

## Το Ψυχόδραμα Σήμερα

1. ΤΟ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑ ΣΗΜΕΡΑ Αντώνης Λιοδάκης, Ψυχίατρος- Ψυχοθεραπευτής.
2. «Αν ο 20ος αιώνας ήταν ο αιώνας της ψυχανάλυσης ο 21ος αιώνας θα είναι ο αιώνας του ψυχοδράματος.» Jacob Moreno
3. ΟΡΙΣΜΟΙ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΟΣ Το ψυχόδραμα είναι μια μέθοδος ομαδικής ψυχοθεραπείας, η οποία αναπτύχθηκε από τον ψυχίατρο Jacob Levy Moreno. Το ψυχόδραμα είναι μια θεραπεία, που βοηθάει τους ανθρώπους να δοκιμάσουν διαφορετικούς τρόπους αντιμετώπισης των προβλημάτων τους, χωρίς να τιμωρούνται για τα λάθη τους. Το ψυχόδραμα είναι μια σκηνική δράση, στην οποία μπορείς να πεις αυτό που αισθάνεσαι αντί να προσποιείσαι ότι όλα είναι καλά. Η κάθε ψυχοδραματική αναπαράσταση είναι μοναδική, όπως και κάθε άτομο είναι μοναδικό, και αυτή η αναπαράσταση δημιουργείται από τη σχέση του πρωταγωνιστή με τον σκηνοθέτη και την ομάδα τη στιγμή και στον χώρο που πραγματοποιείται. Εδώ και τώρα.
4. ΑΠΑΡΧΕΣ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΤΟΥ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΟΣ Ο Moreno ανέπτυξε το ψυχόδραμα παράλληλα με την κοινωνιομετρία, το κοινωνιόδραμα και την ομαδική ψυχοθεραπεία ως έναν τρόπο προσέγγισης κοινωνικών και προσωπικών θεμάτων σε μια εποχή όπου η Βιέννη βομβαρδίζονταν με τις επαναστατικές ιδέες του Φρόυντ και του Μαρξ. Το πάθος του Moreno ήταν να αναπτύξει την μέθοδο του ψυχοδράματος, ώστε να αγγίξει τα προβλήματα του κόσμου, της κοινωνίας και των ανθρώπινων αλληλεπιδράσεων.
5. ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΣΗΜΕΙΑ ΤΟΥ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΟΣ Ο Moreno για πρώτη φορά χρησιμοποίησε τον όρο ψυχόδραμα το 1910. Η σημερινή μέθοδος συνδυάζει την αφήγηση ιστοριών με τα παιδιά στους κήπους της Βιέννης, τις κοινωνιομετρικές εξερευνησεις που έκανε στο Mittendorf, τις εμπειρίες του ως γιατρός στο Vad Voslau, τις ιδέες του Φρόυντ και του Μαρξ και τις σημαντικές φιλοσοφικές συζητήσεις, που έλαβαν χώρα στη Βιέννη. Όλα αυτά περιλαμβάνονται σε εμβρυακό στάδιο στο «Θέατρο του Αυθορητισμού» στη Βιέννη από το 1922 έως το 1925. Αρχικά το ψυχόδραμα ήταν μια ενεργή αφήγηση ιστορίας από την πλευρά του πρωταγωνιστή.
6. ΟΙ ΕΠΙΡΡΟΕΣ ΤΟΥ MORENO Σωκράτης Ο Ιησούς και οι χριστιανικές ιστορίες Ο Χριστόφορος Κολόμβος Ο Φρόυντ
7. Η ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΤΟΥ MORENO Ο Moreno γεννήθηκε στις 18 Μαΐου 1889, στην Βουδαπέστη. Στα νεανικά του χρόνια ως φοιτητής ιατρικής στη Βιέννη, ο Moreno περνούσε την ώρα του στο πάρκο λέγοντας ιστορίες σε ομάδες παιδιών. Τα ενθάρρυνε να σταθούν ενάντια στην καταπίεση της οικογένειας και του σχολείου, και να στήσουν μια παιδική θεατρική ομάδα, που θα έκανε παραστάσεις στο πάρκο. Το 1913 ο Moreno δούλεψε με πόρνες στη Βιέννη. Το 1926 ο Moreno έφυγε από την Αυστρία για την Νέα Υόρκη
8. ΚΟΙΝΩΝΙΟΜΕΤΡΙΑ ΚΑΙ ΟΜΑΔΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ Κοινωνιομετρία, η επιστήμη της

διαπροσωπικής επικοινωνίας ξεκίνησε από τον Moreno και του έφερε την πρώτη δημόσια αναγνώριση. Το 1933 κοινωνιομετρικοί πίνακες παρουσιάστηκαν σε ιατρικό συνέδριο στην Νέα Υόρκη. Ο Moreno μίλησε για αρχή κοινωνιομετρικού κινήματος. Η πρώτη κοινωνιομετρική εξερεύνηση έγινε το 1915 στο Mitteldorf, που ήταν ένας καταυλισμός για εξόριστους Ιταλούς χωρικούς. Αυτή η εμπειρία ανέπτυξε το κοινωνιόγραμμα ως μια μέθοδο μέτρησης των αλληλεπιδράσεων της ομάδας. Μια δεκαετία αργότερα ο Moreno με το διάσημο βιβλίο του «Who Shall Survive?» (1953) διαπραγματεύεται μια μαζική κοινωνιομετρική εξερεύνηση στο σχολείο θηλέων του Hudson.

9. ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ Κοινωνικές και Πολιτικές διαστάσεις του ανθρώπινου πόνου. Ο Moreno έφυγε από τη Βιέννη για την Αμερική λόγω επαγγελματικών πεποιθήσεων. Πίστευε ότι ο νέος κόσμος ήταν γεμάτος ευκαιρίες και ενδιαφέρον για τις ιδέες του περί αυθορμητισμού και δημιουργικότητας. Η κυρίαρχη άποψη για την πνευματική ασθένεια ήταν η αποκάλυψη μιας χημικής αιτίας ή ενός συγκεκριμένου ασθενούς τμήματος του εγκεφάλου. Η κοινωνική ιατρική θα ένωνε την κοινωνιομετρία, την ομαδική ψυχοθεραπεία, το ψυχόδραμα και το κοινωνιόγραμμα στη θεραπεία των ασθενειών της κοινωνίας. Ο κόσμος δεν ήταν και δεν είναι ακόμα έτοιμος να δεχτεί αυτά τα ριζοσπαστικά βήματα.

10. ΤΟ ΚΟΙΝΩΝΙΟΔΡΑΜΑ Το Κοινωνιόγραμμα ως συνέπεια του Ψυχοδράματος. Ο Moreno συνειδητοποίησε ότι τα μεγάλα κοινωνικά θέματα εμπόδιζαν την επίλυση μιας διαπροσωπικής διαμάχης. Το κοινωνιόγραμμα αναπτύχθηκε για να θίξει ευρύτερα κοινωνικά και πολιτισμικά θέματα. Το κοινωνιόγραμμα παρέχει ένα πλαίσιο για την εξερεύνηση των διαπροσωπικών προστριβών ανάμεσα σε ομάδες σχετικά με το γένος, τη φυλή, τη θρησκεία και την κουλτούρα.

11. ΑΡΧΕΣ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΟΣ Η «Φιλοσοφία της Στιγμής» του Moreno, υποστηρίζει τη βαθιά πίστη στον αστείρευτο αυθορμητισμό και τη δημιουργικότητα των ανθρώπινων πλασμάτων. Η φιλοσοφική σκέψη του Moreno σε σχέση με το «αξιόδραμα», το οποίο εξερευνά θέματα ηθικής, μεταφυσικές σχέσεις και αξίες, μπορούν να αξιολογήσουν τις σχέσεις μας με τον θεό, τη ζωή, το σύμπαν, το μέλλον και την τελειότητα. Ο Moreno το 1918 πιστεύει ότι κάθε άτομο είναι ταυτόχρονα δημιουργός και δημιουργία, και είναι υπεύθυνο για τον κόσμο που έχει δημιουργήσει και ό,τι υπάρχει μέσα σε αυτόν.

12. Ο MORENO ΚΑΙ Ο ΔΙΟΝΥΣΟΣ Στην Ελληνική μυθολογία... ο Διόνυσος, ο Παν... φέρνει από τις ασιατικές του ρίζες υπεράφθονη δημιουργική ενέργεια, για να γιορτάσει τη ζωή, πράγμα που οδηγεί στην επιθυμία για καταστροφή, ώστε να επιτευχθεί η αλλαγή... Ο Διόνυσος είναι πάντα περικυκλωμένος από ένα βακχικό πλήθος, αποφέροντας καθαρτική ανακούφιση από την καταπίεση της ατομικότητας.

13. Ο MORENO ΚΑΙ ΤΟ ΣΩΜΑ Είναι σημαντικό να βιώνουμε την πραγματικότητα ως ένα εργαλείο αλλαγής αντί να μιλάμε απλά για αυτήν δίνοντας πρωταρχική αξία στο σώμα. Η

ευαισθησία του Moreno απέναντι στη σωματική εμπειρία, ήταν σημαντική ως προς την ανάπτυξη της έννοιας του «τήλε».

14. ΟΙ ΚΥΡΙΟΤΕΡΕΣ ΑΡΧΕΣ ΤΟΥ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΟΣ Αρχή της Προθέρμανσης Αυθορμητισμός Δημιουργικότητα Επαφή «Τήλε» Συν- συνειδητό και Συν- ασυνείδητο Ρόλος Ρόλος εναντίον του Εγώ Αντιστροφή του Ρόλου Δράση

15. ΑΡΧΗ ΤΗΣ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ Η Προθέρμανση αφορά την έκφραση ενός ατόμου μέσα σε έναν νέο χώρο. Όλες οι δραστηριότητες περιέχουν μια φάση προετοιμασίας. Μια ανεπαρκής προθέρμανση οδηγεί σε μια ανεπαρκή δραστηριότητα. Η διαδικασία της προθέρμανσης περιλαμβάνει λεπτομέρειες, οι οποίες προωθούν μια ατμόσφαιρα μέσα στην οποία ένα ψυχόδραμα μπορεί να εκτελεστεί, που έχει στόχο να αυξήσει το επίπεδο του αυθορμητισμού μέσα στην ομάδα. Ο Moreno αποκάλυψε τη διαδικασία της προθέρμανσης « η λειτουργική έκφραση του αυθορμητισμού».

16. ΑΡΧΗ ΤΟΥ ΑΥΘΟΡΜΗΤΙΣΜΟΥ Ο Αυθορμητισμός λειτουργεί στο παρόν, στο εδώ και στο τώρα. Αποτελεί ενέργεια , η οποία κινεί το άτομο να αντιδράσει επαρκώς σε μια κατάσταση που δεν είχε ξαναζήσει ή να αντιδράσει με διαφορετικό τρόπο σε μια γνώριμη κατάσταση. □ Ο Αυθορμητισμός, ο οποίος ενεργοποιεί τα πολιτιστικά στεγανά και τα κοινωνικά στερεότυπα. □ Ο Αυθορμητισμός, ο οποίος δημιουργεί καινούργιους οργανισμούς, νέες μορφές τέχνης και νέα περιβαλλοντικά σχήματα. □ Ο Αυθορμητισμός, ο οποίος συντελεί στην διαμόρφωση της ελεύθερης έκφρασης της προσωπικότητας. □ Ο Αυθορμητισμός, ο οποίος συνεισφέρει στη διαμόρφωση επαρκών αντιδράσεων σε νέες καταστάσεις.

17. ΑΡΧΗ ΤΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑΣ Η Δημιουργικότητα καρποφορεί μόνο με τη βοήθεια του αυθορμητισμού, διότι ο αυθορμητισμός δρα ως καταλύτης της ουσίας της. Σε μια καινούργια κατάσταση ένα άτομο μπορεί να δράσει με: 1. Καμία αντίδραση 2. Μια παλιά αντίδραση 3. Μια καινούργια αντίδραση Η επαρκής καινούργια αντίδραση απαιτεί αίσθηση συγχρονισμού, καταλληλότητας και ηρεμίας. Η δημιουργική πράξη οδηγεί συχνά στη δημιουργία ενός προϊόντος: ενός ποιήματος, μια συμφωνίας, ενός πίνακα, ενός έργου.

18. ΕΠΑΦΗ Η αρχή της Επαφής είναι βασική στη φιλοσοφία του ψυχοδράματος. Είναι ικανότητα να συναντάς άλλους, να είσαι παρόν και ως το δυνατόν πιο νοήμων και ικανός να αντιστρέψεις ρόλους με τον άλλον. Η έννοια της επαφής μετατόπισε την εστία της ψυχοθεραπείας από το ατομικό επίπεδο στο διαπροσωπικό επίπεδο. Η θεωρία του Moreno για τις διαπροσωπικές σχέσεις συντέλεσε σε μια καινούργια εποχή για την ιστορία της ψυχοθεραπείας. Ο συντελεστής που περιορίζει τις πρόσωπο-κεντρικές ψυχολογίες και τις μαζικό-κεντρικές ψυχολογίες είναι η έλλειψη παρουσίας του «άλλου ηθοποιού».

19. «ΤΗΛΕ» Το Τήλε είναι μια έννοια που προέκυψε από την κοινωνιομετρία και περιγράφει τη ροή των συναισθημάτων ανάμεσα στα άτομα και εκφράζεται μέσω αυθεντικών εδώ και τώρα

ανταλλαγών και επαφών. Ο Moreno θεωρούσε το «τήλε» ως καθοριστικό συντελεστή στην έκβαση της θεραπείας και αποτελεί την διαδικασία την οποία ελκύει τα άτομα μεταξύ τους ή η οποία τα απωθεί. Ο στόχος του ψυχοδράματος είναι να μειώσει τις μεταβιβαστικές πλευρές μιας σχέσης και να μεγιστοποιήσει την αυθεντική επικοινωνία. Η ετυμολογική ρίζα της λέξης τήλε προέρχεται από την Ελληνική γλώσσα και σημαίνει «μακριά», επιρροή εξ αποστάσεως και εκπροσωπεί την ικανότητα να αισθάνεται κανείς χωρίς λέξεις τη σχέση ανάμεσα στους ανθρώπους και αποτελεί τον αόρατο δεσμό που ενώνει την ομάδα.

20. ΣΥΝ- ΣΥΝΕΙΔΗΤΟ ΚΑΙ ΣΥΝ- ΑΣΥΝΕΙΔΗΤΟ Οι όροι δεν πρέπει να ταυτίζονται με το φαινόμενο συνειδητών και ασυνείδητων καταστάσεων που περιέγραψε ο Φρόυντ, ούτε με το συλλογικό ασυνείδητο που περιέγραψε ο Jung. Ο Moreno τονίζει ότι το συν- συνειδητό, συν- ασυνείδητο είναι φαινόμενα τα οποία μπορούν να κατανοηθούν σε σχέση με αυτό που ονόμασε δια- ψυχή. Η Δια- ψυχή είναι μια αμφίδρομη διαδικασία, όπου δύο ή περισσότερα άτομα βρίσκονται αλληλένδετα μέσα σε ένα σύστημα συν – ασυνείδητων καταστάσεων. Η δια- ψυχή μιας ομάδας μπορεί να εξωτερικευτεί δια μέσου ψυχοδραματικών τεχνικών καθιστώντας έτσι φανερές τις σχέσεις στις συν- συνειδητές και στις συν – ασυνείδητες καταστάσεις.

21. «Οι άνθρωποι που ζουν μια στενή σχέση, όπως η μητέρα και το παιδί ή όπως το διάσημο ζευγάρι της ελληνικής λαογραφίας Ο Φιλήμων και ο Βάκης, δημιουργούν με το πέρασμα του χρόνου ένα κοινό περιεχόμενο ή αυτό μπορεί να ονομαστεί ως συν- ασυνείδητο. Έχω αντιμετωπίσει πολύ συχνά συναισθηματικές δυσκολίες, οι οποίες εμφανίζονται συχνά ανάμεσα σε άτομα , τα οποία ζουν κοντά μεταξύ τους. Σε αυτή την περίπτωση δεν θεραπεύα το ένα ή το άλλο άτομο αλλά θεραπεύα μια διαπροσωπική σχέση ή αυτό που μπορεί κάποιος να αποκαλέσει μια διαπροσωπική νεύρωση» Jacob Moreno (1959)

22. “Ο άνθρωπος αναπτύσσει τη ζωή του σε διαδοχικές μήτρες – γενετικές, μητρικές, μήτρες ταυτότητας, οικογένειας, κοινωνικές και συμπαντικές και αυτό το δίκτυο ενάγεται στο μυστήριο πλαίσιο της γενετικής ή συμπαντικής γνώσης. Η γένεση πραγματοποιείται σε μια στιγμή μέσα στον τόπο και στον χρόνο, όταν οι συν – ασυνείδητες δυνάμεις συγχωνεύονται, όπου γίνεται η επιλογή μεταξύ ζωής και θανάτου.” Monica Zurreti

23. Ο ΡΟΛΟΣ «Η λέξη ‘ρόλος’ έχει τις ετυμολογικές της ρίζες στην αρχαία γαλλική γλώσσα και προέκυψε από τη λατινική λέξη ‘rotula’. Στην Ελλάδα και στην αρχαία ρώμη τα λόγια των θεατρικών χαρακτήρων ήταν γραμμένα σε ρολά χαρτιού, τα οποία διαβάζονταν από τους υποβολείς στους ηθοποιούς, που προσπαθούσαν να απομνημονεύσουν τα λόγια τους. Έτσι η καταγωγή της έννοιας ‘ρόλος’ δεν είναι κοινωνιολογική ή ψυχιατρική. Η λέξη ρόλος ενσωματώθηκε στο επιστημονικό λεξικό μέσω του δράματος. Ο ρόλος είναι η λειτουργική μορφή που παίρνει το άτομο σε μια συγκεκριμένη στιγμή, όταν αντιδρά σε μια συγκεκριμένη κατάσταση, στην οποία συμμετέχουν και άλλα άτομα ή αντικείμενα.» Jacob Moreno (1946)

24. Είδη ρόλων κατά Bustos: □ Σύμπλεγμα Ένα :Χαρακτηρίζονται από μια δυναμική που είναι παθητική- εξαρτώμενη – συγχωνευμένη και μαθαίνονται ως επί το πλείστον σε σχέση με τη μητρική φιγούρα. □ Σύμπλεγμα Δύο:Χαρακτηρίζονται με την εκτέλεση ενεργών ρόλων, οι οποίοι περιλαμβάνουν την εργασία, την αυτοπεποίθηση, την ικανότητα να επιτυγχάνουν και να ασκούν εξουσία. Προϋποθέτουν την ισχύ της αυτοδυναμίας και της δραστηριότητας και μαθαίνονται περισσότερο μέσω της σχέσης με την πατρική φιγούρα. □ Σύμπλεγμα Τρία:Είναι η αδερφική σχέση, που το άτομο μαθαίνει να παίζει, να ανταγωνίζεται και να μοιράζεται. Οι ρόλοι αυτού του είδους έχουν να κάνουν με την επιβολή ορίων, τη μέριμνα για προσωπική ιδιοκτησία, την επίθεση ή την άμυνα του εαυτού ενάντια στην βία.

25. Συστήματα ρόλων κατά τον Max Clayton: □ Το διασπασμένο και δυσλειτουργικό σύστημα ρόλων (=αρχαϊκοί ρόλοι , οι οποίοι χρειάστηκαν για την επιβίωση αλλά τώρα δεν είναι επιθυμητοί) □ Το αμυντικό σύστημα ρόλων( =ρόλοι που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση καταστάσεων όταν η επιβίωση κινδυνεύει.) □ Το προοδευτικό – λειτουργικό σύστημα ρόλων (= επιθυμητοί ρόλοι που αναπτύσσονται ή είναι πολύ καλά ανεπτυγμένοι.)

26. ΡΟΛΟΣ ENANTION TOY ΕΓΩ Moreno υποστήριξε ότι οι ρόλοι ανακύπτουν πριν τον εαυτό και τείνουν προς ομαδοποίηση και ενοποίηση. Το άτομο πριν βιώσει την ενοποίηση των ρόλων ή αυτό που αποκαλούμε αίσθηση του εαυτού πρέπει να εγκαθιδρύσει λειτουργικούς συνδέσμους μεταξύ σωματικών, κοινωνικών και ψυχολογικών ομάδων, που αποτελούνται από ρόλους. Το σώμα, η ψυχή και η κοινωνία είναι τα επιμέρους κομμάτια του εαυτού.

27. ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗ ΡΟΛΩΝ Ο Moreno περιέγραψε πέντε στάδια που αντιπροσωπεύουν τις ψυχολογικές στάσεις για όλες τις διαδικασίες των ρόλων.1. Το στάδιο της Μητέρας της ταυτότητας2. Το στάδιο του Σωσία3. Το στάδιο του Κατόπτρου4. Το στάδιο της Αντιστροφής του Ρόλου5. Το στάδιο της Αντιστροφής της Ταυτότητας Η διαδικασία της αντιστροφής των ρόλων περιλαμβάνει, την ανταλλαγή σωματικής στάσης του ενός με κάποιον άλλον, ενώ και οι δυο παίρνουν ο ένας τον ρόλο του άλλου και τον διερευνούν.

28. ΔΡΑΣΗ Δραστηριότητες κατά τη διάρκεια προθέρμανσης στο ψυχόδραμα υποδηλώνουν την κοινωνική δομή της ομάδας. Η κίνηση ενεργοποιεί τα άτομα, ξυπνάει τη σωματική μνήμη του καθενός. Η αφύπνιση, η συνείδηση της κοινωνικής και ψυχολογικής διάστασης της ομάδας και η κίνηση ερεθίζουν τη λειτουργία του ενδοκρινικού συστήματος, το οποίο προωθεί την διαδικασία της φυσιολογικής θεραπείας του σώματος. Ο αυθεντικός όρος του Moreno για αυτό που λέγεται «ψυχοδραματική εκδραμάτιση» ήταν ο όρος «παίζοντας προς τα έξω».

29. «Όλος ο κόσμος είναι μια σκηνή. Όλοι οι άνδρες και οι γυναίκες απλοί ηθοποιοί. Έχουν τις εισόδους τους και τις εξόδους τους. Και ο καθένας στον καιρό του υποδύεται πολλούς ρόλους.» Shakespeare 'As you like it'

30. ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΕΚΤΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΟΣ Η ψυχοθεραπευτική

μέθοδος σε ένα κοινωνικό πλαίσιο αναφοράς. Η κοινωνική ζωή του ατόμου μεταβάλλεται εξαιτίας των κοινωνικό – οικονομικών και πολιτισμικών αλλαγών που επιφέρουν αλλαγές στη δομή της προσωπικότητας και στη θεραπευτική διαδικασία. Η μετάβαση από την νευρωτική εποχή στην ψυχωτική εποχή.

31. Η ΚΡΙΣΗ ΤΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΥ ΜΟΝΤΕΛΟΥ Ένα αποτελεσματικό θεραπευτικό σύστημα θα πρέπει να χαρακτηρίζεται από την καλύτερη δυνατή ενσωμάτωση του ευρύτερου κοινωνικού παράγοντα. Θα πρέπει δηλαδή να ενάγεται σε ένα κοινωνικό μοντέλο, και αντίστροφα μια κοινωνική θεωρία θα πρέπει να υπαινίσσεται ένα αντίστοιχο θεραπευτικό μοντέλο. Κανένα όμως από τα δύο δεν πρέπει να χάνει τον οντολογικό του χαρακτήρα.

32. Η ΜΙΚΡΟΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ Ο MORENO Η Μικροκοινωνιολογία ορίζει ως αντικείμενο της την ανάλυση των συμβάντων της καθημερινής ζωής, εκεί όπου διαδραματίζονται οι συναντήσεις των ατόμων, εκεί όπου οι κοινωνικές διεργασίες διαπερνούν και διαχέονται στα άτομα και τα «ατομικά δεδομένα» αναπτύσσονται και μεταβάλλονται κάτω από τις επιδράσεις του περιβάλλοντος.

33. Η ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΛΟΓΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ Ο GOFFMAN Ο Goffman πιστεύει στον πλουραλισμό των επιστημονικών ή ιδεολογικών κατευθύνσεων και θεωρεί ουτοπία τη δημιουργία μιας καθολικής θεωρίας. Το όνειρο μας είναι μια σφαιρική εικόνα του κόσμου έτσι ώστε οι ερμηνείες μας να συλλαμβάνουν όλες του τις διαστάσεις. Σε αυτά τα πλαίσια ο Moreno συναντά τον Goffman και ανέπτυξαν την θεωρία των ρόλων.

34. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΗΣ ΟΜΑΔΙΚΗΣ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ Ο ρόλος του Foucault (=Ιστορία της τρέλας) Ο ρόλος του Durkheim (=Η Θεωρία της Ανομίας) Ο ρόλος του Carl Rogers Ο ρόλος του Michell Lobrot (=Μη Κατευθυντική Ψυχοθεραπεία)

35. Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΩΝ ΡΟΛΩΝ ΤΟΥ MORENO Από κοινωνιολογική σκοπιά η έννοια του ρόλου μας συνδέει με τις κοινωνικές θέσεις και κατ' επέκταση με τις ευρύτερες κοινωνικές αξίες και δομές. Από ψυχολογική σκοπιά υποδηλώνει τις δράσεις και δραστηριότητες του ατόμου που εμπεριέχουν ορισμένα θεμελιώδη χαρακτηριστικά της προσωπικότητας.

36. Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΟΜΕΤΡΙΚΗΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ □ Το άτομο έχει επίγνωση ότι περιβάλλεται και περιβαλλόταν πάντα από πολλά άτομα. □ Το σημαντικό στη σχέση του ατόμου με τα άλλα άτομα είναι οι σχέσεις που τον «αγγίζουν» και ασκούν κάποια επίδραση πάνω του. □ Το κοινωνικό πεδίο του ατόμου ασκεί μια ορισμένη επίδραση ακόμα και όταν το άτομο δεν έχει επίγνωση αυτής. □ Το άτομο δεν παραμένει ουδέτερο στα στοιχεία του κοινωνικού πεδίου.

37. □ Το άτομο κάνει τις επιλογές του είτε από στοιχεία του κοινωνικού πεδίου που αντιδρούν απέναντι του ή από στοιχεία που δεν δείχνουν ενδιαφέρον για τον ίδιο. □ Η ανάπτυξη του ατόμου είναι συνδεδεμένη με την σημασία της επιλογής. □ Η ανάπτυξη της συμπεριφοράς του ατόμου χαρακτηρίζεται από μια αυξανόμενη επίγνωση των προτιμήσεων του. □ Ο βαθμός

συνειδητοποίησης των προτιμήσεων του εξαρτάται από τον έλεγχο που ασκεί πάνω τους.

38. ΟΙ ΑΤΟΜΙΚΟΙ ΡΟΛΟΙ ΚΑΤΑΜΟΡΕΝΟ1) Ψυχοσωματικοί ή Ψυχοφυσιολογικοί ρόλοι. (= Εστιάζουν στις διεπιδράσεις μητέρας- βρέφους)2) Κοινωνικοί ρόλοι. (=Εστιάζουν στην κοινωνία)3) Ψυχοδραματικοί ρόλοι. (=Εστιάζουν στην φαντασία και στην υπέρβαση)

39. ΤΟ ΠΕΔΙΟ ΤΟΥ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΟΣ Η σκηνική δράση οδηγεί στη συνειδητοποίηση διαφόρων καταστάσεων κυρίως σε ασυνείδητα προβλήματα δόμησης και συγκρότησης της προσωπικότητας. Η αυτογνωσιακή ομάδα του ψυχοδράματος ξεδιπλώνει ατομικές και συλλογικές θεραπευτικές δυνάμεις. Το ψυχόδραμα έχει σχέση με το θέατρο όμως δεν είναι θέατρο. Χρησιμοποιεί την λεκτική και την μη λεκτική επικοινωνία και προτάσσει προσωπικά συναισθήματα επί σκηνής. Εντάσσεται στα πλαίσια της ανθρωπιστικής ψυχολογίας (κριτική ψυχολογία) και εμπεριέχει στοιχεία μετά-ψυχαναλυτικών θεωρήσεων. (Rogers& Lobrot)

40. ΘΕΑΤΡΙΚΕΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΕΙΣΚΑΙ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤο «σωματικό» θέατρο των Konstantin Stanislavsky και J.Grotowski. Το «φτωχό» θέατρο ή το πολιτικό θέατρο του Μπρέχτ. Το «ανθρωπολογικό» θέατρο του Εουτζένιο Μπάρμπα. Το θέατρο των «καταπιεσμένων» του Augusto Boal.

41. ΤΟ ΑΡΧΑΙΟ ΔΡΑΜΑΚΑΙ ΤΟ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤο αρχαίο δράμα αποτέλεσε μια από τις πηγές έμπνευσης του ψυχοδράματος. Ήταν μια μυστηριακή τελετουργία κατά την οποία το δρών υποκείμενο που πρωταγωνιστούσε εξέφραζε τα προβλήματα της ομάδας και της Πόλης. Η πηγαία έκφραση επί σκηνής οδηγούσε τους θεατές σε κάθαρση. Ο Moreno διέβλεψε ότι μέσω της δράσης-πράξης (έτσι πρέπει να εκληφθεί η λέξη δράμα) εκφράζονται με βαθύτερο και πολυδιάστατο τρόπο «οι αλήθειες της ψυχής».

42. Η «ως εαν» ΕΜΠΕΙΡΙΑΗ εμπειρία αυτή παρατηρείται σε όλους τους ανθρώπους και αποτελεί ένα χαρακτηριστικό μηχανισμό της συνειδησιακής ζωής. Ένα είδος διπλής συνείδησης , η οποία μας επιτρέπει να βρισκόμαστε σχεδόν ταυτόχρονα μέσα και έξω από μια κατάσταση.

43. ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΤΟΥ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΟΣΗ Σκηνή- ο χώρος του παιχνιδιούΟι Πρωταγωνιστές (= ο πρωταγωνιστής παίζει κάποιο ρόλο από το παρελθόν ή από το μέλλον όχι όμως με γενικό και αφηρημένο τρόπο αλλά όσο πιο συγκεκριμένα μπορεί. Η αρχή της συγκεκριμενοποίησης είναι πολύ σημαντική και δύσκολη στην εφαρμογή της και μπορεί να ισοδυναμεί με θεραπεία.)Ο

ΣυντονιστήςΤα Βοηθητικά Εγώ- βοηθητικές δυνάμειςΤο Κοινό- ακροατήριο

44. Η ΠΟΡΕΙΑ ΤΗΣΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΙΚΗΣΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣΗ συγκρότηση των ομάδων ψυχοδράματος:ο Οι ομάδες αυτογνωσίας ψυχοδράματοςο Η πρώτη συνάντησηο Συναισθηματική κατάσταση των μελώνο Η αναζήτηση του θέματος

45. Η ΦΑΣΗ ΤΟΥ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥΗ τεχνικές έναρξης και προθέρμανσης της ομάδαςΟι βασικές θεραπευτικές τεχνικές του παιχνιδιούΗ μέθοδος της αντιστροφής των ρόλων

46. Η ΤΡΙΤΗ ΦΑΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑΤΙΚΗΣΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ- ΣΥΖΗΤΗΣΗΗ συναισθηματική

και συνειδησιακή κατάσταση του πρωταγωνιστή και του ακροατηρίου. Ο ρόλος του συντονιστή στη φάση της συζήτησης. Η συναισθηματική εκφόρτιση και συνειδητοποίηση. Η κάθαρση στο ψυχόδραμα. Η δυναμική ανάλυση των ψυχαναλυτικών συναντήσεων.

#### 47. ΤΟ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ ΤΟ ΨΥΧΟΔΡΑΜΑ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ

48. ΙΣΤΟΡΙΚΗ ομάδα ψυχοδράματος Κρήτης λειτουργεί από τις αρχές του 2006 στα Χανιά της Κρήτης. Είναι από τις λίγες ομάδες ψυχοδράματος στην Ελλάδα. Πραγματοποιεί τις συναντήσεις της σε μηνιαία τακτική βάση με τη μορφή διήμερου ψυχοδραματικού μαραθώνιου. Ο χώρος των συναντήσεων είναι το οικοσυγκρότημα Ευτραπελία- Χώρος εναλλακτικής ζωής και βρίσκεται στο χωριό Πρόβαρμα Αποκορώνου.

49. ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ Στα πλαίσια αυτής της ομάδας δίνεται έμφαση: □ Στην εκπαίδευση ψυχοδραματικών τεχνικών □ Στην κοινωνιομετρία □ Στη μελέτη και έρευνα του Μορενικού Ψυχοδράματος □ Στην δυναμική των ομάδων και □ Στην ανθρωπιστική ψυχολογία

50. ΦΥΣΙΟΓΝΩΜΙΑΗ φυσιognωμία της ομάδας διαμορφώνεται από το αρμονικό πάντρεμα ψυχοθεραπευτικών, ανθρωπολογικών, κοινωνιολογικών και θεατρολογικών στοιχείων. Το πολιτικό θέατρο του Brecht, το ανθρωπολογικό θέατρο του E. Barba, το σωματικό θέατρο του Grotowsky καθώς και η αρχαία τραγωδία, αποτελούν αφετηρίες, γνώσεις δημιουργικότητας και θεραπευτικής δράσεις.

51. ΧΑΡΑΚΤΗΡΑΣΟ χαρακτήρας της ομάδας είναι διεπιστημονικός, βιωματικός, ψυχοθεραπευτικός, ανθρωπιστικός και μη-κατευθυντικός. Με επίκεντρο τον άνθρωπο, το προσωπικό του βίωμα, το σεβασμό στην ιστορία του και τη ζωή του, δημιουργούνται, με ψυχοθεραπευτική ευελιξία του «εδώ και τώρα», οι προϋποθέσεις για μεγαλύτερη συνειδητότητα στις επικείμενες αλλαγές.

52. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ □ Ανάπτυξη ενσυναίσθησης και εναισθησίας των μελών □ Επαφή και επικοινωνία με την διαφορετικότητα □ Αναθεώρηση των διαπροσωπικών σχέσεων □ Προσωπική ανάπτυξη □ Επαφή με το σώμα □ Αυτογνωσία □ Εξέλιξη μέσα από το προσωπικό βίωμα □ Έμφαση στο θεραπευτικό χαρακτήρα του θεάτρου □ Δυνάμωση της αυτοπεποίθησης □ Συναισθηματική ευεξία

53. ΣΤΟΧΟΙ □ Ένα νέο βήμα συνάντησης και επικοινωνίας με τον εαυτό □ Ένα νέο «έθος» με βάση την αγάπη, την ελεύθερη έκφραση, την αυτοδιάθεση, τη συνεργασία και τη πολυσυλλεκτικότητα □ Συμβολή στο οικολογικό γίνεσθαι □ Συμμετοχή στην ανθρώπινη γιορτή