# توظيف الدراما والتقنيات الدرامية في العلاج النفسي: دراسة تحليلية مقارنة لدراسات عربية وأجنبية في علاج أعراض الصدمة النفسية

# The Use of Drama and Dramatic Techniques in Psychotherapy: A Comparative Analytical Study of Arab and Foreign Research on the Treatment of Psychological Trauma Symptoms

**د. عماريوسف الوحيدي***، برنامج التعليم بوكالة الغوث الدولية (فلسطين)، ammarwh@gmail.com

**أسماء سمير قريناوي**، جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)، asmaaqrenawi49@gmail.com

| تاريخ الارسال: 2025/10/16 | تاريخ القبول: 2025/12/27 | تاريخ النشر: 2025/12/31 | المؤلف المرسل: د. عمار الوحيدي |
|---|---|---|---|

**الملخص:**

هدف هذا البحث إلى استكشاف فاعلية توظيف الدراما والتقنيات الدرامية في العلاج النفسي، ولا سيما في معالجة أعراض الصدمات النفسية لدى الفئات المتأثرة بالأزمات والصراعات، من خلال تحليل مقارن لعدد من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت هذا الموضوع. اعتمد البحث المنهج الوصفي التحليلي المقارن،

أظهرت النتائج أن الدراما العلاجية تسهم في تخفيف القلق والاكتئاب وتعزيز التماسك الاجتماعي، كما أن التمثيل والتفاعل الرمزي داخل الجلسات يساعدان في إعادة بناء التجارب الصادمة وتحرير المشاعر المكبوتة بطريقة آمنة. وأشارت الدراسات الأجنبية إلى تطبيق نماذج علاجية منظمة مثل السيكودراما والعلاج بالتمثيل ضمن أطر علمية دقيقة، بينما ركزت الدراسات العربية على البعد التربوي والاجتماعي للدراما كوسيلة للتفريغ الانفعالي ودعم التكيف.

وأبرز التحليل المقارن اختلافات ثقافية ومنهجية؛ وخلص البحث إلى أن الدراما العلاجية تمثل مسارًا واعدًا في دعم الصحة النفسية وعلاج آثار الصدمات، وأوصى بضرورة تطوير بروتوكول عربي موحد مستند إلى الأدلة العلمية، وتعزيز التعاون بين المتخصصين النفسيين والفنانين لبناء برامج علاجية تكاملية تراعي الخصوصية الثقافية والاجتماعية.

**الكلمات المفتاحية:** الدراما، التقنيات الدرامية، العلاج النفسي، الصدمات النفسية.

* د. عمار يوسف الوحيدي

**Abstract** :

This study aimed to explore the effectiveness of employing drama and dramatic techniques in psychotherapy, particularly in addressing the symptoms of psychological trauma among populations affected by crises and conflicts, through a comparative analysis of several Arab and foreign studies on the subject. The research adopted a descriptive-analytical comparative approach.

The findings indicated that therapeutic drama contributes to reducing anxiety and depression while enhancing social cohesion. Role-playing and symbolic interaction within sessions facilitate the reconstruction of traumatic experiences and the safe release of suppressed emotions. Foreign studies highlighted the application of structured therapeutic models, such as psychodrama and role-play therapy, within rigorous scientific frameworks, whereas Arab studies emphasized the educational and social dimensions of drama as a means of emotional release and adaptation support.

The comparative analysis revealed cultural and methodological differences. The study concluded that therapeutic drama represents a promising approach for supporting mental health and treating trauma effects, recommending the development of a unified Arab protocol grounded in scientific evidence and the promotion of collaboration between mental health professionals and artists to design integrative therapeutic programs that respect cultural and social specificity.

**Keywords**: Drama, Dramatic Techniques, Psychotherapy. Psychological Trauma.

**1. مقدمة:**

تُعد الدراما منذ نشأتها وسيلة تعبيرية عميقة عن الصراع الإنساني الداخلي، لكنها تجاوزت منذ منتصف القرن العشرين حدود المسرح إلى مجال العلاج النفسي، لتصبح أداة فعّالة في مساعدة الأفراد على فهم ذواتهم والتعامل مع مشاعرهم المؤلمة. وقد أسهمت أعمال **مورينو (Moreno, 1946)** في تأسيس "الدراما النفسية " (Psychodrama) التي مزجت بين الفن والعلاج، ففتحت الباب أمام ممارسات علاجية استخدمت التمثيل والتقمص الوجداني كوسائل لتفريغ المشاعر وإعادة بناء الوعي بالذات.

في العقود الأخيرة، شهد العالم اهتمامًا متزايدًا بالعلاج بالدراما كأداة فعّالة لعلاج اضطرابات ما بعد الصدمة النفسية، خصوصًا في البيئات المتأثرة بالحروب واللجوء. وتُظهر دراسات مثل **Johnson et al. (2013)** و **Pendzik (2018)** أن التفاعل الرمزي والتمثيلي داخل الجلسات الدرامية يساعد في إعادة صياغة الخبرات المؤلمة بطريقة آمنة، بينما تشير دراسات عربية حديثة مثل **الحداد (2020)** و**الربيعي (2021)** إلى أن الدراما العلاجية تساهم في تحسين التوازن الانفعالي وتخفيف القلق والاكتئاب بين الناجين من الأزمات.

رغم ذلك، فإن الملاحَظ في الأدبيات هو تباين الاتجاهات بين السياقين العربي والأجنبي في استخدام الدراما؛ ففي حين تتبنى الدراسات الغربية منظورًا علميًا مؤسسًا على نظريات علم النفس العميق، تميل الدراسات العربية إلى دمج الدراما في الأطر التربوية والاجتماعية دون بناء منهجي تجريبي كافٍ. من هنا تنبع الحاجة إلى دراسة تحليلية مقارنة تستكشف طبيعة هذا التوظيف وأثره في السياقات الثقافية المختلفة.

**2.1. مشكلة البحث:**

تتمثل مشكلة البحث في الكشف عن توظيف الدراما والتقنيات الدرامية في العلاج النفسي من خلال تحليل ومقارنة للدراسات العربية والأجنبية التي تناولت الدراما في علاج أعراض الصدمة النفسية.

**3.1. أسئلة البحث:**

1. ما أوجه الاختلاف بين الدراسات العربية والأجنبية في توظيف الدراما العلاجية من حيث الأطر الثقافية، والأدوات، والمضامين؟
2. كيف تناولت الدراسات السابقة العربية والأجنبية العلاج بالدراما؟
3. ما الفروق المنهجية والثقافية بين الدراسات في تطبيقات العلاج بالدراما؟
4. ما مدى فاعلية التقنيات الدرامية في علاج أعراض الصدمات النفسية؟

**4.1. أهداف البحث:**

1. بيان أوجه الاختلاف بين الدراسات العربية والأجنبية في توظيف الدراما العلاجية من حيث الأطر الثقافية، والأدوات، والمضامين.
2. تحليل مضمون الدراسات السابقة العربية والأجنبية حول العلاج بالدراما.
3. تحديد الفروق المنهجية والثقافية بين الدراسات في تطبيقات العلاج بالدراما.
4. تقييم مدى فاعلية التقنيات الدرامية في علاج أعراض الصدمات النفسية.

**5.1. أهمية البحث:**

**1- علمياً** :يسد البحث فجوة معرفية في الأدبيات العربية المتعلقة بالعلاج بالدراما، ويقدّم تحليلاً مقارنًا شاملاً بين السياقات الثقافية المختلفة.

**2- تطبيقياً** :يمكن الإفادة من نتائجه في تصميم برامج علاج نفسي مبنية على الدراما، خاصة للناجين من الصدمات (الأطفال، اللاجئين، ضحايا الكوارث والحروب).

**3- تربوياً وتدريبياً** :يعزز الوعي لدى الأخصائيين النفسيين والمعالجين والفنانين بأهمية التكامل بين الفن والعلاج النفسي.

**2. الدراسات التي وظفت الدراما وتقنياتها في العلاج النفسي:**

**1-** هدفت دراسة **Giacomucci, S., & Marquit, J. (2020).** إلى اختبار فعالية نماذج السيكودراما الموجَّهة للصدمات، وهما نموذج الدوامة العلاجية، ونموذج إصلاح الصدمة العلائقية في خفض أعراض اضطراب ما بعد

الصدمة (PTSD) لدى الأفراد الذين يتلقون العلاج في مركز علاجي داخلي لعلاج الإدمان في الولايات المتحدة، شملت الدراسة مشاركين تم تشخيصهم باضطراب ما بعد الصدمة ضمن برنامج الإقلاع عن الإدمان، حيث تراوحت أحجام المجموعات بين (8-18) مشاركًا، واعتمدت الدراسة تصميم قبلي–بعدي لمجموعة واحدة .استخدم الباحثان قائمة فحص اضطراب ما بعد الصدمة إلى جانب استبيانات للرضا ومقاييس وصفية، كما جُمعت بيانات نوعية من خلال إجابات مفتوحة وحُللت كمّيًا قبل وبعد التدخل. وأظهرت النتائج انخفاضًا معنويًا واضحًا في أعراض اضطراب ما بعد الصدمة بنسبة تقارب 25% في المتوسط، مع تحسّن في جميع مجموعات الأعراض، مثل إعادة المعايشة، والتجنّب أو التخدير، واليقظة المفرطة. كما أشار المشاركون إلى شعورهم بالأمان والتماسك الجماعي، وقدرتهم على التعبير دون إعادة التعرّض الكامل للصدمة. ورغم أن النتائج كانت مشجعة، فإنها تظل محدودة بسبب غياب المجموعة الضابطة وتداخل خدمات العلاج الداخلي الأخرى. وأوصت الدراسة بإجراء المزيد من دراسات التكرار، واستخدام تصاميم تجريبية قوية، إضافةً إلى دراسة فعالية كل نموذج من نماذج السيكودراما على حدة، واستكشاف الفروق بين أدوار المشاركين (البطل، المؤدي، المراقب)، وكذلك اختبار إمكانية تطبيق هذه النماذج في بيئات علاجية أخرى خارج مجال الإدمان، مثل العيادات الخارجية أو مع فئات قدامى المحاربين.

2- هدفت دراسة Jiang, L., Alizadeh, F., & Cui, W. (2023). إلى تجميع الأدلة التجريبية وتحليلها منهجيًا لقياس فاعلية التدخلات المبنية على الدراما، بما في ذلك الدراما والمسرح والسيكودراما ودراما الاسترجاع، في تعزيز الصحة النفسية والرفاهية خلال جائحة كوفيد-19 وما بعدها. اعتمد الباحثون (systematic review and meta-analysis) شملت دراسات منشورة دوليًا تم جمعها من قواعد بيانات متعددة. تضمنت العينة المجمعة 25 دراسة تجريبية وشبه تجريبية بمجموع 797 مشاركًا من خلفيات عمرية وثقافية وصحية متنوعة ومن بلدان مختلفة. استخدم الباحثون منهجية تحليل كمية ونوعية، حيث تم تجميع بيانات القياسات القبلية والبعدية أو المقارنات بين المجموعات التجريبية والضابطة، وحُسبت فروق المتوسطات المعيارية باستخدام نموذج التأثير العشوائي، إلى جانب تقييم تجانس النتائج وتحليل نوعي للدلالات المستخلصة. أظهرت النتائج أن التدخلات الدرامية كان لها تأثير إيجابي عام على مؤشرات الصحة النفسية، إذ ساهمت في تخفيف أعراض القلق والاكتئاب وتحسين بعض جوانب الرفاهية، مع تسجيل أحجام أثر متوسطة لبعض المتغيرات. ومع ذلك، أشار الباحثون إلى أن تنوع التصاميم والمنهجيات بين الدراسات حدَّ من إمكانية التعميم القوي للنتائج. وأوصت الدراسة بإجراء تجارب محكمة ذات عينات أكبر، والعمل على توحيد بروتوكولات التدخل وأدوات قياس النتائج، بالإضافة إلى الإبلاغ الدقيق عن أحجام الأثر وفترات التتبّع الزمني لإثبات استمرارية التأثيرات على المدى الطويل. كما دعا الباحثون إلى مزيد من البحث في الآليات الكامنة وراء فعالية التدخلات الدرامية مثل التماسك الاجتماعي، والتعبير العاطفي، والآثار العصبية.

3- هدفت دراسة Munjuluri وآخرون (2020) إلى استقصاء أثر عروض دراما الاسترجاع (Playback Theatre) في التقليل من أعراض القلق واضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) لدى الأفراد المتضررين من كارثة

طبيعية، وتحديدًا إعصار هارفي. أُجريت الدراسة في مدينة هيوستن بالولايات المتحدة ضمن تعاون بين باحثين في الطب النفسي ومجموعات محلية متخصصة في عروض Playback Theatre شملت العينة 13 مشاركًا من المتضررين، واعتمدت الدراسة تصميمًا قبلي–بعدي، يجمع بين القياسات السلوكية والعصبية. تلقّى المشاركون أربع جلسات من عروض Playback Theatre خلال شهري يناير وفبراير 2019، وخضعوا قبل وبعد التدخل لقياسات معيارية لأعراض القلق، والاكتئاب، واضطراب ما بعد الصدمة، بالإضافة إلى فحص تصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي أثناء الراحة. وقد أظهرت النتائج انخفاضًا معنويًا كبيرًا في أعراض القلق واضطراب ما بعد الصدمة بعد سلسلة الجلسات، بينما لم تُسجَّل تغيّرات معنوية في مؤشرات الاكتئاب. وأوصى الباحثون بضرورة إجراء دراسات لاحقة بعينات أكبر ومجموعات ضابطة، كما اقترحوا استكشاف تطبيقات Playback Theatre في سياقات الكوارث والطوارئ كأداة تدخل مجتمعي لدعم التعافي النفسي والاجتماعي.

4- هدفت دراسة .Mondolfi Miguel, M. L., & Pino-Juste, M. (2020) إلى تقييم أثر برنامج علاجي متكامل يجمع بين الدراما العلاجية ومسرح المقهورين والسيكودراما في التقليل من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD)والاكتئاب والقلق، إضافةً إلى تعزيز جودة الحياة وإحساس المعنى لدى نساء تعرضن للعنف من الشريك الحميم. أُجريت الدراسة في إسبانيا ضمن إطار أكاديمي في جامعة فيغو(University of Vigo) ، واتبعت تصميم المجموعة الواحدة قبلي–بعدي، حيث تم جمع بيانات كمية ونوعية من مجموعة من النساء اللواتي عانين من العنف الأسري. استخدمت الدراسة مقاييس معيارية لقياس الاكتئاب والقلق واضطراب ما بعد الصدمة، إلى جانب تحليل نوعي اعتمد على الملاحظة المشاركة والمناقشات الجماعية خلال الجلسات الدرامية. وأجري التحليل الإحصائي باستخدام اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon test) لمقارنة القياسات قبل وبعد البرنامج، إضافةً إلى تحليل نوعي لمضامين المشاركات وملاحظات الباحثين حول تطور السلوك والتفاعل داخل المجموعة. أظهرت النتائج انخفاضًا معنويًا في مستويات الاكتئاب، إلى جانب ارتفاع ملحوظ في الإحساس بالمعنى في الحياة، كما كشف التحليل النوعي عن تحسن في المهارات الشخصية والاجتماعية لدى المشاركات، وتمكّنهن من إعادة تفسير الصدمة والتعامل معها عبر الأداء الدرامي وتجسيد الخبرات المؤلمة بطريقة آمنة ومدعومة. وأوصت الدراسة بضرورة توسيع التجربة لتشمل عينات أكبر وتصاميم مقارنة مع مجموعات ضابطة، إلى جانب إدراج تقييمات طويلة الأمد لقياس استدامة الأثر. كما شددت على أهمية دمج هذا النوع من البرامج ضمن خطط إعادة التأهيل النفسي والاجتماعي لضحايا العنف الأسري، مع مراعاة الخصوصيات الثقافية لكل مجتمع لضمان فعالية التدخل وأصالته.

5- هدفت دراسة بني عمر (2018) إلى التحقّق من أثر برنامج سيكودراما علاجي في خفض أعراض قلق ما بعد الصدمة (PTSD) والاكتئاب، وكذلك تحسين المهارات الاجتماعية لدى أطفال لاجئين سوريين في الأردن. أُجري البحث في مدينة الزرقاء ضمن الجامعة الهاشمية وبالتعاون مع عيادات منظمةNICCOD ، واعتمد تصميمًا شبه تجريبيًا بمجموعتين: تجريبية وضابطة، تكونت العينة من 20 طفلًا لاجئًا سوريًا تتراوح أعمارهم بين 9 و12 سنة، وجرى توزيعهم عشوائيًا بواقع 10 أطفال في كل مجموعة. استخدمت الباحثة مجموعة من الأدوات المعيارية لقياس

المتغيرات المستهدفة، منها مقياس الاكتئاب للأطفال، ومقياس أعراض اضطراب ما بعد الصدمة للأطفال، إضافةً إلى مقياس ماتسون للمهارات الاجتماعية. طُبِّق البرنامج العلاجي المكوَّن من 13 جلسة سيكودرامية مدة كل منها بين 60 و90 دقيقة، بواقع جلسة أسبوعيًا، واشتمل على أنشطة درامية تفاعلية تستهدف التعبير الانفعالي، والتفريغ النفسي، وتنمية التفاعل الاجتماعي. أظهرت النتائج أن البرنامج كان فعّالًا في خفض بعض أبعاد أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، وخاصة بُعد التجنّب وبعض الأعراض النفسية، كما أسهم في تحسين الجوانب الاجتماعية المرتبطة بالاكتئاب. ومع ذلك، لم يظهر تأثير معنوي على أبعاد أخرى مثل إعادة المعايشة، واليقظة المفرطة، أو بعض مؤشرات الاكتئاب مثل انعدام الشعور بالبهجة، وتدنّي تقدير الذات. وأوصت الباحثة بضرورة توسيع تطبيقات برامج السيكودراما مع الأطفال اللاجئين، ودمجها ضمن خدمات الصحة النفسية للأطفال المتأثرين بالنزوح، إلى جانب إجراء دراسات أطول زمنياً وبعينات أكبر لفحص الأبعاد التي لم تُظهر تحسّنًا، وتعزيز فهم تأثير السيكودراما في البيئات الإنسانية واللاجئين بشكل أعمق.

6- هدفت دراسة Lin, L. W., et al. (2021) إلى تقييم أثر برنامج الدراما العلاجية المكثف لمدة ثمانية أسابيع على أعراض الاكتئاب لدى المشاركين في بيئات علاجية مختلفة. أُجريت الدراسة ضمن مؤسسات بحثية وطبية متعددة، وشملت عينة مقسمة إلى مجموعتين؛ تجريبية وضابطة، حيث تلقت المجموعة التجريبية البرنامج العلاجي بينما لم تتلقَ المجموعة الضابطة أي تدخل مماثل. استخدم الباحثون مقاييس معيارية لتقدير شدة الاكتئاب، مع تطبيق التحليل الإحصائي لمقارنة النتائج قبل وبعد تنفيذ البرنامج، وذلك لقياس التغيرات في الأعراض. أظهرت النتائج أن المشاركين في المجموعة التجريبية شهدوا تحسناً معنوياً في أعراض الاكتئاب بعد ثمانية أسابيع مقارنة بالمجموعة الضابطة، مما يشير إلى فاعلية الدراما العلاجية في تعزيز التعبير العاطفي وتنظيم الانفعالات. وبناءً على هذه النتائج، أوصت الدراسة بضرورة إجراء دراسات لاحقة على عينات أكبر وفترات متابعة أطول، إضافة إلى تضمين مقاييس للمهارات الاجتماعية والتنظيم الانفعالي من أجل فهم أعمق لآليات تأثير العلاج بالدراما على الصحة النفسية.

7- هدفت دراسة Damra, J. K. M. (2022) إلى فحص فعالية جلسات السيكودراما الجماعية في تقليل شدة العنف الأسري وتحسين جودة الحياة لدى نساء سوريات لاجئات متعرضات للعنف في مخيّم الزعتري للأردنيين. شملت الدراسة 40 مشاركة تم اختيارهن عشوائياً، حيث قسّمن إلى مجموعة تجريبية تضم 20 امرأة تلقت جلسات السيكودراما ومجموعة ضابطة تضم 20 امرأة لم تتلقَ التدخل. تم تطبيق تصميم تجربة عشوائية (RCT) مع استخدام أدوات معيارية لقياس شدة العنف وقياس جودة الحياة، بينما تلقّت المجموعة التجريبية 12 جلسة أسبوعية من السيكودراما. وأظهرت النتائج أن المشاركات في المجموعة التجريبية حققن انخفاضاً معنوياً في شدة العنف، كما شهدن تحسناً في معظم أبعاد جودة الحياة مقارنة بالمجموعة الضابطة، مما يشير إلى فعالية التدخل في تحسين الرفاه النفسي والاجتماعي. وبناءً على هذه النتائج، أوصت الدراسة بتوسيع نطاق البحث ليشمل عينات

أكبر، وإدماج أفراد الأسرة في التدخلات اللاحقة، إلى جانب متابعات طويلة الأمد لقياس مدى استدامة التأثيرات على المدى الطويل.

8- هدفت دراسة Gümüş, F., & Deniz, H. (2020) إلى تقييم أثر برنامج السيكودراما في التخفيف من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة والقلق والاكتئاب لدى مجموعة من الأفراد الذين تعرضوا لصدمات مجتمعية مثل أحداث العنف أو التفجيرات في تركيا. وقد شملت الدراسة مشاركين متأثرين بهذه الصدمات، وتم تطبيق برنامج السيكودراما وفق تصميم يجمع بين الأسلوبين الكمي والنوعي، حيث استخدمت أدوات معيارية لقياس مستويات اضطراب ما بعد الصدمة والقلق والاكتئاب قبل تطبيق البرنامج وبعده، مع متابعة امتدت لتسعة أشهر لقياس مدى استمرارية الأثر العلاجي. وأظهرت النتائج انخفاضاً ملحوظاً في بعض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، إلى جانب تراجع مؤشرات القلق والاكتئاب خلال فترة المتابعة، كما دلّت البيانات على استمرار التحسّن لدى عدد من المشاركين حتى بعد مرور تسعة أشهر من انتهاء البرنامج. وأوصت الدراسة بضرورة تضمين برامج السيكودراما ضمن خدمات إعادة التأهيل النفسي للأفراد المتأثرين بالصدمات، مع الاهتمام بمتابعة طويلة الأمد وتطوير بروتوكولات توثيق أدق لتقييم فاعلية التدخلات المستقبلية.

9- هدفت دراسة López-González, M. A., et al. (2021) إلى إجراء مراجعة منهجية للتجارب العشوائية وشبه العشوائية التي تناولت فعالية العلاج الجماعي بالسيكودراما في مجالات وصدمات نفسية متنوعة. اعتمد الباحثون في دراستهم على تحليل دراسات منشورة عالميًا ضمن قواعد بيانات علمية معتمدة، حيث شملت المراجعة أربع عشرة تجربة عشوائية وتجربة واحدة شبه عشوائية، بلغ مجموع المشاركين فيها نحو 642 شخصًا. استخدمت الدراسة منهجية المراجعة النظامية وفق معايير تقييم جودة الدراسات (EPHPP)، مع تحليل نتائج السيكودراما في تحسين مؤشرات مثل الاكتئاب والقلق واضطراب ما بعد الصدمة والمهارات الاجتماعية. وأظهرت النتائج وجود دلائل تجريبية داعمة لفاعلية العلاج الجماعي بالسيكودراما في تحسين جوانب متعددة من الصحة النفسية، إلا أن الباحثين أشاروا إلى أن جودة بعض التجارب كانت محدودة وأن اختلاف البروتوكولات التطبيقية بين الدراسات حدّ من إمكانية تعميم النتائج. وأوصت الدراسة بضرورة توحيد بروتوكولات التدخل السيكودرامي وتحسين توثيق التقارير البحثية ومستوى الالتزام بالعلاج، إلى جانب تنفيذ مزيد من التجارب العشوائية المحكمة عالية الجودة لتعزيز الأدلة العلمية حول فاعلية هذا النوع من العلاج.

10- هدفت دراسة Wang, X., Ding, R., & Luo, R. (2024) إلى إجراء تحليل تجميعي يختبر فاعلية العلاج بالسيكودراما في تحسين مؤشرات الصحة النفسية ضمن عينات صينية اعتمدت على التجارب العشوائية المحكمة (RCTs). وقد أُجريت الدراسة في الصين كجزء من مراجعة منهجية وتحليل ميتا شمل عدداً من الدراسات المنشورة التي تناولت تطبيقات السيكودراما في سياقات علاجية وتعليمية مختلفة. اعتمد الباحثون في منهجهم على تحليل الفروق المعيارية في المتوسطات (SMD) لقياس تأثير السيكودراما على متغيرات مثل الاكتئاب والقلق ووظائف نفسية أخرى، مع تقييم مستوى التجانس بين الدراسات. أظهرت نتائج التحليل أن أحجام الأثر تراوحت بين

المتوسطة والكبيرة لصالح المجموعات التي خضعت لتدخلات السيكودراما، ما يدل على فاعليتها في خفض الأعراض النفسية وتعزيز الرفاهية لدى المشاركين. كما بيّنت النتائج أن هذه التأثيرات تتسق مع ما ورد في الأدبيات العالمية، رغم وجود تباين منهجي في تصميم الدراسات الصينية. وأوصى الباحثون بضرورة تنفيذ تجارب عشوائية متعددة المواقع تراعي الاختلافات الثقافية واللغوية، إلى جانب تحسين جودة التقارير البحثية وضبط العوامل المنهجية بما يعزّز موثوقية النتائج المستقبلية.

11- هدفت دراسة Elkarif, T., et al. (2024) إلى اختبار جدوى وتأثير برنامج دراما علاجية عن بُعد على الرفاهية النفسية لدى كبار السن المقيمين في المجتمع. أُجريت الدراسة ضمن بيئة مجتمعية باستخدام تصميم تجربة عشوائية (RCT) مع تقسيم المشاركين إلى ذراع تجريبية تلقت التدخل وذراع ضابطة، حيث خضع المشاركون في المجموعة التجريبية لبرنامج دراما علاجية عن بُعد لمدة 12 أسبوعًا، بينما لم تتلق المجموعة الضابطة أي تدخل. استخدمت الدراسة اختبارات معيارية لقياس الرفاهية النفسية والقلق والاكتئاب قبل وبعد التدخل لتقييم التغيرات الناتجة عن البرنامج. وأظهرت النتائج أن المشاركين في المجموعة التجريبية حققوا تحسنًا معنويًا في مؤشرات الرفاهية النفسية مقارنة بالمجموعة الضابطة، كما أكدت الدراسة قابلية تطبيق برنامج الدراما العلاجية عن بُعد بفعالية في بيئات محدودة الوصول. وبناءً على هذه النتائج، أوصى الباحثون باستخدام صيغ هجينة تجمع بين الحضور الفعلي والعلاج عن بُعد، بالإضافة إلى إجراء مزيد من الدراسات التجريبية العشوائية لتكرار النتائج وتعزيز أدلة فاعلية هذه الطريقة العلاجية.

12- هدفت دراسة González وآخرون (2024) إلى إجراء مراجعة منهجية لتطبيقات المسرح العلاجي التفاعلي (Playback Theatre – PPT) في مجال الصحة النفسية، مع تحليل الآليات النظرية والعملية الموصوفة في الأدبيات العلمية. ويشير مصطلح PPT إلى صيغة علاجية جماعية تعتمد على تمثيل القصص الشخصية للمشاركين في جلسات تفاعلية، حيث يقوم المشاركون بسرد تجاربهم أو مشاهد حياتية، بينما يجسدها الآخرون على المسرح، مما يتيح التعبير العاطفي، الدعم الجماعي، وإعادة التأطير النفسي للتجارب الصادمة أو المجهدة. شملت المراجعة دراسات تطبيقية وتجريبية تناولت استخدام PPT في سياقات كارثية، مجتمعية، وعيادية، مع التركيز على نتائج الصحة النفسية للمشاركين. واعتمد الباحثون في منهجهم على تحليل نوعي لتقييم آليات العمل والتطبيقات والمخرجات، مثل تأثير الشهود الجماعي وسرد القصص وإعادة التأطير الحركي للعاطفة. وأظهرت النتائج أن PPT كان فعالاً في تخفيف القلق والشد النفسي لدى المشاركين المتأثرين بالكوارث أو الأزمات، إلا أن الباحثين أشاروا إلى الحاجة الماسة لإجراء دراسات كمية قوية لتعزيز الأدلة. وأوصت الدراسة بضرورة تنفيذ تجارب عشوائية محكمة ودمج قياسات آلية نفسية وفيزيولوجية لفهم كيفية تأثير PPT على الصحة النفسية بشكل أكثر دقة وعمق.

13- أجرت Sakhi, S. (2022) دراسة هدفت إلى استقصاء أثر برنامج دراما علاجية في تحسين الصحة النفسية والمهارات التكيفية لدى نساء لاجئات، وذلك ضمن إطار مؤسسات تعنى بدعم اللاجئين مثل مؤسسة

NAP1325 أو مؤسسات إنقاذ اللاجئين. اشتمل مجتمع الدراسة على مجموعة من النساء اللاجئات المشاركات في البرنامج، وقد استخدم البحث منهج التقييم القبلي والبعدي إلى جانب بيانات نوعية جُمعت من خلال مقابلات شخصية، وأدوات لقياس مستويات الاكتئاب والقلق وبعض مؤشرات التأقلم النفسي والاجتماعي. أظهرت النتائج تحسّنًا واضحًا في مهارات التنظيم الانفعالي، وتعزيزًا للاتصال الاجتماعي بين المشاركات، إضافةً إلى ارتفاع مستوى الرضا عن صيغة العمل الدرامي المستخدم. وأوصت الدراسة بضرورة تكييف البرنامج ليتلاءم مع الخصوصيات اللغوية والثقافية للمجتمعات المستهدفة، مع التركيز على تدريب مشرفين محليين لضمان استدامة تطبيق الدراما العلاجية في بيئات اللاجئين.

14- أجرت سامر (2024) دراسة هدفت إلى تقييم تأثير الدراما العلاجية على الاكتئاب وجودة الحياة لدى المسنين المقيمين في دور الرعاية. اعتمدت الدراسة على مراجعة منهجية شملت قواعد بيانات طبية وعلمية، وضمّت دراسات تدخلية تتضمن تجارب عشوائية محكمة (RCTs) وتجارب شبه تجريبية، مع استخراج بيانات حول مستويات الاكتئاب وجودة الحياة لدى كبار السن. أظهرت النتائج أن تطبيق الدراما العلاجية أسفر عن انعكاسات إيجابية متوسطة على أعراض الاكتئاب وتحسين جودة الحياة، إلا أن الباحثة أشارت إلى الحاجة إلى توحيد بروتوكولات القياس لضمان دقة المقارنات بين الدراسات. كما أوصت بإجراء دراسات أطول أجلاً مع مراعاة إمكانية الوصول والتكيّف الحركي للمسنين عند تصميم برامج الدراما العلاجية لهم.

15- هدفت دراسة(2022) .Giacomucci, S., Marquit, J., et al إلى قياس أثر جلسات السيكودراما الموجهة للصدمات على الاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة لدى مرضى داخل برامج علاج الإدمان في مراكز علاج داخلية بالولايات المتحدة. شمل مجتمع الدراسة حوالي 68 مشاركًا، وتم تطبيق تصميم مختلط قبل/ بعد باستخدام مجموعات علاجية، حيث جُمعت بيانات كمية عبر مقاييس معيارية لاضطراب ما بعد الصدمة والاكتئاب، بالإضافة إلى بيانات نوعية لتقييم التجربة العاطفية والاجتماعية للمشاركين. أظهرت النتائج انخفاضًا معنويًا في أعراض الاكتئاب والاضطراب النفسي، وتحسنًا ملحوظًا في مهارات التعامل الاجتماعي والاندماج الجماعي. أوصى الباحثون بتوسيع تطبيقات السيكودراما لتشمل بيئات غير متعلقة بالإدمان، وإجراء تجارب عشوائية محكمة (RCTs)أكبر حجمًا لتعزيز قوة الأدلة.

### 1.2- التحليل النقدي للدراسات السابقة:

يقدّم هذا التحليل تجميعًا وتكاملًا بين الدراسات التي تناولت توظيف الدراما والأنماط المسرحية في العلاج النفسي، مبيّنًا الاتجاهات العامة، نقاط القوة، الثغرات المنهجية، الاعتبارات الثقافية، والتوصيات البحثية المستقبلية.

ويندرج التعقيب تحت عناوين فرعية مثل: التحليل الإجمالي، والملاحظات المنهجية، والآليات التفسيرية، والاعتبارات الثقافية، التوصيات البحثية، والخاتمة النقدية.

**1.1.2 قراءة إجمالية مُجمَّعة:**

- الاتجاه العام عبر الدراسات الـ 20 متسق: تدخلات درامية (psychodrama, drama therapy, Playback Theatre, Theatre of the Oppressed) ونسخ هجينة (تُظهر تأثيرات إيجابية على مؤشرات القلق والاكتئاب، وعلى جوانب من أعراض الصدمة (خصوصًا الأبعاد المرتبطة بالتجنّب والاندماج الاجتماعي)، بالإضافة إلى فوائد واضحة في تعزيز التماسك الاجتماعي والإحساس بالمعنى .

- لكن مستوى اليقين العلمي يختلف: توجد تجارب مضبوطة عشوائيا ودراسات شبه تجريبية وتجارب صغيرة وبتصاميم قبل/بعد وكتالوجات حالة؛ مراجعات منهجية تشير إلى نتائج مشجعة لكن بحاجة لمزيد من التجارب المضبوطة وفق منهجية موحدة.

**2.1.2 نقاط منهجية رئيسة:**

**- نقاط قوة متكررة:**

- **تنوع السياقات والتطبيق العملي** :الأدلة تأتي من مخيّمات لاجئين، مراكز علاج الإدمان، مجموعات نسائية ضحايا عنف، وحالات بعد كوارث طبيعية — ما يدلّ على مرونة التدخّل .

- **استخدام عناصر قياس معيارية في عدد من الدراسات** (PCL, BDI, WHOQOL) ما يسهل مقارنة النتائج جزئياً.

**- قيود متكررة ومصادر تحيّز:**

- **غياب توحيد البروتوكول:** غالبية الدراسات لا تقدم بروتوكول مفصّل يمكن تكراره بالضبط؛ هذا يؤثر على قابلية النقل والاستنساخ.

- **أحجام عينات صغيرة / ضعف القوة الإحصائية** في العديد من التجارب الأولية — (pilot) يزيد احتمال نتائج غير مستقرة.

- **التداخل العلاجي** :في بيئات مثل مراكز الإدمان، صعْب عزْل أثر السيكودراما عن علاجات متزامنة، ما يحد من قدرة الاستدلال السببي الواضح.

- **قصور في تقارير الأمان والفرز** :دراما مع متأثرين بصدمات يمكن أن تُعيد التعرض؛ مع ذلك بعض الدراسات لم توضح إجراءات الفرز والإحالة الطارئة بالتفصيل. هذا ثغرة أخلاقية ومنهجية يجب إصلاحها.

**3.1.2- آليات تفسيرية مُستندة إلى الأدلة (مقترحات قابلة للاختبار)**

الدراسات تُشير إلى عدة تداخلات آلية أو وسائط قد تفسر أثر الدراما على الأعراض النفسية:

- **التنظيم الانفعالي التجسّدي :(Embodied regulation)** العمل الحركي/التجسيد يوفّر مسار لتنظيم المشاعر خارج اللغة، ما يخفض الشدة الشعورية ويزيد الإحساس بالتحكّم. (مدعوم من دراسات سيكودراما والتقارير النوعية) .

- **الاندماج السردي :(Narrative integration)** بناء قصة يمكن التحكم بها يقلّل التشظّي المرتبط بالذاكرة الصادمة ويعزّز التماسك الذاتي.

- **الشهود الجماعي والاعتماد الاجتماعي :(Social witnessing/social cohesion)** الشعور بأن الآخرين يَشهدون قصة الفرد ويؤكّدونها يخفف من الوصمة ويزيد الدعم؛ تميّز كتدخل غير موجود في جلسات علاج فردي نمطي .

**4.1.2- اعتبارات تطبيقية وثقافية — خاصة بالبيئات العربية/المخيّمات:**

- **تكييف محتوى وسيناريوهات الدراما** ليتوافق مع القيم الثقافية والدينية: أمثلة: فصل المجموعات حسب الجنس عند الحاجة، تجنيب أداء أدوار قد تُعدّ مسيئة أو مخجلة في السياق المحلي.

- **لغة القياس** :استخدام أدوات مترجمة ومقوّمة ثقافيًا (مع دراسات موازنة للصدق والثبات) بدلًا من اعتماد أدوات مترجمة آلياً .

- **استخدام ميسّرين محليين مدرّبين** :تدريب ميسّرين محليين (ليس بالضرورة أطباء نفسيين) تحت إشراف متخصص لتوسيع نطاق الوصول في الظروف ذات الموارد المحدودة.

- **صياغة التواصل مع المجتمع** :تسويق البرنامج بصياغات عملية مثل: «ورش تعبير قصصي/مهارات التكيُّف» لخفض الوصمة وزيادة القبول.

- **إجراءات أمان صريحة** :فرز أولي، خطة إحالة، تواجد مختص نفساني خلال/بعد الجلسات، وسيناريوهات لإيقاف أو تعديل التدخّل عند ظهور علامات إعادة التعرض الحاد. (أمر أساسي) .

**5.1.2- نقاط القوة العلمية والاستنتاجات العملية:**

إن التدخلات الدرامية تُعدّ وسيلة واعدة ومفيدة لتحسين مؤشرات القلق والاكتئاب وبعض أبعاد اضطراب ما بعد الصدمة، خصوصًا في جانب الاستعادة الاجتماعية وإعادة تأطير السرد؛ الأدلة قابلة للاستمرار لكن ليست نهائية لأن قيودًا منهجية عديدة قائمة.

كما أن جميع الدراسات تدعم الفكرة الأساسية :العمل الدرامي الجماعي هو تدخل علاجي واعد لصحة نفسية متنوعة وخصوصًا لبعض أبعاد الصدمة والضيق النفسي، مع فوائد اجتماعية واضحة.

**3. المنهج المتبع:**

يعتمد البحث الحالي **المنهج التحليلي المقارن(Analytical Comparative Method)** ، الذي يقوم على دراسة وتحليل محتوى مجموعة من الأبحاث والدراسات التجريبية والنظرية، ثم مقارنتها وفق متغيرات محددة (نوع التقنية الدرامية، الفئة المستهدفة، المنهج، الأدوات، النتائج، التوصيات) بغرض استخلاص الاتجاهات المشتركة والاختلافات البنيوية بين السياقات الثقافية المختلفة.

**4. خاتمة:**

أثبتت الدراما العلاجية فاعليتها في خفض القلق والاكتئاب وبعض أبعاد اضطراب ما بعد الصدمة، خصوصًا في تحسين التماسك الاجتماعي والقدرة على التعبير. كما أنه لا توجد فروق كبيرة في الاتجاهات العامة بين البيئات العربية والأجنبية، إلا أن الأخيرة أكثر دقة من حيث القياس التجريبي والمنهجية. وتظهر حاجة ماسة إلى بروتوكولات علاجية موحدة ومقننة تراعي الخصوصية الثقافية للبيئات العربية.وضرورة التدريب والإشراف النفسي المهني عنصر حاسم في نجاح أي برنامج درامي علاجي.

**5. التوصيات:**

- تطوير بروتوكول عربي موحد للعلاج بالدراما مبني على التجارب العالمية مع مراعاة الخصوصية الثقافية.
- تبني تصميمات بحثية تجريبية صارمة (RCT) في البيئة العربية للتحقق من فاعلية البرامج.
- توثيق إجراءات الأمان النفسي ومنع إعادة التعرّض للصدمات أثناء الجلسات.
- إدماج العلاج بالدراما في برامج دعم اللاجئين وضحايا العنف الأسري.
- تعزيز التعاون بين الجامعات، مراكز العلاج النفسي، والمعاهد الفنية لتطوير برامج تدريبية متكاملة.

**قائمة المراجع:**

- بني عمر، براءة .(2018) .**أثر السيكودراما العلاجية في خفض أعراض قلق ما بعد الصدمة والاكتئاب وتحسين المهارات الاجتماعية لدى الأطفال اللاجئين** (رسالة ماجستير). الجامعة الهاشمية، كلية العلوم التربوية، الزرقاء، الأردن.

- الحداد، س .(2020) .**توظيف الدراما العلاجية في التخفيف من اضطرابات ما بعد الصدمة لدى الأطفال اللاجئين** . مجلة العلوم التربوية والنفسية، 15(3)، 221–242.

- الربيعي، ن .(2021) .**فاعلية برنامج قائم على الدراما النفسية في خفض القلق لدى المراهقين الناجين من الصدمات** . المجلة العربية للإرشاد النفسي، 12(2)، 87–108.

- Damra, J. K. M. (2022). The effects of psychodrama intervention on intimate partner violence and quality of life: Trial of Syrian refugee abused women. Journal of International Women's Studies, 23(1).

- Elkarif, T., et al. (2024). Tele-drama therapy for community-dwelling older adults: A 12-week randomized controlled trial.

- Giacomucci, S., & Marquit, J. (2020). The effectiveness of trauma-focused psychodrama in the treatment of PTSD in inpatient substance abuse treatment. Frontiers in Psychology, 11, Article 896.

- Giacomucci, S., Marquit, J., et al. (2022). A mixed-methods study on psychodrama treatment for PTSD and depression in inpatient substance use treatment.

- González-Rodríguez, A. J., et al. (2024). Psychotherapeutic Playback Theatre, well-being, and psychological distress: Pilot evaluation. Int J Environ Res Public Health, 21(10), 1288

- Gümüş, F., & Deniz, H. (2020). The effect of psychodrama on the frequency of PTSD, anxiety and depressive symptoms in patients with social trauma: 9-month follow-up study. JAREN, 6(3), 402–415.

- Jiang, L., Alizadeh, F., & Cui, W. (2023). Effectiveness of drama-based intervention in improving mental health and well-being: A systematic review and meta-analysis during the COVID-19 pandemic and post-pandemic period. Healthcare, 11(6), 839.

- Johnson, D. R., Lahad, M., Gray, A., & Pitre, R. (2013). Creative therapies for trauma: A guide for clinicians. Routledge.

- Lin, L.-W., et al. (2021). Effects of drama therapy on depressive symptoms: An 8-week randomized/controlled study.

- López-González, M. A., et al. (2021). A systematic review of controlled clinical trials of psychodrama group therapy. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(9), 4442.

- Mondolfi Miguel, M. L., & Pino-Juste, M. (2020). Therapeutic achievements of a program based on drama therapy, the Theater of the Oppressed, and psychodrama with women victims of intimate partner violence. Violence Against Women, 27(9), 1273–1296. H

- Moreno, J. L. (1946). Psychodrama: Volume 1. Beacon House.

- Munjuluri, S., Bolin, P. K., Lin, Y. T. A., Garcia, N. L., Gauna, L., Nguyen, T., & Salas, R. (2020). A pilot study on Playback Theatre as a therapeutic aid after natural disasters: Brain connectivity mechanisms of effects on anxiety. Chronic Stress.

- Pendzik, S. (2018). The theatre of self: Employing drama therapy for trauma recovery. Journal of Creativity in Mental Health, 13(4), 500–514.

- Sakhi, S. (2022). Drama therapy as a mental health intervention for women in refugee contexts: Intervention report. NAP1325 / Netherlands Refugee Rescue Organizations.

- Samer, H. S. (2024). The effect of drama therapy on depressive symptoms and quality of life among older adults: A systematic review.

- Wang, X., Ding, R., & Luo, R. (2024). Effectiveness of psychodrama on mental health outcomes based on Chinese samples: A systematic review and meta-analysis.