

Современная
психотерапия

Грете Лейтц

Психодрама: теория и практика

Классическая психодрама
Я. Л. Морено



COGITO
CENTRE
NT

Современная психотерапия (Когито-Центр)

Грете Лейтц

**Психодрама. Теория и
практика. Классическая
психодрама Я. Л. Морено**

«Когито-Центр»

2007

УДК 615.851
ББК 88

Лейтц Г.

Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я. Л. Морено / Г. Лейтц — «Когито-Центр», 2007 — (Современная психотерапия (Когито-Центр))

ISBN 978-5-89353-495-5

Книга известного немецкого психотерапевта, доктора медицины Грете Лейтц является первым фундаментальным изложением психодраматического подхода. В ней дано глубокое и целостное представление о системе взглядов основателя психодрамы Я.Л. Морено, идейных и философских корнях психодрамы, ее конкретных техниках и приемах, которые широко используются в различных направлениях психотерапии, в образовании и обучении, бизнесе и управлении, а также в научных исследованиях. Изложены теория и практика психодрамы, представлено детальное описание видов психодрамотерапии и конкретных примеров работы с различными категориями клиентов. В формате a4.pdf сохранен издательский макет.

УДК 615.851

ББК 88

ISBN 978-5-89353-495-5

© Лейтц Г., 2007

© Когито-Центр, 2007

Содержание

Предисловие автора к немецкому изданию	6
Я.Л. Морено о книге	8
I. Триади́ческая система: психодрама, социометрия, групповая психотерапия как психотерапевтический метод	9
II. Введение в групповую психотерапию Я.Л. Морено	19
III. Социометрия как эмпирически-теоретическая основа психодрамы	22
Возникновение социометрии	23
Социометрический тест	24
Социограмма	26
Социометрический перцептивный тест	29
Социальный атом	30
Способность социального атома к регенерации	32
Социальная смерть	32
Конец ознакомительного фрагмента.	33

Грете Лейтц
Психодрама: теория и практика.
Классическая психодрама Я.Л. Морено

Я.Л. Морено

в знак дружбы и благодарности

Предисловие автора к немецкому изданию

В этой книге о классической психодраме Я.Л. Морено воплотилось мое стремление, опираясь на собственный многолетний опыт практической работы с психодрамой, попытаться доступно изложить особенности этого вида терапии. Прежде всего, мне хотелось дать целостное представление о труде Морено. Осуществлению этого замысла способствовали многочисленные беседы с Морено, которые мне посчастливилось с ним провести и которые позволили мне осмыслить его жизненный труд как исполненную жизнью целостность.

Труд Морено можно уподобить дереву. Его оригинальное творение питается тремя огромными корнями – религией, искусством и наукой, – образующими его ствол – триадическую систему групповой психотерапии, социометрии и психодрамы, над которым возвышается густая крона из многочисленных техник, областей применения и школ.

Данная книга, помимо социометрического обоснования психодрамы и изложения ее основных элементов в теории и практике, включает в себя также и собственную философскую антропологию Морено. Она ориентирована на реалии космоса и, поскольку Морено усматривает в человеке осознанно развивающуюся часть космоса, является также и космогонией. Морено исходит из того факта, что мир все в большей степени создается самим человеком и что из-за возникающего таким образом отчуждения между человеком и космосом и миру, и человеку грозит уничтожение. Уже в начале 1930-х годов в заглавии своего классического труда по социометрии он поднимает вопрос: «Who Shall Survive?»¹ – и отвечает, что выживет лишь спонтанный и созидательный человек. Этой цели – пробуждению и раскрытию спонтанности и креативности – должна служить психодрама. Тем самым помимо обычных терапевтических целей она ставит себе целью терапию человечества. Классическую психодраму Морено можно понять только в этом широком контексте. Именно поэтому Морено и предоставлено так много места в этой книге.

Чтобы связать мореновскую антропологию с практикой, я, основываясь на его теории ролей и теории креативности, дополнительно разработала изложенные в главах XI и XVI теорию интеракционного круга взаимодействия человека с миром и модель психопатологических феноменов.

Эта книга обязана своим возникновением ряду встреч: прежде всего я благодарна состоявшейся в мои студенческие годы встрече с Я.Л. Морено и его женой Зеркой Т. Морено, его самой близкой и самой неутомимой сотрудницей, с которыми вот уже более двух десятилетий меня связывает дружеская совместная работа. Большое значение для появления этой книги имела и моя встреча с д-ром мед. Эрихом Францке. Благодаря его приглашению мне удалось прочитать в рамках 6-й конференции по психиатрии в городе Вёкшё вводный курс лекций по работам Морено, в которых принимал также участие и замещал меня в качестве ведущего психодрамы во время моей непродолжительной болезни проф. Гиларион Петцольд из Парижского института Сен-Дени. Под влиянием его встречи с молодыми шведскими коллегами в сентябре 1970 г. в Вёкшё у нас появился конкретный план учебника под названием «Психодрама: теория и практика» и примерное его содержание. Намереваясь совместно написать небольшую книжку, мы поделили между собой соответствующие главы и общими усилиями набросали их содержание. Задержка с появлением книги была вызвана различного рода помехами, возникшими в период с 1971 по 1972 г., а также необозримым множеством работ Морено, которые, как уже стало ясно в сентябре 1972 г., невозможно было изложить и оценить по достоинству в одной книге. Таким образом, сохранив первоначальное деление глав, я самостоятельно напи-

¹ Кто выживет? (англ.). – Прим. перев.

сала книгу о классической психодраме Я.Л. Морено, тогда как Г. Петцольд предполагал написать книгу, где были бы представлены техники, школы и области применения психодрамы.

В первую очередь я хочу выразить свою благодарность всем тем людям, чье участие в психодраме позволило мне понять особенности и значение психодрамотерапии, а среди друзей и коллег, своим интересом к содержанию книги, поддержкой и критическими замечаниями способствовавших ее появлению, прежде всего проф. Г.К. Бинсвангеру, д-ру мед. и фил. господину проф. К.П. Кискеру, д-ру мед. господину К. Кенигу, д-ру мед. господину Р. Крюгеру, д-ру мед. господину проф. Г. Лейнеру, а также господину Фридриху Шнакку, одному из авторов изданного в 1919 г. Морено ежегодника «Новая совесть». Я благодарю д-ра фил. господина Г. Эллфельдта за его помощь при составлении предметного указателя. И наконец, но не в последнюю очередь, я благодарю госпожу Х. Штрауб, вместе с которой я возглавляю Институт Морено в Германии, за то, что в истекающем сегодня году во время моего затворничества, связанного с написанием книги, она взяла на себя основную работу по обучению психодраме.

*Г.А. Лейтц
Уберлинген/Бодензее,
канун Нового, 1973 года*

Я.Л. Морено о книге

Подобно отцу семейства, основатель научного направления, прожив долгую жизнь, в течение которой он передавал ученикам свое видение мира, вдруг непосредственно сталкивается с ними. Теперь он должен принять их видение мира. Причинит ли эта встреча ему боль или будет приятной, зависит от того, в какой степени ему удалось передать молодому поколению свое мировоззрение и насколько оно релевантно для него. Книга Грете Лейтц как раз и представляет собой подобный опыт – к счастью, приятный. Она разделена на главы, в которых автор излагает технические аспекты моей теории, дает объяснение ее антропологических корней, рассматривает три ветви социометрической системы, известные как групповая психотерапия, социометрия и психодрама, и также говорит о значении этих трех направлений для будущего человечества.

Замысел такой книги и его осуществление – задача непростая, и д-р Лейтц подходит к ней, имея хорошую практическую подготовку. Она работала вместе со мной над переводом моей книги «Who Shall Survive?», которая в 1954 г. появилась на немецком языке под названием «Основы социометрии, пути к переустройству общества». Кроме того, д-р Лейтц в течение многих лет теоретически и практически применяла социометрические и психодраматические методы в различных областях, и сейчас она внесла существенный вклад в литературу по этой теме, написав данный учебник по психодраме, озаглавленный «Психодрама: теория и практика», который является наиболее ясным и доступным изложением моей работы в классическом ее понимании.

В своей книге д-р Лейтц демонстрирует фундаментальное знание моего метода как в философском, так и в практическом отношении, а ее манера изложения является тем, что приносит наибольшее удовольствие.

Бикон

Нью-Йорк, август 1973

I. Триади́ческая система: психодрама, социометрия, групповая психотерапия как психотерапевтический метод

Труд жизни Я.Л. Морено под названием «триади́ческая система», для которого в качестве сокращения стало привычным использовать термин «психодрама», занял свое прочное место в психо- и социотерапии.

Психодрама, социометрия и групповая психотерапия – это взаимосвязанные субметоды триади́ческой системы, которая в качестве общего метода, иногда называемого также триади́ческим, представляет собой самостоятельный подход в теории и практике. Этот метод рассматривает человека как действующего субъекта в межличностных отношениях и в конкретных условиях его жизни, как *homo interagens* в им создаваемой и в свою очередь на него воздействующей ситуации.

Триади́ческую систему можно изобразить в виде треугольника, углы которого символизируют три субметода (рисунок 1).

В ходе сценического воспроизведения жизненных ситуаций, фантазий и сновидений в воображаемой реальности спонтанной игры благодаря особым формам организации *психодрамы* и многочисленным техникам этих субметодов человек в буквальном смысле рассматривается «*in actu*». В этой метареальности в форме действия осуществляется психодрамотерапия.



Рис. 1. Триади́ческая система

Социометрия занимается человеком «*in situ*», т. е. в сети его межличностных отношений. Социометрическое исследование и социометрическая терапия осуществляются с помощью таких техник, как социометрический тест, – метод, основанный на выборе, который предназначен для прояснения неформальных социоэмоциональных отношений между представителями определенной группы – или изображение социального атома. Под социальным атомом понимается наименьшая единица совокупности всех возможных межличностных отношений, так называемой «социальной вселенной», а не, скажем, индивид, рассматриваемый отдельно от его отношений. Социальный атом делает наглядной констелляцию отношений определенного человека, в рамках которой осуществляются релевантные для него ситуации взаимодей-

ствия. При использовании «Теста социального атома», SAT – который также называют «Social Network Inventory», SNI (61a) – эту наименьшую сеть отношений данного человека рисуют или изображают с помощью символов, а полученные результаты включают в процесс терапии.

Групповая психотерапия предоставляет клиенту или пациенту возможность разобраться в своих проблемах во взаимодействии с другими членами группы. Так, например, группа позволяет пациенту, ситуация которого должна быть исследована и прояснена психодраматически, для изображения в этой ситуации конкретных, не присутствующих здесь людей выбрать членов группы, которые будут играть их роли. После игры исполнители дают обратную связь о том, что они переживали в данной роли. Кроме того, они связывают это переживание со своим собственным опытом и проблемами, что мотивирует их с течением времени эти проблемы также психодраматически проработать самим.

Чтобы ясно осмысливать динамику группы и терапевтически использовать ее позитивный потенциал для группы в целом, а также для ее отдельных членов, – т. е. конструктивно обходиться с деструктивным напряжением, – в ходе группового процесса время от времени в групповых играх, а также социометрически исследуются отношения, сложившиеся между членами группы. При этом также и здесь отдельные члены группы нередко снова оказываются в таких же конstellляциях отношений, как в своих родных семьях, и играют соответствующие роли, например, лидера группы, отверженного, изолированного и т. д. Осознание социометрической позиции зачастую побуждает к исследованию ее причин. В свою очередь психодраматическое исследование происходит нагляднее и быстрее всего, ибо воспроизведение взаимодействия с изображаемыми людьми, например, с родной семьей, отчетливо показывает, как это взаимодействие повлияло на возникновение данных конstellляций отношений. Следовательно, субметоды триадической системы, «которые столь близки друг другу и друг другу необходимы» (93), должны рассматриваться во взаимосвязи.

В том случае, когда эту взаимосвязь – как это часто бывает – разрывают, не только теряется их системная взаимозависимость, но и невозможно полностью понять их сущность. Это иллюстрирует рисунок 2.

Только в последнее время три субметода стали все больше восприниматься и использоваться в их взаимосвязи. Насколько это важно, нам станет понятно, если мы обратимся к подходу Морено, ориентированному на встречу и ситуацию.

Смелый шаг Морено состоял в том, что, сознавая всю сложность положения вещей, он обратился к возможностям театра для изображения жизненных ситуаций и использовал их в психодраме для терапии. Чтобы действительно «составить себе представление», он хотел видеть пациентов *«in actu et in situ»*, изучать их как действующих субъектов в их жизненной ситуации и им помогать. Это намерение, при данных терапевтических условиях казавшееся нереалистичным, Морено осуществил благодаря разработке собственного совершенно нового средства: субметодов триадической системы.



Рис. 2. Два подхода к восприятию психодрамы:

А. Триади́ческая система

Б. Раздельное восприятие субметодов триади́ческой системы

Значительное до того времени пренебрежение реальной жизненной ситуацией пациента со стороны медиков и психотерапевтов тем более удивительно, что все мы из личного опыта знаем, что неблагоприятные ситуации ухудшают наше психическое и физическое самочувствие, а их изменение к лучшему позволяет нам снова воспрянуть духом. Это богатство человеческого опыта народная мудрость метко выражает в нашем языке, когда в определенных ситуациях мы говорим: «Это [оно] разрывает мне сердце, это [оно] у меня в печёнках сидит, от этого меня тошнит и т. д.» Это «оно» в словоупотреблении относится к соответствующей ситуации. В отличие от «Оно» в психоанализе его можно назвать «ситуативным Оно».

Если мы представим себе, как с изменением ситуации меняется не только наше психическое, но и физическое самочувствие, когда, например, «ситуативное Оно», от которого у нас только что «дух захватило» или которое даже «парализовало» нас, превращается в другое «Оно», «которое заставляет наше сердце биться сильнее», то мы можем понять, почему в случае разнообразных нарушений здоровья Морено в своем диагностическом и терапевтическом подходе останавливался на положении, данной ситуации пациента и в своей триади́ческой системе считался с тем фактом, что на психическое и соматическое здоровье человека наряду с генетической программой особенно сильное влияние оказывает его ситуация.

Значение ситуативного подхода Морено становится еще более ясным благодаря высказыванию ведущих специалистов в области психосоматической медицины фон Уэксюля и Веси-ака:

«Мы не понимаем заболевания нашего пациента, пока отделяем реакции его организма <...> от ситуации, в которой он находится в данное время... До сих пор мы можем лишь по отдельности сопоставлять результаты физиологических, психологических, социологических методов. Для понимания человека как сомато-психо-социального феномена нам требуется... модель, с помощью которой можно интерпретировать взаимосвязи между этими тремя категориями» (132а).

Эти взаимосвязи охватывает триади́ческая система Морено. Его ситуативному подходу предшествовали размышления о встрече.

Встреча – это самый ранний опыт межличностных отношений. Она сопровождает нас, принимая все новые формы, от рождения до конца жизни. Принимая во внимание это положение вещей, Морено в своей первой публикации «Приглашение к встрече» (78) представил развитие человека как осуществляющийся во встрече процесс индивидуации. В этом тексте

подчеркивается, что всякий раз при нарушении встречи необходимо задать три простых, но принципиальных вопроса:

- «Что это за положение?»
- «Как мы оказались в этом положении?»
- «Как нам выйти из этого положения?»

Если мы теперь обратимся к взаимосвязи между встречами и ситуаций, то установим:



Рис. 3. Взаимосвязь между встречами и ситуаций

Встреча проявляется в двух взаимосвязанных феноменах *интеракции* и *отношения*. Они являются составляющими любой *ситуации* (рисунок 3).

То, что отличает одну ситуацию от другой, и то, что их объединяет, можно сравнить с двумя формами энергии маятника. В фазе качания энергия маятника – это кинетическая энергия, в момент неподвижности маятника, в поворотном пункте – потенциальная энергия. Соответственно, встреча выражается в феноменах взаимодействия и отношения, способных переходить друг в друга. Вместе они определяют соответствующую специфическую ситуацию.

Радикальное изменение ситуации происходит либо благодаря новому взаимодействию, т. е. кинетически, либо благодаря изменению энергетического потенциала конstellляции отношений.

Так, например, напряженная ситуация между рассерженной матерью и ее испуганным ребенком может измениться в результате того, что ребенок начинает горько плакать, и разжалобленная мать после этого берет его на руки. Это изменение ситуации происходит благодаря изменению взаимодействия. Однако изменение той же самой ситуации может также произойти благодаря тому, что неожиданно для ребенка появляется любимая бабушка, и доверие к ней уменьшает его страх перед матерью, т. е. изменение ситуации осуществляется через изменение конstellляции отношений. Таким образом, наша повседневная жизнь разворачивается в постоянном потоке сменяющих друг друга ситуаций. Патогенными, или патологическими, условия становятся тогда, когда в сложной ситуации взаимодействие различных общающихся между собой партнеров оказывается зафиксированным на определенной неблагоприятной схеме развития событий и уже не допускает изменения ситуации. Партнер по взаимодействию, которому

нанесен наибольший вред закрепившейся ситуацией, в общем и целом становится декларированным пациентом.

Подход, процедуру и целевую установку триадической системы – помочь клиенту или пациенту креативно изменить свою ситуацию (через изменение ролей и/или отношений) – можно проиллюстрировать с помощью эллипса, форма которого определяется двумя его центральными точками.

На рисунке 4 форма эллипса символизирует ситуацию; две его центральные точки отображают данное взаимодействие и конstellляцию отношений.

Подобно тому, как форма геометрического эллипса изменяется с изменением одной или обеих центральных точек, точно так же в рамках социометрически-психодраматической групповой психотерапии изменяется ситуация клиента или пациента, а вместе с ней – его самочувствие вследствие изменения взаимодействия (в результате психодраматического вмешательства) и/или конstellляции отношений (в результате социометрического вмешательства). Вместе с тем, косвенно меняется также и самочувствие группы людей, включенных в данную ситуацию.

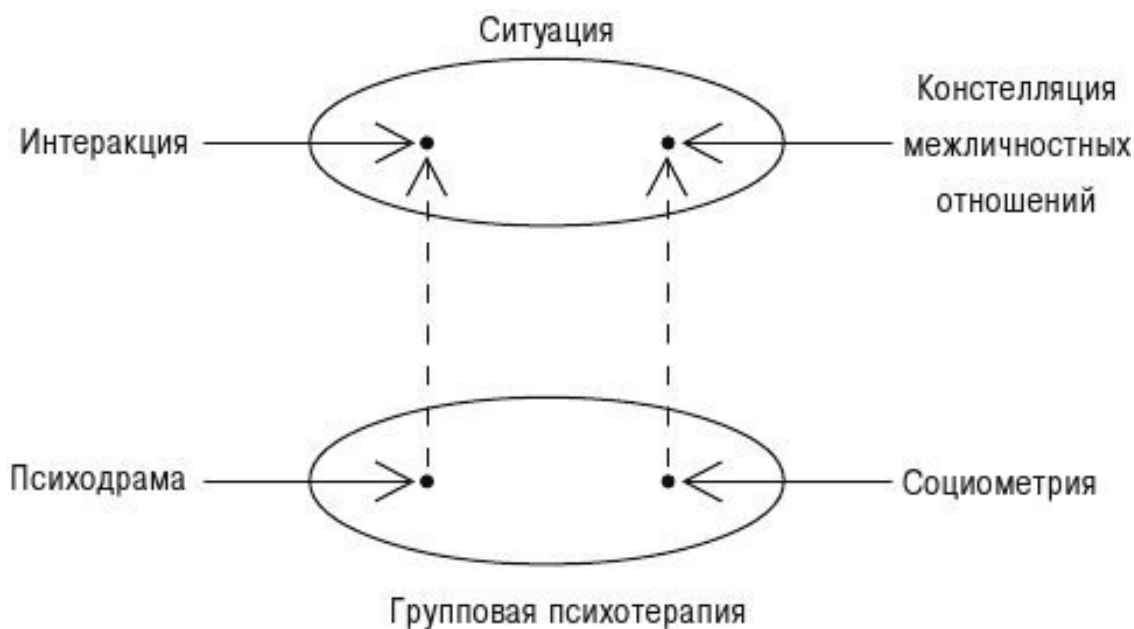


Рис. 4. Соотношение компонентов жизненной ситуации и субметодов психодрамы

Проиллюстрируем взаимопроникновение психодрамы, социометрии и групповой психотерапии в рамках триадической системы Морено на примере психодраматического сеанса терапии одного депрессивного пациента.

ПРИМЕР: 22-летний студент еще за полгода до начала группы начал получать – без существенного успеха – медикаментозное лечение в связи с возрастающей подавленностью и снижением работоспособности. В группе он вял и безучастен. В ответ на вопросы других членов группы по поводу его подавленности он немногословно выражает свое чувство безнадежности. Она столь велика потому, что болезнь подкралась незаметно и становится все тяжелее. Если бы психодрама смогла помочь, он тоже хотел бы стать протагонистом; но ему не приходит на ум ни одна стоящая ситуация. Его жизнь проходит между студенческой комнатой и лекционным залом. Он все больше и больше отдаляется от своих коллег. Они надоели ему или – пожалуй, еще

больше – он надоедает им. В семье, которую он изредка навещает, дела обстоят точно так же.

Поскольку пациент выразил свое принципиальное согласие принять участие в психодраме, а члены группы проявили к этому интерес, я в качестве терапевта приглашаю его на «сцену». Приняв к сведению мое объяснение, что психодраму можно начать также и без темы, главное – желание, пациент в качестве протагониста решился на следующую игру. Однако он вновь подчеркнул, что не может себе представить, как это с ним должно происходить.

Когда и на сцене ему не приходит в голову ни одна ситуация, которую можно было бы изобразить, я прошу его закрыть глаза и, отрешившись от ситуации в данный момент, дожидаться, когда перед его внутренним взором предстанет какая-либо картина. Затем он может изобразить, как она выглядит и каким он себя в ней видит.

После некоторого периода молчания пациент описывает то, как он бесцельно едет на своей машине по пустынной улице. Он просто уезжает. Когда мы начинаем инсценировать его образ, ландшафт становится каменистым. Каменные глыбы преграждают путь, и он может идти дальше только пешком. Следуя за протагонистом, я применяю технику дублирования и с помощью таких высказываний, как «Когда я смотрю направо, я вижу... а когда я гляжу налево...», пытаюсь направить его внимание в обе стороны, а также вперед и назад. Но куда бы он ни взглянул под свинцовым небом, повсюду лежат серые в трещинах каменистые глыбы. Машины уже не видно; он потерял всякое направление. Мы со всех сторон исследуем глыбы, сверху и снизу, но не находим никаких намеков на выход из положения.

Мой выход из этой неприятной для ведущего психодрамы ситуации заключается в том, чтобы спросить протагониста: «Эта пустынная местность, в которой мы заблудились, – это то, как вы себя ощущаете в настоящее время и воспринимаете мир?» Пациент соглашается, и я подтверждаю, что благодаря этому сценическому переживанию его чувств «вошла в образ». Мое высказывание, похоже, он принимает с удовлетворением.

Вернувшись вместе с протагонистом из сцены в группу, я прошу тех членов группы, которые из собственного опыта знакомы с чувством безысходности, об этом ему рассказать.

В оставшееся после этого шеринга время я предлагаю пациенту социометрически проработать свою ситуацию, дополнив ее и, возможно, конкретизировав. Он проявляет готовность к этому. После объяснения понятия «социальный атом» я протягиваю ему горсть монет и прошу использовать их в качестве символов для обозначения наиболее значимых для него людей таким образом, чтобы самая большая монета, символизирующая его самого, находилась на определенном расстоянии от других монет, символизирующих людей, которые его окружают, в соответствии с его чувством близости или отдаленности. Называя своих родственников, пациент с помощью монет начинает изображать отношения с ними. К моему удивлению, он вскоре кладет медную монету на серебряную, которая символизирует его самого. На мой вопрос, кого обозначает эта монета, я получаю ответ: «Моего младшего брата». И когда я спрашиваю, не хочет ли он немного о нем рассказать, протагонист, становясь все более неразговорчивым, говорит: «Он умер: самоубийство». Замкнувшись в себе и устремив неподвижный пустой взгляд на покрывающую «его» медную монету,

он замолкает. На некоторое время в группе наступает тягостное молчание, после чего я спрашиваю, не лежит ли его брат точно так же на его душе, как монета, означающая брата, на его собственной монете, и замечаю, что глаза пациента становятся влажными. Поэтому я прошу его закрыть глаза и, как только он увидит себя в ситуации с умершим братом, изобразить ее.

Увиденная protagonистом картина еще во время ее изображения инсценируется психодраматически. Протагонист, расслабившись, сидит между своим младшим и старшим братьями на берегу реки. В то время как вначале обмен ролями с младшим братом незаметен, протагонист в роли старшего брата, не возвращаясь в собственную роль, чтобы его сдержать, все больше насаждает на младшего. При применении техники «мыслей вслух» протагонист в своей собственной роли, явно возбужденный, говорит: «Прочь, как можно быстрее прочь от обоих!» – и при этом разражается катартическим плачем. Как только он вновь успокаивается, я спрашиваю, не хочет ли он в психодраме встретиться с умершим братом. Он соглашается. Затем, когда пациент стоит напротив покончившего с собой брата, у него вырывается крик: «В твоей смерти виноват только я. Если бы тогда у реки я столкнул этого умника в воду!» В ходе последующего обмена ролями с умершим протагонист, теперь в роли мертвого, никак не реагирует на эту вспышку. Он также не извиняет его, но вдруг говорит совсем другим голосом: «Ах, ты ведь знаешь, что спор на реке не был чем-то особенным, даже тогда, когда он относился к тогдашней финансовой проблеме, в которой я, должно быть, был повинен. Я покончил с собой, потому что наряду с этим давлением я не мог больше переносить старого чувства, что к вам не принадлежу. Что бы я ни делал или ни говорил, все было неправильным, особенно в глазах отца; а наш “младший босс” (то есть старший из трех братьев) умел разве что вторить ему, чтобы стать любимчиком».

Когда при возвращении в собственную роль протагонист слышит эти слова, повторенные исполнителем роли младшего брата в точности так, как он сам их до этого произнес в роли брата, он, расхаживая по сцене, размышляет вслух: «Да, “младший босс” всегда был любимцем! Я также усвоил, что только малыш никогда не бывает прав».

При этих словах протагонисту вспомнилась одна забытая сцена из дошкольного времени. Он думает, что она имеет какое-то отношение к брату. Поэтому ему хотелось бы ее разыграть. В сценическом действии, во время ее краткого изображения, он произносит в роли отца то, что в пятилетнем возрасте случайно услышал, проходя мимо бурно ссорящихся родителей, а именно: «...И вообще откуда я знаю, что малыш – мой ребенок?» В ходе ролевой обратной связи после игры протагонист явно находится под впечатлением от этих слов, произнесенных в роли отца, и говорит: «Тогда я не понял всего значения замечания, а только с гордостью ощутил, что отец любил нас, старших сыновей, больше, чем младшего, хотя он в семье был для меня самым любимым. До сих пор я никогда не вспоминал слов отца, но теперь мне ясно, что с тех пор, наверное, я постоянно жил в этом конфликте. Непостижимо, что только в связи с психодраматической сценой на берегу реки мне стало ясно, что, когда старший брат вел себя подло, я не защищал младшего, более мною любимого, а вместо этого внутренне “отключался”. В подобных ситуациях, которые я всегда переживал как тягостные, мне обычно хотелось бежать, не важно куда. Только теперь я замечаю, что при

психодраматическом изображении поездки на машине во время первой сцены я испытывал то же чувство, как в подобных ситуациях дома, только еще сильнее. Не защищать “маленького” брата – непростительно.

Но, возможно, отец и “младший босс” виновны еще больше? Во всяком случае я уже не чувствую, что один ответственен за это самоубийство».

В последовавшей затем последней – вымышленной – сцене его психодрамы протагонист говорит отцу и старшему брату то, чего он никогда не сказал бы в реальности: «Мы никогда не говорили о самоубийстве. Вы вели себя так, словно столь же мало ответственны за случившееся, как если бы упавшая башенка на коньке крыши убила малыша! – и при этом мы все виновны в его смерти, мы все, слышите, вы? Наверное, вы больше всех!» Его глаза сверкают, его дотоле тихий голос становится громким и твердым, его тело напряжено. С этой вспышкой чувств игра заканчивается.

Прежде чем снова вернуться в группу, протагонист бросает взгляд на изображение его социального атома, которое по-прежнему лежит на столе. Он убирает со своей серебряной монеты медную монету, символизирующую брата, и кладет ее рядом со словами: «Мы всегда были в семье самыми близкими. Для меня это так и останется, останется и печаль. Но тяжесть, ужасная тяжесть, уже не так велика».

Отвечая на вопрос, какой внутренний образ имеется у него в данный момент, протагонист с закрытыми глазами произносит монолог: «Теперь небо ясное. Я уже не еду куда-то прочь на машине. Я еду к тебе на могилу. Я буду еще не раз приезжать к тебе со всей моей виной. Но при этом я могу дышать, снова свободно дышать и думать...»

Этот пример показывает, как на практике психодрама и социометрия проникают друг в друга, содействуя терапевтическому процессу. Но он также иллюстрирует то, насколько важно даже при случающемся иногда одностороннем использовании того или иного субметода триади системы осознавать антропологическую взаимосвязь психодрамы, социометрии и групповой психотерапии. Ибо именно ее операционализированная взаимосвязь и является тем, – если еще раз вернуться к уже упоминавшемуся суждению фон Уэкскюля и Весиака, – что позволяет целостно рассматривать человека как «сомато-психо-социальный феномен», делает его постижимым и вместе с тем предоставляет соответствующей терапии.

В первой сцене психическое состояние пациента стало наглядным и осязаемым благодаря психодраматически изображенному представлению, но его зависимость от социальной сферы жизни пока еще не понятна. Вербально такую связь пациент пока еще не мог создать. Всякая мысль, по всей видимости, вытеснена. Отсутствие у него каких-либо идей можно было бы истолковать как сопротивление. Но поскольку психодрамотерапия обычно исследует состояние пациента в переплетении его психических и социальных аспектов, в представленном примере было совершенно естественным после изображения психического состояния протагониста во время первой сцены социометрическими средствами, в нашем случае с помощью «теста социального атома», прояснить также и его социальную ситуацию.

Как правило, выполнение этого теста не составляет труда, как в данном примере, так что сопротивление едва ли когда-либо проявляется. Напротив, наглядное изображение клиентом или пациентом собственной сети отношений как бы само собой мотивирует его к психодраматической конфронтации с окружающими его людьми.

В случае нашего пациента его отношение к своему младшему брату, которое в тесте социального атома обратило на себя внимание необычным расположением символа брата, удалось сравнительно легко перевести психодраматическую сцену с тремя братьями на берегу реки.

В свою очередь, она помогла пациенту осознать ситуацию, релевантную первому основному психодраматическому вопросу: «*Что это за положение?*»

Далее, сцена на берегу реки большей частью уже ответила и на второй основной психодраматический вопрос: «*Как мы оказались в этом положении?*» «*Status nascendi*» ситуации, характеризующейся констелляцией отношений и взаимодействием трех братьев, затем могла быть показана психогенетически через изображение забытой ключевой сцены из детства. Данная сцена пришла на ум протагонисту благодаря спонтанности психодраматического действия.

Значение спонтанности для раскрывающей психодрамотерапии Морено выражает словами: «Импровизация позволяет бессознательному (не поврежденному сознанием) свободно расширяться» (83).

В нашем примере спонтанность психодраматического изображения оказалась также ключом к познанию и пониманию детского конфликта пациента и его психодинамики: «Психодраму можно охарактеризовать как тот метод, который доискивается до истины души с помощью действия» (93).

Пример показывает, как психодрама, «играючи», ведет от спонтанного сценического действия к «сценическому пониманию», сегодня много обсуждаемому также и в психоанализе (4а, 70а), и благодаря приобретенной в действии мотивации еще на психодраматической сцене позволяет протагонисту проверить конкретные выводы в вымышленном пробном действии.

Психодраматически достигнутое нашим протагонистом понимание связи между его депрессивным психическим состоянием и его жизненной ситуацией (стереотипными отношениями и взаимодействием трех братьев, так сказать, в поперечном и продольном разрезе истории жизни, т. е. в нынешнем положении, а также в прошлом) привело к изменению его отношения к смерти младшего брата. Это побудило пациента через новое поведение в последующей вымышленной конфронтации со своим отцом и старшим братом дать конкретный ответ на третий основной психодраматический вопрос: «*Как нам выйти из этого положения?*» Психодрама позволила протагонисту осознать у себя так много вытесненной ярости, что благодаря этому новому эмоциональному опыту и – как следствие этого – происшедшему изменению установки он сумел изменить свое прежнее поведение и, выйдя в игре из апатического состояния, которое дотоле основывалось на предсознательно воспринимаемой, взятой исключительно на себя вине за самоубийство младшего брата, разделить ее также с отцом и старшим братом. С изменением аффективного состояния от неопределенной подавленности к направленному гневу изменилось также соматическое самочувствие пациента. Его прежде застывший пустой взгляд, его тихая, дрожащая речь и вялые мышцы в ходе психодраматического действия сменились сверкающими, с вызовом глядящими глазами, сильным голосом, повышенным мышечным тонусом, что обозначило важный шаг по выходу из депрессии.

Как показывает данный пример, триадическая система психодрамы, социометрии и групповой психотерапии понимает человека целостно в его социо- и психогенетических взаимосвязях, в его телесности и аффективности и открывает ему возможности для того, чтобы по-новому строить свою жизнь, а также для самораскрытия. Она дает ему понимание и открывает перспективы.

Хотя в центре внимания в данной книге находится психодрама с ее важнейшими техниками, вариантами и многочисленными возможностями, все же нельзя забывать, что социометрическое мышление всегда должно быть основой *lege artis* интервенций психодрамотерапевта.

И чтобы это, наконец, высказать раз навсегда: – человек играет только тогда, когда он в полном значении слова человек, и он бывает вполне человеком лишь тогда, когда играет (115).
Фридрих Шиллер²

² Ф. Шиллер. Письма об эстетическом воспитании человека (перевод Э. Радлова). – Собр. соч. в семи томах, т. 6. М., «Художественная литература», 1957, с. 302. – *Прим. ред.*

II. Введение в групповую психотерапию Я.Л. Морено

Подлинно терапевтические мероприятия должны быть направлены на человечество в целом (91).

Я.Л. Морено

Терапевтические устремления Я.Л. Морено со времен Первой мировой войны относятся к человечеству в целом. Уже в своих ранних трудах он отстаивает мнение, что самочувствие индивида, равно как и здоровье всех людей, все больше будет определяться в будущем судьбой человечества, а судьба человечества все больше будет зависеть от креативных и деструктивных интеракций отдельных людей в группах и различных групп между собой. Учитывая посредническую роль групп, занимающих промежуточное положение между индивидом и человечеством, в начале 1930-х годов Морено выдвинул требование о необходимости развития групповой терапии. При этом он понимает под группой конкретную, *реальную* часть человечества. Морено констатирует:

1. Человечество – это социальное и органическое единство. Наука о человечестве должна начинаться с различения человечества и человеческих сообществ. Человечество включает в себя все когда-либо существовавшие человеческие сообщества; но только в последнее время оно стало осознаваться нами как самостоятельная система, как исторически сложившийся и доступный для понимания факт (91).

2. Человечество в целом развивается по определенным законам (91).

Истинная групповая терапия предполагает поэтому познание этих законов путем социометрического исследования глубинных социоэмоциональных структур групп. Она вскрывает не зависящие от формальных поверхностных структур социального агрегата – например, группы работников предприятия – эмоциональные связи индивидов и отчетливо показывает, что отдельные члены социального агрегата как в своем индивидуальном развитии, так и в актуальном психическом состоянии испытывают на себе влияние этих эмоциональных структур. С другой стороны, социометрические исследования многочисленных групп выявили зависимость сплоченности, креативности и самого существования социального агрегата от входящих в него индивидов, их межчеловеческих отношений и интеракций, которые в свою очередь раскрываются в психодраме. Поэтому терапевтический метод Морено замышлен в виде *триадической системы*, включающей в себя *групповую психотерапию, социометрию и психодраму*. Индивид и общество исследуются, рассматриваются и подвергаются терапии под углом зрения этой триадической системы в их двустороннем взаимодействии, причем не только терапевтом, но и сами по себе.

Групповая психотерапия Морено представляет собой метод, основанный на действии, цель которого состоит в активизации и самоактивизации у отдельного члена группы чувства ответственности за себя как индивида и за группу как целое. В рамках этого метода ответственность рассматривается не просто как вопрос знания, а как призыв к действию. По этой причине групповая психотерапия активно вмешивается в застывшие структуры и пытается пробудить у оказавшихся в их плену людей стремление к спонтанности и новой креативности. Таким образом, целью групповой терапии Морено является креативная революция. Морено пишет:

Завоевания XIX и XX веков должны быть дополнены: если занятие бессознательным в XIX веке привело к появлению психоанализа и глубинной психологии, то задача подходящего к концу XX века состоит в том, чтобы

привлечь внимание к вершинам креативных возможностей человека, без развития которых дальнейшее существование человека оказывается под вопросом (91).

Это было сказано в то время, когда из-за распространения психоанализа в его первоначальной форме, с одной стороны, и марксизма, с другой, между индивидом и массами образовалась казавшаяся едва ли преодолимой пропасть. Первым представив на суд общественности предложение о развитии групповой психотерапии – в то время для находящихся в лагере беженцев – и начав с 1932 года целенаправленно заниматься групповой психотерапией с психическими больными, Морено стал таким образом пионером в этой области. По поводу мореновской социометрии французский социолог Ж. Лапассад пишет следующее: «Социометрическая революция – это не просто революция в малых группах и посредством малых групп, это прежде всего социальное преобразование. Это постоянная революция внутри революции социальной. Она выражает стремление людей избавиться от бюрократических обществ. А это значит, что ей присущ социальный размах, приводящий к кардинальным преобразованиям, ниспровергающий старые структуры и способствующий обретению вновь социальными группами своей творческой сущности. Именно поэтому социометрия является техникой социального преобразования» (63).

Любой поступок (действие) является выражением индивида, исполняющего ту или иную роль. Этот факт побудил реалиста Морено к разработке теории ролей и к следующему высказыванию относительно «Я»:

Непосредственно осязаемыми аспектами того, что называется «Я», являются роли, в которых оно действует (96).

В своих ролях человек вступает в отношения с другими людьми и миром, самоактуализируется и меняет мир. Действуя в ролях, он формирует и изменяет условия, отчасти определяющие и оказывающие влияние на его сущность и поступки. Заслуга Морено состоит в том, что уже в начале нашего столетия он сумел понять огромное значение жизненной взаимосвязи между индивидом и группой как для индивидуального развития человека, так и для развития социального агрегата. В том же году на общем годовом собрании Американской психиатрической ассоциации он обнародовал принципы групповой психотерапии, дополненные затем новыми научными фактами, которые были им установлены:

1. Фундаментальный принцип групповой психотерапии состоит в том, что каждый индивид – а не только терапевт – может воздействовать на другого индивида в качестве терапевтического агента, любая группа – в качестве терапевтического агента на другую группу (85).

2. Групповая психотерапия является психотерапевтическим методом, стремящимся к наиболее оптимальной группировке членов. Этот метод содействует, если это необходимо, перегруппировке членов, приводя в соответствие констелляцию группы со спонтанными мотивами и симпатиями ее членов (85).

3. Групповая психотерапия – это терапия не только отдельного индивида, оказавшегося из-за трудностей адаптации и интеграции в центре внимания, но и всей группы и всех индивидов, которые с ним связаны (86).

4. Целью групповой психотерапии является: а) содействие интеграции индивида в противовес неконтролируемым силам, которые его окружают: это достигается благодаря изучению индивидом – например, с помощью социометрического анализа – этого непосредственного окружения; б) содействие интеграции группы. Такое сближение сторон – индивида и группы – способствует их взаимной интеграции, Основопологающим правилом

является «спонтанная и свободная интеракция» между пациентами, а также между пациентами и терапевтами (86).

Однако терапевтические представления Морено отнюдь не ограничиваются лишь видами малых групп. С момента появления в 1933 году его классического труда по социометрии «Who Shall Survive?» (немецкое издание: «Основы социометрии», 1954 и 1967, Запад-ногерманское издательство Кёльн/Опладен) они относились уже «ко всему человечеству и к путям переустройства общества». Таким образом, его устремления всегда носили общественный характер, что в первой половине и еще в середине нашего века давало повод иным критикам снисходительно посмеиваться над Морено как над запоздалым или плохо интегрированным в современность пророком. Однако насколько точно уже тогда Морено предвосхитил потребности нашего времени, доказывает помимо прочего так называемое «новое самопонимание» клиентов психотерапии, о котором психоаналитик Х.Э. Рихтер (114) в своей книге «Группа» пишет: «Они (пациенты) осознают себя прежде всего членами социальной общности, а потому связывают свой психический недуг непосредственно со структурой и динамикой этой социальной общности. ...Естественно, это новое самопонимание существенно меняет и представления о лечебных возможностях». Примечательно то, что упомянутое новое самопонимание и новые ожидания от лечения выражаются молодыми людьми – как правило, не знакомыми со сформулированными Морено принципами социометрически обоснованной групповой психотерапии – спонтанно. Изменившиеся представления о лечебных возможностях характеризуют мореновское мышление и творчество второго десятилетия XX в. Впервые они обнаружились в его рассуждениях о «встрече»³, спонтанности и роли человека в созидательном процессе развития космоса. В дальнейшем эти представления стали причиной начавшейся уже тогда полемики Морено с представлениями о терапии, присущими психоанализу. Основная критика Морено касалась «психоаналитической ситуации», которая, по его словам, «такова, что допускает анализ, но исключает действие... Пациент пассивно располагался на кушетке, аналитик садился позади него, чтобы его не видеть и избежать интеракции... Ситуация была герметически закрытой... Вполне логично, что вашей проблемой стало изгнание жизни из врачебного кабинета и “бой с тенью” вместо терапевтического процесса» (96). Поэтому Морено видел задачу в создании «антитезы психоанализу», т. е. в разработке более жизненной, более приближенной к реальности терапевтической теории и практики.

³ Употребляемое Морено слово «Begegnung» переводится как «встреча». Однако в немецком языке оно имеет более широкий смысл, подразумеваемая собой встречу как таковую, борьбу, соприкосновение и противоборство мнений, обращение, отношение и т. д. – Прим. пер.

III. Социометрия как эмпирически-теоретическая основа психодрамы

Социометрия – это социологическая наука людей, о людях и для людей (92).

Я.Л. Морено

Психодрама как психо- и социотерапевтический акциональный метод представляет собой максимально приближенную к жизни форму групповой психотерапии. Именно поэтому практики психодрамы дают не всегда правильную, а порой даже поверхностную оценку ее теоретической основы и антропологии (2). Приближенность метода к реальности проявляется, однако, не только в практике психодрамы, но и в том, что она имеет также под собой и теоретическое обоснование. Человек в свете философской антропологии Морено – это человек действующий, которому уже самой структурой его тела предначертано действовать. Как таковой он по своей природе связан с другими людьми и космосом. Другие люди и космос – это стороны его бытия. В основе психодрамы лежит социометрия – эмпирически разработанное Морено учение о межчеловеческих отношениях. В своей комбинации социометрия и психодрама выполняют важное требование, которое философ граф Йорк предъявляет к философии. Они ликвидируют отрыв результатов мышления от жизненных отношений, «чтобы понять взаимосвязи жизненного продукта» (141). Эмпирическое исследование становления межчеловеческих жизненных отношений, т. е. соответствующих взаимосвязей, составляет главное содержание социометрического и психодраматического исследования Морено. Известный немецкий социолог Леопольд фон Визе писал об эмпирически-социометрическом методе Морено: «Мы рассматриваем социометрию как метод, который при последовательном и широком применении поднимает нашу науку из состояния общественно-научной астрологии на высоту астрономии» (139). А его французский коллега Жорж Гурвич, который практически в одно и то же время с Морено, но независимо от него ввел в социологию понятие микросоциологии, или изучения малых групп, комментирует социометрию Морено следующим образом: «Специфика социометрии состоит в том, что само по себе измерение – это весьма ограниченное в техническом отношении средство достижения лучшего понимания количественных связей с социумом; эти связи характеризуются спонтанностью, творческим элементом привязанностью к моменту и включенностью в неповторимые конкретные конфигурации» (43).

Спонтанность, креативность, привязанность к моменту и включенность в неповторимые конкретные конфигурации являются, однако, такими же основными элементами психодрамы, как и социометрии. Уже из этого факта всем интересующимся теорией и практикой психодрамы очевидна необходимость в социометрическом экскурсе. Однако здесь мы можем обрисовать социометрию лишь в самых общих чертах. Подробное обсуждение социометрических исследований Морено и новых разработок в социометрии, приведших к появлению вместо качественного скорее количественного метода исследования и всеобъемлющего теоретического обоснования, вышло бы за рамки поставленных в этой главе задач. Поэтому мы вынуждены довольствоваться здесь ссылкой на труды Морено по социометрии и на богатую литературу международной социометрической школы.

Возникновение социометрии

Социометрический метод, равно как и все творчество Морено, явился результатом осмысления феноменов столь обыденных, что они едва ли обратили бы на себя внимание менее беспристрастного в обращении с фактами исследователя. Подобно остальным разработанным Морено методам, социометрия обязана своим возникновением его умению *удивляться* и характерному для мореновского мышления высотному полету, породившему у него стремление постичь суть всех непонятных явлений в их всеобъемлющем значении.

Так и жил с этой внутренней установкой молодой врач Якоб Морено Леви, когда в конце Первой мировой войны ему было поручено оказывать медицинскую помощь больным в лагере беженцев Миттерндорфе неподалеку от Вены. Хотя изгнанные со своей родины южнотирольские крестьяне находились там в одинаково неблагоприятных внешних условиях, тем не менее Морено был поражен, насколько по-разному были выражены у них недуги, нередко проявлявшиеся в вегетативных симптомах, которые сегодня мы бы назвали психосоматическими. Он наблюдал, что более благополучные из беженцев делили, как правило, свои бараки с родными, старыми знакомыми или новыми друзьями, тогда как в хибарах его постоянных пациентов в порядке вещей были раздражение, натянутые отношения и склоки. Обладая живым воображением, Морено «увидел», как туда и сюда растекаются потоки симпатии и антипатии между лагерниками, и уже тогда у него сложилось убеждение, что контроль над этими силами позволил бы облегчить участь находящихся в лагере людей. Однако его обращение к компетентным властям с предложением о перегруппировке беженцев в лагере так и не было услышано (86).

Впечатления, которые произвели на Морено человеческие отношения в лагере беженцев, продолжали занимать его и после войны. Работая в лагере, он не только осознал важность социальных отношений, у него сформировалось также представление о «социальной вселенной» (86), которая, как он полагал, должна подчиняться таким же эмпирически исследуемым силам и законам, что и физическая и биологическая вселенные. Исследовать эти силы, поэкспериментировать с ними, постичь глубинную сущность социальной вселенной и описать ее, причем не только снаружи, как это делает классическая социология, – все это стало целью его последующих размышлений. Здесь мы намерены проследить за новаторской работой Морено только в области социометрии. Уже в Миттерндорфе ему стала очевидна действенность симпатии и антипатии как мощных сил в социальной сфере. Однако эти понятия казались ему слишком неопределенными и затасканными для научных целей. Но не соответствовали ли симпатии и антипатии другие, более общие силы, которые равным образом можно было бы обнаружить в биологической и физической вселенных? Морено сумел ответить на свой вопрос положительно: это силы *притяжения* и *отталкивания*. Они должны были, по его мнению, иметь для социальной структуры такое же значение, что и для структуры созвездия или молекулы. Каким же образом можно было бы включить их в социальный эксперимент, так чтобы они не потеряли своей содержательности, и каким образом можно было бы организовать этот эксперимент, так чтобы на его результат не повлияли предположения экспериментатора или иные артефакты исследования? Старый социологический метод наблюдения и описания Морено считал непригодным. Кроме того, ему претило низводить людей до объектов исследования и экспериментировать с ними как с подопытными животными. Стало быть, проблема заключалась не в организации эксперимента, а в реорганизации традиционных методов исследования.

Социометрический тест

Социометрический тест является результатом преобразования экспериментальных методов социологии. Неневайса пишет о нем: «Мы согласны с мнением Флориана Знаниецки, что объектами новых методов являются старые социологические проблемы и что заслуга социометрии состоит в том, что она позволяет исследовать феномены, которыми испокон веков занимались ученые-гуманитарии, но которые так и остались, по существу, просто измеренными, но неисследованными» (98).

Этот новый в методическом отношении социометрический тест был получен благодаря переводу понятий притяжения и отталкивания в понятия *выбора и отвержения* и субъективизации испытуемых – самого важного условия для проведения социального эксперимента. Последнее означает, что испытуемый принимает участие в тестировании не только в качестве измеряемого объекта, но и в качестве лица, субъективно заинтересованного в познании и изменении глубинной социальной структуры группы, с которой он связан в своей жизни. Цель эксперимента – не исследование и измерение жестких поверхностных структур социального агрегата, например семьи, а экспериментальное изучение динамических глубинных социально-эмоциональных структур – «взаимосвязей жизненного продукта», т. е. социоэмоциональной напряженности и ее последствий. Результаты социометрического исследования составляют основу для терапевтического изменения существующих социальных отношений – главной цели социометрического эксперимента. Без точного знания глубинных структур социального агрегата ценность внешних мер по оказанию помощи, какими бы благожелательными они ни были, невелика, так как «социальные конфликты и напряженность возрастают в прямо пропорциональной зависимости от *социодинамического расхождения* между официальной структурой общества и ее социометрической матрицей» (90). Поэтому Морено возвел участников социометрического тестирования из статуса объекта исследования в статус исследователя действия (action researcher) (86). Все они, мотивированные своей актуальной социальной ситуацией, должны были выполнить тест в собственных интересах. Только таким образом можно было добиться релевантных результатов исследования. При социометрическом тестировании речь, стало быть, идет не о выявлении симпатий путем опроса, как при изучении общественного мнения, а о первом шаге к изменению существующих отношений. Если участники тестирования осознают важность данного задания для своей жизни, то их выборы и отвержения являются показаниями, которым можно доверять. Так как терапия социальных конфликтов и их индивидуальных последствий относится к числу главных задач психодрамы, Морено подчеркивает важность предварительного социометрического исследования как предпосылки для более четкого понимания сложившейся ситуации и для целенаправленной терапевтической работы.

Любой социометрический тест оценивается по определенному критерию, который можно вывести из актуальной ситуации участника тестирования и самой потребности.

ПРИМЕР: На одном небольшом предприятии, несмотря на благоприятные условия труда, существуют такие напряженные отношения между людьми, что из-за них страдают не только работа и процесс производства, но и сами работники. Некоторые из них из-за психогенных недугов, таких как головные и желудочные боли, расстройств сна и пр., вынуждены обращаться за помощью к врачу. Симптоматическое лечение, тем не менее, редко приводит к цели, если напряженность на предприятии остается скрытой и никто не знает, в чем корень зла. Скрытой, однако, она остается до тех пор, пока измеряется только внешняя, или формальная, поверхностная структура. Эта структура включает двух руководителей подразделений, которые вместе с несколькими сотрудниками

и секретаршами работают над различными проектами. Наряду с этим может быть измерено *социодинамическое расхождение* между формальной и неформальной, или социометрической, структурой и должна быть социометрически исследована глубинная эмоциональная структура группы. Как же применяется социометрический тест к данной группе, где возникли подобные нарушения? В ходе тестирования членам упомянутого предприятия указывается на их проблемы и на важность знания выявляемых с помощью теста выборов и отвержений (по соответствующему критерию) для возможного улучшения ситуации. В данном случае критерием теста является вопрос: «С кем из коллег из обоих подразделений вы хотели бы вместе работать, а с кем нет?» Каждый участник получает две карточки. На одной из них он может указать до пяти коллег, с которыми хотел бы работать, на другой – назвать тех, кого с точки зрения совместной работы отвергает. Выполнив задание, участники тестирования сдают карточки с разным количеством выборов и отвержений социотерапевту. Так как социометрические выборы и отвержения зависят от критерия теста, в рамках обстоятельного социометрического исследования должно быть проведено не менее двух социометрических тестов. В приведенном примере в качестве еще одного критерия теста ставится вопрос об организованном на предприятии отпуске. На этом втором этапе тестирования служащие определяют, с кем из коллег они хотели бы сойтись поближе во время запланированной на предприятии совместной поездки в период отпуска и с кем нет.

Тем самым были бы проведены, но еще не обработаны два относящихся к актуальной производственной ситуации теста, являющиеся основой для возможной психодраматической терапии. Их обработку можно произвести путем арифметического подсчета общего числа выборов и отвержений, которые исходят от каждого участника тестирования или его касаются. Однако непосредственно наглядные данные о динамических социоэмоциональных силах, действующих внутри исследуемого социального агрегата и проявляющихся на его поверхности в общих и частных нарушениях самочувствия, пока еще не были получены.

После работы в лагере беженцев Морено был одержим идеей, что эмоциональные внутренние или глубинные структуры любой группы нужно представлять и исследовать подобно тому, как врач по рентгеновским снимкам может изучать внутренние органы человеческого тела. Осуществление этой задачи стало возможным благодаря графическому изображению результатов социометрического теста.

Социограмма

Социограмма – это графическое изображение динамической эмоциональной глубинной структуры группы. Вначале участники социометрического тестирования социографически изображаются на бумаге с помощью символов, женщины в виде кружков, мужчины в виде треугольников. Далее в соответствующем кружке или треугольнике указываются или инициалы, или имя каждого из участников, или присвоенный ему номер. Затем красными или сплошными соединительными линиями отмечаются все исходящие от конкретного индивида выборы, все отвержения изображаются соответственно черными или пунктирными линиями. Взаимные выборы или отвержения (так называемые пары взаимного притяжения или взаимного отталкивания) мы изображаем соответствующими соединительными линиями с небольшой поперечной чертой посередине. Интенсивность выбора – каким он был сделан: первым, вторым или третьим – указывается маленькой цифрой рядом с соединительной линией (91).

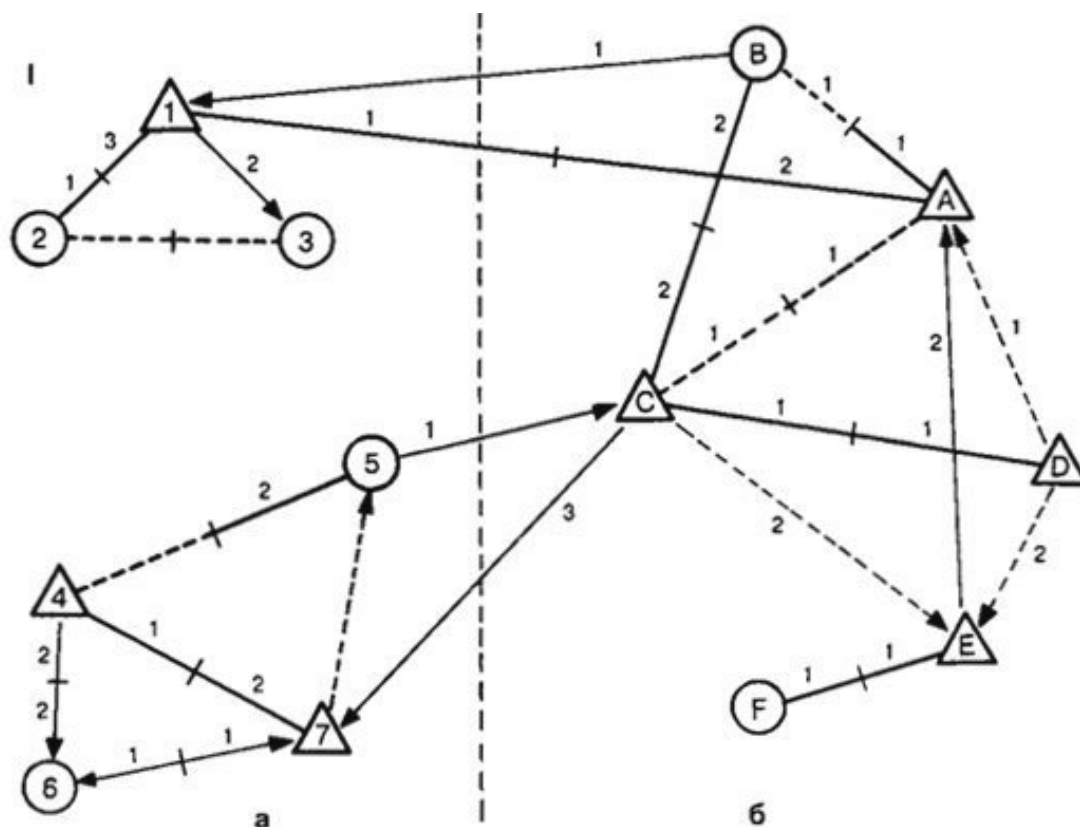


Рис. 5. Тестовый критерий I, а и б: совместная работа.

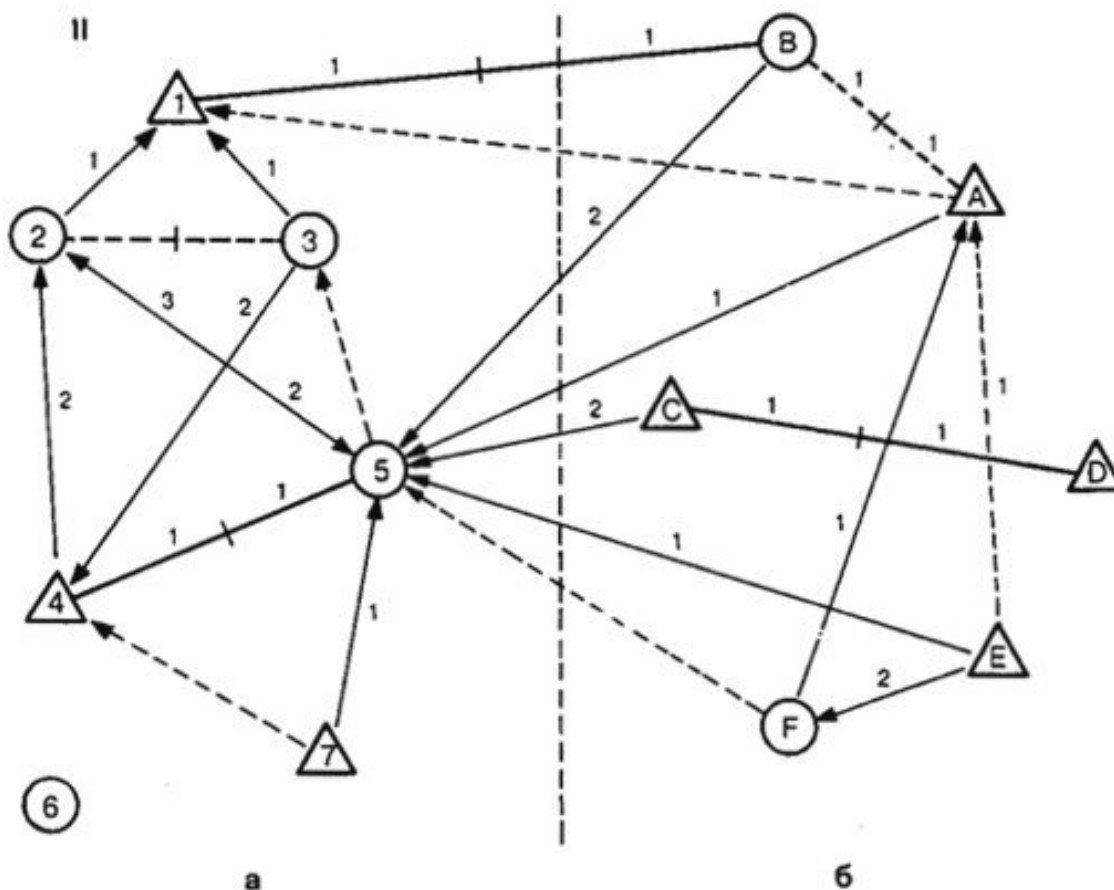


Рис. 6. Тестовый критерий II, а и б: загородная поездка.

После графического представления результатов социометрического теста в социограмме можно приступить к его качественной оценке. Социометрические структуры на социограмме изучаются теперь подобно структурам органов тела на рентгеновском снимке. Если мы исследуем социограммы I и II нашего примера, т. е. небольшого предприятия с двумя его подразделениями (а) и (б), то на обеих социограммах мы увидим одних и тех же участников, но совершенно разные социометрические структуры. Эти различия основываются на разности критериев, положенных в основу теста.

Тестовый критерий I относится к *совместной работе*. Социограмма социометрического теста I указывает на расслоение подразделения (а) на две подгруппы. Его шеф в первом выборе отдает предпочтение руководителю параллельного подразделения (б) господину (А), во втором выборе секретарше (3), в третьем выборе секретарше (2). Обе сотрудницы взаимно отвергают друг друга. Вторая подгруппа подразделения (а) по результатам теста I предстает в виде гармонически закрытой треугольной структуры. Два сотрудника мужского пола (4) и (7) выбирают друг друга; так как сотрудник (7) в первом выборе выбирает секретаршу (6), а сотрудник (4) в первом выборе выбирает сотрудника (7), можно предположить, что именно сотрудник (7) задает тон в этой конфигурации. Из первого выбора сотрудницы (5) можно увидеть, что она предпочла бы работать в параллельном подразделении. Ее слабовыраженное желание сотрудничать с коллегой по работе (4) последним отвергается. Также и сотрудник (7) отвергает (5) как сотрудницу. Ни один из членов подразделения не выразил желания с нею работать.

Тестовый критерий II относится к *совместной поездке в отпуск*. Структурный анализ второй социограммы, относящейся к совместной поездке в отпуск, кардинальным образом отличается от социограммы совместной работы. Если, например, в первой социограмме служащая (5) только отвергается, то во второй на симпатичную, веселую, молодую сотрудницу

приходятся семь выборов, которые делают ее так называемой «звездой притяжения». Ее коллегам по работе мужского пола (4) и (7), отвергающим ее как сотрудницу, также желательно ее общество во время поездки. И наоборот, (6), котирующаяся как сотрудница, в качестве компаньонки по путешествию не выбирается и на второй социограмме оказывается полностью изолированной.

К сожалению, здесь у нас нет возможности обсудить социометрические структуры обеих социограмм более детально. Заинтересованному читателю мы советуем углубиться в эти структуры и оценить их значение для трудового процесса. Следовало бы также поразмыслить и о важности влияния людей друг на друга, которое могло отразиться на ситуации в обоих подразделениях. Необходимо также отметить крайне тяжелое в профессиональном отношении положение руководителей обоих подразделений, которые поддерживаются только взаимными выборами.

Групповая сплоченность подразделения (б) по критерию сотрудничества с тремя внешними выборами, т. е. приходящимися на служащих параллельного подразделения (а), лишь ненамного меньше, чем сплоченность подразделения (а). Отношение составляет 3:2. По критерию совместной поездки в отпуск оно составляет вместе с отвержениями 7:1. Кроме того, на социограмме II (б) меньше парных, треугольных и цепных структур и нет фигуры звезды в качестве ключевой персоны. Структура подразделения (б) по второму критерию является экстравертированной и характеризуется низкой сплоченностью.

Результаты социометрического теста и анализа социограмм имеют социодиагностическую ценность. Они создают основу для проведения целенаправленной социотерапии средствами социометрии и психодрамы. Отдельные терапевтические меры, которые оказываются пригодными и для терапии описанных нарушений внутри данного небольшого предприятия, будут обсуждаться в главе о преобразовании существующего сообщества в терапевтическое.

Социограммы доказывают, что «человеческое общество имеет свою собственную структуру, которая не всегда идентична господствующим общественным порядкам в том виде, в каком они проявляются в поверхностных структурах социального агрегата» (90). Они отображают социоэмоциональные глубинные структуры и каналы неформальной информации, представляющие собой связанные друг с другом в форме огромных *психосоциальных сетей* (94) структуры межчеловеческих отношений в разных группах, *психосоциальную географию* (86) широких групп населения.

Социометрический перцептивный тест

Социометрический перцептивный тест Морено (91) является модификацией описанного выше социометрического теста. Он используется в психодиагностических целях и для определения показаний к психодраматической терапии.

В социометрическом перцептивном тесте от испытуемого требуется, исходя из своих представлений, отметить на листке бумаги – подобно тому, как это делается на социограмме, – лиц из своего «социального атома», т. е. всех людей, имеющих к нему какое-либо отношение, которое можно выразить социометрически (на практике обычно имеются в виду лица, соответствующие таким тестовым критериям, как работа, любовь, досуг и т. д.). В соответствии с заданным критерием испытуемый выражает свое отношение к данным лицам, т. е. отмечает свои выборы и отвержения на *перцептивной социограмме*. В завершение он выполняет то, что, собственно, и составляет суть теста: отмечает касающиеся его самого выборы и отвержения со стороны членов его «социального атома», характеризуя тем самым чувства, которые, как ему кажется, они к нему испытывают. Перцептивная социограмма становится релевантной только при сравнении с реальной социограммой. Это означает, что лица, отмеченные в перцептивной социограмме, примерно в это же время должны пройти тестирование по соответствующему критерию обычного социометрического теста.

Сопоставление перцептивных социограмм с соответствующими реальными социограммами показало, что у психически здоровых людей – при этом «психическое здоровье» следует понимать не просто как приспособление, а как адекватное понимание реальности – результаты социометрического перцептивного теста и реального социометрического теста в значительной степени совпадают. У лиц с психическими нарушениями расхождение между обеими социограммами нередко бывает весьма значительным. Для определения показаний к психодраматической терапии и для разработки специальной психодрамотерапевтической стратегии нужно прежде всего оценить тяжесть расстройства. Она определяется тем, насколько значимы отношения, восприятие которых нарушено, т. е. тем, сколько связей оказались затронутыми и насколько важными они являются. Далее, имея перед собой перцептивную социограмму, можно обдумать, с чего, учитывая выявленные отношения, благоразумнее всего начать психодрамотерапию: либо, например, чтобы укрепить «Я» пациента, надо сначала с помощью сценического изображения довести до сознания менее важные, но более реалистично оцененные отношения, либо же полезнее будет начать терапию сразу с наиболее значимых нарушений отношений. Если решение выносится в пользу последней возможности, то после краткого обсуждения выявленного в перцептивной социограмме нарушения восприятия, в основе которого всегда лежит нынешнее или, возможно, давнее нарушение межлических отношений, можно приступить к анализу этих отношений в психодраме и при необходимости подвергнуть их терапии.

Социальный атом

Социальный атом – это наименьший социальный элемент, но это не индивид (90).

Я.Л. Морено

«Социальный атом как наименьший элемент структуры отношений состоит из всех отношений между человеком и окружающими его людьми, которые в данный момент тем или иным образом с ним связаны». Этим определением Морено подкрепляет исходную посылку своих исследований и рассуждений – человеческое бытие изначально является со-человеческим. Термин «социальный атом» следует понимать не строго по аналогии с физическим атомом, а в смысле «atomos = далее неделимый». Именно поэтому Морено называет выявляемые с помощью социометрии структуры социальных отношений индивида социальным атомом, а не, к примеру, молекулой. Он считает, что это наименьшая единица из бесконечного множества мелких, средних и крупных структур отношений, составляющих социальную вселенную. Обособленный индивид, на его взгляд, – это социальная фикция.

Социальный атом окутывает людей словно аура притяжений и отталкиваний, конфигурация которых образует социальное единство. Любого человека с самого рождения окружают люди, составляющие это единство, социальный атом (отец, мать, бабушка и др.). В его социальном атоме разворачивается конкретная жизнь. В последующей жизни все меньше партнеров из социального атома индивида состоят с ним в кровном родстве. Зато они являются родственными по духу. Такое родство душ может возникать на совершенно разных основаниях, таких, как любовь, работа, культурные интересы и т. д. Своим родством душ, т. е. своими социоэмоциональными отношениями, лица из социального атома данного человека отличаются от его знакомых.

Все знакомые конкретного человека составляют в сумме, по выражению Морено, *объем знакомств* (91). Каждый может вспомнить имена своих знакомых, равно как и случайные или единичные с ними беседы. Однако большинство из них, по крайней мере в данный момент, значения не имеют. От них отличается та небольшая группа людей внутри круга знакомых, с которыми индивид находится в каких-либо личных отношениях или которые со своей стороны чувствуют себя связанными с данным индивидом. Разница между людьми из этой группы, находящимися в эмоциональных отношениях с индивидом, и остальными знакомыми, несмотря на изменчивость во времени, очевидна.



Рис. 7. Из: Moreno, J.L. Sociometry, Experimental and the Science of society. An Approach to a New Political Orientation. Beacon (N.Y.): Beacon House, 1951.

Морено называет ее также *социальным порогом*. Он пишет:

Как только я испытываю желание вступить в деловые, любовные или иные отношения с человеком, который до сих пор был просто знакомым, этот человек переступает порог моего социального атома; в мой социальный атом входят также люди, которые хотят вступить в отношения со мной. Эти желаемые отношения образуют внешнее ядро вокруг внутреннего ядра отношений, которые тоже раньше были только желаемыми, но все же стали реальными (90).

Эмоциональные потоки в социальном атоме имеют разную силу. Мы не будем вдаваться здесь в дальнейшие рассуждения Морено об этой преференциальной системе, остановимся лишь на тех особенностях социального атома, которые имеют теоретическое и практическое значение для психодрамы.

Способность социального атома к регенерации

Способность социального атома к регенерации меняется с возрастом человека, вокруг которого он выстраивается. В молодые годы потеря друзей или всякого рода партнеров сравнительно легко может возместиться новыми друзьями или партнерами, причем почти всегда место утраченного человека занимает только один человек, реже – несколько. Бесчисленное множество социальных атомов находится в процессе регенерации. Они поочередно заполняют собой вакуум и стремятся к тому, чтобы взаимно компенсировать свои потери. Тенденцию социальных атомов к взаимной регенерации своей структуры и к поддержанию равновесия между собой Морено называет *социостазом* (90).

Социальная смерть

С возрастом все труднее становится компенсировать потери в нашем социальном атоме. Морено называет этот феномен *asocial deaths* (социальная смерть) (90). Речь здесь идет не о смерти души или тела, не о том, как мы умираем *изнутри*, а о том, как мы умираем *извне*. Величина и спаянность социального атома индивида может уменьшиться по разным причинам: из-за утраты любви, вследствие смерти, замены утраченного человека менее подходящим. Смерть человека, относящегося к нашему социальному атому, означает в целом невосполнимую потерю, которая редко оценивается надлежащим образом. С самого детства эта смерть оказывает ощутимое влияние на структуру нашего социального атома, пока наконец нас не постигает физический или психический недуг в качестве ее непосредственного последствия. Сравнительно безопасные потрясения, которые вызывает у нас социальная смерть, могут тем не менее приводить к преждевременной старости, болезни и к физической смерти. Таким людям необходимо обрести новых друзей и партнеров, ибо с точки зрения выявления причин болезни гораздо перспективнее иметь дело с нарушениями в структуре их социального атома, нежели с их физическими или психическими недугами.

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.