

## ПСИХОДРАМА, ОРИЕНТИРОВАННАЯ НА ГРУППУ

СИЛЬВИЯ АКЕРМАН

*Статья Сильвии Акерман представляет собой сообщение, сделанное ею на III Международном конгрессе по групповой психотерапии, Милан, 1963. Перевод с английского осуществлен по тексту: Ackerman Sylvia. Group Oriented Psychodrama. In: Moreno J., Friedemann A., Battegey R., Moreno Z. (eds.) The International Handbook of Group Psychotherapy. New York: Philosophical Library, 1966, p.313-318.*

Уникальной особенностью психодрамы, ориентированной на группу, является непосредственное вовлечение всех участников группы во взаимодействие с протагонистом, и при этом они не играют роли вспомогательных эго или двойников. Таким образом, мы поддерживаем групповой процесс на протяжении психодрамы, непрерывно вовлекая группу в действие. Сначала, на этапе «настройки», в процессе дискуссии формируется некая проблема; затем группа помогает протагонисту в качестве вспомогательных эго и двойников; затем участники прямо вовлекаются в происходящее, взаимодействуя (с протагонистом и друг с другом) непосредственно в качестве самих себя; наконец, участники группы делятся своими переживаниями – идентификация с проблемой позволяет им в большей мере сблизиться друг с другом.

В качестве примера я приведу один сеанс психодрамы, ориентированной на группу, когда участники группы, играя самих себя и непосредственно взаимодействуя с протагонистом, были способны одновременно и «проводить», и «получать» терапию на всем его протяжении.

В первой психодраме Сюзанна, преподаватель хореографии, молодая красивая женщина лет двадцати с небольшим, предложила следующую тему: «Как бороться с чувством отчуждения от людей, стремлением замкнуться в себе». Сюзанна пояснила, что ей не хватает

самодисциплины, она трусит во всех новых ситуациях и в итоге самоустраняется.

В ходе обсуждения проблемы замкнутости и ухода в себя школьный учитель Виола спросила группу, что нужно сделать, чтобы справиться с четырнадцатилетней девочкой, у которой большие сложности во взаимоотношениях со сверстниками. У девочки с левой стороны вместо уха маленькое отверстие и вдобавок заячья губа – настолько уродливая, что дети в классе обзвали ее обезьяной. Девочке сделали уже несколько пластических операций на левом ухе, и все безрезультатно. В конце концов Линда (так зовут девочку) заявила, что она уйдет из школы, потому что не может больше терпеть унижений. Виола сказала, что до тех пор, пока не найдется способ помочь Линде, она постоянно будет испытывать боль за эту девочку.

Миссис А., режиссер, вызвала Виолу на сцену и пригласила Сюзанну, которая говорила о проблеме замыкания в себе, сыграть роль четырнадцатилетней Линды. Выбор Сюзанны для этой роли вызвал изумление у группы, поскольку та была красивой и изящной женщиной. Режиссер попросила Виолу вначале побыть в роли Линды, поскольку она знала девочку, а Сюзанну сыграть роль Виолы.

*Виола (в роли Линды).* Я больше ни за что не вернусь в школу. Дети постоянно смеются надо мной. Они обзывают меня обезьяной. Ни за что не вернусь. Они все ненавидят меня. Я больше не приду туда.

*Сюзанна (в роли Виолы).* Ну, не может быть, чтобы все было так ужасно. Почему ты не можешь вернуться?

*Виола (в роли Линды).* Что бы вы ни говорили, вы не сможете убедить меня вернуться в школу. Я просто не пойду.

*(Сюзанна не реагирует.)*

*Миссис А.* Поменяйтесь ролями. Сюзанна, будьте теперь Линдой, а вы, Виола, будьте сама собой.

*Виола (интеллектуализируя).* Линда, дети вовсе не ненавидят тебя. Они совсем не хотят обидеть тебя, когда называют тебя обезьяной. Ты можешь пойти к косметологу, и он обязательно поможет тебе исправить лицо.

*Сюзанна (в роли Линды).* Они просто не хотят иметь со мной дела. Они отвергают меня.

*Виола (настойчиво).* Нет, что ты, Линда. Ты ошибаешься. Дети вечно говорят одно, а имеют в виду совсем другое.

*Сюзанна (в роли Линды).* Я больше не хочу этих мучений. Я не вернусь.

*Виола.* Можно многое сделать. Ты ничего не добьешься своим уходом. Ты только будешь чувствовать себя еще более одинокой, чем раньше. Не обращай внимания на их слова, и они перестанут тебя обзывать.

Сюзанна (*в роли Линды; не слушая Виолу*). Я не могу, не могу, не могу!

Миссис А. (*выходит на сцену и берет Линду-Сюзанну за руку*). Линда, я случайно услышала ваш разговор с Виолой. Я вижу, волосы совсем закрывают твоё ухо – никто и не догадается, что с ним что-то не в порядке. Мне кажется, ты прекрасно выглядишь. Я уверена, что у многих людей есть нечто такое, что заставляет их страдать. Я бы хотела познакомить тебя с Уолтером. Неделю назад он рассказывал нам о своей беде. У него было очень несчастливое детство из-за того, что его родители развелись. Может быть, он поможет тебе, если поделится с тобой своим несчастьем.

Уолтер (*на сцене*). Линда, мне кажется, я могу понять, что ты чувствуешь. Мои мать и отец развелись, когда я был ребенком. Мы увиделись с отцом, когда я стал уже взрослым мужчиной. Моя мать все время работала, а на меня у нее никогда не хватало времени. Я чувствовал, что меня никто не любит. Я рос совершенно без друзей. Я женился на девушке, чьи родители не принимали меня, а она оказалась недостаточно сильной, чтобы любить меня несмотря на противодействие ее родителей. Вся моя жизнь – сплошное несчастье. Если бы мне кто-то помог, когда мне было четырнадцать лет, то, быть может, мой брак не закончился бы разводом.

Миссис А. Спасибо, Уолтер, ты нам очень помог.

(*Уолтер покидает сцену.*)

Миссис А. (*Линде-Сюзанне*). Тебе не кажется, что Уолтер тоже чувствовал себя очень несчастным?

Сюзанна (*в роли Линды*). Это ничего не меняет, мне от этого не легче.

Миссис А. (*Линде-Сюзанне*). Давай спросим у твоих одноклассников, что они чувствуют по отношению к тебе. Может быть, ты нравишься кому-нибудь из них, а ты об этом ничего не знаешь. (*Миссис А. говорит группе, что теперь все они – класс Линды и что они должны спонтанно реагировать как школьники. Миссис А. берет Линду-Сюзанну за руку, садится рядом с ней на второй уровень сцены лицом к группе и обращается к группе как классу Линды.*) Линда не хочет ходить в школу, потому что она никому не нравится, и вы все смеетесь над ней. Это правда? Скажите Линде, что вы чувствуете по отношению к ней.

Боб. Линда всегда одна и ведет себя так, словно мы ей совершенно неинтересны. Так почему мы должны обращать на нее внимание?

Миссис А. (*Линде-Сюзанне*). Это правда, Линда? Ты всегда держишься в одиночку?

Сюзанна (*в роли Линды*). Да, потому что я знаю, что они отвергнут меня.

Лоуэлл. Мне нравится Линда. Мне кажется, у нее симпатичное лицо. Я бы хотел дружить с ней.

Миссис А. (*Линде-Сюзанне*). Видишь, как приветливо он тебе улыбается? Как мило он выглядит, когда улыбается, правда, Линда? А могу я увидеть, как ты улыбаешься?

Сюзанна (*в роли Линды; спонтанно улыбается*). Он мне нравится, потому что он мне улыбнулся.

Миссис А. (*Линде-Сюзанне*). Ты хотела бы дружить с ним?

Сюзанна (*в роли Линды*). Да.

Миссис А. Лоуэлл, подойди к нам сюда, пожалуйста, возьми Линду за руку и покажи ей, что ты хочешь стать ее другом.

(*Лоуэлл выходит на сцену, берет Линду-Сюзанну за руку, и Линда-Сюзанна вновь улыбается ему.*)

Джоан. Я хочу пригласить Линду, чтобы она приходила к нам в наш школьный клуб для девочек.

Сюзанна (*в роли Линды*). Я не верю ей.

Алиса. Я хочу пригласить Линду к себе домой, чтобы мы вместе с ней могли делать уроки.

Сюзанна (*в роли Линды*). Ей вовсе этого не хочется.

Джек. Мне нравится Линда. Пожалуй, мне хотелось бы пригласить ее на свидание.

Сюзанна (*в роли Линды*). Да, я бы не отказалась.

Мэри. Мы вовсе не отвергаем Линду. Это она отвергает нас. Если бы она была дружелюбней к нам, то мы рады были бы с ней дружить.

Сюзанна (*в роли Линды*). Это неправда. Они не хотят со мной дружить.

Эдит (*женщина примерно пятидесяти лет, по-матерински заботливо смотрит на Линду-Сюзанну*). Я представляю, каково тебе, Линда, потому что я такая же, как и ты. Я хочу пригласить тебя к себе домой, и я буду повторять свое приглашение до тех пор, пока ты не придешь. И я не принимаю никаких «нет, спасибо».

Сюзанна (*в роли Линды; улыбается*). Я верю ей.

(*Это была первая женщина, реакция на которую была позитивной.*)

Артур. Линда кажется мне очень симпатичной. Я не могу поверить, что у нее нет друзей.

Мими. Линда, проблема не в классе, а в тебе самой.

Уолтер. Я тоже часто чувствовал себя робко, но я научился справляться с робостью, брать инициативу в общении в свои руки, и меня не отвергают.

Миссис А. (*Адриане, которая опоздала и пропустила начальные сцены*). Адриана, ты новый ученик в классе. Что бы ты хотела сказать Линде? Ты хотела бы стать ее подругой?

Адриана. Я не знаю, что здесь сейчас происходит. Все это игра какая-то, мне кажется это все каким-то неестественным.

Сюзанна (*в роли Линды; встает*). Она отвергает меня. Я не могу дальше продолжать.

Миссис А. Хорошо. Вы больше уже не Линда. Теперь вы просто Сюзанна. Я бы хотела посмотреть, как Лоуэлл и вы становитесь друзьями. Доктор А., вы станете двойником Сюзанны?

Сюзанна. Я не могу подружиться с Лоуэллом, потому что Адриана отвергла меня.

Миссис А. Адриана, выйдите, пожалуйста, на сцену и скажите Сюзанне, отвергаете вы ее или нет.

Адриана. Конечно нет. Если уж быть честной, я должна признаться, что с завистью отношусь ко всем женщинам, которые моложе и красивее меня. Как я могу отвергать ее, когда в ней столько такого, чего нет у меня? Кстати, не могу понять, почему ее так волнует, что я говорю.

Сюзанна. Как только она вошла в комнату, я поняла, что не нравлюсь ей.

Доктор А. *(в роли двойника Сюзанны)*. Лучше бы она совсем сюда не приходила.

Сюзанна *(смеется)*. Совершенно верно.

Миссис А. *(Сюзанне)*. Посмотрите, Сюзанна, есть здесь такие женщины, которые вас не отвергают?

Сюзанна. Да *(указывает на Эдит, женщину с материнским взглядом)*. Она не отвергает меня, потому что она сказала, что будет приглашать меня к себе в гости вновь и вновь.

*(Миссис А. приглашает Эдит на сцену.)*

Эдит *(на сцене)*. Мне хорошо знакомо то, что ты чувствуешь, Сюзанна. *(Она заключает Сюзанну в объятия. Сюзанна уткнулась лицом в ее грудь.)*

Сюзанна. Вот чего мне всегда не хватало. Это так здорово. Если бы моя мать была такой. Мне хотелось бы, чтобы это длилось вечно.

*(Миссис А. приглушает освещение, включается мягкая сине-красная подсветка, В течение нескольких минут Сюзанна продолжает крепко прижиматься лицом к груди Эдит. Несколько позже миссис А. включает группу в общую дискуссию.)*

В процессе дискуссии участники группы поделились своими переживаниями с протагонистом. Они сказали, что сначала были поражены выбором такой красивой женщины, как Сюзанна, для роли физически ущербной Линды. Но в ходе психодрамы они стали понимать, что Сюзанна на самом деле играет саму себя, отреагируя в действии свой эмоциональный «ущерб». Они стали приводить случаи из собственной жизни, когда они тоже испытывали чувство неполноценности, когда их отвергали и как после этого они тоже замыкались в себе. Они выразили свое удивление по поводу того, что можно решить проблемы человека, который физически отсутствует. Идентифицируясь с чувствами отвергнутости и ухода в себя, они осознали универсалии переживаний, связанных с самыми разными формами «ущербности». Как учителя, они узнали, как можно помочь детям, если те испытывают чувство

отвергнутости. Некоторое время участники группы обсуждали, как можно помочь конкретным ученикам в их классах.

Смысл отвержения открылся для группы, когда Адриана и Сюзанна почувствовали себя взаимно отвергнутыми. Они поняли, что это было в большей степени самоотвержение, чем отвергнутость кем-то другим. Они поняли также, что во время психодрамы взаимодействовали с Сюзанной, скорее исходя непосредственно из самих себя, чем с позиций вымышленных персонажей.

Некоторые реагировали на Сюзанну как на Сюзанну, другие – на Сюзанну как на Линду. Но и в том, и в другом случае они исходили от самих себя. В процессе позитивных и негативных интеракций Сюзанна смогла выбрать то, что она была готова принять. Даже самый эмоционально изолированный человек способен сменить отвержение на принятие, будучи однажды принятым другим. Этот успех способствует тому, чтобы Сюзанна стала более уверенной в себе, придает ей смелость идти на сближение с людьми, вместо того чтобы уходить от контактов.

*Перевод В.Н.Цапкина*