قوائم المحتويات متاحة على ASJP المنصة الجزائرية للمجلات العلمية
الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية
الصفحة الرئيسية للمجلة: www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/552

الطفولة و المسرح العلاجي-السيكودراما-

(Psychodrama) Childhood and Therapeutic Theater

د. ميسوم عبد القادر [1,*]
[1]جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف- الجزائر

معلومات المقال
تاريخ المقال:
الإرسال : 2019/08/31
المراجعة : 2019/10/20
القبول : 2019/10/29

الكلمات المفتاحية:
المسرح التعليمي،
الطفولة،
مورينو،
المسرح العلاجي،
السيكودراما.

ملخص

السيكودراما- أحد النظريات و الأساليب العلاجية والإبداعية تهدف إلى تقديم نوع من العلاج النفسي في صورة وبأبعاد مختلفة عن العلاجات النفسية المتداولة عند الأطفال والمراهقين المصابين بالاضطراب العاطفي بما في ذلك الاكتئاب، التوحد، والرهاب ، والإجهاد بعد الصدمة ، واضطرابات الأكل ، وإيذاء النفس ، وإدمان الكحول وتعاطي المخدرات. ومن خلال هذه الدراسة سنحاول عرض أهم المقاربات الحالية للدراما النفسية والتقنيات الأساسية التي اقترحها مورينو وعلاقة ذلك بمسرح الطفل.

Key words:
Psychodrama,
Educational Theater,
Childhood,
Moreno
Therapeutic Theater.

Abstract

Psychodrama - one of the therapeutic and creative theories and methods to provide a type of psychotherapy in a form and in different dimensions is a common example of emotional disorder in children, including depression, autism, phobia, Post Traumatic Stress Disorder, Eating Disorders, Alcoholism and Addiction. Through this study, we will attempt to present the most important approaches to psychological drama and the basic techniques proposed by Moreno and his relationship with children's theater.

* Corresponding author at: Hassiba benouali University of Chlef, ALGERIA
Email : arabeuhbc@gmail.com

1- مقدمة

مسرح الطفل" له دور هام في تنشئة الطفل وتكوينه وتفتيق طاقاته الإبداعية والسلوكية. وربما لا يستطيع الطفل أن يحسن عملية التواصل مع غيره، إلا أن لغة جسده وحركاته التمثيلية أكثر فاعلية من لغة الكلام، وبديهي عند علماء النفس إنه في أي حديث بين اثنين يتم نقل نصف المعنى تقريبا من خلال حركات الجسد؛ أي اللغة غير المحكية، بيد أن السؤال الذي يحدث هالة اليوم هو ما شأن خشبة المسرح مع طفل " الكمبيوتر والانترنيت" بعد أن صارت هذه الشبكة العنكبوتية والشاشات التلفزيونية الملونة ذات الجودة العالية HD وصوت " الستيريو" والأقراص المضغوطة CD-ROM والهواتف الذكية هي المكونات المؤهلة لجذب عقول وشعور الأطفال بينما المسارح توشك على إطفاء أنوارها!....

تساؤلات الدراسة

ما السبيل لتخليص هذه الشريحة (الأطفال المراهقين من 10 سنوات إلى 19 سنة) من غواية الإثارة، واعتلالات الصحة النفسية في ظل العالم الرقمي؟ هل تكون -السيكودراما- كنشاط تمثيلي على خشبة مسرح الطفل الفن الأقدر لإعادة الروابط الشعورية وضبط اتجاهات الطفل وميوله ونوازعه. من صميم هذه التصورات سنحاول إيضاح فعالية – السيكودراما- كفرجة وكوسيلة للعلاج. والمعضلة الكبرى هي أن الأطفال - كما أكد علم النفس الحديث- حتى مرحلة المراهقة هم أقرب إلى عالم الخيال والعوالم الافتراضية.

قد ينظر البعض باستخفاف إلى فكرة تخصيص " مسرح للطفولة" ! فلا جدوى لإنتاج هذا النوع من الفن والفرجة، لأنه لا يمكن أن ينافس تحديات الوسائط التكنولوجية، وأن السحر الذي يطغى يبقى للرسوم المتحركة، وأفلام الكرتون سلسلة -Walt Disney World- مثلا . صحيح في السابق كانت تمثيليات مسرحية خاصة بالبراعم تم عرضها وتمثيلها ك -افتح يا سمسم[1]- ولقيت نجاحا كبيرا على المستوى الإعلامي العربي، لكن التطور التكنولوجي أفقدها ملامح الاستمرارية والثبات والعرض المستمر والإنتاج المتميز المربوط بعالم الطفولة، والسبب في اعتقادنا أنها لم تقدر على تحدي ومواكبة العصر الرقمي المتجدد باستمرار، أو ربما أنها لم تحظ برعاية واهتمام من قبل الأوساط الثقافية والإعلامية، بمعنى أنه في انعدام الحوافز يتلاشى الإبداع على الرغم من أنها أعيدت في نسخة جديدة من التمثيلية التلفزية في سنة 2010 بعد توقف دام 25 سنة.

في لقاء صحفي خص به الكاتب (راشد الشمراني) – صحيفة ثقافة اليوم – يوضح فيه صميم هذه الفكرة فيقول: الدراما التي ينظر لها البعض بنوع من الاحتقار، وأنها نوع من العبث، هي من صميم حياتنا اليومية، و" الدراما النفسية" للأسف وصلت إلينا كوسيلة علاج في وقت متأخر جدا رغم أن عمرها تجاوز الستين عاما " [2]

من ضمن الدراسات التي استفدنا منها كثيرا في هذا المجال هي :" مدخل في العلاج بالدراما للطفل" للباحث (**كمال الدين حسن**) والتي نشرت في مجلة الطفولة والتنمية الصادرة عن المجلس العربي للطفولة والتنمية. حيث توضح هذه الدراسة النظرة الأشمل لمفهوم " الدراما" الذي يتخطى خشبة المسرح بمفهومه التقليدي والملابس والمعدات والديكور، إلى مفهوم جديد يركز على القدرات الذاتية للممثلين، ولغة الجسد،وموضوع العلاج الذي يقوم على أهمية تأثير قدرات الإبداع والتعبير، بعكس التحليل النفسي.

ومن اجل إعطاء توضيح أشمل علينا الرجوع إلى الخلفية التاريخية كما ذكرها الباحث فيقول:" يرجع الفضل في توجيه استخدام الدراما في العلاج النفسي إلى الرجل ذي العقل المبتكر" بيتر سليد Peter Slade. صاحب مصطلح " دراما الطفل" والذي شجع على توظيف الأنشطة الدرامية داخل المؤسسات التعليمية؛ من أجل إتاحة الفرصة للأطفال ليعبروا عن أنفسهم." [3] وكانت دعوته هذه بمثابة النقلة النوعية في مجال التربية والتعليم عام 1960.

إن الحديث ليطول بنا لو استرسلنا في الخلفية التاريخية، ويكفي هنا أن نلمح إلى الاتجاهات التي ظهرت في بريطانيا وأوروبا منذ الستينات- سواء في المسرح أو الدراما أو التعليم أو العلاج النفسي- نتج عن هذا ظهور أول جمعية للعلاج بالدراما اعتمدت على الأساليب المتطورة في مجال استخدام الدراما في العملية التعليمية وتطبيقاتها في بعض الحالات الإكلينيكية مع الأطفال والكبار وحتى ذوو الاحتياجات الخاصة. ومنذ عام 1977 بدأ العالم يعرف العلاج بالدراما Drama Therapy [4]. كواحد من الأساليب العلاجية في عالم العلاج بالفنون بجانب " السيكودراما.

2. ما هي السيكودراما

مصطلح " السيكودراما" ذا شقين : السيكو وهي : النفس psyche والدراما Drama وتعني "فن التمثيل "وهي تعني حرفيا" الدراما النفسية" من خلال التمثيل المسرحي كوسيلة علاجية من دون "أدوية". يستخدم فيها طرائق تعتمد على الطاقة الإبداعية داخل المجموعة لتحقيق عملية التشافي والتغيير حيث يعتمد جو المجموعة على المساندة التشجيع والديناميكية- الحركة الدائمة-[5] بمعنى أن تكون الحركة أبعد من مجرد عملية الفحص والعلاج التقليدي بعيدا عن النظريات، المعتقدات الجاهزة، يركز فيها على الروابط اللاشعورية مع الماضي والإحساس الواعي بالحياة والتلقائية [6]. وأول من استخدم هذه التسمية هو الطبيب النفسي(Jacob Levy Moreno) الذي وضع أسس استخدام المسرح في العلاج النفسي كنظرية أدائية، معرفا أنها علم يستكشف الحقيقة بوسائل درامية، وينبني على العلاج النفسي وديناميكية المجموعة" [7] والقصة أنه كان يتجول في أحد شوارع فيينا في ظهيرة أحد أيام عام

1911، حينما قرر دخول حديقة (أوجارتن) الشهيرة والتنزه بها. فاستوقفه مشهد بعض الأطفال الذين يلعبون بكل تلقائية وبراءة في أحد أركان الحديقة، وقادته قدماه إلى مكانهم من دون أي سابق ترتيب أو تخطيط. بدأ (Moreno) يشارك الأطفال في لعبهم بكل طاقة وحماس، وعلى الفور كان الأطفال يحضرون بشكل تلقائي ألعابهم التي كانت تمثل جزءا حساسا من عالمهم الخاص واستمتع كثيراً معهم، واستمعوا معه لتلك الحكايات الخيالية التي كان يحكيها لهم، ثم يقومون بتمثيلها معاً، حتى أصبح الأطفال ينتظرون قدومه كل يوم في تلك الحديقة لسماع وتمثيل المزيد من القصص والحكايات.أياما وأسابيع من اللعب والخيال والتمثيل حتى بدأ الأطفال في التغيب عن مدارسهم، وأحياناً من بيوتهم بسبب ذلك الرجل الذي يزورهم في الحديقة كل يوم ويشاركهم الأدوار والمرح والبهجة، إلى أن قام كثير من الأهالي ومدراء المدارس بشكايته إلى الشرطة، والتي بدأت في مضايقته ومطاردته، حتى انقطع عن زيارة الحديقة وأطفالها.لكنه كان قد ابتكر بالفعل -بفضل ما عاشه ورآه مع هؤلاء الأطفال- نوعاً جديداً من العلاجات النفسية، اسمه العلاج بالدراما النفسية أو (السيكودراما)[8].

يمكن أن نعد " خشبة المسرح" فضاء ومتنفسا لعمليات التوافق والتوازن ليصبح الطفل " سويا" ليس بالمعنى الأخلاقي ولكن بمفهوم الصحة النفسية، في سبيل الاستجابة للموقف المربك والمركب الذي نتج عن نوازعه وقدرته على إشباع هذه الحاجات وخاصة أن مستوى التفكير عنده لا يستخدم المعاني المجردة مراعيا مبدأ التناقض والعلنية المنطقية والعقلية بل مجرد أهواء عاصفة تنزلق من مستوى لا شعوري إلى المستوى الشعوري دون أسباب معقولة في بعض الأحيان لأنه ما زال لم يصل إلى مرحلة النضج العقلي والوجداني.

فالطفل مثلا رغم استخدامه الكلمات ذاتها التي يوظفها الراشدون والتي تعلمها منهم، فإنه لا يتصور الدلالات المتناسقة بصورة جيدة لأن المواقف هي التي تتحكم في الغالب في نفسية الطفل والحاجة البراغماتية، وهذا راجع إلى تفكيره اللامنطقي وإلا كيف نفسر اندماج الطفل المراهق مع العالم الافتراضي على أساس أنه حقيقي على سبيل المثال – لعبة الحوت الأزرق- دون أن ننسى أفلام الأكشن التي يتقمصها المراهق بدرجة عالية ويلعب دور البطولة وقصص الغرام ، وتجدر الإشارة أن الشباب ما بين السن 15 و24 سنة يشكلون نسبة 71% من مجموع سكان العالم الأكثر ارتباطا بالعالم الرقمي [9] .

إن عالم الطفولة هو عالم التصورات والخيالات والمغامرة والانفعالات المتناقضة والمشحونة بطاقات انفعالية قوية، عالم تزدحم فيه الأوهام وتختلط فيه حدود الواقع بالخيال وصور التمني بصور التحقق بحيث يمكن القول إن جمع الضدين معا في وقت واحد هو المبدأ المسيطر على وجدان الطفل /المراهق ولعل ذلك يرجع إلى إحساس الأطفال بعجزهم الجسمي بالنسبة لعالم الكبار من حولهم. وقد وصف مستوى التفكير عندهم بأنه سحري مليء بالجنون والغموض يتعارض مع مبادئ العقل والمنطق [10]

إذا رجعنا إلى المحاولات الأولى للعب أدوار درامية نجدها في مرحلة الطفولة، عندما يداعب الطفل ألعابه بحيث يلحظها ويتأملها ويكلمها أحيانا ويعبر عن احتياجاته واحتياجاتها، ويحاول أن يجد دورا رئيسا له في هذا العالم. وهنا إشارة واضحة إلى أن الخيال هو المحرك الأكبر في شعور الطفولة ويجد نفسه وجها لوجه مع هذه الألعاب التي تشكل له الآخر والعالم الغامض[11] السهل للاندماج، ما دام أن عالم الكبار يمارس تهميشا عليه وكأنها حالة من التعويض عن النقص.

وكثيرا ما ينحو الطفل في فترة مراحله العمرية الأولى نحو البحث عن رفيق يصنعه بخياله ليشاركه الحديث ويبث ما يعتل في نفسه أو يفرغ بين يديه شحنات من الكبت، وفي غالب الأحيان يكون هذا الرفيق دمية أو لعبة يتعلق بها لتساعده على البوح وتجاوز الشعور بالتوحد والنقص والانطواء. ويؤكد الباحث (**فوزي عيسى**) حقيقة لا ينبغي أن نتخطاها وهي" أن مسرح الدمى يرجع إلى أصول فرعونية، فقد عثر على بعض الدمى في مقابر أطفال الفراعنة" [12] فهل يمكن أن نقول أن كل فن هو وليد عصره وإن اختلفت الوسائل، كما أن الإنسانية تسعى دائما إلى التجديد في الإبداع وابتكار الوسائل والطرق لكنه النفس الإنسانية، وقد نعتبرها أحد الطرق العلاجية للوصول إلى عقل ووجدان الطفل في عصرنا الحالي، قد تكون كذلك، " ولعل القول بأن هناك تقبلا على نطاق واسع ومتنوع إلى حد بعيد لاستخدام " السكودراما" في مجال التطبيقات العلاجية ربما يكون راجعا إلى قابليتها في التكيف وإلى مرونتها، إلا أن تنزيلها على أرض الواقع ليس بهذه البساطة، فلا بد من توفر ثلاثة عناصر أساسية وهي: كاتب السيناريو، والجماعة العلاجية وبطل المسرحية[13].

3ـ الدور الوظيفي للمسرح العلاجي

كثيرا ما تكلم الخبراء على أن بيتا بلا مسرح للطفل أو مدرسة بلا خشبة للمسرح أو مجتمع بلا مسارح للطفولة هي جميعا مؤسسات اجتماعية ناقصة في أداء مهامها البنائية لهذه الشريحة، فكيف السبيل إذا استخدمنا الخشبة كطريقة علاجية تعتمد على" **فن التمثيل**" ذلك أنها تحاول أن تمسك بالدوافع والمكبوتات التي تترسب في لاشعور الطفل مثل – اليأس/ الحزن/ الإثم/ الفشل/ الحرمان- بطريقة تفعيلية يتم تمثيلها والتعبير عنها بحرية كاملة على خشبة مسرح الحياة، بعيدا عن القيود والبروتوكولات الإكلينيكية، بمعنى أن تشجيع الطفل على التمثيل و الحركة والتعبير بحرية مطلقة قد ترمم اتزانه العاطفي والفكري وتمتص منه التوترات وتسهم في تقويم" الأنا" وتقويتها ضد الصدمات والكدمات النفسية. وفي هذا الصدد يشرح (Moreno)

السيكودراما بمثابتها استخدام المسرح كعلاج في الجلسات الجماعية والحركات التمثيلية التي يشارك فيها الأطفال وذلك بأداء الأدوار التمثيلية حقيقية أو وهمية من واقع مشاكلهم اليومية ثم يساعدهم في عملية التحليل، ثم يطلب منهن تكرار الموقف لعدة مرات حتى يتمكنوا من قياس درجة تقدمهم في مرحلة العلاج والتغلب على الأزمة النفسية "[14].

استخدم (Moreno) الحكي والتمثيل والمسرح التلقائي لمساعدة الأطفال بصفة خاصة في التعبير عما بداخلهم من دون حدود أو قيود ،كان يطلب منهم أن يحكوا حكاياتهم ،ثم يقومون بتمثيلها بمساعدة غيرهم من الموجودين، ثم يغيروا نهاياتها، أو يضيفوا إليها،أو يقوموا بتعديلها، أو يكتشفوا من خلالها مالم يروه قبلها، إلى أن ينجحوا في حل ما بداخلهم من صراعات نفسية،ورؤية أنفسهم والآخرين بشكل جديد ومختلف تماماً، ألسنا بحاجة إلى هذا النوع من النشاطات في المدارس؟ ربما هي أحد الحلول للقضاء على بعض الآفات التي تنتشر في صمت بين التلاميذ، ولعلها طريقة تساعد المربين والمدرسين لفهم بعض المشاكل السلوكية والتخفيف من حدتها وتوسعها .

والشيء الذي يميز هذا العلاج عن طريق التمثيليات الدرامية هو أنه يتم على مراحل وفكرته هي مخاطبة المشاعر على حسب موضوع العلاج، لكن على خشبة مسرح الحياة اليومية خارج العيادة في الساحات العامة، وفي الأماكن المفتوحة، وهذه أول بادرة لتخليص المريض من عقد الغرف العلاجية وهندام الطبيب وبرنامج الحصص، بل يصبح العلاج مبني على العفوية والتلقائية دون إضفاء الطابع الرسمي، فالممثلون يرتجلون المشاهد انطلاقا من تعليمات مسطرة سابقا لأهداف تربوية أو علاجية تأخذ شكل سيناريو يقدمه المشرف على التمثيل والذي يكون طبيبا متخصصا في علم النفس، ويستعين بمشرفين مساعدين على تقاسم الأدوار والحركات والكلام على الخشبة أو مسرح التمثيل كفناء المدرسة مثلا أو في ساحة عامة وسط المدينة، مما يعزز التقارب بين الممثل والمتقمص دور المشكل والمتلقي خصوصا إذا استخدمت الدمى والألوان والأشكال والأقنعة والهندام وكلها أدوات تساعد على شد انتباه الطفل / المراهق لأن انتباهه قصير وشهوته عارمة وهذا هو إشكاله الصعب.

فالطفل يود في غالب الأحيان أن يمارس ويحول كل ما تلقاه نظريا إلى أرض الواقع ليسير ذاته بذاته، فمثلا الطفل في عمر ثلاث سنوات يبدأ في استخدام ضمير المتكلم " أنا" كأنه يقول لنا أنا موجود انتبهوا لي! ولذا يأتي دور " السيكودراما" لمنح الطفل/ المراهق فرصة كافية وبعفوية تامة للتعبير عن ذاته واحتياجاته وأمام مرأى ومسمع الناس حتى يشعر وكأنه فعلا هناك من ينتبه لوجوده، هذا في الوقت الذي تعاني فيه الأسر من انعدام ثقافة الحوار داخل البيوت التي دمرتها الوسائط التكنولوجية

4- عناصر السيكودراما

إن الخطوة الأولى التي يجب اتخاذها هي بموافقة وتعاون الأفراد المعنيين بهذه الجلسة العلاجية. يجب أن يتم ذلك بمحض إرادتهم كما لو كان مشروعهم الخاص بهم - تصميمهم أو معيشتهم- لا توجد أي طريقة أخرى يمكن تخيلها كفيلة بأن تخلق العفوية، والذكاء النقدي، وحماس الناس الذين يفكرون في حل المشكلة "[15] هكذا عبر Moreno عن فكرة روح الجماعة ومدى تأثيرها على الأمراض النفسية التي يعاني منها المراهقون تحديدا.

وبما أن التأليف المسرحي يعد هو الأساس الأول في أية عملية تمثيلية، فإن غالبية المضامين الدرامية السائدة في مسرح الطفل، كانت تهتم بتقديم القيم الدينية والأخلاق النبيلة وعرفت بمضامين صورتها عدسة الراشدين تحمل خبرات إنسانية يقدمها الكبار ليكتسبها الصغار بطابع إيديولوجي في الغالب، وفي هذا الصدد يشير " كلود لفي شتراوس إلى " إن الصراع الدرامي لا يمثل فقط قلب العملية المسرحية، بل يشكل أيضا أساس كل الأنشطة الاجتماعية، فهو يرى أن عملية الانتماء إلى المجتمع نفسها تنطوي بالضرورة على الرغبة في تدميره، فالإنسان بطبيعته يسعى إلى فرض إرادته ورؤيته الخاصة على الثقافة التي ينتمي إليها مما يضطره إلى تفكيك الأنسقة الاجتماعية السائدة وإعادة تركيبها على هواه"[16] فعالمنا اليوم ليس عالما ورديا والمتأمل فيما تعرضه شاشات التلفاز يدرك تماما حجم العنف الحقيقي الذي يعرض باستراتيجيات هادفة إلى تحطيم كل ما يبني العلاقات الإنسانية، والشريحة الأكثر عرضة هي الأطفال مما يترتب عن هذا من اضطرابات نفسية.

الراغبون في ممارسة وإتقان التدريب في الدراما النفسية يستحقون كل التشجيع ، لأن هذه الطريقة في تعبيرها العام قد تكون واحدة من أغنى الطرق وأكثرها إثارة في العلوم السلوكية التطبيقية؛ بمعنى يجب تعلم المهارة في الدراما النفسية عن طريق تطبيق المهارات والأداء الفعلي على مسرح الحدث ومن خلال الملاحظات إذ - لا يمكن للمرء أن يقرأ عنها في كتاب أو يتقنها في جلسة أو جلستين بل يتضمن التدريب في هذا التخصص الفرعي عدة سنوات من التجريب والخبرة تحت الإشراف. لأنها قوية عندما يساء استخدامها ، كما يمكن أن تكون خطيرة ؛ في الواقع ، يفترض أن العديد من الأشخاص الذين يعانون من عدم كفاية التدريب لإجراء الدراما النفسية قد تسببت لهم في إصابات بدلا من العلاجات.

لقد آن الأوان أن نعطي للأنشطة المدرسية و لمسرح الطفل الأهمية القصوى وترسيخ أصوله وتقريبه من عصرنا الحالي كبديل عن العالم الافتراضي قربا يولد الأفكار الايجابية، تحقيقا للرغبة في الواقع لا في المتخيل، فالساحات المدرسية متوفرة و فضاءات الأنشطة الرياضية كذلك يكفي فقط أن نستعين بذوي الخبرة في هذا المجال، وبهذا التناول تسمح لنا "

الدراما النفسية" بإضفاء الحيوية والنوعية وتحيق الفرجة من خلال جلسات جماعية تتطلب وقتا محددا ويشارك فيها مجموعة ممثلين يقودهم المعالج السيكودرامي، وفيما يلي مكونات العمل المسرحي العلاجي:

أ ـ **بطل المسرحية** Protagonist: الشخص المريض الذي يتم عرض قصته أو قضيته من خلال العمل الدرامي الموجه.

ب. **الشخص المساعد** Auxiliary Egos: أعضاء المجموعة الذين يضطلعون بأدوار الآخرين المهمين في الدراما. قد يشمل ذلك أشخاصًا مهمين في حياة الضحية أو أشياء أو حتى جوانب من الذات أو العالم الداخلي لشخص ما ، على سبيل المثال، الضمير ، الوالدين أو الأقرباء أو حتى الأصدقاء المقربين والذين تربطهم علاقة حميمة مع المريض، فعند بدء عملية الإحماء يتوجه المخرج إلى بطل التمثيلية بالسؤال التالي: "من هنا في المشهد معك؟" إذا كان البطل يتحدث عن أسرته ، فيجيب : "حسنًا، هناك والدي." يقول المخرج ، "اختر شخصًا ما ليكون أبًا". ينظر البطل حوله ويختار ممثلا من الجمهور بشكل حدسي. فيما يدخل أعضاء المجموعة الآخرون إلى المسرح ويلعبون دور أعضاء الأسرة بالكامل. كما يمكن توجيه المساعدين لاستخدام اللمس والاتصال الجسدي ، مما قد يثير مشاعر معقدة. تعطي المريض إحساسا بالألفة .

جـ ـ **الجمهور** Audience: أعضاء المجموعة الذين يشهدون الدراما والذين قد يشاركون في أدوار مساعدة تقدم حلولا لمواقف صعبة أو التعاطف مع المريض. ففي مشاهد التمثيلية المتعددة ،يسمح للجمهور بطرح بعض التعليقات، من خلالها يتم تخفيف الانتقال إلى المعالج والذي بدوره يصوغ الموقف في شكل أسئلة منها "كيف رأيت هذا التفاعل؟ "كيف يمكنك التعامل مع هذا بشكل مختلف؟" وبالتالي يترتب عن هذه الأسئلة مجموعة من الأجوبة تترجم إلى مواقف فعلية تشرح طريقة التعامل مع الأزمة النفسية ربما باستخدام العظة التي اقترحها الجمهور. أو ربما بحلول جذرية.

د ـ **المسرح** Place: المساحة المادية التي تجري فيها الدراما، وقد لا تكون بالضرورة خشبة المسرح الحقيقية بل قد تكون ساحات عامة مثلا أو فضاءات مفتوحة .

هـ ـ**المعالج السيكودرامي** Director: الطبيب النفسي المدرّب الذي يرشد المشاركين خلال كل مرحلة من مراحل الدورة حيث يركز على الأفكار والعواطف وحركات الجسد كونها رموزا مشفرة قابلة للتحليل من منظور علم النفس وهو الذي يتحمل المهام الرئيسية في الجلسة العلاجية قد نختصرها عموما في التالي:

أ-ترتيب أدوار الممثلين قصد بناء ترابط كاف بينهم لتفادي أي خلل يعيق الجلسة العلاجية استنادا إلى التجربة والخبرة والممارسة.

ب- تحضير مرحلة الإحماء والتسخين وتحضير أعضاء المجموعة للعب الأدوار

جـ- وضع خطة استيراتيجية للجلسة العلاجية عبر مراحل التطهير النفسي.

د- تحضير الديكور العام وتهيئة مسرح التمثيل بما يتوافق وموضوع حبكة الأزمة النفسية الخاصة بالمريض .

هـ- تشجيع الممثلين على العفوية والانسيابية في الكلام وحركة الجسد لصنع المشهد وفق نظرية الأدوار.

و- يركز على الاحتياجات العلاجية للمريض ويتعقب كامل ردود الأفعال الصادرة منه الفعلية والكلامية لتجهيز هوية جديدة .

5ـ ما وراء السياق" السريري"

يشير فحص التقنيات النفسية الرئيسية إلى كيفية استخدام هذه الأساليب في العلاج بعد عملية الإحماء وتأسيس العقد العلاجي ، فهناك تقنيات متعددة مناسبة لكل موقف تمثيلي. يستفيد منها معظم المعالجين لتضخيم أو تفتيت أو محو أثر وكلها مهمة و فعالية في العملية العلاجية ، تبعا لإرشادات المعالج.

1.5 إرشادات مسرحية

التعليمات النفسية النموذجية الموجهة هي "لا تخبرنا ، أرنا". بهذه العبارة، يتم تشجيع المريض على الانغماس في الموقف بمستوى خبرة أكثر كثافة وملتزمة ، يتصرف "كما لو" بدلاً من التحدث "حول". "" أظهر لنا ما حدث مع عائلتك "؛ "أظهر لنا الصراع الذي تواجهه داخل نفسك" ؛ "أظهر لنا ما تريد أن تفعله خلال عشر سنوات المقبلة " : مثل الدور الذي يزعجك" .... وعلى شاكلة هذه الإرشادات تستنسخ تعليمات مختلفة تضع المريض في الوضعية الإدماجية مما يساعد على استعادة مشاهد من الماضي أو الحاضر أو المستقبل ، وقد يكون لهذا النوع من التلميح فائدة كبيرة في اجتياز الميول الدفاعية نحو الغموض والظرفية.

2.5 نقطة نظام

في خضم الجلسة العلاجية، قد يستعمل المعالج النفساني أو المخرج مفردة "cut"، أو " اقطع" مستخدمًا نفس المصطلح الذي يوجهه مخرج الفيلم في لقطة ما. فعند سماع هذا الأمر ، فإن بطل المسرحية أو المساعدين عليهم التوقف مؤقتًا والإنصات، في انتظار الإرشاد التالي: - ربما دعوة للتفكير في ما قيل للتو أو توصية لمحاولة تحسين أداء بعض التقنيات الأخرى لزيادة الوعي.

3.5 التعليقات الجانبية

يتم استخدام هذه التقنية في الميلودراميات القديمة، عندما تبرز الشخصية الشريرة إلى الجمهور، متدخلة في لقطة حساسة لتفضح بعض الأسرار، كأن تقول مثلا: "لا تعلم أنها قد فعلت كذا أو قالت هذا الكلام أو تصرفت على الشكل التالي

كما في السينما أو التلفزيون أي "التعليق الصوتي الخفي" ، فهو وسيلة للكشف للجمهور عن ما لم يكن معروفًا لدى الآخرين في المشهد وهذا من قبيل زيادة توسعة الدائرة العلاجية للسماح للمكبوتات لكي تطفو على السطح دون حواجز واعية. وحتى يسمح لها بالتحقق بعدة طرق: منها أسلوب "**تحقيق الفعل**"، حيث يتم مساعدة بطل المسرحية لتجربة علاقة عاطفية تصحيحية.على سبيل ضرب مثال: يعاني العديد من المرضى المراهقين في المدارس أو في البيوت من صدمات عاطفية حادة أو مزمنة ، مما تتركهم يعانون من مشاعر مترسبة تتمثل في العجز والعار والشعور السري بأن "هذه هي الطريقة التي يجب أن تكون عليها الحياة". ولربما لو راجع كل واحد منا سجل ذكرياته سيقع على محطات لا زالت إلى يومنا هذا مثل الكدمة تتطلب إزالة أو عملية استئصال نفسية. وبالتالي تجديد إعادة تكرار الحالة المؤلمة عبر رسائل إيجابية تسمح بالتنفيس والتحرر من قيود هذه التجربة ولتمكين المريض من السعي للحصول على حماية فعالة.

4.5 **التجسيد**

الدراما النفسية يمكن أن تصور حتى الأفكار المجردة في شكل أكثر واقعية، على سبيل المثال ، إذا اشتكى بطل الرواية من الشعور "بالإعتداء والتعنيف "، فقد يكون للمخرج مساعدان يترجمان هذا الموقف وكل واحد منهم يمارس التعنيف بدرجة خفيفة في إشارة إلى إعادة إيقاظ الأحاسيس من ركام النفس. وغالبًا ما تساعد هذه التصرفات الشعورية على التواصل مع المشاعر الأعمق المعنية. أو اللاشعور، هذه العمليات المتجانسة تكشف حدة المعاناة مما يساعد المخرج على تشخيص الأزمة وتفاديها بشكل إيجابي مع مرحلة تمثيلية تليها. بمعنى مرحلة التماثل للشفاء تستدعي أولا الكشف ثم العلاج عبر مراحل . قال " مورينو" ذات مرة لفرويد ، "أنت تحلل أحلام الناس أما أنا فأحاول أن أمنحهم الشجاعة ليحلموا مرة أخرى" [17] وبهذا المعنى، تقدم الدراما النفسية للمرضى فرصة لتصور الحياة بمزيد من الإيمان والإشراق، لإعادة الاستثمار عاطفياً في المستقبل. فالأطفال المراهقون مثلا الذين يعانون من الإحباط في كثير من الأحيان يقمعون آمالهم في مستقبل غامض ودون أهداف واضحة بقدر ما يقومون بقمع الرغبات / الأفكار في الحاضر والماضي ولا حتى رؤية مستقبلية لذلك طور مورينو تقنية الإسقاط في المستقبل كوسيلة لتشجيع المرضى على أن يصبحوا أكثر وضوحًا في تحديد أهدافهم . أي يتضمن تصوير المشاهد المأمولة أو المتوقعة وذلك من خلال التدريب على الأدوار وحتى تحقيقها على مسرح الأحداث بتنسيق شامل ، وهو نوع من التدريبات السلوكية ، ويستخدم لمساعدة المريض على الاستعداد لحدث مستقبلي كامتحان البكالوريا والدراسة في الجامعة ولم لا الدراسات العليا أو السفر إلى الخارج . باستخدام التدريب ، والنمذجة ، وردود الفعل المسجلة على شريط فيديو أو الحوارات ، وغيرها من التقنيات، ويكرر المريض الحركات والأفعال والتعبيرات حتى يتم تطوير خيارات مرضية.

6. نموذج مقترح لوضعية علاجية وفق إستراتيجية

التمثيلصور الإدمان في مجتمعنا اليوم كثيرة ومتعددة ولنفترض أن هناك شريحة من المراهقين يعيشون حالة حرجة من الإدمان على " الألعاب الإلكترونية" أو التدخين أو المخدرات فما هي التقنيات المتبعة في الجلسة العلاجية بأسلوب " السيكودراما؟ ولنفترض دخول بعض الأشخاص في دور درامي Act out يجعلهم يرون أنفسهم في المواقف التي تزعجهم والأشخاص الذين تسببوا في إهانتهم في إطار خارج الواقع العيني حتى ترتسم الصورة الافتراضية كاملة في الأذهان وهنا تأتي مرحلة الاستعداد لتفريغ شحنات الغضب والتوتر وما شاكلها بناء على تقنيات منها :

1.6 **التقنية الأولى: تبادل الحوار والتداعي الحر**

في المشهد الأول هناك لوحة عامة يشارك فيها جميع الممثلين لعرض صورة الإدمان من خلال تجسيد الضياع والشتات بتمثيليات تعكس حالة الطفل المدمن ، فتصوره تلميذا كسولا متخلفا عن أقرانه في النتائج الدراسية وتنقل له مرارة الرسوب والفشل بحرقة متناهية، ثم مقاطعة الأهل له وغضبهم منه. وطبعا مثل هذه الأدوار حساسة جدا ينبغي أن يشرف على تمثيلها أصحاب المهارة لاعتمادها على التلقائية والعفوية والانسيابية [18] ويكون المشاركون بمثابة المفاتيح، كل واحد يعرض جانبا مهما في حياة " البطل" ويتفننون في عرض المشكلة وتشريحها وعليهم أن يتمرسوا على إتقان لغة الجسد وفن الحركة لأنها من المهارات بالغة الأهمية، ويمكن اعتبارها لغة عالمية.

تكمن جمالية " السيكودراما" كتقنية علاجية استعانت بفن المسرح للإجهاز على المشاكل النفسية بالتركيز على جو المجموعة والمساعدة والتشجيع على الديناميكية، يتعاون جميع الممثلين على خشبة المسرح لإيجاد بدائل عن المعاناة وحلولا لها قد لا تفيد معالجتها عن طريق النقاشات والبحوث الأكاديمية والحوارات العادية[19].

2.6 **التقنية الثانية: الكرسي وبناء التعاطف**

من ضمن التقنيات الحساسة جدا في جلسات –السيكودراما– بمعنى أن ينفصل المريض عن ذاته افتراضيا ويتخيلها نسخة منه لكن مقابلة له تجلس وتستمع وتحاوره، قد يبدو هذا التصرف سخيفا ونوعا من الهلوسة عند البعض لكنها طريقة إيجابية فذة تقوم على فكرة التبادلية أي الاتحاد والانفصال مع المشكلة. وقد استفادت برامج البرمجة اللغوية العصبية في التنمية البشرية كثيرا من هذه التقنية من أجل تحريك قوة العقل الباطن في النفس البشرية.

ففي عام 1915/1914 نشر مورينو مبتكر–السيكودراما–مرجعا من ثلاثة أجزاء تحت عنوان " دعوة إلى المناوشة" هذا المبدأ أساسي ومحوري لهذه التقنية العلاجية التي من خلالها

يكتسب-الطفل- قدرة على لعب الأدوار مع الآخرين واستخدام الحوار كعلاج نفسي بمعنى أن الكرسي المجسم أمامه يشكل رمزا للبوح والفضفضة والتداعي الحر- حسب نظرية فرويد[20] وقول ما يكتم دون أي فلسفة أو إزعاج أو مقدمات أو بروتوكولات.

ويكون هذا عن طريق تبادل الأدوار والأماكن بين الأطراف المشاركة في التمثيلية مثل: الحوار مع زوج الأم إن كان الطفل قد فقد أباه أو العكس، أو تشخيص المخدر على هيئة إنسان ومحاورته إن كان المريض يعاني من حالة الإدمان .. والأمثلة كثيرة في هذا الصدد. ثم في الخطوة الثانية يتم الانفصال عن المشكلة وهنا يتدخل الحوار لترميم أجزاء النفس الهشة وخلق شكل جديد بديل عنها مع المحافظة على توهج الانفعالات في محيط الحياة الحقيقية . وقد ينتظر من " مسرح الطفل" أن يشتغل أكثر على السيكودراما ليرفع القيم الاجتماعية التي أسقطتها التكنولوجيا الحديثة باستعمالاتها الخاطئة، ويبعد الأفكار الهدامة والسوداوية من محيط الطفولة

7- فوائد السيكودراما

أشرفت " أورسولا هاوز" المتخصصة السويسرية في علم النفس الإثني وفي العلاج بالتمثيل المسرحي – السيكودراما- على برنامج علاجي من 2002 حتى 2006 ارتكز على علاج الأطفال الفلسطينيين المصدومين من جرائم الاحتلال الإسرائيلي. مصرحة أن الهدف من هذه التقنية العلاجية، هو تحرير تلك المشاعر المكبوتة والتعبير عن ذلك الحزن على خشبة المسرح رفقة الآخرين لتقاسم ثقل المعاناة وتجزئتها تمهيدا للتطهير أي أن كل واحد من المشاركين يقوم بوظيفة علاجية في هذا المسرح المفتوح والمرتجل الذي يسمح للأبطال بأن ينفصلوا عن جوهر العقدة النفسية بصورة مؤقتة تدريجيا للاندماج في واقع جديد [21] ونتصور أنه لو سخرت الجهود للاهتمام بهذا النوع من العلاج النفسي لشريحة " المشاهد الصغير" والإشراف عليها علميا من لدن أخصائيين نفسانيين ومبدعين في مجال الفن الدرامي والمسرحي ومفكرين ، نكون بهذا قد أنشأنا علاقة حضارية بين المجتمع الحقيقي والمجتمع الرقمي الذي لا يعرف الثبات ولا الحدود، وهذا لحماية الطفولة التي أصبحت ضحية سهلة لغواية المعلوماتية ووسائل التكنولوجيا التي تخلط السم بالعسل .

فاعلية العلاج " السيكودراما" تتضح معالمها بجلاء في التطبيق، بمعنى أن المريض عند دمجه في وضعية التشافي بإمكانه أن يستحضر جملة من العواطف تدفعه إلى؛ التوقف والتردد أو الكتمان أو كبح جماح الشعور أو تصريفه بخدعة ما أو إخفاؤه أو ربما لا يريد الكشف عن جوانب من الاختلال الوظيفي في السلوك، ولكن نظرا إلى أن هناك تقنيات متطورة جدا تتمتع بها " السيكودراما" والتي بدورها تخفف من حدة الشعور عن طريق الإيهام، فإن المريض يصبح مشاركا فعليا في عملية العلاج ويبدأ بمساعدة المعالج في – الشعور، التعافي، المصارحة، بنفس الطريقة التي تربطه مع الواقع الحقيقي.

8- خاتمة

إن – السيكودراما- تساعدنا للنفاذ في قلب المجتمع والشريحة الاجتماعية الحساسة ومحاولة تصويب سلوكياتها وترميمها وفق معايير ومقاييس ديننا وهويتنا الثقافية . لأن واقعنا اليوم ينذر بأزمة كبيرة، لا تفرق بين الطفل ولا المراهق ولا البالغ ولا المتعلم إنه المسخ الثقافي إن لم نقل نسفا حضاريا بأكثر الوسائل يسرا وتوفرا وشعبية أقله شاشة التلفاز والهواتف الذكية.

تقدم الدراما النفسية طريقة تجريبية لتعلم كيفية دمج أفضل الأفكار في علم النفس في الحياة. مما يخلق مرونة عقلية تأتي مع القدرة على تولي الأدوار وبناء روح تقبل جميع نتائجها حتى ولو كانت سلبية كالفقدان مثلا ، وإنشاء علاقات متوازنة ومستمرة بشكل أكثر وعيًا. وبمجرد أن يتعلم الأطفال المراهقون على أبعاد مختلفة سيتخلصون من تلك الصدمات المفاجئة ويملكون ثقة نفسية تمكنهم من تخطيها بسلام. ولذلك كان لزاما – والأمر خطير- جدا أن نعمل على حماية هذه الشريحة الناعمة وإكسابها حصانة عقلية وعاطفية وتهيئتها للعب الدور المنوط بها مستقبلا في التطور الاجتماعي تلبية لنداء الوطن، ولبناء مجتمع متوازن يقف في وجه أي نوع من الاستلاب الحضاري من داخل الأسرة والمؤسسات التعليمية. فهل آن الأوان لتطبيق هذه التقنية العلاجية وفق النسق الثقافي المحلي للمجتمع العربي الإسلامي.

تضارب المصالح

❖ يعلن المؤلف أنه ليس لديه تضارب في المصالح.

المراجع

1- افتح يا سمسم برنامج تعليمي تربوي من إنتاج مؤسسة البرامج المشتركة لدول الخليج العربي، أنتج الجزء الأول سنة 1979 والثاني سنة 1982. والثالث 1989وهو مسلسل تعليمي ترفيهي. وهو النسخة العربية من مسلسل أمريكي اسمه شارع السمسم (بالإنجليزيةSesame Street).صورت المشاهد الداخلية في الكويت، وصورت المشاهد الخارجية في عديد من الدول العربية والعالم. وشارك فيه ممثلون عرب و أطفال بالإضافة إلى شخصيات الدمى نعمان وملسون وعبلة والضفدع كامل قرقور وكعكي وأنيس وبدر وهي شخصيات معروفة ومشهورة في العالم العربي. ينظر: https://ar.wikipedia.org

2- للتوسع الرجاء الرجوع إلى الموقع التالي : http://www.asgpp.org/index.php

3- حسين كمال الدين.) 2002(. مدخل في العلاج بالدراما للطفل. مجلة الطفولة والتنمية. المجلس العربي للطفولة والتنمية. العدد6، ص: 13

4- ينظر نفس المرجع السابق بتصرف ص: 15

5- نفس المرجع السابق ص: 13/39

6- ينظر: خليل فاضل خليل) 2006(. العلاج بالسيكودراما. مجلة شبكة العلوم النفسية العربية. القاهرة. العدد 09. جانفي. ص: 31

7- Rene .f Marineau.(1989) . Jacob Levy Moreno. Father of psychodrama. Tavistock. London.. P : 123

8- Eva Roine ,(1997) psychodrama, group psychotherapy as experimental theatre ,london, , P :16

9- يرجى الإطلاع على : Nouveau rapport de l'UNICEF: les enfants 2017 dans un monde numérique على الموقع :https://www.unicef.ch/fr/presse

10- جرترود دريسكول(1964) . كيف نفهم سلوك الأطفال. ترجمة رشيد خام منصور. دار النهضة العربية. ص: 24.

11- نفس المرجع السابق ص: 26

12- فوزي عيسى،(1988)أدب الأطفال، منشأة المعارف بالاسكندرية، مصر ص: 91.

13- عبد الرحمن سيد سليمان،(1994) السيكودراما، مفهومها، وعناصرها واستخداماتها، حولية كلية التربية، جامعة قطر، العدد 11 ص: 397

14- René F.Marineau,(1989) Jacob Levy Moreno, father of psychodrama, 1889-1974,british library,1rt p;, p: 113

15- Jonathan Fox, ,(1987) The essential Moreno writings on psychodrama, group method, and spontaneity, springer publishing company ,new york , p: 187.

16- جلولتان هلتون،(1994) نظرية العرض المسرحي، تر. نهاد صليحة، الهيئة العامة للكتاب ، القاهرة، ، ص: 254

17- Holmes.p, Marcia K, Michael W (1994), psychodrama since Moreno, Routledj, London, P : 151

18- الانسيابية: تتمركز في الأداء الحركي والصوتي، بحيث تكون قادرة على ترجمة المشاعر المركبة ترجمة تعبيرية فورية ، وتستخدم في التعبيرات النفسية للدلالة على تدفق وتتابع الكلام أو الأفكار.- لطفي الشربيني،(د.ت) معجم مصطلحات الطب النفسي، مركز تعريب العلوم الصحية، الكويت، ص: 180

19- يمكن الرجوع إلى موقع المركز العلاجي بالدراما هناك تفاصيل دقيقة : http://www.dramatherapycenter.com

20- علي زيعور،(1971) مذاهب علم النفس المعاصر، دار الأندلس ، بيروت، ط1، ص: 243/242

21- Peter F ,Kellerman (2007),sociodrama and collective trauma, london p: 26

كيفية الإستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

المؤلف ميسوم عبد القادر (2020)، الطفولة و المسرح العلاجي -السيكودراما- مجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، المجلد12، العدد 01، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، الجزائر، ص ص: 121-128