



فصلنامه

بهار ۱۴۰۴

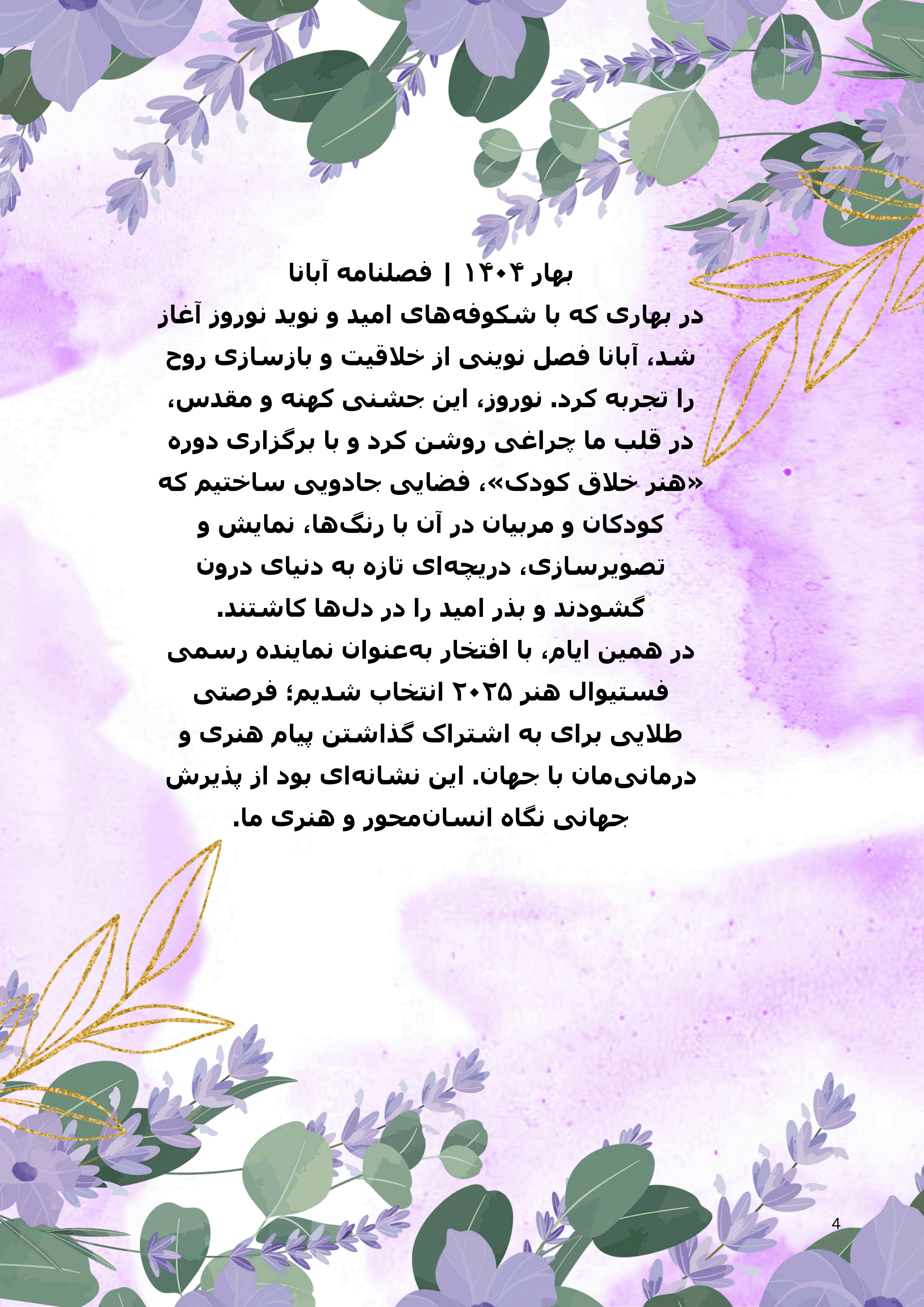
مرکز علمی پژوهشی هنردرمانی بیانگر آبانا



مدیر مسئول نشریه: الهه رحیمیان
سر دبیر: مهشید حسینیان

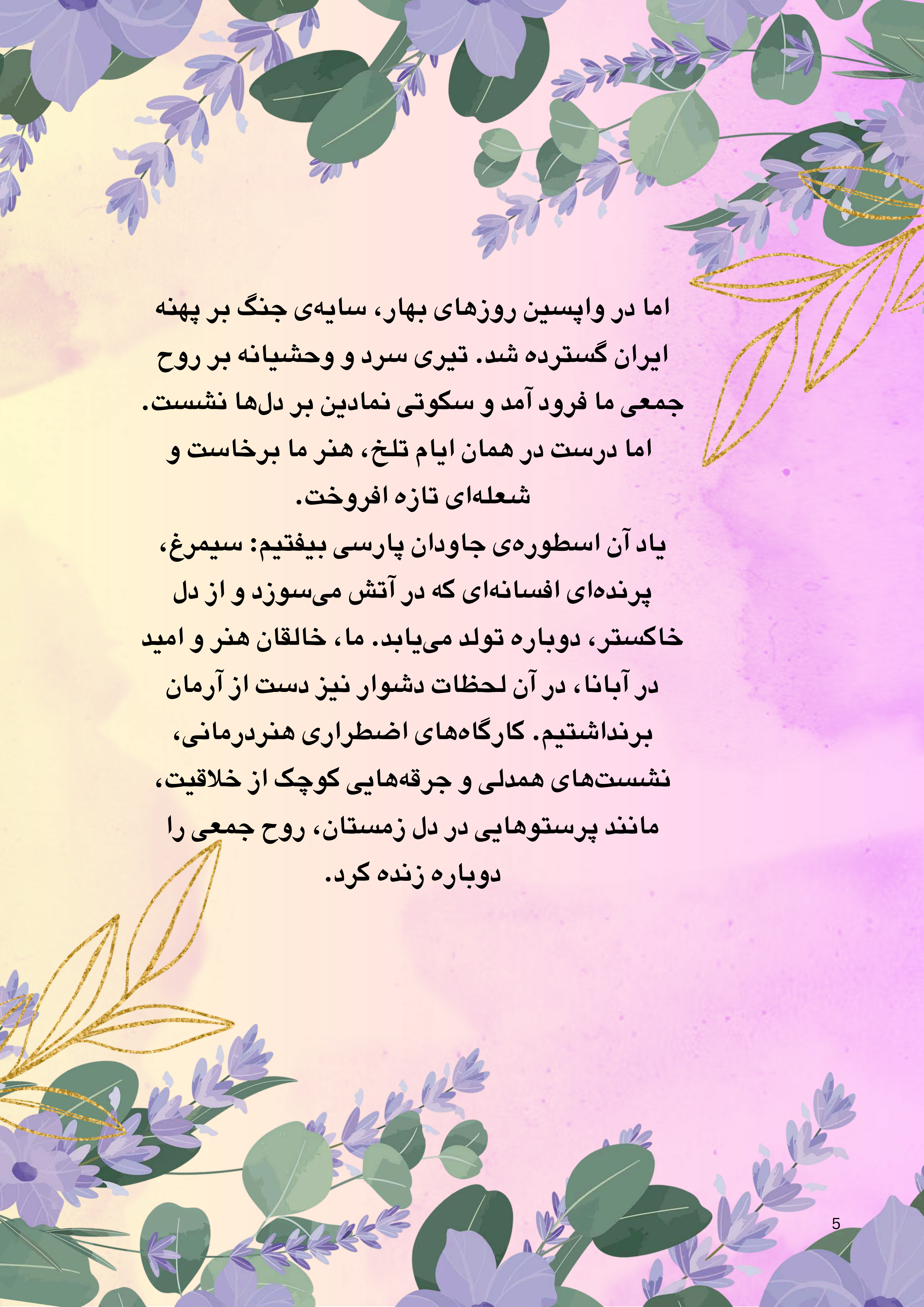


مقدمه



بهار ۱۴۰۴ | فصلنامه آبانا

در بهاری که با شکوفه‌های امید و نوید نوروز آغاز شد، آبانا فصل نوینی از خلاقیت و بازسازی روح را تجربه کرد. نوروز، این جشنی کهنه و مقدس، در قلب ما چراغی روشن کرد و با برگزاری دوره «هنر خلاق کودک»، فضایی جادویی ساختیم که کودکان و مربیان در آن با رنگ‌ها، نمایش و تصویرسازی، دریچه‌ای تازه به دنیای درون گشودند و بذر امید را در دل‌ها کاشتند. در همین ایام، با افتخار به‌عنوان نماینده رسمی فستیوال هنر ۲۰۲۵ انتخاب شدیم؛ فرصتی طلایی برای به اشتراک گذاشتن پیام هنری و درمانی‌مان با جهان. این نشانه‌ای بود از پذیرش جهانی نگاه انسان‌محور و هنری ما.



اما در واپسین روزهای بهار، سایه‌ی جنگ بر پهنه
ایران گسترده شد. تیری سرد و وحشیانه بر روح
جمعی ما فرود آمد و سکوتی نمادین بر دل‌ها نشست.
اما درست در همان ایام تلخ، هنر ما برخاست و
شعله‌ای تازه افروخت.

یاد آن اسطوره‌ی جاودان پارسی بیفتیم: سیمرغ،
پرنده‌ای افسانه‌ای که در آتش می‌سوزد و از دل
خاکستر، دوباره تولد می‌یابد. ما، خالقان هنر و امید
در آبانا، در آن لحظات دشوار نیز دست از آرمان
برنداشتیم. کارگاه‌های اضطراری هنردرمانی،
نشست‌های همدلی و جرقه‌هایی کوچک از خلاقیت،
مانند پرستوهایی در دل زمستان، روح جمعی را
دوباره زنده کرد.

۲ روایت اسطوره‌گون بهار ۱۴۰۴

- نوروز: جشن تولد طبیعت و جرقه زدن نور در دل‌ها
- دوره هنر خلاق کودک: ایجاد بستری برای پرورش حس و خلاقیت در کودکان
- نمایندگی فستیوال هنر ۲۰۲۵: نشان اعتمادی جهانی به هنردرمانی ما
- بحران جنگ و زادروز دوباره‌ی امید: تولدی نوین مانند سیمرغ، در پی تاریکی این فصلنامه، حکایت گروهی است که در برابر طوفان تاریخ، ایستادند؛ گروهی که باور دارند هنر، نیروی شفابخش و زاینده است؛ سمبلی از تولد پس از مرگ، از ناامیدی تا آسمان. همراهان گرامی، امروز فصل جدیدی از امید و خلاقیت را آغاز می‌کنیم— فصلی که در آن هر رنگ، هر نقش و هر نگاره، فتح تازه‌ای بر روح ماست.

با بهترین آرزوها،

تیم آبان‌ا (فصلنامه بهار ۱۴۰۴)



اولین گام بهاری آبانا
سفر دروازه نوروز





در واپسین روزهای اسفند ۱۴۰۳،
در حالی که نسیم بهاری به آرامی
در جان طبیعت و دل‌ها پیچیده
بود، استودیو «حال خوب» وابسته
به مرکز علمی-پژوهشی
هنردرمانی بیانگر آبانا، رویدادی
دلنشین و نمادین برگزار کرد:
«سفر دروازه نوروز». این تجربه،
نخستین گام ما برای ورود به بهار
۱۴۰۴ بود؛ نگاهی خاص به تغییر،
رهایی و تجدید حیات درونی.

شرکت‌کنندگان از طریق چهار مرحله طراحی‌شده، ابتدا با
تصویرسازی «آینه‌ی سال گذشته» وارد فضای درون خود شدند و
احساسات و خاطرات سال ۱۴۰۳ را به تصویر کشیدند. سپس با
نوشتن نامه‌ای به سال گذشته و رها کردن آن در «آتش تطهیر»،
سنگینی تجربه‌های دشوار رها و سبک‌دل شدند.





اجرای این برنامه به صورت آنلاین و همچنین حضوری در ساری و ارومیه، با همراهی تسهیلگران توانمند، فائزه آقاجانی و سونا رزمجو نشان از وسعت و عمق ارتباط ما با جامعه داشت. این همکاری سراسری، فصل جدیدی از هم‌افزایی، خلاقیت و توانمندسازی هنری را در دستور کار قرار داد.

در ادامه، لحظه عبور از «دروازه‌ی نوروز» فرا رسید؛ تصویری پر از امید و گشایش، جایی که شرکت‌کنندگان با تمرکز ذهنی یا حرکت نمادی، ذهن و جسم خود را برای آغاز سال جدید آماده کردند. در پایان نیز هر فرد پیامی ویژه برای سال ۱۴۰۴ نوشت؛ پیام‌هایی که به زودی در گالری مجازی آبانا در معرض دید مخاطبان قرار خواهند گرفت.





هنر مشارکتی در مازندران

چهره نگاری با رویکرد
هنردرمانی



در ۲۶ اردیبهشت ۱۴۰۴، استان مازندران میزبان نخستین جشنواره هنر مشارکتی با موضوع «چهره‌نگاره» بود؛ رویدادی که توسط دکتر محمد اعظم‌زاده، عضو هیأت علمی دانشگاه مازندران، با همکاری دانشگاه مازندران در آموزشگاه هنری نورما - بابل برگزار شد.

این جشنواره مشارکتی هنری با رویکرد هنردرمانی، فضایی فراهم آورد تا شرکت‌کنندگان در قالب سه گروه حرفه‌ای، نیمه‌حرفه‌ای و علاقه‌مند، تجربه مشترکی از خلق چهره‌نگاره و بهره‌گیری از ظرفیت‌های درمانی هنر را تجربه کنند

اختتامیه و فعالیت‌های هنردرمان‌گرا

مراسم اختتامیه با همراهی سرکار خانم دکتر الهه رحیمیان، مدیر مرکز هنردرمانی بیانگر آبان‌ها، و سرکار خانم مهشید حسینیان، معاون آموزشی مرکز، برگزار شد. پس از نمایش آثار خلق‌شده، تیم آبان‌ها سه فعالیت تعاملی و هنردرمانی را با حضور مخاطبان به اشتراک گذاشت تا عمق معنا و تجربه هنری در قالب مشارکتی تقویت شود.

نکات برجسته جشنواره
چهره‌نگاره به‌عنوان ابزار هنردرمانی -
تمرکز بر ابعاد روان‌شناختی و نمادین
چهره
گستره مشارکتی - حضور سه گروه با
احساس هنری متفاوت
رهبری علمی - همراهی اساتید دانشگاه
مازندران و نمایندگان آبان‌ها
منظور درمانی و تعاملی - ترکیب نمایش
آثار و اجراهای تعاملی هنردرمانی



رویداد جهانی هنر و سلامت جنوب ۲۰۲۵



چهارشنبه ۷ خرداد

اولین ایستگاه از فستیوال بین المللی هنر و سلامت 2025

تهران، ۷ خرداد ۱۴۰۴ - در دانشکده علوم زیست فناوری دانشگاه شهید بهشتی، نخستین رویداد از فستیوال بین‌المللی هنر و سلامت ۲۰۲۵ با رویکردی جهانی برگزار شد. این مراسم افتتاحیه نقطه‌ای عاطفی بود برای ورود رسمی فستیوال به ایران، با برنامه‌ای متمرکز بر تخلیه هیجانی و استفاده از ابزارهای درمانی هنر.

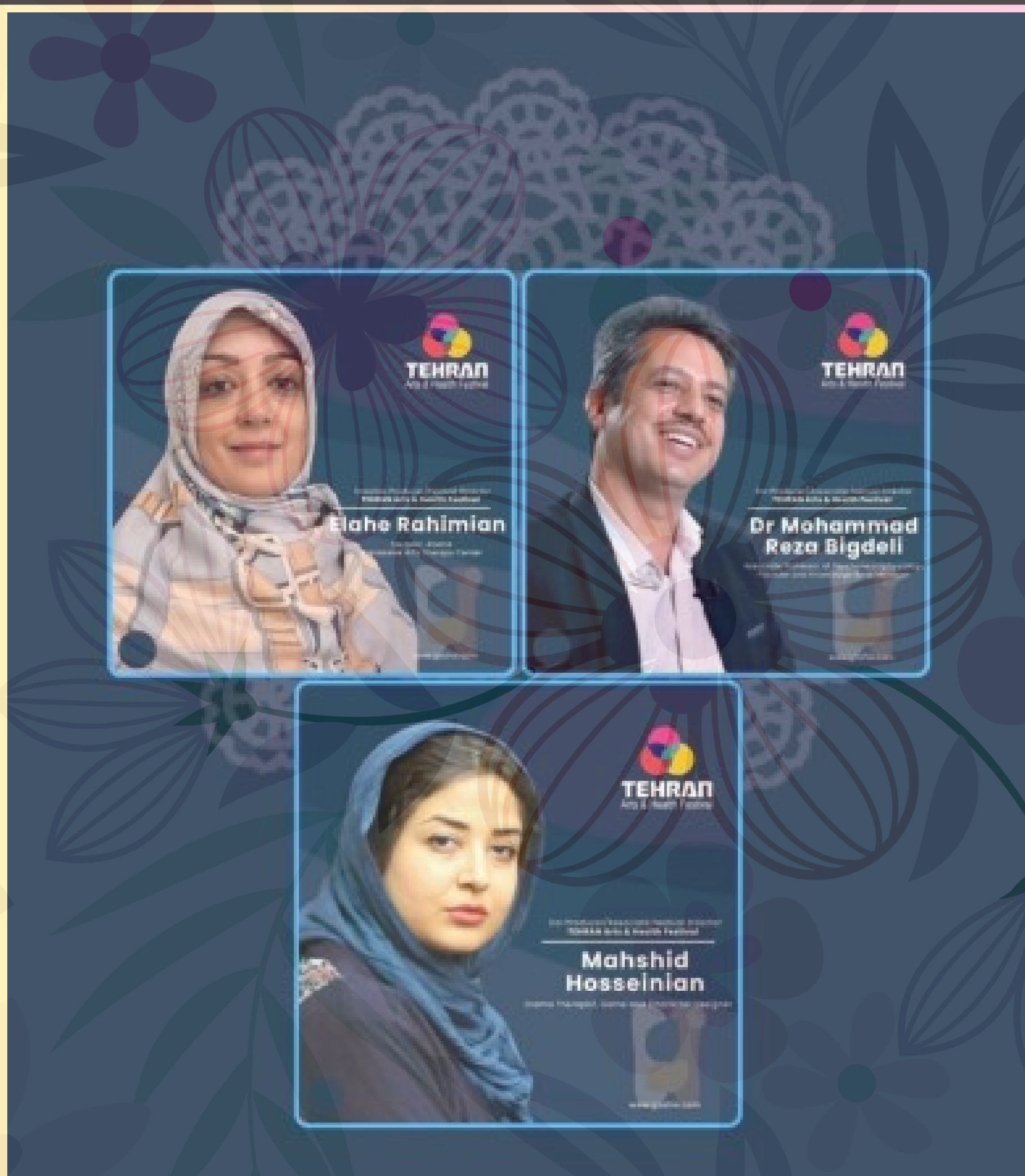


الهه رحیمیان، مدیرعامل مرکز هنردرمانی بیانگر آبانا، به‌عنوان مدیر اجرایی شهری رویداد انتخاب شد. همچنین دکتر محمدرضا بیگدلی، عضو هیئت‌مدیره آبانا و دانشیار دانشگاه شهید بهشتی، در این مراسم با سخنرانی خود، اهمیت به‌کارگیری هنر در سلامت روان را از منظر علمی تشریح کردند.



فستیوال هنر و سلامت ۲۰۲۵، با تأکید بر نقش درمانی هنر، پس از تهران، به‌پایان در کشور برزیل خواهد رسید. این رویداد از سوی "Tehran Arts & Health Festival" معرفی شده و اولین فعالیت آن در دانشگاه شهید بهشتی، در ۱۵ می ۲۰۲۵ برگزار شد.

الهه رحیمیان، مدیر اجرایی فستیوال شهری رویداد جهانی هنر و سلامت جنوب ۲۰۲۵ شد.



آبانا با مشارکت در رویدادهای بین‌المللی، مانند فستیوال جهانی هنر و سلامت جنوب ۲۰۲۵، جایگاه خود را در عرصه جهانی تثبیت کرده و در حال تبدیل شدن به یکی از مراکز تأثیرگذار هنردرمانی در ایران و منطقه خاورمیانه است.



مرکز تخصصی، علمی پژوهشی آبانا با همکاری پارک علم و فناوری دانشگاه شهید بهشتی با افتخار میزبان رویداد بین‌المللی هنر و سلامت ۲۰۲۴ نیز، بود

الهه رحیمیان، مدیرعامل مرکز هنردرمانی بیانگر آبانا، به عنوان مدیر اجرایی فستیوال شهری رویداد جهانی هنر و سلامت جنوب ۲۰۲۵ منصوب شد. این رویداد که با هدف بررسی و کاربرست نقش هنر در سلامت روان برگزار می‌شود، اختتامیه خود را در برزیل خواهد داشت.

رحیمیان در این مسیر، با همراهی دکتر محمدرضا بیگدلی، عضو هیئت‌مدیره مرکز آبانا و دانشیار دانشگاه شهید بهشتی، و مهشید حسینیان، معاون آموزشی و فرهنگی مرکز آبانا، این رویداد را هدایت خواهد کرد.

دومین ایستگاه فستیوال شهری بین المللی هنر و سلامت 2025

کارگاه هنر بیانگر ویژه افراد دارای نیاز
ویژه با همکاری گالری توانا





تهران، ۱۳ خرداد ۱۴۰۴ – دومین ایستگاه
از فستیوال شهری بین‌المللی «هنر و
سلامت ۲۰۲۵» در فرهنگسرای اندیشه
برگزار شد. این رویداد دو ساعته، با
همکاری خلاقانه گالری توانا و مدیریت
خانم فاطمه شمس، به‌منظور پیرایش
هیجان و بازشناسی احساسات برای گروه
سنی ۱۵ تا ۴۵ سال طراحی شد.

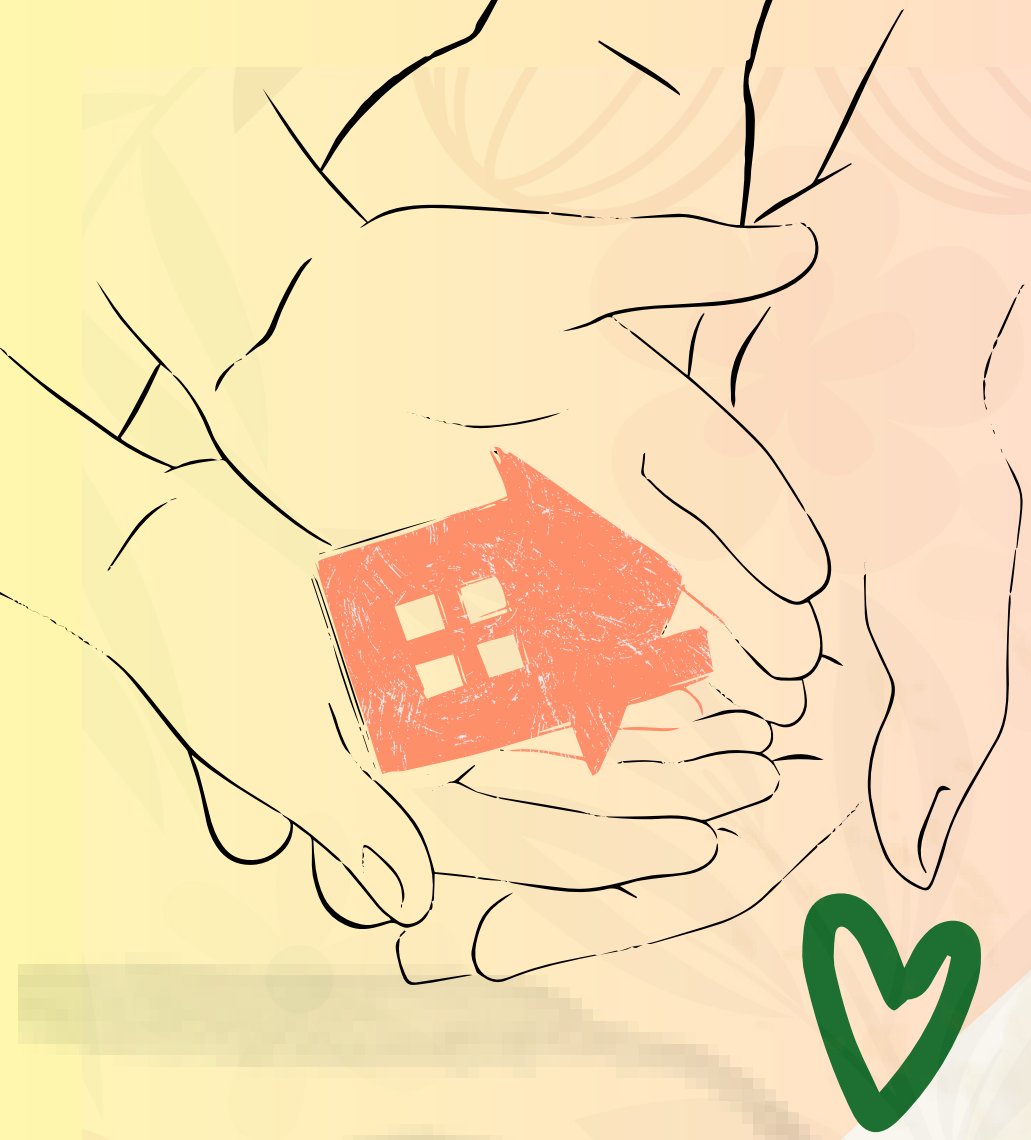


در این برنامه، گروه تسهیلگران مرکز هنردرمانی آبانا – که همگی فارغ‌التحصیل
دوره‌های این مرکز هستند – از تکنیک‌هایی مانند تئاتر درمانی و هنرهای تجسمی بهره
بردند تا شرکت‌کنندگان بتوانند هیجانات خود را ابزاروار بروز دهند و احساسات‌شان را
کشف و ساماندهی کنند.

همچنین این برنامه تخصصی برای افراد دارای نیازهای ویژه طراحی شده و نشان از
تعهد عمیق آبانا به سلامت روان و عدالت اجتماعی دارد.

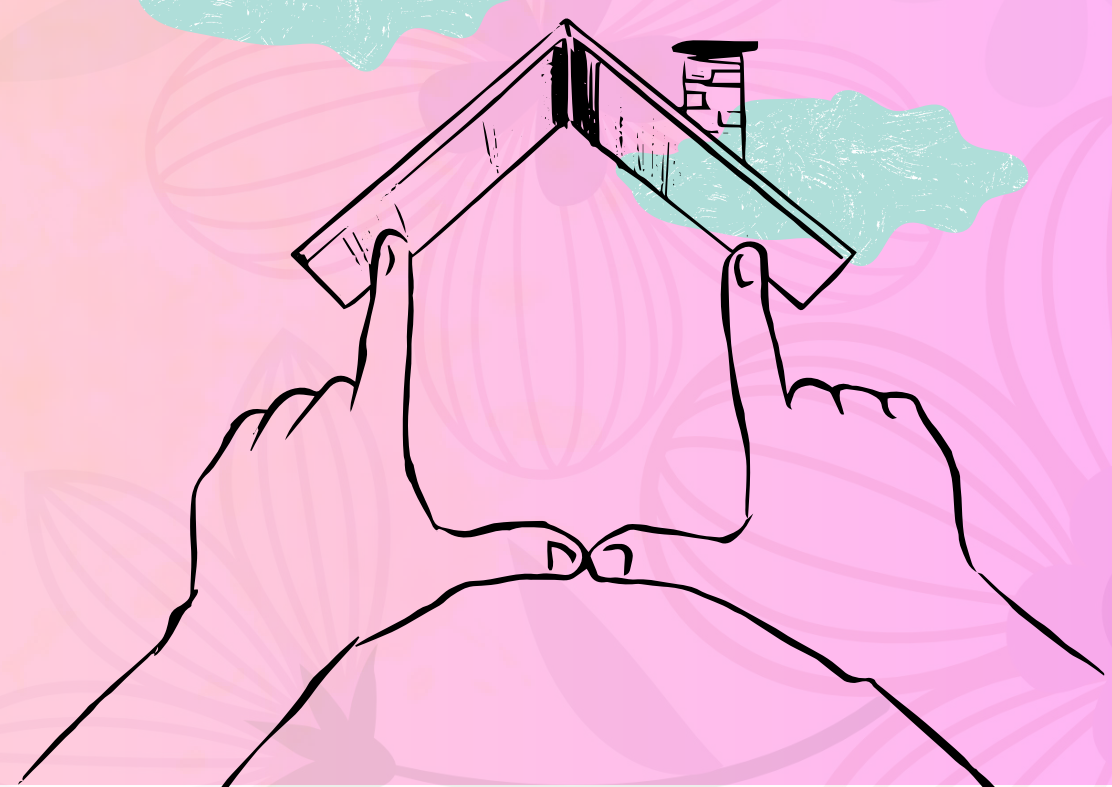


با تمرکز بر نیازهای ویژه – و بهره‌گیری از هنر
درمانی فعال و تعاملی – این ایستگاه نشان داد
چگونه هنر می‌تواند به عنوان ابزار قدرتمند در
بازشناسی هیجانات و تقویت خودآگاهی روانی
عمل کند. این اقدام، بخشی از رویکرد علمی مرکز
هنردرمانی آبانا و نشانه‌ای از مسئولیت اجتماعی
آن است.

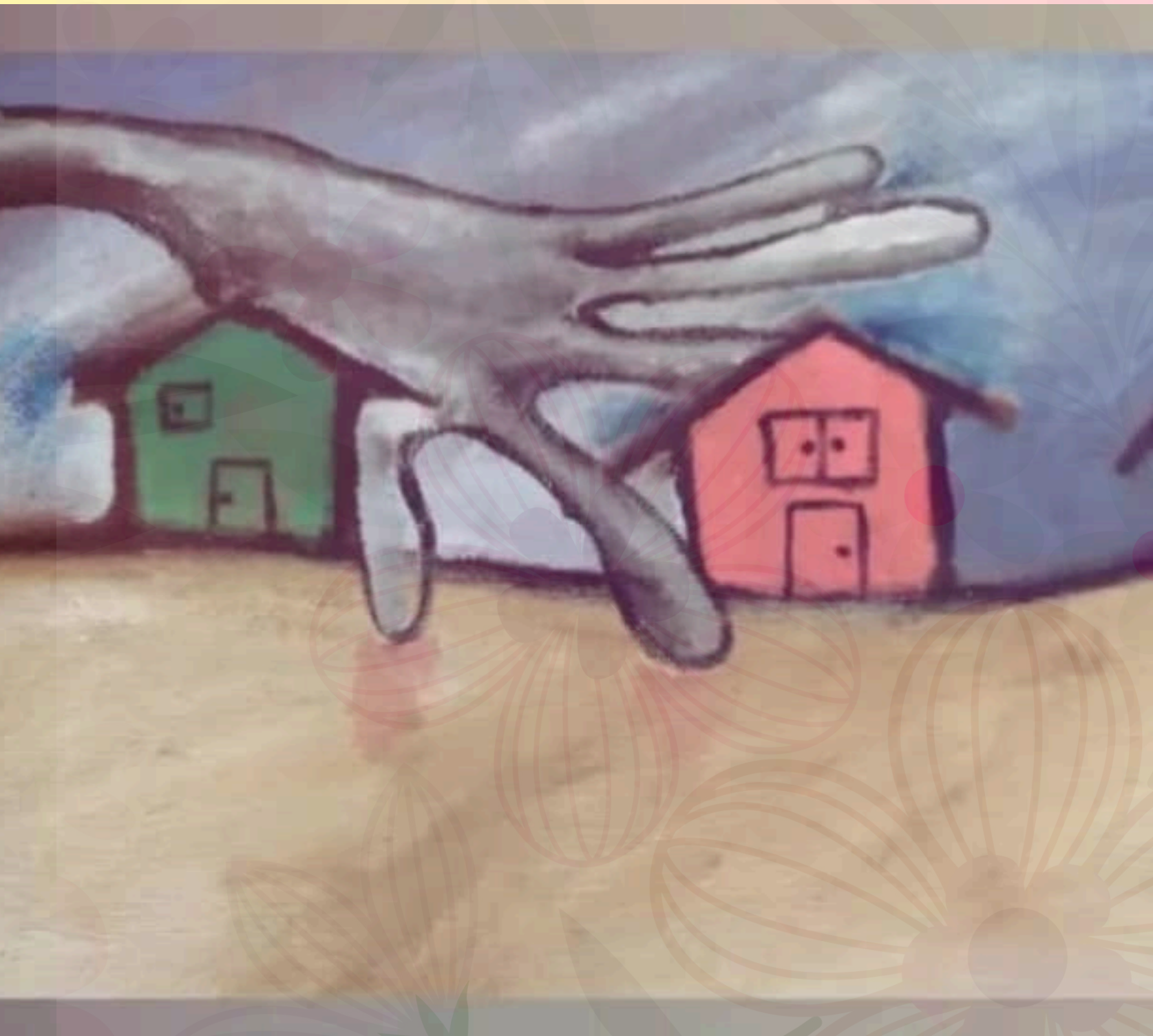


HOME

سومین ایستگاه فستیوال شهری بین
المللی هنر و سلامت 2025: خانه
کجاست؟



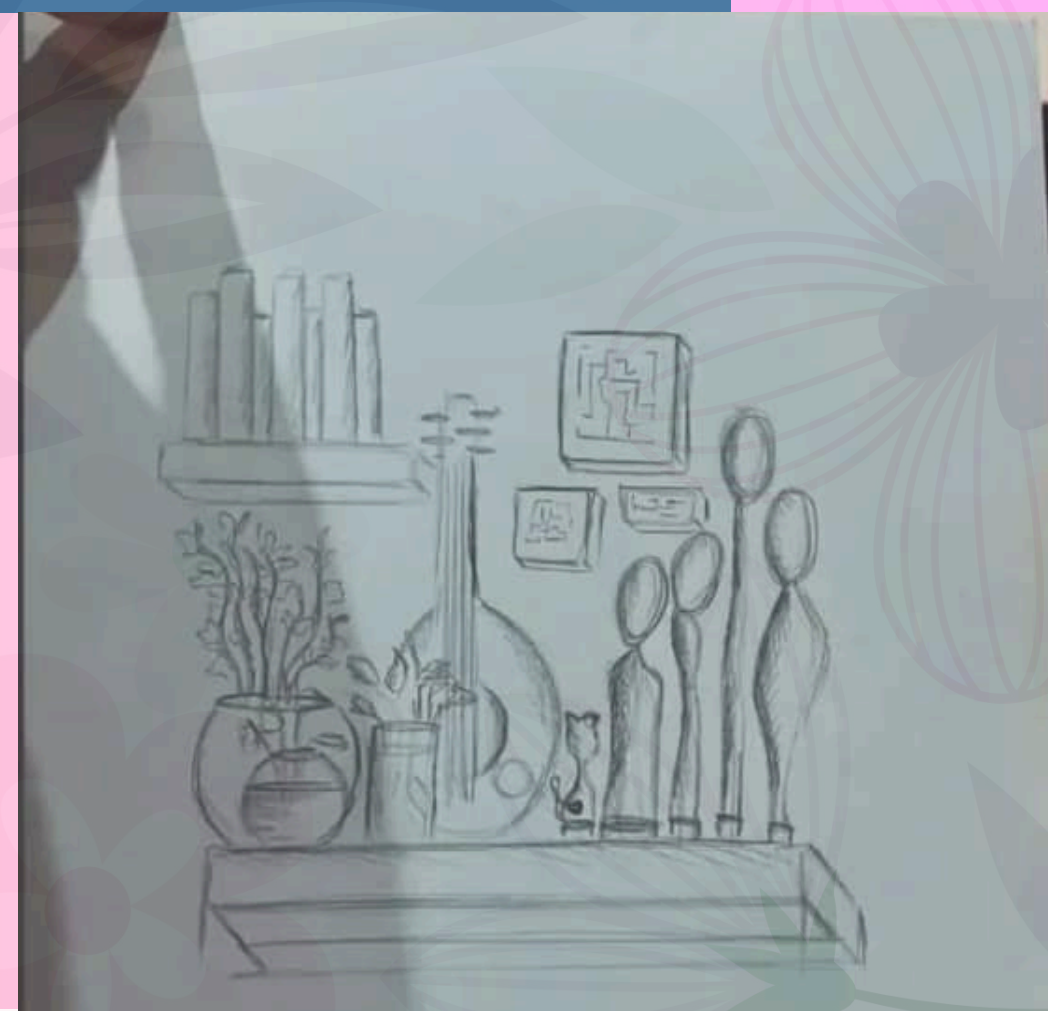
۱۹ خرداد ۱۴۰۴ - سومین مرحله از رویدادهای بین‌المللی هنر و سلامت ۲۰۲۵ با عنوان «خانه کجاست؟» در قالب یک ورکشاپ آنلاین تصویرسازی برگزار شد. این برنامه ویژه علاقه‌مندان به تصویرسازی، هنر و خودشناسی طراحی شد.



در این کارگاه سه‌ساعته، شرکت‌کنندگان در مسیری خلاقانه پرسش‌هایی مانند «خانه کجاست؟ در دیوارها؟ در آغوش؟ یا در خاطره‌ای دور؟» را مورد بررسی قرار دادند. هدف اصلی، خلق آثار شخصیت‌محور با بهره‌گیری از احساسات درونی و فرم تصویرسازی بود.

آثاری که در این ورکشاپ خلق شدند، در نمایشگاه حضوری آینده به نمایش درمی‌آیند. همچنین شرکت‌کنندگان با معرفی جشنواره بین‌المللی تصویرسازی «خانه کجاست؟ / WHERE IS HOME؟»، فرصت یافتند تا آثار خود را به‌صورت مستقل ارسال و در معرض رقابت جهانی قرار دهند.

این سومین رویداد نشان داد که چگونه یک تجربه آنلاین می‌تواند بستری برای خودشناسی هنری، خلاقیت جمعی و اتصال به جشنواره جهانی فراهم آورد. شرکت‌کنندگان، از خانه‌های خود، نشانه‌های امنیت و معنا را در قالب تصویر شکل دادند.



سخن آخر از تیم آبانا

فصل گذشته، مسیر هنر و سلامت را با هم پیمودیم؛ از اولین گام‌های بهاری تا تجربه‌های عمیق هنری و آنالین. این فصل، همان‌گونه که معجزه‌های بهار را در طبیعت نظاره کردیم، در درون خویش نیز نشانه‌هایی از تولد دوباره، امید و آرامش یافتیم.

امید است در فصل تابستان، با همراهی شما گرامیان، گام‌های قوی‌تری برداریم: گزارش تصویری ایستگاه‌های بعدی، گفتگوهای علمی‌اندیش، و نمایشگاه‌هایی که پیام صلح، خلاقیت و هم‌افزایی را با زبانی انسانی و هنری فریاد خواهند زد.

تا آن زمان، خانه‌ای امن از امید و هنر برایتان ساخته‌ایم. دعوت‌تان می‌کنیم برای ادامه‌ی این مسیر روح‌بخش همراه ما باشید؛ جایی که هر تصویر، هر سخن و هر تلاش، قدمی است به سوی تابستانی روشن‌تر و سبک‌تر از همیشه.

با بهترین آرزوها برای قلبی آرام، ذهنی خلاق و روزهایی سرشار از آرامش،
تیم آبانا | بهار ۱۴۰۴