

KÓNYA ZOLTÁN

GÖRÖG KÓRUS A RENDELŐBEN

Kapcsolódási pontok színház és családterápia között

■ Jó pár évvel ezelőtt az élet összehozott egy hajdani iskolatársammal, aki addigra ismert színésszé vált. Az illető kedvesen arról érdeklődött, hogy mivel is foglalkozom. Ez a kérdés rendszerint a büszkeség és a zavar jellegzetes keverékét idézi elő bennem: a családterápia egyfelől vállalhatóan egzotikusnak számító tevékenység, másfelől azonban tapasztalatom szerint nem tartozik a könnyen értelmezhető és általános tiszteletnek örvendő foglalkozások sorába. Hogy elkerüljem a magyarázkodást, és egyúttal némi titokzatosságot elegyítsek a társalgásba, a következő, frappánsnak szánt választ böktem ki: „Emberekkel beszélgetek”. Beszélgetőtársam ezen komolyan elgondolkodott, majd így felelt: „Én is.”

A színház és a pszichoterápia közötti hasonlóságok első pillantásra nyilvánvalók. Amint arra színészismerősöm találóan rátapintott, mindkét esetben emberek beszélgetnek emberekkel – leggyakrabban szavak segítségével, de mindkét kontextusban jelentős szerep jut a testbeszédnek és a mozgásnak is. A színházi előadásnak, akár csak a pszichoterápiás ülésnek, van eleje, közepe és vége; az esemény időtartama órában-órákban mérhető, és a több nem föltétlenül jobb vagy hasznosabb sem itt, sem ott. Ha meg akarod érteni valamely szereplő viselkedését, érdemes figyelembe vened azt, amit az összes többi szereplő csinál a színpadon (terápia esetén hasznos az egyén tünetét a társas környezet kontextusában értelmezned); ugyanezen célból



**A színház
és a pszichoterápia
közötti hasonlóságok
első pillantásra
nyilvánvalók.**

nem árt, ha a cselekményt az első felvonás első percétől fogva figyelemmel kíséred (figyelmet fordítasz a páciens/család élettörténetének megértésére). Az eseményt követően az ember hazamegy, többé-kevésbé lelkesen, felkavarva vagy feldobódva. Az élmény lehet felejthető vagy emlékezetes, utóbbi esetben a hallottakat továbbgondoljuk másokkal és saját magunkkal folytatott párbeszédeinkben. Az előadást/ülést követő napokban-hetekben az élmény észrevétlenül dolgozhat a nézőben/páciensben, mint a gyógyszer, mely a lenyelést követő órákban fokozatosan fejt ki hatását. Mindkét élményért hajlandók vagyunk fizetni – a színházért a mi kultúránkban valószínűleg lényegesen többen, a pszichoterápiáért lényegesen többet (egy pszichoterápiás ülés átlagos ára mifelénk a színházjegy árának több mint duplája, ráadásul a páciens előreláthatóan ülések egész sorozatára fizet be). A remény vagy vágy, mely a színház (rendelő) felkeresésére készlet, szintén hasonló lehet: kilépni a hétköznapokból, valami más, flow-élmény, a kimondatlan kimondása, meg nem élt érzelmek megélése, esetleg az, hogy jobbá, nemesebbé, egészségesebbé váljunk. Félelem, ha fennáll, többek között az unalommal lehet kapcsolatos, amikor a néző (páciens, terapeuta) ismételt az órájára pillant, mert a flow-élmény valahogy nem jön össze – a szünetben a ruhatárba siető és az előadásról félidőben elillanó néző megfelelője a páciens, aki a haszontalannak érzett terápiás folyamatot idő előtt megszakítja, mindkét csoport a lábával nyilvánítva véleményét a kapott szolgáltatásról.

A szembeszökő különbségek egyike az, hogy a színház egy több mint kétezer éves intézmény, ehhez képest a pszichoterápia – alig több mint száz évével, az általában közelebből ismert és gyakorlatban művelt hajtása, a rendszerszemléletű családterápia pedig a maga nagyjából hatvan-hetven éves múltjával – egyértelműen újonc. Nem csoda, hogy fejlődése során inkább a terápia ihletődött a színház elméletéből és gyakorlatából. Az alábbiakban röviden összefoglalom a színház megtermékenyítő hatásának a családterápiás szakirodalomban föllelhető nyoma-it, majd két témát – a görög kórus mint beavatkozási technika és a terápiás beszélgetés mint perturbáció – részletesebben is kifejték.

A „színház” szóra saját könyvtáramban és az internetes adatbázisokban rákeresve meglepően gazdag, a színház és a családterápia kapcsolatát taglaló irodalom bukkant fel képzeletbeli merítőhálómban. Időrendi sorrendben az első ezek közül a tekintélyes *Family Process* amerikai szakfolyóiratban jelent meg a múlt század hatvanas éveinek első felében (*Ibsen: Kísértetek – újraértékelés*).¹ A cikk bevezető soraiban a szerző megállapítja, hogy „a pszichopatológus szempontjából Ibsen darabjai igen érdekesek, mivel családtagok – apa, anya, gyermek – közti konfliktusokat mutatnak be, és mivel Ibsen elegendő részletet közöl a családok történetéből e konfliktusok keletkezésének megértéséhez.” A tragédia a terapeuta szempontjából érdekes esettanulmány, mely segít a családi élet rejtett, örök folyamatainak megértésében. Húsz évvel később ugyanazon folyóirat lapjain érdekes módon egy másik szerző is Ibsenről ír, ezúttal a családi titkok témája kapcsán.² A titokkal szembesülő, a család szempontjából kívülállónak számító terapeuta dilemmái azon szereplőkéhez hasonlíthatnak, akik a *Kísértetek*ben, illetve a *Vadkacsában* a titok által kreált válsághelyzetbe csöppennek.

Az ötvenes évek vége és a hatvanas évek jellemzően az az időszak, amikor a pszichoterapeuták egy jelentős táborra már kellőképpen fellelkesedett a családtagoknak a terápiás üléseken való együttes részvételét (ang. conjoint therapy) illetően, de az egyénekkal folytatott analízishez szokott szakemberek még nem rendelkeznek önálló, kiforrott elmélettel a családi történések értelmezéséhez,

sem pedig sajátos módszerekkel a rendszer szintjén történő változás beindításához. Az irányzat úttörői a tudomány és a kultúra más területeiről kölcsönöznek ötleteket; az általános rendszerelmélet és a kibernetika ekkoriban épül be a terápia elméleti alapjába. Egy amerikai szerzőpáros a brechti színház elidegenítő effektusát (ném. *Verfremdungseffekt*) mint lehetséges terápiás eszközt tárgyalja.³ Már a cikk bevezetőjében leszögezik, hogy az egyéni terápia modelljei nem alkalmasak a családokkal végzett munka hatékonyságának biztosítására. Brecht színházelmélete ezzel szemben érdekes lehetőségeket kínál. A német drámaíró megfigyelte, hogy a klasszikus színház valósággal hipnotizálja a nézőt, erős érzelmi bevonódást idézve elő. A változatos drámai eszközökkel megvalósított elidegenítő effektus – például a közönség közvetlen megszólítása – éppen a bevonódást igyekszik ellensúlyozni, folyamatosan kiköcckentve a nézőt a hipnózis önfeledt állapotából, a színpadi történések kritikus megítélésére serkentve őt. A szerzők szerint a családterápia ugyancsak arra teremt lehetőséget, hogy a család tagjai, megszokott szerepükből kilépve (ang. *distancing*, eltávolodás), átmenetileg saját folyamataik szemlélőjévé és saját meggyőződéseik felülvizsgálóivá – szereplőből nézővé és kritikussá – váljanak. Az elidegenítéssel rokon fogalom a defamiliarizáció: a megszokottra új szemszögből úgy tekinteni, mintha most látnánk először. A cikk ezzel kapcsolatban magát Brechtet idézi, aki a lengő csillárt figyelő Galileiről ír; a tudóst lenyűgözi a többiek szempontjából mindennapi jelenség, nem érti azt – pontosabban fogalmazva, nem feltételezi, hogy érti –, és ez arra sarkallja, hogy erőfeszítést tegyen a mozgás szabályosságát magyarázó fizikai törvény megfejtésére. A családterápia eszköztárában számos stratégia szolgálja az effajta hasznos eltávolodást/elidegenedést, mint például a reflexív kérdések azon típusa,⁴ mely a család egyes tagjait a saját viselkedési mintáikat megfigyelő pozícióba helyezi: „Peti, amikor a nővéred sírni kezd, és édesapád dühösen elvonul, mit szokott édesanyád csinálni?”

Ha elfogadjuk, hogy a családterápia születési időpontja a múlt század negyvenes-ötvenes éveit, akkor a hatvanas évek már a gyermekkor, a szavak és fogalmak elsajátításának, a növekedésnek és az egyéni különbségek körvonalazódásának időszaka. E korszak jelentős alakja, egyúttal a kívülállók által valószínűleg legismertebb családterapeuta Salvador Minuchin. Az általa létrehozott strukturális családterápiás iskola talán legjelentősebb technikája az „*enactment*” (román nyelven a „*punere în scenă*” kifejezést használjuk; a magyar fordítási kísérlet, a „megcselekedtetés”, kevésbé sikerült). A technika lényege az, hogy a problémásnak ítélt családi interakciót (például az apa az ülés során feltűnően erélytelen magatartást tanúsít kihívóan viselkedő gyermekével szemben) megfigyelő terapeuta megállítja a folyamatot, és a színházi próbán instrukciókat megfogalmazó rendezőhöz hasonlóan, a család tagjait új, általa konstruktívabbnak ítélt magatartások eljátszására biztatja (az említett konkrét példában az apa és az anya feladata az lehet, hogy akkor és ott, egymással együttműködve közösen érvényesítsék szülői tekintélyüket).⁵ Olasz szerzők a nyolcvanas évek elején a terapeuta szerepét szintén a rendezőével vetik össze, a családi életet pedig olyan drámához hasonlítják, mely merev forgatókönyv alapján kérlelhetetlen előreláthatósággal, ismételten produkálja a mindenki számára jól ismert aggasztó végkifejtet – míg csak fel nem bukkan egy bátor rendező, aki új színt, új értelmezést hoz az előadásba.⁶

A szerzők egy másik csoportja egy olyan pszichoterápiás műfaj lehetőségeit vizsgálja a családokkal folytatott munka területén, melynek színházzal való

összefüggése teljesen egyértelmű. A Bukarestben született, Bécsben és az Egyesült Államokban tevékenykedő Jacob L. Moreno (1889–1974) nevéhez köthető pszichodráma a rendszerszemléletű terápia keretében történő alkalmazási lehetőségeit Chris Farmer könyve tárgyalja,⁷ amerikai szerzők cikke pedig az improvizatív szerepjáték egy konkrét, párterápiás technikáját ismerteti.⁸ A pár mindkét tagja, a terapeuta és a partnere segítségével, először az általa kívánatosnak tartott jövőből játszik el egy képzelt jelenetet, majd egy ehhez kapcsolódó múltbeli, fájdalmas történetet (például saját gyermekkorából), végül pedig ennek javított, megreformált változatát is (ahogyan a dolgoknak „történniük kellett volna”). Egy-egy jelenetben, amint ez az igazi színházban is gyakran történni szokott, a partnerek több szerepet is alakíthatnak, ami a folyamatot még izgalmasabbá teszi.

A múlt század nyolcvanas és kilencvenes éveit a viták, a keresés és a forradalmi mondható változások időszaka a családterápia világában. A jelenség hátterében egyrészt a módszer korlátaival történő szembesülés állhatott (a családterápia „kamaszkori idealizmusának” lecsengése), másfelől pedig azok a gyökeres változások, melyek a nyolcvanas években a társadalom egészének életérzését meghatározták: a neoliberális gazdasági rend térnyerése, elsősorban éppen azokban az országokban, amelyek vezető szerepet töltek be a családterápia fejlődésében (Egyesült Államok, Nagy Britannia), a kommunizmus válsága, illetve a posztmodernnek nevezett irányzatok fokozatos térnyerése egyes akadémiai berkekben. A korszak jellegzetes műfaja az „episztemológiai vita”, melyben az új idők új szellemének hangján szóló kutató lelkesedését a konzervatívabb tábor képviselőjének ellenírása hűti le, például: *A valóság márpedig létezik, oké? Egy érv a konstruktívizmus és a szociális konstrukcionizmus ellenében.*⁹ A radikális konstruktívizmus elveit Pirandello *Hat szereplő szerzőt keres* című művén keresztül szemléltető cikk az episztemológiai útkeresés műfajába illeszkedik.¹⁰ Egy másik szerző tanulmánya ugyanebből az időszakból¹¹ a színházat a terápia alapmetaforáinak kategóriájába emeli, legalább olyan jelentőségűnek ítélve ezt, mint amilyen a „narratíva” vagy a „beszélgetés/társalgás” (ang. conversation). A színházmetafora tudatos alkalmazása segíti a terapeutát abban, hogy a klienssel végzett munkáját kreatívabbá tegye. Az együttműködésen alapuló (ang. collaborative therapy), önmagát „posztmodernként” definiáló, kreatív terápiás megközelítés kiváló példája a Romániában többször is megfordult és a gyermekekkel végzett családterápiás munka szakértőjeként ismertté vált Jim Wilson playback-színház technikája.¹² A terápiás csapat tagjai itt átmenetileg színtársulattá állnak össze. A helyben improvizált drámához az alapanyagot a család történetei szolgáltatják, melyet a terapeuták „visszajátzanak” a család számára. A család így saját életének, dilemmáinak nézőjévé válik, ugyanakkor – a playback-színház elveinek megfelelően – tevékeny szerepet játszik a dráma kifejtésének alakításában.

Gondolom, nem vagyok egyedül abban a tekintetben, hogy a „görög kórus” szókapcsolat azonnal Woody Allen felejthetetlen 1995-ös filmjét, a *Hatalmas Aphrodité*t idézi fel bennem. Családterapeuta mivoltomból kifolyólag ugyanakkor más asszociációk lehetősége is nyitva állna számomra, hiszen a görög kórus ismert családterápiás technika is egyúttal, melyet az önmagát „stratégias” (ang. strategic) iskolaként definiáló csoport tagjai írtak le először a film bemutatása előtt tizenöt évvel.¹³

A technika alkalmazásának jellemző kontextusa az a helyzet, amikor a család a gyermek valamilyen aggodalomra okot adó viselkedése miatt vesz részt terápián.

A terapeuta feltételezése szerint a család önszabályozó (homeosztatis) rendszerként működik, a tünet pedig nélkülözhetetlen eleme és feltétele a család egyensúlyának. Ha a család lemond a tünetről, a rendszer egyensúlya megbomlik. Nem csoda tehát, hogy ezen a szemüvegen keresztül nézve a család úgy viselkedik, mint egy makacs öszvér (ellenáll), a terapeuta irányába közvetített, de nyíltan ki nem mondott kérése pedig valahogy így hangzik: szabadíts meg a tünetünkötől, de úgy, hogy ne kelljen megváltoznunk!

Az együttműködést feltételező egyszerű beavatkozások ilyenkor rendszerint hatástalanok. A terápiát végző csapat ezért sebességet vált, és a paradox intervenciókhoz nyúl, megelőzve így a család és a segítő (öszvér és hajcsár) között kibontakozó, terméketlen és eszkalálódó hatalmi harcot. A beszélgetés fókusza a tünet megszűnésének szükségességéről áttevéődik annak megvizsgálására, hogy mi történne, ha megszűnne a tünet. A tünethordozó és annak problémája helyett maga a család kerül reflektorfénybe: hogyan élheti túl a tünet hiányát, kinek fog a legjobban hiányozni a tünet stb. A kimondatlan ezáltal kimondottá válik; a család, mely korábban a terapeutát igyekezett lehetetlen helyzetbe hozni, most maga kerül olyan pozícióba, melyben a változás valamilyen szinten elodázhatatlan. A család választhatja azt, hogy kitarat a régi, jól megszokott forgatókönyve mellett, melynek része a tünet, immár kimondottan a családi egyensúly fenntartásának eszközeként, de dönthet úgy is, hogy vállalja egy új egyensúlyi állapot kikísérletezésének kockázatát, melynek immár nem része a tünet és a vele járó szenvedés...

A „görög kórus” a paradox intervenció egyik lehetséges eszköze, gyakorlatilag terapeutákból álló konzultációs csoport, mely detektívtükör mögül folyamatosan figyelemmel kíséri, kommentálja, és ezáltal óhatatlanul befolyásolja is a családi dráma szereplőinek sorsát. A drámai hatást fokozandó a terapeuta így mutatja be a kórust a családnak: „A tükör mögött olyan neves szakemberek ülnek, akik nagy tapasztalattal rendelkeznek az Önök problémáját illetően”. A terapeután keresztül a családnak küldött üzeneteiben a kórus a történéseket a család-terapeuta rendszer szintjén, körkörös oksági összefüggéseket feltételezve írja le, jóslatokat és aggodalmakat fogalmaz meg, esetleg dicsér (például amikor egy korábban nem sok érzelmet kimutató férj a feleségét verseskötettel lepi meg, melyet annak kedvenc költője írt).

A kórus intervencióinak egyik lehetséges típusa a „vélemények megosztása” (ang. split message), amikor a terapeuta például a következő üzenetet közvetíti a családnak: „A kollégáim meg vannak győződve arról, hogy belátható időn belül Önöknek szüksége lesz egy újabb válságra a család egységének fenntartása érdekében. A csoport nőtagjai úgy gondolják, hogy a krízist Ön [a férj] fogja előidézni azzal, hogy túl sokat iszik. Férfi kollégáim ezzel szemben valamilyen biztosak abban, hogy a válságot Ön [a feleség] indítja el azáltal, hogy bevonja a saját édesanyját kettőjük konfliktusába.”

A sepsiszentgyörgyi Tamási Áron Színház *Évforduló* (Harold Pinter) című előadásán a pincér (Kónya Ütő Bence) a befőttesüvegbe kézzel nyúlva tálalja a savanyú uborkát, szertartásos alapossággal és nagy szakértelemmel, olyan pillanatban persze, amikor a vendégek ezt nem látják. A közönség ezen jót nevet. A derűtség oka lehet az, hogy a tálalás ezen módja eltér attól, amit az illem és a higiénia szabályai előírnak, de az is lehet, és ezt valószínűbbnek tartom, hogy igazából magunkon nevetünk: a pincér gesztusában önmagunkra ismerünk, pontosan ismerjük a módszert, a vele járó tapintási érzeteket és enyhe büntudatot.

Az előadás megtekintése óta mindenestre tény, hogy valahányszor savanyú uborkát veszek elő, nem tudok eltekinteni az előadás emlékétől. Akár a villás, akár a kézzel benyúlós megoldást részesítem előnyben, választásom immár rövid erkölcsi őrlődést követő tudatos döntés eredménye. Valami visszafordíthatatlanul megváltozott bennem, miközben nyilvánvaló, hogy a rendező célja nem az ilyen irányú nevelés vagy viselkedésmódosítás lehetett. Azt is mondhatnám, hogy a színházi élmény felrázta és összezavarta az uborkatálalással kapcsolatos korábbi nézeteimet, és anélkül, hogy oktatott, moralizált vagy konfrontált volna, arra készítetett, hogy korábbi magatartásomat erkölcsileg felülvizsgáljam, jó esélyt teremtve arra is, hogy az új erkölcs viselkedésemben is tükröződjék.

A „perturbáció” (összezavarás) fogalma a nyolcvanas években jelent meg a családterápiás szakirodalomban, és azzal a felismeréssel kapcsolatos, hogy a komplex biológiai rendszerek – például emberi lények vagy családok – saját belső struktúrájuknak megfelelően válaszolnak a környezeti hatásokra.¹⁴ A hangyabolyt feltehetjük, de az újjáépített boly struktúrájára nincs ráhatásunk, ez a hangyáktól függ. A fogalom alázatosságra inti a terapeutát, annak elfogadására, hogy a páciens vagy család viselkedése kívülről nem kontrollálható. Pusztán annyit remélhetünk, hogy tiszteletteljes dialógus, egy kis *Verfremdung* és kíváncsi kérdések segítségével sikerül kellőképpen fellazítani és „összezavarni” beszélgetőtársaink kedvelt, de az életben nem mindig hasznos vagy előremutató meggyőződéseit és előítéleteit, tapintatosan arra kényszerítve őket, hogy a valóságnak és saját erkölcsi értékeiknek megfelelően újragondolják és -rendezzék ezeket, olyan kérdések vonatkozásában is, melyek a savanyú uborka témájánál jóval fajsúlyosabbak.

■ JEGYZETEK

1. Derek Russell Davis: *A re-appraisal of Ibsen's "Ghosts"*. Family Process 1963. 1. sz. 81–94.
2. Lawrence Grolnick: *Ibsen's truth, family secrets, and family therapy*. Family Process 1983. 3. sz. 275–288.
3. Robert E. Kantor — Lynn Hoffman: *Brechtian theater as a model for conjoint family therapy*. Family Process 1966. 2. sz. 218–229.
4. Karl Tomm, K.: *Interventive interviewing: Part II. Reflexive questioning as a means to enable self-healing*. Family Process 1987. 2. sz. 168–183.
5. Salvador Minuchin – H. Charles Fishman: *Family therapy techniques*. Harvard University Press, Cambridge, Mass., 1981.
6. Maurizio Andolfi – Claudio Angelo: *The therapist as director of the family drama*. Journal of Marital and Family Therapy 1981. 3. sz. 255–264.
7. Chris Farmer: *Psychodrama and systemic therapy*. Karnac, London, 1995.
8. Richard Chasin – Sallyann Roth – Michele Bograd: *Action methods in systemic therapy: dramatizing ideal futures and reformed pasts with couples*. Family Process 1989. 2. sz. 121–136.
9. Bebe Speed: *Reality exists O.K.? An argument against constructivism and social constructionism*. Journal of Family Therapy 1991. 4. sz. 395–409.
10. Scott Johnson: *Six characters in search of an author: a constructivist view*. Family Process 1990. 3. sz. 297–308.
11. Terry MacCormack: *Believing in make-believe: looking at theater as a metaphor for psychotherapy*. Family Process 2004. 2. sz. 151–169.
12. Jim Wilson: *Family therapy as a process of humanisation: the contribution and creativity of dialogism*. Australian and New Zealand Journal of Family Therapy 2015. 1. sz. 36: 6–19.
13. Peggy Papp: *The Greek Chorus and other techniques of paradoxical therapy*. Family Process 1980. 1. sz. 45–57.
14. Luigi Boscolo — Gianfranco Cecchin — Lynn Hoffman — Peggy Penn: *A milánói módszer*. Animula, Bp., 2000.