

# تحول روانی از نوعی دیگر

دکتر طاهر فتحی

اشاره:

«سایکودرام»، به عنوان یکی از مؤثرترین راه‌های درمانی و یکی از تجلیات هم‌نشینی هنر و روان‌درمانی، سال‌هاست که نگاه‌ها را به خود معطوف ساخته است. «ژاکوب مورنو»، به عنوان آغازگر این حرکت، هدف از این نوع درمان را که به صورتی نمایشی اجرا می‌شود، ترمیم روح و روانِ بیماران می‌داند.

اگرچه میان «سایکو درام» و «تأثر درمانی» تفاوت‌های مهمی وجود دارد، متأسفانه هنوز عده بسیاری، به اشتباه این دو را از هم تمییز نمی‌دهند و هر کس از ظن خود، به این شیوه منحصر به فرد می‌نگرد.

بخشی از این مشکل مربوط می‌شود به ناقص بودن و محدود بودن منابع ترجمه شده و بخشی دیگر به نحوه استنباط عجولانه ما از کنش‌های تازه علمی و هنری ارتباط دارد.

با توجه به رویکرد زیرساختی کتاب ماه کودک و نوجوان به روان‌شناسی، سرویس هنر بر آن شد تا با استفاده از نظریات دکتر طاهر فتحی، مؤلف کتاب «پسیکودرام»، آشنایی بیشتری میان خوانندگان و ویژگی‌ها و چگونگی این روش درمانی ایجاد کند. از آن جا که «سایکودرام» در تکنیک‌های مختلف درمانی خود، از نوعی «نمایش» به معنای نقش‌پذیری استفاده می‌کند، بی‌ارتباط ندیدیم تا در گام اول، از زبان مؤلف کتاب، با این پدیده آشنا شویم. امیدواریم در شماره‌های بعدی بتوانیم نقش سایکودرام را در سطوح مختلف و از دو جنبه روان‌شناسی و هنر و کاربرد آن را در آموزش و درمان کودکان و نوجوانان بررسی کنیم.

سرویس هنر

در آسیب‌شناسی بیماری‌های روانی، انحرافات اجتماعی و حتی بحران‌های عصر ما، طبعاً نمی‌توان یک یا چند عامل مشخص و محدود را به عنوان «علت» یا «علل» مشکلات مذکور برشمرد. بیماری‌ها و انحرافات فراوانند و علل آن‌ها نیز بی‌شمار. با این همه، نمی‌توان انکار کرد که برخی از عوامل، همواره در شکل‌گیری اختلالات سهم عمده‌ای دارند. در این مقاله، به اختصار به آسیب‌شناسی «ارتباط» خواهیم پرداخت و سپس به تفصیل از گونه خاصی از نمایش، به عنوان یک رهیافت درمانی سخن خواهیم گفت. استفاده از واژه درمان، یا به تعبیر کامل‌تر روان‌درمانگری، به معنی ارائه خدمات کاملاً تخصصی به بیماران روانی است. با این حال، خواهیم



دید که «ایفای نقش»<sup>۱</sup> و کاربست هدفمند فنون نمایشی، علاوه بر روان درمانگری، به پیشگیری و اصلاح رفتار نیز توجه کافی دارد.

مردی پنجاه ساله به یک کلینیک روان درمانگری مراجعه و از شرایط زندگی اش شکایت می کند. او همسر و دو فرزندش را چنان آزرده است که آنان، از وی جدا شده و به مکانی دور دست نقل مکان کرده اند. او یک سال است که به تنهایی زندگی می کند.

درمانگر پس از مشاوره کامل، متوجه می شود که این مرد پنجاه ساله، قادر به برقراری ارتباط با خانواده خود و اطرافیان دیگر نیست. مهم ترین مشکل او این است که توانایی نگر بستن به پدیده ها از نگاه دیگران و به ویژه همسر و فرزندانش را ندارد. در ادامه این نوشتار، خواهیم دید که روان درمانگر، چگونه به درمان این مرد از طریق فنون نمایشی می پردازد.

«ویتگنشتاین»<sup>۲</sup> بر این باور بود که «برای دانستن درباره خود، باید از خود بیرون آمد.»<sup>۳</sup> شناخت خود که مبنای شناخت دیگران است، بدون درک موضع دیگران، مقدور نیست. بسیاری از کودکان در دوران رشد و تحول روانی خود، به تدریج این توانایی را کسب می کنند. اگر چنین امکانی برای شان حاصل نشود، بدون تردید در فرآیند زندگی آتی آن ها مشکلات جدی بروز خواهد کرد که نمونه ای از آن ذکر شد.

فنی از فنون نمایشی، «تعویض نقش»<sup>۴</sup> نام دارد. تعویض نقش، فرایندی است که در طی آن، شخص یا اشخاص یک گروه نمایشی - درمانی، از نقش خود خارج می شوند و در نقش «فرد دیگری» قرار می گیرند. نقش جدید، نقش «شخص مهم دیگر»<sup>۵</sup> در زندگی است. مثلاً نوجوانی که با پدر خود مشکل دارد، ابتدا در نقش خود، تعارضات و مشکلات خود را بیان می کند. در این مرحله، یکی از اعضای گروه، نقش پدر وی را به عهده دارد. در گام دوم، با راهنمایی درمانگر، نوجوان از نقش خود خارج می شود. و در نقش پدر خود قرار می گیرد. شخص مقابل نیز که پیش از این در نقش پدر بود، نقش خود نوجوان را به عهده می گیرد.

هنگامی که نوجوان، از جای خود برمی خیزد و در نقطه ای می ایستد (یا می نشیند) که قبلاً پدر او (یکی از اعضای گروه در نقش پدر) قرار گرفته بود و شخص مقابل نیز از محل استقرار خود برمی خیزد و در جای نوجوان مستقر می شود، دو اتفاق روی می دهد: اولی تغییر فیزیکی است و دومی «تغییر ادراکی»<sup>۶</sup>. یعنی نوجوان، به جای مشاهده و بیان واقعیت ها با چشمان و از دید خود، این بار همین واقعیت ها را از چشم انداز پدر خود می بیند. این تغییر فیزیکی و سپس تغییر ادراکی، اسرار شگفت انگیزی در درون خود دارد.

فن تعویض نقش، مبتنی بر برداشت یونانیان قدیم از خدایان خویش است. از میان خدایان متعدد، «دیونیزوس»<sup>۷</sup>

**روان درمانگران  
سنتی، از مراجع  
در مورد  
«چیستی و چرایی»  
مسائل روانی اش  
می پرسند.  
در حالی که  
پرسش اصلی  
درمان های مبتنی بر  
نمایش  
«چگونگی» است.**



و «آپولون»<sup>۸</sup> خدایان زندگی از همه مشهورترند. دیونیزوس، خدای سرگرمی، تئاتر، نمایش، درگیری و شادمانی است. این درگیری و سرگرم شدن، به حرمت و پاسداشت دیونیزوس به اجرا درمی‌آید و مردمان را قادر می‌سازد تا جهان را از نظر دیگری ببینند. از سوی دیگر، شادمانگی، نمایش و سرگرمی، در خدمت خدای دیونیزوس است. شادمانگی (اکستازی) به معنی در بیرون از خویشتن ایستادن است.<sup>۹</sup> چنان که ملاحظه می‌شود، فن تعویض نقش، در نمایش‌هایی که با اهداف درمانی تشکیل می‌شوند، در ژرفای باورهای انسان‌ها ریشه دارد. به طور طبیعی، کودکان از طریق بازی‌های خود، تا حدودی به توانایی درک دیگران از منظر خود آن‌ها ناآشنا می‌شوند، اما اگر چنین فرایندی محقق نشود، این کودکان، بزرگسالانی نابالغ و ناتوان خواهند بود. با این همه، حتی اگر در بزرگسالی نیز این افراد تکامل نیافته، در گروه‌های نمایشی ویژه شرکت کنند و درمانگران ماهر، هدایت گروه را به دست گیرند، مجدداً امکان دستیابی به این توانمندی شخصیتی محقق می‌گردد.

بسیاری از مشاوران، به طور ساده‌انگارانه‌ای از مراجعان خود می‌خواهند برای درک جهان ویژه افراد دیگر، به ویژه اعضای خانواده خود، خود را به جای آن‌ها بگذارند. این توصیه، اساساً مبنای ذهنی دارد و با «تفویض نقش ذهنی»، مشاوران و درمانگران، هرگز به اهداف درمانی دست نمی‌یابند. راز تأثیرگذاری تعویض نقش، در کارکرد نمایشی آن نهفته است. در فضای نمایشی، تغییر نقطه ادراکی، از تغییر مکان عینی و فیزیکی محقق می‌شود. شخص مراجع در موقعیت نمایشی، از جای خود برمی‌خیزد و تا رسیدن به نقطه دیگری راه می‌رود؛ نقطه‌ای که مثلاً پیش از او، شخص دیگری ایستاده بود و نقش پدر مراجع یا بیمار را ایفا می‌کرد.

تأکید بر اجرای عملی تعویض نقش، مبتنی بر دیدگاه بنیادین ارسطو و سپس روان‌شناسان معاصر در زمینه «تداعی»<sup>۱۰</sup> هاست. بنابراین نظریه، سه عامل «مجاورت»، «مشابهت» و «تضاد» موجب یادآوری یا تداعی می‌شود. مثلاً براساس اصل مجاورت، هرگاه شخصی در مکانی قرار گیرد که در کودکی، تجارب فراوانی در آن جا داشته است، مجاورت مذکور به تدریج، موجب تداعی خاطرات ریز و درشت آن دوران می‌شود.

براساس اصل تضاد، قرار گرفتن در موقعیتی خاص در مورد یک پدیده، متضاد آن را به ذهن انسان می‌آورد. بنابر اصول فوق، تداعی‌ها در صحنه نمایش تسریع می‌شود. قرار گرفتن یک نوجوان در صحنه نمایش، به ویژه هنگامی که شخصی از اعضای گروه، نقش فرد مهم دیگری از زندگی او را به عهده دارد، تداعی‌های شگفت‌انگیزی ایجاد می‌کند که با هیچ شرایط دیگری قابل دستیابی نیست. این وضعیت را می‌توان با هیپنوتیزم یا خواب مصنوعی مقایسه کرد. در حالت هیپنوز، درمانگر قادر است از تمرکز ویژه‌ای که شخص در این موقعیت به دست می‌آورد، به خاطرات بسیار کوچک دوران خردسالی شخص دست یابد. اما در نمایش‌های درمانی، این

**تأکید بر  
اجرای عملی  
تعویض نقش،  
مبتنی بر دیدگاه  
بنیادین ارسطو و  
سپس روان‌شناسان  
معاصر در زمینه  
«تداعی» هاست.  
بنابراین نظریه،  
سه عامل «مجاورت»،  
«مشابهت» و «تضاد»  
موجب یادآوری  
یا تداعی می‌شود**

امتیاز وجود دارد که مراجع (یا بیمار) نه تنها در خواب نیست، بلکه در اوج هشیاری و بیداری است. مراجعان در صحنه نمایش، بر فرایند بهبود خویش آگاهاند و در نتیجه، حاصل این روند همواره مفیدتر است.

انسان پیش از آن که قادر به سخن گفتن باشد، توانایی عمل کردن دارد. «جاکوب لوی مورنو»<sup>۱۱</sup> معتقد است که «در آغاز فقط عمل بود»<sup>۱۲</sup>. بنابراین، پرداختن به تحول شخصیت از طریق عمل (به ویژه اجراهای کنترل شده نمایشی)، به واقعیت روان‌شناختی انسان نزدیک‌تر است.

انسان در نگره نوعی نیز قرن‌ها پس از عمل و حرکت، توانایی سخن گفتن یافته است. در کودکی انسان نیز چنین است. کودکان پیش از سخن گفتن، بازی می‌کنند و حتی رفتارهای عاطفی عمیقی از آنان سر می‌زند. با این منطق، عمل کردن برای انسان آسان‌تر و اصیل‌تر از گفتار است. این نکته از آن جهت مهم است که توجه صرف به واژه‌هایی که کودکان به کار می‌برند، فراموش کردن فرمول تحول روانی انسان است. در روان‌درمانگری، این منطق به‌طور ویژه و به طریق اولی صحیح و قابل اعتناست. درمان از طریق گفت‌وگو بین درمانگر و درمانجو (مراجع)، آن گونه که در بسیاری از رهیافت‌های روان‌درمانگری مرسوم است، نمی‌تواند کلیت شخصیت انسان را تحت تأثیر قرار دهد.

«روان‌درمانگران سنتی، از مراجع در مورد «چیستی و چرایی» مسائل روانی‌اش می‌پرسند. در حالی که پرسش اصلی درمان‌های مبتنی بر نمایش «چگونگی» است»<sup>۱۳</sup>. پرسش اول، مراجع (درمانجو) را به سخن گفتن وامی‌دارد، ولی سؤال دوم، از مراجع می‌خواهد اتفاقی را که افتاده است، در عمل نشان دهد. مورنو می‌گوید: «به من نگو چه اتفاقی افتاد، بلکه عملاً نشان بده چه پیش آمده.»<sup>۱۴</sup> در نمایش، کل شخصیت درگیر می‌شود و حرکات جسمانی و تحرک فیزیکی نیز این درگیری را تکمیل می‌کند. این رویداد در هنگام سخن گفتن صرف، به زبان، حافظه و یادآوری محدود می‌شود.

از دیدگاه درمانگری از طریق نمایش‌های کنترل شده و سامان یافته، پرسش این نیست که تو باره خودت چه می‌دانی، بلکه مهم‌تر این است که تو با خودت چه می‌کنی؟ یا چه اتفاقی برایت افتاده یا خواهد افتاد؟ و چگونه آن اتفاق روی داده؟ آن چه به رشد و تحول انسان کمک می‌کند، «دانستن»، آن هم در حد اطلاعات سطحی نیست. بلکه آگاه شدن، هشیار شدن و دانشی عمقی است که در سایه مواجهه کل شخصیت با یک رویداد حاصل می‌شود.

این پرسش را می‌توان در سطحی کلی‌تر و به عنوان پرسشی در حوزه تحول شناخت، یا تاریخ شناخت (معرفت) نیز بررسی کرد. تاریخ شناخت انسان، تاریخ رشد «نوعی»<sup>۱۵</sup> معرفت، از قاعده شگفت‌انگیزی پیروی می‌کند که می‌تواند مبنایی برای درک عمقی ما از این حوزه باشد.

در مباحث جدید «شناخت‌شناسی»<sup>۱۶</sup> یا معرفت‌شناسی، توجهی فوق‌العاده به چگونگی شکل‌گیری شناخت بشری معطوف شده است. به سخن دیگر، تنها راه جواب دادن به این پرسش که شناخت چیست، این است که شناخت چگونه شکل می‌گیرد. مثلاً اگر پرسیده شود ابر چیست، بایستی به سؤال‌کننده گفته شود که اگر بتوانی عناصر تشکیل‌دهنده ابر را شناسایی کنی، آن گاه به وقت‌خواهی فهمید که ابر چیست. اگر بتوانی بگویی که فرایند شکل‌گیری ابر چیست، خواهی توانست خود ابر را نیز بشناسی.

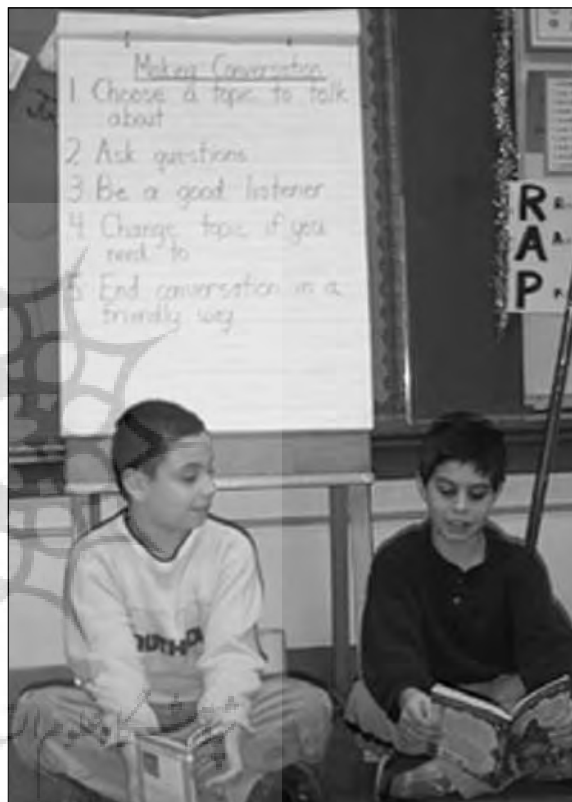
انسان امروز در بسیاری موارد، موجودی «چسبیده به نقش»<sup>۱۷</sup> است. او به نقش خود چنان چسبیده است که گویی به هیچ روی امکان جدا شدن از نقش مألوف خود را ندارد. این پدیده، آسیبی جدی به موجودیت انسان زده است. دو مشکل مهم در این زمینه، خودانگیختگی و آفرینندگی است. هنگامی که انسان قادر نباشد حتی برای ساعاتی، از نقش دائمی خود خارج شود و از منظری دیگر به خود بنگرد، شخصیتی یک‌سویه خواهد داشت. ممکن است خواننده این مقاله، بر این باور باشد که در تأثرهای مرسوم، بازیگر، فرصت درهم شکستن نقش همیشگی خود را به دست می‌آورد. درست است، در تأثر چنین فرصتی فراهم می‌گردد، اما نکته مهم این است که از نظر درمانی، این نوع تأثر، ارزش چندانی ندارد. بازیگر تأثرهای معمول، از نقش خود خارج می‌شود، اما در قالب نقشی خود را به تماشاگران عرضه می‌کند که این نقش جدید را خودش هم نمی‌شناسد. مثلاً بازی کردن در نقش یک شاهزاده قرن پانزدهم انگلیسی، برای یک جوان ایرانی، هر سودی داشته باشد، واجد ارزش‌ها و اهمیت درمانی نیست. به عبارت دیگر، او با اجرای این نقش، به هیچ شناخت و ادراک تازه‌ای از خود دست نمی‌یابد. آن چه از نمایش‌های عادی و مرسوم حاصل می‌شود، نوعی «پالایش زیبانشناختی»<sup>۱۸</sup> است. پالایش زیبانشناختی، حاکی از تمایل درونی انسان‌ها به دیدن حادثه‌های شگفت‌انگیز در صحنه تأثر است. بودا می‌گفت:

«آن چه برای بودن هولناک است، برای دیدن لذتبخش است.»<sup>۱۹</sup> انسان‌ها همواره دوست دارند صحنه‌های دراماتیک و هنرمندانه و حتی وقایع خشونت‌بار و دشوار را شاهد باشند و در عین حال به طور ناهشیار، همیشه آرزو کنند که هرگز در آن موقعیت‌ها قرار نگیرند. بازی یا تماشای این صحنه‌ها در تئاتر، تحول روانی انسان را تسهیل نمی‌بخشد؛ هر چند زیبا و اسرارآمیز باشد.

اکنون به آن مرد پنجاه ساله برمی‌گردیم که در ابتدای این نوشتار از آن سخن گفتیم؛ درمانگر به عنوان یک رهیافت درمانی از طریق نمایش، این مراجع (درمانجو) را در یک شبکه روابط گروهی قرار می‌دهد و به عنوان عضوی از گروه، به درمان او اهتمام می‌کند. یکی از اعضای گروه، نقش همسر او را به عهده می‌گیرد، مرد در مقابل همسر فرضی خود قرار می‌گیرد و در وضعیت عاطفی شدید، سخنان ناگفته بسیاری را بر زبان می‌راند که در حضور همسر واقعی‌اش، هرگز قادر به گفتنش نبوده است. او تنها رفتار تند و پرخاشگرانه‌اش را به همسر واقعی‌اش تقدیم می‌کرد. اکنون در مقابل آن زن بازیگر (که نقش همسر مرد را برعهده دارد)، زانو می‌زند و به شدت می‌گرید. سپس با راهنمایی کارگردان (درمانگر)، نقش خود را با همسرش تعویض می‌کند و در جایگاه همسرش قرار می‌گیرد. این بار خلاقانه با چشمان همسرش به خود می‌نگرد و با پریشانی شگفت‌انگیزی، از زبان همسرش سخن می‌گوید. او اکنون کشف می‌کند که همسرش چه انتظاراتی از او داشته؛ انتظاراتی که اغلب بدیهی و طبیعی است. در واقع، این اعجاز صحنه است که مردی انعطاف‌ناپذیر، خشن و ناتوان را به سوی تغییر ادراکی، انعطاف و خلاقیت سوق می‌دهد. او پس از چهار جلسه، به طور قابل ملاحظه‌ای تغییر می‌یابد و حتی از طریق درمانگر - کارگردان، گفت‌وگوی تلفنی با همسرش را نیز تمرین می‌کند. او در پایان، به سوی خانواده‌اش می‌رود و زندگی‌اش را با آنان دوباره آغاز می‌کند. او راز صحنه را در وجود خویش به وضوح می‌بیند.

#### پی‌نوشت:

۱. Role Play
۲. Wittgenstein
۳. Zerka T. Moreno (۲۰۰۰): Psychodrama, Surplus Reality and The Art of Healing, Routledge pp.۱۶
۴. Role Reversal
۵. Significant other
۶. Perceptual shift
۷. Dionysus
۸. Apollon



۹. منبع شماره ۳، ص ۱۴

۱۰. Association

۱۱. Jacob Levy Moreno

روان‌پزشک اتریشی و بنیانگذار سایکودراما (Psychodrama) که در سال ۱۹۷۴، در آمریکا درگذشت.

۱۲. منبع شماره ۳، ص ۱۹

۱۳. همان، ص ۴۰

۱۴. همان، ص ۴۱

۱۵. Ontogenetic

۱۶. Epistemology

۱۷. Role - bound

۱۸. Cognitive Aesthetic

۱۹. به نقل از منبع شماره ۳، ص ۱۱۴