

“Изключително трудно е да се отдели умението от личността на терапевта, директно казано: личността на терапевта е неговото умение”.

Джейкъб Морено

ЛИЧНОСТТА на ПСИХОДРАМАТЕРАПЕВТА

Катерина Николова Илиева,

Психодрама-асистент

ТЕЗИС

Още в началото на своето обучение по психодрама започнах да си задавам въпросите:

- ✓ Що за човек е или що за вълшебник е човекът, който провежда психодраматичната сесия?
- ✓ Може ли всеки психотерапевт да стане психодраматист?
- ✓ Какви са специфичните умения и личностни качества, които са му нужни?
- ✓ Кое е това, което го прави “специална порода” психотерапевт? (Вярване, което поддържам и до днес)

Морено подчертава, че най-важна е гъвкавостта на психодрама-терапевта. Той счита за задължителни **четири качества**:

- ✓ методическа компетентност
- ✓ искреност
- ✓ мъжество да се справя с непредвидени обстоятелства
- ✓ творческа фантазия

“Човек, който не ги притежава прави истинска психодрамата по изключение” – казва **Грета Лойтц**.

В търсене на отговор на горните въпроси ми се стори логично да изходя от функциите на водещия в психодраматичната сесия – т.е. от това какво на практика трябва да прави водещия, какви са неговите задачи и отговорности. Различните автори ги класифицират и определят по различен начин, “но това не значи разногласие помежду им” - както отбелязва **Дейвид Кипър**.

Според **Морено**, функциите на водещия са:

- ✓ **продуцент**
- ✓ **терапевт**
- ✓ **социален аналитик**

“Като продуцент водещият е инициатор на кординацията и продукцията... преди всичко той се стреми да открие своята аудитория и персонажи, като извлече от тях информация за сценарий.

Като терапевт той носи отговорността за терапевтичното качество на целия процес.

Като социален аналитик, той използва помощния Аз като продължение на самия себе си, за добиване на информация за протагониста, за тестване и за оказване на влияние.”

Яблонски описва ролята и функциите на водещия така:

”Водещият е главният

- ✓ **координатор** и
- ✓ **катализатор**

на сесията. Той подбира протагониста и дирижира хода на цялата сесия. Водещият е длъжен да прави постоянна диагностика на ситуацията и да създава нови ситуации, чрез които и най-сложните проблеми получават максимален шанс да бъдат разрешени. Много важно е водещият да има бърза реакция – да умее да мисли в движение, да забелязва следите, намеците, вербални и невербални и да изучава и разбира ситуацията.”

Дейвид Кипър прави своята класификация като обединява предните две. Функцията на *социалния аналитик* и на *координатора* не са изведени отделно в неговата класификация. Но те не отпадат, а сякаш логично се поемат от *терапевта* и *продуцента*.

Ето как той представя ролята на психодрама-водещия:

функция	задължения/отговорности	задачи
ТЕРАПЕВТ	Осигуряване на психотерапевтичната стойност на сеанса	А. Наблюдение Б. оценка В. планиране/вземане на решения/
ПРОДУЦЕНТ	Въвеждане, изграждане и поддържане на метода	А. загаряване Б. откриване на следи В. подбор на сцени Г. приключване
КАТАЛИЗАТОР	Обединява първите две: постигане на терапевтичната стойност на сеанса, чрез метода на психодрамата	А. изграждане на сцени Б. използване на помощни Аз-ове В. използване на специални техники Г. участие Д. моделиране и инструктиране

Както сам авторът отбелязва, изложените в таблицата функции, отговорности и задачи се нуждаят от допълнителни обяснения. В книгата си «Теория и практика на психодрамата» той дава подробните им описания. Тук ще цитирам само част от това описание.

- ✓ **Терапевт.** Тази функция произтича от подходящото професионално обучение и умения, които му дават право да разрешава психологинични конфликти и поведенчески разстройства.
- ✓ **Продуцент.** Това е функция, която съществува само в психодрамата. Тя носи отговорността да внедри езика на ролевите игри и да подбуди протагониста към действие.
- ✓ **Катализатор.** Тук водещият се проявява като мозък и дизайнер на постановката. Функцията на катализатор е да ускори терапевтичния процес като предостави на протагониста най-добри възможности за облекчение и получаване на нови знания. Тя е кулминация на неговите прояви като терапевт.

Питър Феликс Келерман също приема за отправна точка класификацията на Морено като прибавя четвърта роля - тази на *груповия лидер*.

Класификацията, която той прави като, че ли обобщава всичко казано до тук и дава най-пълна картина на тези роли и функциите, уменията и идеалите, които заедно обхващат професионалните изисквания към психодраматиста.

Роли	Функции	Умения	Идеали
Режисьор	продуцент	поставяне	естетически
Терапевт	агент на промяна	влияние	лечение
Аналитик	емпатия	разбиране	херменевтичен
Групов лидер	мениджър	лидерство	социален

Според него психодраматистите изпълняват четири комплексни и свързани една с друга задачи.

1. **Като режисьори** психодраматистите са театрални режисьори, привечащи представения материал в действие, което е емоционално значимо и естетически приятно.
2. **Като терапевти** те са агенти на промяната, които влияят върху протагониста така, че да улеснят лечението му.

3. **Като аналитици** те са отговорни за това да бъдат напълно наясно със състоянието на протагониста. Това включва както личните, така и междуличностовите феномени и тяхното осмисляне по такъв начин, че да увеличат самосъзнанието.
4. **Като групови лидери** те насърчават конструктивен групов климат, който улеснява развитието на подкрепяща социална среда.

Подобно представяне на видовете дейности и умения, които характеризират тези четири роли представя един модел на практикуването, към който всеки психодраматист трябва да се стреми.

Интересно е наблюдението, което **Линет Клейтън** прави върху своите студенти в процеса на тренинга. Тя диференцира протичането на два процеса. Единият процес е процес на развитие на роли, които са необходими на директора, а другият е процесът на конфликт между тези нови роли и консервираните роли на студента. Тя отбелязва, че по време на своето обучение студентът развива роли, необходими му за бъдещата работа като директор.

Въз основа на своето наблюдение тя прави извода, че креативното директорство е продукт на интеграцията м/у ролите, необходими на директора и личните и уникални роли на човека, който заема позицията на директор.

Авторката създава метод, който позволява на студентите и учителите да изследват как те организират информацията, която достига до тях като директори по време на сесията и на тази основа разграничава следните 6 специфични роли:

- ясно виждащият
- клиницистът
- теоретикът
- анализаторът
- мъдрият и опитен човек
- човекът с верую

Линет Клейтън продължава: “Наричам тези шест роли на директора *начини за научаване* и ги отличавам от начина, по който действаме въз основа на нещата, които знаем.

Може да се каже, че тези начини за научаване се използват от всички клиницисти и терапевти и не са уникални за психодрамата или социодрамата... Все пак, формулирането им като роли, е концептуализация, която позволява социодраматичния метод да се използва в тренинга на директори.”

Първичната **техника** на Линет Клейтън е следната: Студентът представя статуя на тези 6 роли, като показва на групата как той използва тези 6 роли за да организира информацията.

Според целта упражнението може да се разшири и да се изследва как студента се чувства във всяка от тях, как и до колко я е развил, какви са конфликтните точки и т.н.

Авторката твърди, че изследвайки тези роли чрез средствата на социодрамата, студентът се натъква на ролеви конфликти, които стават явни и могат да бъдат разрешени.

Някои от трудностите, които психодраматистите срещат при изпълнение на поставените задачи *Келерман* разглежда от гледна точка на ролевата теория, като характеризира тези трудности като: инtrarолеви, интерролеви, вътреличностови и междуличностови конфликти.

Като *инtrarолеви конфликт* той определя разминаване м/у ролята и човека. Например: човек, който не обича да се налага ще има трудности в ролята на груповия лидер.

Като *интерролеви конфликт* той определя конфликтът м/у две роли вътре в един и същи човек. Например: алтруистичния терапевт трудно може да се комбинира с по-егоистичния режисьор, роля, която изисква драматични и може би екхибиционистични умения.

Вътреличностов ролеви конфликт е противоречието м/у собствената дефиниция за ролята и очакванията на другите за нея. Например: психодраматистът - бихевиорист може да упражнява ролята на аналитик, по начин, с който колегите му психоаналитици не са съгласни.

Междуличностовия ролеви конфликт. Например: психодраматист, който се чувства по-добре с рационалната роля на аналитика, ще срещне трудности при работа с колеги, които са по-иррационални и импулсивни или подчертават повече аспекта на спонтанност в психодрамата.

В процеса на обучението си психодраматистите се стремят да разрешат тези конфликти, но не е правилно да се говори за психодрамата само в термините на ролята и уменията. От голямо значение за професионалното им представяне е и тяхната личност като човешки същества. Една от специфичностите на психодрамата е споделяне на собствен актуален или минал опит, мисли и чувства. "Прозрачната" позиция заемана, от много психодраматисти е характерен аспект на отношенията директор - протагонист.

Адам Блатнер и *Дейвид Кипър* формулират поотделно в своите трудове някои основни принципи на ефективното помагачо отношение в психодрамата. Някои от тях напълно се припокриват, други се допълват. Изхождайки от техните определения аз бих обединила тези принципи по следния начин.

1. Принципът на взаимността

Принципът на взаимността се отнася до уважението към клиента като човек, който израства, изследвайки себе си по свой начин. Това включва достигане на взаимно доверие, създаването на атмосфера на доброжелателност, в която човекът се чувства защитен и свободен да изрази себе си, както и стимулиране на неговите собствени избори и желание за себеизследване.

2. Принцип на професионализма

"Терапевтичните сесии са занимание за професионалисти. Терапевтът съблюдава етическия кодекс на професията" /*Дейвид Кипър*/

Тук могат да бъдат отнесени също изискванията на терапевтичния договор, регулиране на взаимоотношенията с пациента в рамките на терапевтичната ситуация, спазване на конфиденциалността и др.

3. Принцип на увереността в метода

Психодрама-терапевтът трябва да владее отлично боравенето с инструментите на психодрамата. Той трябва да е опитен и да е сигурен в използването на метода. Тази сигурност се базира на професионални, научно-емпирически и теоретически критерии.

“В психодрамата ефективността на терапията зависи от готовността на терапевта да използва психодрамата без колебание. Потенциалната ефективност на терапевтичното въздействие може да намалее, ако терапевтът не е напълно уверен в метода.” /Д. Кипър/

Другата страна на този принцип включва уменията да поддържаш в пациента вярата в ефективността на лечението и метода.

4. Принцип на професионалната скромност

Този принцип е формулиран като такъв от Адам Блатнер, който подчертава, че изключително важно е директорът да има съзнание за ограниченията на методите за подпомагане на личното развитие. И добрият професионалист трябва да знае, че има различни хора и различни проблеми, което изисква различни терапевтични и образователни подходи. За нещастие понякога застъпниците на даден подход са склонни да го идеализират и проявяват настойчивост и дори безкритична употреба.

Въз основа на достъпната ми литература и скромния практически опит и без претенции за изчерпателност аз направих свой опит за диференциране на ролите на психодрама-водещия, като изградих свой опростен модел.

роли	подроли	задачи
ТЕРАПЕВТ	<ul style="list-style-type: none"> А. Теоретик Б. Аналитик В. Практик 	<ul style="list-style-type: none"> А. Наблюдение Б. Оценка В. Вземане на решения за сесията Г. Обгрижване Д. Използване на теоретични знания
РЕЖИСЬОР	<ul style="list-style-type: none"> А. Продуцент Б. Постановчик 	<ul style="list-style-type: none"> А. Емоционална стимулация Б. Откриване на “следи” В. Подбор на сцени Г. Използване на помощни Аз-ове и психодраматични техники
ГРУПОВ ЛИДЕР	<ul style="list-style-type: none"> А. Групов терапевт Б. Катализатор В. Организатор 	<ul style="list-style-type: none"> А. Въвеждане на нормите и правилата на групата Б. Поддържане на формата на групова работа Г. Моделиране и инструктиране

--	--	--

В своя опит аз се убедих също, че ролята на водещия в психодрамата е сложна синтетична роля и абсолютното разграничение на подролите и техните функции и задачи е невъзможно. Често пъти в процеса на работа функциите и задачите на тези роли се припокриват. Ето затова е трудно те да бъдат ясно детерминирани. Още повече, че психодрамата има различни области на приложение.

Необходимо е, обаче, да отбележа една особеност. Като психотерапевтичен метод най-голями изисквания психодрамата налага към ролята на терапевт. Във всеки един момент от психодраматичната терапевтична сесия водещият изпълнява минимум две роли едновременно. Като едната винаги е **ролята на терапевта**.

Което с други думи казано означава следното:

- ✚ независимо коя от комплементарните роли е необходимо в даден момент да бъде изведена като водеща, ролята на терапевт не бива да бъде напускана нито за миг по време на сесията. Тя би могла единствено да отстъпи временно своята предна позиция.

Правилното усвояване, гъвкавото дозиране и умението за адекватно взаимодействие между подролите, съставляващи цялостната роля на психодраматиста-психотерапевт формират основата на неговата професионална идентичност.

Бих обобщила казаното до тук като използвам думите на *Келерман*, по следния начин: психодраматистът е “обикновен човек с необикновена работа. Той не е вълшебник, но е спонтанен и креативен индивид, с по-високо от средното равнище на цялостност.”