

جامعة البعث
كلية التربية
قسم تربية الطفل
الدراسات العليا

**فاعلية برنامج قائم على السيودراما في التخفيف من الاغتراب النفسي
لدى عينة من طلاب معلّم الصفّ في كلية التربية بجامعة البعث**
"أطروحة أعدت لنيل درجة الدكتوراه في تربية الطفل"

إعداد الباحثة:

سارة مروان ورد

إشراف:

د. فايز يزبك
المدرس في قسم علم النفس
علم نفس اعلامي

أ. د وليد حمادة
الأستاذ في قسم تربية الطفل
علم نفس تربوي

٢٠٢٢م - ١٤٤٣هـ

الصفحة	العنوان
١	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
٢	أولاً - المقدمة.
٥	ثانياً - مشكلة الدراسة.
٦	ثالثاً - أهمية الدراسة.
٧	رابعاً - أهداف الدراسة.
٨	خامساً - فرضيات الدراسة.
٨	سادساً - حدود الدراسة.
١٠	سابعاً - التعريف بمصطلحات الدراسة نظرياً وإجرائياً.
١١	الفصل الثاني: الإطار النظري.
١١	المحور الأول : الاغتراب Alienation.
١٢	توطئة
١٣	أولاً - لمحة تاريخية عن الاغتراب (Alienation).
١٤	ثانياً - تعريف الاغتراب.
١٤	١ - المعنى اللغوي للاغتراب
١٥	٢ - المعنى الفلسفي للاغتراب.
١٥	٣ - المعنى الاجتماعي للاغتراب.
١٦	٤ - المعنى القانوني للاغتراب.
١٦	٥ - المعنى النفسي للاغتراب.
١٩	ثالثاً - أنواع الاغتراب.
١٩	١ - الاغتراب الاجتماعي.
٢٠	٢ - الاغتراب المعلوماتي.
٢١	٣ - الاغتراب الثقافي.
٢١	٤ - الاغتراب الذاتي.
٢٢	٥ - الاغتراب التربوي.
٢٣	٦ - الاغتراب الاقتصادي.
٢٥	٧ - الاغتراب النفسي.

٢٥	رابعاً - الاغتراب في ضوء النظريات النفسية.
٢٥	١ - الاغتراب وفقاً لفرويد. Freud
٢٦	٢ - الاغتراب وفقاً لهورني. Horney
٢٧	٣ - الاغتراب وفقاً لفروم. Fromm
٢٨	٤ - الاغتراب وفقاً لإريكسون. Erikson
٢٩	٥ - الاغتراب وفقاً لروجرز. Rogers
٢٩	٦ - الاغتراب وفقاً لسكنر. Skinner
٣٠	٧ - الاغتراب وفقاً لفرانكل. Frankel
٣١	خامساً - أسباب الاغتراب النفسي.
٣٣	سادساً - أبعاد الاغتراب النفسي.
٣٤	١ - فقدان القوة. Powerlessness
٣٤	٢ - فقدان المعنى. Meaninglessness
٣٥	٣ - اللا معيارية. Normlessness
٣٦	٤ - العزلة الاجتماعية. social Isolation
٣٧	٥ - التمرد. The Rebellion
٤٠	سابعاً - خصائص الشخصية المغترية.
٤٢	المحور الثاني. السيكو دراما.
٤٢	توطئة.
٤٣	أولاً - مفهوم السيكو دراما وتعريفها.
٤٥	ثانياً - نشأة السيكو دراما.
٤٦	ثالثاً - الأصول النظرية للسيكو دراما.
٤٧	١ - السيكو دراما والعلاج المعرفي السلوكي.
٤٥	٢ - السيكو دراما والتحليل النفسي.
٤٦	٣ - السيكو دراما والسيكودراما.
٤٨	رابعاً - أهداف السيكو دراما.
٥٠	خامساً - الأهمية العلاجية للسيكودراما.
٥٢	سادساً - عناصر السيكودراما.
٥٣	سابعاً - أساليب وفتيات العلاج بالسيكودراما.
٦٠	ثامناً - المبادئ والمفاهيم التي تقوم عليها السيكودراما.

٦٢	- دور السيكو دراما في التخفيف من الشعور ببعض الاضطرابات النفسية (الاغتراب النفسي نموذجاً).
٦٧	الفصل الثالث : منهج الدراسة وإجراءاتها
٦٦	أولاً - منهج الدراسة.
٦٨	ثانياً - مجتمع الدراسة وعيّنتها.
٧٠	ثالثاً - الأدوات المستخدمة في الدراسة.
٧٧	رابعاً - إجراءات تطبيق الدراسة.
٨٩	خامساً - الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.
٩٠	الفصل الرابع: نتائج الدراسة وتفسيرها
٩١	أولاً- اختبار فرضيات الدراسة وتفسيرها.
١٠٧	ثانياً- مقترحات الدراسة.
١٠٨	المراجع.
١٢٢	الملاحق
١٢٣	ملخص الدراسة باللغة العربية.
4	الملخص باللغة الإنكليزية

فهرس الجداول

الصفحة	اسم الجدول ورقمه
٦٩	جدول رقم (١) توزيع طلاب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.
٧٠	جدول (٢) توزيع البنود حسب كل بُعد وضعت لقياسه
٧٣	الجدول (٣) معاملات ارتباط الابعاد الفرعية لمقياس الاغتراب النفسي مع الدرجة الكلية للمقياس
٧٣	الجدول (٤) ارتباط درجة بنود كل بُعد من أبعاد مقياس الاغتراب النفسي مع درجة البعد الذي ينتمي إليه كل بند
٧٥	الجدول (٥) معاملات ارتباط بيرسون في مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده الفرعية بطريقة إعادة التطبيق
٧٥	الجدول (٦) معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس الاغتراب النفسي وأبعاده الفرعية
٧٦	الجدول (٧) معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي وأبعاده الفرعية
٩١	جدول (٨) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج وبعده.
٩٤	جدول (٩) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده
٩٧	جدول (١٠) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج
١٠٠	جدول (١١) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج وفقا لمتغير الجنس
١٠٤	جدول (١٢) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي والقياس المؤجل

فهرس الأشكال البيانيّة

الصفحة	الشكل البياني ورقمه
٩٢	الشكل البياني رقم (١)
٩٥	الشكل البياني رقم (٢)
٩٨	الشكل البياني رقم (٣)
١٠١	الشكل البياني رقم (٤)
١٠٥	الشكل البياني رقم (٥)

فهرس المخطّطات

الصفحة	المخطّط ورقمه
٦٦	مخطّط رقم (١) يبين المجتمع الأصلي وتوزع العينة وفق الطريقة العشوائيّة

فهرس الملاحق

الصفحة	الملحق ورقمه
١٢٩	ملحق رقم (١) الصورة الأولى لمقياس الاغتراب النفسي لطلبة الجامعة
١٣٥	ملحق رقم (٢): قائمة بأسماء السادة المحكمين على مقياس الاغتراب النفسي.
١٣٦	ملحق رقم (٣): قائمة بأسماء السادة المحكمين على برنامج السيكدوراما .
١٣٧	ملحق رقم (٤): الصورة النهائية لمقياس الاغتراب النفسي لطلبة الجامعة

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

أولاً: المقدمة

ثانياً: مشكلة الدراسة

ثالثاً: أهمية الدراسة

رابعاً: أهداف الدراسة

خامساً: فرضيات الدراسة

سادساً: حدود الدراسة

سابعاً: تعريف بمصطلحات الدراسة نظرياً وإجرائياً

أولاً-المقدمة:

يعاني الشباب في عصرنا الحالي كثيراً من المشكلات التي قد تظهر في صور من التوتر والقلق والشعور بعدم المسؤولية والانسحاب من أنشطة المجتمع، وربما ترجع في كثير من الأحيان إلى أننا نعيش في عالم مشحون بالتوترات، ويموج بالصراعات والخلافات إلى الحد الذي يمكن معه القول: إنَّ انتماءنا الحقيقي لم يعد له وجود إلا في إطار محدود من خبراتنا الحياتية؛ حيث يتَّسم الفرد في المجتمعات النامية بشعوره أنه يعيش في عالم لا يستجيب لرغباته واحتياجاته، كما أنه غير قادر على التنبؤ بالمستقبل، فضلاً عن تغيّر المعايير التي تنظّم سلوكه بسرعة متزايدة، كما يتَّسم برفضه للقيم الخاصة بحضارته، وبالانعزال عن الآخرين وعن ذاته (خليفة، ٢٠٠٣: ٢٨٧)، ولقد استأثرت مشكلات الشباب - بما فيهم طلاب الجامعة - في عصرنا الحالي باهتمام واسع من قبل الباحثين في علم النفس؛ نظراً لما تشكّل هذه الشريحة من أهمية مادية ومعنوية قصوى في حياة أيّ مجتمع من المجتمعات، ومن بين أهمّ تلك المشكلات مشكلة الاغتراب النفسي (صالح، ٢٠٠٩: ١٠٣)؛ حيث ازداد اهتمام الباحثين خلال النصف الثاني من القرن العشرين بدراسة الاغتراب كظاهرة انتشرت بين الأفراد في المجتمعات المختلفة، وربما يرجع ذلك إلى ما لهذه الظاهرة من دلالات قد تعبّر عن أزمة الإنسان المعاصر ومعاناته وصراعاته الناتجة عن تلك الفجوة الكبيرة بين تقدّم مادّي يسير بمعدّل هائل السرعة وتقدّم قيمي ومعنويّ يسير بمعدّل بطيء، الأمر الذي أدّى بالإنسان إلى النظر للحياة، وكأنّها غريبة عنه، أو بمعنى آخر الشعور بعدم الانتماء إليها (شاخت، ١٩٨٠: ١٦٥). ويبدو أنّ إنسان اليوم يعيش حياة صعبة، ابتعدت به تدريجياً عن العلاقات الإنسانية والعاطفية التي تربطه بنفسه وبالآخرين.

ولعلّ مشكلة الاغتراب تُعدّ من أخطر المشكلات التي تؤثر بقدرات الشباب فهي مشكلة اجتماعية - نفسية وإنسانية عامّة، وهي شائعة في كثير من المجتمعات بغضّ النظر عن النظام السياسي والثقافي، والإيديولوجيات والمستوى الاقتصادي والتقدّم المادي والاتّصالي السائد في المجتمع، كما أنّها تُعدّ أزمة معاناة للإنسان المعاصر وإن تعدّدت مصادرها وأسبابها، وذلك في ظلّ التقدّم التقني والمادي الهائل الذي جعل قيمة الإنسان ثانوية مقارنة بقيمة التكنولوجيا، فمظاهر العنف والتمرد والسلبيّة تجاه قضايا المجتمع، أدّت إلى اختلال في نظام العلاقات الإنسانية.

ويرى الكثير من الخبراء والمتخصصين أنّ هناك العديد من البرامج والفعاليّات المساعدة التي تخفف من حدّة الاضطرابات ومشاعر القلق والعجز والعزلة الاجتماعيّة، كما يرى (زهران، ٢٠٠١) أنّ إحداث التغيّر النفسي والاجتماعي الإيجابي، لا يتمّ إلّا من خلال برامج وفعاليّات متعدّدة تتعلّق بالإرشاد والعلاج النفسي؛ لأنّه يتطلّب المواجهة العلميّة لما يتمخّض عنه هذا التغيير، كما يتطلّب استمرار التوافق النفسيّ معه، والذي بدوره يؤدّي إلى خفض مؤشّرات الاغتراب النفسي.

هذا وتتعدّد طرق الإرشاد والعلاج النفسي باختلاف مشكلات وشخصيّات المسترشدين وتتوّع معها الأدوار والمسؤوليّات الملقاة على عاتق المرشد النفسي، وتبرز السيكو دراما كأحد أساليب الإرشاد والعلاج النفسي الجماعي والتي أثبتت جدوى استخدامها في علاج العديد من الحالات والاضطرابات والمشكلات النفسيّة والاجتماعيّة والسلوكيّة المتنوّعة ولمختلف الأعمار كما تؤيّد هذا العديد من الدراسات منها دراسة (Hilman، ١٩٨٥) ودراسة (Machay، ١٩٨٧) و (Hudgins، ٢٠٠٠) ودراسة (ابراهيم، ١٩٩٤) وغيرها الكثير.

حيث تُعدّ السيكو دراما نوعاً من أنواع العلاج النفسي الذي يجمع بين الدراما كنوع من أنواع الفنون وعلم النفس، وتكمن فعاليتها في مساعدة الشخص على تفريغ مشاعره وانفعالاته من خلال أداء أدوار تمثيليّة لها علاقة بالمواقف التي يعايشها حاضراً أو عايشها في الماضي أو من الممكن أن يعايشها في المستقبل (السفاسفة، ٧٧: ٢٠٠٢).

وفي السياق نفسه أشار (عكاشة، ٢٠٠٣) إلى أنّ السيكو دراما هي عبارة عن علاج جماعي قائم على نشاط المريض، ويطلق عليه أحياناً العلاج بالمرحليّات النفسيّة، والخاصيّة الأساسيّة لهذا الأسلوب هي حرية الفعل؛ حيث تتاح الفرصة للتنفيس الانفعالي وإظهار الاستجابات الشاذّة، وإدراك الواقع وتحقيق التفاعل الاجتماعي، ويتمّ ذلك بأن يعطى لكلّ مريض دوره في المسرحيّة كما يؤدّيه فعلاً في الحياة العامّة، ومن ثمّ إعطاؤه دوراً معاكساً مثل دور شخص مسالم إذا كان عدوانياً. (عكاشة، ٢٠٠٣: ٤٤)

فالهدف من السيكو دراما هو إيجاد حلول للمشاكل عن طريق مساعدة الشخص في فهم مشاعره عبر تجسيد الواقع بشكل تمثيليّ ومحاولة إخراج الشخص من عزلته النفسيّة،

فالسيكودراما تُعدّ أسلوباً عملياً لحلّ مشكلات الشخص بدلاً من الأساليب الشفهية المتبعة في العلاج النفسي التقليدي كالتخيّل والتنويم المغناطيسي. (شحاته، ١٩٩٢: ٣٣)

وتشير النتائج في دراسة (Yazdekhesti, Habibullah, & Hamidreza ، ٢٠١٣) إلى فعالية السيكودراما كوسيلة فعّالة للتدخلات وتعزيز السعادة والفرح وصحة نفسية أفضل لدى طلبة الجامعات، بينما يشير (Shojaat, 2010) إلى أنّ التدخلات الفعّالة للسيكودراما تخلق زيادة كبيرة في المهارات الاجتماعية للأفراد، وأنّ السيكودراما إحدى الطرق العلاجية النفسية للعديد من الاضطرابات الانفعالية، فهي تهدف إلى إعطاء الفرد الفرصة للتنفيس الانفعالي والتعبير عن مشاعره وانفعالاته وأمنيّاته من خلال القصص والتمثيلات المسرحية.

فالسيكودراما هي مسرح كبير يشبه مسرح الحياة، ولكنّ الفرق بينهما أنّه في مسرح السيكودراما الذي نقوم فيه على لعب الأدوار تكون التلقائية ويتمّ التفرّغ والاستبصار، أمّا في مسرح الحياة فيكون القلق والتوتّر من الآخرين أو من الأحداث.

لذا اختارت الباحثة استخدام هذه الطريقة التي تتسم بالحيوية والديناميكية في شكل برنامج للتخفيف من الاغتراب النفسي الذي يعاني منه طلاب الجامعة والتي تمثّل مرحلة مهمّة من حياة الشباب والتي تتنوّع فيها مصادر الضغوط النفسية؛ حيث تؤكّد Constance (٢٠٠٤) أنّ طلبة الجامعة عرضة لمواجهة الكثير من الاضطرابات النفسية والصراعات نتيجة للمواقف والأحداث الجديدة والمتعدّدة التي يواجهونها في حياتهم الجامعية.

ومن منطلق أنّ الظروف الاجتماعية، والاقتصادية، والنفسية، والشخصية، تُعدّ من العوامل المؤثرة في شخصية الفرد وتوافقه النفسي، أملاً أن يسهم هذا الجهد في توجيه انتباه الباحثين، والمختصّين، وأصحاب القرار إلى الوسائل الفعّالة التي يمكن من خلالها مواجهة المشكلات الاجتماعية والنفسية التي تعترض حياة الطالب الجامعي، ليقوم بدوره المتوقّع منه، بما يمكنه من التفوّق والإبداع في مختلف المجالات العلمية والمهنية.

ثانياً - مشكلة الدراسة:

يمثل الانتقال للحياة الجامعية نوعاً من التحدي لدى بعض الطلاب، فهم قد يتعرضون لأنواع شتى من الضغوط والمشكلات (الاقتصادية والاجتماعية والنفسية والدراسية)، والتي من شأنها أن تزيد القلق لديهم، واحتمال تطورها والمعاناة من آثارها في المستقبل مما يؤثر مسبقاً على سلوكهم وطريقة تفاعلهم مع الآخرين وفي المجتمع، ونتيجة لهذه الضغوط قد يفشلون في التكيف مع الحياة والمعاناة من آثارها، وقد تظهر لديهم مشكلات نفسية ترتبط بالشعور باللامبالاة وعدم الاهتمام وعدم الرغبة في المشاركة بأنشطة المجتمع، إضافة إلى انعدام الثقة بالآخرين وبالمجتمع والنظر بتشائم لكل ما يجري حوله من أحداث، وهذا يتطلب تقديم العون والدعم والمساعدة لتجاوز هذه الصعوبات الناجمة عن الضغوط، فهناك العديد من الدراسات التي تناولت المشكلات النفسية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة، فمنها ما تناول ظاهرة الاغتراب النفسي (موضوع الدراسة) ومدى انتشارها بين طلاب الجامعة مثل (دراسة نعيصة ٢٠١٢، موسى ٢٠١٢، علي ٢٠٠٧) والتي أكدت جميعها على انتشار هذه الظاهرة لدى طلبة الجامعة في المجتمع السوري، ودراستها من خلال علاقتها ببعض المتغيرات، فالاغتراب النفسي مشكلة اجتماعية نفسية ولها مخاطرها الكبيرة على حياة الشباب، كالإدمان على المخدرات والعوانية والتمرد على النظام الأخلاقي والاجتماعي وفقدانهم للحس الاجتماعي وأزمة الهوية وقلة الشعور بالانتماء، والتبؤ والسلبية واللامبالاة ... وغيرها من المشكلات الاجتماعية والنفسية التي تحتاج بكل تأكيد إلى جهود كبيرة للتصدي لها والوقوف على أسبابها، والتكلم عن المشكلات الدفينة التي لم يسبق أن تم التكلم عنها بكل حرية وثقة، وهذا ما قد نجده في أسلوب السيكو دراما من خلال فنياته كلعب الأدوار وتبادلها فهي عملية تفريغ متكاملة، حيث تُعد أحد الأساليب الإرشادية الجماعية التي ثبت جدوى استخدامها في حالات المشكلات الاجتماعية والاضطرابات السلوكية والعديد من الاضطرابات الأخرى في مختلف الأعمار، وهذا ما تؤكد دراسة زقوت (٢٠١٤) ودراسة الزقزوق (٢٠١٣) والمالكي (٢٠١٣) ودراسة Dagon (٢٠١٠) Kathryn (٢٠٠٨) ودراسة Deborah (٢٠٠٦) ودراسة Hudgins (٢٠٠٠).

وبعد مراجعة الباحثة أدبيات الدراسة، تبين أنه لا توجد هناك دراسات تناولت مباشرة موضوع الدراسة في بناء برنامج يستند إلى السيكو دراما وبيان فاعليته في التخفيف من الاغتراب

النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة، إضافة لقيام الباحثة بدراسة استطلاعية على عينة عشوائية مكونة من (٩٨) طالباً وطالبة تم اختيارهم من جامعة البعث، وتم تطبيق مقياس الاغتراب (شقير ، ٢٠٠٢) فتبين أن نسبة انتشار الاغتراب كانت بدرجة متوسطة، ومن خلال احتكاك الباحثة مع الطلبة الجامعيين بحكم عملها في الجامعة وتواصلها المستمر معهم لاحظت وجود بعض المؤثرات التي قد تدل على انتشار الاغتراب عند بعضهم كالشعور باللامبالاة وعدم وضوح الهدف والمعنى من الحياة وعدم الالتزام ببعض المعايير الاجتماعية عند أغلب الطلاب ومن هنا جاءت فكرة هذه الدراسة والتي تمثل نوعاً من تقديم الدعم لهؤلاء الطلبة في شكل برنامج قائم على فنيات السيكو دراما.

ثالثاً - أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة الحالية مما يأتي:

١- من طبيعة المشكلة التي تتصدى لها ، فهي تلقي الضوء على مشكلة الاغتراب النفسي التي تُعدّ من أخطر المشكلات الاجتماعية والنفسية التي يمكن أن تصيب الشباب الجامعي.

٢- من استخدام السيكو دراما كأسلوب إرشادي جماعي للتخفيف من الاغتراب النفسي من خلال تطبيق تبادل الأدوار والدراما الاجتماعية وغيرها من الفنيات.

٣- من طبيعة العينة التي هي موضع الدراسة الحالية، وهي طلاب قسم تربية الطفل / شعبة معلّم الصفّ، والتي ستكون مسؤولة مسؤولية كاملة مستقبلاً عن إعداد الأجيال وبنائهم وتنمية شخصياتها من جوانبها المختلفة.

٤- تُعدّ الدراسة الحالية، الدراسة الأولى من نوعها التي تطبّق فيها السيكو دراما كأسلوب إرشادي للتخفيف من الاغتراب النفسي لدى الطلبة الجامعيين، وذلك على حدّ علم الباحثة.

٥- وقد يستفيد منها طلبة معلم الصف والمرشدين النفسيين والمعلمين والعاملين في مجال التربية والتعليم.

٦- على ضوء نتائج الدراسة سيتم إجراء دراسات مشابهة أخرى ذات علاقة بالموضوع وعلى مستويات تعليمية أدنى أو أعلى من أفراد العينة.

٧- على ضوء نتائج الدراسة يمكننا تصميم برامج إرشادية وتربوية لخفض حالات أخرى من المشكلات النفسية والاجتماعية لدى طلاب قسم تربية الطفل وما ينتج عنها من آثار سلبية.

رابعاً- أهداف الدراسة:

تحاول الدراسة الحالية تحقيق الأهداف الآتية:

١- إعداد برنامج قائم على السيكو دراما للتخفيف من الاغتراب النفسي عند طلبة معلّم الصف.

٢- إعداد مقياس للاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة.

٣- تعرف فاعلية البرنامج القائم على السيكو دراما في التخفيف من الاغتراب النفسي.

خامساً- فرضيات الدراسة:

تم اختبار الفرضيات الآتية عند مستوى للدلالة 0,05:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة الضابطة وطلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي قبل تطبيق البرنامج.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي قبل تطبيق البرنامج وبعده.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة الضابطة وطلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي بعد تطبيق البرنامج.

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة الضابطة وطلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي بعد تطبيق البرنامج تبعا لمتغير الجنس.

٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي في القياس البعدي والقياس المؤجل.

سادسا- حدود الدراسة:

- الحدود المكانية : تم إجراء الدراسة في مدينة حمص - جامعة البعث - كلية التربية
- الحدود الزمانية: تم إجراء الدراسة في الفصل الأول للعام الدراسي ٢٠٢١ - ٢٠٢٢
- الحدود الموضوعية: قامت الباحثة بإعداد برنامج قائم على السيكو دراما ومقياس الاغتراب النفسي وتطبيق أدوات الدراسة الحالية على عينة البحث.
- الحدود البشرية: طلاب كلية التربية قسم معلّم الصفّ في جامعة البعث.

سابعا- التعريف بمصطلحات الدراسة نظرياً وإجرائياً:

- **البرنامج القائم على السيكو دراما:** هو مجموعة من الجلسات المخططة والمنظمة في ضوء الأسس الإرشادية والتربوية والعلمية بحيث تقدّم خدمات إرشادية مباشرة وغير مباشرة (الخطيب، ٢٠١٣: ١٠).

ويعرّف إجرائياً في هذه الدراسة بأنه مجموعة من الجلسات التدريبية الجماعية والمنظمة والمجدولة بـ (١٦) جلسة، مدّة كلّ جلسة (٦٠) د ، والمستندة إلى بعض أساليب السيكو دراما التي تهدف إلى التخفيف من الاغتراب النفسي لدى طلبة معلّم الصفّ في جامعة البعث في العام ٢٠٢١-٢٠٢٢

- **الاغتراب النفسي psychological Alienation:** "شعور الفرد بعدم الانتماء، وفقدان الثقة، ورفض المعايير الاجتماعية، والمعاناة من الضغوط النفسية، وتعرّض وحدة الشخصية للضعف والانهيار، بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع" (زهران، ٢٠٠٢: ١٨).

ويشير صلاح مخيمر (١٩٨١) إلى أنّ الاغتراب هو " نوع من الاضطراب في علاقة الفرد بنفسه والعالم؛ حيث يشعر المرء بأنّه غريب عن ذاته ومنفصل عن واقعه، بسبب فقدان

المعنى المتمثل بصورة أساسية في الهدف والقيمة؛ مما يعطل الحركة الديناميكية ما بين الذات والواقع" (يوسف، ٢٠٠٥: ١٤).

وتعرف الباحثة الاغتراب النفسي في الدراسة الحالية: بأنه شعور الفرد بالانفصال عن ذاته وعن مجتمعه؛ وافتقاد الصلات الاجتماعية مع الآخرين، إضافة إلى شعوره بالإحباط والتشاؤم من كل ما يحيط به، وإحساسه بانقياد القيم الأخلاقية، متمثلاً بمجموعة من الأبعاد هي: العزلة الاجتماعية - العجز - اللا معيارية - اللا معنى - التمرد.

التعريف الإجرائي للاغتراب النفسي: الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس الاغتراب النفسي المستخدم في البحث الحالي، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى وجود الاغتراب النفسي بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى عدم وجود الاغتراب النفسي.

- **السيكودراما :** هي إحدى طرق العلاج النفسي التي يتم فيها تشجيع المشاركين في الجلسة العلاجية على مواصلة نشاطاتهم عبر أساليب لعب الأدوار الدرامية، والعرض الذاتي مستخدمة الاتصال اللفظي والجسدي لتمثيل مشاهدات وتصورات لأحداث وأوهام داخلية ماضية التحضير للمستقبل ومواجهة المخاطر. (Kellermann, 2006)

وتعرف الباحثة السيكودراما في الدراسة الحالية بأنها أسلوب إرشادي يتضمن مجموعة من الأنشطة والإجراءات ينفذها المشاركون أثناء الجلسات الإرشادية تتمثل بلعب الأدوار والمرأة والدكان السحري والكراسي وغيرها واختيار المشاركون الأدوار المناسبة وتمثيلها في جو يسوده الأمان والألفة، واكتسابهم طرقاً فعالة للاستبصار بمشكلاتهم والتعبير عن انفعالاتهم ومخاوفهم.

التعريف الإجرائي للسيكودراما فهي: أسلوب يعتمد على مجموعة من الفنيات الدرامية (لعب الادوار - الدكان السحري- رواية وصناعة قصة - الكراسي..) التي ستقوم الباحثة بتطبيقها للتخفيف من الاغتراب النفسي لدى عينة من طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة البعث.

الفصل الثاني

الإطار النظري

المحور الاول : الاغتراب Alienation:

توطئة:

تُعَدّ ظاهرة الاغتراب مشكلة اجتماعية - نفسية وإنسانية عامة، وهي شائعة في كثير من المجتمعات بغض النظر عن النظام السياسي والثقافي، والإيديولوجيات والمستوى الاقتصادي والتقدم المادي والاتصالي السائد في المجتمع، كما أنها تُعَدّ أزمة معاناة للإنسان المعاصر وإن تعددت مصادرها وأسبابها، ذلك في ظلّ التقدم التقني والمادي الهائل الذي جعل قيمة الإنسان ثانوية مقارنة بقيمة التكنولوجيا، فمظاهر العنف والتمرد والسلبية تجاه قضايا المجتمع، أدت إلى اختلال في نظام العلاقات الإنسانية. ولقد استأثرت مشكلات الشباب - بما فيهم طلاب الجامعة - في عصرنا الحالي باهتمام واسع من قبل الباحثين في علم النفس؛ نظراً لما تشكّل هذه الشريحة من أهمية مادية ومعنوية قصوى في حياة أيّ مجتمع من المجتمعات، ومن بين أهمّ تلك المشكلات مشكلة الاغتراب النفسي (صالح، ٢٠٠٩: ١٠٣)، حيث ازداد اهتمام الباحثين خلال النصف الثاني من القرن العشرين بدراسة الاغتراب كظاهرة انتشرت بين الأفراد في المجتمعات المختلفة، وربما يرجع ذلك إلى ما لهذه الظاهرة من دلالات قد تعبّر عن أزمة الإنسان المعاصر ومعاناته وصراعاته الناتجة عن تلك الفجوة الكبيرة بين تقدّم مادي يسير بمعدّل هائل السرعة وتقدّم قيمي ومعنويّ يسير بمعدّل بطيء؛ الأمر الذي أدّى بالإنسان إلى النظر للحياة، وكأنّها غريبة عنه، أو بمعنى آخر الشعور بعدم الانتماء إليها (شاخ، ١٩٨٠، ١٦٥). ويبدو أنّ إنسان اليوم يعيش حياة صعبة، ابتعدت به تدريجياً عن العلاقات الإنسانية والعاطفة التي تربطه بنفسه وبالأخرين.

لذلك فإنّ ظاهرة الاغتراب النفسي تتطلب الكشف عن مظاهرها وأسبابها ومصادرها، فهي ظاهرة متعدّدة الأبعاد، وخبرة يعيشها الفرد ازدادت بشكل كبير مع التقدم الحضاري والتكنولوجي ومع ثورة الاتصالات والمعلومات التي يشهدها العالم (زهران، ٢٠٠٤، ١٠٣).

ونظراً لأهمية الاغتراب النفسي ستعرض الباحثة لهذه الظاهرة بشيء من التفصيل:

أولاً- لمحة تاريخية عن الاغتراب (Alienation):

تُعَدّ ظاهرة الاغتراب جزءاً من نسيج الحياة اليوميّة للإنسان وتنعكس أبعادها في مناحي الوجود الاجتماعي والثقافي كلّها، وهي تأتي نتاجاً لإكراهات متنوّعة تتمثّل في القمع التاريخي والسياسي والأخلاقي والاقتصادي (وظفة، ١٩٩٨: ٤٢٤)، لذلك يُعَدّ وضع مفهوم جامع ومتّفق عليه بين الباحثين حول مصطلح الاغتراب من الصعوبة بمكان.

ويجمع الباحثون على أنّ هيجل (Hegel)، هو أوّل من استخدم مصطلح الاغتراب استخداماً منهجياً مقصوداً ومفصلاً (غيث، ٢٠٠٦: ١٨).

وقد عرض محمود رجب (١٩٨٨) لثلاث مراحل توضّح تاريخ مصطلح الاغتراب والمسار الذي سلكه هذا المصطلح حتّى وصل إلى ما هو عليه الآن من انتشار في حياتنا الثقافيّة المعاصرة، والمراحل الثلاث هي:

- **مرحلة ما قبل هيجل:** وفيها يحمل مفهوم الاغتراب معاني مختلفة يمكن إجمالها في ثلاثة سياقات وهي: الأول: قانوني (بمعنى انتقال الملكية من صاحبها وتحوّلها إلى آخر) الثاني: ديني (بمعنى انفصال الإنسان عن الله)، الثالث: نفسي اجتماعي (بمعنى انفصال الإنسان عن ذاته ومخالفته لما هو سائد في المجتمع).
- **المرحلة الهيجليّة:** على الرّغم من استخدام مفهوم الاغتراب قبل هيجل، فإنّه أوّل من استخدم مصطلح الاغتراب استخداماً منهجياً مقصوداً، حتّى أطلق على هيجل (أبو الاغتراب).
- **مرحلة ما بعد هيجل:** وفيها بدأت تظهر النظرة الأحاديّة إلى مصطلح الاغتراب، أي التركيز على المعنى السلبي للاغتراب فقط، حيث اقترن المصطلح في أغلب الأحوال بكلّ ما يهدّد وجود الإنسان وحرّيته، وأصبح الاغتراب وكأنّه مرض أصيب به إنسان العصر الحديث، ومن أبرز الفلاسفة والمفكرين الذين اهتمّوا بموضوع الاغتراب بعد هيجل، كارل ماركس (Marx)، وسارتر (Sarter) (خليفة، ٢٠٠٣، ٢١-٢٢).

إنّ التركيز على المعنى السلبي للاغتراب قد يكون مبرّراً؛ وذلك نتيجة التحوّلات الكبيرة التي شهدتها العالم، والتي كانت في معظمها ذات أثر سلبي على الجانب المعنوي عند الإنسان وخاصّة في الجانب القيمي والأخلاقي.

ومع أنّ الاغتراب سمةً جوهريّة للوجود الإنساني من خلال تداخله مع جوانب الحياة المعاصرة كلّها، إلا أنّ الآراء والتعريفات المقدّمة عنه لم تسلم من الخلط بين أنواعه وأسبابه ومصادر وجوده ونتائجها، ممّا زاد من غموض المصطلح، وهو ما أكّده ريتشارد شاخت (R.Shacht,1980) بقوله: " وحيثما تطرح تعريفات واضحة لمصطلح الاغتراب، فإنّها غالباً ما تكون مختلفة وتفتقر إلى الوضوح، فيما يتعلّق بعلاقة كلّ تعريف بالآخر".

ويمكن القول: إنّّه وبرغم الاختلاف في الآراء المطروحة حول مصطلح الاغتراب، فإنّ كلّ المحاولات السابقة تشترك بوجود بعض العناصر في مفهوم الاغتراب مثل الانسحاب من المشاركة في نشاطات المجتمع، والعزلة والعجز والفشل في تحقيق التكيف مع الأوضاع السائدة في المجتمع، وفقدان الشعور بالانتماء.

لذلك وبناءً على ما تقدّم ترى الباحثة ضرورة التفصيل في معاني الاغتراب المختلفة؛ لغويّاً واجتماعيّاً ونفسيّاً:

ثانياً - تعريف الاغتراب:

١ - المعنى اللغوي للاغتراب:

- الاغتراب في اللغة العربيّة:

تستخدم كلمة الاغتراب في اللغة العربيّة ضمن سياقات عديدة فقد جاء في مختار الصحاح للإمام محمد بن أبي بكر عبد القادر الرازي (١٩٩٢) ما يأتي:

غ ر ب - الغربة الاغتراب تقول: (تغرب واغترب) بمعنى فهو (غريب) و(غرب) والجمع (الغرباء)، والغرباء أيضاً الأبعاد، و(اغترب) فلان إذا تزوّج إلى غير أقاربه، و(التغريب) النفي عن البلد، و(أغرب) جاء بشيء غريب (الرازي، ١٩٩٢، ٢٢٣).

وفي اللغة أيضاً الاغتراب معناه الابتعاد عن الوطن، ومعنى (غرب) ذهب ومنها (الغربة) أي الابتعاد عن الوطن، وتوحي كلمة الغروب والاعتراب بالضعف والتلاشي فهي عكس النمو الذي منه الانتماء، فيقال غربت شمس العمر إذا كانت المرحلة هي الشيخوخة، كما نلاحظ ارتباط الاغتراب أيضاً بفقدان السند، وبالتالي الضعف؛ لأنّ الغريب ضعيف لا سند له من قرابة ينتمي إليها، أو ملجأً يحتمي به.

والغريب أيضاً: "كلمة تطلق على الإنسان الذي يخرج في تفكيره وسلوكه عن الشائع والمألوف، كأن نقول عن الإنسان الذي ينحرف سلوكياً ونفسياً واجتماعياً إنه (غريب الأطوار) للتعبير عن شذوذه ومرضه النفسي" (كريمة، ٢٠١٢، ٢٥).

- الاغتراب في اللغة اللاتينية:

يقابل مصطلح (الاغتراب) في اللغة العربية، مصطلح (Alienation) في اللغة الإنكليزية ومصطلح (Alienation) في اللغة الفرنسية (خليفة، ٢٠٠٣، ٢٣).

وقد استخدمت الكلمة اللاتينية القديمة (Alienation)، في اللغتين الإنكليزية والفرنسية للدلالة على عدّة معانٍ يمكن إجمالها فيما يأتي:

٢- المعنى الفلسفي للاغتراب:

يُعدّ هيجل أوّل من استخدم مصطلح الاغتراب كمصطلح فلسفي، وهو عنده ظاهرة من ظواهر العقل، حيث يرى أنّه "يوجد انفصال متأصل في وجود الإنسان كفاعل وموضوع لأفعال الآخرين، انفصال بينه كطاقة مبدعة تسعى لتحقيق ذاتها، وموضوع يتأثر بالآخرين وبالطبيعة ومن ثم تأتي المواجهة، حينما يقف ما يبدعه هذا الإنسان من علم وفنّ، كأشياء خارجيّة غريبة عنه؛ بالرغم من أنّها تجسيدات لعقله وضميره".

٣- المعنى الاجتماعي للاغتراب:

يعرّف معجم العلوم الاجتماعيّة الاغتراب بشكل عامّ على أنّه البعد عن الأهل والوطن، ولكنّه استخدم حديثاً في العلوم الاجتماعيّة للدلالة على فقدان الإنسان لذاته واستتكاره لأعماله نتيجة أوضاع يمرّ بها (الفارس، ٢٠٠٤، ٥٠)، وقد أوردت الموسوعة البريطانية الجديدة الاغتراب على أنّه "الشعور بالانفصال عن البيئة والعمل، أو الذات"

(The Encyclopedia Britannica, 1991: 271)

أي يصبح الإنسان غريباً عن نشاطه وأعماله، ويشير إحسان محمد الحسن إلى الاغتراب بأنّه "الحالة النفسيّة التي تسيطر على الإنسان سيطرة تامّة تجعله غريباً وبعيداً عن بعض نواحي واقعه الاجتماعي" (الحسن، ١٩٩٩، ٦٥)، وأيضاً عرّفه بوشان (Bhushan) في قاموس علم الاجتماع بأنّه "حالة من الغربة يعيشها الإنسان في المجالات الأساسيّة لوجوده الاجتماعي"

(9: Bhushan, 1994). ودلت نتائج دراسة كل من باو وزو وزو عام ٢٠٠٦ (Bao, Y., Zhou, K. Z., & Zhou, N. (2006)) على أنه يجب أخذ النظام الاجتماعي بالحسبان على أنه سبب رئيسي للانعزال الاجتماعي، فضلاً عن اعتبار أن العوامل المؤسسية والتنظيمية والشخصية تسهم في شعور الأفراد بالانعزال في المجتمع.

٤ - المعنى القانوني للاغتراب:

يشير المعنى القانوني إلى استخدام مصطلح (Alienation) ضمن سياقين، هما:

- السياق الأول (Alienare)، أي انتقال ملكية شيء ما من شخص إلى آخر، وخلال عملية الانتقال هذه يصير الشيء مغترباً عن ماله الأول.
- السياق الثاني: بمعنى قابلية الأشياء وحتى الكائنات للتنازل والبيع، والاعتراب في هذا المعنى القانوني يتضمن ما يمكن تسميته بتشويء العلاقات الإنسانية، أي تحول الموجودات الإنسانية الحية إلى أشياء، أو موضوعات جامدة (كريمة، ٢٠١٢، ٢٦).

٥ - المعنى النفسي للاغتراب:

يعرّف معجم علم النفس المعاصر الاغتراب بأنه "تغيّر في الوعي بالذات يتسم بفقدان الهوية وتجربة شعورية مؤلمة بالاعتراب عن الأسرة والرفاق" ويحدث الشعور بالاعتراب بعض الأمراض العقلية، وبعض الاضطرابات النفسية البيئية، تحت الضغط الانفعالي والاضطرابات الجسمية (جابر، كفاي، ١٩٨٨: ٧٢)، ويشير روبينز (Robins) إلى أن الاغتراب "هو شعور بالانفصال عن خبراتنا الداخلية، أو الافتقار إلى الوعي بها، حيث لا يستطيع المغترّب نفسياً أن يدرك من يكون، أو بماذا يشعر؟ فذاته غريبة عنه ولا يشعر بما يحدث في داخله (رزق، ١٩٨٩: ٣٠).

ويمكن القول: إنّ الاغتراب عن الذات يحدث عندما يكون هناك انفصال بين ما يملكه الفرد من قدرات وإمكانات، وبين الفرص المتاحة له لتوظيف هذه الإمكانيات، فحين لا تتوافر له الفرص لتوظيف هذه القدرات والإمكانات، وتحقيق الذات من خلالها فإنه يغترّب عن ذاته.

وبحسب استوكلز (Stokols) ينشأ الاغتراب من خبرات الفرد التي يمرّ بها مع نفسه ومع الآخرين، ولا تتّصف بالتواصل والرضا ويصاحبها كثير من الأعراض، مثل: العزلة والإحساس بالتمرد والرفض والانسحاب (نقلاً عن الفارس، ٢٠٠٤: ٥١).

أمّا بتروفسكي (Petrovsky) فقد عرّف الاغتراب في معجم علم النفس المعاصر على أنّه مصطلح يشير إلى العلاقات الحيائيّة لشخص ما مع العالم المحيط؛ حيث يظهر التناقض بين عمل الشخص ونشاطه وذاته والأفراد الآخرين، وبين الشخص نفسه ويتجلّى هذا التناقض في الاختلاف والرفض والعداء، ويتمّ التعبير عنه من خلال مشاعر العزلة والوحدة والرفض وفقدان الأنا والذات (بتروفسكي، ١٩٩٦: ١٦).

ومع إخضاع ظاهرة الاغتراب للقياس برزت هناك عدّة اتّجاهات في دراسة الاغتراب:

- اتّجاه ينظر للاغتراب على أنّه ظاهرة ذات بعد واحد:

تمثّل هذا الاتّجاه نتلر (Nettler)، فهي ترى أنّ الاغتراب هو الشعور بالانفصال عن المجتمع، وهي تسلّم بوجود علاقة وثيقة بين الاغتراب بهذا المعنى وبين فقدان المعايير "الأنوميا"، إلّا أنّها لا ترى في ذلك مبرراً للتوحيد بين هذه الظواهر تحت اسم واحد (Nettler, 1957: 607).

ويرى كلارك (Clark) أنّ الاغتراب "حالة يشعر فيها الإنسان بأنّه أصبح مجرداً من القوى التي تسمح له بتحقيق الدور الذي حدّده لنفسه، ومن ثمّ فإنّ ذلك يؤدّي إلى الشعور بالعجز، وعدم الانتماء، وفقدان المعنى، كما تؤدّي هذه الحالة إلى شعور الفرد بنقص وسائل السيطرة لاستبعاد التناقض بين تعريفه للدور الذي يشغله والدور الذي كان يشعر بأنّه قد يشغله، ويرفض كلارك بعض التسميات مثل الاغتراب عن الثقافة، أو الاغتراب عن المجتمع (موسى، ٢٠٠٢: ١٤).

- اتّجاه ينظر إلى الاغتراب على أنّه مجموعة من الأبعاد قد تكون بينها علاقة وتندرج

تحت ظاهرة واحدة:

تحدّث سيمان (Seeman)، في هذا الإطار عن عدّة أبعاد للاغتراب وهي: "العجز، اللامعيارية، العزلة الاجتماعيّة، والاعتراب عن الذات، وهو لا يعتبر أنّ هذه الأبعاد تؤلّف ظواهر مستقلّة وإنّما هي معانٍ، أو استخدامات مختلفة للاغتراب.

أمّا ميدلتون (Middleton)، فهو يصف الاغتراب ضمن ستّة أبعاد، هي: العجز، واللامعيارية واللامعنى، والاعتراب الاجتماعي، والاعتراب الثقافي، واعتراب العمل، ويرى بأنّها أنماط مختلفة للاغتراب.

- اتجاه ينظر إلى الاغتراب على أنّه ظاهرة تتألف من عدّة أبعاد:

يرى دين (Dean)، أنّ الاغتراب ظاهرة متكاملة ذات أبعاد ومكونات هي: العجز، واللامعيارية والعزلة الاجتماعية، كما أنّ الاغتراب ليس ظاهرة أحادية البعد، بل هو جملة أعراض، ويتفق دافيد (David) معه في هذا الاتجاه، فالمغترّب نفسياً هو من يحصل على درجات مرتفعة في مقياس الاغتراب الذي يقيس خمسة أبعاد وجد بينها ارتباط عالٍ وهي التمركز حول الذات، الشك، القلق، التشاؤم، الاستياء (Daen, 1960, 187).

بمعنى آخر نستطيع القول: إنّ الفرق بين الاتجاهين الثاني والثالث هو أنّ الاتجاه الثالث يؤكّد العلاقة بين أبعاد الاغتراب؛ فهي مترابطة ومنسجمة تماماً وهي في مجموعها تحقّق الدرجة الكلية للاغتراب.

ويعرّف شيامبرج (Schimberg)، الاغتراب بأنّه: "شعور المرء بفقدان العلاقة، والفشل في تحقيق علاقة ذات مغزى بين الجوانب المختلفة للذات، أو بين الذات والبيئة المحيطة، ويرى أنّ للاغتراب ثلاثة أبعاد هي: العجز، اللامعنى، العزلة" (العقيلي، ٢٠٠٤: ١٥).

وخلاصة القول: إنّ معاني الاغتراب السابقة - في معظمها - تؤكّد على أنّ الاغتراب حالة نفسية اجتماعية تغترّب فيها الذات عن هويتها وعن الحياة الاجتماعية والواقع، وتتجسّد في الرفض والانسحاب والتمرد والعزلة، وترى الباحثة أنّ التطوّر الهائل في تقنيات الاتصال والذي أدّى بدوره إلى تغيير واضح في العلاقات الاجتماعية، وفي نظرة الإنسان على ذاته وإلى الآخرين، جعل الإنسان العربي عموماً - وطلاب الجامعة بشكل خاص - في حالة من الاغتراب عن ثقافته ومجتمعه وحتى عن نفسه في بعض الأحيان، وهو ما أكّدته دراسة سون ((Suen, H. K. (1983)، حيث أشارت النتائج إلى أنّ المتغيرات الأكاديمية هي عوامل رئيسية في الاغتراب عن الجامعة. وكذلك فإنّ أية محاولة لخفضه يجب أن تسعى أيضاً إلى تحسين الأداء الدراسي للطلاب وتحسين الأدوات والوسائل المتبعة من قبل الجامعة؛ لذلك وبناءً على ما سبق لخصت الباحثة تعريفاً للاغتراب يتناسب مع طبيعة البحث الحالي وهو: أنّ

الاغتراب حالة نفسية يشعر فيها الفرد بانفصاله عن نفسه وعن ثقافة مجتمعه وعاداته التي تتناقض في معظم الأحيان مع رغباته وحاجاته، وتظهر هذه الحالة في انسحاب الفرد عن نشاطات مجتمعه، وفي مخالفة المعايير والقيم الاجتماعية، حيث يشعر بفقدان العزم وبأن حياته بلا هدف، أو معنى.

ثالثاً- أنواع الاغتراب:

لا شك أن الاغتراب مفهوم فلسفي تطور بفضل علم النفس وخاصة في مجال القياس النفسي، لكنه وفي الوقت نفسه ميدان بحث مشترك لعلوم متعددة، حيث أسهمت في تبلور مفهومه علوم مختلفة كالفلسفة، والاجتماع، وعلم النفس، والسياسة، والاقتصاد، الأمر الذي أدى إلى وجود وجهات نظر مختلفة ومتعددة؛ نظراً لتعدد أشكاله ومظاهره، وستحاول الباحثة الوقوف على أهم أنواع الاغتراب:

١- الاغتراب الاجتماعي:

من منظور علم الاجتماع يرى سرول (Srole, 1956)، "أن الاغتراب هو الشعور بالرفض للمجتمع والانسحاب منه، أو التمرد عليه، ويقابل ذلك الشعور بالانتماء إلى الآخرين، فالشخص المغترب هو شخص فقد اتّصاله بنفسه وبالأخرين أيضاً" (علي، ٢٠٠٦: ٤٠).

وهذا يعني أن الاغتراب حالة اجتماعية يكون فيها الفرد غير مبالٍ بأنشطة المجتمع، ولا يحب الاختلاط بالناس، حيث تتسم علاقة الإنسان بالإنسان في ظل الاغتراب "بعدم التفاعل ونقص المودة والألفة وندرة التعاطف والمشاركة وضعف أواصر المحبة والروابط الاجتماعية مع الآخرين، فقد ضعفت الكثير من القيم التي كانت سائدة في حياة الناس، بل وكان لها وجود حقيقي فيما مضى مثل التآزر والتعاطف والتراحم والمحبة، وسيطرت على العلاقات بين الناس قيم غريبة عن الإنسان وأصبحت العلاقة الوصلية قيمة بحد ذاتها" (شقيير، ٢٠٠٠: ١٥١).

وهنا تستطيع الجامعة أن تلعب دوراً مهماً ومؤثراً في دفع الشباب إلى المشاركة بنشاطات المجتمع، وأيضاً في تنمية الشعور بالانتماء لديهم، وذلك عن طريق الاهتمام بالأنشطة الموجهة للشباب كمّاً ونوعاً، والترويج عبر تلك الأنشطة لقيم متنوعة كالخير والعدالة والحب ومساعدة الآخرين، كما وتسهم الجامعة في توسيع معارف الشباب حول الآخرين والأنشطة الاجتماعية

المختلفة؛ ممّا يسهم بشكل كبير في بناء علاقات إنسانية بين الشباب أنفسهم من جهة، ودمجهم في نشاطات المجتمع بشكل إيجابي وفَعّال من جهة ثانية، بما يحقق توافقهم النفسي والدراسي.

٢- الاغتراب المعلوماتي:

وهذا النوع من الاغتراب يميّز عصرنا الحالي الذي يسمّى عصر الأتمتة والتكنولوجيا.

ويتّخذ الاغتراب المعلوماتي ثلاثة أوجه:

- حالة من عدم التكيف مع الثورة المعلوماتية؛ نتيجة عدم إتقان وسائل تكنولوجيا المعلومات، ممّا يؤدّي إلى شعور الفرد بالتخلف.
- الاستغراق الكامل للإنسان وذوبانه في عالم المعلومات بعيداً عن مظاهر الحياة الإنسانية الطبيعية، ويبدو ذلك بشكل واضح عند الشباب المنغمس في تقنيات الاتصالات.
- عدم قدرة الإنسان على متابعة أو ملاحقة التغيّرات التي تحدث في أيّ ميدان من ميادين المعرفة. (الفارس، ٢٠٠٤: ٩).

ومن الملاحظ، أنّ التطوّر السريع والمتلاحق في العالم وعلى الأصعدة كافة، وخاصة في المجال التكنولوجي؛ سبّب بشكل كبير شعور الإنسان بأنّ الآلة تهدّد القيم الروحية للجنس البشري، وعدم القدرة على متابعة هذا التطوّر السريع في جميع ميادين المعرفة قد يساعد على انتشار مظاهر الاغتراب كافة وخاصة الاغتراب المعلوماتي (علي، ٢٠٠٦: ٤٩).

ففي ظلّ الثورة المعلوماتية الكبيرة التي يمرّ بها العالم والتي يرى الشباب أنّ الجامعة لم تستطع مواكبتها من خلال إحداث تغيير جذريّ في مناهجها، وطرائق تدريس تلك المناهج، فطلّبت عاجزة عن مواكبة تلك الثورة؛ أدّت إلى ظهور مجموعة كبيرة من الأسئلة تدور في ذهن الشباب الجامعي، من مثل: أين نحن من هذا التطوّر الكبير الحاصل في العالم؟ ومتى سننتقل من حقل التقليد إلى حقل الإبداع والمشاركة الفاعلة فيما يجري في العالم من تطوّر؟ ومن دون أدنى شكّ ستتحوّل هذه الأسئلة بمرور الوقت إلى نوع من انعدام الثقة بين الشباب وتعليمه الجامعي، وستبقى ثقافة العولمة مسيطرة على عقولهم، الأمر الذي يرسّخ هيمنة الغرب على عقول الشباب، ويجعل الشباب العربي يعيش الكثير من التناقضات بين قيم مجتمعاتهم والقيم الغربية التي يتلقونها من خلال الثقافة المفروضة عليهم عبر تقنيات الاتصال والإعلام ومواقع

التواصل الاجتماعي، وبالتالي يميل الفرد إلى الاغتراب عن مجتمعه بدلاً من تسهيل مشاركته في أمور هذا المجتمع، وقد أظهرت دراسة جونسون عام ٢٠٠٥ (Johnson, G. M. 2005)، أنّ الاغتراب التعليمي كان مرتبطاً بالاستخدام المنخفض لتكنولوجيا الاتصال عبر الشبكة، في حين كان هناك علاقة عكسية بين الاغتراب التعليمي والتحصيل الدراسي.

٣- الاغتراب الثقافي:

"وهو ابتعاد الفرد عن ثقافة مجتمعه ورفضها والنفور منها، والانبهار بكلّ ما هو غريب أو أجنبي من عناصر الثقافة وخاصةً أسلوب حياة الجماعة، وتفضيله على ما هو محليّ" (زهران، ٢٠٠٤: ١١١).

وقد أوضح حسين مؤنس (١٩٩٨) "أنّ ثقافة الأمة هي علمها غير الوعي الذي تتوارثه أجيالها وتسير به في شؤون حياتها؛ أيّ طريقتهما في الحياة، وتدخل في ذلك اللغة، وأنواع المأكولات وأسلوب تحضيرها، وطريقة البناء، وغيرها (كريمة، ٢٠١٢: ٢٥)، إنّ طريقة التعليم الجامعي التي مازال معظمها يعتمد على الأسلوب التقليدي، بالإضافة إلى ابتعاد الطلاب عن القراءة نتيجة الاعتماد على وسائل الاتصال الحديثة وما تحمله من ثقافة تناقض ثقافتنا المحلية، ربّما تكون قد أسهمت بشكل كبير في ظاهرة الاغتراب الثقافي؛ الأمر الذي يجعل الشباب العربي يعيش نوعاً من التناقض والضياغ بين ثقافته المحلية والثقافة الوافدة عبر وسائل الاتصال.

٤- الاغتراب الذاتي:

"ميّز إيريك فروم (Fromm) بين الذات الأصلية والذات الزائفة، على أساس أنّ الذات الأصلية ترادف مفهوم الذات غير المغترية والتي حققت وجودها الإنساني المتكامل؛ فصاحبها مفكّر وقادر على الحبّ والإبداع، أمّا الذات الزائفة فهي التي اغتربت عن نفسها وعن وجودها الإنساني الأصيل" (حماد، ١٩٩٥: ٦٨).

وفي الإطار نفسه ميّزت هورني (Horney) بين نوعين من اغتراب الذات هما:

- "الاغتراب عن الذات الفعلية: والذي يتمثّل في إبعاد كلّ ما كان المرء عليه بما في ذلك ارتباطه بحياته الماضية، وجوهر هذا الاغتراب هو البعد عن المشاعر والطاقات.

- الاغتراب عن الذات الحقيقية: ويتضمن توقّف سريان الحياة في المرء من خلال الطاقات النابعة من هذا المصدر بوصفه جوهر وجودنا".

فالمغترب حسب هورني يكون غافلاً عن واقعه، ويعيد عن الاهتمام به، ولا يعرف حقيقة ما يريد، ويعيش حالة من اللاواقعية (عبد المختار، ١٩٩٨: ٥٠).

ويمكننا القول إنّ وجهة نظر كل من فروم و هورني تجعل من الاغتراب حالة تتشابه نوعاً ما مع اضطراب الشخصية الفصاميّة؛ حيث نجد التركيز على العجز والفشل في إقامة علاقات اجتماعيّة عند كليهما.

٥- الاغتراب التربوي:

تلعب المؤسسات التعليميّة وخاصة الجامعة دوراً بالغاً في تعميق ظاهرة الاغتراب، أو التقليل منها لدى الطلبة، لما لهذه المؤسسات من دور في حاضِر الطلبة ومستقبلهم، فهي تساعدهم على النضج النفسي والاجتماعي، بالإضافة إلى دورها في إعداد هؤلاء الشباب ودفعهم إلى ميادين الإنتاج والعطاء، وبالتالي؛ فإنّ تخلف هذه المؤسسات عن إيقاع العصر وعدم قدرتها على مواكبة ثورة العلم والتكنولوجيا من جهة، وتقديم المادة العلميّة بطريقة مرهقة لا تتلاءم مع استعدادات الطلبة وقدراتهم من جهة أخرى، بالإضافة إلى عدم تنمية القدرة على الابتكار والإبداع ليتمكّنوا من مواجهة المشكلات بالبدائل والحلول، وهذه الأسباب كلّها تسهم في جعل الطلبة يشعرون بالاغتراب. (علي، ٢٠٠٦: ٤٩).

إنّ عدم قدرة المؤسسة التعليميّة (طالب، أستاذ، إدارة) على التكيف مع معطيات التكامل المعرفي التي توفرها تكنولوجيا الاتّصال التعليمي المتطوّر (فيديو، كمبيوتر، إنترنت)، حيث يُعدّ التعليم بوصفه الحالي يحرم أبناءه من الثقافة العليا، بينما تكمن المهمّة الأساسيّة للتعليم في رفع مستوى القدرة على استخدام التكنولوجيا المتوافرة فيه وتوظيفها لصالح المجتمع. (محمد، ١٩٩٩: ٧١)، لذلك ترى الباحثة أنّ التخفيف من الاغتراب التربوي أمرٌ في غاية الأهمية؛ حيث يحتاج بالدرجة الأولى إلى تلبية حاجات الشباب المعاصر القادر على التعامل مع التكنولوجيا الحديثة، واستغلال ذلك في جذب هؤلاء الشباب نحو التعليم عندما يتمّ إدخال تلك التقنيّات في العمليّة التربويّة.

٦- الاغتراب الاقتصادي:

أشارت العديد من الدراسات كدراسة شيفر وآخرون (Schaefer& Others 1995) إلى أنّ الإنسان يعيش مع الآخرين ويتفاعل معهم ويرتبط بهم بعلاقات اجتماعية، تؤثر في صحته النفسية تأثيراً إيجابياً، أو سلبياً وفق نوع هذه العلاقات، فإذا كانت علاقاته بهم طيبة شعر بالأمان والطمأنينة، وإذا كانت علاقاته بهم سيئة شعر بالقلق والاضطراب، وتعرض لسوء التوافق والشعور بالعزلة والعجز والاغتراب، ومما لا شك فيه أنّ الظروف التي يعيشها الإنسان داخل المؤسسات الصناعية تؤثر على صحته النفسية والجسمية، خاصة بعد التقدم التكنولوجي المذهل الذي يشهده العصر، مقارنة بما كان عليه الفرد في العصور السابقة، وقد أرجع كلّ من مفكري الحركة الاجتماعية النتائج السلبية في العمل إلى المتغيرات الناجمة عن الثورة الصناعية في مكان العمل، وفي العمل نفسه.

فقد "أحدث التقدم التقني الذي حصل في القرنين الماضيين تغييرات عميقة في طبيعة العمل، ففي ظلّ التخصص الدقيق والتعقيد الشديد أصبح العامل لا يرتبط إلا بجزء صغير من عمله، ممّا أفقده الانسجام والتأقلم مع هذا العمل، وبالتالي برزت مظاهر الشعور بالوحدة والغربة عن محيط العمل، وهذه المشاعر تحمل بين طياتها عدم الرضا وفقدان الانتماء الوظيفي واختفاء روح المبادرة والمسؤولية وغيرها من المظاهر السلبية التي تختلف بين العاملين وتؤثر سلباً على أداء العاملين ومستوى إنتاجهم". (عنوز، ١٩٩٩: ٣٤٣).

ولا شك أنّ كلاً من ضعف العلاقات الاجتماعية بين العاملين والإدارة في المؤسسات الصناعية، وبين العاملين بعضهم البعض يزيد من ضعف التماسك في بيئة العمل، وهو ما يعكس حالة من الاغتراب، حيث انفصال الإنسان عن وجوده الإنساني، والميل إلى الابتعاد عن الآخرين، والشعور بعدم الانتماء لجماعة العمل، والتشوّ، حيث يعامل الفرد، كما لو كان شيئاً وأتّه تحوّل إلى موضوع وفقد إحساسه بهويّته، وانفصال أهداف العامل وغاياته عن أهداف وغايات المنظّمة الصناعية، أو المجتمع، والشعور بالعجز وعدم السيطرة على مراحل وإيقاع عمله والشعور بأنّه موضوع لتحكّم الآخرين، أو الآلات، وكذلك شعور الفرد بأنّ العمل لا معنى له سوى أنّه وسيلة للكسب والعيش، هذا بالإضافة إلى التمرّد، حيث شعور الفرد بالرفض والكرهية لما حوله من قيم ومبادئ وأساليب عمل؛ وهو ما يفضي إلى رفض الفرد أو عدم تقبّله لذاته ولغيره. (علي، ٢٠٠٤: ٤٥).

ويمكن فهم الاغتراب عن العمل في ضوء محاولات "ماركس" الربط بين الشعور بالاغتراب وظروف العمل، حيث يُعدّ ماركس أوّل من اهتمّ بالعلاقة بين الاغتراب والنظام الاقتصادي، حيث اعتقد ماركس، أنّ عملية التقدّم الصناعي في المجتمعات الرأسمالية جعلت حياة البشر أكثر فساداً وليس لها معنى، وفي الوقت الذي يعبر فيه ماركس عن الآثار القاتلة الناتجة عن المؤسسات الاجتماعية الرأسمالية، فإنّه في الوقت ذاته انتبه أيضاً إلى أنّ التخصص الذي تمّ في المصانع، أدّى إلى زيادة الاغتراب بين العمال الصناعيين، وأنّ تقسيم العمل زاد من حالة الاغتراب؛ لأنّ العمال أُدخلوا في نفق الرتابة واللامعنى والتكرار للعمل نفسه، ومن ثمّ ذهب ماركس لأعمق من ذلك حيث بيّن أنّ سبب الاغتراب لدى العمال الذين لا حول ولا قوّة لهم ناجم عن نظام الاقتصاد الرأسمالي. (خليفة، ٢٠٠٣: ٨٨).

وتميل الباحثة إلى هذا الرأي؛ حيث أنّ التقدّم التقني الصناعي ساهم بشكل كبير في اغتراب الإنسان العامل، حيث شعر العامل بأنّه ضعيف، وربّما عاجز في ظلّ سيطرة الآلة وتحكّمها في مسيرة العمل والإنتاج إذا لم يكن قادراً على تطوير إمكانيّاته وخبراته التكنولوجية، بالإضافة إلى طبيعة العلاقات المادية التي سادت بين العمال في ظلّ الثورة الصناعية التي شهدها العالم؛ فقد غدا العاملُ عنصراً منفعلاً، غير فاعلٍ أمام الآلة الفائقة التعقيد، والتي تعتمد البرمجة والذكاء الاصطناعيّ، ولا نبالغ إن قلنا: إنّ أحد أهمّ أسباب الاغتراب، هو شعور الإنسان العربي بالعجز والضعف أمام منتج الآلات الصناعية والتكنولوجيا عامّة وهو (العرب المتقدّم والمسيطر).

٧- الاغتراب النفسي:

أضحى مفهوم الاغتراب النفسي شائعاً بشكلٍ كبيرٍ في الأبحاث النفسية والاجتماعية حيث انتقل من سياقه الفلسفي إلى مجالات معرفية أخرى، ممّا جعل تداول هذا المفهوم يزداد تعقيداً بسبب ارتباطه بمفاهيم أخرى جمعت بين الفلسفة وعلم الاجتماع وعلم النفس وعلوم السياسة والاقتصاد والدين.

ويشير مفهوم الاغتراب النفسي إلى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية إلى التمزق أو الضعف، أو الانهيار، بسبب ما يحدث داخل المجتمع من عمليات ثقافية واجتماعية تتم داخل المجتمع، وتؤثر على شخصية الفرد، مما يؤدي إلى تشوه نمو الشخصية الإنسانية؛ حيث تفقد هذه الشخصية مقومات الإحساس المتكامل بالوجود والاستمرار.

والاغتراب النفسي انعكاسٌ منطقيٌّ للاغتراب في أشكاله المختلفة، وهو انتقالٌ للصراع من مجالٍ عامٍّ يتمثل في الصراع بين الذات وما في الحياة من معوقات إلى الصراع الداخلي بين الفرد وذاته، فالاغتراب النفسي لا يمكن فصله عن أي نوع آخر من أنواع الاغتراب؛ لأنَّ الإنسان يمثل وحدةً متكاملة في جوانبها البيولوجية والنفسية والاجتماعية.

لذلك ترى الباحثة ضرورة التطرق إلى موضوع الاغتراب من خلال تسليط الضوء على بعض الآراء التي قدّمها علماء النفس في مفهوم الاغتراب.

رابعاً - الاغتراب في ضوء النظريات النفسية:

١ - الاغتراب وفقاً لفرويد : Freud

أورد سيجموند فرويد S. Freud مصطلح الاغتراب في أعماله مرّاتٍ قليلةً، وذلك عند مناقشته للوعي أو الشعور المزدوج، أو انفصام الشخصية، ويعزو فرويد هذا المرض إلى خبرات الطفولة؛ حيث كان المريض يعاني من نقص الدفء العاطفي بسبب إفراط الأبوين أو أحدهما في القلق (Feuerkcht, 1978: 74-76). وقد تركّز اهتمام فرويد على مفهوم اللاوعي، كما تناول غربة الذات والشعور واللاشعور، وغيرها من المفاهيم التي ترجمت وجهة نظره في الاغتراب بأنه "اضطراب في الشخصية يصل إلى حدّ المرض". وأوضح فرويد أنّ اغتراب اللاشعور يأتي من أنّ الرغبة قد لا تنتهي بانتهاء قوّتها وتفرغها من الطاقة، بل تظلّ هذه الرغبة محتفظة بكامل قوّتها من الطاقة حتّى تحقّق الفرصة الملائمة للظهور مرّة أخرى في حالة ضعف الأنا مثلاً أثناء النوم. (عبد العال، ١٩٨٩ : ٤٩).

ويمكن القول بمعنى آخر: إنّ الاغتراب من وجهة نظر فرويد هو الأثر الناتج عن الحضارة؛ حيث أنّ الحضارة التي أوجدها الفرد جاءت متعارضة في كثير من الأحيان مع تحقيق أهدافه ورغباته، فالاغتراب ينشأ نتيجة الصراع بين الذات وضوابط المدينة أو الحضارة، حيث

تتولد عند الفرد مشاعر القلق والضيق عند مواجهة الضغوط الحضارية بما تحمله من تعاليم وتعقيدات مختلفة، مما يضطر الفرد إلى اللجوء لآلية الكبت الدفاعية والتي تلجأ إليها (الأنا) لحل الصراع الناتج بين رغبات الفرد وأحلامه وبين تقاليد المجتمع وضوابطه؛ وهنا من الطبيعي أن يكون هذا الحل ضعيفاً مما قد يؤدي إلى مزيد من القلق والاغتراب. (رشاد، ١٩٨٩: ٢٠).

من هنا نجد أن "الاغتراب سمة متأصلة في وجود الذات في حياة الإنسان، إذ لا سبيل مطلقاً لتجاوز الاغتراب"، ومن وجهة نظر فرويد، فإنه لا مجال لإشباع كل الدوافع الغريزية، كما أنه من الصعب التوفيق بين الأهداف والمطالب وبين الغرائز التي تضغط على الإنسان؛ وهو ما يحدث الاغتراب بينه وبين الواقع الاجتماعي. (علي، ٢٠٠٧: ٤٣).

وبالرغم من أن الباحثة تتفق مع وجهة نظر فرويد التي تعزو الاغتراب إلى تأثيرات الحضارة؛ فتسارع المنجزات التقنية قد يفوق في كثير من الأحيان قدرة الإنسان على مواكبتها، إلا أنها تختلف معه في قوله بعدم قدرة الإنسان على تجاوز الاغتراب؛ فالاغتراب مشكلة نفسية لا تخضع لغرائز الإنسان، ويمكن التخفيف من حدتها، والتغلب عليها من خلال التخفيف من عواملها، وهذا ما ترمي إليه الباحثة في برنامجها المقترح.

٢ - الاغتراب وفقاً لهورني: Horney

تعزو هورني الاغتراب إلى ضغوط داخلية، حيث يوجه الفرد معظم نشاطه نحو الوصول إلى أعلى درجات الكمال، حتى يحقق ذاته ويصل بنفسه إلى الصورة المثالية، ويصبح غافلاً عما يحيط به حقيقةً وعما يشعر به ويحبّه، أو يرتضيه، أو يعتقده، أي يغفل عن واقعه من جزاء انشغاله الذاتي، مما يؤدي إلى العجز عن اتخاذ قراراته، وبالتالي يعيش حالة من اللاواقعية ويصبح وجوده زائفاً. (الدمنهوري، ١٩٩٦: ١٠).

وترى هورني، أن هناك نمطين من الذات هما: الذات الفعلية، والذات المثالية. فبينما تمثل الذات الفعلية الوضع الحالي للمرء، فإن الذات المثالية تمثل ما ينبغي أن يكون المرء عليه، واغتراب الذات يعني الانفصال، أو التعارض ما بين هذين النمطين، فإذا اغترب المرء عن ذاته الفعلية لحساب ذاته المثالية، فإنه ينفصل عن مشاعره الخاصة ورغباته الحقيقية ومعتقداته وكل ما يمثل ارتباطه بالواقع الاجتماعي. أما إذا اغترب الفرد عن ذاته المثالية لحساب ذاته الفعلية،

فإنّه ينفصل، أو يُحرّم من مركز القوى الأصليّة في الطاقة الدافعة الكامنة في داخله. (العقيلي، ٢٠٠٤: ١٧).

وأخيراً فإنّ هورني تعرّف الاغتراب من خلال "ما يعانيه الفرد من انفصال عن ذاته، حيث ينفصل الفرد عن مشاعره الخاصّة ورغباته وطاقاته، وكذلك يفقد الإحساس بالوجود الفعّال وبقوّة التصميم في حياته الخاصّة، ويرافق هذا الشعور بالانفصال مجموعة من الأعراض النفسيّة، كالإحساس باختلال الشخصية وكراهية الذات واحتقارها". (علي، ٢٠٠٨: ٥٨).

بمعنى آخر إنّ مفهوم هورني للاغتراب لا يختلف كثيراً عن مفهوم فرويد؛ فالإنسان مغترب دائماً؛ فقلّما نجد شخصاً يستطيع تحقيق التكامل بين ذاته الواقعيّة وذاته المثاليّة وخاصّةً في المجتمعات العربيّة التي تزيد فيها مشكلات البطالة والفقر عن نظيراتها الغربيّة، وبشكل خاصّ عند طلّاب الجامعات الذين يعانون أثناء الدراسة وبعد التخرّج من الاختلاف الكبير بين ما تعلّموه في الجامعة وبين الواقع العملي، وقد يمضي الخريج الجامعي وقتاً كبيراً وهو يبحث عن فرصة عمل.

٣- الاغتراب وفقاً لفروم: Fromm

يرى فروم أنّ الإنسان المغترب، هو من يعيش نفسه بوصفها شخصاً غريباً، وهو يعتقد أنّ الإنسان المعاصر إنسان مغترب، فهو لا يعرف من هو، أو ماذا يريد؟ وبذلك يرجع فروم الاغتراب إلى المجتمع الحديث وسيطرة الآلة والوسائل التكنولوجيّة على حياة الإنسان، وهو يرى أنّ قلق الإنسان وعواطفه كلّها إنتاج اجتماعي وثقافي. (مجاهد، ١٩٨٥: ١٤).

وقد حدّد (فروم، ١٩٨٤) في كتابه (الهروب من الحرّيّة)، ثلاث ميكانيزمات دفاعيّة وهي:

- السلطويّة: أي نزعة الفرد إلى التخلّي عن الحرّيّة الذاتيّة، ودمجها بشخص ما لاكتساب القوّة التي تفتقدّها الذات الأولى للفرد.

- التدميريّة: وتعني الهروب من الشعور غير المحتمل بالعجز، فظروف العجز والعزلة تتسببان بمصدرين آخرين للتدميريّة، هما القلق، وانحراف الحياة.

- تطابق الإنسان الآلي: حيث يشعر الإنسان باللامعنى بالمقارنة مع القوّة المهيمنة على العالم والتي تكون خارجة إمّا عن طريق السلطويّة أو التدميريّة. (المحمدوي، ٢٠٠٧: ٤٢).

فالشخص المغترب عند فروم وفقاً لذلك، هو شخص فشل في اكتشاف هويته بنفسه في مجتمع سريع التغير، فهو لا يجد نفسه أساساً لأفعاله ومحرّكاً لها في ظلّ السيطرة الحتمية للآلة والتكنولوجيا (موسى، ٢٠٠٢: ١٣).

وتتفق الباحثة مع وجهة نظر فروم؛ فالتغيرات الكبيرة التي شهدتها العصر الحالي وبشكل خاص في جانبها التقني جعلت الإنسان أسيراً للآلة، الأمر الذي سبّب فتوراً كبيراً في العلاقات الاجتماعية بين الأفراد، كما سبّب شعور الإنسان بالعجز أمام سيطرة الآلة. ولا نبالغ إذا قلنا: إنّ العلاقات الاجتماعية داخل وخارج الجامعة أصبحت محكومة بوسائل الاتصال الحديثة من موبايل وانترنت.

٤- الاغتراب وفقاً لإريكسون: Erikson

عبر إريكسون عن الاغتراب بمصطلح تشبّه الأنا، ويقوم هذا التصوّر على أنّ الفرد في رحلة نموّه سيسلك أحد طريقين:

- الأول: أن يكون رؤية ثابتة عن العالم، وتصوراً واضحاً لدوره فيه، ممّا يدلّ على تطوّر واضح لهويّة الأنا في الاتجاه الصحيح بعيداً عن الاغتراب.
- الثاني: أن تكون نظريته للعالم قاصرة وفكرته عن دوره فيه غامضة، ممّا يشير إلى التشبّه أي إلى الاغتراب. وبذلك يرجع إريكسون الاغتراب إلى عدم تعيين الهويّة الذي ينتج عنه الشعور بالعزلة وعدم التواصل، والشعور بالذنب واليأس وكرهية الذات؛ التي تؤدّي إلى عدم قدرة الفرد على التخطيط لحياته، وبالتالي الإحساس بعدم الثقة والدونية (علي، ٢٠٠٨: ٥٧).

وتختلف الباحثة مع إريكسون؛ الذي يرجع الاغتراب إلى العوامل الذاتية المتمثلة بنظرة الإنسان للعالم فقط؛ لأنّه يغفل التأثيرات الاجتماعية التي لا يمكن إنكار دورها الأساسي والمركزي في شعور الإنسان بالاغتراب. خاصّة في ظلّ الظروف التي تمرّ بها سورية والتي جعلت الكثير من الشباب في حالة صراع بين القيم التي يؤمن بها والقيم التي نتجت عن الحرب.

٥- الاغتراب وفقاً لروجرز: Rogers

يَعُدُّ روجرز أنَّ الفرد المغترب هو الفرد الذي يفشل في تحقيق ذاته، حيث يرى أنَّ تحقيق الذات، هو العملية التي يمايز فيها الإنسان نفسه عن الآخرين، ويميز فيها أيضاً وظائفه العضوية عن وظائفه الاجتماعية، واعتبر روجرز تحقيق الذات هو الغاية التي يسعى إليها كل إنسان سواء بمعرفة، أو بغير معرفة، وإذا لم يستطع الإنسان تحقيق ذاته، فإنه يعيش اغترابه عن ذاته وعن قدراته، وتتملكه مشاعر القلق واليأس وتتطور مشاعر الذنب واللا هدف ويمضي الإنسان في حياته خائفاً وفاقد القدرة على الاستمتاع بها. (عبد الغفار، ١٩٨٠: ٢٠٨).

إنَّ وجهة نظر روجرز تقتصر على بعد واحد من أبعاد الاغتراب وهو الاغتراب عن الذات، وهذا البعد برأيه يتسبب في ظهور باقي الأبعاد؛ وهو بذلك يوازي بين الاغتراب النفسي والفشل في تحقيق الذات.

٦- الاغتراب وفقاً لسكنر: Skinner

يرى سكنر أنَّ الثواب والعقاب المصطنع هو أساس اغتراب الفرد عن سلوكياته وأعماله حيث تصبح هذه الأفعال والسلوكيات شيئاً منفصلاً عنه، ويظهر الاغتراب في السلوكيات والنشاطات المعتمدة على المكافآت المتوقعة في شكل "غربة الذات"، وهي عدم قدرة الفرد على أن يجد مكافأة لذاته، أي عدم استثمار الفرد لقدراته وما يرتبط باستثمارها من راحة نفسية وتكون النتيجة الحتمية لذلك الضيق والملل، وغياب النمو الشخصي. (العقيلي، ٢٠٠٤: ١٨).

وهنا لا يمكن الاتفاق مع ما ذهب إليه سكنر؛ لأنَّ فيه تبسيطاً لمشكلة الاغتراب النفسي؛ وهذا ناتج عن تأثر سكنر بالمدرسة السلوكية التي ينتمي إليها والتي تعزو الكثير من المشكلات النفسية إلى مسألة التعزيز والثواب والعقاب.

٧- الاغتراب وفقاً لفرانكل: Frankel

يقدم فيكتور فرانكل (Frankel)، نظرية جديدة في الاغتراب تقوم حول المعنى، حيث يعدّه ممثلاً للبعد الجوهرى للوجود الإنساني، وأنه المرتكز الأساسي للفرد في التغلب على الاغتراب، خاصة عندما يستشعر الفرد المعنى في جوانب حياته المختلفة من حبّ وصداقة وإنجاز وفن وإبداع، وحتى في المعاناة التي يتعرض لها الفرد.

إنَّ وجود المعنى في حياة الفرد وأفعاله يعني وجود ديموميته واستمراره، وهذا ما يجعله قادراً على فهم أسرار ذاته، وبذلك يتصالح الفرد مع نفسه ويكون صديقاً لها، حيث سيجد حياته ممثلة بالأعمال، وهذا ما قد يبعد الفرد عن الاغتراب الناتج - برأي فرانكل - عن إحباط إرادة المعنى، أو فقدانها؛ ذلك أنَّ المغترب تخلو حياته من الأهداف السامية ذات القيمة والمعنى، وأنَّه لم يعثر على ذاته بعد، وإن عثر عليها، فليس بمقدوره أن يتألف معها، وهنا يقرّر فرانكل، أنَّ الإنسان المعاصر يخضع أكثر لتحكّم الآخرين، فيضيّع ذاته في المجتمع، فهو لا يكون كما يريد هو، بل كما يريد الآخرون في معظم الأحيان؛ وبالتالي سوف يقع بشكل كبير تحت ضغط المسيرة والامتثال. (فرانكل، ١٩٨٢: ١٤٢)، ووفق العلاج بالمعنى فإنَّ كفاح الإنسان لإيجاد معنى في حياته هو قوّة دافعة أساسية، تساعد على تغيير سلوكه، والمواقف، وبالتالي اكتساب السيطرة، والتحكّم في الحياة من خلال تحمّل مسؤوليّة سلوكه. والافتراض الأساسي لهذه النظرية هو أنَّ الأفراد الذين يجدون معنى لحياتهم يعيشون مستوى استقرار وارتياح أعلى من غيرهم، وهذا يمكن أن يظهر في جوانب حياتهم المختلفة؛ الروحية، والاجتماعية، والنفسية (Smejda, 2004, p.1).

وتتفق الباحثة مع فرانكل في تفسيره أنَّ الشخص المغترب هو الذي تخلو حياته من الأهداف السامية ذات القيمة والمعنى؛ ولكن يبقى اللا معنى أحد أبعاد الاغتراب؛ فقد يحمل الإنسان الكثير من المعاني الحياتية ولكن الظروف التي يعيش وسطها تجعله يعاني من الاغتراب النفسي في الوقت نفسه.

وتعقياً على ما سبق يمكننا القول: إنَّ معظم علماء النفس فسّروا الاغتراب النفسي بما يتفق مع المدارس التي ينتمون إليها؛ وهو ربّما يكون السبب في التركيز على بعد واحد من أبعاد الاغتراب، وعلى مسبب واحد من مسبباته؛ لذلك ترى الباحثة ضرورة التوفيق بين كلّ ما تمّ طرحه سابقاً، وربّما توجد مدرسة تحاول ذلك، ممّا يجعلنا نجد تفسيراً جامعاً مانعاً للاغتراب النفسي.

خامساً- أسباب الاغتراب النفسي:

للاغتراب العديد من الأسباب، حيث قسّمها زهران (٢٠٠٤) إلى أسباب نفسية، تتمثّل في الصراعات الدائرة بين الدوافع والرغبات الإنسانية المتعارضة مع بعضها البعض، وبين الحاجات الرئيسية والأساسية التي يحتاجها الفرد، والتي لا يمكن إشباعها في وقت واحد، ممّا يؤدي إلى

حدوث التوتر الانفعالي والضغط واضطراب الشخصية، أما السبب الثاني فيتمثل بالإحباط والذي يؤدي إلى الحد من تنفيذ الرغبات الأساسية أو الحوافز أو المصالح الخاصة بالأفراد، ويرتبط الإحباط هنا بالشعور الكبير بالفشل والعجز التام والقهر وتحقير الذات، أما السبب الثالث فيتمثل بالحرمان الاجتماعي؛ حيث تتلاشى الفرص التي تعمل على إشباع الحاجات الإنسانية، حيث يحرم الفرد من الرعاية الوالدية والاجتماعية، أما السبب الرابع فيتمثل بالخبرات الصادمة، والتي تتمثل بالأزمات الاقتصادية والاجتماعية والبيئية الكوارث والحروب.

وهناك أسباب أخرى للاغتراب تتمثل كما تشير شقير (٢٠٠٥) في نقص المودة والألفة بين الأفراد، والشعور بعدم المرغوبية الاجتماعية من قبل الكثير من أفراد المجتمع، وغياب معنى الحياة وقيمتها لدى الفرد المغترب، وضعف الروابط الاجتماعية مع الآخرين، إضافة إلى ذلك زيادة التوتر والقلق، وما يترتب عنهما من استجابات سلبية كاللجوء إلى العدوان والإجرام والسرقة والسلب والتهور والعجز في تحمل المسؤولية، والنظرة السلبية والتشاؤمية للحياة، وشعور الفرد بعدم القيمة وعدم الأهمية، وأن حياته أصبحت لا معنى لها، إضافة إلى الشعور بالانفصال النسبي عن الذات وعن الآخرين؛ حيث يؤدي ذلك فيما بعد إلى قيام الأفراد بتحقيق أهدافهم من خلال عمليات الغش واستخدام أمور غير ملائمة اجتماعياً.

وقد تعددت آراء علماء النفس حول تحديد الأسباب الكامنة وراء ظاهرة الاغتراب، وستحاول الباحثة استعراض أهم هذه الآراء:

١. يرى فروم Fromm أن التغيير الاجتماعي يؤثر في شخصية الإنسان، فعندما يتغير في المجتمع أي جانب مهم، فإن هذا التغيير يحتمل أن يؤدي إلى اضطراب في الطبائع الاجتماعية للناس، ولا يصبح التكوين القديم للطبائع مناسباً للمجتمع الجديد، مما يزيد من شعور الإنسان بالاغتراب واليأس (عبد المختار، ١٩٩٩: ٥٣).

٢. أما سكوت Scott فقد أرجع الاغتراب إلى "عدم الالتزام بالقيم، وعدم الامتثال إلى المعايير الاجتماعية، والافتقاد إلى تحديد المسؤولية وعدم السيطرة أو التحكم في الإمكانيات المتاحة" (علي، ٢٠٠٨: ٦٧).

٣. في حين رأى فرويد Freud أن الاغتراب سمة متأصلة في وجود الذات الإنسانية، طالما أنه لا مجال لإشباع كل الدوافع الغريزية مطلقاً، كما أنه لا يمكننا التوفيق بين الأهداف

والمطالب وبين الغرائز وبعضها البعض، وبذلك يفسّر أصحاب التحليل النفسي الاغتراب على أساس اغتراب التوفيق بين مطالب وحاجات وبين الواقع بأبعاده المختلفة (الفارس، ٢٠٠٤: ٥٧).

٤. يذكر فرانكل (Frankel) أنّ الإنسان يسعى ليجد معنى وهدف لوجوده الإنساني، وأنّ المهمة الرئيسية للإنسان، هي تحقيق المعنى الذي يكتشفه لنفسه، وأساس إرادة المعنى هو الشعور بالمسؤولية والخصوصية، فكلّ شخص مهمّة ورسالة في الحياة، وهكذا فإنّ الشعور بالمسؤولية هو أساس وجود الإنسان، وإذا غاب عن الفرد معنى الحياة، فإنّه يتخلّى عن مسؤوليته وقدرته على الفعل، وهذا هو أساس الشعور بالاغتراب (اسكندر، ١٩٨٨: ٣٥).

وبما أنّ الآراء السابقة تعرّضت لأسباب الاغتراب لدى الأفراد بشكل عامّ، فلا بدّ من الوقوف عند أهمّ أسباب الاغتراب لدى فئة الشباب (موضوع البحث) بشكل خاصّ، فمن هذه الأسباب:

١. ما هو ذاتي ونفسيّ ينتج بشكل أساسي عن التناقض والاختلاف بين طموحات الشباب وإمكاناتهم، أي عندما تكون غاية الشاب في التفوّق وتحقيق ذاته غير ممكنة نتيجة ضعف الإمكانيات والقدرات فإنّه يغترّب، وقد ينطوي على نفسه أو ينحرف، ويصاب الفرد بالاغتراب أيضاً، نتيجة الإحباطات التي يواجهها في حياته من جرّاء التغييرات الحاصلة في المجتمع والتي يشعر حيالها بالضعف والعجز في كثير من الأحيان، وهنا قد يشعر الشخص بخيبة الأمل ويميل إلى العزلة، أو يسلك سلوكاً شاذّاً يتحدّى من خلاله المجتمع وهو مغترّب في الحالتين (بدر، ١٩٩٣: ٨٥).

٢. تلعب العوامل الاجتماعية والثقافية دوراً أساسياً في شعور الشباب بالاغتراب: حيث يفسّر علماء النفس والتربية اليوم بعض المظاهر الاغترابية من خلال أسلوب التربية والتنشئة الاجتماعية، فهناك بعض الآباء ممّن يحمل الأبناء ما لا طاقة لهم به، فيشعرون بالضعف والعجز، ومنهم من يتعاملون معهم على أنّهم لا يصلحون لشيء؛ ولهذا قد يشعر الشاب بالضيق والضجر، ومن ثمّ فإنّ هذا الشعور يؤدّي به إلى العجز والضعف ومشاعر النقص، والأهمّ من هذا وذاك هو الشعور بالاغتراب (التويجري، ٢٠٠٠: ١٤٥).

وتتفق الباحثة مع ما ذهب إليه فروم الذي أرجع الاغتراب إلى التغيير الاجتماعي الكبير الحاصل، ومما أحدث اضطراباً في نظام القيم لدى الفرد، وترى أنّ ذلك يتجلى بوضوح في المجتمعات العربيّة، فالتغيّرات التكنولوجيّة الاجتماعيّة والإعلاميّة أصبحت مكوّناً أساسياً من مكوّنات المجتمع العربي الذي لا يُنتج منها شيئاً، وبالتالي فهي تصدر لشبابه قيماً وسلوكيات قد تتناقض في كثير من الأحيان مع ثقافته وقيمه، وهنا تحديداً تظهر أزمة القيم والانتماء لدى الشباب، فهم لا يشعرون بانتمائهم لهويّة واحدة يستمدّون منها قيمهم واتجاهاتهم، وهو ما يزيد من انفصالهم عن مجتمعهم.

كما ترى الباحثة أنّ هناك نوعاً من صراع الأجيال الناشئ بين الآباء والأبناء، فعدم تفهم الكبار لطبيعة الشباب وحاجاتهم النفسيّة والاجتماعية في العصر الحالي، قد تكون سبباً في انسحابهم من نشاطات المجتمع وفي تمرّدهم أحياناً.

سادساً-أبعاد الاغتراب النفسي:

أورد علماء النفس عدداً من المحاولات التي استهدفت تحديد أبعاد الاغتراب النفسي، ومن بدايات هذه المحاولات محاولة سيمان (Seeman) الذي حدّد خمسة أبعاد للاغتراب وهي: العجز، اللا معنى، اللا معيارية، العزلة الاجتماعيّة، واغتراب الذات. (علي، ٢٠٠٦: ٥٩). وقد تناولت بعض الدراسات العربيّة والأجنبيّة - والتي اطّلت الباحثة عليها - مجموعة من الأبعاد للاغتراب وهي: فقدان القوة، اللا معنى، اللا معيارية، العزلة الاجتماعيّة، الغربة عن الذات، التشيؤ، مثل: دراسة جليلاند (Gilliland1997)، ودراسة ماهوني وكويك (Mahoney&Quick2001)، ودراسة لاين دورتي (Daugherty1999)، ودراسة (الفارس، ٢٠٠٤)، ودراسة (علي، ٢٠٠٦) ودراسة (العقيلي، ٢٠٠٤)، ودراسة (موسى، ٢٠٠٢)، وأخيراً دراسة (نعيسة، ٢٠١٢)

وستعرض الباحثة فيما يأتي أكثر الأبعاد شيوعاً بين هذه الدراسات:

١ - فقدان القوة: Powerlessness

تعدّدت آراء الباحثين في تحديد معنى العجز، أو فقدان القوة، حيث رأى سيمان (Seeman)، أنّ العجز هو تلك الحالة التي لا يتلاءم فيها تحديد الفرد للتوقّعات في التأثير

بالأحداث الاجتماعية والسياسية، بمعنى أن للفرد توقعاً محدوداً بأنه يستطيع من خلال سلوكه، أن يحقق أيّ مكافأة شخصية يبحث عنها، والاعترا ب بهذا المعنى يأخذ شكلين أولهما: هو أن الفرد لا يستطيع أن يتولّى أمراً، أو فعلاً حقيقياً، وثانيهما: هو فقد القوّة وعدم القدرة على قول لا للآخرين. (Seeman, 1999: 301)

وترجع هورني (Horney) أسباب الشعور بالعجز إلى أن كبت الرغبة العدوانية تفقد الفرد القدرة على الدفاع عن ذاته، وتدفعه إلى الخضوع والطاعة في مواقف كان يجب فيها أن يدافع عن نفسه. (نقلاً عن علي، ٢٠٠٦: ٥٦).

ولقد رأى المغربي أن العجز هو "شعور الفرد بفقدان القوّة بمعناها الشمولي النفسي والإرادي، وأنه لا يستطيع التأثير في المواقف الاجتماعية التي يواجهها ويعجز عن التحكم بتصرفاته ورغباته، وبالتالي لا يستطيع تقرير مصيره. (المغربي، ١٩٩٣: ٥١).

لقد ازداد الشعور بالعجز في العصر الراهن نتيجة تحكّم الآلة والتكنولوجيا في حياة الإنسان وعدم قدرته على مواكبتها وخاصة في عالمنا العربي، وقد ازداد هذا الشعور في ظلّ الظروف والأحداث التي تشهدها سورية؛ حيث خسر الكثير من الشباب فرص عمله ومتابعة دراسته، وبذلك تتفق الباحثة مع ما ذهب إليه المغربي، فالشباب العربي يشعر بالعجز والانبهار أمام تقدّم الغرب وتحكّم الغرب في مصير الشعوب العربية وسيطرته.

٢- فقدان المعنى: Meaninglessness

يمكننا استخدام كلمة معنى من خلال العمل الذي يستحق التقدير "الفعل الذي له معنى هو من تحديد الإنسان الذي يقوم بهذا الفعل سواء كان الإنسان ذكراً، أم أنثى طالما أن هذا الفعل يحقق له أهدافه التي يسعى إلى الوصول إليها. (Bergner, 1998: 75)، وعلى هذا يقصد باللا معنى عدم وضوح الأهداف وعدم وضوح ما يجب الوثوق به لدى الفرد.

ويُسم الشخص المغترب بالتوقع المنخفض لإمكانية القيام بأي نشاطات وسلوكيات؛ وذلك لعدم وضوح الأهداف الاجتماعية ولقناعته بأن الحياة لا معنى لها، وبأنه لا يوجد شيء له قيمة أو معنى فيها، نظراً لخلوّ هذه الحياة من الأهداف والطموحات.

وتشير زينب شقير إلى اللا معنى بأنه "إحساس الفرد بأنّ الأحداث والوقائع المحيطة به قد فقدت معقوليتها ودلالاتها، ومن هنا ينظر الفرد إلى المستقبل باعتباره سلسلة من عدم اليقين والتأكد، وباستحالة عمل أي توقع للأدوار التي يؤديها في الحياة. (شقير، ٢٠٠٠: ١٥٣).

أمّا فرانكل (Frankle) يرى أنّ الأشخاص الذين يشعرون باللا معنى يعوزهم الإحساس، أو الشعور بمعنى يستحقّ أن يعيشوا من أجله، وهم يعانون من فجوة داخل نفوسهم، وهو ما يطلق عليه فرانكل مصطلح (الفراغ الوجودي)؛ حيث يفتقد الفرد إلى التقليد الذي يوجّه سلوكه ويرشده إلى ما يجب القيام به، وهو سوف لا يعرف عمّا قريب ما يرغب فيه، أو ما يريد أن يفعله. (رجال، ٢٠٠٨: ٧٥)

وتعقيباً على ما سبق ترى الباحثة، أنّ فقدان المعنى لدى الشباب قد يكون نتيجة عدم شعورهم بجدوى ما يقومون به من أفعال؛ لقناعتهم بتقصير المجتمع في تأمين الفرص المناسبة التي يحققون من خلالها ذواتهم؛ وأيضاً لتقصير المجتمع في إشباع حاجاتهم، وبالتالي تصبح حياتهم فارغة من أية قيمة، أو معنى، وخاصّة عند طلبة الجامعة الذين لا يجدون فرص عمل بعد التخرج؛ وبدون أدنى شكّ فإنّ الطالب أثناء دراسته سيشعر بعدم التوافق النفسي والدراسي عند نقصير المجتمع في تلبية حاجاته وعند شعوره بأنّ دراسته لا جدوى منها.

٣- اللا معيارية: Normlessness

وتعني عدم رغبة الفرد في المساهمة بالسلوك، أو العمل؛ وذلك لعدم ثقة الفرد بقواعد ومعايير المجتمع، وبوجه عامّ، فإنّ المعايير والقيم هي التي تحدّد للفرد ما هو خطأ وما هو صواب، وما هو مقبول وما هو غير مقبول حتّى يتمّ قبول الفرد في الجماعة ويكون ملتزماً بسلوكها ومسايراً لقواعدها. (شفيق، ١٩٩٩: ١٧٨).

ويُعَدّ دوركهيم (Durkheim) من أهمّ العلماء الذين تحدّثوا عن الاغتراب من خلال مصطلح الأنومي (Anomy)، وهو يشير إلى انعدام القيم والمعايير في المجتمع؛ ورفض الفرد للمعايير والقيم السائدة في المجتمع نظراً لعدم ثقته به. (Shaefer, 1995: 12).

وفي سياق متّصل يرى النكلاوي أنّ مصطلح الأنومي "يشير إلى حالة تجمع بين اللامعيارية وحالة الفراغ الخلقي المتمثّل في عدم الثقة أو الشكّ في القواعد، بمعنى الرجوع عن

المبادئ والقواعد، ومن ثمّ فالأنومي حالة تفترض وجود حالة سابقة كان فيها سلوك الفرد متسقاً معيارياً، وأنّ أزمة معيارية أصابت هذا التوازن وأضعفت القوة الضاغطة للتقاليد ممّا أدّى إلى شيوع الأنومي. (النكلاوي، ١٩٨٩: ١١٦).

والأنومي كما يرى ميرتون Merton مصطلح يعبر عن "الانعدام النسبي للمعايير في المجتمعات الحديثة، حيث تتناقض المعايير وتفقد قوتها الإلزامية على الأفراد، ومن ثمّ يصابون بحالة من الشك فيما يجب عليهم إتباعه، وما يتعيّن عليهم تركه، وفيما يُعدّ خطأً وما يجب اعتباره صحيحاً. (القريطي وآخرون، ١٩٩١: ٥٧).

وتتفق الباحثة مع ما ذهب إليه النكلاوي من فقدان المعايير القوة في التأثير على الأفراد خاصة ونحن نعيش حالة من ثورة الاتصالات ومن الانفتاح العالمي الذي جعل قيم الغرب تختلط بقيم الشرق وتؤثّر فيها، وترى الباحثة أنّ عجز المجتمعات العربية وعدم قدرتها على إشباع حاجات الشباب، قد زاد من قوّة هذا التأثير وجعل الشباب العربي يبتعد شيئاً فشيئاً عن معايير مجتمعه وقيمه.

٤ - العزلة الاجتماعية: Social Isolation

الإنسان كائن اجتماعي بطبعه يميل إلى العيش ضمن الجماعة التي تشعره بالأمن والاستقرار، وتقوم بمهمّة إشباع العديد من حاجاته، وتعدّ حاجة الفرد إلى الانتماء من أهمّ الحاجات التي تسهم بشكل كبير في تكوين شخصيته، حيث يتبادل العلاقات مع أفراد الجماعة.

فعدم إحساس الفرد بالانتماء يجعله ينسحب من المشاركة في أنشطة المجتمع، بحيث يكون الفرد في حالة تناقض بين ما هو مادّي وما هو نفسي، فالفرد موجود في المجتمع بجسده من الناحية المادية، ولكنّه منفصل عنه من الناحية النفسية، وهنا يعيش الفرد في عزلة اجتماعية، أي الشعور بالوحدة والانعزال (علي، ٢٠٠٦: ٦٠). وهي "درجة من الانفصال بين الأفراد، أو بين الجماعات من منظور التفاعل والاتصال والاندماج العاطفي والاجتماعي. (Rokach, 2004:1).

وترى جيرفيلد Gierveld في العزلة الاجتماعية "ما يشعر به الفرد من وحدة وانعزال عن الآخرين، وابتعاد عنهم وتجنب لهم، وانخفاض معدل تواصله معهم واضطراب علاقته بهم، ومن ثم ضعف شبكة العلاقات الاجتماعية التي ينتمي إليها". (محمد، ١٩٩٧: ١٧٤).

وقد يعاني بعض الناس من العزلة الاجتماعية لأسباب يرجع العديد منها إلى: المتغيرات الاجتماعية، وعدم الكفاءة الاجتماعية، وعدم توافر الدافعية للتنافس الاجتماعي، وانخفاض تقدير الذات أثناء عمليات التفاعل الاجتماعي. وقد يكون للتطور التكنولوجي دوراً فعالاً في العزلة الاجتماعية بانتشار أجهزة الإعلام والفضائيات، والشخص الذي يعاني من العزلة الاجتماعية يتعامل مع الآخرين بشكل مضطرب، وقد يتلعثم عند التحدث مع الآخرين؛ نظراً لعدم القدرة على ضبط الذات انفعالياً واجتماعياً، فضلاً عن معاناته المستمرة من القلق الاجتماعي؛ نظراً للقصور في مهارات التواصل اللفظي وارتفاع مستوى الخجل عند التعامل مع الآخرين ومن ثم يلجأ إلى تجنب العلاقات الاجتماعية. (حسين، ٢٠١٢: ٦٢-٦٦).

بمعنى آخر تتمثل العزلة عند الشباب الجامعي بشكل واضح في ضعف المشاركة بالأنشطة الاجتماعية والانسحاب منها؛ وهذا يدل على أن هناك مشكلة في طريقة وأسلوب التعامل مع هؤلاء الشباب من جهة (أسلوب التعليم التقليدي)، ومن جهة ثانية عجز الجامعة عن تأمين حاجات الشباب؛ الأمر الذي قد يسبب عدم توافق دراسي عند هؤلاء الشباب ويؤثر في تواصلهم الفعال مع أنشطة الجامعة.

٥- التمرد The Rebellion

ويقصد به "شعور الفرد بالرفض والكراهية والغضب لما يحيط به من قيم ومعايير وضوابط اجتماعية، وشعوره بعدم الرضا عن نفسه، وعن مجتمعه، وميله إلى تحدي السلطة، وعدم احترام التقاليد والأعراف" (أبو السعود، ٢٠٠٤: ٣٤).

وقد تعامل فروم مع الاغتراب من الوجهة النفسية مركزاً على الفرد وليس على المجتمع كسبب للاغتراب، ويظهر ذلك من خلال تعريفه للاغتراب بأنه "نمط من الخبرة، من خلالها يرى الفرد نفسه، كمغترب، فهو يشعر أنه غريب عن نفسه، فهو لا يرى نفسه خالقاً لأفعاله ولكنه

يخضع لأفعاله ويطيعها، وعلى هذا فإنّ تفاعل الفرد مع مجتمعه يحدّد مستوى اغترابه، فالخبرة المتضمّنة في هذا التفاعل تخلق الإحساس بالاغتراب عندما لا يستطيع الفرد التحكم في أفعاله، إنّه يصبح سلبياً عندما يستسلم لأفعاله ونتائجها وهذا من شأنه أن يجعل الفرد يشعر أنّه لا معنى لحياته، كما يشعر باغتراب الذات. (علي، ٢٠٠٦: ٦١).

إنّ الذات تتعرّض باستمرار لتغيير تسبّبه التبدّلات الاجتماعيّة، والثقافيّة، والحضاريّة السريعة وهذه التغيّرات تفرض على الأفراد تغيير أدوارهم، وقيمهم، وتوجّهاتهم، ولذلك لابدّ من أن ينعكس على الذات التي تستجيب بأن تصبح ذاتاً متغيّرة دائماً، وهذا التغيير والاختلاف بين الذات التي يرغبها الفرد ومفهوم الذات القائمة فيه، هو الذي يخلق الشعور بالاغتراب، أي إنّ غربة الذات تعود إلى تقدير الذات والتي تعني درجة التباعد بين الذات المثاليّة والذات الواقعيّة. (البناء، ١٩٩١: ٤٢)

إن الغربة عن الذات هي عدم إحساس الفرد بهويّته، وشعوره بالضعف وعدم الثقة بنفسه وقدراته، وهو ما ينعكس سلبياً على المجتمع خاصّةً فيما يتعلّق ببعد الانتماء والذي ينتشر بشكل كبير عند طلّاب الجامعة والشباب عموماً.

* وظاهرة الاغتراب تمرّ بمراحل ثلاث. كلّ مرحلة تؤدّي إلى المرحلة الأخرى وهذه المراحل هي:
- المرحلة الأولى: مرحلة التهيؤ للاغتراب:

وهي المرحلة التي يفشل فيها الفرد في إيجاد معنى وهدف لحياته، إذ لا يوجد شيء في هذه الدنيا يمكن أن يساعد الإنسان على البقاء حتّى في أسوأ الظروف مثل معرفته بأنّ هناك معنى وهدفاً لحياته. ويدلّ انعدام المعنى أو فقدان الهدف على الانفصال بين الجزئي والكلّي، حينما يجد الإنسان أنّ أفعاله الفرديّة ليس لها علاقة واضحة مع أنشطة الحياة. (نعيسة، ٢٠١٢: ١٢٩).

فعندما يشعر المرء بالعجز، أو فقدان القوّة إزاء الحياة للمواقف الاجتماعيّة وأنّه لا حول له ولا قوّة، فلا بدّ أن تتساوى معاني الأشياء لديه، بل وأن تفقد الأشياء معانيها أيضاً وتبعاً لذلك، فلا معايير تحكمه ولا قواعد يمكن أن ينتهي إليها. (نقلًا عن الفارس، ٢٠٠٤: ٥٥).

وتتميّز هذه المرحلة بشعور الفرد باليأس الذي يعدّ أحد أهم المشكلات التي يسببها المجتمع المعاصر، وعند هذا الشعور الذي ينتاب الفرد يبدأ الدخول في المرحلة الثانية.

- المرحلة الثانية: مرحلة الرفض أو النفور الثقافي:

وهي المرحلة التي تتعارض فيها مواقف الفرد واختياراته مع الأحداث والتطلّعات الثقافية، وهناك تناقض بين ما هو واقعي وما هو مثالي، وما ينشأ عن ذلك من صراع الأهداف، حيث ينظر إلى الاغتراب في هذه المرحلة على أنّه خبرة المعاناة، بمعنى أنّ الشخص المغترب غير راضٍ ومن ثمّ يكون معارضاً للاهتمامات السائدة والموضوعات والقيم والمعايير.

ومن المظاهر النفسيّة التي يمكن أن تظهر في هذه المرحلة مشاعر القلق والغضب والغرور والكراهية والاستياء وهي التي تصيب الإنسان الحديث بصفتها مظاهر للاغتراب أكثر من كونها متغيّرات للاغتراب (نعيسة، ٢٠١٢: ١٣٠).

وفي هذه المرحلة يكون الفرد معزولاً على المستويين العاطفي والمعرفي عن رفاقه أو ينظر إليهم كغرباء عنه، وعند هذه النقطة يكون الفرد مهياً للدخول في المرحلة الثالثة.

- المرحلة الثالثة: مرحلة الشعور بالاغتراب (التكيف المغترب):

يصاحب هذه المرحلة مجموعة من الأعراض تتمثّل في:

- الانسحاب من نشاطات المجتمع: ويظهر ذلك بشكل واضح في العزلة الاجتماعيّة.
- النشاط: ويظهر ذلك في الثورة والتمرد والاحتجاج.
- التظلم: ويظهر من خلال المسابرة والخضوع.

ويتخذ المرء في هذه المرحلة موقف الرفض للأهداف الثقافيّة الأمر الذي دفع بالعديد من الباحثين (برونج Prong، كرك Karce، حليم بركات) إلى تسميته بالإنسان الهامشي. (ندا، ١٩٩٧: ٣٦)

* خصائص الشخصية المغتربة:

تتعرض نتائج الاغتراب النفسي على الإنسان كفرد أولاً ومن ثمّ على المجتمع عامّة، لذلك ستحاول الباحثة رصد بعض الخصائص التي تميز الشخصية الاغترابية:

- بيّنت بعض الدراسات كدراسة موري وجودوين (Morry and Goodwin, 1982) ودراسة (محمد، ١٩٨٩)، ودراسة (جعيس، ١٩٩١)، أنّ الفرد الذي يعاني من الشعور بالاغتراب يكون مستوى طموحه منخفضاً، وقدرته على الابتكار منخفضة، والتوافق عنده بأبعاده الاجتماعي والأسري والانفعالي منخفض، ويشعر بأنّه كما لو كان شيئاً، وأنّه قد تحوّل إلى موضوع وفقد إحساسه بهويّته، حيث لا جذور تربطه بنفسه وواقعه، وإنّ تقديره لذاته يكون منخفضاً، وحاجاته النفسيّة منخفضة، حيث ينفصل الإنسان المغترب عن ذاته، ولا يشعر بما يريده، أو يسعى إليه (علي، ٢٠٠٦: ٥١-٥٢).
- ويشير أيمن منصور ندا (١٩٩٧) إلى ثلاثة أنماط للشخصيّة الاغترابيّة تقابل مراحل عمليّة الاغتراب:
 - ١- مرحلة الانسحاب من المجتمع: من خلالها يلاحظ على الفرد الارتداد والنكوص إلى الماضي، والجمود الاجتماعي.
 - ٢- مرحلة الاغتراب الرفضي: حيث يكون هناك تجاهل للقوانين ورفض للمعايير الثقافية.
 - ٣- مرحلة الاغتراب الانفعالي: في هذه المرحلة يصبح الفرد متركزاً حول ذاته ومنغلق في دائرة خبراته الشخصيّة (ندا، ١٩٩٧: ٣٦-٣٧).
- وإنّ تقصّي نتائج الاغتراب على الفرد يقود إلى "أنّ الفرد إذا انفصل عن ذاته لحساب الواقع الخارجي خضوعاً، يصبح عقيماً وفقيراً من كلّ ثراء داخلي؛ لأنّه تحوّل إلى مجرد شيء.
- وحينما تزداد حدّة ما يشعر به من اغتراب عن نفسه، فإنّ حياته النفسيّة تضطرب، ومعاييره تهتزّ وتظهر عليه مجموعة من المظاهر المرافقة للاغتراب ومنها: العدوان، والتقدير السلبي للذات، وسوء التوافق والاكتئاب. (السيد، ١٩٩٢: ١٧٤).
- ومن الطبيعي أن تنعكس هذه المظاهر على المجتمع. حيث أظهرت الدراسات الاجتماعيّة وخاصّةً في بلدان شمال أوروبا والولايات المتّحدة زيادة خطيرة في حالات الإدمان والانتحار والانحلال الخلقي، بالإضافة إلى الكثير من ثورات الرفض والاحتجاج في بلدان كثيرة من العالم. (علي، ٢٠٠٨: ٧١).

وترى الباحثة أنّ الشباب في المجتمع العربي قد يعانون من انتشار اللامعيارية ومن بعض مظاهر التكيف المضطربة ومن السلبية واللامبالاة تجاه بعض القضايا الجادة في المجتمع؛ وذلك بسبب الإحباطات الناتجة عن انغلاق الفرص أمامهم، وعدم إشباع حاجاتهم، كتحقيق الذات وصنع القرارات المهمة المتعلقة بحياتهم، وأيضاً من اللا معنى حيث يصعب عليهم بناء فلسفتهم في الحياة؛ في ظلّ غياب أفق المستقبل الذين ينتظرهم بعد الانتهاء من دراستهم، ويقع على الجامعة جزء كبير من المسؤولية في اغتراب الشباب؛ وذلك بسبب النظام التقليدي الذي مازال متبعاً في بعض الكليات وخاصة النظرية منها، وهو ما أكدته دراسة (وفاء موسى ٢٠٠٢) والتي أثبتت أنّ طلاب الكليات العلمية أقلّ اغتراباً من طلاب الكليات النظرية، وأيضاً ضعف الإمكانيات المتوفرة وعدم قدرة الجامعات على تأمين المراجع الحديثة للطلاب، كلّ ذلك يسهم في اغتراب الشباب لذلك ستحاول الباحثة ومن خلال تطبيق البرنامج التدريبي القائم على السيكودراما اختبار قدرة البرنامج على التخفيف من الشعور بالاغتراب لدى الشباب الجامعي من خلال استخدام فنّيات السيكودراما والتي ستتناولها الباحثة بالتفصيل في المحور الثاني من الإطار النظري.

المحور الثاني: السيكودراما:

توطئة:

تختلف أساليب الإرشاد والعلاج الجماعي باختلاف طبيعة المشكلات والمهام والأدوار المطلوبة من المرشد والمسترشد، وتُعدّ السيكودراما أو الدراما النفسية أو التمثيل النفسي المسرحي من أشهر وأهمّ أساليب وتقنيات الإرشاد والعلاج (Psychodrama) التي تعتمد على التصوير التمثيلي المسرحي للمشكلات النفسية والسلوكية والاجتماعية أو حتى للمواقف الحياتية.

وتنشأ السيكودراما من مفهوم أننا جزء من منظومة حيائية عامّة يشترك فيها الآخرون على اختلاف مذاهبهم وانتماءاتهم، فهي عملية إبداعية تهتمّ بحركة التطور نفسها، وتذهب إلى أبعد الحدود، أبعد من مجرد حلّ المشكلات أو وعيها، وتفهم بعمق تعقيدات حياتنا كلّها.

هذا وتُعدّ تقنية السيكودراما أحد أهمّ التقنيات الخاصة بالدعم النفسي التي تهدف إلى تقديم نوعٍ من العلاج النفسي والذي يختلف عن أنواع العلاجات النفسية الأخرى، فقد أثبتت العديد من الدراسات النفسية عبر الزمن نجاح هذا الأسلوب مع عددٍ من الاضطرابات: كالتأتأة، الاضطرابات السلوكية، ومع الجانحين، ومع الذين يعانون من صدمة نفسية، كأسلوبٍ للعلاج الأسري السلوكي، وفكرة السيكودراما قائمة على التمثيل والفعل، فكلّ شخص فينا له عدّة أدوار في حياته تؤثر في سلوكه سلباً أو إيجاباً، ومن خلال السيكودراما يستطيع المسترشد إعادة تمثيل مشكلاته السلوكية أو النفسية أو الاجتماعية بشكل تعبيرى حرّ في ظلّ جماعة إرشادية تسودها أجواء الأمن والطمأنينة، وذلك أمام المرشد والمجموعة الإرشادية ممّا يتيح له من خلال هذا الأداء التمثيلي فرصة التنفيس الانفعالي عن مشاعره وانفعالاته المختلفة ذات الصلة بالمشكلة، وكذلك فرصة الاستبصار الذاتي، والتقمّص والمحاكاة من أجل إحداث تغيير السلوك الإنساني غير السوي وتعديله وإعادة تشكيله، وكذلك من أجل تحقيق التوافق النفسي.

أولاً- مفهوم السيكودراما وتعريفها:

من المهمّ بدايةً الإشارة إلى أنّ هناك العديد من المحاولات من قبل الباحثين لوضع تعريف للسيكودراما، وبلا شكّ يمكن أن تكون هناك صعوبة في حصر هذه المحاولات التي تصدّت لتعريف السيكودراما كلّها، ومن هنا ستحاول الباحثة الإشارة إلى العديد من التعريفات على سبيل المثال لا الحصر:

فقد عرّفها (مورينو ١٩٥٣) على أنّها الاكتشاف العلمي للحقيقة بواسطة الطرق الدراميّة وأكّد (مورينو) أنّه بواسطة الدراما يستطيع الإنسان تجربة الواقع بمفهوم التغيّر عوضاً عن التحدّث عنه فقط، واستخدام الجسد للمساعدة في ذلك والذي يجعلها لغة عالميّة واسعة الاتّصال، كما عدّها ثورة على ما هو قائم، في حين يرى جرينبرج (Greenberg 1974) "أنّ السيكودراما طريقة جماعيّة للعلاج النفسي أساسها المسرح وارتجال المواقف الدراميّة بناء على موضوع يقترحه أفراد الجماعة من المرشدين والأطفال الذين يعانون من اضطرابات نفسيّة أو عقليّة متماثلة، ويشترك المعالج النفسي عادة في أداء الأدوار ويقوم في الوقت نفسه بتوجيه الممثّلين وتحليل سلوكهم (سليمان، ١٩٩٩، ١٦٩).

ويعرّفها (السفاسفة، ٢٠٠٣) بأنّها أحد مناهج العلاج النفسي الجماعي، وتتلخّص فكرتها في مشاركة عضو المجموعة في أداء موقف تمثيلي من مواقف الحياة يقوم بتمثيل هذا الدور على المسرح أمام المرشد وأعضاء المجموعة وبعض المشاهدين الآخرين، ومن خلال هذا العرض فإنّه يكشف عن مشاعره وانفعالاته وعلاقاته وآرائه في الموضوعات ذات الصلة بمشكلته.

ويرى هاريمان (Harriman، 1968) أنّ السيكودراما أسلوب من أساليب العلاج النفسي يصل فيه المرضى إلى الاستبصار وتعديل الأنماط غير الملائمة للسلوك وذلك من خلال التمثيل التلقائي لموقف من حياتهم. (غريب، ١٩٩٩، ١٦-١٥).

فهو منهج من العلاج الجماعي اصطنعه (مورينو)، ويعتمد فيما يوحى اسمه على ممارسة بعض الأدوار المهمّة (كدور الأب، أو الأم، أو الابن) بحيث يستطيع المريض أن يكشف مشكلاته الشخصيّة وأخطائه في عمليّات تفاعله مع الآخرين. (عبد الستار، ١٩٨٨، ٢٨٦)

ويعرّف "لوتز" Lotze العلاج بالسيكودراما بلفظة منقسمة إلى شطرين: Psycho وتعني النفس، Drama: وتعني الفعل أو الحركة أو النشاط، وفي معناها الإجماليّ تعني: حركة النفس، وهي نوع من أنواع العلاجات النفسية التي تستخدم تقنيّات المسرح وصولاً إلى حقيقة ديناميكيّات شخصيّة الفرد المضطرب (غانم ، ٢٠٠٣: ص).

لذلك يعتمد العلاج بالسيكو دراما على ممارسة الأدوار وتمثيلها داخل مجموعاتٍ من خلال تشجيع المرضى على ممارسة الأدوار المهمّة (كدور الأب، أو الابن ...) حيث يستطيع المريض أن يكشف عن مشكلاته الشخصيّة وأخطائه في عمليّات التفاعل الحياتي اليومي مع الآخرين. (الأبلم، ٢٠١٦: ٢٤).

ويراها (زهران، ١٩٩٥) أحد أشكال العلاج النفسي الجماعي القائم على مبدأ نشاط المرضى، وهي عبارة عن تصوير مسرحي، وتعبير لفظي حرّ، وتنفيس تلقائيّ، واستبصار ذاتي في موقف جماعي.

أمّا (عكاشة، ٢٠٠٣) فيرى أنّ السيكو دراما هي عبارة عن علاج جماعي قائم على نشاط المريض، ويطلق عليه أحياناً العلاج بالمرححيّات النفسيّة، والخاصيّة الأساسيّة لهذا الأسلوب هي حرّيّة الفعل، ويهدف العلاج بالتمثيل إلى إتاحة الفرصة للتنفيس الانفعالي وإظهار الاستجابات الشاذّة، وإدراك الواقع وتحقيق التفاعل والتوافق الاجتماعي، ويتمّ ذلك بإعطاء كلّ مريض دوره في مسرحيّة كما يؤدّيه فعلاً في الحياة العامّة، ومن ثمّ إعطائه دوراً معاكساً مثل دور شخص مسالم إذا كان عدوانياً؛ وإنّها عبارة عن موضوع يمثّل خبرات المسترشدين وماضيهم ومشكلاتهم الحاضرة وآمالهم المستقبلية، ويقوم بأداء الأدوار داخل المسرحيّة للمسترشدين أنفسهم وأعضاء الجماعة الإرشاديّة (مصطفى، ٢٠١٠ ، ١٠٥).

وعرّفها (زقوت، ٢٠١٤) أنّها مسرح كبير يشبه مسرح الحياة، ولكنّ الفرق بينهما أنّه في مسرح السيكو دراما التي تقوم على لعب الأدوار تكون التلقائيّة ويتمّ التفريغ والاستبصار، أمّا في مسرح الحياة فيكون القلق والخوف من حكم الآخرين.

من خلال عرض ما سبق من التعريفات التي تناولت السيكو دراما ترى الباحثة أنّه لا يوجد تعريف متكامل وجامع للسيكو دراما تتوضّح من خلاله ماهيّة وطبيعة السيكو دراما، والهدف الذي ترمي إليه والأداء والنصّ، وكذلك دور المرشد (المعالج) فيها، وربّما يُعزى ذلك لاختلاف

المدارس التي ينتمي إليها الباحثون؛ فهناك من ركّز على القول والفعل مثل تعريف (Lotze، ١٩٩٠) و(السفاسفة، ٢٠٠٣)، وجاء أيضاً أنّ السيكو دراما هي نوع من أنواع العلاجات النفسية الجماعية كما في تعريف كلّ من (Harriman، 1968) (عكاشة، ٢٠٠٤)، ونجد أنّ هناك من ينظر إلى السيكو دراما على أنّها مسرح كبير تقدّم من خلاله الخبرات الإنسانية مثل تعريف (زقوت، ٢٠١٤)، وتتفق الباحثة مع تعريف Merino, Harriman, Lutz؛ وذلك لأنّ السيكو دراما تساعد على استبصار الذات، وتركّز على التلقائية في الأداء وعلى الارتجال وفهم المشكلات وأشكال السلوك المختلفة من أجل إعادة تشكيل السلوك وتعديله، واستخدام الجسد في التعبير يجعلها لغة عالمية تشجّع على التلقائية، والتعبير الصادق عن المشاعر والأفكار ممّا يؤدّي إلى تخفيف من الشعور بالعجز والقلق واللامعنى، فهي أسلوب علاجيّ إسقاطيّ يستخدم في أغراض التشخيص والإرشاد النفسي، ويقوم على التمثيل المسرحي لمواقف يختارها المريض أو المرضى من واقع حياتهم، ومن أهدافه التلقائية والابتكار وتحريرهم من الصراعات الداخلية عن طريق ما يتيح التعبير التمثيلي من التنفيس الانفعالي ومساعدتهم على الاستبصار وفهم ذواتهم وإقامة علاقة طيبة مع الآخرين؛ وهذا الأمر يساعد الأشخاص الذين يشعرون بالاغتراب النفسي على الاندماج في المجتمع بشكل طبيعي وإقامة تفاعل اجتماعي سليم مع الآخرين قائم على التعاون والشعور بالمسؤولية الاجتماعية.

ثانياً: نشأة السيكو دراما:

استخدم أسلوب السيكو دراما في العلاج النفسي من قبل العالم مورينو بعد أن قام بتطوير فكرتها على مرّ السنين، فكانت بداية الفكرة منذ أن كان طالباً في كلية الطبّ في فيينا؛ حيث كان يراقب الأطفال في الحديقة وهم يلعبون بشكل عفوي ويتقمصون أدواراً متعدّدة، ومعظم هذه الأدوار لشخصيات واقعية، فبدأ بالتمثيل معهم إلى أن وصل لفكرة إنشاء مسرح صغير للأطفال يساعدهم على اللعب والتمثيل وإعطائهم فرصة للتمرد على السلطة في حياتهم سواء كانت السلطة الأبوية أو سلطة المدرسة، وبعد تجربة مورينو للسيكو دراما مع الأطفال عمل مع مجموعات من فتيات الهوى، وبسبب ذلك واجه العديد من الانتقادات من المدرسة التحليلية، واستمرّ مورينو في تطوير فكرة السيكو دراما القائمة على استخدام المسرح والتمثيل كوسيلة للتعبير عن الصراعات الداخلية وتمثيلها على خشبة المسرح بدون الاعتماد على نصوص

مكتوبة أو مسبقة الإعداد، وكان هذا واضحاً من تجربته مع مجموعة من الممثلين حيث أنه اختار العمل معهم لأنهم في حالة دائمة لتقمص أدوارٍ مختلفة في حياتهم بسبب مهنتهم، واستطاع أن يساعدهم على التعامل مع العديد من الصراعات الداخلية لديهم، والنتيجة عن تأثرهم بالأدوار التي يقومون بأدائها وأنها باتت تؤثر على حياتهم الشخصية بشكل غير واعٍ، فبدأوا بتمثيل أدوارهم وصراعاتهم الحقيقية. (مورينو، ٢٠١٢، ١٢٠).

وقد عدّ بعض علماء العلاج النفسي (مورينو) أنه صاحب نظرية لامعة وقال عنه الطبيب النفسي المختصّ في العلاج العائلي (كارل وينكر): إنّ مورينو هو القائد الحقيقي لتحويل فكرة العلاج النفسي من علاج نفسي فردي فقط إلى علاج يأخذ بالحسبان علاقة المريض بالمحيطين به، وعدّ العلاقات الاجتماعية عاملاً نفسياً أساسياً في العلاج النفسي بالمقارنة مع أنواع العلاجات النفسية الأخرى، وقيل: إنّ مورينو يستقرأ تفاعل المجموعة الديناميكي في العلاج النفسي الجماعي مثلما كان يستقرأ فرويد في ديناميكية العلاج النفسي التحليلي مع الأفراد.

ثالثاً: الأصول النظرية للسيكو دراما:

اشتقّ مورينو فلسفة أسلوبه من ناحيتين؛ أولاًهما: نظريّات الدراما وبخاصّة نظرية أرسطو ، وثانيهما: نظريّات علم النفس وبخاصّة نظرية التحليل النفسي، ويرى كثير من الباحثين أنّ معظم المصطلحات التي يستخدمها مورينو وتلاميذه تنتمي إلى التحليل النفسي مثل التفريغ والطرح واللاشعور، وكذلك هناك استخدام لبعض المصطلحات التي تنتمي إلى المدرسة السلوكية مثل الخبرة وتعديل السلوك، وهناك نرى أهمّ المصطلحات السيكو دراما والتي تتمثّل في (هنا والآن) والتي ترجع إلى مدرسة الجشطت ولذلك نرى أنّ السيكو دراما متكاملة واستفادت من جميع النظريّات. (كوري ، ٢٠٠٠ ، ٢٧٦).

١- السيكو دراما والعلاج المعرفي السلوكي:

إنّ كلّ إنسان هو خليط من المشاعر والأفكار والسلوك، وأيّ جانب منها يُعدّ بوابة للجانب الآخر، وهذا يعزّز المفهوم الشمولي، والفارق بين المدرستين أنّ العلاج المعرفي السلوكي هو علاج فردي دائماً، أمّا العلاج بالسيكو دراما فهو علاج جماعي، وعلى الأغلب أنّ السيكو دراما ممكن استخدامها بشكل ناجح في العلاج الفردي. (هولمز وآخرون، ٢٠١٤، ٢٨)، فالسيكو دراما تركز على المشاعر والقدرة على التعبير عنها بواسطة التفريغ الانفعالي، بينما العلاج المعرفي

السلوكي يركّز على الوعي الكامل بالمشكلة والاعتماد على التفكير بشكل عقلائي بالمشكلة للوصول إلى الحلّ المناسب، وهي تساعد أيضاً على إعادة مواجهة المواقف القديمة وفهمها بشكلٍ ملائم، كما تساعد على مواجهة المواقف الجديدة التي تنشأ من إعادة تمثيل المواقف الدرامية بمساعدة الأدوات المساعدة، ولهذه الفائدة أهمية كبيرة في تحرير الفرد من الانفعالات المكبوتة والدوافع الكابتة لها، وكذا تساعد على تنمية المهارات لديه وتنمية العلاقات البين - شخصية.

٢- السيكودراما والتحليل النفسي:

السمة الأساسية لأسلوب العلاج بالسيكودراما هي حرية الفعل، وهذا يقابل التداعي الحرّ في التحليل النفسي، حيث يهدف العلاج بالتمثيل إلى إتاحة الفرصة في التنفيس الانفعالي وإظهار الاستجابات الشاذة وإدراك الواقع وتحقيق التفاعل والتوافق الاجتماعي، ويتم ذلك بأن نعطي لكل مريض أدواراً منها دور شخص مهمّ عند المريض مثل الأب أو الأمّ، وأدوار شخص غير مهمّ مثل الجار أو الموظف، أو إعطائه دور في الحياة كما يراه وبطلبه هو، أو يعطى لكل مريض دور في هذه المسرحية كما يؤدّيه في الحياة. (مورينو، ٢٠١٢، ١٥)

والمدرسة التحليلية تعتمد على (الهو) ومراحل الطفولة الأولى في حياة الإنسان، والتي تحدّد تطوّره وتفاعله مع الحياة في المستقبل، ولكنّ مورينو آمن بفكرة أنّ الإنسان يتعلّم ويتغيّر في مراحل حياته المختلفة ويستغني عن بعض أدواره وتصرفاته غير البناءة في شخصيته، ويؤمن مورينو بأنّ كلّ شخص عنده استعداد فطري أن يكون رائعاً (group,2009,32)، ومن أهمّ فوائد العلاج بالسيكودراما والمختلفة عن العلاج النفسي التحليلي أنّها تكشف عن جوانب شخصية المريض ودوافعه وصراعاته ومشاعره وتساعد المريض على مواجهة مواقف واقعية يخاف مواجهتها، وهي تُعدّ العلاج الأمثل للمرضى الذين يصعب الاتّصال اللفظي معهم وينمّي الثقة في النفس كما ينمّي القدرة على التعبير والابتكار (جبل، ٢٠٠٠، ٤٥). لذلك وعلى الرّغم من وجود قواسم مشتركة بين السيكودراما والتحليل النفسي إلّا أنّ أهمّ ما يميّز السيكودراما عن التحليل النفسي هي النظرة الإيجابية للإنسان وقدرته على أن يتعلّم من جديد ويتغيّر إلى الأفضل لأنّ طبيعته الإنسانية تفرض عليه ذلك؛ فالسيكودراما تعتمد على فلسفة اللحظة، على الإيمان العميق جداً بالتلقائية والإبداع عند المشاركين، فكلّ فرد يتمكّن من إسقاط عالمه الداخلي على

العالم المحيط به خارجياً، كما تسمح السيكو دراما بتطور إنساني فائق المستوى ومستمر، وإحساس حقيقي لصيق بالحياة الواقعية.

٣- السيكو دراما والسيكودراما:

السيكودراما هي نشاط اجتماعي تعليمي قائم على العمل الجماعي يعطي الفرصة لأفراد المجموعة أن يختاروا الموضوع الذي يشكل أهمية لهم جميعاً، وهي تعبر عن قضية اجتماعية عامة من خلال طرحها من المشاركين وتهتم الجميع، مثل قضية الحصار أو أزمة الكهرباء (وينر وآخرون، ١٠١، ٢٠١١)، فهي عبارة عن نموذج تعليمي يعتمد على المواضيع التي تخص الثقافة والمجتمع وهي تهتم بالأدوار الاجتماعية للمجموعة ككل، أما السيكو دراما فهي الأساس لنموذج علاجي نفسي جماعي يركز على البطل من خلال العمل الجماعي وكيف ستساعده المجموعة بناء على مبدأ الكل للفرد والفرد للمجموعة.

وترى الباحثة أنه قد تتشابه السيكو دراما والسيكودراما بالمفهوم العام، وذلك على الرغم من أنهما لا تطبقان بالطريقة نفسها، وفي السيكودراما تكون الأدوار غير فردية وإنما جماعية، وهناك تكنيكات مشتركة وهي الإحماء والانغماس بالفعل والمشاركة أيضاً.

رابعاً: أهداف السيكودراما:

يهدف التمثيل النفسي المسرحي كأسلوب من أساليب تعديل السلوك الإنساني وتعديله وتشكيله إلى تحقيق الأهداف الآتية:

١- تتيح السيكو دراما فرصة التعبير والتنفيس الانفعالي عن التوترات المختلفة، فقد

يلعب المسترشدون الأدوار التي يشاهدونها في واقعهم كدور الأب أو المدرس أو

المدير بهدف التنفيس الانفعالي عما يكتبونه نحو الكبار في واقعهم. كما تعطي

الفرصة للممارسة العقلية لاختبار النماذج الموجودة في بيئته.

٢- تنمية وعي المسترشد بمظاهر سلوكياته غير الملائمة، وإدراك الواقع بشكل حقيقي،

واتخاذ القرارات المناسبة في مواجهة مشكلاته على نحو أفضل.

٣- التعلم من الخبرة الاجتماعية وتدريب القدرة على التعبير الملائم عما شعر به

المسترشد، وتدريبه على الدفاع عن حقوقه وعلى الاستجابات الاجتماعية الملائمة.

- ٤- إتاحة الفرصة لإشباع حاجات المسترشدين المختلفة مثل حاجاتهم إلى اللعب الذي من خلاله يمكن تقويم ذواتهم والتعرّف على مواطن القوّة والضعف في شخصيّاتهم.
- ٥- تحقيق التوافق والتفاعل الاجتماعي السليم.
- ٦- كشف مشكلات الأفراد وتفهم ذواتهم وإدراك رغباتهم.
- ٧- إعادة توجيه الفرد وإعادة تعليمه. (إبراهيم، ١٩٩٤: ٢١-٢٠)
- ٨- التدرّب على المهارات الاجتماعية وعلى إحداث استجابات بديلة ملائمة.
- ٩- يؤدّي تقمّص المسترشد لشخصيّات مهمّة في حياته وتمثيل أدوارهم إلى التنفيس الانفعالي والتحرّر من التوتّر النفسي والقدرة على التعبير عن الذات واستبصار الذات وفهم الآخرين، كما يؤدّي هذا التقمص إلى تدريب المسترشد على مواجهة مواقف عمليّة واقعيّة يخاف مواجهتها، كذلك فإنّ التفسير الذي يلي التمثيليّة يفيد تشخيصاً وارشادياً.
- ١٠- يمكن الاستفادة من السيكودراما في تكامل معرفته (المسترشد) للأشياء التي تواجهه في المستقبل بعيداً عن خطورتها في الواقع فيما لو مرّت لاحقاً، كما تمنحه ثقة ومعرفة بقدرته على مواجهة ظروف الحياة.
- ١١- السيكودراما تكشف للمشاهد نفسه وأين هو من هذا السلوك فهو يدرك نماذج واحتمالات جديدة في حياته لم يكن مدركاً لها من قبل.
- ١٢- تفيد في التنفيس عمّا يدور داخل الفرد من مكبوتات وما يتعرّض له من ضغوط نفسيّة.
- ١٣- تهيئ فرصاً في مجال التعاون الاجتماعي، وفهم المحيط الذي يعيش فيه وفهم نفسه.
- ١٤- تساعد على الحياة الجماعيّة وتجاوز الطلبة المسترشدين (الممثّلين) شعورهم بالنقص والانطوائيّة وفقدان الثقة بالنفس.
- ١٥- تساعد المسترشد في التعبير عن المشاعر الإيجابيّة كالفرح والحبّ والمدح والمشاعر السلبية كالخوف والألم والاستياء والتوتّر (مصطفى، ٢٠١٠: ١٠٥-١٠٦)

وتشير الباحثة إلى أنَّ أهمَّ الأهداف السيكولوجية للعلاج بالدراما هو تعليم الفرد الذي يعاني من اضطراب نفسيّ كيف يستطيع التكيف مع الآخرين بحيث يكون التفاعل معهم لا يمثل عنصراً من عناصر الضغط عليه، وإنّما يحقق له ما يسمّى بالصحة النفسية وعدم الوصول إلى الاختلال النفسي في حالة التعرّض الفعلي للضغط.

خامساً: الأهمية العلاجية للسيكودراما:

من خلال الاطلاع على ما جاء في الأدب السيكولوجي يمكن القول: إنّ للعلاج بالسيكودراما أهمية واضحة في أنّه يفيد في تنمية الثقة بالنفس، والقدرة على التعبير عن النفس، وتنمية الإبداع والابتكار، وتحرير الفرد من التوتر النفسي والقلق، وتنمية البصيرة في تقييم وفهم الذات، وفهم مشاعر وسلوك الآخرين، وتحقيق الكفاية والمرونة في السلوك الاجتماعي (زهران، ٢٠٠٥: ٢٩٤)، وأظهرت نتائج دراسة أبو حماد (٢٠١٩) أنّ السيكو دراما لها أثر إيجابي على تكوين العلاقات والتواصل الإيجابي مع الآخرين، ومهارات ضبط النفس، ومهارات الوعي بالذات من خلال إدراكه الحقيقي لها وللأحداث من حوله، ومهارات اتخاذ القرارات، ومهارات حلّ المشكلات، ومهارات التعاون والتعاطف مع الآخرين، ومهارات تحمّل المسؤولية الذاتية، ومهارات توكيد الذات، ومهارات تقدير الذات.

والجدير بالذكر أنّ السيكودراما تتمتع بخصائص عديدة قد لا تتوفّر في أساليب علاجية جماعية عديدة ومن هذه الخصائص ما يأتي:

١- سهولة ويسر تطبيقها، سواء على مستوى الأطفال أو المراهقين أو الراشدين. ربّما يرجع السبب في ذلك إلى أنّ السيكو دراما تستخدم لغة لا يختلف عليها أحد، وهي لغة الأداء والتجسيد، ومن ثمّ يسهل التفاهم بين أعضاء الجماعة العلاجية، وهذه السهولة من شأنها أن تؤدّي إلى حدوث الاستبصار المسبوق بنتيجة على درجة كبيرة من الأهمية وهي التنفيس الانفعالي الذي يشكل بدوره محور أساسياً في العلاج بهذا الأسلوب.

٢- تتيح السيكودراما فرصاً للمشاركة بين أعضاء الجماعة العلاجية، كما أنّ هناك فرصة لاستخدام الإسقاط كميكانيزم دفاعي يلعب دوراً كبيراً في العملية العلاجية، إذ يعمل على خروج الخبرات السابقة، ومن ثمّ طرحها على أفراد الجماعة، والتخلّص منها كخطوة أولى لمواجهة ما يعانيه الأفراد من اضطرابات.

٣- السيكودراما غنيّة بالفنّيات التي تستخدمها، وهذا يعني أنّها أسلوب ملائم للمستويات التعليمية والثقافية كافة، كما أنّها صالحة للاستخدام في علاج العديد من اضطرابات مشكلات التوافق.

٤- تضمن السيكودراما عملية لها أهميّتها وحيويّتها وهي عملية التهيئة.

٥- تصلح السيكودراما للاستخدام مع الاضطرابات التي يصعب فيها التواصل اللفظي، فقد يتمّ تمثيل الأدوار بصورة صامتة، فيما يعرف بالتمثيل الإيمائي أو التمثيل بالإشارة.

٦- تشجّع السيكودراما الأفراد على عرض مشكلاتهم، ومن ثمّ تتيح لهم المشاركة في طرح العديد من الحلول الواقعية لها، وعلى كلّ فرد تبني الحلّ الذي يكون بمقدوره الأخذ به.

٧- تساعد السيكودراما الفرد على الوصول إلى الاستبصار بسلوكه، ومن ثمّ يتمّ تعديله وتبني سلوكيات بديلة (Swink، 1994: 262)

ولابدّ من القول: إنّ هناك مزايا قد تتفرد فيها السيكودراما، فهي محبّبة ومقبولة للطلبة المسترشدين، وتكسبهم خبرة تعليمية جديدة للممثلين والمشاهدين، فهي تقنية حضارية حديثة لتعديل السلوك الانساني، وتزيد في قدرتهم على التعبير عن مشاعرهم السلبية والإيجابية وتعديل الأنماط السلوكية المتعلّمة، ويمكن للباحثة حصر مجالات استخدام السيكودراما في الأمور الآتية:

- السيكودراما بوصفها طريقة من طرق العلاج النفسي: كتنقيّة علاجية للاضطرابات النفسية والانفعالية والسلوكية ...
- السيكودراما بوصفها وسيلة علاج اجتماعي: كونها طريقة لتشخيص المشكلات السلوكية في المجتمع ومدى تأثيرها على الفرد من جهة، ومن جهة أخرى معرفة الدور الاجتماعي للفرد داخل الجماعة.
- السيكودراما بوصفها وسيلة من وسائل التدريب: من خلال تدريب المسترشد على حلّ صراعاته، والتعامل مع المواقف الاجتماعية التي تواجهه.

سادساً: عناصر السيكودراما:

للعلاج السيكودرامي مجموعة من العناصر الأساسية والأدوات، حيث يحتوي على عدد من الخطوات المحددة التي تعطي في النهاية شكلاً مميزاً لهذا النوع من العلاج، وقد حدّد كل من مورينو (Moreno, 1994) وبلاتر (Blatner, 2000) هذه العناصر كالآتي:

١- القائد (Director): لديه خبرة عملية وعلمية، يساعد على اتخاذ القرار، ويهتم بأفكار أي فرد يبحث عن مساعدة وحلول، وهو مسؤول عن إعداد المسرح للحدث الدرامي وإعداد المجموعة للعلاج السيكودرامي وتحديد المشكلات والمشاركة في اختيار البطل.

٢- بطل المسرحية النجم (Protagonist): هو الشخصية المحورية التي يختارها القائد والمجموعة ليمثّل، أو يعيد تمثيل حدث مهم من الماضي أو الحاضر، أو لتمثيل موقف في المستقبل، والمطلوب من البطل أن يكون هو نفسه، ويختار الحادثة التي ستعالج على المسرح، ويطلب إليه إعادة تمثيل الأشياء الأساسية في الحادثة أو الموقف دون محاولة استدعاء التفاعل نفسه أو الكلمات نفسها كما وقعت أصلاً في الحادثة، وإنما يساعد على العفوية والتلقائية في ذلك، ويساعده القائد في اختيار أعضاء المجموعة الذين يقومون بدور الذات المساعدة للبطل، ويساعد المخرج بطل المسرحية في التحرك أثناء التمثيل، وألاً يقتصر على الكلام فقط.

٣- المسرح (The Stage): يُقصد بالمسرح المكان الذي يجري فوقه الحدث الدرامي، والمسرح السيكودرامي لا توجد شروط محدّدة له، فهو مسرح بلا ستائر أو كواليس يسمح للممثل أن يكون تلقائياً لأداء أدواره التلقائية، وقد يكون في مكان مفتوح، ولا يحتوي على تعقيدات فنية، ويفترض فيه أن يكون واسعاً بحيث يسمح بحركة أبطال المسرحية وقائدها والأشخاص الذين يشاركون بصفة ذات مساعدة، وإذا تعذّر الحصول على مسرح، فإنّه يمكن إعداد غرفة لتكون مكاناً للتمثيل.

٤- الذوات المساعدة (Auxiliary Egos): هم أعضاء من المجموعة يساعدون بطل المسرحية على القيام بأدوار رمزية، مثل الأم والأب والزميل أو الأشخاص المهمين في حياته، وتعاون الذوات المساعدة البطل على لعب دوره من خلال ما يقومون به من لعب أدوار أشخاص مهمين في حياة البطل وموضوع صراعه، أو في الموقف السيكودرامي.

٥- موضوع التمثيلية النفسية (القصّة): يمكن أن تحتوي أحداث القصّة أو التمثيلية النفسية على قضايا مختلفة من حياة أبطالها؛ بهدف تعديل سلوكهم، وتشكيل سلوكيات جديدة لديهم، ومساعدتهم في التعبير عن انفعالاتهم المختلفة، وتنمية مهاراتهم للوصول للتكيف النفسي الاجتماعي والإحساس بالصحة النفسية، ومن الممكن أن تدور القصّة حول قضايا عديدة مثل سلوك السرقة الخوف الاجتماعي العنف المجتمعي.

٦- الجمهور (Audience): وهؤلاء في الغالب هم زملاء البطل من الأقارب والمعارف، وأفراد المجموعة العلاجية، ودور الجمهور يكون مساهماً ومشاركاً ومتفاعلاً مع المشهد السيكو درامي، بحيث يشارك الجمهور في الحوار والنقاش، وتقديم التغذية الراجعة، والدعم العاطفي للبطل.

ويلخص عقل (١٩٩٩) الأمور التي يجب أخذها بالحسبان بعد انتهاء العرض التمثيلي، وهي:

- ضرورة أن تكون المناقشة لأحداث التمثيلية بعد انتهاء العرض مباشرة.
- التركيز في أثناء المناقشة على الجانب السلوكي وليس على الجانب الفني للأداء، كأن نركز على السلوك العدواني أو السلوك المسالم، أو نركز على سلوك الطالب المجتهد، أو السلوك الفوضوي أو سلوك السرقة أو الكذب.
- إظهار مظاهر القلق والإحباط في السلوك لدى الممثلين من الطلبة المسترشدين.
- بالإضافة لقيام المرشد بتفسير أسباب السلوك من خلال العرض التمثيلي للقضية وأداء الممثلين.

كما يجب إظهار الجوانب الانفعالية في السلوك ومظاهر الصراع، وذلك من أجل استبصار الطلبة المسترشدين لمشكلاتهم بهدف تعديل سلوكياتهم، ويُعدّ التشخيص جزءاً من أهداف مناقشة أحداث التمثيلية وذلك من خلال وعي المشكلة وفهمها وتحليلها.

سابعاً: أساليب وفنّيات العلاج بالسيكو دراما :

يعتمد المعالج على العديد من فنّيات السيكو درامية والتي تساعد في تسهيل التفاعل بين الأفراد أو المجموعة الواحدة، وقد استخدم السيكو دراميون العديد من هذه الفنّيات والتي من أهمّها:

- أسلوب تقديم الذات Self-presentation:

يقوم البطل فيه بتقديم نفسه وكلّ أفراد أسرته والمحيطين به، ويطلب منه المخرج تصوير المواقف التي تجسّد حياته اليومية، خاصّة المواقف المتصارعة؛ حيث يذكر كلّ فرد له علاقة بمستقبله، وفيه يقوم بطل المسرحيّة عن طريق لعب الأدوار بتوضيح استجاباته؛ على سبيل المثال عندما يلعب البطل دور والده المستبدّ، وبالتالي يستطيع أفراد المجموعة مساعدته للتفيس عن مشاعره المضغوطة.

والجدير بالذكر أنّ هذه الفنّيّة تصلح مع الأطفال، فقد يقوم الطفل بتقديم نفسه أو تقديم أحد أفراد أسرته أو صديق له، كأن يقوم الطفل بتمثيل دور أمّه في موقف معيّن في المنزل مثلاً.

- أسلوب تبادل الأدوار Role reversal:

وفيه يقوم الشخص بتمثيل دور الشخص الآخر (حسب الرغبة) حيث يتحدّث بلسانه ويتصرّف مثله ويستطيع أن يتنقل من دور إلى آخر، وهي من أكثر الأساليب الإسقاطيّة، ومن أنجح الطرق التي تحقّق ظاهرة التواصل، حيث تتمثّل أهميّة هذا الأسلوب في تصحيح بعض المفاهيم الخاطئة.

وتتيح هذه الفنّيّة لجميع المشاركين أن يتبادلوا أدوارهم مع بعضهم البعض، وهذا يمكنّ المساعدين من لعب الأدوار بشكل أفضل ويعطي بطل الرواية منظوراً جديداً للقضيّة الشخصيّة الأساسيّة، وتمكّنه من أن يكون مراقباً لقضيّته وللمشهد المحيط به. (Dayton,2005)

وتستخدّم هذه الفنّيّة بشكل فعّال مع الأشخاص الذين يعانون من التشويش في فهم وإدراك الشخص الآخر، حيث يكون عكس الدور في الغالب ذا تأثير وفعالية في زيادة التلقائية عند بطل الرواية، وذلك من خلال نقل أو تحويل دفاعاته. وعلى أية حال فإنه يساعد عكس الدور في فهم بطل الرواية للآخرين في الموقف الدرامي؛ وذلك من خلال أنه يعيش أدوارهم وهم يعيشون دوره فكانه أصبح هم وكأنهم أصبحوا بطلا مكانه (سيد سليمان، ١٩٩٤: ٤٢٩).

وتشير الباحثة إلى أنّ تكرار (البروفة) السلوكيّة، والتي هي شكل من أشكال تبادل ولعب الأدوار لها فائدة واضحة في مجال التدريب على التوكيديّة، وفي تعلّم المهارات الاجتماعيّة،

حيث يمكن أن يعيد الشخص تمثيل الأدوار مرّات عدّة وتقديم التغذية الراجعة والتعليم والتدريب والاقتداء بأنموذج ما.

- فنّية الدكان السحري The Magic Shop:

فنّية الدكان السحري من أكثر فنّيات ارتجال الخيال شيوعاً، حيث يقوم المعالج، أو احد أفراد الجماعة بدور البائع ويقوم المريض بدور المشتري، أما السلع فهي عبارات خيالية ومقادير ليس لها طبيعتها الفيزيائية، وهذه السلع لا تباع بالنقود، ولكن يمكن مقايضتها بمقادير أخرى تتوافر لدى الجماعة، فيأتي إلى المسرح مجموعة من المرضى واحدا تلو الآخر، حيث يدخل احدهم الدكان المتخيل، طلباً لفكرة أو حلم أو أمنية، أو طموح، وتتوقع منهم أن يأتوا في حالة رغبتهم القوية في الحصول على المقدار المجيب لديهم، وإن حياتهم ليس لها قيمة بدونه، وتتركز أهمية هذه الفنّية في حرس الدكان لأنه هو الذي يحدد الثمن الذي يدفعه العميل من خلال معرفته بما يعانيه من مشكلات (Starr, 1977:22).

وتستخدم تلك الفنّية في الغالب مع الأشخاص غير القادرين على اكتشاف مشكلتهم بوضوح ولا يدركون أهدافهم، ويقوم أحد الشخصيات المساعدة أو المعالج بإفهامهم أنّهم يمتلكون دكاناً سحرياً، وفيه بضاعة عبارة عن مجموعة من السمات والصفات التي يمكن استبدالها بصفات وسمات أخرى يتنازلون عنها مقابل أن يحصلوا على السمات الأخرى من الدكان السحري (محمد وآخرون، ٢٠١٧).

- فنّية المرأة:

تستخدم هذه الفنّية عندما لا يستطيع المريض التعبير بالكلام والفعل؛ حيث يتم اختيار الأنا المساعد لكي يقوم بدور يمثل مرحلة ما في حياة البطل في موقف درامي، وفي هذه الحالة قد يجلس البطل بين الجمهور، وتقيد هذه الفنّية البطل في إعطائه تغذية راجعة تجاه سلوكه وأفعاله وحركات جسده بصفة خاصّة، وألفاظه ومخارجها عامّة، ممّا يسمح للشخص الاستبصار على تعديل سلوكه. (غانم، ٢٠٠٩ : ١٧٠).

ويكون المريض فيه متفرج سلبي حيث يقوم ممثل آخر بتأدية دور المريض، بحيث يستطيع المريض من خلال المشاهدة والمراقبة رؤية صورة مماثلة له، ومن هنا يقتنص المريض أنماط

حديثه ويصل إلى السبب الذي ربما فاقم المشكلة وأبعد الحل عنها. هنا المريض يشاهد نفسه باختصار (Moreno & Zachariah, 2006: 160).

وهذه الفنية يمكن أن تساعد الحالات الانسحابية على أن تنتهي لتقديم نفسها؛ حيث يتم فيها تشجيع البطل دائماً على أن يعلق ويعقب ويقوم بردود أفعال ويلعب دور المعالج المساعد في أغلب الأحيان هذا الدور (دور المرأة) ومن حين لآخر يشترك بطل الرواية ويقدم نفسه ويقوم بدوره الخاص نيابة عن الأنا المساعد عندما يتهيأ لدوره تهيئة كافية ويكون قادراً على التعبير عن نفسه بالشكل الجيد (Goldstein, Winner, 2012: 33).

- فنية النمذجة Modeling:

تقوم هذه الفنية على نظرية باندورا للتعلّم الاجتماعي، ويؤكد على استخدام النمذجة أو الملاحظة بوصفها خطوة لتعديل السلوك، ولذلك فإنّ الطفل يتعلّم من خلال تقليد نموذج ما؛ سواء كان هذا النموذج المقدّم للطفل من جانب المعالج أو المعلّم أو الوالدين أو الأقران؛ حيث يمثلون وسيلة مهمة لتعليم الطفل (عاشور، ٢٠١٧: ٧٨)، وتولى النظرية السلوكية أهمية كبيرة للتعلّم عن طريق الملاحظة والتقليد، حيث أكدت إمكان الفرد اكتساب كثير من جوانب السلوك المرضى من خلال ملاحظة بعض النماذج والافتداء بها. كما يمكن استخدام النماذج في تحليل وعالج السلوك المرضى، واكتساب جوانب إيجابية معارضة لهذا السلوك.

وهذا ما يؤكده جورج وآخرون (R, George 1988). في أن الأنموذج يقوم أساساً على فكرة تقليد الشخص لسلوك الآخرين وهذه هي النقطة الأساسية في نظرية التعليم الاجتماعي، حيث يتعلّم الشخص من خلال اتصاله وملاحظته للآخرين، كما أشار كلا من كوستلنيك (J.M, kostelnik 1993) وماسون وهارفيل (Masson & Harvill 1994) أن النموذج واحد من أفضل الطرق لتعلّم السلوك المرغوب فيه ويكون عن طريق النمذجة داخل سلوك الجماعة.

- فنّيات الكرسي:

يُعدّ ما يسمّى "الكرسي المساعد واحداً من الفنّيات المختلفة التي تستخدم بواسطة جميع المعالجين، الذين يطبقون فنّيات التمثيل والأداء، وذلك كوسيلة للتهيئة، وبهدف استدعاء واستثارة

إحساس معيّن أو تكوين فكرة معيّنة، أو بهدف توجيه إحساس معيّن نحو فرد ما. وقد تأخذ فنّية الكرسي المساعد أكثر من شكل، وذلك على النحو الآتي:

١ - فنّية الكرسي الخالي:

عندما يكون "الأنا المساعد" غير متاح، أو عندما يكون "العميل" أكثر راحة في غياب "الأنا المساعد" فإنّ كرسيّاً خالياً يكون البديل عنه، وهذا الكرسي الخالي يوضع في المساحة التي سيجري فيها الأداء التمثيلي، وتتمّ دعوة أعضاء الجماعة لتخيّل أنّ شخصاً يجلس عليه. وغياب هذا الشخص، الذي كان من المفروض أن يكون جالساً على الكرسي الخالي، والذي كان بودّ الجمهور أن يقول له شيئاً ما، له مغزى معيّن، وليكن الشخص الذي يتخيّلون جلوسه على الكرسي، وبهذا فإنّ المقصود من استخدام الكرسي الخالي القيام بعملية تهيئة الجماعة، ومن هنا تمنح الجماعة وقتاً محدّداً للتهيئة من خلال تصوّره فكرة معيّنة. ودور "المخرج" أو "موجّه الجلسة" هو أن يشجّعهم على تصوّر الشخص، هذا من ناحية، ومن ناحية ثانية أن يسمح لهم بإعطاء بعض التعليقات على الشخص المتصوّر، ومهمّته. وقد يسألهم في أحيان أخرى هل يجد أيّ واحد منكم أنّ هناك صعوبة في أن يضع شخصاً ما على هذا الكرسي؟ ذلك أنّ هذا التصرّو قد لا يكون سهلاً لأنّ يفعله بعض الأشخاص. وعادة ما يجد "الموجّه" أنّ هناك شخصاً بين أفراد الجماعة لديه القدرة على أن يسقط دوراً ما على الكرسي، فيجعله يتحدّث عن دوره - أي أن يتصرّو هذا المشاهد أنّ هناك بالفعل شخصاً ما يجلس على الكرسي، يتحدّث عن الدور الذي يقوم به، والحقيقة أنّ هذا الشخص يسقط دوره هو على صاحب الكرسي الخالي، ويسند إليه الحديث نيابة عنه.

إنّ فنّية المقعد الخالي يمكن أن تمدّنا بمخرّج أو متنفّس للتعبير عن المشاعر الدافئة والمشاعر الحنونة، وأيضاً يمكن أن يكون بمنزلة شخص يعاني ويحتضن، أو قوّة دافعة، أو بمنزلة أداة انتقاد قاسية، وعندما يُستخدَم هذا التكتيك مع الأطفال، كما فعلت روز ماري لبييت أو عندما يستخدَم مع المرضى الانسحابيين، فإنّ الموجّه يستطيع أن يقف خلف الكرسي ويستجيب لما يوجّه إليه من اتّهامات أو ما يجري معه من حوار ممثلاً في ذلك الشخص الغائب. وممّا تجدر الإشارة إليه أنّ عملية التهيئة هذه قد تستغرق في بعض الأحيان الجلسة بأكملها؛ لأنّ أعضاء الجماعة الآخرين المشتركين في الجلسات يأخذون دورهم في تبادل الحوار مع الكرسي

الخالي، وكثيراً ما يُستخدم الكرسي الخالي أثناء الجلسات العلاجية ذاتها وليس في جلسة التهيئة فقط، وذلك بهدف معاونة العميل على إتمام فكرة أو استكمال شعور معين، وذلك حين يتضح أنه يواجه صعوبة أو إعاقة من جانب التلقائية المضادة التي يظهرها الأنا المساعد أو التي تنشأ عن الاستثارة الداخلية بالإضافة إلى أن الجو الانفعالي للجلسة قد يتأثر بالصورة التي يتم إسقاطها على الشخص المتصور جلوسه على الكرسي؛ لأنّ إضفاء بعض الصفات المضحكة أو المبالغ فيها على شكل بعض الحيوانات أو الآلات أو حتى الأشجار قد يوصل إلى طريق يجعل الجلسة عامرة بالإمتاع والمؤانسة.

٢ - الكرسي العالي:

عند استخدام فنية الكرسي العالي، يوضع هذا الكرسي على مكان مرتفع على خشبة المسرح أو في منطقة الأداء الدرامي النفسي، أو ربّما يستخدم الموجّه كرسيّاً بلا ظهر أو ذراعين ويكون هذا الكرسي في مكان أعلى من جميع الكراسي الموجودة في المكان. في هذه الفنية يطلب الموجّه من العملاء أفراد المجموعة العلاجية أن يصرّحوا بما يودّون قوله للشخص الجالس على هذا الكرسي المرتفع، وفي هذه العادة من شأنه أن يستثير عملية الإسقاط الخاصة بالأشخاص، الذين يمثلون السلطة، أو ربّما المرجع الذي يرجع إليه أفراد الجماعة، ومن ثمّ يكون هذا الكرسي معبراً عن أعضاء الجماعة، فيتوجّهون إليه بأحاديثهم، وجدير بالذكر أنّ فنية الكرسي العالي تستمدّ قيمتها وأهميتها - بصفة خاصة - من صلاحيتها للاستخدام مع المرضى المقيمين داخلياً في المستشفيات، والذين قد يحملون بعض الأحاسيس والمشاعر الغاضبة تجاه الأطباء، الذين يعالجونهم أو تجاه هيئة التمريض (Anderson, 2004: 286).

٣ - الكراسي المتعدّدة:

في فنية الكراسي المتعدّدة توضع عدّة كراس خالية على هيئة دائرة على خشبة المسرح، ويتجمّع للجلوس على هذه الكراسي جميع المرضى في الجماعة العلاجية، والذين يكونون من مواقع جلوسهم تلك قادرين على إسقاط شخصيّة ما على الكراسي، التي يتمّ دعوتهم لطرح

مشكلتها على بساط البحث وأن تجلس لتأخذ مكانها داخل الدائرة، ويوضع أحد هذه الكراسي الخالية في وسط الجماعة، ويقوم كل مريض حين يأتي دوره "بالتوحد" مع الشخص المتصور جلوسه في الكرسي الخالي. ويُعدّ هذا الوضع - أي وجود كرسي خالٍ وحوله كراسٍ، يجلس عليها أعضاء المجموعة العلاجية - هو الأساس في العرض السيكو درامي. وبالتناوب، يتم دعوة مرضى "عملاء" جدد من داخل الجماعة الجالسة على هيئة دائرة، للجلوس على الكرسي واحداً واحداً فيشغل المقعد الخالي، ويطلّ عليه اسم الشخص المتصور جلوسه، فيتفضل بالجلوس على الكرسي أو ربّما يكون تنفيذ فنية الكرسي المتعدّد على نحو آخر، كأن يطلب الموجّه من كلّ عضو من أعضاء الجماعة أن يطلّ اسماً على مظهر من المظاهر، التي تميّز شخصيته، بعد ذلك يطلب منه أن ينتقل الى الكرسي الخالي، ويبين لباقي أعضاء الجماعة كيف يمكن لهذا الجزء من الذات أن يحدث أثراً ملائماً، وبهذه الطريقة، قد يكون في مقدور الآخرين باقي الأعضاء أن يعرفوا من يكون صاحب هذه الشخصية. ولو عُقدت جلسة الكراسي المتعدّدة داخل المستشفى، فإنّ الكرسي الذي يكون مشغولاً بتتابع جلوس المرضى عليه، يمثّل في أغلب الأحيان أدواراً معيّنة، قد يكون دور الأمّ والأب، الأشقاء، وغير هؤلاء من الشخصيات القريبة من المريض، ومما تجدر الإشارة إليه أنّه يمكن ترتيب الكراسي في فنية الكراسي المتعدّدة فيها ترتيباً خاصاً، وهي أن يجلس المرضى مثلاً، وقد أداروا ظهورهم لبعضهم بعضاً، أو أن يجلس ثلاثة مرضى في مواجهة ثلاثة مرضى وهكذا. والخلاصة أنّ دور (المعالج - الموجّه) ينقلب، ويتغيّر بصفة مستمرة في أثناء جلسات السيكو دراما، ووظيفة (المعالج - الموجّه) تتحدّد من خلال ما يطلبه الموقف العلاجي في أيّ وقت يتفق عليه، ويلاحظ أنّ هذا الدور قد يكون سلبياً عدوانياً، مباشراً أو موجّهاً... الخ، وفي بعض المرات قد يصبح هذا (المعالج - الموجّه) أباً متسلّطاً، أو أمّاً قاسية، وليس هناك حدّ معيّن لمدى الأدوار التي قد يطلب منه أن يقوم بها، أو التي تُسند إليه، والقيود الوحيدة المفروضة بالنسبة للأدوار التي قد يطلب منه أن يقوم بها، أو التي تُسند إليه، هي فقط في الأدوار التي تقدّم عن طريق حالات قلقه خاصّة، أو التي تتعلّق بالمتطلّبات العلاجية في الموقف. ويجب على (المعالج - الموجّه) أن يشخّص بصفة دائمة ومستمرة الموقف في داخل المجموعة، ويتضمّن هذا التشخيص الأداء والتجسيد (سليم، ٢٠١٩، ١٧٣)، ومن الضروري والجوهرى بالنسبة لدور (المعالج - الموجّه) أن يفكر والأداء قائم، وأن يلاحظ علامات ودلائل الاتّصال غير اللفظي بالإضافة إلى الاتّصال اللفظي، وذلك في أثناء

تنفيذ وظيفته الأولية والأساسية، وهي توجيه الجلسة بطريقة ما يتحقق من خلالها العلاج النفسي، وذلك يجب أن يتم بالنسبة لجميع الفئات المستخدمة، إن إحداث التغير النفسي والاجتماعي الإيجابي، لا يتم إلا من خلال برامج وفعاليات متعددة تتعلق بالإرشاد والعلاج النفسي؛ لأنه يتطلب المواجهة العلمية لما يتمخض عنه هذا التغير، كما يتطلب استمرار التوافق النفسي معه، والذي بدوره يؤدي إلى خفض مؤشرات المشاعر السلبية التي قد يشعر بها الفرد تجاه المجتمع والآخرين.

ثامناً: المبادئ والمفاهيم التي تقوم عليها السيكودراما:

السيكودراما تقوم على العديد من المبادئ والمفاهيم ولعل أهمها:

١- التلقائية والإبداعية creativity and Spontaneity:

وصف مورينو كلاً من العفوية والإبداع بأنهما عمليتان مرتبطتان ببعضهما البعض، ولكن غير متطابقتين؛ حيث وضّح مورينو العفوية بأنها استجابة جديدة وكافية لموقف سابق أو موقف حالي، واستخدمها كشكل من أشكال الطاقة التي تحت المجموعة على الإبداع، ووضّح أن العفوية لها تأثيرها العكسي للقلق والاكتئاب بحيث كلما تواجد القلق والاكتئاب انخفضت القدرة على التمثيل بعفوية، وبالتالي ينخفض الإبداع والعكس بالعكس.

التلقائية هي حافز للنشاط الإبداعي، إذا تم وضعها على خط تخيلي يمثل سلسلة متصلة، فسيتم وضعها في طرف ووضع القلق في الطرف الآخر من ذلك الخط، وإذا تم تحيل نقطة الارتكاز في منتصف الخط، فسند أنه كلما ارتفع مستوى قلق الشخص انخفضت درجة التلقائية والعكس صحيح، ويجب التمييز بين التلقائية والاندفاعية؛ حيث أن الاندفاع يفتقر إلى أي شكل من أشكال الإبداع ويمكن وصفه مجازاً "بالقفز من المقلاة إلى النار"، وقد يكون لدى الشخص أفكار إبداعية ولكن بدون التلقائية لا يمكن وضعها موضع التنفيذ وتحقيقه (Tauvon ، 2005: 33)؛ حيث أن العفوية، هي موقف العقل تجاه الأشخاص أو الأشياء، والالتزام بالتفكير في الأشياء بطريقة جديدة من خلال تعزيز الاستعداد للانخراط في مختلف الأنشطة البشرية تقريباً. (Blatner,2000:87)

٢- الموقف السيكودرامي Situation dramatic psycho :

تتلاشى فيه حواجز الزمان والمكان، فلا يوجد ماضٍ، ولا يوجد مستقبل في الموقف السيكو درامي، ولا معنى للمسافات الجغرافية، فكلّ ما يحدث يكون في الحاضر، سواء مشكلات الماضي أو مخاوف المستقبل حتّى تكون التلقائية حقيقية ويستطيع الفرد حلّ مشكلته (ورد ذكره في السيد، ٢٠١٠).

٣- التنفيس أو التفريغ الانفعالي Catharsis:

يُعدّ بمنزلة تطهير للشحنات النفسية الانفعالية وخطوة مهمّة في العلاج النفسي، فالتنفيس إجراء ضروري لتخفيف ضغط الكبت حتّى لا يحدث الانفجار وحتّى لا يتصدّع وينهار بناء الشخصية. (زهران، ٢٠٠٥ : ١٩٢).

٤- الاستبصار Insight :

ويقصد به فهم النفس ومعرفة الذات والقدرات والاستعدادات، وفهم الانفعالات ومعرفة دوافع السلوك والعوامل المؤثرة فيه، ويتضمّن الاستبصار تقبّل الذات وفهمها وإعادة تنظيمها، فهم الواقع وتقبّله والتوافق معه، نموّ الإرادة، تحويل الخبرات المؤلمة إلى خبرات معلّمة، تحويل نقاط الضعف والسلبية إلى مصادر قوّة إيجابية (زهران، ١٩٩٧، ١٤٥-١٤٦).

والاستبصار هو الخطوة التي تلي عملية التنفيس الانفعالي؛ حيث أنّه بعد ما يحدث التنفيس تطفو الانفعالات على السطح وتظهر دوافع السلوك، يستطيع الفرد فهمها وفهم نفسه ومعرفة مصادر اضطرابه ومشكلته، ويتعرّف على نواحي قوّته وضعفه، وبهذا يزيد استبصار الفرد بسلوكه المرّضي ويصبح أكثر قدرة على التحكم فيه. (زهران، ٢٠٠٥ : ١٩٤)

٥- التداعي الحر association-Free :

يُسمّى "الترابط الطليق" وهو إطلاق العنان لأفكار الفرد وخواطره واتّجاهاته وصراعاته ورغباته وإحساساته لكي تتداعى وتستترسل حرّة مترابطة تلقائياً دون تخطيط أو اختيار أو قيد أو شرط، بهدف الكشف عن المواد المكبوتة في اللاشعور واستدراجها إلى حيّز الشعور (زهران، ٢٠٠٥ : ١٩١).

- دور السيكو دراما في التخفيف من الشعور ببعض الاضطرابات النفسية (الاغتراب النفسي نموذجاً):

تُعَدُّ تقنيّة السيكو دراما إحدى أهمّ التقنيات الخاصّة بالدّعم النفسي التي تهدف إلى تقديم نوعٍ من العلاج النفسي، والذي يختلف عن أنواع العلاجات النفسيّة الأخرى، فقد أثبتت العديد من الدراسات النفسيّة عبر الزمن (مطر ٢٠٠٢، جمعة ٢٠١٦، Barrett 1986)، نجاح هذا الأسلوب في تحسين صورة الذات وزيادة التوافق الاجتماعيّ وخفض العزلة الاجتماعيّة، وفي تنمية بعض المهارات الاجتماعيّة (التعاون - الاستقلاليّة - الصداقة) أيضاً، وفي خفض حدّة بعض المشكلات السلوكيّة؛ حيث أنّ الشخص الذي يعاني من الاضطراب النفسي يعيش حالة من العزلة الاجتماعيّة؛ الأمر الذي قد يؤدّي بدوره إلى زيادة حدّة الاضطراب النفسي، والسيكو دراما بوصفها علاجاً نفسياً جمعياً تُعَدُّ طريقة فعّالة في التخلّص من العزلة؛ فالتفاعل الحاصل بين الأفراد ضمن الجماعة العلاجيّة وعمليّات التقليد والمحاكاة قادرة على توليد معاني جديدة لديه.

غير أنّ هذا ليس هو التأثير الوحيد، أو الفعاليّة الوحيدة لطريقة السيكو دراما، فالموقف الجمعي نفسه يثير تعبيرات مثل الخوف والكرهية والحبّ والحاجة إلى النقبّل؛ الأمر الذي يساعد الفرد على إخراج ما بداخله سواء باللغة أو بالسلوك أو باللعب الدرامي، وهذا بدوره يساعده على اكتساب طرق ناضجة في التواصل مع الآخرين، كما أنّه يساعده على اكتشاف هويّته وتحقيقها ويمرّ بخبرات اجتماعيّة عديدة كالغيرة والمنافسة، وكلّ ذلك يتحقّق بفضل التفاعلات الحاصلة داخل الجماعة، وهو ما أثبتته دراسة باريت (Barrett 1986) والتي توصّلت إلى تحسين صورة الذات وزيادة التوافق الاجتماعيّ وانخفاض العزلة الاجتماعيّة لدى عيّنة من المراهقين.

كما هدفت دراسة قام بها أمجد عزات جمعة (٢٠١٦) إلى التعرف على فعاليّة برنامج إرشادي قائم على السيكو دراما في التّخفيف من حدّة بعض المشكلات السلوكيّة عند طلّاب المرحلة الإعدادية، على عيّنة قوامها (٢٤ طالباً)، أسفرت نتائج الدّراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين أفراد المجموعتين التجريبيّة والضابطة في حدّة المشكلات السلوكيّة بعد تطبيق البرنامج السيكو درامي لصالح أفراد المجموعة التجريبيّة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين أفراد المجموعة التجريبيّة في حدّة المشكلات السلوكيّة بين التطبيق القبلي والبعدي

لقياس المشكلات السلوكية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية في حدة المشكلات السلوكية بين التطبيق البعدي والتتبعي بعد شهرين لمقياس المشكلات السلوكية؛ وهنا يمكننا القول: إنّ جماعات السيكو دراما تلعب دوراً أساسياً في تخفيف التوترات بين المجموعات والطبقات الاجتماعية المختلفة وفي خفض التعصب الموجود بين الأشخاص تجاه تلك المجموعات أيضاً؛ لأنّ التمثيل وقلب الأدوار يجعلان مضمون السيكو دراما قابلاً لأن يصل إلى الأشخاص الذين يتصرفون باندفاعية ليثبتوا أنّهم أشخاص إيجابيون، كما يمكن أن يصل إلى الأشخاص غير القادرين على التحدث بطلاقة بسبب الكف الاجتماعي أو التجاهل، ومن خلال الاهتمام الكبير الذي تبديه المجموعات في السيكو دراما ومن خلال الأداء التمثيلي الانفعالي والعاطفي والعلاقات الإنسانية داخل الجماعات يمكن للفرد أن يصبح أكثر انفتاحاً وتقبلاً للآخر وللمعايير الاجتماعية السائدة، كما يمكن أن يجد لنفسه معنى وقيمة في الحياة، وهو ما أشارت إليه دراسة عبد الفتاح مطر (٢٠٠٢) حيث أكدت على فاعلية السيكو دراما في تنمية بعض المهارات الاجتماعية (التعاون - الاستقلالية - الصداقة)، وهنا لابدّ من الإشارة إلى أنّ تقنية السيكو دراما العلاجية تُستخدم لتنمية سلوكيات الأفراد الإيجابية لتقبل الذات والآخر، كما أنّها تساهم في زيادة الاستبصار الداخلي للإنسان لذاته وتوصّله لعمق التفكير والتدبّر، وهذا يمكنه من الاستجابة بشكل أكثر توافقاً وتكيفاً.

وفي سياق متّصل يمكن تكوين مجموعات أخرى للسيكو دراما من الشباب الجامعي، الهدف هو أن يعرض هؤلاء الشباب المشكلات النفسية الكبيرة التي قد يمرّون بها (من مثل اليأس، والإحباط، وانعدام الثقة بالنفس، واللامبالاة، والانسحاب من المشاركة في أنشطة المجتمع) التي ظهرت عند الشباب الجامعي بشكل خاص في ظلّ انعدام الفرص أمامهم وصعوبة تأمين مستقبلهم، فالشباب يمتلك سمات عديدة كالرغبة في الاستقلال النفسي، والتحرّر، والجرأة، ومرحلة الشباب هي مرحلة استفسار وتساؤل؛ وهنا يمكن الاستفادة من هذه المجموعات في طرح تلك المشكلات ومناقشتها وتوضيح أسبابها، وغالباً ما يتغلّبون عليها بتمثيل صراعاتهم ومخاوفهم وأيضاً بتمثيل نجاحهم الممكن في المستقبل؛ فالعلاج النفسي في أسلوب السيكو دراما يحدث من خلال السبل والقنوات الفعّالة لتفاعلات الجماعة من أجل تحقيق الفائدة المشتركة لجميع أفرادها؛ حيث يُعطى الشخص فرصة كبيرة لأن يتخلّص من انفعالاته ذات الصبغة الصراعية والتي تعكس صراعات تحدث في شخصيته، وذلك لأنّها توجد في شكل علاقة مباشرة

تتسم بالخصومة مع الشخصيات الأخرى، وهذه الشخصيات الأخرى لا تكون سلبية في مواجهة الاتجاهات والانفعالات العدائية ولكنها تقوم برد فعل تجاه أداء معين بطريقة محددة، ورد الفعل هذا يحتم الكشف عن أبعاد المشكلة التي يعانيها الفرد كلها، ويوجب التعامل مع هذه الأبعاد في حدود بناء الجماعة بأكملها.

لقد تمت تنمية أسلوب السيكودراما كأسلوب علاجي في الجلسات الجماعية ، حيث يتمكن بواسطتها الفرد من تمثيل أحداث حصلت في الماضي أو الحاضر، أو أحداث يتوقع أن تحدث في المستقبل، وذلك لكي يوضح المعاناة التي يشعر بها بشكل أوضح، أو لكي يتم التنفيس انفعالياً عن المشاعر والأحاسيس التي لم يتم بالإفصاح عنها بعد؛ حيث يقوم بواسطتها الأفراد بكتابة حياتهم وما عاشوا به، وخوضها مرة أخرى ليستكشفوا مشاعرهم وتصوراتهم، كما يمثل أسلوب التمثيل النفسي أو السيكودراما تحولاً رئيسياً من معالجة قضايا العضو بشكل فردي إلى المعالجة في سياق جمعي، ومن العلاج الذي يستخدم الاتصال اللفظي إلى الإرشاد من خلال العمل.

فالهدف من التمثيل النفسي هو إعادة عيش الأحداث مرة أخرى، أو تجربتها، وذلك يمنح الفرد فرصة لمعرفة كيفية تأثير الموقف في حياته، ويمنحهم فرصة ثانية للتعامل مع الحدث مرة أخرى من وجهة نظر مختلفة. كما يهدف التمثيل النفسي الانفعالي إلى التعامل مع الحاضر؛ لتعديل الخبرات الانفعالية التي حدثت في الماضي، حيث أن تمثيل المواقف التي حدثت في الماضي على أنها أمور يعيشها الشخص للمرة الثانية، بواسطة أسلوب السيكودراما ستكون نتيجتها هي الاستبصار والتغيير، وهنا يمكن الاستفادة من السيكودراما كأسلوب علاجي في تخليص الفرد من المشاعر السلبية تجاه الآخرين وتجاه المجتمع وأيضاً في تعديل السلوكيات الانسحابية لديه ودمجه بالمجتمع وإعطاء معنى وقيمة لحياته.

وقد أشار جمعة (2005)، إلى أن الدراما تلعب دوراً فاعلاً في تحريك أفكار المتلقي ووجدانه الإنساني وفي توسيع مدركاته العامة والخاصة؛ حيث تبسط المفاهيم، وتشربه القيم والمعلومات في جو من الإيجابية والاستقبال الواعي للأفكار، وبيّنت دراسة زغول (٢٠١٠)، أهمية استخدام الدراما والمسرح في علاج العنف والتمرد لدى الشباب، وبيّنت وذهبت دراسة جاردنر (Gardner,2010)، إلى أن هناك تأثيراً واضحاً للدراما في إكساب القيم الثقافية

للطلاب، وغرس الأنشطة الإبداعية من خلال الدراما لدى الفئة المستهدفة، وتلعب الدراما أهمية كبرى في عملية التعلم والتعليم إذ إنها تعمل على معالجة بعض المشكلات السلوكية عند المشاركين، ومن خلال العمل الجماعي يتعلم الطالب قيماً إيجابية، وتساعد المشاركين على التكيف، والقدرة على اتخاذ القرار، وزيادة ثقة المشاركين بأنفسهم، وتمتعهم بمفهوم ذاتي عالٍ، وتساعد الدراما في بناء شخصية الطالب بصورة طبيعية متوازنة، وتتيح الدراما للطلاب فرصاً لتطوير مهاراته الخاصة من حيث فهم مشاعر الآخرين وأدوارهم وأعمالهم، وتطور الابتكار والقدرة على التخيل، ولعب دور القيادة والانقياد؛ كل ذلك يسهم بشكل كبير في زيادة ارتباط الشباب بمجتمعهم وتوافقهم مع معاييرهم وقيمه والتخلص من مشاعر اللامبالاة والعزوف عن المشاركة بأنشطة المجتمع.

إنّ تواجد الفرد ضمن الجماعة في جلسات السيكودراما وعرضه لمشكلاته في سياق التفاعل الاجتماعي الحاصل قد يساعده بشكل كبير على التخلص من المشاعر السلبية ومن العدائية الكامنة في شخصيته، كما أنّه من الممكن أن تتمي لديه العديد من السمات الإيجابية كالتعاون والتسامح والاحترام للآخر وتقبله؛ الأمر الذي يساهم بشكل كبير في إيجاد دافعية لدى الفرد للاندماج بالمجتمع واحترام معاييرهم وتقاليده، كما أنّه يسهم بشكل كبير في حل مشكلات الفرد ذات الطبيعة الاجتماعية والناجمة عن عدم تقبل الفرد لمجتمعه وعن انخفاض شعوره بالمسؤولية تجاهه.

بمعنى آخر يمكننا القول: إنّ طريقة السيكودراما أو المسرح النفسي العلاجي من أهمّ التقنيات في مجال تنشيط الأفراد ذهنياً ووجدانياً وحركياً وصهرهم داخل الجماعة، كما تُعدّ من أهمّ الوسائل العلاجية لإدماج الأفراد المنطوين على أنفسهم أو المنكمشين داخل جماعات تمثيلية لتحريرهم من العقد المترسبة في لاشعورهم وتطهيرهم نفسانياً عن طريق التنفيس والتعويض والتسامي والتداعي الارتجالي، وإخراجهم من العزلة والوحدة والاعتزاب إلى عالم مجتمعي واسع يعتمد على المشاركة والتعاون والأخوة والانسجام، فالسيكودراما طريقة مسرحية يعتمد فيها الفرد على القيام بمجموعة من الأدوار المسرحية التي يبرز فيها طاقاته ومواهبه ويعبر عن مكبواته وطاقاته الدفينة قصد الانتقال من مرحلة الانكماش إلى المرحلة النفسية السوية والتوازن النفسي

الاجتماعي من أجل بناء ذاته وأسرته ومجتمعه بطريقة إيجابية قائمة على العطاء والعمل والإنتاجية والمردودية.

وعليه، فعن طريق السيكو دراما نساعد المتعلّم على الظهور والتفتح والنمو النفسي ليكون قادراً على التعلّم وتقبّل المعارف وتلقّيها بشكل علمي سليم واكتساب قيم جديدة، حيث نخرجه من الانكماش والضيق والاستلاب، ونحرّره من الاغتراب لننقله إلى عالم قوامه الحرية والمساواة الاجتماعية؛ حيث يتحقّق فيه تكافؤ الفرص والعيش الكريم.

لذلك ستحاول الباحثة من خلال دراستها ومن خلال استخدام فنّيات السيكو دراما اختبار مدى قدرة هذه الطريقة على خفض بعض مشاعر الاغتراب النفسي الذي يعاني منه أفراد الدراسة.

الفصل الثالث (منهج الدراسة وإجراءاتها)

أولاً - منهج الدراسة.

ثانياً - مجتمع الدراسة وعينتها.

ثالثاً - الأدوات المستخدمة في الدراسة.

رابعاً - إجراءات تطبيق الدراسة.

خامساً - الأساليب الإحصائية المستخدمة

أولاً: منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في هذا البحث المنهج شبه التجريبي؛ حيث يصعب ضبط المتغيرات الخارجية والاختيار العشوائي في العلوم الإنسانية والتربوية (النوح، ٢٠٠٤، ١٦٤)، وتمّ تعريض المجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار القبلي، كما تمّ إخضاع المجموعة التجريبية للتجربة (المتغير المستقل)، بينما تم حجب التجربة عن المجموعة الضابطة، ثمّ تعرّضت المجموعتان لعدد من الاختبارات بهدف التعرف على فعالية البرنامج (كمتغير مستقل) في التخفيف من الاغتراب النفسي (كمتغير تابع)، وبعد نهاية البرنامج تمّ تطبيق القياس البعدي لمعرفة الأثر الذي أحدثه البرنامج (المتغير المستقل).

ثانياً - مجتمع الدراسة وعيّنتها:

حدّدت الباحثة مجتمع البحث بجميع طلاب قسم معلّم الصف في كلية التربية في جامعة البعث في العام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢ وبلغ عددهم (١٥٠٠) طالباً وطالبة وتم اختيار السنة الرابعة البالغ عددها (٥٦٠) لسحب العينة العشوائية وذلك لعدة مبررات منها:

- عند عودة الباحثة للدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة الحالية الاغتراب النفسي ونسبة انتشارها بين طلبة الجامعة، والتي تناولت متغير السنة الدراسية كانت النسبة الأعلى لدى السنوات الأخيرة والمستوى التعليمي الأعلى كدراسة (الاهوني ١٩٨٨) ودراسة (نعيسة، ٢٠١٢) ودراسة (علي، ٢٠١٢) ودراسة (علي، ٢٠٠٧)
- وبالإضافة إلى أن طلاب السنة الأخيرة (معلم الصف) على أبواب التخرج وستتطلق إلى العمل في الميدان التربوي فمن الضروري الاهتمام بإعدادهم النفسي والاجتماعي متماشياً ومكماً مع اعدادهم الأكاديمي.
- والعينة هنا أكثر نضجاً وتعاوناً والتزاماً مع الباحثة من خلال احتكاكها وتواصلها معهم.

فقامت الباحثة باختيار أفراد العينة على ثلاث مراحل، في المرحلة الاولى تمّ الاختيار بطريقة العينة العشوائية لاختيار الأفراد الذين سيتمّ تطبيق مقياس الاغتراب النفسي عليهم، وبلغ عددهم (٢٠٠) طالب ، وبعد تطبيق المقياس تمّ اختيار الأفراد اللذين حصلوا على درجة

متوسطة على مقياس الاغتراب وبلغ عددهم (٧٣) طالباً وطالبة، ثم تم سحب عينة عشوائية وبلغ عددها (٢٨) طالباً وطالبة، حيث بلغت نسبة العينة بالنسبة لعينة الدرجة المتوسطة ٣٨,٣٥ % وتم تعيين المجموعتين بطريقة التعيين العشوائي.

جدول رقم (١) توزيع طلاب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.

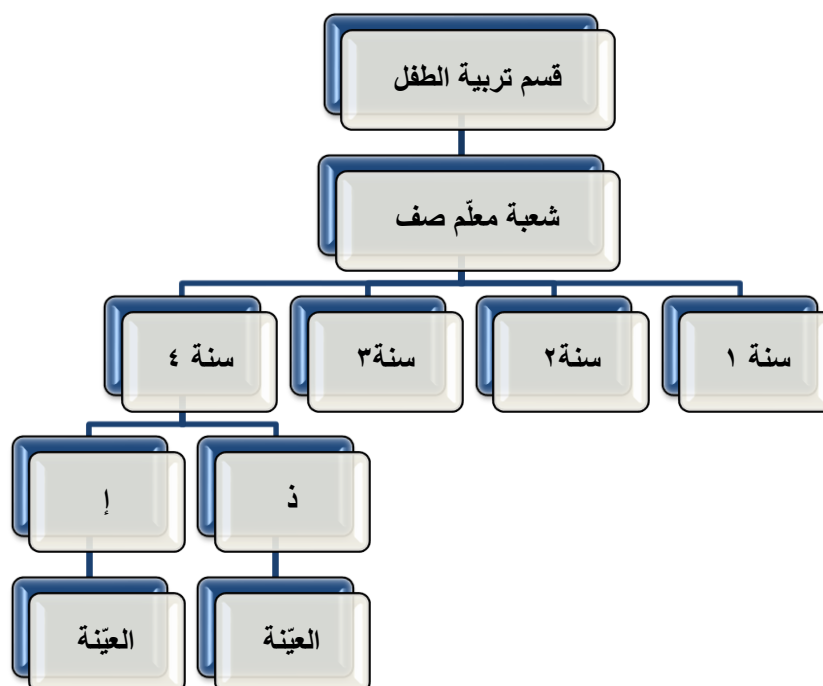
المجموعة	الذكور	الإناث	المجموع
الضابطة	٧	٧	١٤
التجريبية	٧	٧	١٤
المجموع	١٤	١٤	٢٨

العينة متجانسة من حيث:

- الجنس: فكل مجموعة تتضمن ٧ طلاب ذكور و ٧ طالبات إناث.
- المستوى الدراسي: تم اختيار طلاب السنة الرابعة معلّم صف.
- العمر: تم اختيار العينة من العمر ٢٢ إلى ٢٤ سنة
- وكذلك تم مجانسة طلاب المجموعتين من حيث الدرجة المتوسطة على مقياس الاغتراب النفسي.

مخطط رقم (١)

يبين المجتمع الأصلي وتوزيع العينة وفق الطريقة العشوائية



ثالثاً - الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١- مقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة (إعداد الباحثة)

٢- برنامج قائم على السيكو دراما (إعداد الباحثة)

١- مقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة:

قامت الباحثة بإعداد مقياس الاغتراب النفسي لقياس درجة الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة، وذلك بعد الرجوع للأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بالموضوع، وقد تمت الاستفادة في تصميم الأداة وتحديد أبعادها الفرعية من الدراسات العربية والأجنبية الآتية:

دراسة جلياند (١٩٩٧) ودراسة ماهوني وكويك (٢٠٠١)، ودراسة لايين دورتي (١٩٩٩)، ودراسة موسى (٢٠٠٢) ودراسة العقيلي (٢٠٠٤)، ودراسة الفارس (٢٠٠٤)، ودراسة علي (٢٠٠٦)، ودراسة نعيصة (٢٠١٢)، وغيرها من الدراسات.

وقد تضمّن المقياس بصورته الأولى (٧٢) بنداً، والملحق رقم (١) يبيّن الصورة الأولى للمقياس، وبعد التأكد من صدق المقياس وثباته تمّ استبعاد ٦ بنود، فأصبح المقياس بصورته النهائية يتضمّن (٦٦) بنداً، والملحق رقم (٤) يبيّن الصورة النهائية للمقياس، وهذه البنود موزعة على الأبعاد الآتية: العزلة الاجتماعية، العجز، اللامعيارية، التمرد، اللامعنى وبعض البنود إيجابي وبعضها الآخر سلبي، والجدول (٢) يوضّح توزيع أرقام بنود المقياس الإيجابية والسلبية على أبعاد المقياس:

جدول (٢) توزيع البنود حسب كل بُعد وضعت لقياسه

الأبعاد	العبارات الإيجابية	العبارات السلبية
العزلة الاجتماعية	١-٥-٦-٧-٨-٩-١٠-١١	٢-٣-٤
العجز	١٢-١٣-١٥-١٦-١٨-١٩-٢٢-٢٣	١٤-١٧-٢٠-٢١-٢٤-٢٥
اللامعيارية	٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣١-٣٢-٣٣-٣٤ ٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩-٤٠-٤٢	٣٠-٤١
التمرد	٤٣-٤٤-٤٥-٤٦-٤٧-٤٨-٤٩-٥٠ ٥١-٥٣-٥٤-٥٥	٥٢

ب- طريقة الإجابة على المقياس وتصحيحه:

تتمّ الإجابة على المقياس وفق مقياس ليكرت، حيث يتضمّن خمسة خيارات وهي: (موافق بشدّة) و(موافق) و(حيادي) و(غير موافق) و(غير موافق بشدّة).

ويتمّ تصحيح المقياس من خلال إعطاء الطالب (٥ درجات) في حال كانت إجابته (موافق بشدّة)، و(٤ درجات) في حال كانت إجابته (موافق)، و(٣ درجات) في حال كانت إجابته (حيادي) و(درجتين) في حال كانت إجابته (غير موافق)، و(درجة واحدة) في حال كانت إجابته (غير موافق بشدّة)، وذلك للبنود الإيجابية، أمّا البنود السلبية فيتمّ تصحيحها بشكل معاكس.

ويتمّ حساب الدرجة الكلية للمقياس من خلال جمع درجات بنود المقياس، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٦٦ - ٣٣٠)، وتمّ تحديد ثلاث مستويات وذلك وفق قانون طول الفئة (طول الفئة = المدى \ عدد الفئات) والمدى هنا ٦٦ - ٣٣٠ = ٢٦٤ \ ٣ = ٨٨ .

مستويات مقياس الاغتراب النفسي

المستوى	طول الفئة \ المستوى
المنخفض	من ٦٦ إلى ١٥٤
المتوسط	من ١٥٥ إلى ٢٤٢
المرتفع	من ٢٤٣ إلى ٣٣٠

ج- الخصائص السيكمترية للمقياس:

للكشف عن الخصائص السيكمترية للمقياس تمّ تطبيقه على عيّنة سيكمترية مكوّنة من (٥٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية في جامعة البعث، وقد تمّ التأكد من صدق المقياس وثباته للتأكد من صلاحيته للتطبيق.

١. صدق المقياس:

تمّ التأكد من صدق المقياس الاغتراب النفسي لدى طلال الجامعة باستخدام الطرق الآتية: صدق المحكّمين - طريقة الاتّساق الداخلي.

أ. صدق المحكّمين:

تمّ عرض المقياس في صورته الأولىّة والتي تضمّنت (٧٢) بنداً على عدد من المحكّمين المختصّين في مجال علم النفس، والإرشاد النفسي، وتربية الطفل، والمقياس النفسي في كليّة التربية في جامعة البعث، وقد بلغ عددهم (١٠) محكّمين، والملحق رقم (٢) يبيّن أسماء المحكّمين واختصاصاتهم، حيث قاموا بإبداء الرأي حول مدى مناسبة بنود المقياس للمجال المراد قياسه، وتمّ الإبقاء على البنود التي حصلت على نسبة موافقة ٨٠ % فما فوق، وبالتالي تمّ حذف (٦) بنود ليصبح عدد البنود المقياس (٦٦) بنداً.

أمّا البنود التي تمّ حذفها من قبل المحكّمين لعدم حصولها على نسبة ٨٠% فهي:

- يمكن أن أخالف المعايير الاجتماعية إذا كان ذلك يحقّق لي الفائدة.
- يصعب عليّ المشاركة في اتّخاذ القرار حتّى ولو كان خاصّاً بحياتي.
- فقدت الكثير من الفرص لأنني لم أستطع أن أثبتّ فيها بصورة نهائية.
- لديّ شخص أحبّه وأنا على استعداد للتضحية من أجله.
- خبراتي بالحياة كانت مليئة بالإيجابية.
- أحبّ أن أشارك الآخرين في الخير الذي أحصل عليه.

والبنود التي تمّ التعديل على صياغتها :

قبل التعديل	بعد التعديل
يجب على الفرد أن يستغل الآخرين كي يكون ناجحاً	يؤدي استغلال الآخرين إلى النجاح.
أستطيع انجاز ما يجب علي انجازه	أقوم بواجباتي على أكمل وجه
أعتقد إنني أملك فلسفة واضحة في الحياة	أهدافي واضحة ومحددة

ب. طريقة الاتّساق الداخلي:

للتأكد من صدق الأداة بهذه الطريقة تمّ حساب معاملات ارتباط الدرجات الكلية لأبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات ارتباط درجات بنود أبعاد المقياس مع الدرجات الكلية للأبعاد الموافقة وفق الجدولين الآتيين:

الجدول (٣) معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية لمقياس الاغتراب النفسي مع الدرجة الكلية للمقياس

البُعد	معامل ارتباط بيرسون	قيمة الدالة الاحتمالية	الدالة
العزلة الاجتماعية	.955**	0.000	دال عند 0.01
العجز	.969**	0.000	دال عند 0.01
اللامعيارية	.973**	0.000	دال عند 0.01
التمرد	.976**	0.000	دال عند 0.01
اللامعنى	.943**	0.000	دال عند 0.01

** الارتباط دالّ عند مستوى دلالة 0.01

من الجدول (٣) نلاحظ أنّ قيم معاملات ارتباط الدرجة الكلية لكلّ بعد من أبعاد مقياس الاغتراب النفسي مع الدرجة الكلية للمقياس الكلّي تراوح بين 0.943 و 0.976 وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 . والجدول الآتي يبيّن معاملات ارتباط درجة كلّ بند من بنود المقياس مع درجة البعد الذي ينتمي إليه كلّ بند.

الجدول (٤) ارتباط درجة بنود كلّ بعد من أبعاد مقياس الاغتراب النفسي مع درجة البعد الذي ينتمي إليه كلّ بند

العزلة الاجتماعية		العجز		اللامعيارية		التمرد		اللامعنى	
رقم	معامل	رقم	معامل	رقم	معامل	رقم	معامل	رقم	معامل
البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط
1	.853**	12	.737**	26	.711**	43	.798**	56	.801**
2	.760**	13	.812**	27	.776**	44	.797**	57	.826**
3	.666**	14	.766**	28	.951**	45	.628**	58	.871**
4	.841**	15	.557**	29	.458**	46	.887**	59	.443**
5	.689**	16	.645**	30	.750**	47	.652**	60	.781**
6	.739**	17	.760**	31	.720**	48	.672**	61	.762**
7	.689**	18	.879**	32	.679**	49	.491**	62	.813**
8	.664**	19	.781**	33	.763**	50	.870**	63	.512**
9	.829**	20	.723**	34	.549**	51	.675**	64	.521**

.871**	65	.743**	52	.824**	35	.444**	21	.722**	10
.745**	66	.858**	53	.708**	36	.820**	22	.681**	11
-	-	.699**	54	.588**	37	.727**	23	-	-
-	-	.623**	55	.875**	38	.860**	24	-	-
-	-	-	-	.759**	39	.758**	25	-	-
-	-	-	-	.701**	40	-	-	-	-
-	-	-	-	.842**	41	-	-	-	-
-	-	-	-	.751**	42	-	-	-	-

يُتضح من الجدول (٤) أنّ قيم معاملات ارتباط درجات بنود بعد العزلة الاجتماعية مع الدرجة الكلية لهذا البعد تتراوح بين 0.574 و 0.860، ومعاملات ارتباط درجات بنود بعد العجز مع الدرجة الكلية لهذا البعد تتراوح بين 0.454 و 0.87، ومعاملات ارتباط درجات بنود بعد اللامعيارية مع الدرجة الكلية لهذا البعد تتراوح بين 0.448 و 0.875، بينما معاملات ارتباط درجات بنود بعد التمرد مع الدرجة الكلية لهذا البعد تتراوح بين 0.484 و 0.897، ومعاملات ارتباط درجات بنود بعد اللامعنى مع الدرجة الكلية لهذا البعد تتراوح بين 0.443 و 0.87، وكما يتضح من الجدول السابق جميعها دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01. وبالتالي يتضح من الجدولين (٣) و (٤) أنّ مقياس الاغتراب النفسي يتصف بالاتساق الداخلي.

٢. ثبات المقياس:

تمّ التأكد من ثبات المقياس الاغتراب النفسي باستخدام الطرق الآتية: طريقة إعادة التطبيق المقياس، طريقة التجزئة النصفية، طريقة وطريقة ألفا كرونباخ.

أ. طريقة إعادة الإجراء:

في سبيل التأكد من ثبات المقياس تمّ تطبيق المقياس مرتين على عينة مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة من جامعة البعث بفاصل زمني مقدراه أسبوعان، والجدول رقم (٥) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين درجات المفحوصين في التطبيقين.

الجدول (٥) معاملات ارتباط بيرسون في مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده الفرعية بطريقة إعادة التطبيق

البعد	معامل ارتباط بيرسون	قيمة الدالة الاحتمالية	الدالة
-------	---------------------	------------------------	--------

العزلة الاجتماعية	.924**	0.000	دال عند 0.01
العجز	.889**	0.000	دال عند 0.01
اللامعيارية	.901**	0.000	دال عند 0.01
التمرد	.874**	0.000	دال عند 0.01
اللامعنى	.826**	0.000	دال عند 0.01
المقياس ككل	.898**	0.000	دال عند 0.01

يتبين من الجدول (٥) أنّ قيم معاملات الارتباط بين درجات مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده الفرعية في التطبيقين تتراوح بين 0.826 و 0.924 وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 وبالتالي فالأداة ثابتة بطريقة إعادة التطبيق.

ب. طريقة التجزئة النصفية:

وفيها تمّ تقسيم بنود المقياس ككلّ، وكلّ بُعد من أبعاده الفرعية إلى جزأين: الجزء الأوّل يتضمّن البنود الفردية، والجزء الثاني يتضمّن البنود الزوجية، ثمّ تمّ حساب معاملات الارتباط بين الدرجات في الجزأين. الجدول رقم (٦) يبيّن نتائج حساب معاملات الارتباط بين الدرجات في الجزأين.

الجدول (٦) معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس الاغتراب النفسي وأبعاده الفرعية

البعد	معامل التجزئة النصفية
العزلة الاجتماعية	0.954
العجز	0.95
اللامعيارية	0.928
التمرد	0.966
اللامعنى	0.947
المقياس ككل	0.97

يتبين من الجدول (٦) أنّ قيم معاملات الارتباط بطريقة التجزئة النصفية للمقياس ككلّ وأبعاده الفرعية تتراوح بين 0.928 و 0.97 وهي قيم مرتفعة ودالة إحصائياً، ممّا يدلّ على ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية.

ت. معادلة ألفا كرونباخ:

الجدول (٧) معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي وأبعاده الفرعية

البعد	معامل ارتباط ألفا كرونباخ
العزلة الاجتماعية	.934
العجز	.954
اللامعيارية	.96
التمرد	.939
اللامعنى	.92
المقياس ككل	.979

يتبين من الجدول (٧) أنّ قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الاغتراب النفسي وللمقياس ككلّ تتراوح بين 0.92 و 0.979 وهي قيم مرتفعة ممّا يدلّ على ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ.

وبالتالي بناءً على التأكد من صدق مقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة وثباته يمكن القول: إنّه أصبح صالحاً للاستخدام والتطبيق.

برنامج قائم على السيكو دراما:

قامت الباحثة بإعداد برنامج قائم على السيكو دراما لتخفيف الاغتراب النفسي، وذلك استناداً إلى الأسس والنظريات التي تقوم عليها البرامج وذلك وفق الترتيب الآتي:

- الاطلاع على الدراسات المتعلقة بالبرامج بشكل عامّ والقائمة على السيكو دراما بشكل خاصّ كدراسة (HeeKim,2002)، ودراسة الكردي (٢٠٠٣)، ودراسة روال (Rawal,٢٠٠٦)، ودراسة محفوظ (٢٠١١)، ودراسة عبد الحميد (٢٠١٢)، ودراسة بيومي ويوسف (٢٠١٣) ودراسة يعقوب وعلاونة (٢٠١٦)، بعد ذلك تمّ عرض

البرنامج على عدد من المحكّمين المتخصّصين بالإرشاد النفسي وعلم النفس والأخذ بتوصياتهم ومقترحاتهم من أجل الخروج بالبرنامج بصورته النهائية ملحق رقم (٥).

رابعاً- إجراءات تطبيق الدراسة:

١- تمّ الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة الحاليّة ومتغيّراتها المدروسة.

٢- تحديد معالم العيّنة المستهدفة واختيارها من طلبة قسم معلّم الصفّ في كليّة التربية بجامعة البعث.

٣- اختيار عيّنة لاستخراج الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة للتأكّد من صدقها وثباتها.

٤- تمّ التأكّد من صدق وثبات أدوات الدراسة وصلاحيّتها للتطبيق في البيئة السوريّة.

٥- اختيار العيّنة التي سيتمّ تطبيق المقياس عليها واختيار العيّنة التي حصلت على الدرجة المتوسطة من الاغتراب النفسي.

٦- اعداد البرنامج القائم على السيكو دراما للتخفيف من الاغتراب النفسي.

٧- تطبيق استطلاعي للبرنامج قامت به الباحثة (ثلاث جلسات خلال أسبوع).

٨- توزيع أفراد العيّنة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة.

٩- تمّ تطبيق البرنامج القائم على السيكو دراما على العيّنة التجريبية فقط وذلك بهدف التخفيف من الاغتراب النفسي لديهم وفق المراحل الآتية:

- **مرحلة البدء:** تمّ فيها التعارف وكسر الجليد وبناء الألفة، والتعريف بالبرنامج وأهدافه.

- **مرحلة الانتقال:** تمّ فيها إلقاء الضوء على المشكلة الرئيسية وهي الاغتراب النفسي وأبعاده.

- **مرحلة العمل والبناء:** وهي المرحلة التي سيتمّ فيها التخفيف من الاغتراب النفسي باستخدام فنّيات السيكو دراما حيث تمّ تخصيص جلسيتين من جلسات البرنامج لكلّ بعد من أبعاد الاغتراب.

- **مرحلة الإنهاء:** وهي المرحلة التي تمّ فيها الوقوف على مدى تحقيق البرنامج لأهدافه.

١٠- إجراء قياس بعدي للمجموعتين وذلك بهدف قياس مدى فعالية البرنامج في التخفيف من الاغتراب النفسي.

١١- تمّ استخراج النتائج بعد إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة للبيانات التي تمّ الحصول عليها من الطلبة.

١٢- تفسير النتائج التي خلصت إليها الدراسة.

١٣- بناءً على نتائج الدراسة تمّ وضع مجموعة من المقترحات.

محاور البرنامج القائم على السيكو دراما:

١- محتوى البرنامج:

يُعَدّ البرنامج لتخفيف الاغتراب النفسي لطلاب الجامعة قسم معلّم صفّ الجانب التطبيقي في هذه الدراسة.

وقد تمّ إعداد برنامج قائم على السيكو دراما بالاستناد إلى الأدب في مجال السيكو دراما، كدراسة الكردي (٢٠٠٣)، ودراسة روال (Rawal, ٢٠٠٦)، ودراسة محفوظ (٢٠١١)، ودراسة عبد الحميد (٢٠١٢)، ودراسة بيومي ويوسف (٢٠١٣)، إذ بني البرنامج على الشكل الآتي:

- جلسة تمهيدية و(١٤) جلسة إرشادية وجلسة إغلاق.
- مدّة الجلسة الواحدة (٦٠) دقيقة.
- يفتتح البرنامج بالجلسة التمهيدية، وبمعدّل جلستين أسبوعياً.
- يهدف البرنامج إلى التخفيف من الاغتراب النفسي لدى طلاب معلّم الصف؛ حيث تتضمن كلّ جلسة مجموعة من الأهداف ونشاطات الإحماء والقصص ولعب الأدوار من خلال مسرح السيكو دراما والواجبات المنزلية.

وقد عرض البرنامج على (١٠) محكّمين من ذوي الاختصاص في الإرشاد النفسي والتربوي، والتربية الخاصة، والدراما والتمثيل، وأخذت ملاحظاتهم بالحسبان (راجع الملحق رقم (٣)).

- التطبيق الاستطلاعي للبرنامج:

قامت الباحثة بإجراء ثلاث جلسات خلال أسبوع تتضمن جلسة تمهيدية لكسر الجليد والتعارف وجلستين تم تطبيق فيهما بعض فنيات السيكو دراما وذلك بهدف التأكد من مناسبة البرنامج من حيث الوقت والأنشطة ومدى قدرة الطلاب على التفاعل مع البرنامج حيث تم تطبيق فنية الكرسي الخالي وفنية القصة

ومن الصعوبات التي واجهت الباحثة :

- عدم التزام الطلاب بالقواعد السلوكية المتفق عليها مع الباحثة داخل الجلسة (الهاتف الجوال صامت ..)

- وعدم كفاية (٥٤د) للجلسة الواحدة لذلك تم تعديل وقت كل جلسة إلى (٦٠ د) .

عدم مناسبة فنية القصة مع الفئة العمرية.

٢- مفهوم البرنامج:

يعرف "زهران" (١٩٨٨) البرنامج بأنه "تصميم مخطط ومنظم على أسس علمية، ويحتوي على مجموعة من الخدمات تساعد على حلّ المشكلات التي تواجه الأفراد في مجالات التوافق والتكيف والانسجام والتغلب على الاضطرابات النفسية والاجتماعية وفق أهداف الإرشاد والتوجيه، الأمر الذي يؤدي إلى توافق الفرد والتحصين ضدّ المشكلات والتغلب عليها مستقبلاً، فالبرنامج الإرشادي، يعتمد بالدرجة الأولى على الجانب الوقائي، أي وقاية الأفراد من الوقوع في بعض المشكلات الاجتماعية وتخفيف نسبة تأثيرها إلى أكبر حدّ ممكن"

فالبرنامج القائم على السيكو دراما مجموعة من الجلسات المخططة والمنظمة في ضوء الأسس الإرشادية والتربوية والعلمية بحيث يقدم خدمات إرشادية مباشرة وغير مباشرة. (الخطيب، ٢٠١٣، ١٠).

وتعرفه الباحثة إجرائياً في هذا البحث بأنه مجموعة من الجلسات العلاجية والمنظمة والمجدولة بـ(١٦) جلسة، مدة كلّ جلسة (٦٠ د)، والمستندة إلى بعض أساليب السيكو دراما التي تهدف إلى تخفيف الاغتراب النفسي لدى عيّنة من طلاب معلّم الصفّ في جامعة البعث.

٣- الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج إلى معرفة مدى فاعلية برنامج قائم على السيكو دراما في التخفيف من الاغتراب النفسي لدى عينة من طلبة معلّم الصفّ في كليّة التربية بجامعة البعث.

الأهداف الفرعية:

- ١- التخفيف من اللا معيارية لدى عينة من طلاب معلّم الصف.
- ٢- التخفيف من الشعور بالعجز لدى عينة من طلاب معلّم الصف.
- ٣- التخفيف من اللا معنى لدى عينة من طلاب معلّم الصف.
- ٤- التخفيف من العزلة الاجتماعية لدى عينة من طلاب معلّم الصف.
- ٥- التخفيف من التمرد لدى عينة من طلاب معلّم الصف..

٤- فلسفة البرنامج:

تستند الفلسفة التي يقوم عليها البرنامج على العديد من النظريات والتي أهمّها نظرية التحليل النفسي والنظرية السلوكية ونظرية الجشطالت.

إنّ مهمّة المعالج النفسي هي استكشاف الموضوعات الكامنة لدى أفراد المجموعة ومناقشتها بهدف استيضاح ردود أفعالهم تجاه الموضوع المكتشف، ومن ثمّ يخطّط جيّداً لنوع التدخل الذي سيقوم به، ومن الواضح أنّ تطبيق وفهم تلك الأساليب أمر صعب، وعلى من يتولّى العلاج الجمعي بهذه الطريقة أن يرجع إلى نظرية التحليل النفسي في العلاج؛ حيث يستفيد البرنامج السيكو درامي من المفاهيم الآتية:

- الاستبصار الذاتي؛ حيث يتمّ إحداث تغيير في بنية الأنا عن طريق الاستبصار الذاتي للمواقف الانفعالية التي كانت مكبوتة، وسببت الألم والمعاناة وولدت الصراع، وذلك بتوعية المشاركين على مواجهة الصراعات ومقاومتها لكي يستعيد توازنه وقوّته من جديد، ويشعر باستقلاله، وبالتالي يتمكّن من أن يقوم بالتوفيق بين القوى التي يعتمد عليها وهي الهو والأنا والأنا الأعلى، ويتعلّم تدريجياً كيفية مواجهة مطالبه أو نزواته التي يكون مصدرها الهو؛ حيث يقوم المسترشد أثناء التجسيد التمثيلي بالتعبير عن كلّ ما

يجول بخاطره من مشكلات ومخاوف وأحلام مزعجة في أجواء نفسية دافئة يسودها الأمن والطمأنينة.

- التنفيس الانفعالي؛ حيث يقوم المشارك أثناء اللعب التمثيلي بالتنفيس عن كل ما يجول في خاطره من صراعات ومشكلات وتوترات ومخاوف وأحلام مزعجة في أجواء نفسية دافئة يسودها الأمن والطمأنينة.

- الإسقاط؛ حيث يقوم المشارك بإسقاط مشاعره المختلفة: الحب، الكراهية، الغضب، العدوان على الموقف التمثيلي، والتي يمكن أن تكون لها دلالة متعلقة بظروف معينة يمكن اعتبارها سبباً في مشكلاته.

وكما أشرنا سابقاً استفاد برنامج السيكو دراما من نظرية الجشطالت في مفهوم الاستبصار الذاتي؛ حيث يستبصر المشارك بمشكلاته والأشياء المؤدية لها أثناء لعبه التمثيلي، كما يتعرف على قدراته وإمكاناته التي يتمتع بها.

٥- مصادر البرنامج:

تم إعداد هذا البرنامج من خلال الاستعانة بالأطر المتمثلة في النظريات والدراسات النفسية الخاصة بالجانب الإرشادي النفسي، ومن خلال الاطلاع على فتيات السيكو دراما وأساليب تنفيذها.

٦- الفئة المستهدفة من البرنامج:

حددت الباحثة الفئة المستهدفة من البرنامج بطلاب معلم الصف في قسم تربية الطفل في كلية التربية بجامعة البعث، وذلك لأهمية هذه الشريحة في المجتمع وتأثيرها المهم على الأجيال القادمة، سواء في إعدادهم العلمي أم بالنمو النفسي والاجتماعي لهم، وكذلك تم اختيار السنة الرابعة معلم الصف، بناءً على العديد من الدراسات التي تناولت ظاهرة الاغتراب النفسي، والتي أكدت أن السنوات المتقدمة من التخصص الجامعي أكثر اغتراباً من السنوات الأولى، وكذلك للتعاون وروح المبادرة الذي بدر من هذه العينة، بالإضافة إلى الدراسة التي قامت بها الباحثة في مرحلة الماجستير؛ حيث تبين أن طلاب السنة الرابعة أكثر اغتراباً من السنة الأولى في قسم تربية الطفل بشعبتيه (رياض الأطفال - ومعلم الصف).

٧- آلية تنفيذ البرنامج:

يتكوّن البرنامج من جلسة تمهيدية و(١٤) جلسة وجلسة إنهاء - مدّة الجلسة ٦٠ دقيقة -
مدّة البرنامج (٦٠) يوماً، ومكان تنفيذ الجلسات في قاعة تدريسية في مبنى كلية التربية في
جامعة البعث.

حيث تمّ تحديد إجراءات كلّ جلسة بـ:

- عنوان الجلسة.
- تحديد الأهداف.
- تحديد الوقت اللازم لتنفيذ الجلسة.
- تحديد الأدوات المستخدمة في الجلسة.
- تحديد الفنيات الإرشادية المناسبة لكلّ جلسة بشكل يحقق الأهداف.

٨- الفنيات والأنشطة والأدوات المستخدمة في البرنامج:

من الفنيات التي استخدمت في البرنامج: لعب الأدوار - عكس الأدوار - القصّة - الدكان
السحري- الحوار والمناقشة - العصف الذهني - المرأة - تقديم الذات - مناجاة النفس - وتمّ
تطبيق البرنامج بعد عرضه على السادة المشرفين والمحكمين والموافقة عليه وتقييم كلّ جلسة من
جلسات البرنامج ، والتقييم الشامل للبرنامج في الجلسة النهائية البرنامج.

- **الأنشطة:** أنشطة كسر الجليد - أنشطة ترفيهية هادفة- النصوص التي ستستخدم
بالسيكودراما.

- **الأدوات:** الفيديو - أقلام - معرّزات - حبل - كرة - ورق - كرتون - ورق ملوّن - لاصق
- مجلات وصور فنية.

٩- مراحل البرنامج: يمرّ البرنامج بخمس مراحل وهي:

أ- **مرحلة البدء مرحلة كسر الجليد وبناء المجموعة:** هي المرحلة التي تتم من خلالها التعارف والتمهيد بين الباحثة والمسترشدين وشرح أهداف البرنامج وشكل العلاقة الإرشادية، وتم ذلك من خلال الجلسة التمهيدية.

ب- **مرحلة التثقيف:** تهدف هذه المرحلة إلى إلقاء الضوء على المشكلة الرئيسة وهي الاغتراب النفسي، وتوضيح أسبابه وآثاره السلبيّة وأبعاده وسيكون هذا في الجلستين الأولى والثانية.

ت- **مرحلة العمل والبناء:** تتم في الجلستين الثالثة والرابعة التدريب على مهارات الخيال والتنفيس الانفعالي من خلال مجموعة من الأنشطة، وفي الجلسات من الخامسة إلى الجلسة الرابعة عشرة تتم التخفيف من الشعور بالاغتراب النفسي بمعدّل جلستين لكلّ بعد من أبعاد الاغتراب الخمسة (العزلة الاجتماعية - اللا معيارية - العجز - اللا معنى - التمرّد) من خلال بعض الفنيات القائمة على السيكو دراما مثل لعب الأدوار والقصص والمناقشة والحوار، كما تتم استخدام تقنيّات الإرشاد النفسي الجماعي مثل المحاضرة والتساؤل والإنصات والمواجهة والإقناع.

ث- **مرحلة الإنهاء:** وهي المرحلة التي تهدف إلى الوقوف على الأهداف التي حقّقها البرنامج وإعادة تطبيق مقياس الاغتراب النفسي (قياس بعدي) لمعرفة مدى فاعلية البرنامج في التخفيف من الاغتراب النفسي لدى العينة التجريبية.

ج- **مرحلة المتابعة:** وهي متابعة العينة التجريبية بعد انتهاء البرنامج لمدة لا تقلّ عن ثلاثة أشهر لمعرفة أثر البرنامج والتغيير الذي أحدثه لدى عينة البحث.

الجلسة التمهيدية:

- عنوان الجلسة : التعارف والتعريف بالبرنامج
- فنيات الجلسة : محاضرة -حوار ومناقشة - أنشطة كسر جليد وتعارف
- وسائل الجلسة : ورق أبيض - ورق ملون - أقلام - حبل
- مدة الجلسة: ٦٠ د
- أهداف الجلسة : التعارف وكسر الجليد والتعريف بالبرنامج - الاتفاق على القواعد التي يجب الالتزام به - تحديد جدول مواعيد الجلسات.

خامساً- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

قامت الباحثة بتحليل نتائج البحث باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم النفسية والاجتماعية Spss للحصول على النتائج. أما الأساليب التي استخدمتها الباحثة فكانت كالآتي:

- معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient : للتأكد من الاتساق الداخلي للمقياس.
- ألفا كرونباخ: للتأكد من ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ.
- اختبار مان ويتني (Mann-Whitney) الخاص بالمجموعات اللابارامترية.

الفصل الرابع (نتائج الدراسة وتفسيرها)

أولاً- اختبار فرضيات الدراسة وتفسيرها

ثانياً- مقترحات الدراسة

أولاً- اختبار فرضيات الدراسة وتفسيرها:

١. اختبار الفرضية الأولى:

تنص هذه الفرضية على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة الضابطة وطلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده قبل تطبيق البرنامج."

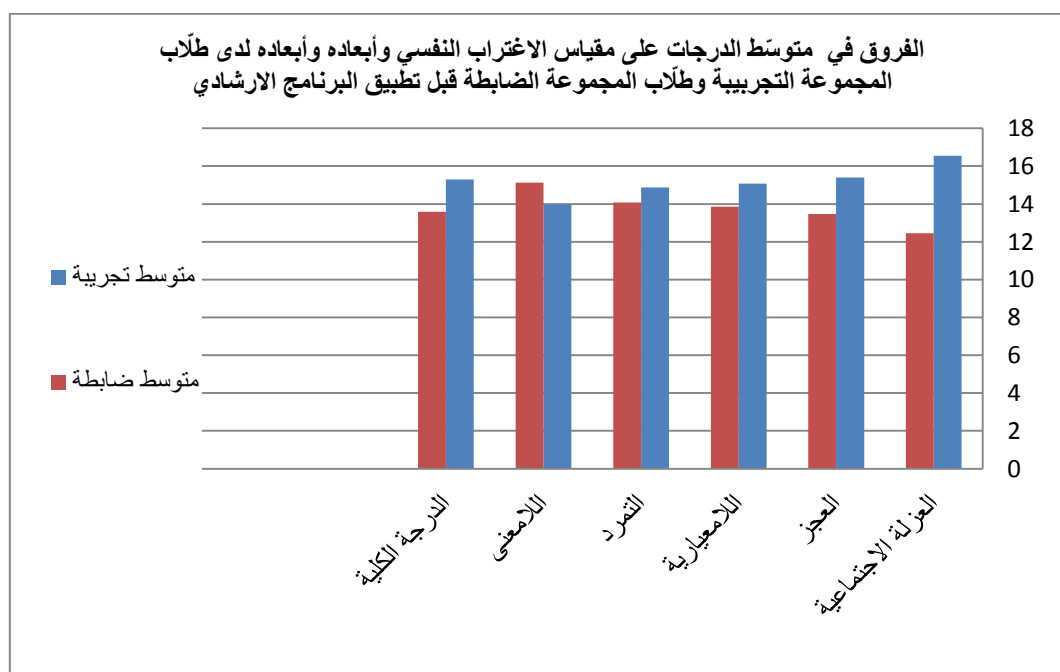
للتأكد من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "مان وتني" للدلالة اللابارامترية بين المجموعات الصغيرة (المستقلة)، وذلك لمعرفة دلالة الفروق في متوسط الدرجات طلاب المجموعة الضابطة وطلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول (٨) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج.

الأبعاد	القياس	العدد	متوسط الرتب	فرق الرتب	قيمة U	قيمة W	القيمة الاحتمالية Sig	القرار
العزلة الاجتماعية	تجريبية	١٤	١٦,٥٤	٢٣١,٥٠	٦٩,٥٠	١٧٤,٥٠٠	٠,١٨٧	غير دال
	ضابطة	١٤	١٢,٤٦	١٧٤,٥٠				
العجز	تجريبية	١٤	١٥,٤٠	٢٣١,٠٠	٨٤,٠٠٠	١٧٥,٠٠٠	٠,٥٣١	غير دال
	ضابطة	١٤	١٣,٤٦	١٧٥,٠٠				
اللامعيارية	تجريبية	١٤	١٥,٠٧	٢٢٦,٠٠	٨٩,٠٠٠	١٨٠,٠٠٠	٠,٦٩٥	غير دال
	ضابطة	١٤	١٣,٨٥	١٨٠,٠٠				
التمرد	تجريبية	١٤	١٤,٨٧	٢٢٣,٠٠	٩٢,٠٠٠	١٨٣,٠٠٠	٠,٧٩٨	غير دال
	ضابطة	١٤	١٤,٠٨	١٨٣,٠٠				
اللامعنى	تجريبية	١٤	١٣,٩٧	٢٠٩,٥٠	٨٩,٥٠٠	٢٠٩,٥٠٠	٠,٧١١	غير دال
	ضابطة	١٤	١٥,١٢	١٩٦,٥٠				
الدرجة الكلية	تجريبية	١٤	١٥,٣٠	٢٢٩,٥٠	٨٥,٥٠٠	١٧٦,٥٠٠	٠,٥٨٠	غير دال
	ضابطة	١٤	١٣,٥٨	١٧٦,٥٠				

يبين الجدول رقم (٨) أنَّ القيمة الاحتمالية في جميع الأبعاد وفي الدرجة الكلية على مقياس الاغتراب النفسي أكبر من (٠,٠٥)؛ وبذلك نقبل الفرضية الصفرية؛ أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج، ويبين الشكل البياني رقم (١) ذلك:

الشكل البياني رقم (١)



يتبين من الجدول رقم (٨)، والشكل البياني رقم (١) عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج

وهذا أمر منطقي طالما أنه لم تتلق أية مجموعة سواء الضابطة والتجريبية أي برنامج يجعلها أفضل، ولم تتعرض لأية خبرات من شأنها إحداث تغيير بالنسبة لها، وخاصة أنه لا يوجد في الحياة الجامعية أو النظام التعليمي الجامعي برامج تدريبية أو إرشادية تقدم لهم وتطبق عليهم.

والجدير بالذكر أنَّ المشكلات المتعلقة بالأزمة التي يعيشها طلاب الجامعة نتيجة الحرب، وخوف الطالب وقلقه على حياته ومستقبله، وتدهور القيم الأخلاقية والاجتماعية، كل ذلك جعل البعض يشعر بالاغتراب الذي تجلّى بشكل رئيس من خلال شعوره بالعجز، وفضلاً عن ذلك ما

لاحظوه من بعض مظاهر السلوك التي تُخلّ بالقيم والمعايير الاجتماعية التي تظهر لدى بعض الأشخاص ممّن استغلّوا ظروف الأزمة والحرب التي عاشتها سورية في السنوات الماضية، فلبّجوا إلى السرقة والقتل والخطف والتخريب؛ الأمر الذي أدّى بهم إلى الشعور بضعف المعايير الاجتماعية والأخلاقية في المجتمع، كما أنّهم شعروا في ظلّ هذه الأزمة والحرب على سورية بافتقار الهدف والمعنى في الحياة؛ حيث أصبحت أهدافهم المستقبلية غير واضحة أمامهم، وبالتالي يشعرون بأنّ حياتهم ودراساتهم بلا قيمة أو جدوى، بالإضافة إلى أنّهم قد يشعرون بالغربة عن الذات؛ لأنّ هناك نسبة من الطّلاب قد اختاروا دراستهم الجامعية بناءً على ما يمكن أن توفره لهم تلك الدراسة من فرص عمل مستقبلية، وبصرف النظر عن مناسبتها لميولهم وقدراتهم، أو محبّتهم لها، وهكذا يعيشون حالة اغتراب عن حقيقة ذاتهم وما تتطوي عليه من إمكانيات وميول، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة العقيلي (٢٠٠٤) ودراسة علي (٢٠٠٧)، حيث ينتشر الاغتراب بين الشباب عند عدم القدرة على إيجاد الأنشطة المكافئة ذاتياً، وشعورهم بأنّ ذواتهم الخاصّة وقدراتهم هي عبارة عن وسيلة، أو أداة، وهو ما يفقدّهم الدافع لتحقيق النجاح في الحياة، ويكون طموحهم الشخصي محدوداً، وهذا يدلّ على وجود تفاعل بين الاغتراب عن الذات، والاغتراب الاجتماعي، حيث أنّ الفرد عندما يغترّب عن ذاته فإنّ اغترابه ينعكس على المجتمع الذي يعيش فيه.

- نتائج الفرضية الثانية:

تنصّ الفرضية الثانية على أنّه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طّلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيقه."

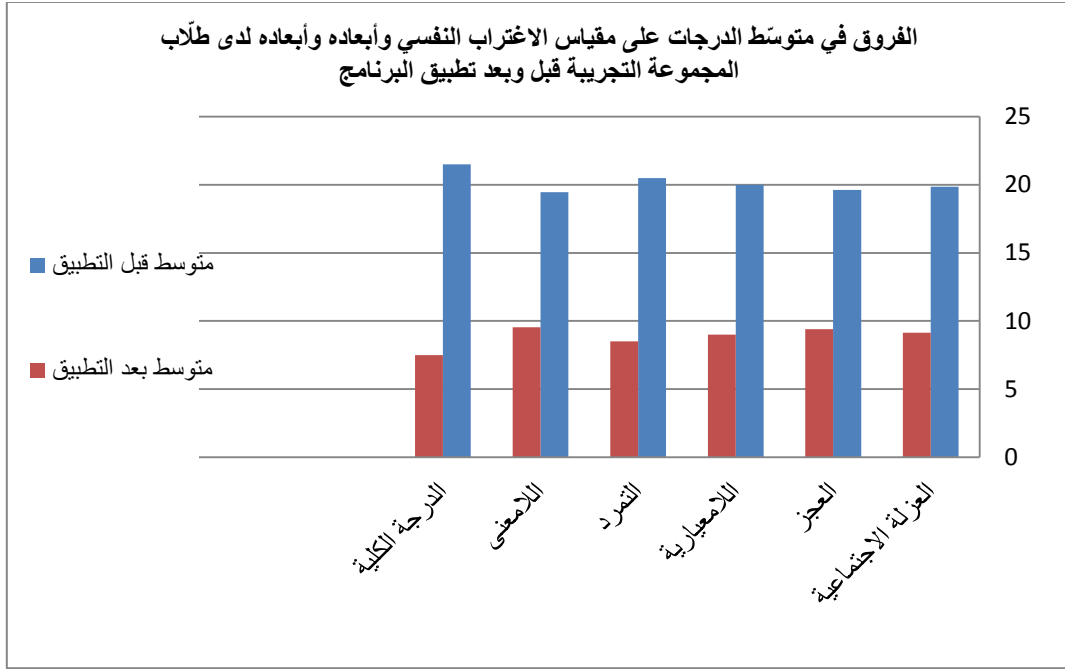
للتأكّد من صحّة هذه الفرضية تمّ استخدام اختبار "مان وتني" للدلالة اللابارامترية بين المجموعات الصغيرة (المستقلة)، وذلك لمعرفة دلالة الفروق في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده قبل تطبيق البرنامج وبعده لدى طّلاب المجموعة التجريبية كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول (٩) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده

الأبعاد	القياس	العدد	متوسط الرتب	فرق الرتب	قيمة U	قيمة W	القيمة الاحتمالية Sig	القرار
العزلة الاجتماعية	قبل التطبيق	١٤	١٩,٨٦	٢٧٨,٠٠	٢٣,٠٠٠	١٢٨,٠٠٠	٠,٠٠١	دالّ
	بعد التطبيق	١٤	٩,١٤	١٢٨,٠٠				
العجز	قبل التطبيق	١٤	١٩,٦١	٢٧٤,٥٠	٢٦,٥٠٠	١٣١,٥٠٠	٠,٠٠١	دالّ
	بعد التطبيق	١٤	٩,٣٩	١٣١,٥٠				
اللامعيارية	قبل التطبيق	١٤	٢٠,٠٠	٢٨٠,٠٠	٢١,٠٠٠	١٢٦,٠٠٠	٠,٠٠٠	دالّ
	بعد التطبيق	١٤	٩,٠٠	١٢٦,٠٠				
التمرد	قبل التطبيق	١٤	٢٠,٥٠	٢٨٣,٠٠	١٤,٠٠٠	١١٩,٠٠	٠,٠٠٠	دالّ
	بعد التطبيق	١٤	٨,٠٥٠	١١٩,٠٠				
اللامعنى	قبل التطبيق	١٤	١٩,٤٦	٢٧٢,٥٠	٢٨,٥٠٠	١٣٣,٥٠٠	٠,٠٠١	دالّ
	بعد التطبيق	١٤	٩,٥٤	١٣٣,٥٠				
الدرجة الكلية	قبل التطبيق	١٤	٢١,٥٠	٣٠١,٠٠	٠,٠٠٠	١٠٥,٠٠	٠,٠٠٠	دالّ
	بعد التطبيق	١٤	٧,٥٠	١٠٥,٠٠				

يبين الجدول رقم (٩) أنّ القيمة الاحتمالية في الدرجة الكلية على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده أصغر من (٠,٠٠٥)؛ وبذلك نرفض الفرضية الصفرية؛ ونقبل الفرضية البديلة أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي، ويبين الشكل البياني رقم (٢) ذلك:

الشكل البياني رقم (٢)



يتبين من الجدول رقم (٩) والشكل البياني (٢) وجود فروق دالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيقه؛ لصالح القياس البعدي، وتتفق هذه النتيجة مع عدة دراسات كدراسة (كاربانج وآخرون، ٢٠١٢) و(موران وألون، ٢٠١١) (يعقوب، ٢٠١٦) (صالح، ٢٠١٥) والتي أكدت جميعها فاعلية السيكو دراما في علاج العديد من الحالات والاضطرابات والمشكلات النفسية والاجتماعية والسلوكية.

ويمكن أن تعزى هذه النتائج إلى أنّ المشاركين في المجموعة التجريبية، ومن خلال نشاطات الإحماء في بداية كلّ جلسة والحوار السيكو درامي، تحطمت الحواجز أمامهم، وتلاشى الغموض لديهم، وازدادت مشاركتهم في ظلّ ما وفّر البرنامج من فرص للمشاركين من حيث تجريب أدوار اجتماعية إيجابية عن طريق عدد من الأنشطة، وتعرضهم لكثير من المواقف الاجتماعية فضلاً عن تقييمهم لسلوكهم، وتدريبهم على تقبل الآخرين وتقبل مشاعرهم وأفكارهم.

وانطلاقاً ممّا أكّده مورينو (1994) حول قدرة السيكو دراما على تهيئة أجواء نفسية للتعبير بتلقائية وعفوية، فقد تعزى هذه النتائج إلى الفرص التلقائية التي أتاحها البرنامج السيكو درامي للمشاركين والتي تشكّل جزءاً أساسياً من جسم العمل السيكو درامي، فساعدتهم على الاستبصار

بذواتهم وبسلوكياتهم في ظل جماعة السيكو دراما، خاصة لما قدّم فيه من أسلوب الكرسي الخالي، والدكان السحري وغيرها، والتي أسهمت في تحفيز الوعي الذاتي، والتعرّف إلى السلوكيات السلبية والإيجابية لدى كلّ مشارك، ومن خلال ممارسة كلّ مشارك الأدوار ضمن مواقف سيكو درامية في وسط جماعي متشابه معه في الخصائص والسلوكيات، أتاح له فرصة استبصاره بأبعاد ذاته وسلوكياتها، وتعديل هذه السلوكيات لتحلّ سلوكيات الودّ والحبّ والتعاطف والتعاون بدلاً من السلوكيات الانسحابية، والتخريبية، والعدوانية، وإيجاد معنى للحياة من خلال اكتشاف أهداف جديدة لدى المشاركين وإعطاء قيمة لكلّ ما هو موجود في حياتهم.

ونلاحظ من خلال الجدول (٩) أنّ بعد التمرّد كان الأكثر تأثراً بالبرنامج السيكو درامي فكان المتوسط بعد التطبيق (٨،٠٥٠) بعد أن كان قبل التطبيق (٢٠،٥٠)، وربما تعود هذه النتيجة لما قدّمته فنيات السيكو دراما وخاصة فنية لعب الدور المستخدمة في البرنامج للمشاركين في ممارسة أنماط سلوكية إيجابية نحو الذات والآخرين والممتلكات وإتقانها، وعملت على تخليصهم من محاولة الخروج عن المألوف والشائع والرفض والكراهية والتهور في اتخاذ القرارات، ومحاولة التقدير الجيد لعواقب السلوكيات العدوانية، ومواجهة الذات والآخرين والمواقف والأحداث بمهارات مناسبة، واحترام القيم والمعايير، وعملت هذه الفنية على تسهيل التنفيس الانفعالي والاستبصار والتحكّم في الممارسات السلوكية من خلال انتقال خبرات الأدوار التمثيلية وتبادلها.

وعلى سبيل المثال نذكر حالة المشاركة (لما) والتي تبلغ من العمر ٢١ سنة، فقد استشهد والدها منذ ٤ سنوات، ولم تتقبّل فكرة استشهاده حتّى الآن، تلومه دائماً لأنّه عرض حياته للخطر حسب اعتقادها، فقد استشهد وهو يسعف أحدهم، وتلومه أيضاً لأنّها كانت ترغب في البقاء إلى جانبه في البيت أكثر.

وتقول: "أكثر جلسة ساعدتني في البرنامج عندما كنت بطلة"، وبمشاركة أفراد المجموعة اختارت والدها الشهيد (الأنوات المساعدة)، تحدّثت لوالدها وقالت له كلّ ما ترغب في قوله، وما هو مكبوت في داخلها، وفرّغت ذلك المكبوت الخفيّ أيضاً باستخدام الكرسي الخالي على من كان السبب في موت والدها.

وتضيف: "كنت أعاني كثيراً من العصبية الزائدة والعدوانية والتمرّد على هذا المجتمع بالإضافة لمشكلات في النوم والتوتر، ولكن الآن تغيّرت الأمور خصوصاً وأنّي رأيت أنّي لست

الوحيدة التي فقدتُ والدي، وشعرت بدعم وتعاطف المجموعة، فأصبحت أشعر بالراحة والاسترخاء، خصوصاً بعدما تعلّمت بعض تمارين التنفيس الانفعالي التي أصبحت جزءاً مهماً من يومي، وبدأت أنام ملء جفوني، ولديّ شعور بالطمأنينة"، وعقبت: "أشركم كثيراً على هذا البرنامج الذي أتاح لي التعبير بحرية في جو آمن وداعم".

- نتائج الفرضية الثالثة:

وتنصّ هذه الفرضية على أنّه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طّلاب المجموعة الضابطة وطّلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده بعد تطبيق البرنامج."

للتأكد من صحة هذه الفرضية تمّ استخدام اختبار "مان وتني" للدلالة اللابارامترية بين المجموعات الصغيرة (المستقلة)، وذلك لمعرفة دلالة الفروق في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده بعد تطبيق البرنامج لدى طّلاب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة كما هو مبين في الجدول الآتي:

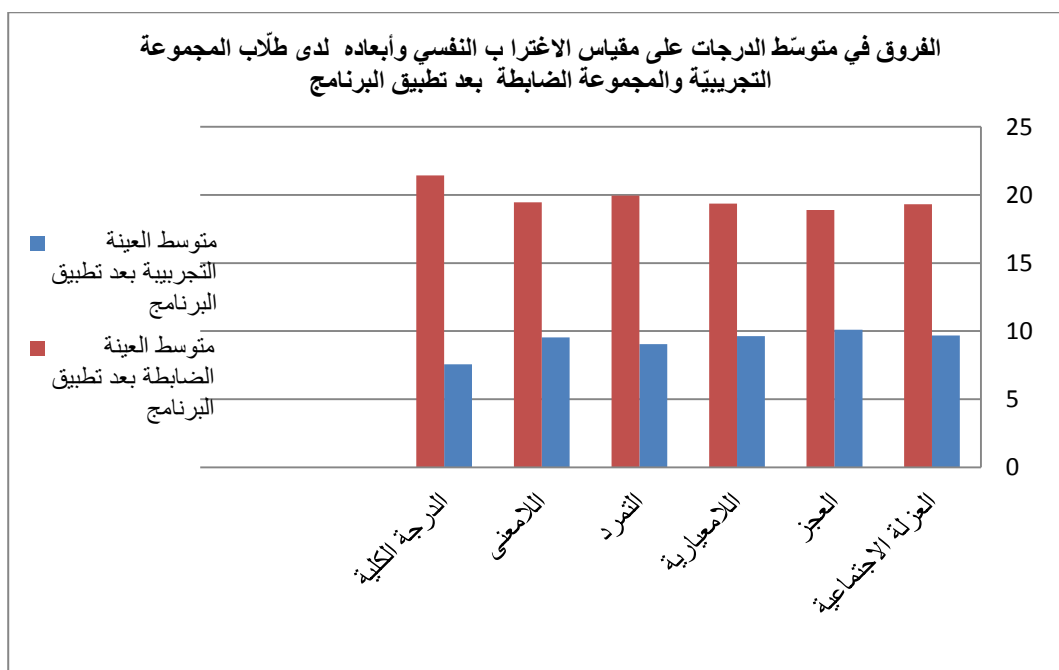
جدول (١٠) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طّلاب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج

الأبعاد	المقياس	العدد	متوسط الرتب	فرق الرتب	قيمة U	قيمة W	القيمة الاحتمالية Sig	القرار
العزلة الاجتماعية	تجريبية	١٤	٩,٦٨	١٣٥,٥٠	٣٠,٥٠	١٣٥,٥٠٠	٠,٠٠٢	دالّ
	ضابطة	١٤	١٩,٣٢	٢٧٠,٥٠				
العجز	تجريبية	١٤	١٠,١١	١٤١,٥٠	٣٦,٥٠٠	١٤١,٥٠٠	٠,٠٠٣	دالّ
	ضابطة	١٤	١٨,٨٩	٢٦٤,٥٠				
اللامعيارية	تجريبية	١٤	٩,٦٤	١٣٥,٥٠	٣٠,٠٠	١٣٥,٠٠٠	٠,٠٠٢	دالّ
	ضابطة	١٤	١٩,٣٦	٢٧١,٠٠				
التمرد	تجريبية	١٤	٩,٠٤	١٢٦,٥٠	٢١,٥٠٠	١٢٦,٥٠٠	٠,٠٠٠	دالّ
	ضابطة	١٤	١٩,٩٦	٢٧٩,٥٠				

اللامعنى	تجريبية	١٤	٩,٥٤	١٣٣,٥٠	٢٨,٥٠٠	١٣٣,٥٠٠	٠,٠٠١	دالّ
	ضابطة	١٤	١٩,٤٦	٢٧٢,٥٠				
الدرجة الكلية	تجريبية	١٤	٧,٥٧	١٠٦,٠٠	١,٠٠٠	١٠٦,٠٠٠	٠,٠٠٠	دالّ
	ضابطة	١٤	٢١,٤٣	٣٠٠,٠٠				

يبين الجدول رقم (١٠) أنّ القيمة الاحتمالية في الدرجة الكلية على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده أصغر من (٠,٠٠٥)؛ وبذلك نرفض الفرضية الصفرية؛ ونقبل الفرضية البديلة أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؛ ويبين الشكل البياني رقم (٣) ذلك:

الشكل البياني رقم (٣)



يتبين من الجدول رقم (١٠) والشكل البياني رقم (٣) وجود فروق دالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج؛ لصالح طلاب المجموعة التجريبية.

وتتفق هذه النتيجة مع الأدب النفسي والتربوي حول السيكو دراما كأسلوب فعال لا يعتمد على التلقين والتوجيه المباشر في التخفيف من حدة المشكلات النفسية والسلوكية، وهناك عدة

دراسات سابقة تؤكّد ذلك كدراسة (داجون، ٢٠١٠) و(موران وألون، ٢٠١١) و(هدكنز، ٢٠٠٠) ودراسة (زقوت، ٢٠١٤) (المالكي، ٢٠١٣) والتي أكّدت جميعها على وجود فروق بين المجموعة التجريبية التي تمّ تطبيق فنيّات السيكو دراما عليها والمجموعة الضابطة التي لم يتمّ تطبيق البرنامج عليها.

فالسيكو دراما تتميّز عن غيرها من الأساليب الإرشادية في أنّها تتيح فرصة التعبير الحرّ عن المشاعر والأفكار والمشاعر السلبية، وكذلك قدرة السيكو دراما على تهيئة أجواء نفسية ملائمة مليئة بالحبّ والثقة والمرح بالإضافة إلى أنّها تساعد المشاركين على الاستبصار بذواتهم وبمشكلاتهم في ظلّ جماعة السيكو دراما، كما تتيح فرصة التعميم الاجتماعي للمشاركين من خلال النمذجة والمحاكاة والتقليد وتتوّع الأنشطة المقدّمة في الجلسات والمناقشة الجماعية والتفاعل الإيجابي، وفي سياق متّصل فإنّ الموقف الجمعي الذي توفّره جلسات السيكو دراما نفسه يثير تعبيرات مثل الخوف والكراهية والحبّ والحاجة إلى التقبّل؛ الأمر الذي يساعد الفرد على إخراج ما بداخله سواء باللغة أو بالسلوك أو باللعب الدرامي، وهذا بدوره يساعده على اكتساب طرق ناضجة في التواصل مع الآخرين، كما أنّه يساعده على اكتشاف هويّته وتحقيقها ويمرّ بخبرات اجتماعية عديدة كالغيرة والمنافسة، وكلّ ذلك يتحقّق بفضل التفاعلات الحاصلة داخل الجماعة، وهو ما أثبتته دراسة باريت (Barrett 1986) والتي توصّلت إلى تحسين صورة الذات وزيادة التوافق الاجتماعيّ وانخفاض العزلة الاجتماعية لدى عيّنة من المراهقين.

إنّ تواجد الفرد ضمن الجماعة في جلسات السيكو دراما وعرضه لمشكلاته في سياق التفاعل الاجتماعي الحاصل قد يساعده بشكل كبير على التخلّص من المشاعر السلبية ومن العدائية الكامنة في شخصيّته، كما أنّه من الممكن أن تنمّي لديه العديد من السمات الإيجابية كالتعاون والتسامح والاحترام للآخر وتقبّله؛ الأمر الذي يساهم بشكل كبير في إيجاد دافعية لدى الفرد للاندماج بالمجتمع واحترام معاييرهم وتقاليده، كما أنّه يساهم بشكل كبير في حلّ مشكلات الفرد ذات الطبيعة الاجتماعية والناجمة عن عدم تقبّل الفرد لمجتمعه وعن انخفاض شعوره بالمسؤولية تجاهه، وهذا ما نجده عند المغترب نفسياً، وقد أشارت دراسة زغلول (٢٠١٠)، إلى أهمية استخدام الدراما والمسرح في علاج العنف والتمرد لدى الشباب، وفي سياق متّصل أكّدت دراسة جمعة (٢٠١٦) على أنّ التمثيل وقلب الأدوار يجعلان مضمون السيكو دراما قابلاً لأنّ

يصل إلى الأشخاص الذين يتصرفون باندفاعية ليثبتوا أنهم أشخاص إيجابيون، كما يمكن أن يصل إلى الأشخاص غير القادرين على التحدث بطلاقة بسبب الكف الاجتماعي أو التجاهل، ومن خلال الاهتمام الكبير الذي تبديه المجموعات في السيكو دراما ومن خلال الأداء التمثيلي الانفعالي والعاطفي والعلاقات الإنسانية داخل الجماعات يمكن للفرد أن يصبح أكثر انفتاحاً وتقبلاً للآخر وللمعايير الاجتماعية السائدة، كما يمكن أن يجد لنفسه معنى وقيمة في الحياة.

نتائج الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الطلاب على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده بعد تطبيق البرنامج لدى طلاب المجموعة التجريبية وفقاً لمتغير الجنس".

للتأكد من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "مان وتني" للدلالة اللابارامترية بين المجموعات الصغيرة (المستقلة)، وذلك لمعرفة دلالة الفروق في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده بعد تطبيق البرنامج لدى طلاب المجموعة التجريبية وفقاً لمتغير الجنس كما هو مبين في الجدول الآتي:

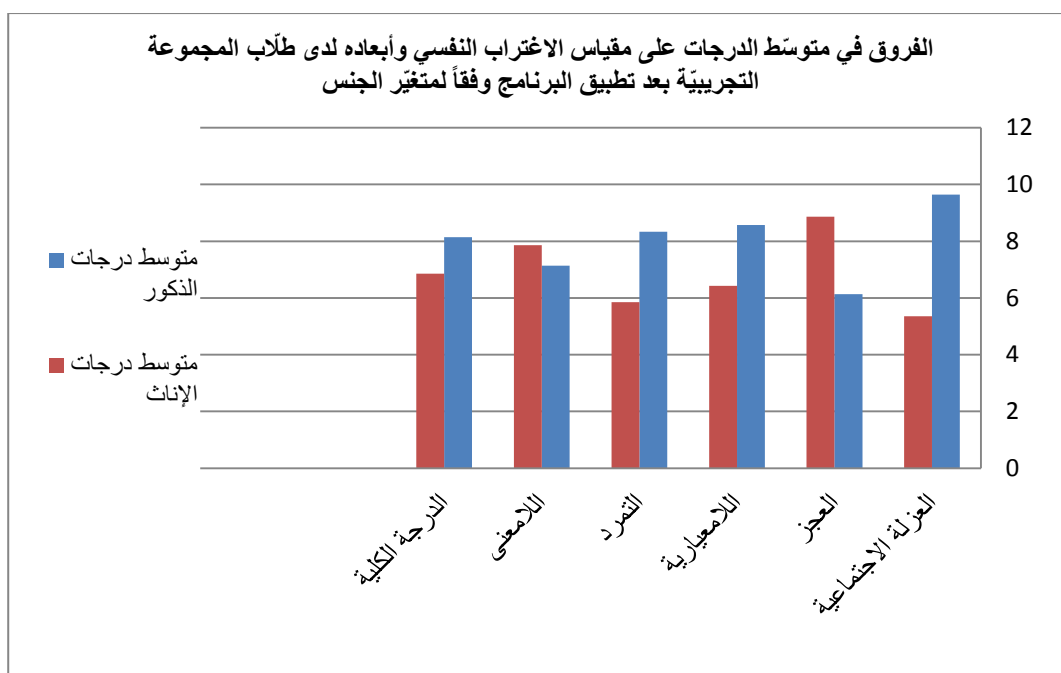
جدول (١١) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج وفقاً لمتغير الجنس

الأبعاد	المقياس	العدد	متوسط الرتب	فرق الرتب	قيمة U	قيمة W	القيمة الاحتمالية Sig	القرار
العزلة الاجتماعية	ذكور	١٤	٩,٦٤	٦٧,٥٠	٩,٥٠٠٠	٣٧,٥٠٠	٠,٥٤٠	غير
	إناث	١٤	٥,٣٦	٣٧,٥٠				دال
العجز	ذكور	١٤	٦,١٤	٤٣,٠٠	١٥,٠٠٠	٤٣,٠٠٠	٠,٢٢٢	غير
	إناث	١٤	٨,٨٦	٦٢,٠٠				دال
اللامعيارية	ذكور	١٤	٨,٥٧	٦٠,٠٠	١٧,٠٠٠	٤٥,٠٠٠	٠,٣٣٧	غير
	إناث	١٤	٦,٤٣	٤٥,٠٠				دال
التمرد	ذكور	١٤	٨,٣٣	٥٠,٠٠	١٣,٠٠٠	٤١,٠٠٠	٠,٢٥٠	غير
	إناث	١٤	٥,٨٥	٤١,٠٠				دال

اللامعنى	ذكور	١٤	٧,١٤	٥٠,٠٠	٢٢,٠٠٠	٥٠,٠٠٠	٠,٧٤٩	غير دالّ
	إناث	١٤	٧,٨٦	٥٥,٠٠				
الدرجة الكلية	ذكور	١٤	٨,١٤	٥٧,٠٠	٢٠,٠٠٠	٤٨,٠٠٠	٠,٥٦٤	غير دالّ
	إناث	١٤	٦,٨٦	٤٨,٠٠				

يبين الجدول رقم (١١) أنّ القيمة الاحتمالية في الدرجة الكلية على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده أكبر من (٠,٠٥)؛ وبذلك نقبل الفرضية الصفرية؛ أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج، وفقاً لمتغير الجنس وبيّن الشكل البياني رقم (٤) ذلك:

الشكل البياني رقم (٤)



يتبين من الجدول رقم (١١) والشكل البياني رقم (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج وفقاً لمتغير الجنس.

وقد يعود ذلك إلى أنّ الطالب الجامعي (ذكراً كان أم أنثى) كائن اجتماعي بطبعه، ولا يستطيع أن تستمر حياته الجامعية بشكل طبيعي إلا من خلال بيئة اجتماعية جيدة، ومن خلال التواصل مع الآخرين، وهذا ما وجدوه في السيكو دراما من خلال توفر الفرص للتعبير عن

مشكلاتهم ومشاعرهم وأفكارهم، وأيضاً يمكننا تفسير هذه النتيجة من خلال التنوع في فئات السيكودراما من لعب أدوار وعكس دور وغيرها، والتي تعمل على تهيئة أجواء نفسية مليئة بالحب والثقة والفرح والاعتماد على الحوار والمناقشة الجماعية وإبداء الآراء حول سلوكيات أبطال المواقف الدرامية، وبالإضافة إلى أنها تعتمد على لغة الجسد والحركة والإشارات وتعبيرات الوجه، والتي هي لغة واحدة عند الذكور والإناث، وهذا ما أكدته دراسة كل من داجون (٢٠١٠) وموران وألون (٢٠١١)؛ حيث أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج وفقاً لمتغير الجنس.

ونلاحظ من الجدول (١١) أنّ الذكور والإناث كانوا أكثر تقارباً في متوسطات درجاتهم على بعد اللامعنى، فلا نستطيع أن ننكر أنّهم شعروا في ظلّ الأزمة والحرب على سورية بافتقار الهدف والمعنى في الحياة، حيث أصبحت أهدافهم المستقبلية غير واضحة أمامهم، وبالتالي يشعرون بأنّ حياتهم ودراساتهم بلا قيمة فوجدوا من خلال جلسات السيكودراما معنى لحياتهم من خلال ما توفره هذه الجلسات من فرص التعلّم والنمذجة والتقليد والمحاكاة والاستبصار بذواتهم وبمشكلاتهم وتطلّعاتهم المستقبلية في ظلّ الجماعة السيكودرامية من خلال لعب الأدوار والدكان السحري والمرآة وغيرها من الفنيات.

وهذا ما أشار إليه المشارك (عبد) الذي يبلغ من العمر ٢٢ عاماً، والذي كان يعاني من فقدان القوة، والعجز، والقلق من المستقبل، نتيجة لعدم إيجاد حلول للخدمة العسكرية، وخاصة أنّه سيتخرّج، ولا يملك معدّلاً للتسجيل في برنامج الدراسات العليا أو الدبلوم، ويهدف تحقيق طموحه، كان يعاني من أفكار تشاؤمية وفقدان المعنى في الحياة، وأصبح يكره الدوام في الجامعة والالتزام بحضور المحاضرات والمشاركة بالأنشطة الجامعية.

ويقول: "بعدما التحقت بجلسات السيكودراما وكانت أفضل جلسة بالنسبة لي هي التي اخترتُ فيها لأكون (وزير التعليم العالي)، ومثّلت المشهد، ولكن في الجو الآمن والهادئ وبمشاركة الجميع، شعرت أنّني لو كنت في وضع السلطة سأخذ بالحسبان ظروفًا عديدة لاتخاذ القرار، لكي لا ينعكس بشكل سلبي على بلدنا الحبيبة، وشعرت بالأمان والدعم النفسي وخصوصاً

في طقوس الإغلاق عندما تبادلنا مع المشاركين أرقام هواتفهم وأكدنا على ضرورة التواصل، شعرت بالراحة وبأنني لست وحدي في هذه الحياة."

والمشاركة نانسي البالغة من العمر ٢١ عاماً تقول نانسي: "كنت أسمع عن السيكو دراما ولكن لم أقتنع بها من قبل، ولكن بعد أن رأيت التغيير الذي حدث للمجموعة والعلاقات والتفاعل، أدركت أهميتها، وأكثر جلسة أعجبتني هي التي قمنا فيها بتمثيل الدكان السحري عندما بدلت الشعور بالخجل إلى الشعور بالثقة والقوة، كانت الفرصة سانحة لي للتعبير والصراخ بأعلى صوتي من هو المسؤول؟ وعندما لعبت دور السلطة أدركت أهمية أن تكون أنت مكان الآخرين وتلعب أدوارهم."

وختمت حديثها: "لقد أصبحت أفضل بكثير من السابق، اختفى التوتر الذي كان يسود علاقتي مع الآخرين، أصبحت أكثر وعياً وفهماً، وأصبحت أكثر تقبلاً للنقاش وانخفضت عصبيتي وعدوانيتي."

- نتائج الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الخامسة على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده في القياس البعدي والقياس المؤجل".

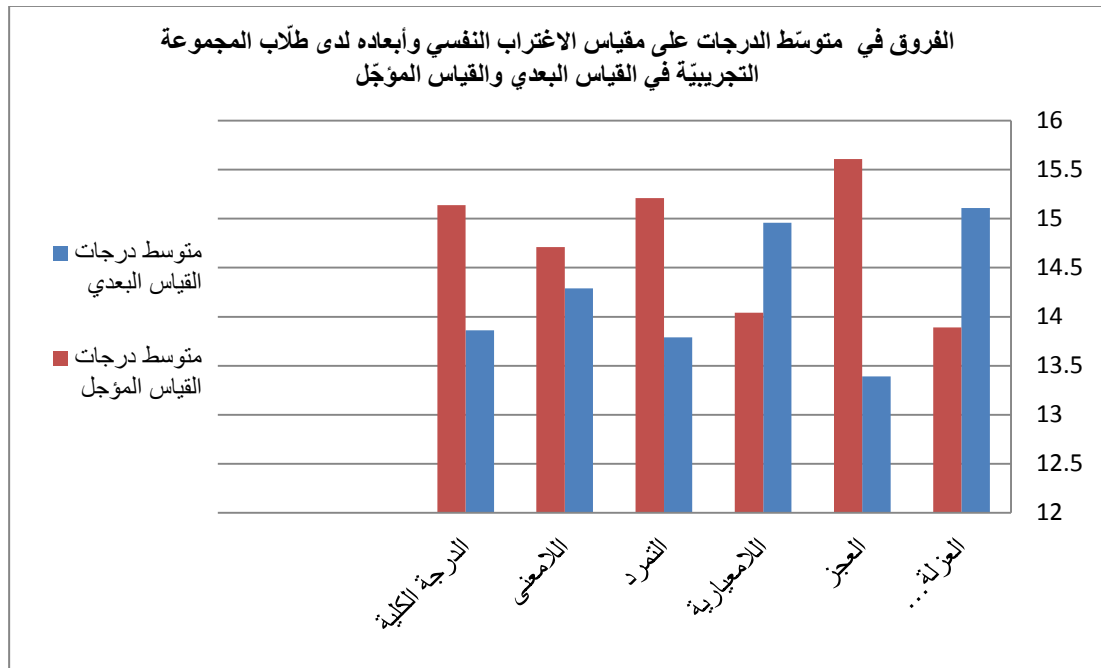
للتأكد من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "مان وتني" للدلالة اللابارامترية بين المجموعات الصغيرة (المستقلة)، وذلك لمعرفة دلالة الفروق في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي والقياس المؤجل كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول (١٢) نتائج اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طُلاب
المجموعة التجريبية في القياس البعدي والقياس المؤجل

الأبعاد	القياس	العدد	متوسط الرتب	فرق الرتب	قيمة U	قيمة W	القيمة الاحتمالية Sig ^ة	القرار
العزلة الاجتماعية	بعدي	١٤	١٥,١١	٢١١,٥٠	٨٩,٥٠٠	١٩٤,٥٠٠	٠,٦٩٣	غير دالّ
	مؤجل	١٤	١٣,٨٩	١٩٤,٥٠				
العجز	بعدي	١٤	١٣,٣٩	١٨٧,٥٠	٨٢,٥٠٠	١٨٧,٥٠٠	٠,٤٧٣	غير دالّ
	مؤجل	١٤	١٥,٦١	٢١٨,٥٠				
اللامعيارية	بعدي	١٤	١٤,٩٦	٢٠٩,٥٠	٩١,٥٠٠	١٩٦,٥٠٠	٠,٧٦٤	غير دالّ
	مؤجل	١٤	١٤,٠٤	١٩٦,٥٠				
التمرد	بعدي	١٤	١٣,٧٩	١٩٣,٠٠	٨٨,٠٠٠	١٩٣,٠٠٠	٠,٦٤٤	غير دالّ
	مؤجل	١٤	١٥,٢١	٢١٣,٠٠				
اللامعنى	بعدي	١٤	١٤,٢٩	٢٠٠,٠٠	٢٠٠,٠٠٠	٢٠٠,٠٠٠	٠,٨٩٠	غير دالّ
	مؤجل	١٤	١٤,٧١	٢٠٦,٠٠	٠			
الدرجة الكلية	بعدي	١٤	١٣,٨٦	١٩٤,٠٠	١٩٤,٠٠	١٩٤,٠٠٠	٠,٦٧٩	غير دالّ
	مؤجل	١٤	١٥,١٤	٢١٢,٠٠	٠			

يبين الجدول رقم (١٢) أنّ القيمة الاحتمالية في الدرجة الكلية على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده أكبر من (٠,٠٠٥)؛ وبذلك نقبل الفرضية الصفرية؛ أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طُلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي والقياس المؤجل ويبين الشكل البياني رقم (٥) ذلك:

الشكل البياني رقم (٥)



يتبين من الجدول رقم (١٢) والشكل البياني رقم (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده وابعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي والقياس المؤجل.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (جمعة، ٢٠١٦) التي هدفت إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي قائم على السيكو دراما في التخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية وأسفرت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية في حدة المشكلات السلوكية بين التطبيق البعدي والمؤجل بعد شهرين لمقياس المشكلات السلوكية.

فتواجد الفرد ضمن الجماعة في جلسات السيكو دراما وعرضه لمشكلاته في سياق التفاعل الاجتماعي الحاصل قد يساعده بشكل كبير على التخلص من المشاعر السلبية ومن العدوانية الكامنة في شخصيته، كما أنه من الممكن أن تنمي لديه العديد من السمات الإيجابية كالتعاون والتسامح والاحترام للآخر وتقبله؛ الأمر الذي يساهم بشكل كبير في إيجاد دافعية لدى الفرد للاندماج بالمجتمع واحترام معايير وتقاليده، كما أنه يساهم بشكل كبير في حل مشكلات الفرد ذات الطبيعة الاجتماعية والناجمة عن عدم تقبل الفرد لمجتمعه وعن انخفاض شعوره بالمسؤولية تجاهه.

فالتمثيل وقلب الأدوار يجعلان مضمون السيكودراما قابلاً لأن يصل إلى الأشخاص الذين يتصرفون باندفاعية ليثبتوا أنهم أشخاص إيجابيون وأن يستمر تأثير هذا المضمون وينتقل معهم إلى حياتهم اليومية، ويمكن للفرد أن يصبح أكثر انفتاحاً وتقبلاً للآخر وللمعايير الاجتماعية السائدة، كما يمكن أن يجد لنفسه معنى وقيمة في الحياة، وهو ما أشارت إليه دراسة عبد الفتاح مطر (٢٠٠٢) حيث أكدت على فاعلية السيكودراما في تنمية بعض المهارات الاجتماعية (التعاون - الاستقلالية - الصداقة)، وهنا لابد من الإشارة إلى أن تقنية السيكودراما العلاجية تُستخدم لتنمية سلوكيات الأفراد الإيجابية لتقبل الذات والآخر، كما أنها تساهم في زيادة الاستبصار الداخلي للإنسان لذاته وتوصله لعمق التفكير والتدبر، وهذا ما يمكنه من الاستجابة بشكل أكثر توافقاً وتكيفاً مع مختلف مجريات الحياة والاستمرار في الاعتماد على استراتيجيات اتخاذ القرار وتحديد الأهداف التي تم اكتسابها في جلسات البرنامج السيكودرامي.

ثانياً - مقترحات الدراسة:

في ضوء نتائج الدراسة يمكن اقتراح ما يأتي:

١- إعداد برامج تدريبية وإرشادية لمساعدة الشباب الجامعي على اكتشاف قدراتهم الكامنة لديهم ثم تحويلها إلى قدرات فعلية وتنميتها في سبيل تحقيق المنفعة على المستوى الشخصي وعلى المستوى المجتمعي.

٢- العمل على تهيئة المناخ الجامعي الذي يشبع احتياجات الطلاب، ويزيد من شعورهم بالانتماء إلى الكلية التي يدرسون فيها ما يساهم في تخفيف مشاعر الاغتراب النفسي لديهم إن وجدت وتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي في المجال الدراسي.

٣- الاهتمام بالمحاضرات والندوات التوعوية التي تشمل المواضيع التي تبصر الطلاب وتنوّر لهم طريق المستقبل بهدف تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي والعمل على التقليل من الاغتراب النفسي لديهم.

٤- إجراء دراسات مسحية أكثر شمولية من الدراسة الحالية من حيث العينة؛ بحيث تشمل عدداً أكبر من الطلبة من الأقسام كافة في كليات التربية في الجامعات السورية والكليات الأخرى وجميعها تتناول المشكلات التي تواجه الطلبة مثل المشكلات المهنية والصحية والاقتصادية والجنسية، واضطرابات الشخصية لتحديد حجمها في المجتمع السوري، واقتراح البرامج الإرشادية العلاجية للتعامل معها.

٥- إجراء دراسات ميدانية لمعرفة درجة الاغتراب النفسي لدى طلاب الكليات الأخرى.

٦- إجراء دراسات تتعلّق بالاغتراب النفسي وعلاقته بمتغيّرات أخرى كالأمن النفسي والإدمان على المخدّرات لدى طلاب الجامعة.

٧- إجراء دراسات تتعلّق بالتوافق الدراسي وعلاقته بمتغيّرات أخرى كالقلق ومفهوم الذات.

المراجع العربية:

- ابراهيم، أسماء. (١٩٩٤). استخدام السيكو دراما لخفض الاضطرابات الانفعال لدى الأطفال. رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية البنات، جامعة عين شمس، القاهرة.
- ابراهيم، مجدي عزيز. (٢٠٠٢). **المنهج التربوي في تحديات العصر**. ط٢. القاهرة: عالم الكتب.
- أبكر، سميرة. (١٩٨٩) . ظاهرة الاغتراب لدى طالبات آلية البنات بالمملكة العربية السعودية. رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية التربية للبنات، جدة، السعودية.
- الألبم، هالة . (٢٠١٦). **أسرار العلاج بالسيكودراما**. دار الهدد للنشر والتوزيع.
- أبو السعود، شادي محمد السيد. (٢٠٠٤). فعالية برنامج إرشادي في خفض مستوى الاغتراب لدى المراهقين ضعاف السمع. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس .
- أبو العلا، مسعد ربيع عبدالله. (٢٠١٢). النموذج البنائي للعلاقات بين الرجاء والمساندة الاجتماعية واستراتيجيات المواجهة والتوافق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة. **مجلة كلية التربية**. ٢٣(٨٩)، ١٠١-١٦٥.
- أبو العينين، عطية. (١٩٩٧) . علاقة الاتجاهات نحو المشكلات الاجتماعية المعاصرة بمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة على ضوء المستوى الاجتماعي الاقتصادي. **مجلة علم النفس**. عدد(٤١). ٢٠-٣٣.
- أبو الهين، فضل. (١٩٩٧). **الصحة النفسية ، دراسة للصحة النفسية في فلسطين**. جامعة الأزهر، غزة ، فلسطين.
- أبو جويح، مروان؛ الصفي ، مروان. (٢٠٠١) . **المدخل إلى الصحة النفسية**. ط١. الأردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- أبو حماد، ناصر الدين إبراهيم. (٢٠١٩) . فاعلية برنامج تعليمي يستند إلى السيكدوراما في تنمية الصلابة النفسية ومهارات التفاعل الاجتماعي على عينة من أبناء ضحايا الحروب والأزمات. **مجلة الدراسات التربوية والنفسية**، جامعة السلطان قابوس. ١٣(٣) . ٤٥٨- ٤٧٤
- أبو زيد، احمد. (١٩٧٩). الاغتراب. **مجلة عالم الفكر**. مجلد ١٠ (١)، ٣-١٢

- أبو علام، رجا. (٢٠٠٤). **مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية**. القاهرة: دار النشر للجامعات.
- أحمد، مذكر. (٢٠٠٢). **الصحة النفسية**. الإسكندرية: المكتب العلمي للكمبيوتر.
- اسكندر، نبيل رمزي (١٩٨٨). **الاغتراب وأزمة الإنسان المعاصرة علم الاجتماع وقضايا الإنسان**. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- اسكندر، نبيل رمزي . (١٩٨٨). **الاغتراب وأزمة الانسان المعاصر علم الاجتماع وقضايا الإنسان**. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- الأشول، عادل عزالدين. (١٩٨٥). **التغيير الاجتماعي واغتراب شباب الجامعة**. أكاديمية البحث العلمي . القاهرة .مصر.
- بتروفسكي، أ ف ياروسفسكي. (١٩٩٦). **معجم علم النفس المعاصر**، (ترجمة عبد الجواد وعبد السلام رضوان). القاهرة : دار العالم الجديد.
- البرعي، وفاء محمد أحمد. (٢٠٠٢). **دور الجامعة في مواجهة التطرف الفكري**. ط١. الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.
- بركات، لطقي.(١٩٩٨). **تحديات القرن ال ٢١ في التربية**. ط١. القاهرة :دار العربي لنشر والتوزيع.
- بريهة، أميل. ١٩٨٥. **تاريخ الفلسفة**، (ترجمة جورج طرابيش) . بيروت: دار الطليعة. (العمل الأصلي نشر عام ١٩٨٥) .
- البناء، إيمان عبد الله أحمد . (١٩٩١). **ديناميكية العلاقة بين الاغتراب وتعاطي المواد المخدرة لدى طلبة الجامعة**. رسالة ماجستير (غير منشورة) ،كلية الآداب، قسم علم النفس، جامعة عين شمس، القاهرة.
- جابر، عبد الحميد؛ و كفاي، علاء الدين.(١٩٨٨). **معجم علم النفس والطب النفسي**. القاهرة: دار النهضة العربية.
- جبل، فوزي محمد. (٢٠٠٠). **الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية** . الاسكندرية : المكتبة الجامعية.
- الجماعي، صلاح الدين. (٢٠٠٧). **الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي**. القاهرة: مكتبة مدبولي.

- جمعة، أمجد عزت. (٢٠١٦). فعالية برنامج قائم على السيكدوراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الاعدادية، مجلة العلوم التربوية والنفسية ٢٠(١) آذار.
- جمعة، أمجد عزت. (٢٠٠٥). مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح في السيكدوراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الاعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- حسن، بركات حمزة. (١٩٩٣). الاغتراب وعلاقته بالتدين والاتجاهات السياسية لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراة (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة عين شمس، مصر.
- الحسن، احسان محمد. (١٩٩٩). موسوعة علم الاجتماع. بيروت: الدار العربية للموسوعات.
- حسين، صالح. (٢٠١٢). العنف الاجتماعي والسياسي والإعلامي. القاهرة : دار الكتاب الحديث.
- حماد، حسن. (١٩٩٥). الاغتراب عن إيريك فروم. الطبعة الاولى. بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسة والنشر والتوزيع.
- الخالدي، أديب محمد. (٢٠٠٢). المرجع في الصحة النفسية. ط٢. ليبيا: دار العربية للنشر والتوزيع.
- خليفة، عبد اللطيف. (٢٠٠٢). الاغتراب وعلاقته بالمقارنة والتوجه الديني. الكويت: عالم المعرفة.
- خليفة، عبد اللطيف. (٢٠٠٣). دراسات في سيكولوجية الاغتراب. القاهرة: دار الغريب.
- الدمنهوري، رشاد. (١٩٩٦). الاغتراب وبعض متغيرات الشخصية. مكة المكرمة : مطابع أم القرى.
- الرازي، محمد. (١٩٩٢). مختار الصحاح. بيروت: دائرة المعاجم مكتبة بيروت.
- ربيع، محمد شحاتة. (٢٠٠٠). أصول الصحة النفسية. ط٢. مصر: مؤسسة نبيل للطباعة.
- رجب، محمود. (١٩٨٨). الاغتراب: سيرة المصطلح. ط١. القاهرة: دار المعارف.
- رجب، محمود. (١٩٨٦). الاغتراب. ط٢. القاهرة: دار المعارف.

- رحال، ماريو. (٢٠٠٦). قلق التقدم العلمي الراهن لدى طلاب الجامعة وعلاقته بالعصابية ومتغيرات أخرى. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس. ٤ (١).
- رحال، ماريو. (٢٠٠٨). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الاتجاهات التحليلية والإنسانية. منشورات جامعة تشرين.
- رحال، ماريو . (١٩٩٥) . المعنى الوجودي وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية "دراسة ميدانية على عينة من الشباب الجامعي. رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية البنات، قسم علم النفس ، جامعة عين شمس ، مصر .
- رزق، أمال محمد بشير. (١٩٨٩). الاغتراب النفسي وعلاقته بمفهوم الذات عند طلبة وطلاب الدراسات العليا لكلية التربية بجمهورية مصر العربية. رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية التربية، جامعة عين شمس ، مصر .
- رشاد، زعتر محمد عاطف. (١٩٨٩). بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة الزقازيق.
- زغلول، هشام. (٢٠١٠). الاستفادة من بعض التجارب الدولية في استخدام الدراما المسرح داخل المؤسسات التعليمية، مجلة التربية النوعية بالمنصورة، مصر.
- زقوت، انشراح عبد الحميد. (٢٠١٤) . مدى فاعلية برنامج السيكو دراما في خفض مستوى القلق لدى سيدات المنطقة الحدودية الشمالية في قطاع غزة. رسالة ماجستير . الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- زهران، حامد عبد السلام. (١٩٨٢). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة : عالم الكتب.
- زهران، حامد عبد السلام. (١٩٩٧). التوجيه والإرشاد النفسي. ط ٣ . القاهرة: عالم الكتب.
- زهران، حامد عبد السلم . (٢٠٠٥). الصحة النفسية والعلاج النفسي. (ط ٤). القاهرة: عالم الكتب.

- زهران، حامد عبدالسلام. (١٩٩٤). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم الكتب.
- زهران، سناء حامد. (٢٠٠٢). فاعلية برنامج إرشاد صحة نفسية عقلاني انفعالي لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب لطلاب الجامعة. رسالة دكتوراه ، كلية التربية بدمياط، المنصورة، مصر.
- زهران، سناء حامد. (٢٠٠٤). إرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب. القاهرة: عالم الكتب.
- زيادة، معن. الموسوعة الفلسفية العربية. ط١. بيروت: معهد الإنماء العربي.
- سري، إجلال. (١٩٩٣). الاغتراب والتغريب الثقافي والتغريب اللغوي لدى عينة جامعية. مجلة كلية التربية. عدد ١٧ ، ٧٧ - ١٢٠
- سعيد ،عبد الرحمن محمد. (٢٠٠٤). فاعلية استخدام السيكدوراما في تعديل بعض جوانب السلوك التكيفي لدى ضعاف السمع. مذكرة تخرج ماجستير في التربية، صحة نفسية، جامعة الزقازيق، مصر.
- السفاسفة، محمد. (٢٠٠٣). أساسيات في الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي، ط ١ ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.
- سفيان، نبيل. (٢٠٠٤). المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي. ط١. القاهرة: ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع.
- سليم، هبة خالد. (٢٠١٩). الدراما السيكدوراما السوسيودراما وتطبيقاتها في العملية التعليمية. المملكة الأردنية الهاشمية: دار آمنة للنشر والتوزيع.
- سليمان، عبدالرحمن. (١٩٩٩). بحوث ودراسات في العلاج النفسي، ج٣، زهراء الشرق، القاهرة.
- سيد سليمان، عبد الرحمن. (١٩٩٤). السيكدوراما، مفهوما وعناصرها واستخداماتها، حولية التربية_ جامعة قطر، العدد ١١، جامعتي عين شمس وقطر.
- السيد، نعمات عبد الخالق. (١٩٩٢). الاغتراب وعلاقته بالعصابية والدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة. مجلة علم النفس. المجلد ١(٨).

- السيد، داليا مصطفى. (٢٠١٠). دور السيكدراما في علاج السلوك العدواني للأطفال. **مجلة كلية التربية . جامعة عين شمس**. ٣٤ ، ٦٠١ - ٦٣٠ .
- شاخت، رتشارد .(٢٠٠٥). **الاغتراب**، (ترجمة كامل يوسف حسين). بيروت: المؤسسة العربية للدراسات والنشر. (العمل الأصلي نشر عام ١٩٨٠).
- الشاذلي، عبد الحميد محمد. (٢٠٠١). **الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية**. ط٢. الإسكندرية : المكتبة الجامعية الأزاريطة.
- شتا، السيد. (١٩٨٤). **نظرية الاغتراب من منظور علم الاجتماع**. الرياض: عالم الكتب.
- شفيق، أحمد. (٢٠٠٠). **قاموس الخدمة الاجتماعية والخدمات الاجتماعية**. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- شقير، زينب محمود. (٢٠٠٥). **العنف والاغتراب النفسي بين النظرية والتطبيق**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- صالح، مصطفى؛ حملة، يوسف. (٢٠٠٩). **بحوث معاصرة في علم النفس**. عمان: المملكة الأردنية الهاشمية للنشر.
- الصنيع، صالح بن ابراهيم. (٢٠٠٢). **الاغتراب لدى طلاب الجامعة**. رسالة الخليج العربي. العدد (٨٢).
- الطحان، سوسن. (٢٠١٦). **المعنى الوجودي وعلاقته بالتوافق الوظيفي لدى عينة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي بحث ميداني على عينة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي في مدينة حمص**. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة البعث.
- عاشور، حاتم محمد. (٢٠١٧) . **فعالية برنامج إرشادي لخفض اضطراب الانتباه وتحسين الكفاءة الاجتماعية لدى عينة من الأطفال ذوي صعوبات التعلم**. **مجلة التربية الخاصة والتأهيل**. ٥ (١٩) . ٨٧ - ١٤٠
- عاقل، فاخر. (١٩٨٥). **التربية قديمها وحديثها**. ط٤. بيروت : درا العلم للملايين.
- عبد الخالق، أحمد محمد. (٢٠٠١). **أصول الصحة النفسية**. ط٣. الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.
- عبد الستار ، ابراهيم. (١٩٨٨) . **علم النفس الإكلينيكي**. الرياض: دار المريخ للنشر.

- عبد العال، تحية. (١٩٨٩). العلاقة بين الاغتراب والتأوؤمية لدى الشباب. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- عبد العال، سيد. (١٩٨٨). في سيكولوجية الاغتراب: بعض المؤشرات النظرية الإمبريقية الموجهة في بحوث الاغتراب. مجلة علم النفس . (٤٨-٤٩).
- عبد الغفار، عبد السلام. (٢٠٠١). مقدمة في الصحة النفسية. مصر: دار النهضة العربية.
- عبد الفتاح، رجب مطر. (٢٠٠٢). فاعلية السيكدوراما في تنمية بعض المهارات الاجتماعية. رسالة دكتوراه، كلية التربية. بني سويف، جامعة القاهرة.
- عقل، صلاح. (١٩٩٩). استخدام السيكدوراما في مجال الإرشاد التربوي والعلاج النفسي. عمان: معهد التربية.
- العقيلي، عادل بن محمد. (٢٠٠٤). الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود . رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض، السعودية.
- عكاشة، احمد. (٢٠٠٣). الطب النفسي المعاصر. ط ١. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- علي . بشرى. (٢٠٠٨). مظاهر الاغتراب النفسي لدى الطلبة السوريين في بعض الجامعات المصرية. مجلة جامعة دمشق. ٢٤ (١)، ٥١٣-٥٦١
- علي، لينا. (٢٠٠٧). رتب الهوية الاجتماعية وعلاقتها بالاغتراب النفسي على عينة من طلبة جامعة دمشق. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة دمشق.
- علي، بشرى. (٢٠٠٦). الاغتراب النفسي لدى الطلبة السوريين الذين يدرسون خارج الجامعات السورية وعلاقته بالمشكلات التي يواجهونها. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق.
- عنوز، عبد اللطيف. (١٩٩٩). الاغتراب الوظيفي وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية والتنظيمية في القطاع الصحي الأردني. مجلة الإدارة العامة. ٣٩ (٢)، ٣٤٣.
- غانم، محمد. (٢٠٠٣). العلاج النفسي الجمعي بين النظرية والتطبيق. القاهرة: دار غريب.

- غانم، محمد حسن. (٢٠٠٩). **العلاج النفسي الجمعي بين النظرية والتطبيق**. الاسكندرية: المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع.
- غريب، غريب. (١٩٩٩). **علم الصحة النفسية**. ط١. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- غيث، محمد عاطف. (٢٠٠٦). **قاموس علم الاجتماع**. الإسكندرية، مصر: دار المعرفة الجامعية للطباعة.
- الفارس، مجدي. (٢٠٠٤). **الخصائص النفسية الفارقة والمتعلقة بكثافة التعرض لبرامج التلفزيون الفضائية لدى الشباب الجامعي**. رسالة ماجستير (غير منشورة)، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، مصر.
- فرانكل، فيكتور. (١٩٨٢). **الإنسان يبحث عن معنى**، (ترجمة طلعت منصور). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية
- القريطى، عبد العزيز. (١٩٩١). **ظاهرة الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى**. رسالة الخليج العربي. ١٢ (٣٩). ٢٣-٢٩.
- القريطى، عبد المطلب. (١٩٩٨). **في الصحة النفسية**. ط١. القاهرة: دار الفكر العربي.
- كريمة، يونسى. (٢٠١٢). **الاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة**. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة مولود معمري، الجزائر.
- لبيب، عثمان؛ عبد الغفار، عبد السلام. (١٩٧٠). **الشخصية والصحة النفسية**. بيروت: مكتبة العرفان.
- مجاهد، عبد المنعم. (١٩٨٥). **الإنسان والاغتراب**. القاهرة: سعد الدين للطباعة والنشر والتوزيع.
- محمد، حسن غانم. (٢٠٠٣). **العلاج النفسي الجمعي بين النظرية والتطبيق**، دار النشر كتب عربية.

- محمد، صباح محمود. (١٩٩٧). دراسة حالة الاغتراب لدى الشباب في العراق والأردن دراسة مقارنة. بحث مقدم إلى المؤتمر التربوي الفكري السادس لاتحاد التربويين العرب. بغداد.
- محمد، عبد الصبور منصور؛ مصطفى، محمد علي وعبد الرحيم، زينب علي. (٢٠١٧). فعالية برنامج إرشادي باستخدام السيكدراما الحديثة لخفض حدة النشاط الزائد لدى أطفال الروضة ذوي صعوبات التعلم الاجتماعي. مجلة كلية رياض الأطفال، جامعة بور سعيد. (١٠) . ٣٣٥ - ٣٧٠
- المحمداوي، حسن ابراهيم. (٢٠٠٧). العلاقة بين الاغتراب والتوافق النفسي للجالية العراقية في السويد. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، مكتبة الآداب و التربية، الأكاديمية العربية المفتوحة، الدانمارك.
- المحمدي، عبد القادر موسى . (٢٠٠١). الاغتراب في تراث صوفية الإسلام. ط١. بغداد: بيت الحكمة.
- مصطفى، دينا. (٢٠١٠). سيكدراما . ط ١ . القاهرة: مكتبة الانجلو مصرية .
- موسى، عبدالله. (١٩٨٠). بحوث في علم النفس التربوي. القاهرة: مكتبة الخانجي.
- موسى، محمد عوض. (٢٠٠٣). مظاهر الاغتراب النفسي لدى معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في محافظة شمال فلسطين. رسالة ماجستير (غير منشورة) في الإدارة التربوية، فلسطين، جامعة النجاح الوطنية.
- موسى، وفاء. (٢٠٠٢) . الاغتراب لدى طلبة جامعة دمشق وعلاقته بمدى تحقيق حاجاتهم النفسية. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية ، جامعة دمشق.
- ندا، أيمن منصور أحمد. (١٩٩٧) . العلاقة بين التعرض للمواد التلفزيونية الأجنبية والاغتراب الثقافي لدى الشباب الجامعي المصري. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الإعلام ، جامعة القاهرة.
- نعيمة، رغداء. (٢٠١٢). الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي. مجلة جامعة دمشق. ٢٨ (٣). ١١٣-١٥٨
- النكلاوي، أحمد. (١٩٨٩). الاغتراب في المجتمع المصري المعاصر. القاهرة: دار الثقافة العربية.

- وطفة، علي. (١٩٩٨). المظاهر الاغترابين في الشخصية العربية . مجلة عالم الفكر . مجلد (٢٧) . ص ٢٤١-٢٤٢.
- وهبة، مراد، (١٩٧٩). الاغتراب والوعي الكوني دراسة في هيغل وماركس وفرويد. ١٠ (١)، القاهرة: عالم الفكر.
- يوسف، محمد عباس. (٢٠٠٥). الاغتراب الإبداعي لدى الفئات الإكلينيكية. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

المراجع الأجنبية:

- Addad, M. (1986). psychogenic neuroticism and oncogenic self straightening the international forum for logo therapy. 10 (1) ,p 52-59.
- Anderson, Christopher .(2004). learning in As -if Words: cognition in drama in education. Theory in to practice. 43(4281-286)
- Baker, S. (2004). Intrinsic, extrinsic, and motivational orientation the role of university adjustment stress well bein, and subsequence academic performance. *Current Psychology*. 23(3). 189-202.
- Bergner,R. (1998). Therapeutic approaches to problems of meaninglessness. *American journal of psychotherapy*. 52(1), pp 72-75.
- Bhushan, B. (1994). *Dictionary of sociology, Anmol publications*. New Delhi: PVTL td
- Blatner,A. (2000). Foundations of psychodrama: History, Theory, and Practice (4th ed). New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Corey, G .(1996). Theory and Practice of counsolving and psychotherapy. Brooks, Cole: **Publishing Company**.

- Cory G. (2000). Theory and Practice of Group Counseling, 5th Edition. Brooks / Cole: **Thewson Learning, Calif.**
- Dayton, T. (2005). The Living Stage. Deerfield Beach, Florida: Health Communications .
- Dean, G. (1960) .Alienation and Politic . *"Apathy" Social Forces* . 38 (3) ,pp185–189
- Dias, A. (1998). A study of alienation and non–cognitive factors among Afro–American college student. *Dissertation Abstract International* . 54(8), pp 2951.
- Doron, R ; Parot ,F. (2007). *Dictionary de psychologie* . Quadiringe. France.
- Feurlickt, I. (1978). *Alienation from the past to future*. London: Green Wood Press.
- Gardner–Hynd, N. (2010). Dramatherpy, Learning disabilities and acute mental health .In P. Jones(Ed.), Drama as therapy, Vol 2 :Clinical work & research into practice,PP.172–188. New York: Routledge.
- George, R.L. dustim, d. (1988). Group Counseling: Theory and Practice Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice – Hall, Inc.
- Gilliland; M .S. (1997). Alienation religious freedom &the rise violent religious cults in the U.S.A & Japan. *Dissertation Abstract international*. 36 (3) . pp734.
- Goldstein, Thalia R. and Winner Ellen. (2012). Enhancing Empathy and Theory of Mind. *Journal of Cognition and Development*, 13(1):19–37.
- Gordan ,F,L. (1999). Astudy of non–cognitive variables perception of minority students three 2year colleges. *Dissertation Abstract international* . 60 (5), pp 3283–A.

- Grayson, J.P. (2003). The consequences of early adjustment to university. *Higher Education*. 64(4), 411–429.
- Harvill, R.L. & Masson, R.L.(1994). Group Counseling: Strategies & Skills. New York: Books/Cole Publishing Co.
- Holmes ,P, et al. (2014). Empowering therapeutic practice, Jessica Kingsley publishers, Philadelphia , USA.
- Johnson, G. M. (2005). Students alienation, academic achievement, and web CT use. *Educational technology & society*, 8(2), pp179–189.
- Jutras, W. (1981). Adolescent alienation of cocus control .*Dissertation Abstract international* . 42 (4).
- K. B. Tavon .(2005). The Handbook of Psychodrama, London and New York :Taylor & Francis e–Library. (pp.1–13)
- Kostelnik, M. J. (1993). Guiding Children’s: Social Development. New York: Delmar Publishing.
- Lane, E ; Daugherty, T. (1999). Correlates of Social Alienation among college student, *college students journal*. 33(1), P 7–9.
- Larousse, G. (1999). Dictionary Psychology.
- Mahoney, J ; Quick, B. (2001). Personality correlates of alienation in a University sample .*Psychological reports* .VOL (87), pp1094–1100.
- Mahoney, J. (1999). Alienation and irrational beliefs in non clinical University population . *psychological reports*. 84 (1), pp137–140.
- Moreno ,J.L.(2012). Sociometer ,Experimental Method and the Science of society.(First published 1951). North West Psychodrama Association UK.
- Moreno, R. & Zachariah, M. (2006). Finding my place: the use of psychodrama for building community in the school classroom.

Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Stoichiometry, 23 (4), 157– 167.

- Netter, G. (1957). A measure of alienation . *American sociological review*. 22(6), pp 607.
- Ramos, S. ; Nicholas, L. (2007). Self efficacy of first generation and non first generation college students the relationship with academic performance and college adjustment. *Journal of College Counseling*. 10 (1).
- Rokach, A. (2004). Loneliness then and now Reflections on social and emotional alienation in everyday life. *Current psychology*. vol 23, pp 24 – 40.
- Rokach, M. (1980). *Some Unresolved Issues In Theories Of beliefs Attitudes And Values Univ Of Nebraska . Press*.
- Samuel, H. J. (1999). Certain Adjustment Problems. *Journal of higher Education*, (70). pp485 – 493.
- Sandhu, D.S; Asrabadi, B. R. (1991). An assessment of psychological needs of international students .Paper presented at the annual convention of the American association for counseling and development. pp 25.
- Schaefer,R ; Lamm,R. (1995). *Sociology*. United State of America
- Seeman ,M. (1990) .Alienation And Anomie In J.P.R. Robinson & L.S Rights man (EDS) Measure Of Personality And Psychological. *Academic press New York*. (11), pp 291–371
- Starr, Adalin .(1977). Psychodrama (rehearsal for living) Illustrated therapeutic techniques Chicago Nelson Hall .p,21.
- Swink dissertation ,w. (1994) therapy with the deaf children abstracts international. 54 (11) .pp. 4034–4035

- Wiener, Ron, AdderleyDi, Kirk Kate. (2011). Sociodrama in Changing World, First published by lulu.com, sociodrama and action, UK.
- Wilson, B. (1984). Problem of University adjustment experienced by undergraduates in developing Country. *Higher Education*. 13(1), 1 – 22.
- Wolman, BB. (1975). *Dictionary of Behavioral Science* . London: The Macmillan press. Ltd

ملحق الدراسة

ملحق رقم (١): الصورة الأولى لمقياس الاغتراب النفسي.

ملحق رقم (٢): قائمة بأسماء السادة المحكّمين على مقياس الاغتراب النفسي .

ملحق رقم (٣): قائمة بأسماء السادة المحكّمين على برنامج السيكودراما.

ملحق رقم (٤): الصورة النهائية لمقياس.

الملحق رقم (١)

الصورة الأولى لمقياس الاغتراب النفسي لطلبة الجامعة

المحترم

الأستاذ الدكتور

أضع بين أيديكم هذا المقياس الذي يهدف لقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة والذي سيتم تطبيقه من اجل انجاز رسالة الدكتوراه بعنوان:

" فاعلية برنامج قائم على السيكدوراما في التخفيف من الاغتراب النفسي لدى عينة من طلاب معلم الصف في جامعة البعث "

وبالتالي يرجى منكم التكرم بتقديم ملاحظاتكم القيمة وتعديل ما ترويه مناسباً:

وقد تناولت الباحثة بعض الدراسات العربية والأجنبية مثل: دراسة جليلاند (Gilliland1997)، ودراسة ماهوني وكويك (Mahoney&Quick2001)، ودراسة لاين دورتي (Daugherty1999)، ودراسة (الفارس، ٢٠٠٤)، ودراسة (علي، ٢٠٠٦) ودراسة (العقيلي، ٢٠٠٤)، ودراسة (موسى، ٢٠٠٢)، وأخيراً دراسة (نعيسة، ٢٠١٢) وغيرها من الدراسات.

وستعرض الباحثة فيما يلي أكثر الأبعاد شيوعاً بين هذه الدراسات وتعريف مختصر لكل

منها:

١- **العجز أو فقدان القوة:** شعور الفرد بفقدان القوة، وأنه لا يستطيع التأثير في المواقف الاجتماعية التي يواجهها ويعجز عن التحكم بتصرفاته ورغباته، وبالتالي لا يستطيع تقرير مصيره.

٢- **بعد اللامعنى:** هذا يقصد باللامعنى عدم وضوح الأهداف وعدم وضوح ما يجب الوثوق به لدى الفرد، وقناعته بأن الحياة لا معنى لها، وبأنه لا يوجد شيء له قيمة أو معنى فيها، نظراً لخلو هذه الحياة من الأهداف والطموحات.

٣- **بعد اللامعيارية:** وهو يشير إلى انعدام القيم والمعايير في المجتمع؛ ورفض الفرد للمعايير والقيم السائدة فيه نظراً لعدم ثقته به، وما يترتب عن ذلك من عدم رغبة الفرد

في المساهمة بالسلوك أو العمل، وحالة من الشك فيما يجب اتباعه وما يتعين تركه وفيما يُعدّ خطأ وما يجب اعتباره صحيحاً.

٤- **الغزلة الاجتماعية:** أي الشعور بالوحدة والانعزال والابتعاد عن الآخرين وتجنبهم وانخفاض معدّل التواصل والتفاعل والاندماج وبالتالي ضعف شبكة العلاقات الاجتماعية.

٥- **التمرد:** هو محاولة الفرد الخروج عن المألوف والشائع، وشعوره بالبعد عن الواقع، وعدم الانصياع للعادات والتقاليد السائدة، والرفض والكراهية، والعداء لكل ما يحيط بالفرد من قيم ومعايير وقد يكون التمرد على النفس أو على المجتمع بما يحتويه من أنظمة ومؤسسات وقضايا أخرى.

مقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة

الرقم	العبارات	تنتمي إلى بعد	لا تنتمي	التعديلات
	١- بعد اللامعيارية			
١	يجب على الفرد أن يستغل الآخرين كي يكون ناجحاً.			
٢	يبدو أنّ الأساليب الملتوية كالغش والخداع والتلاعب بعواطف الناس هي التجارة الربحية في هذا الزمن.			
٣	تمسكي بالمبادئ يعتمد على طبيعة المواقف والأشخاص.			
٤	أعمل على تحقيق أهدافي بغض النظر عن الوسيلة سواء كانت مشروعة أم غير مشروعة			
٥	أنتقد الأشخاص الذين يخالفون القيم			
٦	أعتقد أنّ المجتمعات التي لا تخضع للقيم تنعم بالحرية.			
٧	يبدو أنّ القيم المادية هي المسيطر على حياة الناس			

٨	قد استخدم الكذب للتخلص من أي مأزق.		
٩	أوافق القول أن الغاية تبرر الوسيلة حتى لو كانت غير مشروعة.		
١٠	أعتقد أن القيم والعادات التي تربيته عليها لم تعد تصلح لهذا الزمن.		
١١	أعتقد أنه من غير المتوقع أن يقوم شخص بعمل ما بدون مقابل.		
١٢	أعتقد ان الكثير من الناس مستعدون للقيام بأعمال غير مشروعة في سبيل النجاح والتفوق على غيرهم.		
١٣	يبدو أن كل شيء مباح في هذا المجتمع.		
١٤	لذلك لا ألوم أحد في أن يأخذ كل ما يستطيع الحصول عليه.		
١٥	أتصرف دون الاهتمام بالمعايير الاجتماعية.		
١٦	يمكن أن أخالف المعايير الاجتماعية إذا كان ذلك يحقق لي فائدة ما.		
١٧	هناك مبادئ وقيم أتمسك بها ولا أحيد عنها مطلقاً.		
١٨	أعتقد أن الحياة ستسير بطريقة أفضل دون وجود القيم والمعايير.		

الرقم	العبارات	تنتمي إلى بعد	لا تنتمي	التعديلات
	٢ - بعد العجز			
١	تفوتني الفرص غالباً لأنني لا أستطيع حسم الأمور.			
٢	يصعب علي اتخاذ قرارات هامة في حياتي.			
٣	يمكنني تحمّل مسؤولية أي عمل.			
٤	أفشل في إقناع الآخرين بوجهات نظري.			

٥	أشعر أنني مسلوب الإرادة.		
٦	غالباً أجد في نفسي قدرة للدفاع عن حقوقي.		
٧	أجد صعوبة في الاعتراض على آراء الآخرين.		
٨	يمكنني مواجهة موقف ما مهما كان صعباً.		
٩	لدي القدرة للتخطيط المستقبلي.		
١٠	أشعر أن حياتي تسير كما أريد.		
١١	أشعر أنني مقيداً تماماً في الحياة.		
١٢	أترك العمل غالباً بمجرد ظهور أية مشكلة أو صعوبة فيه.		
١٣	أستطيع إنجاز ما يجب علي انجازه.		
١٤	أدافع عن آرائي ومواقفي أمام الآخرين بقوة.		
١٥	يصعب علي المشاركة في اتخاذ قرار حتى ولو كان خاص بحياتي.		
١٦	فقدت الكثير من الفرص لأنني لم أستطع أن أثبت فيها بصورة نهائية.		

الرقم	العبارات	تتبعني إلى بعد	لا تتبعني	التعديلات
	٣- بعد اللامعنى			
١	حياتي خالية من أي هدف.			
٢	أشعر أن مستقبلي مظلم وبلا هدف.			
٣	أعتقد أنه لا يوجد شيء في هذا العالم يوحى بالأمل والتفاؤل.			
٤	أعتقد أنني أملك فلسفة واضحة في الحياة.			
٥	حياتي روتينية ومملة.			
٦	حياتي مليئة بالأمور والقضايا الهامة.			
٧	أجد معنى لكل عمل أقوم به.			
٨	لدي شخص أحبه وأنا على استعداد للتضحية من أجله			

٩	أرى سبباً لاستمرار وجودي في الحياة		
١٠	خبراتي في الحياة كانت مليئة بالإيجابية.		
١١	أحب أن أعيش فترة أطول لتحقيق كل أهدافي.		
١٢	أعتقد أنه لا يوجد في الحياة ما يستحق العيش من أجله.		
١٣	دراستي الحالية ترتبط بأهداف مستقبلية أسعى لها.		

الرقم	العبارات	تتبعني إلى بعد	لا تتبعني	التعديلات
	٤ - العزلة الاجتماعية			
١	أفضل عدم مشاركة الآخرين في همومي.			
٢	عادة أشارك الآخرين في حل مشاكلي.			
٣	أحب المشاركة في أي نشاط اجتماعي في الجامعة.			
٤	أشعر أنني محبوب من الآخرين.			
٥	أعتقد أن البعد عن الآخرين أفضل من الاقتراب منهم.			
٦	أتجنب مشاركة الآخرين في المناسبات سواء أكانت أحزان أم أفراح.			
٧	أفضل البقاء بمفردي طوال اليوم.			
٨	أحب أن أشارك الآخرين في الخير الذي أحصل عليه.			
٩	أشعر بالوحدة رغم وجودي بين أفراد أسرتي.			
١٠	الأنشطة الجامعية مضيعة للوقت.			
١١	أشعر بالتوتر عند وجودي بين الآخرين.			

الرقم	العبارات	تنتمي إلى بعد	لا تنتمي	التعديلات
	٥ - التمرد			
١	التمرد على الواقع الذي نعيشه ضرورة حتى نتغير إلى الأفضل.			
٢	أفضل الرفض على التعامل بالمسالمة.			
٣	أهاجم من يعارضني بالآراء و الأفكار .			
٤	أشعر بكرهية شديدة تجاه القيم السائدة في المجتمع.			
٥	عدم تحقيق آمالي يجعلني غير مهتم بمن حولي.			
٦	اعتقد بان التمرد أصبح الأسلوب الناجح للحصول على ما نريد في هذا الزمن.			
٨	عندما تتاح الفرصة المناسبة سأغير الكثير من أفكار ومعتقدات الآخرين .			
٩	أعتقد بان تميز الإنسان يرتبط بشعوره بالحرية المطلقة في المجتمع.			
١٠	أشعر في بعض الأحيان برغبة قوية بتغيير نظام التعليم الجامعي.			
١١	أشعر بالرضا عن الناس المحيطين بي.			
١٢	ضوابط وقوانين المجتمع غير فعالة في الزمن الحالي .			
١٣	أشعر بالرفض لكل سلوك ورأي يختلف عن ما أؤمن به.			
١٤	أعتقد بأن الغير مألوف في المجتمع هو المرغوب بالنسبة لي.			

ملحق رقم (٢):

قائمة بأسماء السادة المحكمين على مقياس الاغتراب النفسي.

الاسم	الجامعة	الاختصاص
أ. د. محمد موسى	أستاذ في قسم تربية الطفل جامعة البعث	تاريخ الفلسفة
أ. د. يوسف خضور	أستاذ في قسم المناهج وطرائق التدريس - جامعة البعث	تغير اجتماعي
أ. م. د. رزان عز الدين	أستاذ مساعد في قسم الإرشاد النفسي - جامعة البعث	صحّة نفسيّة
أ. م. د. رانيا هلال	أستاذ مساعد في قسم الإرشاد النفسي - جامعة البعث	علم نفس عام
أ. م. د. مهدي ابراهيم	مدرّس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	علم نفس نمو
د. داليا سويد	مدرّس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	علم نفس إعلامي
د. رنا أسعد	مدرّس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	إرشاد مدرسي
د. ريم قصاب	مدرّس في قسم تربية الطفل جامعة البعث	تقويم وقياس
د. سهير موسى	مدرّس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	علم نفس اجتماعي
د. سوسن الشيخ حمود	مدرّس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	إرشاد نفسي ومهني
د. لينا بطيخ	مدرّس في قسم علم النفس جامعة البعث	تشخيص نفسي

ملحق رقم (٣):

قائمة بأسماء السادة المحكمين على برنامج السيكدراما .

الاسم	الجامعة	الاختصاص
أ. د. محمد موسى	أستاذ في قسم تربية الطفل جامعة البعث	تاريخ الفلسفة
أ. د. يوسف خضور	أستاذ في قسم المناهج وطرائق التدريس - جامعة البعث	تغير اجتماعي
أ. م. د. رزان عز الدين	أستاذ مساعد في قسم الإرشاد النفسي - جامعة البعث	صحة نفسية
أ. م. د. رانيا هلال	أستاذ مساعد في قسم الإرشاد النفسي - جامعة البعث	علم نفس عام
أ. م. د. مهند ابراهيم	مدرس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	علم نفس نمو
د. داليا سويد	مدرس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	علم نفس إعلامي
د. رنا أسعد	مدرس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	إرشاد مدرسي
د. ريم قصاب	مدرس في قسم تربية الطفل جامعة البعث	تقويم وقياس
د. سهير موسى	مدرس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	علم نفس اجتماعي
د. سوسن الشيخ حمود	مدرس في قسم الإرشاد النفسي جامعة البعث	إرشاد نفسي ومهني

ملحق رقم (٤) :

مقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة بصورته النهائية

زميلي الطالب:

أمامك مجموعة من العبارات تدور حول بعض القضايا والأمور التي تهتك، والمطلوب أن تضع إشارة (X) في الحقل الذي يعبر عن مدى مطابقة العبارة بالنسبة لوضعك، ويهْمُنَا معرفة رأيك الشخصي بصراحة، علماً إن الإجابات سيتم الاستفادة منها لأغراض البحث العلمي فقط.

الاسم او الرمز : الاختصاص: الجنس: السنة الدراسية:

غير موافق بشدة	غير موافق	حيادي	موافق	موافق بشدة	العبارة	
					أفضل عدم مشاركة الآخرين في همومي.	١
					عادة أشارك الآخرين في حل مشاكلي.	٢
					أحب المشاركة في أي نشاط اجتماعي في الجامعة.	٣
					أشعر أنني محبوب من الآخرين.	٤
					أعتقد أن البعد عن الآخرين أفضل من الاقتراب منهم.	٥
					أتجنب مشاركة الآخرين في المناسبات سواء أكانت أحزان أم أفراح.	٦
					أفضل البقاء بمفردي طوال اليوم.	٧
					أشعر بالوحدة رغم وجودي بين أفراد أسرتي.	٨
					الأنشطة الجامعية مضيعة للوقت.	٩
					أشعر بالتوتر عند وجودي بين الآخرين.	١٠
					أتجنب مشاركة الآخرين في رأيي ومواقفي.	١١
					تقوتني الفرص غالباً لأنني لا أستطيع حسم الأمور.	١٢

١٣	أجد صعوبة في اتخاذ قرارات هامة في حياتي.				
١٤	يمكنني تحمل مسؤولية أي عمل.				
١٥	أفضل في إقناع الآخرين بوجهات نظري.				
١٦	أشعر أنني مسلوب الإرادة.				
١٧	أجد في نفسي قدرة للدفاع عن حقوقي.				
١٨	أجد صعوبة في الاعتراض على آراء الآخرين.				
١٩	يمكنني مواجهة موقف ما مهما كانت طبيعته.				
٢٠	لدي القدرة للتخطيط المستقبلي.				
٢١	أشعر أن حياتي تسير كما أريد.				
٢٢	أشعر أنني مقيداً تماماً في الحياة.				
٢٣	أترك العمل غالباً بمجرد ظهور أية مشكلة أو صعوبة فيه.				
٢٤	أقوم بواجباتي على أكمل وجه.				
٢٥	أدافع عن آرائي ومواقفي أمام الآخرين بقوة.				
٢٦	يؤدي استغلال الآخرين إلى النجاح.				
٢٧	يبدو أن الأساليب الملتوية كالغش والخداع والتلاعب بعواطف الناس هي التجارة الربحية في هذا الزمن.				
٢٨	تمسكي بالمبادئ يعتمد على طبيعة المواقف والأشخاص.				
٢٩	أعمل على تحقيق أهدافي بغض النظر عن الوسيلة سواء كانت مشروعة أم غير مشروعة				
٣٠	أنتقد الأشخاص الذين يخالفون القيم				
٣١	أعتقد أن المجتمعات التي لا تخضع للقيم تنعم بالحرية.				
٣٢	يبدو أن القيم المادية هي المسيطر على حياة الناس				

٣٣	قد استخدم الكذب للتخلص من أي مأزق.				
٣٤	أوافق القول أن "الغاية تبرر الوسيلة" .				
٣٥	أعتقد أن القيم والعادات التي تربيته عليها لم تعد تصلح لهذا الزمن.				
٣٦	أعتقد أنه لن يقوم أي شخص بعمل ما بدون مقابل.				
٣٧	أعتقد ان الكثير من الناس مستعدون للقيام بأعمال غير مشروعة في سبيل النجاح والتفوق.				
٣٨	يبدو أن كل شيء مباح في هذا المجتمع.				
٣٩	لا ألوم أحد في أن يأخذ كل ما يستطيع الحصول عليه.				
٤٠	أتصرف دون الاهتمام بالمعايير الاجتماعية.				
٤١	هناك مبادئ وقيم أتمسك بها ولا أحيد عنها مطلقاً.				
٤٢	أعتقد أن الحياة ستسير بطريقة أفضل دون وجود القيم والمعايير.				
٤٣	التمرد على الواقع الذي نعيشه ضرورة.				
٤٤	أفضل الرفض على التعامل بالمسالمة.				
٤٥	أهاجم من يعارضني بالآراء و الأفكار.				
٤٦	أشعر بكراهية شديدة تجاه القيم السائدة في مجتمعنا.				
٤٧	عدم تحقيق أهدافي يجعلني غير مهتم بمن حولي.				
٤٨	اعتقد بان التمرد أصبح الأسلوب الناجح للحصول على ما نريد.				
٤٩	عندما تتاح الفرصة المناسبة سأغير الكثير من أفكار ومعتقدات الآخرين .				
٥٠	أعتقد بان تميز الإنسان يرتبط بشعوره بالحرية				

					المطلقة في المجتمع.	
					أشعر في بعض الأحيان برغبة قوية بتغيير نظام التعليم الجامعي.	٥١
					أشعر بالرضا عن الناس المحيطين بي.	٥٢
					قوانين مجتمعنا غير فعالة في عصرنا الحالي.	٥٣
					أشعر بالرفض لكل سلوك ورأي يختلف عما أو من به.	٥٤
					الغير مألوف في مجتمعنا هو المرغوب بالنسبة لي.	٥٥
					أعيش دون أن أعرف الهدف من هذه الحياة.	٥٦
					أشعر أن مستقبلي غامض.	٥٧
					أعتقد أنه لا يوجد شيء في هذا العالم يوحي بالأمل والتفاؤل.	٥٨
					أهدافي واضحة ومحددة.	٥٩
					الحياة تبدو دائما رتيبة ومملة.	٦٠
					حياتي مليئة بالأمر والقضايا الهامة.	٦١
					أجد معنى لكل عمل أقوم به.	٦٢
					أشعر أن الموت أفضل من الحياة.	٦٣
					أحب أن أعيش فترة أطول لتحقيق كل أهدافي.	٦٤
					أعتقد أنه لا يوجد في الحياة ما يستحق العيش من أجله.	٦٥
					ليس لي هدف بعد أن أنتهي من هذه الدراسة.	٦٦

ملخص الدراسة باللغة العربية

مشكلة الدراسة

تتحدّد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

ما فاعليّة برنامج قائم على السيكو دراما في التخفيف من مشاعر الاغتراب النفسي لدى عيّنة من طلبة كليّة التربية - قسم معلّم الصف؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحاليّة إلى إعداد برنامج قائم على السيكو دراما للتخفيف من الاغتراب النفسي عند طلبة معلّم الصف وإعداد مقياس للاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة، وتعرّف مدى وجود فروق بين متوسّط درجات طلاب المجموعة الضابطة في مستوى الاغتراب النفسي قبل وبعد تطبيق البرنامج، وتعرّف مدى وجود فروق بين متوسّط درجات طلاب المجموعة التجريبيّة في مستوى الاغتراب النفسي بعد تطبيق البرنامج، وتعرّف مدى وجود فروق بين متوسّط درجات طلاب المجموعة الضابطة وطلاب المجموعة التجريبيّة في مستوى الاغتراب النفسي قبل تطبيق البرنامج، وتعرّف مدى وجود فروق بين متوسّط درجات طلاب المجموعة الضابطة وطلاب المجموعة التجريبيّة في مستوى الاغتراب النفسي بعد تطبيق البرنامج.

أهميّة الدراسة:

تتبع أهميّة الدراسة الحاليّة فيما يأتي:

٨- من طبيعة المشكلة التي تتصدّى لها؛ فهي تلقي الضوء على مشكلة الاغتراب النفسي التي تُعدّ من المشكلات الاجتماعية والنفسية الخطرة التي يمكن أن تصيب الشباب الجامعي.

٩- من استخدام السيكو دراما كأسلوب إرشادي جماعي للتخفيف من الاغتراب النفسي من خلال تطبيق تبادل الأدوار والدراما الاجتماعية وغيرها من الفنيات.

١٠- كما تأتي أهميّة الدراسة من طبيعة العيّنة التي هي موضع الدراسة الحاليّة، وهي طلاب قسم تربية الطفل - معلّم الصف التي ستكون مسؤولة مسؤوليّة كاملة مستقبلاً عن إعداد الأجيال وبنائهم وتنمية شخصياتهم من جوانبها المختلفة.

١١- تُعَدّ الدراسة الحاليّة، الدراسة الأولى من نوعها التي تطبّق فيها السيكو دراما كأسلوب إرشاديّ للتخفيف من الاغتراب النفسي لدى الطلبة الجامعيين (معلّم صف)، وذلك على حدّ علم الباحثة.

١٢- وقد يستفيد منها طلبة معلّم الصف والمرشدون النفسيّون والمعلّمون العاملون في التربية.

١٣- على ضوء نتائج الدراسة سيتمّ إجراء دراسات مشابهة أخرى ذات علاقة بالموضوع وعلى مستويات تعليميّة أدنى أو أعلى من مستوى أفراد العيّنة.

١٤- على ضوء نتائج الدراسة يمكننا تصميم برامج إرشاديّة وتربويّة لخفض حالات أخرى من المشكلات النفسيّة والاجتماعيّة لدى طلاب قسم تربية الطفل وما ينتج عنها من آثار سلبية.

حدود الدراسة:

- الحدود المكانية: تمّ إجراء الدراسة في مدينة حمص - جامعة البعث - كليّة التربية
- الحدود الزمانيّة: تمّ إجراء الدراسة في الفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٢١ - ٢٠٢٢
- الحدود الموضوعيّة: تحدّد الدراسة الحاليّة موضوعياً وهي الاغتراب النفسي، والبرنامج القائم على السيكودراما.
- الحدود البشريّة: طلاب كليّة التربية قسم معلّم الصف في جامعة البعث.

التعريف بمصطلحات الدراسة نظرياً وإجرائياً:

- البرنامج القائم على السيكو دراما: هو مجموعة من الجلسات المخطّطة والمنظّمة في ضوء الأسس الإرشاديّة والتربويّة والعلميّة بحيث يقدّم خدمات إرشاديّة مباشرة وغير مباشرة (الخطيب، ٢٠١٣، ١٠).
- ويعرّف إجرائياً في هذه الدراسة؛ بأنّه مجموعة من الجلسات التدريبيّة الجمعيّة والمنظّمة والمجدولة بـ (١٥) جلسة، مدّة كلّ جلسة (٥٠) د، والمستندة إلى بعض أساليب السيكو دراما

التي تهدف إلى التخفيف من الاغتراب النفسي لدى طلبة معلّم الصف في جامعة البعث في
العام ٢٠٢١-٢٠٢٢

- **الاغتراب النفسي** psychological Alienation: "شعور الفرد بعدم الانتماء، وفقدان الثقة، ورفض المعايير الاجتماعية، والمعاناة من الضغوط النفسية، وتعرّض وحدة الشخصية للضعف والانهيار، بتأثير العمليّات الثقافيّة والاجتماعيّة التي تتمّ داخل المجتمع" (زهران، ٢٠٠٢، ١٨). ويشير صلاح مخيمر (١٩٨١) إلى أنّ الاغتراب هو "نوع من الاضطراب في علاقة الفرد بنفسه والعالم؛ حيث يشعر المرء بأنّه غريب عن ذاته ومنفصل عن واقعه، بسبب فقدان المعنى المتمثّل بصورة أساسيّة في الهدف والقيمة؛ ممّا يعطلّ الحركة الديناميّة ما بين الذات والواقع" (يوسف، ٢٠٠٥، ١٤).

وتعرّف الباحثة الاغتراب النفسي في الدراسة الحاليّة: بأنّه شعور الفرد بالانفصال عن ذاته وعن مجتمعه؛ وافتقاد الصلات الاجتماعية مع الآخرين، إضافةً إلى شعوره بالإحباط والتشاؤم من كلّ ما يحيط به، وإحساسه بانهيار القيم الأخلاقية، متمثلاً بمجموعة من الأبعاد هي: العزلة الاجتماعية- العجز - اللا معيارية- اللا معنى- التمرد.

التعريف الإجرائي للاغتراب النفسي: الدرجة التي يحصل عليها أفراد عيّنة البحث على مقياس الاغتراب النفسي المستخدم في البحث الحالي، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى وجود الاغتراب النفسي بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى عدم وجود الاغتراب النفسي.

منهج الدراسة:

استخدم في هذا البحث المنهج شبه التجريبي؛ لمناسبته لطبيعة البحث الحالي، حيث يتمّ تعريف المجموعتين التجريبيّة والضابطة للاختبار القبلي، كما يتمّ إخضاع المجموعة التجريبيّة للتجربة (المتغيّر المستقل)، بينما حُجبت التجربة عن المجموعة الضابطة، وتعرّضت المجموعتان لعدد من الاختبارات بهدف التعرّف على فعاليّة البرنامج (كمتغيّر مستقلّ) في التخفيف من الاغتراب النفسي (كمتغيّر تابع)، وبعد نهاية البرنامج تمّ تطبيق القياس البعدي لمعرفة الأثر الذي أحدثه البرنامج (المتغيّر المستقلّ).

مجتمع الدراسة وعيّتها:

حدّدت الباحثة مجتمع البحث بجميع طّلاب قسم معلّم الصف في كليّة التربية في جامعة البعث في العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢١ وبلغ عددهم (١٥٠٠) طالباً وطالبة، وتمّ اختيار السنة الرابعة البالغ عددها (٥٦٠) لسحب العيّنة العشوائية.

فقامت الباحثة باختيار أفراد العيّنة على ثلاث مراحل، في المرحلة الأولى تمّ الاختيار بطريقة العيّنة العشوائية لاختيار الأفراد الذين سيتمّ تطبيق مقياس الاغتراب النفسي عليهم، وبلغ عددهم (٢٠٠) طالب، وبعد تطبيق المقياس تمّ اختيار الأفراد اللذين حصلوا على درجة متوسطة على مقياس الاغتراب وبلغ عددهم (٧٣) طالباً وطالبة، ثمّ تمّ سحب عيّنة عشوائية وبلغ عددها (٢٨) طالباً وطالبة، حيث بلغت نسبة العينة بالنسبة لعينة الدرجة المتوسطة ٣٨,٣٥ % وتمّ تعيين المجموعتين بطريقة التعيين العشوائي.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

بما أنّ الدراسة الحالية هدفت إلى تعرّف فاعليّة برنامج قائم على السيكو دراما في التخفيف من الاغتراب النفسي، فقد استخدمت الباحثة الأدوات الآتية:

- ١- مقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة (إعداد الباحثة).
- ٢- برنامج قائم على السيكو دراما (إعداد الباحثة).

فرضيات الدراسة:

سيتمّ اختبار الفرضيات الآتية عند مستوى للدلالة 0,05:

- ١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طّلاب المجموعة الضابطة وطّلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي قبل تطبيق البرنامج.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيقه.
- ٣- لا توجد فروق فردية ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة الضابطة وطّلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي بعد تطبيق البرنامج.

٤- لا توجد فروق فردية ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة الضابطة وطلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي بعد تطبيق البرنامج تبعاً لمتغير الجنس.

٥- لا توجد فروق فردية ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاغتراب النفسي في القياس البعدي والقياس المؤجل).

نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة الحالية إلى النتائج الآتية:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج؛ لصالح القياس البعدي.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج، وفقاً لمتغير الجنس.

٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده لدى طلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي والقياس المؤجل.

Research abstract

Research problem

The research problem is formulated by the following main question:

How effective is a psychodrama-based program in alleviating the feelings of psychological alienation amongst a sample of the Faculty of Education students (Classroom Teacher Department)?

Research goals:

The current study aims at preparing a psychodrama-based program for alleviating psychological alienation amongst the students of the Classroom Teacher Department and preparing a scale for psychological alienation amongst university students, and to recognize the range of differences between the average scores of the control group students in relation to the level of psychological alienation before and after applying the program, and recognizing the range of differences between the average scores of the experimental group students in relation to the level of psychological alienation following applying the program, and recognizing the range of differences between average scores of the control group students and those of the experimental group students in relation to the level of psychological alienation before applying the program, and recognizing the range of differences between average scores of

the control group students and the experimental group students in relation to the psychological alienation following applying the program.

Research importance

The importance of the current study lies in the following:

1. The nature of the problem it is dealing with; it highlights the problem of psychological alienation which is considered one of the serious social and psychological problems which might strike the university youth.
2. Using psychodrama as a group counselling technique for alleviating psychological alienation through applying role-play, social drama and other techniques.
3. The importance of the study also results from the nature of the research sample targeted by the current study, which is the students of the Child Education Department / Classroom Teacher Department, and which will be fully responsible in the future for preparing and developing generations, and developing their personalities of all different aspects.
4. The current study is considered the first of its kind to apply psychodrama as a counselling technique for alleviating psychological alienation amongst university students (Classroom Teacher Department), to the best knowledge of the researcher.

5. It might be of benefit to the students of Classroom Teacher Department and psychological counselors, and teachers working in the field of Education

6. According to the results of the study, other similar pertinent studies, related to lower or higher educational levels of the research sample population, will be conducted.

7. According to the research results, we can design counseling and educational programs for alleviating other cases of psychological and social problems amongst the students of the Child Education Department and the negative effects that come out of them.

Research parameters;

– Place parameters: the study has been conducted in the city of Homs – Al-Baath University, The Faculty of Education

– Time parameters: the study has been conducted in Term 1 of the Academic Year 2021 – 2022

– Topical parameters: the current study is specified topically according to the study variables which are: psychological alienation, specialization in the Child Education Department (Classroom Teacher), and gender.

– Human parameters: The Faculty of Education students, Classroom Teacher Department in Al-Baath University.

Defining the terminology of the study theoretically and procedurally:

– **The effectiveness of the psychodrama-based program:**

Effectiveness is the ability to achieve the result in accordance with specified scales; the efficiency increases every time it is possible to achieve the result fully (بدوي، ١٩٧٧، ١٢٧).

– A program is a group of sessions planned and organized according to counseling educational and scientific bases so that it provides direct and indirect counseling services (الخطيب، ٢٠١٣، ١٠).

– **And such sessions are defined procedurally** in this study as a set of group organized training sessions, which are arranged by (15) sessions, the duration of each is (50) minutes, and which are based on some techniques of the psychodrama which aim at alleviating psychological alienation amongst the students of the Classroom Teacher Department in Al-Baath University in the academic year 2021 – 2022.

– **Psychological alienation** is the feeling of the individual of not belonging, loss of confidence, rejecting social standards, suffering psychological pressures, and the exposure of the personality unity to weakness and collapse under the influence of cultural and social operations happening inside the society (زهران، ٢٠٠٢، ١٨). Salah Mukheimer (1981) points out that alienation is a 'kind of disorder in the relationship of the individual between himself and the world, whereby the individual feels alien to himself and dissociated from his reality, because of losing the meaning represented basically by the

goal and value, which malfunctions the dynamic movement between the ego and the reality (يوسف، ٢٠٠٥، ١٤) .

The researcher defines psychological alienation in the current study as the feeling of the individual of being dissociated from his ego and his society, and losing social connections with the others, in addition to feeling of frustration and pessimism regarding everything around him, and his feeling of the collapse of the morality, represented by a group of dimensions which are: social isolation – incompetence – no-standardization – no-meaning – rebellion.

The procedural definition of the psychological alienation: is the score obtained by the population of the research sample on the scale of psychological alienation used in the current research, where the high score indicates the presence of psychological alienation whereas the low score indicates the non-presence of psychological alienation.

Research Methodology:

The quasi-experimental methodology is used in this research for being convenient to the nature of the current research, whereby the two groups, the experimental and the control groups, are exposed to the pre-test. The experimental group is exposed to the experiment (the independent variable), whereas the experiment was not applied to the control group. The two groups were exposed to several tests aiming at recognizing the effectiveness of the program (as an independent variable) in

alleviating psychological alienation (as a dependent variable). At the end of the program, the after-test was applied in order to know the effect caused by the program (the independent variable).

Research community and research sample:

The researcher defined the research community as the whole population of the Classroom Department students in the Faculty of Education, Al-Baath University in the Academic Year 2021/2022 totalling (1,500) male and female students. The fourth academic year, totalling (560) students, was chosen wherefrom the random sample is drawn.

The researcher selected the sample students following three stages. In the first stage, selection was done through random sampling for choosing individuals to which the psychological alienation scale will be applied. They were (200) students. Following applying the scale, the individuals scoring a medium score on the scale of alienation, totalling (73) students, were selected. Then a random sample, totalling (28) male and female students, was selected. The ratio of the sample to the ratio of the medium score sample was 38.35%. The two groups were selected through random sampling.

Tools used in the study:

Since the current study aimed at recognizing the effectiveness of a psychodrama-based program in alleviating psychological alienation, the researcher used the following tools:

1. The scale of psychological alienation amongst university students (prepared by the researcher).
2. Psychodrama-based program (prepared by the researcher).

Research hypotheses:

The following hypotheses will be tested at significance level of 0.05.

1. There are no statistically significant differences between the average scores of the control group students and that of the experimental group students on the scale of psychological alienation before applying the program.
2. There are no statistically significant differences amongst the average scores of the experimental group students on the scale of psychological alienation before applying the program and following applying it.
3. There are no statistically significant individual differences between the average scores of the control group students and those of the students of the experimental group on the scale of psychological alienation following applying the program.

4. There are no statistically significant differences between the average scores of the control group students and those of the students of the experimental group on the scale of psychological alienation following applying the program according to gender variable.

5. There are no statistically significant individual differences amongst the average scores of the experimental group students on the scale of psychological alienation in the after-test and the delayed test.

Research results

The current study reached the following results:

1. There are no statistically significant differences in the average scores on the scale of psychological alienation and its dimensions amongst the students of the experimental group and the students of the control group before applying the program.

2. There are statistically significant differences in the average scores on the scale of psychological alienation and its dimensions amongst the students of the experimental group before and after applying the program in favour of the after-test.

3. There are statistically significant differences in the average scores on the scale of psychological alienation and its dimensions between the students of the experimental group

and the students of the control group following applying the counseling program.

4. There are no statistically significant differences in the average scores on the scale of psychological alienation and its dimensions amongst the students of the experimental group following applying the program, according to the variable of gender.

5. There are no statistically significant differences in the average scores on the scale of psychological alienation and its dimensions amongst the students of the experimental group in the after-test and the delayed test.

Syrian Arab Republic
Al-Baath University
Faculty of Education
Child Education Department

**The effectiveness of a program based on
psychodrama in alleviating psychological alienation
among a sample of classroom teacher students in the
College of Education at Al-Baath University**

Research prepared for the Ph.D degree in child education.

Presented by
Sarah Marwan Ward

Supervised by

Dr. Walid Hamada
Pro. of child education

Dr. Fayez Yazbek
Pro. of Psychology