مجلة الإبراهيمي للدراسات النفسية والتربوية

(ISSN: 2661 – 7897) (رت م د: EISSN:2800 - 1524 : رت م د إ)
مجلد (05) - عدد (01) (2023) ص ص 13 – 29 .

فلسفة السيكودراما العلاجية في تعديل السلوك

The therapeutic philosophy of psychodrama in behavior modification

د. عماريوسف الوحيدي ، [1] [2] د. ريما حسيب شعيب

1 برنامج التعليم بوكالة الغوث الدولية (فلسطين)، ammarwh@gmail.com

2 وزارة التربية اللبنانية (لبنان)، rimach2009@hotmail.com

تاريخ الإرسال:2023 /01/16 تاريخ القبول: 2023 /04/08 تاريخ النشر: 2023 /07/28

ملخص:

هدف البحث إلى توضيح فلسفة السيكودراما العلاجية وماهيتها، وتوضيح وتاريخها كإستراتيجة علاجية لتعديل السلوك، وبيان العناصر التي تنبني عليها السيكودراما العلاجية، والكشف عن الأهداف التي السيكودرما العلاجية إلى تحقيقها، وكذلك والمجالات التي تعمل عليها السيكودراما، إضافة إلى الكشف عن فاعليتها التي أظهرتها الدراسات العربية والأجنبية التي بحثت في فاعلية السيكودراما.

الكلمات المفتاحية: السيكودراما؛ تعديل السلوك؛ السيكودراما العلاجية.

Abstract:

The aim of the research is to clarify the philosophy of therapeutic psychodrama and its nature, and to clarify its history as a therapeutic strategy for behavior modification, and to clarify the elements on which therapeutic psychodrama is based, and to reveal the goals that therapeutic psychodrama achieves, as well as the areas that psychodrama works on, in addition to revealing its effectiveness shown by Arab and foreign studies. that investigated the effectiveness of psychodrama.

Keywords: Psychodrama, Behavior Modification, Therapeutic Psychodrama.

* **المؤلف المرسل:** د. عمار يوسف الوحيدي ، **الإيميل:** ammarwh@gmail.com

1. مقدمة:

لقد حرص المهتمون في ميادين علم النفس بشكل عام، وفي علم النفس العيادي بالبحث عن الطرائق والاستراتيجيات التي يمكن لها أن تذلل العقبات التي تواجههم في تعديل سلوك الأفراد الناتجة عن ضغوطات نفسية أو مشكلات نفسية متعددة المصادر، وكان من بين هذه الطرق السيكودراما والتي تعتبرها حمودة (1991) شكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي، تستخدم التمثيلية كوسيلة أدائية، والتلقائية هي الصفة المميّزة لهذا الأداء، كما أنّها تجمع بين الإسقاط والتنفيس الانفعالي في الوقت ذاته. ويعرّفها ستار Starr على "أنّها شكل من أشكال العلاج النفسي الذي يستخدم التمثيل لمعاونة المريض في حلّ مشكلاته، وعن طريق المساعدة التي يقدّمها الموجّه، حيث يجسّد المريض المواقف والعلاقات التي تشكّل بالنسبة إليه أسبابًا لاضطراب السلوك" (سليمان، 1999، صفحة 169). ويُطلق دانيال لاجاس Daniel Lagas على السيكودراما "اسم العلاج بالمسرحيات عن طريق ارتجال مشاهد مسرحية تدور حول موضوع معيّن، تؤدّيها مجموعة من الأطفال الذين يعانون من اضطرابات في الشخصية أو السلوك، ويشترك المعالجون النفسيون في الأداء المسرحي علاوةً على توجيههم وتفسيرهم" (شحاته، 1999، صفحة 30). ويعرّفها لوتز Lotze على أنّها "لفظة من مقطعين Psycho أي النفس و Drama أي الفعل أو الحركة أو النشاط، ومعناها حركة النفس، وهي نوع من العلاجات النفسية التي تستخدم تكنيكات المسرح وصولاً إلى حقيقة ديناميات شخصية الفرد المصاب بالاضطرابات" (غانم، 2003، صفحة 122)

وحاول البحث الحالي تناول السيكودراما في إطارها النظري للتعريف بها ووصف آليات عملها، والمجالات التي تعمل عليها السيكودراما.

2. إشكالية البحث:

إن تعدد العوامل والظروف التي يتعرض لها الإنسان في حياته تشكل لديه رصيدا من الضغط النفسي الذي يؤثر على سلوكه ومجرى حياته، ونظرا لذلك تعددت طرق التدّخل العلاجي لمحاولة التخفيف من هذه الضغوطات النفسية والعمل على تجاوزها من أجل توجيه السلوك إلى السلوك الرغوب فيه.

وقد كان من بين هذه الاستراتيجيات استراتيجيات درامية متعددة كالداما التكونيّة وأعرافها وتقنياتها، ودراما عباءة الخبير، والسيكودراما كإستراتيجية عمل جماعي في قالب تمثيلي

يهدف بشكل مباشر إلى التعامل مع الضغطوطات النفسية والسلوكيات غير المرغوبة بغية تعديلها.

وبناء على ذلك حاول البحث الإجابة عن التساؤلات الآتية:

1- ما فلسفة السيكودراما وماهيتها وتاريخها كإستراتيجة علاجية لتعديل السلوك؟

2- ما العناصر التي تنبني عليها السيكودراما العلاجية؟

3- ما أهداف السيكودرما والمجالات التي تعمل عليها؟

4- فاعلية العمل العلاجي باستخدام السيكودراما استنادا إلى الدراسات السابقة؟

3. أهمية البحث:

تكمن أهمية هذا البحث في كونه يتناول موضوعا متباينا في درجة الاستخدام للاستراتيجية المطروحة فيه، وهي استراتيجية السيكودراما العلاجية، وبالتالي يقدم هذا البحث صورة شاملة حول السيكودراما وفلسفتها وتاريخها وعناصرها ومجالاتها والفائدة المتحققة من توظيفها في مجال تعديل السلوك.

4. أهداف البحث:

هدف البحث إلى:

1- الكشف عن فلسفة السيكودراما وماهيتها وتاريخها كإستراتيجة علاجية لتعديل السلوك؟

2- توضيح العناصر التي تنبني عليها السيكودراما العلاجية؟

3- توضيح أهداف السيكودرما والمجالات التي تعمل عليها؟

4- الكشف عن فاعلية العمل العلاجي باستخدام السيكودراما استنادا إلى الدراسات السابقة؟

5. السيكودراما العلاجية:

1.5. فلسفة السيكودراما وماهيتها:

لا يوجد تعريف واحد ومحدّد للسيكودراما، فقد اختلفت تعريفاتها باختلاف العلماء والباحثين العاملين عليها، ولكنّهم أجمعوا واتفقوا على دورها وأهميتها في معالجة الاضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية لدى الأطفال. فهي أحد مناهج العلاج النفسي الجماعي، حيث يشارك عضو المجموعة الإرشادية في أداء موقف تمثيلي من مواقف الحياة، ويقوم بتمثيل هذا الدور على المسرح أمام المرشد وأعضاء المجموعة وبعض المشاهدين الآخرين، ومن خلال هذا

العرض يكشف عن مشاعره وانفعالاته وآرائه وأفكاره المرتبطة بمشكلته بشكل مباشر. ويرى مورينو Mereno مبتكر السيكودراما أنّها "ثورة على ما هو قائم، واستخدام الجسد في التعبير يجعلها لغة عالمية واسعة الاتصال، ومن الناحية السيكودرامية فهي تتضمّن أعمق اللغات، وهي تسبق مرحلة الاتصال الكلامي أثناء نمو الطفل وهي لغة الجسد، وعليه فهي أسلوب علاجي يتناسب مع جميع الأشخاص في مراحلهم العمرية المختلفة" (كفاني، 1990، صفحة 46). واعتبر هاريمان Harriman السيكودراما "أسلوبًا من أساليب العلاج النفسي، يصل فيه المرضى إلى الاستبصار وتعديل الأنماط غير الملائمة للسلوك، وذلك من خلال التمثيل التلقائي لموقف من حياتهم" (غريب، ، 1999، صفحة 15). ويعتبر وولمان Woolman السيكودراما بأنّها "أسلوب من الأساليب الإسقاطية، وإضافة إلى ذلك هي شكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي، حيث يُطلب من الشخص أن يمثّل مواقف ذات مغزى في حياته في حضور أشخاص آخرون يمثّلون الأنوات المساعدة Auxilary Egos، وفي حضور المعالج، وكل عضو من أعضاء هذه المجموعة له وظيفة محدودة المعالم ومصمّمة لتساعد العميل على فهم نفسه وتمثيل دوره بصورة تلقائية، مما يُيسّر له فهم ذاته" (شحاته، 1999، صفحة 28). وينظر شترب Strrup إلى السيكودراما على أنّها "بشكل جوهري إجراء من إجراءات اللعب - لعب الأدوار – والمقصود من ورائها تزويد المريض بقدر من المواجهة يشجعه على التلقائية ويساعده في ذات الوقت على تحقيق أكبر قدر من الفهم لسلوكه، كسوء توافقه بالنسبة إلى السلوك الشخصي على المستويين البدني والانفعالي" (حمودة، 1991، صفحة 83). ويرى غرينبرغ Greenberg أنّ "السيكودراما طريقة جماعية للعاج النفسي، أساسها المسرح وارتجال المواقف الدرامية بناءً على موضوع يقترحه أفراد الجماعة من المرشدين والأطفال الذين يشكون من اضطرابات نفسية أو عقلية متماثلة، ويشترك المعالج النفسي عادةً في أداء الأدواروبقوم في الوقت نفسه بتوجيه الممثلين وتحليل سلوكهم" (سليمان، 1999، صفحة 169). ويرى غيث أنّ السيكودراما "طريقة القيام بالدور كوسيلة لتخفيف حدّة التوترات النفسية أو لتحليل الشخصية، فقد طوّر هذه الطريقة مورينو حيث طلب من الشخص المرور بالمواقف السيكولوجية أمام ملاحظ مدرّب، ويمكن أن يقوم الشخص بدور معيّن، وممكن أن يقوم به مجموعة أشخاص آخرين" (شحاته، 1999، صفحة 29). وترى فيّاض أنّ "المبدأ الأساسي في السيكودراما هو التلقائية التي عرّفها مورينو بأنها قدرة الشخص على مواجهة كل موقف جديد

على نحو سليم، وأنّ ما تهدف إليه السيكودراما هو أن تنمّي في الفرد القدرة على أداء أدواره في الحياة على نحوٍ خلّاق يمكّنه من مواجهة مطالب الحياة في المواقف الجديدة التي يواجهها على نحو سليم بدلاً من أن يستخدم أنماطًا سلبية من الاستجابات، والطفل هنا قد يكون المؤلف أو أن يقص المشرف على الأطفال حكاية ثم يعبّرون عنها بطريقتهم الخاصة كنوع من أنواع اللعب والتعبير عن النفس" (شحاته، 1999، صفحة 30).

2.5. تاريخ السيكودرما:

تعود فكرة السيكودراما إلى المحلل النفسي الأميريكي مورينو Mereno الذي بدأ باستخدام هذا الأسلوب في فيينا عام 1921، حيث أسّس أول مسرح للعلاج النفسي عام 1927 في مدينة نيويورك، يقوم على لعب الادوار بهدف علاج المشكلات النفسية. ويتميّز هذا الأسلوب بحريّة الممثلين المسترشدين وتلقائيّتهم، مما يسمح بالتداعي الحرّ والإسقاطات والتنفيس الانفعالي والتعبير عن المشاعر والأفكار في المواقف التمثيلية، مما يؤدّي إلى تحقيق التوافق النفسي السوي والتفاعل الاجتماعي السليم. "ويدور موضوع القصة حول مواقف هدفها التفريغ الانفعالي، وأخرى تهدف إلى حلّ الصراع وتحقيق التوافق النفسي، ومواقف متخيّلة غير واقعية، وأخرى تهدف إلى تشجيع فهم الذات بدرجة أفضل. وقد تشمل القصة موضوعات متنوّعة مثل: الاتجاهات السالبة، والأفكار، والمعتقدات، والأحلام" (زهران، 1998، صفحة 372). وتُعتبر السيكودراما ابتكارًا من أهم الابتكارات الثورية في العلاج النفسي.

لكن اختلف الباحثون في تحديد نشأة السيكودراما، فبعضهم يُرجعه إلى العام 1911، وبعضهم إلى العام 1927، وآخرون قدّموه إلى العام 1959. ففي العام 1911 بدأ مورينو أولى اختباراته على السيكودراما معتبرًا أنّه عندما تتيح للأطفال التعبير التلقائي عم مشكلاتهم فإنهم يحقّقون نتائج علاجية إيجابية. واعتبر بعض الباحثين أنّ الفضل في السيكودراما يعود إلى سليد Slade الذي وضع فكرة دراما الطفل، وشجّع على توظيف الأنشطة الدرامية داخل المؤسسة التعليمية بهدف إتاحة الفرصة للأطفال ليعبّروا عن أنفسهم. وتجدر الإشارة إلى أنّ أرسطو تحدّث عن دور التمثيل في الآثار العلاجية النفسية، واستخدم مصطلحه الشهير: التطهير Catharsis، الناتج عن التمثيل ولعب الأدوار، وقد اطلق عليه العلماء لاحقًا التنفيس الانفعالي Abreaction، خاصة مورينو الذي جعل السيكودراما علاجًا منهجيًّا بحدّ ذاته.

ويرى هاربر Harper أنّ تاريخ استخدام السيكودراما كأداة علاجية يعود إلى فترات زمنية قديمة، حيث "كتب الماركيز دو ساد Marquis De Sad مسرحيات لأنواع عديدة من المرضى ليقوموا بتمثيلها. كما قام ج.س.ريل J.C.Riel بتمثيل مسرحيات ينهض فيها الملائكة والشياطين من القبور ويتكلّمون بصدق، وذلك لمعالجة ومساعدة المريض في صورة تعذيب غير مؤذ، كما لعب جانيه Janet دورًا مع مرضاه مثّل فيه بعضًا من تجاربهم الصدمية" (حمودة، 1991، صفحة 82). كما كتب جوته Gotha مسرحية أسمها Lila "قدّم فيها علاجًا نفسيًّا للاكتئاب الذهاني بأن جعل أفراد الأسرة الواحدة يمثّلون أوهام المريض، ويمكن اعتبار هذه المسرحية عملاً رائدًا في مجال الهلوسات باستخدام السيكودراما" (شحاته، 1999، صفحة 36). وقد أنشئت مراكز لعلاج العصاب النفسي في بريطانيا خلال الحرب العالمية الثانية، وكان من أنشطتها تمثيل قصص درامية أو أحداث معيّنة عبر جماعات من المرضى.

ليس مهمًّا الاختلاف حول البداية التاريخية للسيكودراما، فالمهم أنّها أصبحت أسلوبًا فعليًّا وفعّالاً في العلاج النفسي والإرشاد الجماعي، فهي تساهم في فهم وحلّ المشكلات النفسية والسلوكية، كما أثبتت فعاليّتها في معالجة الأمراض الذهانية. وقد باتت السيكودراما اليوم واسعة الانتشار، حيث تُستخدم في المستشفيات النفسية والعقلية، وفي السجون، ومؤسسات الرعاية الاجتماعية، ومراكز إعادة التأهيل والمؤسسات التعليمية.

3.5. عناصر السيكودراما:

تتألّف السيكودراما حسب مورينو من العناصر التالية:

1- الشخصية المحورية أو البطل أي المريض Patient subject

إنّها شخصية المريض الذي يقوم بالدور الرئيسي على خشبة المسرح، حيث يقوم بالتعبير عن ذاته وتصوير عالمه الخاص، لا أن يكون ممثّلاً يتخلّى عن شخصيّته الحقيقية لكي يتقمّص الدور المحدّد له، بل على المريض أن يكون هو نفسه، ويعكس أفكاره ومشاعره ورغباته واتجاهاته الشخصية عبر الدور الموكَل إليه. وله مطلق الحريّة في التعبير عن نفسه كما يريد، ويقول أو يفعل كل ما يخطر بباله دون قيود، وهذه هي التلقائية. "ويشمل هذا التعبير الحرّ عن النفس الوسائل اللفظية وغير اللفظية على حدّ سواء، وهو ما يُعرف بالتنفيس عن طريق التمثيل" (إبراهيم، 1994، صفحة 15).

2- المخرج المُعالج Director Therapist

يقوم بدور توجيه وضبط المسرحية ضمن الإطار العلاجي، وهو مسؤول عن إعداد المسرح للحدث الدرامي والإشراف على التجهيز الموسيقي والإضاءة والديكور. ومسؤول أيضًا عن تحويل قصة المريض البطل التي يحكيها للمجموعة إلى حدث درامي تفصيلي بما يتضمّنه من حوارات وسيناريو الأحداث وتحويل البناء الدرامي للمشكلة إلى قصة تمثيلية. وهو يتولّى مسؤولية توجيه الممثلين والبطل على خشبة المسرح ومساعدة الممثلين على الفهم والوصول إلى درجة الإحساس بما يقومون به من أدوار. ويقوم بالوظيفة العلاجية من حيث "مقابلة المرضى الذين يرغبون في العلاج ومساعدتهم على فهم أنفسهم وكذلك إعداد المجموعة للعلاج السيكودرامي، واختيار البطل المريض الذي يقدّم المشكلة في كلّ حلقة علاجية، كما إنّه مسؤول عن تحديد نوعية الأساليب العلاجية المستخدمة في العلاج" (غانم، 2003، صفحة 129).

3- فريق المعالجين المساعدين-الأنوات المساعدة Auxiliary Egos

الأنا المساعدة مصطلح يُطلق على الشخص الذي يشارك في العلاج السيكودرامي بهدف مساعدة المريض البطل في الاستبصار بمشاكله، وهي شخصية هامة تلعب دورًا فاعلاً في حياة البطل وأدائه، "لذلك تتنوّع وتتعدّد ما بين شخصية الوالد او الوالدة أو أحد المدرّسين، وباختصار يمكن أن تكون الأنا المساعدة شخصية أساسية أو ثانوية في حياة البطل" (غانم، 2003، صفحة 130). وللأنوات المساعدة ثلاث وظائف رئيسية: يصوّرون الشخصيات الهامة في عالم المريض، يقومون بدور علاجي في توجيه المريض وحلّ مشكلاته، ويؤدّون دور الباحث الاجتماعي الذي يسجّل الملاحظات ويجمع المعلومات عن تاريخ الحالة والظروف المحيطة بها، ويختارهم المريض بحرّيّة ليلعبوا الأدوار الأساسية في حياته والتي تكشف عن الحقيقة المرضية له، بما يساعد المعالج في التشخيص والعلاج.

4- الجمهورAudience

يشكّل الجمهور مجموع الحاضرين أو المشاهدين، ويكون دوره في السيكودراما كدور الجوقة أي الكورس في المسرح الكلاسيكي. ويمثّل الجمهور الرأي العام بالنسبة إلى المريض، حيث يعكس مدى قبول المجتمع لتصرّفاته وأفكاره وانفعالاته أو رفضه لها، وكلّما ازداد شعور المريض بالوحدة زادت حاجته إلى جمهور يفهمه ويتقبّله. "ومن ناحية أخرى فإنّ البطل أو المريض يصوّر

ويعكس ما يدور في نفوس الجمهور، فالجمهور يرى نفسه في المريض، ويرى المرض نائبًا عنه أو ممثّلاً له، يعبّر عنه وينطق باسمه" (إبراهيم، 1994، صفحة 16). وهكذا يلعب الجمهور دور المحيط الاجتماعي للمريض، ويمثّل المجتمع.

5- خشبة المسرح Stage

وهو المكان الذي يتمّ عليه العلاج السيكودرامي، حيث لا تحكمه أيّة شوط من ناحية الشكل، رغم أنّ الكثيرون يفضّلونه دائريًّا ليسمح بالحركة، وأن يكون مرتفعًا عن سطح الأرض. ويرى "مورينو" أن خشبة المسرح ليست ضرورية، فمن الممكن أن تجري الجلسات السيكودرامية في أي مكان يستنسبه المسترشدون سواء كان مستشفى أم غرفة أم منزل أم مدرسة. ولكن وجود خشبة المسرح "يساعد على خلق الجو المناسب للجلسات، كما تساعد دور العبادة في يقظة العاطفة الدينية مع أنّ الصلاة جائزة في أي مكان" (إبراهيم، 1994، صفحة 17). ومن المهم أن يكون المكان مُريحًا بالنسبة إلى المريض. وتجدر الإشارة إلى أنّ المثيل المسرحي العلاجي يراعي تقوية المشاعر وتكثيفها وتنفيس العواطف وفهم الذات.

ويقوم برنامج السيكودراما الذي نتّبعه مع الأطفال الأيتام في دار رعاية اليتيم – صيدا، على قراءة قصة هادفة ومناقشة مضمونها والمغزى منها مع الأطفال الأيتام، ثمّ الطلب منهم أن يقوموا بتمثيل شخصيات وأحداث القصة ولعب الأدوار المناسبة. كما سنستخدم أسلوب الترفيه التفريغي عبر اللعب الهادف إلى التنفيس الانفعالي عند الأطفال الأيتام، والمشاركة مع زملائهم في توجيه اللعب ووضع القواعد.

4.5. مجالات السيكودراما وأهدافها:

1.4.5. مجالات السيكودراما:

تتعدّد المجالات التي تطالها السيكودراما في العلاج، وتتنوّع أشكال استخداماتها، فهي وسيلة من وسائل العلاج النفسي، وأسلوب من أساليب التدريب، وشكل من أشكال العلاج الاجتماعي، ووسيلة من وسائل التربية والتعليم. وتُستخدم في مجال المشكلات السلوكية: كالسرقة والإدمان والكذب والعنف والعدوانية والسلوك الفوضوي والانعزال والانطواء، حيث تساعد في التدريب على المهارات الاجتماعية ومهارة العناية بالذات. وفي مجال المشكلات النفسية تساهم في علاج القلق والخجل والعجز عن التعبير والقصور عن مواجهة الأزمات وضعف الثقة بالنفس

واضطرابات الانتباه وضعف تأكيد الذات والصدمات النفسية. أمّا في مجال المشكلات الاجتماعية فتُعالج الخوف الاجتماعي والخضوع للآخرين والدفاع عن الحقوق وعدم الانتظام ومشكلة الاعتناء بالنفس والمظهر والممتلكات الشخصية، إضافة إلى أنّها تساعد على التكيّف الاجتماعي السليم والتعامل مع الواقع بصورة سويّة. (حجازي، 2000)

2.4.5. أهداف السيكودراما:

تسعى السيكودراما من حيث كونها أداة علاجية وأسلوب لتعديل السلوك إلى تحقيق الغايات التالية:

- تخفيف النزعات العدوانية لدى الفرد، والحدّ من الخجل والقلق والمخاوف.
- إرشاد وتوجيه الشخص، وإعادة تعليمه.
- تحقيق التوافق والتفاعل الاجتماعي السليم.
- كشف مشكلات الطلبة وفهم ذواتهم وإدراك رغباتهم.
- اكتساب المسترشدين مهارات جديدة وخبرات اجتماعية، وتنمية وعيهم بمظاهر سلوكيّاتهم، وإدراك الواقع.
- تقليل السلوكيات غير المرغوبة وتعزيز المسلكيات الإيجابية، وتعلّم بدائل سليمة للتصرّفات المضطربة.
- تعزيز التعاون الاجتماعي، وفهم المحيط الذي يعيش فيه الفرد.
- تجاوز الشعور بالنقص والانطوائية وفقدان الثقة بالنفس والنبذ والتهميش.
- التنفيس الانفعالي، وتفريغ الضغوطات، والتحرّر من التوتر، والتعبير عن الذات والاستبصار بها.
- تدريب الفرد على مواجهة المواقف الاجتماعية وظروف الحياة والتكيّف مع الواقع وإيجاد الحلول للمشكلات.
- إتاحة الفرصة للمسترشدين لإشباع حاجاتهم والتعبير عنها عبر تقمّص الأدوار.
- معالجة الأمراض النفسية والاضطرابات السلوكية. (أبو حدب، 2002).

6. فاعلية السيكودراما بناء على ما جاء الدراسات السابقة:

1.6. الدراسات العربية التي أظهرت فاعلية السيكودراما العلاجية:

1- دراسة المصري (2007)

وهي دراسة بعنوان: فاعلية برنامج سيكودرامي باللعب في خفض حدّة السلوك العدواني لدى أطفال الرياض، تهدف إلى معرفة مدى جدويّة السيكودراما في التخفيف من عدوانية الاطفال، وقد تكوّنت من (40) طفلاً وطفلة، من أطفال المرحلة التمهيدية الذين تتراوح أعماهم بين (5-6) سنوات، حيث تقسّمت العيّنة إلى مجموعتين: واحدة تجريبية تضمّ (20) طفلاً وطفلة، (10) ذكور و(10) إناث، ومجموعة ضابطة مكوّنة من (20) طفلاً، (10) ذكور و(10) إناث. وقد استخدمت الباحثة استمارة رسم الرجل، واستمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي، ومقياس السلوك العدواني لأطفال الرياض، وبرنامج سيكودرامي يعتمد على مجموعة من الانشطة والألعاب الهادفة إلى خفض العدوانية. وتمخضّت الدراسة عن النتائج التالية: "وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط استجابات المجموعة التجريبية على مقياس السلوك العدواني قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط استجابات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس السلوك العدواني بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسّط استجابات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس السلوك العدواني ومتوسط استجاباتهم في التطبيق التتبعي. كما أدى استخدام برنامج السيكودراما المعتمد على اللعب إلى تخفيض السلوك العدواني لدى الأطفال" (المصري، 2007، صفحة 97).

2- دراسة أبو حطب (2002)

قام الباحث بدراسة عنوانها: فاعلية برنامج سيكودرامي في تخفيف السلوك العدواني لدى طلاب الصف التاسع الأساسي بمحافظة غزّة، وهدفت الدراسة إلى معرفة مدى فعالية هذا البرنامج في تخفيف العدوانية لدى الأطفال، حيث انخرطوا في عيّنة مكوّنة من (12) تلميذًا، نالوا أعلى الدرجات على مقياس السلوك العدواني من بين (89) تلميذًا لفصلَين. وقد استخدم الباحث مقياس السلوك العدواني وبرنامجي سيكودرامي، وهما من إعداده. وفي النهاية توصّلت الدراسة إلى النتائج التالية: "عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في متوسطات الدرجات لكلّ من المجموعتين في مقياس السلوك العدواني القبلي، كما بيّنت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المجموعة التجريبية وطلاب

المجموعة الضابطة في المقياس البعدي، وقد أدّى استخدام السيكودراما إلى خفض مستوى العدوانية لدى هؤلاء الأطفال (أبو حطب، 2002، صفحة 97).

3- دراسة حجازي (2000)

أجرى الباحث دراسة حول مدى فعالية برنامج سيكودرامي في تخفيف حدّة السلوك العدواني لدى تلامذة المرحلة الابتدائية في مدرسة داخلية بلبنان، حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى فعالية السيكودراما في تخفيف العدوانية لدى تلامذة الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، وتألّفت العيّنة من (60) تلميذًا وتلميذة، حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس السلوك العدواني، حيث تمّ تقسيمهم إلى أربع مجموعات متساوية، تضمّ كل مجموعة (15) تلميذًا وتلميذة، وانقسمت هذه المجموعات إلى مجموعتين ضابطتين ومجموعتين تجريبيّتين. وقد أعدّ الباحث مقياس السلوك العدواني الذي طبّقه، واستمارة ملاحظة السلوك العدواني، كما استخدم استبيان دراسة الحالة لصلاح مخيمر، وقام بإعداد برنامج سيكودرامي لتنفيذه مع المجموعات. توصّلت النتائج إلى أنّ "السيكودراما كان لها أثرًا كبيرًا في تخفيف السلوك العدواني لدى تلامذة المرحلة الابتدائية على المجموعتين التجريبيّتين، وساهمت في تنمية قدراتهم التفاعلية والتواصلية والاجتماعية" (حجازي، 2000، صفحة 89).

4- دراسة شحاته (1999)

وهي بعنوان: استخدام السيكودراما في تخفيض العدوانية لدى الأطفال اللقطاء مجهولي النسب لسنّ ما قبل المدرسة، حيث هدفت هذه الدراسة إلى خفض العدوانية لدى الأطفال اللقطاء عبر السيكودراما، وقد تكوّنت العيّنة من (16) طفلاً من الأطفال اللقطاء الذين تتراوح أعمارهم ما بين (4-6) سنوات، في مركز رعاية بالقاهرة. واعتمد في غجراء دراسته على مقياس السلوك العدواني، واستمارة تقدير المشرفين للسلوك العدواني، وبرنامج السيكودراما، حيث قام بوضعها جميعها لتنفيذها. كما اعتمد الباحث بتطبيق قياس قبلي على هذه المجموعة التجريبية لقياس العدوانية، وبعد ذلك طبّق قياسًا بعد تطبيق البرنامجي السيكودرامي لمعرفة الفروق الإحصائية الدالة بين القياسَين. وقد توصّلت الدراسة إلى "وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الأطفال على مقياس السلوك العدواني قبل وبعد السيكودراما لصالح البرنامج، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك العدواني لدى الأطفال وفقًا لاختلاف الجنس، وجود فروق

ذات دلالة إحصائية في السلوك العدواني لدى الأطفال تبعًا لاختلاف السنّ، وعدم وجود دلالة إحصائية بين درجات الأطفال العدوانيين في التطبيق التالي لفترة المتابعة، كما ساهمت السيكودراما في خفض العدوانية لدى الأطفال اللقطاء" (شحاته، 1999، صفحة 87).

5- دراسة غريب (1999)

قام الباحث بدراسة حول مدى فاعلية برنامج سيكودرامي للتخفيف من القلق والعدوانية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية في مصر، بهدف معرفة تأثر السيكودراما على تخفيض العدوانية الطفلية، حيث تكوّنت العيّنة من (12) طفلاً، (6) ذكور و(6) إناث، في المرحلة العمرية من (9-12) سنة. وقد استخدم الباحث اختبار الذكاء اللفظي لعطيّة، واستمارة تقييم أنشطة وخدمات المؤسسات لجمال شفيق، ومقياس العدوانية ومقياس القلق لفيولا البيلاوي، والبرنامج السيكودرامي من إعداد الباحث. وتوصّلت الدراسة إلى "وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أطفال المؤسسات الإيوائية (ذكور وإناث) في القلق والعدوانية قبل وبعد تطبيق البرنامج السيكودرامي لصالح تطبيقه، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الذكور والإناث بالمؤسسات الإيوائية من سنّ (9-12) سنة في القلق والعدوانية نتيجة استخدام البرنامج السيكودرامي، عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين استفادة الأطفال بالمؤسسات الإيوائية من سنّ (9-12) سنة من البرنامج السيكودرامي الحالي ومستوى الرعاية المختلفة للمؤسسات الإيوائية" (غريب، 1999، صفحة 73).

6- دراسة إبراهيم (1994)

أجرت الباحثة دراسة بعنوان: استخدام السيكودراما في خفض الاضطرابات الانفعالية لدى الأطفال، والتي هدفت إلى تعديل ردّات الفعل السلوكية وتخفيض العدوانية لدى الأطفال، الذين تتراوح أعمارهم بين (6-9) سنوات من خلال السيكودراما. وقدّ تكوّنت عيّنة الدراسة من (200) طفل وطفلة في الصفوف الثلاثة الأولى من التعليم الأساسي في الأردن، انقسموا وفق الجندر إلى (75) ذكور و(125) إناث. واستخدمت الباحثة مقياس الاضطرابات الانفعالية ومقياس العدوانية والمقابلة العيادية وبرنامج السيكودراما. وتمّ تطبيق البرنامج على (6) أطفال ممّن سجلوا درجات عالية على مقياس الاضطرابات الانفعالية: القلق، الغضب، العدوانية. وقد أسفرت النتائج عن "اختلاف الاضطرابات الانفعالية من حيث شيوعها لدى افراد العيّنة وكانت أكثرها العدوانية،

وجود فروق دالة إحصائيًّا فوق مستوى الدلالة بين الأطفال المضطربين انفعاليًّا في التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لصالح التطبيق، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الأطفال المضطربين انفعاليًّا في التطبيق البعدي للمقياس ودرجاتهم في التطبيق التالي للمقياس نفسه، حيث انخفضت الاضطرابات لديهم بعد تطبيق السيكودراما" (إبراهيم، 1994، صفحة 147).

2.6. الدراسات الأجنبية التي أظهرت فاعلية السيكودراما العلاجية:

1- دراسة فيت (2008) Fite

أجرى الباحث فيت دراسة بعنوان: ضغوط الوالدين وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى الأطفال ومعالجتها بالسيكودراما، في معهد دراسي خاص بدعم التلاميذ علميًّا، وقد هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين ضغوط الوالدين والسلوك العدواني عند الاطفال، ومدى فعالية السيكودراما في معالجة العداونية. وقد تألّفت العيذنة من (212) طفلاً من (6-12) سنة، بمتوسط عمري (8.3%) سنة، وتوصّلت الدراسة إلى "وجود درجة عالية من العدوانية لدى الأطفال مرتبطة بضغوط الوالدين، وقد ساهمت السيكودراما في تخفيف معدّلات العدوانية لدى الأطفال". (Fite, 2008, p. 241)

2- دراسة ماليك (2008) Malik

درس ماليك السلوك العدواني والعنف عند الأطفال الأيتام، بهدف التعرّف على السلوك العدواني والعنف لديهم ومدى تخفيفهما بواسطة السيكودرما، حيث تكوّنت العيّنة من (117) طفلاً، تتراوح أعمارهم بين (8-12) سنة، في مؤسسة رعائية داخلية. وقد أظهرت النتائج الأولية مشكلات عدوانية ومسلكيات عنيفة لدى الأطفال، لكن "البرنامج المسرحي ساهم في تعديل السلوك العدواني العنيف لدى هؤلاء الأطفال". (Malik, 2008, p. 325)

3- دراسة باري (2007) Barry

درس باري العلاقة بين النرجسية والعدوانية ومدى فعالية التمثيل المسرحي في التخفيف من المشكلة، وقد هدفت الدراسة أيضًا إلى معرفة أثر العدوانية على مشكلات التصرّف، حيث تكوّنت العيّنة من (160) طفلاً من الأطفال العدوانيين في الفصل الدراسي، تراوحت أعمارهم بين (8 – 10) سنوات، وكانت أهم النتائج أنّ الأطفال النرجسيين أظهروا سلوكًا عدوانيًّا ومشكلات في

التصرّف، كما أظهرت الدراسة أنّ النرجسية مرتبطة بالعداون السابق والعدوان التفاعلي ومشكلات التصرّف، لكنّ العلاج السيكودرامي كان فعّالاً في خفض السلوك العدواني لديهم والخروج من المحوريّة الذاتية. (Barry, 2007, p. 195)

4- دراسة هادجنس Hudgins (2000)

وهي بعنوان: أثر استخدام السيكودراما في علاج مظاهر العدوانية ضمن أعراض ما بعد الصدمة، وجرت الدراسة على حالة فردية في عيادة متخصّصة، تعاني من أعراض ما بعد الصدمة وردّات فعل عدوانية. وقد تمّ استخدام مقياس بريير (Beriere, 1995) لقياس أعراض ما بعد الصدمة، ومقياس العدوانية لبرنستاين (Bernstein, 1986) ومقياس الاكتئاب لبيك (Beck, 1961)ومقياس الأعراض الجسمية لشامبلس (Chambless, 1984) وبعد تحليل الحالة موضوع الدراسة، أظهرت النتائج وجود "فروق دالة إحصائيًّا بين القياس القبلي والبعدي، وذلك على المقاييس المستخدمة في الدراسة، مما يدل على فعالية استخدام أسلوب السيكودراما في التخفيف من أعراض ما بعد الصدمة: السلوك العدواني، التجنّب، الاكتئاب، والأعراض الجسدية" (Hudgins, 2000, p. 73)

5- دراسة هنتز Hinitiz (1994)

وهي بعنوان: أثر اللعب السيكودرامي على السلوكيات العدوانية والتعاونية لدى الأطفال، وقد هدفت الدراسة إلى التعرّف على مدى فعالية الألعاب السيكودرامية على الاتجاهات العدوانية التنافسية والنشاطات التعاونية لدى عيّنة من أطفال المؤسسات الرعائية، تكوّنت من من (70) طفلاً، تتراوح أعمارهم بين (10-12) سنة، حيث تمّ قياس السلوكيات العدوانية والتعاونية أثناء ممارسة النشاطات وفي الاستراحات. وخلُصت النتائج إلى أنّ "الألعاب السيكودرامية أدّت إلى التقليل من السلوك العدواني وتعزيز السلوك التعاوني" (Hinitiz, 1994, p. 443)

6- دراسة جايلز Giles (1991)

أعدّت الدراسة بعنوان: فعالية برنامج سيكودرامي للمساعدة في تفريغ الشحنات العدوانية لدى أطفال المرحلة الابتدائية، حيث اعتمد هذا البرنامج على الموسيقى، وتكوّنت العيّنة من (30) طفلاً من تلامذة المرحلة الابتدائية، تراوحت أعمارهم بين (9-12) تمليذًا. وقد توصّلت النتائج إلى أنّ "السيكودراما المصاحبة لموسيقى صاخبة ساهمت في تفريغ الشحنات العدوانية لدى

التلاميذ، من خلال ما وفّرتهُ عبر إيقاعاتها من فرص للحركة والتشويق، مما ساعد على تعديل سلوكياتهم السالبة إلى سلوكيات إيجابية" (Giles, 1991, p. 143).

7- دراسة رسر ولمبورغ Russer & Limbourg (1974)

وكانت بعنوان: تعديل السلوك العدواني لدى أطفال الحضانة بواسطة برنامج علاجي درامي، حيث هدفت هذه الدراسة إلى تقليل السلوك العدواني لدى اطفال الحضانة عبر برنامج يحوي مجموعة من القصص يتمّ سردها على مسامع الأطفال، وكذلك عرض المشاهد التمثيلية التي توضّح مظاهر العدوانية والسلوك المضاد لها أو المرغوب به، والذي أراد الباحثان أن يتمثّله الأطفال. أجريت هذه الدراسة على عينة مؤلفة من (33) طفلاً، سجّل بعضهم درجات عالية على مقياس العدوان الذي أعدّه الباحثان. وأسفرت النتائج عن "انخفاض في مستوى العداونية على مقياس السلوك العدواني المُعدّ لذلك" (Russer & Limbourg, 1974, p. 9).

7. خاتمة:

لقد تناول هذا البحث مفهوم السيكودراما وألقى الضوء على فلسفتها وماهيتها وتاريخها، ومجال توظيفها والأهداف التي تسعى إلى تحقيقها كونها إحدى استراتيجيات تعديل السلوك، وقد تبين أن لهذه الاستراتيجية العلاجية فاعلية واضحة الأثر في سلوك الأفراد، كونها تجعل الفرد في معايشة الحدث ومن ثم قراءته بعمق أكبر لاستبصار ما كان مقبولا من السلوك وما هو غير مقبول، وبالتالي التأمل فيه والعمل على تعديله ذاتياً.

8. قائمة المراجع:

المراجع العربية:

- إبراهيم، أسماء. (1994). استخدام السيكودراما في خفض الاضطرابات الانفعالية لدى الأطفال. رسالة دكتوراه. كلية البنات. جامعة عين شمس: القاهرة.

- أبو حطب، ياسين. (2002). فاعلية برنامج سيكودرامي في تخفيف السلوك العدواني لدى طلاب الصف التاسع الأساسي بمحافظة غزّة. رسالة ماجستير. الجامعة الإسلامية: غزّة.

- المصري، شرين. (2007). فاعلية برنامج سيكودرامي باللعب في خفض حدّة السلوك العدواني لدى أطفال الرياض بمحافظة غزّة. رسالة ماجستير. كلية التربية. البرنامج المشترك بين جامعة الأقصى وعين شمس: غزّة.

- حجازي، فتياني أبو المكارم. (2000). مدى فعالية برنامج سيكودرامي في تخفيف حدّة السلوك العدواني لدى تلامذة المرحلة الابتدائية. رسالة ماجستير. معهد الدراسات العليا للطفولة: القاهرة.
- حمودة، صفاء. (1991). فعالية العلاج الجماعي -السيكودراما- في علاج حالات اللجلجة. رسالة دكتوراه. جامعة عين شمس. كلية التربية: القاهرة.
- زهران، حامد عبد السلام. (1998). التوجيه والإرشاد النفسي. ط3. عالم الكتب: القاهرة.
- سليمان، عبد الرحمن. (1999). بحوث ودراسات في العلاج النفسي. الجزء الأول. زهراء الشرق: القاهرة.
- شحاته، خالد. (1999). استخدام السيكودراما في تخفيض العدوانية لدى الأطفال مجهولي النسب لسنّ ما قبل المدرسة. رسالة ماجستير. معهد الدراسات العليا للطفولة. جامعة عين شمس. القاهرة.
- غانم، محمد حسن. (2003). العلاج النفسي بين النظرية والتطبيق. ط1. دار الكمال: القاهرة.
- غريب، محمد. (1999). مدى فاعلية برنامج سيكودرامي للتخفيف من القلق والعدوانية عند أطفال المؤسسة الإيوائية. رسالة ماجستير. معهد الدراسات العليا للطفولة. جامعة عين شمس: القاهرة.
- كفافي، علاء الدين. (1990). الصحة النفسية. هجر للطباعة: القاهرة.

*** المراجع الأجنبية:**

- Barry, A. (2007). The importance of narcissism in predicting proactive and reactive aggressive behavior. Psychologic Journal: Harverd. Vol.33. N.3. P.P. 185-197.
- Fite, P. J. (2008). Relation between parenting stress and psychopathic traits among children. Behavioral Science & The Law: New York. Vol.26. N.2. P.P. 239-248.
- Giles, M. (1991). A Music and Art Programm to Promote Emotional Aggressive in Elementary School Children. Journal of Music Therapy. Vol.3. N.28. P.P. 135-148.
- Hinitiz, B. (1994). Cooperative Games: A Way to modify aggressive and Cooperative behaviors in young children. Journal of applied behavior analysis. Vol.9. N.27. P.P.435-446.
- Hudgins, M. K. (2000). Aclinically effective psychodrama intervention for PTSD. The British Journal of Psychodrama and Socometry. Vol.7. N.51. P.P. 63-74.

- Malik, N. (2008). Exposure to domestic and community violence in a nonrisk sample: association with child functioning. Journal of interpersonal violence: London. Vol.65. N.3. P.P. 320-328.

- Russer, R. & Limbourg, M. (1974). Exploring Drama With Emotionaly Distunaed Adolescents. International Mental Health. Vol.30. N.1. P.P.4-10.