



تئاتر درمانی، شرح زیبایی‌شناسانه آزادی است.

ژاکوب لوی مورنو - ۱۹۵۳

تئاتر درمانی چیست؟

در اوایل قرن بیستم، دکتر «ژاکوب لوی مورنو»^۱ اساس نظریه سایکودرام^۲ یا تئاتر درمانی را در وین بنیان گذاشت. او در سال ۱۹۲۱، سایکودرام را «علم کشف حقیقت»^۳ نامید و موضوع آن را چنین تعریف کرد:

«تئاتر درمانی نوعی کاوش علمی جهت دریافت حقیقت، از طریق شیوه‌های نمایشی است.»^۴

امروزه هر بار که اصطلاح تئاتر درمانی را می‌شنویم، شاید بی‌آن که معنای دقیق آن را بدانیم، تلفیقی از امکانات مشترک هنر تئاتر و علم روان‌شناسی به نظرمان برسد و یا تصور مبهمی از یک نوع نمایش کسل‌کننده و احتمالاً مربوط به موضوعات روانی و یا یک شیوه درمانی تفریحی و ناکارآمد در ذهنمان ایجاد شود.

این شبهات، عموماً ناشی از عدم آگاهی و اشراف مخاطبان، نسبت به ماهیت و کارکرد مقوله تئاتر درمانی است.

به اعتقاد مورنو، بزرگترین بیماری عصر ما، «همنوایی و سازگاری اجباری»^۵ است. مردم به جای این که خودشان باشند، مدام از یکدیگر تقلید می‌کنند و سعی می‌کنند نسبت به موقعیت‌های مختلف: سازگاری یکسان و از پیش تعیین شده‌ای نشان دهند. این رفتار به مفهوم مرگ خلاقیت، خودجوشی و آزادی است، و به همین دلیل مهم‌ترین مسئله در زمان ما باید «جستجوی خویشتن و کشف هویت فردی باشد»^۶ و یکی از مهم‌ترین شیوه‌هایی که در این راه می‌تواند به بشر معاصر یاری برساند، سایکو درام یا همان تئاتر درمانی است.

مورنو، در تعریف هدف تئاتر درمانی، کار خود را با شعار «من می‌خواهم خودم باشم» آغاز می‌کند و مهم‌ترین دستاوردهای روانی و آموزشی تئاتر درمانی را آموزش خودجوشی^۷ (حرکت ارتجاعی) و خلاقیت^۸ می‌داند. از دیدگاه او، خلاقیت و خودجوشی، اساس شخصیت آدمی است و اصولاً هستی بشر بر خلاقیت استوار است. همیشه کسی یا چیزی در حال خلق کردن

تئاتر و شفابخشی مدرن

بحثی در باب تئاتر درمانی، کارایی

و تکنیک‌های آن

چیستا یثربی



لحظه^{۱۱} خلاقیت و خودجوشی فرد را افزایش می‌دهد. در فلسفه لحظه، فرد وادار به عمل کردن و مشاهده است. او باید در برابر آن چه که می‌گذرد، واکنش نشان دهد و عملی انجام دهد که دیگران را به کنش وادارد. بنابر این فرد، به گونه‌ای همزمان هم آفریننده و هم آفریده است. او با عمل خلاقانه و مشاهده فعال هم خلق می‌کند و هم به طریقی خلق می‌شود. بنابر این از دیدگاه مورنو، همه انسان‌ها در قبال جهانی که می‌آفرینند، مسؤول هستند. آگاهی به لحظه و زندگی در زمان حال، این مسؤولیت را ارتقاء می‌دهد. انسان در صحنه تئاتر درمانی، مدام در حال آفریدن و فرافکنی دنیای درون خود به دنیای بیرونی است، و جهان او از مواجهه این دو دنیا ساخته می‌شود. پس تئاتر درمانی راهی برای تلاقی دو دنیای درون و بیرون و شیوه‌ای متفاوت برای رسیدن به خلاقیت است. صحنه‌ای که در آن راهی برای عمل و مشاهده پیامد عمل خود به دست می‌آوریم، این صحنه تمرین زندگی است و از محدود مکان‌هایی است که انسان در آن هم در مقام بیمار و هم در مقام درمانگر

و کسی یا چیزی در حال خلق شدن است. اما خلاقیت مستضمن خطا است و اصولاً بدون امکان حرکت خودجوش و اشتباه، کسی چیزی را یاد نمی‌گیرد. به این ترتیب، مورنو، به تعریف کاربردی از سایکودرام می‌رسد:

«راهی برای تمرین زندگی، بی آن که به خاطر اشتباهات آن تنبیه شویم^۹» تئاتر درمانی با دو عنصر «عمل» و «مشاهده فعالانه» به انجام می‌رسد. عمل به معنای تجسم بخشیدن به ذهنیات از طریق حرکت‌های نمایشی است. این کار توسط تکنیک‌های خاص تئاتر درمانی صورت می‌پذیرد (مضاعف‌سازی، آینه، جابه‌جایی، صندلی داغ، اتاق تاریک، صندلی خالی، پری رویایی...) و مشاهده فعالانه به این معناست که در هر موقعیتی دقیقاً متوجه باشیم که چه چیزی را تجربه می‌کنیم.

زمان در تئاتر درمانی، همیشه زمان حال است^{۱۱}، حتی اگر فرد بخواهد بخش‌هایی از گذشته و یا آینده خود را ترسیم کند، باید آن را در زمان حال به تصویر بکشد. به اعتقاد مورنو، توجه به زمان حال، یا «فلسفه

خویش ظاهر می‌شود. صحنه‌ای برای آفریدن و آفریده شدن و فضایی برای پذیرش مسؤلیت آن‌چه که می‌آفرینیم. چرا که تنها این صحنه تمرین است که به ما می‌آموزد، هر عملی نتیجه خاص خود را در پی خواهد داشت، و کسی که مسؤلیت عملی را می‌پذیرد، باید مسؤلیت پیامد آن را نیز پذیرا باشد.^{۱۲}

تئاتر درمانی، کارایی و تکنیک‌های آن

امروزه تقریباً یک قرن از عمر نظریات مورنو در باب کارایی تئاتر درمانی می‌گذرد و در این مدت، کمتر جامعه‌ای به ضرورت وجود تئاتر برای ایجاد سلامت روانی جامعه تردید داشته است.

«اپورانف^{۱۳}» در سال ۱۹۲۷، اذعان می‌دارد که «تئاتر مفهومی گسترده‌تر از صحنه را در برمی‌گیرد و تنها عاملی برای آموزش یا سرگرمی نیست، بلکه همچون هوا، غذا و تولید نسل، برای انسان ضروری است»^{۱۴} «چهل سال بعد، «پیتر بروک^{۱۵}» در جست و جوی تئاتری است که چون غذا یا تولید نسل برای انسان ضروری باشد.^{۱۶}

اما به راستی چرا تئاتر برای بشر از چنین ضرورتی برخوردار است؟

«فیل جونز^{۱۷}» در کتاب «درام به مثابه درمان»^{۱۸} این سؤال را چنین پاسخ می‌دهد:

«تئاتر فعالیتی جدا از واقعیت‌های روزمره زندگی است، اما با این حال، کارکردی حیاتی در بازتاب و بازآفرینی واقعیات دارد. تئاتر تنها مکانی است که در آن، ارتباط میان بخش آگاه و ناخودآگاه ذهن برقرار می‌شود و فرآیندهای عاطفی بشر شکل می‌گیرد و می‌تواند مقدمات فرآیندهای شناختی را فراهم آورد.»^{۱۹}

تئاتری که گروتسکی^{۲۰}، بروک، و دیگران در جستجوی آن بودند، می‌تواند مردم را گردهم آورد و عواطف آنها را به گونه‌ای عمیق، تحت تأثیر قرار دهد. چنین تئاتری می‌تواند سیاست، بینش و نحوه زندگی

انسان‌ها را دستخوش تغییر و تحول کند و این همان پدیده‌ای است که عصر انسان‌های متوسط الحال ما به آن نیاز دارد. در تئاتر درمانی فرض بر این است که فرآیندهای نمایشی می‌توانند بینش جدیدی را پدید آورند و با ترکیبی از تخیل و واقعیت، چون پارادوکسی برای ایجاد تغییر و تحول عمل کنند.^{۲۱} حال سؤال این است که چرا فرآیندهای نمایشی از چنین تأثیری برخوردارند و چه قابلیت‌های بالقوه‌ای در هنر تئاتر نهفته است که آن را واجد چنین خاصیت شفافبخشی می‌کند؟ شاید مهم‌ترین ویژگی‌هایی که هنر تئاتر را از چنین خصوصیتی برخوردار می‌کند، عبارتند از:^{۲۲}

۱ - هنر تئاتر باعث برون‌ریزی خلاقیت و خودجوشی می‌شود.

۲ - تئاتر فضایی است که در آن تصاویر درونی، تجسم پیدا می‌کنند و به شکل عینی، نمود می‌یابند.

۳ - در تئاتر همه چیز ممکن است و همین امکانات فراواقع به شخصیت محوری اجازه می‌دهد که چیزهایی را که در زندگی واقعی هرگز تجربه نکرده است و به این ترتیب، واقعیات جدیدی را بیافریند.

۴ - تئاتر ورای زبان حرکت می‌کند. زبان تئاتر، زبان عمل و احساس است و موقعیتی را برای فرد می‌آفریند که هم بازیگر و هم تماشاگر باشد و به این ترتیب «خود مشاهده‌گر»^{۲۳} را تقویت می‌کند.

۵ - تئاتر، تماشاگر را به ارتباط، همدلی و همدات پنداری وامی‌دارد.

۶ - و بالاخره تئاتر باعث درگیری شخصیت محوری با موقعیت و درک فضا و نمادها می‌شود و با این عمل نیم‌کره راست مغز تحریک می‌شود. تحریک این نیم‌کره، باعث افزایش آگاهی فضایی و حافظه عاطفی می‌شود.

به این ترتیب، در صحنه تئاتر درمانی، شخص می‌تواند به هر چه که می‌خواهد بدل شود و به قول مورنو: «تئاتر درمانی، شرح زیبایی‌شناسانه آزادی است»^{۲۴} در هیچ‌یک از شیوه‌های درمانی، امکان خلق

یک جهان مینیاتوری همچون صحنه تئاتر وجود ندارد. ورود به یک بازی، همچون وارد شدن به یک موقعیت خاص در یک فضای ویژه است. بازی‌های تئاتر درمانی از تکنیک‌های مختلفی بهره می‌گیرد که در آن شخص اصلی با شخصیت محوری^{۲۵}، به کمک افراد یاور^{۲۶} (مددکار)، فضایی را بازآفرینی می‌کنند.

برخی از مهم‌ترین این تکنیک‌ها عبارتند از:

۱ - صندلی خالی^{۲۷}

در تکنیک صندلی خالی، شخص اصلی در برابر یک صندلی خالی قرار می‌گیرد. صندلی خالی می‌تواند نمادی از یک فرد مهم یا کسی باشد که برای شخص اصلی مشکل ایجاد کرده است. در واقع درمانگر به شخصیت اصلی نمایش می‌گوید که روی این صندلی خالی، فردی را در ذهنش مجسم کند. هر کسی را که خود، تمایل دارد. سپس با آن فرد خیالی بر روی صندلی صحبت کند و مشکلی را که همیشه با او داشته است، به زبان آورد. درمانگر شخص اصلی را در برون‌ریزی عواطفش آزاد می‌گذارد و به او اجازه می‌دهد که حتی با استفاده از شیوه‌های پرخاشگرانه (مشت، لگد، ناسزاگویی، پرت کردن صندلی و...) خشم فروخورده‌اش را برون‌ریزی کند و با بهره‌گیری از نشانه‌های فیزیکی، عواطف سرخورده خود را بروز دهد. در بسیاری از موارد، تکنیک صندلی خالی کمک بزرگی به شخص اصلی می‌کند، چرا که می‌تواند در ذهنش، موقعیتی را تجسم بخشد که در واقعیت، امکان‌پذیر نیست و آن رویارویی مستقیم با فردی است که باعث رنجش یا آسیب روحی او شده است. وقتی فرد امکان می‌یابد که مستقیماً خشم سرکوفته و عواطفش را نسبت به آن فرد خیالی نشسته روی صندلی خالی برون‌ریزی کند، به نوعی می‌تواند با مشکلش برخورد واقع‌گرایانه‌تری پیدا کند. این تکنیک در بسیاری از نمایش‌های صحنه‌ای نیز کاربرد دارد.

۲ - مضاعف‌سازی^{۲۸}

در مضاعف‌سازی، یکی از افراد یاور، بدل شخصیت اصلی می‌شود و نقش او را به عهده می‌گیرد. به این ترتیب شخص اصلی، عواطف، هیجانات و مسائل و مشکلات خود را از نگاه یک فرد دیگر به نظاره می‌نشیند. مضاعف‌سازی یکی از مهم‌ترین تکنیک‌های تئاتر درمانی است و تأثیر خود را و امداد کارایی هنر نمایش است. چرا که در هنر نمایش نیز، مردم وقتی ترس‌ها، هیجانات، شادی و دل مشغولی‌های خود را در قالب شخصیت‌های نمایشی می‌بینند، بنابه اصل تزکیه و تصعید ارسطو، به نوعی پالایش روحی می‌یابند و با همذات‌پنداری با شخصیت‌های نمایش، به درک جدیدی از مشکلات خود می‌رسند، در تکنیک مضاعف‌سازی، شخصیت اصلی تئاتر درمانی، صرفاً یک تماشاگر فعال است که به مشاهده عمل سایر شخصیت‌ها یا افراد یاور می‌نشیند و هر بار شخصیت خود را از نگاهی جدید به نظاره می‌نشیند و هر بار، با نظاره افراد یا در قالب خود، به درک جدیدی از محدودیت‌ها و استعداد‌های خویش می‌رسد.

۳ - پری رویایی^{۲۹}

در این تکنیک، یکی از افراد یاور در نقش پری رویاها ظاهر می‌شود و سعی می‌کند شخصیت اصلی را در زندگی یاری برساند و دست‌کم سه آرزوی او را برآورده کند. در این تکنیک، شخصیت اصلی، موقعیتی می‌یابد که طی آن مجبور به مواجهه با امیال و آرزوهای واقعی‌اش می‌شود. او باید دقیقاً آرزوهای خود را بشناسد و بداند که هر آرزو، چه بهایی را طلب می‌کند. توسط این تکنیک، فرد به برداشتی واقع‌گرایانه‌تر از توانایی‌ها و ایده‌آل‌هایش می‌رسد. چه بسیارند افرادی که تاکنون به‌گونه‌ای جدی، به آرزوهای خود نیندیشیده‌اند. این تکنیک امکانی فراهم می‌آورد که فرد به راستی بداند از زندگی چه می‌خواهد و تا چه حد حاضر است به خاطر آن فداکاری کند. به دلیل جذابیت این تکنیک درمان‌گران معمولاً در جلسه‌های اول و

جهت آماده‌سازی گروه، از آن بهره می‌جویند.

۴ - پلیس مخفی^{۳۰}

در این تکنیک، درمانگر از یکی از افراد یاور می‌خواهد که نقش پلیس یا مأمور مخفی را در زندگی مشخص اصلی بازی کند. به این ترتیب که در لحظه‌ای او را غافلگیر کند و از او بخواهد به بزرگترین گناهش اعتراف کند. تکنیک پلیس مخفی در تشخیص و درمان افسردگی و اضطراب نقش مهمی دارد. چرا که معمولاً افراد از احساس گناهی ناشناخته و یا سرکوب شده رنج می‌برند. تکنیک پلیس مخفی، امکان رویارویی با ریشه اضطراب و احساس گناه را برای فرد پدید می‌آورد. ممکن است که این احساس گناه ریشه در پدیده‌ای ذهنی یا واهی داشته باشد. اما به هر حال فرد برای رهایی از ترس، اندوه و احساس گناه، قبل از هر چیز باید با احساس گناه خویش مواجه شود. صحبت و پرسش و پاسخ مستقیم در این زمینه، کمتر تأثیر لازم را به جا می‌گذارد. در حالی که بازی پلیس مخفی، معمولاً فرد را به برون‌ریزی احساسات گناه‌آلود خویش ترغیب می‌کند و فضایی برای اعتراف به کنش‌های آزاردهنده فراهم می‌آورد.

۵ - اتاق تاریک^{۳۱}

در این تکنیک، شخص اصلی رو به دیوار و پشت به افراد دیگر می‌ایستد و یا در اتاقی دیگر (در مجاورت اتاق اصلی) در تاریکی می‌نشیند، درمانگر از سایر افراد گروه می‌خواهد که با صدای بلند، درباره شخص اصلی صحبت کنند و نظرات یا دیدگاه‌های خود را نسبت به او به زبان آورند. فرض بر این است که شخص اصلی در آن جا حضور ندارد و صحبت‌های آنها را نمی‌شنود. بنابر این افراد گروه تشاتر درمانی می‌توانند آزادانه درباره شخص اصلی صحبت کنند و نقاط ضعف و قوت شخصیت او را برشمارند. این تکنیک به شخص اصلی کمک می‌کند که بازتاب رفتار و شخصیت خود را بر دیگران شاهد باشد و با نظرات و قضاوت‌های دیگران

درباره خودش، به درک صحیح‌تری از خویش برسد و معایب خویش را بهتر بشناسد.

۶ - پنج سال بعد^{۳۲}

تصور آینده همیشه بسیاری از آرزوها، ترس‌ها و نگرانی‌های انسان را آشکار می‌سازد در تکنیک «پنج سال بعد»، درمانگر از شخص اصلی می‌خواهد که خود را در پنج سال بعد مجسم کند و ببیند که در چه وضعیت جسمانی و روحی قرار دارد. گاهی درمانگر در این تکنیک از سایر افراد گروه (افراد یاور) نیز می‌خواهد که در قالب شخص اصلی، پنج سال به جلو سفر کنند و شخص اصلی را در پنج سال آینده نمایش دهند. گاهی این بازی تراژیک و گاهی طنزآمیز است. افراد گروه ممکن است شخص اصلی را در پنج سال آینده در وضعیتی بهتر و یا بدتر از امروز به تصویر بکشند. ممکن است او را در پنج سال بعد، مرده بپندارند و یا او را صاحب خانواده و یا شغلی مهم به تصویر بکشند. به هر حال هر تصویری که افراد گروه از پنج سال آینده شخص اصلی داشته باشند، در جهت شناخت بیشتر امکانات، توانایی‌ها و محدودیت‌های روحی شخص اصلی کمک کننده است. ضمن این که فرد با تجسم وضعیت آینده خود، تا حدود زیادی با ایده‌آل‌های خود، به‌گونه‌ای واقع‌بینانه درگیر می‌شود و بهتر می‌تواند درباره مشکلات امروزش تصمیم بگیرد. مواجهه با آینده، همیشه یکی از شیوه‌های مؤثر درمان محسوب می‌شود.

۷ - یک دقیقه تک‌گویی^{۳۳}

درمانگر از شخص اصلی می‌خواهد که بالای میز یا صندلی برود و آن بالا، به مدت یک دقیقه، به‌طور بداهه سخنرانی کند. این تک‌گویی بداهه، بسیاری از



ایمان بیاورد. این تکنیک به ویژه درباره افرادی با اعتماد به نفس ضعیف و یا خود پنداره منفی کارساز است. چرا که به فرد امکان مواجهه با نقاط مثبت وجود خویش را می دهد. استفاده از این تکنیک باید زمانی صورت بگیرد که اعضای گروه به اندازه کافی با هم آشنا و صمیمی شده باشند.

۹ - جادو ۳۵

درمانگر به یاری جادو قادر است که شخص اول را به یک شیء بی جان بدل کند. شخص اول در قالب هر شیء بی جانی که قرار می گیرد باید احساس خود را نسبت به زندگی بیان کند. برای مثال درمانگر، شخص اصلی را به سنگ، آفتاب، باد، باران، دریا، پرنده، ساعت، خودکار، زیرسیگاری، حلقه ازدواج و... تبدیل می کند و در هر موقعیت، شخص اصلی باید به گونه ای راستین، احساس خود را نسبت به زندگی و هستی خویش بیان کند. این موقعیت، امکان خلاقیت و

دغدغه ها، ترس ها، احساسات سرکوب شده و یا حتی منع های اخلاقی شخص اصلی را آشکار می سازد. چرا که یک تک‌گویی بداهه، فرد را وادار به برون‌ریزی افکار و احساساتش می کند. در بسیاری از موارد، درمانگر با این شیوه می تواند به کنه ضمیر و اعتقادات افراد خجالتی و درون‌نگرای گروهش پی ببرد.

۸ - عشق افسانه ای ۳۴

درمانگر از یکی از افراد گروه می خواهد که عاشق بی چون و چرای شخص اصلی شود، و همه ویژگی های مثبت و منفی شخصیت او را در جهت خیر و کمال ببیند و بتواند برای هر نقطه صنف یا محدودیت شخصی اصلی، توجیه با بهانه ای بتراشد و به هر حال، محبوب را سراسر خیر و لطف ببیند. این بازی طنزآمیز در بسیاری از موارد به شخصی اصلی کمک می کند که به گونه ای منطقی تر، نیمه پر لیوان را نیز ببیند و با دیدگاهی خوش بینانه، به امکانات و استعداد های خود

خودجوشی احساسات و هیجانات را برای شخص اصلی فراهم می‌آورد. ایجاد فضای خودجوشی باعث می‌شود که فرد به ابعاد شناختی جدیدی دست یابد و خارج از کلیشه‌ها و قراردادهای اجتماعی، قدرت تفکر و طرح پرسش را پیدا کند. قدرت بالقوه این‌گونه بازی‌ها، برداشتن نقاب‌های روزمره اجتماعی و تجربه تفکری خلاقانه در قالبی جدید است. و با این شیوه فرد، نگرش‌ها و دیدگاه‌های خود را نسبت به مسائل مختلف بهتر می‌شناسد.

۱۰ - حرکت بدن^{۳۶}

در این تکنیک، درمانگر از شخص اصلی می‌خواهد که کلامی به زبان نیاورد، و احساس خود را نسبت به کلمات مختلفی که افراد گروه به زبان می‌آورند، صرفاً با حرکات بدنی و ایما و چهره آشکار سازد. این شیوه، امکان رهایی عواطف و افکار را برای شخص اصلی فراهم می‌آورد. رهایی از قید زبان، امکان مواجهه مستقیم با احساسات فرد را پدید می‌آورد، و او را برای پذیرش درک خلاقانه‌تری از معانی آماده می‌سازد این تفکیک هم چنین حساسیت شخص اصلی را نسبت به بعضی کلمات نشان می‌دهد. برای مثال افراد گروه، کلمات مختلفی چون پدر، مادر، زن، مرد، عشق، شادی، خانه، وطن، مرگ، زورگویی، ترس و... را به زبان می‌آورند. آنها در یک دایره می‌ایستند و شخص اصلی در مرکز دایره قرار می‌گیرد و هر بار با شنیدن کلمات آنان، ریتم و آهنگ خاصی را با بهره‌گیری از امکانات بدنی‌اش به نمایش می‌گذارد. در واقع با زبان بدن و حرکات آن سخن می‌گوید و واکنش عاطفی و هیجانی خود را نسبت به کلمات نشان می‌دهد. این تکنیک که در هنر تئاتر نیز به کار می‌رود، جهت خودشناسی نیز کارایی فراوان دارد و با حذف واسطه زبان، امکان مواجهه مستقیم با ذهنیات فرد را پدید می‌آورد.

* * *

آن چه که در ده تکنیک فوق، مشترک است ایجاد

احساس اعتماد و امنیت میان شخص اول، افراد گروه و درمانگر است. این بازی‌ها امکان «انتقال احساس^{۳۷}» را میان شخص اول و سایر افراد گروه پدید می‌آورد و «انتقال»، یکی از عوامل مهم در فرآیند تئاتر درمانی و بهبود وضعیت شخص اصلی است. اصولاً نمایش تئاتر درمانی بر محور مسائل و عواطف شخص اول تکیه دارد و درمانگر گروه با استفاده از امکانات نمایشی، فضایی فراهم می‌آورد که فرد بتواند از طریق بازی و ارتباط با دیگران، در یک بعد کوچک و مثالی، الگوهای ناسالم رفتاری را بشناسد و الگوهای سالم و خلاقانه را جایگزین آنها کند.

مورنو تأکید می‌کند فرد برای این که خودش باشد و بتواند توانایی‌های خویش را بشناسد، نخست باید از خودش خارج شود و بتواند از درون یک آینه که همان صحنه تئاتر درمانی است، به خود بنگرد^{۳۸}.

به این ترتیب فرآیند تئاتر درمانی در نهایت شامل سه بخش است:

۱ - آماده‌سازی^{۳۹}

۲ - عمل^{۴۰}

۳ - مشارکت^{۴۱}

طی موفقیت‌آمیز سه مرحله آماده‌سازی، عمل و مشارکت فعال، باعث می‌شود که فرد با بهره‌گیری از بازی و بداهه‌پردازی، به نوعی شفای عاطفی و شناختی دست یابد، و این تحولی است که بسیاری از شیوه‌های مدرن طب امروز، نمی‌توانند به انسان عرضه دارند.

«مورنو» در کتاب «دعوت به مواجهه^{۴۲}»، هدف تئاتر درمانی را به گونه‌ای موجز در یک شعر کوتاه، بیان می‌کند، شعری که به ساده‌ترین وجه، هدف، تأثیر و ضرورت تئاتر درمانی را در جامعه از هم گسسته و بی‌ارتباط بشر امروز، به تصویر می‌کشد:

ملاقات دو تن

چشم در چشم

چهره به چهره...

- 13- Evreinov.
- 14- Eurenov, N (1927) *The theatre in Life*, New York, Harrap, 22 - 23.
- 15- Brook, Peter.
- 16- Brook, Peter, (1968), *The Empty Space*. London Penguin - 42 - 45.
- 17- Jones - Phil. (1996) *Drama as Therapy. Theatre as Living* Routledge - (preface).
- 18- *Drama as therapy/ Theatre as Living*.
- 19- Jones Phil (1996) *Drama as therapy. theatre as living - Routledge - 20 - 22*.
- 20- Grotowski.
- 21- Jones Phil (1996) / *Drama as therapy theatre as living - Routledge - 10 - 11*.
- 22- Moreno. J. L (1946)/ *psychodrama*, Vol 1. NewYork, Beacon House. Vol 1- 18- 19.
- 23- Jones Phil (1996) *Drama as therapy - Theatre as Living - Routledge - 73*.
- 24- همان: ص ۷۳.
- 25- Protagonist.
- 26- Auxiliary Egos.
- 27- Empty Chair.
- 28- Doubling.
- 29- Fairy.
- 30- Secret agent.
- 31- Dark room.
- 32- Five years later.
- 33- One minute monologue
- 34- Fantastic Love.
- 35- magic.
- 36- Body movement.
- 37- transference.
- 38- Jones Phil (1996) *Drama as therapy theatre as Living - routledge - 99 - 100*.
- 39- Warm up.
- 40- Action.
- 41- sharing.
- 42- Moreno. J. L(1915). *Invitation to an Encounter - New York, Beacon, House. Vol. 1-52-53*.

وقتی که تو نزدیکی. من چشمان تو را بیرون خواهم آورد...

و آن را جای چشمان خود خواهم گذاشت
و تو چشمان مرا بیرون خواهی آورد...
و آن را جای چشمان خود خواهی گذاشت
آن گاه من با چشمان تو به تو می‌نگرم
و تو با چشمان من، به من، نگاه خواهی کرد
و این نخستین مواجهه ماست...

«مورنو - ۱۹۱۵»

تئاتر درمانی اگر ضرورت زندگی اجتماعی امروز نباشد، دست کم به قول «فیل جونز»، نیاز «دن کیشوت‌وار» ما به ترکیب خیال و واقعیت برای سازگاری با زندگی است. نیازی که ما را به یک زندگی یگانه، منحصر به فرد و متفاوت وامی‌دارد. نیازی که در آینده بازار عصر ارتباطات، تنها در صحنه مقدس هنر و دانش، پاسخ خویش را جستجو می‌کند.

پی‌نوشت‌ها:

- 1- Jacob. Leuy. Moreno.
- 2- Psychodrama
- 3- Jones - Phil (1996)/ *Drama as therapy theatre as Living-Routlege. 3 - 4*.
- ۱- همان: ص ۷.
- 5- Korp: Marcia (1998) *Introduction to the Psychodrama - Routledge. XV (introduction)*.
- 6- Morenoj. L and, Z. (1959) *Psychodrama*, Vol 2, 3-5 New York, Beacon House.
- 7- Spontaneity.
- 8- Creativity.
- 9- Karp - Marcia (1998) *Introduction to the psychodrama - Routledge. 3 - 5*.
- 10 - Jones - Phil (1996) / *Drama as Therapy - Theatre as living - routledge. 13-14*
- ۱۱- همان: صص ۱۶ - ۱۵.
- 12- Moreno. J. L (1953)/*who shall survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama. New York, Beacon House, 30-31*.