

PSIHODRAMSKI SEMINAR DR. DUŠANA POTKONJAKA

Ovaj seminar iz psihodrame održan je u Zagrebu od 5. do 8. prosinca 2013., tijekom proširenog vikenda. Bilo je to gostovanje istaknutog psihodramskog psihoterapeuta i edukatora neuropsihijatra dr. Dušana Potkonjaka po drugi puta u Zagrebu, nakon održanog seminara krajem listopada 2012. na Psihijatrijskoj klinici KBC-a Zagreb (Rebro). Poduzetni organizatori su ga angažirali za ovaj četverodnevni seminar, koji je održan u vrlo ugodnoj atmosferi u za psihodramu idealnim prostornim uvjetima Centra CODIM (Centar za obitelj, djecu i mlade u Španskom, voditeljice CODIM-a prof. Alemke Guštin). Ljubljanski studenti dr. Potkonjaka, zagrebački psihoterapeuti Zdravko Bokulić i Mirjana Šimunović-Škunca bili su suorganizatori njegovog dolaska, a tajnice Internacionalnog instituta za integrativnu gestalt terapiju iz Nirnerga Lana Levar i Vedrana Vitez bile su organizatori. Seminar *Psihodrama i sociodrama* obavezni je kolegij edukacije iz socioterapije u organizaciji navedenog instituta, a otvoren je bio i ovoga puta i nadalje i za ostale moguće zainteresirane terapeute i edukante i drugih psihoterapijskih smjerova.

Seminar je protekao u sadržajno bogatoj i ugodnoj atmosferi edukativnog i profesionalnog učenja, druženja i prijateljstva pod iskusnim vodstvom Dušana Potkonjaka koji inače već više od dvadesetak godina živi i djeluje u Londonu, a održava edukacije i radionice s grupama edukanata u Beogradu već od ranih 80-ih godina do danas, gdje je ranije radio na Psihijatrijskoj klinici, a unazad više od četiri godine i u Ljubljani za već iskusne psihoterapeute integrativne i gestalt psihoterapije.

Među 20 sudionika seminara bili su psihoterapeuti, neuropsihijatri, psiholozi, socijalni pedagozi, socijalni radnici, pedagozi, liječnici, učitelji, odgojitelji i sociolozi. Većina ih je imala prethodne dugogodišnje edukacije iz integrativne gestalt psihoterapije (EAG-FPI programi edukacije), psihodrame, transakcijske terapije, scensko-ekspresivne terapije, hipnoterapije, kibernetičke psihoterapije, *change* terapije, realitetne terapije, NLP-a i novijih pravaca grupne psihoterapije i analitičkih trening grupa. Njihovi treneri su mnogi poznati edukatori u Europi, SAD-u i u našim krajevima, primjerice Hilarion Petzold (koji je između ostalog bio i direktni učenik osnivača psihodrame Jakoba Morena u New Yorku, i psihodramski pristup

postavio kao temeljni u njegovoj integrativnoj i gestalt terapiji i u integrativnoj superviziji, i po čijem modelu je razvijena i spomenuta edukacija u socioterapiji), Jurgen Lemke, Udi Jutta Schneewind, Blaž Topolovac, Christine Feuerstein, Berndt Heinermann, Dietrich Eck, Fritz Buttholtz, Ulrike Mathias Wiedemann, George Kohlrieser, Graham Barnes, John Golubgestet, William Glaser, Perry Good, Jannet Reinwater, Mladen Kostić, Nada Kostić, Jasna Srdar, Jasenka Golub, Josip Berger, Staniša Nikolić, Ljiljana Moro, Tijana Mandić Kosanović i drugi. Edukacije su se u predratnom razdoblju i kasnije odvijale u Zagrebu, Mariboru, Dugom otoku, Krku, Pagu, Brijunima, Bjelolasici i drugdje.

Na ovome su psihodramskom seminaru sudionici stekli značajna teorijska znanja, a koja su neki od sudionika već godinama ranije primjenjivali i provjeravali u svojoj profesionalnoj praksi. Nakon teorijskih predavanja iz povijesti i metodologije psihodrame radilo se u radionicama u grupnom *setting*-u vođenom metodama grupne psihoterapije, s aktivnim sudjelovanjem svih sudionika i to na osobne sinopsise i kratke scenarije iz osobnih, uvjetno rečeno problematičnih situacija, ali i problematičnih profesionalnih situacija, demonstriranjem intrapersonalnih i interpersonalnih smetnji i teškoća iz svakodnevnog života i radne prakse. Dakle, pojedini članovi grupe u fokus su stavili svoje osobne, obiteljske, bračne, radne i druge teme i probleme. Stekli smo mnogostruke uvide, dosegli značajne pomake, razrade i resolucije intrinzičnih kompleksa i konflikata kako svojih tako i onih naših klijenata. Istodobno smo u edukativnom smislu stekli nova i usavršili ranije stečena znanja i iskustva, kako teorijska tako i ona provjerena u praksi.

Bilo je dirljivih emocionalnih proživljavanja i scena, dobivena su praktična korisna iskustva i dogovoren je novi susret za šest mjeseci s mogućnošću i češćih susreta ovisno o daljnjem motivacijskom interesu ove grupe ili nove grupe koja se može formirati i nastaviti s radom u psihodrami. Tijekom seminara često su spominjana imena Jakoba Morena, Irvina Yaloma, Malcolm Pinea, Wilfreda Biona, Siegfrieda Fuchsa i drugih važnih teoretičara i edukatora čiji su pristupi na kreativan način bili prisutni u ovom psihodramskom radu u grupi i vođenju

grupnoga procesa kod Dušana Potkonjaka. Cjelodnevni radom su obogaćena i nadopunjena dotadašnja poznavanja psihodrame i rada u psihodrami, te općenito teorijske i praktične spoznaje vezane uz psihodramski rad i pristup. Spontani proces psihodrame odvijao se nakon tzv. zagrijavanja svojim prirodnim tokom. Cilj mu je bilo aktiviranje grupe, te kako dobiti i dati pažnju u grupi.

Polazeći od Bionove bazične pretpostavke susreta i primjerenog dodira do emocionalne interpretacije i kompatibilne integracije, rad u grupi se odvijao po Yalomovom pristupu u tri faze: *forming (in and out)*, *storming* (npr. od kontakta prema dobrobitnom ljudskom odnosu sa svim ugodnostima i neugodnostima) i *planing* (od kontakta prema odnosu).

Rad na seminaru odvijao se na način da je nakon upoznavanja članova grupe i teorijskih psihodinamskih objašnjenja (npr. o ulozi direktora u psihodrami), poslije uvodnih spontanijih zagrijavanja, provedenih tijekom cjelokupne aktivnosti grupe, dolazilo do spoznaje da pokret i emocija vode u riječ u svakome od prorađivanih primjera. U *sharing*-u nakon svakog psihodramskog rada na primjeru ili psihodramskoj vinjeti svaki je sudionik iznosio impresije o prezentiranom i psihodramski prorađenom slučaju, te je potom slijedila stručna analiza istog ili sljedećeg dana. Posebno je bilo iskustvo *sharing*-a – gdje članovi psihodramske grupe nakon drame s protagonistom na sceni, ponovno svi sjedaju u krug i dijele svoje dojmove. To je i dio psihodramskog procesa, i dio grupne psihoterapije, a i važan dio edukacije, a radi se o dijeljenju iskustva doživljaja tijekom psihodramskog procesa, to je faza dijeljenja emocionalnih doživljaja i slobodnih asocijacija vezano uz aktualni rad na sceni. Tek potom slijedi analitička teorijska raščlamba prethodno psihodramski prorađenog slučaja. Na kraju dolazi do reakcije i komentara direktora psihodrame. Ako je to i edukativna trening grupa, kao što je bila naša, onda taj dio prelazi i u analizu toka cijele grupe, a i psihodramskih tehnika na sceni, i zove se *proces*.

Od tehnika psihodrame najčešće su bile upotrebljavane spontano dubliranje (davanje mogućnosti *alter-ega* protagonistu), kao i *role-reversal* kada protagonist mijenja uloge i prelazi u ulogu druge za njega značajne osobe, i tada netko prelazi u njegovu ulogu. Tok grupe i psihodrame na sceni razvijao se spontano, prateći potrebe grupe kao cjeline i pojedinih članova grupe, što je bilo odlično prihvaćeno od sudionika jer je davalo mogućnost prorade različitih situacija i interpersonalnih odnosa te dovodilo do pronalaženja kreativnih i prikladnih rješenja. Na sceni su dakle istraživana, tražena i pronalazena nova kreativna rješenja. Moreno, tvorac psihodrame, imao je dva osnovna principa: spontanost i kreativnost. U našem zajedničkom psihodramskom druženju bilo puno spontanosti i kreativnosti, što je našem iskustvu u psihodrami dalo osjećaje jakog zadovoljstva s takvim načinom rada. Dr. Dušan Pot-

konjak nam je nesebično podastirao svoje edukacijsko bogatstvo, te je seminar protekao u kvalitetnoj, prijateljskoj i veoma uspješnoj suradnji.

Zanimljivosti prezentacija na seminaru pridonijeli su dobro izabrani primjeri slučajeva iz svakidašnje prakse i iz svakodnevnog aktualnog života ili prošlosti sudionika, koji su mogli biti u psihodrami stvarno doživljeni i prorađeni. Uvažavani su psihodramski principi rada *hic et nunc* i *ad hoc*, a ne *there and then* i *somewhere*! Voditelj nas je i kao direktor psihodrame upućivao u mnoge tajne psihodrame primjenom psihodramskih tehnika i psihodramske metode. Analizirao se tako i pojam smijeha u drami i tragikomičnost, krađa kreativiteta i druge slične teme. Iz iskustvenog doživljaja drame prelazilo se u kognitivnu razinu spoznaje. Spoznato je i da suvišna verbalizacija smeta, te kako doći do emocionalnog rasterećenja i podrške u grupi. Učili smo kao psihodramski misliti i „plesati“, te da je najvažnije da protagonist stimulatивно podijeli emocije s grupom. Svakog dana seminara bilo je nekoliko psihodramskih procesa, a tijekom edukativnog procesa posebni su naglasci davani pokretu, izboru i izmjeni uloga, *drop out*-u, osobnoj drami, dubliranju, sceni, *sharing*-u, procesuiranju, *role-playing*-u, eksternalizaciji objektnih odnosa u psihodrami te parcijalnim objektima u *splitting*-u selfa, a davale su se i psihodramske ilustracije. Protagonisti su dobijali mnogo nježnosti, empatije, podrške grupe i podgrupa, što je umanjivalo snagu njihove stare žalosti i ranijih osjećaja neprihvaćenosti, i ujedno bivalo snažnim korektivnim iskustvom.

Manifestirala se ovdje i univerzalna ljudska ljubav i patnja, te glad za podrškom, brižnošću i prihvaćanjem. Kreirana je kultura grupe. Svatko se osjećao sigurno. U grupi su bili dani i akcenti kompulzivnoj repetitiji, zrcaljenju i ljepoti doživljaja. U emocionalnom rasterećenju i psihodramskom razrješavanju situacija koje su bile u fokusu, bila je davana poanta na autoopservaciju i samorefleksiju, emocionalnu interpretaciju i kompatibilnu integraciju. Grupa je i inače bila vrlo kohezivna, pa se je tako moglo i s lakoćom obrađivati npr. u psihoterapijskom smislu posebno važnu temu žalovanja, i dati pozornost i vrijeme zapažanjima direktora psihodrame, a i kontinuirano je praćen spontani proces grupe. Pauze su proticale u vedrom raspoloženju. Dakle, atmosfera seminara bila je cijelo vrijeme srdačna, edukativno vrlo korisna, te su sudionici završili seminar više nego zadovoljni. Cijena seminara iznosila je 85 eura.

Dobili smo internacionalni certifikat za iskustvenu trening grupu u psihodrami, sociodrami grupnoj psihoterapiji „*SPA Moreno*“. Dr. Dušan Potkonjak je trener Britanske psihodramske asocijacije „BPA“. On je psihijatar koji radi u Goodmayes bolnici u istočnom Londonu. Pored psihijatrijskog rada vodi psihodramske grupe s pacijentima na odjelu za akutna stanja. Vodi i edukativne grupe za profesionalce iz područja mentalnog zdravlja. Dušan Potkonjak

vodi trening iz psihodrame i grupne terapije u Velikoj Britaniji, Srbiji, Sloveniji, a od sada i u Hrvatskoj. Doveo je 80-ih godina *morenovsku psihodramu* u ex-Jugoslaviju, a posljednjih desetak godina istražuje kompatibilnu integraciju psihodrame, grupne analize i interpersonalne grupne terapije. Dr. Potkonjak je i član londonske grupe za *playback teatar Playback South*. Za razliku od psihodrame gdje protagonist predstavlja samog sebe na sceni i mijenja uloge s važnim osobama iz svoga života, u *play-back* teatru publika iznosi priče i važne momente iz osobnoga života,

a posebno trenirani glumci odmah spontano izvode dramu koja je kao zrcalo života. Kod Dušana Potkonjaka su u razdoblju od 1988. do 1994. godine započeli trening treneri današnjih trenera psihodrame koji danas vode edukacije iz psihodrame po svim državama bivše Jugoslavije, pa i ovdje u Hrvatskoj.

ZDRAVKO BOKULIĆ,
LJUBOMIR RADOVANČEVIĆ