

## «Θεραπείες» μέσω τεχνών: Γ΄ Δραματοθεραπεία (Ελένη Ανδρουλάκη, Καθηγήτρια)

Categories : [ΘΕΟΛΟΓΙΑ](#)

Date : Ιανουαρίου 13, 2011

(Πηγή: Ιερά Μητρόπολις Γλυφάδας)

### 1. Ορισμός και στόχοι της δραματοθεραπείας

Η δραματοθεραπεία είναι «μια ολιστική μέθοδος ψυχοθεραπείας», η οποία δηλώνει ότι χρησιμοποιεί το θέατρο για να απευθυνθεί στο «όλον» του ανθρώπου με σκοπό «την πρόληψη και τη θεραπεία»[1]. Εμφανίστηκε στη Μ. Βρετανία στις αρχές της δεκαετίας του 1960[2], ενώ στη χώρα μας έφτασε τη δεκαετία του 1980. Χαρακτηρίζεται ως «μια βιωματική μέθοδος η οποία προωθεί τη δημιουργικότητα, τη φαντασία, τη γνώση, την εσωτερική αναζήτηση και εξέλιξη»[3]. Ανήκει στις ψυχοδυναμικές θεραπείες και αντλεί τις γνώσεις της από την ψυχοθεραπεία, την κοινωνική ανθρωπολογία και το θέατρο. Εκτός αυτού, όπως επισημαίνουν οι ίδιοι οι δραματοθεραπευτές, η δραματοθεραπεία τροφοδοτείται και από άλλους κλάδους όπως η φιλοσοφία, η ψυχολογία, η μεταφυσική κλπ[4].

«Η δραματοθεραπεία έχει τις ρίζες της στο αρχαίο θέατρο και στις αρχαίες θεραπευτικές τελετουργίες που ήταν συνδεδεμένες με την ψυχική και σωματική υγεία και που χρησιμοποιούντο για την αντιμετώπιση του αγνώστου, για θρησκευτική λατρεία, αλλά και για τον εξορκισμό μιας επιδημίας, για τη γονιμοποίηση της γης ή μιας στείρας γυναίκας και για ό,τι άλλο ο άνθρωπος ένιωθε την ανάγκη να ζητήσει από κάποια ανώτερη δύναμη»[5]. «Η δραματοθεραπεία έχει συνθετικό χαρακτήρα» και «κινείται μεταξύ της επιστημονικής και της παραδοσιακής αντιμετώπισης της υγείας»[6]. «Βασίζεται στην αντίληψη ότι το θέατρο περιέχει ενδογενείς θεραπευτικές ιδιότητες»[7], αλλά «σε αντίθεση με το θέατρο, η δραματοθεραπεία δεν θέτει συνήθως στο επίκεντρό της την παράσταση ή τη δημιουργική έκφραση»[8]. Υπάρχει μάλιστα σαφής διαφοροποίηση μεταξύ δραματοθεραπείας και θεάτρου. **Άλλο πράγμα το δράμα και άλλο η δραματοθεραπεία.** Η δραματοθεραπεία αποτελεί μορφή εναλλακτικής ψυχοθεραπείας και στοχεύει μεταξύ άλλων «στην ανάπτυξη των δημιουργικών

δυνατοτήτων που βρίσκονται κρυμμένες στον ίδιο τον ασθενή»[9], κατά τον ορισμό της θεραπείας του Καρλ Γιουνγκ. [10] Σύμφωνα με σχετική έρευνα που εκδόθηκε το 1993, οι αρχές του Γιουνγκ θεωρούνται από τους δραματοθεραπευτές οι πιο σχετικές με τη δραματοθεραπεία[11]. Άλλοι στόχοι της δραματοθεραπείας είναι: η «προσωπική ανάπτυξη», η «αύξηση της αυτοεκτίμησης» και η απομάκρυνση των αισθημάτων «ενοχής και ανεπάρκειας που δεν επιτρέπουν [στον άνθρωπο] να παίρνει από τους άλλους, αλλά μόνο να δίνει»[12], η καλλιέργεια της «αγάπης του ανθρώπου προς **τον εαυτό του**», «η ανάπτυξη συναισθηματικής νοημοσύνης» κ.α. Η μέθοδος εφαρμόζεται σε υγιείς ανθρώπους, αλλά και σε ενήλικες και παιδιά με ήπιες ή σοβαρές ψυχικές διαταραχές, σε καρκινοπαθείς, σε πάσχοντες από AIDS κτλ. Μάλιστα κάποιοι μιλούν ανοιχτά «για τη βαθύτερη **πνευματική** διάσταση που μπορεί να χαρακτηρίζει τη δραματοθεραπεία»[13].

## **2. Η εφαρμογή της δραματοθεραπείας**

Οι συνεδρίες της δραματοθεραπείας είναι ατομικές ή ομαδικές -όπου μετέχουν συνήθως μέχρι 12 άτομα[14]- και γίνονται με συχνότητα μία φορά την εβδομάδα και διάρκεια συνήθως μέχρι 2 ώρες τη φορά. Η δραματοθεραπεία έχει εισαχθεί σε νοσοκομεία, κέντρα ψυχικής υγείας, κέντρα απεξάρτησης, δομές επανένταξης, ιδιωτικά θεραπευτικά κέντρα, γραφεία ψυχολόγων, χώρους απεξάρτησης, ιδιωτικά σχολεία, ειδικά σχολεία· ακόμα σε σεμινάρια επιμόρφωσης εκπαιδευτικών, σε «σεμινάρια αυτογνωσίας» και σε σεμινάρια που γίνονται σε εργασιακούς χώρους. Ταυτόχρονα τη βρίσκει κανείς στην Ελλάδα σε μεγάλα κέντρα Γιόγκα, σε γνωστά παραθρησκευτικά κέντρα και σε αποκρυφιστικά φεστιβάλ.

Η δραματοθεραπεία εφαρμόζεται από ψυχοθεραπευτές -ψυχολόγους και ψυχιάτρους- αλλά και από ανθρώπους άλλων ειδικοτήτων, οι οποίοι έχουν λάβει εκπαίδευση στη δραματοθεραπεία. Σε σύγγραμμα της θεωρούμενης ως «μητέρας της δραματοθεραπείας», διαβάζουμε ότι «οι δραματοθεραπευτές δεν χρειάζονται ψυχολογικές γνώσεις για να κάνουν μια ψυχολογική διάγνωση»[15]. Να τονιστεί ότι ακόμα και όταν η μέθοδος εφαρμόζεται από ψυχιάτρους, αυτό δεν την κάνει διαφορετική, διότι η μέθοδος είναι μία, παρά τα ποικίλα μοντέλα εφαρμογής της. Δηλαδή, παρά τις επιμέρους διαφοροποιήσεις στην εξάσκηση της μεθόδου που

οπωσδήποτε υπάρχουν, το υπόβαθρο και οι άξονες εφαρμογής της είναι οι ίδιες. Εξάλλου, ανάμεσα στις βασικές έννοιες της δραματοθεραπείας είναι και «η βιωμένη **μεταφυσική** εμπειρία»[16].

### 3. Οι απαρχές

Σε σχετικά συγγράμματα διαβάζει κανείς ότι οι απαρχές της δραματοθεραπείας βρίσκονται στο σαμανισμό[17]. Το ζήτημα των απαρχών απασχόλησε και την ημερίδα δραματοθεραπείας που διοργανώθηκε το 2009 από την «Ένωση Δραματοθεραπευτών και Παιγνιοθεραπευτών Ελλάδος», το «Ινστιτούτο Εκπαίδευσης στη Δραματοθεραπεία “ΑΙΩΝ”» και τον Κλάδο «Τέχνη και Ψυχιατρική» της Ελληνικής Ψυχιατρικής Εταιρείας. Πανεπιστημιακός καθηγητής, συνεργάτης του Ινστιτούτου Δραματοθεραπείας, είπε μεταξύ άλλων στην εισήγησή του σε ακροατήριο ειδικών ψυχικής υγείας: «Ένα δεύτερο στοιχείο είναι το ζήτημα των απαρχών. Πολύ συχνά βλέπουμε στις δραματοθεραπευτικές πραγματείες να γίνεται αναφορά, ανάμεσα σε άλλα πράγματα, σε μεγάλες παραδόσεις των λαών του κόσμου. Μία από αυτές είναι ο σαμανισμός. Και **εμπνέονται, μιμούνται, δανείζονται από αυτό που καταγράφεται ως “σαμανιστική πρακτική” οι δραματοθεραπευτές**, προτείνοντας νέες, κατάλληλες ... τεχνικές, πρακτικές κτλ. Τίθεται ένα θέμα λοιπόν εδώ. Ο σαμάνος, όταν ιερούργει, θεραπεύει. **Ο σαμανιστικός εκπαιδευτής δρώντας, πώς μεταφέρει την σαμανική τέχνη στην προσπάθειά του να ανοίξει δρόμους έμπνευσης και ενίσχυσης της συνείδησης του θεραπευομένου και του ιδίου του του εαυτού**; Είναι ένα θέμα το οποίο για να δώσει γόνιμες σκέψεις, θα πρέπει -όταν σκύβει κανείς πάνω στο σαμανισμό- να αντιληφθεί κατά το δυνατόν ποια είναι η σαμανική πραγματικότητα και πώς ο σαμάνος ιερούργει στο πλαίσιό της και να αναζητήσει, όχι απλώς κώδικες, **γέφυρες ... για να μεταφέρει την φαινομενολογική αντίληψη της πραγματικότητας του σαμανικού στοιχείου σε μια πραγματικότητα άλλη, σύγχρονη, επίκαιρη...** Είναι ένα θέμα το οποίο θα ήταν καλό να μας απασχολήσει όχι μόνο γνωστικά.»

#### **4. Το σκηνικό στην Ελλάδα σήμερα**

Στη δραματοθεραπεία χρησιμοποιούνται ως «θεραπευτικά μέσα» οι μύθοι, τα παραμύθια, οι τελετουργίες, η κατασκευή ιστοριών, οι θεατρικοί ρόλοι, η ζωγραφική, οι μάσκες κ.α. Κάποιοι δραματοθεραπευτές διδάσκουν πως «στην παραδοσιακή ιατρική των Ινδουιστών ιερέων Ζεν έδιναν στους εκάστοτε ασθενείς παραμύθια κατά περίπτωση, για **διαλογισμό** και θεραπεία»[18]. Ορισμένοι δραματοθεραπευτές -όχι όλοι- κάνουν χρήση διαλογισμού στις συνεδρίες τους. Άλλοι κάνουν σεμινάρια δραματοθεραπείας και παράλληλα σε άλλο χρόνο και σεμινάρια γιόγκα. Μεγάλο κέντρο εκπαίδευσης στη δραματοθεραπεία υπό τη διεύθυνση ψυχιάτρου-δραματοθεραπευτή διοργανώνει ταυτόχρονα και σεμινάρια «ψυχοενεργητικής[19], Rolfing»[20] κ.α. Σε σεμινάρια, βιωματικά εργαστήρια και ημερίδες δραματοθεραπείας οι εκπαιδευόμενοι -ψυχολόγοι και λοιποί- ακολουθούν ασκήσεις αναπνοής, οραματισμού, διαλογισμού και μετέχουν σε αποκρυφιστικές πρακτικές, οι οποίες συνδυάζονται με θεατρικές αναπαραστάσεις και στοιχεία ψυχολογίας. Στην ημερίδα δραματοθεραπείας του 2009 οι εκπαιδευόμενοι διδάχθηκαν ότι «η δραματοθεραπεία αποτελεί ένα υπαρξιακό ταξίδι», ότι «η προσευχή γίνεται θέατρο» κ.α., ενώ σε προηγούμενο συνέδριο είχαν διδαχθεί ότι «χρειαζόμαστε τη δύναμη των θεών για να ανταπεξέλθουμε... στον πόνο, το θάνατο· χρειαζόμαστε να φέρουμε τη δύναμη των θεών, του ο,τιδήποτε είναι πάνω από μας και πέρα από τον έλεγχό μας. Ένα ανθρώπινο ον δεν μπορεί να θεραπεύσει»[21]. Το Μάιο του 2007 έλαβε χώρα το «1ο Πανελλήνιο Συνέδριο Δραματοθεραπείας και Παιγνιοθεραπείας» στο Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, υπό την Αιγίδα του Υπουργείου Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης, του Υπουργείου Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων και του Υπουργείου Πολιτισμού. Στο τετραήμερο αυτό συνέδριο, στο οποίο μετείχε πλήθος ειδικών ψυχικής υγείας παρουσιάστηκε, μεταξύ άλλων, το Μοντέλο της **Υπερβατικής Δραματοθεραπείας**, το οποίο, όπως αναπτύχθηκε, «γεφυρώνει την ψυχοθεραπεία με την πνευματική αναζήτηση» και το οποίο «αντλεί γνώση κι εμπειρία απ' τη μια, από τα διάφορα ψυχοθεραπευτικά ρεύματα, κι απ' την άλλη από την Εσωτερική Παράδοση (Σαμανισμός, Εσωτερικός Χριστιανισμός, Σουφισμός, Βουδισμός Ζεν, Τολτέκοι, τελετουργίες διαφόρων λαών κ.α.)»[22]. Κατά την παρουσίαση αυτή, τονίστηκε ότι η δραματοθεραπεία είναι ενιαίος χώρος. Στο ίδιο συνέδριο ψυχίατροι, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί και λοιποί μετείχαν και σε εργαστήρια βασισμένα στο σαμανισμό, την Ελληνική μυθολογία, την ψυχανάλυση και το θέατρο[23], σε εργαστήριο με τίτλο «Τα επτά ενεργειακά κέντρα και η δραματοθεραπευτική τους προσέγγιση»[24] και σε άλλα εργαστήρια και διαλέξεις βασισμένα σε αποκρυφιστικές μεθόδους ψυχοθεραπείας.

## 5. Παραδείγματα εφαρμογής της δραματοθεραπείας

Όπως βλέπει κανείς στα ποικίλα σχετικά έντυπα και ιστοσελίδες, υπάρχει σήμερα μια μεγάλη προσφορά εργαστηρίων και βιωματικών σεμιναρίων δραματοθεραπείας. Συχνά είναι τα εργαστήρια διερεύνησης ονείρων, κατασκευής μάσκας και δημιουργίας μαντάλα, όλα μέσω δραματοθεραπείας. Σχετικά με τα όνειρα, ακολουθώντας τις υποθέσεις του Freud και του Jung, οι δραματοθεραπευτές θεωρούν ότι υπάρχει ένα κρυφό περιεχόμενό τους το οποίο αντιστοιχεί σε απωθημένες επιθυμίες, φόβους, τραύματα κλπ, ενώ κάποιοι ισχυρίζονται ότι «κάποια όνειρα είναι κελεύσματα του πεπρωμένου κι ο Αναζητητής δεν έχει άλλη επιλογή παρά να ψάξει και μέσα στον ονειρόκοσμο για τις ψηφίδες της Μαντάλα του»[25]. Στα πλαίσια της δραματοθεραπείας συζητώνται και παίζονται τα όνειρα που βλέπουν οι ασθενείς, όποιο κι αν είναι το περιεχόμενό τους. Παρενθετικά να πούμε εδώ, ότι για τις παγίδες που κρύβουν τα όνειρα έχουν μιλήσει οι Πατέρες της Εκκλησίας, οι οποίοι και συνιστούν τη μη ενασχόληση των Χριστιανών με αυτά. Άλλα εργαστήρια χρησιμοποιούν τη μαντάλα -βουδιστικό σύμβολο που χρησιμοποιείται στο διαλογισμό- «για δραματική και τελετουργική θεραπεία». Επίσης, γίνονται σεμινάρια πάνω στη «θεραπευτική αξιοποίηση των τεσσάρων στοιχείων της φύσης» και πολλά εργαστήρια που έχουν θέμα την κατασκευή και τη χρήση μάσκας. «Στη δραματοθεραπεία ο θεραπευτής δουλεύει συχνά με μάσκες... Με τη χρήση της μάσκας ο θεραπευόμενος έχει τη δυνατότητα να υπερβεί την ίδια του την ύπαρξη, να έρθει σε επαφή με έναν άλλο κόσμο όπου κυριαρχούν βαθιά κρυμμένα πάθη και ένστικτα»[26]. Στις συνεδρίες με μάσκες, μπορεί να προκύψει ο,τιδήποτε· μερικές φορές συναντάμε και μάσκες που απεικονίζουν το διάβολο.

Στη δραματοθεραπεία «δουλεύεται» και ο θυμός. «Στη θεραπευτική διαδικασία ο μαθητευόμενος μαθαίνει να αναγνωρίζει το θυμό του, να τον κατανοεί και να τον δέχεται. Εκπαιδεύεται να τον εκφράζει με εποικοδομητικό τρόπο»[27]! Αυτό θεωρείται θεραπεία για τους δραματοθεραπευτές και λοιπούς ψυχοθεραπευτές. Χαρακτηρίζουν μάλιστα μύθο το γεγονός ότι ο θυμός δεν είναι φυσιολογικός. Να τονιστεί εδώ ότι, σε αντίθεση με το χώρο των «ψυχοθεραπειών», στην Εκκλησία γνωρίζουμε πρώτον ότι ο θυμός είναι πάθος και τα πάθη ξεριζώνονται -δεν τα αποδεχόμαστε, ούτε τα εκφράζουμε «εποικοδομητικά»- και δεύτερον ότι φυσιολογικός, ήρεμος και ευτυχισμένος είναι μόνο ο άνθρωπος που έχει υπερβεί τα πάθη του. Αλλού διαβάζουμε για περίπτωση νεαρού άνδρα ο οποίος μετά από πολύμηνη δραματοθεραπεία, η οποία «εφαρμόστηκε με επιτυχία», έφτασε στη

«θεραπεία»: «είχε μάθει πλέον ... να μην ντρέπεται να κάνει έρωτα με έναν μεγαλύτερο άνδρα ... να μπορεί να του λέει “σ’ αγαπώ”»[28].

Στις ομάδες θεραπείας μέσω δράματος και μέσω άλλων τεχνών χρησιμοποιούνται και «οι αρχαίοι “θεοί” της σοφίας»[29]. Επίσης, γίνεται χρήση σαμανιστικών συμβόλων και πρακτικών[30], καθώς και παγανιστικών μεθόδων[31]. Η διαδικασία της δραματοθεραπείας κάποιες φορές παίρνει τη μορφή «Σαμανιστικού Ταξιδιού» ή «Ταξιδιού Εσωτερικής Αφύπνισης», όπου οι «θεραπευόμενοι» έρχονται σε επαφή με τον «Εσωτερικό Διδάσκαλο», την «Εγγενή Σοφία», το «Φύλακα Άγγελο», τα «Ανώτερα Εσωτερικά Κέντρα», το «Αλχημιστικό Έργο της Ψυχής»· κάνουν ένα «αυτογνωστικό Ταξίδι με στόχους την αύξηση της Συνειδητότητας, τη διεύρυνση της Εσωτερικής κατανόησης και το άνοιγμα της Καρδιάς»[32]. Αυτή η έκφανση της δραματοθεραπείας ενσωματώνει σε μεγάλο βαθμό εσωτεριστικές αρχές.

## **6. Το ψυχόδραμα**

Μια παρεμφερής με τη δραματοθεραπεία μέθοδος είναι και το ψυχόδραμα. «Το ψυχόδραμα αναπτύχθηκε από τον Εβραίο γιατρό J.L. Moreno ανάμεσα στα 1920-1930»[33]. Το ψυχόδραμα είναι μια «ολιστική θεραπευτική μέθοδος»[34], μια «βιωματική μέθοδος ανάπτυξης της προσωπικότητας, απελευθέρωσης της έκφρασης και των ικανοτήτων μας, διεύρυνσης της συνείδησης»[35], κατάλληλη «για τη θεραπεία, την αναζήτηση προσωπικής αυτογνωσίας, το ξεκαθάρισμα και την εξομάλυνση ανθρώπινων σχέσεων, την καλύτερη αξιοποίηση του παραγωγικού δυναμικού»[36]. Είναι «μια εναλλακτική μέθοδος ψυχοθεραπείας στην οποία οι συμμετέχοντες διερευνούν θέματα που τους απασχολούν σαν να ήταν ηθοποιοί στα έργα τους». Ο ψυχοθεραπευτής μέσω ψυχοδράματος αποκαλείται «σκηνοθέτης» και ο ασθενής/πελάτης ονομάζεται «πρωταγωνιστής». Ο θεραπευτής, αποκαλούμενος και «ψυχοδραματιστής», «έχει ως στόχο να ενεργοποιήσει τους θεραπευτικούς μηχανισμούς του σώματος μέσα σε μια διαδικασία ψυχοθεραπευτικής αυτο-έρευνας χρησιμοποιώντας τη δραματική μέθοδο»[37]. Τα προβλήματα του «πρωταγωνιστή» αναπαριστούνται μέσα από αυτοσχεδιασμούς ρόλων. «Στη διάρκεια της εκδραμάτισης μιας κατάστασης ή ενός ζητήματος, οι άλλοι συμμετέχοντες ή μέλη του προσωπικού αναλαμβάνουν τους ρόλους ανθρώπων που σχετίζονται με την

απεικόνιση του προβλήματος»[38]. Η εκδραμάτιση του ρόλου θεωρείται «το κύριο μέσο θεραπείας»[39], αλλά και διάγνωσης του προβλήματος του ασθενούς[40].

Το ψυχόδραμα «βρίσκει εφαρμογές σε πολλές και διαφορετικές πλευρές των καθημερινών δραστηριοτήτων, που ποικίλλουν πολύ, όπως για παράδειγμα στον τομέα των σχέσεων, της εκπαίδευσης, της θεραπείας, της εργασίας, της προσωπικής βελτίωσης, της πνευματικότητας, του θεάτρου»[41]. Οι σχετικές «βιωματικές ομάδες αυτογνωσίας» και τα σεμινάρια ψυχοδράματος είναι «μια ομαδική εκπαιδευτική-ψυχοθεραπευτική εμπειρία» και απευθύνονται «σ' όλους τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, τους εκπαιδευτικούς, τους ανθρώπους του θεάτρου, τα στελέχη επιχειρήσεων και στον καθένα που ενδιαφέρεται να ταξιδέψει προς την εσωτερική του μεταμόρφωση και προσωπική του ολοκλήρωση»[42].

Ο ιδρυτής της μεθόδου, ο Moreno, χαρακτήρισε το ψυχόδραμα ως «**νέα θεολογία**» και ως «**φιλοσοφία ζωής**»[43]. «Το ψυχόδραμα γεννήθηκε από μια φιλοσοφική και ψυχολογική βάση διαφορετική από άλλες ψυχοθεραπευτικές μεθόδους»[44]. Εκπρόσωποι του Ινστιτούτου Moreno διευκρινίζουν ότι «στην πραγματικότητα το ψυχόδραμα είναι τέχνη με πολύ βαθιά κοσμικά (συμπαντικά) θεμέλια»[45]. Ο Moreno είχε τη δική του αντίληψη για το Θεό και τον κόσμο, αντίληψη που θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ασυμβίβαστη με την ορθοδοξία. Το ψυχόδραμα στηρίζεται στη φιλοσοφία ότι «κάθε άνθρωπος είναι ένα ενεργό **κομμάτι του σύμπαντος**»[46]· και «κάθε κομμάτι του σύμπαντος μετέχει στην ουσία του Θεού και όλα αυτά τα μέρη και οι στιγμές είναι μέρη μιας αδιαίρετης ενότητας»[47]. Αυτά έγραφε ο Moreno στο βιβλίο του «Τα λόγια του Πατέρα», ένα βιβλίο το οποίο, σύμφωνα με τον Moreno, «περιλαμβάνει τα λόγια του Θεού, του Πατέρα μας, του Δημιουργού του Σύμπαντος»[48]. Ο Moreno συχνά αναφέρεται στην «αλληλοσύνδεση όλων των δημιουργημάτων» και υποστηρίζει ότι «γινόμαστε όλοι όχι μόνο μέρος της δημιουργίας, αλλά και μέρος του Δημιουργού»[49]. Να προσεχθεί ότι για την Ορθοδοξία δεν υπάρχει μετοχή του ανθρώπου στην ουσία του Θεού, παρά μόνο στις ενέργειές Του. Η πίστη ότι είμαστε μέρος ή τμήμα του Θεού, ή ότι μετέχουμε της ουσίας Του είναι καθαρά πανθεϊστική αντίληψη. Ο Moreno «πάλεψε πολύ στη ζωή του με τις δικές του ακατανίκητες και ναρκισσιστικές φαντασιώσεις...Κατά καιρούς έπαιζε το Θεό και κατά καιρούς ήταν ο Θεός»[50]. Μάλιστα «συνήθιζε να λέει “η διαφορά ανάμεσα σε εμένα και έναν ψυχωτικό είναι ότι εγώ πήγα σε κάποιον εκδότη”»[51].

Εκτός από τη φιλοσοφία του «Εγώ-Θεός» (“I-God”), ο Moreno εισήγαγε και τον όρο «**δια-ψυχή**», για να περιγράψει τη διαδικασία «όπου δύο ή περισσότερα άτομα βρίσκονται αλληλένδετα μέσα σε ένα σύστημα συν-ασυνείδητων καταστάσεων»[52] -κάτι διαφορετικό από το «ασυνείδητο» και το «συλλογικό υποσυνείδητο» του Freud και του Jung. Το «**συν-ασυνείδητο**» του Moreno περιγράφει μια «κοσμική μήτρα», η οποία είναι «μια δεξαμενή των εμπειριών που ανήκουν στην πλανητική ύπαρξη της ανθρώπινης φυλής»[53]. Είναι το «πνεύμα», η «ενέργεια»[54] που διατηρεί την ομαδική διαδικασία. Αυτή η «δια-ψυχή» της ομάδας θεωρείται ότι «μπορεί να εξωτερικευτεί και να φανερωθεί διαμέσου ψυχοδραματικών τεχνικών»[55]. Αυτό το «συν-ασυνείδητο» αναφέρεται και σε «αναμνήσεις γεγονότων τα οποία συνέβησαν πριν τη γέννηση ή τη σύλληψη». Γι’ αυτό ο «πρωταγωνιστής» σε μια ομάδα ψυχοδράματος μπορεί «να έχει αναμνήσεις ή ανεξήγητα αισθήματα...ενός μακρινού παρελθόντος»[56].

Ο Moreno δηλώνει ότι «οι ψυχοδραματικοί ρόλοι διευκολύνουν την εμπειρία της “ψυχής”»[57] και ότι ο μονόλογος κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας «περιλαμβάνει στοιχεία από τον βουδιστικό διαλογισμό»[58]. Ο χώρος της σκηνης όπου διαδραματίζεται το ψυχόδραμα είναι «ανοιχτός, συμπαντικός, άδειος»[59]. «Η σκηνή είναι επίσης ο μικρόκοσμος του Σύμπαντος και μοιράζεται κοινές αξίες με τις πιο αρχαίες σκηνές της σαμανικής και θεραπευτικής ιερής τελετουργίας»[60]. Οι ίδιοι οι θεραπευτές αποκαλύπτουν ότι «**το ψυχόδραμα μπορεί να θεωρηθεί ως μια γέφυρα ανάμεσα στο σαμανισμό και στην ψυχοθεραπεία**»[61]. «Η ζωή και η δουλειά του Moreno ενσωμάτωσε μια συμβολή της **μαγείας, της επιστήμης και της θρησκείας**»[62]. Κάποιοι ψυχοδραματιστές αποδεικνύουν ότι «μερικά σύμβολα και τεχνικές που χρησιμοποιούνται στο ψυχόδραμα μπορούν να θεωρηθούν αρχαϊκά - τα βρίσκουμε στα τελετουργικά των ιθαγενών σε όλο τον κόσμο»[63].

Άλλοι ειδικοί του χώρου μιλούν για την «αναζήτηση ορισμένων από τις πηγές του ψυχοδράματος στις παγκόσμιες παραδόσεις όσον αφορά τις τελετουργίες ίασης. Στις παραδοσιακές θεραπευτικές πρακτικές, όπως ο σαμανισμός (shamanism) ή η πνευματική καταληψία (spirit possession), οι τελετουργικές θεραπείες συχνά απαιτούν τη συνεργασία όλων των τεχνών...Ο J.L. Moreno, μέσα από τη δημιουργία του ψυχοδράματος, το οποίο έχει επίσης τη δυνατότητα να ενσωματώνει όλες τις τέχνες, μας καλούσε συγχρόνως πίσω στην ολιστική δύναμη και στις ρίζες της ψυχοθεραπείας, ενώ συγχρόνως άνοιγε νέους ορίζοντες, επαναφέροντας όλες τις προαιώνιες αντιλήψεις στην τρέχουσα πρακτική, στα πλαίσια μιας ολιστικής θεραπευτικής μεθόδου εμπνευσμένης από τη μαγεία [σαμανισμό] (shamanically



inspired)»[64]. Το πρώτο στάδιο του ψυχοδράματος, η «προθέρμανση», επανεξετάζεται σε σύγκριση με τα μαγικά «θεραπευτικά» τελετουργικά του Αμαζονίου και τις δαιμονικές πρακτικές των «Αναστενάρηδων»[65]. Το ψυχοδραματικό παιχνίδι ρόλων συγκρίνεται «με πρακτικές **πνευματικής καταληψίας** στους παραδοσιακούς πολιτισμούς»[66] και επισημαίνονται εκτενώς οι ομοιότητες[67]. Το ψυχόδραμα, λένε οι ερευνητές-ψυχοθεραπευτές, «προσφέρει...**τη σαμανική περιπέτεια στη διάθεση ασθενών** στο πλαίσιο της σύγχρονης Δυτικής ψυχοθεραπείας»[68].

Στα ποικίλα σεμινάρια ψυχοδράματος βλέπουμε: *ψυχόδραμα ονείρων* ή *ονειρόδραμα*, όπου γίνεται επεξεργασία και εκδραμάτιση των ονείρων, *μουσικό ψυχόδραμα*, το οποίο αποτελεί συνδυασμό μουσικοθεραπείας και ψυχοδράματος, *οικολογία και ψυχόδραμα*, «ένα ενεργειακό ψυχόδραμα» όπου «τα στοιχεία της φύσης συμμετείχαν άμεσα στην ψυχοδραματική διαδικασία»[69] και άλλα πολλά. Διαβάζουμε για το «**Χορό προς το Πνεύμα της Σοφίας**», ένα εργαστήριο με τη χρήση «Ιεράς Τράπεζας...για το πνεύμα της σοφίας, που τα γνωρίζει όλα»[70]. Άλλο εργαστήριο μουσικού ψυχοδράματος φέρει τον τίτλο «Το Τραγούδι της Ζωής»: εκεί οι συμμετέχοντες παροτρύνονται «να προσπαθήσουν να ανακαλύψουν το εσωτερικό τους τραγούδι, βαθιά μέσα τους, με τον ίδιο τρόπο όπως πολλοί μάγοι (shamans) πιστεύουν ότι δέχονται τα ιερά τους τραγούδια ενδόμυχα, σαν ένα δώρο από τα πνεύματα»[71]. Τέλος, για τη θεραπεία της διαταραχής μετατραυματικού άγχους (PTSD) εφαρμόζεται και μια μορφή ψυχοδράματος που συνδυάζει τη «σαμανιστική ενεργειακή ιατρική και την επίγνωση (mindfulness)»[72], βουδιστική μέθοδο που χρησιμοποιείται και στις ψυχοθεραπείες.

Τα τελευταία χρόνια διαδίδονται και στην Ελλάδα διάφορες παραλλαγές του ψυχοδράματος, όπως το *κοινωνιόδραμα*, το *αξιόδραμα* και το *souldrama* ή *πνευματικό ψυχόδραμα*. Τη δεκαετία του 1970 ξεκίνησε στην Αμερική και μια μορφή θεάτρου το οποίο ενσωματώνει «τεχνικές που προκύπτουν από τη δραματοθεραπεία και το ψυχόδραμα», το γνωστό ως «*Playback theatre*». Το θέατρο *Playback* εφαρμόζεται στην Ελλάδα «σε θεραπευτικές κοινότητες, εργασιακούς χώρους, σχολεία, κοινότητες ομοφυλόφιλων, ομάδες κοινωνικής δράσης» κλπ.

### 7. Εν κατακλείδι

Η δραματοθεραπεία, το ψυχόγραμμα και οι συναφείς μέθοδοι άραγε θεραπεύουν; Αν θεραπεύουν, τότε γιατί υπάρχουν άνθρωποι που υποβάλλονται επί μακρόν σε αυτές τις «θεραπείες» και παραμένουν με άλυτα ψυχολογικά ή ψυχιατρικά προβλήματα; Αν δεν θεραπεύουν, γιατί χρησιμοποιείται -και εδώ- ο όρος «θεραπεία»; Αυτό δεν είναι παραπλανητικό; Κάποιοι ειδικοί μάλιστα θεωρούν τη δραματοθεραπεία επικίνδυνη για «άτομα που έχουν διαγνωστεί ως ψυχωσικά ή οριακά»[73]. Στην πράξη άλλοι δραματοθεραπευτές διαπίστωσαν ότι η εφαρμογή της μεθόδου δημιούργησε προβλήματα στους συμμετέχοντες[74]. Επιπλέον, αναφορικά με το θέμα της «απωθημένης μνήμης» ή το «σύνδρομο της ψευδούς ανάμνησης», οι ίδιοι οι δραματοθεραπευτές κρίνουν τη δραματοθεραπεία σε αυτή την περίπτωση ως «πολύ επικίνδυνη θεραπευτική προσέγγιση»[75]. Και τι γίνεται με την εκδραμάτιση καταστάσεων όπως «η έκτρωση, ο βιασμός, η αιμομιξία και η σεξουαλική κακοποίηση»[76]; Πόσο εύκολο και πόσο θεραπευτικό μπορεί να είναι κάτι τέτοιο;

Για να γίνει κανείς δραματοθεραπευτής ή ψυχοδραματιστής οφείλει να «θεραπευτεί» με τη μέθοδο και ο ίδιος. Αυτό συμβαίνει σχεδόν πάντα στο χώρο των ψυχοθεραπειών. Ως προαπαιτούμενο για την απόκτηση τίτλου, πέρα από την εκπαίδευση, ορισμένα κέντρα ζητούν «προσωπική θεραπεία» 400 ωρών. Τι σημαίνει αυτό για το θεραπευτή και πόσο ωφέλιμο είναι για τον ίδιο;

Όταν, σύμφωνα με τους ίδιους τους δραματοθεραπευτές-ψυχοδραματιστές, «οι ρίζες του ψυχοδράματος και της δραματοθεραπείας μπορούν να θεωρηθούν ότι βρίσκονται **στη σαμανική και τελετουργική θεραπεία**»[77], πώς θα μπορούσε ποτέ ένας ορθόδοξος Χριστιανός να αποδεχθεί αυτές τις μεθόδους, παρά τις όποιες καλοπροαίρετες προσπάθειες αυτών που τις εφαρμόζουν;

**ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ**

[1]. Sue Jennings, Åse Minde, *Μάσκες της Ψυχής*, Ελληνικά Γράμματα, 1996, σελ. 24

[2]. Phil Jones, *Δραματοθεραπεία - Το θέατρο ως τρόπος ζωής και θεραπείας*, Ελληνικά Γράμματα, 2003, σελ. 128

[3]. Περιοδικό «Ανεξήγητο», τεύχος 200, Μάιος 2005

[4]. Ράνια Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, *Δραματοθεραπεία - Μουσικοθεραπεία*, Ελληνικά Γράμματα, 1999, σελ.27-28

[5]. <http://www.playtherapy.gr/frameset.html>

[6]. Ράνια Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, ένθ.ανωτ., σελ. 39

[7]. [www.dramatotherapia.gr/index.php/el/dramatotherapia/4--dramatotherapia](http://www.dramatotherapia.gr/index.php/el/dramatotherapia/4--dramatotherapia)

[8]. Phil Jones, ένθ.ανωτ., σελ. 313

[9]. αυτόθι, σελ. 34

[10]. Για τον Καρλ Γιουνγκ βλ. πρωτοπρ. Ευαγγέλου Γκανά, Ο ιδιότυπος θρησκευτικός εσωτερισμός του Καρλ Γιουνγκ, Πρακτικά ΙΘ΄ Πανορθόδοξου Συνδιασκέψεως για θέματα αιρέσεων και παραθρησκείας, Ε.Μ.Υ.Ε.Ε., 2008.

[11]. Phil Jones, ένθ.ανωτ., σελ. 34

[12]. Ράνια Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, ένθ.ανωτ., σελ. 86

[13]. Phil Jones, ένθ.ανωτ., σελ. 371

[14]. Ράνια Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, ένθ.ανωτ., σελ. 128

[15]. Sue Jennings, *Εισαγωγή στη Δραματοθεραπεία*, Σαββάλας, 2005, σελ. 178

[16]. αυτόθι, σελ. 27

[17]. Susana Pendzik, "Dramatherapy as a form of modern shamanism", *The Journal of Transpersonal Psychology*, 1988, 20:1, 81-92 κ.α.

[18]. [www.ekpse.gr/Symposium/lesxi.pdf](http://www.ekpse.gr/Symposium/lesxi.pdf)

[19]. Η ψυχοενεργητική ανήκει στο χώρο της παραψυχολογίας.

[20]. Νεοεποχίτικη εναλλακτική μέθοδος.

[21]. Από την εισήγηση του καθηγητή Ψυχολογίας Robert Landy στο «1ο Πανελλήνιο Συνέδριο Δραματοθεραπείας και Παιγνιοθεραπείας».

[22]. Από το πρόγραμμα του ανωτέρω συνεδρίου, σελ. 35

[23]. αυτόθι, σελ. 38

[24]. αυτόθι, σελ. 65

[25]. [www.dramatherapy.gr/wint09.html](http://www.dramatherapy.gr/wint09.html) (ελήφθη το χειμώνα 2009)

[26]. Ράνια Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, ένθ.ανωτ., σελ. 261

[27]. αυτόθι, σελ. 183

[28]. Robert Landy, *Προσωπικότητα και προσωπείο*, Ελληνικά Γράμματα, 2001, σελ. 167-168

[29]. Sue Jennings, Åse Minde, *Μάσκες της Ψυχής*, ένθ.ανωτ., σελ. 246

[30]. αυτόθι, σελ. 220-221

[31]. Όπως ο χορός της γονιμότητας και οι μάσκες γονιμότητας για να θεραπευτεί άτεκνο ζευγάρι, στο *Μάσκες της Ψυχής*, ένθ. ανωτ., σελ. 153.

[32]. Τα ανωτέρω ελήφθησαν από την ιστοσελίδα [www.dramatherapy.gr](http://www.dramatherapy.gr) κατά τα έτη 2005-2010.

[33]. Ράνια Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, ένθ.ανωτ., σελ. 111

[34]. Joseph J. Moreno, *Ερμηνεύοντας την Εσωτερική μας Μουσική - Μουσικοθεραπεία και Ψυχόδραμα*, Πρίνος, 2006, σελ. 16

[35]. Από σχετικό διαφημιστικό έντυπο.

[36]. <http://www.psychodramainstitute.gr/psychodrama.html>

[37]. Marcia Karp, Paul Holmes, Kate Bradshaw et al, *Το Ψυχόδραμα - Θεωρία και Πρακτική*, University Studio Press, σελ. 78

[38]. Phil Jones, ένθ.ανωτ., σελ. 114

[39]. αυτόθι, σελ. 310

[40]. αυτόθι, σελ. 311

[41]. <http://www.psychodramainstitute.gr/psychodrama.html>

[42]. Από διαφημιστικό έντυπο κέντρου ψυχοδράματος.

[43]. Περιοδική έκδοση της επιστημονικής ένωσης του ΨΝΑ «Τετράδια Ψυχιατρικής», Ιανουάριος-Μάρτιος 2007, σελ. 90.

[44]. Marcia Karp, Paul Holmes, Kate Bradshaw et al, ένθ ανωτ., σελ. 41

[45]. [www.shaman.se/FromCosmosToCatharsisVanarot.pdf](http://www.shaman.se/FromCosmosToCatharsisVanarot.pdf), σελ. 4

[46]. Από σχετικό διαφημιστικό φυλλάδιο.

[47]. [www.shaman.se/FromCosmosToCatharsisVanarot.pdf](http://www.shaman.se/FromCosmosToCatharsisVanarot.pdf), σελ. 23

[48]. Marcia Karp, Paul Holmes, Kate Bradshaw et al, ένθ ανωτ., σελ. 49

[49]. [www.shaman.se/FromCosmosToCatharsisVanarot.pdf](http://www.shaman.se/FromCosmosToCatharsisVanarot.pdf), σελ. 24

[50]. Marcia Karp, Paul Holmes, Kate Bradshaw et al, ένθ ανωτ., σελ. 49

[51]. αυτόθι

[52]. αυτόθι, σελ. 71

[53]. αυτόθι, σελ. 166

[54]. αυτόθι

[55]. αυτόθι, σελ. 71

[56]. αυτόθι, σελ. 166

[57]. αυτόθι, σελ. 74

[58]. αυτόθι, σελ. 169

[59]. αυτόθι, σελ. 133

[60]. αυτόθι



[61]. αυτόθι, σελ. 360

[62]. αυτόθι

[63]. [www.shaman.se/FromCosmosToCatharsisVanarot.pdf](http://www.shaman.se/FromCosmosToCatharsisVanarot.pdf), σελ. 7

[64]. Joseph J. Moreno ένθ. ανωτ., σελ. 125

[65]. αυτόθι, σελ. 126-127

[66]. αυτόθι, σελ. 128

[67]. αυτόθι, σελ. 128-139 και αλλού.

[68]. Joseph J. Moreno ένθ. ανωτ., σελ. 137

[69]. Περιοδική Επιστημονική Έκδοση του Κέντρου Ψυχικής Υγείας Ρεθύμνου «Ακούω Φωνές», τεύχος 2, Άνοιξη 2009.

[70]. Joseph J. Moreno ένθ. ανωτ., σελ. 117

[71]. αυτόθι, σελ. 121

[72]. Από το επίσημο δελτίο του Συλλόγου Βρετανών Ψυχοδραματιστών, Μάιος 2010.

[73]. Sue Jennings, ένθ. ανωτ., σελ. 150

[74]. Sue Jennings, Åse Minde, *Μάσκες της Ψυχής*, ένθ. ανωτ., σελ. 215

[75]. Sue Jennings, ένθ. ανωτ., σελ. 134

[76]. Marcia Karp, Paul Holmes, Kate Bradshaw et al, ένθ ανωτ., σελ. 36

[77]. αυτόθι, σελ. 360

*Δεν επιτρέπεται η αναδημοσίευση ή η αναπαραγωγή καθ' οιονδήποτε τρόπο μέρος ή όλου του παρόντος άρθρου χωρίς την έγγραφη άδεια της συγγραφέως.*

**ΣΧΕΤΙΚΑ ΑΡΘΡΑ:**

[«Θεραπείες» μέσω τεχνών: Α΄ Μουσικοθεραπεία \(Ελένη Ανδρουλάκη, Καθηγήτρια\)](#)

[«Θεραπείες» μέσω τεχνών: Β΄ Χοροθεραπεία \(Ελένη Ανδρουλάκη, Καθηγήτρια\)](#)

Διαβάστε περισσότερα για τις "εναλλακτικές θεραπείες" πατώντας [εδώ](#)