السيكودراما : مفهومها وعناصرها واستخداماتها

دكتور/عبدالرحمن سيد سليمان
كلية التربية ـ جامعتى عين شمس وقطر

مدخل وتمهيد :

السيكودراما أو الدراما النفسية Psychodrama شكل من أشكال العلاج النفسي الذي يستخدم التمثيل لمعاونة العميل (المريض) في حل مشكلاته . وعن طريق العون الذي يقدمه الموجه (المعالج) ومعالجون آخرون مدربون ، يجسد act out المريض المواقف والعلاقات التي تشكل بالنسبة له أسباباً لاضطراب سلوكه . وأحياناً ما يشترك ـ في أسلوب العلاج بفنية السيكودراما ـ أناس حقيقيون للمساهمة في حل مشكلات المريض ومن ثم قد يتطلب هذا الحل ضرورة وجودهم أثناء اجراء الجلسات ، وعندما يتغيب هؤلاء ، فإن آخرين في جماعة التمثيل يقومون بأدوارهم (١) .

ووفقاً لأسس العلاج بهذا الأسلوب العلاجي يتم تشجيع المريض على أن يتجول في أرجاء خشبة المسرح ، وأن يتكلم ، وأن يقوم بتمثيل سلسلة من الأدوار التي يتم إعدادها بشكل تلقائي كجزء من الخبرة المباشرة لمواقف الحياة المتنوعة والتي لها صلة وثيقة بما يعانيه من صعوبات ومشكلات ، فقد يمثل المريض حلماً عاشه ذات ليلة ، وربما يمثل أعضاء عديدون في الجماعة العلاجية أدواراً تعكس شخصيات تتميز بالسلوك الهذائي كما يتخيلها مريض بانفصام الشخصية " الاسكيزوفرينيا " (٢) .

ترجع أصول استخدام السيكودراما إلى مايقرب من ثمانين عاماً مضت ، (أي منذ عام ١٩١١م) في فيينا على يد " ج.ل مورينو " J.L Moreno " فقد

أكتشف " مورينو " أنه عند السماح للأطفال بالتعبير التلقائي عن مشكلاتهم ، فإنهم يحققون نتائج علاجية لا بأس بها . ولذا يمكن القول أنه منذ ذلك الحين ، يرجع الفضل الى جهود " مورينو " في إرساء قواعد هذا الأسلوب العلاجي ، الذي تطو استخدامه كنظرية أدائية ، وكطريقة لفهم وحل المشكلات بين الشخصية Interpersonal Problems على نطاق واسع ، حيث يمكن الآن استخدامه في علاج المرضى بالمستشفيات العقلية ، ومعاهد تصحيح الكلام وفي مجال التدريب الصناعي ، وفي مدارس ومعاهد التدريب الخاصة ، وذلك مع كل من الراشدين والأطفال على السواء ، ولعل القول بأن هناك تقبلاً على نطاق واسع ومتنوع إلى حد بعيد لاستخدام السيكودراما في مجال التطبيقات العلاجية ربما يكون راجعاً إلى قابليتها للتكيف Adaptability وإلى مرونتها Felxibitity ، إلا أن تطبيقها في الواقع ليس بهذه البساطة ، فلابد من توافر عنصرين أساسيين عند عقد جلسة السيكودراما في صورتها الموقفية In situ (أي في موقف محدد ومكان معين) . وهذان العنصران ، هما : توفر الجماعة العلاجية ، وكاتب السيكودراما (أو كاتب المسرحية النفسية) ، بالإضافة إلى أننا قد نستخدم أيضاً في جلسة السيكودراما : مكتب ، أريكة ، كرسي ، خشبة مسرح ، أو أية عناصر شكلية أخرى ، لكن هذه العناصر الشكلية ليست ضرورية بالنسبة للسيكودراما عامة ، وإنما الضروري هو توفر ثلاثة ركائز بدونها تختل العملية العلاجية وهي (أ) وجود المشكلة القابلة للتجسيد ، (ب) جماعة علاجية ، (جـ) وبطل الرواية The protagonist ، فهؤلاء هم محور أي جلسة من جلسات السيكودراما ،

أما جميع الأشياء التي قد نصطنعها لاستكمال الناحية الشكلية للجلسة فهي من قبيل المواد المعاونة في استكمال بناء وتركيب المواقف التي تستخدم لشرح وتوضيح ومعالجة المشكلة ، مع وجود معاونة أيضاً من جانب المعالج ومعيناته ووسائله العلاجية Therapeutic aides أو مايسمى الأنوات المساعدة Auxiliary egos . وهذه الحرية التي تمنح للمريض لكي يعبر عن مشكلته أو مشكلاته وأن يجسدها من خلال العرض هي أيضاً حرية متمثلة في التحرك

بانطلاق خلال المساحة الفارغة على خشبة المسرح ، أو أي مساحة أخرى خالية تؤدي نفس الغرض ، فهي جميعاً كأدوات لنقل العائد العلاجي [٣] .

ومع أنه يمكن القول بأن النسق (أو التنظيم) النظري The Theoretic System الذي يحدد نوع الممارسة العلاجية النفسية The Psychotherapeutic Practice. الموجودة في أسلوب السيكودراما ، يوجد بوفرة وغزارة في مئات الكتب ، والرسائل العلمية التي اقتصرت على تناول هذه الفنية ، والمقالات التي اختصت بالحديث عنها ، فإن الجذور العلمية للسيكودراما Psychodrama Scientific roots. نجدها في صياغة عميقة في كتابات " مورينو " الفلسفية عن أسلوب التلقائية ، والابتكارية ، واللحظة The moment ، ونظرية الدور والتفاعل وما إلى ذلك .

نبذة تاريخية عن تطور أسلوب السيكودراما وطبيعتها كطريقة من طرق العلاج النفسي :

من نافلة القول أن للسيكودراما علاقة وثيقة بكل من الدراما " التمثيل " والعلاج الفردي فمنذ عام (١٩٠٩) أصبح " مورينو " مهتماً في علاجه لأطفال مدرسة فيينا بأن يطلب منهم أن يقوموا بتمثيل مسرحيات قصيرة (من فصل واحد تقريباً) كتبت لهم خصيصاً وكانت تدور حول مشكلات سلوكية متنوعة ومتباينة . وعلى الفور كان الأطفال يحضرون بشكل تلقائي أدوات لعبهم الخاصة بهم ، والتي كانت إلى حد كبير ذات صلة مباشرة وتمثّل في أثناء لعبهم بها خبراتهم الفردية ، ويبدأون في جلسات السيكودراما . كما طبق " مورينو " هذا النوع من التمثيل الارتجالي Impromptu playing أيضاً على الكبار الراشدين في مسرحه التلقائي (أو المسرح الذي يقدم فيه تمثيلاً يعتمد على التلقائية Theatre of Spontaneity. وكان ذلك في عام (١٩٢٢) .

وقد جرب كتاب مسرحيون ، ومخرجون ، وممثلون في كل من النمسا وألمانيا ـ وكان ذلك في أعقاب الحرب العالمية الأولى مباشرة ـ جربوا أشكالا درامية جديدة صممت أساساً كي تصل وتعلم عامة الناس ، وكذلك كي تلفت

أنظارهم وتوقظهم بالنسبة للحالة الاجتماعية للأمة المنهزمة ، وأيضاً كي تشيع فيهم روح الهمة وتحمسهم للعمل ، وتحفزهم أن يبحثوا لأنفسهم عن نظام جديد.

وكان هناك في هذه الفترة ، أي فترة مابين عام ١٩٠٩ ـ ١٩٢٢ ، تعدد وتكاثر في المسارح التجريبية الصغيرة ، وكان مسرح " مورينو " عن التلقائية جزءاً من هذا التطور والنمو ، حيث استخدم خشبة المسرح بغرض دراسة السلوك الإرتجالي ، وبهدف تهيئة (تسخين) الممثل دون اللجوء إلى أية تأكيدات على موقف ما من مواقف حياته الخاصة . ونتج عن هذه الطريقة أسلوب يرمي إلى استخدام فنية تسمى فنية الجرائد اليومية ، وقد لجأ " مورينو " إلى الجمع بين البنود الإخبارية في الجرائد المطبوعة ولعب الدور بشكل ارتجالي كي يثير ردود الأفعال على المستوى الفردي والمستوى الجمعي وذلك بالنسبة لحادثة محددة ذات صبغة نوعية معينة ، وكان فريق الممثلين يقوم بتمثيل أحد المشاهد التي يتم استلهام تأليفها من حادثة وردت في إحدى الجرائد ، وكان الهدف من تمثيل المشهد هو توصيل معلومة أو إرسال تعليمات عن طريق ما استفاده هؤلاء الممثلون من جمع التفاصيل حول هذه الحادثة ثم يعاد تقديمها على المسرح ، وتكون إعادتها على شكل رواية للأحداث تماماً كما ينقلها مراسلو الصحف إلى رؤوساء التحرير ، فهم يصفون الموقف ويحددون الشخصيات التي يشتمل عليها هذا الموقف ، والنقاط الحرجة التي يصل إليها الحدث بالنسبة لفريق الممثلين الذين يقومون بأدوارهم اعتماداً على الارتجال ، والذين يؤدون أدوارهم حينئذ في إطار الموقف الدرامي أمام أحد المشاهدين ، ولأن الأدوار تكون مستمدة من النظام (أو النسق) الثقافي للمجتمع المحلي ، فإن نماذج السلوك والاتجاهات حيال القضايا المطروحة تصبح واضحة جلية ، فعلى سبيل المثال ، يمكن للمشاهد أن يرى ثورة طلابية وما إلى ذلك ... وتكون الأدوار والعلاقة بين كل دور وآخر مرحلية ـ تظهر على مراحل ـ وصالحة في ذات الوقت للعرض على مسرح فيكون المشهد على النحو التالي : الطلاب الغاضبون ، العميد ، أولياء أمور الطلاب ، الشرطة ، ومجتمع الجامعة ككل وقد اتخذ هيئة الثورة والنضال . ومثل هذا التمثيل الارتجالي هو مايقصد به لعب الدور في أسلوب السيكودراما ، وعند

استخدامه لتحقيق النضج على المستوى الفردي يطلق عليه عندئذ التدريب التلقائي[٤].

وأخيراً فإن هذا التكنيك يسميه " مورينو " السوسيودراما أو الدراما الاجتماعية Sociodrama وقد سار هذا التكنيك ، في تطوره ، في خطين من خطوط النمو[٥] .

الأول : كان في اتجاه تشخيص المشكلات الاجتماعية وعلاجها على المستوى الفردي .

والآخر : كان اتجاه الأدوار الاجتماعية التي تقدم كصورة مجمعة The collective Image للقالب الاجتماعي a social stereotype أو للنمط الاجتماعي الذي يشترك فيه أفراد جماعة ما .

وفي أثناء الحرب العالمية الثانية ، وخاصة في أعقاب أحداث الشغب والاخلال بالأمن في " هارلم " Harlem والتي أخذت صورة التعصب للسلالة والتباهي بالأصل والعرْق ، ظهر مفهوم جديد لمواجهة مثل هذه المشكلات الاجتماعية المتنامية (والناشئة على نحو يحدث لأول مرة) . ولم تعد هناك مجموعة من الممثلين الذين يرسلون اتجاهاتهم الجديدة في المجتمع المحلي الذي يعيشون فيه . وأصبح الناس الذين يمثلون جمهور المشاهدين ، والذين بدأوا يتجاوبون ويتفاعلون مع العنف الذي يحدث في الشوارع ، أصبحوا هم المكونين للمجتمع المحلي ، وحينما كان الناس يتجمعون في مسرح " مورينو " للسيكودراما Moreno's psychodrama theater في نيويورك ، كان " المخرج " يوظف هذا التجمع في أنه يبدأ في تشجيعهم على أن يكشفوا عن المواقف التي يعانون فيها أي نوع من الصراع . وفي ذلك كتب " مورينو " قائلا "إن المسرح الذي نقصده ليس المسرح بمعناه المألوف ، لكنه ـ من وجهة نظرنا ـ جزء من العالم الحقيقي " [٦].

وقد استخدم هذا الشكل من أشكال المسرح في سنوات ما بعد عام ١٩٢٢ بهدف محاربة ومقاومة الشعارات التي كان ينادي بها " هتلر " والتي أطلق عليها وقتئذ " الهتلرية الكامنة " The potential Hitlers ، وكذلك الآثار التي

تركها " أوزوالد " [٧] . Oswalds لدى المشاهدين من الأنصار والأتباع وعامة الجمهور ، في حين كان " مورينو " يستخدم مايسمى " المسرحيات السوسيودرامية ذات المراحل " Staged sociodramas التي تناول فيها محاكمة " ايكمان " [٧] . The Eichmann Trial وقضية اغتيال جون ف . كنيدي " The assassination of John F. Kennedy وقد تطورت السوسيودراما " أيضاً كشكل من أشكال التعلم الاجتماعي Social Iearning في الفصول الدراسية ، وفي مجال الصناعة ، وفي الكنائس ، وفي المنظمات والهيئات المحلية . والسوسيودراما في شكلها المتطور تركز بصفة خاصة على حل المشكلات الجماعية ، وذلك من خلال التأكيد على إعادة التدريب أكثر من تركيزها على التحرير والتخلص من التوتر الانفعالي . والسوسيودراما بهذا الشكل تجعل من الممكن أن نقوم بوصف ، وأن نقوم بتحليل ، وأن نقوم بإعادة بعض أجزاء من الخبرات والتجارب السابقة ، ومن ثم يمكن عن طريق ذلك أن نشكل ردود أفعال الشخص وفقاً لانماط الاتصالات الاجتماعية .Social communications في حدود الديناميات ذات الصلة بالتركيب أو البناء الاجتماعي ، وهكذا يمكن أن يتيح لنا هذا ـ أي من خلال السوسيودراما ـ أن نشرح هذه الديناميات وأن نصف هذه التراكيب الاجتماعية وأن نعالج المعوج منها [٩] .

إن كلمة " تفريغ " أو تنفيس Catharsis ، ومعناها هنا أيضاً ، التطهير ـ كثيراً ما تستخدم في علاقتها بالمظاهر الكلينيكية للسيكودراما ، ومن الناحيةالتاريخية ترتبط كلمة " تفريغ " أو " تطهير " بالأفكار الارسطاطالية (أفكار أرسطو) Aristotelian ideas عن الدراما التراجيدية ، Tragic Drama . فالتراجيديا ، كما يعتقد أرسطو ، تؤثر تأثيراً عميقاً في المشاهد عن طريق تحريك وإثارة كل من الشفقة والخوف ، ومن ثم تنتهي أخيراً إلى إحداث تفريغ أو تطهير أو تنفيس لانفعالات المشاهد بينما هو يشاهد عرضاً للصراع الإنساني ، وهذا يوضح السبب في أن التراجيديا تستولي على انتباه المشاهد وتنتزع اهتمامه من خلال الحبكة الدرامية (من خلال تصاعد أحداث المسرحية حتى تصل إلى الذروة) ثم تقديم الحلول لمشكلات تؤثر في المشاهد تأثيراً عميقاً .

أما كلمة " تفريغ " أو " تنفيس " كما نستخدمها في هذه الأيام ، فإن لها معان عديدة ومتنوعة ، لكن التحرر من التوتر والتخلص منه هو هدفها الأول والجوهري ، بالإضافة إلى إفادة الانسان من التحرر من عبء التوتر ، ويؤدي القيام بعملية التغريغ إلى جلب الراحة للشخص الذي يستطيع ـ أي من خلال الراحة ـ أن يتخفف من الأحداث التي ليس بمقدوره أن يفهمها ، وعلى أية حال ، فإن إيجاد الحلول للمشكلات ليس معناه تقديم بدائل ، وإنما معناه إيجاد حلول مباشرة ، لأن الفرد يحدد ويفهم سلوكه الخاص ويعي العوامل الكامنة وراء دوافعه التي تجعله يتصرف على نحو معين .

ويمكن القول بأن هناك عملية تفريغ متكاملة : an integrative catharsis في العلاج بالسيكودراما لأن الفرديشجع من خلالها على أن يتوحد مع مواقع ومواقف ومشكلات الآخرين ، وبهذه الطريقة ، يجد الأشخاص الذين كانوا يرون أنفسهم في مواقف سابقة غير قادرين على الفرار من العزلة الانفعالية ، يرون أنفسهم ـ من خلال العلاج بالسيكودراما ـ كجزء من العلاقة القائمة مع الممثلين الآخرين المشتركين معهم في العمل الدرامي ، ومن ثم يحدث تعلم للسلوك أو (للفعل) لأن القوة المبالغ فيها The exeggerated strength من الآخرين تصبح قوة معدلة للسلوك وذلك حين تمثل المواقف المتعددة والمتباينة التي تحيط بالصعوبة أو المشكلة وتطوقها .. وربما تتم مقارنة مشكلة المريض بتصويبة الجولف a golf swing حيث لايوجد تصويبة ثانية ، وثالثة بعد التصويبة الأولى ، فاللاعب يأخذ دوره ، ثم يضرب الكرة . والقياس مع الفارق ، فحين لا تصل الكرة إلى الهدف المراد تحقيقه ، تكون مهمة المخرج (المعالج السيكودرامي) أن يساعد المريض على أن يوجه اهتمامه ويركز انتباهه على الكرة ويتابعها ـ بعد تصويبها ـ حتى تصل إلى الهدف .

إن بذل الجهد والنشاط شيء حيوي وأساسي في السيكودراما ، تماماً كما هو حيوي وأساسي في كافة أنواع العلاج النفسي الجماعي . فالمعالج يعمل على دفع العلاقة مع المشاهدين ، ومع المريض ، ومع المساعدين the assistants (أو الأنوات المساعدة (the auxiliary egos إلى الأمام . وهذا يختلف ـ إلى

حد كبير ـ عن المواقف المشابهة في العلاج النفسي بأساليب أخرى من حيث الموقف الاختباري على المستوى السيكولوجي : Psychological testing. حيث تكون علاقة الألفة (أو العلاقة المهنية مع المريض) ضرورية في حد ذاتها ، وحيث يكون الهدف من العملية العلاجية هو بناء الموقف بحيث لايكون للقائم بالمقابلة The interviewer أي تأثير فيه ، كما أن نشاط المعالج النفسي في السيكودراما له مميزات عملية عديدة ، ولأن الشخصية ـ في ظل الأداء السيكودرامي ـ يتم التعبير عنها في حدود التفاعل المتبادل بين أفراد الجماعة ، وكذلك نظراً لطبيعة الموقف النوعي للمعالجة بهذا الأسلوب ، فإنه يصبح من الواضح أن يكون النشاط السيكودرامي Psychodramatic activity دافعاً للعملية العلاجية إلى الأمام ، حيث إن هذا النشاط يشجع على حدوث المواجهة Confrontation. وذلك لأن المريض يرى ويعي سلوكه حين يحدث ، ويعي ويرى الهدف من حدوث سلوكه على هذا النحو بالذات ، وعن طريق نشاط المعالج يتم توجيه وارشاد المريض من خلال اكتشاف المجالات والمساحات ذات المعني في الحاضر ، وفي الماضي ، وفي المستقبل لكي يعيد إصلاح وتجديد علاقاته مع الناس الذين قد تتضمن هذه العلاقات معهم ـ في بعض الأحيان ـ المعاملة وجها لوجه ـ أو قد يرتبط هؤلاء بالمشكلات التي يعانى منها . وتؤدي تلقائية المخرج إلى تعبير المريض عن مشاعره تعبيراً حراً إلى أبعد حد (١٠) .

ويتضمن السلوك أو الأداء أثناء التمثيل ـ التفاعل بين الحالات السيكولوجية Psychological states. والسلوك الحركي Motor behavior ويتم التعبير عن العلاقة أو الصلة بين الحلات الانفعالية Emotional states والسلوك تعبيراً فردياً (كل فرد على حده) . وعند درجة معينة ، يجد كل انفعال بعض التعبير الجسمي ، أما بطريقة مرئية بصورة صريحة A Frankly visible way أو بطريقة غير مدركة حسياً : An imperceptible way وربما يكون هذا التعبير على هيئة شدة قوية لعضلة من العضلات ، أوضربة بقبضة اليد ، أو ارتعاشة في الصوت ، أو ضغطه شديدة على الشفتين ... إلخ . وتخبرنا الانفعالات والتعبيرات البدنية عنها كيف أن فعل ورد فعل العقل حيال موقف ما هو الترجمة السلوكية لما

هو مرض وايجابي ولما هو سلبي وغير مرغوب فيه [١١] .

إن الفعل هو السلوك الشخصي لما يريد أن يعبر عنه كل فرد على حدة عن طريق استخدام الكلمات ، المشاعر ، والأفكار ، والصلة أو العلاقة الوثيقة بين الحالات الحركية والحالات السيكولوجية يمكن ملاحظتها في وضوح وسرعة عن طريق اللغة ـ أي العبارات اللفظية الشفوية The verbal idioms التي يستخدمها الفرد ليصف ظاهرة ما من الظواهر . فقد يقول فرد ما " لقد أصبت بالخرس " I was struck dumb أو يقول " أنا لا أستطيع أن أتحملها " I can't stomach it أو يقول " إنني أجر قدمي جراً " I'm dragging my feet . وقد يكون هناك المزيد من المعاني التي تحملها مثل هذه التعبيرات والعبارات لأن العناصر الحسية الحركية المعبرة عن الحالات الانفعالية تصبح حينئذ زملة أعراض عصابية Neurotic symptoms. وهكذا يكون المرضى الذين يعالجون بالسيكودراما قادرين على رؤية وقادرين على فهم العلاقة بين الحالة الانفعالية والسلوك ، كما أن التجسيد (أي الأداء الدرامي) acting out في السيكودراما يختلف عن التجسيد في التحليل النفسي ، حيث يشير هذا المصطلح في التحليل النفسي إلى السلوك المضاد : Oppositional behaviour في حين يمكن رؤية هذا السلوك في لعب الدور السيكورامي the psychodramatic role playing في شكل اتجاهات عدائية hostile attitudes ، ويتعين هنا التأكيد على أن لعب الدور هو الفعل التعاوني الذي قد يقود إلى التكامل في السلوك . ويمكن أن يؤدي هذا الفعل أيضاً إلى المساهمة في التعرف على المشكلات الانفعالية الحالية (السائدة) وكذلك في التعرف على الماضي اللاواعي (المختزن في اللاشعور) .

أما مصطلح طريقة الفعل (أو طريقة الأداء والتجسيد) action method فهو يعني شكل العلاج الذي يستثير ويحفز المريض على الانتقال من رواية القصة (أي لعب دور الراوي) Narration إلي التمثيل الحركي motor representation لهذه القصة .

" إن فاعلية الفنيات المستخدمة في العلاج بالسيكودراما تتضح بجلاء في أثناء تطبيقها ، وحيث أن المريض هو الذي يبدأ في الأداء فمن الممكن بالنسبة له

أن " يتوقف " أو " يكبح " و " يكتم " و " يخفي " اتجاهاته (وربما يحجب أو يخفي جانباً من سلوكه الذي يتسم بالاختلال الوظيفي (dysfunctional behaviour) ، ولكن نظراً إلى أن تطبيق السيكودراماً يتقدم باستمرار ، فإن " عملية الإيهام " make believe Process " تختفي لأن المريض يصبح مشتركاً في عملية العلاج اشتراكاً فعلياً ويبدأ في أن " يفكر " و " يشعر " و " يتفاعل " مع أسلوب العلاج بنفس الطريقة التي يسلك بها في مواقف الحياة الواقعية[١٢] .

أما " الإلماعات " " cues " والقرائن " clues " التي يستخدمها الفرد في عملية الاتصال مع الجماعة العلاجية ، فإنها تشتمل على كافة حركاته التعبيرية (المعبرة) expressive movements ، وكلماته ، واستجاباته الحركية ... كما أن "الأنا المساعد" يلتقط الرسائل التي يرسلها المريض فيحقق بذلك مزيداً من الاشتراك والاندماج مع المريض كي يكشف عن شخصيته الخاصة التي ينفرد بها . ومن ثم يبدأ يحقق ذاته ويتعرف على نفسه كنمط متفرد ومستقل من حيث الشخصية في موقف نوعي محدد المعالم[١٣] .

وهناك فنيات كثيرة يتم توظيفها واستخدامها في انتاج السيكودراما بهدف دفع وتنشيط المريض وحثه على أن يكشف عن المظاهر الأخرى في شخصيته .. وهذه الفنيات مفيدة للغاية ولذلك فسوف يكون هناك قسم منفصل مخصص لتناولها وعرضها بشئ من التفصيل ، وكل من السيكودراما وهذه الفنيات مستمد من الدراما ، وجميعهم يتم استخدامهم استخداماً تطبيقياً في أية جلسة من جلسات العلاج النفسي بهذا الأسلوب .

محاولات لتحديد معنى أو تعريف مفهوم السيكودراما :

لعل من المفيد الإشارة إلى أنه منذ أن ابتكر " مورينو " هذا الأسلوب العلاجي ، أن هناك محاولات من عديد من الباحثين لوضع تعريف له ، ولاشك في أن تكون هناك صعوبة في حصر كل المحاولات التي تصدت لتعريف "السيكودراما" . وانطلاقاً من هذه النقطة يكتفي الباحث بالإشارة إلى بعضها على سبيل المثال لا الحصر :

- يرى " هانز سترب " " 1971, Strupp, H, " أن السيكودراما بشكل

جوهري هي إجراء من إجراءات " لعب الدور " والمقصود من وراء هذا الإجراء تزويد المريض (العميل) بقدر معين من المواجهة encounter يشجعه على التلقائية ، ويساعده ـ في ذات الوقت ـ على تحقيق أكبر قدر من الفهم لسوء توافقه بالنسبة للسلوك بين الشخصي : interpersonal behaviour على المستويين المعرفي والانفعالي(١٤) .

ـ ويعرف " وولمان " "1973, Woolman " السيكودراما بأنها أسلوب من الأساليب الاسقاطية ، كما أنها بالإضافة إلى ذلك تعتبر شكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي ، وفيه يطلب من الشخص أن يمثل مواقف ذات مغزى في حياته في حضور أشخاص أخرين يمثلون الانوات المساعدة auxiliary Egoes وفي حضور المعالج ، وكل عضو من اعضاء هذه الجماعة له وظيفة محددة المعالم ، ومصممة كي تساعد العميل على فهمه لنفسه ، وتمثيل دوره بصورة تلقائية مما ييسر له فهم ذاته(١٥) .

ـ ويعرف " جرين بيرج " " 1974, Creenberg " السيكودراما بأنها طريقة جماعية للعلاج النفسي أساسها المسرح وارتجال المواقف الدرامية بناءً على موضوع يقترحه أفراد الجماعة من الراشدين أو الأطفال الذين يشكون من اضطرابات نفسية أو عقلية متماثلة ، ويشترك المعالج النفسي عادة في أداء الأدوار ويقوم في الوقت نفسه بتوجيه الممثلين وتحليل سلوكهم "(١٦) .

ـ ويعرفها " شتار " " 1977, Starr " بأنها شكل من أشكال العلاج النفسي الذي يستخدم التمثيل لمعاونة المريض في حل مشكلاته ، وعن طريق المساعدة التي يقدمها الموجه ، يجسد act out المريض المواقف والعلاقات التي تشكل بالنسبة له أسباباً لاضطراب سلوكه(١٧) .

ـ ويعرفها " عبدالمنعم الحفني " (١٩٧٨) تعريفاً معجمياً بأنها ضرب من العلاج النفسي يطلب فيه من المريض أن يمثل دوراً في مسرحية تكتب بشكل خاص بحيث تصور أعراضه ومشكلاته ، وتتصل هذه الطريقة في العلاج بمناهج الإسقاط وبقياس العلاقات الاجتماعية ، ويسمى الاشخاص المشتركين في التمثيلية غير المريض الأنوات المساعدة (١٨) .

- ويعرفها " عبدالرحمن عيسوي" (١٩٧٩) ـ بأنها عبارة عن منهج لمساعدة المريض للتطهير النفسي عن طريق تمثيل أدوار مختلفة على خشبة المسرح وتصمم فيها الأدوار بحيث تكشف معاني هامة في بعض العلاقات الاجتماعية عند المريض[١٩] .

- ويعرفها " أسعد رزوق " (١٩٧٩) ـ تعريفاً موسوعياً بأنها " تمثيل نفساني كناية عن ارتجال موجه للمشاهد وغايته حمل المرضى على تمثيل تصرفاتهم في الحياة العادية . وهو طريقة في تشخيص مشكلات الشخصية وعلاجها ، شديدة القرب من الطرائق الاسقاطية ، قوامها حمل الشخص على الاستعادة التلقائية فوق مسرح وأمام جمهور من المشاهدين في بعض الحالات ، لبنية موقف أو وضعية تعتبر ذات مغزى بالنسبة للصعوبة التي يعاني منها هذا الشخص أو للمشكلة التي قيد المعالجة [٢٠].

- ويعرفها " سوين " (١٩٧٩) بأنها استراتيجية علاجية جماعية تضمن أن يكون هناك عدة " معالجين " لمريض واحد ، وذلك من خلال تشجيع المريض أو العميل على تمثيل مشاهد مختلفة من حياته بشكل يؤدي إلى وجود استبصارات حقيقية وتغيرات فعلية تحدث عندما يتاح له أن يعبر بالسلوك عن مشاعره[٢١] .

- ويعرفها " حامد زهران " (١٩٨٠) بأنها " أسلوب علاج نفسي جماعي قائم على نشاط المرضى ، وهي عبارة عن تصوير مسرحي وتعبير لفظي حر وتنفيس انفعالي تلقائي واستبصار ذاتي في موقف جماعي "[٢٢] .

- وتعرفها " ألفت حقي " (١٩٨٣) بأنها " مسرحية نفسية يؤلف المعالج فيها موقفاً نفسياً معيناً يعتقد أن للمريض صلة به ، ويطلب من مريضه أن يكمل معه تأليف الدراما وكأنهم ممثلون على مسرح . ويتبادل الاثنان الأدوار وتترك للمريض حرية التعبير وتغيير المشهد أو الأشخاص كيفما يتراءى له وللمعالج أيضاً نفس الفرص ، حيثما وجد ضرورة لتوجيه وقائع التمثيلية[٢٣] .

- ويعرفها " فيصل الزراد " (١٩٨٤) بأنها " جو مسرحي ، يطلب فيه من المريض ـ وحده أو مع فريق من المرضى ـ تمثيل مشهد تلقائي أمام جماعة من المشاهدين ويكون لهذاالدور دلالته النفسية ، وذلك على أمل أن يسقط Project

على شخصيات الدور التمثيلي كثيراً مما يعانيه ، بحيث يعبر المريض عن مشاعره بصورة تلقائية حرة ، وينفس عن انفعالاته ، ويستبصر ذاته في موقف جماعي " [٢٤] .

- ويعرفها " علي كمال " (١٩٨٨) بأنها " العلم الذي يكشف الحقيقة بالطرق الدرامية ، وأنه يستعمل في ذلك خمس أدوات هي : المسرح ، المريض ، المخرج ، الهيئة المساعدة ، والحضور " [٢٥] .

- وتعرفها " صفاء غازي " (١٩٩١) بأنها " شكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي يستخدم التمثيل كوسيلة أدائية ، والتلقائية هي الصفة المميزة لهذا الأداء ، كما أنها تجمع بين الإسقاط والتنفيس الانفعالي في ذات الوقت [٢٦].

- ويعرفها " جابر عبدالحميد وعلاء كفافي " (١٩٩٣) بأنها (أسلوب في العلاج النفسي " طورها " " مورينو " J.L.Moreno حيث يتوصل المرضى إلى استبصار جديد بمشكلاتهم ، وحيث يغيروا الانماط السلوكية الخاطئة عن طريق التمثيل التلقائي لمواقف الحياة . وهذه العملية تتضمن (أ) المريض الذي يمثل مشكلاته الانفعالية وعلاقاته الشخصية بالآخرين (ب) أنوات مساعدة auxiliary " egos " تلعب أدوارا مساعدة ومساندة تمثل أفراد مهمين في المواقف الدرامية (جـ) المعالج الذي يرشد هذه العملية ويقوّم الجلسة التفسيرية حين تتم . وتستخدم أساليب خاصة لتقديم العلاج ومن بينها تبادل الأدوار ومناجاة النفس ، وتمثيل الاحلام والمسرحية التنويمية . وهذه الطريقة تقوم على مسلمة أن تمثيل الدور يتيح للشخص أن يعبر عن الانفعالات التي تشفيه وأن يواجه الصراعات العميقة في بيئة محمية نسبياً في المرحلة العلاجية [٢٧] .

ويمكن لمن يتتبع التعريفات السابقة لفنية السيكودراما أن يلاحظ أنها تدور حول النقاط الخمس التالية ، والتي يمكن بدورها أن تشكل مفهوماً واسعاً لهذه الفنية ، فالسيكودراما :

(أ) شكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي يقوم على مسلمة مؤداها أن تمثيل الدور يتيح للشخص أن يعبر عن الانفعالات التي تشقيه وأن يواجه الصراعات العميقة في بيئة محمية نسبياً في المرحلة العلاجية . (شتار ١٩٧٧ ،

زهران ١٩٨٠ ، جابر عبدالحميد وعلاء كفافي ١٩٩٣) .

(ب) تستخدم التمثيل أو " الدراما " كوسيلة أدائية . (الحفني ١٩٧٨ ، عيسوي ١٩٧٩ ، صفاء غازي ١٩٩١) .

(جـ) الصفة المميزة لهذا الأداء هي التلقائية . (هانز سترب ، ١٩٧١ ، فيصل الزراد ١٩٨٤) .

(د) تجمع بين الإسقاط والتنفيس الانفعالي في ذات الوقت . (وولمان ١٩٧٣ ، زهران ١٩٨٠ ، صفاء غازي ١٩٩١) .

(هـ) ينصب العلاج فيها على الفرد ، وله حرية توجيه هذا العلاج ، وقد يستعان على تحقيق ذلك ببعض الأدوات.(ألفت حقي ١٩٨٣ ، علي كمال ١٩٨٨).

عناصر السيكودراما : Elements of psychodrama

يتضمن العلاج باستخدام أسلوب السيكودراما (٥) خمسة عناصر [٢٨] هي المكونات الاساسية عند تطبيق هذا الاسلوب من أساليب العلاج النفسي وهذه العناصر الخمسة هي :

١) الجماعة The Group

٢) بطل الرواية The Protagonist

٣) الموجه The director

٤) المعالجون المساعدون أو " الأنوات المساعدة " : auxiliary egos

٥) تنظيم معين من الطرق والفنيات methods & techniques الملائمة لمتطلبات الموقف . والمكونات الخمسة مجتمعة معاً تشكل التنظيم الضروري لعناصر العلاج بأسلوب السيكودراما . وسوف نتحدث عن كل واحدة منها بشئ من التفصيل .

١) الجماعة The Group

هي العنصر الأول والجوهري من عناصر السيكودراما ، ويرى "مورينو" أنه لاينبغي النظر إلى جماعة السيكودراما باعتبار أنها مجرد جمهور ، وإنما يتعين النظر إليها باعتبار أن سلوكياتها ـ كجماعة علاجية ـ تعد إنعكاسا للنماذج

الأصلية التي يقومون بأداء أدوارها في الحياة الواقعية .

ويمكن القول أن بمقدور الجماعة أن تحدث التغير في سلوك أفرادها بالإضافة إلى أن العلاقات التفاعلية المتبادلة بين هؤلاء الأفراد تكون قابلة لأن تتغير هي الأخرى ، أما المظهر " التسلطي " لدور المعالج فإنه يتضاءل خلال التفاعل بين أفراد الجماعة العلاجية بالإضافة إلى أنه في السيكودراما ينتقل ويتحول التأثير العلاجي لاعضاء الجماعة إلى خشبة المسرح حيث الأداء والتجسيد ، وفي هذا الاجراء يستعان بمهارة المخرج (الموجه ـ المعالج) وتسهم المشاركة من جانب أعضاء الجماعة في جهد عام مشترك يؤدي إلى إحداث علاقة ألفة ومودة بين شخصية Interpersonal rapport يجتمع عليها أفرادها .

ومما تجدر الإشارة إليه أن الجماعة هي التي تطبق فنيات السيكودراما ، وفي هذا الصدد يتعين أن نذكر أن تطبيق هذه الفنيات يسبقه عملية أكثر أهمية هي عملية التهيئة warm-up [٢٩] .

فقد لاحظ " مورينو " أن بعض المرضى لايستجيبون لإجراءات العلاج بالسيكودراما إلا بعد المرور بعملية تهيئة تتيح لهم درجة عالية من الاستعداد للجلسات العلاجية مثل استخدام الألعاب الجماعية والتمرينات الرياضية والترفيهية ، ووجد أن لهذا أثراً طيباً في تهيئة المراهقين والراشدين المشاركين في جلسات العلاج بالسيكودراما ، ومن ناحية أخرى قد تكون عملية التهيئة ـ في صورتها التقليدية ـ في شكل مقابلات يلجأ إليها الموجهون مع أفراد المجموعة في محاولة من جانبهم للتعرف على مشكلاتهم وحتى يصلوا في ذات الوقت إلى مستوى معين من التلقائية يرغب ـ هؤلاء الموجهون ـ في الوصول إليه قبل البدء الفعلي في جلسات التهيئة .

إذن فالتهيئة ما هي إلا مرحلة تسبق كل أداء act وهي عملية تمهد للجلسات ، فهي ـ بلا شك ـ موجهة ، ذلك أنها استعداد وتجهيز للمراحل التالية.

ومن خلال عملية تهيئة أو تسخين أفراد الجماعة لممارسة السيكودراما ، يتتم توجيه أفرادها إلى مناقشة موضوع يهمهم . وتوجد عدة مناحٍ أو مداخل

لتهيئة أفراد الجماعة منها :

أ) التهيئة التجميعية (حول موضوع معين) : the cluster warm-up

ب) سلسلة التهيئة المترابطة : the chain of association warm-up

جـ) التهيئة الموجه : the directed warm-up

وفيما يلي كلمة عن كل منحي منها على حدة :[٣٠] .

أ) بالنسبة للتهيئة التجميعية ، في هذا النوع من التهيئة ، يلاحظ أن أفراد الجماعة يدخلون إلى مكان انعقاد الجلسة ، ويأخذون أماكنهم المتفق عليها ، ويبدأون في مناقشة موضوعات متنوعة ومتباينة . ويلاحظ أن كل موضوع يطرح للمناقشة ، أو المناقشة في حد ذاتها سوف تجذب أفراد الجماعة وسيلاحظ كذلك أن كل موضوع يطرح للمناقشة سوف يكون مثار إهتمام لعدد من أفرادها . وهؤلاء الأفراد المجتمعون حول موضوع يهمهم يبدأون في التفاعل فيما بينهم ، ثم تحدث عملية الامتزاج بين اهتماماتهم ، وتفصح تلك الاهتمامات المشتركة عن أن هناك موضوعاً واحداً هو الذي يحظى باهتمام وأهمية كبرى لدى أفراد الجماعة ، ويمكن من خلال التفاعل أن تصل الجماعة إلى مناقشة مجال جديد لم يكن مطروحا من قبل الموضوعات موضع المناقشة والإهتمام ، ومن ثم فإن أفراد الجماعة يختارون المجال الذي يرغبون في مناقشته فيما بينهم لأنه محل اهتمامهم جميعا . وتكن عملية الامتزاج أو الاندماج Merging ، وتركيز المناقشة، واستبعاد أي موضوع من خلال المناقشة البناءة ، واطلاق النكات Joking وانتشار الدعابة والمزاح أو من خلال الاستجابات العدائية المتطرفة التي قد تبدو فيما بين أفراد الجماعة ، فعلى سبيل المثال قد يحدث أن تلتف الجماعة ككل حول فرد واحد من أعضائها يعاني خوفاً من مواجهة الناس ، فيتطرقون خلال حديثهم وتعبيراتهم عن المحبة التي يتعين أن يكنها الفرد للناس ، قائلين أن هذه هي الاكثر صعوبة ، فمحبة الناس هي المشكلة وليس الخوف منهم ، ولذلك هناك البعض من الناس الذين يكونون غير قادرين على التعبير عن حبهم للآخرين ، أو أن يكونوا علاقات ملائمة معهم ، وهنا قد يسلط الضوء على هذا " النجم " The star (أي هذا الفرد الذي يخشى مواجهة الناس) ويتم التركيز عليه من جانب

أفراد الجماعة ، ويبدأ الجميع في مساندته على المستوى النفسي ، بحيث تتضح هذه المساندة في عرض خدماتهم عليه ، ويصبح ـ بالتالي ـ هوالشخص الذي تتبلور حول شخصيته مجال المشكلة التي تتناقش فيها الجماعة بشكل أكثر وضوحاً ، ويبدأ هذا الشخص " النجم " في الأداء والحركة مستعيناً بأعضاء الجماعة كمعاونين له في تجسيد أفكاره وتصويرها عن طريق السيكودراما . ودور الأداء هنا من جانب " النجم " يعمل كميكانيزم إضافي لمزيد من التركيز على مشكلة هذا العضو من أعضاء الجماعة ، مما يحافظ على استمرار تهيئة أفرادها للمشاركة في الجلسة وبصفة خاصة تهيئتهم لفهم الهدف الذي يجمع بينهم ويتجمعون حوله ، وفي تناول المشكلة والتعامل معها .

ب) أما إذا أردنا أن نضرب مثالا لسلسلة التهيئة المترابطة The chain of association warm-up فسوف نجد أنه في مثل هذا النوع من التهيئة تدخل الجماعة إلى مكان انعقاد الجلسة بروح معنوية عالية ، ويتبادل أفراد الجماعة إطلاق النكات والمزاح مع بعضهم البعض في ظل جو من الدعابة والمرح والضحك ، أحد المرضى يمضغ بعض الاعشاب في فمه ويقول لموجه الجلسة " أتمنى ألا تعترض على سلوكي ذلك .. " وتبدأ الجماعة كلها في الثرثرة والكلام عن هذه العادة المرذولة وعرض وجهات نظرهم وآرائهم بشأنها . حينئذ ربما يقول أحد الأعضاء " المشكلة بالنسبة لي تكمن في أنني أرهق جسمي وأنهكه الى حد كبير ، ولقد اعتدت أن أهرب بعيداً عن المنزل ، وأظل بعيداً عنه هروباً من أمي وأبي ، فأنا بذلك العب مع نفسي وأستطيع أن أقول عن نفسي حقيقة هي أن أمي لا تحبني على الاطلاق . وقد أمسكت بي ـ ذات مرة ـ متلبسا باللعب مع نفسي ، وهذا هو السبب في أنها تكرهني " . هذا الشخص يمكن أن يصبح " نجم " الجلسة أو " بطل " الرواية ومحور الحديث فيها طوال وقت الجلسة . ويتعين أن تكون الجماعة على أتم استعداد للاهتمام بهذه المشكلة ، أو بهذا المجال من مجالات نمو الشخصية .

جـ) أما بالنسبة للمنحنى الثالث من مناحي تهيئة أفراد الجماعة العلاجية وهو التهيئة الموجهة The directed warm-up ، فإن جلسة التهيئة يمكن أن توجه عن

طريق قائدها ، أو يمكن أن توجه عن طريق شخص ما آخر من داخلها أو يمكن أن توجه جلسة التهيئة بأفراد الجماعة ككل واحد . وهذا النمط من التهيئة يستخدم عموما في أسلوب السيكودراما التدريبية Training psychodrama أو بمعنى آخر للتدريب على أسلوب السيكودراما وهو يتطلب أن يكون لدى القائد معلومات نوعية Specific information أي معلومات يتميز بها عن معلومات بقية أفراد الجماعة بحيث يستخدم هذه المعلومات استخداماً خاصاً من ناحية التناول أثناء إجراء الجلسة ، ولهذا فدور القائد هنا أن يهيئ أعضاء الجماعة في هذا المجال ، وأن يجعل الأداء يحدث في داخل حدود يحددها القائد .

ومن الأفضل بالنسبة للمريض الذي يقوم بدور توجيه جلسة التهيئة The patient directed warm-up أن يبدأ بقوله ، خلال وجوده ضمن أفراد الجماعة العلاجية " أن لديه شيئاً ما يود لو أنه استطاع أن يفعله اليوم ، ويطلب من الجماعة أن تسمح له بأن يكون هو " نجم " الجلسة أو القائم بدور البطولة فيها ، ومن ثم يبدأ في تجسيد مشكلته الخاصة . وهو بذلك يقوم بتهيئة أعضاء الجماعة لسماع تعبيره وآدائه وتجسيده لمشكلته ، وربما تجاوزت هذه التهيئة الدور المحدود بمشكلته إلى المجال الذي نشأت فيه هذه المشكلة . كذلك من الممكن أن تقوم الجماعة العلاجية بدور توجيه جلسة التهيئة أو ما يمكن تسميته بـ " التهيئة ذات التوجيه الجماعي" Group - directed warm-up ، حيث تقوم الجماعة ككل باعطاء دفعة لمريض ما بصفة خاصة ، نظراً لأن هذا المريض لم يكن لديه القدرة على أن يشارك في أي أداء أو تجسيد من قبل ، أو أن تقوم الجماعة باعطاء دفعة لمريض للتعبير عن مشاعره التي تتصف بأنها من النوع الانفعالي القوي ، وعادة ما تستخدم " التهيئة ذات التوجيه الجماعي " بغرض إحداث مزيد من التكامل بين أفراد الجماعة المعالجة كهدف في حد ذاته .

ويمكن القول أنه بمجرد أن يقوم الأعضاء بانتقاء المجال الذي سوف تهتم به وتركز عليه ، وبمجرد أن تقوم الجماعة ككل بانتخاب الشخصية العلاجية The therapeutic person أي الشخص الذي لديه مشكلة شخصية والذي يمثل هو شخصياً مجال المشكلة التي سيتم في الغالب معالجتها وتناولها في وضوح ـ

حينئذ يمكن القول أن الأداء والتجسيد قد تحدد وسوف يبدأ .

وفي ظل هذا النوع من أنواع التهيئة يمكن القول أنه قد أقيمت على نحو جوهري وأساسي ، قنوات للإتصال يمكن من خلالها أن يدمج الاداء والتجسيد على خشبة المسرح ، وكذلك المشاعر السائدة بين أفراد الجماعة في العمليات المفيدة الخاصة بالتنفيس أو التفريغ الانفعالي ، ونمو الاستبصار ، واعادة التعلم ، وبالتناوب أو بالتبادل ، تستفيد الجماعة ككيان واحد من عملية الأداء والتجسيد عن طريق التنفيس أو التفريغ ، ومن خلال اتساع المجالات الادراكية Perceptual fields . ولأن " نجم " الجماعة أو القائم بدور " البطولة " في الجلسات العلاجية يكون مهيأ للقيام بالأدوار التي عليه أن يلعبها في العلاقة بالناس الذين كانوا السبب في وجود متاعب وإحداث مشكلات بالنسبة له سواء كان ذلك في سنين حياته الماضية أو سنوات عمره الحالية ، فإنه يتم اختيار اعضاء آخرين من بين أفراد الجماعة لكي يقوموا بتصوير وتجسيد أدوار الناس أو الاشخاص الموجودين ببيئته (بيئة البطل) أو بيئته الاجتماعية المحدودة . وهذه " الأنوات المساعدة " يتم اختيارها على أساس الحاجة إليهم أو حاجتهم إلى القيام بمثل هذا الدور ، أو الفرص المتضمنة في الموقف ، من أجل تنمية استبصارهم بأنفسهم . أو بمعنى آخر ستكون " الأنوات المساعدة " المختارة من المجموعة " أناسا أو أفرادا ذوي خبرة ومؤهلين للقيام بهذه الأدوار ذات الطبيعة الخاصة " ، والتي سوف يكون لها جوانب وأبعاد علاجية .

ويمكن القول أنه على الرغم من أن السيكودراما ، ربما تنتقل من مناقشة المشكلات على المستوى الجماعي إلى مناقشة مشكلات فردية في نقاط متباينة في الجلسة الواحدة ، إلا أن السيكودراما ـ أولا وأخيراً ـ عملية جماعية a group process وينتقل الموجه في جلساتها ـ بصفة دائمة ـ في اتجاه حشد الجماعة وتكثيف جهودها للعمل معاً على حل المشكلات المشتركة فيما بينهم ، ورغم أن أحد الأعضاء قد يستخدم بوصفه محوراً للإهتمام في الجلسة أو البؤرة التي تركز عليها the session's focus ، إلا أن وظيفته كنقطة مركزية ومحورية focal point طوال الجلسة يكون الغرض منها إحداث عملية إتصال داخل

الجماعة ككل . ولهذا فإن الإخراج الدرامي النفسي على خشبة المسرح يمثل عملية تقوية an intensification ، أو تعميق ، أو عملية ضبط وتحكم بشكل أكبر في امتداد واتساع مشكلة الجماعة بأكملها . وفي حين يكون الأداء مستمراً ومتواصلا ويشترك فيه كل شخص في الجماعة ، وذلك من خلال التوحد مع الأفراد والموضوعات الانفعالية الرئيسية ، نجد أن هذه الخبرات والتجارب تستمد لدى الفرد من خياله واستغرافه وتنتقل غالبا إلى أدائه الدرامي[٣١] .

إن العلاج النفسي في أسلوب السيكودراما يحدث من خلال السبل والقنوات الفعالة لديناميات الجماعة من أجل فائدة ومنفعة أعضائها . وفي الجماعة التي تسمى أحياناً " الجماعة التلقائية " a spontaneous Group ، والتي يكون أفرادها في حرية تامة عند التعبير عن دينامياتهم السوسيومترية الكامنة ، يحدث العلاج النفسي في الموقف الدرامي . والمريض الذي يجسد مشكلته ، على سبيل المثال ، من خلال الاتجاهات العدائية ، يواجه بنتائج وعواقب مترتبة على تعبيراته في أثناء الأداء العلاجي ، حيث يصبح من الممكن التعامل مع هذه الاتجاهات وتناولها عن طريق أفراد الجماعة بأكملها .

وفي العلاج بأسلوب السيكودراما ، يعطي الفرد فرصة أكبر يتاح له فيها أن يتخلص من انفعالاته ذات الصبغة الصراعية Conflicting emotions (أو الانفعالات التي تعكس صراعات تحدث في شخصية هذا الفرد) وذلك لأنها توجد في شكل علاقة مباشرة تتسم بالخصومة مع الشخصيات الأخرى ، وهذه الشخصيات الأخرى لا تكون سلبية في مواجهة هذه الاتجاهات والانفعالات العدائية ولكنها تقوم برد فعل تجاه أداء معين بطريقة محددة ، ورد الفعل هذا يوجب ويحتم الكشف عن كل أبعاد المشكلة التي يعانيها ذلك الفرد ، ويوجب أيضاً التعامل مع هذه الأبعاد في حدود تركيب وبناء الجماعة بأكملها .

٢) بطل الرواية The Protagonist

يمثل البطل ـ في الأداء المسرحي أثناء العلاج بأسلوب السيكودراما ـ جميع أفراد الجماعة من خلال حركاته وأدائه أثناء تمثيل دوره . ولذا يتعين على بطل الرواية أن يهيئ نفسه للدور قبل أن يبدأ في الأداء ، لأن وظيفته في داخل

موقعه من الجماعة تتيح له الفرصة أن يدخل إلى مجالات أهتمام المريض ، وتسمح له أيضاً أن يستبعد تلك المجالات التي تكون غير ذات صلة بعملية وجود المريض داخل الجماعة ومصاحباً لها في فترة الأداء ، كما تصبح بعض ميكانيزمات الدفاع وكذلك بعض فترات الامتناع عن الكلام ، ظاهرة بشكل واضح جداً في هذا الموضع مما يجعل من الممكن بالنسبة لبطل الرواية أن يتحرك إلى داخل المستويات الاكثر عمقاً في مشكلته وأن يحقق إدراكاً أعمق وفهماً أكبر لنفسه . ولذلك قد تصبح الجلسة ـ عندما يقتضي الأمر ذلك ـ علاجاً فردياً يقوم البطل بعمله في حضور الجماعة ، وإذا ما سمح أعضاء الجماعة بهذا ، فإن فائدة العملية العلاجية حينئذ تتحقق لهم جميعاً بالاهتمام بمشكلاتهم ومن خلال نمو ونضج شخصية بطل الرواية .

ويمكن لبطل الرواية ، بمعاونة من " الأنوات المساعدة " وبفنيات أخرى مثل : فنية " قلب الدور " role reversal ، وفنية البديل : the double وغيرها ، وهي فنيات سنتعرض للحديث عنها بشئ من التفصيل في العنصر الخامس من عناصر السيكودراما ، نقول يمكن لبطل الرواية أن يجعل لمشكلته شكلاً محسوساً وملموساً في موقف ما (هو العرض المسرحي أو الأداء النفسي) وبالتالي يكون تصوره وادراكه للموقف هو ما يعتبره ذا وزن في إيضاح المشكلة ، ولأن هذا الإدراك هو الذي يجعل من الممكن التعبير عنها تعبيراً دراماياً مجسداً .

وأخيراً يتعين الإشارة إلى أنه من المهم أن تكون الجماعة و "بطل الرواية " متجانسين في مستويهما من حيث الوظيفة التي سيقومان بها ، ويتعين أن يقوما بخلق مناخ يمكن فيه أن تتحسن وتتطور هذه المستويات من الوظيفة[٣٢] .

٣) الموجه The director

يحتاج الموجه (أو الذي يدير الجلسة العلاجية) وقبل أن تبدأ جلسات العلاج ، أن يعرف شيئاً ما عن الجماعة العلاجية التي سوف يتعامل معها : كم مرة ستتقابل ، وما المدة التي يمكن أن تستغرقها المقابلة ، وما نوعية الأشخاص المكونين لهذه الجماعة ؟ وما إلى ذلك من معلومات ...

ولقد لاحظ " مورينو " أنه كلما كان أعضاء الجماعة من صغيري السن ، كلما كان متغير السن في منتهى الأهمية ، وكلما كان أعضاؤها من الراشدين ، كلما كان عمر كل فرد في الجماعة في غاية الأهمية . وفي أية جلسة هناك سؤال ينتظر من المعالج إجابة وهو أنه ليس فقط كيف يمكن أن يبدأ العمل مع الجماعة ولكن أيضاً كيف يمكن أن يحفز أفرادها كي يكشفوا عن ذواتهم ؟ .

ومن الجوانب الأساسية في جلسة السيكودراما أنها تتحدى سعة الحيلة وحسن التصرف عند كل من الموجه (القائم بإدارة الجلسة) والجماعة العلاجية وذلك في بداية مرحلة إعدادهم (تهيئتهم) لأحداث الجلسات التالية . وفي حين يستخدم معظم الموجهين أسلوب المقابلات التلقائية مع أفراد الجماعة لكي يوضحوا كيف يتم تكوين الجماعة العلاجية وكيف يتم التعرف على مشكلاتها ، نجد أن هناك أوقاتاً أخرى يحتاج فيها الموجه إلى فنيات أخرى يمكن أن توصله إلى مستوى التلقائية الذي يرغب في أن يسود بين أفراد الجماعة ، وبالنسبة للمرضى في المستشفيات والذين يعانون نكوصاً ، ولايزالون داخل المستشفيات ، فمن المؤكد أنهم لن يستجيبوا إلا بعد المرور بعملية تهيئة على درجة عالية من الدقة . وفي حين نجد أن الألعاب الجماعية ، والتمرينات الرياضية والترفيهية ذات أثر طيب بالنسبة للبالغين والمراهقين ، فإنها كذلك أيضاً بالنسبة للعمال المهنيين الذين يرغبون في الحصول على بعض المتعة من تلك الألعاب .

ومما تجدر الإشارة إليه أن كل أنوع الجماعات العلاجية يمكنها الاستفادة من جلسة ترفيه a fun session كجلسة تهيئة ، حيث يمكن للشخص أن يشعر فيها بأنه يشترك بصفة غير شخصية ، علاوة على مايسود فيها من جو المرح .

وعلى أية حال ، فبالنسبة للكثير من الذكور البالغين ، وخاصة مدمني الكحول والمخدرات الذين تسيطر عليهم العزلة كميكانيزم دفاعي ، كلما كانت التهيئة دقيقة وسريعة وتؤدي مباشرة إلى تكوين علاقات وإلى توضيح المشكلة موضع الاهتمام ، كلما كان من السهل تقليل المقاومة من جانب هؤلاء الأفراد . إن مجموعة التهيئة تختلف في ماهية الناحية التي يكون الأفراد فيها قابلين لإثارة حماسهم تجاه مشكلة معينة ، ولتكن مثلا ، نظرتهم إلى قيام علاقة بين الأفراد

ووجهة نظرهم في هذا الشأن ، وكذلك نظرتهم الداخلية لذواتهم (أي نظرتهم الاستبطانية لأنفسهم) ، علاوة على نظرتهم إلى النشاط الجسمي ، أو الاسترخاء . ولقد تمت الإشارة من قبل إلى أن مرحلة التهيئة تسبق كل أداء act ، وأنها عملية طبيعية تمهد لبقية الجلسات ، وتحدث بدون الوعي بها على المستوى الشعوري .

إن دور جماعة التهيئة يكاد يكون دوراً مماثلا تماماً لعملية التهيئة التي يقوم بها المشجعون في مباريات كرة القدم ، فهناك في ملعب كرة القدم قد نجد فرقة موسيقية ، وأفراداً يقودون عملية التشجيع ، وبهذا ترتفع معنويات اللاعبين وتتم استثارتهم سلوكياً وانفعالياً فيستجيبون لتشجيع الجمهور الذي يساعدهم على الاحتفاظ باهتمامهم بمجريات اللعب والحفاظ على استمرارية حماسهم . وجميع هذه العوامل تشترك مع بعضها البعض في عملية الاستثارة . وكذلك يمكن أن نضيف أن الواجب المنزلي الذي يقوم المدرس بإعطائه لتلاميذه هو في حقيقة الأمر عملية تهيئة موجهة Guided warm-up لأنه استعداد وتجهيز لعملية التعلم في اليوم التالي بالمدرسة .

والأنا المساعد An auxiliary ego يتهيأ ويستعد للقيام بدور ما ، والعميل (المريض) يستجيب لهذا الدور عن طريق تقبل العلاقة العلاجية القائمة بينه وبين الأنا المساعد . والاثنان معاً ، العميل والأنا المساعد ، يهيئان الجمهور عن طريق تجسيد وتصوير الموقف الذي هو مشترك بين الجمهور من جهة والعميل من جهة أخرى ، ولأنه من الصعب أن نعرف بالضبط إلى أي حد سيكون بناء هذه المواقف ضرورياً لتحقيق المشاركة الجماعية أو المساهمة الفردية ، فإن موجه الجماعة " أو المخرج " يكون في متناوله عدد من الفنيات التي يمكنه استخدامها في تهيئة المجموعة . وسوف نشير في صفحات مقبلة إلى بعض هذه الفنيات[٣٣] .

ومما تجدر الإشارة إليه أن " والتر برومبرج " Walter Bromberg الذي يعمل في مستشفى ولاية مندوسينو Mendocino state Hospital قدم صوراً متنوعة من المجلات البوليسية والصحف المصغرة[٣٤] :

Detective Magazines and tabloids التي تضمنت الإشارة إلى أنشطة جنسية أو إجرامية لمجموعة من المنحرفين الذين أحيلوا للمحاكم وذلك لاستخدام هذه الصور في طور مبكر من أطوار تهيئة مجموعة من المجموعات قبل البدء في العلاج بالسيكودراما . وقد طلب من المرضى في هذه المجموعة أن يؤلفوا مواقف درامية dramatic situations عن هؤلاء الاشخصاص الذين سوف تتم محاكمتهم ـ أو أي واحد منهم . ولقد أخذت فترة التهيئة تلك أكثر من عشر جلسات بالنسبة للمرضى كي يصلوا إلى مرحلة الإحساس بالأمن بشكل كاف حتي يمكنهم القيام بتمثيل هذه المواقف . وكانت المقاومة شديدة بالنسبة لاشتراك شخص ما في القيام بدور " الشخص السجين في مثل هذا النوع من المجموعات وفقا لما ذكرته تقارير عديدة . وفيما يلي كلمة عن بعض الفنيات التي يمكن للموجه استخدامها في تهيئة المجموعة والتي يطلق عليها فنيات الكرسي chair technique .

فنيات الكرسي [٣٥] :

يعد مايسمى " الكرسي المساعد " the auxiliary chair واحداً من الفنيات المختلفة التي تستخدم بواسطة جميع المعالجين الذين يطبقون فنيات التمثيل والأداء ، وذلك كوسيلة للتهيئة وبهدف استدعاء واستثارة احساس معين أو تكوين فكرة معينة ، أو بهدف توجيه إحساس معين نحو فرد ما .

وقد تأخذ فنية الكرسي المساعد أكثر من شكل وذلك على النحو التالي :

أ) فنية الكرسي الخالي An empty chair

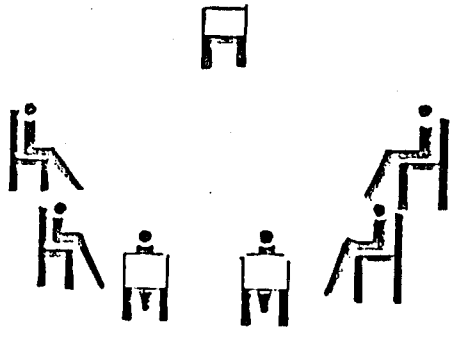
فعندما يكون " الأنا المساعد " غير متاح ، أو عندما يكون " العميل " أكثر راحة في غياب " الأنا المساعد " ، فإن كرسياً خالياً an empty chair يكون هو البديل . وهذا الكرسي الخالي يوضع في المساحة التي سيجرى فيها الأداء التمثيلي ، وتتم دعوة الجمهور (أعضاء الجماعة) لتخيل أن شخصاً يجلس عليه ،

وغياب هذا الشخص ، الذي كان من المفروض أن يكون جالساً على الكرسي الخالي ، والذي كان بود الجمهور أن يقول له شيئاً ما ، له مغزى معين ، وليكن الشخص الذي يتخيلون جلوسه على الكرسي ـ على سبيل المثال ـ زوجاً في منزل يقضى يومه مع أطفاله ، أو ليكن ـ مثلا ـ طبيب يقضي يومه في مهمة خاصة بعمله ، وبهذا فإن المقصود من استخدام الكرسي الخالي القيام بعملية تهيئة الجماعة ومن هنا تمنح الجماعة وقتاً محدداً للتهيئة من خلال تصور فكرة معينة ودور " المخرج " أو " موجه الجلسة " هو أن يشجعهم على تصور visualize الشخص ، هذا من ناحية ، ومن ناحية ثانية أن يسمح لهم بإعطاء بعض التعليقات على الشخص المتصور ، ومهمته. وقد يسألهم في أحيان أخرى " هل يجد أي واحد منكم أن هناك صعوبة في أن يضع شخصاً ما على هذا الكرسي " ؟ ذلك أن هذا التصور قد لا يكون سهلاً لأن يفعله بعض الأشخاص .

وعادة ما يجد " الموجه " أن هناك شخصاً من بين أفراد الجماعة لديه القدرة على أن يسقط[٣٦] Project دور ما على الكرسي فيجعله يتحدث عن دوره ـ أي أن يتصور هذا المشاهد أن هناك بالفعل شخصاً ما يجلس على الكرسي يتحدث عن الدور الذي يقوم به ، والحقيقة أن هذا الشخص يسقط دوره هو على صاحب الكرسي الخالي ويسند إليه الحديث نيابة عنه ، فمثلاً قد تقول سيدة " أحب أن أتحدث مع زوجي " وهنا يطلب الموجه من التي تطوعت الحديث مع ماتصورته من شخص يجلس على الكرسي الخالي ـ والذي تصورته أنه زوجها ـ يطلب الموجه منها أن تصفه للجمهور (أعضاء المجموعة) فتقول عنه " إنه شخص ساذج إلى حد كبير ، بل هو إنسان أحمق " وهي بذلك تتنبه وتتذكر ماتود أن تقوله ، وقد كانت تحتفظ بوصفه هكذا لنفسها ، لذلك الشخص الذي يجلس ، أو الذي تخيلت هي أنه يجلس على الكرسي ، فالسيدة (العميلة) هنا تضع قائمة بالصفات التي تشكو منها وتعدد جميع الاشياء التي تضايقها في زوجها الغائب والتي كثيراً ما اعترضت عليها وشكت منها وعندما تستنفد هذه (العميلة) غضبها وتتخلص منه بالتصريح به ، يطلب منها أن تنتقل هي إلى المقعد الخالي وتجلس فيه ، وأن تقوم بالرد على شكواها من زوجها من خلال أخذ دوره

ووضع نفسها مكانه ، ولأن (العميلة) عند جلوسها على المقعد ـ تصبح غائبة على المستوى التصوري من جانب الجماعة العلاجية ـ فإنها عندئذ تتقدم بعملية لعب الدور .

إن فنية المقعد الخالي يمكن أن تمدنا بمخرج أو متنفس an outlet للتعبير عن مشاعر الدفء ، والمشاعر الحنونة ، وأيضاً يمكن أن تكون مخرجاً أو متنفساً للمشاعر الغاضبة ، لأن (مايشغل) هذا الكرسي يمكن أن يكون بمثابة شخص يعانق ويحتضن ، أو قوة دافعة ، أو بمثابة أداة انتقاد قاسية . وعندما يستخدم هذا التكنيك مع الأطفال ، كما فعلت " روز ماري ليبيت " Rose mary lippitt ، أو عندما يستخدم مع المرضى الانسحابيين ، فإن الموجه يستطيع أن يقف خلف الكرسي in the back of the chair ويستجيب لما يوجه إليه من اتهامات أو مايجري معه من حوار ممثلا في ذلك الشخص الغائب . (أنظر : شكل ١) .



(شكل رقم ١) يوضح إجراء فنيةالكرسي الخالي

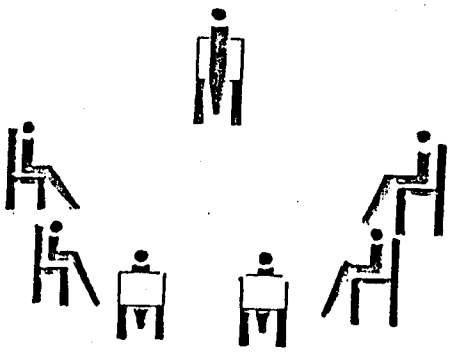
ومما تجدر الإشارة إليه أن عملية التهيئة هذه قد تستغرق في بعض الأحيان الجلسة بأكملها لأن أعضاء الجماعة الآخرين المشتركين في الجلسات

يأخذون دورهم في تبادل الحوار مع الكرسي الخالي . وكثيراً مايستخدم الكرسي الخالي أثناء الجلسات العلاجية ذاتها ـ وليس في جلسة التهيئة فقط ـ وذلك بهدف معاونة العميل على إتمام فكرة أو استكمال شعور معين ، وذلك حين يتضح أنه يواجه صعوبة أو إعاقة من جانب التلقائية المضادة the counterspontaneity التي يظهرها الأنا المساعد ، أو التي قد تنشأ عن الاستثارة الداخلية internal excitement . بالاضافة إلى أن الجو الانفعالي للجلسة قد يتأثر بالصورة التي يتم اسقاطها على الشخص المتصور جلوسه على الكرسي ، لأن إضفاء بعض الصفات المضحكة أو المبالغ فيها على شكل بعض الحيوانات ، أو الآلات ، أو حتى الاشجار قد يوصل إلى طريق يجعل الجلسة عامرة بالامتاع والمؤانسة .

ب) الكرسي العالي : High Chair

عند استخدام فنية الكرسي العالي ، يوضع هذا الكرسي على مكان مرتفع a high spot على خشبة المسرح أو في منطقة الأداء الدرامي النفسي ، أو ربما يستخدم الموجه كرسياً بلا ظهر أو ذراعين a stool ، ويكون هذا الكرسي في مكان أعلى من جميع الكراسي الموجودة بالمكان .

في هذه الفنية يطلب الموجه من العملاء (أفراد المجموعة العلاجية) أن يصرحوا بما يودون قوله للشخص الجالس على هذا الكرسي المرتفع elevated chair ، وهذا في العادة من شأنه أن يستثير عملية الاسقاط الخاصة بالاشخاص الذين يمثلون السلطة authority (أو ربما المرجع الذي يرجع إليه أفراد الجماعة) ومن ثم يكون هذا الكرسي معبراً عن أعضاء الجماعة فيتوجهون إليه بأحاديثهم . وجدير بالذكر أن فنية الكرسي العالي تستمد قيمتها وأهميتها ـ بصفة خاصة ـ من صلاحيتها للاستخدام مع المرضى المقيمين داخليا بالمستشفيات ، والذين قد يحملون بعض الاحاسيس والمشاعر الغاضبة تجاه الاطباء الذين يعالجونهم أو تجاه هيئة التمريض (أنظر شكل رقم ٢) .



(شكل رقم ٢) يوضح كيفية إجراء فنية الكرسي العالي

جـ) الكراسي المتعددة : Multiple Chairs

في فنية الكراسي المتعددة توضع عدة كراسي خالية على هيئة دائرة على خشبة المسرح . ويتجمع للجلوس على هذه الكراسي جميع المرضى في الجماعة العلاجية والذين يكونون من مواقع جلوسهم تلك قادرين على اسقاط شخصية ما على الكراسي التي يتم دعوتهم لطرح مشكلتها على بساط البحث وأن تجلس لتأخذ مكانها داخل الدائرة ، ويوضع أحد هذه الكراسي الخالية في وسط الجماعة ، ويقوم كل مريض حين يأتي دوره ، " بالتوحد ؛ مع " الشخص " المتصور جلوسه في الكرسي الخالي . ويعتبر هذا الوضع ـ أي وجود كرسي خال وحوله كراسي يجلس عليها أعضاء المجموعة العلاجية ـ هو الأساس في العرض السيكودرامي . وبالتناوب [٣٧] ، يتم دعوة مرضى " عملاء " جدد من داخل الجماعة الجالسة على هيئة دائرة ، للجلوس على الكرسي واحد وراء الآخر فيشغل المقعد الخالي ويطلق عليه اسم الشخص المتصور جلوسه فيتفضل بالجلوس على الكرسي . أو ربما يكون تنفيذ فنية الكراسي المتعددة على نحو آخر ، كأن يطلب الموجه من كل عضو من أعضاء الجماعة أن يطلق اسماً على مظهر من المظاهر التي تميز شخصيته ، بعد ذلك يطلب منه أن ينتقل الى

الكرسي الخالي ويبين لباقي أعضاء الجماعة ، كيف يمكن لهذا الجزء من الذات أن يحدث أثراً ملائماً ، وبهذه الطريقة ، قد يكون في مقدور الآخرين (باقي الأعضاء) أن يعرفوا من يكون صاحب هذه الشخصية[٣٨] .

ولو عقدت جلسة الكراسي المتعددة في داخل مستشفى ، فإن الكرسي الذي يكون مشغولاً بتتابع جلوس المرضى عليه ، يمثل في أغلب الأحيان أدوارا معينة قد يكون دور الأم ، الأب ، الأشقاء ، وغير هؤلاء من الشخصيات القريبة من المريض مما يصلح في الغالب للمريض ذوي الميول الانتحارية أن يجد الفرصة لأن يخرج أحاسيسه ومشاعره التي تبحث عن شخص يلبس من أجله ثوب الحداد ، وهذا يسمى " مشهد أو منظر الموت " a death scene ، ولأن الاعضاء من المجموعة وهم يعبرون ـ من خلال مثل هذا المشهد ـ عن الأسى والحزن وخيبة الأمل التي سوف يشعرون بها في حالة " تصور " وفاة أحد المرضى ، فإن الشخص ذو الميول الانتحارية سيقوم بعكس أدواره مع الذين يلبسون ثياب الحداد عليه، ويمكنه ـ من خلال تكرار المشهد لفترات قصيرة ـ ومع افتراض اقتناعه بالقيام بهذه الأدوار الجديدة ، أن يجد سبباً لأن يستمر في الحياة . وحينئذ يمكن القول بأنه قد تم اكتشاف حل اكثر واقعية لهذا الموقف غير السار .

ومما تجدر الإشارة إليه أن فنية الكراسي المتعددة يمكن ترتيب الكراسي فيها ترتيباً ذا طبيعة خاصة ، وهي أن يجلس المرضى مثلا ، وقد أعطوا ظهورهم لبعضهم بعضا back to back ، أو أن يجلس ثلاثة مرضى في مواجهة ثلاثة مرضى وهكذا .

"والخلاصة أن دور المعالج ـ الموجه the director-therapist يتقلب ويتغير بصفة مستمرة في اثناء جلسات السيكودراما . ووظيفة هذا المعالج ـ الموجه تتحدد من خلال ما يتطلبه الموقف العلاجي في أي وقت يتفق عليه ، ويلاحظ أن هذا الدور قد يكون سلبياً ، عدوانياً ، مباشراً أو موجهاً .. الخ . وفي بعض الأوقات أو المرات قد يصبح هذا المعالج ـ الموجه ـ أباً متسلطاً an authoritarian father أو أماً قاسية a demanding mother . وليس هناك حد معين لمدى الأدوار التي قد يطلب منه أن يقوم بها ، أو التي تستند إليه ، والقيود الوحيدة

المفروضة بالنسبة للأدوار التي ربما يأخذها هي فقط في الأدوار التي تقدم عن طريق حالات قلقة خاصة أو التي تتعلق بالمتطلبات العلاجية في الموقف[٣٩] .

" ويجب على المعالج ـ الموجه أن يشخص بصفة دائمة ومستمرة الموقف في داخل المجموعة ـ ويتضمن هذا التشخيص الأداء والتجسيد ـ وكذلك إيجاد وابتكار مواقف جديدة من خلالها تأخذ النماذج المتكررة المريضة sick repetitive patterns فرصة كاملة تتهشم وتتساقط . ومن الضروري والجوهري بالنسبة لدور المعالج ـ الموجه أن يفكر والاداء قائم وأن يلاحظ علامات ودلائل الاتصال غير اللفظي بالإضافة إلى الإتصال اللفظي ، وذلك أثناء تنفيذ وظيفته الأولية والأساسية ، وهي توجيه الجلسة بطريقة ما يتحقق من خلالها العلاج النفسي "[٤٠] .

٤) الأنوات المساعدة : Auxiliary egos

وهي رابع عناصر السيكودراما ، وتعد الأنوات المساعدة امتداداً لدور الموجه في موقف العلاج ، ووظيفه الأنوات المساعدة بشكل عام هي تسهيل وتيسير عملية عرض المشكلة . وكذلك من وظائف الأنوات المساعدة أن تقوى وتكثف المعنى والمغزى المراد من تهيئة المواقف بين الشخصية inter - personal situations وتجسيد هذه المواقف من واقع خبراتها الخاصة ، أو بطريقة معينة من إعدادها ، أو حسب توجيه الموجه الخبير في استخدام السيكودراما ، وأدوار الأنوات المساعدة قد تمتد إلى نطاقات أبعد من ذلك لكي يكون بإمكانها إحداث تعبير أوضح وتلقائية أكبر من قبل النجم أو بطل الرواية ، وقد تتحدد وتتقيد أدوار الأنوات المساعدة لكي تساعد وتعين النجم في أن يصبح أقل تشتتاً .

وبصفة عامة تكون المجموعة في زمان ومكان الأداء ومن ثم يسمح استخدام الأنوات المساعدة بانتشار أكبر للظواهر المطروحة transference phenomena . وكلما اتسع المجال والمدى الذي تتحرك فيه الشخصيات المسموح لها بالتفاعل ، كلما نتج عن ذلك مزيد من السرعة في النمو من حيث الانهماك الكامل في العملية العلاجية . وهذا أمر حقيقي بوجه خاص بالنسبة للأنوات

المساعدة التي تشترك في تمثيل أدوار الشخصيات ذات المغزى والأهمية بالنسبة لحياة النجم ، وبالنسبة لتصرفات الاعضاء التي هي انعكاس للنماذج الأصلية للشخصية العائلية Prototypes of familial figures (الاشخاص الحقيقيون المتعلقون بأسر وعائلات الأنوات المساعدة) ، وهذا الانتشار للظواهر المطروحة يسمح بقابلية أكبر للتحرك والانتقال ، وربما أدى ذلك إلى حدوث موضوعية أكبر من قبل الموجه أكثر مما يبدو في العلاج الفردي أو في الأنماط الأخرى من صور العلاج الجماعي .

وأحيانا ما يتم تدريب الأنوات المساعدة تدريباً شخصياً على مستوى الاحتراف والمهنة . ففي بعض المواقف ، مثل مواقف العمل مع مجموعة متدهورة وتعاني من النكوص بشكل خطير ، يعد هذا النوع من الأنوات المساعدة أمراً ضرورياً .

وعادة ما تكون وظائف الأنوات المساعدة في المستوى التلقائي a spontaneous level ، هو الاستجابة إلى مطالب النجم " بطل الرواية " ومتطلبات الموقف في داخل المجموعة . وتوجد بعض المواقف التي ربما يكون فيها دور " الأنا المساعد " محددا بدرجة عالية . وإذا رغب الموجه في أن يختبر أحد فروضه المتعلقة بقدرة خاصة لدى مريض ما على التوظيف (قيامه بدوره) عندما يواجه بنوع معين من المشكلات لها صلة وثيقة بحياته ، فإنه من الطبيعي أن يصبح ضروريا إعطاء بعض التعليمات للأنا المساعد تتعلق بما يرغب في اختيارة من فروض .

ومما تجدر الإشارة إليه أن الأنوات المساعدة التي يتم اختيارها من المجموعة يعطي لها في الغالب بعض واجبات ومهام الدور العلاجي المنوط بها . فعلى سبيل المثال ربما يتطور فهم الأنا المساعد المريض (أو المريض الذي يسند إليه دور أنا مساعد) والذي قد يعاني من مشكلة مع أبيه فيما يختص بتصوره الخاص عن علاقة التفاعل بين الأب ـ الأبن ، وذلك بأن يشترك في القيام بأدوار لتصوير وتجسيد مشكلات العلاقة بين الأب ـ الأبن لدى أناس آخرين .

وجدير بالذكر هنا القول بأن كافة أنواع السلوك والنشاط التي يقوم بها

أعضاء المجموعة عرضة للتحليل من جانب المجموعة ككل ، ولا يستثنى من هذا إلا الموجه أو بطل الرواية ، فلا يمكن لأحد من أعضاء المجموعة أن يتعرض لسلوكه بالتحليل أو المناقشة .

٥) الطرق والفنيات Methods and techniques

يوجد عدد كبير من الفنيات الخاصة بالعرض عند استخدام أسلوب السيكودراما كوسيلة علاج جماعية . وهذ الفنيات تستخدم في جلسات السيكودراما بهدف معاونة بطل الرواية وكذلك المجموعة في تحقيق حالة التلقائية a state of spontaneity ، وبهدف بناء مواقف للمشكلة موضع الاهتمام .

ويمكن أن يقال عن هذه الفنيات أنها فنيات كلينيكية يتم توظيفها لإحداث الحد الأقصى من الابتكارية ، والإنتاجية ، والتوجيه العلاجي في كل جلسة من جلسات السيكودراما . ولقد تم التوصل إلى هذه الفنيات الخاصة بالعرض السيكودرامي من خبرات وتجارب سنين طويلة ، ومن هنا يتم تطبيق الفنيات الملائمة في أثناء العرض في اللحظة التي تبدو عندها أن هذه الفنيات ذات ضرورة ، وبالتالي لا يتم التخطيط ـ عادة ـ لاستخدام هذه الطرق وتلك الفنيات مسبقاً ، ولذلك فمن الضروري أن يكون الموجه حساساً للعرض الذي تقوم به المجموعة ، ذلك أن استخدامه لهذه الفنيات يعد بمثابة الومضة أو الشرارة التي تزوده بالتأييد والتي تكون سبباً في إحداث الاستبصار عند بطل الرواية ، وأيضاً عند الأعضاء الآخرين في المجموعة . كذلك يعد توقيت تطبيق هذه الطرق والفنيات في العلاج بالسيكودراما على درجة حاسمة من حيث الأهمية ، فعلى سبيل المثال قد يؤدي اختيار توقيت غير ملائم لاستخدام فنية قلب الدور role reversal إلى تضاؤل الفاعلية من وراء استخدامها أو غياب هذه الفاعلية.

ويوجد العديد والعديد من الطرق والفنيات التي تطورت مع مرور سنوات كثيرة على ظهور التطبيقات السيكودرامية ، ومن هذه الطرق على سبيل المثال : تأويل الأداء المعوق (الذي يتم فيه اعتراض الأداء ومقاطعته أثناء قيام المجموعة به) تحقيق الذات self-realization (ويقصد به التنمية المتوازنه لكل جوانب

الشخصية) الصدمة السيكودرامية Psychodramatic shock : ، الأنا المساعدة الصامت silent Auxiliary ego ، والصور العلاجية therapeutic images ، السيكودراما ثنائية المركز bifocal psychodrama الكرسي المساعد auxiliary chair ، وفنية خلف ظهرك behind your back وفنية الخروج exit technique (وهى صيغة تستخدم في النصوص المسرحية وفيها يغادر الممثل خشبة المسرح) والإسقاط على المستقبل future projection [٤١] وطريقة الفيديو video method ، الدور العلاجي role therapy (أو العلاج النفسي عن طريق القيام بدور ، وفنية الإلقاء rehearsal technique .. الخ) ، وفيما يلي مناقشة موجزة لبعض من هذه الطرق .

أ) قلب الدور Role Reversal

قلب الدور أو عكس الدور هو الإجراء الذي يصبح فيه الفرد (أ) قائما بدور الفرد (ب) ويصبح الفرد (ب) قائماً بدور الفرد (أ) ، وإذا حاولنا أن نضرب مثالاً لقلب الدور نقول : إن بطل الرواية يمكنه أن يلعب دور الزوجة (زوجته هو كبطل للرواية) وهي بإمكانها أن تقوم بدور الزوج (أي تحل محله كبطل للرواية) ومن ثم تعكس أدوارهما حينما يقتضي الموقف ذلك . وقلب الدور يمكن أن يستخدم في أي غرض من الأغراض التالية :

١) يبدأ قيام بطل الرواية بلعب الدور الوثيق الصلة بفرد آخر في أغلب الأحيان عندما يستشعر البطل ، ويفهم موضع هذا الآخر ومكانته ، وردود أفعاله في الموقف الدرامي ، ومن هنا فمن الممكن أن يضيف لعب البطل لهذا الدور فاعلية أكبر ، وحساسية هادفة telic sensitivity وهما ـ الفاعلية والاحساس الهادف ـ الطريقان الأساسيان للمشاركة الوجدانية .

٢) وربما يستخدم قلب الدور في معاونة بطل الرواية على رؤية وفهم نفسه كما لو كان يرى نفسه في مرآة ، فالزوجة حين تلعب دور زوجها ، سوف ترى نفسها من خلال هذا الإدراك. وهذه الوسيلة لها أثر في إحداث الاستبصارات insights لتحقيق فهم أفضل لبطل الرواية كما يرى نفسه من خلال عيون الآخر (الذي يمثل دوره) .

٣) يكون قلب الدور في الغالب ذا تأثير وفاعلية في زيادة التلقائية عند بطل الرواية ، وذلك من خلال نقل أو تحويل دفاعاته . وعلى أية حال فإنه بصفة عامة يساعد قلب الدور في فهم بطل الرواية للآخرين في الموقف الدرامي . وذلك لأنه يعيش أدوارهم وهم يعيشون دوره ، فكأنه قد أصبح هم ، وكأنهم أصبحوا بطلا مكانه .

٤) يستخدم قلب الدور حين يراد معاونة الأنا المساعد على فهم أفضل لكيفية القيام بدوره وبصفة خاصة في مواقف محددة ، فعلى الأنا المساعد ، والذي لا يكون موجوداً في المشهد الحقيقي في هذه المواقف ، أن يحاول أن يفي بالمتطلبات اللازمة كحاجات يتم إسقاطها عن طريق العميل أو الحالة . والعميل أو المريض ، الذي يكون عادة هو الشخص الوحيد الذي لديه خبرة بالموقف ، سوف يأخذ دور الآخر من خلال قلب الدور ، وذلك حتى يكون الأنا المساعد أكثر فاعلية في إنجاز وتنفيذ الدور الأساسي ، وهذا ، بدوره ، سوف يمكن كلا من بطل الرواية والأنا المساعد من التحرك بشكل أكبر فاعلية إلى الموقف المشكل The problem situation (أي الموقف الذي يعد مشكلة بالنسبة للمريض) .

ب) البديل : The Double

يمكن أن يقوم البديل بالتعبير عن أحاسيس ومشاعر البطل (كتعبيره عن شعور البطل بالخوف ، وتعبيره عن اتجاهات البطل العدائية ، أو تعبيره عن عاطفة الحب التي لا يكون بمقدور بطل الرواية أن يعبر عنها بمفرده (إذا كان الموقف الدرامي يحتم عليه أن يكون وحده ساعة الأداء) . وقد ينتهز البديل الفرصة فيعبر عن افتراضات معينة (أحاسيس ومشاعر مفترضة) تبدو له في الموقف الدرامي في أثناء الأداء . وربما يتفق ـ أو ربما لا يتفق ـ بطل الرواية مع عديد من الأفكار التي يعبر عنها البديل . وفي هذا الصدد تظهر ـ حينئذ ـ فائدة البديل في معاونة بطل الرواية على انتاج دلائل جديدة وإشارات وتلميحات لخطوط وسبل لمزيد من الفهم . ويقوم البديل أيضا بإيجاد أبعاد إضافية لأدوار البطل الذي قد لا يستطيع لأسباب عديدة ومتباينة أن يقدمها بنفسه .

جـ) مناجاة النفس : The Soliloquy

تعد مناجاة النفس ـ أو مناجاة الإنسان لنفسه ـ فنية مفيدة ونافعة في التعبير عن الأفكار الكامنة (المخبوءة) hidden thoughts والميول الأدائية لدى بطل الرواية . وتسير ارتجالية البطل The protagonist's improvisations ـ عند أدائه لدوره ـ في خط متواز مع حركاته العلنية الصريحة ، وافكاره ، وأيضاً في خط متواز مع ميوله الأدائية الكامنة غير الصريحة ، وأفكاره التي يرجع فيها إلى شخص معين ، أو موقف معين . وعندما يقف بطل الرواية لمناجاة نفسه ـ على خشبة المسرح ـ فربما يكون المقصود من ذلك أن يوضح ويفسر ويكوّن الاستبصارات ، والادراكات ، أو أن يكون المقصود من هذه المناجاة أن يعد نفسه لمواقف مستقبلية . Future situations وترى " زيركا ت مورينو " Zerka. t. Moreno أن فنية " مناجاة النفس " هي عبارة عن مونولوج " Monologue أي مناجاة البطل نفسه على المسرح في سياق الأداء السيكودرامي وأنه في مناجاة النفس يؤدي المريض دوره في المشهد الدرامي الذي قد يكون السير في الطريق إلى بيته عائداً من عمله على سبيل المثال . يمشي المريض سالكا نفقاً للمشاة من محطة للمترو إلى حيث شقته . في خضم حياته الواقعية لا يستطيع التعبير عن أفكاره تعبيراً لفظياً كما يعبر عنها وهو بمفرده ، لكنه دائما يفكر في نفسه . وعند استخدام هذه الفنية يعطيه المعالج أو الموجه السيكودرامي تعليمات بأن يتكلم بصوت مرتفع بينما هو يمشي ، فيوضح مايفكر فيه وما يشعر به في هذه اللحظة بالذات (لحظة مناجاته لنفسه) وفقاً لمبدأ هنا والآن . وبإمكان المريض أن يستخدم المساحة الخالية المتاحة على خشبة المسرح أو المستوى السفلي منها ، فيظل يمشي ويمشي ، يهز رأسه ، يهيئ نفسه لهذا الموقف الذي يواجهه يومياً ، عابس الوجه ، مقطب الجبين ، يدس رأسه بين كتفيه ، تجثم الهموم على صدره ، في كلمة واحدة : قانط . يكون صوته في هذه الأثناء منخفضاً ، ويكاد يكون مسموعاً حين يتحدث قائلا : " أنا شخص مريض ، وأشعر بالتعب في حياتي ، صحيح أنني استمتع بأدائي لعملي، ولكن في نفس الوقت أكره العودة إلى المنزل مساء . إنني أعرف تماماً ما الذي

سوف يحدث عندما أصل إلى شقتي . سأجد والدتي العجوز بشكواها التي ليس لها آخر ، وسلسلة لا نهاية لها من الأوجاع والآلام التي لم يستطع أي طبيب أن يشفيها . وإلى جانب هذا هناك أختي " جين " Jane تبدو كخادمة متجهمة عبوس لا تشعر بسعادة أبداً ، وقد كرست حياتها لوالدتي لأن الحياة مستحيلة بدونها . لذلك لن يأتي اليوم الذي تستيقظ فيه وقد عزمت على أن تغير موقفها وتبحث عن حياة أخرى لنفسها . وها أنذا النسخة المذكرّة من والدتي ، والمتعض من الأثنين معاً لأنني مضطر إلى إعالتهما [٤٢] .

ومن ناحية أخرى ، قد يحدث اتحاد ومزج بين فنية البديل وفنية مناجاة النفس . بمعنى أنه من الممكن أن يقوم البديل بالمناجاة نيابة عن بطل الرواية في أثناء العرض . (أو في الرواية المؤداه) ، أو اللحظات الحاسمة والعصيبة ، أو قد يتدخل في موقف ما ، وقد يبتعد عنه لفترة وجيزة ، وما إلى ذلك .

ومما تجدر الإشارة إليه أن " مناجاة النفس " كانت إحدى الأساليب الفعالة التي استخدمها كتاب الدراما لرسم الشخصية بدقة ، ويعتبر " براندر ماتيوس " Brander Mathews (١٩١٠) من أوائل من تحدثوا عن " مناجاة النفس " ووصفها بأنها " الحديث الذي يتكلم فيه الفرد بصوت مرتفع مسموع وغير موجه إلى أي شخص موجود معه على خشبة المسرح وإنما حديثه يكون موجها إلى جمهور المشاهدين مباشرة " [٤٣] .

وفي السياق الدرامي نجد أن هذه الفنية من ناحية أولى تفيد في تقديم معلومة ما للجمهور حين ينتهي التشابك الذي تتطلبه حبكة الأحداث الدرامية في المسرحية . وتفيد من ناحية أخرى في عرض الأفكار ـ التي تقدم على لسان الشخصية ـ إلى الجمهور وذلك عندما يكون الممثل بمفرده على خشبة المسرح . ومما يذكر في هذا الصدد أن استخدام فنية مناجاة النفس يعود إلى " وليم شكسبير " و " موليير " إذ وجدا في هذا الأسلوب وسيلة فنية كانت تلقى قبولاً كبيراً في المسرحيات الكوميدية والتراجيدية أيضاً في أيام الأغريق والرومان .

ويرى البعض أنه على الرغم من أن كلمة " مناجاة " هي في الأصل عبارة عن فرد يتحدث بصوت مرتفع عندما يكون بمفرده على المسرح ، إلا أن

شخصيات أخرى لها أدوار في المسرحية تدخل إلى خشبة المسرح عندما تبدأ مناجاة الممثل لنفسه . وفي الاداء السيكودرامي يكون أحد الأغراض من استخدام فنية " مناجاة النفس " هو أن يسمع جمهور المشاهدين كيف يفكر العميل ، وليس مهما أن يتكلم الى الجمهور بصوت منخفض أو يدير رأسه جانباً ، ليتحدث مع نفسه على انفراد فالعميل والمشاهدون يسمعون كلامه فيدركون مدى ارتباطه بالموقف في نفس اللحظة ومن ثم تتضح قيمة ذلك لأي شخص يهتم بتكوين الافكار المترابطة .

د) الصديق الحميم : The Confidant

وهي فنية حلت محل فنية " مناجاة النفس " في استخدامها سيكودرامياً منذ أن قام بتجربتها في صور مختلفة الكاتبان المسرحيان الفرنسيان " كورنسيل " و " راسين " Corncile and Racine في القرن السابع عشر ، وظهور الصديق الحميم على المسرح في الاداء السيكودرامي يبرره أن البطل يكون في حاجة إلى التحدث إليه ودوره محصور في أن يستمع إلى خطط البطل ، وأن يكون صدى لآرائه ومشاعره ، ويسمى " الصديق الحميم " في بعض الاحيان : " الشخصية الظل "[٤٤] .

هـ) المرآة : The Mirror

تؤدي فنية المرأة دورها في أنها يمكن أن توجد من خلال جعل " الأنوات المساعدة تصور وتجسد دور بطل الرواية في حضوره ووجوده . فهو يرى بنفسه كيف يؤدي دوره ويجسده في مواقف وثيقة الصلة به .

وتستخدم فنية المرآة حينما يكون هناك ما يشير إلى أن فهم البطل لنفسه في الأداء ، كما لو كانت تلك الرؤية في مرآة سيكولوجيه ، سوف يكون منتجاً ومثمراً بالنسبة له . ومثال ذلك أن تقوم إحدى المرضات بتصوير وتجسيد سلوك مريض مصاب بالكاتاتونيا في مواقف نمطية يحدث فيها هذا النوع من الاضطراب الحركي .

وهذه الفنية يمكن أن تساعد الحالات الانسحابية على أن تتهيأ لتقديم نفسها وفيها يتم تشجيع البطل دائما على أن يعلق ، ويعقب ، ويقوم بردود أفعال ، ويلعب دور المعالج المساعد ـ في أغلب الاحيان ـ هذا الدور (دور المرآة) ٠ ومن حين لآخر يشترك بطل الرواية ويقدم نفسه ، ويضطلع بدوره الخاص نيابة عن الأنا المساعد عندما يتهيأ لدوره تهيئة كافية ٠

ويقدم لنا " شتار " Starr ، ١٩٧٧" استخداماً آخر لفنية المرآة ، فيه يجلس العميل وسط جمهور المشاهدين في المسرح ، كمشاهد الدراما التي تعيد تقديم مواقف تعكس طبيعة المجتمع الانساني ونقاط الضعف لدى الأفراد على المستويين الخلقي والسلوكي ، ومن ثم تصبح المسرحية هنا كمرآة تعكس الطبائع البشرية أمام هذا المشاهد ـ أي العميل ـ فيتعرف من خلالها على بعض مشكلاته الخاصة وقد يصل إلى حلول عن طريق هذه الفنية الفرعية للمساعدة[٤٥] .

وكما سبقت الإشارة ـ فإن هذه الطرق والأساليب هي فقط مجرد " معينات " للمعاونة في تنفيذ العرض العلاجي ، ولإيجاد صيغة للتفاعل في أسلوب السيكودراما ٠ وهي بهذه الصفة ليست غايات في حد ذاتها على الإطلاق ، وإنما هي وسائل متاحة Available means وحسب ، وربما تكون أدوات ملائمة بشكل دقيق وحساس للحصول على فوائد علاجية لكل من بطل الرواية وأعضاء المجموعة ٠

وهكذا يتضح ـ من خلال عرضنا للمكونات الأساسية لهذا الأسلوب العلاجي ـ أنه يتمتع بمميزات عديدة قد لا تتوافر في أي أسلوب من أساليب العلاج الجماعي الأخرى ، هذه المميزات يمكن الإشارة إليها على الوجه التالي :

أولا : أن هناك سهولة ويسراً في تطبيق السيكودراما وفي إجرائها، سواء أكان على مستوى الأطفال أم المراهقين فضلاً عن الراشدين ، وهذا أدى إلى التوسع في نطاق استخدامها فردياً ، وجماعياً ، ووقائياً وعلاجياً لعديد من الاضطرابات مما يؤكد فاعليتها سواء استخدمت في حد ذاتها ، أم بالاستعانة معها بأساليب وفنيات علاج سلوكية أو جماعية أخرى (يتضح هذا بجلاء فيما يطلق عليه مجال

العلاج بالدراما The Field of drama therapy) (أنظر : Johnson, 1984) [٤٦]
. ونكتفي هنا بالإشارة إلى بعض استخدامات السيكودراما كما وردت في عديد من الدراسات التي تحفل بها أدبيات التراث السيكولوجي.

أ) استخدامها فردياً في علاج بعض اضطرابات الكلام ومن بينها التلعثم (أنظر : [٤٧]و[٤٨]) (Honig, 1947, Semert & Van Ripper, 1944)

ب) استخدامها كعلاج جماعي لعينات من المتلجلجين (أنظر : صموئيل مغاريوس ، ١٩٥٩ ، [٤٩]هدى برادة ، ١٩٦٧، [٥٠] [٥٢] Hoskell & Larr 1974 [٥١] Garber, 1973 .

جـ) استخدامها مع فنيات وأساليب علاجية أخرى (أنظر: [٥٣] Cyprensen, 1948 ، هدى برادة ، ١٩٦٤، [٥٤] ، [٥٥] Palandjian, 1982 ، صفاء غازي ، ١٩٩١ [٥٦] .

د) استخدامها كتدخل علاجي في أساليب علاجية نفسية متنوعة (أنظر Mary,B. Carman,1984[57] Matthias, P.Krause, 1985[58] Maria Cicek, 1989, [59] .

هـ) استخدامها من خلال الفيديو مع عينات من مراهقين مشكلين ومراهقين يتلقون علاجاً نفسياً خارج المستشفى

Paul Holmes, 1984 [60], Bernard Zeiller, Joe Finder,1989 [61]

و) استخدامها مع العلاج الأسري لتحقيق تغير ما في السلوك على مستويات متعددة (أنظر : Howard Seeman,et al 1985 [62] , Rory Remer,1986 [63]

ز) استخدامها كفنية وقائية أو تشخيصية في مجال الصحة النفسية قبل تقديمها كفنية علاجية (أنظر : Meinolf Schonke, 1983 [64].

Grzegolowska et al 1983 [65] . Seija Nieminen, 1986) [66]

حـ) وأخيرا دراسة متضمناتها Peter Kellermann, 1983 [67].

وربما يرجع السبب في ذلك إلى أن السيكودراما تستخدم (لغة) إن صح هذا التعبير ـ لايختلف عليها أحد ، وهي لغة الأداء أوالتجسيد ، ومن ثم يسهل التفاهم بين أعضاء الجماعة العلاجية ، وهذه السهولة من شأنها أنها تؤدي إلى

حدوث الاستبصار insight الذي يسبقه خطوة على درجة كبيرة من الأهمية وهي التنفيس الانفعالي الذي يشكل بدوره محور أساسي في العلاج بهذا الأسلوب .

ثانياً : أنها تتيح فرص المشاركة بين أعضاء الجماعة العلاجية ، بل وتشجعهم عليها وهذا يعطي مزيداً من الأهمية لتلك المشاركة حيث تكون هناك الفرصة لاستخدام الاسقاط Projection كميكانيزم دفاعي يلعب دوراً كبيراً في العملية العلاجية ، إذ يمهد السبيل إلى خروج الخبرات الصادمة Traumatic Experiences ومن ثم طرحها على أفراد الجماعة والتخلص منها كخطوة فعالة لمواجهة مايعانيه أعضاء الجماعة العلاجية من مشكلات واضطرابات .

ثالثاً : إنها ـ غنية بالفنيات التي تستخدمها ـ على نحو ما أشار الباحث إلى بعضها ـ وهذا يعني أنها أسلوب يلائم كافة المستويات التعليمية والثقافية ، وأنها صالحة للاستخدام في علاج عديد من الاضطرابات وصعوبات التوافق .

رابعاً : أنها ـ تنفرد بعملية لها حيويتها وأهميتها ـ ألا وهي عملية التهيئة Warm - up

خامساً : أن عملية تجسيد الأدوار act out في أسلوب السيكودراما قد يتم بصورة صامتة أو ما يسمى الأداء التمثيلي الصامت Pantomime وهذا يصلح مع الاضطرابات التي لا يحتاج فيها كثيراً إلى الاتصال الكلامي .

سادساً : أنها تشجع العملاء (المرضى) على مواجهة مشكلاتهم ومن ثم تتيح لهم هذه المشاركة فرصة طرح عديد من الحلول الواقعية لتلك المشكلات ، وعلى كل عميل على حدة تبنى الحل الذي بمقدوره الأخذ به ، وعلى ذلك ففاعلية هذا الأسلوب ـ ليس من السهل انكارها ـ بما ينطوي عليه من مشاركة ومعايشة وتواصل وتفهم لجوانب الاضطراب من نواح عدة ، مما يؤكد أهميته وجدارته بالاهتمام والاستخدام .

السيكودراما واستخداماتها المتنوعة :

Psychodrama and it's diverse uses

بادئ ذي بدء ـ يمكن القول أن السيكودراما ليست مجرد طريقة للعلاج

النفسي الفردي أو الجماعي ، بل على العكس من ذلك نجد أن لها استخدامات عديدة ومتنوعة . وهذا يجعلها على خلاف مع طريقة التحليل النفسي ، ومن ثم تصبح كما يقول رائدها " مورينو " " ثورة " Revolution والحقيقة الواضحة التي تقول أن السيكودراما ـ طريقة علاجية نفسية تشتمل على الجانب الجسمي ـ يجعل منها وسيلة متكاملة على خلاف كافة وسائل الاتصال الأخرى ، ولأنها تتعدي حدود أية لغة ، فإنها توسع من انتشار الروابط واقامة العلاقات بين الأجناس ، والدول ، والمستويات الاجتماعية والعقلية الأخرى . ومن وجهة نظر علم النفس ، تتضمن السيكودراما أعمق لغة ، تلك التي تسبق الاتصال اللفظي ـ Verbal communication في المراحل النمائية للطفولة ونعني بها لغة الجسم : Body Language [٦٨] ، لذلك ليس من الغريب أن تقدم السيكودراما المساعدة لجميع فئات الناس ، ولسائر المستويات ، من المربين إلى الاطباء النفسيين وأيضاً المرضى الذهانيين ، ومن الممثلين إلى الوزراء ، ومن المجموعات ذات المستويات الثقافية العالية إلى المجموعات التي يعاني أفرادها من السكيزوفرينيا ذات الهلاوس الحادة والعميقة .

وسوف يحاول الباحث في الصفحات القليلة القادمة أن يصنف الاستخدامات المتنوعة لطريقة السيكودراما ـ سواء في استخدامها بشكل جماعي أو فردي ـ وذلك من خلال عرضه لثلاثة أقسام كبيرة يمكن أن تسهم فيها السيكودراما بنصيب ملحوظ . وهذه الأقسام هي : [٦٩]

١) السيكودراما باعتبارها وسيلة من وسائل العلاج النفسي الفردي والجماعي
٢) السيكودراما باعتبارها وسيلة من وسائل التعليم والتربية .
٣) وأخيراً السيكودراما باعتبارها وسيلة من وسائل الترفيه والترويح .

وفيما يلي عرض لكل استخدام من هذه الاستخدامات الثلاث بشيء من التفصيل :

١) السيكودراما باعتبارها وسيلة من وسائل العلاج النفسي الفردي والجماعي : A psychodrama as therapy

إن الشخص المريض نفسياً شخص يعيش بمفرده في عزلة ، بسبب

الاضطرابات التي يعاني منها ، بيد أن هذه العزلة بدورها تزيد من حدة اضطرابه ، ومن ثم تتكون دائرة مفرغة لها آثار خطيرة . والسيكودراما باعتبارها علاجاً نفسياً جمعياً ، تعد طريقة فعالة في التخلص من العزلة ، وهذا أدنى عون يمكن أن تقدمه المجموعة لأفرادها ، حتى المصابون بالكاتاتونيا ، أو المرضى النكوصيون (٧٠) بشكل مفرط ، يجدون من يهتم بهم فيما يعبر عنه ـ ليس فقط بالكلمات ـ ولكن بالإيماءات ، ومن ثم يبدأ كل مريض في الجماعة بمحاكاة وتقليد الآخرين ، بل قد يبدأ بالتفاعل مع الانفعالات القادرة على توليد المعاني الجديدة لديه .

غير أن هذا ليس هو التأثير الوحيد ، أو الفاعلية الوحيدة لطريقة السيكودراما ، فالموقف الجمعي ذاته يثير تعبيرات من قبيل الخوف ، الكراهية ، الحب ، والحاجة إلى التقبل لدى أفراد المجموعة إلى آخر هذه الانفعالات والدوافع الإنسانية . ومن هنا يساعد هذا الموقف الجمعي المريض الابكم أو العميل المكبوت The mute or repressed patient في أن يخرج ما بداخله ـ سواء أكان باللغة العضوية ، أم بالسلوك ، أم بالحركة الجسمية أم بالاندفاعية ـ إلى خارج أعماقه إما بالتعبير الإرادي الاختياري ، أو بالتقليد ، والإيماءات ـ أو باللعب السيكودرامي فيما بعد ـ قادراً على الحديث بنفس قدرته على التمثيل والأداء ، واكتساب طريقة أو اكثر من طرق الاتصال أكثر اكتمالاً ونضجاً .

ومن خلال علاقة المريض الأولية بأعضاء الجماعة من مرضى آخرين ، يستطيع المريض (العميل) بالتدريج ، مواجهة " الحماية الفصامية" The schizoid protection مواجهة حائط الصمت ، أو "استبطان" introjection الصور والخيالات المشوهة بدرجة أو بأخرى ، كما يكتشف المريض " العميل " استقلاله ويتعرف على هويته ، ويمر بخبرة الغيرة ، والمنافسة ، ويجد وراء ذلك نوعاً جديداً " متطوراً " من التوحد وتحقيق الهوية . كل ذلك يتم من خلال ديناميات الجماعة Group dynamics التي يتخذ فيها الموجه اتجاهاً مكوناً من شقين :

الأول : توجيه الموضوع والتعبير عنه بطريقة غير مباشرة ، لكي يصبح تلقائيا أو ذاتيا بأكبر قدر مستطاع .

الثاني: توجيه مباشر لوسائل التعبير ـ أي بلعب الدور من خلال السيكودراما ـ لمساعدة المرضى "العملاء" بأكثر طرق الاتصال مباشرة وفاعلية بالإضافة إلى توقع حدوث الاستبصار .

ومن الناحية العملية(٧١) لايقوم القائد (الموجه) بأي تفسير ـ أو حتى تفسير محدود ـ لأن عليه أن يشجع الجماعة على الترابط ، والتعليق على مايجري أثناء التمثيل ، وبعده ، بصفة خاصة . وتقدم التفسيرات غالبا عندما يكون هناك توتر أو اضطراب بين أعضاء الجماعة ، وذلك إذا لم يكن من الممكن التخلص منهما أثناء التمثيل . ولكي تكون الطريقة موجهة للأداء نفسه ، يساعد " الموجه " الممثلين في وضع المسرحيةالتي يراد تمثيلها ، وهذا التحضير أو هذا الإعداد ما هو إلا جزء من عملية أساسية في أسلوب السيكودراما العلاجي ، هو ما اسميناه ـ في موضع آخر ـ من هذه الدراسة " عملية التهيئة (٧٢) Warming-up process ويتم تسخير كل شيء لمعاونة " النجم " the star في الوصول إلى أقصى قدر ممكن من الإتقان والتلقائية في التعبير عن مشكلاته وصراعاته ، وعلى "تجسيمها " و "تجسيدها " actualizing وفقا لمبدأ " هنا والآن" (٧٣) Here and now في أثناء الجلسة ، وهكذا تتمكن المجموعة والأنوات المساعدة (الذين يمثلون معه) من مشاركته في عواطفه وانفعالاته إلى أقصى قدر مستطاع ، ومن ثم لا تعتبر المجموعة بأية حال من الأحوال مجرد جمهور ، بل محققين وقائمين بدور " الكورس " اليوناني قديماً(٧٤) .

أما الجانب الجماعي في العلاج بفنية السيكودراما فهو ما يطلق عليه السوسيودراما : Sociodrama ، والسوسيودراما بشكل إجمالي وعام هي سيكودراما تستبدل الـ " أنا " بـ " نحن " ، أي أنه في السوسيودراما تحل الجماعة محل الفردية . فمثلاً ، يمكن أن يحدث في جماعة عادية من جماعات التدريب ، أو في جماعة من المرضى ، أن ينشأ صراع مابين بعض أفراد من الجماعة من البيض والسود ، أو بين رجال ونساء ، أو بين من لديهم شعور بالذنب ومن ليس لديهم هذا الشعور .. الخ . وهنا يمكن ـ على سبيل المثال ـ أن تنقسم الجماعة داخليا إلى جماعتين فرعيتين ، يكون الأعضاء الجدد في إحداها ،

والأعضاء القدامي في الأخرى . وقد يعين " الموجه " " متحدث رسمي " لكل " حزب أو فريق من الفريقين " فيجعلهما يتحاوران ويتناقشان ، ثم ينضم أعضاء آخرون إليهما عن طريق المناقشة التلقائية " المزدوجة " وقد يستغرق الجميع في المناقشة مباشرة دون الحاجة إلى توجيه من المتحدث الرسمي . ودائما ما يكون من الأمور المهمة جداً " قلب الأدوار " أو تغييرها ، وذلك حتى يفهم أفراد الجماعة موقف الجماعة الأخرى ، وحتى تحدد كل جماعة هويتها بالنسبة للجماعة الأخرى .

وبعض الجماعات العلاجية يمكن أن تقوم كلها على أساس السوسيودراما وذلك كوسيلة من وسائل توضيح وتخفيف التعصب لأفكار معينة ، وكذلك لخفض التوترات بين المجموعات ذات السلالات أو الاجناس المعينة ، مثل العرب والفرنسيين ، أو اليهود وغير اليهود ، أو الزنوج والبيض ، أو طبقات اجتماعية مختلفة لا تتحدث لغة واحدة . وبطبيعة الحال ـ وكما يعرف علماء الاجتماع وأيضاً علماء النفس ـ أنه غالبا ما يتخفى هذا التعصب لأفكار معينة ، وهذا التوتر تحت أشكال متنوعة من ردود الأفعال reaction - formations والشعور بالذنب والانكار والرفض ، هذا من ناحية ومن ناحية أخرى يدافع هؤلاء المتعصبون لأفكارهم والمتوترون بقوة عن صراعاتهم ذات الجوانب الشخصية . وفي مثل هذه المجموعات قد يكتشف المرء أنه توجد أيضاً " تعصبات إيجابية " positive prejudices لبعض الأفكار ، وأن هذه التعصبات ـ مع كونها ايجابية ـ ترتبط بشكل متعجل بخبرات معممة ، وهي بهذا تكون كالتحيزات أو التعصبات السلبية سواء بسواء .

إن " التمثيل " و " قلب الأدوار " يجعلان مضمون السيكودراما قابل لأن يصل ليس فقط إلى من يتحدثون ويفكرون بسهولة ، ولكن أيضاً يصل إلى أولئك الذين يتصرفون باندفاع ليثبتوا أنهم يريدون أن يكونوا أمناء أو صادقين ، وكذلك وفوق كل هؤلاء ـ من لايستطيعون التحدث بطلاقة ، سواء بسبب أنواع الكف الذي يتعرضون له أو بسبب التجاهل ، أو ربما لكونهم أجانب ، ويمكن أن يرى المرء الاهتمام الهائل الذي تبديه مثل هذه المجموعات بما يقدم لها من خلال

الأداء السيكودرامي . وبمقدرونا أن نقدم مثالاً واحداً عن هؤلاء المهاجرين الجدد لأي مجتمع ، فليس هناك أي شكل من أشكال " غسيل المخ " brainwashing أو الاقناع الجبري ، أو الاخضاع القهري لمناهج " وكورسات " معدة جيداً لأي من هؤلاء .

وفضلاً عن ذلك توضح الخبرة العملية أنه يتم تعلم لغة ما بسهولة كبيرة وسرعة في ذات الوقت من خلال " الأداء التمثيلي " الانفعالي أو العاطفي ، ومن خلال العلاقات الانسانية أكثر مما يتم تعلمها عن طريق القواعد اللغوية ، مهما كانت تلك القواعد اللغوية موضحة بطريقة متقنة ومنفذة بشكل قوي ونشط .

٢) السيكودراما باعتبارها وسيلة من وسائل التعليم والتربية :

قام " مورينو " في عام (١٩٣٣) بتجربة مع بعض الفتيات في معهد ما ، وقد قامت هذه التجربة على أساس الدراسة السوسيومترية Sociometric study أي على أساس التركيز على العلاقات الاجتماعية المتبادلة بين الطالبات المقيمات بالمعهد ، بالإضافة إلى أن " مورينو " كان يدرس في ذات الوقت كيف تعاق العملية التعليمية وكيف تستثار عن طريق المحاكاة ، والتعبير الحر ، وكيف تتم من خلال جذور أنواع عديدة من الكف الانفعالي : emotional inhibitions .

وفي مجموعات أخرى للسيكودراما ، تكونت من طلبة جامعيين ، قام هؤلاء الطلاب بعرض وتمثيل مشكلاتهم المتعلقة بالامتحانات الجامعية والحقيقة البسيطة التي كانت وراء تمثيلهم لمشكلاتهم حول الاختبارات مقدما ، وبالطريقة التي يخافونها جداً ، وأحياناً مع أنماط مختلفة من " الأساتذة " كانت هي محاولة مساعدتهم في اجتياز الامتحانات بنجاح .

كما أن عملية التعلم قد تكون أيضاً هي الأخرى مشكلة ، ومرة أخرى يمكن القول أن " السيكودراما " تساعد الطلاب في توضيح أسباب مشكلاتهم والمصاعب التي تجابههم ، وغالباً ما يتغلبوا عليها بتمثيل معاركهم ، وصراعاتهم ، ومخاوفهم ، وأيضاً بتمثيل نجاحهم الممكن والمحتمل في المستقبل ، حتى يخبروا مشاعر السرور ، وأيضاً الشعور بالذنب والقلق المرتبط بهذا النجاح ، والتي غالباً ما يكونون على غير وعي بها . هذا من ناحية ، ومن ناحية أخرى لوحظ أنه في

أحيان كثيرة يتم التغلب على رهبة المسرح [٧٥] والتخلص منها عن طريق السيكودراما ، في حين يفشل التنويم المغناطيسي أو التحليل النفسي في هذا الصدد ، أويبدو أنهما عمليتان طويلتان أكثر من اللازم .

وهناك طريقة أخرى لتنمية الثقافة والتذوق على المستوى الفني ، وهي مايطلق عليها اسم " نادي السيكودراما " psychodramatic club وقد أوحى بفكرة إنشاء هذا النادي " نوادي السينما " المنتشرة والمشهورة في بلدان كثيرة ، حيث يشاهد الأعضاء ـ أعضاء نادي السينما ـ الفيلم ثم يناقشونه من أجل إثارة التبادل الثقافي وتبادل الحوارات العقلية ، ومثلما تفعل هذه النوادي ، يجتمع " نادي السيكودراما " مرة كل شهر ، ليس لمجرد المناقشة وحسب ، بل لتمثيل أجزاء أو مشاهد من فيلم ما ، أو من مسرحية ما ، أو حتى من كتاب اختاره معظم الأعضاء في اجتماع الشهر السابق ، وأحياناً ما يتم تمثيل المشهد الأكثر إثارة للمجموعة ، مرتين أو ثلاث مرات ، بمجموعتين أو ثلاث مجموعات مختلفة من الممثلين الذين تتباين ردود أفعالهم لأجزاء الفيلم الواحد أو للمشهد الواحد . وتقبل أية اختلافات أو تعديلات على السيناريو باعتبارها تحريف مشوق an interesting distortion نابع من شخصية العضو المشترك في التمثيل ، ولا يشجع نادي السيكودراما أعضاء المجموعة على نقد الممثلين أو مناقشة المؤلفين بل يشجعهم على أن يكونوا تلقائيين وذاتيين ، ويمكن أن يكون تبادل الحوار ذا نفع كبير جداً ، وعائد معنوي مجز ـ إن صح استخدام هذا التعبير .

وفكرة " نادي السيكودراما " تساعد كثيراً على ألا يظل الأعضاء سلبيين ، مثلما هوالحال ـ لسوء الحظ ـ مع المشاهدين المعاصرين . وإنما " نادي السيكودراما " ـ على العكس من ذلك يعتقد في صحة التفاعل وضرورة " إثارة " الفكر بشكل حقيقي ، وهذا لايسمح فقط بمجرد معرفة الابداعات الكلاسيكية أو المعاصرة ، وإنما يتعدى ذلك إلى " ترقي " الثقافة الحقيقية ، كما يمكن للتمثيل الراقص choredrama أن يكمل هذه الطريقة ، فبعدما يشاهد ويمثل أعضاء نادي السيكودراما مشاهد من " زوربا اليوناني " مثلا ـ قد يطلبون أن تعزف الموسيقى ، ويرقصون إرتجالا وبتلقائية على أنغامها . وقد يبدأ بعض الأعضاء ـ

الذين لم يشتركوا من قبل في جلسات ومناقشات نادي السيكودراما ـ في الانفتاح بواقعية وبشكل حقيقي في الاشتراك ابتداء من هذه الجلسة ذات التمثيل الراقص[٧٦] .

٣) وأخيراً السيكودراما باعتبارها وسيلة من وسائل الترفيه والترويح .

ويمكن اعتبار السيكودراما أيضاً طريقة من طرق الاسترخاء ، فقد شكلت العادات والعرف والتقاليد ، بالإضافة إلى الالتزامات الجمعية والفردية قيوداً على حرية الاشخاص ، وينشأ القلق إذا وجدت أية زيادات أو أية أنواع مجهولة من الانفعالات والمشاعر أو التعبيرات بداخلنا ، أو بداخل نفوس الآخرين ، ولذلك أحياناً يأتي الشعور بالحاجة إلى أفق أرحب و " مدى حيوي " حر ، دون الحاجة إلى أي هدف أعمق كالعلاج النفسي. ومما يعد من الخبرات السارة لنا أن نلعب دوراً في حياتنا لم نستطع القيام به من قبل ، أو نواجه شخصاً أو مجموعة من البشر كنا على ثقة أننا لن نقابلهم مطلقا ، وبالتالي تسفر هذه المواجهات وتلك المقابلات عن نتائج مطمئنه تماماً ، ويقوم الأطفال بالطبع بهذا بشكل تلقائي ، غير أن هذا سرعان ماتكبحه أو تقمعه القواعد الاجتماعية والتحريم الأوديبي الداخلي .

ويستطيع نادي السيكودراما ـ الذي أشرنا إليه في الفقرات السابقة ـ أن ينجز هذه المهمة ، وآية ذلك أن إحدى السيدات الشابات اللاتي انضممن إليه جاءت إلى إحدى الجلسات وهي حادة في بعض طباعها وصرحت بأنها دائما ما تشعر أنها متعبة ، قالت أنها خرجت من الجلسة في حالة استرخاء ، بل وتشعر بانتعاش " كما لو أنها أخذت اجازة لمدة عشرة أيام " فقد أرادت أن تمثل مشهداً من فيلم شاعري جداً " : فها هي مستلقية على الشاطئ قرب مياه البحر ، تحيط بها الكثبان الرملية الجميلة ، والرمال الناعمة تحت جسدها " وكان أن اشترك معها في تمثيل هذا المشهد كل أفراد المجموعة وبطريقة تلقائية ، فمثل البعض دور البحر وهو يداعب قدميها بلطف ، والبعض مثل القوارب وهى تبحر تحت أشعة الشمس الحانية ، ومن ثم شعرت بمشاركة الآخرين لها مشاركة وجدانية حميمة دون إخبارهم بمشكلاتها التي أدت إلى حدة إنفعالها ، كما أن

هذه المشاركة خففت من إحساسها بالارهاق والتعب .

ويمكن للمجموعة التلقائية ذات الهدف الاكثر توجها نحو الاستجمام أن تحقق فوائد أبعد من هذا الذي ذكرناه ، فالاستجمام يعبر عن أن الانسان بحاجة إلى إعادة بناء نفسه ، وبحاجة أيضاً إلى أن يجد ذاته ، وأن يوسع من دائرة نشاط ذاته المحرفة ، وأن يقابل ذاته مرة ثانية ، اكثر من حاجته إلى تسلية والهاء نفسه ، والدليل على ذلك أنه إذا كانت هناك موضوعات تحتاج إلى لعب الأدوار ـ كما في المجموعات التي تتكون بصورة تلقائية ـ من المشاهدين (والتي يتعين أن تكون الأدوار فيها أدوار شخصية أكثر من اللازم) فإنها تؤدي إما تدريجياً أو مباشرة إلى موضوعات جادة ، وتحرك بشكل ثابت مشاعر الأفراد وتستبعد المشاعر الميتة ، والاستثناء الوحيد لهذا جاء في اثناء جلسة من الجلسات ـ من مجموعة صغيرة عابثة كانت مكونة من ثلاثة أشخاص قرروا أن تكون الجلسة جلسة " ترفيه " فقط وحاولوا تحويل الجلسة لمجرد الاستمتاع ، لكنهم لم يستطعوا ضم بقية المشاهدين إلى صفهم ، ولم يستطعوا كذلك التأثير على الاغلبية .

وهكذا نرى في النهاية أن الارتياح الناتج من الحرية في التخيل ، والصدق في الرغبة ، وامكانية " أداء " السلوك الذي يجسد مشكلة ما كل هذا يخلف ارتياحاً ضخماً إلى حد بعيد . بالإضافة إلى أنه في الإمكان بالطبع أن يثير هذا القلق عند من يعانون صعوبة في الفصل بين التخيل والواقع . بيد أن هذا القلق نفسه يمكن أن يكون مصدر إلهام للشخص فيوضح له الأعراض التي يعاني منها ، وحاجته ـ من ثم ـ إلى اجتياز فترة للعلاج . وبناء على ماسبق ، فإن أي شكل تتخذه السيكودراما ، يقصد به ـ أن يكون على الأقل ـ كاشفاً لشخصية الفرد ومشكلاته وفي أغلب الاحيان يكون هذا الكشف في حد ذاته سبيلاً من سبل العلاج [٧٧] .

كلمة ختامية :

وفي جملة واحدة يمكن القول أن كل طريقة علاجية ، مثلها في ذلك مثل استخدام العقاقير ، يمكن أن تكون ضارة إذا ما أسيئ استخدامها . وهناك من يتحدث عن " ديناميات الجماعة " Group - dynamics فيطلق عليها مصطلح تغلب عليه روح الفكاهة هو " ديناميت الجماعة " Group-dynamite أما السيكودراما فهي ليست أسلوباً علاجياً " قاتلاً للأعراض المرضية Symptom-killer ككثير من العقاقير ، بل هي علاج نفسي واقعي وحقيقي ، أي أنها تغوص إلى جذور المرض ، وتساعد المريض في أن يساعد نفسه ، وتؤدي بشكل نشط الى تعديل عميق في تكوينه الداخلي . وحتى أولئك الذين لايدرون عن متاعبهم شيئاً ، والذين لم يفكروا أبداً في الذهاب إلى طبيب نفسي ، يصبحون عن طريق السيكودراما على وعي " بمشكلاتهم " ، وذلك عندما يواجهون الآخرين ، وعندما يواجهون أي فعل مندفع implusive action أو حديث متسرع قد يخترق حواجزهم الدفاعية من خلال ردود الفعل التلقائية(٧٨) .

والسؤال الذي قد يتبادر إلى الذهن الآن هو : ما الفرق الحقيقي بين كل هذه الاشكال من السيكودراما ؟ للإجابة عن هذا السؤال نقول : إن الفرق يتمثل في الدافعية الواعية the conscious motivation (على المستوى الشعوري) للأفراد الذين يشكلون المجموعة . فمجموعة من العرب مثلا ترغب في أن تتفاهم وتتحاور مع مجموعة من الزنوج مثلا ، يمكن أن يتم ذلك من خلال جلسات للتهيئة فيشجعوا على تمثيل مشكلاتهم إذا رغبوا في ذلك . . . وهكذا ، وفي المقابل من ذلك من الزيف القول بأن اداء الأدوار سيؤدي إلى التخفف أو التقليل من جميع الأعراض والصراعات الناتجة عن احتكاك الفرد باعضاء المجموعة مهما كانت هذه الأعراض وتلك الصراعات عميقة وقديمة . فالالتزامات الثقافية والجمعية عوامل قوية من عوامل الاحساس بالأمن ، ولذلك فهي عوامل ضغط على الفرد ضد حاجته للحرية . ولكن وسط جميع هذه الاشكال العديدة ، هناك نوع واحد فقط من السيكودراما ، الأصل في

ابتكاره يتمثل بصفة أساسية في حقيقة مؤداها فهم المبتكر أن العلاقات الانسانيةهي محور ذواتنا ، ابتداء من ارتباط الطفل بالأم (أو البديل الذي يحل محلها) إلى أكثر الروابط تشعباً وتجمعاً ، بالإضافة إلى استخدام التلقائية كطريق رئيس وملكي نحو الحقيقة والتجانس فيما بين الناس بعضهم وبعض ، وفيما بينهم وبين ذواتهم . وبالاستخدام الماهر ، وعلى يد خبير ، تستطيع السيكودراما أن تجيب ، بل ويتعين عليها أن تجيب ، عن معظم إن لم يكن عن كل ، مشكلات الصراعات الإنسانية ، سواء أكانت مشكلات فردية شخصية أم جماعية ، وذلك مع التدريب ، أو التربية ، أو الاستجمام . وباعتبارها ، أي السيكودراما ، ثورة هادئة بيضاء ، فإنه يمكنها أن تكون أداة مساعدة وفعالة في تقدم وسلام العالم [٧٩] .

المراجع والتعليقات الهامشية

1. Starr, Adaline. (1977) : Psychodrama (rehearsal for living). Illustrated therapeutic Techniques. Chicago : Nelson Hall.P. 21.
2. Yablonsk, Levis - (1959) Psychodrama theory and practice. Progress in Psychothorapy (Vol. I) By Reichman & Moreno. New York : Grune & Stratton, P 150.
3. Messerman, Jules, H. and Moreno, J.L (1960) : Progress in Psychotherapy (Vol .V) Review and Integrations. New York: Grune & Stratton. P. 19
4. Moreno, Zerka. I (1974) : History of the sociometric Movement in Headlines In. I. Greenberg (Ed) Psychodrama theory and therapy, Souvenir Press (Educational & Academic) Ltd. A condor Book, P 235-243.
5. Moreno, J.L.(1966) : The International Handbook of Group Psycho- therapy. New York: ; Grune & Stratton, P.47.

٦ـ جون كيندى John Kennedy ولد عام ١٩١٧ ، وهو الرئيس الخامس والثلاثون للولايات المتحدة الامريكية (١٩٦١ ـ ١٩٦٣) ، وأزوالد هو

الشخص الذي اتهم بإغتياله .

٧- أدولف ايخمان Adolf Eichmann (١٩٠٦ - ١٩٦٢) زعيم نازي اختطفه اليهود ثم أعدموه .

8. Adaline Starr, (1977) : Ibid, P. 159.
9. Matsumurra, Kohi. (1966) : Some Aspects of Psyhotherapy and Psychodrama. The International Handbook of Group Psychotherapy New york : Grune & Stratton, P. 250.
10. Harper, Robert A.(1959): Psychoanalysis and psychotherapy. Aspedrum Book. prentice- Hall, P 131.
11. Haskell, Martin R. (1975): Socio-analysis self-Direction Via Socionetry and Psychodrama. Role Training Associates of California, P. 32.
12. Messer, Stanly B.(1983): Integrating Psychoanalytic and Behaviour therapy: Limitations Possibilites and trade offs. British Journal of clinical Psychology, 22, P. 131-132.
13. Strupp, H.(1971): Psychotherapy and Modification of abnormal Behaviour: An Introduction theory and research. New York: McGrow-Hillbock Cmpany, P. 69.
14. Woolman, Benjamin B.(1973): Dictionary of Behavioral Science. Littan Educational Publishing, Inc. P.36.
15. Greenberg, Ira A. (1974): Moreno Psychodrama and the Group process (In) Psychodraman theory and therapy, Souvenir press (Educational & Academic) Ltd. Acondor Book, P II-28.
16. Starr, Adaline. (1977): Psycho-drama (rehearsal for living) Illustrated therapeutic techniques, Chicago-Nelson Hall. P.22

١٧) عبدالمنعم الحفني (١٩٧٨) : موسوعة علم النفس والتحليل النفسي . القاهرة : مكتبة مدبولي ، ص ١٧٣

١٨) عبدالرحمن عيسوي (١٩٧٩) : العلاج النفسي . الاسكندرية : دار الفكر الجامعي - ص ١٢٤

١٩) أسعد رزوق (١٩٧٩) : موسوعة علم النفس (ط ٢) . بيروت : المؤسسة العربية للدراسات والنشر ، ص ٨٩
٢٠) ريتشارد .م. سوين (١٩٧٩) : علم الأمراض النفسية والعقلية (ترجمة) أحمد عبدالعزيز سلامة ، القاهرة : دار النهضة العربية ، ص ص ٨٣٤-٨٣٥ .
٢١) حامد عبدالسلام زهران (١٩٨٠): التوجيه والارشاد النفسي (ط ٢). القاهرة عالم الكتب ، ص ٣١٤ .
٢٢) ألفت محمد حقي (١٩٨٣): علم النفس المعاصر ، الاسكندرية : منشأة المعارف ، ص ص ٤٧٥-٤٧٦ .
٢٣) فيصل محمد خير الزراد(١٩٨٤): علاج الأمراض النفسية والإضطرابات السلوكية - بيروت : دار العلم للملايين ، ص ص٢٣٨-٢٤٠.
٢٤) علي كمال (١٩٨٨): النفس ، انفعالاتها وأمراضها وعلاجها ، عمان : الأوسط للطبع والنشر والتوزيع ، ص ص ٤٩٧-٤٩٨.
٢٥) صفاء غازي أحمد حمود (١٩٩١): فاعلية أسلوب العلاج الجماعي (السيكودراما) والممارسة السلبية لعلاج بعض حالات اللجلجة - رسالة دكتوراه غير منشورة ، القاهرة :كلية التربية جامعة عين شمس ، ص٨٤
٢٦) جابر عبدالحميد جابر ، علاء الدين كفافي (١٩٩٣): معجم علم النفس والطب النفسي . انجليزي-عربي ، (ج٦) القاهرة : دار النهضة العربية.
27. Moreno, J.L (1964): Psychodrama. Vol. I. Beacon, N.Y.: Beacon House, Inc.
28. Moreno, J.L (1964): Psychodrama. Vol. I.(Rev. ed.) Beacon, N.Y.: Beacon House, Inc.
29. Ennis, James M. (1974): The Dynamics of Group and Action Processes in therapy: an analysis of the warm-up in Psychodrama. In I. Greenbery (Ed) Psychodrama theory and therapy souvenir press (Educational & Academic) Ltd: Acondor Book. P. lll-ll8.

30. Moreno, Zerka I.(1974): Asurvey of Psychodramatic techniques. In: I. Greenberg (Ed) psychodrama theory and therapy, souvenir press (Educational & Academic) Ltd: Acondor Book. P. 85-151.
31. Moreno, J.L, Moreno, Zerka, T., and Moreno, Jonothan (1964): The First psychodramatic Family. Beacon, N.Y.: Beacon House, Inc.
32. Greenberg, I.A.(1968): Psychodrama and audience attitude change-Beverly Hills, Calif.: Behavioral Studies Press.

٣٣ ـ الصحيفة المصغرة : جريدة ذات قطع نصفي تشتمل على انباء موجزة ومقدار كبير من الصور والرسوم . (المورد ، ١٩٩١ : ٩٤٤) .

34. Ennis, James M. & Yablonsky, Lewis (1956) Psychodrama theory and practice (In) progress clinical psychology (Brower and Abt-Eds) New York, Crune & Stratton, Vol.][, Chapter 13.pp: 149-161.

٣٥ ـ يلاحظ أنه في جميع فنيات الكرسي بأنواعها الثلاث : الخالي ، العالي ، والكراسي المتعددة .. وغيرها ، تستخدم كلمة " إسقاط " نظراً إلى أنها هي الكلمة الاقرب للتعبير المقصود والدالة ـ في ذات الوقت ـ على الهدف من وراء استخدام هذا النوع من الفنيات السيكودرامية .

٣٦ ـ يبدو ذلك وكأنه شبيه بما يحدث في لعبة الكراسي الموسيقية الفولكورية المعروفة .

37. Blatner, A.A. (1970): Psychodrama, Role playing, and action methods. Thetford, England: Haward A. Blatner.
38. Moreno, J.L. (1964): Psychodrama. Vol. I.(Rev. Ed) Beacon, N.y.: Beacon House, Inc.
39. Moreno, J.L. (1964): Ibid.

٤٠ ـ فنية " اسقاط المستقبل " Future Projection Technique. إحدى الفنيات الفرعية لفنية أشمل منها هي فنية " لعب الدور Role Playing وفي مسرحية " هنري الرابع " لشكسبير نجد مثالا للعب الدور الذي يقوم

به صديقان حميمان هما " الأمير هال " Prince Hall الشاب المرح المملوء بالحماس ، و " فالستاف " Falstaff الرجل العجوز الفاسق ـ الذي يقوم بتدريب " الأمير هال " على مقابلته المنتظرة مع والده الغاضب الملك " هنرى الرابع " ، لكي ينقذ رقبة " فالستاف " ، ومن ثم يستميل الأب والابن · وأثناء هذا التدريب يقوم " فالستاف " بأداء دور الملك ، ويقوم الأمير " هال " دور الأبن · ثم يتبادل الاثنان دوريهما ، فيمثل الأمير " هال " دور والده ، ويمثل " فالستاف " دور الإبن · وكان هدف شكسبير ـ من استخدام قلب الأدوار ولعب الأدوار هدفاً " هزلياً " وليس هدفاً علاجياً ، ولكن الحيلة الدرامية بتغيير الأدوار تزيد من القدرة على الفهم ، ليس للممثلين فقط ، وإنما لجمهور المشاهدين أيضاً ، وهذا مايسمى فنية إسقاط المستقبل ، أي عندما تكون إعادة الدور بهدف الاعداد مقدما لموقف في الحياة الواقعية لم يحدث بعد ·

41. Moreno, Zerka I. (1974) : Ibid. PP. 91
42. Ibid, PP. 85-90.
43. Ibid, PP. 92-97
44. Eneis, J ames M. & Yablonsky, L.(1956) : The relation of Psychodrama to traditional Drama (in) Progress in clinical psychology Brower and Abt0eds) New York, Grune & Stratton, Vol. IL, chapter 2. pp.9-19.
45. Johnson, David R. (1984) : The Field of drama therapy. Journal of Mental Imagery; Spr. Vol. 8 (1) 105-1-9.
46. Lemert, e. & Riper, Van. (1944) : the use of psychodrama in the treatment of speech Defects. A compendium of research and theory on stuttering. By charles F. Diehl (1959) spring field. lllionis. U.S.A.Charles. C. Thomas Publisher.
47. Honig, P. (1947) : The stutterers Acts out. Ibid.

٤٨) صموئيل مغاريوس (١٩٥٩) : استخدام التمثيل في العلاج النفسي (السيكودراما) · صحيفة التربية ـ العدد الأول ـ السنة الثامنة ـ القاهرة

رابطة خريجي كليات التربية ·

٤٩) هدى برادة (١٩٦٧) : دراسة في العلاج الجماعي للمصابين باللجلجة ـ كلية التربية ـ جامعة عين شمس ·

50. Garber, Anath B.A. (1973): Psychodramatic treatment of stutterers. Group psychotherapy and psychodrama. Vol XXVI, No. 1-2, New York: Moreno Institute.
51. Haskell, Rochelle J. & Larr, Alfred L. (1974) : Psychodramatic Role training with stutterers. Ibid, Vol. XXVI, No. 1-4.
52. Cyprensen, L. (1948) Group therapy for Adult stutterers. F.Diehl (1959). Spring field. Illionis U.S.A. Charles C. thomas publisher.

٥٣) هدى برادة (١٩٦٤) : وصف لتجربة طرق العلاج الجماعي مع مجموعة من الكبار المصابين باللجلجة · كلية التربية · جامعة عين شمس ·

54. Palandjian, G. (1982) : Games and child co-therapies. Neuropsychiatrie-de-L' enfance-et-de-1' Adolescence; Jul-Aug Vol. 30 (7-8) 441-444.

٥٥) صفاء غازي أحمد (١٩٩١) : مرجع سابق ·

56. Garman, Mary B.; Nordin, Sheryl R. (1984) : Psychodrama: A therapeutic modality for the elderly in nursing homes. Journal of clinical- Gerontologist; Fal. 3 (I) 15-24.
57. Krause, Matthios P. (1989) : Stuttering as an expression of disturbed parent - child relationship. proxis - der - kinderpsychologie - und - kinderpsychiatriek Jan Vol. 34 (I) 15-18.
58. Cicek, Marija. (1989) : Psychotherapeutic interventions in psychodrama. Journal of psihijatrija-Danas; Nov. Vol.21 (2-3) 125-131.
59. Holmes, Paul (1984) : Boundaries of chaos: An outpatient psychodrama group for Adolescents. Journal. of adolescence' Dec. Vol 7 (4) 387-400.
60. Zeiller, Bernard; Finder, Finder, Joe (1989) : An audio-visual

and psychological technique: the use of the videodrama with adolescents. International Journal-of adolescence - and - yoth' Vol. 2 (1). 1-12.

61. Seeman, Howard; Wiener, Daniel J. (1985): Comparing and using psychodrama with Family therapy: Some Coutions. Journal of Group psychotherapy, psychodrama and sociometry; win Vol. 37 (4): 143-156.
62. Remer, Rory (1986) : Use of psychodramatic intervention with families. change on multiple levels. Journal of Group psychotherapy, psychodrama and sociometry; Spr. Vol. 39 (1) 13-29.
63. Schonke, Meinolf (1983) : Diagnosis of the social life space in psychodrama. Praxis - der - kinderpsychologie - und kinderpsychiatrie; Aug. Sep. Vol. 32 (6) 213-218.
64. Grzegolouska Klarkowska, Helena (1983) : Staging as a technique of diagnosing defense mechanisms. przeglad-psychologiczny; Vol. 26 (4) 955-966.
65. Nieminen, Seija (1986) : Using psychodramatic tenhniques as a means of preventive mental health work in finland School psychology International, Apr-Jun Vol. 7 (2) 94-97.
66. Kellermann, Peter F. (1983) : Resistance in psychodrama. Journal-of- Group psychotherapy, Psychodrama- and Sociometry; Spr. Vol. 36 (1) 30-43.

٦٧) لغة الجسم : Body Language

تشكل حالة الجسم واتجاهه لغة للجسم عن طريق الاشارة ، وبهذه اللغة يعلن الجسم عن نفسه بحركات Expressive movements ، على سبيل لمثال ، قد يتحرك المرء بشكل عدواني : Aggressively تجاه شخص آخر ، أو قد يستند إليه في اتكالية واعتمادية واضحة . وهذا السلوك ـ لغة الجسم ـ يتم بشكل كلي ، بمعنى أن العقل والجسم يتبادل كل منهما التعبير عن الآخر . وقد كتب " كينيث بورك " Kenneth

Burke أن الجسم يعتبر ممثلا ،وهو كممثل يساهم في أنشطة العقل بشكل مترابط ، ونحن بأساليب التفكير والتعبير المختلفة نجسد هذه الارتباطات ونتعرف عليها ، وعلى الكيفية التي يتتم بها ، والفرد هو الذي يختار إما أن تكون تعبيراته علمية أو أن تكون شاعرية أو أن يقصد بلغة الجسم التعبير عن المشاعر اللاشعورية والدفاعات والصراعات من خلال اعضاء الجسم كما في الاعراض التحولية أو من خلال وضع الجسم أو الاشارات والايماءات أو التعبيرات الوجهية والصور الأخرى من الاتصال غير اللفظي . وفي العلاج النفسي يعتبر ترجمة وتفسير لغة الجسم أحد الاهداف الرئيسة ، أنظر جابر عبدالحميد ، وعلاء كفافي ، ١٩٨٩ ، ج٢ ، ص ٤٤٩) .

٦٨) اعتمد الباحث في تلخيص وعرض هذا الجزء ـ بشكل أساسي ـ على الدراسة الأجنبية التالية :

Marcus, Simone B. (1074) : Psychodrama and its diverse uses. (In) I.Greenberg (Ed) Psychodrama theory and therapy. Ibid. P. 47-57.

69. Marcus, Simone B. (1974): Ibid. P. 47-48.

70- Enneis, James M., & Yablonsky, Lewis. (1956): Ibid. 149-161.

٧١) مدخل هنا والآن : here-and-now approach

التأكيد على فهم المشاعر الحالية وردود الفعل البينشخصية كما يحدث في مجريات الجلسة العلاجية بتأكيد قليل أو بدون تأكيد مطلقاً على الخبرة الماضية أو على الأسباب الرئيسية وراء سلوك الفرد . (جابر عبدالحميد ، علاء كفافي ، ١٩٩١، جـ ٤ : ص ١٥٢١) . ومما تجدر الاشارة إليه أن التأكيد على فهم المشاعر الحالية يبدو في أجلى صوره في جماعة المواجهة uncounter group وهو شكل من ديناميات الجماعة الصغيرة فيه يرتقى الاستبصار البنائي والحساسية نحو الآ]رين والنمو الشخصي خلال التفاعلات على المستوى الانفعالي ويقوم القائد (قائد

جماعة المواجهة) بوظائفه كمخبر وميسر اكثر منه معالجاً ويركز على مشاعر وتفاعلات هنا والآن . وكان هذا المنهج تطوراً لتدريب الجماعات الذي أقترحه كيرت ليفين K. ولكن المصطلح الحالي (جماعة المواجهة) من وضع موينو J.L. Moreno (جابر عبدالحميد وعلاء كفافي ، ١٩٩٠ : ١١٣٠) ، وانظر جماعة المواجهة والعلاج الجشطلتي Gestolt therapy في الجزء الثالث من المرجع السابق ص١٤٠٥ .

72. Enneis, James M. & Yablonsky, Le (1956) : Ibid. PP.9-19.

٧٣) رهبة المسرح Stage Fright

رهبة المسرح في التعريف القاموسي تشير إلى ارتباك يصيب بعض الناس عند وقوفهم على خشبة المسرح أمام جمهور من المشاهدين أو المستعين (المورد ، ١٩٩١ ، ٨٩٧) .

74. Marcus, Simone B. (1974) : Ibid. Page 50-51.

75. Marcus, Simone B. (1974) : Ibid. Page 51-54.

76. Bratter, Thomas E. (1967) : Dynamics of Role Reversal. (In). I. Greenberg (Ed). Psychodrama theroy and therapy, Souvenir Press. (Educational & Academic) Ltd. A condor Book. Page. 101-110 .

77. Shaffer, Jhon B. & Galimsky David M. (1974) : Psychodrama : Models of Group therapy and sensitivity training. Prentic Inc. Englewood, Bew Jersey.