

УДК 159. 938. 3; 378

Яцура С.Ю.¹

Арсентьєва Г.О.²

¹ студ. гр. Е-410МА НУ «Запорізька політехніка»

² канд. філос. н., доц. каф. філософії, НУ «Запорізька політехніка»

ПСИХОДРАМА ЯК ЧУТТЄВА МЕТОДИКА ГУМАНІСТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Коріння гуманістичної психодрами можна знайти в роботах філософів екзистенціального напрямку, таких, як Мартін Бубер, Серен К'єркегор, Жан-Поль Сартр, а також в працях представників гуманістичної психології - Шарлотти Бюлер, Фріца Перлза, Рут Кон і Карла Роджерса.

З 1980-х років професор Гесман Х.-В. розробляв гуманістичну психодраму як нову форму психодрами. Зроблена ним інтеграція психодрами і гуманістичної психології вимагала нової оцінки і опису її цілей та методів.

«У центрі цього концепту перебуває індивідуальна відповідальність людини за себе саму і за своє оточення. Мета самореалізації окремої людини здійснюється в групі і за допомогою групи. Образ людини при цьому запозичений в гуманістичної психології. Він передбачає:

- віру в можливість саморозкриття і самоздійснення індивідуума;
- самоприйняття і прийняття інших членів групи;
- надію і відповідальність за людське життя в цьому світі;
- відмову від претензій на абсолютну правду і авторитет.

Метою гуманістичної психодрами є надання можливості і стимулювання в ході процесу самостійного розвитку учасника групи. Все психодраматичні методи підпорядковані цій цільовій настанові. Вони спрямовані на членів групи, групу як ціле і концентруються на протагоніста як представників групи. Учасники групи визначають зміст і міру своєї діяльності, обмежені тільки соціальною реальністю самої групи.

Важливими аспектами в гуманістичній психодрамі є досвід пізнання себе і самоздійснення. Для члена групи вихідною точкою зміни або нової орієнтації в своїх переживаннях і поведінці в напрямку більшої задоволеності

і самоприйняття служать суб'єктивні переживання, почуття і думки, власний досвід. Однак вони завжди одночасно співвідносяться з соціальною реальністю. У практичній терапевтичній роботі взаємодія з біографією окремої людини тісно пов'язана з соціометрією групи. Досягаючи балансу між особистою і соціальною ідентичністю, індивідуум може домагатися більшої задоволеності. У людини виникає почуття власної цінності, якщо він може здійснювати свою потребу в самоповазі і соціальному визнанні.

У гуманістичній психодрамі опрацьовуються не окремі порушення, в центрі процесу змін знаходиться вся людина зі своїми індивідуальними поглядами на життя. На нього орієнтується терапевт зі своїми методами і інші члени групи при створенні подій в груповому терапевтичному процесі. При цьому терапевт є носієм і представником гуманістичних цінностей, таких, як свобода, рівноправність і гідність людини, вони проявляються в його позиції, манері тримати себе і його методах, вони служать процесу освіти норм в групі.

Аспект цілісності має значення в гуманістичній психодрамі на декількох рівнях. На індивідуальному рівні він означає, що людина розуміється як психофізичне ціле. Людина є цілим щодо різних систем, таких, як мислення, почуття, тіло. Людину слід розглядати як єдність тіла, душі і духу, а також єдність самої людини і його оточення. У психодрамі знаходить своє місце суб'єктивний світ учасників у всіх його можливих гранях. Цілісність означає також і спектр індивідуальних тем. У центрі уваги знаходиться не опрацювання окремих порушень, а цілісна людина зі своїм індивідуальним поглядом на життя. Психодрама спрямована не стільки на аналіз, скільки на інтеграцію; конфлікти базуються не тільки на сценах, або ключових сюжетах минулого, але являють собою постійно актуалізовані в сьогоденні і конструюються самими учасниками теми. Вони розігруються «тут і зараз». Гуманістична психодрама відбувається «тут і зараз», незалежно від того, чи виражена опрацьована тема в сцені з минулого, теперішнього або майбутнього, або вона представляється в сцені, не що опирається на реальність. При цьому, «тут і зараз» повинні розумітися в цілісності сьогодення, минулого і майбутнього, так як значення даного складається як з пережитого в минулому, так і зі знання про можливості в майбутньому.

У такого роду відносинах в рівній мірі отримують користь як члени групи, так і терапевт, розвиваючись і навчаючись важливим для свого життя речам.