

မံရမ်း

وزارت علوم تحقیقات و فناوری



دانشکده سینما تئاتر

پایان نامه تحصیلی جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد

رشته تصویر متحرک

موضوع نظری

کودک درون و انیمیشن

موضوع عملی

قصه کوچک ما

استاد راهنمای بخش نظری

حمید دهقانپور

استاد راهنمای بخش عملی

دکتر محمد رضا حسنائی

استاد مشاور

دکتر حسین اعرابی

نگارش و تمهیق

آمنه اسلامی

شهریور ماه 1387

پکیده

رسیدن به خلاقیت، برای بازسازی رویاهای کودکان دشوار است اما امری است قابل وصول به دو دلیل: نخست اینکه دستیابی به دنیای کودکان امری محال نیست، چرا که ما همگی زمانی کودک بوده ایم و جاده خاطرات فراموش شده کودکی حتما مسیر خلاقیت را قطع می کند. دوم اینکه؛ خلاقیت در انحصار اندک شماری از مردم نیست. گرچه برای متجلی ساختن آن باید پشتکار داشت و باید با یکی از درونی ترین لایه های درون خود، ارتباط برقرار کنیم. با کودک درون! چرا که بدون کودک خلاق درون، تقریباً هیچ چیز چندان جاذبه ای ندارد. هیچ چیز الهام بخش و خیال انگیز نیست.

مبحث کودک درون که شگفت انگیز، به کلیه جوانب زندگی انسانها وارد شده است، به شکلی کاملاً توجیه پذیر در تار و پود انیمیشن گره می خورد. چنان که میبایستی کودک، کودک درون و انیمیشن را سه جزء لاینفک مثلث این هنر بدانیم. عنصر خیال به عنوان واژه کلیدی در تعریف این دو مقوله، ما را به سوی این سؤال می برد که چگونه می توان به عنوان یک آدم بزرگ، وسعت تخیل کودکان را درک کرد؟ چرا که تخیل با گذشت سن کودک از تغییرات محسوسی برخوردار می گردد. و همگام با رشد فکری و عقلانی فرد، از شدت آن کاسته می شود.

اگر کودک، بتواند از مختصات و توانمندیهای یک آدم بزرگ استفاده کند، خواهد توانست در جریان ساخت انیمیشن به شکوفایی خلاقیت دست یابد. حال از آنجا که برای کودکان امکان این بلوغ زودرس ناممکن تلقی می شود؛ اگر یک آدم بزرگ بتواند به دنیای کودکی وارد شده و از عناصر سودمند آن در جهت ساخت انیمیشن بهره گیری کند محصول نهایی به همان میزان چشمگیر خواهد نمود. به عبارتی خواهیم توانست با ورود به دنیای خیال انگیز کودکی، نه صرفاً ریاکارانه، بلکه خالصانه ارتباطی عمیق و به یاد ماندنی با مخاطب برقرار کنیم. امروزه به علت عدم درک صحیح از مقوله خیال پردازی، بسیاری از انیمیشنهای کودکان به سوی نوعی واقعیت گریزی صرف، و جادوی عوام فریبانه کشیده شده است. برای رسیدن به سطح تخیل بالای کودک، باید با تخیل او همراه شد. و برای این مهم باید که بتوانیم کودک درون خویش را از اعماق وجود به سطح خودآگاهی خویش فراخوانیم تا ما را به دنیای خود رهنمون شود. آنگاه، خواهیم دید، که کودک درونمان روی زمین دراز کشیده است و در حالی که پاهایش را با شادمانی حرکت می دهد با دستان کوچکش بر صفحه ذهن ما نقاشی می کند و ما را در مسیر الهامات قرار میدهد.

فهرست مطالب

عنوان

صفحه

1

مقدمه

فصل اول: کودک درون و انیمیشن

۶	-	تعریف درون، نفس و جان
۱۰	-	کودک درون کیست؟
۱۹	-	تعریف انیمیشن
۲۲	-	روانشناسی در سینما و انیمیشن
۲۵	-	دنیای کودکان، دنیای انیمیشن و کودک درون
۲۹	-	اصل جاندار پنداری در دوران کودکی
۳۳	-	مفهوم تخیل
۴۰	-	شرایط و مختصات فانتزی در دنیای کودکان
۴۷	-	ویژگی نقاشی کودکان و کاربرد آن در انیمیشن
۵۷	-	کودک درون والت دیزنی
۶۰	-	مردی که رؤیاهای کودکی اش میلیون ها دلار می ارزند

فصل دوم: فلاقت

۶۳	-	مقدمه
۶۴	-	تعاریفی برای فلاقت
۷۶	-	کنش خلق
۸۱	-	فلاقت در دوران کودکی

فصل سوم: شفای کودک درون

۸۴	-	چگونه کودک درون خود را شفا دهیم
۸۷	-	دو نیمکره مغز
۸۹	-	دو شیوه شناخت
۹۲	-	تجربه کودک درون
۹۴	-	ابزار مراقبت از کودک درون
۹۷	-	ملاقات با کودک درون
۱۰۰	-	کشف کودک معنوی درون
۱۰۱	-	کشف کودک خلاق درون
۱۰۲	-	رابطه کودک درون و حرفه شخص
۱۰۵	-	مصاحبه با خانم دکتر لوسیا کاپاچیونه

فصل چهارم: نقش انیمیشن در زندگی کودکان

۱۱۴	-	مقدمه
۱۱۵	-	تاثیر انیمیشن، بر روند یادگیری
۱۱۷	-	ویژگی های کلی هیجانی و احساسی کودک
۱۱۹	-	تاثیر مخرب انیمیشنهای خشن امروزی بر روح و روان کودکان
۱۲۲	-	چه کسی می تواند برای کودک کار کند
۱۲۷	-	سخن آخر
۱۲۹	-	نتیجه گیری
۱۳۲	-	منابع و مأخذ
۱۳۷	-	گزارش کار عملی
۱۷۸	-	چکیده به زبان انگلیسی

مقدمه

رؤیا پردازان انسانهای نازنینی هستند مباد آنکه نباشند
چرا که بی وجود آنان قلب هامان پژمرده خواهند شد
و اندیشه هایمان به قتل خواهد رسید.
نیچه

گاهی حس می کنیم که دیگر قادر نیستیم که خلاق باشیم. همه طرحهایمان شبیه به هم می شود. همه شخصیتهایی که خلق می کنیم یا داستانهایی که می نویسیم کپی کارهای دیروزمان است و هیچ ابتکار جدیدی در راه نیست .

در این مواقع به کنج تنهایی خود پناه می بریم . خودمان هستیم و درون به عزلت نشسته خودمان. دستمان ناخودآگاه روی کاغذ یا کتاب یا میز کشیده می شود. نیرویی از درون دستمان را کنترل می کند. خطوطی مبهم و در هم می کشیم و گمان می کنیم که این خطوط ثمره خشمی است که در وجودمان رخنه کرده است. ناگهان خطوط شکل می گیرند و تصویر جدیدی خلق می شود. جانی تازه می گیریم و نقشهای جدید یکی پس از دیگری روی کاغذ می آیند. راهگشایی!

این اتفاق اغلب برای کسانی که مدام با فرایند خلق، در ارتباطند رخ می دهد. ولی معمولاً اسم این نوع الهامات را نمی دانیم. منبعش را نمی شناسیم و یا اغلب نادیده اش می گیریم. به محض اینکه از بن بست بیرون آمدیم بدون اینکه از درون خلاقمان قدردانی کنیم و یا به دنبال کشف منبع این کمک و همراهی باشیم، از این خط سیر جدید بهره وری می کنیم. کتابمان به چاپ می رسد. فیلمنامه یا داستان نگاشته شده و به تائید می رسد. انیمیشن مورد نظر ساخته می شود، مقبول می افتد، ستوده می شود و ما چند صباحی از این جریان تازه سود می بریم تا دیگر بار دوباره همان زمان نومیدی فرا برسد. دوباره به کنج تنهایی خود رجوع کنیم با خودمان تنها شویم و فرایند خلق به شکلی اسرار آمیز رخ بدهد و ما را به مسیر خلاقیت سوق دهد.

تصمیم گرفتیم تا آنجا که در توان داریم با استفاده از دانش بزرگان در این زمینه، اتفاقی را که در این لحظه خاص یعنی لحظه بحران ناامیدی از خود، برای خلق یک اثر جدید و رسیدن به یک کشف تازه و خلق آن می افتد را تا حدودی روشن کنیم. باشد که هیچ گاه خود را فراموش نکنیم و بگذاریم کودک درونمان بازی کند، بخندد و نفس بکشد تا ما بیافرینیم و بخندیم و از ورای درب ها و دیوارها و قفل ها دست نوازشی بر سر کودک درونمان بکشیم و به او اجازه دهیم تا برایمان رؤیا بیافریند. چرا که رویاهای ما سرمایه های بزرگ ما هستند.

کودک آزاد است و رها و در فرایند مکاشفه بی غرض و عاری از هر گونه آرایش. کودک می آفریند و با تمام توان آنچه را که در نخست نگاه درمی یابد، جان می بخشد. خاصیت کودک در دوران پرتخیل کودکی، جاندار پنداری است و انیمیشن خود جان بخشی است. برای کودک محیط اطرافش زنده و پویا هستند. برای کودک سنگی که به سوی او پرتاب می شود و در آسمان حرکت می کند و به سوی او می آید جاندار تلقی می شود. کودک گریه ای را که روی دیوار راه می رود جاندار تصور می کند. او با گریه حرف می زند چرا که هر جاندار از نظر او قادر به برقراری ارتباط کلامی با او به شیوه اوست. دختر بچه عروسکش را مانند خواهرش دوست دارد با او حرف می زند به او غذا می دهد و حتی به موهای طلایی رنگش حسادت می کند.

به عبارتی این کودکان هستند که با دریافتهای فراحسی خود به ما بزرگترها می آموزند که آنچه در اطراف ما خاموش و فرمانبردار در جای خود میخکوب است، میتواند جان داشته باشد. مولانا می فرماید که:

ما سمیعیم و بصیریم و هشیم با شما نا محرمان ما خاموشیم

شاید نخستین انیمیشن هایی که در آنها حیوانات شروع به سخن گفتن و زیستن مانند انسان ها کردند، از همین اندیشه کودکانه نشأت گرفت. زمانی که میکی ماوس مانند انسان ها روی دو پا شروع به راه رفتن کرد و مانند آدم ها احساساتی شد. بدین سان نخستین ارتباط تنگاتنگ کودک و انیمیشن چه بسا در تعاریف و بیان ویژگی های این دو مقوله خود را بروز می دهد.

چرا کودک درون؟ آیا انیمیشن ها تنها برای کودکان ساخته می شوند؟ آیا تا به حال هیچ بزرگسالی نبوده است که به تماشای یک فیلم انیمیشن بنشیند و از آن لذت ببرد و در انتها تحت تأثیر آن قرار بگیرد؟ تعداد مادرهایی که پا به پای فرزندان خود به تماشای سیندرلا یا سفید برفی برای چندمین بار می نشینند و فراموش می کنند که یک مادر هستند و حتی غذای روی گاز را فراموش می کنند چند نفر هستند؟ به تعداد انگشتان دست؟

پس انیمیشن، برای کودکان و کودک درون مادرانی به تعداد انگشتان دست ساخته می شود، که از طریق انیمیشن به دنیای ناب کودکی خود سرکی دوباره می کشند.

بنابراین به نظر اکثریت اندیشمندان فرایند خلق به نحوی با قسمتی از درون دست نخورده و ناب هر انسانی در ارتباط است. جزئی از وجود هر انسان که برخی از جمله اریک برن آنرا کودک درون می

نامند. بدینسان در پس هر فرایند خلاقانه ای کودکی نهفته است. کودکی همواره حاضر و همیشه همراه.

بسیاری از نظریه پردازان معتقدند که خلاقیت، امری است باطنی و معنوی و رسیدن به آن در گرو بازگشت به نفس دست نخورده آدمی است. چیزی که غزالی از آن به عنوان لطیفه الهی یاد کرده است که در درون همه انسانها به ودیعه گذاشته شده است.

خانم دکتر لوسیا کاپاچیونه نویسنده کتاب شفای کودک درون، که یک هنر درمانگر هستند و روی مبحث خلاقیت کارهای بزرگی انجام داده اند، در مقاله ای تحت عنوان حل شدن در فرایند خلق، بر این باور است که در لحظه خلق فرد آفرینشگر به منبع اصلی یعنی ذات الهی در زمان تولد، یعنی همان لحظه که خداوند از روح خویش بر او می دمدمی رسد. پس در آن لحظه فرد خلاق به مثابه پیامبری از دنیای ازل ذره ای از ذات الهی با خود بر داشته و به دنیای عدم به ارمغان می آورد.

فروید معتقد است که بیشتر خلاقیت ها، به ویژه در زمینه هنرها، جانشینی برای بازی کودکی و ادامه آن است. جایی که کودک در بازی ها و فانتزی ها اظهار وجود می کند، شخص خلاق مثلاً در نوشتن یا نقاشی ابراز وجود می نماید. سپس کارگردان، طراح شخصیت، انیماتور و دیگران یکی پس از دیگری خاطرات فرو خورده کودکی خویش را در اثر بازیابی می کنند. و حتی تهیه کننده که برای بازسازی این دنیای خیالی سرمایه گذاری می کند. هر جا که این رویاپردازی ناب تحت تأثیر دنیای بزرگ ترها، بایدها و نبایدها، هزینه ها و غیرممکن ها قرار می گیرد؛ هر جا که مکاشفه کودکانه جای خود را به مصلحت اندیشی بزرگسالانه می دهد، گوشه ای از شکست های کار رقم می خورد. همانطور که در فیلم انیمیشن «قطار قطبی» می بینیم که آنجا که فانتزی به اتمام می رسد (حتی در طراحی شخصیت ها) کودک اولین بی علاقه گی اش را به سرعت نشان می دهد. و یک فیلم با صرف میلیون ها دلار هزینه محکوم به شکست می شود. چرا که این مخاطب (کودک و کودک درون بزرگسال) بسیار سنگدلانه قضاوت می کند.

بنابراین برای کار با کودک باید او را بشناسیم و با ظرافتهای خاص روح و روان کودک آشنا باشیم تا بتوانیم در مسیر خلاقیت، هدفها و آرزوهای خود را به شکلی دلپذیر جامه عمل بپوشانیم.

فصل اول : کودک درون و انیمیشن

- تعریف درون، نفس و جان
- کودک درون کیست؟
- تعریف انیمیشن
- روانشناسی در سینما و انیمیشن
- دنیای کودکان، دنیای انیمیشن و کودک درون
- اصل جاندار پنداری در دوران کودکی
- مفهوم تخیل
- شرایط و مختصات فانتزی در دنیای کودکان
- ویژگی نقاشی کودکان و کاربرد آن در انیمیشن
- کودک درون والت دیزنی
- مردی که رؤیاهای کودکی اش میلیون ها دلار می ارزند

کودکی بازی شیرینی بود
کودکی سیبی بود
بر سر شاخه احساس وجود
کودکی بوته سرسبزی بود
رسته در باغچه رویاها
کودکی خواندن شیوای قناری ها بود
کودکی چلچله ای بود پر از شوق سفر
کودکی شیطننت ماهی سرخی بود در حوض حیات
کودکی حرف قشنگی بود در جمله عمر
کودکی نغمه زیبای شکوفایی بود
یاد آن دوره شیرین ز کف رفته به خیر!
یاد آن کودک در خاطره ها خفته به خیر!

تعریف درون، نفس و جان

نفس در لغت؛ به معنی جان، خون، تن، جسد، شخص انسان است. (فرهنگ عمید)
به تعبیر فلاسفه نفس کمال اول است. نفس انسان صاحب علم حضوری و مقدم خود انسان است. ظاهراً اولین فیلسوفی که برای نخستین بار تعریف مشخص و روشنی از «نفس» ارائه کرد، ارسطو است. وی در کتاب «درباره نفس» نفس را به «کمال اول برای جسم طبیعی که دارای حیات بالقوه است، یعنی برای جسم آلی» تعریف کرده است و ابن‌سینا هم این نظر را پسندیده و نفس را کمال اول معرفی می‌کند.

در روان‌شناسی، یونگ به طور کلی "شخصیت" را "روان" می‌نامد که در اصل به معنی "روح" و یا "جان" و "نفس" است.

یونگ، این نوع پندارگرایی را که در آن شخصیت را به صورت اجزایی که به هم چسبیده‌اند را آشکارا رد می‌کند. از دیدگاه او، بشر از همان ابتدای تولد با نوعی یکپارچگی و تمامیت متولد می‌شود و در طول زندگی تمام تلاشش برای رسیدن به بالاترین مرتبه تمامیت ذاتی خود است.

«امیرحسینی هروی» در «مثنوی کنزالرموز» در تعریف نفس می‌سراید:

چون تو نفس خویش را بشناختی

مرکب معنی به صحرا تاختی

ای ندانسته زغفلت پیش و پس

با تو زین معنی همه نامست و بس

همچو حلوی پر از زهرست نفس

واردی از عالم قهرست نفس

... نی به یک صورت نماید در نظر

نی کس از تحقیق او دارد خبر

نفس تو آشوب افعال خداست

نی ز وصف و دانش، این معنی جداست
... گه به طاعت گه به عصیان در زند

آتش اندر بار دل ناگه زند
... گه لباس بت پرستی بر کشد
گه به دعوی خدایی سر کشد
در این تعریف نفس شامل سه جزء اماره، لوّامه و مطمئنّه است یعنی انسان می تواند بر آن چیزی که
در دستش هم نیست غلبه کند و آن را برای توسعه و پیشرفت کمالات خود به کار گیرد .
طبعاً" باید نفس اماره ، لوامه را کنترل کند و نفس مطمئنّه که دیگر محل جلوس فرشتگان است.
و باز در تعریف کمال اوّل بودن نفس، در ادامه همین ابیات می سراید :

گر چه گفت این معانی نارواست
با تو رمزی بازگویم کز کجاست
روح حیوانی بد اوّل نام او
در درون آدمی آرام او
روح قدسی چون بر او سایه فکند
شد ز الهام الهی سربلند
گفت و گویش داد و نفسش نام کرد
از بد و نیکش همه اعلام کرد
نفس توسن، مرکب جان و دلست
راه بی مرکب بریدن مشکل است
پاسبان مرکب خود باش، خیز
تا سوار آیی به روز رستخیز

در هر صورت، کرامت نفس به معنی ارجمندی شخص است که در ضیافت روح لطیف حاصل
می شود. هنگامی که نفس اماره به زنجیر کشیده شود و با مراقبت از نفس لوّامه، نور نفس مطمئنّه از
سیمای انسان جاری شود، شخص دارای نفس کریمه می شود و خود او شاهدی برای کرامت نفس
است .

مولانا جلال الدین محمد مولوی بلخی هم در غزلی نفس را «خمیرمایه» انسان می داند که از آن به
نام «خانه» تعبیر می کند که همان خانه نفس و خانه دل است .
این خانه که پیوسته در آن چنگ و چغانه ست

از خواجه پرسید که این خانه چه خانه است؟

این صورت بت چیست، اگر خانه کعبه است

وین نور خدا چیست، اگر دیر مغان است؟

گنجی است در این خانه که در کون نگنجد

... این خانه و این خواجه همه فعل و بهانه است .

که مقصود از خانه همان خانه نفس و خانه دل است و آن گنجی که در آن خانه است همان امانت الهی است که اگر به کوهها و دریاها داده می‌شد، نابود می‌شدند و نصیب انسان شد به قول حافظ علیه الرحمه که :

آسمان بار امانت نتوانست کشید

قرعه فال به نام من دیوانه زدند^۱

خداوند در قرآن مجید، انسان را کریم معرفی می‌کند که او را بزرگ آفریده است و همچنین می‌فرماید که از روح خودم بر او دمیدم. همان امانتی که اگر به کوهها و سنگها داده می‌شد از هم نیست می‌شدند و از بین می‌رفتند.

«معرفة النفس» یکی از دروسی است که از قرآن سر برآورده و تا آنجا پیش رفته که خود بابی از فلسفه اسلامی شده است.

و در سوره اسراء در آیه ۷۰ می‌فرماید: «که ما انسان را بزرگ آفریدیم و او را بر همه مخلوقات خود برتری دادیم و او بزرگ است. ولقد کرّمنا بنی آدم ...

به چه دلیلی بزرگ است. به دلیل اینکه حامل امانت الهی است که توسط خداوند کریم در کالبد انسان دمیده شده است و انسان قادر به درک و معرفت آن نیست، مگر به قدر ناچیزی. چنانکه در

آیه ۸۵ سوره اسراء می‌فرماید: «قل الروح من امر ربی / بگو روح از فرمان پروردگار من است»

همان گونه که وقتی خداوند کریم به فرشته‌ها فرمود می‌خواهم بر روی زمین خلیفه و جانشینی از خودم بگذارم. «واذ قال ربّک للملائکة انی جاعل فی الارض خلیفه .. بقره / آیه ۳۰» و سپس همه به امر خداوند بر این فتبارک الاحسن الخالقین سجده می‌کنند الا ابلیس که از گروه کافران و نافرمانان درگاه احدیت قرار می‌گیرد. انسان چه چیزی داشت که خداوند، همه مخلوقات خوب خود را و او می‌دارد تا او را ستایش کنند و سجده کنند مخلوقی را که در عین بزرگی و کرامت می‌تواند بسیار پست و نادان باشد.

آیا این سجده جز برای روح و امانتی است که از جانب خداوند کریم در نهاد انسان قرار دارد؟ آیا این سجده جز برای کرامت نفس و صفات پسندیده و الهی انسان است؟

^۱ - غزلیات شمس، غزل شماره 33

حقیقت این است که انسان جز روح الهی و صفات پسندیده اخلاقی که منشأشان از روح لطیف انسان است، حیوان ناطقی بیش نیست. این روح لطیف است که انسان را به تفکر و اندیشه وامی‌دارد و تلاشش را برای شناخت پدیده‌ها بیشتر می‌کند.^۱ غزالی از این نفس به لطیفه الهی یاد کرده است لذا می‌گوید:

«نفس، عبارت از نیروی مدرک و عالم و عارفی است که در انسان وجود دارد. و همین قوه و نیرو است که مورد خطاب و عتاب قرار می‌گیرد. میان این نفس و قلب جسمانی و مادی انسان رابطه‌ای وجود دارد که اکثر مردم در باز یافتن سیر و جهت ارتباط آن دو سرگشته و متحیرند. زیرا ارتباط نفس با قلب جسمانی همانند پیوند و ارتباط میان اعراض با اجسام، اوصاف با موصوفات، به کار گیرنده ابزار با خود ابزار و رابطه میان موجود نیازمند به مکان با نفس مکان است.»^۲

غزالی معتقد است که میان اعمال نفسانی و بدنی رابطه و پیوندی وجود دارد. این موضوع در علوم معامله یا احوال نفس مورد بحث قرار می‌گیرد و در جایی دیگر می‌گوید:

«زیرا ادراکات روانی همراه با صفات و کیفیات روانی افراد، همانند یکدیگر نیستند و گرنه ما زید و عمرو را با هم اشتباه خواهیم کرد.»^۳

نفس و کرامت انسانی از دیر باز مورد بحث و تحقیق برای روانشناسان اسلامی عرفا و اندیشمندان و فلاسفه بوده است، چرا که فصل مشترک اخلاق فلسفه و روانشناسی است. تعاریف متعدد از نفس یا جان و به عبارتی روح و روان چیزی است که همگی در یک نقطه به هم میرسند و آن تقسیم بندی سه گانه ایست که از درون آدمی به عمل آمده است. در روانشناسی اسلامی این تقسیمات، نفس اماره، نفس مطمئنه و نفس لوامه نام گرفته است. از نظر اریک برن، کودک، والد و بالغ و در نظر فروید ناخود آگاه، نیمه آگاه و خود آگاه و... اما آنچه واضح و مبرهن است اینکه، تمامی این تعاریف حکایت از بخشی دارد، که در درونی ترین لایه های روح انسانی نهفته است. این بخش خام، نا آگاه خالص و دست نخورده باقی مانده است. گذر ایام آنرا به اعماق درون آدمی رانده است اما هیچگاه محو نخواهد شد. این بخش از وجود آدمی به مثابه قطعه ای لاینفک از وجود یا نفس ما در درون ما به انتظار نشسته است تا چونان بقیه بخشهای جسم و روان فرا خوانیمش تا به یاری ما بشتابد.

^۱ - حسین قاسم نژاد، کرامت نفس در قرآن و ادبیات فارسی

^۲ - سید محمداقصر حجتی، روانشناسی از دیدگاه غزالی و دانشمندان اسلامی؛ صص 36-37.

^۳ - غزالی - احیاء علوم دین - ص 15

کودک درون کیست؟

از دهه ۱۹۶۰ «کودک درون» موضوع مورد علاقه روانشناسی شده است. کودک درون، آن بخش از وجود ماست که مانند کودک احساس می کند و شاید سبب شود به شیوه بی کودکانه یا کودک وار رفتار کنیم. هاف میسپیل داین^۱ در کتاب تکان دهنده اش کودک درون گذشته - تان به تفصیل درباره این موضوع نگاشته است. همچنین «کودک» بخش حائز اهمیتی از تحلیل رفتار متقابل^۲ است که در دهه ۱۹۶۰ توسط اریک برن^۳ عرضه شد و در دهه ۱۹۷۰ به اوج محبوبیت خود رسید.^۴ تحلیل گران رفتار متقابل می گویند: " هر کس در واقع سه نفر است." منظور تحلیل گران رفتار متقابل، این است که مردم به سه شیوه می توانند عمل کنند، به شیوه والد، به شیوه بالغ و به شیوه کودک. این سه شیوه رفتار ساختار رفتاری فرد را تشکیل می دهند. اریک برن تصویری از جهانی - درونی، متشکل از این سه بخش را پیش روی ما می نهد.

^۱ - Hugh Missildine

^۲ - Transactional Analysis

^۳ - Eric Berne

^۴ - لوسیا؛ کاپاچونه ، شفای کودک درون - صص 10-11

پایه نظری تحلیل ساخت از نظر اریک برن بر سه اصل مطلق عملی و سه فرضیه عمومی استوار است:

۱. هر فرد بالغ زمانی یک کودک بوده است.
 ۲. هر انسانی که بافت مغزی اش کارکرد کافی دارد بالقوه دارای توان کافی برای درک واقعیت است.
 ۳. هر فرد بالغ عملاً والدین یا والدین جانشین داشته است.
- به طور خلاصه ساختار شخصیت شامل سه عضو می گردد، روان برونی، روان جدید و روان قدیمی. این اعضا از لحاظ پدیده شناسی و کارکرد، خود به سه شکل از حالت من به ترتیب، والد، بالغ و کودک نام دارند، ظاهر می سازند.

والد: مجموعه ای از پیشداوری ها، باورها و تعصبات می باشد. این بخش از شخصیت با دستورالعملهای زندگی و باید و نبایدهای آن سر و کار دارد و دارای دو بعد می باشد. یکی بعد نوازشگر است که حالت حمایتی دارد و بعد دیگر انتقادگر است که بر خلاف بعد قبلی سختگیر و یا آزارگر نیز می تواند باشد. والد می تواند کنترل کند، تصمیم بگیرد، نقش بازی کند و دلیل تراشی کند و نیز ممکن است در بعضی موارد نیز حق با او باشد. والد انتقادگر را معمولاً در افرادی با عزت نفس پائین و عناد بخود همراه دانسته اند. والد آن بخش از وجود ماست که احکام و قواعد (امر و نهی ها) را وضع می کند.

کسی که در حالت والد به سر می برد. مثل پدر و مادرش یا اطرافیانش مسائل را می بیند و مثل آنها احساس و رفتار می کند.

بالغ: خوب پردازش کردن اطلاعات و برخورد مناسب و شایسته از حالات نفسانی بالغ سرچشمه می گیرد. تصمیماتی که منطقی و بر مبنای حقایق موجود می باشند، نیز از حالات نفسانی بالغ نشأت می گیرند. بالغ، کامپیوتر انسان است و بر مبنای اطلاعاتی که در خود اندوخته است، عمل می کند و طبق برنامه منطقی خویش، محاسبات را انجام می دهند. بالغ، عاری از هیجان است و کاملاً منطقی است. اظهارنظرهای منطقی و احساسات اخلاقی، اهداف و واقعگرایی، با این بخش از شخصیت ما سروکار دارند.

کودک: در تعاریف، کودک بعنوان منبع خلاقیت، بازآفرینی و منبع اساسی سرزندگی محسوب می شود. هیجانها، احساسات و تصوراتی که کودک دارد ممکن است توسط یک والد سختگیر و حتی توسط یک والد نوازشگر سرکوب شود، که می تواند در دراز مدت بر شخصیت فرد اثرات نامطلوبی داشته باشد که خود ممکن است به بیماریهای روان تنی نیز منجر شود. این بخش از شخصیت

چنانچه تحت نظارت بالغ قرار نگیرد می تواند دیدگاه غیر واقعی نسبت به زندگی داشته و براساس تکانه های احساسی و هیجانی رفتار کند. وقتی در این حالت هستیم، نه تنها بچه گانه رفتار می کنیم بلکه واقعاً بچه می شویم. در این حالت درست مثل بچه ها رفتار می کنیم و دنیا را مثل بچه ها می بینیم و به دنیا همچون کودکان واکنش نشان می دهیم. در حالت مذکور مثل بچه سه، پنج و یا هشت ساله ای می شویم، که فقط عضلات و استخوان های او بزرگ شده اند. وقتی کودک درون ما متنفر، عاشق، بازیگوش و خودانگیخته است، به آن کودک طبیعی یا شازده کوچولو می گویند. اما وقتی که متفکر و خلاق و خیال پرداز است، به او کودک شهودگرا یا پروفیسور کوچولو می گویند. وقتی هم ترسو، گناهکار یا خجول است، به او کودک سر به راه یا قورباغه می گویند. کودک درون یکی از بخش های نفی شده وجودمان است که وقتی به دوران پختگی و بلوغ گام می نهادیم آن را پشت سر گذاشتیم و رها کردیم. از این رو، اکنون مسئولیم که او را بازیابیم و مورد مراقبت و حمایت قرار دهیم.^۱

در مجموع کودک، در تحلیل رفتار متقابل منبع خیر است و یگانه منبع خلاقیت، سرگرمی و تولید و یگانه منبع تجدید و نوسازی زندگی است.

گرچه نمی توان گفت که یکی از جنبه های شخصیت مهم تر از دیگری است، چون هر سه حالت فوق لازم و ضروری هستند، اما کودک، آن بخش از شخصیت است که واپس زدن و خفه کردن آن نه تنها نشاط و شادابی را از فرد می گیرد، بلکه فرد را در معرض انواع اختلالات جسمانی و روانی قرار می دهد.

مفهوم کودک درون، مضمون تازه ای نیست. عملاً در اساطیر باستان و قصه های پریان ریشه دارد. همه ادیان حکایاتی درباره کودکی دارند که ناجی یا راهنمای انسان شده است. این کودک یتیم و طرد شده است، یا زندگی اش در معرض خطر و تهدید قرار دارد. موسی را میان گاه گاوان یافتند. عیسی در محقرترین صحنه به دنیا آمد «زیرا در قهوه خانه جایی نبود» و زندگی اش در معرض خطر بود چرا که هرود شاه همه نوزادان را گردن می زد. به همین ترتیب تولد کریشنا نیز با خطری عظیم همراه بود چرا که به شاه کانسا گفته بودند مردی که سرانجام به دست او کشته خواهد شد عنقریب به دنیا خواهد آمد. در نتیجه فرمان داد که همه نوزادان پسر را گردن بزنند.^۲ در شاهنامه، سام نریمان فرزندش زال را نشانه شگون بد دانست. بنابراین این لکه شوم، این بچه دیو را در بلندی های البرز رها کرد به این امید که بچه خوراک سیمرغ گردد.

^۱ - شهربانو قهاری، آشتی با کودک درون

^۲ - لوسیا کاپاچونه؛ شفای کودک درون-ص 13

در اساطیر یونان، زئوس خردسال در معرض خطر بود چرا که امکان داشت پدرش کروئوس او را ببلعد. افسانه های پریان نیز لبریز از کودکانی هستند؛ قهرمان صفت، که در معرض تهدید غولان و دیوان قرار داشتند.

فریدون کودکی است که به ضحاک بشارت داده اند که تخت شاهی اش را ویران خواهد نمود. او به کین خواهی پدر، ضحاک ماردوش را به زنجیر می کشد.

فروید، اساطیر را در پرتو رویا تفسیر می کند و معتقد است که اساطیر، ته مانده های تغییر شکل یافته تخیلات و امیال اقوام و ملل، و رؤیاهای متمدنی بشریت در دوران جوانی اند. اسطوره در تاریخ بشریت مقام رؤیا و خیال را در زندگی فرد دارد.

ماهیت طفولیت این است که نوزاد یا کودک را در معرض آسیب قرار دهد. بزرگ ترهایی خشن یا عاری از حساسیت قطعاً می توانند به چشم کودک همچون دیوان و غولان و جادوگران بنمایند. به همین دلیل قصه های کلاسیک پریان، خواه به اتکای حافظه نقل شده و خواه در کتابی مصور خوانده شده و خواه بر صحنه فیلم آمده باشند، ما را مسحور خود می سازند.

وقتی والت دیسنی داستان سفید برفی را برای نخستین فیلم موضوع دار نقاشی متحرک خود انتخاب کرد، کاملاً به این امر واقف بود. اگرچه سرمایه گذاران و مسؤولان امور مالی، او را به باد تمسخر گرفتند، اما نتوانستند او را از عمل باز دارند. او می دانست که عموم به این شیوه جدید برای ارائه قصه ای کلاسیک، پاسخ مثبت خواهند داد. موفقیت او به دلیل این توانایی بود که می توانست با کودکی که درون همه ماست سخن بگوید.

یکی از دلایل همذات پنداری کودکان با داستان ها و قصه های پریان این است که این داستان ها در واقع روایت زندگی واقعی ما به گونه ای سمبلیک هستند. و کودک خود به شکلی بار این داستان ها را بر دوش می کشد. داستان رفتارهای نابه جا و قدرت مدارانه خواهر یا برادر بزرگ - تر که کودک آن را در جایگاه جادوگر نامهربان داستان قرار می دهد.

در بسیاری از فرهنگ ها با این موضوع مواجه می شویم: کودکی در معرض خطر که باید در تیرگی و ابهام بماند و از هفت خوان رستم بگذرد، تا طبیعت راستین قهرمان گونه اش آشکار شود. یونگ این کودک را به سیمای کهن الگو یا نمادی جهانی دید که در ناهشیار جمعی جا دارد. یونگ در مقاله اش «روانشناسی کهن الگوی کودک» نوشته است:

چه جای شگفتی که بسیاری از ناحیان اساطیری کودکانی خدا گونه اند. این امر دقیقاً با تجربه ای که از روانشناسی فرد داریم، مطابقت دارد. در فرایند فردیت یافتن، انسان در انتظار سیمایی است که ناشی از ترکیب عناصر هشیار و ناهشیار شخصیت است. بنابراین کودک، نمادی است که اضداد را به هم می پیوندد. میانجی است، شفاعت می کند، شفا می آورد. و چون دارای چنین مفهومی است، انگاره «کودک» قادر به ایجاد تحول های بیشمار است.

این کلام یونگ که «کودک راه دگرگونی آتی شخصیت را هموار می کند و شفا و تمامیت می آورد» یادآور این پیشگویی کتاب مقدس است که «و کودکی آنها را هدایت خواهد کرد.»^۱

خانم لوسیا کاپاچینونه این تمامیت فراگیر را که از خودآگاه انسان فرا می رود را در کتاب شفای کودک درون «ضمیر» خوانده است. زیرا هدف فرایند فردیت یافتن، جامعیت و تمامیت ضمیر آدمی است.

همه آدم ها در لحظاتی از عمرشان و برخی در تمام طول و عرض عمر، بین دو اتوپیا در نوسان هستند؛ اتوپیای گذشته و اتوپیای آینده. و کمتر کسی را می توان یافت که ذهنش آغشته به آرزو پردازی، خیال بافی و رویا پروری در باره گذشته و آینده نباشد، و آن چه این میان اغلب فدا می شود و به فراموشی سپرده می شود، زمان اکنون است و متاع حال که نقد عمر است و هدیه طبیعت به ما، و ما از سر غفلت معمولاً این گوهر گران بها را از کف می دهیم .

اتوپیا را در زبان فارسی به صورت های گوناگونی ترجمه کرده اند: نا کجا آباد ، بهشت گم شده ، آرمان شهر ، مدینه فاضله ، شهر مفقود ، و به نظر من، اتوپیای گذشته را باید همان بهشت گمشده، دانست. و یکی از رایج ترین اتوپیا های گذشته، اتوپیای کودکی است.

کودکی بهشت گمشده خیلی هاست، و اغلب ما وقتی به کودکی مان فکر می کنیم، آن را بی کرانه ای می بینیم سرشار از افق های روشن و شفاف، سرشار از پاکی و تابناکی، سرشار از صفا و صمیمیت، و آکنده از صداقت و سادگی، آکنده از خلوص و معصومیت، از مهر و محبت، از بی ریایی، از لطف و زیبایی.

عشق ما به کودکی بیشتر از آن که به دلیل اهمیت این دوران و نقش قاطع و حیاتی آن بر شکل گیری شخصیت ما دارد، باشد. به دلیل دلبستگی مان به بخشی از وجودمان است که آن را کودک درون می نامیم. در درون هر یک از ما در تمام عمر کودکی وجود دارد که ما را به خود و دنیای کودکانه و ساده و بی پیرایه و آرایه خود جلب و جذب می کند و به خاطر دلبستگی به این کودک درون است که ما تا این حد به دوران کودکی خود دلبسته ایم و به آن عشق می ورزیم و آن را بهشت گمشده رویایی خویش می شناسیم.

در دهه ۱۹۸۰ «کودک درون» به عنوان بخشی از جنبش شفا - که به سرعت در حال رشد و پیشرفت بود - مورد توجه قرار گرفت. درمان هرگونه اعتیاد در بیمارستان ها و مراکز توان بخشی، موضوع مهم روز بود. و بخش قابل توجهی از این درمان به ریشه های اعتیاد در دوران کودکی

معطوف بود. برنامه های دوازده مرحله یی که معتادان به الکل را مدنظر داشت، اکنون توجه خود را به بازماندگان چنین خانواده هایی معطوف می کند. یعنی افراد بالغی که در کودکی در خانواده ای معتاد بزرگ شده اند. این برنامه اکنون گسترش یافته و بازماندگان هرگونه خانواده ناهنجار را در برمی گیرد و حمایت می کند. متخصصان تخمین زده اند که نود و پنج درصد از جمعیت این کشور در دوران کودکی، حمایت خانوادگی کافی و مناسب را نداشته اند. و این امر نشان می دهد که چرا برنامه های «بازماندگان خانواده های ناهنجار» چنین محبوبیتی یافته است. تقریباً همه ما تا اندازه یی به شفای کودک درون خویش نیازمندیم.¹

کودک درون، کودک خردسالی است، در درون شما که مایل است مراقبت شود، تغذیه شود و دوست داشته شود. این کودک خردسال که از دوران کودکی با شما بوده، هنوز هم به عنوان یک کودک در درون شما باقی مانده است.

کودک کوچولو و شیطان درون شما آرام و کنترل شده است. او مجموعه ای از هیجانات و احساساتی است، که شما در درونتان دارید و آنها را کنترل می کنید. همه این هیجانات و احساسات خوشایند و ناخوشایند، کودک درون شما را تشکیل می دهند.

کودک خلاق، احساساتی، هنرمند و خیالپرور که در طول زمان توسط شما و محیط شکل گرفته ، و کنترل شده است، همچنان به حالت اولیه خود، که کودکی سرشار از انرژی، هیجان و شیطنت است وجود دارد و نیازمند آزاد شدن است. وقتی کودک درونتان مورد بی توجهی، غفلت و بدرفتاری قرار می گیرد، وقتی از ارضای خواسته هایش جلوگیری می شود، وقتی صدمه می بیند، وقتی خود را در لایه ای از نقاب می پوشانید و از دید دیگران مخفی می سازید ، وقتی وجود او را انکار می کنید و نادیده می گیرید (احساسات خود را انکار می کنید و نادیده می گیرید)، این کودک خردسال جایی در زیر سطح روان شما پنهان می شود و با این کار، نگرانی، اضطراب، ترس و افسردگی در شما ایجاد می کند.

گرچه ممکن است آن را فراموش کرده باشید و نسبت به وی بی توجه باشید، ولی او در درونتان حضور دارد و بی توجهی و کم محلی شما را با لجبازی پاسخ می دهد. اگر به او توجه کنید و با او مهربان باشید، می داند چگونه شما را سرگرم کند، چگونه از زندگی لذت ببرد و چگونه بازی کند. اگر او را دنبال کنید، می تواند به شما کمک کند تا از خستگی روانی در زندگی پیشگیری نموده و استرس را در زندگیتان کنترل کنید. اگر توجه و مراقبت لازم از او به عمل آید، می تواند دوست واقعیتان باشد و مانند یک بزرگسال در کنارتان قرار گیرد و شما را در مسیر شکوفایی خلاقیت که ضامن موفقیت شما در همه امور زندگی است، قرار دهد. خشکی و جدیت بیش از اندازه را از شما