

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic Of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry Of Higher Education And Scientific Research

UNIVERSITY ABOU BEKR BELKAID - TLEMCEM

Faculty Of Letters And Languages
Department of Arts



جامعة أبو بكر بلقايد * تلمسان*

كلية الآداب و اللغات
قسم الفنون

الشعبة: فنون بصرية

التخصص: فنون تشكيلية

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر ل.م.د تحت القرار الوزاري 1275 لمؤسسة ناشئة label

الموسومة ب:

علاج الإدمان بالفنون الجميلة

تحت إشراف:
أ.د. لعى عبد الرحيم

إعداد الطالب(ة):
بن صفية شهرزاد

لجنة المناقشة:

رئيسا
مشرفا ومقررا
مناقشا

جامعة تلمسان
جامعة تلمسان
جامعة تلمسان

د. بن تومي علي
أ.د. لعى عبد الرحيم
د. بوزار حبيبة

السنة الجامعية: 2024/2023م



الإهداء

الى طب القلوب ودوائها وعافية الأبدان وشفائها ونور البصائر وضياؤها سيدنا وحبينا وشفيعنا
محمد ﷺ

الى من كانا السبب الرئيسي والداعم الأول للمضي قدما والوصول الى هذا؛ والداي الكريمين
"بومدين" و"لزعر أمينة" جزاهما الله عني خير الجزاء.

إلى أخي العزيز "محمد عبد العزيز" وأخواتي "ريم" و"ايمان" و"صفاء" حفظهم الله ورعاهم

إلى كل صديقات الإقامة وصديقات الجامعة، وإلى كل من كان ذكرى جميلة لنا في يوم من الأيام،
إلى كل من كان سببا في بناء شخصيتنا، وكل من كان له القول أو الفعل الحسن لنا في حياتنا
إلى كل الأساتذة والمعلمين الذين أشرفوا على تعليمنا في جميع أطوار الدراسة وكان لهم الفضل
علينا.

شهرزاد بن صفية



الشكر والتقدير

إن الحمد والشكر لله نحمده حمدا كثيرا وشكرا بالغاً على هدايته لنا لطريق العلم الذي أنار حياتنا وتوفيقه لنا على انجاز هذا العمل البسيط الذي هو ثمرة مجهوداتنا وخاتمة مسيرتنا، فالحمد لله حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه.

يقول تعالى: { فَادْكُرُونِي أذكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ } وعملا بقوله ﷺ : (من لا يشكر الناس لا يشكر الله)

نتقدم بجزيل الشكر لكل أساتذة قسم الفنون وخاصة استاذنا المشرف "لعمى عبد الرحيم" على كل مجهوداته وتوجيهاته لنا، كما نشكر كل مدربي وأساتذة مركز الطالب I2E الذين لم يبخلونا ذرة علم في سبيل تكويننا ومساعدتنا على دراسة مشروعنا المقترح، والشكر لكل من علمنا حرفا يوما ما، ولكل من كان سببا في بنائنا ووصولنا إلى هذه المنزلة.



مقدمة

عرف الفن قديماً كوسيلة تعبيرية عن الحياة اليومية لإنسان ما قبل التاريخ ، فكانت جدران الكهوف ملجأً لتفريغ أفكاره ومشاعره ومعتقداته، ما جعل الفن يكتسب مكانة رفيعة ويصبح وسيلة مهمة للتواصل تدعم الصحة النفسية بشدة، ليصل الأمر الى استخدامه كوسيلة تشخيصية وعلاجية لبعض الاضطرابات السلوكية بغرض تغييرها وتعديل سلوك الانسان ومساعدته على اكتساب مهارات جديدة، هذه العملية أسفرت عن نتائج إيجابية و ملموسة ونوع من الرضى والقبول لدى المستفيدين منها ، فعمل المختصون أيضا على توظيف هذا المجال في برامج ارشادية مناسبة لدعم المدمنين عن طريق العلاج بالفن ، انطلاقا من توظيف الفنون الجميلة بمختلف مجالاتها لمساعدتهم على الإقلاع و الاندماج في المجتمع لعيش حياة سليمة.

فالإدمان ظاهرة اجتماعية تفتك بالفرد والمجتمع على حد سواء وتجعله يعيش حياة ملؤها القلق والاضطراب والتوتر، فهو لا يلحق الضرر بالمدمن فحسب، بل يؤثر سلبا على كل من حوله، انطلاقا من عائلته وأصدقائه وأقاربه وصولا الى زملائه ووظيفته، ما جعله من اشد اهتمامات العامة وقضية صحية حظيت بجدل واسع. لتظهر فكرة توظيف أسلوب يتسم باللين والجمالية وعمق التأثير في آن واحد، يسهل على المعالج تجاوز صعوبات التعبير وينتقل به الى العالم مليء بالإبداع.

أهمية الموضوع:

- تكمن أهمية هذا الموضوع في معالجة مشكل من مشاكل المجتمع (الإدمان) مع توفير حل ملائم له (العلاج بالفنون الجميلة)
- فهم هذه التقنية العلاجية وتسييل الضوء عليها
- تسييل الضوء على الإدمان كاضطراب نفسي وفهم شخصية المدمن
- دعم المدمنين وارشادهم الى تجريب برامج مختلفة
- المساهمة في تطوير برامج العلاج النفسي
- نشر الوعي في المجتمع حول مجال العلاج بالفن وحول الإدمان
- المساهمة ودعم التقدم العلمي

أسباب اختيار الموضوع:

❖ أسباب ذاتية:

- الرغبة في الخوض في بعض مجالات علم النفس
- الرغبة في التميز بطرح موضوع جديد نسبيا

- الفضول ومحاوله الخوض في هذا المجال
- ❖ أسباب موضوعية:
- أهمية الموضوع البالغة
- جدية الموضوع كونه مجال جديد
- إمكانية تطبيقه وافادة المجتمع
- اثناء مجال البحث
- الوصل بين مجال علم النفس ومجال الفنون
- محاولة ابراز مكانة الفنون في المجتمع كأداة علاجية

الإشكالية:

انطلاقا مما سبق نصل الى طرح إشكالية البحث المتمثلة بالتساؤل العام الآتي:

كيف يمكن توظيف الفنون الجميلة في علاج الإدمان؟

ولتفصيل أكثر لهذه الإشكالية نطرح التساؤلات التالية:

ماذا نقصد بالعلاج بالفن؟ وماهي خلفيته التاريخية؟

فيما تتمثل أهدافه؟ وماهي أنواعه؟

ما هو الإدمان؟ وما مراحلها؟ وماهي خصائص شخصية الدمن؟

كيف تتم عملية علاج الإدمان بالفنون الجميلة؟

الفرضيات: ومن ثمة تم وضع جملة من الفرضيات مؤداها ما يلي:

- العلاج بالفن هو توظيف لمختلف الفنون في أسلوب علاجي حديث
- خلفيته التاريخية غير ممتدة في عمق الزمن كونه أسلوب علاجي حديث
- أهميته تكمن في ليونة تطبيقه ومتعة ممارسة الفن
- الإدمان آفة اجتماعية تدمر المجتمع تجعل شخصية الفرد تتصف بالضعف بصفة عامة

خطة البحث:

للإجابة عن التساؤلات تم تقسيم البحث الى ثلاثة فصول، تناول الفصل الأول توضيح العلاج بالفن باتباع أربعة مباحث، الأول لضبط المصطلحات والثاني للغوص في عمق تاريخ هذا الأسلوب العلاجي وإبراز أهميته، المبحث الثالث عن بعض أنواع الفنون التي تطبق فيه والرابع عن المعالج بالفن وجلسة العلاج. أما الفصل الثاني فتناول الإدمان بأربعة مباحث أيضا، انطلاقا من تعريفه وذكر انواعه في المبحث الأول، الى ذكر مراحل وأسبابه في المبحث الثاني، المبحث الثالث تناول ذكر خصائص شخصية المدمن والمبحث الرابع دراسة لكيفية توظيف الفنون الجميلة لعلاج هذه الآفة. الفصل الثالث هو دراسة لجدوى مشروع مقترح ضمن القرار الوزاري 1275 تحت عنوان (مركز علاج الإدمان بالفنون الإبداعية).

المنهج المتبع:

اتبعنا في دراستنا كل من المنهج التاريخي في استنباط بعض المعلومات التاريخية خاصة في المبحث الثاني من الفصل الأول، والمنهج الوصفي في أغلب المباحث خاصة في وصف العلاج بالفن وطريقة تطبيقه وكذا وصف الإدمان و مراحل وأسبابه....

الدراسات السابقة:

- صفية عبد الرحيم محمود شعار، أثر العلاج التعبيري في تطوير مهارات التواصل والتوافق لدى مدمني المخدرات، رسالة ماجستير تخصص ارشاد أسرى، عمادة البحث العلمي والدراسات العليا في الجامعة الهاشمية، الزرقاء، الأردن، 2014
- سهام درويش أبو عيطة ولينة الحاج حسين، فاعلية العلاج التعبيري في تقليل الاضطرابات النفسية وتحسين تقدير الذات والدعم الاجتماعي لدى المدمنين، مجلة دراسات للعلوم التربوية، العدد 1، المجلد 41، الجامعة الهاشمية الزرقاء، الأردن، 2014

الصعوبات: لا شك في أن أي بحث تشوبه العديد من الصعوبات التي تعيق عملية البحث نذكر منها:

- الاعتماد على المراجع الأجنبية وصعوبة الترجمة ونقل الأفكار
- اتساع موضوع العلاج بالفن وكذا المصطلحات الخاصة بمجال علم النفس والبعيدة عن تخصص الباحثة
- محدودية المراجع العربية التي تناولت هذا المجال

ورغم كل تلك الصعوبات فقد حاولنا قصد الإمكان تجاوزها معتمدين على الله أولاً ثم على المجهودات الخاصة في ترجمة عناصر من مراجع أجنبية والله الموفق في البداية والنهاية

حرر يوم: 2024/06/11

الفصل الأول:

العلاج بالفن

- المبحث الأول: مفاهيم تعريفية
- المبحث الثاني: تاريخ العلاج بالفن وأهدافه
- المبحث الثالث: بعض أنواعه
- المبحث الرابع: المعالج بالفن وجلسة العلاج

الفصل الأول: العلاج بالفن

التعبير اللفظي وسيلة مهمة لمعرفة وتشخيص الحالة النفسية وهو حقل من حقول علم النفس يشتغل عليه المختصون كثيرا، لأن قدرة الفرد على التعبير تساعد على فهم ذاته والتواصل مع من حوله وبناء العلاقات الاجتماعية، كما أن التعبير عن المشاعر والأفكار والمشاكل يساعد الفرد على بناء ذاته وتطويرها والتغلب على مواطن الضعف فيها.

من جهة أخرى نرى أن التعبير اللفظي هو خاصية غير متاحة للجميع السبب الذي يجعل الكثير من الناس يعانون من اضطرابات وأمراض نفسية، ليصف لهم الأخصائيون أسلوب علاجي يعرف بالعلاج بالفن. هذا الأخير هدفه الرئيسي تعويض التعبير اللفظي ومساعدة المرضى على إيصال وإخراج أفكارهم ومشاعرهم بأسلوب آمن ومريح وسهل.

المبحث الأول: مفاهيم تعريفية

في المبحث الأول من هذا الفصل وجدنا أنه لا بد من تحديد تعاريف تتعلق بعنوان الفصل وهو _العلاج بالفن_ بدءاً بالتعريف اللغوي والاصطلاحي للفن ثم الانتقال الى تعريف الفنون الجميلة التي هي مرتبط الدراسة ثم أخيراً تعريف العلاج بالفن.

1/تعريف الفن:

أ/لغة:

ج: أفانين و ... أفنان ... وفنون¹

— "الفن واحد الفنون، وهي الأنواع، والفن: الحال، ... والجمع أفنان وفنون... والرجل يفنن الكلام أي يشتق في فن بعد فن"²

— "فن الشخص: كثر تفننه في الأمور... فن الشيء: زينه... افتن في الحديث: اتبع فيه فنونا وأساليب حسنة... افنت في العمل: ابدى مهارة فيه ... تفنن في الأمر: أبدع، استعمل إمكاناته الفكرية والمهارية لإنجازه"³.

جاء في معجم الوسيط: "هو جملة الوسائل التي يستعملها الإنسان لإثارة المشاعر والعواطف وبخاصة عاطفة الجمال"⁴.

ب/اصطلاحاً:

"هو لغة استخدمها الانسان لترجمة ما بداخله وترجمة ما حوله"⁵ ولضبط "مفهوم الفن Art لا بد من التمييز بين نوعين من العمل الإنساني: عمل عادي نفعي غايته تحقيق وظيفة معينة، عمل ابداعي يهدف الى تحقيق صيغة جمالية لا علاقة لها بالمنفعة المادية، وترمي الى تحقيق السعادة والمتعة"⁶. ومنه يمكن اعتباره مجموعة نشاطات الانسان التي تهدف الى التعبير الإبداعي عن الأفكار والمشاعر من خلال مجموعة وسائل وتقنيات متنوعة، من جهة أخرى "يخضع تعريف الفن بشكل عام لفلسفته، بمعنى أنه يختلف تعريف الفن عند من يرون الجمال في

1_ أحمد مختار عمر، معجم اللغة العربية المعاصرة، ط1، عالم الكتب، 2008، القاهرة، ص 1746

2_ ابن منظور، لسان العرب، مادة فن، ج13، دار صادر، بيروت، ص326

3_ أحمد مختار عمر، المرجع السابق، ص1746

4_ شوقي ضيف وآخرون، معجم الوسيط، ط4، مكتبة الشروق الدولية، مصر، 2004، ص703

5_ منى علي الحمود، دور الفنون في تعزيز التواصل بين الشعوب، ط1، مكتبة الملك فهد، الرياض، 2022، ص16

6_ صلاح الدين أبو عياش، مصطلحات الفنون، ج2، ط1، دار أسامة للنشر والتوزيع، الأردن، عمان، 2015، ص814

الشيء المدرك كصفة كامنة في ذاته، عن تعريفه عند من يروونه شعورا من الذات المدركة"¹. فتعريف الفن يرتبط ارتباطا وثيقا بالجمال وكيفية ادراكه، ويتيح الفن للأفراد فرصة استكشاف وتقدير الجمال بأشكاله المختلفة من خلال التعبير الفني بأساليب متعددة...

تعريف الفنون الجميلة

مصطلح "الفنون الجميلة" هو من بين المصطلحات الأكثر تداولاً واستعمالاً في مختلف مجالات الثقافة والفنون، ظهر هذا المصطلح عام 1767 و أصله الفرنسي *Beaux-Arts* وتمت ترجمته حرفياً للغات العالم، ويتم الإشارة بهذا المصطلح إلى الفنون التي ترتبط بالجمال والحس المرهف اللازم لتذوقها...² فبداية استعمال هذا المصطلح كانت في فرنسا لتنتقل إلى باقي المجتمعات بترجمة حرفية للكلمتين، لتجمع في معناها كل الفنون التي تسموا بذوق الإنسان وتحرك مشاعره ليدرك الجمال الكامن فيها، وهي "الآداب الرفيعة كما كان يسميها العرب، وهي: الموسيقى والشعر والنثر، والبناء والرسم والنحت والرقص والغناء والتمثيل: وغاية هذه الفنون جميعها هو الجمال...³ لكن في وقتنا الحالي يتم تضيق مفهوم الفنون الجميلة لتشمل فقط بعض الفنون البصرية (الرسم، النحت، العمارة، الخط العربي...) بل وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالفنون التشكيلية فقط، لكن في الحقيقة "أن مفهومها الواسع يشمل الموسيقى والأدب والأوبرا والباليه، وكذلك التصوير التشكيلي والنحت والعمارة وفنون الزخرفة...⁴ فهذا المصطلح لا يمكن حصره في نوع واحد من الفنون بل يتسع لكل مجالات الإبداع الإنساني الذي يهدف لتنمية الذائقة الجمالية لدى المتلقي وتحريك مشاعره مع إيصال رسالة مقصودة بأهداف معينة مع التركيز على الغاية الجمالية.

وفي دراستنا سنتناول تعريف الفنون الجميلة الموسع الذي يشمل الفنون التشكيلية، والفنون الأدائية (كالمسرح) والفنون السمعية (كالموسيقى)

3/تعريف العلاج بالفن:

"هو طريقة تقوم على تناول واستخدام وسائل التعبير الفني وتوظيفها بأسلوب منظم ومخطط، لتحقيق أغراض تشخيصية وعلاجية وتنموية، في أنشطة فردية أو جماعية، حرة أو مقيدة، وذلك وفقاً لأهداف خطة العلاج

¹ - منى علي الحمود، المرجع السابق، ص14

² - صلاح الدين أبو عياش، مرجع سابق، ص910

³ - منى علي الحمود، مرجع سابق، ص 15

⁴ - صلاح الدين أبو عياش، مرجع سابق، ص911

وتطور مراحلها وأغراض المعالج وحاجات المريض¹ و[يستهدف الأشخاص الذين يجدون صعوبة في استخدام اللغة العاطفية، وذلك باستخدام مجموعة متنوعة من التقنيات الفنية... فيمكن للمشارك التعبير عن المشاعر والصراعات والمخاوف واستحضار الذكريات اللاواعية]². فهو مجال من مجالات العلاج النفسي يقوم على استخدام مختلف تقنيات الفنون الجميلة والابداعية (رسم، نحت، زخرفة، مسرح، موسيقى...) لمساعدة اشخاص يعانون من صعوبات في التعبير لترجمة حالاتهم ومساعدتهم على تجاوزها.

[فهو يعتمد على فكرة أن العملية الإبداعية لصنع الفن هي الشفاء وتعزيز للحياة، وهي شكل من اشكال التواصل غير اللفظي للأفكار والمشاعر]³، لأن انتاج عمل فني يحتاج مجهودا فكريا ابداعيا لإيجاد أفكار تترجم الى شكل من أشكال الفنون وهذا الفعل في حد ذاته يعتبر خطوة مهمة وجزء من العلاج، هذه العملية توصلنا بشكل غير مباشر الى ما يجول في عقل المريض دون الحاجة لأساليب التواصل اللفظي المتعارف عليها، و[في العلاج بالفن ليس العمل الذي يتم إنشاؤه هو المهم، بل عملية بنائه. والأكثر من ذلك لا يجب الحكم على العمل، لأنه ليس من الضروري أن يكون العمل مرضيا من الناحية الجمالية، فالهدف من العملية ليس الجمال]⁴، لأن فكرة العلاج بالفن تركز على عملية الابداع والتعبير الفني كوسيلة لتحسين الصحة النفسية والعاطفية للأفراد، وبهذا لا يمكن تسليط الضوء على العمل الفني النهائي الذي ينتج وإنما يكون التركيز على عملية انشائه والتعبير عن الذات من خلاله وفهم هذه العملية التي أدت الى الوصول إليه.

[في الإطار المهني: العلاج بالفن هو تخصص قائم بذاته، ويعتبره المهنيون الآن متماشيا مع المهن شبه الطبية الرسمية]⁵، هذه المهنة النبيلة [تساعد المرضى على اكتشاف أنفسهم من خلال لغة الحواس باستخدام اللمس والسمع والبصر. وهو يعمل على مستويين؛ فهو وسيلة للتعبير عن الذات الفردية ووسيلة تواصل، لهذا السبب يستهدف العلاج بالفن في المقام الأول الأشخاص الذين يعانون من عجز نفسي أو جسدي أو اعاقات أو

¹ _مها عبد الله البريكان، العلاج بالفن كمدخل للصحة النفسية، ط1، الدار العربية للعلوم ناشرون، بيروت، لنان 2020، ص125

² _Sylvie coia, l'art thérapie dans les centres de loisirs et culture, mémoires de fin d'études pour l'obtention du diplôme d'animatrice socioculturelle, Haute Ecole Santé Sociale Valais, mars 2006, p12

³ _cathy .A. molchodi, hand book of art therapy, the guid ford press, newyork, london,20003,p1

⁴ _sylvie coia, OPTIC, p12

⁵ _ association français de recherches, repère métier art-thérapie, idition 12, France 2022, p5

مشاكل في العلاقات، فهو يستخدم اللغة غير اللفظية لمساعدتهم على اكتشاف طرق أخرى للتواصل¹. في العديد من دول العالم تعتبر مهنة مستقلة بذاتها يمارسها مختص يسمى "معالج بالفن" له مكتب خاص في المستشفيات أو مراكز العلاج النفسي وحتى المدارس ومراكز التعليم، مهمته هي مساعدة المرضى النفسيين والأشخاص المضطربين حتى يدركوا ذواتهم ويعبروا عن مشاعرهم بلغات غير لغة الكلام.

ويصبح الابداع الفني والإنتاج الفني جزء من العلاج النفسي، لينقلا ما هو في اللا شعور الى الشعور، ولتسهيل عملية التواصل والتشخيص وهذا ما يساعد على تنمية إحساس الثقة بالنفس لمعرفة قدرات الشخصية ومواجهة المشاكل وحلها. فيمكن القول [ان استخدام التعبير في الفنون كجسر بين التجربة الداخلية والخارجية للفرد هو أساس عمل المعالج بالفن]².

تعرف الرابطة البريطانية للمعالجين بالفن هذا المجال: [بأنه استخدام المواد الفنية للتعبير عن الذات والتأمل في حضور معالج بالفن مدرب. لا يحتاج العملاء الذين تتم إحالتهم الى المعالج بالفن أن يكون لديهم خبرة أو مهارة سابقة في الفن، فالمعالج بالفن لا يهتم في المقام الأول بإجراء تقييم جمالي أو تشخيصي لصورة المريض. والهدف العام لممارسيه هو تمكين المريض من احداث تغيير والنمو على المستوى الشخصي من خلال استخدام المواد الفنية في بيئة آمنة وميسرة]³.

أما التعريف الرسمي المتفق عليه، الشامل لكل المعاني هو تعريف الجمعية الأمريكية للعلاج بالفن؛ "وهو الاستعمال العلاجي للإنتاج الفني وفي حدود علاقة مهنية من قبل أفراد يعانون من المرض أو من صدمة أو مصاعب في الحياة، ومن قبل أفراد يسعون الى النمو الشخصي من خلال ابتكار الفن والتمتع في انتاجه وعملياته ويستطيع الأفراد ان يرفعوا من درجة ادراكهم لأنفسهم والآخرين، والتأقلم مع أعراضهم المرضية، والضغط التي تتناهم، والصدمات التي يمرون بها، فيحسنون من قدراتهم المعرفية ويستمتعون بمتعة الحياة الأكيدة من خلال عمل الفن"⁴.

بعد تناول مختلف التعريفات من مختلف المصادر العالمية نصل إلى أن العلاج بالفن هو أحد أنواع العلاج النفسي يقوم على توظيف مختلف الفنون لمساعدة اشخاص يعانون من صعوبات في التعبير تعرضوا لصدمات ومشاكل

¹ _ sylvie coia, OPTIC, p12

² _Elinor Ulman, art therapy, international psychotherapy institute, USA, 2012, p5

³ _ David Edwards, art therapy, SAGE publications, London, 2004, p2-3

⁴ _ مها عبد الله البريكان، مرجع سابق، ص 125 - 126

نفسية أو صحية أو اجتماعية أو عاطفية على التفاعل والتواصل والتعبير بطرق غير مباشرة عن طريق إنتاج الفن، فيتمكنون من معرفة ذواتهم والتعبير عنها بشكل أعمق وفعال، وبالتالي تحسين لصحتهم النفسية.

المبحث الثاني: تاريخه وأهدافه

1/لمحة تاريخية:

فكرة أن العمل الفني قد يكون انعكاسا لنفسية صانعه وهو ذو أهمية بالغة لمعرفة صحته النفسية مهما بلغت صفاته الجمالية هي فكرة بديهية في وقتنا، ونلاحظها كثيرا عندما نرى رسم الأطفال وتعبيراتهم الفنية أو عندما نرى خريشات الطالب في محاضرة مملّة أو اجتماع ما... أو عندما نرى رسومات فنانيين تعرضوا لصدمات نفسية على غرار (فان غوغ) وغيره، هنا نوقن أن لهذه الصور معاني عميقة ودلالات مختلفة رغم أننا قد لا نستطيع قراءتها أو فهمها، فمصطلح "العلاج بالفن" هو مصطلح جديد على مجتمعا -الجزائري- وحديث النشأة علميا إلى حد ما، [لكن في الواقع يمكن القول أن له جذورا تمتد من عصور ما قبل التاريخ، إلى الوقت الذي بدأ فيه الناس لأول مرة في صنع الصور والأشياء التي تهدف إلى التأثير على تجاربهم أو فهمها أو التعبير عنها]¹. فالإنسان الأول عبر عن حالته وما يقلقه وما يسعى لفعله عن طريق الرسومات الجدارية باستخدام أدوات ووسائل بدائية، فكان يمارس الفن على طريقتة الخاصة وينقل أفكاره ومشاعره دون دراية، وهذه الممارسات بدورها تعتبر متنفسا له وراحة و متعة وبذلك يعالج نفسه من ضغوطات حياته دون معرفة، وواصل الناس -على مر العصور- صنع الأعمال الفنية -بطريقة أو بأخرى- التي تعبر عن مشاعرهم وواقعهم وحتى تجاربهم لنقلها وإيصالها للغير، [وفي جميع أنحاء العالم، يمكن العثور على أمثلة لا حصر لها على استخدام الفنون البصرية في طقوس العلاج ... فيمكن القول أن الطقوس الدينية والشفائية توفر الخلفية الثقافية البعيدة التي انبثق منها "العلاج بالفن" في نهاية المطاف]² حيث تعتبر الطقوس الشفائية عمليات تهدف إلى التعافي من الأمراض الجسدية والنفسية، ومن خلال الفن ويمكن للأفراد التعبير عن مشاعرهم وتجاربهم من خلال هذه الطقوس، وهنا يصبح الفن وسيلة للتعبير عن العملية، فالاهتمام بالقوة التعبيرية والنفسية والشفائية للفن له امتداد طويل في عمق التاريخ، فرافق الإنسان منذ نشأته إلى يومنا الحالي سواء كان مدركا لذلك أو لا.

¹_David edward, OPTIC, p 19

²_ IBID, p19

من جهة أخرى يقول آخرون أن [العلاج بالفن انبثق من الفن الوحشي* والممارسات الفنية التي يتم انتاجها في الأوساط النفسية والتعليمية... وكان الاطباء النفسيون يشجعون مرضاهم على الرسم، ويحللون أعمالهم. وقد وجد الفنانون الذين يعملون في أوساط نفسية أو مدرسية أو مجتمعية؛ أن الأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية واعتلالات جسدية يعبرون عن معاناتهم بشكل أوضح]¹

فالإنتاجات الفنية العفوية في الفن الوحشي يمكن أن تقودنا الى أبعد الحدود لمعرفة نفسية صاحبها، ولذلك استعمل الأطباء هذا الأسلوب لمعالجة مرضاهم ووجدوا نتائج إيجابية ومرضية خصوصا لدى المرضى الذين لا يحسنون التعبير اللفظي، فالأسلوب غير اللفظي قد ينسبهم معاناتهم ويوصلهم للتعبير عنها بأحسن طريقة وبأريحية.

لكن حرفيا البداية الحقيقية [كانت مع التحليل النفسي لدى فرويد Sigmend Freud هو الذي يرجع إليه تأسيس العلاج بالفن، ولاسيما لتقييم وتشخيص الاعمال المنتجة]² فقد كان التحليل النفسي الفرويدي مرجعا أساسيا لتأسيس هذا العلم الحديث، وبالاستناد الى نظرياته، بدأ العلماء والمعالجون في استخدام الفن كوسيلة لتقديم التقييم والتفسير التشخيصي للأعمال الفنية التي يقوم بها الافراد، في أي مجال من مجالات الفن. هذه الطريقة تعتمد على فكرة أن الأعمال الفنية التي يقوم بها الأفراد تعكس حالتهم النفسية والعوامل التي تؤثر على حياتهم الداخلية، ومن خلال تحليل هذه الأعمال باستخدام نظريات فرويد، يمكن للمعالجين النفسيين فهم بشكل أعمق الحالة والصراعات النفسية لديهم. كما "تابع فرويد الخصائص المرضية من خلال الفن عندما حلل انتاجات بعض الفنانين السابقين والمعاصرين له مما أدى الى التركيز على القيمة التعبيرية والتنفسية للفن التي لها ان تحرر اللاشعور... إلا أنه لم يتعمق في دراسة جدوى العلاج بالفن"³، فقد ركز بشكل رئيسي على الخصائص المرضية أو النفسية المنعكسة على الفن، فكان يستخدمه كوسيلة لفهم اللاوعي والصراعات النفسية العميقة سواء للفنانين أو للأفراد، فاكتشف أن الفن يمكن أن يكون وسيلة فعالة للتعبير عن المشاعر الداخلية والصراعات النفسية.

* _مصطلح ادخله الرسام جان دويوفيه في إشارة الى الانتاجات الفنية العفوية التي غالبا ما تكون من عمل أشخاص يعانون من مشاكل في الصحة العقلية (Guilia Mizoule, l'art thérapie : pour qui ? Pourquoi ?)

¹_Guilia Mizoule, l'art thérapie : pour qui ? Pourquoi ? Comment ? de la découverte à la pratique, thèse Doctorat en pharmacie, faculté de pharmacie, Aix Marseille université, 2017, p17

²_، IBID, p17

³_عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، أهمية العلاج بالفن التشكيلي وتطبيقاته التجريبية المختلفة، مجلة الفنون والعلوم التطبيقية، المجلد 7، العدد 4، جامعة دمياط، أكتوبر 2020، ص 226

وعلى الرغم مما توصل إليه إلا أنه لم يتعمق بشكل كبير في دراسة جدوى العلاج بالفن، بل كان مهتما بتحليل الأعمال الفنية كمصدر لفهم النفس البشرية بشكل عام دون التركيز بشكل مباشر على كيفية استخدام الفن كأداة علاجية.

ليتواصل التفكير في نفس السياق - سياق التحليل النفسي- مع يونغ Carl Yung* الذي [رأى أن النشاط الفني للمريض هو الذي يتولى عملية شفائه]¹ فكانت نظرتة للفن أكثر من مجرد تعبير إبداعي، إنما رأى أنه يمكن أن يكون أداة للشفاء العاطفي والنفسي، و"كان يشجع مرضاه على التعبير الفني للفائدة العلاجية. الجدير بالذكر أن محاولات فرويد ويونغ في مجال العلاج بالفن التشكيلي كانت بمثابة الشرارة الأولى في مجال العلاج بالفن، إذ أن ما أنتجته من نظريات في العلاج النفسي وسيكولوجية الشخصية كانت منبعاً لكثير من المجالات التي لها علاقة بعلم العلاج بالفن، وقد تبنى معظمها المعالجون بالفن من بعدهم"².

وتعتبر محاولتهما بمثابة الأساس الذي قام عليه هذا المجال و التي تمثلت فيما يلي:

- اهتم كل منهما بدراسة تأثير الفن على النفس البشرية
- اعتبرا أن الفن يمكن أن يكون وسيلة للتعبير عن المشاعر والخبرات المكبوتة في اللاشعور
- طوروا تقنيات لتحليل الرسومات والأعمال الفنية لفهم مشاعر وأفكار المريض

هذه الجهود والمحاولات كان لها التأثير البالغ في ظهور وتطور علم العلاج بالفن، بل هي الأساس والركيزة التي بني عليها.

أما كمصطلح "العلاج بالفن" فقد نشأ في عام 1942 على يد أدريان هيل، وهو الفنان والمعلم البريطاني الذي بدأ عمله العلاجي مع زملائه المرضى في مصلحة السل³. فهو مصطلح حديث نشأ على يد شخصية جمعت بين الفن والتعليم في جو كان يعاني من مآسي الأمراض والحروب (ح ع2)، لقد "اكتشف الفوائد العلاجية للرسم والتلوين... عندما كان يتعافى من مرض السل في المصلحة"⁴ وبعد أن جرب هذا الأسلوب على نفسه وأوصله الى

* كارل غوستاف يونغ (1875-1961) طبيب نفسي سويسري مؤسس علم النفس التحليلي، معروف بأفكاره حول اللاوعي وتركيزه على الفرد والنفس والكمال الشخصي (ينظر محمد قحطان سيرة يونغ 2023

([/https://elvisis.com/%D9%83%D8%A7%D8%B1%D9%84-%D9%8A%D9%88%D9%86%D9%83](https://elvisis.com/%D9%83%D8%A7%D8%B1%D9%84-%D9%8A%D9%88%D9%86%D9%83)

¹ _Guilia Mizoule, OPTIC, p17

² _عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص 227

³ _Elinor Ulman, OPTIC, p5

⁴ _عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص 228

نتائج إيجابية اقترح استعماله على زملائه الذين كانوا يعانون من المرض وما انجر عنه من الملل والاكتئاب والوحدة، فشرع "هيل" في تنظيم أنشطة فنية ساعدتهم على التعبير وتحسين حالتهم.

عمل هيل على تنظيم أنشطة فنية للمرضى في مصلحة السل ولاحظ أنها ساعدتهم على الشعور بالراحة ثم "انظم له ادوارد ادامسون* بعد الحرب العالمية الثانية ثم تأسست الجمعية البريطانية للمعالجين بالفن في عام 1964"¹، فبعد أن أتى هيل بفكرته الجميلة التي لاقت استحسان من جربوها نقل العدوى للمهتمين من حوله لتتسع الدائرة ويؤسسوا جمعية خاصة بهم.

أما [في الولايات المتحدة الأمريكية، كانت مارغريت ناوميرغ* الأولى في هذا المجال]² ومن أوائل الذين استخدموا الفن في علاج الاضطرابات النفسية فأثبتت أن الفن يمكن أن يكون وسيلة فعالة للتعبير عن المشاعر ومعالجة الصراعات النفسية، كل هذا كلن مساعدا لتأسيس مجال العلاج بالفن كمهنة محترمة. "وبعد أن تعمقت في دراساتها... وركزت على الفائدة العلاجية من وراء العمليات الفنية... وبعين ثاقبة استطاعت أن تخرج بأسلوب علاجي بالفن يسمح لمحتوى اللاشعور بالتمثل في الرموز الفنية التي يحتويها العمل الفني"³، كونها تلميذة يونغ ودراستها للتحليل النفسي قد أدركت تأثير الفن على النفس البشرية وأنه قد يكون وسيلة علاجية سعت لتطويرها حتى توصلت إلى أسلوب يعكس محتوى اللاشعور على الأعمال الفنية هذا ما ساعد المرضى على فهم مشاعرهم وأفكارهم بشكل أفضل. كما "نشرت العديد من المقالات والكتب عن هذا المجال... واستبدلت ما أسماه المحللون النفسيون التداعي الحر من خلال الكلام في علاجهم الاضطرابات النفسية بالتعبير النفسي التلقائي في طريقتها للعلاج النفسي بالفن"⁴، ساعدت هذه المؤلفات على نشر الوعي بمجال العلاج بالفن وساهمت في تطويره، كما استبدلت تقنية التداعي الحر (الذي يعتمد على الطلب من المريض التحدث عن أي شيء يتبادر إلى ذهنه دون أي تحفظات) بالتعبير الفني التلقائي (الذي يعتمد على الطلب من المريض التعبير عن مشاعره وأفكاره من خلال

* إدوارد آدمسون (31 مايو 1911 - 3 فبراير 1996) فناناً بريطاني بارز، يعتبر «أبو العلاج بالفن في بريطانيا» اشتهر بعمله الرائد في استخدام الفن كوسيلة للعلاج والتأهيل، خاصة للمرضى الذين يعانون من أمراض عقلية ونفسية.
https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A5%D8%AF%D9%88%D8%A7%D8%B1%D8%AF_%D8%A2%D8%AF%D9%88%D8%B3%D9%88%D9%86#cite_note-3

¹ _ عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص 228

* (1890-1983) درست الفلسفة والتحليل النفسي، تعتبر تلميذة يونغ، مارست العلاج بالفن بتأثرة بفرويد ويونغ (ينظر عبد المطلب أمين القريظي)

² _ Elinor Ulman, OPTIC, p6

³ _ عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص 227

⁴ _ عبد المطلب أمين القريظي، العلاج بالفن مفهومه واسسه، أهدافه وفتياته، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 22، العدد 77، أكتوبر 2022، ص 5

الفن دون أي تحفظات) لتكون هذه الوسيلة أكثر سهولة وأكثر فعالية وأكثر إبداعا لاستكشاف مشاعرهم وأفكارهم.

ونرى بعدها توسعا في دائرة المعالجين بالفن حيث "تبعته إدِيث كرايمر** في الخمسينات من القرن نفسه"¹ وتعتبر هذه الأخيرة من أوائل الذين استخدموا الفن في علاج الأطفال و"رأت في الفن والعمليات الابتكارية الفنية دورا مهما في العلاج بالفن".² لقد ساعدت كتابات ناومبرغ وورش العمل التي قدمتها على نشر الوعي بمجال العلاج بالفن وزيادة أعداد المعالجين به لينظموا الى الركب على غرار كرايمر التي ساهمت بدورها في تطوير تقنيات جديدة للعلاج بالفن خاصة في مجال علاج الأطفال كما ساعدت في نشر الوعي بهذا المجال.

رغم تشابههما في الإطار التحليلي، اتبعت كل من مارغريت ناومبرغ وإديث كرايمر منهجا مختلفا في العلاج بالفن:

- ركزت كرايمر على الفن كعلاج بذاته، واعتبرت العمليات الفنية أساس العلاج
- استخدمت كرايمر الفن للتغلب على الضعف وتنمية الاحساس والمهارات اللازمة
- ركزت ناومبرغ على العلاج النفسي بالفن مع اهتمام أكبر بالعمليات النفسية والعلاجية
- سعت ناومبرغ إلى الكشف عن محتوى اللاشعور، واستكشاف الرموز البصرية وتفسير معانيها
- ركزت ناومبرغ على الاستبصار والتحويل، مع تركيز أقل على العمليات الفنية

وبالتالي اتخذت كرايمر نهجا علميا يركز على الفن، بينما اتخذت ناومبرغ نهجا تحليليا يركز على النفس.³ فهما تقدمان نهجين مختلفين لكن متكاملين للعلاج بالفن.

"لتظهر بعدها إنور إلمان* بتأسيسها أول دورية في العلاج بالفن عام 1961، التي غيرت اسمها عام 1969 إلى المجلة الأمريكية للعلاج بالفن وكانت المصدر الوحيد المهتم بهذا المجال (مقالات، تقارير، احصائيات، تجارب، دراسات، اخبار...)"⁴ فعملت هذه المجلة على توحيد جهود المعالجين بالفن ونشر البحوث والدراسات المتعلقة

** إدِيث كرايمر: أمريكية، عملت كعالمة للفنون والمعالجة بالفن للأطفال المضطربين، كما درست التحليل النفسي (ينظر المرجع نفسه)

¹ _عبد المطلب القريطي، مرجع سابق، ص5

² _عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص227

³ _عبد المطلب القريطي، مرجع سابق، ص6

*_إنور إلمان: (1910-1997) فنانة ومؤسسة العلاج بالفن؛ أمريكية، درست علم النفس والتحليل النفسي، ولها العديد من الكتب في هذه المجالات (ينظر المجلة الإلكترونية brainly : <https://brainly.com/question/49344712>)

⁴ _عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص227

بهذا المجال إضافة إلى مشاركة الخبرات وزيادة الوعي، هذا ما ساهم في زيادة أعداد المعالجين بالفن والاهتمام أكثر بهذا المجال.

هكذا كانت البدايات الأولى لهذا المجال في كل من أوروبا والولايات المتحدة الأمريكية ليواصل الانتشار ببطء في أغلب دول العالم ويصل متأخرا إلى بعض الدول العربية " حيث تم إقامة أول مؤتمر علمي إقليمي للعلاج بالفن في الجمهورية المصرية في 2 نوفمبر 2019"¹

3/أهدافه

للعلاج بالفن أهداف متعددة تختلف حسب حالة المريض وميولاته وقدراته، وعموما يحددها المعالج ونذكر منها ما يلي:

- تمكين الناس من التعرف على آلامهم ومشاكلهم بشكل أوضح وكذا فهم جذورها وأسبابها بشكل أعمق ومنه تحليل وفك رموزها بشكل أكثر دقة،² لذلك تظهر أهميته جليا في الحالات التي لا تجيد استعمال التعبير اللفظي للتعبير عن نفسها.
- يعتبر الفن التشكيلي أداة جوهرية لتشخيص وعلاج الأمراض النفسية.³ فيقوم بتحويل التجارب المؤلمة إلى خبرات إيجابية وثرية وتحويل الألم إلى مصدر للقوة والنمو.⁴
- تغيير نظرة المرضى للحياة، بتمكينهم من التحكم بحياتهم ودعمهم على تطوير مهاراتهم⁵
- تعزيز اندماج الفرد في المجتمع من خلال دعم الاختصاصي والتفاعل مع المجموعة⁶، فمن خلال الورشات الجماعية يستطيع الشخص بناء علاقات اجتماعية ومشاركة الأفكار والمشاعر والتشجيع المتبادل
- العلاج بالفن يحسن تركيز المريض ويعزز نشاطه العقلي، مما يحقق أهدافا علاجية محددة،⁷ وهذا ما يساعد على تقليل حدة الاضطرابات النفسية مثل القلق والانطواء والمخاوف المرضية والعدوانية... وغيرها،

¹ _ عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص 229

² _ Cylvie Coia, OPTIC, p13

³ _ عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص 229

⁴ _ مها عبد الله البريكان، مرجع سابق، ص 126

⁵ _ عبد المطلب القريطي، مرجع سابق، ص 10

⁶ _ Sylvie Coia, OPTIC, p13

⁷ _ عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص 229

- وذلك عن طريق تحسين الوعي واليقظة من خلال تشجيع التخيل، وزيادة الانتباه والتركيز، والتذكر البصري، والمقدرة على حل المشكلات¹
- تحويل مشاعر المريض السلبية إلى مشاعر إيجابية من خلال؛ التخلص من الشعور بالوحدة والعدوانية، وتعزيز مشاعر الحب والتعاطف، وتحفيز الرغبة بالتعلم والنمو، وكذا زيادة الإقبال على الحياة.²
- تعزيز الثقة بالنفس من خلال تحسين صورة الذات ورفع مستوى تقديرها وتقبلها وكذا تعزيز المهارات الإيجابية كالاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرارات إضافة الى الشعور بالمتعة والانجاز ما يساهم في تحسين نوعية الحياة.³

المبحث الثالث: أنواعه

يشمل العلاج بالفن على جميع الفنون، دون استثناء بما في ذلك الفنون البصرية، التشكيلية، المسرح...⁴

1/العلاج بالفن التشكيلي:

تعد الفنون التشكيلية الأكثر استخداما في العلاج النفسي التعبيري وهي المجال الذي انطلق منه كل من فرويد ويونغ، ذلك كونها تتميز بعدد المزايا كالأستمرارية، فتبقى الصور المشكلة محفوظة مع مرور الوقت، مما يسمح بمراجعة وتحليلي محتواها بشكل متكرر، كما تتيح فرصة التأمل في المحتوى وفهم المعاني بشكل أعمق،⁵ وهو يقوم على استخدام مجموعة متنوعة من الفنون التعبيرية كالرسم وتطوير الصلصال والتلوين والنحت... لتساعد الناس على التعامل مع الصراعات الداخلية وفهم أنفسهم بشكل أفضل.⁶

لقد تبنى العلاج النفسي الفن كونه يتمتع بسهولة التعبير فهو يتميز بالمرونة ويسهل التعبير عن الأفكار والمشاعر، كما يتميز بسهولة الاستخدام كونه لا يتطلب مهارة أو تدريب في الرسم والتشكيل، ويعمل على التجسيد البصري ليعكس الأحلام والصراعات والذكريات والمخاوف والآمال بصريا، كما يعتبر وسيلة لتفريغ الصراع الداخلي وتحويله الى صورة بصرية قابلة للفصل عن الذات وبالتالي القدرة على تشخيصها وتقدير درجاتها

¹ _عبد المطلب القريطي، مرجع سابق، ص10

² _مها عبد الله البريكان، مرجع سابق، ص126

³ _عبد المطلب القريطي، مرجع سابق، ص9

⁴ _ Mizoule Guilia, OPTIC, p28

⁵ _ IBID, p28

⁶ _سهام درويش أبو عيطة ولينا الحاج حسن، فاعلية العلاج التعبيري في تقليل الاضطرابات النفسية، مجلة دراسات للعلوم التربوية، المجلد 41،

العدد1، 2014، ص146

ومناقشتها والعمل على علاجها.¹ فهو يقوم على سهولة الاستخدام والتفريغ ثم التشخيص فالعلاج، ويعمل على تحسين الوعي الذاتي عن طريق فهم المشاعر والتعبير عنها وكذا التعامل معها ومع الصراعات الداخلية للوصول الى تحسن في الصحة النفسية.

يقوم العلاج بالفن على تحفيز الشفاء الذاتي عن طريق العملية الإبداعية والتي تساهم أيضا في تحسين مختلف جوانب الحياة، ويقوم أيضا على التعبير عن الذات كون الأفراد لديهم قدرة فطرية على التعبير عن عالمهم الداخلي، إضافة الى التجسيد النفسي فالعملية الفنية هي تجسيد للعملية النفسية.²

يقول أحد الذين عولجوا بالفن: "الفن أعطاني الفرصة لأعبر عن نفسي، فأخرجت مشاعري في الرسم دون الحرج من أحد"،³ وهنا نرى أن هذا الأسلوب العلاجي ساعده على التنفيس والتعبير عن مشاعره والتواصل مع الآخرين دون الشعور بالخوف أو الحرج، فهذا الأسلوب يساعد على بناء الثقة والاطمئنان، كما يتميز بمساعدة المريض على التعبير عن ما بداخله عن طريق الصور المرئية، سواء كانت رسما أو نحتا أو تصويرا، إضافة الى أن الأدوات الفنية كالطمي والأوراق الملونة والأقلام والألوان... تساعد على الاسترخاء ما يساهم في خفض القلق والتعبير عن الذات بشكل أفضل.⁴ هذا النوع من العلاج يقوم على استخدام فنيات عديدة غرضها الرئيسي إما التشخيص أو العلاج أبرزها ما يلي:

❖ فنيات استكشافية تمهيدية: تستعمل هذه الفنيات في الجلسات الأولى، تقوم على التخطيط الحر

والشخبة للتعبير عن الذات بعفوية وتلقائية وتتسم بالبساطة والسهولة ومن بينها:

- فنية التخطيط (الشخبة): تقوم على استعمال تخطيطات عفوية طليقة، مع حث العميل على التأمل فيها وتخيّلها بشكل أو موضوع ما.
- الرسوم الحرة أو الطليقة: تقوم على ترك الحرية للعميل لاختيار الموضوع والخامة دون استعداد مسبق وهذا ما يعكس بعض جوانب مشكلته أو طريقة تفكيره ونقاط قوته...

¹ خواني زهرة، مساهمة دراسات متخصصة في علاج أطفال التوحد، مجلة النص، المجلد 9، العدد 1، 2022، ص 72_73

² Lise Pelletier, L'art-thérapie et l'empowerment : Enjeux et perspectives, mémoire de fin d'étude, Université du Quebec en ABITIBI-Témiscamingue, décembre 2013, p7

³ سامية محمد صابر محمد عبد النبي، فاعلية استخدام العلاج بالفن "الرسم" في التخفيف من الوحدة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة، دراسة

اكلينيكية علاجية، مدرسة الصحة النفسية، كلية بنها، ص 7

⁴ المرجع نفسه، ص 6

- فنية البقع والورق المبلل: تقوم على نشر الأحبار والألوان المائية وتشجيع العميل على تأملها وتخيّلها وتعديلها لتعكس فكرة ما¹
- استكشاف المواد والخامات: وهنا تساعد طريقة اختيار العميل على فهم طريقة تفكيره
- استكشاف اللون: لأن اختيار ألوان محددة يعكس نفسية المريض وحالته المزاجية
- استكمال الرسم: بتقديم أوراق بها مجموعة خطوط أو أشكال ليتخذها العميل انطلاقاً لرسم ما يشاء، وهنا تتمكن من معرفة ما يشغل تفكيره واهتمامه.
- ❖ فنيات لبناء الألفة: تساعد هذه الفنيات على بناء علاقات علاجية قوية بين المعالج والمريض وكذا بناء الثقة وتسهيل التواصل.
- الرسم الحوارى: وهو عملية تبادل الحوار بين عميلين عن طريق الرسم فقط وبعد الانتهاء يقومان بمناقشة ما توصلا اليه وما عبر عنه كل منهما
- استكمال اللوحات عن طريق افراد المجموعة: تعمل هذه الطريقة على بناء الروح الجماعية وتبادل الآراء والأفكار حيث يجلس العملاء في شكل دائري ويشجع كل واحد برسم موضوع ما لينتقل العمل الى من يجلس جنبه ويضيف اليه بأسلوبه، وهكذا يواصل الجميع هذه المهمة حتى تنهى كل الأعمال ثم يقومون بمناقشتها.²
- ❖ فنيات للتعبير عن المشاعر الداخلية:
- عن طريق محاولة تجسيد المشاعر والعواطف المختلفة في أعمال فنية
- التعبير عن المشكلات الحالية ومن ثم مناقشتها مع المعالج
- رسم طريق الحياة: وذلك برسم طريق يشمل كل من ماضي وحاضر ومستقبل المريض ما يساعد على فهم طريقة تفكيره وجزء مما مر به في حياته
- التعبير الفنى بمساعدة الشعر والموسيقى: فهما عنصران مثيران للمشاعر يساعدان العميل على التعبير أكثر وبكل تلقائية³
- تصوير الاحلام والخيالات والرغبات والذكريات الأولى⁴: كل هذا يقود المعالج للوصول الى اللاشعور عند المريض وفهم مشاكله وطرق تفكيره.

¹ عبد المطلب القريظي، مرجع سابق، ص 13

² المرجع نفسه، ص 14

³ مها عبد الله البريكان، مرجع سابق، ص 130-131

⁴ عبد المطلب القريظي، مرجع سابق، ص 15

❖ فنيات التعبير عن مفهوم الذات: هذه الفنيات تساعد المريض على إدراك ذاته وتمثل فيما يلي:

- رسم الشخص لنفسه
- رسم الشخص الآخر: ويعتبره المعالجون اختبارا اسقاطيا للشخصية
- رسم الشخصيات الثلاث: الشخصية الأولى هي للمريض كما يدركها والشخصية الثانية هي أيضا للمريض لكن كما يراها الآخرون، أما الشخصية الثالثة هي للمريض كما يود أن يكون، ثم يأتي دور المعالج لتقييم الرسومات ومقارنتها للوصول الى نظرة المريض.¹
- رسم شخص تحت المطر: وتساعد لاكتشاف طريقة المريض في مواجهة الظروف القاسية، كأن يخفي الوجه تحت المظلة أو أن يصور الشخص على أنه يغرق وربما يصوره بشكل غير مبالي اطلاقا بالمطر.²

❖ فنيات التعبير عن العلاقات الاجتماعية:

- ارسم أعضاء مجموعتك
- ارسم اسرتك: رسم الأسرة كما يراها، رسم الأسرة أثناء ممارسة نشاط ما، رسم الأسرة كما يريد أن تكون أو كما يحلم بها.³
- العمل الفني الجماعي: رسم لوحة واحدة كبيرة يشترك فيها كل المجموعة مع حرية اختيار الموضوع، ما يساعد على اندماجهم مع بعضهم والتغلب على مشاعر الانطواء والخجل⁴

الفنون التشكيلية هي وسيلة فعالة في العلاج بالفن وتساعد فنياتها المختلفة بشكل كبير على تفريغ الأفكار والتعبير عن المشاعر في أعمال يمكن فهمها وترجمتها، ما يساعد على فهم المريض وارشاده نحو العلاج.

2/ العلاج بالموسيقى:

عندما نتحدث عن العلاج بالموسيقى، فإننا نعوض في عالم غني بالأصوات والتناغمات، فالحديث عن الموسيقى يقودنا للحديث عن "الصوت"، سواء كانت ضوضاء أو ايقاعات أو كلمات أو صرخات... كلها تهدف للتعبير عن أنفسنا، وهي لغة عالمية تتخطى الحواجز اللغوية والثقافية.⁵

¹ مها عبد الله البريكان، مرجع سابق، ص131-132

² عبد المطلب القريطي، مرجع سابق، ص16-17

³ المرجع نفسه، ص17

⁴ مها عبد الله البريكان، مرجع سابق، ص132

⁵ Mizoule Guilia, OPTIC, p30

لأن الصوت هو أبرز أداة للتواصل والأكثر استعمالاً، والموسيقى أداة ساحرة تلامس أوتار الروح فتتخطى حواجز اللغة لتوصل المشاعر والأفكار والتي بدورها تعد جزءاً من التشخيص والعلاج.

يتجاوز العلاج بالموسيقى مفهوم الاستماع البسيط، ليصبح رحلة إبداعية تعزز القدرات البشرية من خلال الاستخدام المخطط للتأثيرات الموسيقية على مختلف وظائف الدماغ، فتلامس الموسيقى أوتار الدماغ، وتحفز عمليات وظيفية متعددة، مما يؤثر إيجاباً على الوظائف الإدراكية والعاطفية والجسدية¹، فيصبح العلاج بالموسيقى لحناً ينعش القدرات البشرية، ورحلة إبداعية تسعى للوصول إلى الشفاء والتوازن النفسي.

اتفق الباحثون في هذا المجال العلاجي على أن الهدف الأساسي منه هو تحسين السلوك الاجتماعي والعاطفي والنمو الشخصي بشكل عام، ويتحقق ذلك من خلال برامج مدروسة ومختارة بعناية، تنفذ بإشراف معالج مختص يجمع بين دراسة الموسيقى وعلم النفس.² فيساهم بتعزيز المهارات الاجتماعية وتنظيم المشاعر والتعبير عنها، مع زيادة الثقة بالنفس واحترام الذات وتطوير المهارات لحل المشاكل.

يتبع العلاج بالموسيقى منهجين متكاملين:

❖ أولاً النهج الإستقبالي (الاصغاء): ويتضمن هذا النهج ثلاث خطوات رئيسية لإطلاق المشاعر وتسهيل

الاتصال بين المشاعر الواعية واللاواعية؛

— استكشاف المشاعر؛ عن طريق جعل المرضى يستمعون إلى مقطوعات أولية تمكنهم من فهم حالتهم الانفعالية.

— الانتقال والتخلص من المشاعر: يتم تشغيل مقطوعة ثانية تساعد على تهدئة المريض وخلق شعور بالانتقال والتفريغ.

— التوجه نحو "حالة أفضل": فيتم تشغيل مقطوعة موسيقية ثالثة تمثل "حالة أفضل" يسعى المريض إلى تحقيقها.

وهنا يمكن القول أن الخطوة الأولى بمثابة تشخيص الحالة ومعرفة ما يدور من مشاعر داخلها، والخطوتان الأخيرتان بمثابة التغيير والعلاج لها.³

¹ عبد الفتاح نجلة، العلاج النفسي بالموسيقى، ط1، عالم الكتب، القاهرة، 2006، ص17

² أسامة علي أحمد، فاعلية الأنشطة الموسيقية المتنوعة لتنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس بالجامعات المصرية، مجلة علوم وفنون الموسيقى، المجلد 42، يناير 2020، ص1182

³ Mizoule Guilia, OPTIC, p31

❖ ثانياً النهج النشط (العزف): نهج ابداعي لتحرير المشاعر وتطوير مهارات التعبير عن الذات. إذ يعد العزف على مختلف الآلات أحد أساليب العلاج بالموسيقى الفعالة، حيث يتيح للمتلقي إمكانية خلق أصوات وإيقاعات وحتى غناء وتلحين مقطوعات موسيقية خاصة به، وتعد هذه العملية وسيلة للتعبير عن مشاعره وأفكاره دون قيود. ومن فوائد هذه العملية: تعزيز الثقة بالنفس، تطوير مهارات النطق، تنمية الشعور بالإيقاع والتناغم، تحسين التنفس، تعزيز العمل الجماعي، التحكم في الاندفاع وتحفيز الابداع.¹ وهنا نرى أن العزف في العلاج بالموسيقى أداة قوية لتحسين الصحة العقلية والنفسية، ووسيلة تعزز التعبير عن الذات وتساعد على تطوير المهارات الحركية والتنسيقية. استخدمت بعض الدراسات الموسيقى الهادئة لعلاج بعض الامراض العصبية وخفض ضغط الدم المرتفع وجلب النعاس لمرضى الأرق وتحسين عمل القلب لمن يعانون ذبحة صدرية، وساعدت الموسيقى السريعة والصاخبة على رفع ضغط الدم المنخفض ومرضى الاكتئاب النفسي.²

3/ العلاج بالمرشح: (السيكودراما)

هي تقنية علاجية تساعد الأفراد على فهم أنفسهم بشكل أفضل من خلال استكشاف مواقفهم الحالية والماضية والمستقبلية. يتم ذلك من خلال تمثيل هذه المواقف بما في ذلك الأحداث المميزة في حياة الفرد.³ فهي تقنية علاجية تستخدم المسرح والدراما لتحقيق أهداف علاجية، إذ توفر للمريض اطاراً بديلاً لفهم صراعاته الداخلية ومشاعره، كما تتيح له استكشاف ذاته بشكل أعمق وتعزز مهاراته في التواصل مع الآخرين.⁴ كمصطلح "السيكودراما": هي المسرح النفسي، لكن المعنى الأوسع والتطبيقي له هو "علاج المرضى النفسانيين عن طريق المسرح" أي أن السيكودراما تعد طريقة من طرق العلاج النفسي الجماعي⁵ فهي من أحدث الوسائل في مجال العلاج النفسي أين يتم توظيف المسرح لترجمة مشاعر وأفكار ومشاكل المرضى ومساعدتهم على فهم ذاتهم والتغلب على نقاط ضعفهم.

¹ _Mizoule Guilia, OPTIC, p31

² _أسامة علي محمد أحمد، مرجع سابق، ص1182

³ _فاتن محمد المومني وقاسم محمد سمور، أثر برنامج إرشاد جمعي يستند الى العلاج بالفن في خفض الاكتئاب والقلق وزيادة الرضا عن الحياة لدى كبار السن في دور الرعاية، مجلة دراسات للعلوم التربوية، المجلد 44، العدد 2، 2017، ص143

⁴ _صفية عبد الرحيم محمود شعار، أثر العلاج التعبيري في تطوير مهارات التواصل والتوافق لدى مدمني المخدرات، مذكرة ماجستير، تخصص الارشاد الأسري، الجامعة الهاشمية: الزرقاء، الأردن، 2014، ص35

⁵ _طارق العذاري، المسرح وعلم النفس، الطبعة 1، دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان الأردن، 2018، ص59

يتم فيها استخدام التقنيات الدرامية، أين يصبح المريض هو الممثل الذي يؤدي أدوارا قد تتعلق بالماضي أو الحاضر أو المستقبل المتوقع، في محاولة للحصول على فهم أكثر عمقا (استبصار) وتحقيق التفريخ (التنفيس).¹ في العلاج بالمرسح يصبح المريض بطل العرض والمعالج بدور المخرج وفي نفس الوقت معالج نفسي وملاحظ تحليلي، وتتغير وظيفة المرسح من المشاهدة العامة الى غرض علاجي، كما يصبح من غير الضروري أن يتسم بالجمال ويسير وفق قواعد المرسح المتعارف عليها.

المرسح يتيح للفرد الفرصة للتعبير عن نفسه بحرية، سواء في تمثيل دور أو استعادة مشهد سابق في حياته أو مشكلة حالية، أما المخرج فيلعب دوره الثلاثي المذكور سابقا، والمرضى الآخرون إما يساعدون في تمثيل الأدوار اللازمة أو يكونون جمهورا ورأيا عام للمناقشة وإبداء الرأي كما يمكنهم أن يشاهدوا مشاكلهم وهي تعرض أمامهم.² هنا يكون المعالج على دراية سابقة بمشكل المريض فيساعده في إعادة تمثيله وترجمته بشكل أفضل ما يساعده على فهمه أكثر وتحليله والوصول الى أبعد الحدود ثم ينتقل إلى المهمة التالية التي تقوم على تصحيح السلوك وتقديم ما يلزم من النصائح والارشادات.

في السيكدراما ليس هناك ممثل محترف أو نجم لأن الكل يطرح مشكلته بطريقته الخاصة ولا يحتاج ذلك الى تقنيات آدائية ولا يستلزم أيضا الجوانب التقنية في العرض كالأزياء والديكور والاضاءة... لأن كل ذلك قد يفسد عفوية وتلقائية الممثل في لعب الدور.

مما سبق يمكن القول أنَّ أبرز أهداف هذا الأسلوب العلاجي تتمثل في:

- فهم الذات والتعبير عنها بشكل أفضل
- العمل على تغيير السلوك وحل الصراعات والمشكلات
- تعزيز التواصل وبناء العلاقات الاجتماعية
- التقليل من التوتر والتخلص من المشاعر السلبية
- زيادة الثقة بالنفس

كما أن هناك ثلاث مراحل أساسية للعملية السيكدرامية وهي:

¹ بطرس حافظ بطرس، المشكلات النفسية وعلاجها، الطبعة 2، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن، 2010، ص 205

² طارق العذاري، مرجع سابق، ص 65

- ❖ مرحلة التهيئة والتسخين: تجعل المشاركين على استعداد، وتكون بنقاش حول موضوع معين أو عن طريق إلقاء النكات والدعابة والمزاح والضحك، ليخلق جو مرح يزيل التوتر عن المشاركين ويربطهم ببعضهم أكثر فيصبحوا أكثر تلقائية وعفوية.
- ❖ مرحلة التمثيل أو الأداء: يتم تجسيد موقف ما وبمساعدة المعالج يحاول المريض الوصول الى نقاط أعمق وتعبير أفضل عن مشاعره وأفكاره، ليصل إلى فهم جيد لذاته ورغباته.
- ❖ مرحلة المناقشة: تتاح للمشاركين فرصة تقديم ملاحظاتهم الشخصية خصوصا عن كيفية ارتباط جلسة السيكودراما بهم¹

العلاج بالفن التشكيلي، العلاج بالموسيقى، العلاج بالمرسح؛ رغم اختلاف الأساليب والتقنيات بينهم إلا أن كل منهم يعمل على ترجمة الشعور الداخلي والعقد النفسية والخبرات السابقة ليعكسها على شكل عمل فني ما ليس بالضرورة جميل أو متقن أو وفق القواعد لكن المهم هو أنه جزء من علاج شخص يعاني من اضطرابات نفسية.

المبحث الرابع: المعالج بالفن وجلسة العلاج

1/ المعالج بالفن

يعتبر أحد طرفي عملية العلاج والعنصر الثابت نسبيا فيها، عليه أن يتصف بحبه لمساعدة الناس، والانفتاح والذكاء والصبر والابتكار بصفة خاصة، كما عليه أن يكون متمكنا في هذا المجال ومحيطا بكل نظرياته الأساسية والطرق المختلفة المتبعة فيه دون التقييد بتيار معين في علم النفس، بل له واسع النظر في البحث ودراسة مختلف النظريات والآراء، هذا من الناحية العلمية، أما من الناحية النفسية فعليه أن يملك الوعي بذاته وأن يحس بمشاكل مرضاه واضطراباتهم ومتفهما لهم، كما يجب أن يكون ذا صحة نفسية جيدة.² فهو يؤدي دورا هاما وحيويا خلال جلسات العلاج حيث يوجه المرضى خلال العملية الإبداعية، ويشاركهم مشاعرهم، ويشجعهم على اكتشاف عمليات التفكير التي تكمن خلفها، كما أنه يمكن أن يكون للمنتج الفني أثر تنفيسي للفرد يساعده على أن يشفى من مشكلاته.³

¹ بطرس حافظ بطرس، مرجع سابق، ص 207-208

² مها عبد الله البريكان، مرجع سابق، ص 127

³ عبد العزيز عبد الرحمان الدقيل، مرجع سابق، ص 230

على المعالج أن يكون متمكناً في مجاله الفني (فن تشكيلي، موسيقي، مسرح...) حتى يتمكن من مساعدة المرضى على ممارسة هذا الأسلوب العلاجي بشكل صحيح وحتى يتمكن من توجيههم نحو أسلوب أو تقنية محددة، فكلما كان فنانا كلما أبدع أكثر في عمله وحفز مرضاه على تقديم الأفضل.

كما عليه تهيئة الظروف اللازمة لتحفيز الخيال والابداع لديهم عن طريق اختيار المكان والوقت المناسب وتعزيز "الوعي باللحظة"، مع مراعاة القدرات والطاقات الفردية، تجنب كثرة البروتوكولات حتى يسهل على المريض العمل بعفوية وتلقائية، كما عليه أن يتواصل مع المريض بشكل جيد ويبرز له طريقة عمل الورشة وبرنامج العلاج بأسلوب مبسط وسهل،¹ لأن بيئة العمل تؤثر بشكل كبير على النتائج المرجوة فهي تلعب دوراً هاماً في العملية العلاجية، قد تجعل المريض أكثر هدوءاً واسترخاءً واستعداداً للعملية أو قد تزيد من قلقه واضطرابه وتعكس سلبيات على النتائج.

2/ جلسة العلاج:

في الفن التشكيلي: تستمر الجلسة قرابة ساعة، تتكون من مجموعة مشاركين (10_12 شخص)، يبدأ المعالج أولاً بشرح ما سيقوم به الجميع في هذه الجلسة، ثم ينطلقون في عملية الإنتاج والتعبير الفني (30 دقيقة) ليترك باقي وقت الجلسة للمناقشة وتحدث كل فرد عن مشاعره وانفعالاته في العمل الذي قام به.²

الجلسة العلاجية قد تشبه إلى حد ما ورشات تعلم الفنون التشكيلية عامة، لكنها تتميز بعدم اتباع القواعد الفنية المتعارف عليها وعدم نقد العمل لشكله واسلوبه وتقنياته بل التركيز على الفكرة المرجو ايصالها من خلاله وكذا حالة ومشاعر المشارك أثناء إنجازها.

قد يكون موضوع العمل حراً وأحياناً مقترحاً من طرف بعض المشاركين، لكن عموماً في الجلسات الأولى يقترح المعالج موضوعاً محدداً، كما يسعى لأن يكون هناك ارتباط قوي بين ما بداخل المريض والعمل الذي سيقوم بإنجازه. ويعمل على تقسيم الوقت بالتساوي بين المشاركين لمناقشة أعمالهم. قد يتعرض المعالج لبعض الأسئلة مثل (كيف سيساعدني الرسم؟) أو (أنا لا أجيد الرسم) وهنا عليه أن يبرز أهمية هذا الأسلوب العلاجي وأن يوضح للمشاركين أنه ليس مهماً أن تكون لديهم مهارة الرسم، وسيتمكنون من تقديم أحسن ما لديهم.³

¹ _Mizoule Guilia, OPTIC, p38

² _سامية محمد صابر محمد عبد النبي، مرجع سابق، ص8

³ _سامية محمد صابر محمد عبد النبي، مرجع سابق، ص8

بمر العلاج عادة بثلاث مراحل:

- ❖ بداية العملية: تهيئة المريض والجو المناسب له، وبناء علاقة بين المعالج والمريض، فكلما كان المريض أكثر هدوءاً وراحة كلما قدم أفضل ما لديه.
- ❖ وسط العملية: متابعة المعالج لأعمال المريض والعمل على توطيد العلاقة أكثر وبناء الألفة، في هذه المرحلة تبدأ النتائج في الظهور (الثقة بالنفس، إدراك وتقدير الذات، التعبير بشكل أفضل...).
- ❖ انتهاء العملية: عن طريق تقليص عدد الحصص تدريجياً ويعمل المعالج على تهيئة المريض لهذه المرحلة وتمهيده لها مع تقديم ملاحظات إيجابية وشرح بعض النتائج.¹

¹ -مها عبد الله البريكان، مرجع سابق، ص138-139

الفصل الثاني:

علاج الإدمان بالفنون الجميلة

- المبحث الأول: تعريف الإدمان وأنواعه
- المبحث الثاني: مراحله وأسبابه
- المبحث الثالث: شخصية المدمن
- المبحث الرابع: توظيف الفنون الجميلة في علاج الإدمان

الفصل الثاني: علاج الإدمان بالفنون الجميلة

المبحث الأول: تعريف الإدمان وأنواعه

1/ تعريف الإدمان:

"في اللغة، يعرف الإدمان بأنه: المداومة على عمل شيء... أصل الكلمة "دمن" والفعل الرباعي "أدمن"... فلان أدمن الشيء أي أدامه ولم يفتك عنه، فهو مدمن إدمانا. والادمان ليس مقصورا على المخدرات والممنوعات ولا على الانسان فقط، وإنما كل كائن حي قد يدمن فعلا أو سلوكا ما.¹ فهو يشير الى تكرار الشخص لسلوك ما بشكل مستمر، حتى لو كان هذا السلوك ضارا ومدمرا، والفعل الرباعي "أدمن" يستخدم لوصف الشخص الذي يداوم على عمل شيء ما.

"الإدمان هو اعتماد فيسيولوجي نفسي، وهلفة واعتياد، وتعاطي متكرر لعقار طبيعي أو صناعي، يؤثر على الجهاز العصبي، وإذا مُنِع أدى إلى أعراض غير مرغوب فيها"² يصبح الشخص معتمدا على مادة أو سلوك ما حتى يصبح جزءا أساسيا من حياته ووظائفه الجسدية والنفسية، فيتعاطى المادة الادمانية بشكل منتظم ومتكرر حتى لو كان يعلم بأضرارها، فتؤثر هذه المواد على جهازه العصبي (تنشيط أو تثبيط، تهدئة أو تسكين أو تخدير أو تغييب أو تنبيه أو تنويم) وهذا يوصل الى الشعور بالمتعة والرضا ويدفع بالشخص الى الاستمرار في تعاطيها، وإذا تم منعه من تعاطي هذه المادة -أيأ كانت- فإنه يعاني من أعراض نفسية وجسدية كالقلق، التوتر، الاكتئاب، العصبية، فقدان الشهية، الأرق، العدوانية...

"يعرفه آخرون على أنه التعود الملح والمزمن الذي يدفع الفرد إلى تعاطي مادة معينة بصورة مستمرة ومتكررة والحصول عليها بأي طريقة والميل إلى زيادة في الجرعات من وقت لآخر، لأنها تؤثر عليه فيصعب الإقلاع عنها"³. عندما يشعر المدمن انه سيفقد مادته الادمانية فانه يدخل في حالة من الهلع والقلق ويحاول الحصول عليها بأي وسيلة، والاستمرار في تعاطي نفس المواد ينقص من تأثيرها النفسي والجسدي مقارنة بأول استعمال، ما يدفع المدمنين الى زيادة الجرعات تدريجيا، وهو ما يوصلهم الى مراحل أسوء وأعمق من الإدمان فيصعب الإقلاع عنها.

¹ ماهر إسماعيل صبري، فعالية الحوار الدرامي في تعديل الأفكار الخاطئة عن الإدمان والمخدرات لدى طلاب المرحلة الثانوية، دراسة تجريبية، المؤتمر العلمي الثالث للجمعية المصرية للتربية العلمية، كلية التربية، جامعة الزقازيق فرع بنها، الإسماعيلية، أوت 1999، ص 5

² خرف الله علي وجهه سعاد العايب، المدمن نحو العلاج... الوصم الاجتماعي له كمعرق للعملية العلاجية، ملتقى وطني حول الادمان على المخدرات في المجتمع الجزائري، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية، جامعة باتنة 1، 2018، ص 6

³ سعيد زيوش، تأثير المخدرات على العلاقات الاجتماعية عند المراهقين، دراسة ميدانية بمركز علاج المدمنين أبو بكر بلقايد ولاية البويرة، ص 5

في نفس السياق عرفته منظمة الصحة العالمية بأنه "حالة نفسية وعضوية تنتج من تفاعل الفرد مع العقار... وتشمل دائما الرغبة الملحة في التعاطي بصورة مستمرة أو دورية للشعور بآثاره النفسية والعضوية المرغوبة، ولتجنب الآثار المهددة والمؤلمة التي تنتج من عدم توفره".¹ فهو حالة مرضية معقدة تنشأ من تفاعل الفرد مع عقار ما، سواء كان طبيعيا أو صناعيا، ويشعر المدمن برغبة قوية وقهرية في التعاطي كما يسعى لفعل ذلك بشكل منتظم أو دوري للوصول الى حالة نفسية أو جسدية منتظرة وللهروب من الحالة النفسية والمشاعر السلبية الناتجة عن عدم تعاطيه.

الإدمان: حالة مرضية نفسية أو جسدية تنتج من التفاعل بين العضوية الحية والدواء او المخدر ما يؤدي الى حدوث تغييرات في سلوكه ونفسيته وجسده، ليساهم هذا التفاعل في حدوث استجابة سلوكية كالرغبة الشديدة في التعاطي والشعور بالجبر والقهر ومحاولة التعاطي باستمرار من أجل الوصول الى تأثيراته النفسية كالسعادة والنشوة وتجنب الانزعاج النفسي الناتج عن الابتعاد عن المواد الادمانية.²

أما لفظة الإدمان فهي الرغبة الملحة والعارمة في تعاطي المواد الادمانية والحصول على تأثيراتها النفسية والجسدية.³ هي الرغبة الجارحة والقهرية التي يعاني منها المدمن، فيشعر بالانجذاب الى المواد الادمانية حتى لو كان يعلم بأضرارها وتسيطر على تفكيره فتصبح هاجسا يطارده باستمرار، فيفقد السيطرة على نفسه في مقاومة هذه الرغبة ويصبح مجبرا على التعاطي حتى لو أراد التوقف، كما قد تدفعه للقيام بسلوكات خطيرة للحصول على هذه المواد كالسرقة أو العنف أو الكذب...

2/ أنواعه:

عندما نذكر كلمة "إدمان" فإن أول ما يخطر ببالنا: إدمان المخدرات، فنربط الإدمان دائما بهذا المجال، إلا أنه هناك العديد من أنواع الإدمان الأخرى والتي لا تقل خطورة عن الأولى كإدمان الانترنت والهاتف والتسوق والرياضة والعمل والأكل أو إدمان نوع محدد من الأكل والتدخين والقمار والكحوليات... وحتى هناك إدمان

¹ - كريمة عبد المنعم مهدي، بعض الاضطرابات النفسية المرتبطة بإدمان الترامادول لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية الدراسات الإنسانية، العدد 15، يونيو 2015، ص 24

² - عبد الغني تيايبي، دراسة فعالية برنامج ارشادي مقترح لتخفيف حدة لفظة الإدمان على المخدرات دراسة ميدانية بمستشفى فرانترانون - البليدة، مجلة البحوث والدراسات الإنسانية، جامعة محمد الشريف مساعدي، سوق اهراس، العدد 2، المجلد 16، سنة 2022، ص 383

³ - المرجع نفسه، ص 383

للعادات السيئة كالكذب والسرقة...¹ وهنا يجب تصنيف أنواع الإدمان إلى صنفين: إدمان مادي وإدمان معنوي حتى نتتمكن من تحديد كل نوع ودراسته بشكل أفضل.

أ/ الإدمان المادي:

وهو النوع المعروف في مجتمعاتنا ويتميز بالاعتماد الجسدي على المادة، ويشمل إدمان المخدرات على اختلاف أنواعها، إدمان الكحول، التدخين، الكافيين، المهدئات، المنومات...²

1/ المخدرات: في اللغة مصدرها "خدر"، والخدر يعني فقدان الإحساس الواعي أو ضعفه، قد يكون موضعياً أو عاماً وقد يكون جزئياً أو كلياً.³ وهي كل ما يسبب الفتور والكسل.⁴

هي أي مادة خام أو مستحضرة، طبيعية أو كيميائية، تحتوي على عناصر ممنوعة أو مسكنة أو مهلوسة وتسبب أضراراً نفسية واجتماعية واقتصادية على الفرد والمجتمع.⁵

فهي مواد—أيا كانت طبيعتها—تؤثر على الجهاز العصبي وتسبب تغيرات نفسية وإدراكية وسلوكية كما تلحق أضراراً جسيمة بالفرد والمجتمع (نفسياً واجتماعياً واقتصادياً) وليست بالضرورة المواد المصنوعة لأغراض ممنوعة فقط، وإنما استخدام بعض المواد الطبية والصناعية بطرق غير مشروعة يصنفها كمخدرات.

في التعريف القانوني: هي مجموعة من المواد تسبب الإدمان وتسمم الجهاز العصبي ويحظر تداولها أو زراعتها أو صنعها إلا لأغراض يحددها القانون ولا تستعمل إلا بواسطة من يرخص له بذلك.⁶

قانونياً تعتبر أي مادة تؤثر سلباً على وظائف الدماغ والجهاز العصبي فيمنع بيعها وشراؤها وزراعة نباتاتها وحتى تصنيعها دون ترخيص، ويرخص صنعها وتداولها لأغراض طبية أو علمية فقط، كل ذلك حماية للصحة العامة ومكافحة للجريمة وتنظيم استخدامها لأغراض مشروعة وآمنة.

¹—إدو علي هاجر وعوماري الشريفة، أثر إدمان المخدرات على القدرات المعرفية للمراهق المتدرب، قسم علم الاجتماع، كلية العلوم الاجتماعية و

الإنسانية والعلوم الإسلامية، جامعة أحمد دراية، ولاية أدرار، 2021/2022، ص 43

²—ناصر محي الدين الإدمان مخاطره وعلاجه، الطبعة 2، دار الغسق للنشر، 1440، 2019م، ص 72

³—ماهر إسماعيل صبري، مرجع سابق، ص 7

⁴—صفية عبد الرحيم، مرجع سابق، ص 22

⁵—عون عوض، سيكولوجية تعاطي المخدرات وادمانها لدى الفئاة الجامعية(دراسة حالة)، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية

والنفسية، المجلد 1، العدد 3، 2013، ص 305

⁶—عادل الدمرداش، الإدمان مظاهره وعلاجه، ط 1، دار المعرفة، الكويت، أغسطس 1982، ص 10

❖ أنواع المخدرات:

بعد الاطلاع على مختلف الدراسات نجد أنه هناك العديد من التقسيمات والتصنيفات، فهناك من يصنفها حسب اللون وهناك من يصنفها حسب تأثيرها أو طريقة تعاطيها، وستتناول تصنيف المخدرات حسب طبيعتها ومصدرها:

مخدرات طبيعية: وهي ذات أصل نباتي أي يتم زراعتها مثل: الحشيش، الأفيون، الكوكايين...¹

الحشيش: هو الاسم العربي لمخدر شرقي يستخلص من نبات القنب الهندي ويسمى علمياً Cannabis Indica تستخدم في مجال الطب العقلي عادة،² يستخدم عن طريق تدخينه في سيجارة أو أرجيلة أو يؤكل بعد تغطيته بقطع من السكر أو قد يشرب بعد نقعه في الماء المحلى بالسكر وتسخينه على النار.³ ويسبب الشعور بالدوران وفقدان التوازن وصعوبة تقدير الوقت بدقة، صعوبة استقبال المعلومات واختلاط الحواس إضافة الى تقلب المزاج والشعور المفاجئ بالسعادة أو الحزن أو القلق، ضعف المهارات الحركية وصعوبة أداء المهام التي تتطلب دقة وتركيز.⁴

مخدرات تصنعية: هي مواد يتم تصنيعها في المعامل من عناصر كيميائية ذات تأثيرات دوائية، تصنع لأغراض طبية مختلفة، وبعد أن ثبت أن بعضها يتسبب في الإدمان تم ادراجها ضمن جداول المواد المؤثرة حتى يتم تنظيم تداولها،⁵ من بينها: المهدئات (كاللييوم والفالسيوم...)، المنومات (كاللوميثال والأميثال...)، المنشطات (كالهيريون والكوكايين...)⁶

الهيريون: مادة مشتقة من المورفين، عبارة عن مسحوق رمادي أو أبيض ناعم، له رائحة تشبه رائحة الخل، يتم استنشاقه أو حرقه على ورق فضي واستنشاق أجزائه أو اذابته في الماء وحقنه في الوريد، ويستعمل طبيياً كمسكن للألم في حالات السرطان والحالات المستعصية. يعتبر من المواد شديدة الخطورة.⁷

¹ رانيا سامي كمال أحمد، البناء النفسي لمدمن متعافٍ من إدمان بعض المواد ذات التأثير النفسي (دراسة حالة)، مجلة دراسات تربوية واجتماعية،

جامعة حلوان، المجلد 22، عدد يوليو 2022، ج 4، ص 23

² ريان ناصر الزهراني ونجلاء علي الزهراني، إدمان المخدرات وسوء استخدام العقاقير والأدوية الطبية، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث

الاجتماعية، العدد 25، ص 536

³ عادل الدمرداش، مرجع سابق، ص 13

⁴ المرجع نفسه، ص 13

⁵ رانيا سامي، المرجع السابق، ص 146

⁶ عادل الدمرداش، المرجع السابق، ص 11

⁷ المرجع نفسه، ص 11

مخدرات نصف تصنيعية: وهي مواد مخدرة تصنع من خلال تفاعلات كيميائية بسيطة، تشتق من مواد فعالة موجودة في الطبيعة (نباتات) مثل: المورفين المستخلص من الأفيون الذي بدوره يستخرج من ثمار نبات خشخاش الأفيون.¹

الأفيون: يستخرج من نبات الخشخاش، الذي ينمو في جنوب شرق آسيا وإيران وتركيا وبعض دول الشرق الأوسط، تتميز ثمرته بشكل بيضوي، يتدفق منها سائل حليبي عند الشق يتجمد في الهواء ويتحول الى مادة صلبة رمادية، يباع على شكل أسطوانات ويستهلك عن طريق تدخينه أو شربه في القهوة أو بلعه أو استحلابه تحت اللسان، عادة تضاف اليه مواد سكرية لأنه شديد المرارة.² يشعر متعاطيه في البداية بالتنبه والنشاط وقدرة على التخيل والكلام وهو تأثير قصير المدى لا يدوم طويلا إذ ينتقل إلى اضطراب في الحالة النفسية وتباطؤ في التنفس ثم نوم عميق.³

مدمن المخدرات قتييل بين الأحياء، لكن روحه لا تزال متعلقة بجسده تنازع للبقاء، لأن آثار المخدرات تعمل على المدى البعيد، فيكتسب صفات الكسل والبلادة وفقدان الطموح وانعدام الحوافز، إضافة الى المضاعفات العقلية من عدم القدرة على التركيز والتبلد الذهني وضعف الذاكرة، انعدام السيطرة على الذات والاندفاع الى الجريمة والعنف، انعدام روح المسؤولية والإنتاجية في المجتمع وأحد أبرز أسباب تفكك الأسر، وهو وسيلة لانتشار الرذيلة بكل صورها.⁴

ادمان المخدرات هو اضطراب مزمن يسيطر على تفكير الفرد وسلوكه، يشعره برغبة جامحة في التعاطي رغم المخاطر والآثار السلبية، ويعاني من أعراض إنسحابية قاسية عند التوقف عن التعاطي ما يدفعه الى الاستمرار وزيادة الجرعات تدريجيا وهو ما يزيد صعوبة الإقلاع عنها.

¹ رانيا سامي، المرجع السابق، ص146

² عادل الدمرداش، المرجع السابق، ص10

³ ابتسام محمد الحضونة، الخصائص الشخصية المميزة للمدمنين مقارنة بغير المدمنين، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، ماجستير علم النفس، 2005، ص

⁴ ناصر محي الدين، المرجع السابق ص 64-65

2/ الكحوليات:

نقصد بها المشروبات الكحولية؛ وهي مشروبات تحتوي على نسبة من الكحول، قد تكون مخمرة (مثل البيرة) أو مقطرة (مثل الويسكي)، ويكون مصدرها إما الفواكه (كالعنب والتمر والزبيب والتفاح...) أو الحبوب (كالحنطة والشعير والذرة...) أو مواد أخرى كالعسل والبطاطس والنشا والسكر...¹

يحضر النوع الأول بتخمير مادة نشوية لمدة متفاوتة، أما النوع الثاني فيمر بعد التخمير بعملية تخزين وتقطير ترفع نسبة الكحول فيه.²

يعمل الكحول كمثبط للجهاز العصبي المركزي (الدماغ)، ويشبه عمل المسكنات والمهدئات ومستحضرات التخدير، إذا تم تناوله بكميات قليلة فإنه يعمل على تنشيط الدماغ، أما إذا كانت الكميات متزايدة فإن له مفعول عكسي (تأثير مثبط)³

فهي مشروبات ذات تأثير ثنائي، إما منشط أو مثبط -حسب الكميات المستهلكة- تصنع عموماً من مواد طبيعية كثيرة الاستهلاك إما بتخميرها أو تقطيرها، لتكتسب صفات تتميزها بالتأثير المباشر على عقل ووظائف الانسان. الافراط في شرب الكحول يضر بالتواصل الاجتماعي للفرد ويؤثر على حالته النفسية والعقلية كما يفقد المرء القدرة على ضبط النفس والسيطرة على الانفعالات والسلوك ويزيد من القلق والتوتر ويؤدي الى الإدمان.⁴

تجده مباحاً في بعض الدول التي تتميز عادة بالانحلال الأخلاقي وفساد المجتمع وكثرة الجرائم والآفات الاجتماعية، لكن في مجتمعاتنا العربية المسلمة هو مادة محضرة من الاستعمال والتداول لما له من آثار سلبية على الفرد والمجتمع.

يتمثل الخطر الأكبر في الكحول بقدرة الجهاز العصبي على التعود عليه، ففي البداية؛ تؤدي كميات قليلة الى الشعور بالراحة أو اللذة ونسيان الهموم. لكن مع مرور الوقت يحتاج الشخص الى كميات أكبر للحصول على نفس التأثير وهذا ما يؤدي به إلى الإدمان. وهنا فالعلم الحديث يكذب كل من يدعي الاعتدال في الشرب بصفة دائمة.⁵

¹ رباب عبد الفتاح أبو الليل محمد، سيكولوجية متعاطي هيروين وكحوليات (دراسة حالة) ص 6

² عادل الدمرداش، المرجع السابق، ص 9

³ ابتسام محمد الحضائنة، المرجع السابق ص 14

⁴ ابتسام محمد الحضائنة، المرجع السابق، ص 14

⁵ ناصر محي الدين، المرجع السابق، ص 31

كما ان للمشروبات الكحولية مضاعفات جسمية نذكر منها: التهاب وتقرح المعدة، أمراض الكبد المختلفة، إتلاف عضلة القلب، نوبات الصرع، ضمور خلايا المخ، التهاب الأعصاب، الضعف الجنسي، رعشة اليدين، السل الرئوي، أمراض العضلات، أمراض الدم، نقص السكر في الدم، العمى...¹

ناهيك عن آثاره السلبية على الشخصية فهو يؤدي الى:

- تحلل الشخصية وضعف الإرادة
- شرود الذهن وفقدان التركيز
- كثرة الهواجس والأوهام
- سرعة الغضب والانفعال
- عدم القدرة على التحكم في السلوك
- فقدان الثقة بالنفس وبالغير
- فشل في العمل والمسؤوليات
- سلوكيات عدوانية

فهو وسيلة لتدمير الشخصية فيشمل الضرر المدمن ومن حوله.²

إدمان الكحول هو رحلة الى المجهول، تفقد الفرد سيطرته على حياته فيصبح أسيرا لرغبة جامحة في التعاطي وزيادة الجرعات نتيجة تعوده عليها ونقص تأثيرها مقارنة بالبداية وهذا ما يؤدي بدوره الى تفاقم المشكلة وصعوبة حلها.

3/ التدخين:

هو عملية إشعال السيجارة أو الغليون وامتصاص الدخان الناتج عن الاشتعال ثم إخراجها من الأنف والفم.³ وهو عملية حرق التبغ الموجود في السجائر واستنشاق دخانه وهو أكثر الآفات الاجتماعية انتشارا في مجتمعاتنا وأحد أبرز أنواع الإدمان المتعارف عليها.

¹ _عادل الدمرداش، المرجع نفسه، ص من 85 الى 88

² _ناصر محي الدين، المرجع السابق، ص 32

³ _مهدي شهاب احمد، الإدمان على التدخين وطرق الوقاية منه، مجلة جامعة تكلايت للعلوم الإنسانية، قسم العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية والعلوم الإنسانية، جامعة تكريت، المجلد 36، العدد 3، 2019، ص 438

يعد التدخين من الظواهر الاجتماعية التي تهدد صحة المجتمع خاصة بين فئات المراهقين وهو ما يسبب لهم نوعاً من الإدمان والتعلق فيصعب عليهم التخلي عنه.¹

هو من الآفات التي انتشرت في مختلف المجتمعات بشكل واسع، منذ أن عرفت عام 1492 على يد كريستوفر كولومبوس (الذي بدوره أخذها من الهنود الحمر) والعالم ما زال يعاني من آثارها المختلفة التي تفتك بالمدخنين يوماً بعد يوم.²

تتكون السجائر عادة من مادة التبغ وهي المكون الأساسي الذي بدوره يحتوي على النيكوتين وهو المادة المسببة للإدمان، مع إضافات كيميائية تحسن نكهة السجائر وتحافظ عليها، فلتر ليقبل من بعض المواد الغير مرغوب فيها وورق التغليف الذي يغلف كل المكونات. بهذه العملية يتعرض المدخنون الى حوالي 7000 مادة كيميائية منها 69 مادة مسرطنة، كما يتعرض غير المدخنين كذلك للعديد من هذه المواد عند استنشاقهم لدخان السجائر وهو ما يعرف بالتدخين السلبي.³

تقر منظمة الصحة العالمية أنه في البلدان المتقدمة يتسبب تدخين التبغ بالمرض والوفاة المبكرة فهو مسؤول عن أكثر من 14% من مجموع الوفيات في أوروبا في 1999. وعالمياً يتعاطى التبغ واحد على الأقل من بين 10 مراهقين صغار (بين 13 و 15 سنة) كما يرتفع هذا الرقم في بعض المناطق،⁴ فالإحصائيات والدراسات تبين أنه قاتل خطير يفتك بكل من يتعامل معه، فهو السبب في نسب كبيرة من الوفيات في مختلف دول العالم لما له من أضرار وآثار سلبية على جسد المدخنين، كما يستدرج هذا المجرم العديد من الأطفال والمراهقين بأعداد هائلة فيفتك بهم ويسبب لهم أمراض خطيرة في عز شبابهم.

كما ذكرنا، المكون الأساسي للسيجارة هو التبغ: وهو نبات ذو أوراق تستخدم بشكل مباشر في صناعة السجائر تحتوي على آلاف المواد الكيميائية أغلبها سامة ومسرطنة، تكثر زراعته في أمريكا الشمالية والجنوبية.⁵

¹ مهدي شهاب أحمد، المرجع السابق، ص 439

² محمود عزب، تأثير التدخين على بعض المتغيرات الفيزيولوجية لدى طلاب تخصص التربية الرياضية، مجلة جامعة فلسطين التقنية للأبحاث، 2021، ص2

³ منشورات وزارة الصحة البحرينية، النشرة الالكترونية، تعزيز الصحة، مايو 2022، ص2

⁴ حليلة عكسية، معتقدات المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي حول سلوك التدخين، مجلة العلوم النفسية والتربوية، جامعة باتنة 2020، ص

79

⁵ أمل محمد رضا، أثر الإعلان التوعوي في تحديد ظاهرة التدخين لدى الطلبة في الجامعات الأردنية الخاصة، جامعة الشرق الأوسط، كلية العمارة والتصميم، قسم التصميم الجرافيكي، 2017، ص9

أما الدخان الناتج عن الاحتراق فيحتوي بدرجة أكبر على مادة النيكوتين: وهي مادة كيميائية سامة يرجع إليها معظم الآثار التي تلحق بالمدخن، وهي أبرز أسباب الإدمان حيث تمتص من الرئة وتؤثر على الجهاز العصبي والأوعية الدموية والقلب.¹

وللتدخين أسباب عديدة من بينها:

- أن يكون عادة مكتسبة يأخذها الأبناء من الآباء عن طريق التقليد
- إثبات وجود الذات ومضاهاة الكبار
- تأثير الأصدقاء والمحيط
- الاعتقاد بأن التدخين يساعد على التفكير في حل المشكلات
- التعرض للإعلانات والأشكال المختلفة للسجائر ومحاولة التجريب.²

ولا يخفى على الجميع أن للتدخين أضرار ومضاعفات جسيمة تهلك الانسان نذكر منها:

- الإصابة بسرطان كل من: الرئة، الشفتين، اللسان، الفم، الحنجرة، البلعوم، المرء، المعدة، القصبات الهوائية...³
- اختلالات في الجهاز العصبي: الاضطرابات العصبية، اضطرابات الذاكرة، ارتعاش في الأطراف، التهاب الأعصاب وحتى تلفها
- زيادة أمراض الحساسية كالربو وأمراض الأنف والأذن والحنجرة والتهابات الجلد...
- يؤدي الى انخفاض اللياقة البدنية كما يؤثر على السن البيولوجي للفرد فيعجل مظاهر الشيخوخة.⁴
- يسبب تصلب الشرايين وتكوين الجلطات الدموية ما يسبب الذبحة الصدرية، تلف أنسجة القلب، الأزمات القلبية والسكتات الدماغية.⁵
- يسبب أيضا مشاكل في الجهاز الهضمي؛ كعسر الهضم، قرحة المعدة، ما يسبب بدوره الإصابة بسرطان هذا الجهاز.⁶

¹ _عباس حسين مغير الربيعي، محاضرات التأثيرات الصحية للتدخين، جامعة بابل، كلية التربية الإسلامية، قسم العلوم العامة، ص3

² _أمل محمد رضا، المرجع السابق، ص56 57

³ _عباس حسين، المرجع السابق، ص4

⁴ _أمل محمد رضا، المرجع السابق، ص58

⁵ _عباس حسين، المرجع السابق، ص6

⁶ _المرجع نفسه، ص7

● يسبب تصلب الشرايين المغذية للعين، ما يؤدي الى تلف وضمور عدد من أجزائها وهذا بدوره يؤدي الى الإصابة بالعمى في سن مبكر.¹

● تزداد خطورة التدخين وأضراره لدى المرأة الحامل فهو يعيق نمو الجنين وقد يسبب له تشوهات خلقية وأمراض مختلفة، كما يزيد من نسبة وفاة الجنين أثناء الولادة أو في الأسبوع الأول.²

ادمان التدخين هو رغبة قوية في تعاطي التبغ ويصعب السيطرة عليها، ذلك بسبب مادة النيكوتين الموجودة به، تمتص من الرئة وتنتقل في الدم الى الدماغ الذي بدوره يعتاد على وجودها، فيعتمد عليها للحصول على الشعور بالسعادة والراحة، ما يؤدي الى ظهور أعراض غير مرغوب فيها عند التوقف عن استهلاكها كالقلق والاكتئاب والأرق وصعوبة التركيز والعصبية والصداع... ولهذا الآفة العديد من الأضرار والتأثيرات السلبية صحيا واقتصاديا واجتماعيا...

ب/ الإدمان المعنوي:

هو ظاهرة خطيرة تهدد صحة الانسان النفسية، حيث يصبح الفرد معتمدا على سلوك ما بشكل مبالغ فيه ما يؤثر على حياته اليومية وعلاقاته مع الآخرين دون أن يدرك ذلك، ونذكر منه: ادمان الانترنت والشاشات والألعاب الالكترونية والتسوق والطعام...³

1/ الانترنت:

"يذكر أن أول من وضع مصطلح "ادمان الانترنت" هي عالمة النفس الامريكية كيمبرلي يونغ (Kemberly young) التي تعد من أولى أطباء النفس الذين عكفوا على دراسة هذه الظاهرة في الولايات المتحدة منذ عام 1994"⁴ وعرفته على أنه عدم القدرة على السيطرة على الذات في استخدام الانترنت دون أن يتضمن السكر أو فقدان الوعي.⁵ فهو الاستخدام غير العقلاني للانترنت وبشكل مفرط لساعات طويلة دون التحكم في النفس ويختلف عن باقي أنواع الإدمان (المذكورة في الإدمان المادي) كونه ليس له أعراض السكر أو فقدان الوعي أو

¹ مهدي شهاب أحمد، المرجع السابق، ص 441

² عادل الدمرداش، المرجع السابق، ص 259

³ ناصر محي الدين، المرجع السابق، ص 73

⁴ أمل بنت علي بن ناصر الزبيدي، ادمان الانترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى، رسالة ماجستير، قسم التربية والدراسات الإنسانية، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى، 2014م، ص 1435هـ، ص 12

⁵ عبد المجيد محمد ربيع، الإدمان على مشاهدة الأفلام والانترنت وعلاقته بالتأخر الدراسي، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، كلية التربية والعلوم الإنسانية، جامعة تكريت، 2023، ص 469

النشاط الزائد... كما انه لا يؤدي الى ظهور أعراض غير مرغوبة عند التوقف أو الانسحاب وحتى إن ظهرت بعض الأعراض كالقلق أو الانزعاج فإنها ليست بدرجة ما ذكرناه سابقا.

يعرفه آخرون على أنه حالة فقدان السيطرة والاستعمال المدمر لهذه الوسيلة التكنولوجية، وظهور أعراض مرضية مصاحبة له تشبه أعراض المقامرة المرضية، فمدمن الأنترنت هو الشخص الذي لا يقدر على مقاومة رغبته في الاتصال بالأنترنت، فتظهر عليه أعراض اضطرابية في حالة التوقف أو التقليل من ذلك.¹

وهنا نتذكر المقولة التي لطالما تكررت على ألسن أجيال مختلفة في مراحل مختلفة من التعليم الابتدائي والمتوسط؛ "الأنترنت سلاح ذو حدين"، فالعاقل الذي يحسن تسيير ذاته يستغله لصالحه فيتعلم منه ويتواصل ويكتشف وينمي مهاراته وإلا فإنه قد يقود به الى هاوية الإدمان وصعوبة ضبط النفس.

وفي نفس السياق يقول الغزالي عن إدمان الأنترنت أنه استخدامه لفترات طويلة متواصلة أو متقطعة دون وجود سبب وظيفي أو أكاديمي لذلك، مع وجود مظاهر كالرغبة الملحة، الأعراض الانسحابية...²

وتتعدد أسباب الوصول الى هذه الحالة لكن أبرزها هو ضعف الشخصية بصفة عامة ؛ من سوء التعامل مع الضغوط الحياتية اليومية وعدم القدرة على مواجهة المشاكل وعدم القدرة على تنظيم الوقت وشغل النفس بهوايات متنوعة إضافة الى عدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية جيدة، الشعور بالفراغ والوحدة، الهروب من الواقع، وجود اضطرابات نفسية كالاكتئاب أو القلق، واضطرابات النوم والتلعثم...³

كما أن هناك العديد من الأسباب والخصائص التي تميز الأنترنت وتجعله سببا في الإدمان أبرزها:

- السرية: حيث يوفر العديد من الخدمات والمعلومات والطرق للتواصل مع الأشخاص دون الحاجة لتعريف النفس بالتفاصيل الحقيقية، كما أنه يمنح القدرة على اكتساب أكثر من شخصية والظهور بأكثر من شكل وهو حلم يتحقق لدى كثير من الناس
- الراحة: هذه العملية لا تحتاج الى جهد عضلي أو تنقل من مكان الى آخر وهو ما يوفر السهولة والراحة في استعمالها.

¹ _ صباط بديعة وآخرون، أسباب الإدمان على الأنترنت لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا، قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد الصديق بن يحيى-جيجل، 2023/2022، ص14

² _ المرجع نفسه، ص14

³ _ أمل بنت علي بن ناصر الزبيدي، المرجع السابق، ص14

— الهروب: فهو وسيلة للهروب من الواقع الى العالم الافتراضي، خاصة لمن يعانون ضعفا في الشخصية ليُظهروا أنفسهم بشكل مثالي أمام الشاشات ويعزّزوا من علاقاتهم الاجتماعية التي لم يتمكنوا منها في الواقع

— تنوع الخيارات: فالإنترنت فضاء لا نهائي يحفز على البحث وتصفح مختلف المواقع دون ملل.¹

قسمت الباحثة يونغ ادمان الانترنت الى خمسة أنواع:

- ادمان المواقع الإباحية
- ادمان حجرات الحوارات الحية أو غرف الدردشة
- الزام الانترنت (مثل المقامرة أو الشراء عبر الانترنت)
- الافراط المعلوماتي كالبحث عن المعلومات الزائدة عن الحد
- إدمان ألعاب الكمبيوتر.²

لمعرفة إذا كان الشخص مدمنا على الانترنت أم لا يجب توفر بعض الخصائص فيه، منها العامة والمشاركة بين كل أنواع الإدمان وهي:

- الفشل المتكرر في ضبط السلوك والتحكم فيه
- التوتر الزائد قبل السلوك
- الاستمتاع والنشوة اثناء ممارسة السلوك والشعور بالبهجة والسرور عند القيام به³

وأعراض أخرى خاصة بإدمان شبكة الانترنت هي كالاتي:

- قضاء ساعات طويلة على شبكة الانترنت
- الشعور بالعجز عند تقليص عدد هذه الساعات
- الشعور بالقلق والكآبة وبعض المشاعر السلبية عند التوقف لأيام عن استخدامها
- الشعور بالغضب والهلع والفرع عند عدم القدرة على استخدام الأجهزة الالكترونية والاتصال بشبكة الانترنت أو عند حدوث أعطال فيها.⁴

¹ صباط بدیعة وآخرون، المرجع السابق، ص 20 21

² أمل بنت علي بن ناصر الزبيدي، المرجع السابق، ص 13

³ صباح مرشود منوخ ووفاء كنعان خضر، الإدمان على الانترنت وعلاقته بأزمة الهوية لدى طلبة المرحلة الإعدادية، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، كلية التربية والعلوم الإنسانية، جامعة تكريت، 2019، ص 233

⁴ أمل بنت علي بن ناصر الزبيدي، المرجع السابق، ص 15

- إهمال الحياة الاجتماعية والالتزامات العائلية والوظيفية والتقليل من التحرك خارج المنزل
- الانفاق المبالغ بسبب الانترنت
- الشعور بأن الحياة لا تستقيم بدون الانترنت
- انكار حقيقة قضاء وقت طويل على الشبكة
- الدخول للانترنت رغم وجود عمل كثير يجب على المستخدم إنجازه
- عدم القدرة على ضبط النفس والسيطرة على الوقت الذي يقضيه على شبكة الانترنت¹

اذن فإدمان الانترنت هو سلوك قهري يسيطر على حياة الفرد ويترك تأثيرا سلبيا عليها، له العديد من الأعراض والخصائص المميزة للمدمنين، ويؤدي الى أعراض انسحابية متفاوتة، كما له العديد من المخاطر على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية والحياة الوظيفية والصحة الجسدية.

2/ الألعاب الالكترونية:

وهي جميع أنواع الألعاب المتوفرة على هواتف إلكترونية، وتشمل ألعاب الحاسوب والانترنت والفيديو والهواتف النقالة وألعاب الأجهزة الذكية المحمولة.²

فهي نوع من الألعاب الحديثة والمختلفة عن الألعاب التقليدية المعروفة وتتوفر في أغلب الأجهزة الإلكترونية الذكية وهي أنواع؛ منها الخاصة بالحاسوب وأخرى بالهاتف وألعاب فيديو...

ظهرت في أواخر الستينات على هيئة أنشطة ترويجية وهي ذات صبغة الكترونية وبرامج معلوماتية تمارس بشكل فردي أو جماعي عن طريق الانترنت وتحظى هذه الألعاب بشعبية خاصة عندما يكون تنزيلها مجانا...³

يكتسب الأفراد نوعا من التعلق بهذه الألعاب وكثرة ممارستها لكن أكثر نوع مسبب لذلك هو ألعاب الفيديو video games أغلبها ألعاب قتالية ينخرط فيها اللاعبون في نزاع مفتعل، وتبعاً لقواعد معينة، فهو نشاط

¹ صباط بدبعة وآخرون، المرجع السابق، ص 23 24

² جمال علي خليل الدهشان ومحمد محمد غنيم سويلم، مخاطر إدمان التلاميذ للألعاب الإلكترونية القتالية وأساليب مواجهتها، مجلة العلوم التربوية، جامعة القاهرة، المجلد 29، العدد 1، يناير 2021، ص 7

³ رندا محمد سيد أحمد، العلاقة بين المخططات المعرفية الالاتكيفية في خدمة الفرد وإدمان الألعاب الإلكترونية لدى عينة من الطالبات الجامعيات، دراسة تنبؤية، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، المجلد 3، العدد 51، يوليو 2020، ص 899

منظم يتم اختياره وتوظيفه لتحقيق أهداف وهمة أهمها التغلب على العدو أو التغلب على الصعوبات، يستمتع فيها اللاعب ويتفاعل بإيجابية مع جهازه...¹

فإدمان الألعاب الإلكترونية هو التعلق والرغبة الملحة في لعب مختلف أنواعها وصنفت كنوع من الإدمان لما لها من آثار سلبية؛ فهي تسبب الألم الجسدي والنفسي وتدني في المستوى الدراسي، تنقص الدافعية للتعلم، وتسبب الهروب والغياب من المدرسة والنفور والانطواء والابتعاد عن الآخرين،² إضافة لما لها من مخاطر على سلوكيات الأطفال خاصة وتأثيرات على صحتهم النفسية والاجتماعية. فهي تعزز الميل للفتن والعدوان لدى الأطفال فيكتسبون أساليب ارتكاب الجريمة، بطريقة أخرى هي تساهم في زرع قيم ومفاهيم بعيدة عن تعاليم ديننا وأخلاق مجتمعنا.³

المبحث الثاني: مراحل وأسباب الإدمان

1/مراحل الإدمان

يعبر الإدمان عن علاقة وطيدة بين المدمن والمادة أو الموضوع الإدماني، هذه العلاقة تبنى تدريجياً وتتطور وفق شخصية المدمن (جسداً وعقلاً) وأحواله وظروفه وكذا طبيعة الموضوع الإدماني، فتتم بمجموعة مراحل صنّفها العلماء على النحو التالي:

المرحلة الأولى: المرحلة الاستكشافية: وهي بمثابة المدخل الرئيسي لهذه العلاقة القاتلة ولهذا العالم الأسود، هنا يختبر الفرد الموضوع الإدماني سواء كان مادياً كالمخدرات والخمر والسجائر أو خبرة مفرحة ومشوقة في الإدمان المعنوي كالقمار والأنترنت وغيره، فهي مرحلة اكتشاف عالم جديد وتجربة أولى لشيء مختلف، وقبلما يكون هناك أذى في هذه المرحلة، بل مجموعة من الأحاسيس الإيجابية و المهارات الاجتماعية التي يكتشفها الفرد في نفسه فتزيده إحساساً بالقوة والهوية الجديدة، في هذه المرحلة تكون كمية أو وقت ممارسة الموضوع الإدماني قليلة، فنجد أعضاء الأسرة والمحيط بصفة عامة غير قلقين بل وقد يفسرون ما يرونه على أنه شيء عادي سائد في هذا الجيل، فهذه المرحلة تخلو من المشكلات الكبيرة وبعيدة عن التعود المرضي أو الإدمان، أي أنه في هذه المرحلة يمكن للفرد التوقف أو الانسحاب بشكل آمن ودون أعراض سلبية، لكن قلما يكون ذلك فالأغلبية يواصلون ما يفعلون

¹ سمر حسن، إدمان ألعاب الفيديو وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد 130، أكتوبر 2022، ص 788

² قدي سومية، إدمان الألعاب الإلكترونية وعلاقتها بالتنمر في الوسط المدرسي دراسة ميدانية على تلاميذ مرحلة الابتدائية بولاية مستغانم، مجلة التنمية البشرية، العدد 10، مارس 2018، ص 166

³ سمر حين، المرجع السابق، ص 796

ويكملون طريقهم في هذا المجال لأنهم لم يروا أي تأثير سلبي غير مرغوب فيه. ولهذا المرحلة بعض الخصائص كالخوف والتردد والشعور بالذنب وفي نفس الوقت الدهشة والرغبة في الاكتشاف.¹

قد تكون هذه المرحلة تجريب وتوقف لدى البعض ونهاية لقصة حزينة قبل أن تبدأ كما أنها قد تكون المدخل الرئيسي لعالم سيء سيعاني منه هذا الشخص وكل من حوله.

المرحلة الثانية: مرحلة التعود: في هذه المرحلة يتم الفصل بين المدمن والمتعاطي، فتظهر على المدمن مجموعة تغيرات؛ فيظهر كأنه شخص جديد (تظهر النفس المدمنة) بأسلوب تعامل مختلف وتفكير جديد ومشاعر جديدة وماهي إلا نتائج تطور حالته الإدمانية، في هذه المرحلة يتعود الشخص على التعاطي دون الاعتماد النفسي أو الجسدي.²

في هذه المرحلة يختفي الشعور بالذنب ويبدأ المدمن في تسوية تصرفاته وإنكار وجود مشكلة، فقد يخفي أفعاله ويواصل حياته المهنية والاجتماعية والأسرية بشكل عادي، وكل شيء يبدو على ما يرام. في هذه المرحلة يزداد ارتباطه بالمادة الإدمانية وتزداد ثقته بها وأنها سبب سعادته وبناء شخصيته ولهذا قد سميت هذه المرحلة أيضا باسم "شهر العسل" كتعبير مجازي لنتيجة تطور العلاقة بين المدمن والمادة، فهي مواصلة لعملية الاستكشاف مع توطيد للعلاقة وزيادة تدريجية في الجرعات وأوقات التعاطي.³

المرحلة الثالثة: الخلل: فحسب تسميتها هي المرحلة التي يبدأ فيها إطار الحياة بالاهتزاز والخلل، أين يصبح المدمن أسير للمواد الإدمانية، تتصف هذه المرحلة باضطرابات نفسية كالاكتئاب وقلة التفاعلات الاجتماعية وعدم تحمل المسؤوليات، يعود هنا الشعور بالذنب والخوف مما سيؤول إليه الوضع، تبدأ المشاكل بالظهور في هذه المرحلة خصوصا المشاكل الأسرية فيكثر الانفجار والجدل والتدمر وتزداد الخلافات بين الأزواج ليصل الوضع إلى الانفصال، وهنا يزداد الوضع سوءا حيث يلجأ المدمن الى الترويح عن ذاته ونسيان مشاكله عن طريق زيادة التعاطي أو تجريب موضوع ادماني مختلف كالبحث عن مخدر أكثر قوة، كل هذا يؤثر سلبا على حياته المهنية والاجتماعية أيضا وعلى الصحة النفسية والجسدية، في هذه المرحلة يبدأ الإدمان في السيطرة على حياة الفرد وإفسادها من كل الجوانب.⁴

¹ جواد فطير، الإدمان أنواعه مراحل علاجه، دار الشروق، القاهرة، 2001، ص من 73 إلى 82

² عميرة تركية وقريبي نور جيهان، التوظيف النفسي لدى الفرد المدمن على المخدرات، مذكرة ماستر علم النفس العيادي، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة 8 ماي قلمة، 2021/2020، ص 73

³ جواد فطير، المرجع السابق، ص 83

⁴ سهام درويش أبو عيطة ولينة الحاج حسن، المرجع السابق، ص 142

من خصائص هذه المرحلة:

- تطور الإدمان وظهور أعراضه إضافة الى تطور الفكر والمنطق الادماني
- تعرض المدمن لمشاكل نفسية وجسمية
- انعدام سيطرة المدمن على ذاته وافتعاله للمشاكل
- الاكتئاب والانطواء على الذات
- الانسحاب الاجتماعي والعزلة.¹

تعتبر هذه المرحلة بداية العرق وفقدان السيطرة أين سيؤول به الوضع الى نتائج لا يحمد عقباها.

المرحلة الرابعة: الروبايكا*: هنا تسقط شخصية المدمن ويستسلم أمام ضغوط الإدمان ليصبح هدفه الرئيسي الحصول على المادة الادمانية، فيضع كل ما يملك (ماديا ومعنويا) للبيع بأبخس الأسعار من أجل اشباع رغبات الإدمان، فيصبح وضعه مكشوفاً للآخرين، وأول ما يخسره هو احترامه لنفسه، فيتنازل عن أعلى وأهم علاقاته مع الأسرة بل وتتطور لديه مشاعر سلبية نحوهم لكونهم لم يساندوه في فعله، يسهل في هذه المرحلة دخوله للسجن لكثرة تعاطيه وظهور تأثير المخدرات عليه، كما وتكون الأفكار الانتحارية شائعة في هذه المرحلة،² في هذه المرحلة تسيطر المواد الادمانية على كل أمور حياته ويصير معتمدا عليها نفسيا وجسديا، وذلك نتيجة التغيرات التي تحدث لوظائف الجسم والمخ فتستقر بداخله الرغبة القهرية اللاإرادية في الاستمرار وزيادة الجرعات أو أوقات التعاطي.³ هنا يسيطر الإدمان على حياة الفرد ويبدأ بتدميرها تدريجيا، ليخسر نفسه أولا ومن حوله انطلاقا من أسرته وعائلته وحتى وظيفته، قد يصل لمشاكل أمنية مع الدولة وقد يقبل على اقتراف مختلف الجرائم كالقتل والسرقة كل هذا لغرض واحد وهو اشباع رغباته في التعاطي والحصول على المواد الادمانية، وهنا يدق ناقوس الخطر لأن المجتمع كله سيعاني جراء ما فعله هذا الشخص في نفسه.

المرحلة الخامسة: الزلزال: سميت كذلك كتعبير عن الزلزلة في حياة المدمن بأكملها وحياة من حوله. هي مرحلة متطورة من الإدمان مليئة بالمشاكل الصحية والنفسية والاسرية والوظيفية وحتى مع القانون وحياة المدمن بشكل عام. هنا يصل المدمن إلى الحضيض، لأنه يفقد كل علاقاته مع من حوله ويتحول الحب الى كره ويعتقد أن العالم

¹ عميرة تركية وقربني نور جيهان، المرجع السابق، ص74

* «روبايكا» هي كلمة معربة من أصل إيطالي وتعني الملابس القديمة، «روبا» معناها ملابس و«بيكا» تعني القديم. معنى كلمة روبايكا هي تجارة الأشياء المستعملة والمستغنى عنها بصفة عامة (<https://daily.rosaelyoussef.com/227824/>)

² سهام درويش أبو عيطة ولينة الحاج حسن، المرجع السابق، ص142

³ محمد المناور المطيري، الإدمان بين الأسباب والحلول، الإدارة العامة لمكافحة المخدرات، قطاع الأمن الجنائي، دولة الكويت، ص5

كله في مواجهة ضده، ويتجرأ المدمن لفعل أي شيء لإشباع رغباته وتظهر عليه العديد من الاضطرابات النفسية كالهلوسة والتهبؤات والاكتئاب ومحاولة الانتحار. يصبح الإدمان مسيطرا عليه فلا يبالي بنتائج تصرفاته ولا عواقب أفعاله، وهنا يصل الجسم إلى أبعد نقطة في تعود المواد الادمانية فيصبح الحصول على النشوة خيالا وسرابا لا يمكن الإمساك به مهما ضاعف الكميات المستهلكة وهذا ما يسبب له الغضب والعنف واليأس،¹ هنا يمكن القول أن الإدمان قد انتصر واستطاع تدمير حياة الفرد عن طريق كسر كل روابطه الاجتماعية وخسارة وظيفته وربما حتى بيته فيصير مشردا وحيدا مريضا عقليا ونفسيا وجسديا وحتى مجرما.

هنا يمكن أن نصف الإدمان على أنه كالمصيدة، التي تترصد الضحية وتستدرجها بكل هدوء لتتال منها في آخر المطاف، تبدأ العملية بالفضول والاستكشاف وتنتهي بالفرد وقد فقد أعلى ما يملك وفي حالة يرثى لها، هذه المراحل تظهر جليا في ادمان المخدرات والكحوليات، وتظهر بشكل مختلف وأعراض مختلفة فيما يخص ادمان الانترنت والألعاب الالكترونية، لان الاختلاف شاسع بين الإدمان المادي والادمان المعنوي.

2/ أسباب الإدمان:

ان الإدمان ظاهرة معقدة، ولفهم أسباب الوقوع فيه يجب أن نراه كمرض مبني على 3 عناصر تتفاعل مع بعضها لتصل بالفرد الى النتائج الكارثية الغير مرجوة وتدمر حياته وهي:

- المادة الادمانية
- الفرد المدمن
- المحيط أو البيئة

أ/المادة الادمانية:

- توفر هذه المادة (سواء عقار أو مخدر أو كحول أو حتى الانترنت والألعاب)
- خواصها وتركيبها الكيميائية، سواء كانت منشطة أو مهدئة أو مثبطة ... فإن تركيبها لها الأثر الواضح على الجسم، ووجودها يضيف نوعا من المتعة، ليعاني بعدها عند نهاية المفعول أو عند امتناع التعاطي.
- سهولة الحصول على المادة وهو من أبرز أسباب انتشار الإدمان، فتنوع المواد وطرق تعاطيها وسهولة الوصول إليها يعتبر عامل مشجع لزيادة التعاطي.
- رخص الثمن؛ فأغلب المدمنين يبدأون طريقهم بتعاطي مواد رخيصة
- الجهل بأخطار هذه المواد

¹ _جواد فطير، المرجع السابق، ص من 103 الى 106

- نظرة المجتمع لهذه المواد: فمثلا الكحوليات والسجائر مقبولان في بعض المجتمعات لتأصل تعاطيها هناك أو لربطها بفتة معينة من الناس...¹

ب/ طبيعة الفرد المدمن:

- العوامل الوراثية، إذا كان الآباء أو الأجداد يعانون من الإدمان فمن المرجح أن يكون ابناؤهم أو أحفادهم كذلك. (وهذا وفق العديد من الدراسات التي أجريت ونشرت بعضها في المجلة الطبية البريطانية سنة 1980)
- شخصية المدمن والجوانب النفسية والبيولوجية: يلجأ بعض الأفراد الى الإدمان لتغطية بعض النقائص فيهم، ومن سمات الشخصية الادمانية ما يلي:
 - عدم النضوج: لا يستطيع الاعتماد على نفسه ولا تكوين علاقات ثابتة وهادفة مع من حوله
 - الانغماس في الذات: أغلب المدمنين لديهم الرغبة الملحة في تحقيق ما يريدون بسرعة دون الاهتمام بالمراحل والوسائل والنتائج
 - الاعتلال الجنسي: اشارت الدراسات الى أن نسبة عالية من المدمنين يعانون من الضعف الجنسي أو الخجل الشديد أو الشذوذ والمثلية...²
 - ضعف الوازع الديني
 - الشعور بالفراغ
 - السهر خارج المنزل
 - توفر المال بكثرة
 - حب التقليد³

ومن بين الأسباب النفسية المسؤولة عن الإدمان والموجودة لدى المدمن نذكر أيضا:

- وجود أمراض نفسية كالاكتئاب والقلق...
- العناد والرغبة في المقامرة المدمرة
- أزمة الهوية بسبب الإحباط وغياب الأهداف

¹ _اداو على هاجر وعوماري شريفة، اثر ادمان المخدرات على القدرات المعرفية للمراهق المتمدرس، مذكرة ماستر، قسم العلوم الاجتماعية، كلية العلوم

الإنسانية والعلوم الاجتماعية والعلوم الإسلامية، جامعة احمد دراية . أدرار، 2022/2021، ص41

² _عادل الدمرداش، المرجع السابق، ص من 41 الى 43

³ _محمد مناور المطيري، المرجع السابق، ص 11

- الرغبة في التمرد وممارسة سلوك مضاد للمجتمع
- عدم القدرة على مواجهة الضغوطات والمشاكل¹

كما قد يحدث الإدمان لدى بعض من يعانون من امراض جسدية خطيرة عن طريق تعودهم على تناول المسكنات والمهدئات فتجدهم يطلبون عليها حتى بعد اختفاء الألم، إضافة الى تأثير السن والنوع (ذكر/ انثى) والطبقة الاجتماعية والحالة الاجتماعية.²

ج/ المحيط أو البيئة:

- الاسرة والتربية: فإذا كانت الاسرة تبيح هذه الممنوعات وتستهلكها فمن البديهي أن يكون الأبناء كذلك، ويسلكوا هذا المنهج في سن مبكر. إضافة الى الأسرة الغير مستقرة أو المفككة فإنها تعتبر الشرارة الأولى التي تحفز على الانحراف خاصة إذا كان الأبوان يتهربان من المسؤولية أو يعانيان من مشاكل واضطرابات نفسية أو جسدية...³

- العوامل الحضارية والاجتماعية: فالثقافة السائدة في المجتمعات تؤثر على الأشخاص وطرق تفكيرهم وعن طريق ذلك يصل البعض الى التعاطي فالإدمان فقط لأن هذا الفكر منتشر في مجتمعه
- الكوارث: فالأشخاص من بعد الصدمة يلجؤون الى تعاطي الأدوية أو المخدرات للتخفيف من المشاعر السلبية والاضطرابات النفسية التي هم فيها.⁴

وهناك أسباب وعوامل أخرى تخص محيط المدمن المقرب والأكثر تأثيراً:

- كالأصدقاء وتأثيرهم على بعضهم البعض
- انتشار البطالة والأحياء الفقيرة⁵

¹ يوسف سظام العنزي ومحمود عطية إسماعيل، السياق النفسي والاجتماعي لإدمان المخدرات وطرق الوقاية منها (دراسة ميدانية)، مجلة بحوث كلية

الآداب، جامعة تبوك، ص 12 13

² عادل الدمرداش، المرجع السابق، ص من 52 الى 55

³ المرجع نفسه، ص من 55 الى 57

⁴ المرجع نفسه، ص من 61 الى 68

⁵ عميرة تركية وقريني نور جيهان، المرجع السابق، ص 72

المبحث الثالث: شخصية المدمن

استطاع الباحثون في مجال علم النفس التوصل لبعض السمات التي تظهر على شخصية المدمن، وذلك عن طريق أسلوب التحليل النفسي لوصف هذه الشخصيات واجراء الاختبارات والدراسات عليها، حيث توصلوا الى أن الإدمان وسيلة علاج ذاتي يلجأ اليها الشخص لتغطية نقائصه واشباع حاجات طفولية لاشعورية، وتظهر عليه مجموعة صفات منها:

السلبية، الاتكالية، عدم القدرة على تحمل التوتر النفسي والألم والإحباط، أي عدم نضوج الشخصية بصورة عامة.¹

وللإدمان فئات معينة يستهدفها، فنجد الأشخاص الأكثر عرضة له يتمثلون في:

- اشخاص يعيشون ظروف حياتية صعبة ومحبطة للغاية
- ذوو النفوس الضعيفة وكذا غير المستقرين نفسيا وعاطفيا
- الذين يعيشون في محيط موبوء بالإدمان أساسا
- الذين تتاح لهم المواد الإدمانية ويستطيعون الوصول اليها بسهولة²

صفة الإدمان لا يمكن اطلاقها على أي شخص يستهلك المواد الإدمانية، لأنه ليس كل متعاطي مدمن، لكن المدمن هو المتعاطي الذي يصل الى درجة الاعتماد النفسي والعضوي والعقلي على هذه المواد.³

السمات الشخصية للمدمن هي أحد أهم العوامل والأسباب التي تؤدي به إلى الإدمان — كما ذكرنا سابقا — هو يسعى لتعويض ما ينقصه والوصول الى رغباته عن طريق تعاطي المواد الإدمانية، فالمخدر يولد لدى المدمن احساس بالكفاية ويغطي عنه مشاعر العار والخزي، كما يساعد الإدمان على هزيمة الناقد والرقيب داخله ليوفر له نوعا من الأمان ويجنبه تأنيب الضمير ويبعد عنه الإحساس بالذنب كما يقلل من توتره وخوفه ويكسبه شجاعة وهمية، إضافة الى احساسه بالكمال والقوة والسيطرة...⁴

شخصية المدمن هي شخصية غير مستقرة يمكن رصد كل مواصفاتها بشكل دقيق، لكن عموما هي مجموعة صفات شائعة بين المدمنين نلخصها فيما يلي:

¹ ناصر محي الدين، المرجع السابق، ص 18

² كريستينا كولر أزارا، الإدمان والمخدرات من يستطيع المساعدة، إدارة مجلس الصحة والخدمات الاجتماعية، برلين، 2016، ص 11

³ ابتسام محمد الحضائنة، المرجع السابق، ص 16

⁴ يوسف سظام العنزي ومحمود عطية اسماعيل، المرجع السابق، ص 14

- المشاعر السلبية؛ كالقلق والاكتئاب والشعور بالذنب والعزلة وعدم تقدير الذات...
- صعوبة التكيف مع الضغوط
- ضعف مهارات المواجهة وحل المشكلات
- البحث الدائم عن المثبرات؛ ما يقودهم دائما الى تجريب أنواع جديدة من المواد
- الميل الى المغامرة والمجازفة
- ضعف الإرادة والعزيمة
- التبعية للآخرين والتأثر السريع

المبحث الرابع: توظيف الفنون الجميلة في علاج الإدمان

1/ بعض الدراسات السابقة في هذا المجال:

الخصوص في هذا المجال نجد أن هناك العديد من الدراسات السابقة فيه، والتي طبقت هذه التقنية على مجموعات من المدمنين ودرست النتائج، نذكر منها:

- دراسة كوكس وبراييز Cox & price (1990)
- دراسة مايرك Mierke (1995)
- دراسة هانس Hanes (2007)
- دراسة دكسون Dickson (2007)
- دراسة كولجان وآخرين (2008)
- دراسة ديهلز Diehls (2008)
- دراسة نوزال Nosal (2008)
- دراسة سهام درويش أبو عيطة ولينا الحاج حسن (2014)
- دراسة صفية عبد الرحمان (2014)

هي دراسات أجنبية وعربية وظفت الفن ودرست تأثيره على المدمنين وكلها كانت لها نتائج إيجابية مؤكدة لأهمية هذا الأسلوب العلاجي الحديث.

2/ العلاج بالفن والادمان:

يعد الإدمان مشكلة معقدة ومتعددة الأوجه، يؤثر على الفرد والعائلة والمجتمع ككل، فنرى المدمن كتلة من الطاقة السلبية، مستسلما محبطا، غير مدرك لذاته ولا لما يريد، فهو لا يستطيع التعبير عما بداخله وضغوطاته، فكيف له

بمواجهتها، وهنا يأتي دور العلاج بالفن ليساعده على إدراك ذاته وتخطي كل تلك الصفات السلبية والنهوض نحو التشافي والاقلاع. وتكمن أهمية العلاج بالفن بالنسبة للمدمن في:

العمل الفني يتيح لأي شخص التعبير عن مشاعره وأفكاره ودوافعه وصراعاته وحاجاته بطريقة رمزية، فالتقنيات والألوان تعتبر أداة تشخيصية مهمة

التعبير الفني التلقائي يتيح اسقاط المكبوتات الداخلية كالمخاوف، وتحسيدها بكل حرية وكذا تأملها وفهمها بكل موضوعية.

يساهم في التنفيس عن الضغوطات والصراعات والتوترات...

إنجاز أي عمل فني ومدحه من طرف الآخرين يشعر صاحبه بالإنجاز والنجاح ويعيد له ثقته بنفسه.¹

يعتبر الإدمان فقدان سيطرة الشخص على ذاته، هذا الخروج عن السيطرة يجعله يشعر بالعار والخجل وقد تكون الباب الأول والمنطلق لباقي المشاعر السلبية، وهنا تم توظيف الفن للتخلص من هذه المشاعر والتعرف على الاضطرابات والحد منها ومن بعض الأفكار كالإنكار.²

لقد عمل العديد من الباحثين والدارسين - خاصة في أمريكا - على توظيف العلاج بالفن أو الابداع لتجاوز مشاعر الخجل والعار والانكار، فالأشخاص المبدعون يسيرون في طريق تحقيق الذات، ويرون أن الابداع يساعد على إقامة روابط بين الفرد والعالم ويدعم الصحة العاطفية، كما يرونه متعة واحتفال بالحياة، يقول أحد الباحثين: "إن الفنون التي اعتادت على التحدث بلغة الروح لديها وصول مباشر أكثر الى الصراعات العاطفية والألم النفسي". فهي تصل الى التجارب التي يصعب التعبير عنها بالكلمات.³

¹ -صفية عبد الرحيم، المرجع السابق، ص 36 37

² _CATHY-A.Malchiodi, OPTIC, p882

³ _IBID, p283 284

3/ الجلسات:

يقوم تقسيم الجلسات وترتيبها على هدفها الرئيسي:

الجلسة 01: تحقيق الأمان مع الذات والمجموعة

فالأمان والاحتواء أمر ضروري في عملية العلاج، ويكون ذلك عن طريق التعارف والتحدث عن الرغبات والشخصيات ومختلف الجوانب، وكذا وصف عملية العلاج وكيفية السير بها.

ومن ثم تقديم توجيهات فنية مثل:

- عرف نفسك في صورة
- ارسم صورة للظروف التي دفعتك للعلاج
- ارسم ما تشعر به تجاه وجودك هنا

كل هذا يساعد على كسر الخجل والاندماج والتشخيص في آن واحد.

الجلسة 02: فهم طبيعة الإدمان

وهو تحد صعب بالنسبة للمدمنين لأنهم يهربون من الاعتراف، فمن الضروري التدرج في المعلومات للتغلب على الانكار والتصالح مع الذات وقبول العلاج

توجيهات فنية:

- ارسم ادمانك
- ارسم ما يحدث لك عندما تكون تحت تأثير المواد
- ارسم سلوكيات تغير مزاجك
- ارسم مدى صعوبة التحكم في ادمانك / ارسم كيف تشعر بالعجز¹

الجلسة 03: اختراق الانكار

فأغلب المدمنين ينكرون مدى سوء حالتهم، وتجاهل المشكلة والقاء اللوم على الآخرين بسبب تفاقم الوضع، ففهم المشكلة جزء من العلاج.

¹ _Cathy A.Malchiodi, OPTIC, p284_ 287

توجيهات فنية:

- ارسم صورة تمثل كل ما فقدته نتيجة ادمانك
- ارسم عواقب الإدمان الخارجية والداخلية
- ارسم ما يحفزك على ترك الإدمان
- ارسم متى تكون أكثر عرضة للإدمان

الجلسة 04: الاستسلام لعملية التعافي

بعد كسر قيود الخجل والانكار يكون المدمن قد قضى جزءا كبيرا من العلاج، هنا يصبح عليه مواصلة السير والانضباط أكثر وكذا إقامة علاقات اجتماعية إيجابية تدعم العملية العلاجية، وهكذا يصل المدمن الى اصلاح ما بداخله وكذا ما خارجه وحوله ليصل الى التعافي والاقلاع

توجيهات فنية:

- ارسم صورة عن جميع فوائد حضور جلسات العلاج
- ارسم نفسك محاطا بأشخاص يهتمون بك
- ارسم ما ترغب أن يكون في المعالج
- ارسم علاقاتك بقوة أعلى¹

الجلسة 05: فهم أصول المشاعر السلبية

عندما يبدأ العملاء في التشافي قد يتعرضون لمشاعر الخجل مما مرو به ويخشون مواجهة المجتمع. وهنا وجب توظيف الفن لصنع صورة جديدة للحياة وفهم معناها بشكل مختلف وكذا إعادة بناء ثقتهم بأنفسهم. فهم المدمن أنه هو أيضا كان ضحية لمحيط سيء أو عائلة لم تقم بواجبها يساعده على التخطي. أغلب المشاكل الحالية للمدمنين هي نتيجة لما تعرضوا له في الطفولة وهنا المعالج يساعدهم على تجاوز ذلك.

توجيهات فنية:

- ارسم صورة عما لم تحصل عليه قط عندما كنت طفلا ولا تزال تشتاق اليه
- عمل جماعي يظهر طريق التعافي

¹ _Cathy A.Malchiodi, OPTIC, p287_289

- أنشئ صورة لطفلك الداخلي وكيف يتم الاعتناء به من طرف الجزء البالغ منك
- رسم مسلي للطفل الداخلي وخلق بيئة آمنة¹

هذه الجلسات الخمس هي مختصر لعملية العلاج الحقيقية التي تجعل من كل جلسة أكثر من واحدة، وتناولنا مجال الرسم فقط كمثال لا أكثر حيث يمكن توظيف مختلف مجالات الفنون.

الإدمان هو عملية معقدة قد تشمل العديد من المواد الادمانية وهي نتيجة لمجموعة أسباب مختلفة سواء من المحيط أو من شخصية المدمن بذاته، هذه الشخصية التي هي في الأساس شخصية مضطربة -قبل الإدمان- وتزداد سوءا بعده، لذلك فإن عملية العلاج هي عملية لإعادة بناء شخصية سوية من جديد وهي عملية تدريجية تتطلب الالتزام والرغبة في التعافي للوصول الى النتائج المرجوة.

ومن بين الحلول المبتكرة لعلاج هذه الظاهرة هو توفير مختلف المراكز الخاصة بهذه الفئة، قصد دعمهم ومساندتهم على الإقلاع والتعافي، خصوصا إذا كانت مراكز تتسم بالليوننة وتبتعد عن الصرامة والقسوة وتقوم على برامج مسلية ومتنوعة وجميلة كبرامج العلاج بالفن، وهو المشروع المقترح من طرفنا وتم دراسته في هذا البحث

¹ _Cathy A.Malchiodi, OPTIC, p290_ 292

الفصل الثالث:

دراسة جدوى المشروع

في هذا الفصل سنتناول دراسة جدوى مشروع مقترح

تحت القرار الوزاري 12-75

"مركز علاج الإدمان بالفنون الإبداعية"



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان

نموذج العمل التجاري BMC

رقم المشروع: FDLDL-034

كلية: الآداب واللغات

قسم: الفنون

اسم المشروع: مركز علاج الإدمان بالفنون الإبداعية

الأستاذ المشرف: أ.د. لعمى عبد الرحيم

الطالبة: شهرزاد بن صفية

Année universitaire : 2023/2024

1- القيمة المقترحة

المشاكل التي نحلها لعملائنا:

مختلف مشاكل التعود والإدمان بمختلف أنواعه؛ ادمان المخدرات، الكحوليات، التدخين، وحتى الألعاب الالكترونية والانترنت

الاحتياجات التي يلببها منتجاتنا أو خدماتنا لعملائنا

– مساعدة المدمنين على الإقلاع والتخلي عن العادات السلبية واكتساب صحة نفسية جيدة ومجموعة من السلوكيات الإيجابية واكتساب خبرات في مجالات الفنون الجميلة (رسم، نحت، مسرح، موسيقى) والفنون التطبيقية (حدادة، نجارة،...) وبعض النشاطات اليومية (الطبخ، الحلاقة، الزراعة...)

خارج أوقات العلاج لعامة الناس وكل المهتمين

- قاعة الرياضة للمهتمين مع اشتراك شهري
- ورشات لتعلم الفنون الجميلة
- دورات تكوينية في علم النفس وتنمية الذات
- رحلات سياحية

الاختلاف بين عروضنا وما يقدمه المنافسون:

أولا نرى نقص المنافسين في هذا المجال، في السوق الجزائرية نرى ندرة لمراكز علاج الإدمان الخاصة، وتلك المراكز العمومية عددها قليل مقارنة بمساحة الجزائر وعدد السكان كما أنها تكتسب سمعة سيئة من ناحية البرامج وطرق التعامل.

من ناحية الاختلاف يتميز مركزنا ببرنامجه الفريد والمتنوع والغني والسلس في تطبيقه. فهو يوظف العلاج بالفن بدل العلاج النفسي الكلاسيكي أو العلاج بالأدوية. وهو أسلوب جديد وغير معمول به في الجزائر رغم أنه متداول في البلدان المتطورة بصفة عامة.

كما أن أسعار الاشتراك الشهرية في قاعة الرياضة والورشات الفنية تعتبر أسعار تنافسية

العرض الفريد للقيمة لدينا

- ورشات الفنون الجميلة
- ورشات الفنون التطبيقية
- الرياضة
- الإقامة
- الدورات التكوينية
- الخرجات السياحية

2- أنواع العملاء:

العملاء او الزبائن الرئيسيون:

يتعامل مركزنا مع كل من يعاني من الإدمان والتعود المرضي ومع عائلاتهم أو أقاربهم أو أصدقائهم على مستوى الولاية ووطنيا

الفئات المختلفة من العملاء التي تستهدفها

هدفنا الشباب المعتل، ذكورا وإناثا، انطلاقا من سن 15 سنة، ولائيا ووطنيا

الاحتياجات الخاصة لكل فئة من العملاء

- المتابعة، الاحتواء، المساعدة والدعم النفسي للاقلاع عن الإدمان
- تسيير البرنامج وفق اهتمامات المشاركين
- توجيه كل فئة لما يهمها؛ مثلا الاناث: ورشة الطبخ والحلاقة الذكور: ورشة النجارة والحدادة...

- الخرجات السياحية من حين لآخر

تصنيف عملائنا الى مجموعات مختلفة

■ قبل التعامل والتسجيل في المركز:

- مدمنين (انطلاقا من 15 سنة ذكورا واناثا على المستوى الوطني)

– أولياء/ أقارب/ أصدقاء للمدمنين

● بعد التسجيل في المركز:

– ذكور أقل من 25 سنة

– ذكور أكبر من 25 سنة

– إناث أقل من 25 سنة

– إناث أكبر من 25 سنة

وهو تقسيم أولي نسبي حتى يسهل على كل فرد الاندماج مع مجموعة أقرب إليه سنا وجنسا

3- علاقة مع العملاء:

نوع العلاقة:

علاقة المريض بالطبيب

مساعدة، احتواء، دعم

الحفاظ على العلاقات مع عملائنا:

المعاملة والأسلوب الحسن

السلاسة في تطبيق البرنامج وتقديم بعض التسهيلات عند الحاجة في حالات الضغط وفق

تعليمات المختصين

التأكيد على الصحة النفسية لكل فرد والمتابعة الفردية للوصول الى الفائدة النتائج الايجابية

كيف يمكننا تحسين أو تخصيص تفاعلاتنا مع عملائنا؟

تقديم مزايا عند التسجيل الجماعي (أكثر من شخص) تخفيضات مثلا وهدايا لمن

يساهم في جلب عميل جديد

4- قنوات التوزيع :

يقدم مركزنا خدمات علاجية، فهو لا يستغل أي قنوات لتوزيع هذه الخدمات،

تستخدم وسائل التواصل الاجتماعي وقنوات التلفاز من أجل الاشهار وتوضيح خدمات المركز

للعلاء

5- الشراكة الرئيسية:

شركاؤنا الرئيسيون

يعمل المركز بالتنسيق مع كل من: حاضنة الأعمال، مديرية الثقافة، مديرية النقل،

مديرية الصحة، التكوين المهني، مديرية السياحة

الشراكات التي تساعدنا على خفض التكاليف أو الوصول إلى موارد جديدة أو تحسين

قيمتنا المقترحة

موردوا/ موزعو المواد الغذائية

6- الأنشطة الرئيسية:

الأنشطة الرئيسية التي يجب علينا القيام بها لتقديم قيمتنا المقترحة

- التشخيص
- العلاج عن طريق ورشات الفنون الجميلة
- ورشات الفنون التطبيقية
- الخرجات السياحية
- الحصص الرياضية
- الدورات التكوينية لبناء الشخصية
- الإقامة والأنشطة اليومية

العمليات الأساسية لشركتنا

الجلسات والاستشارات والمتابعة النفسية

الورشات

الأنشطة التي تخلق أكبر قيمة لعملائنا

— الفنون الجميلية

— الفنون التطبيقية

— الرياضة

— السياحة

6-الموارد الرئيسية

الأصول المادية وغير المادية والبشرية الأساسية لدينا

● الأصول المادية:

— الإقامة: أسرة، أفرشة، مكيفات، ...

— مطعم: أجهزة الطبخ، أواني، أكل....

— المكاتب: الطبيب النفسي، الممرض، الاستقبال

— الورشات: ورشة الرسم: طاولات، كراسي، أدوات الرسم، خزانة

— ورشة المسرح: كراسي، خشبة مسرح

— ورشة الموسيقى: كراسي، أدوات موسيقية، خزانة

— ورشة الصلصال: كراسي، طاولات، حنفيه، أدوات التشكيل والمادة الأولية

— ورشة النجارة: خشب، آلة تقطيع يدوية، أدوات النجارة

— ورشة حدادة: حديد، أداة اللحام، آلة التقطيع، مختلف أدوات اللحام....

— مشتلة: نباتات منقولة، أدوات الزراعة

— قاعة رياضة

— ورشة حلاقة: كراسي، مرايا، أدوات الحلاقة

— قاعة الدورات والمحاضرات: كراسي، جهاز العرض

● العنصر البشري:

- مسؤول الاستقبال والادارة
- طبيب نفسي ومدرب تنمية بشرية
- ممرض
- مدرب في العلاج بالفن التشكيلي
- مدرب موسيقى
- مدرب مسرحي
- مختص في الصلصال
- أستاذ نجارة
- أستاذ حدادة
- اخصائي نباتات
- مدرب رياضي
- أستاذ حلاقة
- طبخ
- مداوم (شخصان أو أكثر يعملان بالتناوب لمراقبة سيرورة الإقامة)

الأدوات والتكنولوجيا أو الشراكات التي نحتاجها لتحقيق النجاح

التنسيق مع دور الثقافة لتنظيم المعارض الفنية
التنسيق مع التكوين المهني لتقديم شهادات معتمدة في أحد مجالات التكوينات

المزايا التنافسية الرئيسية لمواردنا

- جودة الإقامة
- جودة الأكل
- حسن الاستقبال والتعامل
- الدورات المقدمة

– الشهادات المعتمدة

– الخرجات السياحية

– البرنامج المتنوع

7- : التكاليف

ما هي التكاليف الثابتة والمتغيرة المرتبطة بنموذجنا الاقتصادي؟

التكاليف الثابتة:

التجهيزات	السعر (دج)	العدد	السعر الكلي
سرير	6000	25	150000
ماطلا	3000	25	75000
وسائد	500	25	12500
أغطية	3000	25	75000
مكيف	78000	2	156000
مدفئة	25600	2	51200
خزانة ملابس	20000	10	200000
موقد	30000	1	30000
فرن	30000	1	30000
ثلاجة	150000	1	150000
خلاط	20000	1	20000
عجان	40000	1	40000
أواني الطبخ	50000	/	50000
أواني الأكل	50000	/	50000
طاولة أكل 5 أشخاص	25000	5	125000
مكتب	15000	5	75000
خزانة وسائل وملفات	30000	3	90000
كراسي	3500	90	315000
طاولة لشخصين	5200	14	72800

20000	1	20000	خشبة مسرح
200000	/	200000	أدوات موسيقية
400000	/	400000	مجموعة أدوات النجارة
17500	1	17500	آلة اللحام
50000	1	50000	آلة تقطيع الحديد
50000	/	50000	مجموعة أدوات الحدادة
10000	/	10000	أدوات المشتلة
2000	10	200	اصيص
285000	3	95000	جهاز المشي
450000	3	150000	جها cardio series bike
10000	10	1000	حبال القفز
50000	/	50000	اثقال
3500	1	3500	كيس ملاكمة
12500	5	2500	قفازات ملاكمة
15000		15000	كرات
25000	2	12500	سرير رفع الأثقال
26900	1	26900	حافضة مياه
1000000	/	1000000	3 أجهزة رياضية مختلفة
35000	1	35000	جهاز العرض
25000	1	25000	شاشة الاسقاط
20000	1	20000	وحدة مركزية
2500	1	2500	مكبر صوت
2500	1	2500	فأرة ولوحة مفاتيح
30000	/	30000	مجموعة أدوات الحلاقة
40000	2	20000	خزان مياه 2000 لتر
9000	3	3000	مرآة متوسطة
4526400			المجموع

وسائل متغيرة (كل فترة)

المواد	التكلفة اليومية	التكلفة خلال الدفعة (شهرين)	التكلفة سنويا (5 دفعات)
الأكل ومواد التنظيف	16000	960000	4800000
أدوات الرسم	/	50000	250000
الصلصال	/	10000	50000
الخشب	/	40000	250000
الحديد	/	40000	250000
المجموع		1100000	5500000

أجور الموظفين

الوظيفة	العدد	الأجر الشهري	الأجر السنوي
الاستقبال والإدارة	2	25000	600000
محاسب ومسير	1	50000	600000
طبيب نفسي	1	80000	960000
ممرض	1	30000	360000
مدرب العلاج بالفن التشكيلي	1	40000	480000
مدرب موسيقى	1	40000	480000
مدرب مسرح	1	40000	480000
مختص في الصلصال	1	30000	360000
أستاذ نجارة	1	30000	360000
أستاذ حدادة	1	30000	360000
مسؤول المشتلة	1	30000	360000
مدرب رياضي	1	30000	360000
أستاذ حلاقة	1	30000	360000
طباخ	1	50000	600000
مداوم (مسؤول الإقامة)	2	30000	720000

7440000			المجموع
---------	--	--	---------

تكاليف مختلف الخدمات الضرورية:

الخدمات	التكلفة الشهرية	تكلفة الثلاثي	التكلفة السنوية
الكراء	80000	/	960000
الكهرباء/الغاز	/	50000	200000
الماء		10000	40000
كراء الحافلة	20000	/	200000
المجموع			1400000

8-: مصادر الدخل

المنتجات أو الخدمات التي يكون عملاؤنا على استعداد لدفع ثمنها

- التسجيل في برنامج علاج الإدمان بالفنون الإبداعية لمدة شهرين مع الإقامة مدة العمل هي 10 أشهر سنويا، وشهرين عطلة مدفوعة.
- مدة علاج كل شخص انطلاقا من شهرين حسب الحالة
- خلال السنة لدينا 5 دفعات، عدد المعالجين في كل دفعة 20 شخص
- عدد عملائنا سنويا 100 عميل

الطرق المختلفة التي يمكننا من خلالها تحقيق الدخل

- الانخراط في قاعة الرياضة
 - الانخراط في الورشات الفنية
 - خرجات سياحية
- خارج برنامج وأوقات العلاج

نموذج التسعير لدينا

- التسجيل والمشاركة في برنامج العلاج المتكامل بمختلف الورشات مع الإقامة؛
1500000 دج، من هذا الجانب المداخيل السنوية 1500000 دج
 - توظيف قاعة الرياضة لغير المدمين باشتراك شهري 1000 دج، عدد المنخرطين 20، اذن
المداخيل السنوية من هذا الجانب 240000 دج
 - التسجيل في ورشات الفنون الإبداعية اشتراك شهري 1000 دج، عدد المنخرطين سنويا
20، المداخيل السنوية من هذا الجانب 240000 دج
- المجموع: 15480000 دج

Business Model Canvas : BMC

الشراكة الرئيسية

1. حاضنة الأعمال
2. مديرية الثقافة
3. مديرية الصحة
4. مديرية النقل
5. التكوين المهني
6. مديرية السياحة

الأنشطة الرئيسية

1. دورات تكوينية للمعالجين بالفن
2. تسويق واشهارات
3. التسجيلات
4. انطلاق برنامج العلاج
5. التسجيل ووضع قاعة الرياضة تحت خدمة المهتمين
6. التسجيل والانضمام الى ورشات الفنون

الموارد الرئيسية

المركز، الإقامة، المطعم، العتاد الخاص بكل الورشات والإقامة والمطعم.
الموظفين بمختلف المهام

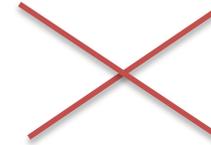
القيمة المقترحة

1. علاج الإدمان
2. قاعة رياضة
3. ورشات الفنون
4. رحلات سياحية

علاقة مع العملاء

1. علاقة علاج
2. تعليم
3. تقديم خدمات

قنوات التوزيع



انواع العملاء

1. المدمنين
2. أهاليهم وأقاربهم
3. المهتمين بالرياضة
4. المهتمين بتعلم الفنون
5. المحتمين بالخرجات السياحية

التكاليف (سنويا)

التكاليف الثابتة: العتاد والوسائل.
وسائل متغيرة (كل مدة): الأكل وأدوات الورشات: 5600000 دج
أجور العمال: 6360000 دج
تكاليف مختلف الخدمات: الكراء، الغاز، الكهرباء، الماء، الحافلة: 860000 دج
المجموع الكلي: **18866400 دج** المجموع دون احتساب العتاد: **14340000 دج**

مصادر الإيرادات (سنويا)

مستحقات برنامج العلاج: 15000000 دج
مستحقات الاشتراك في قاعة الرياضة: 240000 دج
مستحقات الاشتراك في ورشات الفنون: 240000 دج
المجموع: **15480000 دج**

خاتمة

يعتبر العلاج بالفن أحد أنواع العلاج النفسي يقوم على تطبيق برامج تدريبية علاجية الأساس فيها هو الفن، لمساعدة مرضى تعرضوا لصدمات ومشاكل مختلفة جعلتهم يعانون من صعوبات بالغة في التعبير والتواصل، فتساعدهم هذه البرامج على معرفة ذواتهم والتعبير عنها بشكل أعمق وأكثر فعالية.

فكرة ربط العمل الفني بنفسية صاحبه هي فكرة قديمة قدم الانسان، فالإنسان الأول عبر عن حالته برسومات وخربشات على جدران الكهوف، وفي مختلف الحضارات القديمة نجد مثل هذه التعبيرات الفنية سواء في الأواني أو في المعابد والمنازل.... أما فكرة التشخيص عن طريق الفن فهي من انتاج المفكر والفيلسوف والعالم النفسي فرويد الذي يرجع اليه فضل تأسيس هذا العلم الحديث، تبعه في نفس السياق -سياق التحليل النفسي-المفكر يونغ، أما كمصطلح فقد نشأ عام 1942 على يد ادريان هيل.

الهدف الرئيسي لهذا الأسلوب العلاجي هو تسهيل عملية التعبير والتواصل لمن لا يحسنون ذلك، كما يستعمل في التشخيص وتغيير نظرة المرضى للحياة، وتغيير كل الأفكار والمشاعر التي تدعم ثقة الفرد بنفسه وبناءه لذاته، ويشمل كل من الفن التشكيلي، الموسيقى، المسرح.... ويمارس هذا الأسلوب من طرف مختص يسمى "معالج بالفن" جمع في دراسته بين مجال علم النفس ومجالات الفنون.

من جهة أخرى، الإدمان هو التعود المرضي على أحد المواد الادمانية (مادية كانت أو معنوية) التي تسبب أضرار جسدية وأخرى نفسية بالغة، عموما يصل الأفراد الى هذه الحالة إما بسبب المحيط و البيئة التي يعيشون فيها أو بسبب شخصياتهم الضعيفة أو المضطربة أو بسبب طبيعة هذه المواد الادمانية، عموما له خمس مراحل وكل مرحلة أسوء مما قبلها، تسحب الشخص تدريجيا الى الهاوية، هذا الشخص الذي بدوره يتصف بالاضطراب وكثرة المشاعر السلبية، كما يتميز بعدم قدرته على التواصل ولا على مواجهة المشاكل وحلها وكذا سهولة التأثير عليه وقيادته.

عملية علاج هذا الشخص المعتل وفق برنامج العلاج بالفن تقوم على مجموعة من الجلسات التي تكون جماعية في أغلب الأحيان، تنطلق من التشخيص، عن طريق طلب رسم رسومات تعكس أفكاره ونظراته لذاته وكذا نظراته لمن حوله ومن ثم محاولة التواصل وتغيير الأفكار وصولا الى تغيير المشاعر والتصالح مع الذات كل هذا عن طريق جلسات مختلفة لكل منها مهام محددة تحقق هذه الأهداف المرجوة مع ضرورة التدرج في ذلك والالتزام الدائم من طرف المعالج والمعالج على حد سواء.

قائمة المصادر والمراجع:

المصادر:

- ابن منظور، لسان العرب، مادة فن، ج13، دار صادر، بيروت
- شوقي ضيف، شعبان عبد العاطي عطية، أحمد حامد حسين، جمال مراد حلمي وعبد العزيز النجار، معجم الوسيط، ط4، مكتبة الشروق الدولية، مصر، 2004

المراجع:

❖ المراجع العربية:

الكتب:

- احمد مختار عمر، معجم اللغة العربية المعاصرة، ط 1، عالم الكتب، القاهرة، 2008
- بطرس حافظ بطرس، المشكلات النفسية وعلاجها، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن، 2010
- جواد فطائر، الإدمان أنواعه مراحلها وعلاجه، دار الشروق، القاهرة، 2001.
- صلاح الدين أبو عياش، مصطلحات الفنون، ج 2، ط 1، دار أسامة للنشر والتوزيع، الأردن، عمان 2015
- طارق العذارى، المسرح وعلم النفس، ط1، دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان الأردن، 2018
- عادل الدمرداش، الإدمان مظاهره وعلاجه، ط1، دار المعرفة، الكويت، اغسطس 1982
- منى علي الحمود، دور الفنون في تعزيز التواصل الحضاري بين الشعوب، ط 1، مكتبة الملك فهد، الرياض 2022
- مها عبد الله البريكان، العلاج بالفن كمدخل للصحة النفسية، ط 1، الدار العربية للعلوم ناشرون، بيروت لبنان 2020
- ناصر محي الدين، الإدمان مخاطره وعلاجه، ط 2 معدلة، التعليم والتثقيف والابداع المستمر لسمو العمرانية والعالمية والكونية، 1440هـ، 2019
- نجلة عبد الفتاح، العلاج النفسي بالموسيقى، ط 1، عالم الكتب، القاهرة، 2006

المقالات:

- أسامة علي محمد احمد، فاعلية الأنشطة الموسيقية المتنوعة لتنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس بالجامعات المصرية، مجلة علوم وفنون الموسيقى، المجلد 42، كلية التربية الموسيقية، يناير 2020
- جمال علي خليل الدهشان ومحمد محمد غنيم سويلم، مخاطر إدمان التلاميذ للألعاب الالكترونية القتالية وأساليب مواجهتها، مجلة العلوم التربوية بالكلية، جامعة القاهرة، المجلد 29، العدد 1، يناير 2021
- حليلة عكسية، معتقدات المراهقين المتدربين في التعليم الثانوي حول سلوك التدخين، مجلة العلوم النفسية والتربوية، جامعة باتنة 2020
- خرف الله علي وجهيدة سعدالعايب، المدمن نحو العلاج... الوصم الاجتماعي له كعقل للعملية العلاجية، ملتقى وطني حول الإدمان على المخدرات في المجتمع الجزائري، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة باتنة 1، ديسمبر 2018
- رانيا سامي كمال أحمد، البناء النفسي لمدمن متعافى من ادمان بعض المواد ذات التأثير النفسي (دراسة حالة)، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، جامعة حلوان، المجلد 22، عدد يوليو 2022، ج 4
- رباب عبد الفتاح أبو الليل محمد، سيكولوجية متعاطي هيروين وكحوليات (دراسة حالة)، كلية التربية والعلوم، الخرمة، جامعة الطائف.
- رندا محمد سيد احمد، العلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد وادمان الألعاب الالكترونية لدى عينة من الطالبات الجامعيات، دراسة تنبؤية، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، المجلد 3، العدد 51، 2020.
- ريان ناصر الزهراني ونجلاء علي الزهراني، ادمان المخدرات وسوء استخدام العقاقير والأدوية الطبية، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 25.
- زهرة خواني، مساهمة الدراسات المتخصصة في علاج أطفال التوحد، مجلة النص، المجلد 9، العدد 1، 2022،
- سامية محمد صابر محمد عبد النبي، فاعلية استخدام العلاج بالفن "الرسم" في تخفيف الحدة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة، دراسة علاجية، مدرسة الصحة النفسية، كلية بنها
- سعيد زيوش، تأثير المخدرات على العلاقات الاجتماعية عند المراهقين، دراسة ميدانية بمركز علاج المدمنين أبو بكر بلقايد ولاية البويرة.
- سمر حسن، إدمان ألعاب الفيديو وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد 130، أكتوبر 2022

- سهام درويش أبو عيطة ولينة الحاج حسين، فاعلية العلاج التعبيري في تقليل الاضطرابات النفسية وتحسين تقدير الذات والدعم الاجتماعي لدى المدمنين، مجلة دراسات للعلوم التربوية، العدد 1، المجلد 41، الجامعة الهاشمية الزرقاء، الأردن، 2014
- صباح مرشود منوخ ووفاء كنعان خضر، الإدمان على الانترنت وعلاقته بأزمة الهوية لدى طلبة المرحلة الإعدادية، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، كلية التربية والعلوم الإنسانية، جامعة تكريت، 2019
- عبد العزيز بن عبد الرحمان الدقيل، أهمية العلاج بالفن التشكيلي وتطبيقاته التجريبية المختلفة، مجلة الفنون والعلوم التطبيقية، المجلد 7، العدد 4، جامعة دمياط 2020
- عبد الغني تيايبي، دراسة فاعلية برنامج ارشادي مقترح لتخفيف حدة لهفة الإدمان على المخدرات، دراسة ميدانية بمستشفى البلدية، مجلة البحوث والدراسات الإنسانية، العدد 02، المجلد 16، سنة 2022، جامعة محمد الشريف مساعدي، سوق اهراس، الجزائر
- عبد المجيد محمد ربيع، الإدمان على مشاهدة الأفلام والانترنت وعلاقته بالتأخر الدراسي، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، كلية التربية والعلوم الإنسانية، جامعة تكريت، 2023
- عبد المطلب امين القريطي، العلاج بالفن مفهومه واسسه أهدافه وفتياته، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 22، العدد 77، 2012
- عون عوض، سيكولوجيا تعاطي المخدرات وادمانها لدى الفتاة الجامعية (دراسة حالة)، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد 1، العدد 3، 2013
- فتن محمد المومني وقاسم محمد سمور، أثر برنامج ارشاد جمعي يستند الى العلاج بالفن في خفض الاكتئاب والقلق وزيادة الرضا عن الحياة لدى كبار السن في دور الرعاية، مجلة دراسات للعلوم التربوية، المجلد 44، العدد 2، 2017
- قدي سومية، إدمان الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالتنمر في الوسط المدرسي، مجلة التنمية البشرية، العدد 10، مارس 2018.
- كريمة عبد المنعم مهدي، بعض الاضطرابات النفسية المرتبطة بادمان الترامادول لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية الدراسات الإنسانية، العدد 15، يونيو 2015
- ماهر إسماعيل صبري، فعالية الحوار الدرامي في تعديل الأفكار الخاطئة عن الإدمان والمخدرات لدى طلاب المرحلة الثانوية، دراسة تجريبية، المؤتمر العلمي الثالث للجمعية المصرية للتربية العلمية، كلية التربية، جامعة الزقازيق - فرع بنها، الإسماعيلية، أوت 1999

- محمود عزب، تأثير التدخين على بعض المتغيرات الفيزيولوجية لدى طلاب تخصص التربية الرياضية، مجلة جامعة فلسطين التقنية للأبحاث، 2021
- مهدي شهاب أحمد، الإدمان على التدخين وطرق الوقاية منه، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، قسم العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة تكريت، المجلد 36، العدد 3، 2019
- يوسف سطاتم العنزي ومحمود عطية إسماعيل، السياق النفسي والاجتماعي لإدمان المخدرات وطرق الوقاية منها (دراسة ميدانية)، مجلة بحوث كلية الآداب، جامعة تبوك.

أطروحة ماجستير:

- ابتسام محمد الحضونة، الخصائص الشخصية المميزة للمدمنين مقارنة بغير المدمنين، ماجستير علم النفس، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، 2005
- أمل بنت علي بن ناصر الزبيدي، ادمان الانترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى، رسالة ماجستير، قسم التربية والدراسات الإنسانية، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى، 2014
- أمل محمد رضا، أثر الإعلان التوعوي في تحديد ظاهرة التدخين لدى الطلبة في الجامعات الأردنية الخاصة، ماجستير تصميم غرافيكي، قسم التصميم الغرافيكي، كلية العمارة والتصميم، جامعة الشرق الأوسط، 2017
- صفية عبد الرحيم محمود شعار، أثر العلاج التعبيري في تطوير مهارات التواصل والتوافق لدى مدمني المخدرات، رسالة ماجستير، تخصص الارشاد الأسري، الجامعة الهاشمية: الزرقاء، الأردن، 2014

مذكرة ماستر:

- إداو علي هاجر وعوماري الشريفة، أثر إدمان المخدرات على القدرات المعرفية للمراهق المتدرب، قسم علم الاجتماع، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية، جامعة أحمد دراية، ولاية أدرار، 2022 /2021
- عميرة تركية وقريني نور جيهان، التوظيف النفسي لدى الفرد المدمن على المخدرات، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة 8 ماي قالم، 2021/2020.

مذكرة ليسانس:

- صباط بديدة وسويعد أسماء وحليس ياسمينية، أسباب الإدمان على الأنترنت لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل، 2023/2022

محاضرات:

- عباس حسين مغير الربيعي، محاضرات التأثيرات الصحية للتدخين، قسم العلوم العامة، كلية التربية الإسلامية، جامعة بابل

منشورات:

- كريستينا كولر أزارا، الإدمان والمخدرات من يستطيع المساعدة، إدارة مجلس الصحة والخدمات الاجتماعية، برلين، 2016
- منشورات وزارة الصحة البحرينية النشرة الالكترونية، تعزيز الصحة، ماي 2022
- محمد مناور المطيري، الإدمان بين الأسباب والحلول، الإدارة العامة لمكافحة المخدرات، قطاع الأمن الجنائي، وزارة الداخلية، دولة الكويت.

❖ المراجع الأجنبية:

الكتب:

- Association français de recherches, repère métier art-thérapie, idition 12, France 2022,
- Cathy A.Malchiodi ,hand book of art therapy , the Guilford press , newyork, london2003
- David Edwards, art therapy, SAGE publications, London, 2004,
- Elinor Ulman, art therapy, international psychotherapy institute, USA, 2012,

- Guilia Mizoule, l'art thérapie : pour qui ? Pourquoi ?
Comment ? de la découverte à la pratique, thèse Doctorat en pharmacie, faculté de pharmacie, Aix Marseille université, 2017
- Lise Pelletier, L'art-thérapie et l'empowerment : enjeux et perspectives, mémoire de fin d'étude, université du Québec en ABITIBI-Témiscamingue, décembre 2013
- Sylvie coia, l'art thérapie dans les centres de loisirs et culture, mémoires de fin d'études pour l'obtention du diplôme d'animatrice socioculturelle, Haute Ecole Santé Sociale Valais, mars 2006

فهرس الأعلام والشخصيات

- أدريان هيل: أول من استعمب مصطلح "العلاج بالفن" عام 1942 ، وهو الفنان والمعلم البريطاني الذي بدأ عمله العلاجي مع زملائه المرضى في مصلحة السل.
- إدوارد آدمسون (31 مايو 1911 - 3 فبراير 1996) فناناً بريطانيّاً بارز، يعتبر «أبو العلاج بالفن في بريطانيا» اشتهر بعمله الرائد في استخدام الفن كوسيلة للعلاج والتأهيل، خاصة للمرضى الذين يعانون من أمراض عقلية ونفسية.
- إديث كرايمر: أمريكية، عملت كمعلمة للفنون والمعالجة بالفن للأطفال المضطربين، كما درست التحليل النفسي.
- إنور إلمان: (1910- 1997) فنانة ومؤسسة العلاج بالفن؛ أمريكية، درست علم النفس والتحليل النفسي، ولها العديد من الكتب في هذه المجالات
- كارل غوستاف يونغ (1875-1961) طبيب نفسي سويسري مؤسس علم النفس التحليلي، معروف بأفكاره حول اللاوعي وتركيزه على الفرد والنفس والكمال الشخصي
- مارغريت ناومبرغ: (1890- 1983) درست الفلسفة والتحليل النفسي، تعتبر تلميذة يونغ، مارست العلاج بالفن بتأثرة بفرويد ويونغ.

فهرس الموضوعات:

أ	مقدمة
2	<u>الفصل الأول: العلاج بالفن</u>
3	المبحث الأول: مفاهيم تعريفية
3	1/ تعريف الفن:
4	3/ تعريف العلاج بالفن:
7	المبحث الثاني: تاريخه وأهدافه
7	1/ لمحة تاريخية:
12	3/ أهدافه
13	المبحث الثالث: أنواعه
13	1/ العلاج بالفن التشكيلي:
16	2/ العلاج بالموسيقى:
18	3/ العلاج بالمسرح: (السيكودراما)
20	المبحث الرابع: المعالج بالفن وجلسة العلاج
20	1/ المعالج بالفن
21	2/ جلسة العلاج:
24	<u>الفصل الثاني: علاج الإدمان بالفنون الجميلة</u>
24	المبحث الأول: تعريف الإدمان وأنواعه
24	1/ تعريف الإدمان:
25	2/ أنواعه:
26	أ/ الإدمان المادي:
26	1/ المخدرات:

29	2 / الكحوليات:
30	3 / التدخين:
33	ب/ الإدمان المعنوي:
33	1/ الانترنت:
36	2/ الألعاب الالكترونية:
37	المبحث الثاني: مراحل وأسباب الإدمان
37	1/ مراحل الإدمان
37	المرحلة الأولى: المرحلة الاستكشافية:
38	المرحلة الثانية: مرحلة التعود:
38	المرحلة الثالثة: الخلدلة:
39	المرحلة الرابعة: الروبايكا
39	المرحلة الخامسة: الزلزال:
40	2/ أسباب الإدمان:
43	المبحث الثالث: شخصية المدمن
44	المبحث الرابع: توظيف الفنون الجميلة في علاج الإدمان
44	1/ بعض الدراسات السابقة في هذا المجال:
44	2/ العلاج بالفن والادمان:
46	3/ الجلسات:
49	<u>الفصل الثالث: دراسة جدوى المشروع</u>

الملخص

تعد ظاهرة الإدمان من أخطر المشاكل التي تواجه المجتمعات، لما لها من آثار مدمرة على الفرد والمجتمع. ومن بين أساليب العلاج النفسي الحديثة التي تهدف لعلاج هذه المشكلة نجد "العلاج بالفن"؛ أين يتم توظيف الفن كأداة للعلاج النفسي، واستبدال التعبير اللفظي بالتعبير الفني -بأي نوع من أنواع الفنون-، فيتسنى للمريض التعبير بكل أريحية دون الحاجة للكلمات، كما تعمل على تقليل أعراض الانسحاب، تحسين الصحة النفسية، زيادة الثقة بالنفس، تحسين مهارات التواصل الاجتماعي، تقليل خطر الانتكاس... عرفت هذ البرامج العلاجية نجاحا في العديد من الدول التي عملت على تطبيقها في مختلف المجالات.

الكلمات المفتاحية: العلاج بالفن، الإدمان

Summary:

The phenomenon of addiction is one of the most serious issues facing societies, as it has devastating effects on the individual and society. Among the modern psychotherapy methods that aim to treat this issue is "art therapy"; where art is used as a tool for psychotherapy, replacing verbal expression with artistic expression in any type of art, so that the patient can express comfortably without the need for words, and works to reduce withdrawal symptoms, improve mental health, increase self-confidence, improve social communication skills, and reduce the risk of relapse... These treatment programmes have seen success in many countries that have implemented them in various fields.

Key words: art therapy, addiction.