



دعم النشاط المسرحي
داخل مستشفيات
الصحة النفسية

دعم النشاط المسرحي داخل مستشفيات الصحة النفسية

كتابة: ندى ثابت و هبة رفعت

ترجمة : احمد عطيه

مراجعة: سارة نور و عبدالله ضيف

تصميم: ليو سيمز

إصدار: شركة نون للإبداع

"نون للإبداع" هي شركة مصرية ذات مسؤولية محدودة. تعمل نون على استخدام فنون الأداء كوسيلة للتنمية، التعليم، رفع الوعي والتعبير عن الذات. تعمل نون على استخدام فنون الأداء لخلق مساحة آمنة للتداول في مختلف الموضوعات، وما بين مختلف الشرائح العمرية والإجتماعية. منذ تأسيسها في ٢٠١١، عملت نون على تقديم مجموعة من العروض الأدائية، سواء عبر ورش عمل أو من خلال جولات العروض التي تمت بشكل موسع على المستوى المحلي والإقليمي والدولي؛ وفي هذا الإطار فقد طورت نون شراكات متعددة مع المنظمات الحكومية وغير الحكومية المحلية والدولية، الشبكات، المدارس، الجامعات، مراكز الشباب، والمؤسسات الثقافية والرياضية. عملت نون مع الأطفال والنشء والشباب والبالغين، وتناولت عروضها الأدائية مجموعة متنوعة من الموضوعات، والتي شملت الدمج، أطفال الشوارع، الأحلام، المشاركة المدنية للشباب، البيئة، التحرش الجنسي، الأبوة والأمومة، العنصرية، الانتماء، الهجرة، ختان الإناث وصورة المرأة في الإعلام والقانون في مصر. كما وتعمل نون على ربط وتعزيز العاملين بالفنون الأدائية من خلال عقد اللقاءات وورش العمل وتبادل المهارات والبرامج التدريبية والموارد.

للاستعلام: info@noonenterprise.org

بالتعاون مع صندوق كامينو

بعض الحقوق محفوظة لشركة نون للإبداع

هذا المصنف منشور برخصة المشاع الإبداعي النسبية - المشاركة بالمثل - الإصدار 4.0

شكر خاص لكل من آمن بهذا المشروع ودعم تنفيذه.



kamyou

المحتويات

المقدمة	٣
الغرض من المشروع	٣
منهج المشروع	٤
مجموعة حلوان	٤
مجموعة العباسية: الأطفال	٦
النساء	٧
قصص نجاح و تأثير	٩
التحديات	١٢
ماذا بعد؟	١٢

الملحقات

موزج ١: مخطط لجلسة بمستشفى حلوان	١٤
موزج ٢: مخطط لجلسة بمستشفى العباسية اطفال	١٤
نص مسرحية العرائس ”أرنوب“	١٥
موزج ٣: مخطط لجلسة بمستشفى العباسية للامهات و الراعيات	١٦

لطالما استُخدمت الدراما في العديد من عمليات الشفاء، ونحن نرى عبر التاريخ الدور الذي لعبه حكي القصة والطقوس الدرامية لمساعدة المجتمعات على التعبير عن الأمراض والتعافي منها. فعلى سبيل المثال، يُستخدم حكي القصة كأداة لتربط المجتمع وتماسكه، وهذا بدوره يدعم التعبير الصحي عن الذات.

إن ما تتناوله هذه الوثيقة هو عرض بسيط للطريقة التي يمكن من خلالها للدراما والأنشطة المسرحية أن تساهم في التحسن الشامل للمصابين بأمراض نفسية. والتجارب المذكورة في هذه الوثيقة هي نتاج مشروع نفذته شركة نون للإبداع في مؤسستين عامتين للصحة النفسية وهما: مستشفى العباسية للأمراض النفسية، ومستشفى حلوان للأمراض النفسية.

وقد قام هذا المشروع بالتعاون مع صندوق كامينو في محاولة لدحض الوصم المتعلق بأمراض الصحة النفسية. وهو صندوق يدعم المنظمات التي تعمل على تحسين الصحة والسلامة النفسية بين المجتمعات المهمشة، وكذلك من يطبقون مناهجاً إبداعية وغير تقليدية في ذلك الصدد.

الغرض من المشروع

بدأ الاهتمام بالمشروع عندما قام د. أحمد سواحل – والذي كان حينئذ رئيس قسم ”إعادة التأهيل و العلاج بالعمل“ – بعرض فكرة على شركة نون للإبداع وهي إنشاء عرض مسرحي يضم بعضاً من المرضى النزلاء بالمستشفيات. هناك هدفان لهذه الورش، الأول هو المساهمة في التنمية الشخصية للأفراد (المهارات الاجتماعية والتفاعلات اليومية)، والثاني هو التعامل مع الوصم وخلق المزيد من القبول الاجتماعي.

وفي نفس الوقت، عرضت الطبيبة بمستشفى العباسية د. شيما مسلم على ”نون“ مشروعاً مشابهاً، لكنهم طلبوا أن تقام الورش مع المرضى الأطفال غير النزلاء بالمستشفى والمترددون على عيادة الأطفال الخارجية. وكان المشروع المقترح هو إقامة ورشتين، إحداهما مع الأطفال المترددون على المستشفى للعلاج الجسدي والنفسي لإعاقات جسدية وعقلية. وقد ركزت ورش الأطفال على التعبير العاطفي، وخلق مساحة آمنة لهم كي يعبروا عن أنفسهم بوجه عام.

أما الورشة الثانية فقد كانت مخصصة لأمهات هؤلاء الأطفال والقائمات على رعايتهم. فقد كانت المستشفى مدركة لاحتياج النساء للدعم، لكنها لم تكن تستطيع تقديمه لهم، ولذا كانت هذه الورش بمثابة نشاط علاجي لهن والذي خلق مساحة آمنة للقائمات على الرعاية كي يتشاركن ويعبرن ويتواصلن.

منهج المشروع

وتمارين الإحماء أكثر سهولة على المشاركين وأكثر تعقيداً، بدأت تتكشف شخصياتهم، وبدأ المرضى يظهرون الكثير من سماتهم الشخصية.

كان المرضى بحاجة إلى الوصول إلى مستوى من الإرتياح مع أجسادهم أولاً، لاسيما وأن بعضهم يعاني من مشكلات في ترابط الكلام. ولهذا كان تركيز التمارين التي تم اختيارها منصّباً على الحركة والإيقاع وإنشاء صور أو تمثيلات، وكل ذلك يهدف الوصول إلى مرحلة يشعر فيها المشاركون بارتياح جسدي، ولا يكون فيها الكلام ضرورياً.

وعندما زاد الترابط بين أفراد المجموعة، بدأت المرحلة الثانية من العمل والتي فيها يقع الاختيار على قصة أو موضوع معين من أجل العرض النهائي. وقرر أفراد المجموعة أن يحكوا قصصهم الشخصية ليظهروا واقعا حياتهم، بما في ذلك أمراضهم وأعراضها ومعاناتهم معها.

وقدمت المجموعة العرض بنجاح في ديسمبر 2017 أمام جمهور يضم مرضى آخرين وممرضات وأطباء وطلاب وطواقم العمل بالمستشفى. وكان العرض عبارة عن سلسلة من القصص الشخصية يحكيها كل مريض. وكانت ردود الأفعال عقب العرض مذهشة للغاية، فالكثير من الحاضرين لم يكونوا يتوقعون أن المرضى قادرين على تقديم أي عرض من الأساس. وقد لاحظ الأخصائيون الاجتماعيون أن المرضى "بقوا حاسين بنفسهم و ان هما مميزين عن باقي القسم ، الناس مهتمه بهم و هما يعرضوا علي المسرح"

تمكن الأطباء من كلتا المستشفيات من الحصول على الموافقات والتصاريح الضرورية لإشراك المستشفى والمرضى في المشروع. وبوجه عام، لم تكن هناك مشكلة تذكر في استخراج هذه التصاريح.

كان صندوق كامينو قد عرض التعاون مع شركة نون للإبداع قبل ذلك، وكانت المشاريع مع المستشفى تمثل نموذجاً مثاليًا على نوعية العمل الذي يدعمه الصندوق. فتم تقديم طلب دعم إلى الصندوق و تمت الموافقة عليه، وجرى البدء في المشروع.

تضمنت مرحلة الإعداد القيام بزيارات إلى المستشفى لاستطلاع المكان، والاستقرار على الاستعدادات اللوجستية النهائية، وكذلك المواضيع والأهداف المحددة لكل مجموعة. وقد اختارت الشركة ألا تشارك في عملية اختيار المشاركين، وكل ما حدته هو أقصى عدد للمشاركين في الورشة الواحدة. فقامت كل مستشفى بالتواصل مع المرضى واختاروا المجموعات. بالنسبة للأطفال، اختارت المستشفى حالات صعبة للغاية، بحاجة إلى تدخلات إضافية للمساعدة في علاجها. أما بالنسبة لمجموعة النساء، وقع الإختيار فقط على مقدمات الرعاية المحطات اللائي يحتجن إلى علاج ويردن تجربة شيء جديد. في حلوان، كان النشاط متاحاً للمرضى المحجوزة تحت مادة ١٠ من القانون، وهم المرضى الذين لا يمثلون خطر علي أنفسهم أو الآخرين بشرط أن يكونوا قادرين على الإلتزام. كانت الحالات معتدلة الشدة في المرض العقلي وفي احتياج لمثل هذا النشاط و الذي فيه تفاعل اجتماعي. بدأت الورش بالفعل في فبراير 2017، وكانت كل مجموعة تعقد جلسة واحدة أسبوعيًا.

ومن حيث الأساس، كانت المناهج المستخدمة مع كل مجموعة قائمة على قدرات المجموعة واهتماماتها. وقد تم إعداد كل جلسة بحيث تستوعب احتياجات المجموعة، مع الوضع في الاعتبار الأنشطة التي تساعد في التعامل مع أمراضهم أو مشاكلهم المحددة. في حالة مجموعة مستشفى حلوان، كانوا بحاجة إلى تحفيزهم جسدياً أولاً، ولذا كانت الحركة والرقص يُستخدمان بشكل متكرر في الجلسات. وقد حظيت مجموعة الأطفال بمزيج من الحركة وحكي القصص لأن الأطفال استطاعوا المشاركة في أنشطة متعددة. أما مجموعة النساء فاحتاجت مساحة أكبر للتشارك والتواصل اللفظي، ولذا كانت أنشطة حكي القصص هي محل التركيز.

برجاء تفقد الملحقات 1 و 2 و 4 للاطلاع على نماذج لكل جلسة من هذه الجلسات.

مجموعة حلوان

كان هيكل الجلسات بمستشفى حلوان ثابت لإتاحة فرصة للمشاركين علي التعود و التطور. وكان معظم المشاركين مرضى منذ أعوام، إن لم يكن عقود. كانت القدرة الجسدية على التحمل لدى المرضى ضعيفة للغاية، حيث كانوا لا يستطيعون الوقوف لمدة خمس دقائق في كل مرة دون أن يتعبوا. ولفترة طويلة كانت الجلسات تركز فقط على إحماء الجسد وتمارين للوعي بالجسد. لكن عندما أصبحت الحركات

مجموعة العباسية: الأطفال

بالنسبة لمجموعة الأطفال، تقرر أن يكون التركيز منصبًا على استكشاف عواطفهم. وتضمنت الجلسات مزيجًا من التمارين التي تشتمل على حركة وتعبيرات لفظية. ونظرًا لأن المجموعة تضم نطاقًا متنوعًا من الإعاقات وأمراض الصحة النفسية، فقد كانت هناك تحديات في الجلسات، لاسيما في كيفية مشاركة الجميع بنفس القدر.

وفي إطار عملية الوعي والاستكشاف العاطفي، يُطلب من الأطفال التفكير فيما تعنيه العواطف لهم والأنواع المختلفة من العواطف التي يشعرون بها، أو يُطلب منهم تقديم صورة مرئية للعواطف من خلال استكشاف فكرتهم عما تبدو عليه العواطف.

ومن أجل تحفيز وعيهم بأجسادهم وإثارة حماسهم، تتم الإستعانة بتمارين تتضمن حركات وسلوكيات الحيوانات. وشارك الأطفال في تمارين حركة متنوعة تحتوي على إيقاعات وأصوات مختلفة. كل التمارين تم تقديمها إلى الأطفال في شكل ألعاب استمتع بها الأطفال كثيرًا.

العمل مع الأطفال قد ينطوي على تحديات متعلقة بالتعامل مع مستويات الطاقة لديهم. ولهذا يتم استخدام تمارين أو ألعاب مختلفة من أجل تهدئة أو ضبط مستويات الطاقة المتقلبة. وغالبًا ما تُمارس تمارين تتطلب حركة قوية، أو ربما تمارين تركز على الوعي بتنفسهم، وهي تشبه كثيرًا أساليب التأمل.

بعد ذلك بدأ الأطفال العمل على تطوير قصة من أجل العرض. وعبر سلسلة من تمارين حكي القصص، ابتكر الأطفال قصة أطلقوا عليها اسم "أرنوب". القصة في الأساس تحكي عنهم وعن التجارب المتعددة التي مروا بها، لكنها تقع في مملكة الحيوانات. العرض تضمن دمي صنعها الأطفال بأنفسهم. وقدموا مسرحيتهم مرتين أمام أطفال آخرين وآباء وأطباء وممرضات في المستشفى في ديسمبر 2017.

مجموعة العباسية: النساء

تم تقديم الورش إلى النساء كنشاط يشاركن فيه أثناء انتظارهن انتهاء جلسات أطفالهن. وقد بدأ واضحًا من البداية أن النساء في المجموعة في حاجة ضرورية لأن يتحدثن وأن يُسمعن. وفي البداية كان يُخصص معظم وقت الجلسة ليتحدثن ويتشاركن قصصهن. وبمجرد أن توطدت روابط الثقة بينهن، كان من الصعب إشراكهن في تمارين أخرى غير التحدث وتشارك القصص. لكن المدرب كان مدركًا بأن الجلسة يجب ألا تتحول إلى محادثات علاجية بدلاً من المسرح، وكان باستمرار يدير دفة الجلسة بعيدًا عن تبادل الأحاديث طوال الجلسة.

وعلى غرار المجموعات الأخرى، كانت مجموعة النساء تشارك في أنشطة متعددة تشمل الحركة وحكي القصص. وقررت المجموعة أن يكون التركيز منصبًا على حكي قصصهن ومعاتنتهن الشخصية، حيث أردن أن يطلعن المجتمع عليها، وقد أدركن أنهن ليسوا بمفردهن في هذه المعاناة، بل هناك من يشاركن تجارب مماثلة. هناك رسالة بعثتها إحدى النساء تعبر فيها عن تأثير الجلسات بوضوح، حيث قالت "اليوم مارسنا ثلاث ألعاب مرهقة للغاية، لكنها حمستني. لقد استمتعنا وضحكنا واستطعنا الهروب من هذا الشعور بالإختناق".

تم تسجيل قصصهن وتحريرها، ثم أعيدت إليهن ليفحصوها. بعض النساء تفحصن قصصهن، وبعضهن أراد شخص آخر أن يفحصها بدلاً منهن.

ومن خلال هذه التجربة، بدأت النساء في الإحساس بثقة أكبر، واكتسبن مزيدًا من الاستقلالية. واستطاعت بعضهن العثور على وظيفة، وتزوجت مرة أخرى. ونظرًا للتغيرات في حياتهن الشخصية والظروف غير المتوقعة، كان من الصعب عليهن الالتزام بتقديم العرض. فعلى سبيل المثال، إحدى النساء قامت بعملية جراحية في ساقها خلال البرنامج، وعبرت للمجموعة عن أسفها عن عدم تمكنها من الاستمرار، "أنا واللهي مهتمة بس للأسف أنا الجراحة اللي عملها في رجلي مخلياني مش قدرة اجي. اتوا وحشني اوي و نفسي اكمل معاكم للاخر ، مهتمة بس ظروف قهريه".

لكن مع ذلك لا تزال لديهم الرغبة في عرض قصصهن، ولذا تم اتخاذ قرار بالاستعانة بممثلات محترفات. وهكذا تحولت قصصهن من مونولوجات طويلة إلى مشاهد ضمن عرض يسمى "تاء ساكنة".

عرض "تاء ساكنة" يأخذ الجمهور في رحلة عن الأمومة يتخللها الاكثاب والصحة النفسية والاونوة. عُرضت قصص هؤلاء النساء الشجعان لأول مرة بالمجلس الثقافي البريطاني في ديسمبر 2017. ثم عُرضت بعد ذلك في أماكن ومهرجانات أخرى مثل مهرجان وسط البلد للفنون المعاصرة (القاهرة)، ومهرجان لازم مسرح (إسكندرية)، ومهرجان ومان بي تا سي للفنون (الجونة، الغردقة)، ومن المقرر حاليًا عرضه ببلتان في سبتمبر ٢٠١٩.

كانت المدربة تفضل لو أن النساء أنفسهن هن من قمن بالعرض، لكن كان واضحًا من ردود الفعل أنهن ارتبطن بالعرض ارتباطًا شديدًا. فقد تماهين مع قصصهن وقصص النساء الأخرى عندما حضروا العروض.

قصص نجاح و تأثير

في البداية، كان المرضى المشاركون لا يفهمون بشكل حقيقي العملية التي يمرون بها، ولم يكونوا مدركين للتأثير الذي سيقع عليهم من هذه العملية. غير أن تأثير ورش العمل كان واضحًا خلال الجلسات، وأيضًا بعد تقديم العروض النهائية. واستطاع الأطباء رؤية التطور، لكن الأهم من ذلك أن مشاعر وتصرفات المرضى قد تغيرت.

دعم المهارات الشخصية وخلق ترابط اجتماعي

في مجموعة حلوان، بدأ المشاركون يظهرون تقدمًا في مهاراتهم الاجتماعية. وصاروا أكثر تحفيزًا والتزامًا بالجلسات وبدأوا في المواظبة على الحضور في الموعد. وبدأ وعيهم بالأيام والشهور يتشكل، ولم يكن هذا مقصودًا في البداية. وأصبحوا يلاحظوا إذا تم إلغاء جلسة، ويستفسرون في الجالسة التالية عن سبب إلغائها. وقد سجل الإخصائيون الاجتماعيون العاملين مع المرضى هذه التطورات.

وهكذا انتقلوا من حياة متبلدة للغاية إلى حياة تدهم بالنشاط والوعي بالبيئة المحيطة. في البداية، كانت هناك تحفظات بشأن اختلاط الرجال والنساء. هناك قاعدة عامة تقضي بعدم اختلاط الرجال والنساء، لكن سُمح بالاختلاط في هذا النشاط بالتحديد. بدأ المشاركون في معرفة أسماء وقصص بعضهم البعض، فأخذوا يسألون بعضهم البعض وتكونت بينهم روابط اجتماعية.

وقد لاحظ الأخصائيون الاجتماعيون العديد من التغيرات في السلوكيات، حيث قال أحدهم "الحلات ما كنوش عوزين يخرجو من الأقسام في الاول، و دلوقتني بنروح نلقيهم جاهزين و قعدين مستئينا. في مرضي مكنوش بيتكلموا خالص بقوا يغنوا و يشتكوا و يمثلوا - بقي في تغير و تعاون بنهم"

كما أدلى الأخصائيون بملاحظة أخرى متعلقة بالتغيرات في السلوكيات، إذ قالوا إنهم شعروا " ان في اختلاف كلي من ساعت ما الاستاذة ندى جت: في تغير في علاقات المرضى مع بعض ... في تعاون ما بنهم - السلوك - في ٢ مرضي تأخر عقلي بداء المستوي الذهني بتعهم يتحرك معانا - بقي في نشاط - النشاط الحركي ييفرق معاهم جدا.

بدأت الصداقة تتشكل، وبدأ المشاركون في الاعتناء ببعضهم البعض. فإذا لم يحضر أحدهم، كان القلق ينتاب المجموعة، ويسألون عن سبب غيابه. ومن يحضرون كانوا يأخذون أطعمة خفيفة لزملائهم الذين غابوا عن الجلسات. كما كانوا يعرفون إذا كان غياب زميلهم بسبب موعده مع طبيب أو بسبب مروره بأزمة ما.

لم يبدأ أي من هذا الاهتمام والاعتناء إلا بعد إقامة الورش، ولذا يمكن القول بأن هذه الورش قد عززت الروابط الاجتماعية بين المرضى، ودفعتهم إلى الانخراط اجتماعيًا.

وقد عبرت النساء في مستشفى العباسية عن امتنانهن للمشاركة في الورش؛ حيث تحولن من غريبات ينتظرن أطفالهن في نفس المكان إلى مجموعة دعم قوية. وكانت هناك الكثير من النساء التي تعتقد كل

إحدى هؤلاء النساء حضرت العرض وقالت:

"انا رححت المسرحية امبارح: كانت جميلة و يا ريت كلكم تروحوا. في ٣ بنات بيمثلوا و بيعرفوا اية هو الاكتائب و ظروفه و حالاته".

وعبرت أخرى عن إحساسها أثناء العرض وشاركت الأخريات قولهن،

"مبسوطة جد...المسرحية جميلة جدا جدا بتتكلم عن قصصنا كلنا صح مفيش فيها أي حاجة غلط - هي دخلت القصة بتاعتنا في بعض عشان الناس ما تعرفش مين مين و متصعبش عليها حد اكر من الثاني.كان معني المسرحية حلو"

بل وأراد بعضهن الحضور أكثر من مرة، وسألن عن متى سيتم تقديم العرض مرة أخرى.

واحدة منهم أنها وحيدة وأنها تمر بمعاناة لا تمر بها غيرها، لكن ورش العمل غيرت هذا المفهوم الخاطئ لديهم، حيث أدركن أن أولياء الأمور الآخرين يمرون بنفس المعاناة، بل إن قصص بعضهن كانت متطابقة. وقد استمر دعمهن لبعضهن بعد انتهاء الورش؛ حيث لا يزالن يتواصلن من أجل التشاور وتشجيع بعضهن.

وكن حريصات للغاية على حضور الجلسات، وكان تفويتها يزعجهن. فقد قامت إحدى النساء التي فوتت إحدى الجلسات بسبب وظيفة جديدة بالتعبير عن انزعاجها لذلك قائلة "فعلا عدم مروحنا المستشفى يوم السبت خنقني- انا مضغوطة في الشغل بس نفسي اجي و احكلكم بعمل اية كل يوم و ان انا فرحانة في الشغل الجديد". وتحدث بعضهن أيضاً عن أن كونهن جزءاً من المجموعة قد أثر عليهن. وقالت أخرى "انا وحدة من الناس قولت الحمد لله بالجروب بتعنا - بجد بحب الجروب... عمل شغل معايا كثير جدا و الحياة بقت جميلة جدا- اتغير مني حجات كثير. كنت تحت الصفر و دلوقي فوق ال١٠٠".

كان الاعتزاز بالنفس لدى إحدى الأطفال منخفض للغاية، لكن بعد قيامها بالعروض والنشاط المسرحي ارتفع اعتزازها بنفسها حسبما لاحظت الطبيبة المعالجة لها.

مغادرة المرضى النزلاء للمستشفى

لقد لوحظ تحسن حالة العديد من المشاركين في الورش تحسناً هائلاً لدرجة أنهم غادروا المستشفى لاحقاً. ويمكن القول بأن مشاركتهم في هذه الورش كان أحد الأنشطة التي ساعدتهم في الخروج من المستشفى. وعلى حد قول إحدى المرضين، فقد أتاح نشاط المسرح للمرضى المشاركين أن يعبروا عن أنفسهم بحرية، الأمر الذي كان يزيد من سعادتهم ويحسن حالتهم المزاجية العامة في يوم النشاط وداخل أجنحتهم.

خلق تجارب جديدة وممتعة

لقد أتاح الورش للمرضى أن يحظوا بتجارب جديدة أسعدتهم. على سبيل المثال، سُمح لمجموعة حلوان بارتداء ملابس جديدة في العرض، ووضعت النساء مكياج بمساعدة متطوع من المستشفى. كل المرضى جاءوا من خلفيات متواضعة، ولا يستطيعون تحمل كلفة شراء ملابس جديدة أو مكياج، ولذا كانت معظم مقتنياتهم عبارة عن تبرعات. وقد ساهم حصولهم على ملابس جديدة وعلى هذه المعاملة المميزة في تحسن حالتهم الذهنية والعامة.

إلهام القائمين على الرعاية

نتائج الورشة شجعت العديد من الأطباء والأخصائيين وفريق التمريض على إدراج الأساليب المسرحية والدرامية في عملهم. وقد أرادت بعض طالبات التمريض تقديم بعض المشاهد عن المرضى المصابين بالاكنتاب الهوسي، فلبجأوا إلى المدربة لمساعدتهم في ذلك.

وبالمثل، كما لاحظت الدكتورة رانيم، شعرت مجموعة الأطفال في عباسية بالفخر والملكية بعد صنع الدمى الخاصة بهم، واختيار المواد والألوان والتصميم.

التحديات

صناعة العرض

يوجد بلوائح المستشفيات العامة للصحة النفسية بند عن استخدام الدراما والمسرح لتأهيل المرضى. بل إن بعض المؤسسات لديها فرق مسرحية مثل مستشفى العباسية. غير أن الأمر يعتمد على اهتمام ومهارات الأطباء أو طاقم العمل لأنه لا تُخصص ميزانية للأنشطة المسرحية، وإن خُصص لها تمويل فهو قليل للغاية. وبالإضافة إلى تقديم بعض التجارب الدرامية والمسرحية للمرضى، فمن المهم بنفس القدر أن يعمل الأطباء مع التمريض على طرق لإدراج أساليب فنية في علاجهم للمرضى. وعليه فمن الممكن إنشاء وتقديم تدريب منهجي للأطباء والممرضات وطاقم العمل ومقدمي الرعاية.

وهكذا فإن تدريب المهتمين من طاقم العمل وحصولهم على مجموعة من الأدوات هو أمر يساعد المستشفى في استغلال عنصر الدراما في إطار العمل بالمستشفى. كما أن إمداد المهتمين من الفنانين بأدوات وتدريب للعمل داخل بيئة المستشفى قد يشجع على إقامة المزيد من الأنشطة المسرحية داخل المؤسسات العامة للصحة النفسية، لكن يجب السعي لإيجاد نظام لسد التكاليف.

بالنسبة للمرضى النزلاء بمستشفى حلوان، كان التحدي (لكنه في الواقع نجاح أيضًا) هو أنه بمجرد أن يبدأ الكثيرون منهم في التحدث والتعبير عن أنفسهم، تتحسن حالتهم، وهو ما يؤدي إلى خروجهم من المستشفى. من الواضح أن هذا انجاز كبير بالنسبة للمرضى لا يمكن التقليل من أهميته، لكن بالنسبة لصناعة العرض، كان هذا يعني أن القصص ستتغير وذلك أدى إلى حرف القصص الأعمق والأكثر تماسك.

كانت احد الأهداف هي رفع الوعي بمشكلات الصحة النفسية وتخفيف حدة الوصم اجتماعيًا. لكن خروج العديد من المرضى من المستشفى وعدم قدرتهم على الالتزام بالحضور بعد خروجهم، أسفر عن بعض الصعوبات. ولهذا لم يتم تقديم العرض كاملاً

تكرار العرض

كان من المفترض في البداية أن يقوم عرض مستشفى حلوان بجولة في أماكن متعددة لمكافحة الوصم المتعلق بمشكلات الصحة النفسية. وكان من المقرر إقامته في مدارس وجامعات حلوان باعتبارها أنسب الأماكن لذلك. لكن مع الأسف ألغيت المستشفى الجولة نظرًا لتغير طاقم العمل وخروج العديد من المرضى المشاركين من المستشفى. لكن على الصعيد الإيجابي، فإن طاقم العمل الذين شاركوا لا يزالون يقيمون هذه الأنشطة، ويعتزمون إنشاء مسرحيات جديدة.

التوقيت والالتزامات

بالنسبة لمجموعة الأطفال، كان التحدي الذي يعيق سير العمل هو العام الدراسي، فكانت الإجازات والاختبارات تؤثر على حضور الأطفال. وحاليًا لم يعد معظم الأطفال يزورون المستشفى، وبعضهم انتقل من عيادة الأطفال إلى عيادة المراهقين.

ماذا بعد؟

المزيد من الخطوات والأفكار حول كيفية تنمية المشروع

أثناء انعقاد الورش في مستشفى حلوان، كانت هناك محاولة لإشراك بعض المرضى من قسم الإدمان ممن هم في سن الشباب والمراهقة. لكن هؤلاء المرضى عادة ما يقضون فترات قصيرة بالمستشفى، ولم يستمتعوا كثيرًا بالورشة لأنهم متقدمين ذهنيًا عن الباقيين، ولم يلتزموا بالبرنامج. ومع ذلك كان هناك اهتمام من جانب المستشفى لإنشاء نشاط خاص لجنحة الإدمان والشباب.

وعلى الرغم من عدم نجاح المحاولة، لكن هذا لا يعني التخلي عن فكرة إقامة ورشة مخصصة لهذه المجموعة. وترحب كل من المستشفى وشركة نون بإقامة مشروع مشابه مع هذه المجموعة في المستقبل.

ملحق ١

مخطط عام للجلسة المسرح بمسشفى حلوان

المدة: ساعة – ساعتين

الإحماء – اتباع حركات القائد الجسدية.

ما شعورنا الآن؟ مع استخدام الصوت والحركة.

التمثيل

بدء التمثيل في الرقص

الغناء معاً

شكراً للجميع

هتاف جماعي ختامي

ملحق 2

مخطط عام للجلسة المسرح للأطفال

المدة: ساعة

إحماء الجسم

ما شعورنا الآن؟ باستخدام الصوت والحركة

التحدث عن كيف أنه يمكن لأجزاء مختلفة من الجسم أن تشعر بأشياء مختلفة.

جري، قفز، جلوس، مشي

ارتباط الأجزاء المختلفة للجسم بعواطف مختلفة (الأم، والإثارة، والحزن، والغضب، والأمل، والخوف، والبهجة، والسعادة).

التعبير بأجسادهم عن هذه العواطف المختلفة من خلال الحركة والمشي في المكان.

التحدث عن تبتاهم مشاعر متشابهة.

تناغم المجموعة

غناء أغنية

هتاف جماعي ختامي

ملحق ٣

نص مسرحية "ارنوب"

الراوي: كان يا مكان في عالم الحيوان. كان في ارنوب ضخم جدا. كان طول الوقت يبديدب و يزقق. و يعمل دوشة و مقالب في جيرانه الحيوانات. و في يوم من الايام، و هو يعمل دوشة، الجيران ابتدوا يشتكوا.

الجيران: بس يا ارنوب،

اسكت يا ارنوب،

كفاية يا ارنوب،

صدعتنا يا ارنوب.

فارنوب زعل، و دخل قعد في الغابة لوحده، تحت شجرة كبيرة

الشجرة: مالك يا ارنوب، قاعد لوحك ليه؟

أرنوب: عشان معنديش اصحاب

الشجرة: ليه معندكش اصحاب؟

أرنوب: عشان انا زهقت، وكل متصاحب على حد، اضربه و يزعل

الشجرة: طيب انا جتلي فكرة

الشجرة بتوشوش أرنوب، و ارنوب يقولها

ارنوب: ماشي

الراوي: اتفقوا علي خطة، جاهزين تشوفوها؟؟

الشجرة: الحق يا أرنوب في شجرة وقعت علي الطريق، وفي بطة و عيالها مزنوقين. تقدر تساعدهم

الراوي: وافتكر أرنوب أن هو قوي و يقدر يشيل الشجرة، فجري أرنوب...و شال الشجرة

ماما بطة: شكراً يا أرنوب شكراً

البطة الصغيرة جريت و ادت أرنوب بوسة

الراوي: و دي كانت أول مرة حد يقول لأرنوب شكراً

ورجع ارنوب للشجرة و قالها

ارنوب: شوفتي الي حصل، البطة الصغيرة ادتني بوسة و قالتلي شكراً

شجرة: شوفت بقى انك ممكن تستعمل قوتك في حاجة غير الضرب

وفرح ارنوب. وبعد شوية وقت...

الشجرة: الحق يا أرنوب العصافير قالولي في حجرة كبيرة علي الهضبة اللي هناك هتتضرحج و تقع علي

بيت الاسد، الحق

الراوي: ف راح ارنوب علي بيت اسد و خبط علي الباب

الأسد: ميبينننن؟؟؟؟

الأسد: انا ارنوب

الأسد: امشي أنت أرنوب اللي بتعمل مقالب في الناس

أرنوب: اللحق يا أسد مفيش وقت في طوبة هتنزل عليك
الأسد: انا مش هصدقك... امشي
أرنوب: طيب بص من الشباك
الأسد: ايه ده صح في طوبة هتقع عليا
الراوي: وراح أرنوب يشيل الطوبة
الأسد: شكراً، انك انقذت بيتي، و عشان أشكرك ايه رايك تتغذي معانا
الراوي: ودخل أرنوب بيت الأسد، و وقعدوا مع بعض في البيت
وأكلوا
و شربوا
الأسد: واحد ضرب تليفون صعب عليه
وقالوا نكت
و ضحكوا مع بعض
لحد ما فجأة اكتشفوا ان الوقت اتأخر
أرنوب: ايه ده الوقت اتأخر انا لازم إروح. شكراً يا أسد
وجري أرنوب للشجرة وقالها
أرنوب: شكراً يا شجرة انا بقي عندي اصحاب
الراوي: وتوتة توتة، خلصت الحدوتة، حلوة ولا ملتوتة

ملحق 4

مخطط عام لورشة العمل المتعلقة بالنساء

المدة: ساعة

إحماء الجسم

دائرة تعارف

التحدث عن موضوع الطلب دون خجل.

استكشاف الفرق بين الأمر والطلب.

مشاهد عن السؤال في مقابل الطلب.

إمداد الآخرين بفرصة للعطاء.

التمثيل

تبادل الحديث حول شعور الجميع حيال هذه المواضع

الخاتمة