

**Dorota Podgórska-Jachnik**  
Uniwersytet Łódzki

## **TECHNIKI TEATRALNE W WARSZTATACIE TERAPEUTYCZNYM PEDAGOGA SPECJALNEGO**

### **Wprowadzenie**

Techniki teatralne są nieocenionym narzędziem terapeutycznym w pedagogice specjalnej. Kwintesencją teatru jest bowiem komunikacja, a zaburzenia komunikacji i ich konsekwencje rozwojowe – to jeden z kluczowych problemów w pracy z osobami z różnymi postaciami niepełnosprawności. Dramatyzacja jest poszukiwaniem najskuteczniejszej i najbardziej uniwersalnej formy przekazu: z psychologicznego punktu widzenia postulat uniwersalności możemy rozciągnąć na ominięcie barier uszkodzonych modalności czy stopnia owych uszkodzeń. Z istoty rzeczy teatr daje szansę porozumienia się z każdym człowiekiem i w pedagogice specjalnej możemy to wykorzystać, tak dla celów edukacyjnych, jak i terapeutycznych (Podgórska-Jachnik 1998, 1999, 2001).

Celem niniejszego opracowania jest syntetyczny przegląd technik teatralnych, które zawierają w sobie w różnym stopniu elementy terapeutyczne. Jak wynika z praktyki, pedagodzy specjaliści chętnie wykorzystują w swojej pracy teatr. Nie zawsze jednak są świadomi swojej własnej roli i nie zawsze dostrzegają różnice pomiędzy podejmowanymi działaniami. Nie jest to sytuacja korzystna, gdyż pierwszą profesjonalną konotacją z terminem „uruchomienie procesu terapeutycznego” powinien być termin „odpowiedzialność”. Nie można określać siebie terapeutą, jeśli nie uświadamia się sobie i nie kontroluje wywoływanych zmian. Inaczej działania, które miały być terapią, stają się zwykłą stratą czasu, a zdarza się, że mogą być również niebezpiecznym narzędziem, wyrządzającym klientowi krzywdę. Zawarte w artykule charakterystyki różnych technik, przedstawione w aspekcie porównawczym, mogą być przydatne zarówno jako wprowadzenie w problematykę, jak i uporządkowanie bardziej zaawansowanej wiedzy na temat takich metod jak: drama, psychodrama i dramaterapia.

W polskiej literaturze naukowej termin *dramaterapia* pojawił się niedawno i jest jeszcze mało znany. Znacznie bardziej popularne są nazwy: *drama* i *psychodrama*. Etymologiczny wspólny mianownik tych wyrazów prowadzi nas do starogreckiego *drao* – „działam”, „usiłuję” oraz greckiego *dráma* – „działanie”, „czynność”, „akcja”. Jednak w znaczeniu omawianym przez nas terminów najważniejszy jest związek z angielskim słowem *drama*, oznaczającym „teatr”, „dramat”, „sztukę teatralną”.

Teatr towarzyszy człowiekowi od najdawniejszych czasów. Za sprawą swoistego języka ekspresji stwarza możliwości wyzwalania ukrytych emocji widza i aktora, rytualnego uwolnienia od niepokoju i lęków, poprzez odreagowanie napięć psychicznych i wewnętrznych konfliktów. Początki teatru utożsamiane są z rytuałem, towarzyszącym uroczystościom i obrzędom religijnym. Wiele współczesnych form teatralnych i parateatralnych o charakterze terapeutycznym wykorzystuje elementy rytualne. Obserwujemy podporządkowanie się uczestników zajęć określonej konwencji dramatycznej, wspólne spełnianie się przy muzyce, melodii, ruchu, rytmie ciał, w zbiorowym transie, służącym uzewnętrznieniu przeżyć, uczuć i emocji (A. Piasecka 1995). Teatr dysponuje wielkim bogactwem środków, stanowiących jądro procesu terapeutycznego, jak np. zbiorowy trans czy oczyszczające katharsis. Wielość konwencji odpowiada złożoności form psychoterapeutycznych, które wykorzystują całą gamę uczuć i emocji. Przykładowo można wskazać na ekstatyczność i monumentalność greckich chórów, religijne uniesienie średniowiecznego misterium, radość i zabawę *commedia dell'arte*, magiczną obrzędowość z elementami oszołomienia, szoku i wstrząsu w *Teatrze Okrucieństwa* Artauda i in. W wymyślonej rzeczywistości scenicznej widz przeżywa nie udawane, lecz prawdziwe wzruszenie, radość, ekstazę, niepokój, zagrożenie, lęk itd. Ma przy tym zapewnione poczucie bezpieczeństwa, za sprawą umowności rytuału, maski, granicy między sceną a widownią. Techniki dramatyczne wykorzystywane są w wielu rodzajach terapii. Odnajdujemy je m. in. w morenowskiej psychodramie, terapii *Gestalt*, programowaniu neurolingwistycznym (NLP) czy też analizie transakcyjnej. Jednak cała pełnia możliwości, które daje teatr, została wykorzystana dopiero w terapii opartej o autentyczne zaangażowanie w pracy nad przedstawieniem scenicznym, czyli dramaterapii.

Każdy z trzech wymienionych na wstępie terminów sugeruje również pewne związki z teatrem. I rzeczywiście: zarówno *drama*, *psychodrama* jak i *dramaterapia* opierają się na doświadczeniu teatralnym. Mimo powierzchownego podobieństwa pojęcia te różnią się jednak zdecydowanie. Jednym z czynników różnicujących jest rola terapeuty, który może spełniać np.

funkcję lustra, narratora, reżysera, lidera, trenera, przewodnika, szamana czy inne. Każdy z uczestników działań teatralnych może „wchodzić w rolę” lub też „pozostawać poza rolą”. W zależności od rodzaju relacji pomiędzy terapeutą a klientem „w roli” i „poza rolą” D. R. Johnson (1992) dokonuje nawet próby klasyfikacji różnych technik terapeutycznych. Elementy dramatyczne odnajdujemy w trzech wariantach, a mianowicie:

- 1) wariant: „**terapeuta poza rolą**” – „**klient w roli**” (np. psychodrama, gry teatralne czy techniki psychoanalityczne),
- 2) wariant: „**terapeuta w roli**” – „**klient w roli**” (np. drama twórcza),
- 3) wariant: „**terapeuta w roli**” – „**klient poza rolą**” (np. techniki szamańskie).

Oczywiście w terapii zachodzić może również wariant czwarty: relacja „**terapeuta poza rolą**” – „**klient poza rolą**” (np. w terapii zorientowanej na proces), lecz to wykracza już poza ramy niniejszego opracowania.

Już z tego wstępnego podziału można spodziewać się, iż terminy *drama*, *psychodrama* i *dramaterapia* będą się odnosić do zupełnie odmiennych form działań. Ich charakterystyki zostaną przedstawione niżej.

### Drama a proces edukacyjny

*Drama* jest formą działań edukacyjnych, coraz chętniej i powszechniej stosowaną w polskich szkołach<sup>1</sup>. Ta interesująca metoda zdobywania doświadczeń i wiedzy wykorzystuje zdolność człowieka do wchodzenia w wyobrażone role i sytuacje. Uruchamiany zostaje w ten sposób swoisty

<sup>1</sup> Problematyką edukacji przez dramę, jako jedną z pierwszych, zajmowała się w Polsce K. Pankowska. Zainteresowanego czytelnika odsyłam więc do jej publikacji, m. in. książek *Drama – zabawa i myślenie* (1990) oraz *Edukacja przez dramę* (1997). Bardzo wartościową pozycją jest przetłumaczona przez nią praca B. Waya *Drama w wychowaniu młodzieży* (1990). Dużo praktycznych wskazówek zawiera niewielka książeczka L. Rybotyckiej *Gry dramatyczne* (1990). Propagowaniem dramy wśród pedagogów zajmuje się H. Machulska. Jej działalność polega m.in. na wydawaniu pisma poświęconego dramie oraz na organizowaniu warsztatów dla nauczycieli i studentów pedagogiki. H. Machulska od lat związana jest z warszawskim teatrem „Ochoty”, lecz organizowane są także warsztaty w terenie. W ostatnich latach na temat dramy pojawia się coraz więcej publikacji, a warsztaty wchodzą do oferty programowej wielu ośrodków kształcenia nauczycieli.

proces badawczy, który aktywizuje zarówno umysł jak i emocje, wyrażające się w sposób bezpośredni w działaniu. Drama uważana jest za znakomitą metodę praktycznego uczenia się, przydatną w realizacji różnych przedmiotów szkolnych. Według K. Pankowskiej istotą dramy jest stwarzanie sytuacji, zarysowywanie problemów i próba ich rozwiązywania przez aktywne wchodzenie w role, zaś podstawowym wymogiem jest autentyczne „bycie w sytuacji” i zaangażowanie (Pankowska 1977, s. 29–30). Należy podkreślić, że celem dramy nie jest końcowy efekt, w postaci przedstawienia, lecz sam proces aktywnego odgrywania roli. Dlatego K. Pankowska odróżnia od siebie:

1) **dramę i teatr**: w dramie nie ma charakterystycznego dla teatru podziału na widza i aktora, natomiast wszyscy uczestnicy są zjednoczeni we wspólnej akcji,

2) **dramę i spektakl**: w przeciwieństwie do sztuki teatralnej, opartej o konkretny scenariusz, drama jest strukturą otwartą, w której możliwe jest zarówno włączanie nowych elementów, jak i wielość ich interpretacji; ważniejsze od efektu artystycznego są osobiste zdobycze poznawcze i emocjonalne uczestników,

3) **dramę i aktorstwo**: uczestnik nie gra kogoś, lecz jest sobą w wyobrażonej sytuacji, w związku z czym uczestnictwo w dramie jest możliwe dla wszystkich, bez względu na zdolności aktorskie i umiejętności techniczne (tamże, s. 30–31).

**Drama nie jest więc teatrem**, choć wykorzystuje technikę teatralną. **Nie ma również charakteru terapeutycznego**, lecz – jak już zaznaczono – edukacyjny. Jednym z  **dodatkowych**  efektów dramy może być wprawdzie rozwój ekspresji, komunikacji, kreatywności. Jeśli te elementy zostaną wyeksponowane w pracy z grupą, drama nabiera charakteru dramy twórczej. Cel edukacyjny zostaje skoncentrowany na rozwijaniu uzdolnień twórczych, a indywidualne osiągnięcia uczestników mogą mieć wówczas również wymiar terapeutyczny (Podgórska-Jachnik 1998). Jednakże, w porównaniu z dwiema pozostałymi formami, związki dramy z prawdziwym teatrem oraz z psychoterapią są stosunkowo najłżejsze.

Zdecydowanie terapeutyczny charakter jest natomiast wspólną cechą *dramaterapii* i *psychodramy*. Niżej zostaną przedstawione różnice pomiędzy tymi terminami, lecz należy zaznaczyć, że z punktu widzenia celu terapii, wykorzystywanych metod analizy i mechanizmów zmiany, trudno czasem odróżnić je od siebie.

## Psychodrama a proces terapeutyczny

*Psychodramę* określa się w literaturze<sup>2</sup> jako formę zajęć psychoterapii grupowej, opartej na odgrywaniu ról. Ojcem psychodramy jest J. L. Moreno. Eksperymentując z różnymi działaniami teatralnymi, odkrył związek aktywności twórczej z efektem terapeutycznym. Dla Moreno szczególnie ważna staje się magiczna przestrzeń sceniczna. Dzięki naturalnym zdolnościom do imaginacji i wchodzenia w role, uczestnicy psychodramy nawet bez większych talentów aktorskich wypełniają tę przestrzeń własnymi problemami życiowymi. Tam rozgrywają się konflikty, tam problemy człowieka zostają wystawione do oceny. Podstawową sprawą jest jednak zrozumienie jego zachowań: przez terapeutę, przez innych uczestników psychodramy, a nade wszystko – przez niego samego. Technika psychodramatyczna służy temu doskonale. E. Rine najtrafniej określa to w następujących słowach: „Subiektywna prawda istnieje tylko w umyśle ludzkim. Schronienie, jakim jest magiczna przestrzeń sceniczna zachęca do działań, których przesłanki może ustalić sama działająca jednostka. My zaś jako terapeuci uzyskujemy w ten sposób wgląd w to, co rozgrywa się w jej umyśle. [...] Technika psychodramy sprowadza się do rozwijania spontaniczności i siły fantazji, które pozwolą na ciągłe poszerzanie granic własnych możliwości życiowych w obrębie środowiska społecznego lub też dostrzeganie istniejących ograniczeń. Scena jest przestrzenią magiczną, którą można wypełnić wyimaginowanymi postaciami i umieścić je w sytuacjach, które wymagać będą rozwiązań” (Rine 1994, s. 26).

Z technicznego punktu widzenia odgrywanie ról w dramacie i psychodramie ma podobny charakter. W obu formach obserwujemy np. improwizację, zamianę ról, zatrzymanie akcji itd. Istotne jest, że wchodzenie w rolę dramatyczną i psychodramatyczną możliwe jest nawet dla amatora bez jakichkolwiek wcześniejszych doświadczeń scenicznych. Jednak psychodrama, w odróżnieniu od dramy, służy uaktywnieniu procesu terapeutycznego: rekonstrukcji konfliktu – uzyskaniu wglądu – modyfikacji zachowań nie-

<sup>2</sup> O psychodramie można znaleźć pewne informacje w większości syntetycznych prac poświęconych psychoterapii. Znajduje ona bowiem zastosowanie w różnych koncepcjach i formach terapeutycznych. Jedyną współczesną pracą monograficzną, obszernie i wyczerpująco opisującą tę formę działań, jest przetłumaczona na język polski książka norweskiej psychodramatystki E. Rine *Psychodrama. O tym, jak grać główną rolę w swoim życiu* (1994).



skutecznych w sytuacji dramatycznej – przeniesieniu ich do życia realnego – dojrzwaniu z nowymi doświadczeniami.

Według J. L. Moreno, aby sesja psychodramatyczna spełniła cel terapeutyczny, powinna mieć ściśle określoną strukturę. Składają się na nią:

1) rozgrzewka – w trakcie rozgrzewki wyłania się protagonista – najważniejsza postać sesji psychodramatycznej; wokół jego problemów koncentruje się improwizowana akcja gry,

2) właściwa gra psychodramatyczna – w umownie określonej sytuacji zostaje zaimprovizowana akcja z udziałem odtwórców poszczególnych ról psychodramatycznych; zostało wypracowanych szereg oryginalnych konwencji ujawniania przeżyć uczestników, np. „monolog”, „lustro”, „puste krzesło”, „magiczny sklep”, „idealny partner”, „wersje”, „nie popełnione samobójstwo”, „marzenia senne” i wiele innych,

3) faza końcowa – najważniejsza część psychodramy, polegająca na dzieleniu się odczuciami, emocjonalnym wspieraniu protagonisty przez grupę, zacieśnianiu grupowej więzi (Kratochvil, 1986, Rine 1994).

W psychodramie występuje kilka charakterystycznych ról, z których najważniejszą jest – jak powiedziano – rola **protagonisty**. To on kieruje akcją i dialogiem zgodnie ze swymi wewnętrznymi potrzebami. Kontrolę nad całością sprawuje **lider**. Lider-reżyser przygotowuje scenę dla protagonisty, wprowadza do gry kolejne postaci, pobudza akcję pytaniami, sugestiami, przerywa grę, wprowadza techniczne elementy cząstkowe, jeśli trzeba włącza się w grę, zachowując jednak konieczny dla swojej roli dystans. Kolejne postacie psychodramy to **ego pomocnicze** – osoby przedstawiające postacie z rzeczywistego życia protagonisty, zgodnie z jego sugestiami, dla zobrazowania sytuacji konfliktowych (Rine 1994). Oprócz tego występuje także **dubler**: jako **sobowtór**, grający jednocześnie z protagonistą, naśladujący jego ruchy, dublujący jego zachowania, lub jako **alter ego** – wewnętrzny głos protagonisty, wypowiadający głośno jego domniemane myśli w trakcie prowadzonej gry. **Alter ego** zadaje pytania, wyjaśnia, prowokuje, podsuwa protagonistie pewne myśli i hipotezy, a więc – podobnie jak sobowtór – pozwala zobaczyć mu samemu siebie w najbardziej konfliktowych sytuacjach (Kratochvil 1986). Listę ról zamyka **grupa** jako całość, której aktywne uczestnictwo jest bardzo ważne dla protagonisty.

Według J. L. Moreno najważniejszą rzeczą odróżniającą psychodramę od teatru była całkowita improwizacja. Spontaniczny i niepowtarzalny charakter każdej sesji wiąże się z tym, że uczestnicy budują sceny z własnego życia, własnych przeżyć i przemyśleń. Te z natury rzeczy są niepowtarzalne. Co więcej możliwość przeżycia tak niepowtarzalnego i zindywidualizowanego

dramatu jest dla Moreno szansą prawdziwego rozwiązania indywidualnych konfliktów. Pracując z zawodowymi aktorami w profesjonalnym teatrze zaobserwował on również terapeutyczne efekty gry na scenie. Jednak odnosi się z rezerwą do tej formy terapii, gdyż przeżycie cudzej roli nie rozwiązuje według niego ostatecznie konfliktu aktora. Istnieje bowiem zagrożenie fiksacji na określonej roli i nabycie w ten sposób nowych nieskutecznych form zachowań. Terapię, która jest udziałem profesjonalnych aktorów nazywa Moreno *teatroterapia* i – jak podkreśla – „tylko *teatroterapia*” (Rine 1994).

### Dramaterapia a proces terapeutyczny i twórczy

Słowo *teatroterapia* jest najbliższe terminowi *dramaterapia*. Praktycznie są to nazwy synonimiczne, jednak za użyciem terminu *dramaterapia* na określenie nowej koncepcji terapii przez teatr przemawiają dwa argumenty:

1) krytyczny stosunek J. L. Moreno do ograniczonych możliwości *teatroterapii* może budzić negatywne konotacje, choć nowa koncepcja wskazuje zupełnie nowe możliwości terapeutycznych oddziaływań,

2) nazwa *dramaterapia* wykazuje największe pokrewieństwo semantyczne i fonologiczne z angielskim źródłosłowem ‘*dramatherapy*’.

Odnotować należy, że w niektórych opracowaniach – choć rzadko – pojawia się jeszcze jedna synonimiczna nazwa: *dramatoterapia* (Szulc 1993).

Nowa koncepcja terapeutyczna, wykorzystująca bogactwo możliwości oferowanych przez teatr, łączy w sobie uniwersalność oddziaływania gotowych dzieł dramatycznych z indywidualnym podejściem terapeutycznym do problemów jednostki. Jest to więc **prawdziwa terapia**, sięgająca głęboko do uwarunkowań konfliktów jednostki, a równocześnie **prawdziwy teatr**, którego celem jest sceniczny efekt artystyczny. Teatr prawdziwy nie musi oznaczać teatru profesjonalnego, gdyż cały proces terapeutyczny zachodzi również w teatrze amatorskim. Prawdziwe jest przede wszystkim budowanie roli, wnikanie w ideę dramatu, doskonalenie ekspresji i komunikacji, cała praca nad przedstawieniem. *Dramaterapia* stosowana być może zarówno przy pierwszych symptomach konfliktów, jak i w zaawansowanych stanach psychotycznych, realizowana z osobami o normalnym poziomie inteligencji, jak i upośledzonymi umysłowo, z dorosłymi i z dziećmi. Ma więc charakter uniwersalny.

Za pionierkę *dramaterapii* uważana jest Sue Emma Jennings – angielska aktorka, tancerka, terapeutka, autorka szeregu prac naukowych poświęconych terapeutycznej roli teatru<sup>3</sup>. Jej koncepcja ukazuje rozwój człowieka w aspekcie zdobywanych doświadczeń dramatycznych. Według Jennings są one obecne w życiu człowieka już w bardzo wczesnym dzieciństwie i – będąc motorem rozwoju – pozwalają mu stopniowo dojrzewać. Doświadczenia życiowe o typowo teatralnym charakterze to np. zamiana ról w dialogu matki z dzieckiem, zabawa projekcyjna – jako doświadczanie projekcji kierowanej na zewnątrz, wchodzenie w role – jako doświadczanie projekcji kierowanej do siebie. Doświadczenie dramatyczne może dostarczyć człowiekowi przeżyć, których nie dostarcza jego sytuacja podmiotowa. Dzięki temu eksperymentuje on czynnie w rozmaitych sytuacjach i rolach, nawet takich, które nigdy się nie zdarzą w jego prawdziwym życiu. Z edukacyjnego i terapeutycznego względu ważne jest, iż nie jest to schizoidalna ucieczka w inny wymiar, lecz element sprzyjający dojrzewaniu i integracji osobowości. Doświadczając innego świata, uczestnik dramatu uczy się bowiem odróżniać dwie realności: pierwszą – konkretną, prawdziwą, w której umiejscowione jest jego życie, drugą – dramatyczną, teatralną, stworzoną umownie na deskach sceny. Pierwszy świat jest relatywnie pewny, drugi – wyimaginowany świat „udawania” jest światem hipotez. Rzeczywistość dramatyczna umożliwia zaistnienie eksperymentów, zanim jeszcze są one przeprowadzone w świecie rzeczywistości codziennej. Ważne jest nie tylko, że można się przenosić z jednej rzeczywistości do drugiej, lecz również zabierać ze sobą i przenosić między nimi to, czego się w nich nauczyliśmy. Zdaniem Jennings kluczowe dla dramaterapii

<sup>3</sup> Wśród opracowań S. Jennings poświęconych dramaterapii od roku 1986 ukazały się w Wielkiej Brytanii m. in. takie tytuły jak: *Dramatherapy and Group Analysis*, *Dramatherapy with Families Group*, *Art. Therapy and Dramatherapy* (we współpracy z A. Minde), *Drama, Ritual and Transformation*, *Dramatherapy with Children and Adolescent*. Była też redaktorką dwóch bardzo użytecznych praktycznie tomów: *Dramatherapy: Theory and Practice for Teachers and Clinicians* oraz *Dramatherapy Theory and Practice 2*. W Polsce jak dotąd brak literatury poświęconej dramaterapii. Koncepcję E. S. Jennings przedstawiam więc w oparciu o książki: *Art. Therapy and Dramatherapy* oraz *Dramatherapy Theory and Practice 2*, a także wykładu Autorki pt. *Dramaterapia ku przetrwaniu gatunków*, w którego miałam okazję wysłuchać w czasie jej wizyty w Polsce, podczas I Międzynarodowych Spotkań Teatralnych *Terapia i Teatr w Łodzi 10 czerwca 1995 r.* Odsyłam także dla porównania do pracy magisterskiej *Terapeutyczna i rewalidacyjna funkcja teatru. Udział osób upośledzonych w twórczości teatralnej* A. Piaseckiej, która – również jako uczestniczka Spotkań – przedstawia własną relację z wykładu.



jest założenie, że dojrzwianie i dorosłość wiąże się z kształtowaniem umiejętności przechodzenia z jednej realności w drugą przez granicę rytuału umowności czasu, przestrzeni i akcji.

Doświadczenia dramatyczne towarzyszą człowiekowi już w okresie prenatalnym. Obserwacje ciężarnych kobiet, prowadzone przez S. Jennings w różnych kulturach, wskazywały na to, że często prowadzą one rozmowy ze swymi nienarodzonymi dziećmi. Odgrywają w ten sposób wymaginowany dialog, stosując „zamianę ról”<sup>4</sup>. Matka, mówiąc do dziecka, zadaje mu pytania. Aby udzielić na nie odpowiedzi musi zaimprovizować, wczuwając się w jego położenie, zamienić się z nim rolą. Natomiast rozwój własnej techniki gry rozpoczyna się dla dziecka w momencie narodzin. S. Jennings (1995) wyróżnia w nim trzy etapy:

1. Etap cielesności (*embodiment*) – w pierwszych 14-tu miesiącach życia niemowlę włącza się w dialog ze światem zewnętrznym tylko przez swoje ciało, ale za to gra nim całym, wykorzystując ruch, gest, mimikę itd. Cieleśne doświadczanie świata tworzy „jaźń cielesną” (*body-self*), do której odnosić się będą późniejsze wyobrażenia. Ciało jest pierwszym środkiem poznania i pierwszym środkiem wyrazu.

2. Etap projekcji (*projection*) – do piątego roku życia rozwija się obraz obraz własnego ciała (*body-image*), co z kolei pozwala sięgnąć po środki wyrazowe także i „spoza ciała”. W tym okresie pojawia się zabawa wykorzystująca różne tworzywa i przedmioty: początkowo jest to *nieuporządkowana gra* – swobodne eksperymentowanie z piaskiem, wodą, potem zabawkami. Z czasem rozwija się na tej podstawie *gra projekcyjna*: rysowanie, malowanie, rzeźba, zabawa lalkami itd.

3. Etap odgrywania ról (*role playing*) – w wieku ok. 5 lat dziecko zaczyna odgrywać różne role bez pośrednika, jakim były materiały, zabawki. Improwizuje. Rodzi się dojrzała drama, związana ze wspomnianą świadomością różnic pomiędzy rolami odgrywanymi „na niby” i realizowanymi w rzeczywistości „prawdziwymi rolami”. Przykładem intensywności i znaczenia doświadczeń przenoszonych z rzeczywistości „dramatycznej” do „codziennej” jest wpływ bajek, legend i opowieści kształtujących emocje, oceny estetyczne i moralne małych dzieci. Warunkiem samoistnego przemieszczania się dziecka z jednej rzeczywistości do drugiej jest wcześniejsze rozwinięcie *body-self* i *body-image*.

Istotą zaburzeń rozwoju psychicznego jest, według S. Jennings (1995), zahamowanie rozwoju twórczej wyobraźni, ekspresji i wchodzenia w dramę.

<sup>4</sup> Na marginesie trzeba zaznaczyć, że jest to znana technika psychodramatyczna.

Skutki nie rozróżniania odmiennych wymiarów rzeczywistości mogą być tragiczne<sup>5</sup>. Dlatego fundamentalne znaczenie dla kształtowania się osobowości i postępowania dorosłego mają doświadczenia wczesnego dzieciństwa i wchodzenie w dramę. Jeśli rozwój doświadczenia i umiejętności dramatycznych został zakłócony, można to naprawić przez dramaterapię. Do dojrzałości dramatycznej wiedze droga przez metodę uwzględniającą trzy kolejne etapy rozwojowe: poczucie ciała – projekcję – odgrywanie ról (metoda EPR: *Embodiment-Projection-Role Playing*). Dla realizacji tej metody i uzyskania skutecznego, uzdrowicielskiego efektu dramaterapii, Jennings proponuje aby warsztaty teatralne zawierały wszystkie opisane wcześniej elementy, koniecznie w następującej kolejności:

1. Doświadczenie rzeczywistości codziennej (*Everyday Reality*).
2. Przechodzenie (*Transition*) z jednej rzeczywistości do drugiej, z trenin-  
giem technik przekraczania granicy czasu, przestrzeni, akcji.
3. Doświadczenie rzeczywistości dramatycznej (*Dramatic Reality*).
4. Zaangażowanie (*Engagement*) i osobiste eksperymentowanie w rze-  
czywistości dramatycznej.
5. Przystwojenie (*Absorption*) doświadczeń dramatycznych i przeniesienie  
ich do rzeczywistości codziennej.

Jak widać w strukturze tej odzwierciedlona jest podstawowa zasada psychoterapii: zapewnienia klientowi bezpiecznego powrotu do własnego życia z doświadczeniami terapeutycznymi, które może w tym życiu spożytkować. Zasada ta oraz umiejętność odróżniania dwóch rodzajów rzeczywistości wydają się być antidotum na ograniczenia wskazywane przez J. L. Moreno. Ponadto należy zakwestionować jednostronność w ocenie wartości terapeutycznych dokonanych przez niego. Przeciwwstawienie spontaniczności, indywidualności – uniwersalności, nie jest bynajmniej przeciwstawieniem pełni – pustce. Wbrew poglądom Moreno praca nad rolą, konfrontująca płynące stąd doświadczenia z indywidualnymi problemami aktora, może być wszechstronną penetracją jego osobowości i konfliktów

<sup>5</sup> Posłużę się szczególnie drastycznym przykładem prezentowanym przez Jenningsa, za pośrednictwem cytatu z pracy A. Piaseckiej (1995, s. 104): „Może wtedy dojsz do tragedii podobnej do incydentu zabójstwa dziecka, które dopiero zaczynało chodzić, przez dwóch kilkuletnich chłopców. Tłumaczyli oni ten fakt tym, że w zabawie dziecko nie chciało się położyć, aby udąć nieżyjącego. Chłopcy próbowali więc siłą zmusić dziecko naprawdę, żeby się położyło. W rezultacie, w rzeczywistości codziennej zabili oni dziecko naprawdę, nie uświadamiając sobie tego tylko dlatego, że nie potrafili zrozumieć, iż to dziecko nie znajdowało się razem z nimi w rzeczywistości gry”.

wewnętrznych, a nie tylko jednowymiarową „imaginoterapią”. W swoich pracach Jennigs nazywa to „terapeutyczną podróżą” (*therapeutic journey*) przez rolę (Jennings, Lear 1992; Jennings, Minde 1993). Istnieją ponadto duże możliwości oddziaływań terapeutycznych dramaterapii, których nie stwarza psychodrama. Sztuka dramatyczna oddziałuje bowiem na jednostkę językiem kultury. Archetypy, mity, legendy, metafory itd. umiejscawiają w określonym kontekście kulturowym indywidualne skrypty. Terapeutyczne oddziaływanie dzieł sztuki, obok własnej aktywności twórczej, jest podstawowym elementem wykorzystywanym w szeroko rozumianej arteterapii – terapii przez sztukę. Niektórzy ujmują rzecz w jeszcze szerszej perspektywie, mówiąc o kulturoterapii i terapeutycznym oddziaływaniu wytworów kultury (Szulc 1993). W dramaterapii oddziaływanie to jest spotęgowane całym arsenalem środków, tworzących teatr. A jest to nie tylko scena<sup>6</sup>, lecz również kostium, maska, metafora itd. Każdy z tych elementów może być w dramaterapii obiektem, przez człowieka uczy komunikować się ze sobą samym i ze światem. U S. Jennigs są one wykorzystywane w warsztatach twórczych w cyklu pracy nad przedstawieniem (Jennings, Minde 1993). Należy również zwrócić uwagę na to, że teatr to przede wszystkim komunikacja. W psychodramie jest ona środkiem do realizacji założonych celów, natomiast w teatrze sama urasta do rangi celu. Jeśli spojrzymy na pracę nad spektaklem jak na poszukiwanie i doskonalenie środków skutecznej komunikacji, to dramaterapia powinna się znaleźć obok tych koncepcji terapeutycznych, które jądro zaburzeń upatrują w zaburzeniach procesu komunikacji interpersonalnej. Wydaje się, że obawy J. L. Moreno nie były w pełni uzasadnione: dramaterapia może być pełnowartościową formą terapii, jeśli jest stosowana zgodnie z założeniami teoretycznymi. Te wydają się wystarczające dla racjonalnej organizacji pracy terapeutycznej: koncepcja rozwoju i zdrowienia S. Jennings jest całkowicie spójna.

Na koniec tego bardzo ogólnego zarysu koncepcji trzeba jeszcze zwrócić uwagę na ważną sprawę przygotowania zawodowego dramaterapeutów. W jednej i drugiej metodzie zostaje uruchamiany poważny proces zmiany psychicznej, w związku z czym szczególnego znaczenia nabierają kwestie etyki zawodowej. W teatr może „bawić się” każdy, lecz wykorzystanie go dla celów terapeutycznych wymaga głębokiej wiedzy specjalistycznej. W przypadku dramaterapii jest to zarówno wiedza psychologiczna, jak i wiedza o teatrze, gdyż równoległe przebiegają tu dwa procesy: twórczy i terapeutycz-

<sup>6</sup> W psychodramie nie zawsze jest ona zaznaczona tak wyraźnie, jak np. w technice „pustego krzesła”. Tam właśnie krzesło pełni rolę sceny. Granica między sceną a widownią czasem zaciera się zupełnie.

ny. Najlepiej w roli dramaterapeutów sprawdzają się artyści sceniczni, znający „od podszewki” rzemiosło aktorskie, z dodatkową wiedzą psychologiczną. Jednak nie wyklucza to innych możliwości. W Wielkiej Brytanii, w której koncepcja wychowania przez teatr nabrała szczególnego rozmachu, organizowane są specjalne kursy dramaterapeutyczne, dające certyfikat uprawniający do wykonywania zawodu. W Polsce sprawa formalnych kwalifikacji nie została jeszcze ustalona, natomiast pojawiają się coraz częściej oferty rozmaitych kursów, szkoleń, warsztatów teatralnych, co może stanowić tymczasową alternatywę dla przygotowania w tym zakresie psychologów, pedagogów (szczególnie pedagogów specjalnych) czy też terapeutów zajęciowych.

## Bibliografia

- Jennings S., Minde, (1993), *Art. Therapy and Dramatherapy. Masks of the Soul*, Jessica Kingsley Publishers Ltd, Londo and Bristol, Pennsylvania.
- Jennings S., (1995), *Dramaterapia ku przetrwaniu gatunków*, wykład wygłoszony na I Międzynarodowych Spotkaniach Teatralnych „Terapia i Teatr”, Łódź 10 czerwca 1995 r.
- Jennings S., Lear K., (1992), „Reason in madness”: *therapeutic journeys through*, [w] S. Jennings ed., *Dramatherapy. Theory and Practice 2*, Routledge, London.
- Johnson D. R., (1992), *The dramatherapist 'in-role'*, [w]: *Dramatherapy...*
- Kratochvil S., (1986), *Zagadnienia grupowej psychoterapii nerwic*, PWN, Warszawa.
- Pankowska K., (1977), *Edukacja przez dramę*, WSiP, Warszawa.
- Piasecka A., (1995), *Terapeutyczna i rewalidacyjna funkcja teatru. Udział osób upośledzonych umysłowo w twórczości teatralnej*, niepublikowana praca magisterska, Uniwersytet Łódzki.
- Podgórska-Jachnik D., (1998), *Rozwijanie dyspozycji twórczych niepełnosprawnych przez doświadczenie teatralne*, [w] *Rozwijanie dyspozycji twórczych młodzieży*, red. Alminderov, J. Łaszczyk, WSPS, Warszawa.
- Podgórska-Jachnik D., (1999), *Pantomima w nauczaniu dzieci głuchych*. *Audiofonologia*, t. XIV.
- Podgórska-Jachnik D., (2001), *Rola teatru w wychowaniu dziecka z uszkodzonym słuchem*, [w] *Materiały dla rodziców dzieci i młodzieży z wadą słuchu*, red. J. Kobosko, Stow. Przyjaciół Osób Niesłyszących i Niedosłyszących „Człowiek-Człowiekowi”, Warszawa.
- Rine E., (1994), *Psychodrama. O tym jak grać główną rolę w swoim życiu*, Wyd. „KONTAKT”, Opole.
- Szulc W., (1993), *Sztuka i terapia*, Centrum Metodyczne Doskonalenia Nauczycieli, Warszawa.