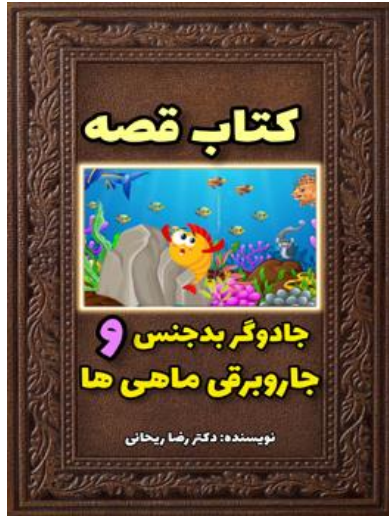


به نام خدا

قصه جادوگر بدجنس و جاروبرقی ماهی ها

نویسنده: دکتر رضا ریحانی | درمانگر مجاز ICEEFT کانادا

ویژه کودکان ۴ تا ۱۰ سال



هدف: قصه «جادوگر بدجنس و جاروبرقی ماهی ها» بهترین قصه برای درمان **وسواس آلودگی کودکان** است. کودکان با این قصه یاد می گیرند از طریق **جمله مثبت تلقینی** با جادوگر بدجنسی که آن ها را در مغزشان می ترساند، مقابله کنند.

امروز دریا ساکت و آرام بود. همه ماهی ها و آبزیان حال شان خوب بود. اما مثل همیشه، حال «آشوب» خوب نبود. او مثل همیشه می ترسید. می ترسید که سنگ های کف دریا و گیاهان سبزرنگ، او را کثیف کنند. او هیچ وقت دوست نداشت کثیف شود. برای همین خیلی مراقب بود.

آشوب به تمیزترین سنگ دریا چسبیده بود. هر کس به او نزدیک می شد، خودش را دور می کرد. چون می ترسید که کثیفی های سنگ های دریا را روی بدن او هم بگذارند. روز ها می گذشت و آشوب بزرگ تر می شد. اما هر چقدر بزرگ تر می شد بیشتر می ترسید که کثیف تر شود. برای همین با کسی دوست نمی شد.

یک روز که مثل همیشه آشوب به تمیزترین سنگ دریا چسبیده بود، مادرش آمد و گفت: «تو هنوزم که به این سنگ چسبیدی. چرا بازی نمی کنی؟!». آشوب با ناراحتی جواب داد و گفت: «چون همه جا کثیفه. نمیخوام کثیف شم». مادر گفت: «عزیزم اگه کثیف بشی چی میشه؟!». آشوب با ترس گفت: «خب بعد مریض می شم و همیشه باید توی بیمارستان بمونم!». مادر لبخندی زد و گفت: «یعنی هر وقت یه سنگ ریز می بینی، یکی توی سرت بهت میگه که «دور شو، اگه دور نشی، مریض میشی و همیشه باید توی بیمارستان بمونی.».

آشوب گفت: «آره مامان. همین». مادر ادامه داد و گفت: «این فکر تو رو می ترسونه. انگار یک جادوگر بدجنس توی ذهنت چیزایی بهت میگه که خیلی می ترسوندت. برای همین تو هم به حرفش گوش می کنی تا نترسی». آشوب سرش را پایین انداخت و خیلی ناراحت بود. مادر گفت: «می دونم خیلی اذیتی. تو رو این جادوگر بدجنس خیلی اذیت میکنه. من و تو با هم دیگه باید سعی کنیم این جادوگر بدجنس رو شکستش بدیم. حاضری؟!».

آشوب خیلی خوشحال شد. او واقعا دوست نداشت به حرف این جادوگر بدجنس گوش کند. برای همین گفت: «آره مامان. حاضرم. چه کار کنیم؟». مادر گفت: «هر وقت این جادوگر بدجنس باهات حرف زد، بهش بگو «من خیلی زرنگم. دیگه گول تو رو نمی خورم!». آشوب گفت: «آره آره میگم». مادر ادامه داد و گفت: «دیگه از این به بعد، آشوب نیستی. از این به بعد «جاروبرقی ماهی ها» هستی.».

آشوب احساس قدرت می کرد. فوراً گفت: «آره، من دیگه جاروبرقی ماهی ها هستم. پس میرم سنگ های کثیف رو جمع می کنم». وقتی جاروبرقی ماهی ها به سنگ ها نزدیک می شد، خیلی می ترسید. او گفت: «مامان! جادوگر بدجنس دوباره میگه اگه بری مریض میشی. چه کار کنم؟». مادر گفت: «جمله جادویی رو بگو. بهش بگو من خیلی زرنگ. دیگه گول تو رو نمی خورم!». جاروبرقی ماهی ها این جرف را زد و بعد آرام آرام سعی کرد سنگ ها را جمع کند.

مادر به او افتخار می کرد. او خیلی زرنگ و شجاع بود که گول جادوگر بدجنس را نخورد. شب شد. مادر گفت: «حالا بهم بگو جاروبرقی ماهی ها! بگو ببینم حالا که سنگ ها رو جمع کردی، مریض شدی؟ رفتی بیمارستان؟». جاروبرقی ماهی ها جواب داد: «نه مامان! اتفاقاً خیلی حالم خوبه که تونستم گول جادوگر بدجنس رو نخورم و جاروبرقی خوبی واسه ماهی ها باشم». آشوب از آن روز به بعد بازی کرد و کیف کرد و دیگر به حرف های جادوگر بدجنس گوش نکرد.

قصه در مورد درمان وسواس آلودگی کودکان: سوالاتی که باید پرسید

سوالاتی که در پایان قصه می پرسید، اثربخشی قصه را افزایش می دهد. نبوغ خفته پیشنهاد می کند در پایان قصه این سوالات را از فرزندتان پرسید: «چرا آشوب حالش خوب نبود؟»، «آشوب ترجیح می داد کل روز را کجا باشد؟»، «چرا آشوب بازی نمی کرد و فقط به تمیزترین سنگ دریا می چسبید؟»، «چه چیزی با آشوب حرف می زد و او را از کثیف شدن می ترساند؟»، «جمله ای که آشوب باید به جادوگر بدجنس می گفت چه بود؟»، «کار جاروبرقی ماهی ها چه بود؟»، «شما هم می توانی با آن جادوگر بدجنس شجاعانه برخورد کنی و فریب او را نخوری؟ چطوری می توانی این کار را بکنی؟».