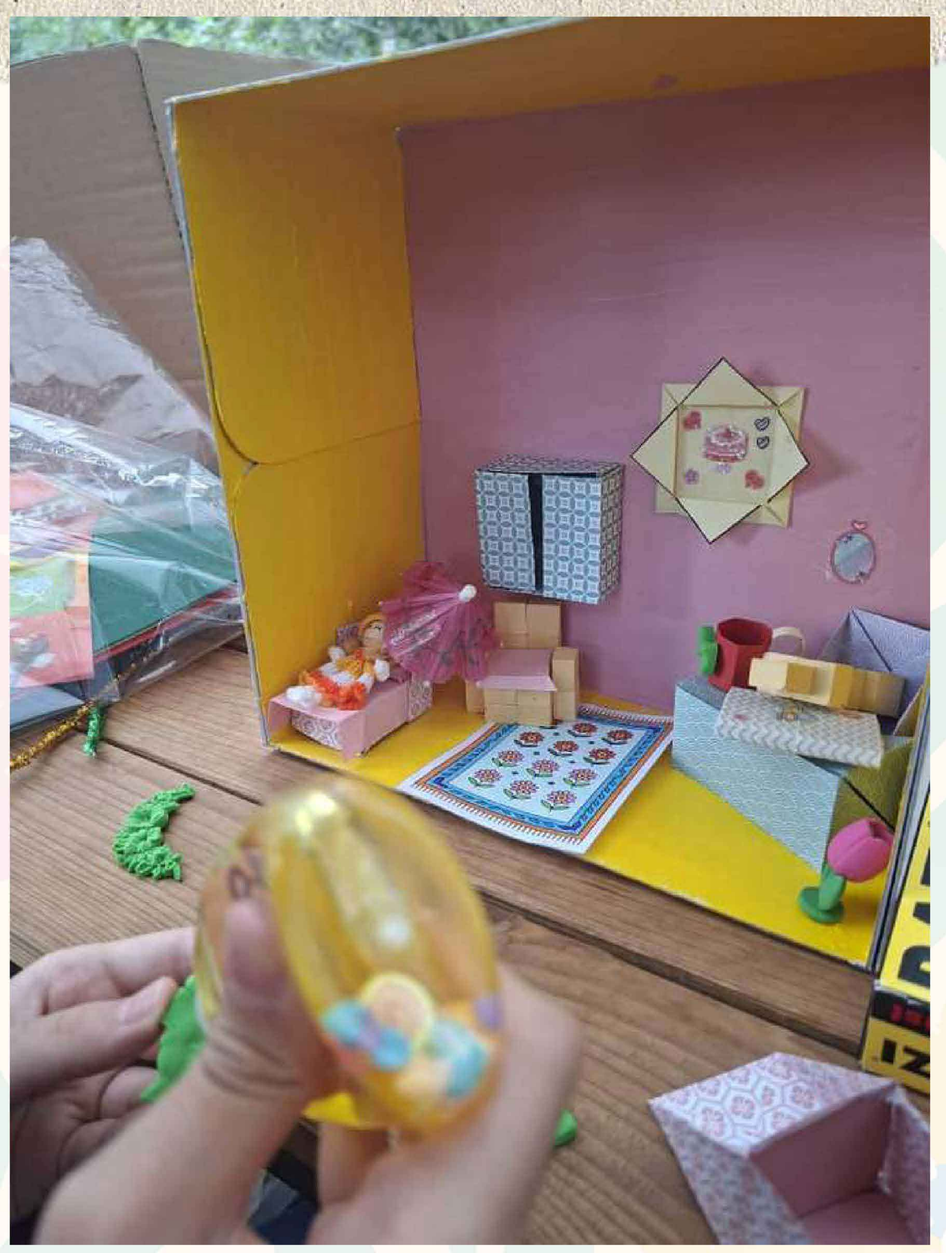
اتاقک‌های احساس | تجربه‌ی هنردرمانی گروهی برای ۱۲ ساله‌ها



در ادامه‌ی ایستگاه‌های فستیوال هنر و سلامت ۲۰۲۵، رویداد مشترک آکادمی بولوت و مرکز هنردرمانی بیانگر آبانا با عنوان «اتاقک‌های احساس» برگزار شد؛ تجربه‌ای گروهی ویژه‌ی گروه سنی ۱۲ سال که با الهام از رویکرد هنردرمانی طراحی شده بود.



در این برنامه، شرکت‌کنندگان وارد فضاهایی نمادین شدند که هر یک نماینده‌ی یک «حس درونی» بودند؛ اتاقک‌هایی که با عناصر ساده اما هوشمندانه — نور، صدا، رنگ، بافت و زبان — چیدمان شده بودند تا امکان مواجهه با احساس، بیان آن و تبدیلش به تجربه‌ی خلاق فراهم شود.



این رویداد، با وجود سادگی در ساختار اجرایی، به یک خروجی نهایی شاخص ختم شد:
یک اثر چیدمان هنری چندحسی (MULTI-SENSORY INSTALLATION) که از مشارکت کودکان شکل گرفت؛ اثری که نه فقط دیدنی، بلکه قابل لمس، شنیدن و زیستن بود

«اتاقک‌های احساس» گامی دیگر بود در مسیر آموزش و تمرین سواد هیجانی با زبان هنر — زبانی که بی‌واسطه، امن و جهان‌شمول است و در ۱۲ سالگی، معنای عمیق‌تری می‌یابد.

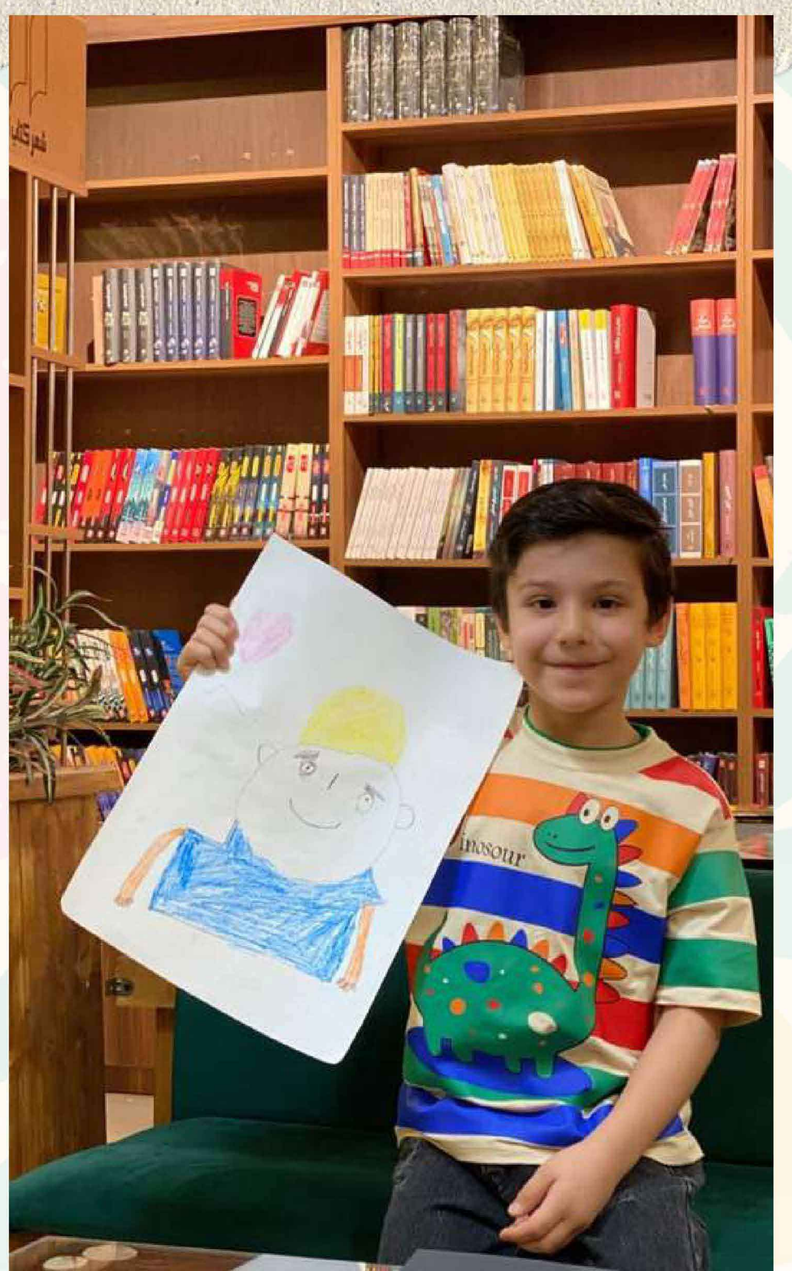
ایونت صلح با الهام از کتاب «صلح» تاد پار در شهر کتاب ارومیه

در تاریخ ۲۶ شهریور ۱۴۰۴ ، رویداد «صلح» با محوریت کتاب مشهور تاد پار و با رویکرد هنردرمانی تسهیل‌گرانه، در شهر کتاب ارومیه برگزار شد. این برنامه ویژه‌ی کودکان ۷ تا ۹ سال بود و با حضور ۶ شرکت‌کننده اجرا شد.

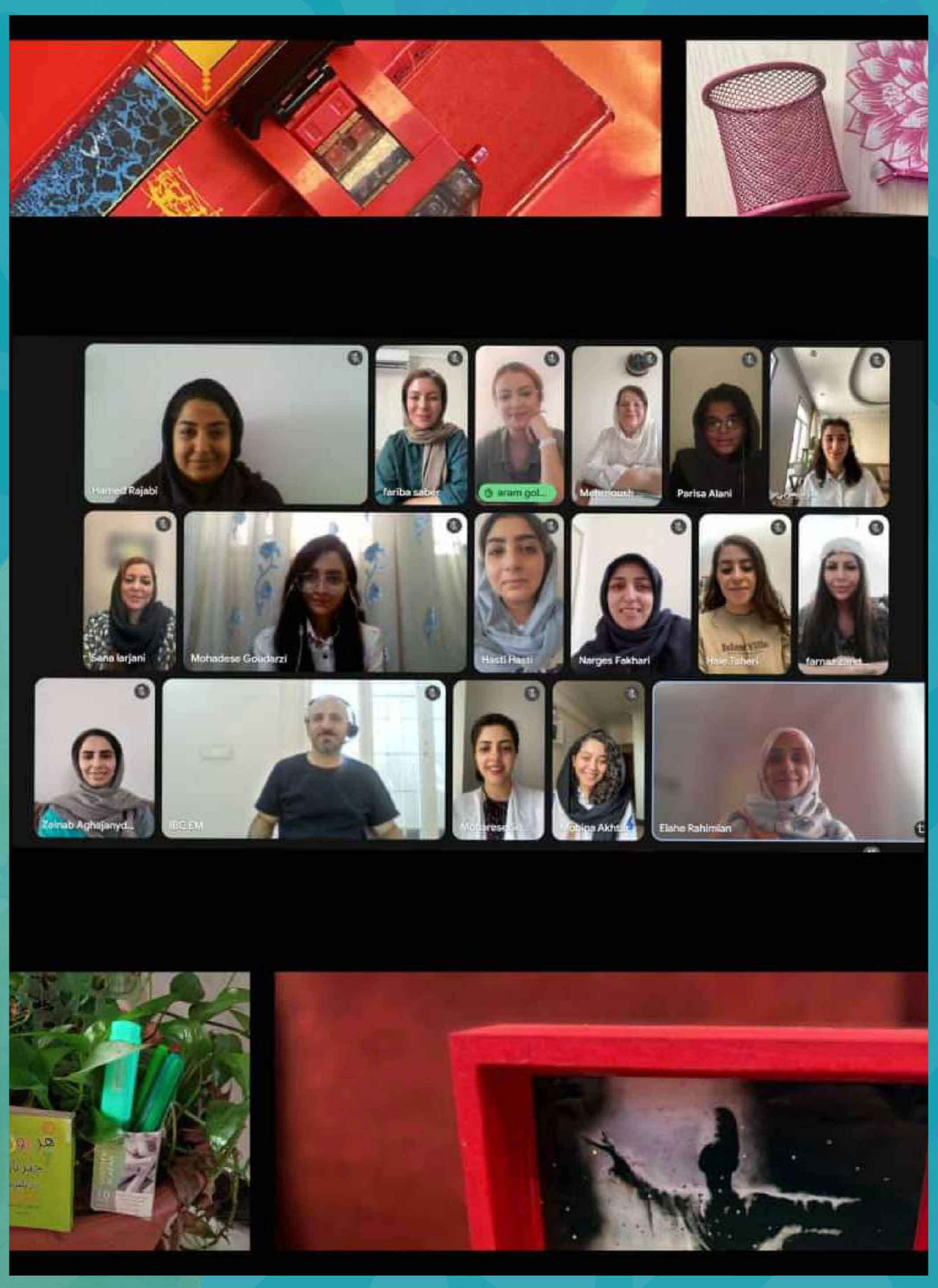
این رویداد توسط سونا رزمجو — عضو فعال مرکز هنردرمانی بیانگر آبانا در شهر ارومیه — طراحی و تسهیل شد. هدف از این برنامه، آشنایی کودکان با مفهوم صلح از طریق ادبیات و هنر بود.

در گام نخست، کتاب «صلح» به صورت تعاملی برای کودکان خوانده شد و گفت‌وگویی کوتاه پیرامون مفاهیم آن شکل گرفت. سپس کودکان با کمک ابزارهای هنری، تجربه و برداشت ذهنی خود از صلح را در قالب نقاشی و کلاژ به تصویر کشیدند.

در پایان برنامه، هر کودک تعریفی شخصی از صلح ارائه داد؛ تعریف‌هایی که از دل تجربه، خلاقیت و بیان کودکانه شکل گرفت و نشان داد چگونه ادبیات و هنر می‌تواند بذر صلح را در ذهن نسل آینده بکارد.



آغاز نخستین دوره جامع هنردرمانی بیانگر در ایران



نخستین دوره جامع و بلندمدت هنردرمانی بیانگر در ایران، به میزبانی مرکز بیانگر آبانا و با همکاری سازمان جهانی هنر (World Arts Organisation) رسماً آغاز شد.

این برنامه پیشگامانه با هدف ارائه آموزش علمی و آکادمیک به علاقه‌مندان و فعالان حوزه هنردرمانی بیانگر طراحی شده است تا مسیر حرفه‌ای آنان را در این رشته نوین هموار سازد.

دکتر الهه رحیمیان — طراح و مدرس این دوره — ضمن ابراز خرسندی از آغاز رسمی این برنامه، از همکاری خود با دکتر «مارکوس جی. اسکات-الکساندر»، یکی از بنیان‌گذاران هنردرمانی بیانگر در جهان، به عنوان افتخاری بزرگ یاد کرد.

او در این باره گفت:

«افتخار بزرگی است که در کنار دکتر مارکوس فعالیت می‌کنم و از ایشان به دلیل حمایت‌های ارزشمندشان برای تحقق این برنامه صمیمانه سپاسگزارم.»

سخن آخر تیم آبانا — پایان تابستان، آغاز یک مسیر بلند

تابستان ۱۴۰۴ برای ما در آبانا فقط فصل اجرا و آموزش نبود؛ فصل «رسیدن» بود. رسیدن به آنچه سال‌ها برایش برنامه‌ریزی، تلاش و باور کرده بودیم: بردن هنر به دل زیستِ انسان، در لحظه‌های بحران، در میدان‌های امید، کنار کودکان، در همراهی معلمان، در اتاق‌های مجازی و در قلب شهرها.

ما در کنار شما:

رویدادهای صلح را با کودکان تجربه کردیم،

پویش‌های اجتماعی را در میان آوار خبرهای تلخ ادامه دادیم،

برنامه‌های ناتمام را به سرانجام رساندیم،

و

و در نهایت نخستین دوره جامع هنردرمانی بیانگر در ایران را آغاز کردیم — اتفاقی که برای ما فقط یک «شروع آموزشی» نبود، بلکه اعلام ورود رسمی این رویکرد به زیست‌جهان حرفه‌ای کشور بود.

آنچه از این تابستان با خود می‌بریم، نه فقط آمار رویدادها و نام دوره‌ها، بلکه ردّ عمیق آن در نگاه کسانی است که کنارمان بودند — کودکانی که از صلح حرف زدند، بزرگسالانی که دوباره جان گرفتند، و متخصصانی که آماده‌اند این مسیر را ادامه دهند.

ما همچنان بر این باوریم:

هنر، فقط یک روش نیست؛

هنر، راهی است برای بقا، برای بازیابی، برای ساختن فردا.

به امید فصل‌هایی تازه، پویش‌هایی گسترده‌تر، و گام‌هایی که از دل هنر آغاز شوند و به زیست بهتر جمعی ختم.

با احترام — تیم مرکز هنردرمانی بیانگر آبانا