

جامعة ثليجي بالأغواط  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس وعلوم التربية و الاطوفونيا



ميدان العلوم الانسانية والاجتماعية  
شعبة العلوم الاجتماعية

الموضوع:

أثر السيكو دراما في تحسين مفهوم الذات عند الأطفال

\_دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ ابتدائية الشهيد احمد نويوة\_ الاغواط\_

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في علوم التربية

تخصص: إرشاد وتوجيه

إشراف الأساتذة:

د. بوفاتح محمد

د. عون علي

من إعداد الطالبة:

بن دهكال إبتسام

السنة الجامعية: 2015 / 2016

# نشكرات

نحمد الله كثيرا ونشكره على توفيقنا في إعداد هذا العمل كما نتقدم  
بجزيل الشكر إلى الأستاذ المؤطر "د/بوفاتح محمد" الذي لم يبخل علينا  
بالمعلومات والنصائح القيمة. ونتقدم بكل عبارات الشكر والاعتراف إلى  
أساتذة علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا على النصائح  
والمعلومات والتوجيهات التي أفادونا بها طيلة مدة الدراسة. خاصة  
الدكتور : محمد بوعليت واتقدم بالشكر الى اهلي واخوتي داعية الله ان  
يحفظهم ويرعاهم جميعا وأخيرا نتقدم بخالص الشكر واصدق المشاعر  
لكل من اعاننا وقدم لنا يد المساعدة من زملاء وأصدقاء . وخاصة  
الصديقتان الوفيتان : حنان وسميه وشكرا

# إلى أمهات

عهدا عليا بالوفاء

أهدي إنجازي هذا الى التي في عينها نور الإله

إلى التي من خديها ازهرت كل الورود وارتوت

إلى عطر الخلود أحلى شيء في الوجود

إلى أُمي الحبيبة أطل الله عمرها

## ملخص الدراسة باللغة العربية :

تسعى هذه الدراسة لمعرفة دور برنامج السيكدوراما في تحسين مفهوم الذات للأطفال في بداية مرحلة تعليمهم , وذلك للوقوف على قدرة البرنامج في تزويد الطفل بالمهارات المختلفة المطلوبة للتكيف داخل المجتمع وكذلك مدى قدرة البرنامج في تحسين أداءه من الناحية النفسية والاجتماعية وكان تساؤل الدراسة على النحو التالي:

هل برنامج السيكدوراما يؤدي دوراً إيجابياً في تحسين مفهوم الذات لدى أطفال السنوات الأولى من التعليم ؟

وانطلاقاً من هذا التساؤل صيغت الفرضيات التالية :

- يؤدي برنامج السيكدوراما دوراً إيجابياً في تحسين مفهوم الذات عند الأطفال .  
وللتحقيق من الفرضية اعتمدنا على تطبيق شبكة الملاحظة ، حيث اشتملت عينة الدراسة على عينة عشوائية وتمثلت في عشرة أطفال يعانون من مشكلة تدني في مستوى مفهوم الذات كما اعتمدنا على ملاحظات مدير المؤسسة و معلمات هؤلاء الأطفال لجمع المعلومات اللازمة .

وكان المنهج المستخدم في هذه الدراسة هو المنهج التجريبي باستخدام مجموعة واحدة هي نفسها المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وتم تطبيق البرنامج عليها واعتمدنا على الملاحظة كاسلوب من اساليب القياس القبلي والبعدي لتحديد نتائج الدراسة .

وتم التوصل إلى النتائج التالية :

- 1 . هناك أثر على السلوكيات ذات الصلة لدى متدني مفهوم الذات بعد تطبيق برنامج السيكدوراما على الأطفال.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية على ارتفاع درجة مفهوم الذات بين الذكور والإناث مع وجود تأثير إيجابي للبرنامج .

3. هناك فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي بعد تطبيق أسلوب العلاج الجماعي (السيكودراما) في تحسين مفهوم الذات لديهم .  
ومنه تتحقق لدينا الفرضيه العامه التي تنص على ان للسيكودراما اثر ايجابي في تحسين مفهوم الذات عند الاطفال .

### **Study summary in English:**

This study seeks to learn the role of psychodrama programmed to improve children's self concept in the beginning stage of their education, so as to determine the capacity of the programmed to provide the child with various skills required for adaptation within society as well as the ability of the program to improve its performance in terms of psychological and sociological study question was as follows:

You play a positive role in psychodrama program improve self concept in children's first years of education?

Starting from this question, the following hypotheses were formulated:

Psychodrama programmed would play a positive role in improving self concept in children.

To investigate the hypothesis we relied on applying observation network, where the study sample consisted of a random sample and consisted of 10 children suffer from the problem of the low level of self concept as we relied on reviews Enterprise Manager and parameters of these children to collect the necessary information.

It was the method used in this study is experimental method using one set are the same experimental group and the control group and the software was applied and depended on observation as methods .

## فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
	الاهداء
	التشكرات
أ	فهرس الدراسة
ب	ملخص الدراسة باللغة العربية
ج	ملخص الدراسة باللغة الانجليزية
1	مقدمة
<b>الفصل الأول : المشكلة و إعتبراتها</b>	
03	مشكلة الدراسة
04	فرضيات الدراسة
04	أهمية الدراسة
05	أهداف الدراسة
06	التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة
06	الدراسات السابقة
<b>الفصل الثاني :السيكودراما مفهومها ونظرياتها</b>	
14	تمهيد
15	مفهوم السيكودراما
19	النظريات المفسرة للسيكودراما
19	نظرية التلقائية
20	نظرية التطهير النفسي من خلال التلقي
22	أهمية السيكودراما
24	الطرق والفنيات المستخدمة في السيكودراما
38	خلاصة الفصل
<b>الفصل الثالث: مفهوم الذات ونظرياته</b>	
40	تمهيد

41	مفهوم الذات
43	النظريات التي شرحت مفهوم الذات
43	نظرية التحليل النفسي
46	phenomenological النظريات الظاهرانية
51	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة	
53	التذكير بالفرضيات
54	منهج الدراسة
54	حدود الدراسة
55	عينة الدراسة
55	أدوات الدراسة
56	الدراسة الاستطلاعية
56	إجراءات التطبيق
الفصل الخامس : عرض النتائج وتحليلها	
63	عرض النتائج
66	تفسير النتائج
67	الاستنتاج العام
70	الخاتمة
72	قائمة المراجع
	الملاحق

# مقدمة

## مقدمة:

تعتبر السيكودراما في الوقت الراهن من أهم البرامج العلاجية والإرشادية المستعملة في الوقت الحالي لأنها تعتمد على تقنيات وأساليب يمكن التحكم فيها من طرف المرشد أو المختص الذي يتم تطبيقها، وخاصة إذا كان ملم بجميع جوانبها وتقنياتها والآليات المستعملة فيها وخاصة أثناء الجلسات العديدة والمتكررة اليومية، وموضوع البحث هذا الذي قمنا به يندرج في معرفة دور السيكودراما وتأثيرها على صحة أطفالنا النفسية ، والذي أخذنا فيه السيكودراما التي هي برنامج علاجي يمكن ان تكون له عدة أبعاد ودورها و كيفية تأثيرها على مفهوم الذات لدى أطفال المرحلة الابتدائية عامة و المرحلة الأولى خاصة، ليتم من خلالها فهم الأطفال لسلوكهم والاطلاع على المحيط الذي يعيشون فيه ويتعلمون منه الصبر والاحترام من خلال الأدوار التي يتقمصونها في حياتهم لأنهم يعتبرون جيل الغد ويجب أن تكون سلوكياتهم وأفعالهم وطريقة تفكيرهم سليمة، وهذا ما تنص عليه التربية الحديثة ، فالسيكودراما هي إحدى طرق العلاج الجمعي وتعرف أحيانا بالدراما النفسية ، وتتميز بأسلوب تشخيص وعلاج في نفس الوقت وتستخدم مع اغلب المشكلات والتي هدفها معرفة الطفل او المعالج الخطأ وتصحيحه ووضعه في المسار الصحيح .

وقد حاولنا تقسيم البحث إلى مجموعة من الفصول وهي: الفصل الأول و يحتوي على الإشكالية وفرضيات الدراسة والمفاهيم الإجرائية وكذا الدراسات السابقة التي تناولت السيكودراما ومفهوم الذات والفصل الثاني حاولنا تقديم صورة واضحة عن السيكودراما ومفهومها والنظريات التي تناولت السيكودراما بشكل معمق أما الفصل الثالث فكان حول مفهوم الذات وكذلك النظريات التي تناولت مفهوم الذات أما الجانب الميداني الذي تناول العينة المدروسة وكذلك التقنيات وتحليل فرضيات الدراسة فرضية بفرضية وكذا النتائج المتوصل إليها ثم خاتمة الدراسة ومراجع المستعملة والملاحق .

# الفصل الأول

## المشكلة و إعتبراتها

- 1- مشكلة الدراسة
- 2- فرضيات الدراسة
- 3- أهمية الدراسة
- 4- أهداف الدراسة
- 5- التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة
- 6- الدراسات السابقة

## 1- مشكلة الدراسة :

يشكل مفهوم الذات عند الأطفال محورا أساسيا في بناء شخصياتهم، فمن تفاعل الفرد مع بيئته فهي المحرك الأساسي للسلوك ، وقد تحدث " روجرز " عن عدة مستويات للذات فنجد الذات المدركة التي يدركها الفرد بصورتها الحقيقية ، و نجد كذلك الذات الاجتماعية وهي مجموعة مدركات وتصورات يحملها الفرد من خلال تفاعله مع المجتمع من وجهة نظر الآخرين ، والذات المثالية كذلك وهي التي يسعى الفرد إلى تحقيقها فقد تكون حقيقية وواقعية وقد تتلاءم مع قدراته وقد تكون غير واقعية ولا يمكن الوصول إليها .

إن الأطفال الذين لا يمكنهم تكوين اتجاهاتهم بطريقة صحيحة وتحقيق مطالبهم يكون لديهم شعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس، (والشعور بالخوف ، والقلق، والتوتر) خاصة إذا كانوا عرضة للتعامل سيء فيصبح لديهم سوء في التكيف الاجتماعي وبالتالي يكون مفهومهم لذواتهم متدني وهذا يجعلهم يتركون مسافة بينهم وبين الآخرين ولا يشاركون في النشاطات إلا إذا بدا لهم الوضع آمن .

ومنه انبثقت الدراسات التي اهتمت بمساعدة هذه الفئة وصار الاهتمام بهم خاصة في الدراسات الحديثة إذ نجد كثير من المرشدين النفسيين يقدمون العون والمساعدة للذين يعانون من بعض المشكلات السلوكية للتأقلم مع المجتمع والاستفادة من الطاقة التي لديهم بحيث يصبحون أكثر فعالية و نفعاً وأكثر ثقة وأقل مشاكل نفسية ، فبعض الدراسات استخدمت أسلوب الإرشاد الجماعي ومنها دراسة مايسنر 1950 التي أشار إلى اللعب في مجموعات لتكوين اتجاهات ايجابية، ودراسة صفاء أحمد 1995 في أسلوب التمثيل المسرحي النفسي (سيكودراما) كأسلوب علاج جماعي لبعض حالات التأتأة وتشخيصها .

فالسيكودراما عملية إبداعية تعتمد وتهتم بحركة وتطوير النفس والأفكار والمشاركون يصلون إلى أبعد من حل المشكلات أو الوعي بها .

فالدراسة الحالية تحاول الكشف عن تأثير أسلوب الإرشاد الجماعي وأسلوب التمثيل النفسي المسرحي على الطفل محاولة بذلك الكشف عن ذات الطفل وتحسينها وتكوين شخصية إيجابية لديه ، من هنا تتحدد مشكلة الدراسة الرئيسي التالي :

- هل يؤثر البرنامج العلاجي الذي يعتمد على أسلوب السيكودراما في تحسين مفهوم الذات لدى الاطفال تأثيرا إيجابيا؟

ومنه انبثقت التساؤلات الفرعية التالية:

1. هل يؤثر أسلوب السيكودراما على سلوكيات تدني مفهوم الذات لدى الأطفال ؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية على درجة مفهوم الذات بين الذكور والإناث بعد تطبيق البرنامج ؟
3. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي بعد تطبيق برنامج السيكودراما في تحسين مفهوم الذات ؟

2- فرضيات الدراسة :

2-1- الفرضية العامة :

يؤثر البرنامج العلاجي الذي يعتمد على أسلوب السيكودراما في تحسين مفهوم الذات لدى الأطفال تأثيرا إيجابيا .

2-2- الفرضيات الثانوية :

- 1 . يؤثر أسلوب السيكودراما على سلوكيات تدني مفهوم الذات لدى الأطفال.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية على درجة مفهوم الذات بين الذكور والإناث بعد تطبيق البرنامج .
3. هناك فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي بعد تطبيق برنامج السيكو دراما في تحسين مفهوم الذات .

3- أهمية الدراسة :

- تتبع أهمية الدراسة من أهمية الاطفال الذين هم اساس المجتمع.

- كما تبع أهميتها من كونها تتناول احد المواضيع الهامة والتي حضرت بعناية الباحثين في مختلف التخصصات وخصوصا الدراسات النفسية والاجتماعية وهذا فيه دلالة على الأهمية البحثية لظاهرة تدني مفهوم الذات وربما يرجع ذلك لما لهذه الظاهرة من دلالات تعبر عن معانات الطفل وصراعاته في مجتمعه خاصة في المرحلة الاولى من تعليمهم وما يعانونه من ضغوط نفسية وتغيرات وخروجهم للمجتمع ومن هنا جاءت أهمية دراستنا الحالية من اجل تسليط الضوء على تدني مفهوم الذات ومحاولة تحسينها من خلال تطبيق برنامج علاجي يخدم هذه الفئة وما تأثيره الايجابي عليها .

- كما تكمن أهمية الموضوع في إثراء المعرفة والبحث العلمي وإضافة دراسة جديدة خاصة للبيئة المحلية .

#### 4- اهداف الدراسة :

1 . التعديل سلوك تلاميذ المرحلة الابتدائية الذين يوجدون صعوبة في التأقلم داخل المدرسة في المرحلة العمرية خمس وست سنوات .

2. إبراز أهمية اسلوب اللعب الجماعي والتعاون في تغيير سلوكيات الاطفال الذين يعانون من تدني مفهوم الذات لديهم .

4. التعرف على الذات وملاحظة الفروق بين التلاميذ وقبول الطفل لذاته كما هي .

5. الكشف عن فاعلية السيكو دراما كأحد الأساليب الإرشادية الجماعية داخل المؤسسة التربوية وتأثيرها على الأطفال .

6.التوصل الى مقترحات ودليل خاص للمعلمين للتعامل مع مثل هذه الفئة من الأطفال وضبط القسم من خلاله.

7.وضع هذا البرنامج تحت أيدي المربين والمعلمين للاستفادة من محتوياته في المعاملة مع كل السلوكيات غير السوية .

## 5- التعاريف الإجرائية :

5-1- مفهوم السيكو دراما : هي احد الأساليب العلاجية الجماعية التي تهدف إلى تقديم نوع من العلاج النفسي والذي يختلف عن العلاجات النفسية الأخرى ويعرف إجرائيا بأنه التمثيليات التي يقوم بها الأفراد تحت إشراف المرشد أو الباحث وهي عبارة مواقف التي يعيشها الفرد وتكون أسرية واجتماعية ونفسية .

5-2- مفهوم الذات : هي المجموع الكلي لما يستطيع الفرد أن يكونه من معارف نفسية وجسدية وسماته وقدراته وممتلكاته المادية والأسرية وجماعة الرفاق وهواياته إلى غير ذلك. وهو الإدراك الذي يعبر عنه الفرد والذي يتضمن وجهة نظره الخاصة نحو ذاته .

## 6- الدراسات السابقة :

إن الهدف من استعراض الدراسات السابقة في هذا الفصل هو التعرف على الأدبيات في الميدان وتطورها والاستفادة منها .

لقد حرصنا في هذا البحث على إبراز الجوانب الملائمة لهذه الدراسة حيث قسمناها على محورين أساسيين هما :

1. دراسات تناولت مفهوم الذات.
2. دراسات تناولت أسلوب العلاج الجماعي "السيكو دراما" .

## 6-1- الدراسات العربية :

6-1-1- دراسة إحسان محمد الدمرداش (1976): بعنوان مفهوم الذات عند الأطفال المحرومين من الأب حيث كشفت دراسته عن تدني مفهوم الذات لدى عينة من الأطفال المحرومة من الأب وتكونت العينة المدروسة من (200) تلميذ من قسم السنة الرابعة ابتدائي كلهم ذكور تراوحت أعمارهم بين (10 و 11) سنة وتضمنت عينته من مجموعتين الأولى غير المحرومون من الأب وعددهم 50 وهي العينة الضابطة والثانية المحرومون من الأب (150) مفردة وهي العينة التجريبية وقد قسمت بدورها إلى ثلاث مجموعات

الأولى عددها (50) تلميذ محروم كليا من الأب في حالات الوفاة الثانية 50 تلميذ محروم من الأب يحالات الانفصال والثالثة عددها 50 تلميذ محرومة من الأب بسبب عمل الأب خارج البلد واستخدم في الدراسة بعض الأدوات كاختبار مفهوم الذات للصغار واختبار الشخصية للأطفال واختبار الذكاء المصور واستمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي حيث أسفرت النتائج انه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين المحرومة من الأب في حالات الوفاة ، والعمل خارج البلد والمجموعة الضابطة ،بنما أوجدت الدراسة فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة الحرمان بالطلاق والمجموعة الضابطة ، ووجدت الباحثة انه يوجد فروق فيما يتعلق بتقبل الطفل لذاته وللآخرين بالحرمان بالانفصال وبالوفاة .

(نبوية لطفي محمد عبد الله، مفهوم الذات لدى الاطفال المحرومين من الام دراسة مقارنة،جامعة عين شمس،القاهرة، 2000، ص64)

6-1-2- دراسة إيمان القماح (1983): بعنوان أثر الحرمان على التكوين النفسي لدى الأطفال حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الحرمان من الوالدين على التكوين النفسي الذي يتميز به الطفل المحروم من الرعاية الوالدية، وأجريت الدراسة على عينة من

( 10 ) أطفال، ( 5 ذكور و 5 إناث ) تتراوح أعمارهم بين ( 8 و 10 ) سنوات ومقيمين داخل مؤسسة الإيواء.

حيث استخدمت الباحثة في هذه الدراسة اختبار تفهم الموضوع واللعب الحر ومجموعة من اختبارات الرسم مثل رسم الأسرة المتحركة واختبار رسم الشخص وهذه الاختبارات من إعداد (ماكوفر) .

وتوصلت إلى النتائج التالية بالنسبة لصورة الذات لدى هؤلاء الأطفال الذين حرّموا من الرعاية الوالدية تسيطر عليهم مشاعر الحزن والاكتئاب والشعور بالوحدة والانعزال بالإضافة إلى عدم الشعور بالأمان والشعور بالتهديد وانخفاض تقدير الذات .

(إيمان محمود عبد الحميد القماح اثر الحرمان من الوالدين على البناء النفسي للطفل ،جامعة عين شمس،القاهرة ، ص1983، 60)

6-1-3- دراسة عبود (1995): حول البرنامج الإرشادي لخفض القلق لدى الأطفال المحرومين من الوالدين بسبب الطلاق ،حيث تألفت عينة الدراسة من (40) طفل تراوحت أعمارهم من (9) إلى (11) سنة وأسفرت النتائج عن فاعلية البرنامج المستخدم حيث كانت أساسية دراسته مبنية على دراسته السابقة في (1990) التي هدفت إلى إعداد برنامج إرشادي مبني على أسلوب السيكو دراما لتخفيف حدة العدوان لدى طلاب السنية الثانية من التعليم الأساسي

حيث توصلت دراسته إلى وجود دور للبرنامج المبني على السيكو دراما للتنفيس عن الطاقة العدوانية لدى الأطفال بشكل مقبول اجتماعيا أدى إلى خفض السلوك العدواني لديهم .

(لينا نبيل ابو مغلي، مصطفى قسيم هيلات ،الدراما والمسرح في التعليم النظرية والتطبيق، دار الراجحة للنشر والتوزيع ، عمان،2007، ص183)

6-1-3- دراسة عبد الجواد (1990): أثر استخدام السيكو دراما في علاج بعض المشكلات النفسية لأطفال ما قبل المدرسة بهدف تطبيق برنامج تقييمي باستخدام السيكو دراما لعلاج العدوان واضطراب التجنب واضطراب القلق والانفصال لديهم ما قبل المدرسة وتألفت العينة من (30) طفل وطفلة تتراوح أعمارهم من (3) إلى (6) سنوات .

وكانت الأدوات المستخدمة هي اختبار رسم الرجل ومقياس اضطراب السلوك لطفل ما قبل المدرسة وبرنامج السيكو دراما وهما من إعداد الباحثة،وتوصلت النتائج إلى أن السيكو دراما قد عملت على تخفيف العدوان واضطراب التجنب والقلق والانفصال للمجموعة التجريبية وذلك في التطبيق البعدي لمقياس اضطراب السلوك .(عبد الجواد ، الدراسات السابقة ،محمود عبد العزيز عبد ربه سليمان ، "تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية"،رسالة ماجستير غير منشورة ، عين شمس، 2000م،ص61)

6-1-5- دراسة محمود عبد العزيز عبد ربه سليمان (2000): وهي دراسة تما فيها تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند مؤسسات الإيواء حيث كشفت الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة بين درجات الأطفال المودعين بالمؤسسات الإيوائية من كلا الجنسين تتراوح أعمارهم بين (9 و12) سنة في مفهوم الذات قيد وبعد التطبيق لصالح البرنامج .

ووجد الباحث أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الأطفال الذكور والإناث في مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج واستعمل الباحث في دراسته الأدوات التالية

اختبار الذكاء غير اللفظي ومقياس مفهوم الذات والبرنامج الإرشادي المقترح من إعداد الباحث وأجريت الدراسة على عدد من أطفال المؤسسة الإيوائية وعددهم (12) طفلاً،

(6) ذكور و(6) إناث مع مراعاته لبعض الشروط منها أن لا يقل ذكائهم (80) درجة ولا يعانون من عيوب أو إعاقات ظاهرة وأن لا يكون لهم إقامة دائمة بالمؤسسة وسنهم بين (9) و(12) سنة .

(محمود عبد العزيز عبد ربه سليمان ، "تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية"، رسالة ماجستير غير منشورة ، عين شمس، 2000م، ص 61)

6-1-6- دراسة عبد الفتاح مطر (2002) : بعنوان فاعلية برنامج قائم على السيكدراما في تنمية بعض المهارات الاجتماعية ( التعاون الاستقلالية الصداقة ) لدى الأطفال الصم حيث أكدت النتائج عن فاعلية البرنامج المستخدم القائم على السيكو دراما في تحسين المهارات الاجتماعية ،ومن خلال النتائج المتوصل إليها تؤكد أن السيكو دراما من أفضل الطرق العلاجية بالنسب للأفراد الصم وضعاف السمع وأشارت الدراسة إلى أن السيكو دراما لها فاعلية في تعديل صورة الذات وزيادة التوافق الاجتماعي وانخفاض درجة الانعزالية لديهم .

(عبد الفتاح رجب علي محمود ، فاعلية برنامج قائم على السيكدراما لدى الصم، جامعة بني سويف، 2002)

## 6-2- الدراسات الأجنبية :

6-2-1- دراسة كلايتون وروبينسون 1971 Clayton and robinson : بحثت هذه الدراسة عن فاعلية السيكو دراما كأسلوب علاجي للغضب لدى الصم وتوصلت الدراسة أن السيكو دراما أفادت في تخفيف حدة الغضب لدى لوسي lussy وهي حالة الدراسة حيث أحدثت السيكدراما تغيرات في سلوكها وساعدتها على إن تسلك طريقة جيدة وان تعبر عن مشاعر غضبها بصورة أفضل ،واختفت نوبات الغضب التي كانت تعترئها وارتفعت درجة التلقائية والمبادرة لديها مما أدى في النهاية إلى عودتها إلى عملها .

(سعيد عبد الرحمان محمد ، "فاعلية إستخدام السيكودراما في تعديل بعض جوانب السلوك غير التكيفي لدى ضعاف السمع ، رسالة ماجستير ، جامعة الزقازيق، 2004، ص 13)

**6-2-2-:** دراسة **buss (1976)**: استهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على اثر كل من الشعور بالذات والوعي بالذات في العزو السببي ولتحقيق أهداف البحث استعمل الباحث مقياس الشعور بالذات وهو من إعداده وأسلوب المرآة لقياس وعي الذات وطبقت المقاييس تلك على عينة من الطلبة بلغت ( 500 ) طالب وطالبة باستعمال تحليل التباين كوسيلة إحصائية حيث توصلت الدراسة إلى إن الشعور بالذات الخاص له تأثير دال معنويا في العزو السببي الذاتي وان الأفراد ذوي الشعور بالذات الخاص العالي هما أكثر قدرة على العزو السببي مقارنة بأقرانهم ذوي الشعور بالذات الخاص المتدني .

( مهند عبد الستار، سيكولوجية الشعور بالذات ،دار غيداء للنشر،عمان، 2011، ص 91 )

**6-2-3-:** دراسة فرانزوي ( **franzoi** ) **1983**: استهدفت هذه الدراسة الى معرفة أثر كل من الشعور بالذات الخاص والقلق الاجتماعي في تقويم الذات ولتحقيق هذا الهدف استعمل الباحث مقياس الشعور بالذات الذي أعده بوص **buss** وطبق على عينه ذوي القلق الاجتماعي (عالي ،متدني ) واستفتاء التقرير الذاتي إذ قورن وصف الفرد بذاته مع وصف صديقا له وباستعمال أسلوب تحليل التباين توصلت الدراسة إلى ما يلي :

أن الأفراد ذوي الشعور بالذات الخاص المرتفع يقومون أنفسهم بصورة أفضل من تقويم أصدقائهم مقارنة بالأفراد ذوي الشعور بالذات الخاص المتدني.

أن الأفراد الذين لديهم تدني في مفهوم الذات الخاص والقلق الاجتماعي يميلون لتقويم أنفسهم بصورة سلبية وغير مفضلة .

أن الأفراد الذين لديهم شعور الذات متدني لا ينتبهون إلى أفكارهم ومشاعرهم بصورة فاعلة.

( مهند عبد الستار، مرجع سابق، 2011، ص 92 )

6-2-4- دراسة روز (ross) 1987: استهدفت هذه الدراسة التعرف على اثر كل من الشعور بالذات والوعي بالذات وضبط الذات في سلوك المدمنين وقد سعت هذه الدراسة إلى تفحص آثار وعي الذات العام

والشعور بالذات العام والخاص على السلوك العدوانى الجسري وزمن رد الفعل المركب للمدمنين ولتحقيق أهداف البحث صمم الباحث تجربتين استعمل فيهما تصميم العقار الكاذب (هي حبوب، أو ابر معالجة لا تحتوي على المتغير الحقيقي الفعلي ) حيث بينت النتائج مايلي:

-إن مقدار استهلاك الكحول لا يلغى سلوك الوعي بالذات لدى المدمنين

-إن السلوك العدوانى للمدمنين الذين لديهم وعي بالذات العام يكون أكثر مقارنة بأقرانهم الآخرين .

6-2-5- دراسة هياشي وهرياشي (hyachi and horiuchi) 1997: استهدفت هذه الدراسة معرفة العلاقة بين التعقيد ومعرفة الذات والكثابة والشعور بالذات واحترامها حيث افترض الباحث ان التعقيد المعرفي يعمل بمثابة عارض ضد ضغوط الحياة ومنه تكون حماية الفرد من الإصابة بالكثابة ولتحقيق أهداف البحث استعمل الباحث مقياس ليو فلي (liuvelli) للتعقيد المعرفي ومقياس الشعور بالذات ،ومقياس احترام الذات واستفتاء ضغوط الحياة وقد طبقت المقاييس على عينة من الطلبة الجامعيين عددهم (126) طالب وطالبة وتوصلت الدراسة إلى أن الأفراد ذوي الشعور بالذات العام العالي والذين لهم تقدير ذات متدني أن الطالبات ذوات التعقيد المعرفي سجلنا تقويما سلبيا لأنفسهن اكبر من تقويم الرجال لأنفسهم .

(مهند عبد الستار، سيكولوجية الشعور بالذات ، مرجع سابق، 2011، ص98 )

6-2-6- دراسة مارشال Marshel 1997: استخدم فيها برنامج السيكو دراما لتدعيم مهارات الصداقة في علاج الوحدة النفسية لأطفال الملاجئ لعينة مكونة من 32 طفلا يقيمون في مؤسسات ايوائية بأعمار ( 7 ) إلى (9) سنوات حيث أشارت النتائج إلى فعالية استخدام فنيات السيكودراما في تنمية الشعور بالسعادة والتدريب على تكوين علاقات اجتماعية

لمواجهة قلق الانفصال واضطراب التواصل والتغلب على الشعور بالوحدة وأصبح الأطفال بعد تطبيق البرنامج أكثر فاعلية مما يشير إلى فعالية هذا الأسلوب .

(ابو مغلي ، مصطفى هيلات ، الدراما والمسرح، مرجع سابق، 2007، ص 184)

#### 5- التعقيب على الدراسات السابقة :

يتضح من الدراسات السابقة أن مفهوم الذات عند الأطفال يرجع إلى الظروف الخارجية والتي إذا لم تكن ملائمة مع سلوكه تؤدي إلى تدهور وتدني المفهوم للذات حيث أن معظم الدراسات التي تناولت مفهوم الذات لدى الأطفال اتخذت هدف الكشف عن المشكلات السلوكية والسمات الشخصية ولم ينل العلاج القدر الكافي لتحسينها .

وقد تناولت دراسات سابقة عربية وأخرى أجنبية حول البرنامج العلاجي للبيكودراما لما له من دور فعال في علاج الكثير من الاضطرابات النفسية والسلوكية مثل دراسة (عبد الفتاح مطر) في تنمية المهارات الاجتماعية ودراسة كلايتون clayton في التخفيف من حدة الغضب لتظهر من خلال هذه الدراسات أن للبيكودراما مزايا علاجية عديدة .

لكن هذه الدراسات اتخذت هدف الكشف عن السلوك ولم تنل العلاج الكامل وتحسين هذه السلوكيات كما ينبغي لذلك ظهرت دراستنا الحالية المزدوجة بين الأسلوب العلاجي البيكودرامي ومفهوم الذات محاولين بذلك تحسين ورفع مستوى مفهوم الذات للأطفال من خلال العلاج بأسلوب البيكودراما وبما إن البيئة العربية تكاد تخلو من الدراسات في هذا الموضوع وهذا المجال وهذه الازدواجية فإننا لم نتمكن من إيجاد دراسة مطابقة لموضوع الدراسة .

# الفصل الثاني

السيكودراما مفهومها ونظرياتها

تمهيد

1- مفهوم السيكودراما

2- النظريات المفسرة للسيكودراما

أ- نظرية التلقائية

ب- نظرية التطهير النفسي من خلال التلقي

3- أهمية السيكودراما

4- الطرق والفنيات المستخدمة في السيكودراما

خلاصة الفصل

## تمهيد:

تعتبر السيكودراما طريقة من طرق العلاج وتعتمد على عدة مقومات منها الدراما ولها عدة مفاهيم وأثبتت نجاعتها فمنذ أن بدأت السيكودراما تستخدم كأسلوب إرشادي وعلاجي وجد هناك العديد من المحاولات من قبل الباحثين لوضع تعريف للسيكودراما ، وبلا شك في أن تكون هناك صعوبة في حصر كل هذه المحاولات التي تصدت لتعريف السيكودراما . من خلال النظريات المفسرة لها وسنحاول في هذا الفصل طرح مفهوم السيكو دراما وأهم النظريات التي تناولت السيكودراما بشكل معمق .

فالسيكودراما تعتبر اسلوب من أساليب الإرشاد الجمعي تكتسب أهميتها في كونها تعمل في اتجاهات متعددة، وممارستها تفيد في عملية التشخيص والمعالجة والارشاد والتعليم والترفيه ، كما انه عن طريقها يتم استخدام وتطبيق فنيات الإرشاد ، كما تعمل على تنمية المهارات الاجتماعية .

وهي تنمي الخيال والتعاون والمحادثة ، وتنمي المهارات اللغوية زيادة على أسلوبها المشوق غير مباشر الذي يعزز الثقة بالنفس .

## مفهوم السيكودراما :

تعرف السيكودراما على إنها إحدى طرق العلاج الجمعي ، تعتمد على أبطال يطرحون قضاياهم من خلال الدراما و فريق مساند يجعلهم أكثر مواجهة لمخاوفهم و قلقهم و مختص نفسي يدير الجلسة الإرشادية .

ففي موسوعة علم النفس و التحليل النفسي- لفرج عبد القادر و آخرون- عرف قنديل (1993) السيكو دراما على أنها شكل من الأداء الارتجالي " غير المتكلف" لدور أو عدة ادوار، يرسمها المعالج، و يؤديها العميل تحت إشرافه، و ذلك بهدف الكشف عن طبيعة بعض العلاقات الاجتماعية و تعميق الوعي نحوها. و يقوم عادة العميل بأداء دوره كما لو كان دورا حقيقيا. أو يؤديه متخيلا له كما لو كان يظن انه يفعله أو كما يجب إن يؤديه. و قد ابتدع هذه الأسلوب لأول مرة مورينو عام (1921م) و استخدمه بنجاح في أول مسرح علاجي أنشئ لهذا الغرض عام (1927م) في الولايات المتحدة، و يتمثل نجاح هذا الأسلوب في تحقيق أهدافه العلاجية في توفير أكبر قدر من الحرية و التلقائية في الأداء. و تأكيد الثقة بالذات. و التشجيع المستمر لإظهار أعرق المشاعر المكبوتة. و التعبير عن الصراعات. و التخفيف من الاحباطات. و التفريغ الانفعالي و التداعيات الطليقة و البعيدة. و تتمثل فطنة المعالج و ذكاؤه في نسج المواقف التي يؤديها المريض. و في توجيهه الى أداء تلك المواقف. ( ابو المغلي و لينا نبيل، مرجع سابق، 2007، 164-165 )

تعرف أحيانا بالدراما النفسية أو التمثيل النفسي المسرحي ، و تتميز السيكودراما بأنها أسلوب تشخيص وعلاج في نفس الوقت. و يستخدم هذا الأسلوب عادة مع اغلب المشكلات ومع جميع المراحل العمرية .

وفي السيكودراما أما أن يقوم الأخصائي النفسي المدرسي بإعداد قصته تعبر عن المشكلة التي يعاني منها الطالب في المجموعة الإرشادية و يطلب منهم القيام بتمثيل هذه القصة و يترك لهم الحرية في اختيار الدور الذي يلائمهم و الحرية في التعبير، فالحوار لا يعد مسبقا. أما الحالة الثانية هي أن يقوم الطالب بأداء موقف تمثيلي لحدث من حياته أو خبرة مر بها في الماضي أو يمر بها في الحاضر، أو يخشى المرور بها في المستقبل وتدور حول مجموعة من الأفكار و المعتقدات الخرافية والاتجاهات السالبة المشحونة انفعاليا.، وغيرها و

يتم أداء هذه الأدوار بشكل تلقائي ارتجالي . ومن خلال هذا العرض يكشف كل طالب عن مشاعره و رغباته و صراعاته و احباطاته وانفعالاته فهو نوع من التنفيس الانفعالي يخرج فيه كل منهم ما بداخله لإحداث التوافق الشخصي و الاجتماعي. ( ايهاب الببلاوي و اشرف محمد،" فاعلية استخدام السيكودراما في تعديل السلوك غير تكيفي لدى ضعاف السمع" ، رسالة دكتوراه ،2002، ص 135 )

قام جاكوب مورينو بتأسيس أول جمعية للعلاج بالسيكو دراما عام (1942) ومازالت قائمة إلى اليوم و هي تفيد كافة المؤسسات الحديثة التي تقدم العلاج بالسيكو دراما. و قد اهتم مورينو ذيلة عمره بدراسة العلاقات البشرية.

حيث يتم من خلال السيكودراما اكتشاف عالم الشخص الفردي و الجماعي بطريقة متعددة الأبعاد الهامة لمساعدة الفرد في أن يعبر عن مشاعره المكبوتة و إن يجد من خلال الممارسة أساليب جديدة للتعبير عن المواقف التي لا يرضى عنها في حياته.

والتدخل من جانب الدراما النفسية المصممة لكي تتم مواجهة الأشخاص بحالتهم التي يوجدون عليها في الواقع ثم مساعدتهم في معرفة مخاوفهم و لمسها لإخراج أفضل ما لديهم. أي أن السيكو دراما تعيد استثمار ما بداخل النفس البشرية.

ومن الناحية العملية يمكن استخدام السيكودراما على المستوى الفردي أو الثنائي أو الجماعي . و تنصب على العلاج بمختلف أنواع العلاقات حيث تعمل على إزالة الستار عن المشكلات و القضايا و الصعوبات التي يعيشها الأشخاص بشكل يومي من خلال أداء دور مسرحي وسط جماعة . و الهدف منها هو إيجاد حلول جديدة للمشاكل القديمة غير المحلولة أو تقديم حلول لمشاكل جديدة متشابهة قد تحدث في المستقبل من خلال لعب أو أداء دور مسرحي لإحداث الباعث الذي يؤدي الى التغيير في الحياة و في العلاقات .

ويعرف بانيسيت (paniste) السيكودراما على إنها طريقة من طرق العلاج التي تركز على الأفعال أكثر من الكلام ، فهي تستخدم الحركة و الفعل. و الصوت لتسهيل الشفاء.

وتتيح السيكودراما الفرصة للأفراد لتجريب ادوار جديدة غير تلك الحقيقية سواء كانت متخيلة، ام واقعية، كما تمكن الفرد من الخوض في المخاطرة إلى حد لا تسمح به الحياة العادية. كما تتيح أيضا للأفراد فرصة للخطأ دون التعرض للعقاب ( jeming- 1995 )

( ابو مغلي، لينا نبيل،الدراما والمسرح ،مرجع سابق 2007، 165 )

تعد تقنية السيكودراما إحدى تقنيات الدعم النفسي بالعموم هذه التقنية تخص الراشدين من خلال تمثيلها حلقات للتنفيس الانفعالي الاحتوائي من خلال الكلام، و تجسيد حركات مختلفة عبر ليونة الجسم و تكويناته المختلفة، و تمارين الاسترخاء و تمارين الدراما النفسية الحركية مما لها الدور الكبير في صقل و تنمية مهارات مختلفة .

ويعرف الشيخ علي ( 2000 ) السيكودراما على أنها عملية نشطة تهدف لمساعدة المسترشد ( الذي يعاني اضطرابا ) على اكتشاف عالمه الداخلي، و إن يعبر بحرية عن انفعالاته من خلال استخدام التمثيل، أو الأداء التلقائي، و تحاول السيكودراما توفير فرصة للتفريغ الانفعالي و العقلي، أو إسقاط ما في الداخل لتسهيل الاستبصار من خلال توفير بيئة آمنة للقيام بالأدوار المعينة .

وعرف كوري (2000) السيكودراما بأنها الأسلوب يسهم في تقديم الفنيات للناس للاتصال ببعضهم البعض بطريقة مؤثرة ، في تسهيل التعبير عن الأحاسيس بطريقة تلقائية وفق تفاعل حيوي داخل المجموعة – وكما تسهم في اكتشاف الصراع والمشكلات بين الأشخاص هذه هي السيكودراما التي قدمها مورينو، و تطورت على يد زوجته زركا .

والسيكودراما تعتمد أكثر ما تعتمد على فلسفة اللحظة على الإيمان العميق جدا بالتلقائية

والإبداع عند المشاركين . و كل إنسان يتمكن من إسقاط عالمه الجواني، على العالم المحيط به خارجيا .

كما تسمح السيكودراما بتطور إنساني فائق المستوى و مستمر و إحساس حقيقي يشبه الحياة الواقعية .

وعرفت الخولي (2003) السيكودراما بأنها شكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي الذي ابتكره مورينو، و هي عبارة عن تمثيل مسرحي يقوم فيه الفرد بأداء ادوار من حياته على نحو تلقائي ليس مقصور على الكلمات فقط. و لكن على جميع أنواع التعبير الأخرى .

مثل التمثيل والتفاعل، والرقص والغناء ، والرسم بمساعدة فروق يختاره في حضور المعالج ، مما يحقق له نوعا من الاستبصار الجديد بذاته و بمشكلاته، و تعمل على تطهيره من التوتر، و ذلك باستخدام عدد من الفنيات الدرامية التي تساعد الفرد، الذي يقوم بالعرض على فهم جديد و تغيير نماذج السلوك الخاطئة ، ثم بعد مناقشة للعرض لتحقيق التكامل و الخبرة و الفهم للخبرة التي يتم عرضها.

يعرفها لوتز بانها: " هي الطريقة النشطة للوصول إلى أعماق النفس " و لقد ولد هذا الاصطلاح ( أي السيكو دراما ) من كلمتين هما النفس ( psycho ) و دراما ( Drama ) و معناها الفعل أو الحركة. و باختصار شديد فان العلاج السيكو درامي هو شكل حي من أشكال استكشاف النفس.

إن السيكو دراما تحاول أن تمسك بالمحفزات و الدفاعات التي يمكن أن نرى من خلالها الآخر في الكائن الإنساني. تماما كما تضع الأحلام يدنا على المشاعر الدفينة في اللاوعي ذلك أن أحداثا تنطوي على دلالة و قيمة يتم تمثيلها على المسرح او يعاد تمثيلها ومن ثم تساعد الأفراد على إدراك مشاعرهم الدفينة و التعبير عنها بحرية كاملة. و تشجيع القيام بمسالك جديدة أكثر فاعلية.

إن السيكودراما تقود بشكل جيد إلى إنتاج تفاعل جماعي يفيد الأعضاء و المشاهدين على استكشاف المشكلات الشخصية، أو تجريب أنواع جديدة من السلوك للتعامل مع الأشخاص المهمين في حياتهم. و هي نقطة تحول رئيسية في معالجة الفرد من عزلته إلى علاج قضاياها داخل الجماعة، و من العلاج الكلامي الى العلاج عن طريق العمل.

## النظريات المفسرة للسيكو دراما:

لقد اشتق " مورينو " فلسفة أسلوبه من نظريات الدراما ( خاصة نظرية أرسطو ) هذا من ناحية، و نظريات علم النفس السابقة عليه و المعاصرة له .(لاسيما نظرية التحليل النفسي ) من ناحية أخرى لكنه طوع المفاهيم التي استخدمها لمقتضيات أسلوبه المبتكر.

إن المبادئ التي اعتمدها عليها "مورينو" تعتمد على إحدى النظريتين التي تتناول العلاج النفسي من خلال الدراما و الذي سمي بنظرية التلقائية .

أما النظرية الثانية التي تناولت العلاج النفسي من خلال الدراما سميت نظرية التطهير النفسي، أو الإفراغ الانفعالي و سيتم تناول كل نظرية بالتفصيل .

## 2-1- نظرية التلقائية:

تعتمد نظرية التلقائية على فكرة إعادة البناء العقلي و على ايجابية المشاركة الحركية المتمثلة بالسيكو دراما للحالة، اذ يقوم المعالج بمجموعة من الإجراءات تشكل البناء الدرامي للمشاهد العلاجية .

ويرى زهران (1977) أن السيكودراما أهم وأشهر أساليب العلاج النفسي الجماعي القائمة على نشاط المرضى التلقائي .

ففي هذا الأسلوب من العلاج يشجع المعالج المرضى على التمثيل، و اظهار مشاعرهم ذات المغزى الانفعالي أمام المشاهدين ، و يترك العنان للمريض في موقف مسرحي فعلي، حيث يعبر بحرية و تحرر و تلقائية عن الاتجاهات العميقة ، والدوافع القوية و الصراعات، و الاحباطات ، والتوترات و هذا الأسلوب ( السيكودرامي المعتمد على التلقائية ) يعمل على إتاحة الفرص للتصريف والتنفيس الانفعالي عن المكبوتات الداخلية ، فيدرك المريض نمط استجابته الشاذة وإدراك واقعه و تحقيقه . للتوافق و التفاعل الاجتماعي السليم و التعلم من الخبرة . ( لينا نبيل ابو مغلي، مصطفى هيلات، مرجع سابق ، 2007 ، 169- 170 )

إن كثير من المضطربين انفعاليا لا يدركون حالتهم المرضية ، وهنا تكمن المشكلة امام المعالجين إذ يحاولون وضع المريض في صورته الحقيقية فمن خلال الموقف المسرحي (السيكودرامي) يكشف عن الجوانب الرئيسية في شخصيته و عن صراعاته .

وبذلك يتم الحصول على مادة تشخيصية ، و الأهم من ذلك هو ما يحدث من تنفيس عن طريق التعبير عن الصراع الداخلي و المكبوتات، و يتم ذلك من خلال تدريبه على التلقائية عن طريق إعادة فحص الموقف الماضية و مواجهة ما لم يواجهه منها (ملكية 1989) .

إن النظرية التلقائية تعتمد على وضع المريض(المضطرب) في موقف درامي خطوطه العريضة واضحة و الأدوار لن تعلم بل ستنتقل بها خبرة معاشة ليست بحاجة إلى نص مكتوب. و الجمهور هو جمهور مشارك يساهم في المشهد الدرامي التلقائي .

فقد يطلب المخرج (المعالج) من احد المشاهدين (الجمهور) أن يقف و يلعب دورا ما بدرجة من الحرية ، و خشبة المسرح هي بلا ستارو بلا كواليس ، و بلا مسافة فاصلة بين الممثل و الجمهور فقد تكون داخل قسم، أو في الساحة، أو الحديقة، أو الشارع، انه أي مكان و كل مكان .

## 2-2- نظرية التطهير النفسي من خلال التلقي: catharsis theory

يعد أرسطو هو أول من أشار إلى ان الإنسان يشعر بالراحة عند مشاهدة التراجيديا ، لأنها تثير إحساس المشاهد، و تشعره بالشفقة والخوف تجاه البطل، و بذلك يتطهر المشاهد من هذه الإحساسات و يتخلص منها. كما يشعر بعد إنهاء المشهد التمثيلي بالراحة لان الكوارث التي ألمت بالبطل في المسرحية لم تحل عليه هو (ابن رشد)

لم ير أرسطو أن التراجيديا هي فقط التي تعمل على تطهر المشاهد انفعاليا بل ارق أن(التراجيديا و الكوميديا ) لهما نفس الأهمية في التطهر الانفعالي. حيث تعمل على التراجيديا بإثارة انفعالات الشفقة و الخوف فيما تعمل الكوميديا على اثاره انفعالات السرور و الضحك.

وليس شرط تطهير النفس من الانفعالات تطهيرا كلياً، لكن قد يكون هناك إصلاح و تخفيف من حدة الصراع من حدة الانفعالات

و يرى كثير من علماء النفس إن التمثيل من أهم الوسائل لتحقيق الشفاء النفسي، فقيام الفرد بمشاهدة الأعمال الدرامية، أو الاشتراك في تمثيل احد الأدوار العمل الدرامي يؤديان الى نقص حدة التوتر النفسي، كما تخفف من حدة الانفعالات المكبوتة، و ذلك عندما يندمج المشاهد في مشاهدة المشاهد الدرامية أو تمثيل احد الأدوار فيها.

وقد رأى عبد الحميد ( 2004 ) عند تأمل المشاهدين ، و هم يتابعون عرضا مسرحيا فإنهم يدخلون في علاقة توحد مع شخصياتها،و إن ذلك يرى بوضوح خاصة عند الأطفال .

وهذا التوحد الوجداني يجعل المشاهدين يعيش الأحداث كما هي في المشاهد المسرحية وكما تعيشها الشخصية. فيشعر بالضيق إذا عانى الممثل من عوامل الضيق و تظهر عليه علامات السعادة إذا انفرجت أزمات الممثل ، و يشعر انه يريد أن ينتقم من أي شخص يضايقه، و تكون الدراما من المواعظ و الإرشادات بطريقة غير صريحة تفهم من السياق .

وهناك عدة أساليب في العلاج الدرامي النفسي، فنجد أن الأساليب الخاصة بالتنظيف النفسي تنقسم الى قسمين :

**2-2-1- القسم الأول:** وهو غير مباشر يتم من خلال مشاهدة مشهد درامي تمثيلي حي، او تلفزيوني تكون أحداثه مطابقة مع حالته. فيرى كيفية التخلص من الصراعات و المكبوتات التي يقوم بها البطل. فيحاول المسترشد القيام بها مثلما قام بها البطل، و يحدث هذا كله دون تدخل المرشد النفسي و يتلقاه المسترشد دون توجيه من احد.

**2-2-2-القسم الثاني:** يتضمن أساليب العلاج الدرامي النفسي الموجه الذي يتم بتدخل المرشد النفسي، و توجيهاته، من خلال اختيار المرشد للعمل الدرامي المناسب لحاله المسترشد و بعد المشاهدة يناقش المرشد العرض المسرحي مع المسترشد .

تتضمن أساليب العلاج الدرامي النفسي من خلال التلقي الموجه ما يلي :

### 2-2-2-1. التصريف الانفعالي :

إن الأحداث التي يتضمنها العمل الدرامي الذي يشاهده المسترشد بمصاحبة المرشد يساعد على الإخراج الانفعالي للمسترشد الذي يتوحد مع الشخصية و يتقمصها، فيقوم بالتفريغ

الانفعالي الداخلي لمشاعره المكبوتة في الوقت نفسه الذي يقوم فيه البطل داخل العمل الدرامي بالإفراغ الانفعالي ( التطهير ) بشكل مباشر و بأجواء أمنة حتى يتمكن المسترشد من التخلص من كل مشاعره السلبية المكبوتة

(حمودة ، صفاء :فعالية العلاج الجماعي السيكودراما والممارسة السلبية في علاج بعض حالات اللجاجة ، رسالة دكتوراه ، ، جامعة عين شمس ،2004)

### 2-2-2-2. الشرح و التفسير:

يهدف هذا الأسلوب على مبادئ أساسية منها إن السلوك الانفعالي غير المقبول اجتماعيا يجب أو يعدل عن طريق الفهم و المناقشة و البصيرة بشرحه و تفسيره. و عملية الشرح و تفسير السلوك الانفعالي تعمل على جعل المسترشد أكثر وعيا بتوتراته الانفعالية وصراعاته ، كما تؤدي إلى الاستقرار و الضبط الانفعالي .

( حامد زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب ،القاهرة ، ج2، 1977 )

إن الدراسات تشير الى ان نظرية التلقائية المعتمدة على فكرة إعادة البناء العقلي فكرتها اسمى من مجرد التطهر النفسي للمتلقى الذي هو عماد نظرية التطهر النفسي حيث تعمل السيكو دراما من خلال نظرية التلقائية على التوازن العقلي و الوجداني للفرد من خلال المشاركة الفعلية بالتمثيل الدرامي. وتشيد به وإعلائه إذا اقتضى الأمر.

(عبد القادر 1986، ابو مغلي و لينا نبيل،مرجع سابق، 2007، ص 171- 172 )

### 3-أهمية السيكو دراما:

لا يكمن مفهوم كلمة الدراما فقط على المسرح، و انما تعني ان نعيد عمل حياتنا كما لو أننا نحن رسمناها و نفذناها، أي نقوم بكتابة حياتنا و نحيها مرة ثانية بخبراتنا حتى نكتشف انفعالنا، و تخيلاتنا، و تصوراتنا، و نستفيد منها نحو فهم أفضل لذواتنا، و نخرج ما في أنفسنا من مكبوتات لنتعرف عليها.

وتكمن أهمية السيكودراما بالنسبة للمسترشد من خلال لعب أو تمثيل دور الماضي أو الحاضر، أو ما يتوقعه من أوضاع، أو مواقف مستقبلية، و ذلك من أجل أن يتوصل إلى فهم

أفضل لمشكلاته ، أو ينفس انفعاليا عن مشاعره ، و أحاسيسه، أو حتى يطور مهاراته سلوكية أفضل تساعده في تحقيق تكيف أفضل مع ذاته و مع البيئة المحيطة .

كما تكمن أهمية السيكودراما من خلال تمثيل المسترشد أحيانا مهمة بالغة التعقيد توصله إلى التعرف على مشاعر لم يعبر عنها مسبقا ، إذ يتم تزويده بقنوات واسعة جدا ليعبر بشكل كامل عن مشاعره، و ميوله، و اتجاهاته، أو لتشجيعه على تجريب أنواع معينة من السلوكيات التي لم يكن يجرؤ على تجربتها أو اختيارها من قبل. كما يمكن النظر إلى السيكو دراما على أساس أنها تعمل على مساعدة الأفراد على الاتصال ببعضهم البعض بفاعلية اكبر ( ابو عميرة، 2005 ، نفس المرجع السابق)

كما إن احد قيم السيكودراما العلاجية ، أنها تسمح باستعمال اكبر عدد ممكن من أعضاء الجماعة للعب ادوار مختلفة، و الحصول على تغذية راجعة حول اثر لعب هذه الأدوار. وتتمتع السيكودراما بخصائص عديدة قد لا تتوافر في الأساليب العلاجية الأخرى ومن هذه الخصائص ما يلي:

- سهولة و سير تطبيق السيكودراما و إجراءاتها، سواء كانت على الأطفال أو المراهقين أو الراشدين.

ويرجع السبب في ذلك إن السيكودراما تستخدم لغة لا يختلف أحد، و هي لغة الأداء أو التجسيد، و منه تسهل العملية العلاجية و يسهل التفاهم بين أعضاء الجماعة العلاجية، و هذه تؤدي إلى حدوث الاستبصار (insight) المسبوق أما الانفعالي كنتيجة و هو الذي يشكل محورا أساسيا للعلاج بهذا الأسلوب .

- تتيح السيكودراما فرصا للمشاركة بين أعضاء المجموعة العلاجية ويمكن استخدام الإسقاط فيها كميكانيزم دفاعي و الذي دورا كبيرا في العملية العلاجية ، إذ يعمل على إخراج السابقة ثم يطرحها على أفراد الجماعة ، و التخلص خطوة أولى لمواجهة ما يعانیه الأفراد من اضطرابات.

- السيكودراما غنية بالفنيات التي تستخدمها، و هذا يعني و بها يلائم جميع المستويات التعليمية و الثقافية ، كما اننا نستطيع استخدامها في علاج العديد من اضطرابات و مشكلات التوافق .

- تتضمن السيكودراما عملية التهيئة أي أنها تنفرد بالعمليات التي لها الحيوية .

- ان عملية التجسيد الأدوار في أسلوب السيكودراما يتم بصورة صامتة أو ما يسمى بالأداء التمثيلي الصامت (pantomime) و هذا العلاج يصلح مع الاضطرابات التي لا يحتاج فيها كثيرا إلى الاتصال الكلامي ولا إلى التواصل اللفظي .

- تقوم بتشجيع الأفراد على عرض مشكلاتهم، ومن ثم تتيح لهم المشاركة في طرح العديد من الحلول الواقعية لها، و على كل فرد تبني الحل الذي يقدر أن يكون حلا مناسباً له.

- تساعد الفرد على الوصول إلى الاستبصار بسلوكه و من ثم يتم تعديله و تبني سلوكيات بديلة .

- تعتبر تقنية حضارية حديثة لتعديل السلوك الإنساني و لزيادة قدرة الأفراد على التعبير عن مشاعرهم السلبية، والألم و المرح و كذلك عن مشاعرهم الإيجابية كالفرح و الحب و المرح هي تساعد على تخفيض عوامل القلق النفسي و الاجتماعي .

- يمكن استخدامها لتعديل أنماط سلوكية متعلمة مثل المخاوف المرضية و السلوك العدواني.

- تعتبر أنسب الطرق الإرشادية لتناول المشكلات التي تحل بفاعلية أكثر في المواقف الاجتماعية مثل: مشكلات سوء التوافق الاجتماعي .

#### 4- الطرق و الفنيات المستخدمة في السيكو دراما :

يوجد العديد من الفنيات الخاصة بالعرض عند استخدام أسلوب السيكودراما كوسيلة علاج جماعية .

ويمكن أن يقال عن هذه الفنيات إنها فنيات كلينيكية علاجية ، يتم توظيفها لإحداث الحد الأقصى من الابتكارية و الإنتاجية ، و التوجيه العلاجي حيث تم التوصل إلى هذه الفنيات

من خلال التجارب الكثيرة لسنين طويلة ، و لا يتم التخطيط لها مسبقا، و يكون البطل فيها هو سبب الاستبصار، و كذلك يعد التوقيت مهما لهذه الطرق و الفنيات و هناك عدة طرق تطورت مع مرور السنين و نذكر على سبيل المثال :

- تأويل الأداء المعوق ( يتم مقاطعة الأداء والاعتراض أثناء قيام المجموعة به )

- تحقيق الذات : ( التنمية المتوازنة لكل جوانب الشخصية )

- الصدمة السيكودرامية .

- الصور العلاجية.

- فنية الخروج: (منها يغادر الممثل الخشبة المسرح وهي صيغة مستخدمة في النصوص المسرحية ) .

و من أشهر أساليب السيكودراما و أكثرها استخداما ما يلي :

#### 4-1- تقديم الذات : ( self presentation )

وفيها يقوم المريض (المسترشد ) أو بطل المسرحية بتقديم نفسه ، أسرته، إخوته ، أستاذه...الخ ، حيث يتحدث بكل موضوعية عن تجربته و خبراته مع هؤلاء ، وعن كيفية إدراكه لهم بذلك فإن هذا العرض يعطي المرشد و أفراد المجموعة صورة واضحة حول كيفية إدراكه للأفراد المحيطة به ، و إدراك هؤلاء الأشخاص له .

#### 4-2- مناجاة النفس ( الكلام الذاتي ) soliloquy

هو عبارة عن أسلوب علاجي ملخصه انه كثيرا ما يتم (التكلم داخليا مع النفس) و يسمى (بالمنولوج الداخل) بين الشخص و ذاته ، و كل ما يفعله المخرج أو (المرشد) مساعدة البطل (المسترشد) على أن يحول هذا المنولوج الداخلي إلى مجموعة من الألفاظ و الحوارات الخارجي المسموعة ، أي يعبر عن مشاعره بتلقائية ، حيث يطلب أن يفكر بصوت عال بمجموعة من الألفاظ و الحوارات الخارجية المسموعة حول قضية ما تشغله أو شخص ما ، أو أثر عليه حيث يقوم البطل بالتحدث و هو يمشي تارة و تارة أخرى ويجلس تارة أخرى ، و يحول هذا المنولوج كل ما هو ذاتي و حميم إلى شيء خارجي واقعي ملموس و قد سمعه

الحضور و هذا الأسلوب مفيد لإظهار المسافة بين الإدراك الحسي للبطل و الأحداث الفعلية في العلاقات بين الأشخاص ولا شك أن ذلك سيسد الثغرة بينه و بين الآخرين .

#### 4-3-الأسلوب الإزدواجي ( double technique )

نستخدم في هذا الأسلوب ذات مساعدة تقف خلف او بجانب البطل حيث تقوم الذات المساعدة من خلال الصوت المرتفع ، على ما يمكن ان يشعر به البطل، و أن لم يجد الكلمات للتعبير عما يريد، فتلعب الذات المساعدة دور مدعم للبطل كما تساعد على التعبير عن مشاعره (farmer ,1995) حيث ان الذات المساعدة هو زيادة وعي البطل بصراعاته الداخلية و مشاعره المكبوتة و التعبير عنها.

مثال على أسلوب الازدواجية:

أحمد يحب أمه و في لحظة ما لا يستطيع أن يستمر في الكلام، هنا يكون دور الذات المساعدة. سامي على سبيل المثال يساعد احمد على الإبقاء و على الاتصال بمشاعره و أن يعبر عن مشاعره تجاه أمه.

#### 4-4-أسلوب المرأة : (miss technique)

و تستخدم هذه الفنية في حالة عجز المريض عن التعبير عن نفسه بالكلام و الفعل فيقوم المخرج (المرشد) و البطل ( المسترشد) بخلق حدث درامي لصراع البطل . و يطلب المخرج من الذات المساعدة القيام بما يقوم به البطل بعد أن يعطيها فكرة عن حدوث الصراع بما فيهم البطل ، وعند استعمال أسلوب المرأة فإن البطل لا يكون على خشبة المسرح ، لذلك سوف يكون بإمكانه مراقبة سلوكه كما تعكسه الذات المساعدة ، إنه يرى نفسه كما يراها الآخرون .

البطل يجلس مع المشاهدين و يراقب إما بشكل مباشر أو من خلال الفيديو سلوكه، و تعابيره كما يراقب الآخرون .

إن هذا الأسلوب يساعد البطل على تطوير التقويم الذاتي .

#### 4-5- أسلوب عكس الدور:

يتم فيه قلب الأدوار بين الأشخاص الذين يعانون من تشويش إدراك الأشخاص الذين يعانون من تشويش في إدراك الشخص الآخر، إذ قد يقوم الأب بدور الطفل و المدرس بدور التلميذ، أو العكس و بهذا الانعكاس للأدوار يتم تصحيح شكل العلاقة .  
وهذه الفنية تستخدم مع الأطفال الذين يعانون من مشاكل مع نماذج السلطة أو الأفراد الذين يتعاملون معهم ، و هنا نهدف إلى تصحيح شكل العلاقة .

#### 4-6- الأسلوب البديل : ( Double Technique )

ويستخدم عند تغلغل النزاعات و الاضطرابات التي يعاني فيها على مستوى الذات ، فيتم وضع ذات مساعدة بجانب الطفل المضطرب تتفاعل معه، كما لو أنها هي الذات المريضة بعينها و تقوم بالتمثيل معه ، أو حتى بدلا منه ، وعلى المستوى المادي فهي تجعل منه اثنين و تساعده في الوصول للحل .

#### 4-7. أسلوب الإدراك الرمزي : (SYMBOLIC REALIZATION)

وهو التعبير بصورة رمزية مثلا عندما يخشى الطفل التعبير عن مشكلة أو موقف معين بينه و بين الأب فيتم التعبير بالرمز كمثل الأسد أو الحيوانات المفترسة للتعبير عن السلطة الوالدية (صغار الأرانب) للتعبير عن الأبناء ،  
و يستمع المعالج لقصة من نسيج خيال الطفل باستخدام هذه الرموز .

#### 4-8. أسلوب المعالجة عن بعد : (treatment at distane technique)

ويتم فيه علاج الطفل و هو غائب دون علمه عن طريق أنامه متصلة بالطفل بشكل دائم، تقوم بتمثيل المواقف المضطربة أمام المعالج بالاشتراك مع بعض الأشخاص المحيطين و غالبا ما تتبع هذه الطريقة مع الأطفال و تقوم الام أو الأب بدور الأنا المساعدة .

#### 4-9. المقعد الخالي :

وفي هذا الأسلوب يتم إحلال (مقعد) بدل من شخص ما في الحدث الدرامي و لا شك إن هذه الفنية تتيح للبطل الحرية في التعبير و الصراخ و الغضب أي حب العدوان على ... الخ.

## 5- إجراءات تطبيق السيكو دراما:

1- تقديم أعضاء الجماعة الإرشادية إلى بعضهم البعض و خلق جو من الألفة.

2- عرض الجماعة الإرشادية مشاكلهم.

3- ترتيب هذه المشاكل.

4- تحديد أول مشكلة و أمثلة من هذه المشاكل.

5- تحديد الأدوار و اختيار الأشخاص اللازمين للقيام بهذه الأدوار، و يناقش المعالج ( المرشد ) مع الأشخاص ( المسترشدين ) أدوارهم.

6- بعد التمثيل يناقش أعضاء الجماعة الإرشادية بعضهم البعض، يشجع المعالج الأسئلة.

6-مراحل عملية السيكو دراما:

### 6-1-المرحلة الأولى:( الاحماء warming-up ) :

يكون الهدف في هذه المرحلة إحماء الأعضاء ( البطل و الذوات المساعدة ) و تهيئتهم للدخول بمرحلة العمل ( التمثيل ) و ذلك للتخلص من مشاعر الخوف و القلق و تنمية التعبير التلقائي لدى الأعضاء من خلال خلق جو امن دافئ يسوده شعور الثقة بالنفس ،

و الثقة بالمجموعة ، إن للمرشدين دور في عملية الإحماء و ذلك من خلال توجيهاته و إجراء نقاش و حوار مع الأعضاء ، حيث من الممكن إن يعبر الأعضاء عما يجول في أنفسهم من صراعات مروا بها سابقا أو حاليا و يرغبون في إعادة تجربتها أو استكشاف جوانبها فتكون موضوعا خصبا لجلسة السيكو دراما .

وعلى المرشد ( المخرج ) أن يكون دقيق الملاحظة من خلال النقاشات، و الحوارات بما يبديه البطل من آراء و تغيرات كتعبيرات الوجه ، و نبرات الصوت ، و حركات الجسم، التي من الممكن أن تكون لديها مؤشرات عما يعانیه البطل من صراعات .

و يسأل المرشد البطل ( المسترشد ) أسئلة مثلا :

من في حياتك لديك معه مشاكل أكثر من غيره، ما هي الكلمات التي يمكن إن يتصف بها والدك ، إذا كان الوالد هو من لديك معه أكثر المشاكل ، أو أخواتك ، أو أمك، من هم الذين لديهم علاقة بذلك ؟

فيتوصل المرشد إلى الصراع الذي سيكون موضوع السيكودراما و بذلك يكون البطل قد كون فكرة او إحساسا عما يود الكشف عنه فيظهر المشهد إلى حيز الوجود و يتم تدريب الذوات المساعدة عليه .

### 6-2-المرحلة الثانية: مرحلة العمل ( التمثيل Action ) :

حيث يؤدي البطل ( المسترشد صاحب المشكلة ) في هذه المرحلة موضوع صراع، أو حدث معين في الماضي، أو الحاضر ، أو متوقع حدوثه في المستقبل ، و يبدأ العمل ( التمثيل ) عند وصول البطل إلى مكان العرض حيث يبدأ البطل بتمثيل مشاكله ، و علاقاته مع الشخصيات التي لها علاقة بالحدث ، و قد يأخذ جزءا واحدا من التمثيل عدة مشاهد حيث تبنى المشاهد على أساس علاقتها بقضايا البطل ، و قد تكون هذه القضايا شخصية بين البطل و أشخاص آخرين ، أو شخصية ذاتية داخلية ، و تعتمد مدة العرض على تقييم المرشد لمدى تعبير البطل عن صراعاته و على التنفيس الانفعالي الذي حدث و على التعبير عن علاقاته مع الآخرين .

إن على المسترشد البطل التعامل مع الأحداث الأقل أهمية أولا و يترك الخبرات المؤلمة الى حين ، كما عليه أن يرتب الحدث بصدق دون الاهتمام باسترجاع الكلمات السابقة التي يتبادلها مع الشخص الآخر عن وقوع الحدث فالجوهر هو التفاعل و ليس الكلمات و الجمل التي قيلت ، كما يمكنه القيام بعدة ادوار للشخصيات المهمين في حياته الذين لهم علاقة بالحدث .

لذلك من الضروري فسخ المجال للبطل لأنه يختار الحدث و الوقت ، و المكان الذي يريده ، و الناس الذين لهم علاقة بالحدث .

### 6-3- المرحلة الثالثة: مرحلة المناقشة و المشاركة Discussion and sharing

يعبر فيها المشاركون و الجمهور عن مشاعرهم بملاحظات اتجاه ما شاهدوه من تمثيل للحدث السيكودرامي ، حيث يكون دور المسترشد هنا هاما متمثلا ببدء الحوار و النقاش و قيادته ، حيث يمتاز الحوار و النقاش بأنه مفتوح للجميع مع مراعاة انه لا يجوز مواجهة البطل بانتقادات قاسية خاصة عند كشفه عن حقائق حساسة و خبرات حياته قد تكون محرجة، وعلى الجمهور المشارك مساعدته في إعادة توازنه لأعلى انتقاده من خلال التغذية الراجعة ، و أشار (مورينو) أن مرحلة المناقشة من أكثر المراحل أهمية في السيكو دراما.

حيث يكون فيها تقديم آراء شخصية و بشكل تحليلي أو تفسيري و على المرشد تعزيز المشاركة التي تستوجب كشف الذات و الدعم ، والتفهم والارتباط ، والتوحد الانفعالي من قبل المشاركين مثال على هذا: " أستطيع أن أفهم ما قمت به من خلال المشهد السيكو درامي، إنني اشعر بنفس شعورك و لدي نفس أفكارك و مشاعرك عندما يضايقني أبي.أشاركك في نفس الشعور بالضيق و القلق عند الشجار الوالدي...الخ .

إن درجة التفكير العقلاني خلال النقاش تساعد في رفع القيمة العلاجية للجوانب الانفعالية .

### 7-عناصر السيكو دراما :

ويمكن الإشارة إلى أربع عناصر أساسية في جماعة السيكو دراما و هم : البطل أو المريض أو العميل أو الممثل ، المخرج ، الذوات المساعدة ، الجماعة المشاركة أو الجمهور .

و تتكون السيكودراما من عدة عناصر مهمة نذكرها كالآتي :

### 7-1- موضوع التمثيل النفسي ( القصة ) :

إن موضوع التمثيلية النفسية يمكن أن يكون عبارة عن قصة تدور أحداثها حول قضايا سلوكية، نفسية، اجتماعية، إبطالها الطلبة ( المسترشدون ) بهدف تعديل سلوكياتهم المرغوبة و تشكيلها و التخلص من السلوكيات غير المرغوبة و التكيف الاجتماعي، و الإحساس بالصحة النفسية و تدور المواضيع حول القضايا التالية:

- قصة تدور حول سلوك السارق، الكذب، الخوف الاجتماعي، قلق الامتحان.

- قصة تدور حول العدوان، العنف، الضرب داخل المدرسة.
  - قصة تدور حول معالجة حالات الانسحاب الاجتماعي مثل الانعزال و الانطواء و الانصياع أو الخضوع و ضعف الثقة بالنفس بالذات .
  - قصة تدور حول علاج الصراعات الاجتماعية و ضعف الانتباه داخل القسم و المشاجرات و السلوك الفوضوي .
  - قصة تدور حول المشكلة الأسرية و تأثيرها في تحصيل التلاميذ و الطلبة .
- إن هذه الموضوعات و غيرها التي تدور حولها القصة في التمثيلية النفسية ( السيكودراما ) تهدف إلى التنفيس الانفعالي و الاستبصار الذاتي و تحقيق التوافق النفسي و تغيير الاتجاهات... الخ .

#### 7-2- تأليف القصة:

يقوم بتأليف القصة التمثيلية عدد من المسترشدين و يكون فيها التأليف تلقائيا حسب ما يقتضيه الموقف السلوكي ، و قد يساعد المرشد ( المعالج ) بإعداد و تأليف التمثيلية النفسية التي تهدف الى تعليم الطلبة سلوكيات جديدة و تخلصهم من السلوكيات غير مرغوبة .

#### 7-3- الأدوار:

يلعبها العملاء ( المسترشدين ) في التمثيلية، و يمكن ان تتعدد لتغطي أدوارا مثل: دور العميل كما هو في الحياة العملية فعلا ، و دور المريض النفسي كما يعتقد أن الناس يرونه، و دور المرشد، و دور الشخص المهم في حياة العميل كالوالد، أو الولد، أو الأخ أو المعلم أو التلميذ... الخ ، و دور الشخص المعاكس مثل قيام المسترشد العدوانى بدور مسالم أو المسترشد المنظوي بدور ألبساطى ، المرؤوس بدور رئيسه الابن بدور الأب..... الخ

#### 7-4- الإخراج:

يقوم المرشد بإخراج التمثيلية ، و يقوم احد المسترشدين بالإخراج لمساعدة الطلبة المسترشدين من زملائه و يكمن دور المخرج في الإخراج في :

- لعب دور محدد في التمثيلية كان يكون شرطيا أو محاميا أو أبا .
  - تبيين الأدوار و الشخصيات و توزيع الأدوار على الطلبة .
  - ضبط و تقويم السلوك من خلال التمثيلية .
  - المساعدة في تغيير السلوك.
- و يتم توزيع الأدوار حسب رغبات المسترشدين مع التوجيه من قبل المرشد ( الباحث ) اذا لزم الأمر.

حيث توزع الأدوار لتظهر لنا السلوكيات اللاتوافقية حتى يكمن ضبطه و تقييمه.

### 7-5- الممثلون :

هم المسترشدون أنفسهم ، و يكون لأحدهم دور البطل الرئيسي او الشخصية الرئيسية ، ويمثل في الأعضاء ادوار الأشخاص المهمين في حياته مثل: الوالدين، الأخوات، الإخوة..... الخ .

وقد يشترك المسترشد نفسه في التمثيل او قد يشترك اعضاء الفريق الارشادي في التمثيل بغرض:

1- التقويم السلوكي.

2- تفسير السلوك.

3- توجيه السلوك.

ومن الضروري إسناد الأدوار للمسترشدين بطريقة تسمح بالتخلص من القلق والإحباط

والصراع و تحقيق ذواتهم الاجتماعية .

### 7-6- اختيار الأدوار:

بالنسبة لاختيار الأدوار تترك الحرية كاملة للمسترشدين لاختيار ما يناسبهم في تمثيلها، و يفضل ان يختار كل عضو الدور الذي يرغبه و ان يكون أداءهم بعيدا عن التمثيل حيث يكون معبرا عن أفكارهم الحقيقية بتلقائية و حرية، مع وجوب مراعاة شروط عند التمثيل :

- ان أداء الأدوار أو المشاركة في التمثيل غير قصري .

- الرغبة في أداء الدور.

- ان لا يسبب العرض إرهاقا جسديا أو نفسيا .

- ان يشخص التمثيل الحالة و يعالج أسبابها .

- المشاركة من قبل المسترشدين في الإعداد والتنظيم والتنفيذ.

- الاندماج الكامل في المشاهد التمثيلية والتمثيل بتلقائية وحرية كاملة.

- يجب الأخذ بعين الاعتبار إن العملاء أو المسترشدين ليسوا ممثلين محترفين، إنما هم يقومون بأداء ادوار تعكس سلوكياتهم قصد تعديلها من خلال إظهار مشاكلهم للعلن.

### 7-7- المشاهدون ( المتفرجون ):

المشاهدون هم المسترشدون أنفسهم و هم يمثلون أعضاء المجموعة الإرشادية ، و بعد إنهاء التمثيل يتم فتح باب النقاش و تكون المناقشة جماعية حول أحداث التمثيلية أو القصة ، حيث يتم التركيز في المناقشة على الجانب السلوكي و ليس على الجانب الفني التمثيلي ، و التعليق والتقييم و النقد للمواقف يكون مساعدا على التخفيف من حدة المشكلات السلوكية، مع تفسير الأسباب المؤدية لإظهار الجوانب الانفعالية في الشخصيات التمثيلية و من الضروري اخذ بعين الاعتبار بعد الانتهاء من العرض التمثيلي بالأمور التالية :

- ضرورة المناقشة بعد الانتهاء مباشرة من التمثيلية.

- إظهار مظاهر القلق و الإحباط في السلوك لدى الممثلين من الطلبة المسترشدين.

- قيام المرشد أو الفريق الإرشادي بتفسير أسباب السلوك من خلال العرض .
- اظهار الجوانب الانفعالية السلوكية و الصراع من اجل الاستبصار لمشاكلهم بهدف تعديلها.
- التشخيص جزء من أهداف المناقشة أحداث التمثيلية و ذلك من خلال وعي المشكلة و فهمها و تحليلها.

#### 7-8- عملية التسجيل:

يمكن تسجيل التمثيلية النفسية على شريط الفيديو من اجل خدمة المناقشة الجماعية التي تلي عملية التمثيل للقصة، و من اجل تحقيق العديد من الأهداف التي تسعى إليها السيكو دراما كالاستبصار الذاتي و التعرف على جوانب الشخصية المختلفة و تحديد السلوكيات غير المرغوبة... الخ .

كما لا يمكن تسجيلها قصد التحفظ على أسرار المسترشد و كذلك بالنسبة للأطفال يكون هناك تشتت الانتباه لديهم .

#### 8-التقنيات المستخدمة في السيكو دراما :

استخدمنا في بحثنا البرنامج السيكودرامي عددا من اشهر التقنيات السيكودرامية وأكثرها استخداما مع الأطفال وأكثرها ملائمة للمجموعة التجريبية وهي تلعب الدور وعكس الدور مع إدخال اللعب الجماعي كنشاط ترفيهي لجلب جو من الألفة والارتياح النفسي والهدف منه تكوين علاقات اجتماعية .

#### 9-محتوى البرنامج :

استعملنا 20 جلسة منها جلسات خاصة بالمهارات الاجتماعية كالتعاون والصدقة الى جانب الجلسة التمهيدية والجلسة قبل الأخيرة للمهارات الأربع فضلا عن الجلسة النهائية التي جاءت بعد القياس البعدي وتعتبر كحفل للتتويج .

9-1.الجلسة الأولى : تهدف الى تهيئة الأطفال الى الجلسات السيكو درامية التي تليها.

- 9-2. الجلسة الثانية: تهدف إلى تدريب الأطفال على الاستماع إلى الآخر ومساعدتهم على فتح باب التعاون وطرح السؤال .
- 9-3. الجلسة الثالثة : تهدف إلى اللعب داخل الجماعة مع إضافة التعاون مع بعضهم .
- 9-4. الجلسة الرابعة : هدفت إلى إدخال المهارات الأكاديمية مع رسم وسرد للقصص بطريقة جيدة
- 9-5. الجلسة الخامسة : هدفها التعرف على أجسامهم وقدراتهم الجسدية وتوظيفها داخل الألعاب المسرحية باستعراض لأجسامهم
- 9-6. الجلسة السادسة :هدفت إلى فهم الطفل إلى مقوماته وأفكاره ونقاط قوته وضعفه بتمثيل لقصة طفل يبكي من ضعفه وآخر من قوته والمقارنة بينهما .
- 9-7. الجلسة السابعة :هدفت إلى التعبير عن الشعور والسمات الخاصة لتعبير الوجه من خلال الشعور .
- 9-8. الجلسة الثامنة :هدفت إلى التعبير عن ما هو بداخل الطفل بمثابة شكوى للمرشد بما يحس به وما يصيبه من مضايقات من زملائه .
- 9-9. الجلسة التاسعة :العودة إلى اللعب داخل المجموعة مع التحفيز على الشعور بالسعادة والضحك داخل جو من المبادرات وهدفت هذه الجلسة إلى نسيان ما قام به الأطفال من انتقادات لسلوكيات بعضهم وإرجاع الألفة بينهم من جديد.
- 9-10. الجلسة العاشرة :جاءت مكملة للجلسة الثامنة لكي يقلب الأدوار دون ادخال المرح والسخرية.
- 9-11. الجلسة الحادية عشر : إدخال كلمات التسامح والتآزر والتآخي بين الأطفال مع تعزيز السلوكيات بأشياء مفضلة لديهم ومسح السلوك السيئ واستبداله بالسلوك الحسن .
- 9-12. الجلسة الثانية عشر: تهدف الى مراعاة الصداقة وأداء حقوقها بالمناقشة معهم.

9-13. الجلسة الثالثة عشر: تمثيل قصة النظافة داخل الحي الهدف هو رؤية جمال المحيط ويكون للطفل دور خاص للبقاء على جماله والاحساس بالمسؤولية .

9-14. الجلسة الخامسة عشر: توجد بها لعبة الحبل وهي لعبة جماعية وتهدف الى تحريك الأجسام وإضفاء جو المرح والسعادة في نفوسهم .

9-15. الجلسة السادسة عشر: تدريب الأطفال على المشاركة الوجدانية لأصدقائهم ترسم مجموعة من الأصدقاء مع بعضها بإعطائهم الأوراق وريشة واحدة والألوان وهذا يعلم الأطفال الصبر وانتظار الدور والتفاهم والانسجام .

9-16. الجلسة الثامنة عشر: مراجعة المهارات والتدريبات وإعطاء رأيهم الخاص حول اللعب داخل المجموعة واللعب الفردي والتعبير بتلقائية يهدف إلى تطلع الباحث إلى إيجاد الفروق في فهم والطلاقة في التعبير بما يشعرون به الأطفال .

9-17. الجلسة التاسعة عشر: إنهاء البرنامج والإجابة على تساؤلات الأطفال وإجراء قياس بعدي مع ترك الحرية المطلقة لهم وملاحظة سلوكياتهم .

9-18. الجلسة العشرون : بعد الاتفاق معهم على الجائزة وهي جائزة جماعية قرر الأطفال أن تظهر صورة وشخصية المهرج واللعب معه داخل قاعة العلاج وتضمن النشاط ألعاب ترفيهية جماعية لعبة شد الذيل والكرسي والتركيز والحكايات الامير والحراس القطار وكذلك الرقص على أنغام موسيقى المهرج مع توزيع الإكراميات لهم .

ايستغرق عدد الجلسات 21 يوم كما كانت مدة كل جلسة ساعة ونصف في الفترة المسائية بالإضافة إلى أنها كانت تلقائية والسيناريوهات كانت مصنوعة من قبل الأطفال أنفسهم بتدعيم من الباحث ، زد إلى هذا كانت تتخلل الحصص سرد قصة عليهم مدتها عشر دقائق فيها رسالة تعبر عن سلوك معين محاولة بذلك الإشارة الى طفل من الاطفال .بالاضافة الى ان الأطفال كانوا يمثلون أنفسهم بالدور المضاد لسلوكهم.

وكانت كل حصة فيها تعزيز ايجابي مادي ومعنوي كقطع الشوكولا ورؤية رسوم متحركه هادفه محببه لديهم مع كلمات الشكر والمدح، كما كان هناك صعوبات تواجه كل حصة هي التأخير في انسجام الطفل والدخول في جو الجلسة بعد قضاء اليوم الكامل في الدراسة ، زد اليه انه كانوا من السنوات الاولى من التعليم الابتدائي فصعوبة التركيز و فصاحة اللسان يلعبون دورا هاما في ذلك .

## خلاصة الفصل :

حاولنا قدر المستطاع إعطاء صورة واضحة عن السيكو دراما بإعطاء لمحة عن مفاهيم عديدة وكذا نظريات تكلمت عنها والتقنيات المستعملة في استعمال السيكو دراما وتطبيق النظريات التي ساهمت بشكل واسع و توظيفها بشكل معمق والنتائج التي توصلت إليها السيكو دراما في عدة مجالات.

فهي طريقة ارتجالية تسعى الى تقديم مجموعات من اللوحات والمشاهد الدرامية والأدوار الحركية لوظيفة علاجية ووقائية ويعني هذا ان للسيكودراما دورا ايجابيا ووظائف مهمة في الحفاظ على توازن شخصية الطفل من الناحيتين الشعورية واللاشعورية بقصد تحقيق التوازن النفسي الملائم، إلا أننا نحاول توظيفها في هذا البحث في جزء واحد لدى الأطفال في المراحل الابتدائية أي مرحلة من مراحل الطفولة وهي الابتدائية ومتعلقة في مفهومهم للذات .

# الفصل الثالث

مفهوم الذات ونظرياته

تمهيد

مفهوم الذات

النظريات التي شرحت مفهوم الذات

نظرية التحليل النفسي:

خلاصة الفصل

## تمهيد :

يحاول الإنسان بشكلٍ مستمر التعرّف على أعماق ذاته لتحديد توجهاتها وملامح شخصيّته، وتكون تلك المحاولة ملحّة في مرحلة المراهقة من عمر الإنسان، وتستمرّ حاجاته هذه لباقي مراحل حياته، وذلك تبعاً للتغيرات التي تطرأ عليه وعلى بيئته، وبذلك يعتبر مفهوم الذات هو مركز الشخصية الإنسانية وتكوينها وبنائها .

و سنحاول في هذا الفصل تناول موضوع الذات التي تعتبر إدراك الطفل لنفسه وفهمها لان لا يستطيع تقديرها وهنا لابد علينا أن نتناول هذه الذات كاملة وإبراز الذات لدى الفرد عامة والطفل خاصة وهذا له علاقة بموضوع دراستنا ، ونحاول كذلك التطرق للنظريات التي تناولتها كنظرية التحليل النفسي وخاصة فرويد ونظرية يونج والنظريات الظاهرانية .

## 1- مفهوم الذات:

يعرف ولمان الذات انها عبارة عن تقييم الفرد لنفسه و ذكر مصطفى فهمي (1976) أن مفهوم الذات هو مجموع ادراكات الفرد لنفسه و تقييمه لها. وهو متكون من خبرات إدراكية انفعالية تتركز حول الفرد باعتباره مصدر خبرة و السلوك.

وذكر حمدان زهران (1978م) أن الذات هو ذلك الشعور الوعي بكيونة الفرد و هي تنمو وتتفصل تدريجيا عن الإدراك تتكون نتيجة للتفاعل مع البيئة.

وقد عرف كمال الدسوقي (1978م) أن الذات أنها ذلك الشخص كما يحس و يدرك و يفكر بنفسه.

ويذكر وان wane و هنستاب hantsap في (1986) أن مفهوم الذات تقييم الفرد لخصائصه الشخصية و اتجاهاته ووضعه الاجتماعي.

عرف عادل الأشول (1987) ان مفهوم الذات بأنه هو الطريقة التي يدرك الفرد بها نفسه. وقد عرف هول hull و لنزري linzri هي تعرف من ناحية باتجاهات الشخص مشاعره نحو نفسه.

ومن ناحية أخرى تعتبر مجموعة من العمليات السيكولوجية التي تحمل السلوك و التوافق و يمكن أن نطلق على المفهوم الأول للذات كموضوع. و يطلق هول و لنزري على المعنى الثاني أنها الذات كعملية فالذات هي فاعل حقيقي.

وقد فرق هاما شيك hamacheck (1987) و محمد محروس (1995) بين مصطلحي الذات .

ومفهوم الذات وان كلا من يمثل جزءا من شخصية الفرد الكلية. فالذات هي ذلك الذي نعيه عن أنفسنا في المستوى الشعوري .

أما مفهوم الذات فإنه يشير إلى تلك المجموعة الخاصة من الأفكار التي تتكون لدينا حول وعينا بأنفسنا في أي لحظة أو هو ذلك البناء المعرفي المنظم الذي ينشأ من خبرتنا،

و من الوعي بأنفسنا تنمو أفكارنا أو مفاهيمنا عن النوع الذي نجده في أنفسنا

(عبد الرحمان العيسوي، الارشاد النفسي، دار الفكر، الاسكندرية ، 1998م، ص166)

وبالتالي يختلف كل شخص عن غيره من حيث الوعي بذات و أفكاره المرتبطة به .  
ويعرفه طه عبد العظيم (1987) الذات أنها تنظيم إدراكي يتضمن جميع الأفكار  
والوجدانيات و الترويعيات لدى الافراد والتي تعبر عن تصوره لخصائصه البدنية و العقلية  
ولكل سلوكه المختلفة.

بينما يعرفه عبد الفتاح (1992) أنه " الكيفية التي يدرك نفسه، و هذه الإدراكات تتشكل من  
خلال خبراته داخل البيئة على وجه الخصوص بتدعيمات البيئة التي يعيش فيها والآخرين  
المهمين في حياته.

كما يرى سوير وآخرون (1993) إلى أن مفهوم الذات هو ذلك الجزء المتناغم يتشكل من  
ادراكات و خصائص الفرد و علاقته مع الآخر في مختلف جوانب الحياة، والقيم المحددة  
لهذه الإدراكات، و يعني عملية متغيرة و مرنة، و بصفة عامة تعتبر خبرات الذات عن  
المفهوم الخام يتشكل منها مفهوم الذات الواقعية والذات التي يأمل الفرد التحلي بها.  
ويذهب موسى جبريل (1993) أن مفهوم الذات يشير إلى منظومة معقدة و هي من عمليات  
الجسدية و النفسية المميزة و المفروضة على الفرد .

ويعرف سندرلاند (1996) مفهوم الذات أنه الطريقة التي يرى الفرد بها نفسه.

ويشير حامد زهران (1997) أن مفهوم الذات هو تكوين معرفي منظم و متعلم للمدركات  
الشعورية و التصورات و التقييمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد، و يعتبره تعريفا نفسيا  
لذاته. ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر  
المختلفة لكيونته الداخلية أو الخارجية، و تشمل هذه العناصر المدركات و التصورات التي  
تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو "مفهوم  
الذات المدرك" و المدركات و التصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في  
المجتمع يتصورونها عنه و التي يمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي، و المدركات و  
التصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون مفهوم الذات المثالي .

و قد أضاف حامد زهران (1997) بعدا جديدا للذات و هو مفهوم الذات الخاص الذي  
يختص بالذات الخاصة. أي الجزء الشعوري السري "الشخصي جدا" و هو من خبرات

الذات، و التي يخجل الفرد منها و لا يستطيع البوح بها، لذا تنشط الذات تماما دون خروج محتوياته.

ويؤكد حامد زهران أن الخبرة مهددة في مفهوم الذات الخاص و إذا لم تظهر و تكشف للمعالج النفسي و تناقش و لم يوضع لها خطة لعلاجها تكون بمثابة "العاهة المستدامة" إن مفهوم الذات من خلال ما عرضناه من تعريفات به تعريفه بأنه مجموعة الصفات الإيجابية و السلبية التي يكتسبها الفرد ليعرف عن نفسه و هي تلك التصورات التي يعتقد أنه يتميز بها وتتشكل من خلال التفاعل بين الفرد و البيئة التي نشأ فيها ألا و هي "الخبرة" (مهند محمد عبد الستار، مرجع سابق، 76، 2011)

2- النظريات التي شرحت مفهوم الذات:

### 2-1-1- نظرية التحليل النفسي:

تقوم هذه النظرية على ثلاثة مسلمات أساسية عن الطبيعة الإنسانية أولها: أن السنوات الخمسة الأولى من حياة الفرد في المرحلة المهمة و الأكثر تأثيرا على سلوكياته في المراحل التي تليها في حياته سواء كان سلوكه سويا أو شاذا ونعتبر أن الدفاعات الغريزية الجنسية للفرد تحكمه المحددات اللاشعورية إلا أن التابعين إلى نظرية فرويد الجديدة والتي تقوم على أن سلوك الإنسان له نظرة توازن بين الجوانب البيولوجية الاجتماعية و الحضارية.

من رواد هذه النظرية نظرية التحليل النفسي هو: فرويد Freud

يونج yun آدلر adler كرين هورني horny سوليفيان sullivian

### 2-1-1-1- نظرية فرويد freud :

- تعتبر الأنا لفرويد freud هي العامل الأساسي لبناء الشخصية، يرى أن الأنا تقوم بدور وظيفي و تنفيذي تجاه الشخصية إضافة إلى أنها تحدد الغرائز لتقوم بإشباعها و تحدد أيضا كيفية إشباعها، وكيف أن تقوم الأنا أيضا بمنع تفريغ الشحنة حتى يحين الوقت الوقت المناسب لتفريغها و تقوم بالاحتفاظ بالدوافع النفسية بين متطلبات الصراع الأخلاقي

للشخصية و بين الدوافع الطبيعية و تقوم الأنا بدور فعال حتى أنها تمتلك القدرة على الاحتفاظ بالتوافق بين الدوافع و الضمير.

### 2-2-2- نظرية يونج yung :

يرى يونج yung أن الذات و التي تقع في موضع بين الشعور و اللاشعور تكون قادرة على إعطاء الذات للشخصية كلها و إن أعلى مستوى للتفاعل داخل الفرد هو الذات و يحقق الوعي بالذات والوحدة للنفس.

وكذلك على تكامل كل من الشعور و اللاشعور فيما بينهما.

وأضاف يونج yung أن أهمية الذات كجهاز مركزي يزيد عليها وحدتها و توازنها و ثباتها و إنها تحرك السلوك .(حامد زهران ،مرجع سابق، 1980،ص12)

### 2-2-3- نظرية أدلر adler :

يرى أدلر أن الفرد يقوده هدف مستقبلي الذي .. هو لنفسه و يتحرك لتحقيقه و أطلق عليه إسم الذات.

(محمد ابو العلا احمد ، علم النفس العام ،مكتبة عين شمس ، القاهرة 1993م)

و تكلم أدلر adler عن مفهوم الذات ومفهوم الأنا المبتكرة و هي العنصر الدينامي النشط في حياة الشخص التي تبحث عن الخبرات التي تنتهي بتحديد أسلوب الشخص و إذا لم تتوفر هذه الخبرات في الحياة الواقعية فإن الذات المبتكرة تحاول ابتكارها .

(حامد زهران، 1978،مرجع سابق ، ص13)

ان مفهوم أدلر ( adler) عن أسلوب الحياة يمثل نظريته إلى الشخصية الإنسانية من حيث تنظيمها و اتساقها و تفردتها و أسلوب الحياة في نظره هو نتاج ذات داخلية موجهة، و قوى خارجية.

وأعطى أدلر ( adler ) أهمية كبيرة للذات الداخلية فالحادثة الواحدة قد يستجيب لها شخصان مختلفان و تكون إستجابتهما إستجابتين مختلفتين، فالذات عنده تمثل نظاما شخصيا و ذاتيا يفسر خبرات الإنسان و يعطيها معناها.

#### 2-2-4- نظرية هورني horny :

قدمت هورني عن مفهوم الذات الدينامي و هي تعتقد أن الشخص يناضل في الحياة من أجل تحقيق ذاته و تحدثت عن مفهومها ثلاثيا للذات:

-الذات المثالية: كمفهوم رئيسي و عامل هام في التوافق النفسي أو الاضطراب النفسي وتسعى إلى تحقيق الاكتفاء الذاتي و الاستقلال و إذا كانت الذات مثالية غير واقعية لا يمكن تحقيقها يؤدي إلى صراعات داخلية.

-الذات الواقعية: التي تشير إلى مجموعة من الخبرات و قدرات الفرد و حاجاته و أنماط سلوكه و تعرف الذات الحقيقية على أنها القوى الداخلية المركزية التي تميز الفرد، و هي مصدر النمو للطاقة و الميول و القدرات و المشاعر.

و ترى هورني horny أن العصاب ينشأ عندما يبعد الشخص عن ذاته الحقيقية و يسعى وراء تحقيق صورة مثالية غير واقعية . (حامد زهران، مرجع سابق)

#### 2-2-5- نظرية سوليفان sullivan :

أكد سوليفان sullivan على أهمية العلاقات و كما اعتقد ان كلا من السلوك المقبول أو المنحرف نتيجة التفاعلات بين الوالدين خلال عملية التنشئة، في الطفولة و قد أكد على أهمية دور الآخرين في التنشئة وخاصة فكرة الذات و بذلك فإن مفهوم الذات ليس انبثاق الإمكانيات المتولدة من الشخص ، أو ناشئة من الصراع الداخلي له بقدر ما هو عملية إتصال خارجي نتيجة الخبرات التي تعرض لها.

(كمال الدسوقي، ذخيرة علم النفس، وكالة المطبوعات الدولية، القاهرة، 1988 ص 79).

إن نظرية التحليل النفسي أعطت أهمية كبيرة الأنا و دوره مؤثر في الشخصية فتعد ركز فرويد على المفهوم و اعتبره جزءا من أجزاء الشخصية الذي يسير اللهو و يضبط طاقاته و

بوجهها، و قد أكد على أهميته في تحديد السلوك على عكس أصحاب النظريات و الذين لا يرون فيها أهمية في تحديد السلوك و قد اتفق الى حد ما مع ما ذهب إليه فرويد في الاعتقاد بأن القدرة على الاحتفاظ بالتوازن بين الدوافع و الضمير تعمل على تنظيم السلوك وكذلك أعطى يونج للمفهوم أهميته كجهاز مركزي للشخصية و أهميتها في تحديد الذات ،وقد اختلف أدلر مع يونج في هذا المعنى حيث رأى أن الأشياء التي يتحدد بها السلوك هي الحوافز الاجتماعية.

وقد انتقد كل من أدلر adler و هورني horny و سوليفان solifan النظرية التحليلية بصفتهم من أنصار النظرية التحليلية الحديثة.

حيث أكدوا على أهمية المواقف الاجتماعية و العلاقات المتبادلة مع الآخرين في تطور الذات و التي تعتبر من وجهة نظرهم مكتسبة من البيئة الاجتماعية.

## 2-2-2- النظريات الظاهريةphenomenological :

تركز هذه النظريات في دراستها للشخصية على الخبرة الذاتية للفرد و رؤيته الشخصية للحياة و نفسه و ادراكاته الخاصة كما أن لب هذه النظريات تؤكد على الكفاح الإيجابي للفرد و ميله إلى النمو و إلى تحقيق ذاته إضافة إلى اهتمامها بجانب المعرفة الذي بواسطته يعرف الفرد و يفهم العالم من حوله فالاهتمام من النواحي المعرفية يتضمن الاهتمام بالعمليات الداخلية أو العقلية باختصار فإن هذه النظريات تهتم بخبرة الفرد كما يدركها هو

و يمثل هذا الاتجاه التنظيري: كارل روجرز rogers ، فيليب فرنون vernin ، سينج و كومبس snygg and combs ، و ساربين sarbin .

## 2-2-1- نظرية الذات عند كارل روجرز rogers :

لقد تغيرت معاني المفهوم الذات من نظرية لأخرى ز أصبحت ذات مركز اهتمام في غالبية النظريات الخاصة بالشخصية ظهرت على أنها الركن الأساسي في نظر روجرز rogers . إلى درجة أنها من الشائع أن تعرف باسم نظرية الذات ، إن الفرد عند روجرز هو مركز عالم الخبرة و المتغير الذي يعيش فيه و للمجال كما يخبره و يدركه ككل منظم. و تكون هذه العملية موجهة نحو هدف أساسي هو تحقيق و إيثار و تقوية الذات الذي يحي الخبرة.

إن السلوك في نظر روجرز rogers هو محاولة موجهة وكذلك إشباع الحاجات و إن يتم تكوين بناء الذات نتيجة حتمية مع البيئة و مع الأحكام التقييمية للآخرين، فالخبرة الكبيرة تساعد الفرد على الإحساس بالذات، و يلعب تأثيرات في هذه المرحلة دورا هاما في بناء الذات.

وتعتبر الذات عند روجرز rogers حجر الزاوية للإدراك الشعوري، وأن معظم الطرق التي تؤدي للسلوك الذي يشعر الكائن بالحب هي تلك التي تتسق مع مفهومه عن نفسه، ولذا فإنها طريقة لإحداث تعديل في السلوك يكون بإحداث تغيير في الذات، و هذا ما تحاول نظرية العلاج المركز حول العميل.

ووجد ( روجرز rogers ) أن الفرد يسعى إلى الحصول على الآخرين أكثر ما يسعى إلى الخبرات التي يقدرها الكائن. الحي ، و إن الحاجة لاعتباره الذات توازي الحاجة إلى الاعتبار و كنتيجة إلى الاعتبار الاجتماعي ينمي الفرد اتجاه نحو الذات الذي يساعده في الاندماج في الحياة اليومية.

تقدم نظرية روجرز rogers على النظرة لطبيعة الإنسان تلك النظرة التي تفترض وجود قوة دافعة لدى الإنسان هي النزعة إلى تحقيق الذات.

(لويس كامل مليكة،العلاج السلوكي وتعديل السلوك،دار القلم،الكويت، 1990،ص 150)

بدأ تاريخ نظرية روجرز عندما بدأ الإرشاد النفسي الممركز حول العميل و تعتبر هذه النظرية من أهم النظريات التي اهتمت بدراسة الذات لارتباطها بطريقة الإرشاد و العلاج غير المباشر.

(حامد زهران، مرجع سابق ص81)

في ضوء هذه النظرية فإن الذي يحدد السلوك ليس هو المجال الطبيعي الموضوعي و لكن المجال الظاهري الذي يدركه الفرد نفسه من أهم مفاهيم نظرية روجرز rogers في الذات ما يلي:

## 2-2-1-1. مفهوم الإنسان أو الكائن الحي البشري:

و هو الفرد ككل الذي يتميز حسب هذه النظرية أنه يستجيب ككل منظم للمجال الظاهري من أجل إشباع حاجاته المختلفة كما أن تحقيق الذات حفظها هي دافع الإنسان الأساسي.  
(مصطفى فهمي، علم النفس الاكلينيكي، دار مصر للطباعة، مصر، 1967، ص 117).

## 2-2-1-2. مفهوم المجال الظاهري:

و هو جميع الخبرات التي يمر بها الفرد حيث يعتبر روجرز الذات كجزء متميزة من المجال الظاهري تتكون من المدركات الشعورية و القيم المتعلقة به و يتضمن مفهوم الذات الصورة الرئيسية المتعلقة بمن انا أو كشخص تاريخ معين و مجموعة من المطامح و الأهداف و يستجيب الكائن في - ككل منظم- للمجال الظاهري من أجل إشباع حاجاته.

رغم أن هناك عددا من الحاجات المحدودة، إلا أن هناك واقعا واحدا أساسيا هو تحقيق و تأكيد أو الرفع لقيمة الذات.

- الذات: وهو مفهوم هذه النظرية و نواتها و المحور للخبرة التي تحدد شخصية الفرد فالطريقة التي يدرك الفرد بها و هي التي تحدد نوع شخصيته و كيفية إدراكها.  
(لويس مليكة و آخرون، مرجع سابق، 1959 ص 104).

و يرى rogers روجرز أن الذات لها خصائص عديدة منها:

نتيجة تفاعل الكائن البشري مع البيئة و تنزع الذات ، حيث يسلك الكائن البشري سلوكيات تتسق مع الذات كما نجد الخبرات التي لا تتسق مع الذات تدرك بوصفها تهديدات تتغير الذات نتيجة للنضج و التعليم.

و يرى rogers أن وظيفة الذات هو العمل على تحسين و تماسك لكل الجوانب الشخصية و إكسابها طابع متميزا كما مفهوم الذات بتنظيم الخبرات التي يكتسبها الفرد في مراحل حياته.

وقد وضع روجرز Rogers تسعة عشر قضية فيما يخص خصائص الذات و عملها و تأثيرها على السلوك و من أهم هذه القضايا ما يلي:

1. الذات هي ذلك الجزء الذي يأخذ تدريجياً عن بقية المجال باعتباره شعور الفرد بوجوده ووظيفته و هذا الجزء من المجال من مجموعة إدراكات الفرد لنفسه.

2. تتكون بنية الذات من خلال التفاعل المستمر البشري و بين بيئته التي يعيش فيها و خاصة المحيطين به باعتبار أنهم مصدر اشباع أو احباط له.

(جابر عبد الحميد جابر و علاء الدين كفاقي، معجم علم النفس والطب النفسي، دار النهضة العربية، القاهرة، ج2. 1990، ص 547)

3 . تتسق معظم طرائق السلوك التي يقوم بها الكائن البشري مع مفهومه لذاته و يعني ذلك أن أفضل طريقة لتعديل السلوك هي البدء بتغيير مفهوم الفرد عن ذاته لتعديل ذلك السلوك (المرجع السابق. ص 548)

4 . يتوافر التوافق النفسي عندما يصبح مفهوم الذات في وضع يسمح لكل الخبرات الحسية والعضوية للكائن الحي بأن تصبح متمثلة في مستوى رمزي و على علاقة ثابتة و متنسقة مع مفهوم الذات بأن تصبح شعورية، كما أن الذات لديها القدرة على اختيار الخبرات التي تتسق مع بنائها.

لقد تعرضت نظرية روجرز لبعض الإنتقادات حول تجاهلها للجانب اللاشعوري و اعتمادها على التقارير الذاتية لدراسة بعض الجوانب الشخصية و على الرغم من وجود مثل هذا النقد لهذه النظرية إلا أنه لا يقلل من قيمتها لأنها ساعدت على توضيح جانب الطبيعة الإنسانية كان غامضاً من قبل فقد أسهم في تنمية القوة الثالثة في علم النفس التي يتزايد تأثيرها بين القوتين السلوكية و دعاة التحليل النفسي و هذه القوة الثالثة تسمى بعلم النفس الإنساني لأنها تؤكد على الطبيعة الإنسانية الخيرة . (جابر عبد الحميد جابر، مرجع سابق 1990م، ص 572)

## 2-2-2. نظرية فيليب فرنون vernon :

يرى vernon أن كل فرد يشعر بأن لديه نواة أو ذات مركزية تتميز و تتباين عما سواها من موجودات مركبة، أي تتكون من أجزاء كثيرة تتصارع فيما بينها غير أنها متحددة و يجمعها الإحساس بالهوية أو الكينونة.

وتتخذ الذات شكل مستويات متدرجة من أعلى و ذلك في ضوء ما تتضمنه من محتويات شعورية و لا شعورية تتكون الذات في مستواها الأعلى من مجموعات ذوات أبعاد إجتماعية عامة ثم تجيء الذات الشعورية الخاصة، و هذه من الذات المدركة التي يستطيع الفرد التعبير عنها لفظيا لأصدقائه المقربين ثم الذات البعيدة و هذه يمكن أن تساعد الفرد من خلال إجراءات التوجيه و الإرشاد النفسي ثم تأتي المشكلات العميقة المكبوتة في نهاية سلم الترتيب و هذه لا يمكن أن تظهر إلا بالتحليل النفسي.

و قدم فيليب فرنون Vernon إطارا تطوريا لنظرية الذات و ذلك من خلال تحديده مستويات مختلفة للذات و من المستويات الذات الاجتماعية التي يعرضها الفرد الآخر و الذات خاصة التي يدركها الفرد عادة و يعبر لفظيا و هذه يكشفها عادة للمقربين و الذات العميقة أو التي يتم التوصل إلى صورتها النهائية عن طريق التحليل النفسي.

(حامد زهران، مرجع سابق 1980، ص 86).

## خلاصة الفصل :

تطرقنا في هذا الفصل إلى الذات عند بعض العلماء الذين تناولوه بإسهاب كبير وأعطوه أهمية سواء كان مفهوم الذات لدى الفرد أو تقدير الذات لدى الكبار.

ثم تطرقنا الى عدة تعريفات منها تعريف حامد زهران وكارل روجرز ثم تناولنا اهم النظريات التي شرحت لنا مفهوم الذات وبما أننا نحاول ان نتناول الذات لدى الأطفال تكلمنا عنها وركزنا بالأخص على النظريات التي تهتم بصحة الطفل النفسية و خاصة مدرسة التحليل النفسي عند فريد ونظرية يونج وكذا النظريات الظاهرية فأبرزنا العلاقة بين هذه الذات عند الأفراد ومفهومهم لها .

# الفصل الرابع

## الاجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

1. المنهج المستخدم:
2. حدود الدراسة:
3. عينة الدراسة
4. أدوات الدراسة:
5. الدراسة الإستطلاعية :
6. إجراءات التطبيق:
7. الاستنتاج العام :

تمهيد :

إن أي بحث في المجالات الاجتماعية أو الإنسانية لا يصل إلى التحقق أو الإثبات لمحتوياته بصفة دقيقة إلا إذا اشتمل على دراسة ميدانية يوضح فيها مدى ترابط الجانب النظري بالجانب الميداني (الجانب الواقعي) وكذا إلى أي مدى يمكن الاعتماد على الجانب النظري في الحياة الاجتماعية وتطبيقه لإثبات أو رفض الفرضيات التي انطلق منها الباحث في بحثه .

وسنحاول في هذا الجانب أن نتطرق لعينة الدراسة وهم أطفال في بداية التعليم من طبق عليهم هذا النموذج وكذلك تحليل نتائج الفرضيات والجداول الإحصائية المتعلقة بكل فرضية ومنه نعطي استنتاج عام لهذه الدراسة الميدانية .

فمن خلال دراستنا الميدانية يمكن الإجابة عنها بإثباتها وصحتها أو نفيها عن طرق دراستنا ووجودنا في الواقع الذي يظهر لنا مدى أهمية ودور البرامج العلاجية وكيفية تأثيرها على سلوكيات أطفالنا .

## المنهج المستخدم:

يعتبر المنهج في أي بحث من الأساسيات وتطبيق المنهج يفرضه موضوع البحث وطبيعته وبما أننا استعملنا السيكو دراما على عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية توجب علينا استخدام المنهج التجريبي. يعتبر المنهج لمثل هذه الدراسات بتطبيق برنامج مدروس على الأولاد ومشاهدة أفعالهم وردود أفعالهم وهذه العملية مقصودة لكي نستنتج من خلاله هل البرنامج له تأثير على سلوكيات الأطفال نحو الإيجاب أو نحو السلب هل فهموا ذاتهم على عبوروا عن ما بداخلهم هل تغير حقا سلوكهم هل السيكو دراما أعطت نتائج إيجابية فلمنهج هو أداة موجهة للباحث وتفرض عليه استعمال تقنيات واليات محددة مضبوطة ومدروسة للوصول الى الحقائق العلمية الخفية والإجابة على مشكلة الدراسة وتعميم النتائج على التلاميذ في إطار مفاهيمي ومقاربة نظرية محددة .

## حدود الدراسة :

2-1- الحدود المكانية :أجريت الدراسة الميدانية بالمدرسة الابتدائية أحمد نويوه بولاية الأغواط

2-2- الحدود الزمانية :أجريت الدراسة في العام الدراسي 2015-2016 من شهر افريل الى ماي كايام تطبيق وكانت مدة الجلسات 21يوم مع التلاميذ مدة ساعة ونصف في اليوم أما تحليل النتائج وتمحيصها فأخذت من وقت لا بأس به .

2-3- الحدود البشرية : بلغت العينة 10 حالات. 6 ذكور و 4 إناث يدرسون في المرحلة الابتدائية بمدرسة أحمد نويوة، كان اختيارنا لهذا العدد من التلاميذ قصديا نظرا لظروف وشروط محددة وغير محددة أولا كان لزاما علينا أخذ الموافقة من المدير وكذلك طلب الموافقة من أولياء التلاميذ وكان بعض الأولياء أسر على الحضور بكل بساطة لأنهم أولاد ومن حق الأولياء أن يخافوا على أبنائهم وبما أن الدراسة الميدانية تعتمد على الجلسات فلا يمكن استعمال عدد كبير فلا نستطيع التحكم في الجلسات فطبيعة الموضوع وكذلك ظروف أخرى تكلمنا على البعض منها تحكمت في عينة الدراسة إلى العدد المذكور فكانت العينة قصدية وبشروط مسبقة.

أما الآن سنحاول أن نوضح العينة حسب جدول الآتي :

جدول رقم (01) يوضح توزيع العينة حسب الجنس

النسبة	التكرار	الجنس
60%	06	ذكور
40%	04	إناث
100%	10	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول أنه لدينا توزيع العينة حسب الجنس وهم تلاميذ يدرسون في الابتدائي طبق عليهم السيكو دراما فكان اختيارنا لهذه الفئة من الأطفال وكانت نسبة الذكور مقابل نسبة الإناث وعددهم الإجمالي 10 أطفال من كلا الجنسين التقينا بهم على مدار 21 يوم .

**3-عينة الدراسة:** تعرف العينة على أنها مجموعة من مجتمع الدراسة يتم من خلالها الاختيار بطريقة معينة وإجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام النتائج وتعميمها.

وشملت العينة 10 أطفال من ابتدائية أحمد نويوة بالأغواط طبقت عليهم السيكو دراما وهي عبارة عن جلسات خلال 21 يوم هذه الجلسات كانت تتم خلال نهاية اليوم وتدوم ساعة ونصف وبهذا توصلنا الى النتائج التي سنحاول التطرق إليها بالتفصيل .

ويتم انتقاء الأفراد بشكل مقصود من قبل الباحث نظرا لتوفر لبعض الخصائص وهي من الأمور الهامة بالنسبة للدراسة.

**4-أدوات الدراسة :**

**4-1- الملاحظة:** وهي من التقنيات الهامة وهي إحدى أدوات جمع البيانات وتستعمل لمشاهدة الحقائق والسلوكيات المدروسة وتكون هادفة وتسير وفق قواعد وتصميم معين، وذلك من خلال تسجيل الملاحظات من قبل الباحث مع إدراك وتحديد أوجه العلاقات والتفاعل الموجودة بين الأشياء وإخضاعها بعد ذلك للتحليل. وتخصص الملاحظة للمحاور

التي جعلت لهم في موضوع البحث وتكون هذه المحاور على علاقة وثيقة بعنوان البحث والإشكالية والفرضية والعناصر وخطة البحث .

5- **الدراسة الاستطلاعية** : تمت الدراسة الاستطلاعية في المدرسة الابتدائية الشهيد احمد نويوه حيث استقبلنا مدير المؤسسة في مكتبه والذي أعطانا أهم المشاكل التي واجهتها المدرسة من التلاميذ والصعوبة التي تواجه المدرسون مع مجموعته من التلاميذ صعاب الطباع والسلوك

ثم انتقلنا بعدها إلى الأقسام لاختيار بعض الأطفال الذين يحملون السمات التي نحتاجها في دراستنا.

التوجه إلى قاعه خصصها لنا مدير المدرسة لوضع برنامج للتلاميذ قصد معالجه المشكلة التي لديهم والعمل على برنامجنا العلاجي التدريبي السكو دراما وقد استفاد الأطفال من خلاله على إبراز قدراتهم ومواجهة مخاوفهم والتغلب عليها.

#### 6- إجراءات التطبيق:

6-1- التعرف على الطفل: أي أن نتعرف على المشكلات التي يعاني منها الطفل حتى نستطيع أن نساعدته في التأقلم معها و معرفة ذلك ومشكلاته .

يعني معرفة درجة نموه في أشياء كثيرة منها درجة إدراكه الحسي ،القدرات الحركية القدرات الانفعالية ، والاجتماعية ،وقدرته على الاتصال سلوكه ، مزاجه ،طريقة لعبه ،طريقة التعبير عن شعوره ، طريقة تنظيمه لوقته ، ماذا يحب ومن ماذا يغضب وما أفضل الطرق للتعامل معه ،كل ذلك يجب أن يكون مدرب برامج التدريب على علم مباشر به ومن الممكن الحصول على هذه المعلومات من خلال ملف الطفل وعن طريق فريق العمل الذي يضم المعالج والمعلم والمدير وملاحظات بعض الزملاء والأهل مع الإطلاع على ملفات الطبيب إن وجدت و من الممكن الحصول على هته المعلومات من قبل المعالج بالتدريب على التواصل من خلال مواصلة التدريب أو في التعامل المباشر بين المدرب و الطفل من الممكن أن يحصل المدرب على الكثير من المعلومات عن طريق تعامله المباشر مع المرشد فمن الممكن من خلاله التعرف على درجة إدراكه عن طريق ملاحظته المباشرة و هو ينفذ

نشاطه و من الممكن التعرف على قدراته الحركية و الاجتماعية و قدرته على التواصل مع محيطه لذا يجب على المسئول على تدريب الطفل أن يوجد ملفا كاملا يضع فيه تلك المحاولات الاختيارية حتى تساعده في البدء مع الطفل و من ثم تدريبه لتأهيله على تنمية الذات وتحسينها.

### 6-2-2- جلسات التدريب والعلاج:

وقت الجلسات كانت في الأول عبارة عن تدريبات تمهيديه للدخول في البرنامج وكانت مدة كل جلسة 2 ساعات الى ساعة ونصف تقريبا

### 6-2-1- الأسبوع الأول :

#### 6-2-1-1- الجلسة الأولى : خصصت للتقييم القبلي pre-test

ملاحظة سلوك الطفل و تشخيص سلوكياته كما تمت مقابلة بعض من أفراد عائلة الطفل و تمت قراءة الملف

الطبي و جاءت النتيجة على أن الطفل وجد لديه تدني في مفهوم الذات لديه بناء على شبكة الملاحظة و انه يعاني من مشكلات التركيز و خاصة الجانب الاجتماعي كما اتضح انه من خلال تعامل الأخصائية معه انه لا يستجيب لأوامرها و إرشاداتها مما قد يدل على عدم قدرته على التواصل مع أقرانه ونقص في قدراته ومهاراته الأكاديمية و تعبير الطفل عن صراعاته الداخلية النفسية.

#### 6-2-1-2- الجلسة الثانية : خصصت لبداية عملية تدريبات الدراما العلاجية :

مساعدة الطفل على التطهير الانفعالي

أحداث التوازن النفسي في ذات الطفل من خلال الحركة والفعل الدرامي .

مساعدة الطفل بالاستبصار الذاتي وتعلم استجابات ايجابية تقوي صموده في حياته العادية أو في تفاعله في ظروف الحياة.

### 6-2-1-3- الجلسة الثالثة : خصصت هذه الجلسة للعمل على تمرين نفذ تعليماتي

والذي يقوم المرشد أو المدرب فيه بجمع مجموعه من الأطفال على شكل دائري ويتحدث للمجموعة عن تفاصيل التمرين .حيث يطلب منهم تنفيذ حركات عشوائية تحاكي حاسة اللمس وعلى المجموعة تنفيذ التعليمات التي يطلبها منهم وعندما يعطي إشارة للتوقف يتوقف أفراد المجموعة عن العمل ويبقى كل منهم في مكانه الذي توقف فيه حتى يعود صوت المرشد , لبيدوا العمل مرة أخرى من جديد وينفذ أفراد المجموعة ما يقول لهم كيفما شاءوا لإحداث التلقائية في ردود أفعالهم واستجاباتهم

انتهى الأسبوع الأول و تم تقييم نتائجه على أساس التركيز في عملية التواصل الاجتماعي وكانت مدة كل جلسة يومين والهدف من التدريبات الأولية :

- الغوص في مخيلة الطفل وإخراج الشعور على شكل فعل
- التفريغ النفسي بالتمارين والتدريبات الأولية والخروج من جو الأمر والنهي وتنفيذ الأوامر بأسلوب سلس ومحذب
- إحداث التوازن النفسي للطفل من خلال الحركة

### 6-2-2-2- الأسبوع الثاني :خصص كذلك لعدة جلسات

6-2-2-1- الجلسة الرابعة : خصصت هذه الجلسة للبدء بتمارين تدريبيه رياضيه وهي عباره عن حركات تابعه للأسبوع الأول وهي كالتالي :

الحركات الأولى وهي الأوامر : المسوا الأرض , المسو السماء , المسوا الباب , المسوا أصدفائكم ، اجلسوا , لنرى من فينا سيبقى هادئا اكبر وقت ممكن .

ملاحظه : يجب إعطاء الوقت الكافي لكل آلية من آليات اللمس لكل طفل

6-2-2-2- الجلسة الخامسة : تدريبات على المشي بشكل منتظم ومع تنفيذ أوامر المدرب :

امشوا في القاعة بشكل عشوائي ، ثم أمر بالتوقف .

حاول وان تظهروا لي أنكم تمسكون بشيء ثقيل من الأرض  
ضعوا ذلك الشيء على الأرض من جديد .

هيا نقفز كالأرنب من بداية القاعة الى نهايتها .

هيا نمسك شي بشكل عشوائي وكل واحد يخبرني ماذا امسك (طبعا الأشياء في المخيلة )

هيا نجلس بهدوء بشكل دائري -العودة الى الهدوء والصمت -

**6-2-2-3- الجلسة السادسة : أطلق العنان لمخيلتك .**

يقوم الطفل بذكر شي محبب له شرط أن يكون موجود في محيط الطفل كالشمس والقمر ماذا  
تمنحنا الشمس والسؤال هذا يجيب عليه كل الأطفال

**6-2-2-4- الجلسة السابعة : تمرين الصفات .**

تكتب لكل طفل صفه يحبها في ورقة صغيرة تطوى الورقة وتوضع في سلة أو طبق وتخلط  
الأوراق مع بعضها البعض .

يتم اختيار الأطفال الواحد تلو الآخر ليختار كل طفل ورقة ويعبر عن اختلافها أو تشابهها  
مع الصفة التي تخصه والتي كتبها أو كتبت له

ثم يعبر عن ماذا تعني له كلا الصفتين

الهدف من هذا التدريب :

- مساعده الطفل على معرفة انفعالاته والتعبير عنها.

- التفكير والغوص داخل ذاته والإفصاح عن سلوكياته.

- مقارنة نفسه مع غيره .

- الإحساس بمن حوله والإحساس بشعورهم .

6-2-3- الأسبوع الثالث :

6-2-3-1- الجلسة الثامنة: لعبة الأمير والحراس .

وفيها يكون إبراز دور القائد مهم ويتم اختياره في حالتين الحالة الاولى للطفل الخجول لجعله طفل قوي وينتقل من ذلك الطفل الخجول الى تجربه اخرى وهي شخصيه الطفل الشجاع وفي الحالة الثانيه اختيار الطفل العصبي والمتمرد وجعله يتحكم في غضبه وامتلاك الاحساس بالمسؤولية ومساعدة الاخرين .

ويتم اختيار الحراس حسب قدرات الطفل وحسب قوته التي تكون بارزه كذلك يمكن وضع الطفل ضعيف البنيه لتمثيل دور البطل في المسرحيه لغرس الثقه في قدراته .

تبدأ المسرحيه في سرد الوقائع والمشكلات ( تكون القصة تلقائية وبدون استناد على نص معين )

6-2-3-2- الجلسة التاسعة : لعبة التركيز باستخدام الماء والكأس .

العودة الى جو المرح واللعب الجماعي في هذه الجلسة توضع الكؤوس فوق رؤوس الأطفال الواحد تلو الآخر فارغة ثم نملؤها بالماء مع وضع مسار معين للمشي عليها الوصول الى هدف معين يختاره الطفل حيث يكون في الدف طفل اخل ينتظره يقوم باختياره ليلعب معه اللعبه .

ويهدف هذا التمرين إلى:

زيادة التركيز لديهم .

اللعب الجماعي .

اختيار الرفيق والصديق الذي يمكن ان يكون سنداً له .

6-2-3-3- الجلسة العاشرة : مشكلات الانضباط المدرسي - تدني التحصيل ، إهمال

الواجبات المدرسية ، رفقاء السوء ، السرقة ، سوء استغلال الوقت.

نقوم في هذه الجلسة السماع إلى عدة قصص من تأليفهم مع مناقشتها ، المناقشة الجماعية، الحوار ، استنتاج الأهداف.

#### الاهداف الناتجة عن الجلسة :

- زيادة وعي الاطفال بمشكلاتهم.
- إدراك الاطفال المسترشدين لأهمية اختيار الصديق الحسن .
- إمام الطفل بالأخطار الناتجة عن مصاحبة رفقاء السوء والخضوع لإغراءاتهم.
- الاستفادة من الجوانب الإيجابية التي توجد في القصص والقراءة والمطالعة .
- التعرف على أهمية استغلال الوقت في الأشياء المفيدة وأن يمارس الاطفال تنظيم الوقت في حياته اليومية والعلمية .

**6-2-3-4- الجلسة الحادية عشر:** تنظيم حفل مع المهرج والحكواتي والاستماع للحكواتي مع التصور والتأمل الخيالي معه .

لعبه الكرسي مع المهرج : وهي اللعبة المشهوره التي توضع فيها عدد من الكراسي تكون اقل عدد من الاطفال عند اشاره البدء يدور الاطفال حول الكراسي بعدها يتم الاشاره الى الجلوس يجلس كل طفل على الكرسي والذي يبقى جالس يخرج من اللعبة وهكذا حتى يبقى طفل واحد هو يكون الفائز يمنع الشد ويمنع التدافع والذي يقوم بذلك يمنع من اللعب .

لعبة ذيل الذئب مع المهرج : هذه اللعبة نضع طفلين متقابلين نضع لكل طفل ذيل ويحاول كل واحد منهما نزع ذيل صديقه دون المشاجرة او استعمال القوة والعنف يجب استخدام ذكائه وبعض المهارات فقط والذي ينزع ذيل صديقه هو الفائز.

في ختام هذا الحفل يلعب الأطفال لعبة القطار مع المهرج والحكواتي مع الموسيقى.

#### الهدف من هذه الجلسة :

- وجود شخصيه محببة لديهم قريبه من خيال الطفل ومحببه اليه تشعره بالراحه والفرح .
- الاستماع إلى قصص الحكواتي وإطلاق العنان لمخيلتهم .
- اللعب داخل جماعه واطهار مهاراته وقدراته المكتسبه من البرنامج .

# الفصل الخامس

## عرض النتائج وتحليلها

القياس القبلي

القياس البعدي

ضبط قائمة الدراسة

## عرض وتحليل النتائج:

## 1- تحليل نتائج محتوى شبكة الملاحظة للجدول رقم (1) في الملحق 1 حول دور برنامج السيكودراما في تنمية الجوانب الاجتماعية:

من خلال شبكة ملاحظتنا تبين أن البرنامج يمكن أن ينمي الجانب الاجتماعي عند الطفل الذي لديه تدني في مفهوم الذات ، ويلاحظ عند تدريب الطفل لتطبيق برنامج السيكودراما صعوبة كبيرة في البداية ولكن بعد عدة حصص من التدريب يلاحظ المثيرات أمامه والتي تمثل أشياء محببة لديه ويرى كذلك الصور الخاصة بالبرنامج والكلمات الخاصة والمشاهد التي تثير سريرة الطفل عند إعطائه التعليمات الخاصة للشخصية التي يأخذها الطفل من البرنامج ثم يرى المعززات والمحفزات التي يكافئ بها نجد أن الطفل بعد تطبيق البرنامج انه قد نمى عنده الجانب الاجتماعي ويصبح عنده بعض من التواصل الاجتماعي مع أقرانه بعدما كان لديه صعوبة في التواصل والاتصال .

## 2- تحليل نتائج محتوى شبكة الملاحظة للجدول (2) في الملحق 2 حول تأثير برنامج السيكودراما على الجانب النفسي الانفعالي:

بعد إكمال المرحلة الثانية في الإجراءات اللازمة لتطبيق البرنامج يمكن أن يحدث صراع بين الطفل وماضيه أو بينه وبين الحاضر ويحدث ربط بين الشخصية المتقدمة وبين ذاته حيث تبني المشاهد على أساس علاقتها بقضايا البطل سواء كانت شخصيه بينه وبين أشخاص آخرين أو تكون شخصيه ذاتيه داخلية.

فنلاحظ بعد هذه المرحلة تعبير الطفل عن صراعاته ونلاحظ إمكانيته على التنفيس الانفعالي عن نفسه من خلال العرض وكيفيه التعامل مع عده مواقف والتعبير عن ما يجول داخل نفسه عن علاقته مع غيره.

وفي المرحلة الثالثة والتي من أهدافها جعل الطفل يتقبل كل الانتقادات والملاحظات الموجهة له لان أهم ما يميز هذه المرحلة هي المواجهة والمناقشة والمشاركة بين المشارك في البرنامج والمشاهد للحدث السيكو درامي فهي من أكثر المراحل أهمية في برنامج السيكودراما حيث يقوم المرشد بتعزيز المشاركة التي تستوجب كشف الذات والدعم والتفهم

وارتباط السلوك الذي قام به المسترشد ومشاركته نفس الشعور وبالتالي نلاحظ بعد هذه المرحلة ارتفاع نسبة الثقة في نفس الطفل والشعور بالسعادة والشعور بأهمية أفكاره وأهميه ذاته وبالتالي فهي تساعد في رفع القيمة العلاجية للجوانب الانفعالية .

وفي نهاية الجلسة السادسة من البرنامج المقدم والتي هدفت إلى فهم الطفل لمقوماته وأفكاره ومعرفة نقاط قوته ونقاط ضعفه يصبح أغلبية الأطفال قادرين على التكلم عن ما يدور في نفسه ويمكنه المواجهة كذلك بعد نهاية الجلسة الثامنة من البرنامج والتي تهدف الى التعبير بتلقائية عن ما بداخل المسترشد وهي بمثابة شكوى من أشياء تزعجه كثيرا وعن ما يحس به من ضيق ومن مضايقات من زملائه أو وسطه وهي مرحلة مهمة في العلاج ونستطيع ملاحظه التنفيس الانفعالي فيها .

### 3- تحليل نتائج محتوى شبكة الملاحظة للجدول (5) في الملحق 3 حول دور برنامج السيكودراما وتقبل الجانب الفيزيائي الجسمي للطفل :

من خلال ملاحظتنا عند تدريب الطفل على البرنامج تبين لنا أن الأطفال قد تحمسوا للبرنامج وان بعضهم يرى أن لديه إمكانيات تجعله أفضل من زملائه وهناك البعض منهم كان يتصف ببعض من الخجل من حجمه الذي كان يظهر انه اكبر من زملائه لكن ما لا حظناه بعد قيامنا بعده تدريبات وألعاب نبرز من خلالها نقاط القوة التي يمتاز بها الجسم ومنا القوة ودقه النظر و حسن المنظر والصحة الجيدة تبين ان الطفل أصبح يهتم أكثر بمنظره وإهمال الجوانب الضعيفة في جسمه كالخجل والتكاسل والطلاقة و النوم المتأخر بالليل التمارض فنلاحظ انه أصبح جسمه أكثر شيء يتباهى به ويتفاخر به مع زملائه

### 4- تحليل نتائج محتوى شبكة الملاحظة للجدول (4) في الملحق 3 حول دور برنامج السيكودراما والجانب الاكاديمي :

نلاحظ من خلال تدريب الطفل في بداية البرنامج انه كان يعاني من نقص في عده مهارات اكاديمية منها القراءة وعسر الفهم والشعور بالضيق وعدم مشاركته في الأنشطة وعدم الإجابة على الأسئلة وبعد عده حصص وتدريبات لاحظنا تطور في المبادرة في النشاط و شرح ما يريده ولاحظنا تصرفه الحسن داخل المدرسة وأصبح لديه أكثر من مهارة لكن كانت نتائج هذا الجانب ضعيفة نوعا ما نظرا لضيق الوقت ونظرا لعدم تواجد الطفل داخل

قاعة التدريس لكن كان هناك فرق في تقبل آراء الآخرين والجلوس بانتظام و المبادرة في الأنشطة داخل قاعة التدريس .

جدول يوضح درجة أطفال العينة الكلية ذكور واثاث في القياسين القبلي والبعدي في اختبار مفهوم الذات

القياس البعدي الجانب الأكاديمي	القياس القبلي	م
18	12	1
17	11	2
19	10	3
17	12	4
16	9	5
15	7	6
18	8	7
16	11	8
17	9	9
14	7	10

جدول يوضح متوسطات درجات اختبار مفهوم الذات في كل القياسين القبلي والبعدي

للذكور والاثاث

القياس البعدي	القياس القبلي	العينة
17	9.2	ذكور
16.6	10	إناث
17	10	العينة ذكور واثاث

## 8- مناقشة الفرضية :

من خلال ما سبق من تحليل و تفسير لنتائج الملاحظة نستنتج أن نص الفرضية : تؤثر السيكوودراما ايجابيا من خلال البرامج العلاجية في تحسين مفهوم الذات لدى الطفل قد تحقق نسبيا وهذا راجع للتركيز على تنمية مهارات المعرفية والاكاديمية بالإضافة إلى إكسابه نوع من الثقة بالنفس والتنفيس عن نفسه ليستطيع من خلال البرنامج التفاعل و الخروج من عزلته المحيطة به و إخراج طاقته الكامنة ليتمتع بها ولا يقف أمام اضطراباته مكتوف الأيدي رغم انه يبقى حبيسا نوعا ما ببعض التصرفات المتعلقة بأهله وتشكل هذه نقطة هامة لأنه إذا تركناها يمكن أن تتفاقم و إذا حاولنا أن تمحيها بمثل هذه البرامج يمكن إن يتخطاها حيث يتم تخطي مشكلاته بالتواصل مع غيره لكي لا يشعر بالاختلاف والاحتكاك على المجتمع ورؤية المحيط بمنظور آخر بالإضافة إلى مساعدة الطفل من قبل المختص والمعلمين وأولياء هذه الفئة التي تدعم بشكل كبير في زيادة مفهوم الذات لديه و إخضاعه بين الفترة والثانية لاختبارات لتقييم وملاحظة تطور حالة الطفل.

## 9- الاستنتاج العام :

من خلال النتائج المحصل عليها والخاصة بارتفاع مستوى مفهوم الذات وما يلعبه هذا العنصر من تأثير على شخصية الطفل ، نستنتج أن العدد الكبير للتلاميذ داخل القسم الواحد لا يسمح بتطبيق هذه الاستراتيجيات وبالتالي التأثير السلبي على مدى نجاعة عملية التقويم ككل ، لهذا يمكننا القول أن ارتفاع عدد التلاميذ داخل القسم الواحد تعتبر صعوبة من الصعوبات التي تواجه الأساتذة عند تطبيقهم لاستراتيجيات التقويم ، وبالتالي فإن الفرضية الإجرائية الرابعة قد تحققت.

ولتمكين الأساتذة من التصدي لهذه الصعوبة ، ورفع مردودية عمله مع تلاميذه وبالتالي الرفع من مردودية العمل التربوي ، يقتضي التخفيض من عدد التلاميذ داخل القسم ، وذلك بفتح أقسام موازية وتخفيف الضغط على الأستاذ وحتى على التلميذ كذلك.

إن الهدف الذي طمحنا ان نصل إليه من خلال دراستنا هذه هو الإطلاع ومعرفة الدور الذي يقدمه برنامج السيكو دراما للطفل الذي لديه تدني في مفهوم الذات حيث توصلنا إلى أن للسيكو دراما دور ايجابيا في تعليم الطفل و فهمه لذاته وكذا ينمي عدة جوانب نفسية ومعرفية لديه كالتفاعل الاجتماعي والجانب الانفعالي وكذلك الدقة في التركيز والتعبير عن ما يجول بخاطره .

لقد أعطت السيكو دراما نتائج ايجابية لفهم الذات لدى الأطفال الذين طبقت عليهم الجلسات وهذا من خلال الملاحظات والنتائج التي توصلنا اليها من خلال السلوك البعدي .

لكن بالرغم من دور البرنامج الايجابي إلا انه لديه الكثير من الصعوبات تقف في وجهه التي تعيق تقدمه وظهور نتائج مرضية على الطفل.

## المقترحات :

نقترح من خلال ما توصلت إليه الدراسة ما يلي :

معالجة الصعوبات التي تواجه المدرب والمختص والتي تتمثل في :

إهمال الأسرة التدريب على البرنامج وعدم تواجدهم والاستماع الى توصيات المرشد

نوصي كذلك بتدريب وتأهيل مختصين للتعامل على هذا البرنامج الذي يعد من البرامج

المساعدة لإخراج الطفل من ذاته وإخراج مكبوتاته

نوصي كذلك بمعالجة المشاكل داخل قاعة التدريس من سخریات من طرف المعلم و ووضع

برنامج خاص للأطفال من هذه الفئة.

نوصي بالإطلاع المجتمع على هذا الاضطراب وضرورة معرفه ماهيته وعن أسباب

ظهوره.

نوصي بالاهتمام بالمقترحات لتدعيم وتحسين نتائج أفضل للبرنامج

تخصيص أماكن خاصة في مراكزنا لجعل البرنامج سهل الاقتناء وسهولة التنفيذ.

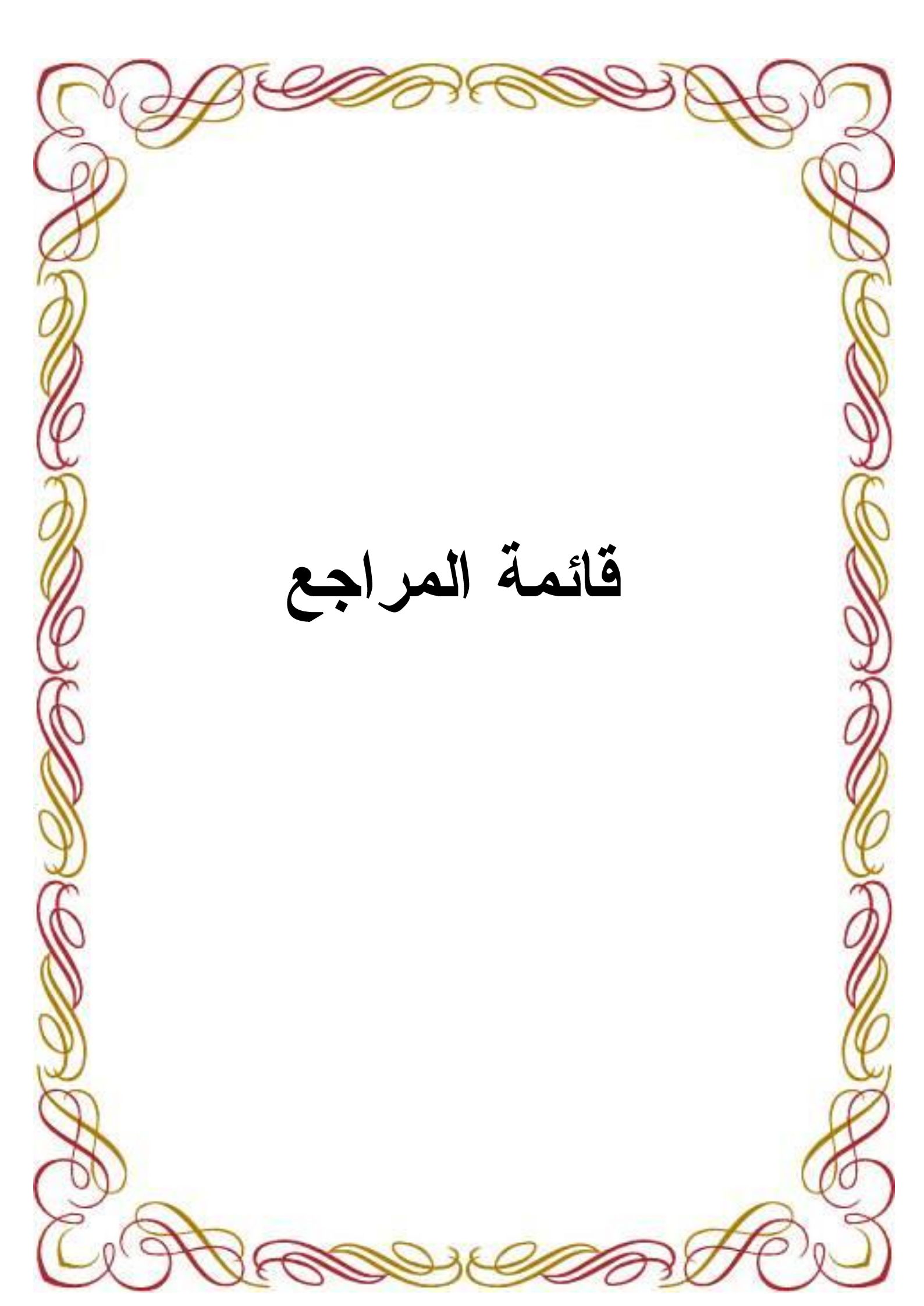
توعية الأولياء و ضرورة تدريب الطفل و إخضاعه لمختصين .

الاهتمام بآراء الأولياء خاصة رأي الأم .

# خاتمة

## خاتمة الدراسة :

من خلال البحث الذي قمنا به نجد ان السيكو دراما لها مميزات كثيرة وإمكانيات كبير تساعد الكثير من الباحثين في فهم العديد من الظواهر ونحن طبقنها في مفهوم الذات لدى فئة معينة وهي فئة الأطفال في المراحل الأولى من التعلم اي في المرحلة الابتدائية فمن منطلق الإشكالية المطروحة وكذا الفروض المتوقعة وكذا المفاهيم الإجرائية التي تمحورت حولها الدراسة تكلمنا عن السيكو دراما ومميزاتها والنظريات التي جاءت بها وكذلك الذات لدى كل الفئات إلا أن موضوع البحث ركز على الأطفال ونحن قسنا فهم الأطفال لذاتهم من خلال السيكو دراما كميكانيزم واليات يستعملها الباحث يترك الطفل يتعلم مهارة فهم ذاته بنفسه ليكتشفها وحده من خلال الجلسات الكثيرة والعديدة التي أعطت أكلها وهذا ما أبرزته الدراسة الميدانية المتمثلة في الجلسات التي ركزت على القياس القبلي والبعدي فكانت النتائج ايجابية ولردود فعل من طرف الأولاد فأحببتهم وأحبت هذه التقنية وننصح الباحثين باستعمالها لان لها من الايجابيات ما لها .



# قائمة المراجع

قائمة المصادر والمراجع

1. (نبوية لطفي محمد عبد الله، مفهوم الذات لدى الاطفال المحرومين من الام دراسة مقارنة، جامعة عين شمس، القاهرة، 2000، )
2. (ايمان محمود عبد الحميد القماح اثر الحرمان من الوالدين على البناء النفسي للطفل، جامعة عين شمس، القاهرة، )
3. (اينا نبيل ابو مغلي، مصطفى قسيم هيلات، الدراما والمسرح في التعليم النظرية والتطبيق، دار الراهة للنشر والتوزيع، عمان، 2007، )
4. (محمود عبد العزيز عبد ربه سليمان، "تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية"، رسالة ماجستير غير منشورة، عين شمس، 2000م، )
5. (عبد الفتاح رجب علي محمود، فاعلية برنامج قائم على السيكدوراما لدى الصم، جامعة بني سويف، 2002، )
6. (مهند عبد الستار، سيكولوجية الشعور بالذات، دار غيداء للنشر، عمان، 2011، )
7. (سعيد عبد الرحمان محمد، "فاعلية استخدام السيكدوراما في تعديل بعض جوانب السلوك غير التكيفي لدى ضعاف السمع، رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق، 2004، )
8. (ايهاب الببلاوي و اشرف محمد، "فاعلية استخدام السيكدوراما في تعديل السلوك غير تكيفي لدى ضعاف السمع"، رسالة دكتوراه، 2002، )
9. (حمودة، صفاء: فاعلية العلاج الجماعي السيكدوراما والممارسة السلبية في علاج بعض حالات اللجاجة، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، 2004، )
10. (حامد زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، القاهرة، ج2، 1977 ) (عبد الرحمان العيسوي، الارشاد النفسي، دار الفكر، الاسكندرية، 1998م، ص166)
11. (محمد ابو العلا احمد، علم النفس العام، مكتبة عين شمس، القاهرة 1993م)
12. كمال الدسوقي، ذخيرة علم النفس، وكالة المطبوعات الدولية، القاهرة، 1988
13. لويس مليكة، العلاج السلوكي وتعديل السلوك، دار القلم، الكويت، 1990،

# الملاحق

ملحق (01) يمثل شبكة ملاحظة دور برنامج السيكدوراما في تنمية الجوانب الاجتماعية :

الدور	السلوك الملاحظ	موجود	غير موجود
الجوانب الاجتماعية	يسخر منه زملاؤه في المدرسة من الصعب أن يكون أصدقاء يسبب المتاعب للمعلم يشعر بأنه شخص مهم داخل أسرته يشعر بأنه شخص مهم داخل القسم يعجب أصدقاءه به وبأفكاره يضايق إخوته غالبا ما يتورط في المشكلات تعجبه طريقة تعامله مع الآخرين يرى زملاؤه انه صاحب أفكار إبداعيه لديه الكثير من الأصدقاء يحبه الجميع ف المدرسة ينبذه الجميع داخل المدرسة كثير الشجار داخل المدرسة يضايق الجميع بتصرفاته الانسجام مع الجميع بسهولة يفضل العمل بمفرده عن العمل داخل جماعة يتقون فيه زملاؤه يصفه أصدقاءه بالخجول يصفه أصدقاءه بالناجح يصفه أصدقاءه بالمشاغب		

ملحق (02) يمثل شبكة ملاحظة حول تأثير برنامج السيكدوراما على الجانب النفسي الانفعالي:

غير موجود	موجود	السلوك الملاحظ	الدور
		<p>الشعور بالسعادة .</p> <p>الشعور بالحزن كثيرا.</p> <p>يصف نفسه بالخجول .</p> <p>البكاء بسهولة .</p> <p>يشعر بان زملاؤه لا يحبونه.</p> <p>الشعور بالقلق داخل القسم.</p> <p>الشعور بأنه هو السبب في حدوث الأشياء السيئة.</p> <p>الشعور بعصبيته وسرعة الغضب</p> <p>يحلم داخل القسم</p> <p>يضايق إخوته</p> <p>يصف حاله بأنه سعيد</p> <p>كثيرا ما يكون قلقا</p> <p>تحمل مسؤولية توقع الأهل منه مالا طاقة له به</p> <p>عدم الشعور بالحماس نحو الأشياء التي يقوم بها</p> <p>الشعور بالسرور وهو ذاهب إلى المدرسة</p> <p>يتمنى أن يكون مختلفا عما هو عليه</p> <p>يكره المدرسة</p> <p>يشعر بالمرح</p> <p>الشعور بالضيق في المنزل</p>	<p>الجانب النفسي الانفعالي</p>

ملحق(03) يمثل شبكة ملاحظة حول دور برنامج السيكودراما وتقبل الجانب الفيزيائي الجسمي للطفل:

غير موجود	موجود	السلوك الملاحظ	الدور
		<p>يرى انه جميل .                      كثير المرض.                      حسن المظهر.                      يفضل مشاهدة المباريات الرياضية.                      يتباهى بقوته أمام زملائه                      يتباهى بشكله أمام زملائه                      يرى أن وجهه جميل                      التحكم في القلم مع إمكانية الرسم جيدا                      يتضايق من مظهره                      يبادر بالترؤس على الفرقة الرياضية                      يصف جسمه بالقوي                      يخجل من زملائه من مظهره                      يتكاسل عند القدوم للمدرسة                      يرى أن لديه شعر جميل                      الشعور بقوة جسمه                      يرى أن حجمه اكبر من زملائه                      التكلم بطلاقه وفصاحة                      يمكنه القفز جيدا                      السرعة في الجري</p>	<p>الجانب                      الفيزيائي                      (الجسمي)</p>