

Gyermekpszichodráma a nevelőszülői hálózatban

Jó szívvel ajánlom azoknak a gyermekekkel foglalkozó szakembereknek, akik szeretnék a rájuk bízott feladatokon túl valami fontosat és értékeset adni annak érdekében, hogy a jövő nemzedék pszichés egészségével önmaguknak és másoknak is el tudjanak „számolni”.

Ajánlom azoknak is, akik mindennapi munkájukban megoldást keresnek a magatartászavaros, pszichoszociális problematikájú, vagy súlyos személyiségproblémákat felmutató gyermekek számára.

■ A GYERMEKPSZICHODRÁMA MINT JÓ GYAKORLAT A GYERMEK, FIATALOK ÉLETÉBEN

A gyermekpszichodráma a pszichoterápia egy olyan formája, amely egészséges és magatartászavarokkal küzdő gyermekekkel való foglalkozásra egyaránt alkalmas. Sikeres a súlyos pszichés zavarokat mutató gyermekek gyógyításában. Hatékony a halmozottan hátrányos vagy veszélyeztetett gyermekekkel való munkában.

Indikációs területei: nevelési tanácsadók, kórházak, óvodák, iskolák, gyermekvédelmi alap- és szakellátás. A klinikai (pszichiátria, gyermek- és ifjúsági pszichiátria, pszichoszomatika) és a tanácsadói területen kívül a pedagógia legkülönbözőbb területein teheti hatékonyabbá az oktatást.

■ A GYERMEKJÁTÉKDRÁMA LÉNYEGÉT TEKINTVE JÁTÉKBAN, JÁTÉKKAL, JÁTÉK ÁLTAL GYÓGYÍT, FEJLESZT

■ A pszichodrámacsoport lehetőség:

- Az önismeret fejlesztésére
- A konfliktuskezelési technikák elsajátítására
- Az identitás erősítésére
- A pozitív tulajdonságok erősítésére
- A családi, iskolai nehézségek leküzdésére
- Lehetőség a védett környezetben átélhető problémakezelésre
- Segíti a könnyebb eligazodást a felnőttek világában
- Korrektív csoportélményekhez juthatnak általa
- A traumához való közelítés a játék által, az „itt és mostban” következmény nélkül átélhető.

■ A GYERMEKPSZICHODRÁMA CSOPORTOK SAJÁTOS MŰKÖDÉSI KERETEI:

A csoportokat egymást lehetőleg nem ismerő, hasonló korú gyermeknek hirdetik meg. Testvéreket csak kivételes alkalmakkor fogadnak együtt.

Iskolai alkalmazási keretben például azonos évfolyamból, különböző osztályokból célszerű a gyermekeket toborozni.

A gyermekvédelemben a gyermekotthonokban a fenti kritériumok változnak, ebben az esetben a szakemberek a csoportdinamikában figyelembe veszik ezt.

■ A GYERMEKJÁTÉKDRÁMA TARTALMI ELEMEI

– Játsszani hívjuk a gyermekeket. Eljátszhatnak olyan szerepeket, amelyekre vágyanak. Lehetőséget kapnak új szerepek kipróbálására. Az történik velük, amit ők maguk kitalálnak, részvételük a többiek történetében szabadon választott. A kijátszás öröme, az együttjátszás ténye, a kapcsolat maga teszi lehetővé a belső problémák meg- és feloldódását, különböző élményeik újra átélését, feldolgozását.

– Ezt a világot a gyermekek ott és akkor együtt hozzák létre, ők találnak ki saját kútforból történeteket, egyezkednek, megegyeznek a szerepekben, ki mi szeretne lenni. Abban, hogy a vállalt szerepet hogy játssza el, teljes szabadságot kap a gyermek, a vezetők nem adnak semmiféle instrukciót megadva ezzel az önkifejezés, az önteremtés lehetőségét. A kereteket a „játszás”, a „játék törvénye” diktálja számukra.

– Ez nem azt jelenti, hogy itt mindent lehet, hanem azt, hogy ebben az egy-másfél órában odavarázsolhatja a gyermek magát mindazokba a személyekbe, mese-

figurákba, növényekbe, állatokba, tárgyakba, amelyek leginkább képesek kifejezni érzelmvilágát.

A gyermekpszichodráma-csoportok sajátos forgatókönyv szerint zajlanak. A foglalkozások 3 részből állnak. A bemelegítés vagy lehűtés szakaszával kezdődnek, attól függően, hogy a csoporttagok milyen pszichés, érzelmi állapotban vannak. Itt történik a ráhangolódás a közös játékra, a történet kitalálása. A második vagy játékszakaszban eljátsszák a történetet, ehhez szimbolikusan magukra öltenek valami jelmezfelét, vagy csak egy anyagdarabot, ami segíti a beleélést, jelzi az átváltozást mindenki számára. A harmadik szakaszban beszélgetünk a történetről, kinek mi tetszett, mi volt jó, hogy érezte magát. Az érzelmi lecsengetéshez rajzolás, egyéb grafikus megoldásokat is használunk. Végül szimbolikusan és a valóságban is tápláljuk a gyermekeket, gyümölcs vagy keksz stb. evéssel zárul az alkalom.

■ A CSOPORTVEZETÉS SAJÁTOSSÁGAI

Páros vezetésű műfaj. A csoportvezető a gyermekek rendelkezésére állnak, érzelmi biztonságot, elfogadást közvetítenek a számukra. A valódi és áttételes kapcsolat mellett egy harmadik típusú kapcsolatot is létrehoznak a gyerekekkel, aminek az a különlegessége, hogy átengedik a terepet a gyermekek kezdeményezőkézségének, kreativitásának. A játékban játékosként egyenrangú szerepben vannak a gyerekekkel (ugyanúgy síró kisorókák vagy gonosz boszorkányok, ahogy a történetben a gyerekek kitalálják), felnőtt szerepüket a csoport biztonságos működtetésére használják. Szakemberként folyamatosan értelmezik a

gyermekek játékát, figyelik, melyik gyermeknek mire van szüksége saját fejlődéséhez.

■ A GYERMEKPSZICHODRÁMA SPECIÁLIS VÁLASZLEHETŐSÉGE A GYERMEKI AGRESSZIÓRA

Az agresszió kezelése a gyermeki szocializáció egy fontos eleme, nyilvánuljon meg az akár a családban, akár iskolában, akár bármilyen társas közegben. A gyermekjátékdrama kidolgozta saját választait az agresszióra. Csoporthelyzetben tudatosan kezeli azt, az adleri gondolatok mentén.

Az agresszió kezelése a **biztonságos, elfogadó, jó csoportlétkör** kialakításával kezdődik. Ha a gyermek nem él át fenyegetettséget, szorongást, miért kéne agresszívnek lennie a többiekkel? Ha „jól érzi magát a bőrben”, miért kéne ön maga ellen fordulnia, autoagresszíven viselkednie?

A védelem érzése ikerfogalma a biztonság, minden gyermeknek folyamatosan biztosítják a dramatisták. A csoportvezetők az első perctől határozottan közvetítik, hogy tilos minden testi, verbális agresszív cselekedet. A tiltás ellenére, különösen a csoport indulása kezdetén megjelenik az agresszió a csoportokban, nem elfojtani igyekszünk, hanem kezelni!

Az agresszió lehet fizikális vagy verbális. Megjelenhet a játék bármelyik szakaszában, lehet szimbolikus vagy lehet valóságos, irányulhat a másik, illetve saját maga felé. Megjelenhet a csoportdinamikában, a vezetőikkel vagy egymás ellen folytatott hatalmi harcban.

Kezelése: Az agressziót a „**mintha**” birodalmába helyezzük át (úgy teszünk, mintha megölném a rablót). A szerepben jelenítem meg az agressziót, amit eljászok, illetve, akit megjelenítek a szerepben. Az agresszív cselekvés így nyer szimbolikus kifejezést, egy, az igazi élet-tértől alapvetően különböző potenciális térben az „úgy tenni mintha” világban. Ez a világ azért kanalizálja sikeresen az agressziót, mert a gyermek kijátszhatja belső feszültségeit, a játékban megszabadulhat tőle. Áthelyezett agresszióknak is nevezhetném, a közvetlenből a közvetett világba.

Cselekvésintervenció vagy **interveni-**

álás: Kiváló közvetett eszköz a dramatisták kezében. A játékban, a játékfolyamatban, mivel a dramatista is játszik, szerepéből tud az agresszióra választ adni, azt szelídíteni, más formába áttenni. Például az agresszív mindenkit megölni készülő sárkány ellen a dramatista előkaphatja varázsgyűrűjét, hiszen neki is szabad spontánul alakítani a történetet, és megvédeni a varázslattal a többieket.

■ A SZEREPLEHETŐSÉGEK KIPRÓBÁLÁSA, VISELKEDÉSI ESZKÖZTÁRUK BŐVÍTÉSE

A csoport működése során számos történetben számos ember, állat stb. bőrébe bújva számos konfliktus megoldása során „rájönnek”, hogy léteznek más megoldási módok is, mint az agresszió, lassan elhagyják, nem lesz többé szükségük rá. Hosszú ideig együttjátszó csoportok esetében gyakran megfigyelhető, hogy „fejben” dolgoznak, rendkívüli kreativitással, egyedi ötletekkel.

■ GYERMEKPSZICHODRÁMA A FŐVÁROSI TEGYESZ NEVELŐSZÜLŐI SZOLGÁLATÁNÁL

A Fővárosi TEGYESZ Nevelőszülői Szolgálat jelenleg **364** kiskorú gyermek ellátásáról gondoskodik **49** hivatásos és **277** hagyományos nevelőszülő segítségével.

A **364** kiskorú gyermek közül **171, 12** év feletti kamasz.

Szolgálatunk gondoskodik továbbá **120** utógondozói ellátásban részesülő fiatalról is.

Tapasztalatból tudjuk, hogy a kamaszkor a személyiségfejlődésben önmagában is neuralgikus, a mi kamaszaink problémáit fokozza, hogy traumatizált, családot vesztett fiatalokról van szó. A csoport szervezésénél rájuk gondoltunk.

A csoportba a látens, legnehezebb, sokproblémás kamaszok kerültek, akiket a tanácsadók és a nevelőszülők jelzése alapján hívtunk be első interjúra.

A meghallgatott 15 fiatal közül 10 került be a csoportba. Életkori megoszlásuk 13-19 év lett. Fél évre kötöttünk szerződést; 8 kamasz lett állandó tagja a csoportnak.

Prioritást élveztek azok a fiatalok, akik a meglévő tüneteik, problémáik mellett motiváltak voltak a csoportmunkára.

Érzékeltetésként az első interjúkból:

- Szeretnék a nagypapámmal lévő rossz kapcsolatomon javítani.
- Nem akarok ilyen robbanékony lenni.
- Szeretnék jobban reagálni arra, ha beszélnek nekem.
- Szeretnék jobban kommunikálni, nagyon félős vagyok.
- Jóban szeretnék lenni anyukámmal!

■ A CSOPORT MŰKÖDÉSÉRŐL

A csoport tényleges működését tekintve kritikus időpontban, kéthetente pénteken délutánonként találkozott, ami ütközik a hétvégi szabadidős programokra való készülődéssel. Nagy volt a csábítás, hogy más programokat válasszanak.

A csoport székhelyét tekintve a fővárosi TEGYESZ épületegyüttesében működik, ami „nehéz környezet” sokuk számára.

A csoporttagok közül heten Budapest környékén laknak, ami 2-3 óra távolság a beérkezést-hazaérkezést tekintve.

Pszichés percepciójukat, mentalizációjukat tekintve úgy tűnt, inkább a saját környezetük szereplőit látják problémának, mint saját működésüket.

A fent említett nehézségek ellenére eljönnek minden alkalommal, mind a nyolcan.

■ A CSOPORT MŰKÖDÉSÉNEK SAJÁTOSÁGAI

Viszonylag gyorsan egymásra hangolódva, tartalmas, szimbolikus formában játszanak.

Más azonban a személyes nyíltság és a rejtettség dimenziója ebben a csoportban. A felnőttek számára nyilvános az élettörténetük, de ők nem szívesen osztják ezt meg másokkal.

Nagyobb a fiatalok depresszív választómánya, nagyobb erővel működik bennünk az elhárító mechanizmus.

„Éhesek” a lelki-testi ellátásra.

Hozott történeteik, aktuális működésük lehetőséget adnak nekünk a gyógyító szándékú beavatkozásokra, megengedik, hogy segítsünk.

Mi, csoportvezetők, fokozottan figyelünk az ún. megtartó vagy holding szerepünkre.



■ TAPASZTALATAINK:

- A vér szerinti családjukat nélkülözni kényszerülő fiatalok állandó hiányállapottal küzdenek.
- A veszteség- és elhagyásélmény mindegyiküket mozgatja.
- Problémáik vannak az érzelmek közlésével, híján vannak az egészséges önérvényesítésnek, asszertivitásnak.
- Kommunikációjuk lefagyott.
- Elbeszélésük leginkább narratív jellegű.

Sajátosságaik, hogy majdnem mind egyikük 5-10 éve él a nevelőszülői családban, mégsem találják a helyüket, állandó keresésben vannak.

A csoport működése segítséget nyújt ezeknek a fiataloknak saját kreativitásuk megélésére, a pozitív emberi kapcsolatok alakítására, nem kell kerülőutat választaniuk saját identitásuk kibontakoztatására.

■ A PSZICHODRÁMA „JÓ GYAKORLATÁNAK” AJÁNLÁSA

A gyermekjátékdrama módszere képes felölelni az egész gyermek és serdülőkort, de vannak csoportok fiatal felnőttek számára is. A csoportok általában életkor specifikusak. Óvodások, kisiskolások, kiskamasz, kamasz csoportok szerveződnek.

A csoportvezetők „külsős” szakemberek, nem az adott intézmény munkatársai, vagy ha az adott intézményben dolgoznak, a gyerekekkel más jellegű kapcsolatuk nincs.

A csoporttagok létszáma 5-10 fő. A csoport működésének ideje változó, több tényező összefüggése. (A résztvevők problematikája, anyagi vonzatok.)

A csoport helyigénye: egy nagyobb méretű, mozgásra is alkalmas terem, ami nem ingergazdag.

Eszközigénye: Egyszeri, kb. 10. 000 Ft-os beruházás. Ruhaanyagok, szerepekhez kiegészítők, rajzeszközök.

A terapeuták tiszteletdíjat, óradíjat kapnak. Ajánlott óradíj 1500 Ft/órától.

A csoport ideje: életkortól függően, óvodáskorban 1 óra; iskolás, középiskolás korban minimum másfél óra. A csoport találkozhat hetente (ez a leggyakoribb), vagy kamaszoknál kéthetente 4 órában is. Ez a gyerekekkel töltött aktív idő, további egy óra a feldolgozó munka (jegyzőkönyvek készítése, közös értelmezés).

A szakemberek képzése a Magyar Individuálpszichológiai Egyesület keretében történik. Alapdiplomától függetlenül 120 óra módszerspecifikus tanfolyam, 30 óra szupervízió. A Magyar Pszichodráma Egyesület is képezheti a leendő gyermekdramatistát.

A MIPE keretén belül a Kende B. Hanna nevével fémjelzett gyermekjátékdrama csoportból számszerűen 99 működik ma Magyarországon.

Istvánffy Gabriella