

Simona PROSEN, Marinka PAHOLE

Človek kot igralec vlog: teorija vlog v psihodrami

A man as a role player: The theory of roles in psychodrama

Povzetek

Teorija vlog predstavlja enega od temeljnih konceptov psihodrame. J. L. Moreno, začetnik psihodrame, sociometrije in skupinske terapije, je svoj koncept vloge izdelal kot pripomoček za terapijo, skupinsko delo in za razumevanje vsakdanjega življenja. Vlogo Moreno (1953/1993) opredeljuje kot most med socialno in individualno psihološko dinamiko ter posameznika pojmuje kot igralca vlog. Kar posameznik čuti, misli in kako se vede, raste iz vlog, ki jih igra. V prispevku so podane definicije vloge in njene številne klasifikacije, ki temeljijo na raznovrstnih kriterijih. Prav tako so predstavljeni primeri uporabe teorije vlog na različnih področjih psihodramskega dela.

Ključne besede

vloga, teorija vlog, psihodrama, psihoterapija

Abstract

Role theory represents one of the core concepts of psychodrama. J. L. Moreno, the founder of psychodrama, sociometry and group therapy, developed the role concept as a tool to be used in psychotherapy, group work in general and for understanding of every-day life. Moreno (1953/1993) defines the role as a bridge between the social and the individual psychological dynamics and understands an individual as a role player. What an individual feels thinks and how he behaves stems from the roles he plays. In the article the definitions of roles are presented, their development and their numerous classifications, based on different criteria. The examples of role theory implementation in different areas of psychodrama use are also presented.

Key words

role, role theory, psychodrama, psychotherapy

V članku bo predstavljen pojem vloge s psihodramskega vidika: opredelitev vloge, njeno nastajanje ter razvrstitve glede na različne kriterije in pregled uporabe teorije vlog pri psihodramskem delu.

Opredelitev vloge

O vlogah je pogosto govora ob različnih priložnostih in v raznolikih kontekstih. Beseda vloga izhaja iz latinske besede »rotula«, ki pomeni valj, na katerega je bil pritrjen zvitek z besedilom vloge, ki jo je prišepetovalec bral igralcem v gledališču (Moreno in Moreno, 2000). Zunaj gledališča je koncept vloge prvi predstavil G. H. Mead (1997) v svojem delu *Um, sebstvo in družba*. Trdil je, da se posameznikov self vzpostavi preko socialne interakcije. Uporabil je metaforo vloge, ki jo pojmuje predvsem dinamično in interakcijsko, pomembno v komunikaciji in v procesu socializacije. Tako je postal izraz »vloga« način opisovanja in analize posameznikove identitete (Jones, 1996).

Pri Meadu in določenih drugih avtorjih (npr. Landy, 1990; Linton, 1936 v Landy, 1990) ima vloga predvsem socialni poudarek – predstavlja pripomoček za opisovanje in razumevanje posameznikovega socialnega udejstvovanja.

S konceptom vloge se je veliko ukvarjal J. L. Moreno, začetnik psihodrame, sociometrije in skupinske terapije. Teorija vlog predstavlja enega od njegovih temeljnih konceptov. Moreno (1953/1993) – za razliko od prej omenjenih avtorjev – vlogo opredeljuje kot most med socialno in individualno psihološko dinamiko. Svoj koncept vloge je izdelal kot pripomoček za terapijo, skupinsko delo in za razumevanje vsakdanjega življenja.

Moreno je začel kazati svoj interes za vloge pri opazovanju otrok, ko se jim je pridružil pri igri v dunajskih parkih, v prvem desetletju prejšnjega stoletja. Ko je opazoval otroke, je bil prevzet ob njihovi spontanosti vstopanja v vloge. Opazil je tudi to, da sta otroška spontanost in ustvarjalnost pri oblikovanju vloge upadali s ponavljanjem te. Podoben pojav je opazil pri staranju posameznika in pri posameznikih s čustvenimi motnjami, pri katerih se pogosto pojavlja neko ponavljanje vedenja brez povezave s trenutno situacijo. To ponavljajočo se vsebino je imenoval »kulturna konzerva« (Moreno, 1983/2006). Proces izgubljanja spontanosti in kreativnosti je Moreno skušal upočasniti z razvojem t. i. gledališča spontanosti, ki je od udeležencev zahtevalo odzivanje na trenutno dogajanje. Igralce je spodbujal, naj spontano reagirajo na novo situacijo. Ko so se tako pri posameznikih umikali »stari« deli vlog, se je odprla pot uporabi vlog na nov način – razvoju vlog.

Moreno je vlogo predstavil kot gradbeni element posameznikove psihološke strukture (Yaniv, 2012). Kar čutimo, mislimo in kako se vedemo, raste iz vlog, ki jih igramo – človek je v svoji osnovi igralec vlog. Self se pojavi iz vlog, ki jih posameznik igra, prej kot pa da bi se vloge porajale iz selfa, ki še ni oblikovan in integriran (Moreno, 1953/1993). Po njegovem prepričanju je vloga na najboljši vidni del človekove osebnosti – je oblika vedenja, mišljenja in čustvovanja, ustvarjena s pomočjo preteklih izkušenj in kulturnih vzorcev okolja, v katerem posameznik živi. Pomeni stičišče preteklosti, sedanjosti in prihodnosti. Moreno (1961/1987) je definiral vlogo kot obliko funkcioniranja posameznika, ki je vidna, ki jo drugi lahko opazijo in jo prevzame posameznik, ko v določenem trenutku reagira na določeno situacijo, v katero so vključeni drugi objekti ali ljudje. Vloga je medosebna izkušnja, ki za svojo realizacijo potrebuje dva ali več posameznikov (Moreno, 1946/1987).

Za vsakega posameznika in za vsako kulturo je značilen določen spekter vlog. Moreno (1953/1993) je menil, da ima v družbi vsakdo potencialno veliko večji repertoar vlog, kot pa jih dejansko razvije in uporablja.

Učenje in vrste vlog

Naš živčni sistem in psihični aparat z njim se ne razvijata v izolaciji, temveč v povezanosti. Vloge nastajajo v odnosih in se začnejo oblikovati že v nebesednih stopnjah razvoja. Otrok živi pred in takoj po rojstvu v nediferenciranem univerzumu, ki ga Moreno (1953/1993) imenuje »matrica identitete«. Ta matrica posamezniku omogoča eksistenco, vendar ni ozaveščena.

Moreno govori o treh ravneh (fazah) učenja vlog: prevzemanje vloge, igranje vloge in oblikovanje vloge. *Prevzemanje vloge* je povezano s posnemanjem nekoga v svoji okolici. Stopnja zavedanja tega procesa je nizka oz. proces poteka nezavedno, saj se prične v otroštvu, ko z otrokom ravnajo na določen način. Ob soočenju s podobno situacijo kasneje v življenju se posameznik spomni, kako reagirati, čeprav je takrat lahko že v zamenjanih vlogah, npr. prej otrok, zdaj starši. Pomembno vlogo pri tem procesu imajo t. i. zrcalni nevroni, ki otroku omogočajo skoraj neomejeno posnemanje (Kaplan in Iacoboni, 2006).

Igranje vlog je bolj zavestna raven izkustva vlog: posameznik svojo izkušnjo vloge lahko ubesedi. Vloge se je posameznik že naučil in jo tudi že igra. V tej igri ji lahko deloma tudi že daje osebno noto in ne ponavlja le naučenega.

Oblikovanje vloge se pojavi, ko je posameznik vlogo prevzel in jo igra ter ima možnost, da vlogi da svoj osebni pečat in jo preoblikuje na nov, svojstven način. Ko enkrat obvlada vlogo, lahko odvrže njene nepotrebne vsebine ali obliko in vlogo oblikuje edinstveno, vključujoč lastno vizijo te. Lahko sproščeno kombinira znane in neznane elemente vloge. Običajno posameznik preide zgoraj opisane ravni učenja vlog, vendar se včasih zgodi, da takšen razvojni proces ni mogoč, da npr. vlogo prevzame brez modela v svoji okolici.

V človeku sobiva več vrst vlog. Delimo jih lahko glede na različne kriterije, ki bodo naštetih v nadaljevanju. Vsak od teh kriterijev osvetljuje določeno razsežnost vloge.

A. Razsežnost selfa

Ena od delitev vlog temelji na kriteriju tega, katero razsežnost selfa vloga vključuje:

1. psihosomatska vloga – vključuje telesno razsežnost selfa,
2. socialna vloga – vključuje socialno razsežnost selfa,
3. psihodramska vloga – vključuje psihološko razsežnost selfa.

Psihosomatske vloge predstavljajo telesni vidik selfa in se pojavijo zelo zgodaj, lahko z rojstvom ali celo pred njim. Prve vloge, ki jih posameznik igra, so telesne, predbesedne in so povezane z nediferenciranim univerzumom, v katerem otrok izkuša bližnjo osebo (mater) in obdajajoče okolje kot eno s sabo. Telesne vloge vključujejo npr. tistega, ki diha, izloča, se hrani in spi. Sledijo vloge tistega, ki hodi, vpije, se igra ... Porajajo se torej iz otrokovega razvoja in v njih otrok izkusi svoje telo.

Naslednje vloge, ki se pojavijo poleg telesnih in se razvijejo kasneje, so socialne vloge. Socialne vloge predstavljajo medosebne vloge, ki jih posameznik igra z drugimi ljudmi, s svojo družino in družbo: mati/otrok, brat/sestra, moški/ženska, učitelj itd. Te vloge imajo osebno in družbeno dimenzijo, pri čemer je družbena (socialno pričakovano vedenje) bolj v ospredju.

Psihodramske vloge pomagajo posamezniku izkusiti svojo duševnost in predstavljajo notranje dimenzije selfa, npr. domišljajske vloge: mislec, sanjač. Kategorija psihodramske vloge povezuje koncept psihodrame in psihoanalitično teorijo objektivnih odnosov – psihodramska vloga je oblikovana iz posameznikovih preteklih izkušenj v odnosih in predstavlja eksternalizacijo in posebitev internaliziranih objektov in odnosov med njimi (Blatner in Blatner, 1988; Holmes, 1992; Moreno, Moreno in Moreno, 1964). Posameznik, čigar tema je v ospredju psihodrame, s pomočjo ostalih članov skupine predstavi svoje odnose. Z zamenjavo vlog posameznik sam oživi vse dele svojih objektivnih odnosov (Holmes, 1992).

Izkušnje v otroštvu posameznika najbolj vplivajo na oblikovanje njegove psihične strukture, na značilnosti njegovih odnosov. Vendar se te značilnosti lahko spremenijo skozi posameznikovo življenje, v odraslosti – ob določenih pomembnih življenjskih izkušnjah, preko psihoterapije (Holmes, 1992). To je pomembno, saj ljudje v svojih odnosih pogosto lahko tudi potiskamo ljudi v vloge, ki smo jih naredili mi zanje: ponotranjeni objekti preteklosti se udejanjajo v odnosih z ljudmi iz sedanjosti. Zlasti težko je narediti njihovo razmejitev v bližnjih odnosih. Kompulzivno ponavljanje vedenja v različnih situacijah je pogosto vzrok, da ljudje poiščejo pomoč v terapiji (McDougall, 1986).

B. Materinske-očetovske-vrstniške vloge

Bustos (1994) predlaga razdelitev vlog v psihodrami v tri skupine, klastre. Prva skupina vključuje t. i. »materinske« vloge, pri katerih je poudarek na negovanju in odvisnosti. Druga skupina vključuje t. i. »očetovske« vloge, pri katerih sta v ospredju asertivnost in avtonomija posameznika (in so v zahodni kulturi bolj poudarjene). Tretjo skupino predstavljajo t. i. »vrstniške« vloge, ki vključujejo sodelovanje, igro, tekmovanje in rivaliteto. Razvoj teh skupin vlog poteka v sozvočju z otrokovim razvojem. V posameznikovem življenju je pomembno, da so uravnoteženo zastopane značilnosti vseh treh skupin vlog. Pomembno je tudi poudariti, da – kljub poimenovanju – ni nujno, da se značilnosti »materinske« skupine vlog vedno kažejo, kjer bi jih pričakovali, npr. v vlogi matere.

C. Razvitost in trajanje

Moreno (1961/1987) pravi, da človek uteleša veliko več vlog, kot mu jih je dovoljeno imeti v življenju. Te različne vloge živijo v njem na različnih razvojnih stopnjah. Občutek tesnobe jim navadno prepreči, da bi se pojavile. Vloga je lahko, če upoštevamo kriterij njene razvitosti: nerazvita, zmerno razvita, zelo ali celo pretirano razvita. Upoštevati je potrebno tudi, da se nekatere vloge pri posamezniku morda sploh niso razvile ali pa so bile razvite le v odnosu z eno osebo in so nato izginile. Glede na zgoraj navedeno je vloga lahko odsotna do zmerno ali pogosto prisotna v posameznikovem življenju.

Vsaka vloga, v kateri deluje posameznik, ima določeno trajanje, kot je ugotavljal Moreno (1961/1987). Vloga je torej prehodni fenomen: večina vlog gre skozi fazo oblikovanja, fazo vzdrževanja in fazo pojanja. Včasih pa vloge ostajajo zelo dolgo nespremenjene – t. i. fiksirane vloge, ali pa jih posameznik le trenutno ne uporablja – t. i. zamrznjene vloge. Zlasti pri naza-

dnje omenjenih zamrznjenih vlogah je pomembno zavedanje, da so te vloge nekoč imele svojo zunanjo pojavnost, so se kazale v posameznikovem vedenju, čeprav se danes ne več.

Č. Odnosi med vlogami

Za razumevanje dinamike vlog je pomembno poudariti, da so vloge v osnovi naučene oblike vedenja, mišljenja in doživljanja, vendar jih posameznik lahko tudi spreminja in preoblikuje. Mnoge vloge so v medsebojnem odnosu, v povezavi z drugimi vlogami in Bateson (1979) govori o komplementarnih (recipročnih) ter simetričnih odnosih med vlogami (npr. vloga sina je komplementarna vlogi staršev in vloga prijatelja je simetrična vlogi prijatelja).

Posamezne vloge naj bi bile hierarhično organizirane v posameznikov self koncept – glede na to, kako verjetno se bodo izrazile v vedenju. Vloge bliže vrha hierarhije so tako za posameznika bolj določujoče od tistih, ki v hierarhiji ležijo niže (Hogg, Terry in White, 1995).

Nekatere vloge si posredno ali neposredno nasprotujejo. Marsikatero vlogo predpisujejo nasprotujoče si vedenje, kar lahko povzroča konflikt. Konflikti se lahko pojavijo tudi med nasprotujočimi se deli iste vloge, npr. mati želi pomagati otroku in nekaj opravi namesto njega, hkrati pa želi vzpodbujati njegovo samostojnost. Prav tako se lahko pojavi konflikt v posameznikovih odnosih z drugimi ljudmi, če ta spremeni vloge v svojem življenju. Osrednjega pomena za razumevanje teorije vlog je torej razmišljanje o odnosih, v katerih posamezne vloge obstajajo, ter o vzajemnosti, ki se v odnosih pojavlja.

D. Funkcionalnost

Funkcija vloge je v tem, da nam pomaga vstopiti v socialni svet. Osrednjega pomena za ovrednotenje posameznikovih vlog predstavlja ocena njihove funkcionalnosti. Posameznikovo prilagojeno vedenje je mogoče, če ima ta zadostno število razvitih vlog in če se med njimi lahko giblje glede na svoje potrebe (Moreno, 1946/1987). Zdravi posamezniki se prožno, ustvarjalno in spontano podajajo v svoje vloge ter se uspešno spoprijemajo z njihovimi izzivi in zahtevami.

Vloge imajo zasebno in družbeno obliko, ki se (lahko) razlikujeta, zato je pri raziskovanju vlog potrebno upoštevati njihov sociokulturni okvir in družinsko okolje, ki imata velik vpliv. Ko razmišljamo o posameznih vlogah in njihovi funkcionalnosti, moramo pri tem vedno upoštevati socialne okoliščine, v katerih se vloga pojavlja. Vloga je funkcionalna, če je ustrezna glede na kontekst, tj. usklajena z okoliščinami, v katerih se posameznik nahaja (npr. položaj posameznika, vloge drugih, cilj interakcije) in s posameznikovimi lastnostmi (npr. starost – razvoj, sposobnosti, temperament, izkušnje, zdravstveno stanje). Funkcionalnost vloge lahko ovrednotimo tudi glede na posledice, ki jih določena vloga povzroči (npr. če je vloga matere funkcionalna, je odnos z njenim otrokom zadovoljujoč).

Socialno ustrezne vloge se ohranjajo in sčasoma »konservirajo« (Moreno, 1953/1993). Za takšne vloge je značilno avtomatizirano in predvidljivo vedenje. Zanje je značilno tudi, da imajo podporo socialnega konsenza, tj. dogovora med pripadniki neke skupine glede zaznavanja, pričakovanj in vedenja v določenih vlogah ter njihove medsebojne usklajenosti. Vendar obstaja nevarnost, da postanejo »konservirane« vloge rigidne, saj funkcionalne vloge, ki nosilec dobro služijo, običajno ne trajajo dolgo časa. Stalno se spreminjajo in ko dosežejo cilj, izginejo. Vloge, ki so vezane na določeno situacijo, popolnoma izginejo, ko ta situacija mine. Določene vloge pa se ohranijo dolgo časa ali so celo stalne, vendar bolj po imenu in določenih osnovnih potezah,

spreminjajo pa se glede na vsebino in način vedenja v vlogi. Primer za to je vloga matere ali očeta, ki ostaja enaka po imenu, stalno pa se spreminjata vsebina in način vedenja, predvsem glede na starost otrok.

Vloge postanejo nefunkcionalne in lahko celo destruktivne, bodisi če obstajajo dolgo po tem, ko je ugasnila potreba po njih, bodisi če se vsebinsko (pre)počasi spreminjajo in se ne prilagajajo novo nastali realnosti. Takšne vloge trdovratno vztrajajo, ne glede na spremembe zunaj ali znotraj posameznika. Sile, ki jih vzdržujejo, so strah, bolečina, žalost in druge ovire (Kipper, 1998). Terapija se navadno loteva prav teh vlog, da bi zaključila njihov cikel obstoja ali spremenila njihovo vsebino.

Razvitost vloge se ne prekriva z njeno funkcionalnostjo: dobro razvite vloge (progressivne) so lahko funkcionalne (primer očeta, ki ustrezno poskrbi za svojega sina) ali nefunkcionalne (primer očeta, ki na enak način kot za sina skrbi tudi za svojo ženo). Tudi dobro razvite in funkcionalne vloge pa lahko sčasoma, če vztrajajo predolgo, postanejo nefunkcionalne (primer očeta, ki pretirano skrbi za svojega odraslega sina). Slabo razvite ali nerazvite vloge so prav tako lahko funkcionalne (razvita vloga razvjenega otroka) ali pa nefunkcionalne (nerazvita vloga razizranega otroka). Zanimive – predvsem z vidika funkcionalnosti – so tudi t. i. obrambne vloge, ki se delijo na približujoče, umikajoče, nasprotujoče/zoperstavljaajoče in zamrznjene (Daniel, 2007). So takšne vloge funkcionalne ali ne? Morda je tu ključno vprašanje njihove usklajenosti s sedanostjo – so to morda vloge, ki so bile funkcionalne v preteklosti, pa so sčasoma izgubile svoj namen?

Eden od kriterijev ocene dobre funkcionalnosti vloge je povezan tudi z uravnoteženostjo njenih delov: vedenjskega, mišljenjskega in čustvenega.

Socialni in kulturni atom

Moreno (1953/1993) pri teoriji vlog uvaja pojma socialnega atoma in kulturnega atoma. Socialni atom so ljudje v našem življenju in tele oz. sile privlačnosti/odbojnosti/indiferentnosti, ki nastajajo med nami, medtem ko kulturni atom sestavljajo vloge posameznika in odnosi med temi vlogami (Daniel, 2007).

Npr. socialni atom moškega, starega 50 let, sestavljajo žena (privlačnost), otroci (privlačnost, odbojnost), njegovi starši (odbojnost), ženini starši (indiferentnost), sodelavci (odbojnost), prijatelji (privlačnost) in sosedi (odbojnost). Njegov kulturni atom pa sestavljajo vloge moža, očeta, sina, zeta, sodelavca, prijatelja in soseda.

Kulturni atom predstavlja celoto vlog, ki se pokaže v določeni situaciji; lahko ga pojmuje kot odprt sistem vlog, skozi katerega se posameznik udeležuje širšega prostora: družine, delovne skupine ... Tudi sistemska teorija podpira Morenove ideje, saj trdi, da vsak sistem teži k ravnovesju, ki omeji in je omejen s svojimi sestavnimi deli. Vloga delov sistema je, da služijo sistemu kot celoti (Gostečnik, 1997). Usklajevanje sistema poteka na dveh ravneh – za ohranjanje ravnotežja navzven (vloga posameznika med ostalimi vlogami, npr. v družini) in hkrati navznoter (spekter posameznikovih vlog). Upoštevajoč kompleksnost tega uravnoteževanja se lahko pojavlja zanimiva prisposodba vloge kot nekakšnega filtra med zunanji in notranji dogajanj pri posamezniku, ki uravnava, katere vsebine pridejo notri in katere ven.

Uporaba teorije vlog

Teorija vlog je eden osrednjih konceptov psihodrame. Psihodrama predstavlja samostojno smer psihoterapije, z lastno filozofijo in teoretskimi koncepti osebnosti in razvoja, metodami in tehnikami dela (Holmes, Karp in Watson, 1994). S pomočjo psihodrame posameznik odkriva vzorce svojih odnosov, kako razmišlja, čustvuje, se vede in kako procesira informacije o sebi in drugih (Dayton, 1994). Preko psihodramskega načina dela se teorija vlog in iz nje izhajajoče tehnike – predvsem igra vlog in zamenjava vlog – uporabljajo na številnih področjih: npr. v psihoterapiji, pri izobraževanju v najrazličnejših okoljih, v gledališču.

Igra vlog je naravno potekajoč proces, ki se pojavi zelo zgodaj v interakcijski matrici mati – otrok in predstavlja osnovo za razvoj zavedanja sebe in drugih (Whitehead, 2001 v Yaniv, 2011). Igra vlog se najbolj približa realnosti, ker posameznika vključi neposredno in globoko (Geller, 1978). Moreno je ljudi vabil, da preko igre oživijo svoje zgodbe in ponovno, »tu in sedaj«, izkusijo tako svoje vloge kot vloge drugih oseb v zgodbi. Tako je vzpodbujal samorazumevanje in empatijo do drugih (Blatner, 2000 v Casey, 2001).

Berger (1975) poudarja, da zavedanje, da igra določeno vlogo, posamezniku dovoljuje več svobode, mu omogoča vzpostavitev določene kritične razdalje do nje in tako omogoča spremembo. Ko posameznik poimenuje svoje vloge in z njimi povezane načine komunikacije, interakcije, navade, pričakovanja, postanejo na nek način objektivizirane. Lahko jih raziskuje, igra na različne načine, lahko jih poveže z nasprotnimi vlogami. Igra vlog ga lahko opogumi, da je zavestnejši in ustvarjalnejši pri tem, kako bo svoje vloge oblikoval (Blatner, 1985; Landy, 1983). Tehniki igre in zamenjave vlog sta po Morenovem (1971 v Casey, 2001) mnenju učinkoviti, ker vsaka posameznikova izkušnja poteka na dveh ravneh – na ravni selfa, ki igra, in na ravni selfa, ki opazuje dogajanje. Ti dve ravni posamezniku omogočita vzpostavitev metapoložaja do svojih izkušenj, nujnega za posameznikovo spreminjanje.

Uporaba teorije vlog preko tehnik igranja in zamenjave vlog sega na vsa področja rabe psihodrame. Seveda pa se na vsakem od teh področij način dela prilagaja namenu, ki ga želimo doseči. Pri psihoterapevtski rabi psihodrame se tehnike igranja in zamenjave vlog uporabljajo predvsem za prikazovanje in spreminjanje posameznikovega notranjega doživljanja, medtem ko na ostalih področjih rabe psihodrame te tehnike uporabljamo predvsem kot trening vedenja za določene nove bodoče situacije.

V psihoterapiji s pomočjo igre in zamenjave vlog posameznik ozavešča njihovo vsebino in jih nato po potrebi spreminja. Ko v psihodrami posameznik raziskuje vlogo, takšno raziskovanje lahko seže iz njegove sedanosti v preteklost – pravzaprav raziskuje svoje objektivne odnose. Ko prikazuje določeno situacijo, predstavi tako svojo vlogo v njej (razmišljanje, čustvovanje in vedenje, vtisnjeno v vlogo) kot tudi vloge drugih vpletenih oseb. Seveda ob tem prikazuje svoje videnje njihovih vlog. S pomočjo igranja vlog torej lahko oživijo vsi odnosi, vključeni v določeno situacijo – posameznik lahko konkretizira svoj predmetni in domišljijjski svet. Pri prevzemanju vlog drugih ljudi pa ozavešča vsebine njihovih vlog, morda tudi tiste, ki so vgrajene zgolj v podzavest. Moreno (1953/1993) ni dajal velikega poudarka zunanjemu portretiranju realnosti, temveč je hotel zagotoviti in olajšati dostopnost izkušenj, ki izražajo posameznikovo notranjo realnost. Psihodrama služi posameznikovi izkušnji realnosti.

Zelo pomembno je, da »oživljanje« situacij iz posameznikove preteklosti v psihoterapiji po-

teka v okviru varnega skupinskega okolja. Raziskovanje vlog v takšnem okviru posamezniku dovoljuje, da svoje vloge konkretizira, jih ozavešča in po potrebi spreminja, zamenjuje – da daje (novo) zasnovo in obliko notranji dimenziji sebe. Posameznik ima več možnosti, da morda doživi sebe in druge na drugačen način in s tem pravzaprav spremeni določene pomene svojega notranjega sveta, kar mu omogoči, da v prihodnje v podobnih situacijah ravna drugače.

V psihoterapiji (zlasti v klinični praksi) se pogosto srečamo s posamezniki, katerih spekter vlog je skrčen in neprožen, včasih pa se pojavlja tudi pretirana spontanost znotraj vlog(e) ali pa neustrezne vsebine in način vedenja v vlogi. V psihoterapiji posameznik lahko razvija nove vloge, ponovno obudi vloge, ki so bile »zamrznjene«, ali pa se poslavlja od vlog, ki so (postale) nefunkcionalne. Tako naj bi se posameznik približal Morenovemu idealu duševnega zdravja, ki je: posamezniko–vo obvladovanje čim večjega spektra vlog ter njihovo ustvarjalno, spontano spreminjanje, ki je v skladu z okoliščinami (Moreno, 1961/1987). V psihoterapiji je dogajanje ob igri in zamenjevanju vlog pri posamezniku tudi terapevtsvo pomembno diagnostično sredstvo.

V psihoterapiji in tudi na vseh ostalih področjih njene uporabe: v izobraževanju, gledališču itd. pa psihodrama z igro vlog udeležencem omogoča tudi trening vlog. Training vključuje raziskovanje in aktivacijo različnih interpretacij vlog ter njihovo uporabo v namišljenih (in kasneje dejanskih) okoliščinah (Oxford in Wiener, 2003). Učenje se »dogaja« na ravneh mišljenja, čustvovanja in vedenja ter zadošča kriterijem t. i. aktivnega učenja: povečana pozornost, globlje procesiranje informacij in višja motiviranost (Yaniv, 2011).

Psihodrama pomaga širiti obzorje posameznikovega zavedanja, razmišljanja, čutenja in vedenja. Za vsakega posameznika so določene vloge in situacije v življenju težke; psihodrama za posameznikove vloge v takšnih situacijah daje možnost njihovega preoblikovanja, kar lahko vodi k spremenjenemu pogledu na situacijo samo. Tako lahko psihodrama pripomore k posameznikovemu zadovoljnejšemu in spoštljivejšemu odnosu do sebe, ko je sam s seboj ali ko so vključeni tudi drugi ljudje.

Zaključek

Ob predstavitvi psihodramskega koncepta vloge ter njegove uporabe se odpirajo številna vprašanja. Kljub Morenovemu pojmovanju, da posameznikov self izhaja iz vlog, ki jih posameznik igra, se odpira vprašanje odnosa med celoto posameznika in njegovimi vlogami. Ali posameznika lahko »zreduciramo« samo na njegove vloge? Ali obstaja skupna podlaga vseh vlog, središče, zavedanje istovetnosti? Bi posameznikovo istovetnost lahko opredelili kot tiste skupne točke, ki jih najdemo v vseh njegovih vlogah? Vendar kako pojasniti zelo raznoliko mišljenje, doživljanje in vedenje, ki ga posameznik lahko izkazuje v različnih vlogah, v katerih nastopa? Landy (1993 v Casson, 2004) pravi, da v sedanji (nuklearni) dobi morda tudi self sestoji iz več delov – medsebojno skladnih ali pa tudi ne. Morda si ob tej dilemi lahko pomagamo tudi z Jamesovima vidikoma selfa: »jaz« in »mene«, pri čemer jaz označuje objektivnejši in generaliziran skupek bolj stalnih značilnosti, mene pa subjektivnejši in bolj specifičen skupek vedenj, odvisnih od socialnih okoliščin (prav tam).

Prav tako se zastavlja vprašanje, ali smo ves čas vključeni v vloge? Jih doživljamo zaporedoma ali sočasno in koliko vlog je prisotnih hkrati? Kako pogosto pozabimo na naše temeljne vloge, npr. na vlogo človeka, ženske ali moškega? Pomemben poudarek, ki ga prinaša psihodramski koncept vloge, je opozarjanje na t. i. psihosomatske vloge posameznika, ki usmerjajo pozornost

na pogosto zanemarjeni vidik telesa kot podlage našega delovanja. Koliko so posameznikovi telesni simptomi v funkciji njegove komunikacije z okoljem? Včasih posameznik šele preko njih lahko sporoči svoje čustvene potrebe in želje oz. šele preko telesnih simptomov pride do izpolnitve teh. Koliko so te – pa tudi socialne in psihodramske – vloge sploh zavestne?

Kljub vsem porajajočim se vprašanjem – ali pa morda prav zaradi njih – lahko zaključimo, da je teorija vlog živ koncept, ki združuje različne teoretične ideje v psihoterapiji in psihologiji. Predvsem pojmovanje, da je vloga vedno zgrajena v odnosu z nekom ali nečim – bodisi v odnosu s seboj, z drugimi, z duhovnim počelom – je v skladu z Morenovim in s sodobnimi psihoterapevtskimi pojmovanji, da je odnos pravzaprav gibalno nastanka in spreminjanja našega psihološkega delovanja.

Jezik teorije vlog je sicer preprost in razumljiv, pa vendarle sposoben opisovati tudi kompleksnost posameznikove psihične izkušnje. Teorija vlog s svojim humanističnim ozadjem naslavlja celovito človekovo izkušnjo in nam morda pomaga pri ozaveščanju navidez vsakdanjih izkušenj.

Literatura

- Bateson, G. (1979). *Mind and nature: A necessary unity*. Toronto: Bentam Books.
- Berger, P. (1975). Sociological perspectives: society as drama. V D. Brissett in C. Edgeley (ur.), *Life as Theatre: Dramaturgical sourcebook*. Chicago: Aldine.
- Blatner, A. (1985). *Creating your living: Applications of psychodramatic methods in everyday life*. San Marcos: Author.
- Blatner, A. in Blatner, A. (1988). *Foundations of psychodrama: History, theory, and practice*. New York: Springer Publishing Company.
- Bustos, D. M. (1994). Wings and roots. V P. Holmes, M. Karp in M. Watson (ur.), *Psychodrama since Moreno: Innovations in theory and practice* (str. 45–55). London : Routledge.
- Casey, A. (2001). Psychodrama: Applied role theory in psychotherapeutic interventions. *Journal of Heart-Centered Therapies*, 4 (1), 67–84.
- Casson, J. (2004). *Drama, psychotherapy and psychosis*. Howe in New York: Brunner – Routledge.
- Clayton, M. G. (1994). Role theory and its application in clinical practice. V: P. Holmes, M. Karp in M. Watson (ur.), *Psychodrama since Moreno: Innovations in theory and practice* (str. 86–105). London : Routledge.
- Daniel, S. (2007). Psychodrama, role theory and the cultural atom: new developments in role theory. V: C. Baim, J. Burmeister in M. Maciel (ur.), *Psychodrama: Advances in theory and practice* (str. 67–81). London, New York: Routledge.
- Dayton, T. (2005). *The living stage*. Deerfield Beach, Florida: Health Communications.
- Geller, D. M. (1978). Involvement in role-playing simulations: A demonstration with studies on obedience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(3), Mar 1978, 219–235. doi: 10.1037/0022-3514.36.3.219
- Gostečnik, C. (1997). *Človek v začaranem krogu*. Ljubljana: Brat Frančišek in družinski center.
- Hogg, M. A., Terry, D. J. in White, K. M. (1995). A tale of two theories: a critical comparison of identity theory with social identity theory. *Social Psychology Quarterly*, 58(4), 255–269. doi:10.2307/2787127
- Holmes, P. (1992). *The inner world outside – object relations theory and psychodrama*. London: Routledge.

Holmes, P., Karp, M. in Watson, M. (1994). *Psychodrama since Moreno: Innovations in theory and practice*. London : Routledge.

Jones, P. (1996). *Drama as therapy: Theater as living*. London, New York: Routledge.

Landy, R. J. (1983). The use of distancing in drama therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 10, 175–185. doi:10.1016/0197-4556(83)90006-0

Landy, R. J. (1990). The concept of role in drama therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 17, 223–230. doi:10.1016/0197-4556(90)90005-B

Kaplan, J. T. in Iacoboni, M. (2006). Getting a grip on other minds: Mirror neurons, intention understanding, and cognitive empathy. *Social Neuroscience*, 1(3–4), 175–183. doi:10.1080/17470910600985605

Kipper, D. A. (1998). Psychodrama and trauma: Implications for future interventions of psychodramatic role-playing modalities. *The International Journal of Action Methods*, 51 (3), 113–121.

McDougall, J. (1986). *Theatres of the mind: Illusion and the truth on the psychoanalytic stage*. London: Free Association Books.

Mead, G. H. (1997). *Um, sebstvo, družba*. Ljubljana: Krtina.

Moreno, J. L. (1946/1987). Psychodrama and sociodrama. V J. Fox (ur.), *The essential Moreno: Writings on psychodrama, group method, and spontaneity by J. L. Moreno* (str. 13–19). New York: Springer Publishing Company.

Moreno, J. L. (1953/1993). *Who Shall Survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama*. Virginia: Royal Publishing Company (študentska izdaja).

Moreno, J. L. (1961/1987). The role concept, a bridge between psychiatry and sociology. V J. Fox (ur.), *The essential Moreno: Writings on psychodrama, group method, and spontaneity by J. L. Moreno* (str. 60–65). New York: Springer Publishing Company.

Moreno, T. Z. (1983/2006). Psychodrama. V T. Hrovatin in E. Schreiber (ur.), *The quintessential Zerka – Writings by Zerka Toeman Moreno on psychodrama, sociometry and group psychotherapy* (str. 202–213). London, New York: Routledge.

Moreno, J. L. in Moreno, Z. T. (2000). *Skupine, njihova dinamika in psihodrama*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

Moreno, J. L., Moreno, Z. T., & Moreno, J. (1964). *The first psychodramatic family*. Beacon, NY: Beacon House.

Oxford, L. K. in Wiener, D. J. (2003). Rescripting family dramas using psychodramatic methods. V: D. J. Wiener in L. K. Oxford (ur.), *Action therapy with families and groups* (str. 45–74). Washington: APA Books.

Yaniv, D. (2011). Revisiting Morenian psychodramatic encounter in light of contemporary neuroscience: Relationship between empathy and creativity. *The Arts in Psychotherapy*, 38(1), 52–58. doi:10.1016/j.aip.2010.12.001

Yaniv, D. (2012). Dynamics of creativity and empathy in role reversal: Contributions from neuroscience. *Review of General Psychology*, 16(1), 70–77. doi:10.1037/a0026580