جامعة محمد بن أحمد "2"

كلية العلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر أكاديمي في علم النفس :

تخصص: علم النفس المدرسي

عنوان المذكرة :

أساليب العلاج السيكودرامي للخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل

من إعداد الطالبة :

- قندوز عصماء

تحت إشراف الأستاذ:

- جلطي بشير

الأستاذ الرئيسي	بولجراف
الأستاذ المشرف و المقرر	جلطي بشير
الأستاذ المناقش	بطاهر طاهر

السنة الجامعية

2021/2020

إهداء

الى الذي احبني دون ان يراني .....رسول الله ﷺ

الى التي لا يضاهيها أحد في الوجود رفعة و شأنا..... أمي حفظها الله و رعاها

الى من انتظر ثمرة نجاحي .....الى مثلي الاعلى أبي

الى احن و اطيب ما ينطق به اللسان .....أخي وائل

الى من وقفو جانبي و ساندوني صديقاتي .....أحلام، أسماء

اليهم اهدي هذا العمل المتواضع.....

قندوز عصماء

شكر و تقدير

الحمد لله الذي وفقني لإنجاز هذا العمل و بعد:

أتقدم بالشكر الجزيل الى الاستاذ المشرف جلطي بشير لإشرافه على هذه الدراسة و لكل ما قدمه لي من ارشادات و توجيهات، و كما أتقدم بالشكر الى السادة اعضاء لجنة المناقشة الذين سيقيمون هذا العمل .

شكرا الى كل من علمني حرفا و انار دربي بالعلم، الى كل الاساتذة و الزملاء ، و لكم جميعا الشكر الجزيل و الفضل الكبير

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على أساليب العلاج السيكودرامي للخفض من حدة السلوك العدواني لدى الطفل، قمنا بطرح التساؤلات التالية:

1- هل يسهم العلاج بأسلوب المناقشة و الحوار و المحاضرة في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل؟

2- هل يسهم العلاج بأسلوب الألعاب الدرامية في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل؟

3- هل يسهم العلاج بأسلوب السيكودرامي في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل؟

4- هل يسهم العلاج بالأسلوب السيكودرامي في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل؟

حيث كنت بصدد اعتماد المنهج التجريبي واستخدام مقياس السلوك العدواني و بعدها تطبيق برنامج أرشادي سيكودرامي لكن بسبب بعض الصعوبات و العراقيل في ظل جائحة الكورونا اكتفيت باقتراح برنامج لتعديل السلوك .

الفهرس:

الإهداء	أ
شكر و تقدير	ب
ملخص الدراسة	ج
الفهرس	د
مقدمة	01
الجانب النظري: **الفصل الأول: مدخل الدراسة**	
الإشكالية	05
فرضيات الدراسة	07
أهمية الدراسة	07
الهدف من الدراسة	08
ضبط مفاهيم الدراسة	08
الفصل الثاني: السلوك العدواني	
تمهيد	11
1. تعريف السلوك العدواني	11
2. النظريات المفسرة للسلوك العدواني	12
3. تطور مشاعر العدوان عند الطفل	23
4. الفرق بين الجنسين "البنين و البنات" في السلوك العدواني	25
5. أشكال السلوك العدواني	26
6. أسباب السلوك العدواني و العوامل المهيئة له	27
7. خصائص السلوك العدواني	30
8. إرشادات لتجنب السلوك العدواني عند الأطفال	30
9. الوقاية من السلوك العدواني	31
الفصل الثالث: السيكودراما	
تمهيد	35
1. مدخل تاريخي للسيكودراما	35
2. تعريف السيكودراما	37
3. عناصر السيكودراما	39

4. أهداف السيكودراما	40
5. مزايا السيكودراما	41
6. أنواع السيكودراما	42
7. النتائج الوظيفية للسيكودراما	42
8. أساليب و فنيات السيكودراما	43
9. إجراءات تطبيق العلاج السيكودرامي	47
الفصل الرابع: مقترح برنامج إرشادي سيكودرامي	
1. منهج الدراسة	49
2. الأدوات المستخدمة	50
3. وصف مختصر للبرنامج	51
4. أهمية البرنامج	51
5. أهداف البرنامج	52
6. الفئة المستهدفة	53
7. خطوات بناء البرنامج:	53
- النظريات التي يقوم عليها البرنامج	53
- مراحل تطبيق البرنامج	55
- الأساليب و الفنيات المستخدمة	56
- محتوى جلسات البرنامج	58
صعوبات البحث	63
التوصيات و المقترحات	63
قائمة المراجع	
الملاحق	

مقدمة:

يتوقف مستقبل أي مجتمع إلى حد كبير على مدى اهتمامه بالأطفال و رعايتيـتهم و الاهتمام بالإمكانيات التي تتيح لهم حياة سعيدة و نموا سليما، و من هنا أصبح الاهتمام بالطفل هو مستقبل أي امة وعليه يتحدد مستقبلها، ولا شك أن الاهتمام بالطفل العدواني قد اخذ في الآونة الأخيرة اهتماما ملحوظا.

فالسلوك البشري سلوك يعبر تعبيرا محددا عن المحاولات التي يبذلها الفرد لمواجهة متطلباته، فلديه عدد من الحاجات التي تدفع به تارة إلى سلوك لا يرضاه المجتمع، وتارة إلى سلوك يجلب له الرضى المجتمعي. والسلوك العدواني لدى الأطفال سلوك يتميز بالخطورة، وتمتد آثاره إلى مجالات التفاعل والنمو الاجتماعي، ويتداخل مع العملية التعليمية التعلمية والعلائقية مع جماعة الرفاق والبالغين الذين هم في تفاعل يومي ومستمر معهم. إن المجتمع يستحسن من الفرد كل سلوك بناء؛ لأن الإنسان وهب نعمة العقل ليتحكم بدوافعه، وان المجتمع والأسرة والمدرسة ما هي إلا مؤسسات اجتماعية وتربوية كفيلة بتهذيب السلوك وتقويمه. يعد السلوك العدواني من القضايا الهامة في المجال التربوي، وسيظل إحدى الموضوعات الجديرة بالبحث والتمحيص والدراسة، ويرى كثير من الباحثين أن السلوك العدواني شأنه شأن أي سلوك إنساني، متعدد الأبعاد، متشابك المتغيرات، متباين الأسباب بحيث لا يمكننا رده إلى تفسير واحد .

و السيكودراما هي احد الأساليب العلاجية و الإبداعية، تهدف إلى تقديم نوع من العلاج النفسي في صورة و بأبعاد مختلفة عن العلاجات النفسية المتداولة عند الأطفال و المراهقين ذوي الاضطرابات السلوكية..حيث يستخدم الباحث في دراسته أسلوب العلاج السيكودرامي مع التلاميذ عن طريق روايـة الباحـث لـبعض القصص التي تناقش بعض المشكلات السلوكية التي يعاني منها المسترشدين ثم تترك الحرية لهم لاختيـار الأدوار التي يريدون تمثيلها وتبادل هذه الأدوار بينهم، وبعد ذلك يتم مناقشتهم بمجريات وأحداث التمثيليـة، حيث يتم التركيز على الجانب السلوكي وليس على الجانب الفني الأدائي، و

يرجع الباحث استخدام روايـة القصة في البرنامج لما تتمتع به القصة من قدرة عالية على الإقناع وتنمية للقدرات العقليـة والتـصور والابتكار عن غيرها من الأساليب الإرشادية، كما أنها تعتبر من أكثر الأنشطة جذباً للأطفال لما يدور فيها من أحداث دراماتيكية مختلفة تجذبهم إليها، ولما في القصص المستخدمة من توجيه مباشر وغيـر مباشـر نحو السلوك السوي عن طريق التقليد والمحاكاة والتقمص والمناقشة الجماعية التي تحدث بعد لعب الطلاب المسترشدين لأدوار هذه القصص.

و هذا الأمر الذي دفعني إلى محاولة التعرف على أساليب العلاج السيكودرامي للخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل ، وقد انصب اهتمامي اكثر حول الجانب النظري وذلك لمواجهتي بعض الصعوبات لانجاز الجانب التطبيقي ، و قد احتوى الجانب النظري على ثلاثة فصول، الفصل الأول تضمن مدخل للدراسة و تم التطرق فيه إلى إشكالية الدراسة و تساؤلاتها، فرضياتها، أهميتها و أهدافها، فيما خصص الفصل الثاني للسلوك العدواني ،حيث تم التطرق فيه إلى التعريف بالسلوك العدواني ، والمصطلحات المرتبطة به ،نظرياته، تطور مشاعر العدوان عند الطفل ، الفرق بين الجنسين في العدوان و أشكاله، و أسبابه ثم خصائصه، إرشادات لتجنب السلوك العدواني عند الأطفال، الوقاية من السلوك العدواني، أما الفصل الثالث فقد تناولت السيكودراما و جاء فيه مدخل تاريخي للسيكودراما ، تعريف السيكودراما، عناصرها، أهدافها، مزاياها، أنواعها، النتائج الوظيفية للسيكودراما، أساليب و فنيات السيكودراما، إجراءات تطبيقها.

و في الفصل الرابع تم اقتراح برنامج إرشادي سيكودرامي لتعديل السلوك العدواني و جاء فيه منهج الدراسة، الأدوات المستخدمة، البرنامج العلاجي (وصف مختصر للبرنامج،أهمية البرنامج،الهدف العام للبرنامج،الأهداف الفرعية، الفئة المستهدفة، النظريات التي يقوم عليها البرنامج، مراحل تطبيق البرنامج، الأساليب و الفنيات المستخدمة التي يقوم عليها البرنامج، محتوى جلسات البرنامج).

الجانب النظري

الفصل الأول:

مدخل إلى الدراسة

1. الإشكالية
2. فرضيات الدراسة
3. أهمية الدراسة
4. الهدف من الدراسة
5. المفاهيم الدراسة

1- الإشكالية:

تعد مرحلة الطفولة من أكثر مراحل الحياة أهمية لما لها من تأثير بارز في بناء قدرات الإنسان وإكسابه أنماط السلوك المختلفة وتكوين شخصيته، وهذا ما أكد عليه الكثير من علماء النفس والتربية، من هنا أصبح الاهتمام بالطفل هدف تسعى إليه جميع المجتمعات لتحقيقه نظراً لأن الطفل هو مستقبل أي أمة وعليه يتحدد مستقبلها .يعد السلوك العدواني من السلوكيات غير السوية المنتشرة بشدة في المدارس بدرجات مختلفة، حيث يبدأ في عمر مبكر من الطفولة ، وقد انتشر هذا السلوك في مدارسنا و أصبح من السلوكيات التي تعرقل العملية التعليمة حيث يضاف إلى ذلك فان التلميذ العدواني يعرض نفسه للطرد من المدرسة، وقد ينخرط مستقبلا في أعمال إجرامية خطيرة.(الدستوقي، 2016: 07)

والسلوك العدواني ليس شيء مطلق بمعنى انه ّ يدل على فعل ثابت له أوصاف محددة، ولكنه شيء نسبي تحدده عوامل كثيرة مثل: الزمان والمكان والظروف الاجتماعية (الزعبي،2007) فإذا لم يلق الطفل المعاملة التربوية الحسنة في المدرسة ويستوعب المناهج المتطورة، فإن حياته سيصيبها الفشل والتقاعس عن التحصيل العلمي، ويحل جو السأم والضيق في نفسه، ويخلق علاقات عدوانية سواء مع أقرانه أم مع المدرسين وتصبح حياة المدرسة بالنسبة له صورة قاتمة للحياة البشرية ، نظرا لما يصاب به من إحباط متكرر. ومن المعروف أن المجتمع بكافة مؤسساته يسعى بشكل كبير للحد من هذا السلوك الاجتماعي أو التخفيف من حدته، وبسبب اختلاف ظروف الأطفال والطلبة وبيئاتهم الاجتماعية والاقتصادية يؤثر على اختلاف مظاهر السلوك العدواني، إذ يعتمد هذا الأخير على طبيعة كل موقف بمفرده، فتميل بعض المواقف إلى إثارة هذا السلوك بدرجات مختلفة ومتفاوتة لدى الأفراد (الزعبي، 2004)

وترى البطوش (2007) أن السلوك العدواني يرتبط بالخصائص النمائية للأطفال، ويلاحظ في بعض الحالات أن شدة السلوكيات العدوانية، ومدى تكرارها تكون لافتة للنظر لدى بعض الأطفال بحيث تكون فوق الحد المقبول، وقد تتوافق العدوانية لدى هؤلاء الأطفال بأنواع أخرى من الاضطرابات الإنفعالية والسلوكية، أو أنها تشكل مظهر مميزا للاضطراب الإنفعالي أو السلوكي الذي يعاني منه بعض الأطفال، وقد تستمر هذه العدوانية

لدى هؤلاء الأطفال وتتفاقم خلال مراحل النمو اللاحقة لتصبح سمة بارزة في شخصياتهم، الأمر الذي يستدعي التدخل ومحاولة علاج هذه المشكلة لمساعدتهم على النمو والتكيف السليمين ،من هنا كانت الحاجة ملحة للبحث عن أسلوب إرشادي يتناسب مع طبيعة الأطفال ويتماشى مع مشكلاتهم السلوكية بغرض التخفيف من حدة السلوك العدواني فكان الأسلوب متمثلاً بالسيكودراما. و السيكودراما كما يقول عنها "مورنيو" الذي ابتدعها أنها ثورة على ما هو قائم، وهذا بالإضافة إلى استخدام الجسد في التعبير تجعلها لغة عالمية واسعة الاتصال فهي أسلوب علاجي يتناسب مع جميع الأشخاص في مراحلهم المختلفة (غريب ،1999:4).

وتعد السيكودراما من الأساليب التي أظهرت نجاحا في تنمية مهارات التواصل مع الآخرين، وتحديد مشاعرهم الشخصية و التعبير عنها ومساعدة الطفل على اختيار أنواع مختلفة من السلوكات يكون من الصعب اختيارها و اختبارها في الواقع هذا ما أيدته دراسة **لأشرف يعقوب** حول فعالية برنامج إرشادي قائم على السيكودراما في خفض من حدة السلوك الفوضوي و تنمية المهارات الاجتماعية لدى طلبة صعوبات التعلم، حيث طبقت الدراسة على عينة قوامها 24 طالبا من دوي صعوبات التعلم مما لديهم السلوك الفوضوي حيث أظهرت وجود نتائج موجبة للبرنامج في خفض بعض مظاهر السلوك الفوضوي وتنمية المهارات الاجتماعية، و كذلك دراسة **لأمجد عزات عبد المجيد جمعة** حول مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح في السيكودراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الإعدادية على عينة مكونة من 24 طالبا ممن تحصلوا على أعلى الدرجات على مقياس مشكلات السلوك بحيث لوحظ تحسن في السلوك وحدث خفض لمستوى المشكلات السلوكية، ومن هنا أعطت هذه الدراسات دفعة قوية في دراستنا الحالية بحيث تهدف إلى اقتراح برنامج إرشادي سيكودرامي للخفض من حدة السلوك العدواني لدى الطفل والتي تستهدف فئة الأطفال باعتبار مرحلة الطفولة مرحلة مهمة مما يفرض الاهتمام بها ،فما هي اساليب العلاج السيكودرامي للخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل؟

ولتوضيح إشكالية البحث أكثر نطرح التساؤلات التالية:

1- هل يسهم العلاج بأسلوب المناقشة و الحوار و المحاضرة في الخفض من حدة السلوك العدوني عند الطفل؟

2- هل يسهم العلاج بأسلوب الالعاب الدرامية في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل؟

3- هل يسهم العلاج بالاسلوب القصصي في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل؟

4- هل يسهم العلاج بالأسلوب السيكودرامي في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل؟

2- فرضيات الدراسة:

1- يسهم العلاج بأسلوب المناقشة و الحوار و المحاضرة في الخفض من حدة السلوك العدوني عند الطفل.

2- يسهم العلاج بأسلوب الالعاب الدرامية في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل.

3- يسهم العلاج بالاسلوب القصصي في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل.

4- يسهم العلاج بأسلوب السيكودرامي في الخفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل.

3- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى :

1- تقديم خطة لبرنامج إرشادي لتعديل السلوك العدواني .
2- التخفيف من حدة السلوك العدواني إلى أقصى درجة ممكنة لدى الطلاب العدوانيين.
3- التعرف على اساليب العلاج السيكودرامي في خفض من حدة السلوك العدواني عند الطفل.

4- مساعدة العاملين في الحقل النفسي على استخدام اساليب العلاج السيكودرامي كأحد الأساليب العلاجية والإرشادية الجماعية في المدارس والمراكز والعيادات وغير ذلك.

4- أهمية الدراسة:

1- تهتم هذه الدراسة بتطبيق اساليب العلاج السيكودرامي للخفض من حدة السلوك العدواني لدى الطفل،واستخدام الأسلوب القصصي في تطبيقه، حيث أن الأطفال يقبلون بشغف على الاستماع إلى القصص . وهي تعمل على زيادة الرصيد المعلومات و البحث العلمي عن هذا السلوك.
2- تعزيز وإثراء خبرة المرشدين والعاملين في الحقل النفسي بأساليب إرشادية متميزة غير تقليدية للتعاطي مع السلوك العدواني و المشكلات السلوكية الاخرى مثل السيكودراما ولعب الأدوار والقصص والألعاب التعاونية الهادفة.
3- إمكانية استخدام المرشدين والمعلمين في المدارس والعاملين بالحقل النفسي في المؤسسات والمراكز لهذا العلاج للتخفيف من حدة السلوك العدواني ، وتطويعه للاستفادة منه في مشكلات أخرى.

5- ضبط مفاهيم الدراسة:

السلوك العدواني: يمكن تعريف السلوك العدواني بأنه كل فعل فيه إيذاء للذات، وللغير، ويتضمن هذا القول أوالفعل، عدوانا موجها للذات وللزملاء، وللوالدين وللأسرة، وللأبنية، وللأدوات، وللنظام الدراسي، ويتطلب التخريب والتعمد بإلحاق الضرر.

برنامج إرشادي مقترح: ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه "مجموعة من الأنشطة والخبرات والإجراءات والخدمات الإرشادية المباشرة والغير مباشرة المخطط لها، والتي يستخدمها الباحث مع مجموعة من الطلاب المشكلين بقصد إحداث تغيير متوقع في سلوكهم والتخفيف من حدة المشكلات السلوكية التي يعانون منها بقدر الإمكان في نهاية مدة

البرنامج وكذلك من أجل مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والتوافق النفسي وتحقيق الصحة النفسية. وتعتمد هذه الأنشطة والخبرات على (السيكودراما – القصص – المناقشات والمحاضرات – ألعاب ترويحية وتعاونية هادفة).

السيكودراما: شكل من أشكال العلاج الجماعي، وهي أسلوب إسقاطي يقوم من خلاله الفرد بتفريغ ما يعانيه من مشكلات أو مواقف حياته معاشة سواء على المستوى الشخصي أو الاجتماعي في الحاضر أو الماضي أو المستقبل، وذلك في حضور المرشد والأدوات المساعدة والجمهور، مما يحقق للفرد استبصارا بسلوكه الاجتماعي، وتعديل أنماط سلوكه غير الملائمة أو أفكاره عن ذاته غير الواقعية.

الفصل الثاني: السلوك العدواني

1. تعريف السلوك العدواني.
2. النظريات المفسرة للسلوك العدواني.
3. تطور مشاعر العدوان عند الطفل.
4. الفرق بين الجنسين "البنين و البنات في السلوك العدواني
5. أشكال السلوك العدواني.
6. أسباب السلوك العدواني و العوامل المهيئة له.
7. خصائص السلوك العدواني.
8. ارشادات لتجنب السلوك العدواني عند الاطفال
9. الوقاية من السلوك العدواني

تمهيد:

يمثل العدوان ظاهرة مهمة في حياة الأفراد، فهو ملاحظ و معروف في سلوك الإنسان السوي وغير السوي، وفي سلوك الطفل الصغير و الراشد الكبير، وللسلوك العدواني مفاهيم غامضة ومتعددة فهناك من يعتبره شكل من أشكال اضطرابات السلوك التي يصدرها الفرد لفظيا أو بدنيا أو ماديا يكون صريحا أو ضمنيا يستهدف الأذى المادي أو البدني يكون نتيجة لعوامل مختلفة له عدة خصائص و آثار.

1. تعريف السلوك العدواني:

يرى (دحلان،12:2003) أن السلوك العدواني هو السلوك الذي ينتج عنه أدى لشخص أو تدمير للممتلكات، وهذا الأذى قد يكون نفسيا على هيئة تحقير أو تقليل القيمة، وقد يكون اجتماعيا.

كما يعرفه (بطرس،131:2007) على انه نوع من السلوك يستهدف إيذاء الآخرين أو تسبيب القلق عندهم، وهو عند الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة يتضمن الضرب وتدمير الممتلكات والهجوم اللفظي ومقاومة ما يوجه إليه من طلبات وأوامر.

وقد اعتبر (أبو عيد،26:2003) العدوان سلوك الذي يؤدي إلى إلحاق الأذى الشخصي بالغير، و قد يكون الأذى نفسيا على شكل إهانة أو خفض القيمة وهناك عدوان الناتج عن الاستفزاز، إذ يحاول الطفل العدواني السيطرة على أقرانه عن طريق الأذى الجسدي أو الهجوم اللفظي.

أما (خياط،35:2014) فعرفه بأنه حالات السلوك الموجبة لإيقاع الأذى بشخص ما بشكل مباشر أو غير مباشر، فهو نشاط يقصد به الشخص الإيذاء البدني وإحداث الألم لشخص آخر.

في حين يرى(حقي،80:1996) بأنه سلوك ينتج عن الإحباط و الغضب وهو رد فعل غريزي يتهدب بالتعلم، أو يدفعه التلذذ في إيذاء الآخرين، وهو نوع من العنف يتسبب في الألم لفرد آخر أو إتلاف أشياء تخص المعتدي أو تخص غيره.

يمكن حوصلة تعريف السلوك العدواني بأنه السلوك الذي يلحق الأذى بالغير أو الذات، وقد يكون الأذى نفسيا (من إهانة وتحقير ونبذ وما شابههم) أوجسديا(من ضرب ورمي بالأشياء ودفع وما شابه ذلك)أو لفظيا (متنابز بالألقاب وإغاظة وشتم وتسلط وتعليقات التحقير والسخرية وما شابه).

2. النظريات المفسرة للسلوك العدواني:

1- النظرية السلوكية:

يرى السلوكيون أيضا لعدوان شأنه شأن أي سلوك يمكن اكتشافه ويمكن تعديله وفقا لقوانين التعلم ولذلك ركزت البحوث والدراسات السلوكية في دراستهم للعدوان على حقيقة يؤمنون بها وهي أن السلوك برمته متعلم من البيئة و من ثم فإن الخبرات المختلفة التي اكتسب منها شخص ما السلوك العدواني قد تم تدعيمها بما يعزز لدى الشخص ظهور الاستجابة العدوانية كلما تعرض للموقف المحبط.

وانطلق السلوكيون إلى مجموعة من التجارب التي أجريت بداية على يد رائد السلوكية جون واطسون حيث أثبت أن الفوبيا بأنواعها مكتسبة بعملية تعلم ومن ثم يمكن علاجها وفقا للعلاج السلوكي الذي يستند على هدم نموذج من التعلم الغير سوي وإعادة بناء نموذج تعلم جديد سوي.**(عصام عبد اللطيف العقاد، 2001: 112).**

وتتفرع النظرية السلوكية إلى نظريتين، الأولى هي نظرية الإحباط - العدوان لدولر وميلر،والثانية هي نظرية التعلم الاجتماعي لبوندورا..

أ- نظريةالإحباط –العدوان:

من أشهر علماء هذة النظرية دولار،ميلر، دوب، سيزر، الذين اجمعوا على ان السلوك العدواني يظهر نتيجة الإحباط.(ناجي عبد العظيم،سعيد مرشد.2006:27).

والإحباط عبارة عن استثارة انفعالية غير سارة تمثل وضعا مزعجا للفرد،كما أن هذه الاستثارة يمكن أن تستدعي من الفرد عدة استجابات، من بينها العدوان، واعتمادا على نوع الاستجابات التي تعلمها الفرد في تعامله مع مواقف من القسر، والضغط المشابهة للوضع

الراهن، وهذه الاستجابات يمكن أن تكون طلب المساعدة من الآخرين ، أو الانسحاب من الموقف، أو محاولة حل المشكلة وتخطيها، أو اللجوء إلى الكحول والمخدرات أو العدوان أو استخدام ميكانيزمات الدفاع الأساسية، وهكذا فإن هذه هي أكثر الاستجابات التي يحتمل ظهورها أكثر من غيرها، فإذا قاد العدوان في الماضي هذا الفرد للتخلص من الإحباط فإن احتمال لجوئه إلى العدوان في المستقبل سوف يزداد،والشيء نفسه صحيح بالنسبة لأي استجابة أخرى.(**يوسف قطامي، عبد الرحمن عدس،2002: 211).**

ويقول الدكتور **حلمي المليجي"**:أن الفرد عندما يواجه إحباطا يقف حائلا أمام إشباع حاجاته، فإن ذلك يؤدي إلى التوتر، وقد ينجم عن ازدياد التوتر باختلاف الأشخاص والظروف المحبطة، فيتخذ الفرد أسلوب الاعتداء والتنحي، وقد يصاب الشخص بالخوف الشديد فيتراجع متنحيا المشكلة، ويفشل في التكيف ويعجز عن مواجهة هذا الإحباط.**"(حلمي المليجي، دون سنة:19)**

ويمكن أن نوجز جوهر هذه النظرية فيما يلي:

1- كل الإحباطات تزيد من احتمالات رد الفعل العدواني.

2- كل عدوان يفترض مسبقا وجود إحباط سابق.

كما توصل رواد هذه النظرية إلى بعض الاستنتاجات من دراستهم عن العلاقة بين الإحباط والعدوان والتي يمكن اعتبارها بمثابة الأسس النفسية المحددة لهذه العلاقة.

أولا: تختلف شدة الرغبة في السلوك العدواني باختلاف كمية الإحباط الذي يواجهه الفرد ، وتعتبر كمية الإحباط دالة لثلاثة عوامل هي:

1- شدة الرغبة في الاستجابة المحبطة.

2- مدى التدخل أو إعاقة الاستجابة المحبطة.

3- عدد المرات التي أحبطت فيها الاستجابة.

ثانيا: تزداد شدة الرغبة في العمل العدائي ضد ما يدركه الفرد على أنه مصدرا لإحباطه، ويقل ميل الفرد للأعمال غير العدائية حيال ما يدركه الفرد على أنه مصدر إحباطه.

ثالثا: يعتبر كف السلوك العدواني في المواقف الإحباطية بمثابة إحباط آخر ويؤدي ذلك إلى زيادة ميل الفرد للسلوك العدواني ضد مصدر الإحباط الأساسي، وكذلك ضد عوامل الكف التي تحول دونه والسلوك العدائي.

رابعا: على الرغم من أن الموقف الإحباطي ينطوي على عقاب للذات إلا أن العدوان الموجه ضد الذات لا يظهر إلا إذا تغلب على ما يكف توجيهه وظهوره ضد الذات، ولا يحدث هذا إلا إذا واجهت أساليب السلوك العدائية الأخرى الموجهة ضد مصدر الإحباط الأصلي عوامل كف قوية(.**عصام عبداللطيف العقاد، 2001:113-114).**

تعقيب على نظرية الإحباط- العدوان:

بينت الدراسات أن الإحباط لا يؤدي بالضرورة إلى السلوك العدواني، بل قد تظهر أنواع أخرى من السلوك مثل طلب العون والمساعدة من الآخرين أو الانسحاب، أو الإلتجاء إلى شرب الخمور والمخدرات، ويتدخل في هذا الموقف كثير من العوامل الخاصة بتربية الطفل .(**ناجي عبد العظيم سعيد مرشد، 2006:29).**

كما تبين أن ردود الأفعال العدائية يمكن أن تحدث دون إحباط مسبق، كما قد تحدث الاستجابات العدائية نتيجة للتقليد والملاحظة ، كذلك فإن العدوان رغم أنه ليس الاستجابة الوحيدة الممكنة للإحباط يتوقف على عدة متغيرات هي: تبرير التوقعات ومدى شدة الرغبة في الهدف إذ يزداد الإحباط مرارة حين يقيم الفرد توقعات وآمالا بعيدة لها ما يبررها لكنه يمنع من تحقيقها، فالإحباط يصل إلى ذروته حين ينطوي على تبرير لتوقعات تتعلق بتحقيق هدف له أهميته أو أمل طال انتظار تحقيقه.(**عصام عبد اللطيف العقاد، 2001:114).**

ب- نظرية التعلم الاجتماعي:

إن هذه النظرية لا تقل أهمية عن غيرها من النظريات التي تناولت السلوك العدواني بالدراسة والبحث ويعتبر **باندورا Bandura** هو المؤسس الحقيقي لنظرية التعلم

الاجتماعي في العدوان حيث اهتم بدراسة الإنسان في تفاعله مع الآخرين، والشخصية في تصور **باندورا** لا تفهم إلا من خلال السياق الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي ، و السلوك عنده يتشكل بملاحظة سلوك الآخرين.

ومن الملامح البارزة في نظرية التعلم الاجتماعي الدور الذي يوليه تنظيم السلوك عن طريق العمليات المعرفية مثل: الانتباه، التذكر، التخيل، التفكير، حيث لها القدرة على التأثير في اكتساب السلوك. وأن الإنسان له القدرة على توقع النتائج قبل حدوثها ويؤثر هذا التوقع المقصود أو المتخيل في توجيه السلوك .(**المرجع السابق، نفس الصفحة)** ، و بالتركيز على السلوك العدواني الذي يؤدي إلى الإصابة الجسدية أو تدمير الممتلكات ، أظهر **باندورا** كيف يمكن أن يتعلم الناس هذا السلوك العدواني عن طريق نمذجة سلوك الآخرين، فبالنسبة إليه السلوك العدواني يمكن تعلمه كأي سلوك آخر، إما من خلال تعزيز هذا السلوك مباشرة أو من خلال تقليد سلوك نماذج عدوانية سواء كانت هذه النماذج حية،أو متلفزة،فمن منظور نظرية التعلم الاجتماعي، السلوك العدواني ليس غريزة أو ناتج عن الإحباط، بل هو نموذج من السلوك المتعلم المكافأ.(**-Million ,Melvin 2003,.j.Lerner 571p570p; (Theodore**

ومن أهم الدراسات حول التعلم بالملاحظة أجرى **باندورا** تجارب مستخدما فيها تصميم تجريبي يتكون من ثلاث مجموعات، كل مجموعة تتكون من عدد من الأطفال يدخل كل طفل إلى حجرة الاختبار التي توجد بها ألعاب مصنوعة من البلاستيك وفي كل مجموعة يغير متغير معين وقد توصل في الأخير إلى أن العنف المعروض على الأطفال جعلهم يميلون بدرجة مرتفعة للعدوان غير أن النموذج الذي تعرضت إليه المجموعة الثانية "هجوم على الدمى" وجد أن الأطفال يتعاملون بعدوانية مع ألعابهم في حجرة الملاحظة على عكس المجموعة الضابطة، كما انتهت النتائج إلى أن الأطفال لا يقلدون العدوانية التي تكون خيالية، بينما يقلدون العنف المشاهد الذي يحمل في طياته عنف الحياة الواقعية.(**محمد خضر عبد الله المختار، 71:1998)**

وخلاصة النتائج التي توصل إليها أن العنف التلفزيوني والعدوان على علاقة موجبة فيما بينهما وعليه يعد التعلم بالملاحظة أكثر التفسيرات قبولا للعلاقة الإيجابية بين العنف التلفزيوني والسلوك العدواني، وفي عام**1973** حاول **باندورا** تحليل التعلم والاكتساب الاجتماعي، وتوصل إلى أن التلفزيوني يعطي الطفل المشاهد شعورا عميقا بأنه جزء من البرنامج أو الفيلم المعروض ويدخل في صميم قناعتهم الشخصية على أنه جزء حقيقي من السلوك الاجتماعي الإنساني.(**المرجع السابق:72-73)**

ويضيف البعض أن تأثير الجماعة على اكتساب السلوك العدواني يتم عن طريق تقديم النماذج العدوانية للأطفال فيقلدونها، أو عن طريق تعزيز السلوك العدواني لمجرد حدوثه، حيث أن الجماعة تسهل نمو الشخصيات العدوانية، وذلك بإمداد الأطفال بالنماذج العدوانية، فيقلدونها،أو بتحريضهمعلى العدوان، أو بالتعزيز الاجتماعي لهذا السلوك عند حدوثه (.**ناجي عبد العظيم سعيد مرشد،30:2006).**

وتتلخص وجهة نظر **بوندورا** في تفسير العدوان كتالي:

- معظم السلوك العدواني متعلم من خلال ملاحظة وتقليد الأقران، والنماذج الرمزية كالتلفزيون .

- اكتساب السلوك العدواني من الخبرات السابقة.

- التعلم المباشر للمسالك العدوانية كالإثارة المباشرة للأفعال العدوانية الصريحة في أي وقت.

- تأكيد هذا السلوك من خلال المكافأة والتعزيز.

-إثارة الطفل إما بالهجوم الجسدي أو بالتهديدات و الإهانات أو إعاقة سلوك موجه نحو هدف أو تقليل التعزيز أو إنهائه قد يؤدي إلى العدوان.

-العقاب قد يؤدي إلى زيادة العدوان.(**عدنان أحمد الفسفوس2، 21:2006)**

تعقيب على نظرية التعلم الاجتماعي:

هذه النظرية تعطي أهمية كبيرة لخبرات الطفل السابقة ولعوامل الدافعية المرتكزة على النتائج العدوانية المكتسبة، والدراسات تؤيد هذه النظرية بشكل كبير، مبينة أهمية التقليد والمحاكاة اكتساب السلوك العدواني، حتى وإن لم يسبق هذا السلوك أي نوع من الإحباط **(.خولة أحمديحي،190:2000)**

2- نظرية الغرائز:

مفهوم غريزة العدوان ليس جديدا، لأن الغريزة كانت رئيسية في الاختيار الطبيعي، ويمكن أن نصنفها كالتالي:

أ- نظرية التحليل النفسي للعدوان:

يعد **Freud** فرويد من أوائل من أسهموا في إثارة العديد من القضايا المتصلة بالنفس البشرية وخاصة تلك المتعلقة بالشعور واللاشعور والتي أحدثت ثورة في علم النفس ومجالاته المختلفة منذ إثارته لتلك المشاكل إلى يومنا هذا .

فالعدوان من وجهة نظر فرويد هو ردة فعل من إحباط وتعويق للدوافع الحيوية أو الجنسية والتي غالبا ما تسعى للإشباع وتحقيق الرضا والسرور والابتعاد عن المواقف المؤلمة، غير أن هذا التوجه لم يلق القبول والاستحسان لدى الكثير من أنصاره، فقد أثار هذا التنظير الجدل والنقد والرفض نظرا لربطه جميع نواحي النشاط الإنساني بالدافع الجنسي مما دفع أنصاره من بينهم **أدلر Adler** إلى تقديم تفسيرات جديدة مختلفة عن تلك التي تحدث عنها **فرويد**، حيث قال أن العامل العدواني في الطبيعة البشرية له أهمية أكبر من عامل الجنس، وقد وصف غريزة العدوان بأنها كفاح من أجل الكمال والتفوق. مما أجبر فرويد عام**1920** على تعديل موقفه السابق وإضافة غريزة أخرى سماها **غريزة الموت ""Thantos** والمتمثلة في الطاقة العدوانية والتي تميل حسب وصف فرويد لها إلى التخريب و الدمار، وذلك في حالة عدم الاتساق بين الغريزتين.**(عبد الله بن محمد الوابلي، 1993:15-16)**، وبشكل أكثر تحديدا فإن **فرويد** يقول:" بنزوتين أساسيتين هما نزوة الحياة ويطلق عليها اسم **Eros** و التي تمثل الدوافع لدى الإنسان أي هي منبع الطاقة الجنسية ، وهي أيضا

المسؤولة على التقارب والتوجيه والتجميع بينما الغريزة أو النزوة الثانية فهي نزوة الموت أو ما يعرف باسم **تاناتوس Thanatos** التي هي نقيض الغريزة الأولى فهي تهدف إلى التدمير وتفكيك الكائن الحي."**(مصطفى حجازي، 186:1976)**.

و ينظر **مكدوجل** والذي يعد أول مؤيدي هذه النظرية للعدوان على أنه غريزة فطرية ويعرفه بغريزة المقاتلة حيث يكون الغضب هو الانفعال الذي يكمن وراءها**(بشير معمرية، ابراهيم ماحي،2004:16)**.

وبالنسبة لغرائز الموت نجد أن **فرويد** يؤكد على أنها وراء مظاهر القوة والعدوان والانتحار والقتال لذا اعتبر غرائز الموت غرائز فطرية لها أهمية مساوية لغرائز الحياة من حيث تحديد السلوك الفردي حيث يعتقد **فرويد** أن لكل شخص رغبة لا شعورية في الموت، ولم يرى **فرويد** خلاصا للإنسان من العدوان إلا عن طريق زيادة التقارب العاطفي بين بني الإنسان من جهة، وتوفير الفرص المناسبة للتنفيس عن العدوان بشكل مقبول اجتماعيا من جهة ثانية.**(يوسف قطامي،عبد الرحمن عدس، 2002: 210)**.

تعقيب على نظرية التحليل النفسي:

هناك من يرى بأنه لا يمكن أن يعتبر كل سلوك يقوم به الإنسان ناتج عن غرائزه فلو كان هذا صحيحا يصبح همه هو إشباعها وبالتالي فالإنسان لا يمكنه أن يتحكم في عدوانيته، ولا في سلوكاته لأنها لاتخضع للعقل.كما أنه أسرف في تأكيد أثر الطاقة الجنسية في توجيه سلوك الفرد و أكد على دور الدوافع الغريزية في تكوين الشخصية وأهمل دور العوامل الاجتماعية والثقافية.

ب-النظرية البيولوجية:

هذه النظرية على أن سبب العدوان بيولوجي في تكوين الشخص أساسا، ويرى بعضها اختلافا في بناء المجرمين الجسماني عن غيرهم من عامة الناس وهذا الاختلاف يميل بهم ناحية البدائية فيقترب بهم من الحيوانات فيجعلهم يميلون للشراسة والعنف.(**ناجي عبد العظيم سعيد مرشد، 25:2006)**.

كما أن هناك دليلا مستمدا من عدة مصادر على وجود خلل في وظيفة المخ يتعلق بإصابة بؤرة معينة منه تؤدي إلى السلوك العنيف، وقد وجد أن الأفراد الذين يبين الرسم الكهربائي لمخهم أوجه شذوذ في المنطقة الصدغية تكون فيهم نسبة أكبر من أوجه الشذوذ السلوكية مثل: الافتقار إلى التحكم في النزوات العدوانية، الذهان مقارنة مع الأفراد الذين يكون رسم موجات المخ عندهم طبيعيا.

و يعتقد أصحاب هذه النظرية بان العدوان أساسه بيولوجي وقد يحدث نتيجة خلل فسيولوجي في النظام العصبي حيث يؤدي هذا الخلل إلى اضطرابات وظيفية في الشحنات الكهروعصبية عند الإنسان **(بيرفان عبدالله محمد سعيد المفتي،2002: 135).**

كما أن الهرمونات لها تأثير على العدوان، فقد لوحظ أن هناك ارتباطا بين زيادة هرمون الذكورة **Testosterone** وبين العدوان خاصة في حالة الاغتصاب الجنسي، كما لوحظ أن خصاء الحيوان يقلل من عدوانيتها ، وللنظرية البيولوجية براهين جراحية تحاول الربط بين إثارة مناطق معينة من الدماغ وبين استجابة العدوان، حيث لوحظ أن الجانب الخارجي للمهاد **Hypothalamus** أطلق عديدا من أشكال العدوان المصاحب بمختلف أنواع الانفعال، وأن الإثارة لمنطقة معينة هي"حزمة الأنسية للدماغ الأمامي **Bundle ForebrainMedial"** أطلقت استجابة عدوانية شرسة جدا في حيوانات التجارب، بعكس إثارة المنطقة المحيطة بالبطين في المادة الرمادية Grey التي تحدث استجابات أقل عدوانية، كما لوحظ أن اللوزة **Amygdala** لها دور في كبح العدوان.(**ناجي عبدالعظيم سعيد مرشد، 26:2006).**

تعقيب على النظرية البيولوجية:

إن النتائج الجراحية التي أجريت على الأفراد العدوانيين تعرضت لنقد شديد من قبل المختصين الذين رأوا أن نفس النتائج في سلوك المرضى يمكن تحقيقها بأساليب أقل خطورة ، كما أن الآثار الجانبية لمثل هذه الجراحات تصيب الإنسان بالتبلد وعدم القدرة على التركيز، فقدان التحكم والإفراط في تناول الطعام علاوة على أن بعض المرضى يموتون أثناء الجراحة.

من أكبر دعاة هذا الاتجاه **أيزنك Eysenck** الذي يرى أن العدوان يمثل القطب الموجب في

عامل ثنائي القطبين شأنه في ذلك شأن بقية عوامل السمات الانفعالية للشخصية، وأن القطب السالب في هذا العامل يتمثل في اللاعدوان والخجل أو في الحياء، وأن بين القطبين مدارج من العدوان إلى اللاعدوان تصلح لقياس درجة العدوانية عند مختلف الأفراد .(ناجي عبد العظيم سعيد مرشد، 30:2006).

وباستخدامه للتحليل العاملي قدم براهين علمية على صحة ما يذهب إليه كما يلي:

1- أن جميع الأفراد يولدون بأجهزة عصبية مختلفة، فمنهم من هو سهل الاستثارة ومنهم من هو صعب الاستثارة.

2- الشخصيات سهلة الاستثارة تصبح مضطربة، والشخص المضطرب لديه استعداد في أن

يصبح عدوانيا أو مجرما.(بشير معمرية، ابراهيم ماحي، 17:2004) وتنمو سمة العدوان في الطفولة والمراهقة من التفاعل بين عوامل فطرية وعوامل بيئية، وقد تبين من دراسات عديدة أن بعض المجرمين من أسر ينتشر فيها العدوان.(ناجي عبد العظيم سعيد مرشد، 31:2006)

3- النظريات المعرفية المفسرة للعدوان:

أ- نظرية العدوان الانفعالي:

نظرية العدوان الانفعالي من النظريات المعرفية التي ترى أن العدوان يمكن أن يكون ممتعا حيث أن هناك بعض الأشخاص يجدون استمتاعا في إيذاء الآخرين، بالإضافة إلى منافع أخرى، فهم يستطيعون إثبات رجولتهم ويوضحوا أنهم أقوياء وذووا أهمية وأنهم يكتسبون المكانة الاجتماعية، ولذلك فهم يرون أن العدوان يكون مجزيا مرضيا ومع استمرار مكافأتهم على عدوانهم يجدون في العدوان متعة لهم، فهم يؤذون الآخرين حتى إذا لم تتم إثارتهم انفعاليا، فإذا أصابهم ضجر وكانوا غير سعداء فمن الممكن أن يخرجوا في مرح عدواني إن هذا العنف يعززه عدد من الدوافع والأسباب وأحد هذه الدوافع أن هؤلاء

العدوانيين يريدون أن يبينوا للعالم وربما لأنفسهم أنهم أقوياء، ولابد أن يحظوا بالأهمية والانتباه، فقد أكدت الدراسات التي أجريت على العصابات العنيفة من الجانحين المراهقين بأن هؤلاء يمكن أن يواجهوا الآخرين غالبا لا لأي سبب بل من أجل المتعة التي يحصلون عليها من إنزال الألم بالآخرين بالإضافة إلى تحقيق الإحساس بالقوة والضبط والسيطرة وطبقا لهذا النموذج في تفسير العدوان الانفعالي فمعظم أعمال العدوان الانفعالي تظهر بدون تفكير فالتركيز في هذه النظرية على العدوان غير المتسم نسبيا بالتفكير ويعني هذا خط الأساس التي ترتكز عليه هذه النظرية ومن المؤكد أن الأفكار لها تأثير كبير على السلوك الانفعالي فالأشخاص الثائرين يتأثرون بما يعتبرونه سبب إثارتهم وأيضا بكيفية تفسيرهم لحالتهم الانفعالية(.عدنان أحمد الفسفوس 21:,2006)

ب-العدوان الإبداعي AggressionCreative:

العدوان الإبداعي وفقا لتصور **باخ** هو باختصار شديد هو نظام علاج نفسي، وهو أيضا طريقة تعليم ذاتي مصمم لتحسين مهارات الناس جذريا للحفاظ على العلاقات السوية مع الأخرين، والنظام العلاجي عن طريق العدوان الإبداعي والطرق التعليمية يركز على كل صيغ العدوان البشري المباشر الصريح وغير المباشر، السلبي الموجه نحو الذات والموجه نحو الأخرين فرديا أو في جماعات.

ويرفض العدوان الإبداعي فكرة أن العدوان هو في الأساس ميكانيزم دفاع ضد عوامل الضيق مثل الخوف أو الشعور بالنقص والإحباط، ويركز لاهتمام بالغ على الانتفاع بالطاقة العدوانية البناءة، فمن المسلم به أن العدوان الانساني سواء كان فطريا أو مكتسبا يثار بسهولة نسبية وبمجرد إثارته فإن صيغ التعبير عن العدوان وتوجيهه بالطرق التي تتحكم بفاعلية أو على الأقل تخفض إلى الحد الأدنى من العداء المميت (القاتل) وترفع إلى الحد الأقصى الصيغ البناءة أو المؤثرة للعدوان والتي يمكن أن تؤدي إلى النمو.

وأخيرا فالعدوان الإبداعي يتضمن الفهم الكامل لكل من المستويات الظاهرة والمستترة للعدوان البشري، كما يسهم في الوقاية من سوء إدارة وتدبر العدوان المدمر، لهذا يستخدمه

كثير من المعالجين كمنحى فعال في التدريب والعمل الاكلينيكي مع الأفراد العدوانيين(.عصام عبد اللطيف العقاد، 119-120:2001).

المقاربة النظرية التكاملية :

بعد أن انتهينا من عرض فئات النظريات المختلفة التي حاولت تفسير السلوك العدواني، ووقفنا عند مواضع الخصوبة والقصور في كل منها وأيهما أقرب إلى التناول العلمي الدقيق، نجد أنه إذا تعمقنا في هذه النظريات ونظرنا إليها نظرة شاملة فاحصة وجدنا أن كلا منها قد فسرت جانبا من السلوك ولم تفسر السلوك كله، حيث أن النظرية **البيولوجية** ترى أن الإنسان عدواني بطبيعته وأن العدوان غير متعلم وهو محصلة للخصائص البيولوجية للإنسان بمعنى أن العدوان نتيجة اضطرابات فسيولوجية وتنطلق المعالجة من خلال هذا التفسير، في حين أصحاب نظرية التحليل النفسي يفسرون العدوان على أنه سلوك غريزي فطري يدفع الإنسان إلى أن يسلك بشكل معين من أجل إشباع حاجات غريزية لديه. وينطلق المعالج من هذا التفسير الذي يرى أن العدوان بوضعه استجابات غريزية لا يمكن إيقافه او تقليله من خلال الإصلاح الاجتماعي او تجنب الاحباط وإنما عن طريق تحويل العدوان نحو أهداف بناءة بدلا من التخريب.

أما نظرية **الإحباط** العدواني فتشير إلى أن السلوك العدواني يحدث نتيجة احباطات يواجهها الفرد تدفعه للاعتداء على المصدر المسبب للإحباط وتزداد شدة العدوان نتيجة حتمية للإحباط وتكرار حدوثه. وأشار **ميلر** أن العدوان ليس نتيجة حتمية للإحباط لأنه يمكن تعلم استجابات لا عدوانية كرد على الإحباط، في حين ينظر **السلوكيون للعدوان** على أنه يزداد احتمال حدوثه عندما تكون نتائجه إيجابية أو تعزيزية ويقل عندما تكون نتائجه سلبية وعليه يتم علاج السلوك العدواني من خلال أساليب تعديل السلوك المختلفة كالتعزيز والعقاب والعزل والتعزيز وكلفة الاستجابة .. الخ.

كما نجد أن **نظرية التعلم الاجتماعي** ركزت على دور المجتمع في تشكيل السلوك الاجتماعي من خلال النمذجة وتقليد سلوك الآخرين والسلوك العدواني متعلم عن طريق التجربة المباشرة وعن طريق النمذجة أي من خلال مشاهدة الشخص الملاحظ لسلوك الآخرين، وما يترتب عليه من مكافأة وقد يخفض السلوك العدواني إذا ما شوهد النموذج يعاقب بمعنى أن التعزيز والعقاب يلعبان دورا كبيرا في اكتساب السلوك والاحتفاظ به ويرى **باندورا** أن الهدف من قيام الفرد بالسلوك العدواني هو إعادة بناء تقدير الذات والشعور بالقوة وليس إلحاق الضرر بالآخرين.

وأنه إذا جمعناها وجدناها متكاملة وليست متعارضة وما علينا إلا أن نجمع بينها إذا أردنا تفسيرا متكاملا شموليا لسلوك العدوان لأن السلوك العدواني كأي سلوك محصلة مجموعة من العوامل المتفاعلة، بعضها ذاتي وبعضها يكمن في ظروف التنشئة الاجتماعية ومواقف الحياة التي نعايشها بما فيها من إحباط وصراع وثواب وعقاب و إهانات و إثارات وغير ذلك، أما بالنسبة للنظريات المعرفية التي حظيت باهتمام بالغ في السنوات الأخيرة فنجد أنها أضافت الكثير في تفسير كثير منالاضطرابات وبصفة خاصة منها الغضب والعدوانية .

3. تطور مشاعر العدوان عند الطفل :

يذكر وفيق صفوت مختار(22،1999-28)أن السنة الاولى تعتبر فترة نمو حرجة من حياة الطفل اذ تبدأ حياته و هو مزود بالشيء القليل من الاستجابات الانفعالية للإشارات و من الصعب تحديد العمر الذي تبدأ فيه النزعات العدوانية في الظهور لدى الطفل، و لكن على كل حال يظهر في مرحلة مبكرة من النمو.

1- مرحلة الرضاعة (من الوالدة حتى نهاية العام الثاني):

يبدأ الرضيع بعض ثدي أمه حيث تظهر أسنانه و هو سلوك قد يكون غير مقصود أو ناتجا عن إحباط نقص اللبن لأنه لا يستطيع أن يستخدم وسائل رمزية مقنعة، ثم يجرب إيذاء

الآخرين مع نهاية عامه الاول من خلال تحديقه بأمه أو شد شعرها، و تتمثل مظاهر الغضب في:

منذ الميلاد الى 12 شهر: صراخ، بكاء عال، ضرب الاذرع و الارجل.

في سن 15 شهرا: القذف بالاشياء و يستثير غضبه التدخل في مناشطه الجسمانية.

في سن 18 شهرا: انفجارات في الغضب، يصرخ و يبكي و يطرح نفسه أرضا و يضرب و يرفض و يدمر الاشياء، خشن و عنيف مع الاطفال و الحيوانات.

في سن 21 شهرا:يشد الشعر، يصرخ و يبكي لعجزه عن التعبير عن رغباته بالكلام.

2- <u>العدوان في مرحلة الطفولة المبكرة :(من عامين –6 أعوام)</u>

ينشأ العدوان حيث يكتشف الطفل أنه يستطيع أن يجعل الاخرين يسايرون رغباته التي يتعلمها الطفل بنوع الاستجابات التي تصدر عن الوالدين و غيرهما.

و يمكن تلخيص مظاهر السلوك العدواني و تطوره في هذه المرحلة على النحو التالي :

في سن العامين: ضرب الطفل غيره من الاطفال ، يفسد نظام البيت و يشترك في مجاذبة الاشياء و شدها ، و قد يرغب في العض كأسلوب أولي في الهجوم و الدفاع عن نفسه. (وفيق صفوت مختار،55،1999-56).

في عامين و نصف: يهاجم غيره من الاطفال في عدوان و تعمد الايذاء ،شديد لتدمير الاشياء.

في 3 سنوات: تكثر لديه نوبات الغضب ، و يضرب الاخرين خلال هذه النوبات كما قد يضرب الارض بقدميه و يرمي نفسه عليها.

في 4 سنوات: أهم ما يميزها أن المشاعر العدوانية هنا تتخد مظهر اللعب كما يبدأ باللجوءالى الاحتجاج اللفظي بدال من الهجوم على الفور.

في 5 سنوات: أساليب التهديد و مقاومة التوجيهات مثلا بقوله: "سأضربك" و يقاوم التوجيهات بقوله: "لن أفعل هذا".

3- العدوان في مرحلة الطفولة المتأخرة : (من 6 أعوام الى 12 سنة)

يبدأ هنا بتكون ضمير رادع لسلوك الطفل و يكون أفكارا عن الخير و الشر فمع الشعور بالعداء الذي يحمله في اعماقه الا انه لايقوم بالسلوك الا عند استفزازه .

و يمكن تلخيص مظاهر الغضب في هذه المرحلة الى :

في 6 سنوات : عدوان بالغ جسميا و لفظيا و عدوان اتجاه الممتلكات.

في 7 سنوات : سلوك اقل عدوانا قد ينشأ بينه و بين اخوته .

في 8 سنوات : يستجيب للهجوم أو النقد بحساسية شديدة أكثر منه بالعدوان يتهرب من المسؤوليات يسب بدل الاعتداء جسميا.

في 9 سنوات : معظم عدوانه لفظا كلاما أما العراك و الضرب فيظهر في صورة لعب. (المرجع السابق:57،1999-58)

4. الفرق بين الجنسين "البنين والبنات" في العدوان:

بدءا من السنة الثانية يتضح أن الصبيان في المتوسط أكثر عدوانا من البنات، كما توجد فروق بين الجنسين في طريقة التعبير عن العدوان.

•إذ يميل شكل العدوان عند البنات إلى أخذ الشكل اللفظي ويتجه العدوان عندهن نحو أنفسهن. وذلك من خلال ممارسة العقاب الذاتي والتضحية بالذات. في حين يتخذ العدوان عند الصبيان شكل الهجوم الجسمي، ويتجه الهجوم بخاصة نحو الصبيان الآخرين.

•بعد بدء سن الثالثة تبدأ أكثر أشكال السلوك العدواني تواترا كالنوبات الغضبية بالانخفاض عند الجنسين، ويظهر في سن التاسعة خمسون بالمائة من الصبيان وثلاثون بالمائة من

البنات انفجارات غضبية. قد تعود بعض الفروق بين الجنسين من حيث العدوان إلى طبيعة الثقافة السائدة في مجتمعنا، والتي تجعل الوالدين ميالين إلى عدم قبول السلوك العدواني الصادر من البنات، لأن الإناث يجب أن يؤدين دور مخلوقات تتصف بالسلبية والوداعة والرعاية. وتتوقع هذه الثقافة عملية تأكيد الذات عند الصبيان من أطفالهم ويعتبرونها نوعا من الرجولة. ويعذر الآباء والأمهات لا شعوريا هذا النوع من السلوك.

•يصعب الاعتقاد بأن البيئة مسؤولة عن الفروق، رغم أن التربية عامل هام. ولكن هناك فروقا داخلية "عضوية وحيوية" بين الجنسين تؤدي إلى اختلافات نسبية في الطبيعة والمزاج. إذ يبدو أن الصبيان أكثر قدرة ونشاطا من البنات، كما أنهم أكثر توترا وشعورا بالإحباط عندما تفرض عليهم التقييدات المنزلية والمدرسية.

(/https://www.tbeeb.net

5. أشكال السلوك العدواني:

يذكر (دحلان،39:2003) أشكال السلوك العدواني من ثلاث نواحي كما يلي:

2-1 من ناحية الشكل: نجد العدوان المادي يقابله العدوان اللفظي، ونجد العدوان الصريح يقابله العدوان المستتر أو الكامن.

2-2 من ناحية الطبيعة: نجد العدوان الايجابي يقابله العدوان السلبي، والعدوان الاجتماعي (عقاب شخص ما) يقابله عدوان مضاد للمجتمع (الخروج عن القانون) والعدوان الجماعي يقابله العدوان الفردي.

2-3 من ناحية الاتجاه: نجد العدوان الموجه نحو الذات يقابله العدوان الموجه نحو الآخرين، والعدوان المسقط على الآخرين، والعدوان المزاح الذي ينأى به صاحبه عن مصدر الإحباط ويحوله إلى الآخرين لا يجد حرجا أو خوفا أو ضررا في توجيه العدوان نحوهم.

و في دراسة ل (بطرس،115:2009) حول أشكال السلوك العدواني داخل المدرسة قسمها إلى ما يلي:

- اعتداء تلميذ على تلميذ
- اعتداء تلميذ على الإدارة
- اعتداء تلميذ على ممتلكات المدرسة
- اعتداء المعلم على التلميذ
-

6. أسباب و عوامل السلوك العدواني:

يوجد العديد من الأسباب و العوامل المؤثرة في السلوك العدواني لدى الأطفال منها العوامل الوراثية و العوامل البيئية المحيطة بهم مثل الأسرة والمجتمع والمدرسة، والعوامل النفسية والتي تشتمل على الشعور بالحرمان والإحباط والعزلة والنقص والتقليد وغير ذلك، والأسباب وراء العدوان هي :

1- العوامل الوراثية:

تعد الوراثة احد أهم العوامل المسببة للعدوان، تؤكد ذلك دراسات التي أجريت على التوائم، و التي وجدت الاتفاق في السلوك العدواني بين التوائم المتماثلة، أكثر من التوائم غير المتماثلة، فاد كان أحد التوائم مجرما كان الأخر مجرما بنسبة ثلاث من أربعة، بينما في التوائم غير متماثلة صدق هذا بنسبة واحد من كل أربعة، والبعض يرى أنه لا يمكن إغفال أن تربية التوائم متماثلة بيئيا واجتماعيا كما أن كل منهما يؤثر في الآخر، لكن هناك تأكيدات لدور الوراثة من خلال دراسات على الأطفال عدوانيين فصلوا عن والديهم و تبناهم آباء آخرون، حيث وجد ارتباط ذو دلالة إحصائية بين هؤلاء الأطفال و بين آباء بيولوجيين مضادين للمجتمع أو أقارب بيولوجيين مضادين للمجتمع. (دحلان،26:2003)

2- عوامل أسرية:

تتباين المتغيرات الأسرية المرتبطة بالسلوك العدواني لأطفالها، ولعل أبرزها أساليب التنشئة الاجتماعية التي تتسم بالقسوة أو التذبذب أو ألإهمال غالبا ما تسبب للطفل الإحساس بالحيرة والإحباط مما يفتح الباب أمامه لحل يستند إلى العدوان.

وأهم المتغيرات الأسرية التي تطور السلوك العدائي لدي الطفل هي: حجم الأسرة ونسبة المزاحمة، المستوى الاقتصادي للأسرة، العمر وترتيب الطفل بين إخوته، الفروق بين الجنسين(أبو عيد،62:2003)

3- <u>العوامل و الظروف المجتمعية:</u>

و تقسم إلى ثلاث نقاط أساسية:

- **البيئة العدائية:** و يقصد بها البيئة التي تؤدي بالفرد إلى الإحباط، و الإحباط يؤدي به إلى العدوان و يختلف مدى الإحباط من بيئة لأخرى لأنه يقترن بمدى ما لا يتحقق من رغبات الطفل، و ليس في استطاعة أيه بيئة أن تحقق جميع رغبات الطفل لكن في استطاعة البيئة أن تعد الطفل ليتعلم ما يمكن تحقيقه من رغبات، و ما لا يمكن أن يتحقق دون أن تشعره بالإحباط.
- **البيئة المدرسية:** حيث أن الصفوف التي تحوي عدد كبير من التلاميذ تتصف بكثرة الاحتكاكات و التوترات بنهم، و بالتالي زيادة نزعات العدائية فضلا على أن زيادة عدد كثافة الصف غالبا يجعل عملية ضبط المدرس و غيره للنظام أمرا عسيرا مما يفسح المجال للتجاوزات العدائية.
- **التعصب وعدم التمسك بالقيم:** و يقصد به عدم التقدير لمسائل الدين المرتبطة بالقيم الرفيعة و الأهداف السامية مما جعل الشخصية المتعصبة قابلة للإثارة الخارجية من شخص أو جماعة و تبرر ذلك بأنهم جميعا يحافظون على القيم البيئية، و لكن في الواقع أن سلوكهم ما هو إلا ناتج لاختلال القيم الدينية لديهم، و عدم امتصاصهم للقيم الدينية الصحيحة.(حمدي،295:2013)

4- <u>العوامل النفسية:</u> نختصرها في ربع نقاط أساسية و هي:

- **طرق التربية و تدعيم نزعة العدوان**: فالبيئة التي تعتمد على التدليل تؤدي بالطفل الى استضعاف من حوله و بالتالي يصبح طاغية صغير و التدليل هو تلبية رغبات الطفل الملحة و غير الملحة، فادا ما حقق والديه كل هده الرغبات يصبح متجبرا و يجعل من حياته كلها مصدرا للعدوان كلما وقفت البيئة حائلا دون تحقيق رغبته.

كذلك البيئة التي تتصف بالحماية الزائدة من طرف الأمهات نحو أبنائهم و التسامح الشديد و تلك البيئة التي تقدم نماذج حية كأمثلة عدائية تعتبر كتغذية رجعية للسلوك العدواني.

- **الحرمان:** ترتكز المشاعر العدائية على عامل أساسي و هو الحرمان الذي يعني العجز عن طريق تحقيق و تلبية رغبات معينة، و كذلك عدم إشباع الحاجات الأولية الفسيولوجية، فحينما يحرم الطفل من الطعام مثلا يندفع بقوة نحو العدائية لإشباع هده الحاجة الفسيولوجية مثلها مثل حاجته للحب و الإحساس بالانتماء و التفوق و الأمان فعدم إشباعها يؤدي الى إحداث سلوك عدواني.
- **الإحباط:** و يقصد به خيبة الأمل التي تحدث نتيجة عدم تحقيق دافع معين للفرد، و بمعنى آخر هو عملية تتضمن إدراك الفرد لعائق يحول دون إشباع حاجاته أو توقع الفرد حدوث هذا العائق مستقبلا، و إذا كان الإحباط يؤدي في بعض الأحيان الى تقوية الدافع، فان الإحباط عادة ما يؤدي الى العدوان، و على هذا فالعدوان من أشهر الاستجابات التي تأثر في الموقف الإحباطي.
- **العزلة:** تعد العزلة من أسباب نشأة السلوك العدواني لأنها تؤدي إلى الإحباط والإحباط يؤدي إلى العدوان.
- **التقليد:** للتقليد أثر المباشر و الرئيسي في السلوك العدواني، و هو وسيلة من وسائل التعلم عن طريق الملاحظة التي تسبق التقليد، حيث أن السلوك العدواني يزيد عند الأطفال المتأثرين بتقليد نماذج التي أمامهم متمثلة في الأسرة بالوالدين أو في المدرسة بالمعلمين، أو وسائل الإعلام و خصوصا التلفاز و أبطال الأفلام البوليسية و غيرها.
- **الشعور بالنقص:** قد تخفي العدائية الشديدة وراءها إحساسا دفينا بالنقص لدى الطفل

كأن يكون مصابا بعاهة خفية، أو بضعف في تكوين البنيان الجسمي، أو بمرض من الأمراض المزمنة، فيعمد الطفل الى استخدام العدوان كأسلوب في التعامل مع الآخرين و ذلك كوسيلة تعويضية.(دحلال،35:2003).

7. خصائص السلوك العدواني:

تعددت خصائص و مميزات السلوك العدواني نختصر بعضها في ما يلي:

- إحداث فوضى في الصف عن طريق الضحك و الكلام و اللعب و عدم الانتباه.
- التهريج في الصف.
- الاحتكاك بالمعلمين و عدم احترامهم.
- العناد و التحدي.
- التدافع الحاد و القوي بين التلاميذ أثناء خروجهم من قاعة الصف.
- الإيماءات و الحركات التي يقوم بها الأطفال و التي تبطن في داخلها سلوكا عدوانيا.
- تخريب أثاث المدرسة و مقاعدها و الجدران و دورات المياه.
- إشهار السلاح الأبيض أو التهديد باستعماله أو حتى استعماله.
- استخدام المفرقعات النارية سواء داخل المدرسة أو خارجها.
- الإهمال المتعمد لنصائح و تعليمات المعلم.(بطرس،111:2009)

8. إرشادات لتجنب السلوك العدواني عند الأطفال:

1) وضع قوانين واضحة للأطفال في كل مكان في المدرسة بعد شرحها لهم. فالقوانين توضح للطفل السلوك المتوقع منه، مع مراعاة أن تكون تلك القوانين بلغة مفهومة للطفل.
2) تنمية السلوك الموجه نحو المساعدة للآخرين، أو تنمية التعاطف مع الآخرين. فكلما أظهر الطفل اهتماما أكبر بالآخرين قل أن يلحق الأذى بهم.

3) تعزيز السلوك غير العدواني وتشجيعه، مثال اللعب التعاوني مع صديق، وتعزيز الطفل عندما يلعب مع أقرانه دون شجار وصراخ.
4) كلما كان لدى الأطفال حيز مكاني أوسع للعب قل احتمال حدوث شجار بينهم، وأعطى فرصا كثيرة للحركة من موقع إلى آخر.
5) مشاركة الأطفال والاهتمام بما يفعلونه يمكن أن يقلل من المشكلات. فالأطفال الصغار يصبحون أكثر هدوءا عندما يكون أحد الراشدين قريبا منهم.
6) يجب أن يكون هناك عدل في التعامل مع الأبناء. فعلى الوالدين ألا يعاملا أحد الأبناء معاملة أقل من غيره، فمثلا إذا اشترى الأب لعبة لابنته الصغيرة يجب أن يشتري مثلها أو ما يوازيها لبقية أبنائه، حتى لا يترك الفرصة لتوليد مشاعر عدوانية لديهم.
7) يجب على الوالدين أن يوفرا الفرصة للأولاد للتنفيس عن مشاعرهم العدوانية المكبوتة من خلال إشراكهم في الأنشطة الجماعية.
8) يجب الإقلال من التعرض للنماذج العدوانية. فالأطفال الذين يشاهدون تصرفات عدوانية يميلون إلى تقليد هذه النماذج. فعلى الوالدين ألا يختلفا ويتنازعا أمام أبنائهم. ويجب منعهم من مشاهدة أفلام العنف.
9) يجب على الوالدين تفهم دوافع السلوك العدواني وأن يقفا موقف المتفهم الهادئ. فقبل أن يمنعا الأطفال من عمل شيء ما يجب أن يهيئا لهم عملا إيجابيا بدلا من عقابهم وتوجيه الأوامر والنواهي. فمثلا يقول لهم:
   - "من المفضل أن تفعل هذا... تعال وافعل كذا..." وذلك بدلا من أن يقول:
   - "لا تفعل هذا... إياك أن تفعل ما فعلت... لا تقرب هذا المكان وإلا سوف أضربك."...
10) على الوالدين إشعار أبنائهما بالحب والحنان، وأن يجلسا معهم، ويتحدثا إليهم ويطلبا منهم أن يخبروهما بما يحدث معهم في المنزل والمدرسة. فوجود الأب والأم إلى جانب أبنائهما يشعرهم بالقوة والحماية.
11) يجب على الوالدين منح الثقة للأطفال الأكبر سنا، وتحميلهم مسؤولية رعاية الأصغر منهم سنا.

12) يجب إدخال تعديلات على الظروف البيئية المحيطة بالطفل، إذا كانت هذه الظروف سببا في العدوان، وإزالتها، وإشباع حاجات الأطفال المادية والمعنوية.
13) يجب إدخال تعديلات على الحالة النفسية للطفل، وذلك بالعمل على تخفيف الضغوط التي يعاني منها الطفل. فالخبرات الطيبة تساعد الطفل على مواجهة المتاعب.

9. الوقاية من السلوك العدوانًي :

يرى وفق صفوت مختار(1999:76)أنه حتى نقي الطفل منالسلوك العدوانً لابد من:

1) ملاحظة الطفل عند التعبير عن غضبه في صورة سلوك عدوانيولا يجب مقابلته بالعقاب فالغضب الذي يتم كفه خوفا من العقاب يتراكم و يشتد حتى يصل الى عدوانية تدميرية.

2) فهم الاسباب التي دفعت بالطفل الى اصدار استجابات عدوانية فمعالجة الاسباب تؤدي الى تلاشيالاستجابات.

3) ضبط السلوك اما بالاثابة (التعزٌز)عندما يأتي الطفل بموقف يخلو من العدوانية واستخدام أسلوب العزل من النشاطات التي يمارسها في حال قيامه بالسلوك العدواني.

4) الاتفاق بين الوالدين في أسلوب التعامل مع الاطفال و أن يتخذا مواقف واضحة و محددة من الانماط السلوكية التي يأتي بها الطفل، فالتناقض في الاساليب يخلق للطفل مواقف محبطة .

5) عدم الافراط أو التفريط في المعاملة و الخوف أو المحبة.

6) عدم الاستهزاء بالطفل أو السخرية منه من طرف الاهل أو تهديده و تخويفه.

خلاصة:

السلوك العدواني لا يقف على عامل واحد انما عوامله متداخلة مما يستدعي الوقوف عليها كلها للوقاية منه أو عالجه خصوصا و أنه يتطور عبر مراحل نمو الطفل و هو ما يستدعي معرفة مراحل نمو الطفل وخصائص كل مرحلة عمرية

الفصل الثالث: السيكودراما

1. مدخل تاريخي للسيكودراما
2. تعريف السيكودراما
3. عناصر السيكودراما
4. أهداف السيكودراما
5. مزايا السيكودراما
6. أنواع السيكودراما
7. النتائج الوضيفية للسيكودراما
8. أساليب و فنيات العلاج السيكودرامي
9. إجراءات تطبيق العلاج السيكودرامي

تمهيد:

تتعدد وتختلف أساليب الإرشاد والعلاج الجماعي باختلاف المشكلات والأدوارالملقاة على عاتق كل من المرشد والمسترشد. وتعتبر السيكودراما أو التمثيل النفسي المسرحي أو الدراما النفسية وهناك من يطلق عليها الإرشاد الجماعي التمثيلي(psychodrama) من أشهر أساليب وأهم تقنيات الإرشاد والعلاج الجماعي التي تعتمد على التصوير التمثيلي المسرحي لمشكلات نفسية أو سلوكية أو اجتماعية لمواقف حياتية .و تتلخص فكرة السيكودراما بقيام المسترشد في شكل تعبيري حر وفي ظل جماعة إرشادية تسودها أجواء الأمن والطمأنينة بإعادة تمثيل مشكلاته السلوكية أوالنفسية أو الاجتماعية أمام المرشد و المجموعة الإرشادية مما يتيح له من خلال هذا الأداء التمثيلي فرصة التنفيس الانفعالي عن مشاعره وانفعالاته والتوترات المختلفة ذات الصلة بالمشكلة ،وكذلك فرصة الاستبصار الذاتي ،والتقمص والمحاكاة من أجل إحداث تغيير السلوك الإنساني الغير سوي وتعديلها و إعادة تشكيله وكذلك من أجل تحقيق التوافق النفسي.

1. مدخل تاريخي للسيكودراما:

بعد إطلاع الباحث على العديد من المراجع فيما يخص النشأة التاريخية للسيكودراما وجد أن هذه النشأة التاريخية تتأرجح ما بين عام 1959م وعام 1979م .حيث يرى (غريب، 1999:15) أن الباحثون اختلفوا في تحديد نشأة السيكودراما فبعضهم يرجعه إلى عام 1959م وبعضهم يرجعه إلى عام 1911م وبعضهم يؤخره إلى عام 1927م .بينما يرى (سليمان، 1999 :155) أن أصول السيكودراما ترجع إلى ما يقرب من ثمانين عاما مضت أي منذ (1911م) في فينا على يد "مورينو" ، فقد اكتشف "مورينو" انه عند السماح للأطفال بالتعبير التلقائي عن مشكلاتهم فإنهم يحققون نتائج علاجية لا بأس بها .أما عبد القادر (1974) فيري أن أيا كان الأمر فقد بدأت السيكودراما كأسلوب علاجي، وتم ذلك في المسرح الذي أنشأه مورينو للأطفال في فيينا، وإذا كان مورينو هو الذي وضع الأسس المنهجية للسيكودراما كأسلوب تشخيص علاجي، فإن الظاهرة نفسها ظاهرة العلاج بالفن بصفة عامة والتمثيل بصفة خاصة ظاهرة قديمة تضرب بجذورها في أعماق

التراث الإنساني علي اختلاف حضارته بما فيها الحضارة المصرية القديمة والحضارة العربية الإسلامية (غريب،15:1999). أما (حسين،2000 :13-14) فيرجع الفضل في توجيه استخدام الدراما في العلاج النفسي إلى الرجل ذي العقل المبتكر بيتر سيليد Slade Peterصاحب مصطلح "دراما الطفل"، والذي شجع على توظيف الانشطة الدرامية داخل المؤسسة التعليمية، من أجل إتاحة الفرصة للأطفال ليعبروا عن أنفسهم، وكان هو صاحب الدعوة الموجهة إلى الاباء والمربين، بضرورة أن يستمعوا إلى أطفالهم، حيث أن البالغين كما يقول دائماً يسخرون من أطفالهم ورغباتهم وينكرون قدراتهم الابداعية بمحاولة التحكم في أطفالهم .وقد عرف منذ القدم ما للتمثيل كنشاط إنساني من آثار علاجية هامة عبر عنها أرسطو بمصطلحه الشهير "التطهير Catharsis "،وأطلق عليها الأطباء وعلماء النفس اسم "التنفيس الانفعالي. Abreaction "وقد جعل مورينو من ذلك التطهير أو التنفيس الانفعالي هدفاً رئيسياً من أهداف الجلسة السيكودرامية: فالمريض (وقد تركت له حرية اختيار المشهد الذي يمثله) يسترجع خبراته غير السارة ويعيشها من جديد علي المسرح، ولكنه هنا (وطبقاً لمبدأ التلقائية) يخلي السبيل أمام انفعالاته التي سبق أن حبسها وقت تعرضه لتلك الخبرات خوفاً مما قد ينجم عنها من عواقب وخيمة (ابراهيم، 1994 :18).

وقد ساعد علي تقبل أسلوب السيكودراما وانتشار قابليته للتعامل مع مختلف المواقف، ومرونته إذا لا يحتاج الأمر سوي لوجود مشكلة ومجموعة من الأفراد ومرشد مدرب علي تقنيات هذا الأسلوب.هذا و يري هاربر(1959) Habrar,أن تاريخ استخدام السيكودراما كأداة علاجية يمتد كأداة علاجية يمتد كأداة علاجية يمتد إلي فترات زمنية بعيدة، فقد كتب (الماركيز دي ساد) sad de Marquis مسرحيات لأنواع عديدة من المرضي ليقوموا بتمثيلها. كما قام (جي.س.ريل) Riel.C.J بتمثيل المسرحيات التي ينهض فيها الملائكة والشياطين من القبور ويتكلمون بصدق، وذلك لمعالجة ومساعدة المريض في صورة تعذيب غير مؤذ، كما لعب (بيير جانيه) Janet pierre دوراً مع مرضاه مثل فيه بعضاً من تجاربهم الصدمية (حمودة،1991 :82). وكتب (جوته Gotha) مسرحية أسماها "ليلى، laila" قدم فيها علاجاً نفسياً لعلاج الاكتئاب

الذهاني بأن جعل أفراد الأسرة الواحدة يمثلون أوهام المريض ،ويمكن اعتبار هذه المسرحية عملاً رائداً في مجال الهلوسات باستخدام السيكودراما (شحاتة، 1999: 36) وخلال الحرب العالمية الثانية أنشئت مراكز لعلاج العصاب النفسي في بريطانيا، وكان من نشاطها تمثيل قصص درامية أو أحداث معينة بواسطة جماعات من المرضى. وكان لهذه القصص والأحداث فوائد علاجية وتشخيصية كبيرة، وفي إحداها ظل أحد المرضى يشعر بالكبت والقمع حتى في المناقشات الجماعية ،ولم يستجب للتحليل الذي تم تحت تأثير العقاقير، ولكن اتضحت مشكلته عندما مثل منظر سقوط قنبلة عليه، حيث قام بتمثيل دوره بانفعال كثيف، وعندما انتهى المنظر وانتهت القصة، نهض مذهولاً مبهوراً خائفاً، ومشى بعيداً في تخبط، وعندما ضحك الآخرون ذهب إلى حجرة الطبيب، ونام دون أن يتكلم وأخيراً قال إنه شعر بالانسحاق كما لو كان جباناً، وأخيراً اتضح أنه خلال القذف الحقيقي بالحرب كان قد انهار معتقداً أنه أصيب بانفجار قريب منه، وعندما نهض ضحك عليه زملاؤه، واعتقد أنهم يعتقدون أنه جبان (العيسوي، 110:1979). ويرى (الحفني،1995 :583) أن مورينو هو من جرب هذه الطريقة ونقلها الى أمريكا سنة 1925م، ذاعت هناك وثبت نجاحها في علاج المرضى بالاضرابات الوظيفية العصابية والذهانية المختلفة، وفي حل الكثير من المشكلات العائلية والزواجية .من خلال ما تم عرضه يري الباحث عدم جدوي الاختلاف حول البداية التاريخية للسيكودراما، فالمهم أن أسلوب السيكودراما بدأ يستخدم بشكل فعلي كأحد أهم أساليب الإرشاد والعلاج الجماعي كطريقة لفهم وحل المشكلات التي يعاني منها الفرد باختلاف أنواعها السلوكية والاجتماعية و التربوية. ولم يقف هذا الأسلوب عند هذا الحد بل اتسع نطاق استخدام السيكودراما في مواقع عديدة كمستشفيات الأمراض النفسية، والسجون، ومؤسسات الرعاية الاجتماعية، ومراكز إعادة التأهيل والمؤسسات التعليمية وغيرها.

2. تعريف السيكودراما:

يعرفها (المجيد، 2005: 07) بأنها تصويرا تمثيليا مسرحيا لمشكلات سلوكية مختلفة الأبعاد في ضل جماعة إرشادية و شكل تعبيري حر وأجواء مخيمة بالأمن و الطمأنينة، مما

يتيح فرصة التنفيس الانفعالي و الاستبصار الذاتي وفهم الآخرين والقدرة على التقليد والمحاكاة والتقمص بهدف إحداث أثر في شخصية المسترشد.

وعرفتها (صالح، 2015: 30) أنها علاج نفسي جماعي يتيح الفرصة أمام المشاركين بالتوحد فيما بينهم و التسامي عن الحواجز الاجتماعية و العاطفية و التفاعل بكل حرية وعفوية وإبداع للوصول للنضج والتعبير النفسي في حياة كل فرد منهم بدون الإحساس بالتهديد أو الانتقاد.

كما يعرفه (عسيلة، 2015: 183) بأنه طريقة علاجية يقوم فيها المرضى و من يتطوع لمساعدتهم من هيئة التمريض بثمتيل مشاهد و مواقف من حياتهم يطرحونا فيها مشاكلهم، ويعيشون من خلالها الخبرات اليومية دون حدود أو قيود، فيتسنى لهم أن يعاودوا التفكير فيما مر بهم.

أما (نجوى، 2009: 20) فترى بأنها تصوير مسرحي لقضية أو مشكلة ذات مغزى لفضي حركي وجداني، تلقائي و استبصار ذاتي في موقف جماعي على خشبة المسرح إذ تصمم الأدوار بحيث تكشف معاني هامة في بعض العلاقات الاجتماعية عند المريض.

كما يعرف بأنه إجراء من إجراءات لعب الأدوار، و المقصود من ورائها تزويد العميل بقدر من المواجهة يشجعه على التلقائية، و يساعده في ذات الوقت على تحقيق أكبر قدر من الفهم كسوء توافقه بالنسبة الى السلوك على المستويين المدني والانفعالي.

(kallermann, 1996 : 27)

و هو أيضا عملية تمثيل يكشف المريض من خلالها عن عناصر مهمة من شخصيته، كدوافعه و صراعاته و آلياته الدفاعية كالإسقاط و التبرير من اجل مواجهة المواقف القديمة و فهمها فهما اكثر مواءمة و مواجهة المواقف الجديدة التي تنشا من إعادة تمثيل المواقف الدرامية.(الحفني، 2005: 121).

من خلال العرض السابق للتعريفات التي تناولت السيكودراما ترى الباحثة أن هدا الأخير هو شكل من أشكال العلاج الجماعي وهو أسلوب إسقاطي يتيح فرصة التنفيس الانفعالي والاستبصار الذاتي للعميل من أجل تغير سلوكاته غير الملائمة وإحداث أثر في شخصيته.

3. عناصر السيكودراما:

للعلاج السيكودرامي مجموعة من العناصر الأساسية والأدوار التي تعطى من خلالها شكلا مميزا لهذا العلاج و هي:

1-المخرج(المعالج):

و هو المسؤول عن إعداد المسرح للحدث الدرامي و مساعدة الممثلين على الإحساس بما يؤدونه، كما انه المسؤول عن مقابلة المرضى و اختيار المشكلات في كل حلقة علاجية و التوجيه و إعداد المجموعة للعلاج السيكودرامي واختيار البطل(المريض).(المالكي، 2013: 100)

2- البطل:

هو أحد المرضى، صاحب المشكلة الرئيسية، محور المادة الدرامية التي تم اختيارها، ويتم اختياره عن طريق المعالج الذي لا بد أن يسند إليه الدور بكل حرية وبكل تبسيط ممكن، حتى يتفادى حدوث أي صدمة أو انتكاس، أو ارتداد عكسيويجب على المعالج إعداد الجماعة ذاتها للهدف ذاته و يجب استخدام أساليب التشجيع والطمأنينة المتدرجة والمستمرة. (نجوى، 2009: 32)

3- الأدوار:

الأدوار التي يلعبها العملاء(المسترشدين) في الثمتيلية، يمكن أن تتعدد لتعطي أدوارا مثل: دور العميل كما هو في العملية فعلا، و دور المريض النفسي كما يعتقد أن الناس يروه، ودور المرشد، و دور شخص مهم في حياة العميل كالوالد أو الابن أو المعلم أو الزوج أو الرئيس أو المرؤوس...الخ، و دور شخص معاكس مثل قيام المسترشد العدواني بدور مسالم

أو المسترشد الانطوائي بدور انبساطي، أو المرؤوس بدور رئيسه والأب بدور الابن أو العكس.(عبد المجيد، 2005:20)

4- المادة الدرامية(القصة):

يمكن أن تحتوي أحداث القصة أو المادة الدرامية على قضايا مختلفة من حياة أبطالها بهدف تعديل سلوكهم، وتشكيل سلوكات جديدة لديهم ومساعدتهم في التعبير عن انفعالاتهم المختلفة وتنمية مهاراتهم للوصول للتكيف النفسي الاجتماعي. (يعقوب، 2016: 437)

5- المسرح:

و يأخذ عدة أشكال أهمها أن يكون دائري، مسرح مستطيل، مسرح مربع، يكون متسعا كاف الإضاءة بسيطا في ألوانه يسمح بحرية الحركة،و مرونة السير، ويحبذ أن يكون مجهز فقط من اجل إجراء جلسات العلاج الثمتيلي، وقد يسمح للمرضى بتنظيفه و ترتيبه و تهيئته لإجراء الجلسات العلاجية التمثيلية وقد يحتوي على بعض الآلات المتعلقة بالصوت والإضاءة واللون و أحيانا الموسيقى التي يتم اختيارها بدقة حتى تتناسب مع المواقف الدرامية المؤدات من طرف المرضى، ويجب الاهتمام بالمسرح اهتماما كبيرا.(نجوى، 2009: 32)

6- المجموعة:

و هم الممثلون الباقيين المساعدين للمريض في أداء دوره بالقيام بادوار أخرى في المسرحية،عادة يتراوح عددهم من 10 إلى 15 وقد يصلون خمسة وعشرين شخصا، وكما قل العدد كلما زادت فعالية العلاج. (الرب، 2017: 37)

4. <u>أهداف السيكودراما:</u>

السيكودراما هي تفسيرات واضحة للأشياء الخاطئة وتساعد في إعادة صياغتها بشكل صحيح، وتقوم أيضا بتحديد خريطة لاستجابات كل فرد من أفرادها ومن أهداف السيكودراما مايلي:

1- -التعامل مع المشاكل الخاصة لإفراد المجموعة مع محاولة إحداث التغيير بشكل غير مباشر من خلال تواصل المجموعة و تفاعلها فيما بينها.

- مساعدة أفراد المجموعة بالتغلب على بعض الأدوار الخاصة بهم والتي تسبب المشاكل في حياتهم.

2- -زيادة الثقة بالنفس.

3- -تدعم مفهوم الاحتواء و المساندة الاجتماعية.

4- -تحسين و تطوير العلاقات باستخدام وسائل اتصال فعالة و تساعد بتبادل المعرفة و الخبرات.

5- -اكتساب طرق جديدة في التفكير و التحليل.

6- -اكتساب القدرة على الانفتاح بالمشاعر و الأفكار أمام أفراد المجموعة.

7- -تدعيم الشعور بالانتماء للمجموعة. (صالح، 2015: 19)

5. مزايا السيكودراما:

تتمتع السيكودراما بالعديد من الخصائص والمزايا أهمها ما يلي:

1- طريقة اقتصادية في العلاج من حيث الوقت والجهد والنتائج العملية.

2- محببة ومقبولة للطلبة المسترشدين

3- تساعد على تخفيض عوامل القلق النفسي والاجتماعي

4- تكسب خبرة تعليمية جديدة للممثلين والمشاهدين

5- تعتبر السيكودراما تقنية حضارية حديثة لتعديل السلوك الإنساني ، ولزيادة قدرة الأفراد على التعبير عن مشاعرهم السلبية كالخوف والألم والتوتر وكذلك عن مشاعرهم الإيجابية كالفرح والحب والمرح

6- تستخدم السيكودراما من قبل المدارس والمدرسين والمرشدين لتعديل السلوكيات غير المرغوبة التي تصدر عن الطلبة وتغييرها وتشكيلها وتشخيصها وعلاجها

7- يمكن استخدام السيكودراما لتعديل أنماط سلوكية متعلمة مثل المخاوف المرضية

والسلوك العدواني

8- تعتبر أنسب الطرق الإرشادية لتناول المشكلات التي تحل بفاعلية أكثر في المواقف الاجتماعيـة مثل : مشكلات سوء التوافق الاجتماعي . (عقل ، 1999 :4-8)

6. أنواع السيكودراما:

و هي عديدة و متنوعة نذكر منها ما يلي:

1- السيكودراما التحليلية (الفرويدية):

و هي مزيج من تطبيق مبادئ "فرويد الكلاسيكية" مع مبادئ السيكودراما و هي ترتكز على العميل أكثر من الأعراض.

2- السيكودراما التعليمية:

و هي احتواء السيكودراما على قدرة كبيرة من التعليم، إذ تعد السيكودراما إستراتيجية تدريسية تقدم ما يسمى بالدرس العلاجي لتلقين الأطفال المبادئ و الأخلاق.

3- سيكودراما الأطفال:

حيث تعد السيكودراما فعالة مع حالات اضطرابات اللغة و الكلام لدى الأطفال و لا تفيد فقط كوسيلة علاجية بل أيضا كوسيلة تشخيصية حيث أكدت الدراسات النفسية على أهمية استخدام السيكودراما مع المراهقين باعتبارها ترتيب هرمي للروابط الاجتماعية.

4- سيكودراما الفردية:

يمكن استخدام السيكودراما النفسية (مونودراما) في إطار العلاج النفسي الفردي، حيث تؤكد الدراسات النفسية على فعاليتها مع الاضطرابات العقلية.(نجوى، 2009: ص34)

7. النتائج الوظيفية للسيكودراما:

للسيكودراما (التمثيل النفسي المسرحي) نتائج وظيفية تنتج عن هذا الإجراء منها ما يلي:يكتسب المسترشدون المشاهدون للعرض المسرحي التمثيلي أو الممثلون استجابات جديدة لم تكن فـي السابق جزءاً من مخزونهم السلوكي عن طريق ملاحظتهم لفرد أو أفراد آخرين (نماذج) مثل تعلم لغة ، ومهارات الاتصال ... إلخ . ينجم عن هذا الإجراء آثار

كيفية نتيجة ملاحظة المشاهدين من المسترشدين نتائج عقابية لسلوك الممثلين عند قيامهم بالسلوك غير المرغوب فيه، وتبين أيضاً أن سلوك العدوان لدى الطلبة يختفي عند الممثلين المسترشدين والمشاهدين من الطلبة عندما كان هناك من يأتي من خلال العرض التمثيلي ليعاقب الطالب المعتدي على تصرفاته العدوانية .تؤدي السيكودراما إلى التقليل من السلوكيات غير المرغوبة وزيادة السلوكيات المرغوبة لدى الطلبة الممثلين والمشاهدين . من النتائج الوظيفية الهامة للسيكودراما تعلم الطفل بدائل إيجابية للسلوكيات غير المرغوبة.

8. أساليب و فنيات العلاج السيكودرامي:

من أشهر أساليب و فنيات السيكودراما ما يلي:

1- أسلوب مناجاة النفس:

يكون المريض بالتعبير عن أفكاره و مشاعره و يكون دور المعالج مساعدته على إخراج دلك في صورة لفضية و هو أسلوب مفيد في اتزان بين الإدراك الحسي للمريض و الأحداث الفعلية في العلاقات بين الأشخاص و هو يسمح للمريض و شريكه في الحياة بسد الثغرة التي بينهما.

2- أسلوب تقديم الذات:

و فيه يقوم المريض بتقديم نفسه و أسرته و إخوانه..الخ، فمثلا يقوم المريض(بطل المسرحية) بلعب دور أخته و يوضح استجاباته، فإن هذا العرض يعطي للمعالج و أفراد المجموعة صورة واضحة حول كيفية إدراك المريض لأخته و إدراك أخته له. (المالكي، 2013: 33)

3- أسلوب إدراك الذات:

يقوم البطل بتمثيل موقف معين من حياته و يساعده باقي أعضاء المجموعة في ذلك، و فيما يعتقد المريض أنه كان "هتلر" مثلا ثم سقط هذا البناء المضطرب فتكون الذوات المساعدة بمثابة قابلات يساعدون الشخصية المحورية في الموقف السيكودرامي و حين يكتمل الطفل المضطرب يساعدون في ولادته (أي ولادة النمط السوي من الشخصية).

4- أسلوب البديل:

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

5- أسلوب انعكاس الدور:

و فيه يتم عملية قلب الأدوار بين الأشخاص الدين يعانون من التشويش في إدراك الشخص الآخر مثلا عندما تضطرب العلاقة بين الطفل و أبيه أو بين الطفل ومعلمه....الخ و بهذا يتم التفاعل بينهما و يتم تصحيح شكل العلاقة و هو يستخدم مع الأطفال في سن ما قبل المدرسة لجعلهم اجتماعيين. (المجيد، 2005: 23)

6- أسلوب المرآة :

ويستخدم هذا الأسلوب حينما يكون المريض عاجزاُ عن التعبير عن نفسه بالكلام وبالفعل يتم وضـع ذات مساعدة أو أنا مساعدة في جزء خاص من سلوك المريض في موقف سيكود رامي ويبقى المريض أو الطفل المضطرب وسط باقي المشاهدين من المرضى وتستمر الأنا المساعدة في تمثيل دور المريض بكـل أبعاده ومشكلاته حتى المعالج يناديها باسم المريض (الشخصية المنتحلة) فترى الشخـصية نفسها بعين رأسها .

7- أسلوب الإدراك الرمزي :

وهو التعبير بصورة رمزية مثلاً عندما يخشى الطفل التعبير عن مشكلة أو موقف معين بينـه وبـين الأب فيتم التعبير بالرمز كمثال الأسد أو الحيوانات المفترسة للتعبير عن السلطة الوالدية، صغار الأرانـب للتعبير عن الأبناء، ويستمع المعالج لقصة من نسيج خيال الطفل .

8- لعب الأدوار:

وفيه يقوم الشخص بتمثيل دور شخص آخر (حسب الرغبة) حيث يتحدث بلسانه و يتصرف نيابة عنـه و يختلف لعب الدور في الجلسة السيكودرامية عن تمثيل الدور في الدراما العاديـة فـي أن الـدور فـي الجلسات السيكودرامية لا تعد مسبقاً ولا تملي على المريض

الكلمات التي يقولها و الحركات التي يؤديها و لكن الفرصة متاحة للمريض لتأدية دوره بالطريقة التي تروق لـه، و يمكن للمريض أثنـاء الجلسة السيكودرامية أن ينتقل من دور إلى آخر. و تعتبر فنية لعب الدور من أكثر الأساليب الإسقاطية

9- الديالوج Dialog :

وهو حوار بين اثنين قد يأخذ شكل سؤال وجواب كما في الحديث التلفزيوني، وقد يأخذ شكل تفاعل درامي كما في الحوار (الأم، الأب، البائع).وهذا الأسلوب يتيح للمريض الكشف عن صراعاته الداخلية والإفصاح عن مشكلاته أو رغباته من خلال الحديث مع شخص آخر خاصة إذا نجح المعالج في توجيه الحوار لصالح الأهداف العلاجية .

10- حل المشكلة :

وهي تعد مزيجاً أو ائتلاف من عدة فنيات تستخدم في العلاج السيكودرامي والعلاج الجماعي على حد سواء، مثل تقويم النفس، المونولوج، المناجاة .وتتلخص في أن يقوم كل فرد من أفراد المجموعة بعرض أهم المشكلات التي تؤرقه على أن يقوم بقية أفراد المجوعة بإيجاد الحلول المناسبة لتلك المشكلة (غريب، 1999 :24 - 25 35).

11- أسلوب النمذجة السلوكية للدور:

ويقوم هذا الأسلوب على أساس نظرية (باندورا) Bandura في التعلم الاجتماعي، وهي النظرية التي تؤكد على استخدام الملاحظة والنمذجة والتدعيم بوضعها خطوات لتعديل السلوك .وقد حصلت هذه الطريقة على قدر كبير من الاهتمام والتطبيق فهي تتكون من تعلم بعض السلوك بملاحظة نموذج يستخدم هذا الأسلوب (سواء بمساعدة المعالج المساعد، أو بمساعدة فيلم سينمائي) ثم التدريب على هذا عن طريق لعب الدور وتلقى تدعيم اجتماعي من المعالج أو من أعضاء الجماعة الآخرين (شحاتة ،1999 :45).

من هنا يرى الباحث أن الطفل يتعلم ويكتسب سلوكه من خلال النماذج المحيطة به وتقليده لهذا النموذج سواء كان هذا النموذج الأب، الأم، المعلم، وسائل الإعلام ... إلخ . فالمشكلات السلوكية التي يعاني المسترشدين منها كالعدوان أو التسرب المدرسي أو ..... كلها

حصيلة سلوكيات خاطئة متعلمة ومكتسبة من نماذج محيطة به، لذلك من خلال البرنامج السيكودرامي ـ موضوع الدراسة ـ يحصل الطلاب المسترشدين على نماذج من السلوك السوي فيقلدها من أجل تعديل وتغيير السلوكيات الغير سوية)المشكلات السلوكية). والنموذج المقدم للطلاب المسترشدين عبارة عن قصص تحاكي مشكلاتهم السلوكية بعد ذلك تترك الحرية لهم لاختيار الأدوار التي تناسبهم ومن ثم لعب هذه الأدوار أي تمثيلها، وبعد ذلك يتم فتح باب النقاش الجماعي حول مجريات القصة مع التركيز على الجانب السلوكي في أدائهم وليس الفني التمثيلي .

12- الدكان السحري:

يستخدم هذا الأسلوب في الغالب مع الأشخاص الذين لا يكون لديهم وضوح في تقييم الأمور، أو الذين لديهم شكوك حول أهدافهم، أو الذين يواجهون صعوبة في اختيار الأولويات في قيمهم .

13- أسلوب عرض المستقبل :

وفيه يعرض أبطال المسرحية النفسية رغباتهم المستقبلية المستقبل الذي يخافونه، أو المستقبل الذي يأملونه، وكما في الدكان السحري فإن هذا الأسلوب يمكن أن يزود الأبطال بالتبصر بأهدافهم وأولوياتهم، ويزودهم ببعض الدلالات للمستقبل الذي يتوقعونه، ويمكنهم من معرفة التغيرات المطلوبة في أنفسهم من أجل الحصول على ما يريدون.

14- أسلوب عمل الأحلام :

وفيه يطلب من بطل المسرحية أحياناً إعادة الأحلام التي رآها، حيث يقوم ذلك البطل (المسترشد) بأخذ وضع النائم و يعيد بناء الأحلام، ثم يترك ذلك الوضع و يمثل تلك الأحلام ولكن بأسلوب "هنا والآن" وليس بصيغة الماضي، وتستخدم الذات المساعدة في تمثيل أدوار الحلم، وأثناء هذه العملية يكون بإمكان البطل تغيير بعض العناصر في حلمه مما يجعل لديه تبصرات بأنماط محددة من شخصيته وذاته عن طريق القيام بتمثيل عناصر جديدة في حلمه (السفاسفة،2003: ،195- 196.

9. إجراءات تطبيق العلاج السيكودرامي:

و للعلاج السيكودرامي مجموعة من الخطوات المحددة التي تعطي في النهاية شكلا مميزا لهذا النوع من العلاج و قد حدد (يعقوب، 2016: 52) هده الخطوات فيما يلي:

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

2.عرض الجماعة الإرشادية مشاكلهم.

3.ترتيب هده المشاكل.

4.تحديد أول مشكلة و أمثلة من هذه المشكلة.

5.تحديد الأدوار و اختيار الأشخاص اللازمين للقيام بهده الأدوار، و يناقش المعالج مع الأشخاص أدوارهم.

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

الفصل الرابع:

مقترح البرنامج الارشادي السيكودرامي

1. منهج الدراسة
2. الادوات المستخدمة
3. وصف مختصر للبرنامج
4. اهمية البرنامج
5. اهداف البرنامج
6. الفئة المستهدفة
7. خطوات بناء البرنامج:

- ✓ النظريات التي يقوم عليها البرنامج
- ✓ مراحل تطبيق البرنامج
- ✓ الاساليب و الفنيات المستخدمة
- ✓ محتوى جلسات البرنامج

1. منهج الدراسة:

كنت بصدد اتباع المنهج التجريبي في دراستي هذه . ويعرف(عبيدات وآخرون ، 1998: 280) المنهج التجريبي بأنه " تغير متعمد ومضبوط للشروط المحددة للواقع والظاهرة التي تكون موضوعاً للدراسة ، وملاحظة ما ينتج عن هذا التغير من آثار هذه الظاهرة ". هذا ويعتبر المنهج التجريبي من أدق أنواع أساليب ومناهج البحث وأكفأها في التوصل إلى نتائج دقيقة يوثق بها وذلك للأسباب التالية : أنه يسمح بتكرار التجربة تحت شروط واحدة مما يتيح جمع الملاحظات والبيانات عن طريق باحث واحد أو أكثر . وهذا يحقق للباحث التحقق من ثبات النتائج وصدقها

يتيح المنهج التجريبي التغيير عن قصد وعلى نحو منظم متغيراً معيناً وهو(المتغير التجريبي أو المستقل) لرؤية مدى تأثير هذا المتغير على متغيراً آخر هو (المتغير التابع) مع ضبط جميع المتغيرات الأخرى ، وهذا يساعد على تقدير الأثر النسبي للمتغيرات. (ملحم، 2000: 374).

ويرى (عبيدات وآخرون، 1998:290) أن للمنهج التجريبي تصميمات تجريبية:

- تصميم تجريبي باستخدام مجموعة واحدة
- تصميم تجريبي باستخدام مجموعتين متكافئتين
- تصميم تجريبي بتدوير المجموعات

ويعتمد الباحث في دراسته على التصميم التجريبي باستخدام مجموعتين متكافئتين ، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة.

2. الادوات المستخدمة:

أ. مقياس السلوك العدواني:

التعريف بالمقياس:

وضع هذا المقياس ماجدة الشهري وأنوف الشريم بغرض قياس السلوك العدواني، إذ يحتوي على (42) بندا و تقاس شدتها من 01 الى 04 نقاط و تقيس ثلاث مميزات أساسية في هذا السلوك و هي:

1/ العدوان الجسدي.

2/ العدوان اللفظي.

3/ العدوان الاجتماعي.

تصحيح المقياس:

وضع للمقياس تعليمات بسيطة تتضمن الإجابة على كل بند من بنود المقياس تبعا لبدائل أربعة هي: هذا السلوك يحدث كثيرا، هذا السلوك يحدث قليلا، هذا السلوك يحدث نادرا ، هذا السلوك يحدث نادرا جدا، و وضعت لهذه الاستجابات أوزان متدرجة هي 4،3،2،1 و الدرجة الكلية للبعد أو المقياس الفرعي هي مجموع عبارات هذا البعد، و الدرجة الكلية على المقياس هي مجموع الدرجات التي حصل عليها المفحوص على العبارات المكونة للمقياس أو مجموع درجات المقياس الفرعية المكونة للمقاييس، الدرجة من 15 الى 28 تشير الى عدوان بسيط و من 29 الى 42 تشير الى عدوان متوسط و من 43 فما فوق تشير الى عدوان شديد.

ب. المقابلة: تعد المقابلة أداة رئيسية يستخدمها المعالج السيكودرامي في جمع المعلومات عن الحالة التي يدرسها، المقابلة الأولى تكون من أجل اختيار الحالات التي تتلاءم مع موضوع الدراسة و كذلك يتم فيها تطبيق مقياس السلوك العدواني، بحيث يتم اختيارالحالات، و بعد ذلك يتم إجراء مقابلتين مع الحالات التي تم اختيارها سابقا بهدف

جمع أكبر قدر من المعلومات التي تساعد الباحث في اختيار تقنيات علاجية مناسبة، و التي يتم تطبيقها فيما بعد ضمن البرنامج السيكودرامي،كما يتم استخدام الملاحظة العيادية من طرف الباحث التي ترتكز على ملاحظة السلوكيات و الاستجابات التي تبديها الحالات أثناء المقابلات.

3. البرنامج العلاجي:

1- وصف مختصر للبرنامج: يتم الاعتماد على:

-الإطار النظري للدراسة إذ من خلالها يتم التعرف على طبيعة السلوك و مختلف النظريات المفسرة له ،و الدراسات السابقة و كذلك المراجع والبرامج العلاجية السابقة الذكر.

البرنامج السيكودرامي هو برنامج إرشادي جماعي علاجي مقترح للحدة من السلوك العدواني ومكون من 12 جلسة علاجية بمعدل جلستين في الأسبوع ومدة الجلسة الواحدة هو 45 دقيقة اى تقريبا حصة دراسية.

فيما يلي يأتي عرض البرنامج المقترح حيث يتم تطبيق البرنامج بعد الحصول على موافقة أفراد المجموعة التجريبية، و التي يكون قد تم الاتفاق على الالتزام بحضور الجلسات وتنفيذ الأمور المطلوبة والتي يتم إبرامها في العقد العلاجي.

2- أهمية البرنامج: تكمن أهمية البرنامج بما يلي:

- الاسهام في خفض مظاهر السلوك العدواني لدى عينة من أليتام
- قد يستفيد من هذه الدراسة المرشدون و العاملون في المؤسسات إليوائية المهتمين بهذه الفئة
- الفئة التي يطبق عليها البرنامج تلاميذ مرحلة المتوسط و استخدام السيكودراما القائمة على أساليب و فنيات فعالة في تحسين وضعيتهم السلوكية و العلائقية و كذلك الاجتماعي و الأسري و الدراسي.

3- أهداف البرنامج:

الهدف العام للبرنامج :الهدف الأساسي من إعداد البرنامج السيكودرامي هو التخفيف من حدة السلوك العدواني الأكثر شيوعاً لدى طلاب مرحلة المتوسط من سن (12– 14سنة).

الأهداف الفرعية (الخاصة): المنبثقة من الهدف العام وتتمثل فيما يلي

- تهيئة جو نفسي مناسب مليء بالحب والرعاية والمرح للتغلب على ما يعانيه التلاميذ من مشكلات سلوكية
- تعريض التلاميذ لمواقف قصصية ودرامية هادفة تؤكد على القيم الإسلامية والسلوكيات السوية وتعمل على تعديل السلوكيات الخاطئة واللاسوية بقدر الإمكان .
- إكساب الثقة وزيادة وعي التلاميذ وسط جماعة السيكودراما ، فالجماعة تصحح وتعمق فكرة الفرد عن ذاته وتشعره بقيمة نفسه .
- إتاحة الفرصة للتلاميذ المسترشدين بعمل الأشياء التي هم في العادة يبتعدون عنها في ظل وجودهم داخل إطار جماعة السيكودراما (التنفيس الانفعالي)
- المشاركة الفعالة والنشطة من قبل التلاميذ للتخلص من السلوك المشكل
- توثيق العلاقة بين التلاميذ المسترشدين وتقوية المشاركة الجماعية من أجل السيطرة والتغلب على السلوك المشكل لديهم
- الاعتماد على أسلوب الحوار والنقاش وإبداء الآراء حول سلوكيات أبطال القصص والمواقف الدرامية التي يشارك فيها التلاميذ
- تعليم التلاميذ التفكير في حلول بناءة للمشكلات وتنفيذها وتقويمها

4- الفئة المستهدفة (لمن البرنامج):

يطبق البرنامج على مجموعة من تلاميذ المرحلة المتوسطة و الذين تتراوح أعمارهم ما بين (12 -14) سنة ، حيث يتم تقسيمهم إلى مجموعتين الأولى مجموعة تجريبية ويطبق عليها البرنامج والثانية مجموعة ضابطة.

5- خطوات بناء البرنامج:

أ)- النظريات التي يقوم عليها البرنامج:

-نظرية التحليل النفسي:

حيث يستفيد منها البرنامج السيكودرامي في المفاهيم التالية:

أ-التنفيس الانفعالي: حيث يقوم الحالة أثناء اللعب التمثيلي بالتنفيس عن كل ما يجول في خاطره من صراعات ومشكلات و توترات و مخاوف و أحلام مزعجة في أجواء نفسية دافئة يسودها الأمن و الطمأنينة.

ب-الإسقاط النفسي: حيث يقوم الحالة بإسقاط مشاعره المختلفة (الحب، الكراهية،الغضب العدوان..) على الموقف التمثيلي و التي يمكن أن تكون لها دلالة متعلقة بظروف معينة يمكن اعتبارها سببا في مشكلات الحالة السلوكية.

-نظرية الجشطالت:

حيث يستفيد البرنامج السيكودرامي من نظرية الجشطالت في مفهوم التعلم بالاستبصار الذاتي، حيث يستبصر الحالة بمشكلاته و الأسباب المؤدية لها أثناء لعبه الثمتيلي، كما يتعرف على قدراته و إمكاناته التي يتمتع بها، و يعرف الاستبصار على انه فهم النفس و معرفة الذات و القدرات و الإمكانيات و فهم الانفعالات و معرفة مصادر الاضطراب و المشكلات و إمكانات حلها، و معرفة الايجابيات و السلبيات و نواحي القوة و الضعف.

-النظرية السلوكية:

كما ينطلق البرنامج من النظرية السلوكية التي ترى أن معظم السلوك الإنساني متعلم، و مادام متعلم يمكن تعديله، حيث يستفيد البرنامج من النظرية السلوكية في العديد من المفاهيم و الفنيات مثل التعليم بالتقليد أو المحاكاة، التعلم بالملاحظة، التعلم بالنمذجة.

أ-التعلم بالتقليد أو المحاكاة:

هو التعليم لذي يكتسب فيه الفرد الملاحظ استجابة معينة عند ملاحظة شخص آخر يعتبره قدوة له، ثم يقوم مقامه في الاستجابة السلوكية، فالتقليد هنا يعكس الأداء الفعلي للنموذج المقدم أو السلوك الملاحظ.

ب- التعليم بالملاحظة:

هو ذلك التعلم الذي يحدث من ملاحظة الآخرين و قد يكون في هده الحالة لاحقا ولا يشمل على التقليد الفوري.

ج- التعلم بالنمذجة:

و يشير إلى الفرد الذي يتم ملاحظته، أي الذي يعمل كنموذج، و النموذج عند **باندورا** هو أي شيء يعرض و ينقل معلومات للملاحظ ، فالنموذج قد يكون شخصا أو فيلما أو صورة و يمكن محاكاة السلوك المرغوب فيه من خلال الملاحظة المباشرة إذ يعتمد ذلك على أربعة عوامل:(الانتباه ، الحفظ، استعادة الحركة، الهدف) إذ تتوقف فعالية النموذج المقدم على درجة تعلم الحالة للسلوك المرغوب فيه، فكلما كان التعلم جيد أصبح حافزا الى اكتساب السلوكات جديدة.

ب)- مراحل تطبيق البرنامج :

-المرحلة الأولى:

هي مرحلة تقيمية و التي استغرقت ما بين 1 الى 3 جلسات يتم من خلالها التعرف على الحالات و التركيز على جميع المعلومات حول مشكلاتهم و تطبيق مقياس التنمر تم بعد ذلك مقياس السلوك العدواني و تقديم الإطار العام للبرنامج و أهدافه و الذي يتم من خلاله بناء علاقة إرشادية تعاونية.

-المرحلة الثانية:

مرحلة بداية البرنامج تقوم أساسا على شرح النموذج السيكودرامي للحالات و هذا ما نحاول التركيز عليه في هذه المرحة ألا و هو استنباط توقعات الحالات نحو البرنامج و العمل على تصحيحيها و تكوين صياغة إرشادية و هي مرحلة قمنا من خلالها بتقديم و شرح خطة إرشادية للحد من السلوك العدواني.

-المرحلة الثالثة:

و هي المرحلة الوسطى من البرنامج و في بداية هده الجلسة يتم مراجعة توقعات الحالات نحو البرنامج و تحديد أهدافها و هي المحور الرئيسي لكل جلسة و هدفها تقديم التقنيات و ممارستها بعد تقديم المفهوم النظري لها و ذلك من خلال الجلسات.

-المرحلة الرابعة:

تتمثل في نهاية البرنامج و هدفها تدريس العميل أن يكون مرشدا لنفسه (تعليمه كيفية تحديد مشاكله و تقيمها و مواجهتها) و تخليص ما تم تعليمه و فهمه من أساليب و أدوار مناسبة و الوقاية من الاضطراب بوضع خطة للتصدي للمشكلات المحتمل.

ج)- الأساليب و الفنيات المستخدمة التي يقوم عليها البرنامج:

يقوم هذا البرنامج السيكودرامي على مجموعة من الأساليب و تتمثل فيما يلي:

الألعاب الترفيهية و التعاونية و الرياضية :

استخدمت الباحثة بعض الألعاب الترفيهية و التعاونية و الرياضية باعتبار أن اللعب مجال يعبر الطفل من خلاله عن رغباته و صراعاته و يتيح لهم الفرصة لإزاحة مشاعر العنف و العدوانية إلى أشياء بديلة و التعبير عنها رمزيا مما يخفف عن الطفل الضغط و التوتر الانفعالي حيث يرى (سوزان بندزيك.92:1988) أن اللعب :

-ينمي الميول و الثقة بالنفس و يعتبر نشاطا دفاعيا تعويضيا .

-يساعد الطفل على الاستبصار بمتاعبه و معرفة أسبابها و إيجاد حلول لها.

-يتيح للطفل فرصة التعبير عن دوافعه و رغباته و اتجاهاته.

-يعلم الطفل التعبير عن خوفه و غضبه بصورة واقعية.

-يفيد اللعب في الأغراض الوقائية من الغيرة و العدوان.

و الجدير بالإشارة أن احتواء البرنامج على هده الألعاب يساعد على إشاعة جو من الفرح و السرور و إخراج الحالات من جو القلق و التوتر.

أسلوب المناقشة والحوار والمحاضرة:

حيث قامت الباحثة بتقديم محاضرات حول المشكلات السلوكية الأكثر شيوعا في المرحلة الإعدادية (العدوانية) و تعريفهم بمدى انعكاس تلك المشكلات على شخصيتهم و تعريفهم بالسلوك السوي و اللاسوي و طرق الوقاية من تلك المشكلات.

حيث قامت الباحثة بفتح باب الحوار و المناقشة بعد سرد كل قصة و بعد دلك توزيع الأدوار لمناقشة مجريات القصة التي رويت لهم، و بعد ذلك قامت الباحثة بمناقشة التلاميذ مرة أخرى مركزة على الجانب السلوكي لا الفني الأدائي.

عصف الأفكار:

حيث استخدمت الباحثة أسلوب عصف الأفكار كأسلوب تدريبي تعليمي يقوم على حرية التفكير من أجل توليد أكبر كم من الأفكار لمعالجة الموضوع المقترح حيث يرى(نلسون.87:2014) أن أهمية عصف الأفكار تكمن في:

- تحفيز التلاميذ على توليد أفكار إبداعية حول موضوع معين من خلال البحث عن الإجابات الصحيحة أو حلول ممكنة.

-تدريب الطفل على احترام و تقدير آراء الآخرين .

- تعويد الطفل على الاستفادة من أفكار الآخرين و تطويرها.

الأسلوب القصصي:

هذا الأسلوب استخدم في البرنامج كأسلوب أساسي لما للقصة من أهمية في تطوير أساليب التعبير عن الأحاسيس و المشاعر و تنمية المهارات و تعديل سلوك الطفل، حيث استخدمت الباحثة قصص تحاكي السلوك العدواني للتلاميذ إذ قامت في العديد من الجلسات بسرد إحدى القصص بطريقة مشوقة و مثيرة، ثم بعد ذلك تقوم باستخدام أسلوب المناقشة و الحوار و سؤال التلاميذ حول تلك السلوك، و بعد ذلك توزع الأدوار كل حسب رغبته مما يتيح للطلاب فرصة التنفيس الانفعالي و بالتالي التخفيف من حدة السلوك العدوان الذي يعاني منه التلميذ.

الأسلوب السيكودرامي (التمثيل النفسي المسرحي): بعد رواية الباحثة للقصة تقوم بفتح باب الحوار و المناقشة الجماعية أمام التلاميذ و بعد ذلك قامت بتوزيع الأدوار على الطلاب كل حسب رغبته و من ثم قام كل طالب بتأدية دوره بطريقته الخاصة.

د)- محتوى جلسات البرنامج:

رقم الجلسة	الموضوع العام للجلسة	الأسلوب المستخدم	مدة الجلسة	الهدف العام للجلسة
01	التعارف المتبادل و التعريف بالبرنامج	-الإلقاء -العاب تنشيطية -المناقشة و الحوار -عصف الأفكار	45دقيقة	التعرف على مجموعة التلاميذ و إذابة الجليد فيما بينهم و التعريف بالبرنامج و سير العمل فيه و الأهداف التي يسعى الى تحقيقها.
02	المشاكل السلوكية في المرحلة الإعدادية	-محاضرة -مناقشة جماعية -حوار -مجموعات عمل -عصف الأفكار	40دقيقة	إلقاء الضوء على مشكلات الطلاب السلوكية الأكثر شيوعا في المرحلة الإعدادية و تبصيرهم بمشكلاتهم و تعريفهم بعلاقة و تأثير تلك المشكلات على الشخصية السوية و الشخصية اللاسوية و التعرف على الأساليب المؤدية لتلك المشكلات و طرق الوقاية و التعامل مع تلك المشاكل.
03	تدريبات التنفس	-العاب درامية	45دقيقة	التعرف على خصائص التنفيس الانفعالي و إمكانياتها التعبيرية و إعطاء الفرصة للطلاب لتفريغ الطاقات السلبية.

04	تنمية الإدراك و الحواس و القدرة على التركيز	-العاب درامية	40دقيقة	تنمية رهافة الحس و القدرة على إدراك الأشياء لدى الطالب و تطوير قدرات الانتباه و التركيز لديهم بشكل عام.
05	تدريبات المحاكاة و التخيل	-العاب درامية	45دقيقة	تنمية القدرة على التعبير الحركي و القدرة على المحاكاة و التقليد و القدرة على التخيل لدى الطلاب.
06	تدريبات المحاكاة و التخيل	-العاب درامية -المناقشة و الحوار -استنتاج الأهداف	45دقيقة	تنمية القدرة على المحاكاة و التخيل و الإبداع و التركيز على أهمية العمل الجماعي التعاوني لتعزيز الروابط الجماعية بين التلاميذ.
07	مشكلات السلوك العدواني:العدوان اتجاه الآخرين	-القصة -مناقشة جماعية -الحوار -استنتاج الأهداف	45دقيقة	التعرف على بعض سمات الشخصية العدوانية و معرفة بعض الحقائق عن السلوك العدواني و الإلمام بالآثار الناتجة عن الاعتداء على الآخرين و نبد السلوك ببناء علاقة ايجابية مع الذين يشعرون اتجاههم بالعدوان.

08	مشكلات السلوك العدواني: -عدوان اتجاه الممتلكات	-القصة -مناقشة جماعية -حوار -استنتاج الأهداف	40دقيقة	تعزيز المسؤولية الشخصية تجاه الممتلكات العامة و الخاصة العامة والخاصة و التأكيد على ضرورة احترام الممتلكات الشخصية.
09	مشكلات السلوك العدواني: عدوان اتجاه الذات والآخرين و الممتلكات	-القصة -المناقشة الجماعية -حوار -استنتاج الأهداف	45دقيقة	إتاحة الفرصة للتلاميذ للتعبير عن مشاعرهم، التعريف على أشكال العدوان وآثاره المدمرة على كافة الأصعدة.
10	مشكلات الانضباط المدرسي- فوضوي-العبث باثاث المدرسة- تخريب ممتلكات المدرسة-عدم الانتماء للمدرسة.	-القصة -مناقشة جماعية -حوار -استنتاج الأهداف	40دقيقة	عرض مبدأ الانتماء للمدرسة و الإلمام بالعواقب الناتجة عن تخريب و العبث في محتويات المدرسة.
11	العاب ترفيهية و تعاونية و رياضية	العاب ترفيهية و تنشيطية -المناقشة و الحوار -التلخيص	45دقيقة	تعلم العاب مفيدة لتحل محل العاب العنيفة و تنمية روح الفريق و التفكير المعمق في حل المشكلات.

12	إنهاء البرنامج	-المحتضرة -المناقشة و الحوار -التلخيص	45دقيقة	تلخيص عام للبرنامج و إنهائه الإجابة على تساؤلات و استفسارات التلاميذ تطبيق القياس البعدي للبرنامج.

صعوبات الدراسة:

- ضيق الوقت المخصص حيث يستغرق البرنامج حوالي شهرين و نصف او ثلاثة اشهر و عدم استقبال المؤسسات لي بحجة الكوفيد-19 و اضراب مديرية التربية ادى الى تأخر حصولي على ورقة اجراء التربص....
- نقص في المصادر و الكتب المتعلقة بالموضوع غير موجودة بالمكتبة.

التوصيات والمقترحات :

تقدم الباحثة مجموعة من التوصيات والمقترحات:

- زيادة الدراسة في مثل هده الاضطرابات السلوكية و الإسهام الفعلي في علاجها باستخدام برامج علاجية مختلفة.
- استخدام السيكودراما مع اضطرابات و مشاكل سلوكية أخرى ومع فئات عمرية مختلفة وزيادة أفراد العينة و توسيعها لتشمل فئة الإناث.
- إجراء دراسة مسحية لسلوك العدواني في جميع المراحل العمرية لتحديد حجمها في الجزائر.
- دراسة العوامل المؤدية للسلوك العدواني مثل أساليب التنشئة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي والثقافي والاجتماعي وغيرها من العوامل.
- إجراء تغيرات في البرنامج السيكودرامي ليشمل المشكلات السلوكية بصفة عامة و ليس السلوك العدواني فقط.
- بناء مقاييس جديدة خاصة السلوك العدواني تتلاءم والبيئة الجزائرية للمساعدة في التشخيص.

قائمة المراجع و المصادر

المراجع باللغة العربية:

1) إيناس حسن صالح:2015،فاعلية برنامج علاجي باستخدام السيكودراما في خفض أعراض اضطراب الاكتئاب لدى النساء،رسالة دكتورا، الجامعة الإسلامية، كلية التربية.
2) بطرس حافظ بطرس:(2007)، إرشاد الأطفال العاديين،عمان، الأردن،دار الميسر.
3) بطرس حافظ بطرس:(2009)،طرق تدريس الطلبة المضطربين سلوكيا وانفعاليا،عمان، الأردن، دار الميسر.
4) جمعة سيد يوسف: الاضطرابات السلوكية وعلاجها ، 2000.
5) حسن، عبد المعطي: 2001 ،الاضطرابات النفسيثة في الطفولة والمراهقة، مكتبة القاهرة للكتاب، القاهرة.
6) الحفني، عبد المنعم: 1995،الكتاب الجامع في الاضطرابات النفسية وطرق علاجها نفسياً، المجلد الأول، مكتبة مدبولي، القاهرة.
7) حلمي المليجي: علم النفس المعاصر،د ط، دار النهضة العربية، بيروت ، دون سنة
8) خولة أحمد يحي، الاضطرابات السلوكية والانفعالية، دار الفكر للطباعة والنشر، ط1،الأردن، سنة 2000.
9) خالد خياط:(2014)، محاضرات في علم النفس المرضي للطفل و المراهق، جامعة خيضر بسكرة، كلية العلوم الإنسانية و العلوم الاجتماعية.
10) عائشة نجوي:2010،العلاج النفسي عن طريق البرمجة العصبية اللغوية، رسالة دكتوراه، جامعة الإخوة منتوي، قسنطينة، الجزائر.
11) عبد الرحمن العيسوي: المرجع في علم النفس الحديث، دار المعرفة الجامعية مصر، 1995عبد الرحمن العيسوي، اضطرابات الطفولة والمراهقة وعلاجها ، موسوعة كتب علم النفس الحديث، دار الراتب الجامعية،بيروت، لبنان، ط1 2000.
12) عبد الله عبد العظيم حمدي:(2013)، برنامج تعديل السلوك، الجيزة،

مصر،مكتبة أولاد الشيخ.

13) عبد المنعم الخفي:2005،موسوعة الطب النفسي،بيروت،لبنان،دار نوبلس.

14) عدنان أحمد الفسفوس: أساليب تعديل السلوك الإنساني، المكتبة الالكترونية،أطفال الخليج، ط2006،2.

15) عدنان أحمد الفسفوس: الدليل الإرشادي لمواجهة السلوك العدواني لدى طلبة المدارس، المكتبة الالكترونية،أطفال الخليج،ط 1، 2006.

16) عصام عبد اللطيف العقاد: سيكولوجية العدوانية وترويضها، منحى علاجي معرفي جديد، دار غريب، القاهرة،د ط، 2001.

17) عقل، صلاح .1999 استخدام السيكودراما في مجال الارشاد التربوي والعلاج النفسي،GC1.، معهد التربية، الانروا، اليونسكو، عمان.

18) العيسوي، عبد الرحمن: 1979 ،العلاج النفسي، دار الفكر الجامعي، الاسكندرية.

19) القذافي ، رمضان: 1997 ، التوجيه والارشاد النفسي ، دار الجبل، بيروت.

20) مجدي محمد الدستوقي:(2016)،مقياس السلوك التنمري للأطفال و المراهقين، القاهرة،مصر،دار العلوم.

21) محمد إبراهيم عسيلة: 2015، فاعلية برنامج إرشادي باستخدام السيكودراما في تنمية فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركيا بالمدارس الأساسية.رسالة دكتوراه غير منشورة. جامعة الأزهر.كلية العلوم الإنسانية.

22) محمد خضر عبد الله المختار: الاغتراب والتطرف نحو العنف،د ط، دار غريب، 1998.

23) مصطفى حجازي:التخلف الاجتماعي، مدخل إلى سيكولوجية الإنسان المقهور،ط8 ،المركز العربي الثقافي، لبنان،1976.

24) ناجي عبد العظيم سعيد مرشد: تعديل السلوك العدواني للأطفال العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة دليل للأباء والأمهات، مكتبة زهراء الشرق، 2006.

25) وفيق صفوت مختار: مشكلات الأطفال السلوكية،الأسباب وطرق العلاج، دار العلم والثقافة، القاهرة، 1999 .

26) يوسف قطامي: عبد الرحمن عدس، علم النفس العام، دار الفكر للطباعة والنشر، الأردن ،عمان،2002.

27) يوسف قطامي، عبد الرحمن عدس: علم النفس العام، دار الفكر للطباعة والنشر، الأزدن ،عمان،2002.

الموقع الالكتروني:https://www.tbeeb.net 2021\03\15

الرسائل:

1) إبـراهيـم ، أسـمـاء:1994 ، استخدام السيكودراما لخفض الاضطرابات الانفعـال لدى الأطفال ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كليـة البنـات، جامعة عين شمس ، القاهرة
2) احمد محمد عبد الهادي دحلال: 2003،العلاقة بين مشاهدة بعض البرامج التلفاز والسلوك العدواني،رسالة دكتوراه منشورة، الجامعة الإسلامية، كلية التربية
3) أشرف يعقوب:2016، فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكودراما في خفض السلوك الفوضوي و تنمية المهارات الاجتماعية لدى طلاب صعوبات التعلم،رسالة دكتوراه، الجامعة الأردنية، كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية.
4) امجد عزات عبد المجيد: 2005، مدى فاعلية برنامج إرشادي مقترح في السيكودراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الإعدادية،رسالة دكتورا،الجامعة الإسلامية،كلية التربية.
5) حمـودة ، صـفـاء: 1991 فعالية العاج الجماعي (السيكودراما) والممارسـة السلبية في علاج بعض حالات اللجلجة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة
6) حنان المالكي: 2013، فاعلية برنامج إرشادي قائم على استراتيجيات السيكودراما في التخفيف من الضغط النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى،رسالة دكتوراه غير منشورة،جامعة أم القرى،كلية العلوم الإنسانية.
7) شحـاته ، خالد :1999،استخدام السيكودراما في تخفيض العدوانية لدى الأطفال اللقطاء مجهولي النسب لسن ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير نشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس ، القاهرة.
8) غـريب ، محمـد: 1999، مدى فاعلية برنامج سيكودرامي للتخفيف من القلـق النفسي عند النفسي عند أطفال المؤسسة الإيوائيـة ، رسـالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسـات العليـا للطفولـة ، جامعة عين شمس ، القاهرة.
9) ماجد حسن محمد أبو عيد: 2003، أشكال السلوك العدواني لدى طلبة الصف السادس أساسي، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، كلية الدراسات العليا.

10) محمد أيوب الرب:2017، فعالية برنامج قائم على السيكودراما في تحسين الكفاءة الاجتماعية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم، رسالة دكتوراه غير منشورة. جامعة السلطان قابوس.كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية. جدة. السعودية.

المجلات:

1) بشير معمرية، ابراهيم ماحي: أبعاد السلوك العدواني وعلاقتها بأزمة الهوية لدى الشباب الجامعي، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، العدد4 أكتوبر نوفمبر ديسمبر، 2004 .

2) بيرفان عبدالله محمد سعيد المفتي: 2002، فاعلية برنامج مقترح بالالعاب التعاونية في تقليل السلوك العدواني لدى اطفال ما قبل المدرسة،مجلة التربية الرياضية – المجلد الحادي عشر – العدد الرابع2002.

المراجع باللغة الانجليزية:

1) Haynie et all.(2008).Prévenir l'intimidation. Canada. Centre national de prévention du crime.
2) Jacques Van Rillaer :L'agressivité humaine
3) Peter Flix (kallermam).(1996). Psychodrama and drama therapy comparison. London. Jessica. Kingsley.
4) Theodore Million ; Melvin .j.Lerner, 2003 hand book of psychology; personality & social psychology;v5; 2003

الملاحق

ملحق رقم 01:

مقياس السلوك العدواني للأطفال

أماجدة الشهري-أنوف الشريم

بيانات أولية:

الاسم:..... الجنس(ذكر/أنثى)

المدرسة:.....

تاريخ الميلاد:.....

	العبارة	كثيرا	قليلا	نادرا	نادرا جدا
01	أتشاجر مع زملائي في الفصل أو المدرسة.				
02	أندفع الى الضرب سواء باليد أو الرجل أو أي شيء آخر لزملائي				
03	أحاول تدمير ممتلكات غيري من الأطفال.				
04	أرغب في اللعب و العبث بمحتويات الفصل.				
05	أندفع لتمزيق بعض الأشياء وإن كانت مهمة.				
06	أحاول طعن أو وخز زملائي دون أن يوجهوا لي إساءة.				
07	أفضل في أوقات الفراغ بالمدرسة مصارعة زملائي أو ملاكمتهم.				
08	أفضل المشاجرة باليد مع الطلاب الأقل قوة جسمانية.				
09	أندفع لتدمير محتويات الفصل رغم تعرضي للعقاب المدرسي.				
10	أحصل على حقوقي بالقوة.				
11	أرد الإساءة البدنية بالقوة.				
12	أفضل مشاهدة الملاكمة و المصارعة الحرة على غيرها من الألعاب.				

13	أرد الإساءة اللفظية ببدنية.				
14	أفكر بإيقاع الضرر ببعض المشرفين أو المدرسين.				
15	أصرخ لأسباب تافهة.				
16	أصيح برفع صوتي عن زملائي بالفصل دون سبب واضح.				
17	أميل الى تدبير خدع أو مكائد للآخرين.				
18	أستخدم ألفاظ و عبارات غير محبوبة في التعامل مع زملائي.				
19	أضحك و أقهقه بصوت عالي بدون سبب يستحق ذلك.				
20	أهتف بقوة بالفصل للفت الأنظار لي دون سبب.				
21	لا أقدم اعتذار لزملائي إذا أسأت لفظيا لهم.				
22	ادفع زملائي الى معاكسة المدرسين و المشرفين لفظيا.				
23	إدا أساء لي زميلي بلفظ غير مرغوب أرده بأكثر منه إساءة.				
24	أبدا و أنا مدفوع الى التحقير اللفظي و السخرية من الزملاء.				
25	أقول بعض النكت و الفكاهة بقصد السخرية.				
26	أميل الى السخرية من أراء الآخرين.				
27	ليس من السهل أن اهزم في أي مناقشة.				
28	لا أتقبل الهزيمة في الألعاب الرياضية بسهولة.				
29	أحاول إيقاع الضرر بالمحيطين بي بحيث لا أشعر بأحد.				
30	أشعر بالسعادة عند رؤية مشاجرة بالضرب بين شخصين.				
31	أفضل أفلام الحرب و العصابات و المغامرات على				

	غيرها.				
32	أشعر بالسعادة عند رؤية المقاتلة بين الحيوانات.				
33	أغضب بسرعة إدا ضايقني أي فرد.				
34	لا أثق في المحيطين بي.				
35	أحاول صرف انتباه الطلاب عن المعلم.				
36	أوجه اللوم و النقد لنفسي على كل تصرفاتي.				
37	أوجه اللوم و النقد لغيري على كل تصرفاتي.				
38	أشعر بالسعادة إذا اخطأ زميلي ووجه المعلم إليه النقد و اللوم.				
39	أميل كثيرا لعمل عكس ما يطلب مني.				
40	من السهل أن أخيف زملائي.				
41	أحب قراءة قصص المغامرات البوليسية.				
42	أتضايق من عادات المحيطين بي.				

ملحق رقم 2:

جلسات البرنامج السيكودرامي

الجلسة الأولى:

موضوع الجلسة: التعارف المتبادل و التعريف بالبرنامج السيكودرامي.

أهداف الجلسة:

- ❖ التعارف المتبادل فيما بين مجموعة الطلاب الإرشادية و الباحث.
- ❖ إقامة علاقة تفاعل بين الباحث و الطلاب و خلق أجواء من المرح.
- ❖ إذابة الجليد و كسر الجمود بين الطلاب المسترشدين.
- ❖ تعريف الطلاب بالبرنامج و سير العمل به.
- ❖ توضيح أهداف البرنامج التي يسعى إلى تحقيقها.
- ❖ التعرف على توقعات الطلاب المشاركين من البرنامج.

الأسلوب المستخدم: الإلقاء(المحاضرة)، ألعاب تنشيطية، المناقشة و الحوار،عصف الأفكار.

المواد المستخدمة: عيدان كبريت، زجاجة بلاستيكية، أوراق، أقلام.

مدة الجلسة: (45) دقيقة.

عرض الجلسة:

بدأت الباحثة بالترحيب بالطلاب المسترشدين المشاركين، و من ثم قامت بالتعريف عن نفسها و عن طبيعة عملها، و كذلك الهدف الذي يرمي إليه من وراء إجراء هذه الدراسة المتمثلة بالبرنامج السيكودرامي.

-بعد ذلك قامت الباحثة بالتعرف و تعريف الطلاب على بعضهم البعض لتسود الألفة و المحبة و ذلك باستخدام طريقة ممتعة غير تقليدية عن طريق عيدان الكبريت، حيث طلب من كل طالب إشعال عود من الكبريت و البدا بالتحدث معرفا عن نفسه و هوايته و الأشياء التي يحبها و أشياء أخرى يريد تعريف الطلاب عنها حتى انطفئ العود فيتوقف عن الحديث، و هنا برزت قدرات الطلاب المسترشدين على إبقاء العود مشتعلا أكبر مدة للحديث عن نفسه، كما أن هذه الطريقة تجعل الجميع منتبهين لما يقوله زميلهم و تعلمهم الالتزام بالوقت المحدد.

-بعد ذلك نفذت الباحثة نشاطا آخر بصحبة الطلاب بهدف إذابة الجليد و كسر الجمود فيما بين الطلاب أنفسهم من جهة و الباحث من جهة أخرى، و من أجل خلق أجواء مليئة بالثقة و الألفة و الفرح و السرور، و تمثل هذا النشاط بلعبة (دارت القنينة) حيث طلب الباحث من الطلاب الجلوس على شكل دائرة و قام بوضع قنينة بلاستيكية فارغة في وسط الدائرة و قام بلفها، و من تشير إليه فوهة الزجاجة يقوم بالإجابة على سؤال أو القيام بشيء يطلبه منه الذي تقع عليه مؤخرة القنينة، بعد ذلك يقوم الطالب الذي وقعت فوهة الزجاجة اتجاهه بلفها لمعاودة الكرة، و هنا حاول الباحث تشجيع الطلاب على سؤال بعض الأسئلة المتعلقة بمشكلات و مشاعر و حياة الطلاب اليومية.

-بعد التعارف و أجواء المرح و السرور قام الباحث بإلقاء الضوء على ماهية البرنامج الإرشادي السيكودرامي المستخدم، و تحديد الأهداف المرجوة من وراء تطبيق جلسات البرنامج، و أهمية البرنامج، و الطريقة التي يقوم عليها البرنامج، و طبيعة العمل المنوطة بالطلاب أثناء البرنامج التي تعتمد على الالتزام و المشاركة الجماعية و التفاعل فيما بينهم ، و هنا أبدى الطلاب ترحيبهم و إعجابهم بالفكرة

و أكدوا على استعدادهم للمشاركة و الالتزام بفعاليات و أنشطة البرنامج.

و بعد ذلك تم الاتفاق مع الطلاب على المكان الذي ستعقد فيه الجلسات، و كذلك على الموعد الذي يناسبهم حيث ثم الاتفاق مع الطلاب على المكان الذي ستعقد فيه الجلسات، و

كذلك على الموعد الذي يناسبهم حيث ثم الاتفاق على تكون الجلسات على مدار يومين في الأسبوع، و تتراوح مدة الجلسات ما بين (45-60) دقيقة.

-بعد ذلك أخبرت الباحثة الطلاب بأن أي جماعة تعيش على أي بقعة من بقاع الأرض تضع لنفسها قواعد و ضوابط تحدد العلاقة فيما بينها ، فما رأيكم أن نضع لأنفسنا مجموعة من القواعد تحدد سيرنا و نلتزم بها من خلال تنفيذ جلسات البرنامج؟ وافق الطلاب على ذلك و بدؤوا يقترحون بعض القواعد و الضوابط، و في النهاية تم الاتفاق معهم على مجموعة من القواعد و قام الباحث بكتابتها على ورق مقوى و تعليقها في قاعة النشاط، و تمثلت هذه القواعد و القوانين فيما يلي:

1. الالتزام بالحضور و بمواعيد تنفيذ الجلسات.
2. احترام الغير.
3. الإصغاء الجيد و الناشط.
4. الاستئذان قبل الحديث و عدم المقاطعة أثناء الحديث.
5. الديمقراطية في الحوار أي لكل طالب الحق في التعبير عما يجوب بخاطره بكل أريحية.
6. التقبل أي احترام أراء الغير و عدم الاستهزاء و السخرية بهم و توجيه النقد الاذع لهم.
7. الالتزام بالهدوء أثناء الاستماع للقصة و أثناء التمثيل.
8. البقاء في قاعة النشاط حتى نهاية الجلسة.
9. المحافظة على نظافة المكان.
10. التفاعل و المشاركة الجماعية.
11. السرية.

- بعد وضع القواعد و القوانين ترك الباحث الحرية للطلاب المشاركين في البرنامج للتحدث حول توقعاتهم و اهتماماتهم و طموحاتهم من هاذ البرنامج السيكودرامي، و عن مدى معرفتهم بمثل هذه البرامج، و من تم التعرف على مدى حاجاتهم لمثل هده البرامج، و هنا أكد العديد من الطلاب المشاركين على أهمية مثل هده البرامج و خاصة في ضل الظروف التي يعيشونها، و في نهاية الجلسة أتاحت الباحثة الفرصة للطلاب لتوجيه تساؤلاتهم و استفساراتهم حول البرنامج عامة و ما دار في الجلسة خاصة، و من ثم قدمت الباحثة الشكر و التقدير للطلاب المشاركين و أخبرهم أنهم سيجدون ما يسرهم في الجلسات القادمة.

الجلسة الثانية:

موضوع الجلسة: المشاكل السلوكية في المرحلة الإعدادية .

أهداف الجلسة:

- ❖ تعرف الطلاب على ماهية المرحلة التي يمرون بها.
- ❖ تعرف الطلبة على مشكلاتهم في أجواء مليئة بالثقة و المحبة.
- ❖ التعرف على الأسباب المؤدية إلى مشكلاتهم كما يرونها.
- ❖ التعرف على الحلول المقترحة لمشكلاتهم من وجهة نظرهم الخاصة .
- ❖ معرفة مدى تأثير هذه المشاكل على الشخصية السوية و الشخصية اللاسوية .
- ❖ التعرف على نظرة الطلاب لأنفسهم و الجوانب الايجابية السلبية عندهم.

الأسلوب المستخدم: المحاضرة، المناقشة الجماعية، الحوار، مجموعات العمل، عصف الأفكار.

المواد المستخدمة: أوراق، أقلام، نشاط.

مدة الجلسة: (45) دقيقة.

عرض الجلسة:

-في البداية قام الباحث بالترحيب بالطلاب و الثناء عليهم لحضورهم و التزامهم، و من تم قام بتلخيص مجريات الجلسة السابقة.

-بعد ذلك قام الباحث بعرض مبسط للمراحل التي يمر بها الإنسان ابتداء من لحظة التكوين و حتى لحظة نهايته و مماته، مع التأكيد على أن لكل مرحلة من هذه المراحل مشكلاتها الخاصة، حيث تم التركيز على مرحلة المراهقة المبكرة التي يمر بها الطالب في المرحلة الإعدادية، و الخصائص التي تتمتع بها هده المرحلة، و المتغيرات التي تحدث في هده المرحلة، مع تقديم بعض النصائح التي تساعد الطلاب في كيفية التعامل مع هذه المرحلة من أجل المرور منها بسلام.

-بعد ذلك ألقى الباحث الضوء على المشكلات السلوكية الشائعة لدى الطلاب في المرحلة الإعدادية التي أجمع عليها بعض العاملين في الحقل التربوي (مدراء، مدرسين، المرشدين، المعلمين) و بعض أولياء الأمور من خلال المسح الذي أجرته الباحثة، و التي تم تقسيمها في محورين و تتمل في المشكلات التالية: "مشكلة السلوك العدواني، مشكلة الانضباط المدرسي" بعد التعرف على ماهية تلك المشكلات تم التعرف على أنواعها و إشكالها المختلفة.

و من تم تبدأ الباحثة بالتعرف على الأسباب المؤدية الى المشكلات من قبل المسترشدين عن طريق المناقشة الحرة، و الرأي المستقل لكل طال لكي يعبر عن الأسباب التي يراها لمشكلته، و بعد ذلك تم التطرق إلى عواقب هذه المشكلة على كافة الأصعدة، و مدى تأثيرها على توافق و تكامل الإنسان و وصوله إلى الشخصية السوية، و مدى العلاقة بين تلك المشكلات السلوكية و الأحداث الحالية الدائرة من حول الطلاب (الخبرات الصادمة)، و تحدث الطلاب عن الكثير من العوامل و الأسباب المؤدية إلى مشكلاتهم السلوكية.

-بعد ذلك قامت الباحثة بتشكيل مجموعة للتعرف على الحلول المقترحة لمشكلاتهم من وجهة نظرهم الخاصة من خلال تسجيل حلول كل فرد من المجموعة و عرضها أمام

الجميع، بعد ذلك تم تدارس هذه الآراء و المقترحات و مناقشتها من أجل اختيار الحلول و المقترحات الأكثر واقعية، و القابلة لحل مشكلاتهم، و التي تتناسب مع ظروفهم و قدراتهم و هنا ذكر الطلاب العديد من المقترحات و الحلول، حيث قام الباحث بتدعيم الحلول و المقترحات الإيجابية.

-بعد الانتهاء من التعرف على الأسباب و المقترحات و الحلول، طبق الباحث فعالية تسمى "الجوانب الإيجابية و السلبية في شخصيتي"حيث تهدف هذه الفعالية إلى التعرف الطلاب على الجوانب الإيجابية و السلبية عندهم، و كذلك التي توجد عند الآخرين، و مساعدة الطلاب للاستفادة من الجوانب الإيجابية الموجودة عند الآخرين و كيفية العمل على تعديل الجوانب السلبية عندهم، حيث تم توزيع ورقة على كل طالب و طلب منهم كتابة خمس أشياء ايجابية و أشياء سلبية و يرونها في شخصيتهم أو في سلوكهم أو في أسلوب تعاملهم و اتصالهم مع الآخرين. بعد الانتهاء قامت الباحثة بجمع هذه الأوراق و إعادة توزيعها بطريقة عشوائية و طلب كل واحد قراءة الورقة الموجودة معه و محاولة مساعدة صاحب السلبية، بعد ذلك ثم القيام بمناقشة النقاط التالية:

* ما هو شعوركم و انتم تكتبون الجوانب الإيجابية و السلبية في شخصيتكم؟

*لماذا يصعب علينا التحدث و السلبية الموجودة فينا أو عند الآخرين؟

*عند سماعكم نقد الآخرين لكم، ماذا تشعرون؟ و إدا امتدحكم آخرون بماذا تشعرون؟ و لماذا؟

*كيف يمكن أن نساعد صاحب هذه السلبية لتغلب عليها؟

*ماذا لو لم يعرف الآخرون بايجابياتنا و أنكروها وبدلا منها قاموا بالتركيز على سلبياتنا؟ كيف نتصرف؟

*أذا امتدح آخرين ايجابيات ليست بنا، بماذا تشعر؟

و في نهاية الجلسة قام الباحث بإتاحة الفرصة أمام الطلاب من أجل الإجابة عن تساؤلاتهم و استفساراتهم حول ما دار و تم التطرق إليه في الجلسة، و قبل إنهاء الجلسة قام الباحث بتكليف الطلاب بتلخيص مجريات الجلسة و أهم النقاط الإيجابية التي استفادوا منها خلال سير الجلسة كواجب بيتي، و في النهاية شكر الباحث على مشاركتهم الفعالة.

الجلسة الثالثة:

موضوع الجلسة: تدريبات التنفس

أهداف الجلسة:

- ❖ مساعدة الطلاب تدريجيا على التعرف على خصائص التنفيس الانفعالي و إمكانياتها التعبيرية.
- ❖ إعطاء فرصة للطلاب لتفريغ الطاقات السلبية لديهم من خلال الحركة و الانبساط مع زملاءهم.

المواد المستخدمة: بلالين، كرة تنس الطاولة.

مدة الجلسة: (45) دقيقة

الأسلوب المستخدم: ألعاب درامية.

عرض الجلسة:

جلس الطلاب في الأماكن المخصصة و رحبت الباحثة بهم و أثنت عليهم ،ومن ثم قامت بمشاركة الطلاب في تلخيص مجريات الجلسة السابقة، حيث قام أحد الطلاب بسرد أهم النقاط الايجابية التي استفادوا منها في الجلسة السابقة، وبعد ذلك أخبرتهم الباحثة بأنها اليوم تنوي القيام ببعض الألعاب و التمرينات الممتعة و التي تجلب المتعة و السرور.

أولا/ تدريبات الشهيق و الزفير:

-طلب الباحث من الطلاب الوقوف و جعل الذراعان حران، ثم قام بعمل زفير مع نصف فم مفتوح و انحناءة أمامية للجسم و الرأس و الطلب من الطلاب القيام بعمل هذا التدريب كما يفعل، ثم قام بعمل شهيق عميق من الأنف و الذراعان مفتوحان و الجسم منتصب ثم حبس الأنفاس لمدة ثوان و كررت بصحبة الطلاب هذا التمرين لعدة مرات.

بعد ذلك طلبت الباحثة من الطلاب الجلوس وأن يضع كل واحد منهم يده على أنفه ثم ينفخ و يشعر بتأثير الهواء على يده، ثم طلب منهم وضع أيدهم على أفواههم ثم النفخ حتى يشعرون بتأثير الهواء الخارج من الأنف على أيديهم، ثم طلب منهم معرفة الفرق بين التنفس من خلال الفم و من خلال الأنف؟، أجاب الطلاب أن هواء الأنف ساخن و هواء الفم بارد، و شجعت الباحثة الطلاب على هذه الإجابة السلمية.

- بعد الانتهاء من ذلك، طلبت الباحثة من الطلاب التحرك نحو المقاعد و طلبت من كل اثنين أن يقف كل منهما أمام الآخر على المقعد و أعطى لكل منهما كرة تنس طاولة و طلب من كل منهم أن يوصلهما إلى زميله عن طريق النفخ و يفعل زميلة العكس و يردها إليه.

- بعد ذلك طلب الباحث من الطلاب الجلوس نصف دائرة، و أن يتخيل كل واحد منهم أنه يجري و راء الباص و كيف سكون تنفسه في هذه الحالة ؟

<u>ثانيا/ نفخ و تفجير البلالين:</u>

-قامت الباحثة بإعطاء كل طالب من المجموعة الإرشادية بالون، و طلبت منهم انتظار إشارة البدء، لنفخ البلالين معا حتى تفجير البالون و الطالب يفجر بالونه من خلال النفخ أولا يعتبر فائزا.

و في نهاية الجلسة شكرت الباحثة الطلاب و سال الطلاب عن مدى إعجابهم و رأيهم بالأنشطة التي ثم تنفيذها بصحبتهم أثناء الجلسة، و ما هي الفوائد التي تعود علينا من وراء تلك الأنشطة و التمارين، حيث عبروا عن سعادتهم و فرحهم و هذا كان واضحا أثناء تنفيذ الأنشطة، حيث طلب منهم الباحث ممارسة هذه التدريبات و الأنشطة بصحبة الأهل و الأصدقاء.

الجلسة الرابعة:

موضوع الجلسة: تدريبات تنمية الإدراك و الحواس و القدرة على التركيز.

أهداف الجلسة:

- ❖ تنمية رهافة الحس و القدرة على إدراك الأشياء لدى الطلاب.
- ❖ تطوير حواس الطلاب لحواسهم في عمليات الاكتشاف و التعامل مع الأشياء.
- ❖ استخدام الطلاب لحواسهم في عمليات الاكتشاف و التعامل مع الأشياء.
- ❖ تطوير قدرات الانتباه و التركيز لدى الطلاب بشكل عام.
- ❖ إعطاء الطلاب الفرصة الكاملة للتركيز على مهمات شيقة و مثيرة لحب الاستطلاع.
- ❖ تعليم الطلاب قوة الملاحظة و تركيز الانتباه.
- ❖ تعليم الطلاب قوة الملاحظة و تركيز الانتباه.
- ❖ تعليم الطلاب الحفظ السريع بالذاكرة قصيرة المدى لأكبر فترة زمنية ممكنة.

المواد المستخدمة: بلالين، كرة صغيرة، زجاجات، طباشير، بقوليات، كراسي،شاكوش، مسمار، مسطرة.

مدة الجلسة: 45 دقيقة

الأسلوب المستخدم: ألعاب درامية

عرض الجلسة:

بعد تلخيص مجريات و أحداث الجلسة السابقة رحبت الباحثة بالطلاب و أخبرهم بأنه تنوي اليوم ممارسة العديد من الأنشطة و التدريب التي نستخدم فيها حواسنا مثل (السمع، البصر، اللمس) و أخرى تعتمد على الانتباه و التركيز و التذكر.

أولا: تدريبات تنمية الإدراك و الحواس:

نشاط رقم(01) كشف الأشياء باستخدام الحواس(السمع، اللمس، البصر):

-(حاسة السمع) طلب الباحث من الطلاب الاتصال و التركيز إلى الأصوات المنبعثة من خارج قاعة النشاط، حيث اتفق الباحث مع أحد الأشخاص المساعدين بإصدار عدد من الأصوات مع وجود فترة زمنية بين كل صوت و صوت، من أجل تعرف الطلاب على تلك الأصوات و مناقشة الباحث لهم حول ماهية الصوت و نوعه، و السبب يمكن أن يكون صادر بسببه أو عنهن و تمثلت هذه الأصوات في "أصوات ترتيب الكراسي، أصوات علب كولا عندما توضع في كيس نايلون، صوت شاكوش يدق به مسمار، علبه بها حصى".

- (حاسة اللمس) قام الباحث بإحضار مجموعة من الأشياء جزء من هده الأشياء موجود داخل أكياس أو ملفوف بقطعة من القماش، و جزء آخر مكشوف في أطباق بلاستيكية و من هذه الأشياء: حبات رز، حبات فاصوليا، حبات فول، مسطرة، حجر، قطعة بسكويت، و طلبت من الطلاب إغماض أعينهم من أجل التعرف على تلك الأشياء من خلال لمسها، و كذلك الاستخدامات التي يمكن أن تستخدم فيها.

- (حاسة البصر) طلب الباحث من أحد الطلاب البدء بملاحظة الأشياء الموجودة داخل قاعة النشاط بتركيز شديد، بحيث يحتفظ في ذاكرته أكبر قدر ممكن من التفاصيل لمدة عشر ثواني، و من الأشياء التي يمكن التركيز عليها على سبيل المثال اللوحات المعلقة على الجدران أو لون هذه اللوحات أو الزينة الموجودة إلخ ...، و بعد الانتهاء من المدة المحددة طلبت منه إغماض عينيه أو الالتفاف بعكس المكان الذي كان ينظر إليه بحيث لا يراه، و بدا الطلاب بسؤاله عن الأشياء التي كان ينظر إليها و مركزا فيها، و الباحثة هنا تترك

المهمة للطلاب المسترشدين لتحديد صحة أو خطأ التفاصيل التي يذكرها الطالب، و بعد الانتهاء ثم إعادة الكرة مع طالب آخر.

ثانيا/تدريبات القدرة على التركيز:

نشاط رقم (02) بر و بحر :

رسمت الباحثة دائرة على الأرض بحيث يمثل "البحر" داخلها و "البر" خارجها، و بعد دلك طلبت من الطلاب الالتفاف من حول الدائرة و عند سماعهم كلمة "بحر" يقفزون داخلها و عند سماعهم كلمة "بر" يقفون خارجها، و هنا قامت الباحثة بالعمل على تشتيت تركيز الطلاب ما بين البر و البحر و الطالب الذي لا يكون مركزا يخرج من اللعبة.

نشاط رقم(03) عنتر و عبلة:

قسمت الباحثة الطلاب إلى مجموعتين تقف كل مجموعة موازية لأخرى، و مسمى الأولى عنترة و مسمى الثانية عبلة، و جميع الطلاب أي المجموعتين مسمى عليهم الحصان، و طلبت منهم عند سماع أي مجموعة مسماها أثناء سرد قصة "عنتر و عبلة" من قبل الباحثة الجلوس و الوقف بسرعة و الذي لا يقوم بذلك لا يكون مركزا فيخرج من اللعبة.

نشاط رقم (05) لعب البولنج:

قامت الباحثة بإحضار طابة و بعض الزجاجات البلاستيكية الفارغة و صفها بشكل هرمي (مثلث)، و طلب من أحد الطلاب دحرجة الطابة بهدف إصابة الزجاجات عن بعد عدة أمتار حتى ينجح في إصابة الهدف، و تم إعادة الكرة مع الطلاب الآخرين .

و في نهاية الجلسة شكرت الباحثة الطلاب على تفاعلهم الواضح أثناء تنفيذ الأنشطة، و أنهى الجلسة مؤكدة على الاستفادة من هده الأنشطة من خلال ممارستها بصحبة الأهل.

الجلسة الخامسة

موضوع الجلسة: تدريبات الحركة التي تعتمد على ترجمة الأفكار و الخيالات الى حركة.

أهداف الجلسة:

- ❖ تنمية القدرة على التعبير الحركي لدى الطلاب.
- ❖ المحافظة على اللياقة البدنية عند الطلاب و تعريفهم بأجزاء أجسامهم بطريقة متناسقة.
- ❖ اكتساب الطلاب المهارات المعرفية و البدنية و الإبداعية من اجل تنمية ذكائهم.
- ❖ استغلال الطاقة الذهنية و الحركية من أجل المتعة النفسية.
- ❖ إتاحة الفرصة أمام الطلاب للتنفيس عن انفعالاتهم و توتراتهم المختلفة.
- ❖ إكساب الطلاب القدرة على المرونة و التكيف مع التغيرات.
- ❖ اكتساب الطلاب بعض القيم الأخلاقية و الاجتماعية مثل الحب، التعاون، الصدق..

الأسلوب المستخدم: الألعاب الدرامية

المواد المستخدمة: طباشير

مدة الجلسة: (45) دقيقة

عرض الجلسة:

بدأت الباحثة بالترحيب بالطلاب، و من ثم قامت بتلخيص مجريات الأنشطة التي تم تنفيذها في الجلسة السابقة، و بعد ذلك أخبرتهم بأنها تنوي اليوم تنفيذ بعض الأنشطة و التدريبات بصحبتهم التي تعتمد على قوة التخيل و ترجمة الأفكار و الخيالات إلى حركة على الأرض.

نشاط رقم (01) التخيل:

طلبت الباحثة من الطلاب أن يتخيلوا أنفسهم في مواضيع مختلفة و القيام بأداء و تميل هذا الموقف بالحركة.

تخيل أنك:

- تسير في حديقة مليئة بالمياه.
- تؤدي واجباتك المدرسية.
- تقود: سيارة، دراجة، قطار، حمار.
- تمشي على شيء ساخن-بارد.
- متعب، مذعور، متكاسل، خائف، مسترخ، رجل آلي.

نشاط رقم(02) المرايا:

قسمت الباحثة الطلاب إلى أزواج بحيث يقف كل طالب أمام زميله، و يتخيل كل منهم أن الآخر مرآة و زميله يقف أمامه و يفعل زميله جميع الحركات بالضبط، ثم يتبادل كل طالب دور الآخر، و من هده الحركات مثلا على سبيل المثال: تصفيف الشعر، تنظيف الأسنان.

نشاط رقم(03) السيرك:

قامت الباحثة برسم خط على الأرض و طلب من أحد الطلاب أن يتخيل نفسه يعمل في السيرك و أن هدا الخط المرسوم معلق في الهواء، و عليه أن يمشي على هذا الحبل محافظا على توازنه و يضع كتابا صغيرا فوق جبينه، و بعد الانتهاء قام طالب آخر بذلك.

نشاط رقم (04) السوق:

طلبت الباحثة من الطلاب أن يتخيلوا أنفسهم بائعين ي السوق، و أن يختار كل واحد منهم صنف من أصناف الفواكه أو الخضار يختلف عن الآخر، بعد ذلك طلبت منهم تسويق بضاعتهم التي اختاروها من خلال المناداة و الإعلان عن بضاعتهم لتشتد المنافسة بينهم.

و في نهاية الجلسة قامت الباحثة بمناقشة الطلاب بالأنشطة و الأهداف التي تسعى إليها، و بعد ذلك شكرتهم على مشاركتهم الفعالة مذكرة إياهم بموعد الجلسة القادمة.

الجلسة السادسة:

موضوع الجلسة: تدريبات المحاكاة و التخيل.

أهداف الجلسة:

- ❖ تنمية القدرة على المحاكاة و التقليد لدى الطلاب.
- ❖ تنمية القدرة على التخيل و الإبداع لدى الطلاب.
- ❖ تدعيم التلقائية و الثقة بالنفس لدى الطلاب.
- ❖ تنمية الشعور بأهمية العمل الجماعي التعاوني لتعزيز الروابط الاجتماعية بين الطلاب.
- ❖ مساعدة الطلاب على إيجاد جو من التجانس و الاسترخاء.

الأسلوب المستخدم: ألعاب درامية، مناقشة و الحوار، استنتاج الأهداف.

المواد المستخدمة: رول ورق

مدة الجلسة: (45) دقيقة.

عرض الجلسة:

بعد جلوس الطلاب و إجراء التهيئة اللازمة قامت الباحثة بإجراء عرض لمجريات الأنشطة التي تم تناولها في الجلسة السابقة ، و أخبرتهم بأنها ستقوم بتنفيذ تدريبات المحاكاة و التخيل من خلال بعض الألعاب و الأنشطة الدرامية.

نشاط رقم (01) خروج الكتكوت:

أحضرا الباحثة معها رول ورق المتصل ببعضه البعض و سال الطلاب هل رأى أحدكم الكتكوت و هو يخرج من البيضة؟ أجاب الطلاب بنعم، و بعد ذلك طلبت من أحد الطلاب أن يجلس و هو في وضع انكماش، و قامت الباحثة بلفه بورق و طلبت منهم الخروج من البيضة (الورق الملفوف) كما يفعل الكتكوت حيث يبدأ بالحركة داخل البيضة بالتصاعد فالكتكوت بالداخل يريد الخروج و شيئا فشيئا يتمكن الطالب من تكسير القشرة (الورق) ليظهر بعض أجزاء جسمه، و من تم الخروج من البيضة مكتشفا العالم بطريقة مترددة و بخطوات متعثرة كما الكتكوت تماما، و بهذا المشهد تم خلق حالة من الترقب و الفضول لدى الطلاب المشاهدين.

نشاط رقم (02) رحلة الى الخيال:

طلبت الباحثة من الطلاب أن يختار كل طالب المكان الذي يجد فيه الراحة داخل قاعة النشاط مع إغماض الأعين لمدة دقيقتين، و أن يتخيل كل طالب منهم أنه يقوم برحلة الى مكان يحبه و أثناء هذه الرحلة عليه اختيار طال آخر ليشاركه في هذه الرحلة، و خلال ذلك يقوم بعدة فعاليات و أنشطة مع هذا الصديق الذي اختاره، بعد ذلك يبلغ الطالب إنهاء رحلتهم هذه مع الصديق و القيام بوداعه و من تم العودة الى قاعة النشاط. بعد ذلك ناقش الباحث الطلاب في المحاور التالية:

- الطلب منهم الحديث عن رحلتهم التي قاموا بها؟
- ماذا يعني الخيال بالنسبة لنا؟
- الحديث عن صديقهم من هو؟ و ماذا يعني لهم؟
- ما هي مشاعركم و انتم تنهون هذه الرحلة؟

نشاط رقم(03) التمثال و النحات:

قسمت الباحثة الطلاب الى أزواج يقفون في زوايا القاعة و كأنها متحف بحيث يقوم الأول بدور النحات و الثاني بدور التمثال، و من تم أعطت الباحثة للطلاب إشارة البدء لكي يقوم

النحات بإخراج شكل تعبيري من خلال الزميل الذي يقوم بدور اللوحة أو التمثال، و على الطالب الذي يقوم بدور التمثال أن يبقى و يلتزم بالوضع الذي يتركه عليه زميله النحات، و بعد ذلك تم قلب الأدوار و من هذه الأوضاع التي يمكن أن يقوم بها الطلاب على سبيل المثال: إلقاء التحية، الابتسامة، المصافحة....

نشاط رقم (04) التخيل:

طلبت الباحثة من الطلاب إغماض أعينهم و أن يتصوروا أنهم:

أحد الحيوانات التالية: (زرافة، قطة، أرنب، ثعبان، أسد، تمساح، طائر، سمكة)

شجرة تباغتها زوبعة ثم إعصار، و يشتد المطر، ثم يهدأ الجم، و بعدها تهب عاصفة رملية.

نشاط رقم (05) تقليد الأصوات و المشاعر:

طلبت الباحثة من الطلاب تقليد مايلي:

- أصوات مثل: الرياح، السيارة، جرس المدرسة، تكات الساعة، الديك، القطة، الحصان.
- المشاعر التالية: الغضب، الحزن، الفرح، القوة، الضعف، الخوف، البكاء.

في نهاية الجلسة شكرت الباحثة الطلاب على حسن تفاعلهم، و أخبرتهم أنه في

الجلسة القادمة سوف تبدأ في سرد بعض القصص و تمثيلها.

<u>الجلسة السابعة</u>

موضوع الجلسة: مشكلات السلوك العدواني- العدوان اتجاه الآخرين.

أهداف الجلسة:

- ❖ التعرف على سمات الشخصية العدوانية و الفعل العنيف.

- ❖ معرفة بعض الحقائق عن السلوك العدواني، و المقارنة بين السلوك العدواني و السلوك العادي.
- ❖ نبذ العنف و العدوان كسلوك يعم بين أفراد المجتمع.
- ❖ الإلمام بالآثار الناجمة عن الاعتداء على الآخرين.
- ❖ التعرف على أساليب و أنماط السلوك مختلفة لمواجهة السلوك العدواني تعتمد على العقل و ليس القوة.
- ❖ بناء علاقة مع الذين نشعر إزاءهم بالعدوان.
- ❖ تعلم التفكير بحلول بناءة للمشكلات و تنفيذها.

الأسلوب المستخدم: القصة، المناقشة الجماعية، الحوار، استنتاج الأهداف.

مدة الجلسة: 45 دقيقة.

المواد المستخدمة: قصة.

عرض الجلسة:

- في بداية الجلسة قامت الباحثة بالترحيب بالطلاب و بإجراء التهيئة اللازمة، و من ثم أخبرت الطلاب بأنها سوف تستخدم أسلوب اليوم، بحيث أنها ستبدأ بسرد القصة و التي عنوانها: العقل و القوة.

القوة و العقل

خالد و محمود طالبان في الصف التاسع، خالد يتميز بأنه طالب متفوق و محبوب من أهله و معلميه، و مواظب على صلاته و يتمتع بشخصية قوية و يحل مشكلاته بكل حكمة و تريث و تعقل، و لدلك ثم اختياره ليكون عضوا في لجنة التوجيه و الإرشاد المدرسية في صفه.

أما محمود فهو طالب كثير المشاغبة في الحصص و كثير الشتائم و التلفظ بألفاظ بدنيئة و مخجلة، كما و يفتعل العديد من المشاكل مع أبناء جيرانه في الحارة و مع زملائه بسبب قوة جسمه، و هو في البيت هائجا وملحا و ينفجر بالصراخ و الصياح إدا ما رفضت والدته له أي طلب، و كثيرا ما يضرب أخته الصغرى، و في لعبة مع أصدقائه يظهر الكثير من العنف و الخشونة، و في المدرسة أثناء سير الحصص الدراسية تحديدا يقوم بتمزيق الأوراق و قذفها على الطلاب الذين يجلسون أمامه، لاحظ خالد سلوك زميله محمود داخل الفصل و خارجه و بدأ يفكر بطريقة ما من أجل مساعدته لكي يعود الى طريق الصلاح، و يكون ناجحا.

ففي احد الأيام بينما كن خالد مغادرا المدرسة وجد محمود متشابك بالأيادي مع أحد الطلاب فتدخل خالد لفض هدا الصراع و اصطحب محمود معه الى بيته و بعدها بدا خالد يحدثه بتعقل و روية حول السلوكيات التي يقوم بها و مدى تأثيرها في ترويض سلوك الإنسان، كما دعاه الى استغلال قوته الجسمية في أشياء مفيدة مثل ممارسة الرياضة و عدم استغلالها في ايذاء الآخرين، حيث اخبره أن فريق الفصل يحاج الى حارس مرمى قوي مثله فعرض عليه الانضمام، و أخيرا طلب منه أن يفكر برويه في حديثهما، ليشد العزم على بدء حياة جديدة عنوانها التسامح و عدم إيذاء الآخرين.

و في اليوم التالي أخبر صديقه الجديد خالد بقراره الذي عزم عليه مقدما له بالغ شكره.

-بعد الانتهاء من سرد القصة لخصت الباحثة مجريات القصة، و من ثم قامت بتوزيع الأدوار على الطلاب كل حسب رغبته حيث بدا الطلاب بتجسيد مجريات و أحداث القصة (السيكودراما)، و بعد الانتهاء من التمثيل فتح باب المناقشة حيث ثم التركيز على الجانب السلوكي و الدروس و العبر المستفادة من القصة المسرحية، و عن شعور الطلاب و هم يمثلون.

-و في نهاية الجلسة شكرت الباحثة الطلاب على مشاركتهم الفعالة في التمثيل و المناقشة و الحوار و طلبت منهم تلخيص الدروس و العبر المستفادة من القصة المسرحية في البيت.

الجلسة الثامنة

موضوع الجلسة: مشكلات السلوك العدواني- العدوان اتجاه الممتلكات.

أهداف الجلسة:

- ❖ تعزيز المسؤولية الشخصية تجاه الممتلكات العامة و الخاصة.
- ❖ إدراك الطلاب أن حماية الذات لا يعني الاعتداء على الممتلكات العامة و الخاصة.
- ❖ التأكد على ضرورة احترام الملكية الشخصية.
- ❖ التعرف على الأضرار الناتجة عن الاعتداء على الممتلكات العامة و الخاصة.
- ❖ إكساب الطلاب القيم الايجابية.

الأسلوب المستخدم: القصة، المناقشة الجماعية، الحوار، استنتاج الأهداف.

المواد المستخدمة: قصة.

مدة الجلسة: 40 دقيقة.

عرض الجلسة:

في بداية الجلسة قامت الباحثة بالترحيب بالطلاب و بإجراء التهيئة اللازمة، و من ثم قام أحد الطلاب بمساعدة الباحثة بتلخيص مجريات الجلسة السابقة و أهم الدروس و العبر المستفادة، بعد ذلك بدأت الباحثة بسر قصة جديدة عنوانها: الأصدقاء الثلاث.

الأصدقاء الثلاث

كان هناك ثلاث أصدقاء محمد و محمود و مصطفى يعملان في احد المصانع، ذات يوم و هم في طريقهم الى منازلهم عثر مصطفى على شنطة صغيرة تحتوي على مبلغ من المال، دهش الجميع من هذا المبلغ، فقال محمد: لا بد أن نبحث عن صاحب هذا المبلغ و اتفق محمود معه غير أن مصطفى لم يوافقهما، فاحتكموا الى رجل دين و اخبروه بما حدث،

فاخبرهم الشيخ: في حالة عدم ظهور صاحب هذا المبلغ من الأفضل أن يتبرعوا بجزء منه إما في بناء مسجد أو مستشفى، و يقسم الباقي بينهم بالتساوي، وافق الصديقان على هذا الرأي غير أن مصطفى لم يعجبه.

أخد مصطفى يفكر في مصيدة للتخلص من الصديقين و الانفراد بالمبلغ وحده، فقام بكسر أحد المكنيات بالمصنع و الصق التهمة للصديقين فقام المدير بطردهما ، و فرح مصطفى لان المبلغ مازال عنده، مضت شهور و اكتشف المدير أن مصطفى هو من قام بكسر المكينة، ففصله عن العمل و أودعه السجن، و تقدم الصديقين رفقة الشيخ الذي شهد على الحادثة إلى المدير و حكوا له عن الواقعة فقام بالعفو عن مصطفى و تبرعوا بجزء من المال لبناء المصنع و الباقي قسموه بينهم بالتساوي.

-بعد الانتهاء من سرد القصة لخصت الباحثة مجريات القصة، و من ثم قامت بتوزيع الأدوار على الطلاب كل حسب رغبته حيث بدا الطلاب بتجسيد مجريات و أحداث القصة (السيكودراما)، و بعد الانتهاء من التمثيل فتح باب المناقشة حيث ثم التركيز على الجانب السلوكي و الدروس و العبر المستفادة من القصة المسرحية، و عن شعور الطلاب و هم يمثلون.

-و في نهاية الجلسة شكرت الباحثة الطلاب على مشاركتهم الفعالة في التمثيل و المناقشة و الحوار و طلبت منهم تلخيص الدروس و العبر المستفادة من القصة المسرحية في البيت.

الجلسة التاسعة

موضوع الجلسة: مشكلات السلوك العدواني- العدوان اتجاه الآخرين: الذات، الآخرين، الممتلكات.

أهداف الجلسة:

- ❖ إتاحة الفرصة أمام الطلاب للتعبير عن مشاعرهم العدوانية.

- ❖ تطوير الوعي لدى الطلاب حول السلوك العدواني من اجل تقليصه الى أقصى حد ممكن.
- ❖ التعرف على أشكال العدوان و آثاره المدمرة على كافة الأصعدة.
- ❖ غرس و تعزيز مبدأ التسامح في نفوس الطلاب.
- ❖ إلمام الطلاب بالإضرار الناتجة عن التخريب و الاعتداء على الممتلكات.
- ❖ الاستفادة من القصة و ملائمة العبر الموجودة فيها.

الأسلوب المستخدم: القصة، المناقشة الجماعية، الحوار، استنتاج الأهداف.

مدة الجلسة: 45 دقيقة.

المواد المستخدمة: قصة.

عرض الجلسة:

-في بداية الجلسة قامت الباحثة بالترحيب بالطلاب و بإجراء التهيئة اللازمة، و من ثم أخبرت الطلاب بأنها سوف تستخدم أسلوب اليوم، بحيث أنها ستبدأ بسرد القصة و التي عنوانها: طالب جديد.

<u>طالب جديد</u>

كامل طالب في الصف الثامن أساسي يتصف بأنه حاد المزاج، عنيدا و متمرد، حيث ا ناهل الحي يتذمرون دائما من تصرفاته، و كثيرا ما يأتون الى أمه يشتكونه لها فتنصحه بعدم الإساءة لأهل الحي إلا انه لا يكترث لها.

و في إحدى الحصص الدراسية قام بدفع كرسي صوب احد الطلاب مما أدى الى كسره، مما استدعى مدير المدرسة عقابه على ذلك و تحذيره بالفصل من المدرسة.

و في أحد الأيام أثناء عودته من المدرسة قام برمي زجاجة على أحد الطلاب بعد تعاركهما مما أدى الى إصابته برأسه و نقله الى المستشفى، و من ثم ولى هاربا الى بيته و لم يخبر أهله بما حدث، فحضرت الشرطة الى بيته و أخذوه الى مركز الشرطة للتحقيق معه، و هناك بدأ كامل يفكر بما حدث و بما يفعله من أفعال مؤدية بحق نفسه أولا و بحق الآخرين ثانيا، بحيث شعر بالذنب من جراء كل تلك الأفعال، فعزم أن لا يعود لتلك الأفعال و أن يكون طالب جيدا يحافظ على دروسه و يحترم الآخرين و يعتدي عليهم و أن يحافظ على ممتلكات العامة و الخاصة، فقام بأخبار ضابط الشرطة بما و عزم عليه، و بعد خروجه ذهب الى زميله المصاب من اجل الاطمئنان عليه و طلب السماح و الصفح منه.

-بعد الانتهاء من سرد القصة لخصت الباحثة مجريات القصة، و من ثم قامت بتوزيع الأدوار على الطلاب كل حسب رغبته حيث بدا الطلاب بتجسيد مجريات و أحداث القصة (السيكودراما)، و بعد الانتهاء من التمثيل فتح باب المناقشة حيث ثم التركيز على الجانب السلوكي و الدروس و العبر المستفادة من القصة المسرحية، و عن شعور الطلاب و هم يمثلون.

-و في نهاية الجلسة شكرت الباحثة الطلاب على مشاركتهم الفعالة في التمثيل و المناقشة و الحوار و طلبت منهم تلخيص الدروس و العبر المستفادة من القصة المسرحية في البيت.

الجلسة العاشرة

موضوع الجلسة: مشكلات الانضباط المدرسي، الهروب، التأخر عن الدوام، التدخين، إهمال الأهل، رفقاء السوء.

أهداف الجلسة:

- ❖ التعرف على السلوكيات المرغوبة و السلوكيات غير المرغوبة.
- ❖ إلمام الطلاب بالأسباب المؤدية إلى سلوكياتهم المضطربة و العواقب الوخيمة الناتجة عنه.

- ❖ إدراك الطلاب بخطورة الهروب من المدرسة.
- ❖ تفهم الأهل لاحتياجات و ميول و مشكلات أبنائهم خاصة في مرحلة المراهقة.
- ❖ إدراك الطلاب لأهمية الصداقة الحقيقية في مرحلة المراهقة.

الأسلوب المستخدم: القصة، المناقشة الجماعية، الحوار، استنتاج الأهداف.

مدة الجلسة: 45 دقيقة.

المواد المستخدمة: قصة.

عرض الجلسة:

-في بداية الجلسة قامت الباحثة بالترحيب بالطلاب و بإجراء التهيئة اللازمة، و من ثم أخبرت الطلاب بأنها سوف تستخدم أسلوب اليوم، بحيث أنها ستبدأ بسرد القصة و التي عنوانها: الدرس العظيم.

الدرس العظيم

في إحدى أحياء مدينة غزة يعيش السيد حسن و تاجر نشيط يمتلك العديد من المحلات التجارية، حيث استطاع باجتهاد و نشاط أن يكون ثروة كبيرة، و لكن ذلك على حساب أسرته فكثيرا ما كان ينشغل عنهم و يعود إليهم في أوقات متأخرة و في الصباح يذهب الى عمله و هم إلى مدرستهم دون رؤيته.

طارق الابن الأصغر للسيد حسن و هو في المرحلة الإعدادية يحب مدرسته و معلميه و يؤدي واجبه بجد و اجتهاد، و بمرور الأيام يتعرف طارق على مجموعة من الأصدقاء الذين لم يحسن اختيارهم بسبب الافتقار إلى القدوة التي ترشده في الاختيار الأصدقاء المناسبين له، حيث يتصف هؤلاء الأصدقاء باللامبالاة و عدم الاهتمام بدروسهم و إهمال واجباتهم المدرسية و هروبهم من المدرسة أثناء سير الحصص الدراسية من اجل التدخين.

فبدأ طارق يذوب داخل هذه المجموعة من أصداق السوء رويدا رويدا، و يتشرب عاداتهم و يتعلم سلوكياتهم حيث كان يقضي معه أوقات كثيرة، فصار بهمل واجباته المدرسية و لا يستذكر دروسه المدرسية، و أصبح يتأخر عن مدرسته كل صباح بسبب تسكعه مع أصدقائه الجدد، و في أحد الأيام عرضوا عليه الهروب إثناء الحصص الدراسية فوافقهم عن ذلك، و أثناء هروبهم خارج أسوار المدرسة عرض عليه أحد الأصدقاء سيجارة فرفض في بادئ الأمر و لكنه في نهاية المطاف أصبح مدمنا و مولعا بتدخين السجائر، لاحظ مربي الفصل سلوك طارق الجديد و التغيير الذي طرأ عليه فقام بإرسال إشعار لولي أمره للحضور الى المدرسة لمناقشة سلوك ابنه و التغيرات التي طرأ عليه، و لكن الوالد لم يحضر بسبب انشغاله في أعماله، و مضي الأيام و حال طارق يزداد سوء يوما بعد يوم، حيث كانوا أصدقاءه يطلبون منه إحضار بعض النقود من أجل شراء السجائر، فكان يسرد النقود من محفظة أمه و يقوم بشراء السجائر و توزيعها عليهم، و في احد الأيام احتاجوا النقود لشراء السجائر فاقترح عليهم احد الأصدقاء سرقة احد المحلات القريبة، و بالفعل قاموا بتنفيذ تلك الفكرة و لكن أثناء تنفيذهم لها تم اكتشافهم فهربوا جميعا باستثناء طارق حيث تم الإمساك به و من ثم تم تسليمه الى قسم الشرطة، ليحضر بعد ذلك والده من أجل تكفله و أخد الضمانات اللازمة عليه و لكن ذلك بعد فوات الأوان حيث بدا والده مصعوقا ومذعورا من هذه المفاجأة، و يعلن طارق الندم على ما أبداه و مستفيدا مما حدث العديد من الدروس و العبر.

بعد الانتهاء من سرد القصة لخصت الباحثة مجريات القصة، و من ثم قامت بتوزيع الأدوار على الطلاب كل حسب رغبته حيث بدا الطلاب بتجسيد مجريات و أحداث القصة (السيكودراما)، و بعد الانتهاء من التمثيل فتح باب المناقشة حيث ثم التركيز على الجانب السلوكي و الدروس و العبر المستفادة من القصة المسرحية، و عن شعور الطلاب و هم يمثلون.

-و في نهاية الجلسة شكرت الباحثة الطلاب على مشاركتهم الفعالة في التمثيل و المناقشة و الحوار و طلبت منهم تلخيص الدروس و العبر المستفادة من القصة المسرحية في البيت.

الجلسة الحادية عشر

موضوع الجلسة: العاب ترفيهية و تعاونية و رياضية.

أهداف الجلسة:

- ❖ إشاعة جو من المرح و السرور و التعاون و التنافس داخل المجموعة الرياضية.
- ❖ تعليم الطلاب بعض الألعاب المفيدة لتحل محل الألعاب العنيفة المتداولة بينهم.
- ❖ تنمية روح الفريق و التعاون و الإحساس بالجماعة بين الطلاب.
- ❖ إكساب الطلاب مهارة التفكير المعمق في حل المشكلات.
- ❖ مساعدة الطلاب على التعبير عن أنفسهم و تفريغ انفعالاتهم.

الأسلوب المستخدم: ألعاب ترفيهية و تنشيطية، المناقشة و الحوار، استنتاج الأهداف.

المواد المستخدمة: بلالين، ورق مقوى، كراسي، ملاقط، حبل، كرة(طاب)، كرة القدم.

مدة الجلسة: 45 دقيقة.

عرض الجلسة:

بعد الترحيب بالطلاب و إجراء التهيئة اللازمة و تلخيص مجريات الجلسة السابقة، بدأت الباحثة بالتحدث حول أهمية الأنشطة اللامنهجية و الألعاب الرياضية و الترفيهية، و الأثر العظيم الذي يجنيه الإنسان من وراء ممارسة هذه الأنشطة و الألعاب على كافة الأصعدة النفسية و التربوية و الاجتماعية والجسمية، مذكرة بموقف الدين الإسلامي الحنيف الذي يحث و يهتم بتربية الروح و تقوية الجسد(العقل السليم في الجسم السليم..) بجانب الاهتمام بالجوانب الروحية و الشعائر الدينية قلا بد من الاهتمام بممارسة بعض الأنشطة، و بعد ذلك أخبرت الباحثة الطلاب بأنها تنوي اليوم ممارسة بعض الأنشطة الترفيهية التعاونية الهادفة من اجل ممارستها في البيت و كذلك المدرسة لتحل محل الألعاب التي تتميز

بالخشونة، و من أجل استخلاص الأهداف التي تحويها هذه الألعاب و العبر التي ترمي لها من أجل استخلاص الأهداف التي تحويها هذه الألعاب.

نشاط رقم 01 القائد الخفي:

جلست الباحثة و الطلاب على شكل دائرة و طلب من احدهم الخروج الى خارج القاعة و اتفق من الطلاب على اختيار احد الطلاب ليقوم بدور القائد الخفي حيث يقوم بتأدية مجموعة من الحركات مثل التصفيق و يلتزم باقي الطلاب المشاركون بتنفيذ هذه الحركات التي يقوم بها القائد الخفي، بعد ذلك ينادى على الطالب الموجود خارج القاعة الى وسط الدائرة من اجل معرفة القائد الذي يوجه باقي المجموعة ، كما و يعطى الطالب ثلاث محاولات للتعرف على القائد وفي وحالة التعرف على القائد يأخذ مكانه و يخرج القائد و يعين قائد جديد و في حالة عدم معرفة للقائد و استنفاد المحاولات الثلاث يتم توجيه سؤال أو فزوره له أو طلب منه تأدية عمل ما كان يحكي نكتة أو تقليد شيء معين.

نشاط رقم (02) العد الى العشرة:

طلبت الباحثة من الطلاب الجلوس بشكل عشوائي و متفرق و طلبت منهم العد الى عشرة أو فوق ذلك إدا تمكنوا من ذلك و من شروط اللعبة أن لا يعد طالبين نفس العدد في نفس اللحظة و في حالة حدوث ذلك يبدأ جميع المشاركين بالعد من جديد، و تعتبر هذه اللعبة من الطرق الرائعة في تعليم الطلاب الصبر و الإلحاح للوصول إلى الهدف، كما تساعد في حل المشكلات.

النشاط رقم 03 العقدة البشرية:

طلبت الباحثة من الطلاب تشكيل دائرة و هم مشابكي الأيدي، و من ثم طلبت منهم تشكيل دائرة معاكسة من دون إفلات الأيادي المتشابكة، و طلبت من جميع الطلاب التفكر بشكل جماعي لحل هده المشكلة "العقدة" .

نشاط رقم 04 مباراة كرة القدم:

قسمت الباحثة الطلاب إلى فريقين و تم عقد مباراة كرة القدم بينهما بمشاركة الباحثة لهم في اللعب.

في نهاية الجلسة ثم الجلوس مع الطلاب و تقييم الأنشطة و الألعاب التي تمت مزاولتها و ممارستها بصحبتهم، حيث عبروا عن بالغ سعادتهم بتلك الألعاب جميعها حيث تحدثوا عن الأهداف التي ترمي إليها تلك الألعاب، بعد ذلك أخبرتهم بأن الجلسة القادمة ستكون الأخيرة و من تم تنهي هذه الجلسة.

الجلسة الثانية عشر

موضوع الجلسة: إنهاء البرنامج.

أهداف الجلسة:

- ❖ تلخيص عام لجلسات البرنامج السيكودرامي.
- ❖ إنهاء جلسات البرنامج السيكودرامي.
- ❖ الإجابة على التساؤلات و الاستفسارات.
- ❖ التعرف على تقييم و اقتراحات الطلاب نحو البرنامج.
- ❖ القيام بتطبيق القياس البعدي.

الأسلوب المستخدم: المحاضرة، النقاش و الحوار، التلخيص.

الأدوات المستخدمة: أوراق، أقلام، مقياس السلوك العدواني.

المدة الزمنية: 45 دقيقة.

الإجراءات:

بعد الترحيب بالطلاب و أجراء التهيئة اللازمة، أخبرتهم الباحثة بأن هذه الجلسة ستكون الجلسة الأخيرة، و بذلك تنهي جميع الموضوعات التي تمت مناقشتها و التطرق إليها على

مر الجلسات السابقة، مقدمتا لهم تلخيص موجزا فيه أهم ما تم تناوله و التطرق إليه خلال سير جلسات البرنامج.

بعد ذلك بدأت الباحثة بالتعرف على تقييم الطلاب للبرنامج، و من خلال استقصاء آرائهم بعرض مجموعة من تساؤلات تمثلت فيما يلي:

- ما رأيك في البرنامج؟ و هل أضاف إليك جديدا؟
- من وجهة نظرك الخاصة ما هي الأشياء التي أعجبتك في البرنامج؟
- هل توجد لديك اقتراحات حول البرنامج؟ ما هي؟

بعد ذلك قامت الباحثة بالقياس البعدي من خلال توزيع المقياس الخاص بالسلوك العدواني على الطلاب، من اجل التعرف على مدى فعالية البرنامج في الخفض من حدة السلوك العدواني.

و في نهاية الجلسة قامت الباحثة بتقديم الشكر و التقدير و الثناء على الطلاب المشاركين في البرنامج لحسن تعاونهم و التزامهم و انضباطهم في الحضور مع الباحثة خلال سير الجلسات، و بذلك أنهت الباحثة جلسات البرنامج.