دار المنظومة
DAR ALMANDUMAH
الرواد في قواعد المعلومات العربية

العنوان:	العلاج النفسي بالسيكودراما
المصدر:	الأمن والحياة
الناشر:	جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية
المؤلف الرئيسي:	العيسوي، عبدالرحمن بن محمد
المجلد/العدد:	مج 27, ع 315
محكمة:	لا
التاريخ الميلادي:	2008
الشهر:	شعبان / سبتمبر
الصفحات:	54 - 57
رقم MD:	350222
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
قواعد المعلومات:	HumanIndex
مواضيع:	التمثيل التلقائي، مكافحة جرائم الجنوح، العلاج النفسي، المسرح العلاجي، خصائص المسرحية العلاجية، تاريخ السيكودراما، المسرح الواقعي، التنويم المغناطيسي
رابط:	http://search.mandumah.com/Record/350222

© 2021 دار المنظومة. جميع الحقوق محفوظة.
هذه المادة متاحة بناء على الإتفاق الموقع مع أصحاب حقوق النشر، علما أن جميع حقوق النشر محفوظة. يمكنك تحميل أو طباعة هذه المادة للاستخدام الشخصي فقط، ويمنع النسخ أو التحويل أو النشر عبر أي وسيلة (مثل مواقع الانترنت أو البريد الالكتروني) دون تصريح خطي من أصحاب حقوق النشر أو دار المنظومة.

العلاج النفسي بالسيكودراما

د. عبدالرحمن محمد العيسوي *

هناك مناهج متعددة لعلاج الأمراض العقلية والنفسية والسيكوسوماتية والأخلاقية أو السلوكية كالجريمة والجنوح، ومن بين هذه المناهج العديدة منهج العلاج بالسيكودراما وهوالمنهج الذي ابتكره جاكوب مورينو في عشرينيات القرن الماضي (القرن العشرين) وهو طبيب عقلي نمسوي.

السيكودراما نمط من أنماط العلاج الجماعي وهنا أعضاء الجماعة يقومون بتمثيل أدوار أو أحداث درامية كما يحدث في عرض المسرحيات، هذا الجو الخيالي والمسرحي يجعل المرضى يشعرون بالأمان بحيث يعبرون عن مشاعرهم وأفكارهم وأن يستكشفوا سلوكيات واتجاهات جديدة ويؤكدون على المشاعر ووجهات نظر الآخرين الذين يشاركونهم الأدوار في المسرحية. يتم الأداء على المسرح وأمام جموع من المشاهدين ويقوم المعالج بتوجيه الأداء،وهو يمثل التغذية الرجعية لهم حيث يعبر لهم عن رأيه في أدائهم، كذلك فإن المشاهدين في ظل هذا المنهج يوفرون نوعاً من التغذية الرجعية للمرضى.

وفي الآونة الأخيرة لا يستخدم المعالجون النفسيون منهج السيكودراما وحده وإنما يتم دمجه مع منهج لعب الدور ويستخدمه كثير من علماء النفس السلوكيين والإنسانيين لتعليم المرضى التوكيد والمهارات الاجتماعية ويسهل عملية التفاعل بين الأعضاء في الجماعة. وتؤكد السيكودراما على التلقائية والتعاطف الوجداني.

طبيعة المسرحية النفسية أو السيكودراما

هي شكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي، عندما يتبادل المرضى أدوارهم بقصد إثارة مواقف ذات معنى هادف للمشاركين من أجل إزالة الاستجابات الانفعالية القاصرة وغير المتكيفة أو غير الملائمة كالقلق، وتدريبهم على الإدراك الاجتماعي والتوصل إلى معرفة أعمق للذات، وقد ابتكر «جاكوب مورينو» منهج «المسرحية النفسية» وقد فسر هذه الطريقة دون تبرير مناسب على أنها وسيلة لحل المشاكل الاجتماعية.

ويستخدم مصطلح «المسرحية الاجتماعية» في غرب أوروبا والولايات المتحدة الأمريكية للدلالة على طريقة لإزالة التناقضات في مجموعات من الأصحاء.

أهم خصائص المسرحية العلاجية

والعناصر المهمة في المسرحية النفسية هي التلقائية، والإيجابية، والسلوك الارتجالي، ويستخدم المسرحية النفسية لعلاج العصاب النفسي، أي المرض النفسي كالاكتئاب أو القلق

بما في ذلك العصاب لدى الأطفال، وكذلك في الأمراض الجسدية والنفسية وإدمان الخمر، والأمراض العقلية، والسلوك المنحرف للمراهقين.

والمسرحية النفسية الأسرية ممكنة كذلك، وعناصر المسرحية النفسية متضمنة في العلاج النفسي السلوكي، وللتدريب النفسي الاجتماعي ولعبة العمل. أو منهج لعب الدور.

وهناك من يطلق على السيكودراما مصطلح «التمثيل النفساني» وهو كناية عن ارتجال موجه للمشاهدة، وغايته حمل المرضى على تمثيل تصرفاتهم في الحياة العادية، وهو طريقة في تشخيص مشكلات الشخصية وعلاجها، شديدة القرب من الطرائق الإسقاطية، قوامها حمل الشخص على الاستعادة التلقائية فوق المسرح 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. وهناك من يصف السيكودراما بأنها شكل من الأداء الارتجالي «غير المتكلف» لدور أو عدة أدوار يرسمها المعالج ويؤديها العميل تحت إشرافه، وذلك بهدف الكشف عن طبيعة بعض العلاقات الاجتماعية وتعميق الوعي نحوها من جانب المريض.

وعادة ما يقوم العميل بأداء دوره كما لو كان دوراً حقيقياً،أو يؤديه متخيلاً له كما لو كان يظن أنه يفعله، أوكما يجب أن يؤديه. وقدابتدع هذا الأسلوب لأول مرة «مورينو» ١٩٢١م،واستخدمه بنجاح في أول مسرح علاجي أنشئ لهذا الغرض عام ١٩٢٧م، في الولايات المتحدة، ويتمثل نجاح هذا الأسلوب في تحقيق أهدافه العلاجية في توفير أكبر قدر من الحرية في الأداء، وتأكيد الثقة في الذات والتشجيع المستمر لإظهار أعمق المشاعر المكبوتة والتعبير عن الصراعات والتخفيف من الإحباطات، والتفريغ الانفعالي والتداعيات الطليقة والبعيدة، وتتمثل فطنة المعالج وذكاؤه في نسج المواقف التي يؤديها المريض وفي توجيهه لأداء تلك المواقف.

نشأة السيكودراما

السيكودراما من بين مناهج العلاج النفسي والجماعي وترجع إلى مؤسسها عالم النفس النمسوى الأصل جاكوب مورينو ولقد ابتكر هذا المصطلح، وهوالسيكودراما، حيث ربط إصلاح النفس والدراما في مصطلح واحد، وذلك في عام ١٩٢١م، وهو عبارة عن نمط فريد من أنماط العلاج النفسي الجماعي، ومن خلال هذا المنهج يجد المرضى فرصة في تمثيل أو تنفيذ مشاعرهم كما يحدث في المسرحيات، وفي هذه المسرحية النفسية العلاجية قد يلعب المريض دور الأم أو الأب أو الابن أو المدير أو صاحب العمل أو أي دور آخر لشخصية لها تأثير في حياته وفي مشكلته.

ويتم عرض المسرحية على خشبة مسرح حقيقي، بحيث يضفي هذا جواً مسرحياً على عملية العلاج، ويقوم المعالج بدور هام في الاشتراك في المسرحية وتوجيه الآداء الدرامي وفي وضع نصوص المسرحية، وتتضمن عملية العلاج على هذا النحو اتجاهاً تحليلياً أي نابعاً من مدرسة التحليل النفسي ومذهبها في العلاج، ومحاولة مساعدة المريض على الكشف عن محتوى اللاشعور عنده، وإلى جانب الاتجاه التحليلي فإنها تتضمن عملية استبصار أو فهم أي فهم المريض لمشكلته واستبصارها في حضور الآخرين.

ويشترك في عملية العلاج المسرحي هذه عدة شخصيات كما حددها مورينو وهي:

١ ـ بطل الرواية وهو المريض.

٢ ـ المخرج وهو المعالج النفسي، أو المعالج الرئيس في فريق العلاج.

٣ ـ مساعدو المخرج وهم المعالجون الآخرون أو «الذوات المساعدة» وقد يكونون من بين المرضى الآخرين.

٤ ـ الجماعة العلاجية وهم المشاهدون وهم أيضاً من المرضى في منهج العلاج بالسيكودراما، فإن البطل «المريض» يتم تشجيعه على أن يأخذ ويلعب دوراً من واقع الحياة وهوعبارة عن المشكلة التي يعاني منها المريض، وقد تكون إدمان الكحول أو قد تكون مخاوف فوبية، وقد تكون مشاكل عائلية أو مشاكل يعاني منها في محيط عمله، وتمثل مصدراً لقلقه أو شعوره بالألم والعذاب النفسي، ويقوم المرضى الآخرون بأدوار مطلوبة لتجسيد الموقف وتصوير الوقائع كما يحدد ذلك البطل « المريض».

وعلى سبيل المثال المريض الذي يعاني في القيام بدوره كأب

يحتاج إلى من يقوم معه بدور الزوجة أو الأم، ويحتاج لشخص آخر يقوم بدور الابن.

أهمية التلقائية في التمثيل العلاجي

ولقد أكد مورينو على أهمية التلقائية والإبداع في تمثل الأدوار عند الجميع حتى الذين لا يجيدون التمثيل، فإنهم عندما يجدون سيناريو مكتوباً جيداً، فإنهم يعبرون عنه بكفاءة وتلقائية والمطلوب التمثيل الذي لا يتخذ شكل التسميع وإنما يشبه عملية التداعي الحر أوالترابط الحر، ما يساعد على إطلاق سراح الانفعالات الحبيسة أو المكبوتة أو المنسية أو المترسبة في منطقة اللاشعور.

ولقد تبين أن السيكودراما تفيد في التطبيق في المؤسسات التي يوجد بها كثير من المرضى الذي يرفضون الاشتراك في العلاج النفسي التقليدي، المريض المنسحب أو المنطوي سوف يشاهد الدراما لعدة مرات، وبعد ذلك يجد التشجيع في أن يلعب دوراً صغيراً مساعداً ويستمر في التقدم في الأدوار حتى يأخذ دور البطل. وتستخدم السيكودراما في كثير من المستشفيات العقلية وفي العيادات، حيث تساعد في حصول الاستبصار والراحة للمرضى الذي يشتركون فيها، والذين يشاهدون أيضاً المسرحيات حيث يجد المرضى فرصة لتقمص شخصية الأبطال، وهناك نماذج معدلة من هذا المنهج تطبق في المجال الصناعي وفي المدارس والجامعات والإصلاحيات، وقد يطلق عليها في هذه الحالة منهج «لعب الدور».

فالأدوار تعكس أو تعبر عن مواقف واقعية من حياة المرضى، ففي المجال الصناعي يمكن لعب دور عامل يعاني من خلافات بينه وبين رئيسه في العمل، أو يعاني من الاضطهاد أو من الظلم الواقعي أو الخيالي.

مسرح التلقائية

ولقد ظهرت فكرة السيكودراما عند «مورينو» في عام ١٩٢١م، عندما قام بتأسيس مسرح أطلق عليه اسم «مسرح التلقائية» أي التعبير التلقائي عن مشاعر وانفعالات ومشاكل المرضي، وكان ذلك في مدينة فيينا النمساوية، وتصادف أن كان في هذا المسرح نجمة مسرحية مرموقة تعرف باسم «باربارا» وكانت من أوائل اللائى عملن مع «مورينو» في هذا المسرح، تزوجت من شخص يدعى «جورج» وكان قد تعود على حضور المسرحيات والجلوس

في المقاعد الأمامية يشاهد زوجته وكانت الأدوار التي تمثلها «باربارا» على خشبة المسرح كانت تعبر عن المرأة الجميلة والرقيقة والعذبة والتي تشبه الملاك في رقتها وعذوبتها وجمالها.

وفي يوم من الأيام أتى جورج زوجها إلى مورينو يشكو منها مر الشكوى، وأنها أصبحت في المنزل عكس الصورة التي تمثلها على خشبة المسرح حيث كانت تعتدى عليه بعنف وشدة.

ولقد ولدت هذه الشكوى في رأس مورينو فكرة جديدة في العلاج وطلب من الزوج أن يصبر على إيذاء زوجته له، وأن يستمر في الحضور لمشاهدة الآداء المسرحي لزوجته.

وابتداء من هذه الليلة كلف مورينو «باربارا» بأن تلعب دور إحدى «فتيات الشوارع» حيث قام بضربها شخص غليظ وبلطجي ثم قتلها.

ولقد شعرت «باربارا» بالسعادة لأنها كممثلة سوف تعلب دوراً جديداً، ولقد انغمست في هذا الدور ومثلته بنجاح، وكان كل ما يهم زوجها جورج أن تعود «باربارا» فتاة لطيفة كما كانت عندما تزوجها، وبعد ذلك أخذ «مورينو» في وضع أدوار مختلفة لها مما كان يعتقد أنه ينقص شخصيتها.

ولقد تبين لمورينو أن جورج أيضاً استفاد من هذه المعالجة، وبعد ذلك شجع «مورينو» «جورج» لكي يصعد على خشبة المسرح ويؤدي أغاني ثنائية هو و «باربارا» وبعد ذلك قام بلعب مناظر تشبه حياتهما في المنزل، ثم قام بتمثيل أحلامهما وطموحاتهما في المستقبل، وكانا ينغمسان انفعالياً أو يستغرقان في أدوارهما، ولذلك نال الإعجاب من جمهور المشاهدين والذين كانوا يشتركون في عملية العلاج.

وبعد ذلك، وبمساعدة مورينو وجدا نفسيهما كما وجد كل منهما رفيقه أي فهمه فهماً جيداً، وبعد ذلك قام مورينو بشرح كيفية شفائهما ومنذ ذلك الحين وضع مورينو منهج العلاج عن طريق السيكودراما.

تمثيل المشكلات الواقعية على خشبة المسرح

في هذا المنهج من العلاج النفسي يتم تشجيع المريض على أن يمثل أو أن يؤدي على خشبة المسرح موقفاً من مواقف الحياة أو خبرة من خبرات الحياة، تتصل به أو بما يعانيه من مشكلات.

هـذا الموقف يقترحه إما المعالج أو المريـض، وقبل تمثيل هذا الدور على خشبة المسرح تتم كتابة هذا الدور بصورة مختصرة، كأن تخبـر زوجـة المريض زوجها بأنها علـى «علاقة حب مع شـخص آخر»، وأنها سـوف تترك الزوج وتهجـره، وبعد ذلك تترك الحرية للزوج لكي يتصرف على خشـبة المسرح بطريقته الخاصة، حيث يعيد تمثيل المشـاهد بطريقة تلقائية، وكما يراه هـو مناسـباً، وقبل بداية الجلسـة العلاجية، يتـم توزيع بقية الأدوار على فريق التمثيل، والذين يطلق عليهم اصطلاح «الذوات المسـاعدة» ومسـاعد الذات هذا ليس هو المريض، ولكنه شخص يتـدرب علـى آداء الأدوار المختلفة، وعلى ذلك فـإن مهمته ليس في إبراز الدور في صورة تشـبه تماماً الشخص الغائب، ولكن وظيفته تنحصر في اسـتثارة وتشـجيع المريض على أن يكون تلقائياً وواقعياً ومبدعاً في تمثيله.

وقـد يتم إجـراء عملية «تسـخين» إذا تطلب الأمـر ذلك وفي خـلال عملية التمثيل فإن المريض يظهر أو يعبر أو يعكس كثيراً من معالم شـخصيته ودوافعه وصراعاته وتوتراته وانفعالاته وأسـلوبه في الدفاع عن نفسـه، ولكن من الأهمية بمكان إتاحة الفرصة أمام المريض لتصريف انفعالاته أو تفريغ ذاته أوتطهير أو تنظيـف ذاته مما بها من الأزمات والتوترات عن طريق عملية الفضفضـة هذه حيث يسـتطيع أن يفرغ أو يصـرف صراعاته وخبراته الصدمية وعن سـخطه وحنقه وحقده وعن مشـاعره بالغيرة أو الحسد أو الحقد أو شعوره بالإثم والذنب ولوم الذات وقيامـه بربط الاتهامـات التي توجه إليـه باتهامات أخرى،كما يعبر عن رغباته الداخلية، وتلك التي لا يسـتطيع أن يعبر عنها في الحياة اليومية الواقعية وبعد أن يعبر المريض على خشـبة المسرح وأمام جمهور المشاهدين عن صراعاته ودوافعه، يمكن أن يخضع بعد ذلك لعملية التحليل النفسي مع المخرج.

التدريب على التعبير التلقائي عن الذات ومحتواها

وللسيكودراما أهمية كبيرة في تدريب المرضى على التلقائية والتعبير الحر وعن مشـاعرهم، وذلك مـن خلال مقابلة المواقف القديمـة والتفكير فـي حالها بطرق أكثر إيجابيـة ومواءمة عما حدث من قبل.

كما يتدرب المريض على مواجهة المواقف أو المشكلات الجديدة التـي تظهر خلال التمثيل أو إعادة التمثيـل، كل هذا بينما يكون المريض في وسـط المجموعة التي تسـاعده، وتؤيده وتسـانده وتقبله.

وعن طريق منهج السـيكودراما يتعلـم المريض أن يعبر عن نفسـه بسـهولة ويسـر وبتلقائية،كما يتعلم أن يواجه المواقف الجديـدة بفاعلية واقتـدار عندما تظهر هذه المواقف في المشـهد الدرامـي، وبذلك يتخلص المريض من الكـف أو القمع الانفعالي، وفـي نفس الوقت ينمي في نفسـه كثيراً مـن المرونة والتلقائية

والمهارة في إقامة العلاقات الشخصية المتبادلة والناجحة.

الاستعانة بالتنويم المغناطيسي

وقد تستخدم السـيكودراما مع التنويم المغناطيسي، أو تحت تأثير المنومات. ومن المعروف أن التنويم المغناطيسي حالة تشبه النوم، وتمتاز بأن يكون المريض فيها شـديد القابلية للإيحاء أو الاستهواء حيث يقبل وينفذ ما يوحي إليه به المنوم، وذلك بسبب ضعف رقابة الرقيب، أو الضمير عندما يكون الإنسـان خاضعاً للتنويم المغناطيسي.

وفي أثنـاء التمثيل يؤدي التنويم إلى تشـجيع المريض على إظهار الأحداث والخبرات الصدميـة التي مر بها، هذا الموقف أي خضوع المريض للتنويم المغناطيسـي يشبه موقف السيكودراما على خشبة المسرح.

وتتنوع الأدوار التي يقوم بها المرضى مثل دور الأم أو الأب أو الزوج أو الزوجة أو الابن أو الابنة أو الصديق.

ويسـاعد التنويم المغناطيسـي في التخلـص بالمقاومة، أي رفض المريض الإفصاح عن مشاعره وصراعاته.

وفـي أثناء آداء المسـرحية تعيـد الدراما مواقـف الصدمات والأزمات وما كان يصاحبها من انفعالات شديدة ومكثفة وحية، وبعـد انتهاء هذا الأداء المسـرحي تتم « المقابـلات» بين المعالج والمرضـى، بقصد تحقيق المزيد من الاسـتبصار، ومـن التعلم، وإعـادة التعلم الانفعالي، وعندما يقـوم المرضى بتمثيل ما كان بينهم من علاقات صعبة على المسـرح يكتسـب المرضى مهارات جديدة وعلاقات جديدة وثقة جديدة في مواجهة هذه الصعاب.

---

* جامعة الإسكندرية