

Terapijske interpretacije u psihodrami s adolescentima u školskom okruženju

UDK: 651.851.6:792](038)

Stručni članak

Primljeno: 18. 3. 2010.



Mr. sc. Aleksandra Mindoljević Drakulić¹

Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu
aleksandra.mindoljevic@ufzg.hr

SAŽETAK

Psihodrama je akcijski oblik grupne psihoterapije. Kao sredstvo izražavanja, osim verbalizacije, primjenjuje pokreta, te govor tijela. Ona je i najinterpretativnija metoda terapije budući da se interpretacija daje putem tzv. režiranja scena i odigravanja problema. Psihodramska terapijsko-iskustvena grupa učenika sedmih/osmih razreda osnovne škole u Zagrebu, trajala je u kontinuitetu dvije školske godine. Rabile su se najčešće psihodramske interpretacije: dvojnici (dubl), zamjena uloga i zrcaljenje. Unatoč organizacijskim poteškoćama, u grupi je postignut stalni psihoterapijski *setting* unutar škole, što je članovima grupe pomagalo u emocionalnom sazrijevanju, pripremajući ih na stanovit način za život u svijetu odraslih. Ponavljanjem i odigravanjem sličnih tema smanjivala se anksioznost članova, a vježbanjem uloga i važnošću igre

¹ Aleksandra Mindoljević Drakulić je profesorica psihologije i magistar medicinskih znanosti; radi kao asistent i viši predavač na Učiteljskom fakultetu. Završila je petogodišnju psihoterapijsku izobrazbu na Medicinskom fakultetu KBC-a Zagreb, te stekla diplomu obiteljskog i partnerskog psihoterapeuta, trogodišnju izobrazbu iz analitičke psihodrame u KBC-u Zagreb kao i pripremnu izobrazbu iz grupne analize Instituta za grupnu analizu Zagreb. Završila je i petogodišnju međunarodno certificiranu izobrazbu iz klasične psihodrame te stekla međunarodno priznat stručni naziv psihodramskog psihoterapeuta (Certified Practitioner in Psychodrama, CEP).

osnaživao se interpretativni karakter psihodramske seanse, čime su adolescenti stjecali korektivno emocionalno iskustvo.

Ključne riječi: terapijske interpretacije, psihodrama, adolescent, okruženje/setting

Uvod

Psihodrama je akcijski oblik grupe psihoterapije koji kao sredstvo izražavanja osim verbalizacije misli i osjećaja primijenjuje pokret i govor tijela. Osnivač i utemeljitelj psihodrame je bečki liječnik Jakob Levy Moreno. Psihodrama od osobe zahtijeva igranje određenih uloga iz svakodnevnog života u prisutnosti terapeuta i drugih članova grupe. Pri tomu zadani dramski tekst ne postoji, nego se situacije iz života odigravaju onako kako ih doživljava protagonist (član grupe koji spontano odigrava svoj problem na „kao da“ sceni). Moreno je opisivao psihodramu kao proces u kojemu se istražuje život bez straha od kazne, ali uz preuzimanje stanovitoga rizika. U psihodrami protagonist i ostali članovi grupe se ohrabruju da putem igranja uloga i psihodramske akcije dovrše sve životne situacije koje do sada nisu smjeli ili mogli učiniti. Protagonist u svojoj psihodrami istražuje svoju povijest, sadašnjost, te ispituje alternative budućnosti. Donoseći svoj život u sigurno terapijsko okruženje (setting), uz pomoć terapeuta i članova grupe, protagonist odigrava značajne scene pri čemu je taj proces veoma često živ, intenzivan i prepun različitih emocija. Akcent se pritom stavlja na konkretizaciju scena u „kao da“ situaciji što znači da se, primjerice, scene iz prošlosti događaju na *kao da* pozornici kao da se to upravo ovdje i sada događa. Zapravo se sve scene u psihodrami zasnivaju na *kao da* situaciji. Primjerice, protagonistu se kaže „Budi sada u ulozi svog oca, kao da si sada svoj otac.“ Pritom protagonist na psihodramskoj sceni eksternalizira svoje značajne druge, svoje unutarnje objekte i stvara svoj novi mentalni prostor.

Psihodrama je jedna od najinterpretativnijih metoda psihoterapije budući da se interpretacija daje putem tzv. režiranja i postavljanja „kao da“ scena i odigravanja samog problema.

Terapijske interpretacije općenito obuhvaćaju niz različitih psihoterapijskih postupaka, a ponajprije se odnose na izvođenje terapeutovih zaključaka i priopćenja u odnosu na članove psihoterapijske grupe. To je oblik intervencije što je daje najčešće terapeut s ciljem stvaranja terapijskog efekta stabilizacije, prevencije, reparacije, razvoja, uvida, potpore protagonistu unutar psihoterapijske seanse. Kao takva, kada se nudi s novim značenjem za člana grupe, služi produbljivanju i poboljšanju komunikacije. Jedan od najvećih psihoanalitičara nakon Sigmunda Freuda i Melanie Kle-

in, engleski liječnik i grupni psihoterapeut Wilfred Ruprecht Bion smatrao je da je jedan od temeljnih zadataka terapeuta davanje interpretacija grupi, što zatim utječe na grupni tijek, proces, dinamiku i u konačnici na grupnu kulturu. Također, Bion je branio stajalište prilične pasivnosti terapeuta u grupi, što je pridonosilo regresivnosti grupe. Smatrao je da interpretacije kao glavno oruđe rada psihoterapeuta mogu biti najčešće davane na grupnom nivou, a rjeđe na individualnom tj. kada su upućene pojedincu (Bion, 1983.).

U psihodrami, interpretacije su sve one (verbalne i neverbalne) intervencije koje u protagonistu izazivaju promjene ponašanja i doživljavanja. No, ne interpretira samo terapeut, nego i članovi grupe pojedinačno ili zajednički, posebice ako je riječ o psihodramskim grupama koje su zrelije tj. koje vremenski dulje traju, te one koje su zatvorenog ili poluotvorenog tipa (Klajn i sur., 2008.).

Sve interpretativne tehnike služe kako bi protagonist u terapijskoj situaciji pronašao kompromisno rješenje koje će introjicirati u svoj psihički aparat postupno mijenjajući svoju dotadašnju (neadekvatnu, patogenu i sl.) mrežu svojih nagona i mehanizama obrane, čime s vremenom postiže odstranjivanje lažnog *selfa* i potpuniju integraciju ličnosti.

U ovom radu bit će riječi o uporabi najčešćih psihodramskih interpretacija, danih od strane terapeuta. To su: *dvojniki/dubl* (jedna od ključnih interpretativnih tehnika u psihodrami koja obuhvaća empatiziranje i uživanje u ulogu protagonista zauzimanjem tjelesnoga stava protagonista i govorenjem onog teksta i činjenjem onih pokreta koji se dvojniku čine pravima u danoj situaciji, a što protagonist tog trenutka ne uviđa ili nije u stanju verbalizirati.), *zamjena uloga* (osnovna tehnika i temelj psihodrame čija je glavna postavka biti u ulozi drugoga, te vidjeti i osjetiti sebe iz drugog kuta) i *zrcaljenje/mirroring* (jedna od najvažnijih interpretativnih tehnika u psihodrami kada se protagonist postavlja u stranu i kao u zrcalu promatra sebe putem akcije njegovog pomoćnog ega u svojoj ulozi čime se pospješuje konfrontacija koja pomaže stjecanju uvida (Mindoljević Drakulić, 2007.).

Vječno pitanje koje se pritom provlači jest kada, kako i pod kojim grupnim uvjetima davati/nuditi terapijsku intervenciju i interpretaciju.

Cilj davanja interpretacija u radu s ovom grupom bio je uvesti protagonista i grupu u razumijevanje značenja svih njegovih/njihovih emocionalnih iskustava prikazanih u psihodramskim igrama kako bi preispitujući se ponovno kreirao svoj unutarnji svijet na drugi način, s uporabom novih, zrelijih mehanizama obrane.

Ovaj je zadatak bio osobito težak, jer je riječ o članovima grupe rane i srednje adolescentske dobi. Naime, neki autori poput Blosa adolescenciju objašnjavaju kao „drugi proces individuacije“, s tim da je poznato da prvi proces individuacije završava do kraja treće godine života djeteta postizanjem tzv. konstantnosti objekta

(Rudan, 2008.). Ono što je zajedničko za razdoblje ranog djetinjstva i adolescencije jest da se „odbacuje“ ovisnost o roditeljima što adolescentu daje mogućnost da ostvari veću autonomiju. U tom smislu, temeljni zadatak adolescenta je uspostavljanje identiteta putem pronalaženja vlastitog unutarnjeg psihičkog prostora u kojemu konačno može sam stvarati, neovisno razmišljati, osjećati i dr. Ta sposobnost gradnje unutarnjeg psihičkog svijeta temelji se na ranom iskustvu adolescenta da je imao „prostora da misli“, što je u početku određeno u odnosu majke i njega kao dojenčeta, te majčine sposobnosti za tzv. *holdingom* (pridržavanjem) i tzv. *containingom* (sadržavanjem) svojih, a time i djetetovih mentalnih stanja (Tadić, 2004.).

I zato se upravo u adolescenciji testiraju rane adolescentove internalizacije u smislu njegove sposobnosti hoće li pridržati (podržati), tolerirati, sadržati i smiriti svoje nagomilane, turbulentne osjećaje.

Za adolescente je karakteristična veća sklonost izražavanju, eksternalizaciji mentalne boli nego njezinom sadržavanju, a što se očituje u sklonosti prema odigravanju problema. Time adolescent izbjegava prisjećanje kako ne bi došao u dodir s trenutačnom psihičkom boli i anksioznošću, dok psihodramskim igranjem labave njegove dotadašnje obrane. Scenska akcija u psihodrami omogućuje znatan plasticitet u odnosu na adolescentove karakteristične obrane poput racionalizacija ili generalizacija, te omogućava njihovo remodeliranje i lakšu identifikaciju u odnosu na terapeuta. Neophodnost je da adolescent na psihodramsku seansu donese temu za igru, da bira svoja pomoćna ega, da ulazi u druge uloge i stavlja u akciju drugačiji obrambeni sustav nego što ga je imao prije.

Takvo razmišljanje o adolescenciji kao procesu odrastanja, uvjetuje i specifične terapijske intervencije kao i poseban psihoterapijski psihodramski setting važan za održavanje terapije s adolescentima.

Kako je jedna od karakteristika adolescencije i ambivalentna želja za bliskošću i ovisnošću nasuprot želji za autonomijom (što se kao čest obrazac ponašanja u odnosu na roditelje ponavlja i u terapijskom odnosu s terapeutom, voditeljem grupe) odustajanjem od formalnog terapijskog okvira, (okruženja, settinga) u konačnici bi rezultiralo „acting outom“ članova grupe, terapijskim zastojem i vjerojatnim prekidom rada grupe. Osim toga, članovi bi grupe ostali bez potrebne pridržavajuće i sadržavajuće funkcije psihodramske terapije i terapeuta: postojanja terapijskog okruženja/settinga/prostora kao nečega gdje adolescent može slobodno misliti, osjećati i u konačnici nesmetano i sigurno živjeti i kreirati svoj psihološki prostor i svoju psihičku stvarnost.

Metoda

Sudionici

Sudionici ove psihodramske iskustveno terapijske grupe bili su učenice i učenici jedne zagrebačke osnovne škole. Grupa je bila mala (do 12 članova), heterogena po spolu, zatvorenog tipa (grupa se bez obzira na odustajanje članova ne obnavlja s novim članovima, nego traje s članovima koji ostanu do kraja ; to je važno zbog bržeg ostvarivanja povjerenja među članovima tj. da se izneseni problemi na seansi mogu dublje istraživati) i vremenski ograničena tj. dok članovi ne završe osnovnu školu, što je u ovom slučaju trajalo dvije školske godine. Psihodramske seanse s učenicima su se održavale tijekom njihovog 7. i 8. razreda. U početku je bilo 9 članova grupe iz svih pet odjela 7. razreda od čega 6 djevojaka i 3 mladića, da bi nekoliko mjeseci prije kraja grupa imala sedam redovnih članova, jer su u međuvremenu dva mladića odustala

Postupak

Prije početka formiranja grupe, psiholog je tijekom dva mjeseca u suradnji s ravnateljem, pedagogom i predmetnim nastavnikom-razrednikom dogovorio i proveo demonstracijske psihodramske/sociodramske radionice u 7. i 8. razredima s ciljem ostvarivanja obostrane komunikacije, upoznavanja s učenicima. te u konačnici formiranja male psihodramske grupe. Radionice su se provodile u svakom odjelu pojedinačno, u blok satu po 90 minuta i bile su unaprijed najavljene. U sljedećem susretu sa psihologom učenici su dobili obavijest o pokretanju grupe, te im je rečeno da se mogu individualno prijaviti ukoliko se žele uključiti u psihodramsku grupu i da o tome obavezno obavijeste svoje roditelje tj. zatraže njihov pristanak. Zainteresirani su učenici zatim dolazili psihologu kako bi se prijavili i informirali o načinu rada grupe i drugim organizacijskim uvjetima. Psiholog je s njima individualno razgovarao, te je u tom inicijalnom intervjuu procjenjivao njihovu motivaciju za ulazak u grupu. Da bi učenik postao član grupe tj. postao podoban za grupni rad trebalo je proći više faza priprema. Tako su sa svakim potencijalnim kandidatom izvršena dva, tri inicijalna susreta/razgovora. Psihologu je ponajprije bilo važno uspostaviti međusobni tzv. radni savez i povjerenje i pripremiti svakog budućeg člana na razne interakcije kojima će biti izloženi tijekom rada u grupi.

Psiholog je svakog budućeg člana obavijestio i o osnovnim pravilima grupnoga rada. Ta su se pravila kasnije i više puta ponavljala na grupi. Pravila su se odnosila na redovito i točno dolaženje, zatim na mjesto, vrijeme održavanja grupe, trajanje svake seanse, odlazak članova s grupe (nastojala se provoditi praksa da svaki član

unaprijed najavi eventualno odsustvo sa seanse), stanke koje se prave u grupnom radu (znao se unaprijed kalendar psihodramskih seansi te se vodilo računa o godišnjim odmorima, praznicima i sl.) i ponašanje članova na grupi (dobronamjernost prema sebi i drugome - što predviđa nepovređivanje sebe i drugih kako fizički tako i psihički; diskrecija – što znači da se sadržaji iznijeti na grupi ne iznose van i ne dijele ni sa kim drugim osim sa psihologom i drugim članovima grupe; „zabrane“ ponašanja poput odlazaka na wc, zakašnjanja, pijenja, žvakanja, jedenja, uporabe mobitela i sl. što se smatra opstrukcijom grupe). Pravila su vrijedila kako za članove grupe tako i za psihologa koji tu grupu vodi, te je sve bilo jasno verbalizirano.

Ideja psihologa bila je da se grupa sastaje jednom na tjedan, u vremenu kada bi većini učenika svih odjela moglo odgovarati zbog različitog rasporeda sati, mjesta stanovanja i niza njihovih izvanškolskih aktivnosti. Zbog održavanja kontinuiteta grupnog rada najboljim se i najmirnijim pokazalo vrijeme međusmjene, između 13 i 14 sati, u sobi školskoga psihologa.

Rezultati

Unatoč trudu psihologa da se održe granice settinga, ova je psihoterapijska psihodramska grupa s adolescentima bila prožeta veoma čestim i raznolikim ekspresijama otpora. To je bilo za očekivati jer su otpori u ranoj adolescenciji zapravo posljedica nestabilnosti, nezrelosti i krhkosti njihove psihičke strukture. Iako je Donald Winnicott rekao da je ta nezrelost osnovni element zdravlja u adolescenciji, posebice ranoj, postoji samo jedan lijek protiv nje: protok vremena, sazrijevanje i dakako sigurno terapijsko okruženje/setting. Zbog straha da će izgubiti kontrolu nad svojim ponašanjem i doživljavanjem, da im je ugrožena kontrola impulsa kao i straha da će osjetiti pretjeranu ovisnost o voditelju grupe, adolescenti su izbjegavali jače emocionalno investiranje u grupne interakcije. Zato su nerijetko izostajali sa seansi, kasnili i samoopravdavali se zbog toga, neku drugu aktivnost pretpostavljali grupi, a na grupi prešućivali relevantne podatke o sebi što je bilo najvidljivije u prvim mjesecima rada. Zato je zadatak psihologa bio podnijeti njihova *acting out* ponašanja, zadržati terapijski setting, pokušati ojačati radni savez koji je isprva bio veoma krhak, te raditi na jačanju njihova ega uz stalno podržavanje progresivnih tendencija u grupnom radu.

S vremenom je postignuta veća kohezija u grupi. Počele su se širiti interakcije među članovima što je bio početak procesa grupnog sazrijevanja. Psihodramski radovi koji su počeli iskrsavati sve su više postajali važni drugim članovima grupe, a rad na njima počeo se prihvaćati gotovo kao zajednički zadatak svih u grupi. To je

pridonijelo i većoj uporabi i prihvaćanju terapijskih interpretacija, posebice zrcaljenja među članovima (adolescenti su počeli uočavati međusobne sličnosti i razlike).

U ovom radu prikazat će se tijek 25. seanse u grupi koja je počela postizati dobru klimu odnosa i povezanost svojih članova.

Kazuistički prikaz 25. psihodramske seanse:

Vrijeme radnje: jesen, 2008., 13 sati – početak psihodramske seanse

Mjesto radnje: Zagreb, soba školskog psihologa u osnovnoj školi

Na psihodramsku grupu nitko od članova ne kasni. Dolaze svi (osim dva mladića za koje će se kasnije saznati da su trajno odustali). Ukupno je sedam članova grupe (imena su izmijenjena): Teo, Valerija, Pia, Dina, Lidija, Adrijana i Iva. Svi sjedaju na svoja već poznata mjesta u krugu.

Razvija se spontana diskusija, a psiholog pita grupu: „S kojom ste misli ili idejom danas došli na grupu?“

Grupa je dobro raspoložena i iznosi šarolike osjećaje. Uglavnom se govori o vanjskim aspektima stvarnosti, dok se vidno zanemaruje onaj unutarnji s kojim smo i završili seansu prošloga tjedna.

Nakon što čuje njihov razgovor psiholog dublira čitavu grupu i kaže: “Svi smo ok, što je lakši put nego da razmišljamo o unutarnjim stanjima, teškim stvarima i nedovršenim poslovima.“

Grupa reagira na dvojnika, te se polako prisjećaju što je bilo zadnji put na grupi.

Nakon stanovitog vremena psiholog ih podsjeća s čim je grupa završila prošlog puta. Valerija je potkraj 24. seanse izrazila želju da bude protagonist i da prikaže problem što ga ima u vlastitoj obitelji. O tom je problemu u više navrata samo govorila, no nije ga se usudila odigrati. Tako je u 24.seansi otvorila to pitanje 5 minuta prije završetka grupe što je bio očigledan pokazatelj njezine ambivalencije. Psiholog pita Valeriju kako joj se čini ideja da možda danas postane protagonist i konačno otvori svoju temu. Grupa podupire Valeriju i ona kaže: „Voljela bih da nastavimo s onim od prošlog puta.“

Valerija se definirala kao protagonist i grupa to prihvaća. Ona se diže sa stolca i izlazi na tzv. scenu, a grupa se povlači na suprotnu stranu sobe kako bi ostavila mjesta za odigravanje scena i psihodramsku akciju. U grupi vlada iznimno podupiruća atmosfera, i iako je Valerija već spremna za rad, potpora grupe joj olakšava početno iznošenje teme.

Psiholog pita Valeriju (u daljem tekstu protagonisticu): „Što bi željela dobiti ovom svojom psihodramom danas?“

Protagonistica: “Željela bih vidjeti ili osjetiti kako bi mogao izgledati prvi susret s mojim djedom, tatinim tatom, s kojim se nikada nisam imala prilike upoznati, a viđam ga svakodnevno jer živimo u istom kvartu.“

1. scena

Protagonistica modelira scenu i od manjeg namještaja u sobi stvara kafić u kojemu se nalazi djed. Zatim ulazi u ulogu svog djeda i predstavlja ga u razgovoru sa psihologom.

Psiholog se obrati protagonistici: „Dobar dan, vi ste zasigurno Valerijin djed?“

Protagonistica (u ulozi djeda, namrštena, uspravno stoji kao kakav rigidan vojnik): „Da, da. Ja sam taj. Evo, tu sam u svom kafiću, to je moje mjesto, tu sam stalno, svakodnevno.“

Psiholog pita protagonisticu kako se zove, no protagonistica psihološki izlazi iz uloge djeda i kaže kako čak ne zna ni njegovo ime. Psiholog je navodi da još malo bude u njegovoj ulozi što protagonistica prihvaća. Scena se nastavlja, a grupa sa zanimanjem prati radnju jer je protagonistica u iznimnom afektu, preplavljena emocijama. Psiholog nastoji razgovarati s protagonisticom u ulozi djeda o općenitim stvarima. Razgovaraju o današnjoj mladeži, a protagonistica svog djeda portretira kao grubog, otresitog i nezadovoljnog muškarca koji ne pokazuje svoje osjećaje. Nakon dijaloga, psiholog dublira djeda: “Evo, tu sam u svom kafiću, ali sam posve sam. Htio bih upoznati svoju unuku. Ljut sam i tužan zbog ove obiteljske situacije.“

Protagonistica prihvaća dubl i u sceni u kafiću ga ponavlja.

Psiholog se obraća protagonistici: “Izađi iz uloge djeda i izaberi od članova grupe, nekoga po svom izboru, za koga misliš da bi mogao biti u toj ulozi.“

2. scena

Protagonistica za svog djeda bira Piu, djevojku iz susjednog 8. razreda, tjelesno korpulentnu, no krhku i nježnu iznutra. Psiholog protagonisticu izvlači iz scene i postavlja je u situaciju zrcaljenja kako bi svog djeda vidjela iz drugog kuta, sa strane, kao promatrač.

Pia u ulozi djeda kao u solilokviju ponavlja tekst.

U tom se trenutku događa nešto nepredviđeno: Pia izgovara i neizgovoreni protagonistin tekst. Protagonistica se rastužuje gledajući scenu i izjavljuje kako bi doista željela sresti djeda. Kaže da želi vidjeti kako će izgledati zajednički susret. Psiholog joj kaže: “Predlažem da se s njim sretnoš. Gdje bi to bilo?“

Protagonistica pristaje i kaže: “U ovom istom kafiću.“

Psiholog: “Složi scenu.“

Protagonistica postavlja dva stolca i stol kao u kafiću, no djeda postavlja pored tog namještaja u stojećem stavu. Za sebe određuje mjesto daleko nasuprot njega, na distanci.

3. scena

Protagonistica u svojoj ulozi i Pia u ulozi djeda - isprva se samo gledaju. Psiholog zamrzava scenu kako bi provjerio osjećaje protagonistice. Psiholog je pita: “Kako se sada osjećaš?”

Protagonistica: “Ne znam, imam kaos u glavi. Osjećam tugu, bespomoćnost i bijes ...“

Psiholog: “Nemoj pobjeći sa scene. Pokušaj sve to reći svom djedu.“

Protagonistica na to pristaje i obraća se djedu: “Zašto si bio zao prema mom tati? Zašto si ga uvijek tukao? Zašto si tukao svoju ženu? (kreće bujica optužbi) ... Kakav si to?”

Psiholog je dublira: “Željela bih znati više o tebi i s tobom se upoznati.“

Protagonistica u svojoj ulozi ponavlja taj tekst, obuzima je tuga i plače.

Zamjena uloga (Protagonistica ulazi u ulogu djeda, a Pia u ulogu nje).

Protagonistica iz uloge djeda odgovara na dubl: “Vidjet ćemo.“

Zamjena uloga (protagonistica ponovno ulazi u svoju ulogu, a Pia u ulogu djeda.)

Pia ponavlja: “Vidjet ćemo.“

Protagonistica odvraća: “Dobro.“

Psiholog dublira protagonisticu: “Rekla sam dobro, ali nije dobro.“

Protagonistica ponavlja dubl.

Vrijeme polako odmiče i dolazi trenutak kada bi trebalo ići ka zatvaranju ove teme. Psiholog to najavljuje protagonistici i kaže: “Zamisli da još imaš samo minutu. Što bi svom djedu rekla i kako bi se od njega rastala za kraj.“

Protagonistica jedva izgovara pozdrav, počinje se smijati iako su joj oči pune suza te prva izlazi iz scene, dok Pia u ulozi djeda ostaje.

Psiholog dublira protagonisticu i kaže: “Kada mi je teško ja se smijem.“

Protagonistica prihvaća taj dubl i to ponavlja u razgovoru sa psihologom. Kaže da više ne može ništa igrati i da je to to.

Pia u ulozi djeda odlazi na svoje mjesto u publiku, a protagonistica scenu iz kafića razmontira te vraća namještaj i ponovno ga slaže u stanje prije početka seanse.

Protagonističina se tuga smiruje, a psiholog joj interpretira ovaj susret: „Predlažem da na ovome nastavimo raditi. Konačno si barem dijelom, mogla izraziti svoju tugu i ljutnju zbog djeda koji je napustio i tvog tatu i tebe.“

Protagonistica je ponovno sjela u grupu gdje su svoja osobna iskustva i dojmove podijelili Teo i Pia. Pia se u ulozi djeda osjećala jako tužno, a cijela ju je priča podsjetila na njezinu obitelj u kojoj je baka „negativac“. Tea je ova psihodrama podsjetila na njegovu obiteljsku situaciju gdje postoji samo površinska komunikacija zbog čega je veoma nesretan.

Nakon razmjene osjećaja, grupa se sa psihologom pozdravlja do idućeg susreta za tjedan dana u isto vrijeme i na istom mjestu. Odlaze bez riječi na prvi školski sat.

Diskusija i zaključak

Ovaj psihodramski rad imao je više slojeva, kao što ih ima svaka psihodramska seansa. Protagonistica je radila za čitavu grupu, jer su obiteljski odnosi u kojima se prepoznaje i gradi identitet adolescenta ključan moment u njihovom razvoju. Roditelji se vole i mrze, odbacuju i prihvaćaju, što pokazuje svu silinu adolescentovih ambivalentnih osjećaja prema njima. Normalan razvojni tijek kod adolescenta jest jačanje vlastitoga identiteta što će se ostvariti tek putem prihvaćanja i poštivanja introjekata sa svim njihovim i dobrim i lošim aspektima/dijelovima. Poznato je da se adolescent stalno prolazno identificira čas s dobrim, a čas s lošim dijelovima svoga selfa, te mu je teško tolerirati pojedine dijelove svoje ličnosti. Put sazrijevanja nalazi se upravo na kontinuumu od takvog rascjepa (splittinga) do integracije u odnosu na objekte koji se kasnije s vremenom transformiraju u cjelovite unutarnje objekte (tzv. introjekte) u unutarnjem svijetu adolescenta. A to je uvjet za razvoj vlastitog identiteta, samopoštovanja i za prihvaćanje sebe u cijelosti. No, u tome je protagonistici svakako pomagala i grupa koja je kao „dobar objekt“ imala ulogu važne socijalne, društvene komponente u adolescenciji.

Nadalje, protagonistica je u ovom radu vježbala varijantu mogućeg ponašanja što još nije iskusila i što se uopće još nije ni dogodilo. U psihodrami joj je dato dopuštenje da pristupi djedu, što je drugačije iskustvo od onog što je imala u svojoj primarnoj obitelji. Protagonistica je u svom radu prorađivala katarzični događaj budućega susreta s djedom, a konkretizacija uz pomoć pravljenja scena vodila je protagonisticu prema uvidu. To je bila korektivna rekapitulacija njezine primarne obiteljske grupe. Podjelom osjećaja ovo se iskustvo protagonistice dopunilo i integriralo.

Čitava dinamika odnosa omogućavala je članovima grupe da uče o sebi i o drugima u (izravnoj) međusobnoj komunikaciji. Psihodramska im je situacija otvorila mogućnost da uče toleranciju, slobodu komuniciranja, sublimiranja i kontrolu vlastitih impulsa što je sve izniman problem u ranoj adolescentskoj dobi. Korektivno

emocionalno iskustvo iz grupe adolescenti mogu primijeniti i u svim drugim životnim grupama.

Grupna situacija, iako katkada izgleda artifičijelno, na neki je način veoma blizu vanjskim socijalnim situacijama i s njima je stalno povezana. „Membrana koja dijeli grupu od vanjskog svijeta polupropusna je“ rekao je poznati grupni terapeut Foulkes, (Klain i sur., 2008.) jer sve ono što se dogodi ili mijenja u osobnosti ili grupnom okruženju gotovo se odmah odražava i u stvarnom životu.

Proces sazrijevanja i odrastanja je težak, jer u sebi, između ostaloga sadrži rad na prihvaćanju raznih životnih gubitaka i slobodnom izražavanju vlastite tuge. To je težak put do prihvaćanja realiteta svijeta oko sebe i onih koji ostaju u adolescentovom unutarnjem svijetu bez obzira jesu li prisutni ili nisu prisutni na pravoj životnoj sceni (kao što je to u slučaju djeda protagonistice).

Radna hipoteza pokretanja psihodramske grupe bila bi: redovito dolaženje na psihodramske seanse i aktivno sudjelovanje u dužoj vremenskoj ekspoziciji poboljšat će kvalitetu življenja i psihološku dobrobit adolescenata, koji će proširiti svoje funkcioniranje na nove životne uloge s više sigurnosti i manje straha.

Ako je psihodrama metoda eksternalizacije unutarnjeg svijeta protagonista, njegovi će parcijalni ili cjeloviti objekti, bilo da su omraženi ili voljeni, u psihodramskom radu početi polako izlaziti na scenu. Pažljivim vođenjem adolescenta uz duže aktivno sudjelovanje stare će se obrane polako gasiti, a razvijat će se zreliji mehanizmi, ponajprije kapacitet za sublimaciju. U konačnici ta situacija adolescentu - protagonistu, članu grupe, omogućava kvalitetniji doživljaj sebe kako u svom unutarnjem tako i u vanjskom, stvarnom svijetu.

U našem slučaju, završetak grupnog rada u psihodrami nije rezultirao završetkom odnosa među njezinim članovima. Pun, zanimljiv i uzbudljiv život oživljen na psihodramskoj sceni što su ga doživjeli u grupi kao novo iskustvo, nastavio se i nakon terminacije grupe, druženjima, potrebom za pripadanjem, pomaganjem, smanjenom željom za izoliranošću i boljom samokontrolom što sve ima značenje adaptacijskog i restitutivnog procesa kao zaštite njihova mentalnog zdravlja i jačanja opće psihološke dobrobiti adolescenata.

Literatura

- Bion, W. R. (1983.), *Iskustva u radu s grupama i drugi radovi*. Zagreb: Naprijed-Biblioteka Psiha.
- Klain, E., Cividini Stranić, E., Urlić, I., Moro, Lj., Tocilj-Šimunković, G. i Josić, D. (2008.), *Grupna analiza – analitička grupna psihoterapija*. Zagreb: Medicinska naklada.
- Mindoljević Drakulić, A. (2007.), *Mali rječnik psihodrame*. Zagreb: Hrvatsko psihodramsko društvo.

Rudan, V. (2008.), Grupna psihoterapija adolescenata. U: Jukić, V. i Pisk, Z. (ur.), *Psihoterapija – škole i psihoterapijski pravci u Hrvatskoj danas* (str. 224 - 231). Zagreb: Medicinska naklada.

Tadić, N. (2004.), *Psihoanalitička psihoterapija dece i mladih*. Beograd: Naučna KMD.

Therapeutic Interpretations in Psychodrama with Adolescents in the School Environment

Summary

Psychodrama is an action form of group psychotherapy. Besides verbalization, it uses movements and body language as means of expression. It is the most interpretive therapy method, as interpretation occurs through so called direction of scenes and acting out of the problem. A psychodrama experiential therapeutic group consisting of seventh- and eighth-grade primary school students from Zagreb was active for two school years in continuity. The most frequent psychodrama interpretations were used: the double, role-reversal and mirroring. Despite organizational problems, a constant psychotherapy setting was achieved within the school, which helped participants in the group in their emotional maturation, thus preparing them for adult life. By repeating and acting out similar themes, the anxiety of the participants was lowered, and by role-playing and emphasizing the importance of game the interpretive character of psychodrama sessions was consolidated. All this contributed to the acquisition of corrective emotional experience in the adolescents.

Key words: therapeutic interpretations, psychodrama, adolescent, setting