O PSYCHO DRAMATU spisovatel a dva psychiatři

L: Rádi bychom se dověděli, co je to psychodrama, jak se dělá, proč se k němu sahá a jak se na ně dívají odborníci v jiných zemích. Prosím doc. dr. Ferdinanda Knoblocha, *aby začal.*

KNOBLOCH: Psychodrama je vlastně improvizované divadlo. Vezmeme skupinu pacientů a požádáme toho z nich, který je dost připraven, aby pověděl nějaký svůj důležitý životní problém. Aby ho přehrál tak, že si najde mezi ostatními pacienty partnery, kteří mu připomínají lidi z jeho okolí. Ke mně přišel pacient a stěžoval si, že mu cuká pravá paže. Nevěděl, co to znamená, neznal žádnou souvislost. Byl neurologicky vyšetřen a shledán v pořádku. Pak jsem ho vzal na skupinu právě v době, kdy mu paže necukala. Po čase jsme hovořili o jeho životních problémech a dlouho jsme na nic nemohli přijít. Potom jsem mu poradil, aby si vybral pacientku, která mu připomíná manželku. Když začali spolu hrát, dostali se do hádky, a hle — paže mu začala cukat.

Psychologie 19. století byla převážně individualistická, introspekcionistická a mentalistická. Taková byla tehdy také psychoterapie a v mnoha směrech je taková dodnes. Nijak tím nezmenšuji obrovské zásluhy Freudovy, vždyť přišel na věci, které si lidé zastírají. Všechno se však pohybovalo v individuálním rozhovoru mezi pacientem a lékařem. Moreno přinesl něco nového: přenesl se z přítmí ordinace na otevřenou scénu, do skupiny pacientů.

L: *Žádáte od pacientů, aby hráli sami sebe nebo aby byli někým jiným, aby hráli divadlo?*

KNOBLOCH: Chceme, aby představovali sami sebe nebo někoho, koho dobře znají. My ale také někdy žádáme — a to je jeden z objevů Morenových — aby si neurotik roli s někým vyměnil. Říká se tomu převrat rolí. Úspěšně žít s lidmi totiž znamená vžívat se také do jejich rolí. Jde se tedy po základních principech sociální psychologie, když se ukazuje, že znát svou společenskou roli a úspěšně ji hrát znamená do jisté míry vsáknout do sebe také roli těch, s nimiž jsme v interakci.

L: *Byl jste, pane primáři, nedávno na kongresu ve Vídni. Rád bych věděl, zda je pohled na psychodrama všude stejný, zda je k němu v mezinárodních kruzích všude stejná důvěra.*

Doc. dr. Jaromír RUBEŠ: To je otázka, na kterou nejsem kompetentní odpovědět; takový přehled nemám. Rozdíl mezi tvůrcem metody Morenem a těmi, kteří metody používají, bude pravděpodobně především v tom, že Moreno ve svém psychiatrickém zařízení — které Jiří Šlitr nedopatřením považoval v New Yorku za divadlo — používá k léčení pacientů prakticky jenom psychodramatu, ovšem v jeho nejrůznějších podobách. Mám dojem, že výhradně psychodramatem kromě Morena léčí pacienty jen velice málo jeho přímých žáků. Jinak se ve světové psychiatrii, do níž metoda rychle proniká, psychodramatu používá jako jedné z léčebných technik, jako součásti souboru metod a prostředků. První věta, kterou jsem od Morena slyšel, sice zněla: „Ich bin ein Megaloman, das sehen sie auf ersten Blick", jenže on také skromně říká, že psychodrama není jeho vynález, že ho dávno vynalezlo lidstvo samo; že se každý z nás znovu a znovu stává vynálezcem psychodramatu a jeho technik. V Aristofanových Vosách se záměrně používá čistého psychodramatu. Pokus o léčení Dona Quijota je také čisté psychodrama.

Na kongresu v Badenu jsme měli jedinečnou příležitost sledovat psychodrama národnostních skupin. Při psychodramatu se ukázalo, že lidé, kteří na nás působili velmi exoticky, měli starosti blízké všem běžným lidským problémům. Když jsem viděl překrásné psychodrama nafilmované studenty z Carácasu, šel jsem za jejich profesorem s omluvou; vždycky jsem si totiž myslel, že jsem se narodil uprostřed vysoce kulturní, civilizované Evropy, a o Carácasu jsem měl dojem, že tam lidé lezou po stromech.

L: *Nemůže být léčebný účinek psychodramatu pokažen tím, že jsou při tom diváci?*

RUBEŠ: Moreno má v Beacon Housu jednu zvláštnost a z té mnoha psychiatrům vstávají vlasy na hlavě. Někdy se vůbec nesnaží dovědět se, co se dělo s pacientem, co to s ním udělalo. Předpokládá, že se něčeho užitečného dosáhne, i když to psychiatr dodatečně nerozebere a nevysvětlí. Publikum může být podle Morena nezaujaté. Každý může být kdykoliv vyvolán na jeviště jako protagonista. Zaplatí vstupné a účastní se produkce.

KNOBLOCH: Dodal bych: Divák je buď vyvolán, nebo se tak rozehřeje, že se sám přihlásí, anebo přijde na jeviště bez přihlášení. Naši hosté v Lobči, v odbočce pro rehabilitaci neuróz, jsou často překvapeni, že pacienti spontánně přicházejí na jeviště a hrají — třeba pacientova dvojníka. Je to jedna z technik, kdy pacient může mít dvojníka a ten za něho vyjadřuje tajné myšlenky, které by si pacient nedovolil vyjádřit.

Když jsem v roce 1949 začínal s psychodramatem, měl jsem tu čest, že kvůli mně tehdy přeložili z ruského jazyka článek Krize buržoazní psychiatrie. Cituji: „Jednou ze soudobých odrůd psychoanalýzy je tzv. psychodrama. Tento druh léčby psychických nemocí se těší obzvláštní popularitě v USA, zemi, kde jsou tak příznivé podmínky pro šarlatány, ohlupující lid jasnovidectvím, mastičkářstvím, astrologií a jinými podobnými praktikami. Cílem psychodramatu je pokud možno uklidňovat nespokojenost se sociální nespravedlností, zabraňovat narůstání sociálních konfliktů. Účastník předváděného psychodramatu má podle Morena dosáhnout očištění od své nespokojenosti. Buržoazní vědci doufají, že tímto způsobem vytvoří dobré vztahy mezi představiteli různých sociálních skupin. Aby jedincům nespokojeným se svým osudem vštípili tento prostičký způsob uspokojení, svolávají psychodramatické ústavy v Americe — jsou tam dokonce takové! — konference pro studium lidských vzájemných vztahů. Tyto konference řídí sám Moreno..." A článek končí: „Tak diplomovaní lokajové usilují o smíření třídních rozporů v kapitalistické společnosti. Ale marné jsou snahy buržoazních pavědců ospravedlnit své idealistické výmysly, neplodné jsou jejich pokusy vyvrátit ideje I. P. Pavlova."

L: *Děkuji za citát. Pane Vyskočile, vy jste spisovatel, herec a psycholog. Co na psychodramatu zajímá vás? Díváte se na ně jako na zábavu, jako na inspirační zdroj pro tvorbu, či jako na nějaký nový rodící se umělecký útvar?*

Dr. Ivan VYSKOČIL: Baví mě, protože vím, že jsem v tom sám zároveň angažován. Jeden ze základních požadavků psychodramatu je rovnost partnerů. Terapeut a pacienti jsou spoluhráči a pomáhají si. Prohazování rolí, přímé prožití úhlu partnera či partnerů, to byl také jeden z principů Brechtova souboru při studiu hry. Říkal prý: „Roli Hamleta vytváříte nejen vy, ale ještě podstatněji vaši spoluhráči tím, že se k vám jako k Hamletovi chovají."

L: *Než jsme začali tento rozhovor, zmínili jste se o jedné variantě psychodramatu, v němž se lze obejít beze slov. Nevím, zda se dá mluvit o psychodramatu, když se herci vzdávají jazyka a vyrážejí pouze zvuky. Přitom jste říkali, že komunikace byla velmi dobrá.*

RUBEŠ: III. světový kongres psychodramatu v Badenu, jehož presidentem byl doc. Knobloch a já generálním sekretářem, měl být původně v Praze, ale ze známých důvodů tu být nemohl. Měl jsem pocit, že jedním z jeho hlavních přínosů byly právě nonverbální modifikace psychodramatu. V tom směru tam učinilo ohromný dojem to, co přinesl dr. Vyskočil svým vymyšleným, neexistujícím jazykem a doc. Knobloch modifikací, která se jmenuje psychogymnastika. Jako třetí se k nim přidružil dr. Roy Hart z Londýna léčbou, které říká voice therapy. Ti tři potom improvizovali „internacionálním psychodramatem". A příslušníci národů celé zeměkoule hráli právě pomocí neverbálních komunikačních prostředků. Slovní komunikace je čím dál zapletenější a čím dál tím více vede k tomu, abychom si spíše nerozuměli a abychom jeden na druhého šili boudy. Proto lidem udělá velice dobře když mohou přejít k dorozumívání beze slov. Jako výhradní způsob by to ovšem nešlo.

KNOBLOCH: Mne zajímají neverbální složky psychodramatu z několika důvodů. Jestliže pacientům, kteří používají slovní klišé, někdy zamezíme, aby hovořili, vynikne emocionální obsah daleko lépe. V nejrozvinutější formě jsem to poprvé viděl u Fritze Pertse z amerického Big Sur. Ten originální muž léčí modifikovaným psychodramatem. Používá řeči, které říká „gibberisch". Vyskočil tomu říká dětština.

Teoreticky je neverbální komunikace tak důležitá proto, že je spojována s kybernetickými teoriemi o systému. Např. každá rodina má dokonalý vlastní signalizační systém, aniž si to uvědomuje.

L: *Pane Vyskočile, nemáte dojem, že psychodramatem se spíše studuje určitá podstata člověka nebo principy mezilidských vztahů, že je to spíše zdroj vašeho poznání než léčba pacientů?*

VYSKOČIL: Základem je kontakt. V něm je šance, že v druhých poznáváte jako v zrcadle také vlastní chování. Proto si člověk musí uvědomit, že jak se k němu chová druhý, je do značné míry odpověď na to, jak se chová sám. Pro mne je sociální chování uměním. Velice mnoho lidí jednak nezná sama sebe, a jednak se neumí chovat. Nevědí, jak působí svým chováním na druhé. Pro lidi je základní to, co si myslí, co prožívají, a nikoliv to, co vyjadřují. Jenže lidé se často vidí jakoby bez těla. Jejich myšlenky jsou nejčistší a nejlepší; jejich tělo však dělá a vyjadřuje něco naprosto jiného. Nechápou, proč jsou k nim ostatní lidé třeba odmítaví. — Není to jen metoda poznání, pro mne je psychodrama i metoda určité humanizace člověka. Když se nemohu v práci dostat k něčemu konkrétnímu, hraju si „co kdyby". Pro mne je psychodrama kromě jiného také neustálé objevování smyslu pro hru, objevování reality jako fantastické skutečnosti, která je i mnou měnitelná.

L: *Do jaké míry se od psychodramatu liší sociodrama?*

RUBEŠ: Americký psycholog Sullivan došel k tomu, že patrně jedna z největších věcí, kterou může psychiatr pro svého pacienta udělat, je, když mu dokáže nějak opravit vstupní informace. Je velice důležité, že při psychodramatu bývá člověk kupodivu ochotnější korigovat své informace než ve skutečných životních situacích. V životě se totiž cítí povinován dodržovat model nebo rituály, které mu rodina a vstupní informace imputovaly jako jediné možné a nutné.

Jak já rozumím pojmu sociodrama ze stylizací Morenových, řekl bych, že v psychodramatu se snažíme skutečně léčebně hrát osobní psychologické problémy našeho pacienta. V sociodramatu se dostáváme do polohy obecně lidské, do sociálně politického rozměru; jde o větší skupiny lidí, které by si mohly prověřovat své obecné komunikační problémy v psychodramatické formě. Kolega Knobloch se na začátku zmínil, že problém dnes je, abychom se dovedli vžívat do druhého člověka. Toto je však prastarý problém. Konfucius přece řekl, že pravý muž urozený se nikdy nepohoršuje nad tím, když druzí lidé jednají podle své přirozenosti a ne podle toho, jak bychom si my představovali, že by jednat měli. Moreno dal úvodní tezi psychodramatu spíše svou básnickou vizí, když řekl: „Vyjmi mé oči z důlků, abys mě viděl mýma očima, a já vyjmu oči tvé a vsadím si je do svých očních důlků, abych já tebe viděl tvýma očima".

KNOBLOCH: Psychodrama a sociodrama splývají, nejsou mezi nimi přesné hranice.

Hovořme dejme tomu o nějakém pacientu v Lobči, který líčí své manželské trampoty. Pokud je jenom líčí, má sympatie žen. Ale když přehraje nějakou scénu s manželkou (kterou zastupuje pacientka), ukáže se pojednou, jak je arogantní, povýšený atd. A vzápětí vystoupí do popředí veliký problém dneška — reciprocita rolí mužů a žen v manželství při změněných společenských poměrech, zaměstnání žen a vše ostatní. Všechny přítomné ženy reagují. Psychodrama se stává sociodramatem, nejde už o problém jedné ženy, ale o problém vztahu mužů a žen v naší společnosti.

VYSKOČIL: Sociodrama má také důležitý diagnostický účel; pomáhá vybrat pro určité místo náročné ve styku s lidmi nejsprávnějšího člověka. Necháte hrát disponovanou situaci několika uchazečům. Když zkoumáte jenom osobní vlohy nebo když se ptáte, co mají za sebou, odpovědí vám mnoho nepovědí o jejich konkrétním chování a působení. Ale když je vidíte jednat v typických situacích té funkce, pro kterou mají být vybráni, když „hrají", vidíte, jak kdo umí řešit konflikty, kdo v té situaci působí nejadekvátněji a nejsympatičtěji. Jsou určité situace, v nichž člověk musí působit vyloženě nesympaticky, aby zastával svou společenskou funkci.

L: *Lidé budou i při sociodramatu předstírat.*

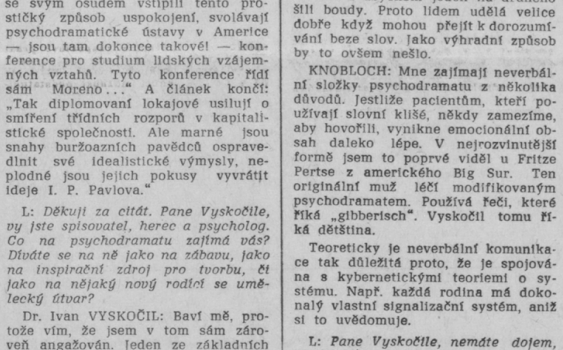
VYSKOČIL: No ano. Ale v každé funkci, pokud máte něco získat nebo si ji udržet, předstíráte. V které veřejné funkci může být člověk autentický?

KNOBLOCH: Dostáváme se tím k možnostem použití principu psychodramatu. U Morenů si např. touto metodou pomáhali i doma. Když paní Morenová, vynikající psychodramatička, nechtěla, aby pětiletý chlapec otce budil, přehrála si s ním, jak on jako otec spí a dítě ho ruší. Chlapec to pochopil.

RUBEŠ: V cizině se s psychodramatem počítá i v průmyslu a obchodu, např. je to součást výcviku prodavačů a manažerů. Nedávno jsme se dověděli o zvláštní kuriózní formě použití. Když se měl Johnson poprvé setkat s anglickým premiérem Wilsonem, jehož předcházela pověst člověka dosti difícilního, zahrál si psychodrama s americkým velvyslancem, kterého si přivolal z Anglie, aby byl už napřed připraven na Wilsonovy neobvyklé reakce, jak mu je velvyslanec přehrával.

Dovolte mi odbočku. Nedávno se vrátil kolega Franta Hájek, který dva roky pracoval v psychiatrické léčebně St. Alban ve Francii. Chtěl jsem, aby mi telegraficky řekl, v čem

(Dokončení na str. 5)



František Doležal:
Žena v množném čísle
Z výstavy v Táboře

Dvě poznámky o psychodramatu

Psychodrama patří do souboru psychoterapeutických metod a technik, je prostředkem nápravy, změny; jejím objektem je psychika člověka, jeho vztah k lidem a nezřídka i k hodnotám. Psychodramatik se tedy snaží nepřímo ovlivňovat chování i motivaci — manipuluje člověkem. Obdobně to platí o řadě dalších oblastí — od individuální psychoterapie až po masovou propagandu. Každá snaha o záměrnou změnu předpokládá vědomí cíle: považovat něco za správné, žádoucí; vědět, co je i co by mělo a mohlo být — jde tedy o oblast hodnot. Z tohoto hlediska je možné vysledovat dvojí přístup nejen k psychoterapii a psychodramatu, ale i k psychologii. Řada teorií i velká oblast praxe vychází z názorů (formulovaných či jen předpokládaných), že většina starostí a potíží člověka — od neurčitých pocitů nespokojenosti, úzkosti až po hluboké deprese — je především důsledkem toho, že se jedinec nedokázal přizpůsobit svému sociálnímu prostředí: naučil se nevhodně reagovat, neosvojil si úspěšně hraní všech požadovaných rolí. Cílem psychoterapeutických technik pak je člověka zadaptovat, naučit ho být takovým, jakým ho poměry chtějí a potřebují mít — tedy co nejúspěšněji jej zkonformizovat. Základní otázka zní: Jak na to? Psychologie i psychoterapie na ni dnes úspěšně odpovídají a podávají návody k manipulaci lidským materiálem. Proti takové jen „technologické" psychologii se ozývají námitky i ve Spojených státech, kde vznikla a bohatě se rozvinula. E. Fromm i jiní mluví o psychologii humanizující, která chápe člověka především pod zorným úhlem takových hodnot, jako jsou: rostoucí míra vnitřní svobody, rozvoj možností jedince, jeho samostatného myšlení, schopnost plné angažovanosti, smysluplné práce, nevykalkulovaných vztahů k lidem apod. Humanistická psychologie odmítá vidět v jedinci především soubor naučených reakcí, zvyků, zlozvyků a soubor rolí sloužících co nejúspěšnějšímu přizpůsobení všemu a všem. Domnívám se, že i z tohoto hlediska může psychodrama mít pozitivní funkci především jako prostředek k hlubšímu sebepoznání, jež nesloužil k osvojení jakýchkoli rolí, ale k tomu, aby člověk mohl ve skupině odstraňovat ty stereotypy a vzorky chování, jež jeho osobnost omezují, činí nesvobodnou a tedy ovladatelnou.

Je možné si představit takový PSYNEC, kam by se vždy na čas uchýlili nejvíce nespokojení občané a tam by si svůj nesouhlas či agresivní tendence rychle odreagovali — a vrátili by se do života jako ukáznění, klidní, spokojení a pilní tvorové. A pokud by je něco znovu rozzlobilo, mohli by se opět v patřičném prostředí uklidnit. Zdá se mi přece jen lepší, když si své psychologické a sociální potřeby budeme uspokojovat především jako společenské bytosti, tedy ve společenském životě, kde by mělo vše fungovat tak, aby nevznikala agresivita ani nutnost psychodivadel na nejrůznějších scénách. Pro výchovu k demokratické toleranci jsou přece jen asi nejadekvátnějším prostředkem fungující demokratické vazby.

Tady jsme se vlastně dotkli zajímavé a ne jednoduché otázky vztahu mezi psychologií a psychiatrií na jedné straně a politikou na straně druhé. Jestliže hlavní náplní politikovy činnosti je práce s lidmi (s jedinci, skupinami i celými vrstvami), pak je na místě uvažovat o tom, jak psychologie a psychiatrie mohou přispět k tomu, aby politika byla nikoli jen úspěšnější, ale především lidštější; aby si politik nejen vyžadoval odborné konzultace, jak úspěšně prosadit své cíle, ale aby sám uvažoval psychologicky ve smyslu psychologie humanizující. Pak by snad jeho činnost vzala v úvahu i skutečnost, že politika je též prostředek k tomu, aby lidé mohli co nejlépe uspokojovat své potřeby (od materiálních až po potřeby smysluplné angažovanosti, svobody, otevřených vztahů k lidem atp.) v souladu s humanistickou hodnotovou orientací.

IVO PLAŇAVA