

Jegyzetek

- 3 MANFRED EIGEN — RUTHILD WINKLER: A játék. Gondolat, Bp. 1981. 32-33
- 4 ROBERT AXELROD: Az együttműködés kifejlődése: USA 1985/50, 21-25
- 5 J.M. KEYNES: A foglalkoztatás, a kamat és a pénz általános elmélete. KJK Bp. 1965. 351
- 6 BRIAN és SHIRLEY SUTTON-SMITH: Hogyan játszunk gyermekeinkkel? Gondolat, Bp. 1985. 223-224
- 7 Munka, hatalom, gazdaság. Munkaszociológiai tanulmányok. BKE-TEK Bp. 1990. 1-47
- 8 A Magyar Nyelv Történeti-Etimológiai Szótára, játszik c.
- 9 FÖRHÉCZ JÓZSEF: A játék pedagógiája. Bp. 1935.
SUSANNA MILLAR: Játékpszichológia. KJK Bp. 1973.
FARAGÓ LÁSZLÓ — KISS ÁRPÁD: Az új nevelés kérdései. Bp. 1949.
- 10 DEDINSZKY HENRIK: Lemaradás vagy felzárkózás: OMIKK Bp. 1990. 122
- 11 GRASTYÁN ENDRE: A játék neurobiológiája. Akad. K. Bp. 1985.
- 12 JEAN GABUS: A karibu-eszkimók. Gondolat, Bp. 1970. 130-143
- 13 COMENIUS MAGYARORSZÁGON. TK, Bp. 1970. 332-341
- 14 FARAGÓ LÁSZLÓ — KISS ÁRPÁD: I.M. 53-58
- 17 LEV TOLSZTOJ: Tanulmányok, cikkek, vallomások. Művei 9. Helikon, 1967. 10-34
18. HARRIET Finlay-JOHNSON: The dramatic method of teaching. Second edition, James Nisbet, London, é. nélkül.
- 19 CHRISTOPHER HAVELL: The case of drama. In: LIVING POWERS: The Arts in Education. Ed. by PETER ABBS. The Falmer Press. London, 1987.
- 20 PETER SLADE: Child Drama. London, 1954.
- 21 Primary Education. London, 1959. 174-178
- 22 BOLTON G.: Drama as Education. Longmans, 1984.
- 34 VIOLA SPOLIN: Improvisation for the Theater. Northwestern University Press 1963.
- 35 Magyar Pedagógia 1988/1, 97-106
G. HAUSMANN: Didaktik als Dramaturgie des Unterrichts. Heidelberg, 1959.

DR. PALÁSTHY ILDIKÓ

A PSZICHODRÁMÁTÓL A DRÁMAPEDAGÓGIÁIG

avagy

drámajáték hatásvizsgálat kisiskolások körében

Dr. Palásthy Ildikó a Debreceni Tanítóképző Főiskolán pszichológiát és drámapedagógiát tanít. A drámajáték személyiségfejlesztő hatásával foglalkozik. A 20-as években az emberre mint személyiségre irányul a figyelem. Minden bizonnyal a polgári demokratikus társadalmak sajátos igényéből eredően történik ez így. Pedagógiai megfontolásokból — lásd Lőrincz Jenő dolgozatát — születik meg a személyiség-központú drámapedagógia is, míg pszichoterápiás gyógyító szándékból a pszichodráma. Mindkettő a játékra, a cselekvésre épít, jóllehet, funkciójuk más. Az utóbbi leágazásai segítették a drámapedagógia módszerének a kimunkálását is. Palásthy Ildikó a pszichodrámatól jut el a drámajátékhoz mint szocializáló pedagógiai tevékenységhez. 1981-ben végzett kísérleteinek — dolgozata második felének — csak a menetét és summázatát tudjuk közölni terjedelmi okok miatt.

Moreno és pszichodráma

A dráma felhasználásával történő személyiségformálás egyre nagyobb szerepet játszik az oktatásban, a nevelőmunkában, a terápia, a regenerációs és a szociális munka területén. A drámajátékok alkalmazása Moreno azon felismerésén alapszik, hogy a dramatizálás egyidős az emberiséggel, a közösségi lét legelemibb szükségleteihez tartozik. Az ember tud dramatizálni, az „olyan mintha”-játék természetes számára. Morenoszerint „...a dramatizálás éppen úgy az emberi lét evidenciája, mint Descartes-nál a gondolkodás, vagy Sartre-nál a szorongás, vagy Camus-nál a helytállás.”

Erre az alapra építette Moreno a 20-as években szociónómiai rendszerét, melynek alkotóelemei:

- a szociodinamika (a szerepjáték és a csoportkötélek szerkezetének tudománya),
- a szociometria,

- a szociátria (a közösségek, csoportok gyógyításának tudománya).

Ebbe tartozik a csoportpszichoterápia, ill. a pszichodráma. Még elmélete kidolgozása előtt megalapította 1921-ben Bécsben a Stegreiftheatert, a Rögtönzések Színházát, ahol a „való élet módszereit” kísérlete meg emberi együttesek terápiajához felhasználni.

Ezek a próbálkozások azonban még nem nevezhetők terápiának. A pszichodráma mint terápiás eljárás csak a harmincas évek elején jött létre. Maga a pszichodráma szó Moreno írásaiban 1937-ben jelent meg. Ekkor fogalmazta meg a terápiás elvet és módszert: „pszichoterápia emberi kapcsolatokon és dramatikus játékon keresztül”.

A pszichodráma — lényegét tekintve — olyan pszichoterápiás módszer, amely nemcsak a verbális megnyilvánulásokra épít, hanem hangsúlyozza a cselekvés, a színpadon történő akció jelentőségét a lelki jelenségek,

készítések, vágyak felszínre hozásában, a konfliktusok feldolgozásában, a nagy indulati feszültségek levezetésében.

„Erre a realizálási módra bizonyos fokig szocializálva vagyunk. Gyermekkorunk és ifjúkorunk hosszú idő óta rátanít bennünket a szerepjátéokra és az utánozójátéokra. Ezeknek során rátanultunk arra, hogy viselkedésben fogalmazzunk meg mondanivalókat az „olyan mintha” regiszterben; olyan életformákat, amelyek átjárják a fantáziámat, meghatározzák a vágyképletemet; szeretném élni őket, de félek megélni ezeket, s a félelem jogos. A dramatizálás lehetővé teszi, hogy mégis létrehozam realizáljam.”

Moreno a pszichodramát a „pszichoanalízis antitézisé”-nek tekintette: a szavak elsődlegességével szembe az emberi aktivitást, spontaneitást, szabad önkifejezést, az individualitással szembe pedig a mások által meghatározott egyének közösségét, a csoport terápiáját állította.

Igaz ugyan, hogy terápiás célkitűzéseivel és katarziseleméletével végül is nem haladta meg Freud személyiség dinamikájának „gőzgép”-modelljét (az indulati-érzelmi feszültségszabályozásnak túlzott jelentőséget, a kognitív tényezőknek pedig kevés szerepet tulajdonítva) — viszont a pszichodramával olyan módszert alkotott, ami több mint a csoportpszichoterápia. Egyrészt, mert a cselekvő ember valamennyi kapcsolati és közlési formáját (nonverbális, metakommunikatív) bevonja a terápiába, másrészt, mert lényege az emberi kapcsolatok, konfliktusok, vágyak megjelenítése, dramatizálása, eljátszása. Így egyaránt alkalmat nyújt az individuális, a csoportos és a csoportpszichoterápiás megoldásra.

„A pszichodráma a pszichikum valóságos önkifejezésének társas hatásokban megvalósuló, cselekvő terpiás folyamata.” Dráma, hisz ábrázol, kifejez, megjelenít és pszichodráma, mert a játék forrása a pszichikum, az egyén lelki tartalma, készletesei, vágyai.

A pszichodráma során történő megjelenítés játékos realizáció, dramatikus improvizáció, melynek sikere a játék és a katarzis élményétől, valamint a spontaneitás készségétől függ.

A játék, a dramatic action

A terápiás játék ősmintája a gyermeki játék, amelyben a gyermek megszemélyesíti és megeleveníti világát, vágyait, szándékait, és levezeti indulatait, konfliktusait.

A játék, amely a gyermekkorban a pszichikum egészséges fejlődését szolgálja, a pszichodramában a személyiség formálásának, átalakításának, újraképzésének eszköze.

A játéksituációban több személy párbeszéde folyik (multilógus), s többek által meghatározottan az egyéb többbretűen nyilvánul meg.

A katarzisz

Moreno felismerte azt az effektust is, hogy „minden élmény megismérlése a korábbtól való megszabadulást jelent”. Ez a gondolat vezette el az integrációs katarzisz jelentőségének felismeréséig. „A pszichodráma kialakít egy gyógyulási effektust — nem a nézőben (másodlagos katarzisz), hanem a szereplőben, aki a drámát létrehozta, és általa megszabadítja önmagát feszültségeitől.”

A cselekvés hatalom, a játék hatástalanítja a szorongást, a félelmet. Feldolgozásuk pedig többdimenziós realitástöbblet juttatja a személyiséget. (Ugyanakkor tartós személyiségváltozást nem idéz elő, így önmagában nem tekinthető pszichoterápiás effektusnak.)

A spontaneitás

A gyermekre jellemző spontán önkifejezés csökkenésével magyarázta Moreno a viselkedés rugalmatlanságát, rigiditását. Ennek ellensúlyozására dolgozta ki „spontaneitás-gyakorlatait”.

Mindezek révén jutott el a 30-as évek közepén szociológiai, majd szociálpszichológiai, sőt pszichiátriai aspektusokat is magába foglaló szerepkonceptiójához, melynek dimenziói a szociális, a pszichoszomatikus s a pszichodramatikus szerep: ezen belül is különbséget tesz a terápiai, ill. az önismereti jelleggel létrejövő pszichodráma között: vannak játékok, melyekben a szerepek a személyiség, az én aktuális pszichés állapotának tükröződései, máskor pedig bármivé válhatunk az átváltás különböző szintjeinek segítségével (imitáció — mimikri — utánozó játék — azonosulás).

Ezek után vázlatosan ismertetjük Moreno triadikus szisztémáját:

a/ A csoportülések szerkezete

1. warm up (kezdő fázis) = involvációs vagy bevezető szakasz (beszélgetés, a játék kialakítása)
2. action (kezelési fázis) = a dramatizálás, a játék
3. sum up (befejező fázis) = csoportmegbeszélés, a játékélményének elemzése (ez az igazán hatékony szakasz)

b/ A csoportfolyamat rétegei

1. dramatikus játék-szint (az egyén lelki valósága)
2. szociometrikus szint (csoportdinamikai folyamatok elemzése)
3. csoportpszichoterápiás szint (az egyéni patológiák csoportban való kezelése)

c/ A pszichodráma játék mint formalizálási egység kritériumai

1. a játék kimondott (minden jelenlevő tudja, hogy játék)
2. játéktérben folyik (többnyire színpadon)
3. témája egységes (egy problémához kötött, ha ez változik, új játék kezdődik)

d/ A dramatizált játékok hatásmechanizmusa

1. a helyzet átélése, megértése (anélkül, hogy döntési helyzetbe hozná a résztvevőt, valamilyen módon növeli önismeretét)
2. dramatikus ventiláció (ha két egymással haragban levő szereplő a játékban is haragosokat játszik, csökkenhet bennük „igazi” haragjuk)
3. katarzisz (ha a néző beleéli magát a szereplők indulataiba, maga is megtisztul azoktól; és lásd: fentebb)

Moreno rendszerére építve, azt módosítva a dramatikus terápia rendkívül sok változata jött létre. (Korábban már létezett a színházterápia, a terápiás színház és a szcenikus kifejezés módszere.)

A legismertebb pszichodráma-változatok:

— A klasszikus pszichodramát a korábbiakban ismertettük.

— Az analitikus pszichodráma, amely a pszichoanalízis és a pszichodráma szerencsés szintézise. (Az analitikus drámában a játék nem kifejezetten cselekvéses jellegű.) Tudatosan hívja elő a csoporttagok azonosulási-azonosítási törekvéseit azok megerősítése céljából. (Ezen

belül rengeteg változata van — az egyes képviselői egy-egy irányzatot jelentenek: Lebovici, Anzien, Widlöcher, Lemoine, Matossen, Jung, Adler stb.)

— A Gestalt-dráma: a protagonista főszereplő **egy-maga játszik el** — saját érzéseit megjelenítve — más-más személyeket, úgy, hogy partnerét egy üres szék jelzi.

— Viselkedésterápiás szerepjáték: tanuláselméleti és viselkedésterápiás alapokra épít. A játzó személyt a játékon keresztül deszenzibilizálják, így építik ki a kívánt viselkedésmódokat. (tomcsányi)

— A pszichodramatikus és a viselkedésmódosító technika (a behaviour-dráma) összekapcsolása Petzold tetradikus rendszerében valósul meg, melynek lényege, hogy a problémát nemcsak „az átélés evidenciájával és racionális feldolgozással közelítjük meg, hanem a mindennapi életbe (társadalmi keretbe) is integráljuk”.

A terápiás folyamat felépítése ebben a rendszerben:

1. emlékezés és konfliktusfeltárás (diagnosztikai fázis)
 2. dramatikus újjáéltetés, emocionális tapasztalás, racionális belátás (kezelési fázis)
 3. viselkedésmódosítás (shaping = záró fázis)
- A csoportülések fázisai:
1. bemelegítési fázis (warm up)
 2. játék (action-methods)
 3. megbeszélés (sum up)
 4. visszajelentő (feed-back) fázis
- A pszichodráma a 60-as évektől virágkorát éli a fel lendülő csoportmozgalmak révén. Alkalmazzák technikáit

- gyógyító célú csoportterápiás eljárásokban,
 - a vezetőképzésben,
 - a nyugati ifjúsági szubkultúra részeként működő szentizációs, érintkezési (touching) és meztelen maratoni csoportokban,
 - egészséges személyek egyre divatosabb önismereti csoportjaiban,
 - a nevelési gyakorlatban is egyre nagyobb tért hódít.
- A pszichodráma azonban a nem terápiás céllal működő közösségekben nem mindig fordul elő „tisztá formában”, s gyakran lényegében más dramatikus eljárásokról van szó. Könnyen összetéveszthető

a szociodramával, ami csoportproblémák megoldását célozza, az axiodramával, ami értékkonfliktusokat pl. szeretet, önfeláldozás, jelenít meg, az agodramával, ami egyszerű jelenetek rögtönzése, pl. ajándékozás, vagy a szociáldramával, ami társadalmi problémákkal foglalkozik. Ezek a formák a játékot gyakran kombinálják agogikus (előrelendítő, cselekvésre készítő, lendületbe hozó) folyamatokkal, ami jelentős eredményeket hoz a személyiségformálás, önkifejezés terén.

A hazai szakirodalomban az iskolai oktatás és a való élet közti szakadék, a szocializáció, a kapcsolatteremtés, az alkalmazkodás problematikus voltának felismerése következtében vetődött fel a személyiségformálás olyan lehetősége, módja, amely nagyobb viselkedési biztonságot nyújt a társadalmi élet sok területén (család, iskola, kortárs csoportok, stb.).

A drámajáték lenne ez a lehetőség.

A drámajáték „rögtönzött, nem önmotogató drámai forma, amelyben a szereplőket arra tanítják, hogy emberi tapasztalatokat képzeljenek el, jelenítsenek meg, tegyenek bírálat tárgyává.”

Ezek a kezdeményezések a drámajátékot **különbözőképpen értelmezik:**

Az egyik felfogás a gyermeknevelés középpontjában álló humán tantárgynak tekinti, s drámaoktatásról beszél — a szakok integrálásának, a projekt-oktatásnak az igényével. Vallja, a drámaoktatás összekötőkapocs lehetne a különböző tárgyak között, s ha a projektoktatást a dramatikus játékokkal együtt alkalmazzuk, bizonyára könnyebben áthidalható lenne az iskola és az élet közti szakadék (Mezei Éva kísérlete is).

Mások a drámajátékban nem annyira tantárgyat, mint inkább hatékony módszert látnak, amely alkalmas különböző tárgyak megközelítésére (Zsolnai).

Én egy harmadik felfogásmód híve vagyok. Mégpedig annak, amelyik a drámának azon képességére épít, hogy a gyermekeket összeköti önmagukkal és másokkal, hogy eleve tényleg teszi az emberi lét realitását és lehetőségeit.

A drámajáték alkalmazásának gyökere magában az emberi lény megismerési és közlési vágyában, a közösségben végzett munka igényében, az önkifejezés vágyában, s abban a sajátos vonásában található meg, hogy az összes többi élőlény közül feltehetőleg egyedül képes „mintha” (as if) szituációban létezni.

Az ember szerepjátzó tevékenysége kisgyermekkorban kezdődik, s a szocializációs folyamatban a társadalmi szerepvállalások során fejlődik, változik.

A drámajáték lehetőséget nyújt arra, hogy a résztvevők eljátszák a drámai kifejezési formákat, melyek a mindennapi kapcsolatfelvételt és -tartást is megkönnyítik.

Lehetővé teszi, hogy megismerjék **önmagukat**, a másik embert, a világot egy gesztus, hanglejtés, a mimika, a különféle viselkedésbeli megnyilvánulások tükrében. Képesek lesz arra, hogy önmagukat testi adottságaiknak és személyiségüknek megfelelően a legkülönbözőbb élethelyzetekben pontosan és tisztán tudjuk kifejezni.

Azaz a dramatikus játékot szocializáló tevékenységnek tekintem.

A drámajáték

„A dráma az emberi viszonyok válogatott jelenségeinek kifejezésével foglalkozik. Az emberi cselekvést emberi cselekvés révén jeleníti meg. A drámajátékban a gyermek cselekvőként és közreműködőként képzeletben és tevékenyen él meg élethelyzeteket.

A kitűzött cél gátlások nélküli, aktív, kreatív egyének nevelése. A játék szereplői egymást váratlan helyzetek elé állítják, spontán reakciókra készítik. A rendszeres játéktevékenység ezáltal gyakorlótér: viselkedési biztonságot nyújt. Előbb-utóbb kialakul a játékosokban az a beállítódás, hogy önmagukat kívülről figyeljék. Az alkotó dramaturgia legfontosabb, legtartósabb hatása (mint általában véve a pszichodramáé is) itt ragadható meg: az önismereti elemek tudatosításában. A résztvevők helyzeti-viselkedési önismerethez jutnak. „Nem arról van szó, hogy „milyen vagyok”, milyen tulajdonságaim vannak, milyen jellegekkel lennék leírható, hanem arról, hogy adott feltételek közt hogyan viselkedek, milyen reakcióval felelek meghatározott felhívásra. Nagyon keveset tudok magamról, ha valamilyen módon megállapítják rólam — s erről önismereti belátásom lesz —, mondjuk, hogy diszkrét, titoktartó ember vagyok. De ha olyan helyzetbe kerülök, amelyben a körülmények próbára teszik ezt a vonásomat, akkor szerezhetek a titokkészségemről, titokérettségemről igazi önismeretet.”

Az önismeret lehetővé teszi egyrészt az életszemléleti, gondolkodásbeli, viselkedésbeli korrekciót (lásd Petzold tetradikus rendszerét!) (corrective emotional experience), másrészt ez az első lépés mások megismeréséhez. Kapcsolatot (kontaktus) és kölcsönhatást (interakció) létesítenek másokkal, másvalakinek, vagy másvalaminek a problémáiba képzelik bele magukat. „A társadalmi kommunikáció annak a képességnek a kifejlődésén múlik, hogy az ember át tudja-e élni a többi ember szerepét, vissza tudja-e tükröztetni magatartásukat önnön valóságában, és megtanul-e úgy reagálni önnön viselkedésére, ahogy arra mások reagálnak...”

A szóbeli megnyilatkozás önmagában is kifejező, a partner számára többnyire érthető. Hatékonyságát azonban fokozhatjuk a metakommunikációs eszközök révén. Ezek tudatosítása (az encounter-technikák erre igen alkalmasak) is fontos feladata a drámajátéknak.

A drámajáték az önmegvalósításnak, az önkifejezésnek is eszköze: elősegíti a kreativitás, a teremtőkészség, az önálló, rugalmas gondolkodás fejlődését. A gyermek számára fontos, hogy tevékenykedjen, hogy az érzékelés és cselekvés állandó kölcsönhatásban legyen egymással, ezáltal fejlődik ki benne az önkifejező, alkotó tevékenység képessége. Az alkotó munkára is lehetőséget ad a drámajáték.

S ugyanakkor a művészettel való találkozásra is, amennyiben esztétikai jellegű tevékenységet is (mesélés, ének, rajzolás, bábozás stb.) bevonunk a játékba. A drámával mint műnimmel való találkozás fogékonyá tehet a színházi előadások iránt is.

A csoportban folyó, közösségért végzett tevékenység, a kollektív örömök, közös sikerélmények szorosabbá fűzik a gyerekek kapcsolatát. A játék kezdetét tulajdonképpen mindenkor a szereplők kis csoportjának egymásrautaltsága jelenti. (A közös feladat vállalását csak fokozatosan váltja fel az egyéni érdek, az önérvényesítés.) Spontán csoportképző hatása van. A játékokban való részvétel hatással van a szereplők szociális pozíciójára és szociabilitására.

A vizsgálat

Hipotézis

1. Feltételezem, hogy a drámajáték pozitív irányban hat a társas viszonyulásokra, azaz fejleszti az egyének empátiás képességét, nyíltabbá tesz, s a felelősség vállalására is rávezet.

2. A drámajáték révén kielégítődnek bizonyos szükségletek

- így a jókedv-, vidámság-, játékgény,
- az önkifejezés igénye (ezek vizsgálatára jelen dolgozatban nem térek ki),
- megvalósulhat a frusztráció, büntudat csökkentése.

3. A drámajáték fejlesztő módon hat többek között a tevékenység-specifikus szociális képességekre:

- a szerep- és személyközi viszonyok észlelésére,
- a szociális alkalmazkodásra,

- a konfliktusok megoldására,
 - az önismeretre, emberismeretre
- s mindezek révén magára a csoportképződésre.

A kutatás körülményei

A kísérletet és a vizsgálatokat 1981. január-június hónapjaiban végeztem. A kísérleti csoportot az általános Nevelési Központ (Debrecen) 3/a osztályának 20 napközis tanulója alkotta.

A kontroll csoport az osztály további 14 tanulójából, a Debreceni Tanítóképző Főiskola Gyakorló Általános Iskolájának 3/c osztályából (27 fő) és a gyakorlóiskola báb-szakköréből (14 fő) (Összesen 52 fő) állt össze.

A foglalkozásokat az osztályvezető tanítónő tartotta Karika Rozália.

Alkalmazott módszerek

megfigyelés (kötött, közvetlen, nyílt), vizsgálati módszerek: szociometria, karakterológiai szavazólap, empátiás felmérés, Torrance-teszt (figurális körteszt), PFT-gyermek-teszt, kísérlet (kétszorosított természetes kísérlet elő- és utóvizsgálatokkal)

A kísérlet lényege a dramatikus alkotójáték volt. Négy hónapon keresztül tartottunk heti egy alkalommal egyórás foglalkozásokat, melyek lazító és koncentráló gyakorlatokból, mozgásimprovizációkból, érzékelő, mímes improvizációs helyzet- és fantázia-, valamint szöveges improvizációs gyakorlatokból, szituációs etűdökből álltak.

A kutatás eredménye

Bizonyítva látjuk, hogy a körületek tekintően, tervszerűen alkalmazott dramatikus alkotójátéknak helye van a gyermeknevelésben.

Kutatási eredményeinket összevetve a hipotézissel, megállapíthatjuk, hogy a drámajáték módot ad a gyermeknek saját személyisége személyközi viszonyokban való megismerésére. A szituációk, jellemek átélése lehetővé teszi a pontosabb, biztosabb emberismeret kifejlését (karakterológiai szavazólap).

A drámajáték eszköze az egészséges személyiség formálásának, amennyiben segíti a frusztráció, a büntudat csökkentését (PFT), fejleszti alkalmazkodó és empátiás képességünket (PFT és empátiás felmérés), s rávezet a felelősségvállalásra (PFT).

A csoportképződésre gyakorolt hatása nem egyértelmű: úgy tűnik, a gyerekeket igencsak befolyásolja társai játékban való részvétele.

Az eredmények magukért beszélnek. De tudnunk kell, hogy az alkotó drámapedagógia a gyermek fejlődésének nem célja, hanem igen fontos eszköze, olyan pedagógiai lehetőség, amelyet gyakorló pedagógusoknak, jövőendő tanítóknak el kell sajátítaniuk s munkájukban alkalmazniuk kell.