محاضرة العلاج ذو المنحى التحليلي موجة لطلبة ثالثة ليسانس علم النفس العيادي

تذكير

بعد تناولنا أسس التحليلي النفسي الكلاسيكي و تقنياته العلاجية لفرويد في المحاضرات السابقة، و بعد تناولنا للأسس و التقنيات العلاجية للعلاج النفسي الحديث لكل من ألفرد ادلر و كارل يونغ في الاعمال التطبيقية و رأينا الاتفاق الذي يجمعهم مع فرويد و الاختلاف الواضح ايضا بينهم ، حيث تمثل الاختلاف في نشأة العصاب في حين كان الاتفاق يجمعهم على بعض التقنيات العلاجية الى حد كبير و ان كان تقنية تفسير الاحلام احدى التقنيات الراسخة لكل منهم ، ولو استخدم ادلر التداعي فهو يبحث عن مكون عقدة النقص بدلا من الاوديب و الاختلافات التشريحية ، ليغير يونغ تقنية التداعي الحر لصالح تقنية تداعي الكلمات .

ولقد رصدنا من خلال الاعمال الموجهة اهم تلك النقاط عليكم الرجوع اليها و المزيد من البحث.

عنوان المحاضرة

السيكودراما التحليلية احد اساليب العلاج النفسي تشترك مع بعض اهداف العلاج التحليلي

1- الماهية والتعريف

التعريف اللغوي : مصطلح السيكودراما psychodrame يتضح انه مصطلح مركب من كلمتين ، سيكو / و دراما أي انه يجمع بين علم النفس psycho و drame التي تعني الحركة او الفعل والتي تقف تحث مظلة الفن و تعد الدراما التمثيل – الفن – وعليه تكون الترجمة الحرفية للمصطلح **الدراما النفسية .**

من الناحية الاصطلاحية :

- السيكودراما طريقة علاجية méthode thérapeutique أي طريقة لها اهداف العلاجية كباقي العلاجات النفسية :
- نحن نعلم ان كل نوع من انواع العلاجات النفسية له هدف سامي و هو تخطي الازمات و الاضطرابات النفسية و الاختلاف ليس الهدف و لكن تختلف التقنية و ان كان الاختلاف في الهدف يختلف من تيار الى اخر فهدف التحليل النفسي ازالة العقد الماضية و التي حدث في الخمس سنوات الاولى فهدف العلاج السلوكي مثلا هو ازالة الاعراض الناجمة عن تلك العقد.

وعليه تتفق السيكودراما في الهدف العلاجي بصورة عامة و لاحقا سوف نعرج على اهدافها ،وبغية تحقيق تلك الاهداف تتطلب تقنيات خاصة بها و تنفرد عن باقي الممارسات العلاجية الاخرى حتى العلاج التحليلي و الذي يعد اقرب العلاجات النفسية

لسيكودراما فهي مستنبطة منه ، ولهذا فهي تعتبر امتداد من التحليلي النفسية من خلال تمثيل لتصورات لاشعورية.
وتشترك السيكودراما مع العلاج التحليلي الفرويدي في ان كلاهما يهدفان الى التنفيس الانفعالي ، تجاوز المقاومة والتحويل أيضا و الاستبصار بحقيقة الاضطراب او خلفية الاضطراب طبعا ، ورغم ذلك فلكل علاج تقنيات خاصة به تستخدمها بغية تحقيق اهدافه.
تعتمد السيكودراما اذن على الدمج بين عناصر المسرح و عناصر التحليل النفسي ، يجسد المفحوص من خلالها تمثيل موقف حياتي او اعادة تمثيل لموقف ، نقصد هنا اما ان يمثل او يجسد موقف عاشه او موقف يعيشه او موقف قد يعيشه ، و كل هذا يحدث على خشبة المسرح ، مع العلم هنا ان المفحوص لا يكون وحده مع الاخصائي او المرشد النفسي بل يشاركونه افرد اخرون سوف نتطرق اليهم في عناصر السيكودراما.
وبهذا تعد السيكودراما احد العلاجات النفسية التي تمارس بطريقة جماعية ، هنا يقوم المفحوص – الممثل بالتمثيل على خشبة المسرح كل المواقف التي سببت او تسبب او يتوقع ان سوف تسبب له انزعاج و عدم راحة ، و يكون هذا التمثيل بطريقة تلقائية ، و لا يعتمد على الاداء اللفظي فقط و انما يدخل الاداء البدني الجسد ايضا و لهذا هنا نقول عن الدراما انها فعل و حركة فقد يتكلم يرقص يجري يضرب يصرخ...
والسيكودراما بهذا الشكل تعد اسلوب اسقاطي ..... ان الفرض التحليلي مثلا عقد اوديب يختبر على خشبة المسرح بدل ان يتم تداعيه على الاريكة و الرجوع الى السنوات الاولى و الاحلام ، و هذا من خلال تمثيل البطل و الذي نقصد به المفحوص بدور ابيه ان كان المفحوص ذكر او بدور الام ان كانت المفحوص انثى – يقوم بدور الاب او الام في موقف تفاعل ، هنا نقترح على البطل قصة او فكرة معينة يجسدها عن دور الاب – و يجلس المحلل وسط الجمهور ويشاهد دور البطل حتى يتمكن لاحقا من تفسير المادة التحليلية. هنا نلاحظ المواد المتعلقة بعقدة اوديب تبرز اثناء التمثيل.
ولم تقتصر السيكودرما على الراشد فقط مثلما فعل فرويد في التحليل النفسي ، بل شملت الاطفال و المراهقين و كان ذلك على يد الفرنسي ديدي انزيو Didier Anzieu.

2- نشأة السيكودراما التحليلية

ملاحظة : سوف اقدم اهم المحطات بطريقة جد مختصرة، ويستطيع الطالب من خلال بحثه تفصيل هذا العنصر الخاص بنشأة السيكودراما التحليليةوالوقوف اما اهم المحطات وتفصيلها.

نشأة فكرة العلاج بسيكودراما على يد الطبيب الروماني مورينو Jacob Levy Moreno سنة 1920 كانت اعماله في مدينة فينا ، ورغم دراسته لطب و الفلسفة إلا أنه كان محبا للفنون وخاصة الفنون المسرحية – التمثل – وبدأت السيكودراما من خلال اعطاء الممثل

موضوع او فكرة معينة ، ليترك له الحرية في معالجتها و التعبير عنها بكل حرية وتلقائية على خشبة المسرح .
انتقل مورينو الى امريكا في سنة 1925 ليؤسس أول جمعية تهتم بسيكودراما ولقد طور مجموعة من التقنيات العلاجية اهمها لعب الأدوار.
انتقد مورينو اعمال فرويد ومبادئ عديدة من نظرية التحليل النفسي ، هذا ما أدى به الى استبدال أريكة فرويد اين يتم جلوس المفحوص بخشبة المسرح اين يعبر المفحوص و الذي يسمى بطل او الممثل في السيكودراما العلاجية .
ليشارك البطل او المفحوص مجموعة من الأنشطة الهادفة ترتبط بمواضيع تسبب الاضطراب مستخدما مجموعة من الاساليب العلاجية لمساعدته على تحرير المكبوتات و الوقوف على مخاوفه قلقه وساوسه ، وهو ما يسمح في الاخير للمفحوص او البطل بتنفيس الانفعالي.
إلا أن السيكودراما التي قدمها مورينو لاقت هي الاخرى انتقادات من طرف التيار الفرنسي بزعامة :
ديدي انزيو Didier Anzieu ، ريني دياتكين René Diatkine سيرج ليبوفيتشي Serge Lebovici اللذين طورها في سيكودراما تحليلية حتى تتماشى و خصوصية التحليلي النفسي.
وجسدت اعمال ديدي انزيو في كتابه Le Psychodrame analytique chez l'enfant et l'adolescent,

3-عناصر السيكودراما

المشاركون الرئيسيون في السيكودراما العلاجية عددهم خمسة :
- بطل الرواية : المفحوص صاحب المشكلة أو الاضطراب
- المخرج أي المعالج او المحلل
- المسرح - المكان-
- الأنوات المساعدة شخصيات مساعدة
- الجمهور او المشاهدون

4- دوافع استعمال السيكودراما التحليلية وتقنية لعب الأدوار – اهم التكنيكات العلاجية-

نشرح هذا العنصر من خلال الاهداف العلاجية التي تقدمها لنا السيكودراما ، باعتبارها احد اساليب تعديل السلوك و نلخص مجموعة الاهداف كالأتي :
- تحقيق التكيف النفسي ، و التوافق الاجتماعي و يتم هذا الاخير من خلال اعادة مشاركة المفحوص في حياة الجماعة .
- كشف مختلف انماط الصراعات الحياة اليومية و اكتساب اساليب لمواجهتها و حلها.

- خلق الوعي للفرد عن مجموعة سلوكاته اللاسوية.
- التدريب على اكتساب مهارات اجتماعية جديدة.
- فرصة لتعبير الفرد عن مشاعره سواء ان كانت ايجابية : حب فرح ام سلبية : خوف وساوس.

* ويبقى اهم هدف تقوم عليه السيكودراما التحليلية هو التنفيس او التطهير الانفعالي و هو ما يرمي اليه التحليل النفسي ، و ان كانت الاساليب و التقنيات العلاجية هي التي تختلف فالسيكودراما تستخدم تقنية لعب الادوار التي تعطي فعالية كبير في تحقيق الهدف المرجوة و هذا من خلال :

فقد يلعب الفرد ان كان طفل مراهق او راشد دور الوالد او المدرس او المدير في العمل ، او يجسد دور يحتك به في واقعه اليومي ، وهنا يعبر عن مكبوتاته نحو تلك المواضيع او الشخصيات المختلفة .

وهنا تسمح هذه الطريقة بتخفيف التدريجي للتوتر و تحرير الفرد من الشحنة السلبية ، فإعادة تمثيل بعض المواقف يسمح للبطل او المفحوص برؤية المواقف من زوايا متعددة ، كما أنها تسمح بتعبير عن الذات و امكانية فهم الاخر ، وتقدم له فرصة لمواجهة مخاوفه ، و مواقف كان يظن أنها صعبة مستحيلة ... مما يسمح بتعزيز عامل الثقة بالنفس.

ونلخص دوافع استخدام السيكودراما التحليلية في ثلاثة نقاط اتية :

- الدراما العلاجية .
- الدراما التعليمية و التشخيصية
- السيكودراما التحليلية للأطفال من خلال استخدام تقنيات رمزية

*** اهم التكنيكات او التقنيات العلاجية التي تستخدمها السيكودراما التحليليةهذا بإضافة الى تقنية لعب الادوار :**

- مناجاة الذات أو النفس : تقوم هذا التكنيك على مبدأ أن الفرد له حديث او حوار داخليي مع نفسه او ذاته ، وهنا يقوم المخرج اي المعالج بمساعدة البطل اي المفحوص على أن يخرج ذلك الكلام او الحوار الداخلي للحوار خارجي مسموع . ليتم مناقشته تفسيره ...

- اسلوب المرآة : نلجأ لهذه التقنية في حالة عدم قدرة البطل اي المفحوص على التعبير عن نفسه لفظيا اي بالكلام ، و في هذه الحالة يقوم المخرج بإدخال أنا مساعدة اي شخصية مساعدة تمثل ما لم يستطيع البطل البوح او الكلام به ، وهنا البطل يكتفي بالمشاهدة ، مما يسمح بأخذ فكرة عن تلك السلوكات و الافعال وزيادة استبصاره بنفسه-

عكس او قلب الأدور : ان يلعب البطل دور غيره ،كأن يلعب الابن دور الاب او المدرس ، ويعطينا هذا التكنيك فرصة اخرى لرؤية الاخر من زوايا اخرى ، و امكانية تفهم الاخر اذا ما تفهمنا دوره و الاعباء التي يفرضها ذلك الدور ، فقد يزداد شعوره بالآخرين ويتفهمهم اكثر.

وبهذا تتجاوز السيكودراما التنفيس الانفعالي الي اكساب الفرد مهارات جديدة.

5- مراحل السيكودراما التحليلية

تمر السيكودراما التحليلية بثلاثة مراحل رئيسية :

* **المرحلة الاولى** : مرحلة الاعداد و التخطيط المسبق و تهيئة البطل : مثل طلب من المفحوص او من المجموعة اختيار موضوع والتحدث عنه بطريقة ارتجالية ، هكذا حتى نتحرر من القلق و نزيد من عفويته ولهذا تسمى ايضا بمرحلة الاحماء ، في الغالب يكون البطل من يقترح الموضوع ، ثم يرى المحلل او المخرج ان كان مناسب او تضاف اليه بعض التفاصيل ، كما نطلب منه التحرك على خشبة المسرح.

هنا علينا ان نطلب رأي البطل إن كان يوافق على مشاركة افراد اخرين معه ، و بطبع تحترم رغبته.

* **المرحلة الثانية** : مرحلة التمثيل او الاداء السيكودرامي : تمثيل الموضوع او الفكرة المراد مناقشتها اما يكون الموضوع من مقترح البطل او المحلل اي المخرج او المجموعة ، وهنا نستخدم التكنيكات العلاجية : لعب الادوار ، قلب الادوار ، مناجاة الذات ، البديل.. ونصل في هذه المرحلة الى احد ابرز اهداف السيكودراما التحليلية وهي التنفيس الانفعالي.

* **المرحلة الثالثة** : هي مرحلة المناقشة : اعداد حوصلة عامة ومناقشة ما تم تقديمه من طرف البطل ، تختلف هذه المرحلة حسب المفحوص ان كان راشد ام طفل .

فالراشد ننتظر حتى نهاية ثم نبدأ بالمناقشة ، في حين يكون التدخل عند الطفل اثناء العمل الدرامي حسب ديدي انزيو الذي يفضل التدخل و المناقشة الفورية مع الطفل طبعا عند الطفل يكون بطريقة رمزية تتماشى و دوره.

ملاحظة

يتشابه العلاج بالسيكودراما التحليلية و العلاج التحليلي في نقط عدة سبق التعرض اليها ، و يختلف في التقنيات و الاساليب ، إلا أنه علينا الاشارة أنها يتفقان أيضا في نقطة جد مهمة و هي مشكلة المقاومة ، سبق ذكرها في العلاج النفسي الكلاسيكي و ايضا لقد تم ايضا التطرق لمظاهرها ، الا ان الاختلاف بين المقاومة عند فرويد وتلك التي

نجدها في السيكودراما التحليلية هي اختلاف اشكالها وفي هذا الاخير تتجلى اشكال وصور المقاومة في :

- غياب التلقائية و العفوية اثناء التمثيل.
- حساسية البطل اي سهول استثاره و تأثره.
- عدم القدرة على التعبير عن مشكلاته.
- غياب الكلام الالفاظ وعدم القدرة على الشرح والتوضيح.

المراجع التي تم الاعتماد عليها في اعداد المحاضرة :

- زهير حميد علوان البياتي ، السيكودراما و المعالجة بالتمثيل المسرحي ، مجلة دراسات تربوية ، بغداد ، العدد الرابع ، اكتوبر 2008 .

- هالة الأبلم، أسرار العلاج بالسيكودراما ، دارالهدهد للنشر والتوزيع، دبي ،2016.

- مصطفى مرزوكي ، السيكودراما التربوية ، 2015.

- محمد احمد خطاب ، السيكودراما ، مكتبة الانجلو مصرية ، القاهرة ، 2018.