

Милан Валента
Мартин Полинек

ДРАМАТЕРАПИЯ



COGITO
CENTRE

Мартин Полинек
Драматерапия

«Когито-Центр»

2013

Полинек М.

Драматерапия / М. Полинек — «Когито-Центр», 2013

Изложены теоретические и методические основы драматерапии – нового направления личностно-развивающей и коррекционно-оздоровительной работы с клиентами, страдающими умственной отсталостью и психическими заболеваниями, возрастными и поведенческими расстройствами, подверженными психосоциальной опасности, находящимися в ситуации социальной изоляции, отбывающими наказание, а также с геронтологическими клиентами. Книга, обобщающая опыт многолетней работы авторов, ведущих чешских драматерапевтов, предназначена для психологов, (специальных) педагогов, социальных работников и режиссеров, работающих с людьми с ограниченными возможностями.

Содержание

Несколько вступительных слов	6
1. Разные лица драмы	7
1.1. Паратеатральные системы учебно-воспитательной направленности	9
1.1.1. Драматическое воспитание	9
1.1.2. Образовательный театр	9
1.2. Паратеатральные системы терапевтической направленности	11
1.2.1. Психодрама	11
1.2.2. Социодрама	13
1.2.3. Психогимнастика	13
1.2.4. Театротерапия	14
1.3. Другие паратеатральные системы	16
2. Что такое драматерапия	18
2.1. Определение драматерапии	19
2.2. Различия между драматерапией и психодрамой	20
2.3. Различия между драматерапией и драматическим воспитанием	22
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Милан Валента, Мартин Полинек

Драматерапия

Перевод с чешского под общей редакцией

В. И. Белопольского

Рецензенты: *Ян Славик, Ph. D. Джозеф Валента, Ph. D.*

Несколько вступительных слов

Суть и основные цели драматерапии, как их понимают большинство специалистов из разных стран, могут быть проиллюстрированы на двух примерах:

1. На учебные занятия по драматерапии при Оломоуцком университете (Чехия) поступила пожилая женщина с высокой степенью интроверсии, у которой из-за ее застенчивости имелись проблемы с общением. В течение трех семестров она значительно изменила свои коммуникативные навыки, у нее появилась напористость, целеустремленность, а потому выросла и уверенность в себе. Она закончила обучение как относительно стабильная нормальная женщина, способная к саморефлексии.

2. Второй пример касается молодой женщины с шизофренией, которая вернулась в психиатрическую клинику через шесть месяцев после ремиссии. Когда главный врач спросил ее, какой из применявшихся к ней методов лечения она считает наиболее полезным для себя, она без колебаний назвала драматерапевтические сессии.

В первом случае драматерапия выполняла задачу персонально-социального развития личности. Во втором случае драматерапия выступила в качестве клинического оздоровительного метода, хотя в условиях клиники она повсеместно воспринимается в качестве дополнительной процедуры и метода постгоспитального ухода.

Книга «Драматерапия» была недавно опубликована в Чешской Республике четвертым, обновленным изданием. В ней отражен многолетний опыт обоих авторов в проведении драматерапевтических занятий, в непосредственной терапевтической работе с клиентами, страдающими умственной отсталостью и психическими заболеваниями, с родителями, заботящимися о детях с тяжелой формой инвалидности, а также опыт, полученный в исследованиях качества жизни опекунов. Во время своего недавнего визита в Россию авторы внимательно ознакомились с близким к драматерапии методом сказкотерапии, получили уникальную возможность вести классы драматерапии не только в академической среде, на разных факультетах РГПУ им. А.И. Герцена в Санкт-Петербурге, но и с персоналом психиатрических клиник. Все это позволяет надеяться, что рассмотренные в предлагаемой книге теоретические, практические и методические вопросы драматерапии будут интересны широкому кругу российских специалистов: психологов, специальных педагогов, социальных работников и режиссеров, работающих с людьми с ограниченными возможностями.

Милан Валента

Мартин Полинек

1. Разные лица драмы

Мы привыкли к тому, что по традиции театральная муза надевает одну из двух масок: веселую, соответствующую комедии, или печальную, которая приличествует трагедии. Конечно же, у драматической формы представления (мы понимаем, что допускаем определенную терминологическую неточность, когда отождествляем театр с драмой) намного больше возможностей, чем те, которые используются в театре как особой форме искусства. Из истории театра известно:

- при обучении латыни в Средние века читали комедии Теренция, иллюстрируя их пантомимой и инсценировкой пьес;
- эти традиции в дальнейшем развивались выросшими на лютеранских принципах школами утравкистов и школами Общества Иисуса, в которых театральные упражнения предписывались учебным уставом; иезуиты в первую очередь ориентировались на технику устного выступления, жестикуляцию и непринужденность поведения, используя публичное выступление как средство обучения;
- постановкой школьных театрализованных представлений как дидактическим методом подробно занимался и Я. А. Коменский, который во время своего пребывания в Шарошпатаке сделал наброски теоретических статей об инсценировке драматических пьес в целях воспитания; этот величайший гуманист впервые теоретически разграничил театр как искусство и театр как педагогическое средство.

Еще в третьем тысячелетии до нашей эры театральные, танцевальные и музыкальные представления были рекомендованы фараоном Аменхотепом для лечения больных жителей Древнего Египта; в афинском театре Дромокайтон ежегодно организовывались постановки, в которых выступали душевнобольные. Еще одним примером использования театра для неэстетических целей могут служить театральные выступления знаменитейшего пациента Шарантонского заведения для душевнобольных – маркиза де Сада (Majzlanová, 1999). Впрочем, все эти примеры не только вошли в историю театра, но и получили отражение в драматургии.

Вышеприведенные примеры использования театра в не театральные цели (т. е. не для воплощения художественного замысла или эстетического переживания, а в «сугубо практических» целях) можно разделить на две группы:

- 1) театр (драма) – воспитательно-образовательное средство;
- 2) театр (драма) – средство лечения (терапия).

Такое «вспомогательное» использование театра принято называть *паратеатральной системой*. Выше мы упомянули несколько исторических примеров «паратеатральности» театра. Но если бы мы перешли границы истории, известной нам по письменным источникам, и отправились в паломничество к древнейшим началам человеческой цивилизации, куда-то в период раннего палеолита (10–30 тыс. лет назад), мы бы обнаружили парадоксальные факты. Выяснилось бы, что на самом деле происходило нечто противоположное тому, о чем мы говорили выше. Дело в том, что уже тогда в жизни охотника и позднее неолитического земледельца существовали некие препаратитеатральные системы, которые от собственно театра как вида искусства отделяет период длиной в тысячелетия. Если бы мы действительно могли предпринять это захватывающее путешествие в наше далекое прошлое, то, скорее всего, увидели бы палеолитического охотника, облаченного в шкуры убитых им животных, который в магическом ритуале изображает отнюдь не себя самого, а преследуемого охотниками зверя. Воз-

можно, мы увидели бы первых земледельцев в анимистических масках, выполняющих обряд, связанный со сменой времен года, сезонными работами и сбором урожая; целью этого обряда могло бы быть, в частности, сохранение родовых традиций и передача опыта, накопленного предками, следующему поколению. А может быть, нам посчастливилось бы даже увидеть в работе «специалиста по обрядам» – родового шамана в экстатическом кружении подле больной женщины, изгоняющего беса из ее тела. Охотничий ритуал, родовой обряд и магический танец были связаны с «практическим» использованием театра, точнее говоря, с использованием дотеатральной формы мимезии¹: выполнение ритуала охотника и обряда земледельца, кроме всего прочего, служило также и воспитательно-образовательным целям, шаманский «перформанс» носил терапевтический характер.

Но довольно исторических отступлений, вернемся к современности. В следующих двух разделах данной главы мы приводим краткое изложение паратеатральных систем, наиболее популярных в нашей стране и в мире. Однако речь пойдет отнюдь не о всеобъемлющей систематизации, данная глава преследует другую цель – определить место драматерапии в каждой из этих систем.

¹ Мимезия – подражание неживым предметам.

1.1. Паратеатральные системы учебно-воспитательной направленности

1.1.1. Драматическое воспитание

Согласно одному из определений (Valenta J., 1999), *воспитательная драма, творческая драма, драмика* (в английской терминологии *drama in education, DIE* или *developmental drama*), является импровизированной, не предназначенной для сценического показа, ориентированной на внутренний рабочий процесс формой, участники которой под руководством наставника готовятся к представлению, игре и отображению человеческого опыта.

Основой драматического воспитания является деятельность, облеченная в форму драматического искусства, использующая его инструменты (такие, например, как импровизация, интерпретация, вхождение в роль, имитация) и направленная на духовное обогащение человека, в частности, на развитие его способности к переживанию, сопереживанию и общению. Упрощенно можно сказать, что драматическое воспитание использует исконно драматические средства для достижения психологических и педагогических целей (Valenta M. et al., 1995).

Драматическое воспитание может быть как отдельным предметом в учебной программе, так и дидактическим и воспитательным методом личностного развития, часто используемым при обучении языкам и общественно-научным дисциплинам. В широком смысле к «драматическому воспитанию» можно отнести и детский театр (т. е. представления, в которых играют несовершеннолетние актеры).

1.1.2. Образовательный театр

Понятию образовательного театра соответствует английский термин *theatre in education* (ТІЕ). Его сущностью является театральное представление, в котором, как правило, принимают участие профессиональные актеры, это представление преследует образовательные и воспитательные цели (для молодежных групп риска – социально-профилактические). Некоторые театральные коллективы ТІЕ допускают выход на сцену учащихся для исполнения подготовленных ими ролей (так называемый *participation theatre*) и в связи с этим частичное изменение сюжета и содержания представления. После спектакля в большинстве случаев следует разбор содержания пьесы и ее обсуждение учащимися вместе с актерами труппы.

Й. Валента (Valenta J., 2005) называет следующие различия между ТІЕ и «обычным» театром.

1. Работа начинается либо с конкретного заказа, который получает коллектив ТІЕ (от комиссии по образованию, от учебного заведения и т. п.), либо с самостоятельного (силами сотрудников театра) выявления проблем тех зрителей (или того района), для которых им нужно будет играть (подобным образом поступает коллектив форум-театра Аугусто Боала – см. ниже).

2. Затем коллектив ТІЕ как единое целое работает над темой и содержанием пьесы; текст пишет драматург коллектива или сама труппа адаптирует и корректирует уже написанную ранее пьесу.

3. Члены труппы тесно сотрудничают с потенциальными зрителями, для которых предназначена пьеса: обсуждают будущее

представление с учащимися, педагогами или клиентами, собирают материал, делают предварительный «прогон» частей пьесы и т. д.

4. После этого исполняется само представление, либо непрерывно, либо с остановками в определенных местах, и в этих перерывах зрители получают различные задания, стимулирующие обсуждение увиденной части пьесы, получение дополнительной информации или дающие возможность включиться в спектакль.

5. После представления проводится семинар, на котором обсуждаются затронутые в пьесе темы.

1.2. Паратеатральные системы терапевтической направленности

Непосредственными предшественниками драматерапии были формы психотерапии, в которых использовались театральные методы и процедуры. Ранние примеры использования драмы в терапии можно найти в большинстве сюжетно ориентированных подходов (в гештальт-терапии, когнитивно-поведенческой терапии, аналитической терапии и т. п.).

Многие общепризнанные психотерапевтические подходы и школы прямо или косвенно используют драматические методы в терапии своих клиентов и, следовательно, в той или иной степени балансируют на границе паратеатральных систем. Прежде чем рассматривать терапевтические подходы, которые целиком и полностью относятся к паратеатральным системам, мы должны упомянуть еще об одном течении, которое также находится у границы паратеатральных систем, хотя, если можно так выразиться, «с другой ее стороны» по сравнению с вышеупомянутыми направлениями психотерапии. Речь идет об игровой терапии.

Игровая терапия (play therapy) направлена на использование терапевтического потенциала игр (не являющихся театральными представлениями в буквальном смысле этого слова) в индивидуальной работе, в основном с детьми (или с их семьями), которые подверглись сексуальному насилию, имеют проблемы в приемной семье, болезненно переживают потерю близкого человека или страдают после развода родителей, живут в неполных или неблагополучных семьях или испытывают трудности в учебе и поведении. Игровая терапия опирается на положения психодинамических подходов Эриксона и Беттельгейма. Наряду с этим в Чехии активно развивается и недирективная игровая психотерапия по методу Вирджинии Экслейн, основанная на концепции Карла Роджерса (см.: Vymětal, Rezková, 2001).

Специалист по игровой терапии – это квалифицированный сотрудник педиатрического отделения больницы, чья основная задача заключается в обеспечении естественного развития госпитализированных детей и подростков, в поддержании рабочей обстановки в клинике, в мотивации детей к игре в этой малоподходящей для них среде и в стремлении понизить до минимального уровня их тревогу и страх перед операциями и медицинскими процедурами (подробнее см.: Valenta M., 2001).

Игровую (а иногда и терапевтическую) работу в детских отделениях больниц и в детских клиниках выполняет «больничный клоун», в задачи которого входит обеспечение детям, находящимся в стрессовых условиях, релаксации, удовольствия и развлечения.

1.2.1. Психодрама

Трудно представить себе драматерапию без работ Якоба Морено, основателя психодраматической школы. Психодрама является драматической импровизацией, преследующей терапевтические цели, в ходе которой клиент драматизирует свои переживания, желания, взгляды и воображение.

Согласно своему отцу-основателю, психодрама использует пять основных инструментов.

- Сцена как строго ограниченное и безопасное пространство для клиента-протагониста, в котором действительность («здесь и сейчас») и вымысел («как будто») не создают конфликта.
- Клиент как протагонист, представляющий на сцене прежде всего самого себя (т. е. отнюдь не «актер») и играющий «свою историю» совершенно свободно и спонтанно (т. е. с акцентом на поведение, а не на словесное описание, причем весьма важен физический контакт с котерапевтами и «вспомогательным Эго» – поглаживания, объятия, рукопожатия, похлопывания, участие в совместной трапезе и т. п.).

- Ведущий психодрамы выполняет функции, с одной стороны, терапевта, который стремится поддерживать параллель между драматизацией протагониста и его жизнью, с другой стороны – режиссера, инициирующего действие на сцене, а кроме того, еще и аналитика, дополняющего реакцию публики собственной интерпретацией. Важнейшей задачей режиссера является включение клиента в процесс в начале психодрамы, после чего его вмешательство в происходящее минимально.

- Публика, обеспечивающая протагонисту поддержку (в редких случаях требующая от него этой поддержки) и зачастую представляющая общественное мнение, подобна театральному хору в античных драмах.

- Котерапевты, вспомогательные актеры, «вспомогательные Эго», являются инструментами для протагониста, изображая фиктивные или реальные персонажи его драмы.

В выборе методов психодрама до сих пор более или менее следует испытанным методам Якоба Морено, среди которых можно упомянуть такие, как исполнение роли «самого себя», самопрезентация и монолог, проекция, интерполяция сопротивления, обмен ролями, двойник и альтер эго («второе Я» – моя воля или совесть, моя оборотная сторона, дьявольское альтер эго, моя сильная сторона, мое агрессивное Я, мои надежды, скептицизм, абсурд), зеркало (котерапевты в роли Я), вспомогательный мир и другие, менее известные методы (всего существует около 350 методов Морено).

Психодрама направлена на создание модели реальности с абреактивными элементами, она помогает понять собственные реакции и таким образом корректировать эмоции. Эти формы терапии используются для проникновения в прошлые травматические переживания, раскрывая и выводя их на поверхность, чтобы их можно было идентифицировать. В психодраме всегда решается личная проблема клиента. С. Крадохвил (Kratochvil, 1995a) считает психодраму наиболее важным вспомогательным методом групповой психотерапии и выделяет наиболее часто встречающиеся области использования психодрамы на практике:

- в качестве средства отреагирования и получения корректирующих эмоциональных переживаний;
- в качестве средства прояснения скрытых мотивов пациента и его невысказанных желаний;
- как возможность испробовать различные формы решения конфликтных ситуаций.

Руководство психодрамой во многих европейских странах традиционно находится в руках психиатра или психолога. В Соединенных Штатах граница между психодрамой и драматерапией прозрачна, и поэтому довольно часто драматерапевт использует узкоспециализированные психодраматические средства для достижения психодраматических целей. Например, в штате НьюЙорк предпочтение отдается профессиональному опыту работы, приобретенному под руководством опытного терапевта, а не академической квалификации специалиста – психолог, психиатр, специальный или медицинский педагог, арт-терапевт.

Особым вариантом психодрамы является *психомелодрама* – сопровождаемая музыкой форма психодраматической игры, в которой участвуют только пациент и терапевтическая группа. Музыка здесь усиливает и помогает корректировать сценическую атмосферу (Kratochvil, 1987).

Весьма оригинальным и автономным вариантом психодрамы является *сатидрама* (как часть *сатитерапии*, где *сати* означает «наблюдательность», медитативное осознание и запоминание происходящего в сознании и во внешней действительности человека). Сатидрама добавляет к пяти основным мореновским инструментам (сцена, протагонист, режиссер-терапевт, партнеры, публика) еще и шестой – тему, исходящую из общих интересов всей группы; эта все-

общая человеческая тема, центральная точка сатидрамы, отличает сатидраму от психодрамы, в которой, как правило, разрабатывается индивидуальная тема (проблема) протагониста. Процесс сатидрамы протекает в три этапа:

- отыгрывание вовне (acting-out) – выявление проблематики в общении,
- примечание (noticing) – фиксация фактов данного общения,
- отыгрывание внутрь (acting-in) – интернализация зафиксированных, опробованных и оправдавших себя способов общения.

Предшественницей сатидрамы была в 1970-е годы *космодрама* Зерки Морено и Мирко Фрыбы как некое эклектичное соединение социодрамы с элементами буддийской медитации (Fryba, 1993).

Еще одним вариантом мореновской психодрамы является фигуративная психодрама и терапия Пессо (Majzlanová, 1999). В *фигуративной психодраме* используется фигуративное моделирование гештальт-терапии, т. е. отражение на сцене посредством обмена ролями внешнего (объекты, персоны) и внутреннего (мечты, фантазии и пр.) мира. Так возникает внешняя сцена (ежедневное Я) и внутренняя сцена (интегративное Я). В дополнение к этим ролям существуют еще контрольное Я, внутренний антагонист, вторичные существа. Основным методом фигуративной психодрамы является обмен ролями между различными частями Я.

Пессо-терапия (автор – Альберт Пессо) создает безопасную среду для того, чтобы клиент экстернализовал свое внутреннее состояние, разрешил конфликты, проблемы, идентифицировал неприятные переживания и детские воспоминания, связал иррациональное с рациональным. Выход на поверхность проблем и их решений происходит на телесном (моторном) уровне вследствие прямой связи между физическими ощущениями и словами.

1.2.2. Социодрама

Социодрама практически совпадает с психодрамой, с той только разницей, что психодрама более сосредоточена на проигрывании личных проблем клиента, в то время как в социодраме роли разыгрываются в ситуациях различных соционорм и ценностей (отсюда происходит изредка употребляемое название «аксиодрама») – в контексте общественных отношений, социально-политических проблем и т. д., которые непосредственно касаются клиентов (Valenta J., 1999).

В Чехии овладение методами мореновской социодрамы приобретает особую важность, поскольку ведется работа с национальными меньшинствами и иммигрантами из стран с различными социально-культурными и религиозными традициями, которые имеют другие этические стандарты и системы ценностей.

1.2.3. Психогимнастика

Поскольку сутью психогимнастики является невербальное описание ситуаций и отношений, прежде всего, средствами пантомимы, этот вид терапии иногда называют также *психопантомимой*.

Классической темой психогимнастики является, например, «запретный плод», к которому клиенты выражают свое отношение, пантомимически изображая конфликт: на одном полюсе расположено желание достичь определенной цели, на втором находятся нравственные и социальные причины, которые не дают клиенту достичь желаемого (Kratochvil, 1987). По своим внешним средствам психопантомима практически совпадает с так называемой танцевальной драматизацией (*dance drama*), построенной, в первую очередь, на экспрессии тела, выражении лица и абстрактных и существенных элементах движения (например, этюд «Разгорающийся огонь, который все сжигает и разрушает»).

1.2.4. Театротерапия

В конце 1970 – начале 1980-х годов в культурной жизни Европы возникло новое явление – театр, в котором играют актеры с ограниченными возможностями (ограничения по слуху, телесные и все чаще ментальные, или умственные недостатки). Его возникновению дал толчок австралийский фильм «Сценический дебют», в котором запечатлена подготовка, а затем и выступление труппы актеров, имеющих ограниченные психические возможности, в известном на весь мир Сиднейском оперном театре (спектакль «Мадам Баттерфляй»). Был продемонстрирован не только новый подход к людям с ограниченными возможностями, полностью созвучный духу развивающегося процесса эмансипации и интеграции таких людей. Одновременно – чего никто не ожидал – появился и новый вид театра, который отличался от классического не менее существенным образом (особенно в случае актеров с психическими отклонениями), чем, например, детский театр. Параллель с детским театром становится еще более очевидной, если сосредоточить внимание на специфических выразительных средствах актеров с ограниченными возможностями: например, на противоречии между способностью к имитации и вхождению в роль и неспособностью выдержать характер персонажа в случае психически ограниченных актеров и т. д.

В середине 1980-х годов появляются регулярные театральные труппы с психически ограниченными актерами в Англии, Франции, Испании, Бельгии и Голландии, причем некоторые из них со временем переходят в разряд профессионалов. В Чешской Республике благодаря турне получила известность профессиональная театральная труппа психически ограниченных актеров «Maatwerk»² из голландского Роттердама, основанная в 1987 г. К. Деккером в рамках специального проекта фонда Памейера. За годы своего существования группа «Maatwerk» подготовила к показу ряд адаптированных пьес из классического репертуара, в том числе для уличного театра и театра для детей. «Maatwerk» регулярно выступает на сцене своего театра, часто на сценах других профессиональных коллективов, имеет свои собственные программы на национальном телевидении, участвует в международных фестивалях «Особое искусство» (Very Special Arts), выезжает на гастроли в разные страны.

Из сказанного выше можно сделать вывод, что деятельность театра «Maatwerk» носит исключительно театрально-художественный характер, что здесь нет места для терапии и поэтому не может быть и речи о какой-либо паратеатральной форме. Это верно лишь отчасти, поскольку для членов коллектива, ввиду их ограничений, и художественная подготовка, и собственно представление являются результатом переобучения, компенсации, социальной реабилитации, а в некоторых случаях и ресоциализации, т. е. несут полноценную терапевтическую нагрузку и осуществляются по большей части специалистами с медицинским образованием. Тем не менее, на воображаемой линии между двумя полюсами – искусством и терапией – из всех паратеатральных терапевтических систем ближе всего к искусству располагается именно театротерапия.

² Maatwerk (нидерл.) – «нестандартный».

ИСКУССТВО ----- ТЕРАПИЯ

театротерапия

психодрама

социодрама

психогимнастика

драматерапия

Связь между терапией и искусством односторонняя: в то время как уровень художественного впечатления полностью независим от терапевтического результата, степень арт-терапевтического эффекта прямо пропорциональна глубине эстетического впечатления.

1.3. Другие паратеатральные системы

Следующие формы использования принципов и методов драмы/театра можно было бы также отнести к категории паратеатральных систем социального характера, но это не совсем точно, поскольку некоторые из этих методов не имеют каких-либо определенных рамок и границ.

В первую очередь нужно назвать театр Аугусто Боала – «*театр угнетенных*» (theatre of the oppressed). Аугусто Боал (подробнее о нем см. в главе 3) в своих работах развил идеи Бертольда Брехта о том, что театр должен быть инструментом социальных преобразований в мире и обществе. Театр Боала обращен к зрителям, которые страдают от любых форм угнетения: начиная от социального и физического (эксплуатация, злоупотребление властью, расизм, сексизм, ксенофобия, насилие в семье и т. д.) и до психического (мании, тревоги, одиночество, неспособность к общению и т. д.). Боал учит свою аудиторию выделять и осознавать конкретную форму своего угнетения (Брехт тоже стремился к этому) и даже активно (выходя на сцену) включаться в процесс, ведущий к изменению ситуации. Чаще всего Боал использует метод *форума-театра*: зрители не только дают советы группе профессиональных актеров, разыгрывающих конкретную ситуацию угнетения, но и непосредственно влияют на сюжет и стремятся увидеть, как работают их собственные (воплощенные актерами) идеи и предложения по разрешению ситуации. Из форума-театра вытекают и другие методы Боала, такие как «*законодательный театр*» (legislative theatre) или «*политический театр*» (political theatre) – воплощение в законодательных актах социальных потребностей и желаний зрителей-избирателей (прежде всего это касается законодательных поправок в отношении условий жизни некоторых групп жителей на уровне муниципальных образований, например, продление или сокращение «комендантского часа» в питейных заведениях определенных регионов), *невидимый театр* (например, пешеходы на улице, ничего не подозревая, становятся участниками театральной импровизации). Методы Боала «*радуга желаний*» (rainbow of desire) и «*полицейские во главе*» (the cops in the head) находятся уже на грани драматерапии, так как драматическими средствами активно противодействуют последствиям психосоциального угнетения (страху одиночества и бесприютности, внутренней пустоте, отсутствию или потере смысла жизни и т. д.). Во всех этих методах Боал использует *принцип метаксис* (metaxis), который очень важен для паратеатральных систем, включая драматерапию. Метаксис означает способность актера свободно перемещаться (и осознавать это) одновременно в мире «как будто» и в мире «здесь и сейчас», т. е. в «реальности образа» и в «образе реальности».

На опыте работы с вышеприведенными методами Боала построен также *театр воспоминаний* (иногда его называют *итоговый театр*), предназначенный для пожилых людей, который также близок к драматерапии.

Сходные процедуры использует еще одна из паратеатральных систем – *плейбэк-театр* (playback theatre), основанный в 1975 г. Дж. Фоксом и распространившийся из Канады и США по всему миру. Эта система располагает значительным драматерапевтическим потенциалом. Труппа актеров представляет «историю жизни» – сцены из биографии зрителя-добровольца, который с помощью посредника (так называемого «проводника») знакомит с ней театральную труппу и публику. После этого выбираются актеры на роли, в которых история разыгрывается путем управляемой импровизации. Зритель-рассказчик после просмотра инсценировки «своей истории» может попросить актеров кое-что изменить и сыграть исправленный вариант.

В последнее время во всем мире формируется подобие еще одной паратеатральной системы – *театр артистов из бездомных или проституток*. Данное театральное явление ставит своей целью не только развитие театральной деятельности участников, но и преследует театротерапевтические (или социодраматические) и социально-реабилитационные цели,

в первую очередь в области изменения оценок и отношений (как клиентов к своему образу жизни, так и мажоритарного общества к клиентам). Это также служит инструментом для интеграции людей, страдающих от социальной изоляции.

Совершенно иной характер имеет так называемый *театр спорта*, который располагается на границе между спортом и театральным искусством и дает своим участникам не только радость игры, но и возможности в области социального развития личности (творческий подход, умение импровизировать, уровень вербальной и невербальной коммуникации). Театр спорта – это своеобразные турниры, которые придают театральному содержанию форму спортивной встречи. Две команды встречаются в импровизационном турнире, за которым наблюдает судья со своими помощниками (главным образом он контролирует соблюдение правил Международной лиги импровизации и Чешской импровизационной лиги), у команд имеются тренеры и спортивные болельщики-зрители.

Вышеперечисленные паратеатральные системы имеют широкий круг международных связей и координируют свою деятельность путем проведения международных совещаний и конференций, таких, например, как конгресс TWISFER (Theatre work in social fields – European research) европейского проекта Socrates-Grundtvig.

Полезные контакты для других паратеатральных систем:

Всемирный центр театра угнетенных – *Centre de théâtre de l'Opprimé Paris*

www.theatre.ucsd.edu

www.playbacknet.org

www.improliga.cz

Age Exchange Theatre Trust, Reminiscence Centre, London

www.age-exchange.org.uk

Legislative Theatre

www.ashtar.theatre.org

Театротерапия, психодрама, социодрама, или психогимнастика, ДИЕ, ТИЕ, методы Боала и другие паратеатральные системы используют драматические ресурсы, которые весьма сходны и даже во многих случаях идентичны; они работают с клиентами, которые во многом похожи, поэтому возникает вопрос: есть ли еще какое-то пространство, которое можно охватить терапией, составляющей предмет данной публикации? Чем драматерапия отличается от других систем, что она может предложить своим клиентам и вообще – что такое драматерапия?

2. Что такое драматерапия

Для начала приведем несколько определений драматерапии, которые могут помочь нам точно определить ее значение, цели и место в системе.

2.1. Определение драматерапии

Британская ассоциация драматерапевтов (The British Association for Dramatherapists) определяет эту дисциплину следующим образом (1979):

«Драматерапия помогает понять и смягчить социальные и психологические проблемы, психические заболевания и ограничения; она является инструментом упрощенного символического самовыражения, благодаря которому личность познает себя посредством творчества, охватывающего вербальный и невербальный компоненты коммуникации».

Национальная ассоциация драматерапии (The National Association for Drama Therapy, NADT) США предлагает следующее определение (Landy, 1985, с. 58):

«Драматерапия может быть определена как целенаправленное использование драматических/театральных методов для достижения терапевтической цели ослабления симптоматических проявлений, духовной и физической интеграции и личностного развития».

Наконец, приведем сформулированное чешскими исследователями интегративное определение драматерапии (Valenta M. et al., 2006):

«Драматерапия – лечебно-воспитательная дисциплина, в которой преобладают групповые мероприятия, использующие театральные и драматические средства в групповой динамике для ослабления симптоматических проявлений, смягчения последствий психических расстройств и социальных проблем, а также повышения уровня социального развития и интеграции личности».

Под это определение попадает и театротерапия (ближайшая к драматерапии): в этой паратеатральной системе, помимо *процесса*, упор делается и на *продукте*, т. е. на театральной форме инсценировки и на театральных выступлениях перед публикой. Кроме того, публичные выступления ориентированы на такие позитивные моменты, как включенность (интеграция в общественную жизнь меньшинств, лиц с ограниченными возможностями или низов общества – бездомных, зависимых), социальная реабилитация актеров, регулирование и повышение уровня их стремлений, укрепление самоуважения и чувства собственного достоинства, удовлетворение высших потребностей (самореализация, жизненные цели и т. д.).

Словацкие драматерапевты (Majzlanová, 1998) определяют драматерапию в соответствии с американской NADT как художественный лечебно-воспитательный метод, который применяется в рамках индивидуальной и групповой работы, использует драматические приемы для решения специальных задач в импровизированных ситуациях «здесь и сейчас» и приводит к эмоциональным переживаниям, нахождению внутренней мотивации и интеграции.

Драматерапия занимает место в одном ряду с другими видами художественной терапии, такими как *музыкотерапия*, *библиотерапия*, *поэотерапия*, *танцевально-двигательная терапия* и т. д.

Арт-терапию в целом мы понимаем как целенаправленное восстановление художественными средствами нарушенных функций организма (Valenta M., Krejcirova, 1997); отсюда можно вывести еще одно определение драматерапии как метода, восстанавливающего нарушенную деятельность организма драматическими (театральными) средствами.

2.2. Различия между драматерапией и психодрамой

Психодрама очень близка к драматерапии, но для нее в большей мере свойствен групповой характер. Она не занимается решением проблем и расстройств отдельной личности, не проникает в индивидуальные травмы прошлого с целью их трансформации, перевода в сознание или визуализации и вербализации. Драматерапия работает с символами и метафорами, допускает стилизацию и креативность в отличие от реализма психодрамы, где креативность направлена не на создание художественных метафор, а скорее на поиск альтернативной позиции, модели поведения и т. п. Для драматерапии более характерны сугубо театральные средства, включая вымышленный сюжет и изображение персонажей (ролевые игры). Обычное драматерапевтическое занятие по сравнению с другими театральными-терапевтическими встречами, проходит очень свободно, психотерапевт является скорее фасилитатором или проводником событий в группе; такая схема напоминает занятия по драматическому воспитанию (Valenta J., 1999).

Если спросить десять драматерапевтов и терапевтов, работающих с психодрамой, в чем они видят разницу между двумя методами, мы, вероятно, получим десять различных ответов, поскольку проблематика этих дисциплин еще не определена в полной мере. Исторически обе дисциплины разделились во второй половине XX в., в период, когда в Великобритании, США и Западной Европе возникли профессиональные ассоциации, которые обеспечили специальное обучение своих членов для получения терапевтической лицензии.

Морено после своей эмиграции в Соединенные Штаты (г. Бикон в штате Нью-Йорк) обосновал включение психодрамы в психиатрическую парадигму тем, что использовал форму психиатрического интервью, а поскольку театральные опыт не стал частью психодраматического тренинга, метод стал терять связь со своими театральными корнями. Поэтому драматерапия пошла путем поиска метода, который помог бы соединить театральную составляющую психодрамы и ее актуальную практику. На первых этапах своего развития драматерапия видела свою первоочередную задачу в том, чтобы помочь пациентам психиатрических отделений ставить инсценировки, в которых отражались бы их эмоциональные состояния (т. е. нечто вроде театральной терапии).

Пытаясь установить разницу между современными определениями психодрамы и драматерапии, мы должны иметь в виду, по меньшей мере, восемь аспектов (Reisman, 1999).

1. Отличие теоретической базы. Ведя сегодня разговор о психодраме, мы все еще говорим о Морено. Хотя его работу продолжает широкий круг последователей во всем мире, они используют, по сути, идентичные формы психодрамы, базирующиеся на пяти основных элементах: сцена, субъект (протагонист), режиссер, статисты (вспомогательные артисты) и публика. В свою очередь, драматерапия в своих теоретических посылах использует несколько моделей и отправных точек:

- паратеатральную модель, которая приравнивает терапевта к художнику;
- ролевую модель, в рамках которой отдельная личность рассматривается как носитель множества биологических, семейных, профессиональных и других социальных ролей;
- мир мифов, легенд и народных сказаний, а затем ритуал;
- воспитательную и лечебную драму (в США, сверх того, еще и экспериментальный театр, танцевально-двигательную терапию, а также терапевтический метод Карла Роджерса).

2. Отношение к катарсису. Целью психодрамы Морено является достижение индивидуального катарсиса протагониста, катарсис же терапевтического сообщества рассматривается как вторичная цель. Образцом для психодрамы является использование Брейером и Фрейдом катарсиса для терапии психических расстройств. Как известно, чтобы вызвать катар-

сис, эти исследователи применяли гипноз или метод свободных ассоциаций, в результате чего пациенты вновь переживали свои травмы. Морено же достигал катарсиса в момент полного сознания клиентов. Поскольку катарсис достижим только при высоком уровне внутреннего осмысления, психодраматическое поле недоступно для некоторых пациентов с психотическими расстройствами и умственной отсталостью. В отличие от психодрамы, драматерапия эффективна для гораздо более широкого круга людей: от высокофункциональных личностей до лиц с нарушениями развития.

3. Акцент на уровне бессознательного. Если исходить из топографической модели отдельных слоев бессознательного, принимаемой глубинно ориентированной, прежде всего аналитической, психологией, то драматерапия больше сосредоточена на содержании коллективного бессознательного (на архетипах и архетипических моделях поведения и переживания, а также на работе по осмыслению символов бессознательного), в то время как психодрама скорее прорабатывает содержание на уровне индивидуального бессознательного.

4. Форма и содержание терапевтических сеансов. *Психодрама, как правило, основана на специфическом случае, воспоминании, сне или представлении, которые демонстрируются с помощью методов Морено. Драматерапия в большей степени базируется не на воспроизведении специфических жизненных событий, а на темах, которые возникают спонтанно в процессе свободных ассоциаций во время импровизации.*

5. Групповая активность и динамика. Драматерапия значительно чаще ориентируется на групповую активность и динамику, чем психодрама, которая в основном направлена на психологическое раскрытие отдельного персонажа. Что касается организационной формы, то, хотя в драматерапии и преобладает групповая работа, она располагает и индивидуальной формой, в то время как психодрама работает лишь как групповое мероприятие.

6. Трактовка роли психотерапевта, его включенности в игру. Джонсон (Johnson, 1992) оценивает терапевта и клиента с этой точки зрения. В вербальной терапии оба выпадают из роли (в драматическом смысле этого слова), в психодраме клиент играет роль, в то время как терапевт остается без актерской роли, подобно режиссеру в традиционном театре, в драматерапии же терапевт всегда играет роль в постановке и направляет клиента с помощью импровизации.

7. Типология ролей, в которых выступает клиент. В психодраме клиент, в первую очередь, играет самого себя, в то время как в драматерапии он в основном выступает в проективных ролях.

8. Набор средств, используемых в терапии. С точки зрения средств, драматерапия выглядит несравнимо более эклектичной системой, поскольку многие драматерапевты в своей работе часто используют кукол, маски, макияж, заранее записанный текст и элементы музыкотерапии или арт-терапии, в узком смысле слова.

2.3. Различия между драматерапией и драматическим воспитанием

Как уже было сказано, среди паратеатральных терапевтических систем драматерапия наиболее близка к психодраме (если, конечно, не принимать во внимание содержание, методы и цели практически идентичной ей системы театротерапии). Из области учебно-воспитательных систем наиболее близким к драматерапии является драматическое воспитание (драмика). Ниже мы попытаемся определить различия и параллели между драматерапией и драматическим воспитанием, используя при этом аналогию отношений между арт-терапией и художественным воспитанием.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.