

## دينامية الجماعة la dynamique de groupe

### اولا- الاطار المفاهيمي

يجمع عنوان المحاضرة بين مصطلحين منفصلين :

1- دينامية : اصل الكلمة يوناني : dunamis و التي معناها القوة ، ومصطلح دينامية نجده شائع او متداول في مجال العلوم الفيزيائية ، ويقصد به التفاعل بين مجموعة من القوى ، كما يرمز المصطلح لكل ما هو حيوي حركي و نشط.

وبالرجوع الى استخداماته في المجال النفس-اجتماعي كونه ان هذا المصطلح يستخدم في ميدان علم النفس الاجتماعي ، فهو يقصد به هنا القوة التي تجمع مجموعة ما - اي كانت طبيعة هذه المجموعة وطبيعة العلاقات الاجتماعية التي تربطها -

وهذه القوة اي الدينامية التي تتحكم في الجماعة اما ان تكون ايجابية او سلبية ، ايجابية اذا كانت تلك القوة تساعد على تماسك افراد او اعضاء الجماعة و توحدهم و توازنهم و تعمل على ادماجهم اكثر داخل المجتمع ، و سلبية اذا ما تعمل على تشتت و تباعد اعضائها.

### ملاحظة

نحن نحتاج دينامية الجماعة لكي نوظفها في العلاج النفسي الجماعي مثل النموذج الذي سبق طرحه و هو السيكدوراما التحليلية و رقد رأيتهم دور المشاركون في العملية العلاجية.ارجع الى المحاضرة السابقة ويضبط الى عناصر اسيكودراما.

### 2- الجماعة : شخصين او اكثر

تنشأ الجماعة عندما تظهر مصلحة مشتركة بين افرادها او اعضائها ، اذن هي مجموعة اجتماعية بين فردين او اكثر يتقاسمون ميول اهداف قيم وعادات و نظم مشتركة ، و تجمعهم روابط قوية .

ولجماعة خصائص تميزها وهذه الخصائص ضرورية لحفاظ على استمراريتها و نذكرها كما يلي :

\* تقاسم الاهداف بين اعضاء الجماعة ... ولكن هذا لا يعني انه لا توجد اهداف تخص الفرد وحده

فلك فرد من افراد الجماعة اهداف خاصة به يود تحقيقها ، ولكن في الاخير تخدم اهداف المصلحة العامة للجماعة .

\* تحكم الجماعة معايير و قيم تضبط سلوك افرادها.

\* ان يكون هناك قائد للجماعة حتى يسهل التنظيم.

\* تقاسم قيم قواعد عادات وتقاليد الجماعة مع تلك الموجودة في المجتمع الذي ينتمون إليه.

\* أن يكون لكل عضو او فرد دور محدد يقوم به تقاسم المسؤوليات .

و الجماعات انواع جماعات صغيرة اي يتم اختيار اعضاها بطريقة قصدية ، جماعات متوسطة الحجم اين لا توجد ضرورة للأعضاء ان يعرفوا بعضهم البعض و جماعات كبيرة الحجم كالتجمعات الكبرى والحشود مثلا.

ونجد الانواع السابقة تدرج في اشكال مثل جماعات الصداقة و الانشطة الترفيهية و الرياضية وهي التي نجدها في الجماعات صغيرة الحجم و ايضا في جلسات العلاج النفسي الجماعي كالسيكودراما التحليلية، كما نجد لجان العمل في الهياكل الرسمية للمنظمات جماعات العمل و الوظيفة في الهياكل الكبرى وهي جماعات متوسطة الحجم قد لا يعرف جميع اعضائها بعضهم البعض و ايضا الاحزاب و النقابات ، اما الجماعات الكبيرة مثل الحشود : كحراك الشعبي الذي شهدته بعض الدول مؤخرا لا يعرفون افراد الجماعة بعضهم البعض و لكن يتقاسمون اهداف وطنية كبرى.

\*\*\*\* جوهر الجماعة ليس في تشابه افرادها بل في مدى ارتباطهم المتبادل.

### 3- دينامية الجماعة

تدل على مجموعة من تفاعلات شخصية مؤثرة داخل الجماعة والقوانين التي يخضعون اليها و الاساليب التي تتخذها شخصيتهم وتأثيرها على كل فرد من افراد الجماعة ، وهي ايضا كل الظواهر و السيرورات التي تظهر و تتطور داخل جماعات اجتماعية.

وقد يتغير سلوك الفرد لتأثره بسلوك باقي اعضاء او افراد الجماعة .... وهذه نقطة مهمة تفيدنا في العلاج النفسي.

### ثانيا دينامية الجماعة و العلاج النفسي

ادخل مصطلح دينامية الجماعة الى المجال علم النفس على يد **كارت ليفين** استعملها لدراسة تفاعلات شخصية مؤثرة داخل الجماعة ، فهو كان يبحث عن الاسباب و الدوافع التي تجعل الانسان يتصرف على هذا النحو ، و تناول السلوك بوصفه نتاج العلاقة المتبادلة بين الفرد و محيطه المباشر .

اي ان الفرد يتأثر ، إذن نوظف نحن ذلك التأثير بطريقة ايجابية من خلال اشراك افراد اخرون في العملية العلاجية.

إذن بإسقاطنا لطرح السابق حول الجماعة و الدينامية و دينامية الجماعة ككل على العلاج النفسي نجد ان قوة الجماعة اي دينامية الجماعة يستخدمها المحلل في تغيير السلوكات الغير المرغوب فيها و السلوكات المضطربة ، الى سلوكات مقبولة تتماشى و سلوكات الجماعة.

بمعنى اخر تبادل المعلومات و الخبرات و الانفعالات وحتى الافكار داخل حصص العلاج النفسي الجماعي من خلال تأثير متبادل بين اعضاء الجماعة على سبيل المثال نأخذ السيكدوراما التحليلية .

وهذه الجماعة يمكن التحكم فيها و يمكن تعديلها من طرف المحلل ، اذ يسمح بتكوين اعضاء يشتركون في خصائص معينة و اهم خاصية هنا الاضطراب او المعاناة النفسية التي تقاسمونها ، بإضافة الى صياغة المحلل لأهداف علاجية محددة.

و بتالي نتوصل هنا الى نقطة مهمة وهي العلاج النفسي الجماعي و من خلال الرجوع الى اهمية دراسة دور الجماعة في تغيير سلوكات اعضائها ، وهذه الفكرة لاقت رواجاً في ميدان العلاج النفسي الجماعي من خلال استثمار العلاقات الاجتماعية .

ويسمح لنا التفاعل الاجتماعي -دينامية الجماعة- اثناء جلسات العلاج النفسي الجماعي السيكدوراما نموذج :

- ادراك الفرد انه ليس وحده من يعاني.

- وعي الفرد بإمكانية الشفاء اقتداء بتجارب غيره من اعضاء الجماعة.

- كشف قدرات و امكانيات اعضاء الجماعة.

- نقل المهارات لباقي اعضاء الجماعة.

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 تحت مظلة الفن و تعد الدراما التمثيل - الفن - وعليه تكون الترجمة الحرفية للمصطلح الدراما النفسية .  
من الناحية الاصطلاحية :

- السيكودراما طريقة علاجية methode 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 فههدف التحليل النفسي ازالة العقد الماضية و التي حدث في الخمس سنوات الاولى فههدف العلاج السلوكي مثلا هو ازالة الاعراض الناجمة عن تلك العقد.

وعليه تتفق السيكودراما في الهدف العلاجي بصورة عامة و لاحقا سوف نعرض على اهدافها ،وبغية تحقيق تلك الاهداف تتطلب تقنيات خاصة بها و تفرد 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 طبعاً ، 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 افراد 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 السيكودراما 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 التحليلية والوقوف اما اهم المحطات وتفصيلها.

نشأة فكرة العلاج بسيكودراما على يد الطبيب الروماني مورينو Jacob Levy Moreno سنة 1920 كانت اعماله في مدينة فيينا ، ورغم دراسته لطب و الفلسفة إلا أنه كان محبا للفنون وخاصة الفنون المسرحية - التمثيل - 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 بتنفيذ 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 لييوفيتشي 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 التقنيات العلاجية-

نشرح هذا العنصر من خلال الاهداف العلاجية التي تقدمها لنا السيكودراما ، باعتبارها احد اساليب تعديل السلوك و نلخص مجموعة الاهداف كالاتي :

- تحقيق التكيف النفسي ، و التوافق الاجتماعي و يتم هذا الاخير من خلال اعادة مشاركة المفحوص في حياة الجماعة .

- كشف مختلف انماط الصراعات الحياتية اليومية و اكتساب اساليب لمواجهتها و حلها.

- خلق الوعي للفرد عن مجموعة سلوكياته 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 التوتر 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 اتيه :

- الدراما العلاجية .

- الدراما التعليمية و التشخيصية

- السيكودراما التحليلية للأطفال من خلال استخدام تقنيات رمزية

\* اهم التقنيات او التقنيات العلاجية التي تستخدمها السيكودراما التحليلية هذا بإضافة الى تقنية لعب الادوار :

- **مناجاة الذات أو النفس** : تقوم هذا التكنيك على مبدأ أن الفرد له حديث او حوار داخلي 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 المرأة** : 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 استنثاره و تأثره.
- عدم القدرة على التعبير عن مشكلاته.
- غياب الكلام الالفاظ وعدم القدرة على الشرح والتوضيح.