

IDEEA DE CALITATE A VIETII ÎN PRINCIPIUL PSIHODRAMEI

ELENA BECA

The principle of psychodrama, developed by J.L. Moreno originates on Kierkegaard's existentialism, since it is based on the individual's use of imagination to reevaluate his/her own situation in a given context. The evaluating process within psychodrama is similar to that of the subjective evaluation as the very essence of the quality of life.

„Identitatea cu sine însuși nu are viață” este o idee hegeliană ce exprimă faptul că viața înseamnă schimbare. În același timp calitatea presupune ideea de ordine. Calitatea vieții ar trebui să ne facă să intuim o anumită ordine în repetarea manifestărilor acestei forme de mișcare naturală.

Psihodrama se bazează pe o repetiție. Ea are ca suport o scenă sau un spațiu imaginar cu calitățile acesteia : „pentru a scăpa percepției existenței sale reale eul ascuns găsește un mediu efemer și subtil... unde cuvintele fac zgomot fără ecou. Acesta este mediul scenei propriu fantasmagoriilor eului ascuns”¹. Fiind o terapie a acțiunii, psihodrama a rezultat dintr-o viziune coerentă despre natura umană și relațiile dintre oameni. Moreno însuși exaltând în teoria sa responsabilitatea prezentului pentru protagonistul psihodramei recunoaște rădăcinile existențialiste ale realizării sale².

La rindul său ideea de calitate a vieții găsește origini semnificative în același sol spiritual fertil al existențialismului.

Apărută din nevoia de clarificare a unei conștiințe filosofice, „Repetiția” lui Sören Kierkegaard — ca eseu de experiență psihologică — creează o explicație la principiul psihodramei cu mult înaintea fondării acesteia.

Repetiția este posibilă ? Ce înseamnă ea ? Un lucru câștigă sau pierde prin repetare ? sînt întrebările la care își propune să răspundă filosoful. Concluzia, precedată de o argumentație a cărei frumusețe nu o putem reda aici, este că singură repetiția spirituală este posibilă. Generalul este repetiția ca reluare la puterea a doua a conștiinței realității.

¹ Sören Kierkegaard, *La répétition Essai d'expérience psychologique*, Paris, Librairie Felix Alcan, 1933, p. 72.

² J.L. Moreno, *The viennese origins of the encounter movement Paving the Way for Existentialism, Group psychotherapy and Psychodrama*, in : Ira Greenberg (editor), *Psychodrama Theory and Therapy*, New York, Behavioral Publications, 1974, p. 253—267.

Înțelesul pe care îl are această explicație este detaliat în comentariul despre puterea imaginarului care realizează această creștere a intensității percepției realității la nivelul conștiinței. Această posibilitate o dă teatrul : „Care este acel tânăr dotat cu un pic de imaginație care n-a suferit măcar o dată de farmecul captivant al teatrului și n-a dorit să fie răpit în această realitate factice pentru a se vedea și auzi pe el însuși ca un dublu, pentru a îmbrăca toate personajele posibile de care este susceptibil, fiecare dintre ei păstrându-și independență”¹. Acesta este în concepția lui Kierkegaard rolul imaginarului în construirea personalității, ideea preluată apoi în practica psihodramei.

În același sens Kierkegaard argumentează „în această viziune a imaginației prin ea însăși eul nu este o figură reală, ci o umbră, sau mai bine, figura reală este aici doar indivizibilă, ea nu se mulțumește să proiecteze o umbră ci o multitudine (de umbre) de care dispune eul, care toate seamănă acestui eu și sint în mod egal puse să fie el după moment”². El descrie astfel jocul infinitelor posibilități în evoluția personalității. În principiul psihodramei acest lucru este valorificat cu predilecție în explicația *insight*-ului care presupune o restructurare a cimpului perceptual al protagonistului prin mijloacele învățării. Beneficiind de lumea fictivă a scenei omul se poate confrunta cu comicul contingentei care se dă drept ideal, fapt care reconturează dimensiunile realului.

O altă idee kierkegaardiană pusă în valoare de psihodramă este aceea a întâlnirii intersubiective și sensurilor ei, ca declanșator al forțelor eului. Importanța celui alt într-o relație interpersonală nu stă în persoana acestuia ci în raportul eului cu aceasta.

Valorificarea acestei idei este folosirea cu măiestrie în cadrul psihodramei a acelor personaje auxiliare (ego auxiliare) care reprezintă persoanele absente așa cum apar ele în lumea protagonistului, funcționând în concepția lui Moreno³ cu o dublă capacitate ca extensie simultană a regizorului psihodramei în interacțiunea sa cu protagonistul și ca o extensie a celui de al doilea în aceea că ei ajută la portretizarea atitudinilor protagonistului față de alții semnificativi din viața sa.

În comentariul său la *Cartea lui Iov*, Kierkegaard pune problema sensului existenței ridicând-o la dimensiunile cele mai înalte ale libertății și demnității inalienabile ale ființei create după modelul divin deschizând prin aceasta o posibilă cale de interpretare a calității subiective a vieții.

În psihodramă problema alegerii este mereu prezentă, scena fiind lumea tuturor posibilităților ca în tehnica magazinului magic, a scaunului înalt sau a scaunului gol.

Deși neexprimată ca atare, ideea de calitate a vieții prezidează principiul psihodramei apărând ca motiv al acțiunii (acting out).

Atunci când în studiile sale de început, în *grădinile vienezee*, Moreno le cerea copiilor să-și aleagă părinții, el îi făcea să acționeze în virtutea unei calități imaginare a vieții provocând o revoluție.

Existențialismul său era pe măsura celui a lui Kierkegaard, iubindu-l pe nefericitul Iov înfațisat la Prea-Înaltul tribunal strigând de disperare în așteptarea răspunsului Creatorului său.

¹ Sören Kierkegaard, *Op. cit.*, p. 68.

² *Idem* p. 69.

³ I.L. Moreno, *Psychothérapie de group et psychodrama*, Paris, P.U.F., 1965.

Calitatea vieții așa cum este intuită în filosofia spontaneității moreniene este pe măsura dimensiunilor ființei așa cum a proclamat-o Kierkegaard — omul avînd deplină conștiință a condiției sale. Astfel ea nu mai este în primul rînd de judecat din afară spre înăuntru presupunînd mai înainte condiții obiective și dimensiuni de mediu, ci ținește odată cu spontaneitatea ca o dimensiune a interiorității și complexității spirituale care în stadiul de posibilitate beneficiază de training.

Strîns legată de ideea de calitate a vieții este și implicarea infinitului și a sensibilității în psihodramă. După cum este știut Moreno visa la o comunicare de dimensiuni cosmice de natură preverbală (tele-elementul).

Bazată pe această formă complexă de comunicare psihodrama își propune să redimensioneze posibilitățile de alegere (comportamentale) ale individului, ridicîndu-le, ca în Repetiția, pe acestea la generalul imblinzit prin „aici și acum”-ul tehnicii psihoterapeutice. Dinamismul psihodramei o leagă în mod netăgăduit de calitatea vieții. În același timp prin stimularea spontaneității și creativității psihodrama are șansa să oblige la reordonare lumea realului. În forma sa cea mai simplă psihodrama face să treacă conflictele reale pe planul imaginarii lăsînd să acționeze spontaneitatea blocată de stereotipii (roluri nevrotice) printr-un „humorous self expansion”. Procedeele sale vizează o aplicație la circumstanțele vieții adevărate. Uzînd de diagnosticul sociometric ea caută rețelele viabile ale legăturilor umane făcînd din acestea cadrele realității. În aceste cadre se dă libertate puterii de expresie a indivizilor, tratîndu-se corpul în întregime ca formă expresivă.

Ceea ce este specific principiului psihodramei este prospețimea vieții pe care o pretinde și o pregătește în încercarea de a restitui unitate între imaginar și real.

Pentru Moreno un om spontan strălucește și induce spontaneitate în mediul său. Spontaneitatea este elementul care se opune formalismului stereotipiei purtînd pretutindeni fermentul vieții.