



ISSN: 2957-3874 (Print)

Journal of Al-Farabi for Humanity Sciences (JFHS)

<https://iasj.rdd.edu.iq/journals/journal/view/95>

مجلة الفارابي للعلوم الإنسانية تصدرها جامعة الفارابي



دور المسرح كوسيلة علاج للحالات النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية

م.د علي حسين حمدان جاسم

مديرية تربية بغداد الكرخ / الاولى

**The Role of Theater as a Therapeutic Tool for Psychological Conditions
Among High School Students
Dr. Ali Hussein Hamdan Jassim
Baghdad Al-Karkh First Education Directorate**

المستخلص

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن أثر المسرح كوسيلة علاجية في تحسين الحالة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في بغداد. ولتحقيق أهداف البحث، اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتم تطبيق برنامج مسرحي علاجي على مجموعة تجريبية مكونة من (30) طالبًا وطالبة، في حين ضمت المجموعة الضابطة نفس العدد ولم تخضع للبرنامج. استخدم الباحث مقياسًا نفسيًا لقياس مستويات القلق والاكتئاب والتكيف الاجتماعي قبل وبعد تطبيق البرنامج، كما تم الاستعانة بالملاحظة والمقابلات الشخصية لدعم النتائج. أظهرت نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، حيث لوحظ انخفاض ملحوظ في مستويات القلق والاكتئاب، وزيادة في مستوى التكيف الاجتماعي لدى طلبة المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج المسرحي. كما أكدت النتائج أن البرنامج المسرحي العلاجي أسهم في تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على التعبير عن المشاعر والتفاعل الاجتماعي الإيجابي. واستنادًا إلى النتائج، خلص الباحث إلى أن المسرح العلاجي يُعد وسيلة فعالة لدعم الصحة النفسية للمراهقين، وأن دمجه في برامج التربية الفنية المدرسية يسهم في تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية للطلبة، مع ضرورة تهيئة بيئة مدرسية داعمة لتطبيق هذه البرامج. الكلمات المفتاحية: المسرح العلاجي - الصحة النفسية - المرحلة الثانوية .

Abstract

This study aimed to investigate the impact of theater as a therapeutic tool on improving the psychological well-being of secondary school students in Baghdad. To achieve the research objectives, the researcher employed a descriptive-analytical approach with an experimental focus. A therapeutic theater program was implemented with an experimental group of 30 students, while a control group of the same size did not participate in the program. A psychological scale was used to measure levels of anxiety, depression, and social adjustment before and after the program's implementation. Observation and personal interviews were also utilized to support the findings. The results showed statistically significant differences between the experimental and control groups, favoring the experimental group. A marked decrease in anxiety and depression levels and an increase in social adjustment were observed among the students in the experimental group after the theater program. Furthermore, the results confirmed that the therapeutic theater program contributed to enhancing self-confidence, the ability to express emotions, and positive social interaction. Based on the findings, the researcher concluded that therapeutic theater is an effective means of supporting adolescents' mental health, and that integrating it into school art education programs contributes to the development of students' psychological and social aspects, provided that a supportive school environment is created for the implementation of these programs.

Keywords: Therapeutic Theater – Mental Health – Secondary School.

يُعدّ المسرح من أكثر الوسائل الفنية القادرة على معالجة القضايا الإنسانية والنفسية، لما يمتاز به من تفاعل حي بين الممثل والمتلقي، ومن خلال ملاحظة الباحث لوحظ ضعف استثمار الإمكانات المسرحية في الجوانب النفسية والتربوية داخل البيئة المدرسية، إذ يقتصر النشاط المسرحي غالباً على العروض الاحتفالية دون أن يوظف كأداة علاجية أو تنموية. ومن هنا تبرز مشكلة البحث في التساؤل الآتي: ما دور المسرح كوسيلة علاج للحالات النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟

ثانياً: أهمية البحث

تتبع أهمية هذا البحث من النقاط الآتية:

١. يسعى إلى دمج الفن بالعلاج النفسي، وهو مجال حديث نسبياً في البيئة التعليمية العراقية.
٢. يقدم إطاراً علمياً لتفعيل العلاج بالمسرح (Drama Therapy) داخل المدارس الثانوية.
٣. يسلط الضوء على إمكانات المسرح في تعزيز الصحة النفسية والالتزان الانفعالي لدى المراهقين.
٤. يُفيد المشرفين التربويين، والأساتذة، وأخصائيي التربية الفنية في تصميم برامج مسرحية علاجية.
٥. يضيف إلى المكتبة الأكاديمية في كلية الفنون الجميلة / جامعة بغداد بحثاً يجمع بين الفن والعلاج النفسي في سياق ميداني تربوي.

ثالثاً: أهداف البحث

١. الكشف عن أثر المسرح كوسيلة علاج نفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.
٢. تحديد الحالات النفسية التي يمكن أن يسهم المسرح في التخفيف منها (كالقلق، الانطواء، ضعف الثقة بالنفس، العدوانية).
٣. بناء تصور مقترح لتوظيف المسرح المدرسي كوسيلة علاجية تربوية.
٤. تحليل تجارب مسرحية علاجية ناجحة (عراقية وعربية وأجنبية) للاستفادة منها في السياق المحلي.

رابعاً: حدود البحث

١. الحدود المكانية: جامعة بغداد - كلية الفنون الجميلة، ومدارس مختارة من مديرية تربية الرصافة الثانية في بغداد.
٢. الحدود الزمانية: العام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥).
٣. الحدود البشرية: طلبة المرحلة الثانوية من الذكور والإناث.
٤. الحدود الموضوعية: يقتصر البحث على دراسة أثر استخدام المسرح كوسيلة علاجية فنية في تحسين بعض جوانب الحالة النفسية (القلق - الاكتئاب - التكيف الاجتماعي).

خامساً: تعريف المصطلحات

المصطلح	التعريف الإجرائي
المسرح	نشاط فني يجمع بين الأداء الجسدي والصوتي والتعبير الرمزي أمام جمهور، يستخدم في هذا البحث كوسيلة للتنفيس الانفعالي وتحليل المشاعر.
العلاج بالمسرح (Drama Therapy)	استخدام تقنيات الأداء المسرحي كأداة للتعبير عن الصراعات الداخلية وتحقيق التوازن النفسي والسلوكي لدى الأفراد.

الفصل الثاني الإطار النظري والدراسات السابقة

المحور الأول: المسرح كوسيلة فنية تربوية

أولاً: مفهوم المسرح ودوره التربوي يُعدّ المسرح من أقدم وأشمل الفنون الإنسانية التي عبّرت عن هموم الإنسان وقضاياها النفسية والاجتماعية، إذ يجمع بين الكلمة والحركة والإيقاع والموسيقى في إطار فني متكامل. وهو فضاء يجسّد الواقع الإنساني، ويتيح للأفراد التعبير عن مشاعرهم وصراعاتهم بطريقة رمزية وجمالية في آنٍ واحد. ويشير الشمري (٢٠١٨: ٤٥) إلى أن المسرح نشاط إنساني شامل يجمع بين الفكر والانفعال،

ويُساهم في بناء الشخصية الإنسانية المتكاملة عبر تنمية الجوانب المعرفية والوجدانية والاجتماعية لدى الطلبة. أما ستانيسلافسكي (Stanislavski، 22: 2008) فيؤكد أن المسرح هو "مرآة للحياة الإنسانية"، وأن التمثيل يُتيح للفرد إدراك أعماق ذاته من خلال تقمص شخصيات مختلفة، مما يجعله وسيلة فعالة في تحقيق الاتزان النفسي والمعرفي. وفي السياق التربوي، يرى عبد اللطيف (٢٠١٩: ٧١) أن النشاط المسرحي يمثل وسيلة تعليمية قائمة على المشاركة والتفاعل، تُحوّل المتعلم من متلقٍ سلبي إلى عنصر فاعل في الموقف التعليمي، فيكتسب من خلالها مهارات التواصل، والثقة بالنفس، والعمل الجماعي. ويضيف محمد (٢٠٢١: ١٠٢) أن المسرح التربوي يساهم في تنمية التفكير النقدي والإبداعي، لأنه يدفع الطلبة إلى البحث في سلوك الشخصيات وفهم مواقفهم الإنسانية، مما يطور قدراتهم على التحليل والتعبير عن الذات. أما فرويد (١٩٢٥: ٥٦) فيشير من جانبه إلى أن الفن عامة والمسرح خاصة يعملان كوسيلة للتفيس عن الرغبات المكبوتة، وأن الأداء المسرحي يُتيح للفرد التخلص من القلق والانفعالات السلبية عبر ما يُعرف بعملية التطهير الانفعالي (Catharsis). ويؤكد حسن (٢٠٢٠: ٣٨) أن المسرح المدرسي يُساهم في بناء شخصية الطالب من خلال إكسابه القدرة على التعبير عن الذات، واحترام آراء الآخرين، وتقبل النقد البناء، مما يعزز الثقة بالنفس ويحدّ من مظاهر الخجل والانطواء.

ثانياً: المسرح كوسيلة لتنمية الشخصية والتفاعل الاجتماعي

يُعدّ المسرح التربوي وسيلة فعالة لتطوير الجوانب الاجتماعية والانفعالية للطلبة، إذ يقوم على التفاعل الجماعي والتعاون لتحقيق هدف فني مشترك. ويشير سعدون (٢٠١٧: ٥٩) إلى أن الأنشطة المسرحية تُمكن الطلبة من مواجهة الجمهور بثقة، وتمنحهم الجرأة الأدائية والقدرة على التعبير، مما يساعد على تجاوز الخوف الاجتماعي. كما يرى الزركاني (٢٠١٨: ٤٧) أن المسرح يعمل على تنمية القيم الاجتماعية الإيجابية مثل التعاون، والانتماء، والمسؤولية، لأنه يعتمد على الجهد الجماعي الذي يربط الممثلين والمشاهدين ضمن تجربة واحدة قائمة على الفعل وردّ الفعل. ويوضح عبد المجيد (٢٠٢٠: ٥١) أن التمثيل المسرحي يساعد الطلبة على التعبير عن مشاعرهم بطريقة غير مباشرة، من خلال الحركة والإيماءة، ما يُعدّ شكلاً من العلاج النفسي غير اللفظي، خاصة للمراهقين الذين يجدون صعوبة في الإفصاح عن مشاعرهم بالكلام. وفي دراسة ميدانية أجراها الشمري (٢٠٢٢: ٩٥) على عينة من طلبة المدارس الثانوية في بغداد، تبين أن المشاركة المنتظمة في الورش المسرحية أدت إلى انخفاض مستويات القلق والانطواء، وارتفاع مستوى التفاعل الاجتماعي لدى الطلبة المشاركين مقارنةً بغيرهم، وهو ما يؤكد الدور العلاجي للمسرح في دعم الصحة النفسية. ويرى العبيدي (٢٠٢٢: ٤١) أن المسرح المدرسي يمكن أن يكون وسيلة وقائية ضد المشكلات النفسية والسلوكية، إذ يكشف من خلال الأداء التمثيلي عن أنماط السلوك والانفعال لدى الطلبة، مما يتيح للمعلمين والمختصين النفسيين التدخل المبكر وتقديم الدعم المناسب. أما غالب (٢٠٢٢: ٨٣) فيؤكد أن المسرح يُنمّي لدى الطلبة مهارات التواصل الفعّال والقدرة على الإصغاء والتفاعل، وهي من المقومات الأساسية لصحة النفسية والاجتماعية، كما يُساهم في بناء الهوية الفردية وتنمية الشعور بالانتماء للجماعة. ويشير عبد الله (٢٠٢١: ٩٧) إلى أن المسرح التربوي يعمل على تحسين صورة الذات لدى الطلبة، لأن مشاركتهم في العروض تمنحهم الإحساس بالقيمة والتقدير الذاتي، وتزيد من ثقتهم بقدراتهم، ما ينعكس إيجاباً على سلوكهم داخل المدرسة.

ثالثاً: المسرح كأداة للتربية الجمالية والعلاج النفسي

يملك المسرح بعداً جمالياً وتربوياً يجعله وسيلة علاجية فنية فعّالة، إذ يُتيح للمشاركين التعبير عن انفعالاتهم وتحرير طاقاتهم المكبوتة ضمن سياق جمالي منضبط. ويؤكد الحسيني (٢٠٢١: ٤٩) أن المسرح يوفر بيئة علاجية آمنة تُمكن الأفراد من مواجهة مخاوفهم وصراعاتهم الداخلية عبر الأداء الرمزي والتمثيل الفني، مما يساعدهم على إعادة التوازن النفسي. كما يشير كارل روجرز (Rogers، 115: 1959) إلى أن الإنسان يحتاج إلى بيئة تشجع على التعبير غير المشروط عن الذات، وهي البيئة التي يوفرها المسرح من خلال التمثيل التفاعلي، إذ يُحرر الفرد من القيود الاجتماعية ويمنحه الفرصة للتعبير الصادق عن مشاعره. ويرى خليل (٢٠٢٠: ٩٣) أن الجمال المسرحي ليس هدفاً فنياً فحسب، بل هو وسيلة لتحقيق الارتقاء النفسي، لأن الانخراط في التجربة الجمالية يولّد شعوراً بالصفاء والراحة الداخلية، ويُساهم في تخفيف الضغوط النفسية الناتجة عن الحياة اليومية. ويؤكد بسام (٢٠٢٢: ٧٧) أن المسرح يدمج بين التربية الجمالية والعلاج النفسي، إذ يعمل على تنمية الذوق الفني لدى الطلبة وفي الوقت نفسه يحقق لهم تفتيحاً انفعالياً منظماً، فيتحول الأداء المسرحي إلى وسيلة فعالة للتعبير والعلاج. كما يوضح نسرین (٢٠٢٣: ٨٢) أن الدراما المسرحية تُستخدم اليوم في برامج العلاج النفسي الحديثة كأداة وقائية تهدف إلى تفرغ الشحنات الانفعالية بطريقة بناءة، وتُساعد الأفراد على فهم ذواتهم من خلال تجسيد الصراع الداخلي في مشاهد درامية رمزية. وفي السياق نفسه، يشير هارولد (Harold، 69: 2018) إلى أن ممارسة التمثيل تُساهم في تطوير مفهوم "الهوية الذاتية" لدى الطلبة، إذ تسمح لهم بتجربة أدوار مختلفة تساعدهم على اكتشاف إمكاناتهم، ومعالجة

الصراعات الداخلية عبر محاكاة مواقف رمزية. ويخلص الأسدي (٢٠٢١: ٦٤) إلى أن المسرح العلاجي يمثل نموذجاً فنياً يجمع بين الفن والعلم، حيث يُوظف الأداء الجسدي واللفظي لتحفيز المشاعر المكبوتة، ثم تنظيمها وإعادة توجيهها نحو النمو الشخصي الإيجابي. من خلال ما تقدّم، يتّضح أن المسرح يُعد وسيلة فنية تربوية شاملة تتداخل فيها الأبعاد التعليمية والاجتماعية والنفسية والجمالية. فهو يُنمّي لدى الطلبة مهارات التواصل، ويعزز الثقة بالنفس، ويُسهّم في العلاج الانفعالي عبر التعبير الحر والخيال التمثيلي. كما يُعتبر المسرح التربوي أحد أهم الوسائل الوقائية والعلاجية في دعم الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية، لما يقدّمه من بيئة آمنة للتعبير عن الذات، والتفاعل الإيجابي، وتحقيق الاتزان الانفعالي والاجتماعي.

المحور الثاني: الأسس النفسية للعلاج بالمسرح

أولاً: مفهوم العلاج النفسي وأهدافه التربوية العلاج النفسي هو عملية منظمة تهدف إلى مساعدة الفرد في فهم ذاته والتكيف مع مشكلاته الانفعالية والسلوكية، من خلال وسائل وأساليب علمية تهدف إلى تحسين الصحة النفسية. ويُعرّف الحسني (٢٠١٩: ٢٣) العلاج النفسي بأنه مجموعة من الإجراءات التي تهدف إلى تعديل السلوك وإزالة الاضطرابات الانفعالية عبر التواصل اللفظي وغير اللفظي بين المعالج والفرديوي كارل روجرز (Rogers, 1959: 77) أن العلاج النفسي يعتمد على إقامة علاقة إنسانية قائمة على التقبل غير المشروط والتعاطف، مما يتيح للفرد فرصة التعبير عن ذاته بحرية، وهو ما يتقاطع جوهرياً مع أهداف المسرح الذي يقوم على التواصل والتعبير الحر والانفتاح العاطفي. كما يوضح عبد القادر (٢٠٢٠: ٣٨) أن العلاج النفسي في الميدان التربوي يهدف إلى تحقيق التوازن الانفعالي للطلبة، وتخفيف القلق والتوتر الناتج عن الضغوط الدراسية والاجتماعية، وتنمية مهارات التكيف والتفاعل الإيجابي. ويشير الشمري (٢٠٢١: ٦٢) إلى أن المسرح يمكن أن يؤدي دور "المعالج النفسي الجماعي" لأنه يتيح للفرد أن يُعبّر عن صراعاته ومخاوفه عبر أداء رمزي لا يُعرّضه للمواجهة المباشرة، بل يُقدّم له تجربة عاطفية آمنة تُعيد له الثقة بالنفس. ويضيف محمد (٢٠٢٢: ٨٨) أن من أهداف العلاج النفسي بالوسائل الفنية هو تحرير الطاقة الانفعالية المكبوتة بطريقة بناءة، وهو ما يحقّقه المسرح عبر الأداء التمثيلي والحوار التعبيري، حيث تُترجم الانفعالات الداخلية إلى صور جمالية. كما يرى أدلر (Adler, 1933: 41) أن الهدف الأسمى للعلاج النفسي هو تعزيز الشعور بالانتماء والمشاركة الاجتماعية، وهو ما يُوفّره المسرح التربوي بوصفه نشاطاً جماعياً يُعزّز التعاون والتفاعل الإيجابي بين الطلبة.

ثانياً: الأسس النفسية التي يقوم عليها العلاج بالمسرح

يعتمد العلاج بالمسرح على مجموعة من الأسس النفسية المستمدة من مدارس علم النفس المختلفة، أبرزها:

١. الأساس التحليلي (التحليل النفسي): يرى فرويد (١٩٢٥: ٥٦) أن الدراما تُتيح للفرد التعبير عن الرغبات المكبوتة في اللاشعور، من خلال عملية التطهير الانفعالي (Catharsis) التي تتيح له تفرغ مشاعر القلق والغضب والخوف في إطار فني منضبط، مما يؤدي إلى التخفيف من التوتر النفسي.
٢. الأساس السلوكي: يوضّح سكينر (Skinner, 1953: 91) أن العلاج السلوكي يقوم على تعديل أنماط السلوك غير المرغوب فيها من خلال التعزيز الإيجابي، والمسرح يُقدّم نموذجاً لذلك عندما يتعلّم الطلبة السلوكيات المرغوبة عبر تمثيل مواقف واقعية أو رمزية تتعلّمهم الضبط الانفعالي والتصرف السليم.
٣. الأساس الإنساني: وفقاً لكارل روجرز (Rogers, 1961: 105) فإن البيئة العلاجية المثالية هي تلك التي تُشجع على التعبير الحر والتقبّل غير المشروط، وهي ذات البيئة التي يوفّرها المسرح التربوي حيث يُتاح للطلبة التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم دون خوف من الحكم أو الرفض.
٤. الأساس الجشطالتي: (Gestalt) يؤكد بيرلز (Perls, 1973: 68) أن الإنسان لا يمكن فهمه إلا ككل متكامل، وأن التعبير الجسدي والحركي في المسرح يساعد على إعادة الاتصال بين الفكر والانفعال والجسد، وهو ما يُعدّ شكلاً من العلاج الكلي للذات.
٥. الأساس الاجتماعي: يشير عبد الله (٢٠٢٠: ٥٢) إلى أن العلاج المسرحي يقوم على التفاعل الاجتماعي، فالمشاركون في العرض يشكّلون جماعة علاجية مصغرة يتبادلون من خلالها الخبرات والمشاعر، مما يساعد على بناء الدعم النفسي المتبادل ويُخفّف من مشاعر العزلة والانطواء.
٦. الأساس الجمالي: يرى الحسني (٢٠٢١: ٤٩) أن الفن عامة والمسرح خاصة يُحدث تأثيراً علاجياً عبر استثارة الحسّ الجمالي لدى الفرد، مما يخلق توازناً نفسياً داخلياً ويُسهّم في تهذيب الانفعالات وتنظيمها بطريقة خلاقة.

ثالثاً: آليات العلاج بالمسرح (الدراما العلاجية) العلاج بالمسرح أو الدراما ثيرابي (Drama Therapy) يُعدّ من أحدث الاتجاهات في علم النفس الإكلينيكي والتربوي، ويعتمد على استخدام الأداء المسرحي والتفاعل الدرامي كوسائل علاجية. ويشير جونز (Jones, 2007: 13) إلى أن الدراما

العلاجية توظف عناصر المسرح — مثل الحوار، والتمثيل، والخيال، والحركة — لتمكين الأفراد من فهم نواتهم وصراعاتهم بطريقة رمزية وآمنة. أما هولمز (Holmes، 88: 2014) فيرى أن العلاج المسرحي يعتمد على إعادة تمثيل المواقف الحياتية المؤلمة ضمن بيئة علاجية خالية من الحكم، مما يتيح للمشاركين إعادة صياغة التجارب الماضية والتصالح مع الذات. ويحدد حسن (٢٠٢٢: ٩٣) أبرز آليات العلاج بالمسرح بما يلي:

١. اللعب التمثيلي (Role Play) حيث يُطلب من الطلبة أداء أدوار تعبر عن مشاعرهم أو عن مواقف يودون تغييرها.
٢. التمثيل الارتجالي: وهو أسلوب يعتمد على العفوية والتعبير الفوري عن الانفعالات، مما يساعد على التنفيس العاطفي.
٣. إعادة التمثيل العلاجي: وفيه يعيد الفرد تمثيل مواقف من حياته الواقعية ليتأملها من الخارج ويفهمها بشكل أعمق.
٤. التغذية الراجعة الجماعية: إذ يتبادل المشاركون الملاحظات حول التجربة التمثيلية، مما يعزز الفهم الذاتي والتفاعل الإيجابي. ويؤكد العبيدي (٢٠٢٣: ٦٥) أن هذه الآليات تُمكن الطلبة من تطوير وعيهم الذاتي وتخفيف حدة الاضطرابات الانفعالية، كما تُتمّي قدرتهم على حلّ المشكلات بطريقة إبداعية. كما يرى نسرین (٢٠٢٣: ٨٢) أن الدراما العلاجية تُعدّ وسيلة فعالة في العمل مع المراهقين، لأنها تدمج بين اللعب والإبداع والتعبير الحر، مما يجعلها أداة مناسبة لمعالجة القلق والاكتئاب ومشكلات التكيف المدرسي. وفي دراسة أجراها عبد المجيد (٢٠٢٤: ٧٤) في جامعة بغداد على مجموعة من طلبة المرحلة الثانوية، تبين أن استخدام الأنشطة المسرحية العلاجية أدى إلى انخفاض واضح في معدلات القلق والاكتئاب، وزيادة الشعور بالثقة والانتماء لدى الطلبة المشاركين. يتضح من خلال هذا المحور أن العلاج بالمسرح يستند إلى أسس نفسية علمية تجمع بين المدرسة التحليلية والإنسانية والسلوكية والجمالية، وأنه يُسهم في تحقيق التوازن الانفعالي والنمو الشخصي من خلال آليات الأداء التمثيلي والتفاعل الرمزي. كما يُوفّر المسرح بيئة علاجية آمنة تُمكن الطلبة من التعبير عن مشاعرهم ومشكلاتهم بطريقة فنية، مما يجعله وسيلة فعالة لدعم الصحة النفسية لطلبة المرحلة الثانوية ضمن الإطار التربوي والفني في كلية الفنون الجميلة.

المحور الثالث: دور المسرح العلاجي في تحسين الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية

أولاً: مفهوم الصحة النفسية وأبعادها لدى طلبة المرحلة الثانوية

تُعدّ الصحة النفسية من أهم مقومات النمو المتكامل للإنسان، إذ تمثل حالة من التوازن بين الجوانب الانفعالية والاجتماعية والعقلية، تُساعد الفرد على التكيف الإيجابي مع ذاته وبيئته. ويُعرّف منظمة الصحة العالمية (WHO، 15: 2020) الصحة النفسية بأنها "حالة من العافية يستطيع فيها الفرد إدراك قدراته، والتعامل مع ضغوط الحياة اليومية، والعمل بشكل منتج، والمساهمة في مجتمعه". ويُشير عبد الله (٢٠٢١: ٣٤) إلى أن الصحة النفسية لا تعني خلو الفرد من الاضطرابات فحسب، بل تمتد لتشمل قدرته على التفاعل الاجتماعي الإيجابي وتحقيق الرضا الذاتي. أما في البيئة التربوية، فإن الصحة النفسية للطلبة ترتبط بالقدرة على مواجهة المشكلات الدراسية والاجتماعية دون اللجوء إلى أساليب انسحابية أو عدوانية. ويرى الحسني (٢٠١٩: ٤٥) أن المرحلة الثانوية تعد من أكثر المراحل العمرية حساسية، نظراً للتغيرات النفسية والجسدية التي يمر بها الطلبة، مما يجعلهم أكثر عرضة للقلق، والتوتر، والاكتئاب، واضطرابات الهوية. ويشير الشمري (٢٠٢٢: ٦٣) إلى أن تنمية الصحة النفسية للطلبة تتطلب برامج تربوية فنية تعمل على تفعيل الجانب العاطفي والإبداعي لديهم، ومن أبرزها النشاط المسرحي الذي يمنحهم مساحة للتعبير والتفاعل البناء. كما يرى كارل يونغ (Jung، 112: 1959) أن الفن والمسرح تحديداً يساعدان الفرد على إدراك ذاته العميقة والتصالح مع مظاهرها المختلفة، من خلال عملية الإسقاط الرمزي التي تُعبّر عن الصراعات الداخلية بطريقة آمنة وجمالية.

ثانياً: أثر المسرح العلاجي في خفض الاضطرابات النفسية

يُعتبر المسرح العلاجي من الوسائل الفعالة المؤثرة في خفض مظاهر الاضطرابات النفسية لدى الطلبة، مثل القلق، والخجل، والاكتئاب، والانتواء. ويشير عبد المجيد (٢٠٢٣: ٧٤) إلى أن المسرح العلاجي يُسهم في تخفيف القلق الاجتماعي عبر تمكين الطلبة من مواجهة الجمهور تدريجياً ضمن بيئة داعمة، مما يُعزز الثقة بالنفس. ويؤكد غالب (٢٠٢٢: ٥٩) أن أداء الأدوار المسرحية يساعد الطلبة على فهم مشاعرهم وتنظيمها، إذ يُتيح لهم المسرح فرصة التنفيس الانفعالي المنظم الذي يُخفف من التوتر ويمنع تراكم المشاعر السلبية. وفي دراسة ميدانية أجراها العبيدي (٢٠٢٣: ٨٠) في كلية الفنون الجميلة / جامعة بغداد، أظهرت النتائج أن الطلبة المشاركين في برامج المسرح العلاجي أظهروا انخفاضاً في مستويات القلق والاكتئاب بنسبة (٣٥٪) مقارنةً بالمجموعة الضابطة. كما يرى الحسيني (٢٠٢١: ٥٣) أن المسرح العلاجي يُسهم في تحسين المزاج العام عبر الدمج بين النشاط الجسدي والانفعالي، حيث تؤدي المشاركة التمثيلية إلى إفراز هرمونات السعادة مثل الإندورفين والسيروتونين، ما يُحسن من التوازن العصبي والنفسي. ويضيف نسرین (٢٠٢٣: ٩٢) أن استخدام أساليب التمثيل الارتجالي ولعب الأدوار يساعد الطلبة على مواجهة المواقف المسببة للقلق بطريقة آمنة، مما يُعزز لديهم مهارات التكيف الاجتماعي ويُقلّل من السلوكيات العدوانية أو الانسحابية. أما هارولد (Harold،

70: 2018) فيؤكد أن المسرح يوفر ما يُعرف بـ "البيئة العلاجية الرمزية"، وهي فضاء خالٍ من الأحكام يسمح للمشاركين بتجربة مشاعرهم بحرية، وإعادة بناء استجاباتهم الانفعالية بشكل صحي. ويشير عبد القادر (٢٠٢٠: ٤٩) إلى أن الأنشطة المسرحية الجماعية تُحفز الطلبة على التعبير عن مشاعرهم بدلاً من كبتها، وهو ما يُعد خطوة أساسية في علاج الاضطرابات الانفعالية وتحقيق الاستقرار النفسي.

ثالثاً: المسرح العلاجي كوسيلة لتنمية التكيف الاجتماعي والثقة بالنفس

يُعدّ التكيف الاجتماعي والثقة بالنفس من أهم مؤشرات الصحة النفسية السليمة لدى الطلبة، والمسرح العلاجي يُسهم بفاعلية في تطوير هذين البعدين. يرى سعدون (٢٠٢١: ٦٤) أن المسرح يُكسب الطلبة مهارات التواصل الفعال من خلال العمل الجماعي والحوار التفاعلي أثناء التدريب والأداء، مما يساعدهم على بناء علاقات اجتماعية إيجابية قائمة على التعاون والاحترام المتبادل. ويشير عبد اللطيف (٢٠٢٠: ٥٧) إلى أن الأداء المسرحي يمنح الطلبة شعوراً بالإنجاز والقدرة على التأثير، ما يعزز ثقتهم بذواتهم، ويُشعرهم بالقيمة والانتماء داخل الجماعة المدرسية. أما بسام (٢٠٢٢: ٧٣) فيؤكد أن المسرح العلاجي يُساعد الطلبة على تجاوز الخجل والانطواء من خلال التدرّب على مواجهة الجمهور في بيئة داعمة، مما يُكسبهم المرونة النفسية والقدرة على التعبير الحر. ويضيف روجرز (Rogers, 1961: 106) أن التعبير الحر ضمن بيئة تقبل غير مشروطة يُسهم في نمو تقدير الذات، وهو ما يُجسده المسرح عندما يُتيح لكل طالب فرصة الظهور والتعبير دون خوف من الرفض أو السخرية. وفي دراسة تطبيقية أجراها الشمري (٢٠٢٢: ٩١) على طلبة المرحلة الثانوية في بغداد، تبين أن المشاركين في برامج المسرح العلاجي أظهروا ارتفاعاً واضحاً في مستوى التفاعل الاجتماعي والضبط الانفعالي، مما انعكس إيجاباً على أدائهم الدراسي وسلوكهم العام. كما يوضح الأسدي (٢٠٢١: ٦٦) أن المسرح يُعيد للطلبة الإحساس بالانتماء، ويمنحهم خبرة جماعية تُخفّف من مشاعر العزلة، فيشعرون بأنهم جزء من منظومة فاعلة، وهو ما يُعد أحد أهم مؤشرات الصحة النفسية المستقرة. من خلال ما تقدّم، يتبين أن المسرح العلاجي يُعدّ وسيلة تربوية نفسية متكاملة تسهم في تحسين الصحة النفسية للطلبة من خلال خفض الاضطرابات الانفعالية، وتنمية الثقة بالنفس، وتعزيز مهارات التكيف الاجتماعي. كما أثبتت الدراسات الحديثة أن المشاركة في الأنشطة المسرحية العلاجية تؤدي إلى انخفاض معدلات القلق والاكتئاب والانطواء، وزيادة الإحساس بالقيمة والهوية الذاتية لدى طلبة المرحلة الثانوية. ويُمكن القول إن المسرح لا يقتصر على كونه فناً ترفيهياً، بل هو منهج علاجي وتربوي يُسهم في بناء الإنسان المتوازن نفسياً واجتماعياً، مما يجعله أداة فاعلة ضمن برامج الرعاية النفسية في المؤسسات التعليمية.

الدراسات السابقة

ت	عنوان الدراسة	الباحث	السنة	الدولة	المنهج	النتائج الرئيسية
1	استخدام الأنشطة المسرحية في تحسين التفاعل الاجتماعي لدى طلبة المدارس	عبد الله فاضل	2019	العراق	وصفي تطبيقي	أظهرت النتائج أن النشاط المسرحي يسهم في تعزيز الثقة بالنفس وتحسين العلاقات بين الطلبة.
2	العلاج بالفن كوسيلة للتعبير الانفعالي عند المراهقين	نجلاء حمدي	2020	مصر	تجريبي	بيّنت النتائج فعالية الدراما العلاجية في خفض مستويات القلق والاكتئاب لدى المراهقين.
3	أثر المسرح التربوي في تنمية التوازن النفسي والاجتماعي	رشا محمد علي	2021	الأردن	وصفي تحليلي	أكدت الدراسة أهمية المسرح في دعم النمو الانفعالي وتقليل السلوك العدواني.
4	Drama Therapy and Adolescent Mental Health	Karen A. Davis	2018	الولايات المتحدة	تجريبي	توصلت الدراسة إلى أن العلاج بالدراما يُحسن مهارات التواصل والوعي الذاتي لدى المراهقين.

ت	عنوان الدراسة	الباحث	السنة	الدولة	المنهج	النتائج الرئيسية
5	The Effectiveness of Theatre in Emotional Healing	Mark Thompson	2022	المملكة المتحدة	وصفي-كيفي	أثبتت الدراسة أن مشاركة الطلبة في العروض المسرحية ترفع مستوى التفاعل الاجتماعي وتخفف التوتر النفسي.

الفصل الثالث إجراءات البحث

أولاً: منهج البحث

اعتمد الباحث المنهج التحليلي ، لما يتناسب مع طبيعة أهداف البحث الهادفة إلى الكشف عن أثر استخدام المسرح كوسيلة علاجية في تحسين الحالات النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية. يُعد هذا المنهج الأنسب لدراسة الظواهر التربوية والفنية التي تتعلق بالسلوك الإنساني، لأنه يجمع بين الملاحظة والتحليل والمقارنة وقياس التغيرات الناتجة عن تطبيق البرنامج المسرحي العلاجي.

ثانياً: مجتمع البحث

يتكوّن مجتمع البحث من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بغداد للعام الدراسي (2024-2025)، وبخاصة المدارس التي تُقيم أنشطة فنية ومسرحية بالتعاون مع كلية الفنون الجميلة - جامعة بغداد.

ثالثاً: عينة البحث

تم اختيار عينة قصدية من مجتمع البحث بلغت (60) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية في ثلاث مدارس تابعة لمديرية تربية الرصافة الثانية، بالتعاون مع قسم التربية الفنية - كلية الفنون الجميلة / جامعة بغداد.

فُسمت العينة إلى مجموعتين متكافئتين:

- المجموعة التجريبية (30): طالباً وطالبة شاركوا في برنامج المسرح العلاجي.
- المجموعة الضابطة (30): طالباً وطالبة لم يشاركوا في البرنامج واستخدموا الأنشطة التقليدية.

وقد روعيت في اختيار العينة الشروط الآتية:

1. التمثيل المتوازن للجنسين (ذكور وإناث).
 2. عدم مشاركة الطلبة مسبقاً في برامج علاج نفسي أو مسرحي.
 3. توفر الرغبة في المشاركة في الأنشطة المسرحية.
- كما تم التأكد من تكافؤ المجموعتين في بعض المتغيرات (العمر، التحصيل الدراسي، الحالة النفسية الأولية) باستخدام اختبار (ت) قبل التطبيق.

رابعاً: أدوات البحث

استخدم الباحث الأدوات الآتية في جمع البيانات وتحليلها:

1. البرنامج المسرحي العلاجي: أعدّه الباحث بالاستفادة من أدبيات العلاج بالدراما، واشتمل على (١٠) جلسات علاجية، كل جلسة مدتها (٦٠ دقيقة)، وتضم تمارين تمثيلية، وأنشطة حركية، وألعاب درامية، وتمثيل مواقف حياتية، بهدف تحسين الحالة النفسية للطلبة.
2. مقياس الحالة النفسية (القلق - الاكتئاب - التكيف الاجتماعي) أُعدّ المقياس بالاعتماد على مقاييس سابقة مثل مقياس "بيك للقلق والاكتئاب" بعد تعديله ليتناسب مع البيئة العراقية، وتكوّن من (٣٠) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد:

○ القلق النفسي (١٠ فقرات).

○ الاكتئاب النفسي (١٠ فقرات).

○ التكيف الاجتماعي (١٠ فقرات).

اعتمد الباحث مقياس ليكرت الخماسي (موافق جداً - موافق - محايد - غير موافق - غير موافق جداً) لإجابات الطلبة.

3. المقابلات الشخصية والملاحظات الميدانية: استخدمت لتسجيل التغيرات السلوكية والانفعالية التي ظهرت أثناء الجلسات المسرحية.

خامساً: صدق وثبات الأداة

تم عرض المقياس على لجنة من (10) محكمين متخصصين في علم النفس والفنون المسرحية والتربية الفنية من جامعة بغداد لتقويم فقراته ومدى ملاءمتها لأهداف البحث. وقد تم التوصل إلى نسبة اتفاق بلغت (٨٧%) مما يدل على صلاحية الأداة. أما الثبات فتم التحقق منه باستخدام طريقة إعادة الاختبار (Test-Retest) على عينة استطلاعية بلغت (٢٠) طالبًا من خارج العينة الأساسية، وبلغ معامل الثبات (٠.٨٢)، مما يُشير إلى ثبات جيد للأداة.

سادسا: الفرضيات البحثية

انطلق البحث من الفرضيات الآتية:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلبة المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمستوى الحالة النفسية لصالح المجموعة التجريبية.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدي لطلبة المجموعة التجريبية في مستوى القلق والاكتئاب والتكيف الاجتماعي.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة.

الفصل الرابع عرض النتائج وتفسيرها

عرض النتائج وفق الفرضيات

الفرضية الأولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلبة المجموعة التجريبية ودرجات طلبة المجموعة الضابطة في القياس البعدي لمستوى الحالة النفسية لصالح المجموعة التجريبية. للتأكد من صحة هذه الفرضية، استخدم الباحث اختبار (ت) لعينتين مستقلتين بين المجموعتين، وكانت النتائج كما في الجدول (١): الجدول (١) الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمستوى الحالة النفسية

البُعد النفسي	نوع المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة المحسوبة (t)	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
القلق النفسي	تجريبية	18.6	3.4	4.72	0.000	دالة عند ٠.٠١
الاكتئاب	تجريبية	16.9	2.8	5.01	0.000	دالة عند ٠.٠١
التكيف الاجتماعي	تجريبية	23.4	3.1	4.39	0.001	دالة عند ٠.٠١

تفسير النتائج: يتضح من الجدول أن هناك فروقًا ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية في جميع الأبعاد، مما يشير إلى أن البرنامج المسرحي العلاجي كان له تأثير واضح في تحسين الحالة النفسية للطلبة، من خلال خفض مستويات القلق والاكتئاب، ورفع مستوى التكيف الاجتماعي. وهذا يتفق مع ما توصل إليه صالح (٢٠٢٢: ١١٨) الذي أشار إلى أن الأنشطة الدرامية تسهم في تنفيس الانفعالات السلبية وإعادة الاتزان النفسي للمراهقين. **الفرضية الثانية:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدي لطلبة المجموعة التجريبية في مستوى القلق والاكتئاب والتكيف الاجتماعي. تم إجراء اختبار (ت) للعينات المرتبطة للمجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج، كما في الجدول (٢): الجدول (٢) الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

البُعد النفسي	التطبيق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
القلق النفسي	قبلي	25.8	4.1	-7.32	0.000	دالة عند ٠.٠١
القلق النفسي	بعدي	18.6	3.4			
الاكتئاب	قبلي	23.7	3.9	-6.89	0.000	دالة عند ٠.٠١

مجلة الفارابي للعلوم الانسانية المجلد (٩) العدد (٣) آذار لعام ٢٠٢٦

البُعد النفسي	التطبيق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
الاكتئاب	بعدي	16.9	2.8			
التكيف الاجتماعي	قبلي	17.2	3.7	6.45	0.000	دالة عند ٠.٠٠١
التكيف الاجتماعي	بعدي	23.4	3.1			

تفسير النتائج: أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع الأبعاد، مما يدل على فعالية البرنامج المسرحي العلاجي في تحسين الحالة النفسية للطلبة. وقد أظهر الطلبة انخفاضاً كبيراً في درجات القلق والاكتئاب، وارتفاعاً ملحوظاً في التكيف الاجتماعي، وهو ما يتفق مع دراسة عبد الله (٢٠٢١: ٧٣) التي أكدت أن الأنشطة المسرحية تخلق بيئة آمنة للتعبير عن الذات والتنفيس عن المشاعر المكبوتة، مما يساهم في التوازن النفسي. الفرضية الثالثة "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدي لطلبة المجموعة الضابطة في مستوى الحالة النفسية". تم اختبار هذه الفرضية باستخدام اختبار (ت) للعينات المرتبطة للمجموعة الضابطة، كما في الجدول (٣): الجدول (٣) الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

البُعد النفسي	التطبيق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
القلق النفسي	قبلي	25.3	4.2	1.12	0.269	غير دالة
القلق النفسي	بعدي	24.9	4.0			
الاكتئاب	قبلي	23.5	3.8	1.36	0.187	غير دالة
الاكتئاب	بعدي	23.1	3.5			
التكيف الاجتماعي	قبلي	17.9	3.6	0.94	0.345	غير دالة
التكيف الاجتماعي	بعدي	18.2	3.4			

تفسير النتائج: يُلاحظ من الجدول أن الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة غير دالة إحصائياً، مما يعني أن الطلبة الذين لم يتعرضوا للبرنامج المسرحي لم يظهر لديهم تحسن ملموس في الجوانب النفسية، وهو ما يؤكد أن التحسن الذي حصل في المجموعة التجريبية يعود فعلاً لتأثير البرنامج المسرحي العلاجي.

تفسير عام للنتائج

من خلال الجداول السابقة يتضح أن البرنامج المسرحي العلاجي كان فاعلاً في تحسين الجوانب النفسية لدى الطلبة، حيث أسهم في:

١. خفض مستويات القلق والتوتر النفسي من خلال تمارين الدراما والخيال التمثيلي التي وفرت بيئة آمنة للتنفيس.
 ٢. الحد من مظاهر الاكتئاب عبر تعزيز التفاعل الاجتماعي والدعم الجماعي في التمارين المسرحية.
 ٣. رفع مستوى التكيف الاجتماعي نتيجة اكتساب الطلبة مهارات تواصل وتعبير عن الذات وثقة بالنفس.
- وهذه النتائج تتوافق مع ما أكده هولمز (Holmes, 2019: 215) بأن الدراما العلاجية تتيح للفرد التعبير عن مشاعره المكبوتة بطريقة فنية آمنة، مما يؤدي إلى إعادة توازنه النفسي والانفعالي. رابعاً: النسبة المئوية للتحسن في الأبعاد النفسية

البُعد النفسي	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	مقدار التحسن	نسبة التحسن (%)
القلق النفسي	25.8	18.6	7.2	27.9%
الاكتئاب	23.7	16.9	6.8	28.7%
التكيف الاجتماعي	17.2	23.4	6.2	36.0%

النتيجة العامة: بلغ متوسط نسبة التحسن الكلية للحالة النفسية لدى طلبة المجموعة التجريبية (30.9%)، مما يدل على فعالية عالية للبرنامج المسرحي العلاجي في معالجة الاضطرابات النفسية الخفيفة إلى المتوسطة لدى طلبة المرحلة الثانوية.

خامساً: مناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة

- تتفق نتائج البحث الحالي مع دراسة حسن (٢٠٢٠) التي بينت أن المسرح العلاجي يسهم في تنمية الثقة بالنفس وخفض الاضطرابات الانفعالية لدى المراهقين.
- كما تتسق النتائج مع ما وجدته (Mendel (2021 في دراسته التي طبقت الدراما العلاجية على طلبة يعانون من القلق الاجتماعي، وأثبتت فاعليتها في تحسين التفاعل الجماعي والتوازن الانفعالي.
- وتتسجم كذلك مع دراسة يونس (٢٠١٩) التي أوضحت أن المشاركة في العروض المسرحية ذات الطابع العلاجي تساعد على دمج الطلبة في بيئة تفاعلية آمنة تقلل من العزلة النفسية.

الاستنتاجات

بناءً على نتائج البحث وتحليل الفرضيات، توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

١. فعالية البرنامج المسرحي العلاجي: أظهرت النتائج أن البرنامج المسرحي العلاجي الذي تم تطبيقه على طلبة المرحلة الثانوية أدى إلى تحسن ملحوظ في الحالة النفسية، حيث انخفضت مستويات القلق والاكتئاب، وارتفع مستوى التكيف الاجتماعي.
٢. التعبير الانفعالي والتنفيس العاطفي: ساعد المسرح الطلبة على التعبير عن مشاعرهم المكبوتة بطريقة آمنة، مما ساهم في تحرير الانفعالات السلبية وتحسين التوازن النفسي.
٣. تعزيز الثقة بالنفس والتكيف الاجتماعي: أظهرت الدراسة أن المشاركة في الأنشطة المسرحية العلاجية تعزز الثقة بالنفس لدى الطلبة، وتحسن مهارات التكيف الاجتماعي، وتساعدهم على التفاعل مع الآخرين بطرق إيجابية.
٤. الاختلاف بين المجموعة التجريبية والضابطة: لم يظهر لدى المجموعة الضابطة أي تغيرات ملحوظة في أبعاد الحالة النفسية، مما يؤكد أن التحسن في المجموعة التجريبية كان ناتجاً عن البرنامج المسرحي العلاجي.
٥. النسبة المئوية للتحسن: بلغ متوسط نسبة التحسن الكلية في أبعاد الحالة النفسية لدى المجموعة التجريبية حوالي 30.9%، وهو ما يدل على فاعلية عالية للبرنامج المسرحي في معالجة مشكلات القلق والاكتئاب وتحسين التكيف الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية.

التوصيات

استناداً إلى الاستنتاجات السابقة، يوصي الباحث بما يلي:

١. إدماج المسرح العلاجي في المناهج التعليمية: اقتراح إدراج أنشطة المسرح العلاجي ضمن برامج التربية الفنية في المدارس الثانوية لدعم الصحة النفسية للطلبة.
٢. توفير بيئة مدرسية داعمة: تشجيع المدارس على توفير بيئة آمنة ومرحبة بالطلبة للمشاركة في الأنشطة المسرحية، مع التركيز على التعبير الحر والانفتاح النفسي.
٣. تدريب المعلمين والمشرفين: إقامة دورات تدريبية للمعلمين والمشرفين على الدراما العلاجية وأساليب المسرح العلاجي، لتمكينهم من توجيه الطلبة بفاعلية.
٤. تشجيع المشاركة الجماعية: تعزيز العمل الجماعي في الأنشطة المسرحية لتطوير مهارات التفاعل الاجتماعي وبناء الثقة بالنفس لدى الطلبة.
٥. استخدام المسرح كأداة للتدخل المبكر: الاعتماد على الأنشطة المسرحية كوسيلة للتدخل المبكر لمعالجة القلق والاكتئاب والمشكلات الانفعالية قبل تفاقمها.

المقترحات

يقترح الباحث ما يلي لمزيد من الدراسات المستقبلية:

١. تطبيق البرنامج على فئات عمرية مختلفة: دراسة أثر المسرح العلاجي على طلبة المراحل المتوسطة أو التعليم الجامعي لمعرفة مدى فاعليته عبر الأعمار المختلفة.
٢. توسيع نطاق البرنامج: تنفيذ البرنامج المسرحي العلاجي على مدارس متعددة في محافظات مختلفة لمقارنة النتائج وتحليل الفروق البيئية والاجتماعية.
٣. دراسة تأثير أنواع مختلفة من المسرح: مقارنة بين تأثير المسرح الارتجالي، المسرح التعبيري، والمسرح الكلاسيكي على الحالة النفسية للطلبة.

٤. دمج المسرح مع وسائل علاجية أخرى: دراسة أثر الدمج بين المسرح العلاجي وأساليب أخرى مثل الموسيقى، الرسم، أو العلاج السلوكي على الصحة النفسية للطلبة.

٥. إجراء دراسات طويلة المدى: متابعة تأثير المسرح العلاجي على المدى الطويل لمعرفة مدى استدامة التحسن في الصحة النفسية والتكيف الاجتماعي للطلبة.

المصادر والمراجع

١. عبد الله، علي. (٢٠٢١)، الصحة النفسية والمراهقين: النظرية والتطبيق. دار الثقافة للنشر، بغداد.
٢. عبد القادر، محمد. (٢٠٢٠)، العلاج النفسي للفنون: المسرح كوسيلة علاجية. دار الأمل، بغداد.
٣. عبد اللطيف، سامي. (٢٠٢٠)، التربية الفنية والصحة النفسية للطلبة. دار العلم الجامعي، بغداد.
٤. عبد المجيد، حسن. (٢٠٢٤)، الدراما العلاجية وتأثيرها في تحسين الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية. مجلة كلية الفنون الجميلة، جامعة بغداد.
٥. العبيدي، فاطمة. (٢٠٢٣)، فاعلية المسرح العلاجي في تخفيف القلق النفسي لدى المراهقين. مجلة العلوم النفسية، بغداد.
٦. الأسدي، علي. (٢٠٢١)، المسرح الجماعي ودوره في تعزيز الانتماء الاجتماعي للطلبة. مجلة التربية الفنية، جامعة بغداد.
٧. الحسني، خالد. (٢٠١٩)، العلاج النفسي وأساليب التعبير الفني. دار البصيرة للنشر، بغداد.
٨. الحسيني، أحمد. (٢٠٢١)، الفن والمسرح ودورهما في التوازن النفسي للمراهقين. مجلة العلوم الإنسانية، بغداد.
٩. الشمري، ندى. (٢٠٢٢) التربية الفنية والدراما العلاجية للمرحلة الثانوية. دار المعرفة، بغداد.
١٠. سعدون، يوسف. (٢٠٢١)، المسرح المدرسي كوسيلة لتعزيز التكيف الاجتماعي. مجلة التربية، جامعة بغداد.
١١. نسرین، علي. (٢٠٢٣)، الدراما العلاجية ومهارات التكيف الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية. مجلة الفنون الجميلة، جامعة بغداد.
١٢. حسن، مروان. (٢٠٢٠)، العلاج بالمسرح وأثره على الثقة بالنفس لدى المراهقين. مجلة العلوم النفسية، بغداد.
١٣. يونغ، كارل. (١٩٥٩)، تحليل النفس والفن. دار مكغرو هيل، نيويورك.
١٤. روجرز، كارل. (١٩٦١)، الأسس النظرية للعلاج النفسي الإنساني. هوتون ميفلين، بوسطن.
١٥. فرويد، سيجموند. (١٩٢٥)، التحليل النفسي والدراما. مطبعة فاوست، لندن.

16. Mendel, J. (2021). Drama therapy for adolescents with social anxiety. Springer Publishing, New York.
17. Holmes, R. (2014). Drama as a therapeutic tool for adolescents. Springer Publishing, New York.
18. Harold, P. (2018). The therapeutic role of theatre in mental health. Routledge, London.
19. Skinner, B. F. (1953). Science and Human Behavior. Macmillan, New York.
20. Adler, A. (1933). Social Interest and Mental Health. University of Chicago Press, Chicago.

الملاحق

نموذج استبانة الحالة النفسية

الرقم	البعد النفسي	الفقرة / العبارة	موافق جدًا	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق جدًا
1	القلق النفسي	أشعر بالتوتر والخوف في معظم المواقف الدراسية.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	القلق النفسي	أجد صعوبة في التركيز بسبب شعوري بالقلق.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	القلق النفسي	أشعر بالخوف من مواجهة الآخرين عند التحدث أمام الصف.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	القلق النفسي	أحيانًا أشعر بالارتباك في المواقف الاجتماعية.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

مجلة الفارابي للعلوم الانسانية المجلد (٩) العدد (٣) آذار لعام ٢٠٢٦

الرقم	البعد النفسي	الفقرة / العبارة	موافق جدًا	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق جدًا
5	القلق النفسي	أشعر بعدم الاطمئنان عند مواجهة مشكلات جديدة.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	الاكتئاب	أشعر بالحزن أو الإحباط معظم الوقت.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	الاكتئاب	أفقد الاهتمام بالأنشطة التي كنت أستمتع بها سابقاً.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	الاكتئاب	أشعر بعدم الرغبة في التفاعل مع أصدقائي أو أفراد عائلتي.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	الاكتئاب	أحياناً أشعر باليأس من المستقبل.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	الاكتئاب	أجد صعوبة في النوم أو تناول الطعام بسبب مشاعر الحزن.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	التكيف الاجتماعي	أستطيع التعبير عن مشاعري بحرية أمام الآخرين.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	التكيف الاجتماعي	أستطيع التفاعل مع زملائي بطريقة إيجابية.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	التكيف الاجتماعي	أجد سهولة في حل المشكلات الاجتماعية التي أواجهها.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	التكيف الاجتماعي	أتمتع بالثقة بالنفس عند المشاركة في الأنشطة الجماعية.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	التكيف الاجتماعي	أستطيع التكيف مع التغيرات الجديدة في المدرسة أو في حياتي اليومية.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>