

PSYCHODRAMA

Pro soudobou psychiatrii je charakteristický, ruch nejenom v hledání nových léků [viz heslo *Ataraktika* VaŽ 9/1959], ale také v úsilí o nové formy léčby psychologické, zpravidla označované za *psychoterapii*. Psychoterapii rozumíme záměrné léčebné působení na člověka, které hledí změnit jeho stav přímým ovlivněním psychiky, nejčastěji za pomoci slova, ať už ve formě léčebného rozhovoru nebo sugesce. Jiné způsoby léčby duševních poruch ovlivňují duševno zprostředkovaně, totiž tím, že navozují změny v biochemických podmínkách organismu (pomocí léků, šoků, chirurgických zásahů). Je nutno mít na zřeteli, že biochemická i psychologická léčba se často vzájemně doplňují. Míra jejich léčebného podílu je dána druhem duševní poruchy. Jednou ze svérázných metod užívaných v psychoterapii je *psychodrama* (dále zkráceně *PDM*). *PDM* je v podstatě léčebně uzpůsobené divadlo, kde herce i publikum ztělesňují pacienti a skupina zdravotníků-psychoterapeutů. Námětem hry jsou pacientovy zážitky nebo

okolnosti s nimi související. Vycházíme totiž z předpokladu, že celý dosavadní život nemocného s jeho konflikty, a osobitými nároky a postoji není pro duševní onemocnění lhostejný a že u celé řady poruch může být dokonce rozhodující.

Na psychodramatickém jevišti stojí proti sobě skupina psychoterapeutů a pacient. Léčebná skupina se skládá v podstatě z *režiséra*, *«ředitele hry»*, který organizuje, navozuje a usměrňuje scény, rozobírá je, a dále z *«pomocných já»*, která jednak vykonávají funkci spoluberců pacienta a jednak funkci *«alter ego»*, druhého já.

«Alter ego» má představit vnitřní bias nemocného, má pohotově reagovat na jeho hru, provokovat jeho vnitřní rozpory a nepřiznané sklony. Režisér — léčebný ředitel — navozuje scénu jenom rámcově, dává pouze ke hře podnět. Podnět může vzojít také od pacienta. Celá hra má základní charakter improvizace, *«spontánního divadla»*.

Velký vliv zde má reakce publika, které svým nesouhlasem komentuje

je chorobné nebo odchylné postoje pacienta.

Duševně nemocný zde stojí v poněkud nezvyklé situaci. Má za úkol hrát sebe sama. Poněvadž není spoután textem, vkládá do hry mnohem více ze své osobnosti nežli například profesionální herec, který je omezen postavou určenou autorem. Psychodramatické ztělesnění, slovní i pohybový výraz osobních problémů a napětí přináší pocit uvolnění. Divadelní situace je svým modelovým charakterem mnohem blíže skutečnosti než pouhé vyprávění nebo rozhovor, kterého užívají jiné psychoterapeutické metody. Cenou složkou léčebného účinku je zde větší aktivizace pacienta, náročnost, soubra a kontakt s kolektivem. Řada situací znovuprožíváních v *«jevištní rovině»* se objeví v novém světle, mnohý nervladnutý cit se opět dostává pod kontrolu. Dramatické vyjádření individuálních pocitů a jejich konfrontace s kolektivem působí blahodárně. Účinek *PDM*, jak už bylo řečeno, je o to mocnější, že se zde mluvené slovo kombinuje s

jednáním. Za pomoci psychoterapeutů se nemocný stává hercem a zároveň kritickým posuzovatelem vlastního života.

Časové a zpravidla i obsahově ucelené jednotky, jakési psychodramatické představení, bývá — ne zcela případně — označováno jako psychodramatické sezení. Bylo by lépe mluvit o *psychodramatické hře*. Hru je možno rozdělit na scény, které představují ucelená dějová pásma, a na záběry, které jsou nejjednodušším stavebním kamenem *PDM*. Psychodramatická hra se zpravidla několikrát opakuje. Soubra všech her s pacientem označujeme jako psychodramatickou *kúru* (Štroký—Buxbaum). Pronikavý vliv divadla na duševní život je znám už od starověku. V základě náboženských kultů je divadelní efekt. Aristoteles hovoří o *očištění* (katarzi) smíchem a pláčem. Síla divadla tkví v tom, že obobcuje citovou zkušenost a že poskytuje zážitky, aniž člověka podrobují tíži reality. Tragické v životě povýšeno na dramatický útvar se stává na jevišti pouze jevištně tragickým.

Záměrné léčebné využití principu herectví však přináší až začátek našeho století. Před první světovou válkou začíná J. L. Moreno ve Vídni s hledáním nových forem divadelního výrazu a objevuje tak

novou psychoterapeutickou metodu, kterou pojmenoval psychodrama.

PDM se ujalo — především v západních zemích — v nejrůznějších oborech. Užívá se ho v psychoterapii lehčích i závažnějších duševních onemocnění (neuróz a psychóz), v psychologické diagnostice, v sociologickém výzkumu, v přípravě budoucích matek, ve sňatkových a manželských poradnách, jako pomocného prostředku v osvětové práci atd. Rozšíření *PDM* nese s sebou i různé pojetí, která kolísají od realistických po nejfantastičtější. Hlavní tón však udávají dva základní proudy: žáci Morenovi a stoupenci psychoanalýzy, kteří zprvu *PDM* odmítali [sám Freud byl odpůrce kolektivní psychoterapie, v níž viděl návrat k primitivní hordě], ale pak *PDM* přijali a přizpůsobili svým často dobrodružným názorům.

Skutečnost, že se *PDM* stávalo zdrojem senzací a komerčního zájmu a že se ho také ideologicky zneužívalo, vzbuzovala u střízlivějších odborníků oprávněnou nedůvěru a ostražitost. Zneužití metody v základě dobré není ovšem důvod k tomu, abychom se nesnažili o její kritické využití.

Moreno (který je současně známým americkým sociologem) přikládá svému objevu neobyčejnou

váhu a v této souvislosti zcela nekriticky hovoří o psychoterapii mas, provádí *PDM* v televizi a slibuje si od této metody účinky, které nemůže mít. Tuto skutečnost J. L. Moreno znovu potvrdil jak svým veřejným vystoupením, tak i v osobních rozhovorech na psychiatrické konferenci v Jeseníku v září 1959.

Systematickým výzkumem *PDM* se u nás začal zabývat pracovní kolektiv v Psychiatrické léčebně v Opavě [léčebná skupina: H. Buxbaum, H. Široký, M. Schenková]. Autor tohoto článku zpracoval společně s H. Buxbaumem vlastní koncepci *PDM*. Ta vychází především z rozboru podminek a psychických mechanismů tohoto umělého léčebného divadla a těži z poznatků psychologie herectví. Přitom širší patientské publikum je vyloučeno a vymezuje se přesně léčebná skupina. Tím má být zaručena větší diskretnost a lépe kontrolovatelné prostředí. Zkušenosti výzkumu *PDM* na opavském pracovišti potvrzují, že jde o účinnou metodu, i když nelze sřílet přehnaný optimismus Morenov a jiných pracovníků. Na *PDM* se musíme dívat jako na jednu z mnoha psychoterapeutických metod, jejichž použití je nutno individualizovat podle povahy onemocnění i nemocného.

Hugo Štroký