

# A LÁTHATATLAN SZÍNHÁZ MÓDSZERÉNEK ÖSSZELETÉSE A PSZICHODRÁMÁVAL ÉS BIBLIODRÁMÁVAL\*

(EMBERTÁRS, VI. évf. 4. szám, 2008/4. 347-350 o.)

## A MÓDSZERTAN

A pszichodráma és bibliodráma-ülés szerkezete három jól elkülöníthető fázisból áll: a bemelegítés, a játék és az integráció szakaszaiból. A *Láthatatlan Színház* (továbbiakban: LSz) *módszerének* alkalmazása során ezek a következőképpen jelennek, jelenhetnek meg:

### **I. Bemelegítés** – Ráhangolódás és Bevezetés

A LSz esetében ez az előadás előtti szakasz, amelynek célja, hogy átvezesse a résztvevőt a megérkezéstől a konkrét bevezetésig, vagyis a vándor ráhangolódjon az előadásra. Ez egyfajta nézői *bemosakodás* és felkészülés, amelynek csúcspontja a szem bekötése. Annak hangsúlyozásával és tudatosításával történik mindez, hogy maximális figyelmet fogunk a vándorra fordítani, és bármilyen zavaró tényezőt tapasztal, szólhat, jelezhet, szemérről a kendőt levesszük. A fázisnak el kell érnie, hogy a néző merjen az őt vezetőkre ráhagyatkozni.

### **II. Játék** – Az előadás útjának végig járása

Az intenzív befelé fordulásra készítés konkrét szakasza ez, stációk és egyedüllét váltakozásával. A stációk az előadás jelenetei. A vándor e pontokon éli meg az előadást, vonódik bele a drámába, mozdulatok és mozgások történnek vele, egyéb érzékszervekre való hatások érik. A stációk között kifeszített kötélpálya helyezkedik el, amely az egyes állomások elválasztása mellett az összekötésüket is szolgálja. Jelképesen kifejezi és erősíti a vándor egyedüllétét is, mivel itt egyedül kell átmennie a következő stációhoz. Természetesen vezetési segítséget kaphat, ha erre szüksége van, mert mindig figyel rá valaki. Ez a szakasz játékba vonja a nézőt, mert vele történik az előadás, saját maga játssza a főszerepet. Ha a dramaturgia függvényében egy szerep eljátszatása a cél, akkor pedig azonosulhat szerepével, e szerephez való saját viszonyával.

### **III. Integráció** – Kivezetés, Csendterem, Megosztás

Míg a pszichodrámaiban szerepvisszajelzés vagy megosztás, a bibliodrámaiban tárgykészítés vagy szimbólum zárhatja le a foglalkozást, addig a LSz esetében az előadáson megélt feldolgozása több fázisban történik. Ennek részei a Kivezetés, a *Csendteremben* eltöltött idő és a megosztás lehetősége a *Jelenlét szobában*.

*Kivezetés* – Az előadás íve itt bizonyos értelemben nyugvóponttra jut, a kendő lekerül a vándor szemérről, ami után, ha adott a lehetőség, kimehet a szabadba, vagy beülhet a Csendterembe.

*Csendszoba* – Egy olyan helyiség, amelyben az előadás végiggondolása, az élmények lecsengetése nyugodt körülmények között megtörténhet.

*Megosztás* – Annak számára, aki igényli, lehetősége van élményeinek megosztására, a társulat egyik részese egy külön erre a célra fenntartott helyen, a *Jelenlét szobában*, válaszol a felmerült kérdésekre, vagy csak egyszerű jelenlétével segíti a megosztást.

Mindhárom fázis nagy szerepet játszik az integrációban.

---

\* A pszichodráma és bibliodráma oldaláról az összehasonlítás alapjául Sarkady Kamilla, Nyáry Péter: *"Színről színre" - a bibliodrámaról. A bibliodráma eredetéről és gyökereiről* c. tanulmány szolgált. Forrás: <http://www.pszichodrama.hu>

A továbbiakban a hivatkozott Sarkady-Nyáry tanulmány alapján hasonlítjuk össze röviden a módszereket: cél, feldolgozás folyamata, tapasztalás, vezér-koncepció, résztvevő, szerep és átélés, szimbólum és csoportdinamika szempontjaiból. Ezen kívül vázoljuk a *LSz módszerében* rejlő eredeti lehetőségeket.

## **A CÉL**

Az önismereti pszichodráma önmagunk jobb megismerését és terápiát kínál, míg a bibliodráma az önismeret mellett a Biblia és a teológiai tanítás alaposabb megértését tűzi ki maga elé.

A *LSz módszer* célja mindezeket magában foglalja. A befelé fordulás mesterséges előidézése nem csak növelheti az önismeretet, hanem az átélt darab tematikájának függvényében, célirányosan szűkítheti és összpontosíthatja is azt a kívánt életterületre, illetve problematikára.

## **A FELDOLGOZÁS FOLYAMATA**

A pszichodráma egyéni játék esetén a protagonista saját élettörténetéből, csoportjátékban a csoport története az „itt és most”-ből indul ki, a feldolgozás folyamatában az egyéni általános szintre emelkedik. A bibliodráma egy adott történet aktualizálható úgy, hogy annak általánosságai válnak személyessé a játék során.

A *LSz módszer* esetében a feldolgozás folyamata a bibliodrámaéhoz hasonló. Az előadás útján való végighaladás, ami egyben dramatizálása és megélése a feldolgozott történetnek, az elvontból és általánosból a konkrét és személyes érintettség tapasztalata felé hat. A néző belevonódik egy külső darabba. Bizonyos értelemben készen kapja a témát, a kereteket, az „utat”, de végig kell mennie rajta ahhoz, hogy tapasztalata megelevenedjen.

## **TAPASZTALAT**

A pszichodráma a szereplőnek saját élettörténete szálán „emlékeznie” kell arra, amit átélt, míg a bibliodráma a történet által hordozott kollektív tapasztalatot élék újra a játékosok.

A *LSz módszer* esetében minden néző, mint vándor potenciális protagonista, vagyis első számú drámai hős. Az előadás témájától függően biztonságos keretek között újra átélhetők olyan élethelyzetek, amelyek feldolgozására, tudatosítására van/lehet szükség.

## **VEZÉR-KONCEPCIÓ**

A pszichodráma a rendező kevésbé koncepciós, a csoport aktuális hullámhosszára hangolódva alkalmazkodik a pillanatnyi helyzethez. A bibliodráma vezetője általában kész forgatókönyvvel érkezik, és a játék dramaturgiájába építi be a csoporttagok aktuális hangulatát, helyzetét, állapotát.

A *LSz* egyes előadásainak kész és szigorúan pontos forgatókönyve van. Egy élethelyzet, egy bibliai történet dramatizálása sokszor heteket vesz igénybe a társulat csoportos foglalkozásain. Mindig alapvető szempont azonban a néző szempontja, aki az előadás 20-25 percében belevonódik abba a dráma, amelyet bár objektíven nem tudott meghatározni, mert készen kapja, mégis szubjektíven élhet meg, mert tematikájában általános emberi tapasztalatokat dolgoz fel.

## **A RÉSZTVEVŐ**

A pszichodráma egy protagonista-játék során a főszereplő a szereposztás révén „használja” a csoportot, az ő lelki panorámájaként. A bibliodramatikus játékban nagyobb a tagok szabadsága a választott szerepben, akár el is térhetnek a megírt történettől.

A *LSz* vándora az előadás során kereteket kap. Mivel viszont látása korlátozott, a 80 %-nyi információ-értelmezési kapacitása más, belső irányokba nyílhat meg. Ezért, bár a

külső keretek egységesek, az átélt élmény értelmezése, a befelé vezető út igen szubjektív és személyes lesz. Az út adott, de az úton járnia a vándornak kell. Neki kell megtöltenie tartalommal, személyes vonatkozásokkal az előadás témáját. Lelki panoráma tárulhat ez esetben is fel, de élesebben és intenzívebben, mert eleve készletre van a néző a befelé fordulásra.

### **A SZEREP ÉS ÁTÉLÉSE**

A pszichodramában a szerep a konfrontálás eszköze, az önfeltárás során a játékos kiszolgáltatottá válik. A védelmet a játékot követő feldolgozás adja meg. A bibliodramában a játékosnak lehetősége van elbújni a szerep mögé, a nem megmutatható én-részeket mintegy a történetben előre megírt szerep árca mögött, vele identifikálódva élheti meg.

A *LSz-ban* az átélés szintén a szerep mögött történik. De a külvilág nem látja, nem láthatja, hogy a néző mit él át saját belső színjátékában. Ez bizonyos értelemben védelmezi is a vándort. Az eljátszatni kívánt szerep, természetesen az előadás témájának függvényében, legtöbbször emberi tulajdonságok átélésére és lelki történések megjelenítésére ösztönzi a nézőt. Ezekkel való azonosulás, ha voltak már hasonló élményei, nem különösebben nehéz. A védelmet fokozza a Csendteremben lecsendesülő élmény feldolgozása, vagy adott esetben a megosztás lehetősége.

### **A SZIMBÓLUM**

A pszichodráma saját szimbólumokkal dolgozik, a bibliodráma a bibliai szimbólumok ősi, archetipikus jelentését fedezi föl, gyakran alkalmazva rítusokat, támaszkodva a közösségi élményre.

A *LSz módszerében* leginkább az archetipikus szimbólumok megjelenítésére és magas fokú átélésére van lehetőség. Ezekbe természetesen belevetülhetnek saját szimbólumok is, de ezen a területen a megélési és átélési lehetőségek leginkább az előadás témájának függvényében változnak.

### **CSOPORTDINAMIKA**

A pszichodráma nélkülözhetetlen eleme a csoportdinamika sodrása. A vezető kiaknázza a benne rejlő lehetőségeket mind az önismeret, mind a terápiás hatás érdekében. A bibliodramában a csoportdinamikai jelenségeket beépítjük a bibliai történetbe, és csak a legvégső esetben világítjuk meg az esetleges összeütközés hátterét.

A *LSz módszer* esetében a csoportdinamika első megközelítésben nem játszik különösebb szerepet. Jelentőséget kaphat azonban akkor, ha a megosztásra csoportosan kerül sor. Ennek koordinálását, a nézők reflexióit, kérdéseit, megállapításait a tudatosítás felé terelni és összegezni egy tapasztalt megosztást-vezető feladata.

### **Ami a LSz módszerében eredeti**

Az eredeti szó használatával nem annak hétköznapi értelmére gondolunk itt, tehát nem arra a manapság elterjedt jelentésére, hogy „új”, vagy „még-nem-volt”, hanem a lényeghez hű szemléletre, vagy arra, amely a lényeg kibontakozását, a lényeghez közelkerülést elősegíti. Ilyen értelemben a pszichodramában és a bibliodramában mérsékeltlen vagy kevésbé találkozhatunk a *LSz módszerének* két olyan alapvető jellemvonásával, amely az élmény megélését és feldolgozását meglehetősen felerősíti, és ugyanakkor védelmezi is. Ez a **bizalom** és az **elfogadás** légköre. Mindkettő elementáris hatással van a nézőre, de míg a bizalom a vándor oldaláról indul és elsősorban a társulat, az előadás révészei felé irányul, addig a társulat és a révészek felől áramló elfogadás érzete őhöz, a nézőhöz magához érkezik meg. Ez a visszacsatolás mintegy fokozhatja a vándor bizalmát, és a későbbiekben szilárdabb önbizalommá transzformálhatja azt.

A bizalom, megismételve a korábban elmondottakat, leginkább abban nyilvánul meg, hogy a néző megengedi, hogy látását ideiglenesen korlátozzák, és ráhagyatkozik az őt kísérő és vezető révésekre. Mindezt azonban olyan légkört kap cserébe, amely gyógyító és erősítő hatású. Ebben a légkörben pedig védelemben (újra) átélhetők akár olyan konfliktusok, vagy feldolgozatlan lelki sebek is, amelyekkel való szembesülés, valamint tudatosításuk pozitív kihatással lehet a valódi testi, lelki és szellemi *egészségre*.

Természetesen ahhoz, hogy ilyen célirányosan, adott konfliktus, vagy feldolgozatlan lelki seb átélésére készítsünk bárkit is, ahhoz alapos előkészületek, adott esetben orvosi, szakpszichológusi segítség szükséges. Ezért nagyon fontos a darab témája, a darab megalkotásának folyamata. Ez tulajdonképpen az útépítés. Ha a nézőt végig akarjuk kísélni egy úton, ezt az utat fel kell építenünk előtte. És a módszer alkalmazása itt terjedhet ki olyan területekre, amelyek révén a hagyományos gyógyításban, kiegészítő terápiaként megjelenve, segítséget nyújthat.

*Dr. Mézes Zsolt László*