

A SZEREPCSERE SAROKKÖVEI

11. fejezet:

Szerepcsere a pszichodrámban

Peter Felix Kellermann

Eredeti mű: P.F. Kellermann (1994) Role Reversal in Psychodrama. In Psychodrama since Moreno, Innovations in Theory and Practice, (szerk.) P. Holmes, M. Karp és M. Watson, pp 262-279, Routledge, London.

Fordította: Majzik Péter © 2025

A lábjegyzeteket a fordító készítette a jobb megértés céljából, az irodalomjegyzék Kellermann eredeti írásából származik.



Mary sírva, anyja felé kinyújtott karokkal könyörög neki, hogy nézzen rá. De az anya nem reagál. “Anya, nézz rám!” - mondja Mary. De az anya magával van elfoglalva, és másfelé néz. A lányt arra kéri, hogy cseréljen szerepet az anyjával, és ebben a szerepben csendesen megszólal: “Ha tudnám, hogyan fejezzem ki a szeretetemet irántad, megölelnék.” Az arcáról közben könnyek peregnek. Mary az előtte álló emberre néz, aki ő maga, és hosszan megöleli. Miközben öleli őt, aki közben ismét az anyja lesz, Mary képes megtapasztalni az anyai szeretet érzését önmagában.

Ez a szerepcsere, a pszichodráma tipikus technikája, amit sokan, akik ezt a műfajt művelik, a szerepjátékokra épülő terápiás technikák egyik leghatékonyabb eszközének tartanak. J. L. és Z. T. Moreno szerint ez az eljárás nem csupán az interperszonális szocializációban fontos, de a személyes én integrációjában is¹. Vagyis segíthet megkönnyíteni a gyerekek leválását a szüleikről, illetve a szülők leválását a gyermekeikről, ami gyakran fájdalmas folyamat, és lehetővé teszi, hogy szabadok legyenek abban, hogy valóban önmagukért szeressék egymást. A szerepcsere tehát a szeparációs-individuációs folyamat újrajátszására hasonlít (Mahler 1975).

Ebben a fejezetben röviden felvázolom a szerepcsere-technika elképzelését és történetét, a jelentését tisztázom, jelzem, hogy melyek a szükséges képességek a használatához, különbséget téve a technika két formája között - a kölcsönös², illetve a megszemélyesítő³ szerepcserék -, amiknek némileg eltérő céljuk van és némileg eltérő értelmezési keretben is működnek.

TÖRTÉNET

Mint minden olyan technikának, melyet a színjátszásból kölcsönöztek, hosszú története van; gyakran alkalmazták már a tündérmesékben, a mitológiában, a drámában és az irodalomban is századokon át. Továbbá a szerepcsere mindig is a gyermeki szerepjátékok természetes és integráns része volt. Emiatt aztán egyáltalán nem meglepő, hogy a fiatal Moreno a szerepcserével kezdett kísérletezni, mikor a gyermekekkel játszott Bécs parkjaiban 1908 körül. Marineau (1989:46) szerint Moreno később a szerepcsere módszerét alkalmazta, amikor Zarathustra „énjének” szerepébe lépett, így Socrates párbeszédese tanítási módszerét adaptálta egy „Az Istenség mint komédiás” című módszertanában⁴.

Carlton-Sabelli (1989) szerint a szerepcsere első konkrét leírása, bár nem nevezte meg, Moreno (1914) versében található, melyet a találkozásról írt:

Ketten találkozunk: egymással szemben, egymás szemébe nézve
Mikor közel érsz, szemeidet az enyém helyére teszem
Te az enyémeiket teszed a magadé helyére

¹ Személyes célok és társas világ – a jóllét és önszabályozás társas ökológiája (Magyar Pszichológiai Szemle) <https://akjournals.com/view/journals/0016/79/2/article-p337.xml>

² az eredetiben: reciprocal: kölcsönös, vagy viszonyos, olyan szerepcsere, ami mindkét fél részéről megtörténik

³ az eredetiben: representational: ábrázoló, megjelenítő, vagy képviselői, megszemélyesítő.

⁴ John Nolte: The Philosophy, Theory and Methods of J. L. Moreno: The Man Who Tried to Become God https://api.pageplace.de/preview/DT0400.9781134466573_A23777794/preview-9781134466573_A23777794.pdf

Máris a te szemeiddel látlak téged
Máris az én szemeimmel látsz engem

(Moreno 1914)

Ez a költemény nem csupán spirituális megalapozása a szerepcserének, de Moreno egzisztencialista életszemléletének filozófiai alapját is feltárja, megmutatva Moreno mély hitét az emberek közötti közvetlen, kölcsönös találkozásban, amikor is átveszik egymás szerepeit. Buber filozófiai értekezése az „Én és Te”⁵ hasonló üzenetet fejez ki, arra ösztönözve az embereket, hogy úgy találkozzanak egymással, mintha azt mondanák: „Én-játszanálak-Téged”, illetve „Te-játszanál-Engem” (Buber 1923:73).

Miután 1925-ben Amerikába költözött, Morenót nagyban befolyásolták a szociálpszichológia és a pragmatizmus⁶ képviselői, J. M. Baldwin, W. James és J. Dewey, akik az emberi fejlődés szociális természetét hangsúlyozták, továbbá C. H. Cooley és G. H. Mead, akik az énről mint a külvilágból szerzett szerepek összességéről beszéltek (Moreno 1953: 1x). Bár kimutathatóak bizonyos különbségek az ő és mesterei elméletei között, az egyértelmű, hogy mélyen inspirálódott általuk (lásd Abele-Brehm 1989; Hare 1986), majd működésre bírta a szerepcserével kapcsolatos elképzeléseket és alkalmazta a technikát, először oktatási és ipari környezetben (Moreno 1953:325), majd később a pszichiátriában, a pszichotikus betegek „objektívizálásának” módszereként (Moreno 1940:123).

1955-ben a Moreno család publikált egy közös tanulmányt, „A spontán ember felfedezése”⁷ (Moreno et al 1955), ami leírja a szerepcsere technikáját segítségként a gyereknevelésben. Ez a mű számtalan példáját mutatja be a szülők és Jonathan, a gyermekük szerepcseréjének, ilyen például egy hármass szerepcsere, amiben a telefonáló, mindig elfoglalt apa, az azonnali figyelmet igénylő gyermek és a gyermek oldalán álló anya szerepel. A tanulmány 26 különböző elmélettel áll elő a szerepcsere dinamikájáról, aminek a nagy része pusztán megfigyeléseken alapul, ezeket a mai napig nem vetették alá kísérleteknek.

Zerka Moreno központi jelentőségű művének⁸ kiadása idején (1959), ami a pszichodráma elveit és eljárásait tartalmazta, a szerepcsere már úgy szerepel, mint a pszichodráma nélkülözhetetlen alapeleme.

J. L. és Z. T. Moreno úttörő munkássága óta széles körben alkalmazzák a szerepcserét (Kipper 1986:161), beleértve például klinikai (pl. Alperson 1976; Blume 1971), nevelési (Carpenter 1968), ipari (Speroff 1955; Kelly et al 1957), interperszonális kommunikációs (Johnson 1971b) területen, tárgyalás- dinamikában és a hozzáállás-változás

⁵ Martin Buber: I and Thou (Ich und Du) https://en.wikipedia.org/wiki/I_and_Thou magyarul: Én és Te <https://btk.ppke.hu/storage/tinymce/uploads/old/uploads/articles/107725/file/Martin%20Buber%20%C3%89n%20%C3%A9s%20Te.pdf>

⁶ Dr. habil Krémer Sándor: Pragmatizmus (Szegedi Egyetem): <https://eta.bibl.u-szeged.hu/3380/2/EFOP343-AP6BTK-PRAGMATIZMUS-BEVEZET%C3%89S%20OL-2%20Kr%C3%A9mer.doc.pdf>

Szabadbölcsezet (ELTE)Pragmatizmus: https://mmi.elte.hu/szabadbolcseszet/index088f.html?option=com_tanelem&id_tanelem=319&tip=0

⁷ THE DISCOVERY OF THE SPONTANEOUS MAN WITH SPECIAL EMPHASIS UPON THE TECHNIQUE OF ROLE REVERSAL <https://www.psychodramajournal.com/index.php/asgppjournal/article/view/341>

⁸ Psychodrama, Role Theory, and the Concept of the Social Atom <https://psychodrama.org.nz/wp-content/uploads/moreno-z-role-theory-social-atom-OCR-Version.pdf>

tanulmányozásában (pl. Johnson 1967, 1971a; Johnson és Dustin 1970; Muney és Deutsch 1968).

Carlson-Sabelli (1989) azonban a szakirodalom újraértelmezése során megállapította, hogy a szerepcsere témájával foglalkozó kutatások többsége olyan személyeket vizsgált, akik fantázia-figurák szerepét játszották, és hogy még mindig nincs elegendő kutatás, amely alátámasztaná a valódi emberek közötti szerepcsere témájával kapcsolatos állításokat.

DEFINÍCIÓ

Szigorúan véve a szerepcsere pontosan azt jelenti, amire az elnevezése utal: a lány szerepet cserél az anyjával, férj a feleségével, a diák a tanárával, avagy a bántalmazó az áldozatával.

Bár az ilyen szerepcserékben megjelenő (szociális, vagy szociodramatikus) szerepek általában kiegészítik egymást és egymástól függenek - az egyik nem létezhet a másik nélkül -, ugyanakkor ellentétek is, amik az egységre törekednek. Mindkét felet arra bátorítjuk, hogy értsék meg a másik nézőpontját és találják meg a békés egymás mellett élés módját. Brind és Brind szerint a szerepcsere

magától értetődő módon arra készíti a protagonistát, hogy elmélyítse és kiszélesítse empátikus azonosulását az ellenfelével ugyanúgy, ahogy ez a folyamat arra készíti, hogy saját magatartását az ellenfél vagy az ellenfél helyettese (segédje) szemével lássa, aki pedig most őt ábrázolja.

(Brind és Brind 1967:176)

Nyilvánvaló ugyanakkor, hogy a szerepcsere jelentése a pszichodrámaán belül kiterjed a nem-kiegészítő, pszichoszomatikus, pszichológiai, pszichodramatikus és spirituális szerepekre is, amik, ahogy Moreno (1953:75) írja, mind együtt alkotják az úgynevezett "ego"⁹ kézzelfogható aspektusait. Bármelyik, azaz mindegyik ilyen "kézzelfogható aspektus" létrehozható a másik személyben, illetve a másik személy aspektusait is létrehozhatjuk önmagunkban. "Elménkben mindannyian folyamatosan szerepcserében vagyunk, hogy fenntartsuk a szociális kötődés állapotát." - állapítja meg Blatner és Blatner (1988:119). Habár minden ilyen képzeletbeli szerepcsere központi eleme minden kölcsönös kapcsolódásnak, a pszichodrámaán alkalmazott szerepcsere egyediségét és különleges voltát az adja, hogy az nemcsak fejben, de akcióban is megnyilvánul. Amikor a lány anyja szerepébe helyezkedik, ténylegesen elfoglalja annak helyét, felveszi testtartását, utánozza beszédmódját és viselkedését, és az anya ugyanezt teszi a lány szerepében. A tapasztalati tanulást megkönnyíti, hogy ilyen módon externalizáljuk és konkretizáljuk a belső tartalmakat, amely folyamat egyébként nem verbális és fizikai jellegű (Bohart and Wugalter 1991).

⁹ J. L. Moreno terminológiájában az "ego" jelentése a pszichodráma és szociometriai megközelítésben az egyén tudatos én-élményére és szerepeire utal. Az ego funkciója az egyéni élmények, érzelmek és viselkedések megjelenítése a pszichodráma színpadán, ahol az egyén különböző szerepeket játszik el, így önmagát és másokat is megjelenítve. Az ego a szociális kapcsolatok rendszerében működik, azaz az egyén "szociális atomja" részeként jelenik meg, melyben a kapcsolatok, emocionális kötődések és interakciók meghatározóak.

Az “átcsereálni”, vagy “megfordítani”¹⁰ kifejezés azt jelenti, hogy valamit az ellentétes típusba vagy pozícióba helyezünk. De hogy pontosan mi is ez a valami, az nem egészen világos. Mert bár a szerepcsere technikája egészen egyszerűnek látszik, ha alaposabban megvizsgáljuk komplex intrapszichés és interperszonális folyamatokat rejt, beleértve a következő három egymástól függő eljárást is: (i) empátikus szerepfelvétel, (ii) cselekvés-visszajátszás (iii) és szerepvisszajelzés.

Először is, amikor egyes emberek próbálnak belépni egymás belső személyes világába és felvenni a szerepüket azért, hogy egy időre azzá a másikká váljanak, azokat az empátikus képességeket - legyen az érzelmi, értelmi vagy viselkedési - használják, amivel rendelkeznek. Az ilyen szerepvállalás kezdetben felszínes utánzással, tükrözéssel vagy modellezéssel indulhat, majd egyre mélyebb és teljesebb személyiségátvétel, azonosulás és introjekció formájában valósul meg. Az empátiához hasonlóan a szerepcsere is a másik személytől érkező finom jelek észlelésével kezdődik, majd bizonyos mentális képességek, köztük a memória, a fantázia és a saját érzelmek és gondolatok tudatosítása koordinált használatával folytatódik a másik személy szerepében. A szerepcsere első fázisa tehát nagyrészt intrapszichés tapasztalatokon nyugszik, amely magában foglalja valamilyen felfogását és megértését annak, amit a másik belül megél. Bár az empátia az egyik alapelve a szerepcsere technikájának, Moreno hangsúlyozza, hogy az empátia egyedül nem magyarázza a szerepcsere egész folyamatát: “az olyan fogalmak, mint ‘spontaneitás-állapotok’¹¹, a ‘rámelegedés folyamata’, a ‘tele’ és a ‘szerepnyalábok’ mind szükségesek a helyes értelmezéshez” (Moreno 1972:259).

Másodsorban, a személyek, akik a szerepcserében részt vesznek, legyen a felfogásuk helyes, vagy helytelen, szubjektív módon megpróbálják reprodukálni és jelezni, amit a másiktól felfogtak. Moreno szavaival: a személy, aki felveszi a másik szerepét, “nem csupán érez, de tesz is; létre is hozza és át is alakítja a jelenlevő, avagy éppen hiányzó alanyt egy adott szerepkörben. A leggyakrabban kicsi a jelentősége annak, hogy ez a megjelenítés elég hű másolata-e egy jelenségnek mindaddig, amíg a szereplő képes a jelenség teljes dinamikus atmoszféráját is közvetíteni; ez sokkal nagyobb jelentőséggel bír, mint egy hiteles másolat” (Moreno 1972:259).

Végezetül, a szerepcsere nemcsak azt közvetíti, hogy én hogyan érzekellek téged, de azt is, hogyan érzekelem azt, ahogyan te érzekelsz engem és így tovább (vö. Laing 1961). A szerepvisszajelzések harmadik fázisában a szereplőknek reagálniuk kell saját magukra, a másik reakcióira és a kölcsönös interakciókra egyaránt. A “megfigyelő én” akkor is figyel és érzékel, amikor a saját szerepemben vagyok és akkor is, amikor valaki máséban. Ahogy Moreno rámutatott, amikor az emberek érzelmileg bevonódnak az egymással való kapcsolatukba “kötelesek közről figyelni magukat akció közben; folyamatosan rögzíteni, hogyan melegszenek rá egy szerepre, mit tesz velük ez a szerep és mit tesznek ők a szereppel” (Moreno 1972:259).

A szerepek tökéletes cseréje természetesen kivihetetlen. Sosem tudjuk teljes mértékben megérteni mások érzéseit, hozzáállását és motivációit, és csak többé-kevésbé vagyunk

¹⁰ Az angol eredetiben a ‘role reversal’ kifejezésben a ‘reverse’ ige áll, ami közelebb áll a magyarban az “átfordít”, vagy “visszafordít” jelentéshez, mint a “cseréhez”.

¹¹ Moreno spontaneitás állapotai a friss, kreatív, adekvát válaszadás képességét jelentik, amelyek a pszichodráma fő energialejárásai és gyógyító erői.

képesek visszaadni, amit érzékeltünk. Mindannyian különbözünk abban, hogy mennyire tudjuk magunkat mások helyébe képzelni és mennyire tudjuk reprodukálni mások belső élményeit cselekvés közben. A szerepcserére való képesség nem pusztán egy bizonyos fokú intelligenciától, képzelőerőtől, érzelmi működési képességtől függ, vagy attól, hogy hogyan képes az egyén az emberi kapcsolataiban működni, hanem a szerepátvételi¹², illetve szerepjátszási¹³ vagy gyakorlási képességtől is, amely sok emberben gyengén fejlett. Míg sokan megtanulhatják a szerepátvételt játékos bemelegítő gyakorlatok és más spontaneitást segítő gyakorlatok által, másoknak nehezebb fog esni szerepcserét végrehajtani valamiféle “mentális ridegség” (Sylvester 1970), avagy a hitetlenségük felfüggesztésének képtelensége miatt.

A szerepcsere képességét J. L. Moreno és Z. T. Moreno (1955) a gyermek szociális fejlődése szempontjából alapvetőnek gondolta, ami körülbelül 3 éves kora körül fejlődik ki, amikor a gyermek elhagyja az egocentrikus fázist és képes felismerni azt, hogy “te” (Leutz 1974). Ez csak akkor képes kifejlődni, ha maga a gyerek megfelelő duplázást és szerepcserét élt át a szüleivel (Z. T. Moreno), aminek jele a gyermek meglévő szabadsága kiegészítő énjétől, az anyjától vagy anya-pótlékától (J. L. Moreno 1972:63). A pszichoszociális fejlődésnek megfelelő és azzal összhangban lévő pszichoanalitikus elméleteket például Freud, Klein, Kohut és Mahler fogalmazták meg, akik szintén fontos kapcsolatban állnak a szociálpszichológiával, bár támogatóik nem feltétlenül ismerik el ezeket.

A kiegyensúlyozott személyiség, az ego bizonyos fokú stabilitása és a környezet mindennapi érzékelésének képessége, úgy tűnik, szintén feltétele a megfelelő szerepcserének. A szerepcserére való képesség a személyiség fejlődésével együtt fejlődik, különösen az “Én” és a “Te” szétválásával - a személyes identitás kialakulásával, a szülőktől való elkülönülés érzésével, amelyet az alábbiakban az objektum-kapcsolati elmélet¹⁴ szempontjából ismertetek. A szerepvisszajelzés ezen kívül még az “Én” és a “Magam” megkülönböztetését is megköveteli - azt a képességet, hogy egyszerre legyek jelen és tudjak ugyanakkor figyelni a tanu-tudatosságban szerzett tapasztalataimra egyaránt, amelyet az alábbiakban a szociálpszichológia szemszögéből írok le. Azoknak a pácienseknek, akik súlyos személyiségzavarral küzdenek, vagy konfliktusosak ezek a területek, mint a nárcisztikus, paranoid, pszichotikus, autisztikus, vagy egyéb súlyos személyiségzavar, nehézségeik lesznek valódi személyekkel szerepet cserélni (J. L. Moreno és Z. T. Moreno 1955; Starr 1977). Az ilyen személyekkel csak mérsékelten, vagy egyáltalán nem szabad alkalmazni a szerepcserét, nehogy az amúgy is gyenge én-képüket összezavarjuk. Goldman és Morrison (1984) inkább azt javasolja a szerepcsere alkalmazása helyett, hogy annak a jelentőségteljes másik “fő üzenetének” tolmácsolására egy segéd-ént helyezünk szerepbe.

Végezetül, amíg egyfelől az emberek közti különbségek a szerepcsere legfőbb indokai, éppen ezek a különbségek azok, amik meg is nehezítik ezt. Moreno és Moreno szavaival: “a

¹² az eredetiben: role-taking, szerepfelvétel, vagy szerepátvétel, ami a pszichodráma szerepelméletében szerepel, mint a szerepfejlődés egy szakasza.

¹³ role-playing, szintén a szerepfejlődés egy szakasza

¹⁴ Ez a pszichoanalitikus elmélet az ember pszichéjének fejlődését és működését elsősorban a korai interperszonális kapcsolatok mentén vizsgálja, különösen a csecsemő és elsődleges gondozója (például az anya) kapcsolatára fókuszálva. Az "objektum" ebben az összefüggésben nem tárgyat jelent fizikai értelemben, hanem a pszichében internalizált jelentős másokat, vagyis olyan személyeket, akikhez érzelmileg kötődünk és akik befolyásolják énképünket és kapcsolatainkat.

szerepcsere technikája annál hatékonyabb, minél közelebb áll egymáshoz a két egyén pszichésen, szociálisan, illetve etnikailag” (1959:155). Egy legutóbbi nyílt pszichodrámaülésen Barbarának, aki Londonban született, nehézségei voltak Li-vel, aki vietnámi, mivel nem volt semmi köze Li kulturális identitásához.

A SZEREPCSERE TERÁPIÁS ÉRTÉKE

A szerepcsere terápiás értéke a mai napig nem egyértelmű. Amíg a klasszikus tradíciót követő dramatikusok meg vannak győződve arról, hogy a szerepcsere széles körben hatékonyan alkalmazható, a pszichoanalitikus beállítódású dramatikusok kétségbe vonják az előnyeit. Basquin és munkatársai szerint például: “a szerepcsere haszontalan, sőt katasztrofális, mivel semmibe veszi a páciens ellenállását, nem segíti a tudattalan igények kifejeződését, és így gátolja a témák további kibomlását” (Basquin et al. 1981:82). Ezt a tézist határozottan cáfolva Kruger azt mondja, hogy „a szerepcsere a kivetítés és az azonosulás révén a védekezés csökkentésének eszköze. Az interszónális folyamatok strukturálása és integrálása révén képesek kivezetni az egyént az elszigeteltség és a különállás állapotából” (Krüger 1989:45).

Mindenesetre azt biztos állíthatjuk, hogy a szerepcsere a pszichodráma egyik leghatékonyabb eszköze, de mégsem használhatjuk válogatás nélkül minden protagonista esetén. Egy szexuálisan bántalmazott felnőtt nő esetén például Karp óvatosabb volt, semhogy szerepcserét alkalmazzon a bántalmazó férfival, mivel:

“az ülésnek nem volt feladata a tettes motivációinak feltárása. Túl sok áldozat veszett már el a megértési és megbocsátási kísérletekben. Csapdába ejthetik magukat a véget nem érő racionalizálás tengerében, amiből aztán nincs kiút.”

(Karp 1991:109)

A SZEREPCSERE KÉT FORMÁJA

Az irodalomban a szerepcsere két fő formáját különböztetjük meg. Az eredeti formát “in situ” (Z. T. Moreno 1959:241), “megfelelő” (Moreno és mások 1955:141), vagy “klasszikus” (Carlson-Sabelli 1989) szerepcserének nevezik, melyben legalább két jelenlevő személy vesz részt, akik kölcsönösen szerepet cserélnek egymással. A második, melyet Carlson-Sabelli és Sabelli (1984) “tökéletlennek” nevez, nem teljes abban az értelemben, hogy az egyik szereplő hiányzik és azt egy “helyettes” (a “segéd-én”¹⁵) jeleníti meg. A magam részéről legszívesebben a sokkal inkább leíró jellegű “kölcsonös” és “megszemélyesítő” szerepcsere kifejezéseket használok a kétfajta forma megkülönböztetésére, mert a korábbi elnevezések, mint megfelelő/helytelen, teljes/tökéletlen, vagy klasszikus/modern elnevezések szükségtelen és félrevezető értékítéletet tartalmaznak a létrejövő interakciót illetően.

¹⁵ az eredetiben ‘the auxiliary’ olyan résztvevő vagy szereplő, aki a protagonista (főszereplő) játékában más szerepeket játszik el. Ezek “kihelyezett én-részekként” jelennek meg a protagonista belső világából, és lehetőséget adnak a protagonista számára, hogy interakcióba lépjen velük. A segédének feladata, hogy kreatívan, mégis minél pontosabban visszaadja a protagonista által előadott szerepeket, akár tárgyak, érzések vagy más emberek megjelenítésével is.

A különböző szerepcserereformáknak valamennyire eltérő céljai is vannak, ráadásul úgy is tekinthetjük, hogy más értelmezési keretrendszerben is működnek. A kölcsönös szerepcsera a szociálpszichológia alapján elsősorban a külvilág szereplőinek kezeléséhez nyújt segítséget mint egy szociális konfliktusmegoldó technika azáltal, hogy segít kijavítani a másokról alkotott eltorzult elképzeléseinket, és visszajelzéseket kaphatunk magunkról. A megszemélyesítő vagy képviseleti szerepcsera ezzel szemben inkább a tárgykapcsolati elmélet alapján érthető meg, és a belső élmények kivetítését, illetve a külső tapasztalatok integrálását segíti. A továbbiakban részletesebben tárgyaljuk ezt.

Kölcsönös szerepcsera és a szociálpszichológia

A kölcsönös szerepcsera a szocializáció és a társadalmi tanulás folyamatát hivatott megkönnyíteni és a, amelynek során az emberek (általában gyermekek) megismerik, gyakorolják és azonosulnak a társadalom domináns intézményeinek és képviselőinek értékeivel, attitűdjeivel és alapvető hiedelemrendszereivel. Mint ilyen, a kölcsönös és direkt szerepcsera két személy között elsősorban a társadalmi normák elsajátítására szolgálhat (csoportnormák, amelyek eligazítanak, hogy bizonyos helyzetekben mi elfogadható és mi nem). Ennek a technikának a legmegfelelőbb magyarázata tehát a szociálpszichológiában található.

A szociálpszichológia azt tartja, hogy a gyermek a környezetével való kapcsolatában fejlődik, különösen azokkal a bizonyos "fontos más személyekkel", akik vagy serkentik, vagy gátolják lelki és szellemi épülésüket és én-érzékelésüket¹⁶. Ezek a bizonyos fontos más személyek fejezik ki a minket körülvevő szociális valóságunkat, amivel gyermekként azonosulni tudunk. Ebben a bizonyos külső kapcsolódásban válik a gyermek tárggyá saját maga számára és fejleszti ki azt a valamit, amit úgy hívunk: önmagam mint tárgy ("Magam")¹⁷. Ez az önmagam mint tárgy, ami a mások érzékeléséből és reakcióiból fejlődik ki, az első koncepciója az énné. Cooley (1902) a "tükör-én" megnevezést használta erre, kifejezve, hogy ez a képzet mások tükrözése révén alakul ki, mint amikor valaki megnézi magát másokban, mint egy tükörben. Moreno és Moreno (1959) is ezt a leírást alkalmazta arra, ahogyan a gyerekek használják a szüleiket mint amatőr segéd-éneket arra, hogy segítsék őket az életben való elindulásban a tükrözés által.

Előbb vagy utóbb a gyermek persze elkezd megkérdőjelezni a társas valósága által közvetített képet, és kezdi kialakítani a saját felfogását magáról, amit úgy nevezünk, az "én mint alany" ("Én")¹⁸. Az énné ez a szubjektív része belülről, spontán, az itt-és-mostban reagál. Amíg az énné a másik, az objektív része konvencionális, szocializációt és megszokottságot igényel, a szubjektív résznek spontán, szokatlan és időnként impulzív megnyilatkozásai vannak. Mead kimutatja, hogy "a személy a másik szerepének felvétele által képes visszatálcálni önmagához és irányítani a kommunikációját a maga módján" (Mead 1934:253).

¹⁶ az eredetiben: 'sense of self', önmagunkról alkotott belső kép, az a belső tudatosság vagy érzés, hogy kik vagyunk, milyen a személyiségünk, identitásunk, hogyan viszonyulunk önmagunkhoz.

¹⁷ az eredetiben: 'self as object' ('me').

¹⁸ az eredetiben: 'self as subject' ('I'), az a belső tudatosság vagy én-élmény, amelyben a személy „alanyként” van jelen a saját tapasztalataiban, döntéseiben és cselekedeteiben. Ez a tudatos „én”, amely aktívan részt vesz a világban, és nem csupán passzívan elszenved vagy tükrözi az eseményeket.

Valóban, míg a szocializáció minden interperszonális működés szükséges része, a szubjektív én megerősítése igen fontos a pszichodrámban. Moreno úgy érezte, hogy a másik szerepének felvétele zsákutca. A fordulópontot az jelenti, hogyan tudjuk módosítani, illetve élettellel megtölteni a [konzervált] szerepeket, hogyan válunk igazi “szerepalakító”-vá¹⁹ (Moreno 1953:691). A kölcsönös szerepcserében az ‘Én’ és a ‘Magam’, a szubjektív és az objektív én között újra lejátszódik a dialektikus folyamat, így a tárgyiasított, illetve alanyi lét újra elkülönülhet és egyesülhet, ami új belső lelki egyensúly eléréséhez vezet. Carlson-Sabelli és Sabelli szerint:

A szerepek felcserélése lehetővé teszi a főszereplő számára, hogy tudatára ébredjen saját értelmezéseinek, és azokat újragondolásra bocsássa, ezáltal lehetőséget teremtve azok meghaladására. Gyakran kritikátlanul elfogadjuk, amit hiszünk, míg mások értékelését átfogalmazzuk és ellenvetésekkel fogadjuk. A szerepcserén keresztül a protagonista magát mint tárgyat képes látni, másokat, pedig, mint szubjektum tapasztalja.

(Carlson-Sabelli és Sabelli 1984:166)

Erről az elméleti alapról nézve a kölcsönös és direkt szerepcsere alkalmazható mások előítéletes és elfogult megítélésének megváltoztatására, a konfliktusok megoldására, az emberek közötti kapcsolatok javítására és az empátia növelésére. Az alábbiakban ezeket tárgyaljuk részletesebben.

A megítélés elfogultságának kijavítása

A kölcsönös szerepcsere alkalmazásának legnyilvánvalóbb célja, hogy két ember kölcsönösen jobban megértse egymást és módosítani tudják egymásról esetlegesen kialakított elfogult és előítéletes elképzeléseiket. William például látszólag mindenkit “felülről” néz, mintha azt gondolná, hogy többet ér másoknál. Mégis, mikor Eva szerepet cserél vele, erről a látszólagos távolságtartásról kiderül, hogy sokkal inkább a csökkent önértékelésnek és annak a félelemnek a jele, hogy összehasonlítanak másokkal a csoportból. A kölcsönös szerepcsere ebben az esetben is megmutatta, hogy ezáltal képesek vagyunk a másokról alkotott ítéletünket megváltoztatni.

Ráadásul a magunkról alkotott képet is meg tudjuk változtatni. Ezekben az esetekben az azonnali visszajelzés és annak felismerése, hogyan látnak minket mások, teszi még világosabbá szerepeinket. Egy pszichodrámacsoportban a minap például Tom minduntalan félbeszakította a többieket, amikor beszéltek. Ez a viselkedés igencsak zavarta Carint, akinek elsősorban az önkifejezéssel voltak nehézségei. A kettejük közötti szerepcsere által Tom megértette Carin helyzetét, még szimpatizált is vele, és változtatott addigi domináns magatartásán. Carin ugyanakkor megtapasztalhatta, milyen jó is a figyelem középpontjában lenni, ami képessé tette arra, hogy megossa a csoporttal régi álmát, hogy színésznő lehessen.

Jó esetben a kölcsönös szerepcsere az érzékelés elmozdulását idézi elő, így a két résztvevő személy másokat és önmagát is egy vadonatúj perspektívából képes látni. A cél

¹⁹ az angol eredetiben ‘rolechanger’ és ‘roleplayer’ magyarul ‘szerepalakító’ egy szóval, kettős értelemben, azaz, aki átalakítani is képes (changer), illetve eljátszani is képes (player) az adott szerepet.

nem a “megértés” vagy a tudatosság önmagában, hanem a spontaneitás elérése; másképp látni egy régi szituációt, illetve régi gondolkodási minták újrendezése, ami megkönnyíti az adott helyzetnek megfelelő viselkedést (Yablonsky és Enneis 1956). Zerka Moreno szavaival:

A páciens kisebb-nagyobb sikerrel “magára vállalta” azokat személyeket, szituációkat, tapasztalatokat és érzékeléseket, amitől jelen pillanatban szenved. Annak érdekében, hogy ezen a torzuláson és kibilleltségen úrrá legyen, ezeket egy magasabb szinten újra kell szerveznie. A szerepcsere egyike azon módszereknek, ami pont erre való, hogy újraintegráljuk, újraemésszük és túlnőjük ezeket a negatív hatással bíró élményeket, szabadok legyünk és spontánok pozitív irányok mentén.

(Z. T. Moreno 1959:238)

A gyermekneveléssel kapcsolatos irodalomban számtalan példa van a kölcsönös szerepcserére szülő és gyermeke között. Egy példa szerint anya és lánya közötti vita után, miszerint milyen ruhát kellene felvennie a gyereknek, az anya megjegyezte: “Tényleg ennyire agresszív voltam, ahogy Kay kifejezte? Szegénykém!” (Z. T. Moreno 1959:241). Ez mutatja a szülő látásmódjának megváltozását. Ellenkező példaként Leutz (1974:47) leír egy helyzetet, amikor a kisfiú nem akar még lefeküdni. Szerepcserét követően viszont már el tudja fogadni anyja kérését, és örömmel bújik ágyba. Amíg az egyik példa a szülő nézőpontjának változását mutatja be, a másik pedig a gyerek viselkedésének változását, ideális esetben mindkét fél értelmezési kerete képes bővülni.

Az emberek az egymás közti szituációkban hajlamosak ugyanazt az egyszerű ítélkezési stratégiát követni, ami rendszerint félrevezeti őket. Nisbett és Ross (1980) sok ilyen félreértelmezésnek a forrását abban látta, hogy az emberek túlzottan az előzetesen kialakított képzet-struktúráikra és a már meglévő sémákra támaszkodnak, ami a leggyakrabban mások téves megítéléséhez, projekciókhoz, előítéletekhez, sztereotip hozzáálláshoz és más téves viselkedési mintákhoz vezetnek (Heider 1958). Ilyen esetekben a kölcsönös szerepcsere az érzékelési mező szélesítését és a beszűkült világlátás szélesítését célozza. Williams (1989) szerint a pszichodráma elsődleges célja a régi megfontolások megváltoztatása és új képzetek kialakítása. Azáltal, hogy egy adott hiedelmet a szerepcsere által vizsgálat tárgyává teszünk, viselkedésünket meghatározó attitűdjeink, feltételezéseink, előítéleteink, következtetéseink és elvárásaink nagy része feltárul és láthatóvá válik.

Egyik alkalommal például, mikor Eva valaki mást választott protagonistaként a maga helyére, barátnője, Marianne nagyon megsértődött. Marianne annak tudta be Eva választását, hogy féltékeny az ő kivételezett helyzetére a vezetővel. Kettejük kölcsönös szerepcseréjével a megváltozott nézőpontjukból már módosultak is az okozati feltételezéseik és tisztázták a félreértést.

Emberek közötti konfliktusok feloldása

A kölcsönös szerepcserét gyakran javasolják emberek közötti konfliktusok feloldására. Emögött az a feltételezés van, hogy a szemben álló felek szerepcseréje arra kényszeríti őket, hogy megváltozott nézőpontból lássák a szituációt, ami remélhetőleg segít elsimítani az ellentéteket. Bratter (1967) szerint ez egyfajta dialektikus tézist és antitézist teremt, ami, ha

sikeres, képes lehet szintézist létrehozni, vagy legalább a két ellentétes nézet összebékítését elérni. Williams (1989) vitatta, hogy egy ilyen eljárás sajátosan képes az embereknél elérni, hogy két ellentétes nézet kettősségét befogadják, ami a konfliktusfeloldás elengedhetetlen feltétele.

Egy pszichodrámacsoportból vett példa: vegyük az alábbi cserét Philip és Pamela, két csoporttag között. Azzal kezdődik, hogy Philip elkésik a pszichodrámaülésről. Pamela megmondta Philipnek, hogy neheztel rá, amiért nem tud időben érkezni, és emiatt azt érzi, hogy Philip nem veszi komolyan a csoportot.

“Nem értem, miért vagy mérges.” - válaszolt Philip. “Egy fontos értekezleten voltam, és nem tudtam hamarabb érkezni.”

“Akkor elmagyarázom.” – vágta rá Pamela. “Elvárom tőled, hogy időben érkezz az ülésekre, de neked mindig van egy jó kifogásod arra, hogy elkésel, mit sem törődve azzal, hogy mit okozol ezzel a csoportnak!”

“Sajnálom, hogy ideges vagy.” - mondta Philip. “De olyan bosszantó vagy, amikor nem kapod meg, amit akarsz.”

“Na jó, hát nem azért jöttem ide, hogy sértegetsenek!” - kiabálta Pamela vörös fejjel és láthatóan feldúlva. “Egy igazi idióta vagy...”

“Valóban?” - csattant fel Philip alig leplezett ingerültséggel. “Hát te sem vagy éppen egy zseni!”

“Ne ‘Valóban?’-ozz itt nekem!” - replikázott Pamela a székében előre dőlve. “Figyelmeztetlek, Philip, ha jövő héten nem érkezel időben, kizárunk és várhatsz odakint!”

Philip felháborodott dühvel nézett Pamelára. “Ha ki akarsz tenni a csoportból, csak mondd meg!”

A törés Philip és Pamela között fokozatosan erősödött, míg mindketten elérték a dühös sértettség állapotát. Ami egy személyes csalódásként indult, pillanatok alatt nyílt konfrontációba, egymás kölcsönös félreértésébe, válogatott sértésekbe és a bosszúszomj kifejezésébe torkollott. Ez a jelenet meglepte a csoportot, akiknek fogalmuk sem volt, hogy mi válthatta ezt ki. Magát a csoportvezetőt is megdöbbenette a feszültségek ilyen hirtelen kirobbanása, aki próbált nyugodt maradni, miközben azon gondolkodott, mi lenne a helyes viselkedés ebben a helyzetben. Az ellentétek kibontásához végül szerepcserét javasolt Philip és Pamela között.

Kezdeti húzódozás után végül Philip és Pamela belement a szerepcserébe, és miután lassan szépen rámelegedtek a másik szerepére, kezdődtek a korábbi kölcsönös vádaskodások. Hamarosan azonban ugyanolyan hevesen kezdtek vitatkozni, mint korábban, de most már a másik pozíciójából. Ám még mielőtt végleg kiadták volna dühüket és tovább fantáziáltak volna arról, mi játszódik le a másokban, egyszer csak elcsendesedtek, és mélyen és komolyan egymás szemébe néztek. Nyilvánvalóvá vált, hogy a nyílt küzdelmen kívül valami más is történik közöttük; valamiféle elfogadás, sőt vonzódás az ellentétekhez. Egyszer csak elkezdtek egymásra mosolyogni, és Philip (még mindig Pamela szerepében) azt mondta:

“Egy szörnyeteg vagy, Philip! Senkivel nem törödsz magadon kívül!”

“Nos én örülök, hogy te viszont törödsz velem”. - válaszolt Pamela Philip szerepében. “Bárcsak mások is ilyen gondoskodóak lennének!”

“Bocsáss meg, hogy megsértettem az érzéseidet!” - szólalt meg Philip, immár a saját maga nevében. “Fogalmam sem volt, hogy ennyire gondoskodó vagy!”

“Nos, az vagyok.” - mondta Pamela. “Éppen ezért esett annyira rosszul, hogy késel. Ha azt szeretnéd, hogy ilyen másokkal törődő legyek továbbra is, akkor légy szíves, jövő héten gyere időben.”

A szerepcsere célja a ‘tele’ létrehozása; a szinte misztikus “kölsönös másokra hangolódás” (Moreno és Moreno 1959:6). A *tele* nem áttételen, az érzések és érzékelések valamiféle projekcióján alapszik. Magában hordozza az igazi találkozást vagy kapcsolódást, amiben az emberek elfogadják a másikat olyannak, amilyenek. mint ilyen, leginkább úgy lehetne leírni, hogy ez a személyek közötti egyfajta “kémia” (Kellermann 1992:102).

A szerepcsere azonban nem idézi elő automatikusan a gondolkodás megváltozását egyik résztvevő személyben sem. Sajnos a kölsönös szerepcserének ritkán van pozitív kimenetele a személyek vagy csoportok konfliktusaiban, és a megbékélést gyakran nehéz elérni. Tapasztalatom szerint az emberek sokkal inkább megátalkodottan ellenállnak annak, hogy a másik szerepébe helyezkedjenek, amíg azt egyértelműen ellenségnek látják. Ha bele is egyeznek a szerepcserébe, azt csak rövid időre teszik, hogy elismételjék ellenfelük érveit és üzeneteit, majd gyorsan visszahelyezkednek a saját eredeti “Nekem van igazam, te tévedsz” pozíciójukba. Emiatt tehát Moreno azon elképzelését, hogy pusztán a szerepcsere képességeinek megnövelésével elérjük az emberek és nemzetek közötti tartós békét, naivnak és utópisztikusnak kell tekintenünk.

Ráadásul Carlson-Sabelli (1989) sem talált elegendő tudományos bizonyítékot annak a feltételezésnek az alátámasztására, hogy a kölsönös szerepcsere kölsönös megértést és kiengesztelődést idézne elő a konfliktusban lévő szereplők között (Cohen 1951; Speroff 1955; Rogers 1965; Sylvester 1970; Deutsch 1973). Sokkal valószínűbbnek tűnik, hogy a kölsönös szerepcsere által “az ellentétes nézeteket képviselők közelebb tudnak kerülni egymáshoz, ha az eredeti pozícióik egymással összeegyeztethetők, és még távolabb tudnak kerülni, ha az eredeti pozícióik eleve összeegyeztethetetlenek voltak” (Johnson és Dustin 1970:149). Bár, mivel még mindig keveset tudunk a kölsönös szerepcsere valódi hatásairól ahhoz, hogy a használatát tudnánk javasolni minden konfliktusos szituációban vakon, azért az valószínű, hogy sokkal hatékonyabb eszköz, mint más versenyző jellegű technikák (Deutsch 1973).

Az én nézeteim szerint a konfliktus természetétől függően a konfliktusok feloldása felé tett lépések számba vételekor a beavatkozás legalább négy szintjét figyelembe kell venni. (Kellermann 1993): (i) a bioszociális-emocionális²⁰, ami az érintkezésre és az agresszió kifejezésére épül; (ii) az intrapszichés, ami az eltorzult érzékelés korrekcióján alapszik; (iii) az interperszonális, ami meditáción és interakcióelemzésen²¹ alapszik; (iv) és végül a csoport-mint-egész perspektíva, ami a szociodramán és csoportelemzésen alapszik. A kölsönös szerepcsere főleg a (ii)-es szinten alkalmazható arra, hogy a kivetített érzelmeket visszavetítsük és a személybe visszaintegráljuk (lásd a következő fejezetet a objektum-kapcsolati elméletről). A (iii)-as szinten pedig akkor hatékony, amikor egy sokkal

²⁰ A dialektikus viselkedésterápia (DBT) bioszociális elmélete szerint a borderline személyiségzavar (BSZ) kialakulásában és fenntartásában a biológiai és a szociális tényezők egyaránt szerepet játszanak.

²¹ Az interakcióelemzés során azt tanulmányozzuk, hogy az emberek hogyan hatnak egymásra, hogyan értelmezik és reagálnak egymás megnyilvánulásaira egy adott helyzetben, például beszélgetés vagy csoportmunka során.

megfelelőbb interperszonális kommunikáció létrehozható, de nem tekinthetjük ezt az emberek közötti feszültségek egyetlen és leghatékonyabb gyógymódjának.

A megszemélyesítő szerepcsere²² és az objektum-kapcsolati elmélet

A kölcsönös vagy direkt szerepcserével szemben, amelyben két szereplő vesz részt, a megszemélyesítő szerepcsere egy pszichén belüli folyamat, amiben csupán egy személy vesz részt. A jelen nem lévő másik személyt egy segéd-én jeleníti meg, aki a szerepcserében partnerünk lesz. Segéd-ént nem csupán olyan személyek vagy belső reprezentációjuk megjelenítésére használunk, akik nincsenek aktuálisan jelen, hanem más dolgokat is a protagonista énjének teljes belső világából. Valójában a segéd-én megjeleníthet bárkit vagy bármit, akivel vagy amivel a protagonista valamilyen belső viszonyban van. Példának okáért James az egyik játékban kiválasztott egy-egy csoporttagot a szülei, a felesége és a gyermeke szerepére, továbbá egyet annak a belső én-résznek a szerepére, aki folyamatosan azzal vádolta, hogy nem elég jó gyermeke a szüleinek, nem elég jó férj és apa. Később még valakit kiválasztott a saját kocsi szerepére, ami egy élettelen tárgy, viszont komoly szimbolikus jelentőséggel bírt a számára. Szerepet cserélve ezekkel a belső tartalmakkal James lehetőséget kapott érzelmi kötődéseinek kihelyezésére, és megtanulhatott sokkal alkalmazkodóbban viszonyulni hozzájuk.

A megszemélyesítő szerepcsere talán jobban érthető a tradicionális pszichoanalízis nézőpontjából és különösen a pszichoanalitikus objektum-kapcsolati elmélet szempontjai szerint (Polansky és Harkins 1969; Blatner és Blatner 1988; Holmes 1992). Az objektum-kapcsolati elmélet az interperszonális tapasztalatok megőrzésére és rendszerezésére szolgáló elméleti struktúrák általános elméleteként jött létre. Azon a feltételezésen alapszik, hogy az ember a fontos személyeket és életeseményeket internalizálja annak érdekében, hogy minden korábbi világfelfogásunk reprezentánsai legyenek; belső mentális képek, saját magunkról (önkép), másokról (tárgyreprezentáció) és a világ egészéről (szimbolikus reprezentáció) tárolt emlékképek. Ezek a mentális reprezentációk a viszonyrendszert is tartalmazzák, a magunk és mások közötti kapcsolatokat, illetve a többiek közöttiekét is, különböző mértékű valóság-hűséggel és érzelmekkel összekapcsolva (Sandler és Sandler 1978). A belső képeknek ez a rendszere, amely a korai gyermekkorban már kialakul, egy egész belső drámává fejlődik, amiben mi játszunk az összes szerepet és amely aztán az életünk minden területén hatással lesz ránk.

A pszichodráma és azon belül a megszemélyesítő szerepcsere kínál egy kivételesen hatékony eszközt belső mentális képeink külső megszemélyesítésére (és időnként az egyéni megértésükre) azzal, hogy életre kelnek és megjelennek a háromdimenziós térben (Sandler és Rosenblatt 1962), mint egy belső dráma egy színház színpadán. Ez a belső dráma a szerepcsere révén rekonstruálható úgy, hogy az “Én és a Te”, vagy az “Én és az Az” képzetek ismét vizsgálat alá kerülhetnek.

A megszemélyesítő szerepcsere elsődleges célja nem az, hogy a külső valóság realitásaival foglalkozzon, hanem az, hogy el tudjuk fogadni belső valóságunkat és egyfajta

²² az eredetiben: ‘representational role reversal’, képviseleti szerepcsere abban különbözik a kölcsönös, vagy direkt szerepcserétől, amiben konkrét, jelen lévő személyekkel cserélünk szerepet, hogy itt a személyek, vagy egyéb számunkra jelentőséggel bíró dolog belső reprezentációjának, belsőleg általunk kialakított képének a szerepét vesszük magunkra.

belső békét és harmóniát érjük el. Ahogy Zerka Moreno javasolta, általános szabályként elmondható, hogy “az egyénnek ki kell fejeznie belső igazságait, ahogyan ő érzi vagy érti azt, egy teljesen saját, egyéni módon (tűnjön az bármennyire is elferdítettnek a külső szemlélő számára)” (Moreno 1959:234). Ez a szabály Carlson-Sabelli és Sabelli (1984) szerint problémát jelent a pszichodramatikus számára, aki gyakran felismeri, hogy sok protagonistának szüksége van a valós észlelés és a téves észlelés megkülönböztetésére. Általános irányelvként, abban egyetértenek, hogy a dramatisztának elsőbbséget kell biztosítania a szubjektív észlelésnek, de hozzátesszük, hogy ugyanakkor az objektivitásának is érvényesülnie kell, hogy a protagonista érzékelti tudja azt is, ahogy a dolgok a valóságban vannak. Egy páciens például vonakodott alávetni magát a kezelésnek, amikor egy végzetes diagnózist kapott, egy szerepcsere révén azonban módja nyílt ránézni az objektív valóságra, miután végül elfogadta azt (szubjektív).

A megszemélyesítő szerepcsere másik célja, hogy a protagonista több felelősséget vállaljon a döntéseiért. Ennek megfelelően a szerepcsere hangsúlyozza a főszereplők aktív részvételét a változás bevezetésében. Egy alkalommal például, amikor Yvonne kérte a halott anyját megszemélyesítő segéd-ént, hogy bocsásson meg neki, a szerepcserében neki magának kellett döntenie, hogy készen áll-e erre a megbocsátásra, vagy nem. Egy másik játékban Eli azt kérdezte a drámavezetőtől, hogy mit kezdjen a boldogtalan házasságával. De ahelyett, hogy válaszolt volna a vezető, arra kérte Elit, hogy cseréljen vele szerepet, mire Eli ebben a szerepben azt mondta: “Nos, először is aktívabban részt kell venned az életedben, és meg kell hoznod a saját döntéseidet.”. Hasonló fókusz helyezett az önirányításra Ruscombe-King, aki arra buzdította az alkoholbetegeket, hogy cseréljenek szerepet az “alkohollal”. Egy üres szeszes italos üveghez beszélve Tom a következőket mondta: “Rosszul érzem magam miattad.” Az üveg szerepében ezt válaszolta: “Nem én kényszerítelek, hogy igyál meg!” (Ruscombe-King 1991:165).

A felelősséget a leginkább középpontba az helyezi mégis, ha magával Istennel hajtunk végre szerepcserét. Nolte és mások (1975) által közzétett leírás szerint Cinda megkérdezte Istent: “Miért vetted el tőlem az édesapámat?” Amikor Cinda Isten nevében válaszolni igyekezett a saját kérdésére, egyúttal konfrontálódott a létezésről alkotott saját elképzeléseivel és azzal, hogy képes volt jelentőséget tulajdonítani az apja halálának, szerzett némi enyhülést a gyászában.

Moreno a következő ékesszóló módon írta le a reprezentatív (megszemélyesítő) szerepcsere dinamikáját:

Az, hogy az egyén részt vesz a személyes valósága alakjainak megformálásában és miközben rájuk hangolódik, rendkívüli elégedettséggel töltheti el, ami minden eddigi ezzel kapcsolatos élményét túlszárnyalhatja; annyi energiát fektetett ugyanis be a saját korlátozott forrásaiból az anyja, apja, felesége, gyermekei belső képeinek megformálásába és más idegenül benne élő képekbe, illúziók és téveszmék minden formájába, hogy spontaneitása, hatékonysága és énéreje legnagyobb részét el is vesztette ezáltal. Ezek felemésztik teljes gazdagságát, miáltal szegényes, beteg és gyenge lesz. A pszichodráma adja vissza neki mindezt az elméje által külső kalandokba befektetett energiát. Visszaveszi magára anyja, apja, szerelme képzetét, egyéb illúzióit és téveszméit és az összes beljük fektetett energia visszakérül hozzá,

amint megéli magát apja, vagy annak főnöke, barátai, vagy ellenségei szerepében, akikről sok olyan dolgot is megtudhat, amit az életben nem lenne képes. Amikor az általa elképzelt emberek bőrébe bújik, azok nemcsak elvesztik varázserejüket és hatalmukat, de erejük még át is száll rá. Énje lehetőséget kap, hogy megtalálja és újraszervezze önmagát, összerakja a darabokat, amelyeket egy alattomos erő eddig egymástól elkülönítve tartott, egyesítse őket és elérhesse a megkönnyebbülés és önbizalom érzését.

(Moreno 1953:85)

Megjegyzendő, hogy a fenti idézetben Moreno a klasszikus pszichoanalízis nyelvét használja, amikor megpróbálja leírni a megszemélyesítő szerepcsere folyamatát, amikor “belső képekbe fektetett energiákról” beszél. A jó objektum internalizálásának hangsúlyozása mint az önálló és integrált én fejlődésének alapja, nyilvánvaló. A nárcisztikus eljárások továbbá, mint idealizáció, hasítás, projekció, identifikáció vagy projektív identifikáció, amik patológiásnak, de a normál fejlődés részének is tekinthetők, mind fontos szerepet játszanak a szerepcserében (Krüger 1989). Így elmondhatjuk, hogy a megszemélyesítő szerepcsere önmagában megkönnyíti és felgyorsítja a szeparáció-individuáció folyamatát (Mahler 1975) nem túlságosan zavart pácienseknél.

EPILÓGUS

Mary 8 éves kislánya előtt áll, aki szeretné, ha megölelné őt. De Mary kényelmetlenül érzi magát lánya ragaszkodása miatt, és eltaszítja magát. “Megértem, hogy neked jó minél inkább a közelemben lenni, és ez nagyon is valós igény. De minden alkalommal, amikor így ragaszkodsz hozzám, az nekem szörnyű érzés. Amikor pedig emiatt ellöklek magamtól, még rosszabbul érzem magam, mert büntudatom támad, hogy eltaszítalak magamtól.” A kislány egyre mélyrehatóbb pillantással néz Mary szemébe, mintha az anya szeretetének legkisebb jelét fürkészné. Mary azt mondja: “Szeretlek. De ki nem állhatom, amikor így nézel rám.” A szerepcserében Mary nézi magát, mint egy tükörben. Szeretné, ha az anyja megölelné őt, és egyre bámulja az anyját, hogy elkapja egy pillanatra a tekintetét. “Kérlek, anyám, nézz rám...!” De a mondat közepén hirtelen elhallgat, és egy pillanat alatt Mary visszakerül a gyerekkorába, a saját anyjának elutasító viselkedését újra átélve. A nagymama így felkerül a színre. Mary elmondja, hogy nagyanyjának egyből intuitív és meleg volt a viszonya a lányához. Elnézi, ahogy a nagymama és a kislány átölelik egymást, amihez maga is csatlakozik, és együtt mozdulnak anyák és lányok minden generációinak együttes táncához.

HIVATKOZÁSOK

- Abele-A. Brehm (1989) ‘Psychodrama and social psychology’, *International journal of Small Group Research* 5: 29-46.
- Alperson, J.R. (1976) ‘Gone with the wind: role-reversal desensitization for a wind phobic client’, *Behavior Therapy* 7: 405–7.

- Basquin, M., Testemale-Monod, G., Dubuisson, P. and Samuel-Lajeunesse, B. (1981) *Analytisches Psychodrama, Bd. 1: Das Psychodrama als Methode in der Psychoanalyse*, Paderborn: Jungfermann.
- Blatner, A. and Blatner, A. (1988) *Foundations of Psychodrama: History, theory and practice*, New York: Springer.
- Blume, S.B. (1971) 'Group role reversal as a teaching technique in an alcoholism rehabilitation unit', *Group Psychotherapy and Psychodrama* 24:135–7.
- Bohart, A.C. and Wugatter, S. (1991) 'Change in experiential knowing as a common dimension in psychotherapy', *Psychotherapy: Theory, Research, Practice* 10:14–37.
- Bratner, T. (1967) 'Dynamics of role reversal', *Group Psychotherapy* 20:88–94.
- Brind, A.B. and Brind, N. (1967) 'Role reversal', *Group Psychotherapy* 20:173–7.
- Buber, M. (1923) *I and Thou*, Edinburgh: Clark (English translation, 1970).
- Carlson-Sabelli, L. (1989) 'Role reversal—a concept analysis and reinterpretation of the research literature', *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry* 42:139–52.
- Carlson-Sabelli, L. and Sabelli, H.C. (1984) 'Reality, perception, and the role reversal', *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry* 36: 162–74.
- Carpenter, J.R. (1968) 'Role reversal in the classroom', *Group Psychotherapy* 21: 155–67.
- Cohen, J. (1951) 'The technique of role reversal: a preliminary note', *Occupational Psychology* 25:64–6.
- Cooley, C.H. (1902) *Human Nature and Social Order*, New York: Scribners. (Reprinted New York: Free Press, 1956.)
- Deutsch, M. (1973) *The Resolution of Conflict: Constructive and destructive processes*, New Haven: Yale University Press.
- Goldman, E.E. and Morrison, D.S. (1984) *Psychodrama: Experience and process*, Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt.
- Hare, A.P. (1986) 'Moreno's contribution to social psychology', *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry* 39:85–94.
- Heider, F. (1958) *The Psychology of Interpersonal Relations*, New York: Wiley.
- Holmes, P. (1992) *The Inner World Outside: Object relations theory and psychodrama*, London: Routledge.
- Johnson, D.W. (1967) 'The use of role reversal in intergroup competition', *Journal of Personality and Social Psychology* 7:135–41.
- Johnson, D.W. (1971a) 'Effectiveness of role reversal: actor or listener', *Psychological Reports* 28:275–82.
- (1971b) 'Role reversal: a summary and review of the research', *International Journal of Group Tensions* 1: 318–34.
- Johnson, D.W. and Dustin, R. (1970) 'The initiation of cooperation through role reversal', *Journal of Social Psychology* 82:193–203.
- Karp, M. (1991) 'Psychodrama and piccalilli: residential treatment of a sexually abused adult', in P.Holmes and M.Karp (eds) *Psychodrama: Inspiration and technique*, London: Routledge.
- Kellermann, P.F. (1992) *Focus on Psychodrama: The therapeutic aspects of psychodrama*, London: Jessica Kingsley.

- (1993) 'Conflict resolution in psychodrama', Lecture presented at the Department of Psychiatry, St Goran's Hospital, Stockholm, Sweden, 17 February.
- Kelly, J.G., Blake, R.R. and Stromberg, C.E. (1957) 'The effect of role training on role reversal', *Group Psychotherapy* 10:95–104.
- Kipper, D.A. (1986) *Psychotherapy Through Clinical Role Playing*, New York: Brunner/Mazel.
- Kruger, R. (1989) 'Der Rollentausch und seine tiefen-psychologischen Funktionen', *Psychodrama: Zeitschrift für Theorie und Praxis* 1:45–67.
- Laing, R.D. (1961) *Self and Others*, London: Tavistock.
- Leutz, G. (1974) *Psychodrama: Theorie und Praxis*, Berlin: Springer.
- Mahler, M.S. (1975) *The Psychological Birth and the Human Infant*, New York: Basic Books.
- Marineau, R.F. (1989) *Jacob Levy Moreno 1889–1974*, London and New York: Tavistock/Routledge.
- Mead, G.H. (1934) *Mind, Self and Society*, Chicago: University of Chicago Press.
- Moreno, J.L. (1914) *Einladung zu einer Begegnung*, Vienna: Anzengruber Verlag. Translated by J.L. Moreno
- (1940) 'Psychodramatic treatment of psychoses', *Sociometry* 2:123–9.
- (1953) *Who Shall Survive?* New York: Beacon House.
- (1972) *Psychodrama, vol. 1*, New York: Beacon House.
- Moreno, J.L. and Moreno, Z.T. (1959) *Psychodrama, vol. 2*, New York: Beacon House.
- Moreno, J.L., Moreno, Z.T., and Moreno, J.D. (1955) 'The discovery of the spontaneous man with special emphasis upon the technique of role reversal', *Group Psychotherapy* 8:103–29. (Reprinted in 1959, *Psychodrama, vol. 2*, New York: Beacon House, pp. 135–58.)
- Moreno, Z.T. (1959) 'A survey of psychodramatic techniques', *Group Psychotherapy* 18:73–86. (Reprinted in 1969, *Psychodrama, vol. 3*, New York: Beacon House, pp. 233–46).
- (1975) 'The significance of double and role reversal for cosmic man', *Group Psychotherapy and Psychodrama* 28:55–9.
- Muney, B.F. and Deutsch, M. (1968) 'The effect of role reversal during discussion of opposing view points', *Journal of Conflict Resolution* 12:345–46.
- Nisbett, R. and Ross, L. (1980) *Human Inference: Strategies and shortcomings of social judgment*, Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Nolte, J., Smallwood, C. and Weistart, J. (1975) 'Role reversal with God', *Group Psychotherapy and Psychodrama* 28: 70–6.
- Polansky, N.A. and Harkins, E.B. (1969) 'Psychodrama as an element in hospital treatment', *Psychiatry* 32:74–87.
- Rogers, C.R. (1965) 'Dealing with psychological tensions', *Journal of Applied Behavioral Science* 1:6–29.
- Ruscombe-King, G. (1991) 'Hide and seek: the psychodramatist and the alcoholic', in P. Holmes and M. Karp (eds) *Psychodrama: Inspiration and technique*, London: Routledge.

- Sandler, J. and Rosenblatt, B. (1962) 'The concept of the representational world', *Psychoanalytic Study of the Child* 17: 128–45.
- Sandler, J. and Sandler, A.-M. (1978) 'On the development of object relationships and affects', *International Journal of Psycho-Analysis* 59:285–96.
- Speroff, B.J. (1955) 'Empathy and role reversal as factors in industrial harmony', *Journal of Social Psychology* 41: 163–5.
- Starr, A. (1977) *Psychodrama: Rehearsal for living*, Chicago: Nelson-Hall.
- Sylvester, J.D. (1970) 'Mental rigidity and the method of role reversal', *Studia Psychologica* 12:151–6.
- Williams, A. (1989) *The Passionate Technique: Strategic psychodrama with individuals, families and groups*, New York: Routledge, Chapman & Hall.
- Yablonsky, L. and Enneis, J.M. (1956) 'Psychodrama theory and practice', in F.Fromm-Reichmann and J.L.Moreno (eds) *Progress in Psychotherapy, vol. 1*, New York: Grune & Stratton.