

ويتم تقديم الأساليب المادية لإحماء المجموعة بشكل شائع وربما تشمل على استخدام الموسيقى والرقص والحركة أو التدريبات غير لفظية . ربما يظهر أعضاء معنيون في المجموعة مستعدين للاستفادة من الاستكشاف الخبراتي للمشكلة وربما تكون علاقة الفرد بالموقف الشخصي خارج المجموعة أو أن بعض أعضاء المجموعة يحتاجون إلى توضيح تفاعلاتهم داخل المجموعة وفي هذه الحالات فان تدفق العملية الجماعية يعمل كتمثيل لدور الإحماء وفي المواقع التي تكون فيها السيكودراما الأسلوب الأساسي للاستكشاف يتم استخدام طرائق الإحماء الآتية : ● يقوم المدير بعمل مقابلة شخصية مع كل عضو وهناك سؤال رئيسي وهو (هل توجد لديك علاقة حالية أو ماضية تريد أن تفهمها بشكل أفضل ؟). ● يمكن تشكيل مجموعات عديدة من ثنائيات وقضاء بعض اللحظات القليلة في تقاسم الصراع الذي يمرون به ويرغبون في استكشافه في الجلسة. ● أسلوب "الجولات حول" الذي يطلب من كل عضو عمل تعليقات موجزة عما يمر به في اللحظة يمكن أن ييسر التفاعل الجمعي . ومن أساليب الإحماء (إحماء لفظي وإحماء غير لفظي) بالإضافة إلى الأساليب البنائية التي تهدف إلى إحماء المجموعة من أجل الفعل أو الحدث كما أن الإحماءات غير البنائية مثل العملية التي يظهر بها البطل من التفاعل التلقائي في بداية الجلسة الجماعية ربما يتم استخدامها ولكن القائد يحتاج الى الانتباه عن قرب إلى الإحماءات اللفظية وغير اللفظية أثناء وصف البطل للقضية التي يتم استكشافها ويذكر ليفتتون أن الإحماء الناجح يشجع الاعضاء على المشاركة النشطة وطماننة الأعضاء إلى أن كل مساهماتهم سوف تكافأ وأثناء مرحلة الإحماء يحتاج الأعضاء إلى الإطمئنان إلى أن بيئة العمل آمنة وأنهم هم الذين يقررون ما سيكشفون عنه ومتى يتم ذلك وأنه يمكنهم التوقف متى أرادوا ذلك. "نحن قدمنا أنفسنا من خلال وضع مكاننا المفضل. تحدثنا عن مكاننا المفضل الذي يعمل كإحماء بدائي. لقد كانت الحجرة مجرد مكان للمقابلة في الفندق، ولكنها تحولت بواسطة شخص أثناء وضعه للمقاعد والمناضد كأشياء مطلوبة للعمل المسرحي، وحول المكان المفتوح إلى بيت أخضر، كما عمل المدير كمييسر للممثل الرئيس، نقلت إلى هناك، فهي تأخذ وقتها لخلق مناخ آمن وداعم من خلال وضع المشهد، وتحديد الأفراد فيه، ووفقاً لبلانتر فإن المهمة الأكثر أهمية أثناء مرحلة الإحماء تتكون من خلق جو يعزز العفوية. مرحلة الأداء أو الفعل تشمل مرحلة الأداء أو الفعل على تمثيل الدور والعمل خلال الموقف الماضي أو الحاضر أو الحدث المرتقب. وتهدف هذه المرحلة إلى مساعدة الأعضاء في إظهار الأفكار والاتجاهات والمشاعر التي ليسوا على وعي بها. ومن خلال عمل ذلك، يمكن للقائد الاعتماد على الإحماءات التي يقدمها البطل عند عرض موقفه، ووضع الجسد. فبدلاً من جعل البطل يقدم تفاصيل طويلة ويخاطر بفقدان الطاقة للسيكودراما، يمكن للمدير أن يسأل البطل التركيز على أسئلة أو عمل عبارات مثل الآتي: (أرنا مشهداً). ؟ أخبرنا بما تحب أن تسمع من ابنتك. إن الهدف من هذه التدخلات تتمثل في تجنب التعليقات بدلاً من إدخال البطل مرة أخرى في مواجهة مباشرة وتجربة مداخل بديلة في فعل الأداء. فمن الممكن خلق مشهد وتدريب المساعدين. وبعد عملية التركيز هذه، يمثل الأبطال مشكلاتهم وعلاقاتهم على خشبة المسرح. إن مرحلة الحدث أو الفعل تتكون من مشاهد عديدة عن الفرد، على سبيل المثال، فإن القائد ربما يقول «هيا نمثل مشهداً لوقت سابق شعرت فيه بالجزلة أو الوحدة هيا ننشئ هذا المشهد». ربما يقترح البطل أو المدير أن يضطلع البطل بدور مختلف في نفس المشهد لتحدي ما إذا كان باستطاعته الاستجابة بشكل أكثر فعالية. يتقاسم أفكاره الخاصة مع الحضور أو المستمعين. مع الوقت، وفي أوقات أخرى، أو مشاعر الرفض تطال كل شخص في المجموعة. ومع التيسير الماهر لقائد المجموعة، يمكن ربط عمل العديد من أعضاء المجموعة، ويمكن تتبع الموضوع العام. في نهاية مرحلة الأداء أو الفعل أو الحدث من المهم مساعدة الأبطال على اكتساب الإحساس بالإغلاق أو الإنهاء لأي عمل تم إنجازه. وهناك طريقة مفيدة لتيسير الإغلاق، ثم بعد ذلك، وإسقاط المستقبل، مرحلة المشاركة والمناقشة - تنطوي المرحلة الثالثة للسيكودراما على المشاركة والمناقشة؛ فالمشاركة - التي تأتي أولاً وتتكون من عبارات غير حكمية عن ذات المرء، يدعو قائد السيكودراما كل أعضاء المجموعة إلى التعبير عن كيف أثر فيهم التمثيل بشكل شخصي. وأولئك الذين مثلوا أدوار المساعدين ربما يشاركون بطريقتين: أولاً، ثانياً، يمكنهم تعميق الدور وتقاسم شيء ما من حياتهم طيلة تمثيل الدور. وليست تأملاً معرفياً، يتحدثون عن أنفسهم وكيف تأثروا بتمثيل الدور. - ينخرط الممثل الرئيس في تقاسم ملعن ومفتوح، إذ إن الكشف عن خبرات الآخرين يعطي الناس الإحساس بأنهم ليسوا وحدهم، يؤدي إلى الترابط. فمن المهم أن يعطي الممثلون الرئيسون الفرصة لإغلاق خبرتهم. وإذا لم تكن هذه الفرصة متاحة، والدعم، وبهذه الطريقة، فإن المدير بحاجة إلى التدخل عن طريق الأسئلة مثل الأسئلة الآتية: وما هو المشهد الذي أثر فيك كثيراً حتى الآن؟ ● ما الخبرات في حياتك التي ترتبط بموقف «كانيشا»؟ خصوصاً في المجموعات المستمرة إن المعلومات الجديدة التي ينبغي على الأعضاء الكشف عنها يجب ذكرها وتدوينها؛ يزداد الترابط الجمعي، حيث يستطيع الأعضاء رؤية القواسم المشتركة. والتغذية الراجعة من الأعضاء الآخرين

تعمل كتعزيز لهم للاستمرار في الكشف عن المشكلات الشخصية واستكشافها. يعتمد الإغلاق على المسترشد (البطل)، والموقف، والمجموعة، ودرجة الترابط، عوامل أخرى تحدد أي أنواع الإغلاق هو المناسب وفي حالة عدم التقاء المجموعة مرة أخرى، يكون الإغلاق مهماً على وجه الخصوص. إن فترة المناقشة يمكن أن تكون مفيدة لخفض» الإيقاع الانفعالي إلى مستوى معرفي والمساعدة البطل والحضور المستمعين على دمج السمات الرئيسية للجلسة على الرغم من أن السمات الانفعالية، لتمثيل الدور ذات قيمة علاجية كبيرة، وطرائق عملية للتعامل بشكل أكثر فعالية مع المواقف الإشكالية المماثلة في المستقبل. ونقدم هنا بعض المهام لإغلاق الجلسة والتي ذكرها بلانترفي قائمة على النحو الآتي: . • دعوة الأعضاء لإثارة أسئلة عن العملية الجماعية. • الانخراط في بعض أنواع الترانيم أو الطقوس التي تتعلق بالإغلاق (إذا كان ذلك مناسباً). • التعامل مع المشاعر عن الانفصال. من الأهمية التعامل مع الأعمال التي لم تنته أثناء الجلسة الأخيرة من السيكودراما قبل نهاية الجلسة يشجع المدير الأعضاء على الحديث عن مشاعر لم يعبروا عنها تم تطويرها أثناء السيكودراما. ليس من الضروري دائماً تنفيذ كل الأشياء، فمن المحتمل أن يتم الإفصاح عن المشكلات واستكشافها بشكل مثير، إذا لم يكن هناك وقت كافٍ للمخاطبة القضية أو التعامل معها بشكل كافٍ. يقترح الأطباء والإكلينيكيون، من قبيل قلقهم نظراً لرغبتهم في رؤية المشكلات التي قد تم حلها، يذكر ليفيتون (أن بعض الممارسين يتوقعون الكمال، والذي يعد ضرورياً من أجل حل عميق لمشكلاتهم. الأساليب والإجراءات العلاجية السيكودراما مدخل تكاملي يقدم سياقاً لتحليل وتطبيق طرائقه في العديد من المواقع الجماعية العلاجية (مثل العيادات الخارجية، والوحدات الداخلية، والمراكز العلاجية، والعيادات الخاصة. ويمكن أيضاً تطبيق طرائق السيكودراما في المجموعات المصممة لتدريب المرشدين النفسيين. فإن المشاركين يستطيعون في الغالب الحصول على الاستبصار في حدث ما، مبادئ أساليب السيكودراما كخطوط إرشادية مفيدة للممارسة • متى كان ذلك ممكناً استخدم الأداء والفعل وليس الحديث عن الموقف. ينبغي أن يتكلم أعضاء المجموعة مباشرة إلى بعضهم بعضاً وليس مجرد التوضيح للمدير. ٤ متى كان ذلك مناسباً، اتخذ سبيلاً مرناً متدرجاً ومتغيراً في درجة اللعب والمرح، والعفوية في الموقف. ٥ طبق وسائل ومبادئ فنية أخرى مثل الحركة، والإضاءة والأشياء اللازمة للمسرح، والموسيقى. • أدرك واستخدم عملية الإحماء لتيسير السلوك المبدع والعفوي. ٦ قم بدمج السيكودراما مع المداخل العلاجية الأخرى والفنون الإبداعية العرض الذاتي أسلوب العرض الذاتي، ويختار جاك شخصاً ما من المجموعة ليكون مساعده لتمثل دور ابنته، «أرنا كيف تتفاعل أنت وابنتك. والذي يعد إحدى الأدوات الأكثر قوة في السيكودراما، ينطوي على النظر إلى ذات المرء من خلال أعين الفرد. وفي قلب الدور، يضطلع البطل بجزء من شخصية آخر، أن الوظيفة الأولى للناس يستطيعون الخروج من إطارهم المرجعي والتمثيل بعيداً عن أنفسهم ما لا يمكنهم إظهاره للآخرين إلا نادراً متى تم تحديد وإقامة الحدث، 2) الوصول إلى الفهم الكامل لوجهة نظر أو موقف الآخر؛ فمن خلال قلب الأدوار مع الشخص الرئيس في السيكودراما، يكون البطل قادراً على صياغة استبصار معرفي وانفعالي مهم في موقف الآخرين. فإن المساعد أو الممثل الداعم الذي تم اختياره لتمثيل جزء معين (الأم، الأب، الصديق الحميم، المعلم، وأثناء إظهار المشهد، إذا بدأ الأنا المساعد في أخذ الدور في الاتجاه الذي لا ينطبق على البطل، يمكن للمدير أن يستدعي مرة أخرى قلب الدور بحيث يعود المساعد إلى المسار الصحيح، وتعطى التعليمات للمساعد لجعل الدراما حقيقية لإدراك البطل للأحداث. وعند اضطلاعهم بدور ذلك الشخص في السيكودراما، فإنهم يبدؤون في تطوير تقدير أكثر عمقاً لعالم ذلك الشخص. هذا القلب يسمح لهم باختبار البيئة من منظور مختلف. وبالمثل، فإن المدير يقترح قلب الدور عندما يبدو أن البطل سوف يستفيد من محاولة «تقليد» الشخص الذي يمر معه بخبرة الصراع. على سبيل المثال، وعندما يصبح» «جاك» هو ابنته، يمكن أن يقوم عضو آخر بدور «جاك» كإحماء البطل لتحويل هذا الدور، يمكن أن يلتقي المدير شخصياً مع «جاك» وهو يلعب دور ابنته. تشير مورينو إلى أن هذا الأسلوب يشجع على زيادة التعبير في مواقف لصراع. إن تشوهات الأبطال للعلاقات يمكن أن تظهر على السطح، أولاً، بعد من خلال عكس أو قلب الأدوار، ويمكن للأبطال إعادة دمج، والنمو إلى أبعد من المواقف التي تقيدهم. إن قلب الدور يسمح للأعضاء بالتعبير الكامل عن إدراكهم للواقع. ويمكن استخدام قلب الدور خلال الدراما لتصويب أو تعديل صورة الدور للمساعد الرئيس وتقديم أو عرض معلومات إضافية للمساعد. إن قلب الدور أسلوب سيكودرامي مفيد له العديد من التطبيقات خارج العمل الجماعي. الازدواجية البديل تنطوي الازدواجية، حيث يعرض البديل جزءاً آخر للبطل بالتعبير عن الأفكار والمشاعر التي قد تمر ولم يتم التعبير عنها. لا يخترق المجال الإدراكي للبطل، إذا قال ما تفكر فيه كرره لم يكن ما تفكر فيه، ومن الحكمة في الغالب سؤال البطل ما إذا كان بحاجة إلى بديل، هل هذا ما تحاول أن تعبر عنه؟»، إذ إن هذا يعطي قوة، بل ويساعد البطل. وحتى إذا كان البطل يريد شخصاً ما ليكون هو البديل،

فإن البديل يساعد في وظيفة معينة تتمثل في إيجاد جزء من البطل لم يكشف عنه، إن البديل ليس طريقة أو وسيلة لمساعدة الممثل للتفيس عن الانفعالات الشخصية إذا لم يحس بهذه الانفعالات حدسياً، أي ما يريد أن يشعر به البطل بالفعل. ويتبع توجيه البطل، كما أن عملية البديل هي إحدى الوسائل أو الأدوات الأكثر قوة في السيكدوراما، إلا أنه لابد من استخدامها بحذر. يهدف البديل إلى التعبير عن المواد قبل الشعورية وليس غير الشعورية، وتيسير وعي المسترشد بالعمليات الداخلية، والتي غالباً ما تؤدي إلى تعبير عن أفكار ومشاعر غير معلن عنها. وحلقة وصل بين المدير والبطل. ربما يدرّب المدير البديل على إدخال بعض المبالغة أو عبارات المواجهة كطريقة لتيسير التعبير عن المشاعر وعملية التوضيح ذاتها، وهو موجود من أجل البطل في قلب الدور والأدوار الأخرى. وقد يساعد البديل «جاك» في البقاء على تواصل مع مشاعره والتعبير عنها. إن البديل الفعال غالباً ما يؤدي إلى زيادة التفاعل، ومن المحتمل أن يمنح البطل عالمه إلى المساعد ليقول من خلاله الأشياء التي ما تزال مكبوتة. لتمثيل الجوانب المتعددة للبطل وتجسيدها، حيث يمكن أن يمثلوا الجوانب المتصارعة المختلفة للبطل أو الأدوار المختلفة التي يمثلها في حياته. ويريد التعبير عن الحب، والبديل الآخر يمكن أن يمثل الأب البارد الذي ليس له أي علاقة بها. أو قد يأخذ كل منهما دوره. وإذا كان البديلان فعالين، مناجاة النفس حيث يمكنهم مناجاة النفس. ويعبر عن مشاعره في هذه اللحظة، أو أن المدير – عند الإحساس بوجود التناقض من جانب البطل مع جانب آخر – قد يوقف الحدث ويسأله أن يتجول فوق خشبة المسرح ويقول ما يفكر فيه ويشعر به. أو قد ينخرط البطل في نشاط منفرد مثل السير أي المشي إلى البيت. وقد يناجي البطل نفسه، وذلك بأن يعقد حواراً داخلياً مع البديل وهنا تكون ازدواجية مع الذات أثناء سيرهما إلى البيت معاً. على سبيل المثال، قد يطلب من "جاك" التعليق بأفكاره أثناء مسار قلب الدور أي البديل الذاتي. هذه المناجاة للنفس تعطيه الفرصة للحصول على الإحساس بما يعتقد عما تفكر فيه "لورا" وما تشعر به، ولكن لا يتم التعبير عن ذلك سريعاً. الكرسي الفارغ وبشكل أساسي، يكون الكرسي الفارغ ناقلاً لأسلوب الدور عندما لا يكون الأنا المساعد متاحاً، فمن السهل تكييف الكرسي الفارغ للعمل في جلسات العلاج النفسي كمدرب، إن أحد الاستخدامات الأكثر أهمية يتكون من استكشاف ما الذي قد يشعر به شخص آخر في إحدى التشابكات الاجتماعية، إن الكرسي الفارغ يمكن أن يكون أسلوباً مفيداً عندما تنطوي السيكدوراما على شخص غائب أو ميت. إن عضو المجموعة، أدلين يمكن أن تضع أمها التي ماتت فجأة في الكرسي الفارغ. وتقول أشياء كثيراً لم تتح لها الفرصة أن تخبرها بها قبل موتها. إن قلب عكس الدور هذا يعطي "أدلين" الفرصة للتحدث بما قد ترغب في سماعه من أمها. وبهذه الطريقة، أسلوب المرأة وينطوي على عضو آخر يصور وضعية البطل وإشارات وكلماته، فمن الممكن أن يرى نفسه كما يراه الآخرون. ومتحفظ، وبارد، فقد يتساءل عما إذا كانت هذه هي الطريقة التي تراه ابنته بها. أو إذا كانت لديه صعوبة في تقديم نفسه لفظياً أو في الحدث. ولا بد أن يعطي روح الاهتمام والتعاطف وليس جعل البطل موضوعاً للسخرية. الإسقاط المستقبلي إن أسلوب الإسقاط المستقبلي مصمم لمساعدة أعضاء المجموعة على التعبير عن المشكلات التي لديهم عن المستقبل وتوضيحها. وفي الإسقاط المستقبلي، يتم إحضار الحدث المرتقب في اللحظة الحالية وتمثيله، هذه المشكلات ربما تشمل على الآمال، والرغبات والمخاوف من الغد، والأهداف التي تقدم بعض التوجهات للحياة. ويخلق الأعضاء زمن المستقبل ومكانه مع أناس مختارين، وجلب هذا الحدث إلى الحاضر، والحصول على منظور جديد عن المشكلة. وربما يمثل الأعضاء تصوراً عن الطريقة التي يرغبون بها إظهار موقف معين بشكل مثالي أو تصورههم للنتيجة المرعبة أو المخيفة. إن مورينو على قناعة بأن المستقبل بُعد مهم في الممارسة العلاجية وعندما يمثل المشاركون في السيكدوراما الأحداث المرتقبة كما لو كانت تحدث في الوقت الحاضر، فإنهم يحققون وعياً متزايداً بخياراتهم المتاحة. مع التغذية الراجعة البناءة، يمكن أن يكون ذا قيمة حقيقة للأعضاء الذين يريدون تطوير طرائق أكثر فعالية للارتباط بالأفراد المهمين في حياتهم. فإنهم يكونون في وضعية أفضل لأخذ خطوات معينة تمكنهم من تحقيق المستقبل الذي يرغبون فيه. فلنعود مرة أخرى إلى حالة "جاك". يمكن أن يُطلب من "جاك" القيام بنوع من الحوار مع ابنته، وقد يقوم حتى بقلب الأدوار، حيث يقول كل الأشياء التي يرغب أن يسمعها من ابنته. كما يمكن أيضاً أن يسقط نفسه إلى الأمام ويخبرها كيف أنه تصرف بشكل مختلف نحوها أثناء العام المنصرم. وإذا حصل على إحساس واضح بنوع العلاقة التي يرغب فيها مع ابنته، يمكنه البدء في تعديل بعض الطرائق التي يقترب بها مع ابنته. يستخدم الدكان السحري كأسلوب للإحماء، وهذه الجودة في حاوياتهم التخيلية يمكن الحصول عليها لرغباتهم السحرية. ولكن فقط إذا كان هناك تبادل لجودة أخرى يمتلكها البطل بالفعل، وعلى سبيل المثال، قد يرغب "جاك" بتبديل أسلوبه التنافسي بالقدرة على الانفتاح على ابنته بطريقة مقبولة أو محبوبة. وهذا الأسلوب يمكن أن يساعده على تقييم أولوياته ويرى ما يبغده عن الحصول على

ما يريده من علاقته مع لورا". هناك أسلوب ظاهر، أي إعادة تمثيله بمزيد من التعبيرية، فإذا وقعت في خطأ ما، فقد تقول ببساطة "هذه المحاولة لم تنجح، قد يستخدم أسلوب إعادة التمثيل للتأكيد على الإحساس بالوعي في الحدث أو الفعل لتقوية الإحساس بالملكية والمسؤولية، لذلك، تم تعديله واستخدامه في مداخل أخرى خصوصاً في العلاج السلوكي والعلاج الجشطلتي. ينطوي التدريب على الدور على الاستخدام المنظم لأساليب مثل إعادة لعب الدور، أو إعادة عرض دور مسجل، والتصوير، وعكس قلب الدور والتغذية الراجعة والنمذجة من المجموعة المساعدة المسترشدين على تطوير المهارة والثقة في التعامل مع المواقف التي كانت مخيفة ومسببة للقلق في السابق. وهذا مشابه للتدريب السلوكي. ومع ذلك، طوّر "مورينو" الأسلوب في الثلاثينات وانتشر منذ ذلك الوقت. لا تستخدم طرائق السيكدوراما فقط لإظهار الانفعالات أو حتى تقوية الاستبصار، فأحياناً. يمكن تطبيقها في خدمة توسيع أو تعديل دور الفرد إن التدريب على الدور يسمح للشخص بالتجربة مع سلوكيات جديدة في أمان المجموعة، والتغذية الراجعة عن فعالية سلوكياتهم الجديدة، كجزء من العمل خلال المشكلة، فإن المدير يركز على اكتساب وتسميع مهارات بينشخصية معينة، يتم تعلمها في الغالب من خلال نمذجة الأعضاء الآخرين. فهؤلاء يصبحون على تواصل مع مشاعرهم، ليس هذا فحسب، ومن الممكن أن يحصلوا على التغذية الراجعة عن الطريقة التي يقدموا بها أنفسهم في المقابلة الشخصية، ويمكنهم ممارسة العديد من الأساليب السلوكية لإعداد أنفسهم نفسياً لما يرونه على أنها خبرة ضاغطة. نظريات الإرشاد الجمعي تطبيق السيكدوراما على العمل الجمعي في المدارس إن السيكدوراما تؤدي إلى استبصار من خلال الحدث أو الفعل، وهي مصممة لإحضار الاتجاهات الأساسية للأفراد وأفكارهم وانفعالاتهم إلى الوعي والتعبير كما أن السيكدوراما الكلاسيكية تستخدم بشكل كبير مع الأطفال والمراهقين، أن لعب الدور المأخوذ من السيكدوراما أقل يكون فعالاً في تطوير المهارات النفسية الاجتماعية الضرورية التالية من المحاماة المعاصرة، ويستخدم على نطاق واسع في التعلم من برامج ما قبل المدرسة إلى برامج التخرج والحصول على المهنة. هناك طرائق معينة أخرى للسيكدوراما يمكن أيضاً أن تكون مفيدة مع الأطفال والمراهقين الذين يمرون بخبرة الصراع، أو الموقف الإشكالي الذي يمكن أن يمثل في شكل ما من أشكال الدراما فالشخص الصغير الذي هو محور الحدث أو الفعل يستفيد، ليس هذا فحسب، ولكن الطلبة الآخرين في المجموعة يستفيدون أيضاً. هذه الطرائق الموجهة بالحدث أو الفعل تتبنى الترابط الجمعي، وتتيح الفرص للصغار ليكونوا على وعي بأن مشكلاتهم يتقاسمها معهم غيرهم. إن جماعات الدراسة محددة بالزمن عموماً ومحدودة البناء حول موضوع معين، ويمكن للعديد من الأساليب الموصوفة في هذا الفصل أن تفعم الأطفال والمراهقين بالحيوية والنشاط. والدمى أو الأقنعة بالصور، كما أن التحرر السهل يمكن أن يحدث أثناء قيام الأطفال بإعادة تمثيل الخبرات المؤلمة، فإن مشاعر الثقة بالنفس وفعالية الذات يمكن أن تظهر من التدريبات الناجحة لتحديات المستقبل. وغالباً ما كنت أسأل أنا وزملائي أعضاء المجموعة أن يتحدثوا إلى الآخرين المهمين بلغتهم الأصلية أثناء انخراطهم في موقف لعب الدور في الجلسة الجمعية وعند عملهم ذلك، فإن انفعالاتهم تظهر سريعاً على السطح. أتذكر عضواً من أعضاء المجموعة مولودة في ألمانيا، وكانت تتحدث إلى أبيها" بالإنجليزية في موقف لعب الدور. لقد فعلت ذلك بأسلوب منفصل، ثم طلبنا منها الاستمرار في الحديث إلى أبيها، ولكن بالألمانية. وهذا ما فعلته وقد أنهكتها الانفعال سريعاً. لقد كان من الصعب عليها الإبقاء على دفاعاتها ضد المرور بخبرة المشاعر القوية عندما استخدمت لغتها الأصلية. حيث يمكنهم فهم الرسالة الانفعالية التي تقف خلف هذه الكلمات من خلال الإيماءات غير اللفظية للبطل ونبرة الصوت. وبعد أن أنهت أداء السيكدوراما طلبنا منها أن تضع بعض الكلمات الإنجليزية إلى ما كانت تمر بخبرته. قالت هذه الفتاة أن التحدث بالألمانية أعاد إليها صوراً سابقة؛ الأمر الذي أدى إلى خبرة قوية عن معاشة المشهد مرة أخرى من طفولتها. وساعدها ذلك أيضاً على وضع عملها الانفعالي في منظور معرفي - إنني أعطي قيمة للأساليب النشطة للسيكدوراما ولعب الدور تحديداً لأن هذه الطرائق تقود المشاركين إلى الخبرة المباشرة للصراعات الحقيقية بدرجة أكبر مما لو تحدث الأعضاء عن أنفسهم بأسلوب موضوعي وسردي. إن السيكدوراما تنطوي دائماً على التنفيس، ومع ذلك، فإن هذا التنفيس ليس هو الهدف الرئيس للسيكدوراما. فإن التنفيس منتج طبيعي لعملية الدمج أو العلاج. ويشير "مورينو" إلى أن كل تنفيس انفعالي ينبغي أن يتبعه التعبير عن الدمج أو التكامل يمكن للسيكدوراما أن تعزز التنفيس العلاجي عندما يكون ذلك هو المطلوب، ويمكن أن تكون أيضاً قوة مفيدة في دمج الاستبصار وتطوير المزيد من السلوكيات الفعالة وممارستها. فإن التغييرات الشخصية العميقة سوف تحدث فقط إذا تعلم الأعضاء كيفية الحفاظ على هذه التغييرات السلوكية والانفعالية الموجبة، ويمكن عمل ذلك بمساعدتهم في التخطيط. محدودات المدخل لابد أن تستخدم السيكدوراما بعد تمنع في الموقف، في الواقع، ونظراً لأن تمثيل الدور يمكن أن يستثير انفعالات قوية، فإن المعالجين بحاجة إلى ممارسة التواضع عند التزامهم بالاستمرار في التعلم المهني

والانفعالي، وشجاعته في تجربة أساليب جديدة بمقياس الحذر، واحترام الأعضاء، وليس التفاعل اليبينشخصي بين الأعضاء. وعلى الرغم من أن أعضاء المجموعة يشاركون كمساعدين وكحضور مستمعين، ومع ذلك،