

A PSZICHODRÁMA ALKALMAZÁSI LEHETŐSÉGE A FŐISKOLAI TANÁRKÉPZÉSBEN

SZENES MÁRTA

Amikor néhány évvel ezelőtt elindult a Juhász Gyula Tanárképző Főiskolán egy merőben új szemléletű tanárképzés — amelynek lényege, hogy megtanítsuk a hallgatókat saját személyiségükkel bánni, s ezen keresztül hatni leendő növendékeikre —, nagyon sokan kérdezték tőlünk, hogy miként tesszük ezt.

Erre a kérdésre válaszolva részben igyekeztünk amennyire csak lehet, pontosan felvázolni CARL ROGERS elveit és gyakorlati tapasztalatait. Másrészt pedig különböző módszereket hangsúlyoztunk, amelyek különösen előnyösek és alkalmasak a fent említett szemlélet közvetítésére.

Egy ilyen módszerről, konkrétan a pszichodramáról szeretnék írni a következőkben. Nagyon fontosnak tartjuk, hogy a képzésben résztvevő hallgatók és az érdeklődő tanárok több információval rendelkezzenek erről a módszerről, illetve képzési módról.

Röviden szeretnék néhány gondolatot szólni a pszichodráma kialakulásáról, illetve azokról a hazai és külföldi pszichológusokról, akik a módszer kidolgozásában jeleskedtek.

MORENO 1921-ben alakítja meg Bécsben a „lélek cselekvő színházát”, és kialakítja a pszichodráma terápiás csoportmódszerét. 1925-ben az USA-ba emigrál, ahol kidolgozza a szociómia rendszerét, amelynek része a szociátria (a közösségek, csoportok gyógyításának tudománya, ebbe tartozik a pszichodráma is). Elméleti művének legjelentősebb része a szociometria és a pszichodráma.

A negyvenes évektől kezdve társaságok, folyóiratok és pszichodramatikus színházak létesülésének sora igazolja MORENO elméletének gyors terjedését.

1964-ben megrendezik az első európai Nemzetközi Pszichodráma Kongresszust Párizsban. Ettől kezdve a módszer teoretikus és gyakorlati fejlődésének színtere Európa. A hetvenes évek elejétől a szocialista országokban is kibontakozik a pszichodráma-gyakorlat. Magyarországon MORENO eszméinek szakavatott tolmácsa, módszereinek hazai alkalmazója MÉREI Ferenc. A módszer elméletének és gyakorlatának leírása során gyakran merítünk majd az ő gondolataiból is.

A pszichodráma a pszichikum valóságos önkifejezésének társas hatásokban megvalósuló, cselekvő folyamata. (Bagdy, 1981) Szeretnénk, ha már rögtön a technika leírásának elején hangsúlyozhatnánk azt a lényeges sajátosságot, hogy a játékok segítségével milyen nagy felületen nyerhetünk betekintést saját magunk s mások belső világába.

Az elméleti és gyakorlati beállítottságú pszichológusok, pedagógusok gyakran reflektálnak arra a tényre, hogy mennél sokoldalúbban vesz részt a személyiség egy információ, egy történés befogadásában, annál maradandóbb nyomokat hagy.

Teljesen természetes például egy testnevelés szakos tanárnak, hogy egy gyerek csak úgy tud megtanulni szekerényt ugrani, ha azt sokat és módszeresen gyakorolja.

Hiába tudja azt elméletben, ha kivitelezni nem képes. Hasonlóképpen van ez a pszichológiai ismeretek szintjén. Elképzelhető, hogy a hallgatók ugyan szép elméleti dolgozatot képesek írni az empátiáról, de az még nem biztosíték arra, hogy valóban megértőek és érzékenyek tudnak majd lenni tanítványaikkal is.

Többek között épp a pszichodráma-technika segítségével kialakíthatók olyan játékok, olyan szituációk, amelyben fejleszthető az empátiás készség.

Am ezután a rövid kitérő után kanyarodjunk még vissza a pszichodráma elméleti vázának leírásához.

A megjelenítés során egyfajta játékos realizálás történik, amelyben a valóság és a fantázia keveredik. Ezekben a játékokban felismerhetjük gyermekkorunk világát, amikor olyan gyakran mondtuk azt a másiknak, „játsszuk azt, mintha”. Talán még megvannak bennük ezek a nagyon alapvető gyökerek, talán még nem késő újra felfedeznünk, hogy tudunk játszani.

A pszichodráma nagy értéke abban rejlik, hogy nemcsak szavakban teszi a lelki történéseket élővé, valóságossá, hanem újracslekskvésben, lejátszásban is.

A következőkben röviden arról, hogy a pszichodramát felhasználó csoportok hogyan struktúrálják a rendelkezésre álló időt.

Minden csoportban van egy bemelegítő fázis, ahol csoporttagok megpróbálják kimondani, megfogalmazni érzéseiket, gondolataikat. Ezek olykor egy irányított, előre megadott téma köré rendezhetők, de lehet, hogy teljesen spontánok, az „itt és most” helyzet szülte őket. Ilyenkor egy csoportban általában van néhány vezérgondolat, s vannak mellékes, kevésbé hangsúlyozott gondolatok. Amikor körülbelül kirajzolódott, hogy az aktuális csoport számára mi az a problémakör, tematika, amely leginkább fedi a többség aktuális igényét, a csoportvezető javasol egy játékot.

A játék keretében lehetőség nyílik dramatizálni az adott problémát. A cselekvés-sornak témájától függően több, kevesebb szereplője lehet, melyet a csoport tagjai önként vállalhatnak, de a csoportvezető is javaslatot tehet a szereplő személyére. A játék elindulása előtt még egyszer rögzítésre kerül a helyszín, a cselekmény főbb váza, a szereplők egymásközi helyzete. Nagyon lényeges, hogy a pszichodráma-játékoknak soha nincs részletes forgatókönyve. A forgatókönyvet maguk a szereplők „írják” a játék során. Természetesen a játék keretének kidolgozásában az egész csoport részt vehet, segítheti ötletekkel, fantáziákkal.

A játék akkor kezdődik, amikor a szereplők kilépnek a színpadnak kinevezett térre, s a nézők pedig a háttérben maradnak.

A játék során a szereplők viselkedését igen sok tényező mozgathatja. Így például korábbi személyes élményei, értékrendszere, aktuális érzelmi állapota stb. Nagyon fontos tudnunk, hogy ezekben a játékokban soha nem színészi teljesítményt várunk el a szereplőktől. Azt szeretnénk, ha mindenki minél jobb szerepválasztással rádöbbenne saját jól működő, vagy esetleg hibás nézeteire, előítéleteire, sablonjaira. A spontaneitás, az improvizáció adja meg ezeknek a játékoknak a különleges ízét. A szereplőt a cselekvés, reagálás közben a játék „örvénye” elsodorhatja, a külső valóság, pl. a csoport jelenléte elmosódhat, de soha nem szűnik meg az úgynevezett „kettős tudat”. Tehát bármennyire is magával ragad a játék, soha nem keveredhet össze a realitással.

A játék segítségével megtudhatjuk, hogy a játészó személy konkrét feltételek között hogyan reagál és hogyan gondolkodik. Hogyan lép kapcsolatba a másikkal, milyen érzéseket, vélekedéseket „vált ki belőle”, és mit tesz ezekkel az érzelmekkel, és ismeretekkel.

A játék akkor zárul, ha egy nagyobb tematikus egység végére értek a szereplők,

vagy ha a játékba vitt emocionális feszültség levezetést nyert. A játék végét jelezheti a vezető is, de a szereplők is dönthetnek a lezárásról.

A játék végeztével a szereplők kifordítják széküket, s a „nézőközönség” felé fordulnak, de egyenlőre még az eredeti helyükön maradnak. Ezután következik a játék verbális feldolgozása, olyan módon, hogy először a szereplők mondják el, „mit élték meg”, hogyan érezték magukat, majd a nézők is nyilatkoznak erről. A verbális feldolgozás szakaszára is legalább olyan nagy hangsúlyt kell fektessünk, mint magára a játékra, hiszen egy élmény, egy érzés, egy felismerés akkor válik igazán értékessé, ha az egyértelműen szavakban is megfogalmazást nyer. Ha erre nem figyelünk eléggé, akkor elképzelhető, hogy azok a tudattartalmak, amelyek a játék segítségével a felszínre törtek, ismét a „süllyesztőbe” kerülnek, s továbbra sem segítik az egyént az önmegismerés útján.

A játék feldolgozása, átbeszélése során gyakran előfordul, hogy bizonyos történetek további feldolgozást igényelnek. Erre a pszichodráma számos technikai lehetőséget kínál. Így például egy olyan szereplő, akinek játékában ellentétes motiváció volt felfedezhető, ambivalens viszonyulását két másik csoporttag egy párbeszéd keretében megjelenítheti. Lehetséges valaki elé görbe tükröt tartanunk, s ily módon kiemelni viselkedésének karakterisztikus vonásait. De ugyanazt a jelenetet más szereplőkkel újra is játszhatja a csoport. Gyakori az a technikai elem is, hogy páros játékoknál, pl. egy tanár és egy diák párbeszédénél szerepcserét javasolunk, s így a szituáció a másik oldalról is megtapasztalható.

„A játék utáni megbeszélés nyomán fokozatosan kiteljesedő tudatosulás, melynek előzménye a játékban fellelhető megélés, vagy újraélés, katarzishoz vezethet, amely már a személyiségváltozáshoz nyithat utat.” (AJKAY KLÁRA, 1984. Önismereti csoportok)

Milyen más módszerekkel egészíthetjük ki a pszichodramát? Mint azt az előzőekben láttuk, a pszichodramában nagyon nagy hangsúly van a spontaneitáson, a csoport improvizáló, konstruáló képességén. Ezekben a játékokban a helyszín, a szereplők, a téma mind a csoport együttes aktuális megbeszélésének a terméke. Ugyanakkor ismerünk olyan encounter játékokat, melyek szintén nagyon jól használhatók személyiségformálásra, szenzitivitás-fejlesztésre. Ezek a játékok a benne résztvevő csoporttagok bizonyos szociális készségét a környezet iránti szenzitivitását fejlesztik. Ebben a helyzetben valamilyen „keretet”, „szabályt” fogalmazzunk meg a játék elején, s ugyanez a keret egyaránt érvényes a csoport minden tagjára, illetve minden szereplőre. Például csukott szemű játéktársunkat *csak szavak* segítségével át kell vezetnünk egy bútorokkal zsúfolt termen. Nem foghatjuk a kezét, csak szavakkal irányíthatjuk. Vagy, pl. csak tekintet segítségével ki kell választanunk a csoportból számunkra 3 szimpatikus embert. Az ilyen és ehhez hasonló játékok nagyon jól előkészíthetők, bemelegíthetők a csoportot egy mélyebb, önállóan átgondolt pszichodráma-játékhoz. Az imént említett encounter játékok feldolgozásához gyakran segítségünkre vannak videofelvételek, ezek nagyon szerencsés módon kiküszöbölik a pedagógusnak azt a szerepét, hogy direkt visszajelzéseket adjon a viselkedésről. Azáltal, hogy cselekvéseink sorra újra láthatók a technika segítségével, önmagunk is képesek vagyunk számtalan hasznos következtetés levonására.

Az encounter játékokon túl még egy típusú játékot említenék, amely jól ötvözhető a pszichodráma módszerével. Ez nevezetesen a „planspiele” vagy tervjáték, melynek elméleti és gyakorlati leírása hazánkban KOMLÓSI PIROSKA nevéhez fűződik.

A tervjáték lényege, hogy valamilyen előre meghatározott fizikai, pszichikai vagy szociális probléma megoldására irányul. A játék elején pontosan fölvezöltak a résztvevők csoportjai, illetve szereplők. Pontosan körülhatároltak a „mozgáskörök”,

kapcsolódások, a csoportok egymás közti hierarchiája. A játékban résztvevő csoportok a feladat megoldásához — mielőtt tevékenységbe fognának — gondolkodási időt kapnak, amely arra szolgál, hogy a csoportok vagy a szereplők egy számukra optimális stratégiát dolgozzanak ki. A gondolkodási idő leteltével egymással kapcsolatba lépnek a szereplők, s megindul a játék, a kommunikáció. A játék végeztével módszeres és sokszempontú értékelés történik. Amint érzékelhetjük a tervjáték valamivel strukturáltabb, előre kidolgozottabb, mint a pszichodráma-játékok. További különbség, hogy a teljesítményelv, s az optimális cselekvés nagyobb hangsúlyt kap a tervjátékban.

Úgy gondoljuk, hogy az említett 3 technika, illetve módszer nagyon jól szintézisbe hozható, és a megfelelő helyen megfelelő módon alkalmazható. Amennyiben múltbéli élményeket, tapasztalatokat szeretnénk feldolgoztatni, megértetni a hallgatókkal, nagyon helyes, ha pszichodráma-elemeket használunk. Ha valamilyen érzékenységet szeretnénk fejleszteni, nagyon alkalmas encounter játékokat találhatunk rá. S ha arról akarunk képet kapni, hogy vajon a kikerülő diákok miként képesek majd működni a pedagógiai realitásban, akkor célszerű gondosan előkészíteni egy tervjátékot. Természetesen ezek a dolgok ennél szorosabb szintézisben is elképzelhetők.

A következőkben szeretnék feleleveníteni egy közelmúltban lezajlott pszichológiai szemináriumot, ahol a pszichodráma és a tervjáték sajátos ötvözetét alkalmaztuk.

Előzetes megbeszélésünk alapján erre a találkozásra a csoport egy tagja hozott egy konfliktushelyzetet, melyet a csoport később megjelenített. A konfliktushelyzet, pontosabban szituáció egy szülői értekezlet, ahol az osztályfőnök elmeséli a szülőknél legutóbbi balul sikerült osztálykirándulását.

A játék megjelenítéséhez 4 alcsoportot alakítottunk ki. Mindegyik csoport egy-egy szülői munkaközösséget, illetve egy osztályfőnököt foglalt magába. Mind a négy társaság kapott 10 percet a probléma megvitatására, a játék előkészítésére. Ezután a csoportok egymástól függetlenül eljátszották a szituációt, videóra vettük, majd megbeszéltük. (A játék azért nem volt nevezhető szabályos tervjátéknak, mert nem volt rögzítve, hogy a szülői értekezleten milyen álláspontra kell jutni, ez a játékosok spontaneitására volt bízva.)

Nagyon érdekes tapasztalatot adott a játék. Bár a csoportok egymástól függetlenül játszottak, szinte mindenütt ugyanaz a lefutása volt a játéknak.

Mind a 4 osztályfőnök — egy igen rossz sztereotípián alapján — már az értekezlet elején mindent a szülők nyakába varrt. A szülők pedig rendre beálltak — mind a négy csoport esetén — az iskolát szidók, kritizálók táborába. Felállították a csata-teret, és mindenki lőtt a saját tüzelőállásából. Érdekes módon kooperatív megoldások nem születtek az első játékfázisban. Vajon milyen minták, milyen tapasztalatok, negatív élmények mozgatták ezt a játékot? Érdemes volt ezen eltöprengenünk. A játék másik szakaszában próbáltunk konstruktív megoldásokat kidolgozni a helyzetbe, s azokat is megjeleníteni. Nem volt túl könnyű feladat olyat játszsanunk, amelyet még magunk csak nagyon ritkán tapasztaltunk.

Végül szeretném kijelölni ezeknek a személyiségfejlesztő tréningeknek a helyét a tanárképzés folyamatában.

Úgy gondolom, hogy ezek a tréningek nem állhatnak a pszichológiai ismeret-átadás helyébe, de mindenképpen ki kell egészítse azt. Ezeknek a tréningeknek meg kell előznie a tényleges tanulási gyakorlatot, illetve a hospitálási tapasztalatok feldolgozásának eszközként kell; hogy váljanak.

Utolsó gondolatként szeretném néhány pontban összegezni a pszichodráma,

encounter, illetve tervjátékok jelentőségét. Felsorolom azokat a területeket, melyekben feltehetően megjelenik az elemzett módszerek hatása.

1. Önismeret — Életkép — Csoportidentitás
2. Mások iránti érzékenység
3. Általános kommunikációs-készség
4. Korábbi pozitív és negatív élmények, tapasztalások tudatosítása, feldolgozása
5. Szimmetrikus kapcsolatok gyakorlása
6. Speciális tanári készségek gyakorlása, pl.: verbális és metakommunikáció szinkronizálása
7. Jövőtervezés

Az előzők során elemzett képzési forma igyekszik pozitív irányban fejleszteni a pedagógusi pálya iránti attitűdöt intellektuális, emocionális és viselkedéses síkon egyaránt.

Felhasznált irodalom

1. BUDA BÉLA: Empátia — a beleélés lélektana. Gondolat K. Budapest, 1978.
2. G. DONÁTH BLANKA: Személyiségfejlesztő tréningek tapasztalatai gyakorló pedagógusok körében. Kézirat. 1986.
3. GÁDOR ANNA: A képmagnetofon szerepe a személyiségfejlesztésben. A pedagógiai képességek intenzív fejlesztésének módszerei. Egységes jegyzet. Szerkesztette Poór Ferenc. Tankönyvkiadó Budapest, 1986.
4. KOMLÓSI PIROSKA: Bevezetés az akciójáték metodikájába. Kézirat. Népművelési Kutató Intézet. 1986.
5. KOMLÓSI PIROSKA: A pszichodráma hatásmechanizmusa. MPSZ. 5. sz. 1981.
6. MÉREI FERENC: A pszichológiai dramatizálás. Szociodráma, pszichodráma, szerepgyakorlatok. Oktatási segédanyag, kézirat. Népművelési Intézet Budapest, 1977.
7. CARL ROGERS: A személyközpontú megközelítés alapjai. Pethő Éva: Válogatás CARL ROGERS műveiből. Országos Pedagógiai Intézet. 1983. 7—35.
8. TOMCSÁNYI TEODÓRA: A dramatikusan terápia HILARION PETZOLD professzor nyomán. MPSZ. 5. sz. 1981.

DIE ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN DES PSYCHODRAMAS IM HOCHSCHULUNTERRICHT

MÁRTA SZENES

Heutzutage sind viele Fachleute um die Modernisierung der Lehrerbildung bemüht. Diese Bestrebungen stimmen neben ihrer Vielfarbigkeit darin überein, dass sie grösseren Wert auf die Fertigkeitentwicklung, bzw. auf die Persönlichkeitsgestaltung, als auf die bloss intellektuale Bildung legen.

Über eine solche Bestrebung wird die dieser Studie berichtet. Die Arbeit weist darauf hin, wie das Psychodrama, das bis jetzt vorwiegend im Klinikum verwendet wurde, in die Lehrerausbildung eingefügt werden kann.

Die Autorin summiert das Wesen der Methode und gibt einige konkrete Spielbeschreibungen.

ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПСИХОДРАМЫ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

МАРТА СЕНЕШ

В наши дни бесчисленное количество специалистов-теоретиков и практиков работает над проблемами совершенствования подготовки специалистов в системе высшего образования.

Эти устремления наряду со своим разнообразием и многоплановостью совпадают в том, что пытаются перенести акцент с чисто интеллектуального образования на развитие навыков, формирование личности. Об одном таком устремлении пишется в данной статье.

Работа указывает на то, каким образом можно использовать психодраму, до сих пор находившую применение большей частью в клинических условиях — в практике подготовки будущих учителей. Далее, в работе дается краткое теоретическое заключение о сути метода, а затем — описание некоторых конкретных игровых ситуаций.