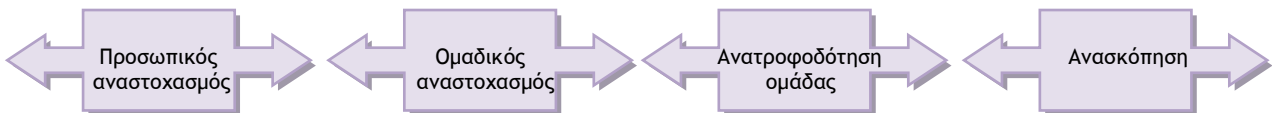


## Η δραματοθεραπεία στην εκπαίδευση ενηλίκων

Στη δραματοθεραπεία εκδραματίζονται σκηνές και γεγονότα της ζωής στην “προσωπική παράσταση” του καθενός, με την ασφάλεια που προσφέρουν οι μορφές τέχνης που χρησιμοποιούνται, καθώς αναπτύσσεται ένας εσωτερικός διάλογος για τον τρόπο αντίδρασης σε καταστάσεις και γεγονότα. Ο αναστοχασμός στη δραματοθεραπεία αφορά στην συνειδητή αλλά και ασυνείδητη επεξεργασία των εμπειριών σε προσωπικό αλλά και σε ομαδικό επίπεδο. Η επεξεργασία έχει σχέση με την σύνδεση της εμπειρίας με την δράση, προκειμένου να προκύψει μάθηση μέσα από την εμπειρία. Η δράση στη δραματοθεραπεία είναι πιο σημαντική από τον αναστοχασμό αφού ο αναστοχασμός συντελείται μέσα από την επαφή με τις μορφές τέχνης που χρησιμοποιούνται. Οι συμμετέχοντες στη δραματοθεραπεία, ως θεραπευόμενοι ή ως εκπαιδευόμενοι, έχουν ανάγκη από ενθάρρυνση και υποστήριξη προκειμένου να κατανοήσουν τις εμπειρίες τους, να ανακαλύψουν την γνώση αλλά και να υιοθετήσουν νέες συμπεριφορές. Ο αναστοχασμός για τον δραματοθεραπευτή (Σχήμα 3, σ. 47) ως συντονιστή ομάδας είναι τετραπλός (Τριλίβα, Αναγνωστοπούλου, 2008, σ. 59-62):



Σχήμα 3: Στάδια αναστοχασμού του συντονιστή της ομάδας

Πέρα από το γεγονός ότι ο καθένας μαθαίνει με διαφορετικό τρόπο, χρησιμοποιεί περισσότερο ένα ημισφαίριο του εγκεφάλου ή έχει περισσότερο αναπτυγμένο κάποιο είδος νοημοσύνης έναντι κάποιου άλλου, αναστοχάζεται και με διαφορετικό τρόπο. Τεχνικές οι οποίες βοηθούν στον αναστοχασμό είναι (Τριλίβα & Αναγνωστοπούλου, 2008, σ. 63-68 ):

- ✓ Ερωτήσεις. Είναι η συχνότερη τεχνική που χρησιμοποιούν οι εκπαιδευτές η οποία βοηθάει τους εκπαιδευόμενους στο να εφαρμόσουν τον αναστοχασμό στην ζωή τους. Με ερωτήσεις που αφορούν στην συναισθηματική επεξεργασία των βιωμάτων τίθενται θέματα σχετικά με το νόημα της συμμετοχής σε μια ομάδα, τα οφέλη

από την συμμετοχή αυτή και τις δυνατότητες δράσης μετά με το τέλος της ομάδας. Ερωτήσεις του τύπου “ Πως αισθανθήκατε σήμερα; Τι σας δυσκόλεψε ή τι θα μπορούσατε να κάνετε διαφορετικά; Θέτει ο δραματοθεραπευτής σε διάφορα στάδια κατά την εφαρμογή της δραματοθεραπείας.

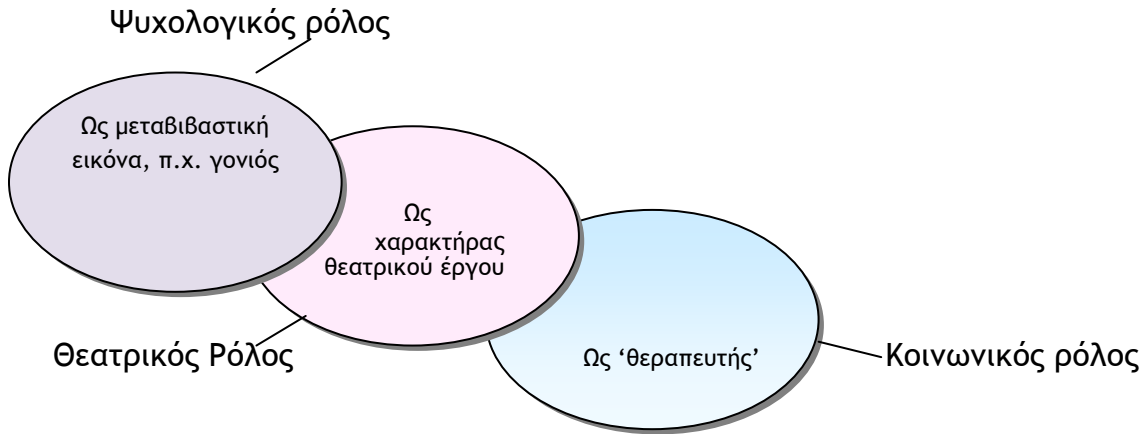
- ✓ Χρησιμοποιώντας την παραγωγή γραπτού λόγου, όπως η δημιουργία ιστορίας, η συγγραφή ποιήματος, η συγγραφή σεναρίου ή η αυθόρμητη γραφή και η τήρηση ημερολογίου, είναι δυνατόν ο εκπαιδευόμενος που συμμετέχει σε μια δραματοθεραπευτική ομάδα να αναδείξει και να αναπτύξει δεξιότητες που θα τον βοηθήσουν να αναστοχαστεί, να διευρύνει τις στάσεις, τα συναισθήματα και τις πεποιθήσεις του.
- ✓ Η ζωγραφική και γενικότερα οι εικαστικές τέχνες, χρησιμοποιούνται στη δραματοθεραπεία για να βοηθήσουν τους συμμετέχοντες να προσεγγίσουν, να αναγνωρίσουν και να επεξεργαστούν τα συναισθήματά τους. Θέματα που μπορεί να γίνουν αφορμή για εικαστική απεικόνιση είναι γεγονότα που συνέβησαν, όνειρα, φόβοι, επιθυμίες, συναισθήματα αλλά και αποτελέσματα και συνέπειες μιας πράξης.
- ✓ Η φαντασία είναι ένα εξαιρετικό εργαλείο που μπορεί να χρησιμοποιηθεί στην δραματοθεραπεία στο παίξιμο ρόλων, στις εικαστικές τέχνες, στην προσέγγιση ενός κειμένου θεατρικού ή μη, στην ανεύρεση διαφορετικών τρόπων σωματικής κίνησης ή χορού. Έχει ως στόχο τον πειραματισμό πάνω σε επιθυμίες και παρορμήσεις πριν αυτές πραγματοποιηθούν και αφορούν στον σχεδιασμό των μελλοντικών δράσεων. Ο Cohen υποστηρίζει ότι η ανάπτυξης της φαντασίας κατά την εκπαιδευτική διαδικασία έχει πλεονεκτήματα (Τριλίβα & Αναγνωστοπούλου, 2008, σ.63-68) τα οποία βοηθούν τον εκπαιδευόμενο :
  - ✓ στην αφομοίωση της εμπειρίας,
  - ✓ στην επεξεργασία της εσωτερικής και της εξωτερικής πραγματικότητας,

- ✓ στην οργάνωση των πληροφοριών,
- ✓ στην αναγνώριση των λαθών, και στην αναθεώρηση των αντιλήψεων,
- ✓ στην ευαισθητοποίηση απέναντι στους άλλους,
- ✓ στην αύξηση της ενσυναίσθησης,
- ✓ στην ελάττωση του φόβου και του άγχους,
- ✓ στην συναισθηματική ισορροπία.

Η νοηματοδότηση των εμπειριών για την καλύτερη κατανόησή τους μέσω της δραματοθεραπείας, βοηθά τους ενήλικες εκπαιδευόμενους να προσεγγίσουν τη γνώση με έναν άλλο τρόπο και παράλληλα να οξύνουν την κριτική τους ικανότητα.

Δεν μπορεί να μην τονιστεί η σημασία του ρόλου του δραματοθεραπευτή στην εκπαίδευση ενηλίκων. Ο τρόπος που εργάζεται κάθε φορά ένας δραματοθεραπευτής εξαρτάται από τους εκπαιδευόμενούς του, από την κατάσταση και από τον βαθμό συγκέντρωσής του. Ο δραματοθεραπευτής χρειάζεται κάθε φορά να προσαρμόζει τα υλικά του (χαρτιά, χρώματα, πηλό, υφάσματα κ.ά.) στις ανάγκες των ασθενών ή των εκπαιδευομένων του. Ο δραματοθεραπευτής μαζί με τον ασθενή ή τον εκπαιδευόμενο μπορούν να προσπαθήσουν για να καταλάβουν την καλλιτεχνική διαδικασία και να επεξεργαστούν το τελικό προϊόν (Jennings, 1983, σ. 199).

Ο Johnson (1992, σ. 113-117) εξετάζει τη σημασία του 'ρόλου' του δραματοθεραπευτή σε μια συνεδρία. Ο δραματοθεραπευτής αρχικά λειτουργεί (Σχήμα 4, σ.50) ως θεατρικός χαρακτήρας συμμετέχοντας μαζί με τον πελάτη του στην δράση. Μετά ως θεραπευτής αλληλεπιδρώντας με τον πελάτη και λειτουργώντας ως μεταβιβαστική εικόνα με την οποία ο πελάτης συνδέει το παρελθόν του με την τρέχουσα κατάσταση.



Σχήμα 4: Οι τρεις ρόλοι του δραματοθεραπευτή

Οι τρόποι συμμετοχής του δραματοθεραπευτή στην θεραπευτική διαδικασία δεν διαφέρουν πολύ από αυτούς του εκπαιδευτή ενηλίκων κατά την εκπαιδευτική διαδικασία. Ένας καλά εκπαιδευμένος δραματοθεραπευτής μπορεί να λειτουργεί, σε μία συνεδρία ή σε όλη τη διάρκεια της θεραπείας ή της εκπαίδευσης, με περισσότερους από έναν από τους παρακάτω ρόλους:

α) Ως μάρτυρας ή σαν καθρέφτης: Ο δραματοθεραπευτής παρατηρεί τους πελάτες ή εκπαιδευόμενους στον χώρο μετά το τέλος της δράσης, που μπορεί να είναι παίξιμο ρόλων, κινούμενη εικόνα, εικαστικό έργο ή αυτοσχεδιασμός, δίνει ανατροφοδότηση ή καθρεφτίζει εικόνες και συναισθήματα που προκάλεσε η δράση.

β) Ως σκηνοθέτης: Ο τρόπος αυτός συχνά αποτελεί μέσο των ψυχοδραματιστών και των δραματοθεραπευτών όταν χρησιμοποιούν θεατρικές τεχνικές. Ένας καλός σκηνοθέτης δείχνει εμπάθεια αλλά δεν κατευθύνει.

γ) Ως βοηθός προπονητή: Η θέση του βοηθού προπονητή είναι έξω από την διαδραματιζόμενη πράξη. Είναι όπως η καθοδήγηση του σκηνοθέτη που η φωνή του γίνεται μέρος της εξελισσόμενης σκηνής. Ο θεραπευτής, επισημαίνει, προτείνει τρόπους, ή δημιουργεί ηχητικά εφέ ή ακόμη εντάσσεται στη σκηνή αν αυτό χρειάζεται.

δ) Ως ηγέτης: Ο δραματοθεραπευτής παίρνει μέρος σε όλες τις δραστηριότητες της ομάδας. Καθοδηγεί το ξεκίνημα, τις ασκήσεις

φαντασίας και ακολουθεί τους συμμετέχοντες στο ταξίδι τους βοηθώντας τους στη λήψη αποφάσεων σε κάθε σκηνή. Ψυχολογικά ο δραματοθεραπευτής ως ηγέτης βρίσκεται μέσα στο χώρο του “παιχνιδιού” ενθαρρύνοντας τα μέλη στην αναζήτηση και στην εξερεύνηση.

ε) Ως ξεναγός: Ο τρόπος αυτός μοιάζει με του ηγέτη. Ο θεραπευτής ως ξεναγός επιτρέπεται, σε μεγάλο βαθμό, να βρίσκεται στο κέντρο οδηγώντας τους συμμετέχοντες στο άγνωστο και ενθαρρύνοντας τους να εξερευνήσουν νέους τρόπους.

ζ) Ως σοφός: Είναι η πιο προσωπική σχέση με τον θεραπευτή. Η επίδραση αυτής της προσέγγισης βασίζεται στην παρακίνηση για ανεύρεση και αποδοχή εναλλακτικών τρόπων μέσω της προστασίας που προσφέρει η θεατρική απόσταση. Αυτός ο τρόπος συμμετοχής είναι χαρακτηριστικός κατά την αφήγηση μιας ιστορίας ή τη θεραπευτική ‘παράσταση’ και αναπτύσσεται σταδιακά από τον θεραπευτή.

Οι δραματοθεραπευτικές θεωρίες και τεχνικές ευνοούν διάφορους τρόπους συμμετοχής των θεραπευτών οι οποίοι προτιμούν μια σειρά από τακτικές, τις οποίες χρησιμοποιούν κατά την διάρκεια της εργασίας τους. με διαφορετικούς ανθρώπους. Ο καλύτερος τρόπος είναι αυτός που αναπτύσσεται ανάλογα με τα άτομα στα οποία απευθύνεται και ανάλογα με τις θεραπευτικές ή εκπαιδευτικές τους ανάγκες. Χρησιμοποιώντας μορφές της τέχνης στην εκπαίδευση διευρύνονται οι ανθρώπινες εμπειρίες γιατί η εμπειρία μπορεί να επιλεχθεί, να επαναληφθεί ή να αλλαχθεί κατά βούληση (Jennings & Minde, 1996, σ. 60).

## **Βιβλιογραφικές αναφορές**

Jennings, S. (1983). *Creative therapy*. London: KEMBLE PRESS LIMITED.

Jennings, S. & Minde, A. (1996). *Μάσκες της ψυχής*.24-45. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Jonson, D.R. (1992). *The dramatherapist in role*. Στο: S. Jennings.

*Dramatherapy Theory and Practice 2*. 112-117. London: Routledge.

Τριλίβα, Σ. & Αναγνωστοπούλου, Τ. (2008). *Βιωματική μάθηση. Ένας πρακτικός οδηγός για εκπαιδευτικούς και ψυχολόγους*.27-29. Αθήνα: ΤΟΠΟΣ.