

ről, és mondjam meg hogyan is kövessék ezeket a kísérleteket. Volt idő, amikor úgy véltem, hogy tudom, mit és milyen sorrendben kell csinálni, de a tapasztalat arra készítetett, hogy kételkedni kezdjek feltételezéseimben. Az érzelési gyakorlatok, a mozgásgyakorlatok, a színpadi játékok mind-mind hasznosak a koncentrációs készség és az önbizalom fejlesztésére, az alkotói reakciók serkentésére, a csoport-összhang megteremtésére. De hasonló eredményeket hozhat az is, ha valamilyen történet dramatizálásával kezdjük, vagy adott témából, kérdésből teremtünk drámát. Hogy az említett tevékenységek megadják-e a novella dramatizálásához, vagy drámai jelenetek alkotásához szükséges jártasságot, ahogy azt általában feltételezték valamikor, úgy gondolom, nyitott kérdés. A tanulmányomban már előadott okoknál fogva, énekelem az a véleményem, hogy helyesebb a fő hangsúlyt a kreatív drámákra helyezni mint a színpadi játékokra.

Számomra a gyermekek kreatív drámában való irányítása mindannyiszor izgalmas és elbűvölő élmény. Olykor csüggesztő élmény is! Aki vezet, annak állandóan egyensúlyt kell tudni tartania szubjektív és objektív érdeklődése között. Ha a vezetőt nem tudja őszintén kíváncsivá tenni az, ami történik, ha nem izgatják a játékban rejlő lehetőségek, akkor az egész munka elfakul, mert a gyerekek reakcióját a vezető összpontosítása és vitalitása váltja ki. Amellett szilárd híve vagyok a vezető tréfához való jogának is. De ha nem vagyunk képesek ugyanakkor objektívitásunkat is megőrizni, akkor nehezen tudjuk felmérni és helyükre tenni az egyes gyerekek szükségleteit és képességeit, érzékenyen és okosan irányítani az eseményeket, és leküzdeni azt a kísértést,

hogy kisajátítsuk a drámát. Tudni és érezni, hogy ebben a pillanatról-pillanatra változó folyamatban milyen döntéseket kell a gyerekekkel hozatni ahhoz, hogy az alkotói folyamat és eredmény gazdáinak érezhessék magukat, és, hogy milyen döntéseket kell a vezetőnek hoznia ahhoz, hogy valamennyiüket bevonja a játékba és tapasztalataikat elmélyítse, ez az egyik legnehezebb feladat, ami az improvizatív drámával foglalkozó csoportok vezetőire várhat.

Tanulmányom elején arról beszéltem, hogy véleményem szerint az a lehetőség, amivel az improvizatív dráma a gyermek életét gazdagíthatja, az improvizatív drámának az élethez, és a drámához, mint műformához való viszonyán alapul. Emlékeztettem arra, hogy a gyermek szimbolikus fejlődése olyan folyamatok révén valósul meg és nyilvánul meg, amelyek a dráma életforrásait képezik. Vallom, hogy azoknak a legfontosabb eszközöknek egyike, amelyek segítségével mi, emberek a világról való ismereteinket bővíthetjük, önmagunkat megérthetjük, másokkal kapcsolatban teremtünk abból áll, hogy cselekvőként és közreműködőként, képzetben olyan körülmények közé helyezük magunkat, amelyek ténylegesen nincsenek jelen. Az improvizatív drámának megvan az a nagy előnye, hogy él ezzel a felfedező folyamattal; nem idegen, hanem ismerős, nem gyötrelmes, hanem óhajtott folyamattal. A játék ösztöne, a mimentikus készlet, a szimbolizálás szükségessége és az afölött érzett öröm, hogy ismereteinket szimbolikus játék formájában fejezhetjük ki, mind-mind életforrása a drámának, annak a műformának, amely az emberi viszonylatokból emberi cselekvés útján hoz létre dinamikus metaforákat...

Mérei Ferenc

## Szociodráma, pszichodráma, szerepgyakorlatok

*Köztudott, hogy a különféle személyiségközpontú reformpedagógiai irányzatok tevékenységét mily nagy mértékben befolyásolta a XX. század jónéhány pszichológiai felismerése. Ezek között nem kis mértékben a Moreno nevéhez fűződő önismereti és terápiás dramatizálási munkásság, a szociodráma, pszichodráma eljárás. Mérei Ferencnek erről szóló írását közöljük, némileg rövidítve, arra gondolván, hogy drámapedagógusainknak az ebben közöltek ismerete nagyon fontos, és vizsgálanyag is. Az eredeti leltőhely a JÁTÉK, SZÍNJÁTÉK, SZEMÉLYISÉG címet viselő dokumentumgyűjtemény, mely 1980-ban jelent meg a Népművelési Propaganda Irodánál, s jószerivel már hozzáférhetetlen.*

### A jelenség

Olyan pszichológiai eljárásnak a célját, módszertanát, történetét próbálom itt röviden összefoglalni, amely az önismereti és a személyiségformálási csoportos gyakorlatok körébe tartozik (mint ilyen, terápiás célra is alkalmazzák). Az eljárás lényege a viselkedési indítékok tudatosítása. Vagyis, bejárni azt az érzelmi-szükségleti mezőt, amelyet egy cselekvéslélektani folyamat forrásvidékének nevezünk; összegyűjteni azokat az emlék-töredékeket, emóció-foszlányokat, szokás-roncsokat, amelyek belejátszottak egy viselkedés megfogalmazásába.

Ebbe a körbe tartozik a pszichodráma és a szociodráma világszerte elterjedt módszere. Amikor ezeknek az eljárásoknak mindenekelőtt az önismereti értékét

ragadjuk meg, az „önismeret” fogalmat nagyon pontos értelemben alkalmazzuk. Nem arról van szó, hogy „milyen vagyok”, milyen tulajdonságaim vannak, milyen jellegekkel lennék leírható, hanem arról, hogy adott feltételek közt hogyan viselkedem, milyen reakcióval felelek meghatározott felhívásra. Nagyon keveset tudok magamról, ha valamilyen módon megállapítják rólam — s erről önismereti belátásom lesz —, mondjuk, hogy diszkrét, titoktartó ember vagyok. De ha olyan helyzetbe kerülök, amelyben a körülmények próbára teszik ezt a vonásomat, akkor szerezhetek a titok-készségemről, titok-érettségemről igazi önismeretet.

Egy példán próbálom megmutatni ennek a fajta önismeretnek a feltételeit. István kölcsönadja lakását egy barátjának szerelmi találkozóra. Ez a barát Katalinnal,

egy fiatal asszonnyal jár a lakásra. Katalin férje nagyon féltékeny, talán kissé régimódián, megölné a hűtlen asszonyt is, a szeretőjét is. István őrzi a titkot. Csakhogy egy nap beleszeret Annába, aki különös kapcsolatban van Katalinnal. Barátnők is, vetélytársak is. Együtt jártak iskolába, és Anna nem egyszer fájdalmasan állapította meg magában, hogy Katalin szebb, mint ő, de legalább olyan szép, és bizony gyakran elegánsabb is. Ezzel a féltékenységi érzéssel pedig nyilván szívesen halaná, hogy Katalin bajba került. Egy nap Anna meglátja Katalint azon a környéken, ahol István lakik. Egy hét múlva megint meglátja, még közelebb István lakásához. Felmerül a kérdés, talán Istvánnál járt. Anna titkot szimatol, lecsap Istvánra, azzal vádolva, hogy Katalin biztos nála járt. István a váratlan támadástól zavarba jön, lehetetlenül viselkedik; tagad ugyan, de a tagadásból kihallatszik, hogy nem mond igazat, még el is pirul. Anna jelenetet rendez. Tudni akarja, hogy milyen kapcsolat van István és Katalin közt. István viszont ismeri Annát, aki kifecseg mindent, nem tart titkot, s még kevésbé, ha Katalinról van szó; nyilván élvezné a botrányt.

Istvánnak valamiképpen döntenie kell: megőrzi a titkot, vagy eleget tesz szerelme, Anna kívánságának és kiszolgáltatja Katalint. Ezt a történetet kellene megélnie Istvánnak ahhoz, hogy diszkréciójáról, titok-érettségéről valamiféle érvényes önismereti evidenciája legyen.

A szociodráma-pszichodráma önismerete ilyen helyzeteken, ilyen viselkedési feltételrendszeren, ilyen szituatív konfliktusokon nyugszik. Ilyen helyzeteket kell teremteni ennek a módszernek a keretében, és ilyen helyzetek megéléséve kell lehetővé tenni, hogy a részt vevők megismerjék saját igényeiket, próbára tegyék türokéességüket, önérzeti határaikat, fogalmat szerezzenek saját megértő képességükről, beleélő készségükről. Egy-egy ilyen helyzet alapján tudják meg, hogy mennyire képesek a nehézségek elviselésére, esetleges áldozatvállalásra, meddig terjed szolidaritási készségük. De minden esetre konkrét helyzetről legyen szó. Jól meghatározott, konkrét feltételek közt táruljanak fel a belső feszültségek, a cselekvések motivációja és különféle preferált megoldási módjai.

Ez a helyzeti-viselkedési önismeret alapvetően különbözik a hagyományos pszichoterápiás módszerekben leírt önismereti eljárástól. A hagyományos pszichoterápiás helyzetekben a páciens — legyen az beteg vagy tanuló — kizárólag verbálisan nyilvánul meg. Ez a pszichoterápiás alaphelyzet olyan, mint egy zárt lombik, amelyben a páciens mozdulatlanul fekszik, mint „egy bebalzsamozott múmia”, vagy ül a fotelben, mintha odakötötték volna a villamoszékhez. Nem cselekszik, nem mozog, csak beszél. Ez ennek a hagyományos mélylélektani önismeretnek a kontraktusa: szóban, beszédben kell kifejezésre juttatni mindent és a szabad verbális kommunikációban kell eljutni az önismerethez. Pedig van olyan felfogás, s ez Moreno felfogása, amely szerint az értelmezhető valóság nem csak asszociációk fonálán tárulhat fel, hanem cselekvések sorából is; egy-egy cselekvés ugyanolyan döntő, ugyanolyan lényeges lehet az indítékok megismerésében, mint amilyen verbálisan kihordott asszociációs sor.

A klasszikus példa erre a Moreno által javasolt önismereti módra, a szociodráma és a pszichodráma önismereti gondolatának a szemléltetésére, egy ótestamentumi epizód. Salamon király nevezetes ítéletéről van szó. Bibliai szöveg, található a a Királyok Könyvének III. fejezetében (16-28. sor). Az epizód egy jelenetet ír

le. A király trónusán ül és a nép mindenféle ügyeiben ítéletet mond. Két parázna asszony jön a király elé ítéletet, döntést kér egy ügyben. A két asszony egyazon éjszaka egyazon házban egy-egy fiút szült. Még az éjszaka folyamán az egyik újszülött meghalt oly módon, hogy az anyja ráfeküdt. Reggel a két asszony fölébredt, egy élő és egy halott gyerek volt a házban. A bal oldalon álló asszony ezt mondta: „az ő gyereke halt meg az éjszaka, de ő álmomban elvitte az én élő gyermekemet és odatette mellém az ő halott gyereket”. A jobb oldali asszony ezt mondja: „nem igaz, az én fiam az, aki él, a tiéd halt meg, melletted volt a halott gyermeked”. „Nem az enyém, a tiéd” — kiáltja a másik. És így versengenek szavakkal a király trónusa előtt. Ekkor megszólal a király: „Hozzatok egy kardot. Vágjátok ketté a gyereket, fele az egyiké, fele a másiké. Nincs más megoldás.” A jobb oldali asszony ezt mondja: „Vágjátok csak ketté, se az enyém, se az övé ne legyen.” A bal oldali pedig közbekiált: „Adjátok neki! Csak meg ne öljétek!” S ekkor a király kimondja az ítéletet: „Neki adjátok! (Mármint, a bal oldalinak, akinek csak az volt a fontos, hogy a csecsemő éljen.) Övé a gyerek!” A kritikus pillanatban tehát a cselekvésben megnyilvánuló viselkedés, a magartás hozta meg a döntést. Amikor konkrét helyzetben cselekvésre került a sor, a cselekvés spontaneitása elragadta a jelenlevőket, és úgy viselkedtek, hogy feltárult viselkedésük valóságos belső indítéka.

A jelenség lényege ennek a klasszikus példának az alapján is az, hogy létezik a cselekvés által vezérelt megismerés, konkrét helyzethez kötött önismeret. S ez a szociodráma-pszichodráma módszer alapjelensége.

### Moreno munkássága

A szociodráma és a pszichodráma módszer megteremtője Jacob Levy Moreno. 1892-ben született Bukarestben. 1908-ban Bécsbe utazott és beiratkozott az orvoskarra. Orvosi diplomáját 1917-ben szerezte. Itt ismerkedett meg az európai értelmiség körében akkor bontakozó avantgardizmus irányzatával, amelyben Moreno elsősorban az életvezetés áthangolásának perspektíváját látta. Ebben az irányzatban vélte felismerni a sablonoktól mentes ember gondolkodásmódját, spontaneitását, és spontán módon adott kreativitását. Orvosi érdeklődése mellett sokoldalú irodalmi és művészeti érdeklődése is van. Egy színházat hoz létre, amelyet a Röggtönzések Színházának nevez (Stegreiftheater). Lakásszínház volt: egy lakásban játszották. A nézők maguk adták elő a meg nem írt, legtöbbször a helyszínen fogant színdarabot. A rendező által rögzített témát bárki bővíthette úgy, hogy valamilyen szereppel belépett a játékba, s így továbbszötte a cselekményt a saját indítékainak megfelelően. Ezekben a színházi előadásokban már benne rejlett a pszichodráma későbbi módszere.

Moreno azonban nem sokáig maradt Bécsben. Az osztrák főváros gazdasági és társadalmi nehézségei nem tették lehetővé terveinek megvalósítását. 1925-ben áthajózott az Egyesült Államokba, s fokozatosan kapcsolódott be az ott kibontakozó szociálpszichológiai munkába. 1934-ben jelenik meg *Who shall Survive?* (Ki éli túl?) című munkája, amely azóta több, mint húsz nyelven jelent meg. Maga a cím elsősorban arra utal, hogy túléli-e az alkotó ember a robotgépek elterjedését, esetleges uralmát a Földön. Ebben a könyvben fejti ki, hogy *az a társadalom, amely az emberi alkotóképesség megőrzését biztosítani tudja, meg fogja becsülni a spontaneitást és a kreativitást*. Ebben a munkában Moreno

már kifejti a szociometria alapelveit és módszereit. Gondolatmenete nem feltétlenül rokonszenves. Igaz ugyan, hogy a kreativitás és a spontaneitás hangsúlyozása egyértelmű szembefordulás az autokráciával és az autokrácián alapuló mindenfajta fasizmussal. Viszont a világ szociometriai átszervezése messianisztikus gondolatoktól terhes és valamiféle zavaros eszmerendszert képvisel.

Az ezt követő évtizedekben Moreno erőteljesen kifejleszti a szociometria módszerét, majd 1945 után a szociálpszichológia egyéb ágaiban is fontos eredményeket ér el. Nagy iskolát alakít ki nemzetközi szervezetekkel, amelyek a csoport pszichoterápiában — és a Rögtönzések Színházából kialakult pszichodramában is jelentős munkát végeznek.

Moreno rendszere, az alkalmazott szociálpszichológia három nagy ismeretanyagból szövődik. Ezek: a szociometria, a csoport-pszichoterápia és a pszichodráma, illetve szociodráma.

A továbbiakban e három területet ismertetjük. A szociometriát és a csoport-pszichoterápiát a jobb megismerés céljából vázoljuk fel, a szociodramával és a pszichodramával alaposabban és részletesebben foglalkozunk.

A szociometria, ez a világszerte ismert, Magyarországon is bevezetett és sok helyütt alkalmazott eljárás, a társas alakzatok tagolódásának és belső rétegződésének felismeréséből indul ki. A szociálpszichológiai tapasztalatok megmutatták, hogy a társas alakzatok intézményes rendjében rejtett csatornák húzódnak, amelyek az adott közösség együttes viselkedésének meghatározásában lényeges szerepet játszanak.

A társas alakzatokat rendszerint a maguk intézményes szerveztségében, tehát formális vonásaikban írjuk le: egy hivatalt, a hivatali sematizmusban főosztályok, osztályok, csoportok egységeinek és összefüggéseinek ábrázolásával. A szociometriai feltevés és tapasztalat szerint azonban ezt az intézményes keretet rejtett hálózat szövi át; a formális rendet informális egységek tagolják. Egy hivatalban például különféle érdeklődések és érdekek szerint kis csoportok képződnek, pártok keletkeznek, s ezek egy másféle kapcsolatrendszer, információs csatornát hoznak létre, mint az intézményes kapcsolódási rendszer. Egy hivatalban baráti kapcsolatok keletkeznek, szerelmek indulnak el, rivalizálódások alakulnak ki, egyesek összefognak, mások vetélkednek. S mindez lappangó sűrűsödések teremt az intézményes rendben. Moreno módszere, a szociometria ezt az informális hálózatot tárja fel a hivatalosan rögzített intézményes keretben, s kivetíti a hivatalosan nem rögzített, de az események indítékaiban esetleg döntő jelentőségű informális kötődések térképét. Minden intézményről készíthetünk egy szociogramot, mint a nem intézményes kapcsolatok térképét. A szociometria az az egyszerű eljárás, aminek segítségével ezt előállíthatjuk.

A szociometriában, mint Moreno munkásságának minden ágazatában, a konkrét helyzeti mozzanat hangsúlyozott. A szociometria úgy készül, hogy egy adott intézményes egységben élő személyek egy konkrét tartalmú, helyzetükben teljesen valós szituáció adta kérdésre válaszolva megjelölik, hogy kik rokonszenvesek, kik ellenszenvesek nekik. (A konkrét kérdés: pl. „Kivel töltenél együtt szívesen egy vasárnapot?”) az ilyen konkrét rokonszenvi kérdésekre kapott válaszokból rajzolhatjuk ki a társas mezőt átszövő rejtett kapcsolatot, a rokonszenvi, ellenszenvi összefüggések hálózatát, azt

a lappangó informális rendszert, amely az intézményes rendben rejtett motivációként vezérli az embereket.

*A szociometria tehát a közösség szerkezetét, az adott közösségben elfoglalt társas pozíciókat tárja fel.*

*A csoportpszichoterápia* Moreno munkásságának második nagy ága. Eredetileg inkább a terápiás eljárások körébe tartozott, de egyre inkább kibontakozott belőle az önismeretre alkalmas módszer. Ez azon a gondolaton alapszik, hogy minden ember életében van egy bizonyos fajta *mikromilió*: az a közvetlen környezet, családi, baráti, munkahelyi kiscsoport, amely a társadalmi hatásokat közvetíti. *A csoporthatások vizsgálata megmutatta, hogy a társadalom tudatformáló ereje ilyen kiscsoportok közvetítésével történik.* Ezek a kiscsoportok — a mikromilió egységei — hol mintaként, hol ellenmintaként hatnak az emberre, hol elősegítik, hogy válasszon valamit, hol elősegítik, hogy elutasítson valamit, de mindenképpen jelentős hatást gyakorolnak. Ez a hatás legtöbbször talán indulati többletüknek köszönhető. Az együttesen végrehajtott cselekvésnek nagyobb az indulati ereje. Az együttesen átélt helyzetek magasabb emocionális szintet képviselnek. Az együtteség az örömet egzaltációvá, a félelmet pánikká fokozhatja, a megszégyenítés gyötrelme csoporthelyzetben megsokszorozódhat. Ezt a tapasztalatot használta fel Moreno is terápiás és önismereti célra. Eljárásának lényege spontán beszélgetés egyéni és társas problémákról kiscsoportokban. Az eszmecserék elősegítik az adott csoport mikromilió-szerű kialakulását, megszilárdulását, s így egy igazi hatáskeltő közösségi közegnek a létrejövését. Ebben a közegben a beszélgetés spontaneitása lehetővé teszi, hogy a részt vevők saját élményeiket szólaltassák meg, rejtett gondolataikat, lappangó vágyaikat mondják ki, így tudatosává váljanak bennük azok az élmények, amelyek egy-egy döntést, egy-egy cselekvést meghatároztak. A Moreno-féle csoport-pszichoterápia tehát önismeret abban az értelemben, hogy tudatosítja az adott viselkedés mögött rejlő élményeket, lehetővé teszi a másik helyzetébe való beleélést (a csoportkeretben), s így a saját élmények tudatosítása mellett a másik jobb megértését is.

*A szociodráma és a pszichodráma* Moreno munkásságának harmadik nagy területe. A mai szakirodalom szerint a pszichodráma Moreno nagy gondolata. *Lényege az, hogy az emberi spontaneitás és kreativitás cselekvésbe ágyazva érvényesül igazán.* A cselekvésbe ágyazott helyzetet vagyok képes igazán tudatosítani. Ennek feszültségét tudom önismereti szinten feltárni. S ami a lényeges, a cselekvés teszi lehetővé a nagy indulati feszültségek elvezetését. Csakhogy — s itt kezdődik Moreno zseniális gondolata — *a cselekvés mint indulatvezető csatorna veszélyes út. Az emberiség távolról sem eléggé beszabályozott ahhoz, hogy a cselekvésben ne sodorja el az indulat.* S az egész kultúránknak egyik belső konfliktusa. Kultúránk ugyanis abba az irányba haladt évszázadok, talán évezredek óta, hogy a cselekvés helyett inkább verbalizáljunk: az inger és a reakció közé beiktassuk a szóhoz kötött intellektuális mérlegelés tartományát. De ezzel ellene dolgozunk mindannak, ami közvetlen, mindannak, ami spontán, életünk intellektuális-verbális sztereotípiái elszaporodnak.

Ha a spontaneitást keresem, könnyen sodródok gátlástalanság felé, egyre inkább fenyeget a cselekvésbe implikált agresszió veszélye. Ha ezt ellensúlyozni akarom és a cselekvésbe beiktatom a mérlegelést és a ver-

balitást, akkor a sztereotípiák uralmának veszélye fenyeget.

S itt Moreno rájött valamire: van a valóságnak egy olyan tartománya, amely nem a cselekvéshez vezet, hanem a cselekvés sajátos másához; realizál ugyan, de mégis helyettesíti a realizálást. S ez a megszelídített, mégis teljes indulati értékű valóság: a színház, a játéknak az „*olyan mintha*” mechanizmusa. Ez a fajta cselekvés lehetővé teszi mind a beleélést, mind a kettős tudatot: csinállok valamit, mégis tudom, hogy színpadon vagyok. Spontán és kreatív lehetek anélkül, hogy a gátlástalanság vagy a gépies válaszadás veszélye fenyegetne.

Erre a realizálási módra bizonyos fokig szocializálódva vagyunk. *Gyermekkorunk és ifjúkorunk hosszú idő óta rátanít bennünket a szerepjátéokra és az utánzó-játéokra.* Ezeknek során rátanultunk arra, hogy viselkedésben fogalmazzunk meg mondanivalókat az „*olyan mintha*” regiszterben; olyan életformákat, amelyek átjárják a fantáziámat, meghatározzák a vágyképletemet; szeretném élni őket, de félek megélni, s a félelmem jogos. A dramatizálás lehetővé teszi, hogy mégis létrehozzam, realizáljam. Ebben a tartományban fogalmazta meg a módszerét Moreno.

S most térjünk vissza a Királyok Könyvéhez, a Salamon-jelenetre. Spontán módon ilyen jelenetet ma nem játszának le, hisz a valóságban ma nem történhet meg, hogy egy király döntésére egy csecsemőt ketté lehet vágni. De mégis lehet olyan helyzet, amelyben két anya követel magának egy gyereket. Az egyik talán valódi szeretetből, a másik talán presztízből. Tehát valószínűleg létrehozható lenne egy olyan helyzet, amely a Salamon-jelenet modelljére valós érzelmeket mozgatna meg valakiben, valós indulatok elvezetését tenné lehetővé. Képzeljünk el egy gyámhatóságot. A gyámügyi főelőadó ül a király helyén. Az úgy, amiről szó van, a következő: Az anya meghalt. Két nagynéni vállalná a gyereket nevelését. Az egyik az apa családjából, a másik az anya családjából. (Tegyük hozzá, hogy az apa disszidált.) A gyámügyi főelőadónak döntenie kell, hogy ki lenne alkalmasabb a nevelésre. A két nagynéni veszekszik. Mindkettő szidja a másikat: „Nálad olyan piszok van, hogy a svábbogarak felfalnák a gyereket” — kiabálja az egyik. „Te részeg férfiakat hozol az egyetlen szobádba. Ott kurválkodnál a gyerek mellett” — kiabálja a másik. A gyámügyi főelőadó ekkor elmondja, hogy a gyermeknek súlyos bőrbaja van. Négy óránként kellene kezelni, éjszaka is. Annak, aki a gyereket elvállalja, állandóan vele kellene lennie, mert ótvaros bőrét kenegetni kell. Most tessék eldönteni, ki vállalja. Konstruálható tehát olyan helyzet, amely valamiképpen még a gyermek kettévágásának is megfelel, s amelyben a beszélgetés, a lejátsszás megmozgatja, a döntés felé tereli a szereplőket. Érleli a helyzetet és elősegíti a cselekvésszerű, viselkedésszintű döntést, egyben indulatelvezetést és önismeretet.

A Moreno-féle szociodráma és pszichodráma lényege a téma átfordítása egy konkrét helyzetbe, a helyzet dramatizálása, cselekvésbe való áttétele, lejátsszása. Nem verbális megfogalmazás, hanem szituatív dramatizálás.

A dramatizálás, a lejátsszásba való áttétel egzisztenciális alapjelenség Moreno rendszerében. Az ember tud dramatizálni, a különféle játékok, misztériumok sok évezredes gyakorlata alakíthatta ki benne ezt az ősi készséget. Talán egyedül az embernek van meg az a

készsége, hogy kettős tudattal képes megélni valamit, s az „*olyan mintha*” játék természetes a számára. Moreno rendszerében az embert az jellemzi, hogy dramatizálni tud, tehát számára a dramatizálás éppen úgy az emberi lét evidenciája, mint Descartes-nál a gondolkodás, vagy Sartre-nál a szorongás, vagy Camus-nál a helyállás. Van egy inspirációnk, feszültségünk, készségünk, az, hogy utánozzunk, lejátsszunk, kifigurázzunk, elmeséljünk egy történetet és amit lehet, eljátsszunk benne. Ez az egzisztenciális princípium teszi lehetővé, hogy a szociodráma és a pszichodráma módszer az indulatelvezetésnek, az önismeretnek és így a személyiség formálásának az eszköze legyen...

### A szociodráma és a pszichodráma elkülönítése

Történeti kialakulásában a szociodráma a történelmi megjelenítés (monarchia bomlása) és a napi hírek dramatizálásának mintáját követte. A pszichodráma mintája a napi hírekből kibukkant indulatvezető konkrét élmény lejátsszása (Barbara).

A két eljárás mai gyakorlatunkban egybefolyik. Csoportos dramatizálásaink mindkét eljárást kiaknázzák. A konfliktus absztrakciója a szociodráma felé viszi a játékot, a konkrét élmény indulatelvezetése pedig a pszichodráma jellegét erősíti. Dramatikus önismereti vagy terápiás gyakorlatunk ma egyaránt megkívánja az értékorientációs absztrakciót (vagyis a szociodráma erőfeszítését) és a *konkrét élményt* (vagyis a pszichodráma-mozzanatot); egyaránt mozgósítjuk a társasközpontú és a személyiségközpontú összetevőket...

### A szociodráma

Moreno hangsúlyozza, hogy a szociodráma mélyreható és aktív módszer, amely a csoportok közötti relációkra és a kollektív ideológiai megnyilvánulásokra irányul. Élesen különbözik a pszichodrámatól, amelyben még a közösségi mondanivalók is az egyénre irányulnak, s minden résztvevő saját társas-szférájának megfelelően mozgósítja személyiségét. „A szociodráma igazi témája ezzel szemben, a csoport... A szociodráma magába foglalja azt a feltevést, hogy a részt vevők csoportja az adott kultúrát jellemző társadalmi szerepek szerint tagolódnak.” A csoport az adott kultúrkör szereprendszerét képviseli, s a szociodrámaiban a csoport jelenti azt, amit az egyén a pszichodrámaiban. Róla van szó, az ő problémái kerülnek az előtérbe, sőt még a feszültség-elvezetés is a csoportra vonatkozik. A pszichodráma személyes konfliktusokat tárgyal és az egyént segíti katarzishoz; a szociodráma viszont társadalmi problémát jelenít meg és társas katarzishoz vezet.

Ebben az értelemben a szociodrámaiban nincs jelentősége annak, hogy hány tagú és milyen összetételű a csoport. Hiszen a főszereplő maga a csoport és nem a csoportot alkotó személyek egyike.

Egy téma szociodramatikus feldolgozása „azon az elven alapszik, hogy az ember szerepjátszó lény; minden egyént bizonyos szerep-változások jellemeznek, ezek szabják meg viselkedését, s minden kultúra létrehoz egy jellegzetes szereprendszert, amelyet nagyjából ráerőszakol az adott társadalom minden tagjára.

Nos, a dramatizálásban a kultúra adott rendszerét kell szociodramatikusan megjeleníteni. Ennek legfőbb módja az, hogy egy adott társadalom különféle kultúrköreinek, csoportjainak a konfliktusát lehet dramatizálni.

A szociodráma körébe tartozik Moreno rendszerében a szerepjáték is. Valójában leegyszerűsített szociodramáról van szó. A szereplők egy valóságos szerep-rendszert valósítanak meg, s egyazon személy egymás után több szerepet is kipróbál, esetleg egy és ugyanazt a jelenetet játssza el több szerepben. Példák (saját tapasztalataimból merítve):

1. Téma: Valaki jegy nélkül utazik az autóbuszon. Szerepek: utas jegy nélkül, ellenőr, érdeklődő utas, közömbös utas stb. A szerepeket a személyek cserélik, változtatják.

2. Téma: Egy ismerősnek tízezer forintot kölcsönöztem, nem hozta vissza. Szerepek: adós, hitelező, tanú, ügyvéd, adós felesége, gyereke stb. A szerepeket cserélik.

3. Téma: Megkereszteljük-e a gyermeket. Az anya akarja, mert fél az Istentől, az apa nem akarja, mert fél a vezérigazgatójától. Szerepek: az újszülött apja, az újszülött anyja, az újszülött nagymama, szomszédasszony, szakszervezeti bizalmi stb.

Mind ezek a témák pszichodramában is előadódhatnak mint személyes élmény. A szociodramában azonban kész témaként merül fel, mivel a szerepek különféle kulturális értékeket képviselnek, s így az azokat elfogadó vagy elutasító csoportokat eleveníti meg. Az így megelevenített kultúrértékek köre igen nagy és időszakként változik. Néhányat megemlítünk:

lojalítás, fair play, ezt elevenítette meg az autóbusz-jegy-epizód és az adósság-epizód;

tapintat, ezt elevenítette meg a hitelező problémája, aki tapintatból nem merte sürgetni az adóst;

„helyezkedés”, alkalmazkodás, ezt elevenítette meg a keresztelési epizód stb.

A szociodráma tehát kultúrértékek kérdésében folyó csoportkonfliktusokat dramatizál.

### A pszichodráma

„Valós történések feltárása dramatizáló módszerrel. Témája az interperszonális relációk világa, az egyéni mikrokozmosz”. A pszichodráma-módszer Moreno leírásában ötféle eszközzel „kellékekkel” dolgozik. Ezek:

1. A színpad (a játéktér), amely olyan életteret ad, ahol a személy a fantáziája szerint is élhet. A játéktér kitágítja az életet „úgy, hogy a valóság és a fantázia nincs többé konfliktusban. Mindkettő részese egy szférának, a dolgok, a személyek, az események pszichodramatikus világának”. Ebben a szférában az illúziók és a hallucinációk is valóságosak, minden, ami lejátszódik, az érvényes.

A játéktér legtöbbször a szoba egy része, amelyet a résztvevők körül ülnek mint hallgatóság, esetleg egy pódium. Esetleg több síkú színpad (a New York-i Moreno Pszichodráma Színházban), amelyben a síkok az aspirációs szinteket jelképezik.

2. A személy, a főszereplő (ahogy Moreno mondja: a Protagonista), akitől azt kívánjuk, hogy a játéktérben önmaga legyen, ne pedig egy színész, aki személyiségét alárendeli a szerepnek. A pszichodramában azt kívánjuk, hogy a személy spontán legyen, indulatilag részt vegyen, érzelmi elkötelezettséggel kapcsolódjék a játékba. A különféle technikák nem arra szolgálnak, hogy a résztvevők színészek legyenek, akik beöltöznek egy szerep-

be, hanem arra, hogy a színpadon is önmaguk legyenek, éppen csak mélyebben és nyilvánvalóbban, mint a realitásban.

3. A játékvezető (rendező, igazgató). A harmadik „kellék” a pszichodramában. Ő maga három funkciót tölt be: rendező, terapeuta és értelmező egy időben.

4. A játékmesterek, Moreno megfogalmazásában egy csoport, mely a terapeuta színészekből vagy kiegészítő én-ekből („Auxiliary ego”) áll. Egyrészt a játékvezető segítőitársai, másrészt segítenek a főszereplőnek a helyzet megkonstruálásban: olyan valós vagy képzeleti személyeket (esetleg tárgyakat, állatokat, természetfölötti lényeket, szellemeket, allegóriákat) alakítanak, akik, (vagy amik) a helyzethez szükségesek.

5. A csoport (a résztvevők csoportja). Többféle funkciója lehet.

a/ A csoport bármely tagja bekapcsolódhat a játékba egy szerep alakítójaként; a szerepet maga is választhatja.

b/ Bekapcsolódhat mint hátsó hang, mint valamelyik szereplő lelki rezdülésének, feszültségének a kifejezője.

c/ A csoport lehet a közvélemény kifejezője, mint a kórus a klasszikus drámában.

A közönség, a csoport megnyilvánulásai is éppúgy spontánok, mint a szereplők. A spontaneitás elve a pszichodráma minden összetevőjére vonatkozik.

A pszichodráma lényeges meghatározói a szociodramában is érvényesek.

Egyiknél sem elengedhetetlen a színpad; a játéktér bárhol kijelölhetnénk; a szoba egy sarkában, a teraszon, egy kertben, egy mezőn; „ahol a főszereplő van, ott van a játéktér”.

Mindkét eljárásnál lehetséges a nem verbális játék, a testi kontaktus lehetőségének kiaknázása. A dramatizált játékba kívánatos bevezetni az érintés elemeit — mondja Moreno — kézfogás, ölelés, karonfogva együtt sétálni, együtt enni stb.

A kiegészítő én-ek kiegészítik, megkettőzik a személyt, tükröt tartanak neki, így a játék egyszerre folyhat a valóság, a fantázia és az intrapszichikus tartalmak szintjén.

Mégis van bizonyos különbség a két eljárás között. Ezt röviden ismét összefoglaljuk:

1. A szociodráma inkább érték-konfliktusokat, a pszichodráma inkább személyes kötődési konfliktusokat dramatizál. A szociodráma inkább az ethosz, a pszichodráma inkább az egyéni konfliktusok köréből választja témáját.

2. A szociodráma inkább közösségi történet, a pszichodráma inkább egyéni (személyi) történeteket jelenít meg. A szociodráma csoportcentrikus, a pszichodráma egyéncentrikus.

3. A szociodráma inkább elvont gondolatokat, tételeket játszik le, a pszichodráma inkább konkrét személyi élményt.

4. A szociodráma inkább a vezető által indított témát dolgoz fel, a pszichodráma inkább a beszélgetésből kibuggyantott szubjektív témát.

5. A szociodráma módszer, a szerepjátékok révén inkább lehetővé teszi a társadalmi szokások tudatosítását.