

# ПСИХОДРАМА И ТРАВМА

Да отиграеш болката

*Съставители*

**Петер Феликс Келерман и М. К. Хъджинс**

Предговор от Зерка Морено

*Превод от английски*

Антоанета Матеева, Ваня Недялкова,

Детелина Христова

*Редактор*

Геновева Теохарова



ИНСТИТУТ ПО ПСИХОЛОГИЯ НА ГРУПИТЕ

София, 2023

**Psychodrama with Trauma Survivors (Acting Out Your Pain)**

**Edited by Peter Felix Kellermann and M. K. Hudgins**

**Copyright © Jessica Kingsley Publishers, 2000**

First published in the UK in 2000 by Jessica Kingsley Publishers Ltd

73 Collier Street, London, N1 9BE, UK, [www.jkp.com](http://www.jkp.com)

All rights reserved

© Демелина Христова, превод (предговор, въведение, глава 1-7), 2023

© Ваня Недялкова, превод (глава 8-13), 2023

© Антоанета Матеева, превод (глава 14-17), 2023

© Геновева Теохарова, редактор, 2023

© Златко Теохаров, послеслов, 2023

© Венцислав Занков, картина (22.11.2013) на корицата, 2023

© Институт по психология на групите, 2023

ISBN 978-619-920741-3

Printed in Bulgaria

# Съдържание

Предговор към българското издание	5
от Кейт Хъджинс и Петер Феликс Келерман	
Предговор от Зерка Морено	6
Въведение	9

## Първа част

### Лечение на травмата през действието

Глава I	Терапевтични аспекти на психограмата с травмирани хора	21
	<i>Петер Феликс Келерман</i>	

## Втора част

### Загубата. Същинската емоция на травмата

Глава II	Психодраматични методи за подпомагане на траура	41
	<i>Адам Баатнер</i>	
Глава III	Кратка психодрама и траур	52
	<i>Марисол Фиагуейра Буса и Хосе Антонио Еспина Баррио</i>	

## Трета част

### Травмирани хора. Пътят от жертви до оцелели

Глава IV	Психодрама при изнасилване и изтезания. Проследяване на случай в продължение на 16 години	65
	<i>Марша Карп</i>	
Глава V	Използване на психодрама при работа с жертви на травма	87
	<i>Ева Рьойне</i>	
Глава VI	Затворници на семейството. Психодрама с деца, жертви на злоупотреба	102
	<i>Ан Банистър</i>	
Глава VII	Използване на психодрама в лечението на травма и зависимост	119
	<i>Тиан Дейтън</i>	
Глава VIII	Психодрама с юноши, извършители на сексуални престъпления	145
	<i>Мерлин Робсън</i>	
Глава IX	Изкривеното огледало на времето. Работа с травма при възрастни извършители на сексуални престъпления	165
	<i>Кларк Бейн</i>	

Глава X	Психодраматично лечение на дисоциативното разстройство на идентичността <i>Кери Пол Аатмън</i>	189
Глава XI	Поява и лечение на дисоциативни състояния на съзнанието в психодрамата <i>Грете А. Лойти</i>	201
Глава XII	Психодрама с пострадали при пътнотранспортни произшествия <i>Йорге Бурмайстер</i>	213

## **Четвърта част**

### **Преживелищни методи на лечение**

Глава XIII	Моделът на терапевтичната спирала. Лечението на ПТСР в действие <i>М. К. Хъджинс</i>	245
Глава XIV	Цикли на лечение. Работа с травма в индивидуалното развитие <i>Джон Рейвън Мошър и Бриджит Юклен</i>	274

## **Пета част**

### **Прекъсване на връзките. Предаване на травмата**

Глава XV	Здраве и смърт. Скритите връзки в родословното дърво <i>Ан Ансаен Шютценбергер</i>	305
Глава XVI	Психодрама с ветерани от войната във Виетнам и с техните семейства. Двете жертви на травматичния стрес <i>Майкъл Бърдж</i>	324
Глава XVII	Вторични жертви на травмата. Превръщането им във вторични оцелели <i>Рори Ритър</i>	343
Послеслов	Разказът на травмата през отиграване на болката <i>Златко Теохаров</i>	371

Автори	382
Индекс на понятия	386
Индекс на имена	389

## Предговор към българското издание

След издаването на книгата през 2000 г. полето на психодрамата с хора, преживели травма, продължи да се развива. Много от нейните автори продължиха да пишат, както и да създават институти и асоциации по психодрама по целия свят, в това число и в България. Практикуващите все повече се впечатляват от страстта и непосредствеността на преживяването в психодрамата, която придава по-голямо значение на чувството и действието, отколкото на мисленето и говоренето. Двайсет и три години по-късно опитът и практиката осмислят и обясняват теорията – сфера, която е по-слабо застъпена в психодрамата и която представлява специален фокус на тази книга. Ето защо с огромно удовлетворение наблюдаваме добрия прием на нашия сборник и преводите му на няколко езика през последните двайсет години.

Настоящото българско издание продължава усилията ни да направим теорията и практиката на психодрамата по-достъпни за обучаващите се. Докато преподавахме психодрама в различни части на света, бяхме изумени от приликите на хората като цяло, от сходните емоционални реакции на травмирани популации и от сходните въпроси за теорията и практиката, които възникваха на различни места. Въпросите, свързани с работата с травмирани хора, са актуални и значими навсякъде и се надяваме настоящата книга да отговори на някои от тях. Опитът ни показва, че в защитена среда психодрамата може да бъде надеждна алтернатива за облекчаване на симптомите на много хора, преживели травма.

*Кейт и Петер  
22 февруари 2023 г.*

## Прегovor

В зората на психотерапията Зигмунд Фройд изследва травмата, изразена в индивидуалната житейска история и осветена в психоанализата. Според него травмата обичайно възниква в рамките на семейството и представя едно или повече емоционално разтърсващи събития.

За разлика от този модел, Морено разглежда травмата в по-широк контекст – не само интраперсонално, но и интерперсонално. Той отбелязва, че например по време на Първата световна война цели популации са претърпели травми от различни източници. В този исторически момент Морено поставя фокуса върху лекуването на травмата в по-широк, по-скоро обществен смисъл. Психодрамата се заражда като метод за групова терапия, обучение и театър, създаден не само да промени живота на индивидите, но и да излекува травмите на света. Психодрамата съдържа елементи на действие, взаимодействие и преживелищна терапия, която включва тялото и духа.

Въвеждащото изречение в „*Кой ще оцелее?*“<sup>1</sup> на Морено гласи: „Един истински терапевтичен метод не може да има по-малка цел от цялото човечество“. Такава утопична мечта може да се окаже трудна за осъществяване, но тя се превърна в лйтмотив за Морено и неговите ученици – да се предприемат колкото е възможно по-дръзки и всеобхватни стъпки за унищожаване на страданиято.

Например в началото на Втората световна война един психотичен пациент, който вярва, че е самият Адолф Хитлер, посещава клиниката на Морено, където са настанени и много немски еврейски бежанци. По време на лечението му бежанците успяват да се свържат със своите собствени малки „Хитлеровци“. След неговото изписване тези бежанци се справят със собствените си травми. Техните психодрами им дават възможност да се превърнат в съдии на нацистите в една ранна проекция на Нюрнбергския процес, но с действителни жертви в ролята на съдии. Привлекателността на тази форма на терапия и нейните изцелителни и катарзисни ефекти стават ясни за всички.

---

<sup>1</sup> Moreno, J. L. (1953) *Who Shall Survive?* New York: Beacon House (3).

Преди падането на Желязната завеса работихме в Русия с оцелели от Втората световна война, по време на която руският народ претърпява невъобразими травми и приема смъртта за неотменен спътник. Във Финландия се срещнахме с хора, преживели както руското, така и немското потисничество. В последните години редица психодрама специалисти работят с децата на Третия райх, като ги събират заедно с евреи, оцелели от Холокоста, и техните наследници.

Работих с внуци на хора от нацисткия период в сграда, която някога е била синагога във Фройдентал (Германия), а сега е културен център, посветен на обучението на немските деца за случилото се в Германия, преди те да се родят. Там тези млади участници използваха психодрама, за да се срещнат и конфронтират със собствените си преци в незабравима сесия. На психодрама конференция в Йерусалим през 1996 г. станахме свидетели на среща между арабин и евреин, която доведе до групов терапевтичен процес на изцеление.

Колко доволен щеше да бъде Морено да научи, че след войната за Фолклендските острови психодраматисти от двете страни на Атлантическия океан – Далмиро Бустос в Аржентина и Марша Карп в Англия – работиха с войници, участвали във войната, и техните семейства, за да им помогнат да излекуват ужаса, който всички бяха изпитали. Сам преживял две световни войни, Морено би желал такива събития никога вече да не се случват, но отчитайки реалността, той със сигурност искрено би подкрепил идеята да се работи и от двете страни за намаляване на страданието.

В изданието на „*Кой ще оцелее?*“ от 1953 г. Морено пише следното:

Това издание е призив за интегриране на поведенческите и терапевтичните науки.

Изхождаме от предпоставката, че е желателно и необходимо да се разработи систематична теория, която включва най-добрите елементи на размишлението, изследването и терапията и прави това по един наистина универсален начин.

На второ място, ние вярваме, че социометричните и социатричните подходи към общите човешки и научни проблеми съдържат един от основните ключове за такава интеграция. Сред социатричните подходи особено внимание ще бъде отделено на груповата психотерапия, психодрамата, социограмата и етнограмата. (Moreno 1953, ix)

Настоящата книга е пример за мечтата на Морено: интеграция на победенческите и терапевтичните науки. Тя покрива огромна територия, посветена на травмата, и представя лечение, което включва широк спектър от груповоцентрирани и преживелищни интервенции, както и действени модели за лекуване на съвременните глобални травми. В нея е представена работата на международни експерти, които практикуват психодрама в много различни страни. Тези автори са извървели дълъг път на изследване на травмирани популации и индивиди и тази книга показва богатите възможности за прилагане на метода.

Кейт Хъджинс и Петер Феликс Келерман заслужават поздравления за това, че са събрали заедно много опитни автори – сред които и самите те, – чиято работа наистина е универсална. Можем само да се надяваме, че жертвите на травми ще се докоснат до сърдечността, уменията и ангажираността, които тези автори разкриват. И ако перифразирам „*Кой ще оцелее?*“ на Морено още веднъж: „[Това] са [психодраматисти], посветени на интернационализма на науката – не само на думи, но и на дело“.

*Зерка Т. Морено  
Бийкън, Ню Йорк. Февруари 2000 г.*



## Въведение

В съвременния свят навсякъде могат да се видят хора с поразени от ужас лица: травми, свързани със земетресения, наводнения, инциденти, насилие, зависимост, физическа и сексуална злоупотреба, войни, геноцид, политически изтезания и т.н. Във времена, когато е застрашено съществуването на човечеството, травми от природно и социално естество създават непоносим стрес и страдание за индивиди, семейства, групи и цели общества. Хората биват наранявани, малтретиранни и negliжирани и реагират с паника, гняв и отчаяние. Освен това моделите за оцеляване несъзнавано се предават от поколение на поколение.

За да предотвратим дългосрочните последици от природни и социални катастрофи, ние трябва да намерим бързи и ефективни методи за лечение на реакциите на посттравматичния стрес. Както отбелязва Зерка Морено в своя предговор, психодрамата е позната като един от най-ефективните методи за лечение на травмирани хора в продължение на повече от половин век. Причината за това е проста. Психодрамата докосва сърцата на хората, които се срещат с трудности, несполуки, кризи и бедствия в живота. Всъщност тя прави много повече.

Както всяка добра драма, психодрамата предава скритата ужасяваща реалност на такива жертви чрез разыгране. В много случаи клиентите показват части от себе си, които винаги са се опитвали да скрият от другите и от себе си. Така техните срам, ужас, омраза, гняв и образи на невъобразима болка най-после биват споделени. Старите рани биват внимателно отворени и лечението може да започне.

Психодрамата предоставя сигурно място за съзнавано повторно преживяване на непреработена травма и носи надежда за нови възможности на хората, чийто живот и семейства са били споветени от огромна катастрофа. Като целебно изкуство психодрамата представлява гъвкава форма на кратка преживелищна терапия, при която водещият използва множество различни принципи и процедури, за да адаптира лечението към всеки човек и неговата ситуация.

## Посттравматичен стрес

В настоящата книга травмата се дефинира като всяка животозастрашаваща, емоционално разтърсваща катастрофа, която осъществява пробив в обичайните механизми за справяне на човека, независимо дали се е случила в детството или в зряла възраст, независимо дали в следствие на единичен епизод, или на злоупотреба през целия живот. От клинична гледна точка много от авторите използват някаква версия на диагнозата посттравматично стресово разстройство (ПТСР), чиито симптоми включват защитни механизми, като психично вцепенение и дисоциация, интрузивни усещания и фрагментирани образи от сензомоторните спомени за миналото.

Точното диагностициране на ПТСР след Втората световна война дава надежда за много симптоми, които дълго време се смятаха за nelечими, а неотдавнашно невробиологично проучване на сексуалната травма и военната травма допринесе много за разбирането и лечението на ПТСР. Изследванията през последните десет години показват, че травматичните преживявания пораждаат множество симптоми. При преживелите травма се наблюдава дефицит на невротрансмитери, нарушени мозъчни пътища, непреработени сензомоторни спомени, първичен процес на мислене, изопачени обектни отношения, дисоциирани силни афекти, примитивни защити, преносни отношения и неконтролирано повторно преживяване. След като се документира въздействието на травмата, може да се разработи и ефективно лечение.

## Преживелищно лечение на травма

Преживелищната психотерапия все повече се препоръчва като надеждна алтернатива за лечение на хора, претърпели травма. С точното диагностициране на ПТСР се изяснява, че много негови симптоми са несъзнавани, невербални преживявания на ясното мозъчно полукълбо, до които няма достъп чрез терапия с разговор. При жертвите на травма постоянно се случва несъзнавано отреагиране и повторно преживяване на непреработена травма. Преживелищните методи предлагат сигурни, структурирани терапевтични методи за съзнавано повторно разиграване на минал травматичен опит, така че новооткритите решения да направляват бъдещето.

## Класическа психодрама

Зерка Морено отбелязва, че психодрамата е основополагащ действителен метод за преживелищна терапия, чието развитие съвпада с времето

на ранните изследвания на травмата. Въпреки че класическата психодрама отдавна е метод за групова терапия, авторите на тази книга отбелязват и използването ѝ в индивидуалното лечение. Терапевтичната сесия включва зазряване, действие, преработка, приключване и споделяне. Използват се множество стандартни интервенции, като гублиране, огледало, размяна на роли, монолог, конкретизация и максиране.

От друга страна, психодрамата се използва по-малко в полето на травмата в сравнение с групи терапевтични подходи. Една от причините за това вероятно е, че психодрамата е изключително сложно начинание, което може да не е подходящо за всички клиенти и терапевти. Например драматизацията, която се очаква от клиента, и действието, направлявано от терапевта, може да не са правилният избор за всеки.

Друга по-важна причина за по-ограниченото използване на психодрамата е, че тя е по-слабо изследвана и документирана в сравнение с групи формати на лечение. Въпреки че преживелищната психотерапия все повече доказва, че е също толкова ефективна, колкото психодинамичните и когнитивно-поведенческите подходи, психодраматистите все още не предлагат гостатъчно, за да покажат, че това, което правят, е по-ефективно или поне толкова ефективно, колкото групи действени подходи.

## **Настоящи действия**

Предложената книга представлява опит за промяна на тази ситуация. Психодраматисти от различни страни описват своята практика и представят някои от терапевтичните си резултати. Това са опитни клиницисти, а в повечето случаи и обучители, които се опитват да интегрират теория и практика, за да създадат безопасни пътища за промяна дори при най-тежките случаи на травматизация. Всички тези текстове представляват убедително доказателство за успешното използване на психодрама при различни травмирани популации – хора, претърпели физическа, сексуална и емоционална злоупотреба, пътни инциденти, травматични военни преживявания и загуба на значими групи. Предлагат се няколко добре интегрирани модела на преживелищно лечение, които могат да се използват от всички клиницисти. Последните глави описват използването на психодрама за облекчаване на страданието на вторично засегнатите – партньори, наследници и обгрижващи фигури, на които може да се предаде скритата травма.

### Общи теми

Има няколко теми, които обединяват главите в настоящата книга. На първо място това е вярването, че преживелищното лечение, и конкретно психодрамата, е подходящо за хора, които са преживели травма. Симптомите, описани като причинени от травматично преживяване, могат да бъдат директно лекувани с действени методи. Връхлитаци сцени от минали травми, фиксирани в паметта, могат да бъдат приведени в действие чрез съзнавано повторно разиграване. Вътрешната реалност се конкретизира, става по-осезаема и достъпна за работа както за клиента, така и за терапевта. В резултат на това могат да бъдат представени нови възможности за властяване, които да заместят вината, безпомощността и ужаса.

Друга обща тема в тази книга е възможността за репариране на нанесените щети в развитието (*developmental repair*)<sup>2</sup> чрез преживелищно лечение. Много автори описват сцени от добавъчна реалност, които могат да бъдат разиграни, за да се сложи край на obsесивните спомени за миналото. По този начин участник във война може да получи още един шанс да се сбогува с изгубен приятел. Майка може да намери смелостта да защити децата си от сексуална злоупотреба, а сексуален насилник — да се научи да проявява емпатия към своята жертва. Репарирането осигурява истинско интегративно изцеление на основни травми, а не само справяне със симптомите, както често се случва при терапията с разговор.

Много от авторите предлагат структура за безопасно повторно разиграване на ужаса от основните травматични сцени. Както смятат повечето клиницисти и изследователи днес, за да се случи цялостно излекуване, често основната травма трябва да бъде преразгледана, за да се освободят дисоциираните емоции и да се променят формираните въз основа на травмата когниции. Съзнаването повторно преживяване на тези сцени помага да се прекъсне цикълът на травма и насилие, които често съпътстват през целия им живот хората, претърпели травма. Психодрамата създава пространство за клиента, в което той да *от-*

<sup>2</sup> Изразът *developmental repair* се използва на много места в книгата както в смисъла на поправяне (репариране) на нанесени щети или увреждания в развитието, така и на възстановяване (на способността за развитие, на здравословното психично функциониране, на нормалното развитие). Той ще се превежда като репариране (или репариране и развитие), с което се прави разлика с други употреби на понятието възстановяване — с възстановяване се превежда английската дума *restoration*, а с възстановяване от травма *recovery from trauma*. В тази връзка вж. по-подробно глава XIII. (Бел. рег.)

*играе*<sup>3</sup> болката си в удръжача терапевтична среда, вместо да повтара травмата си върху себе си или други хора.

При използването на психодрама с хора, претърпели травма, съществува риск от неконтролиран регрес и ретравматизация, ако преживяните методи не са основани на солидна теория и компетентна практика. Еклектични по отношение на техниката и интегративни по отношение на теорията, авторите прилагат в работата си както класическата психодрама, така и психодинамични концепции, теории на победенческото учене и/или съвременната теория за травмата. Повечето от тях подкрепят тезата за възможно предаване на травмата от поколение на поколение.

Авторите се обединяват около идеята за възможна интеграция на тяло, ум, емоция и дух при лечението на травмирани хора. Най-често срещаният общ знаменател на текстовете в тази книга е, че всички те препоръчват безопасно и съзнавано повторно преживяване при използването на психодрама с хора, претърпели травма. На читателя многократно ще се напомня колко е важно да се използват действени методи, за да се насърчава контрол, удръжане и стабилност. По този начин психодрамата се използва не само като метод за изразяване и катарзис, но и за въздържане и ре-интеграция.

## Преглед на структурата

Книгата е разделена на пет части. В глава I Петер Феликс Келерман (Швеция и Израел) представя въздействието на травмата и основните терапевтични аспекти на психодрамата с травмирани хора. Онагледени с кратки винетки на случаи, тези принципи включват повторно разиграване, когнитивна преработка и разтоварване на остатъчна енергия,

<sup>3</sup> *Acting out* е понятие, използвано в психоанализата за определяне на действия, най-често с импулсивен характер, които могат да приемат и агресивна форма; знак за поява на изтласканото (вж. по-подробно Речник на психоанализата, Лапланш и Понталис, 2009). За разлика от това, в психодрамата понятието *acting out* не представлява израз на съпротива и прекъсване на терапевтичния процес. То означава *отиграване в действието*, извеждане на вътрешната реалност във външния свят. Следователно в психодраматичен контекст терминът се превежда като *отиграване*, което подчертава нюансите на игра, драма, роля, представяне на сцена. Когато се среща извън полето на психодраматичното разиграване, в настоящата книга терминът се превежда и като *отреагиране* – спонтанно използване на „езика на действието“, възплъщаване в действие на минало събитие и т.н (вж. например глава IX). Важно е също така да отбележим, че в психодраматичен план с *отреагиране* се превежда английската дума *abreaction*. (Бел. ред.)

добавъчна реалност, междуличностна подкрепа и използване на лечебни ритуали.

**Втората част** на книгата изследва използването на психодрама в работата със скръб и траур и подчертава, че загубата е основната емоция при травма. В глава II Адам Блатнер (САЩ) описва използването на психодраматични методи за облекчаване на траура и скърбенето. В текста се разглеждат и илюстрират с винетки техники като „последна среща“, използването на добавъчна реалност и споделянето с цел подпомагане на хора, които преживяват значима загуба.

В глава III Марисол Филзуейра Буса и Хосе Антонио Еспина Баро (Испания) представят своята работа с кратка психодрама при траур. Тъй като загубата на ритуали често утължава процеса на траур, те предлагат кратка, ориентирана към проблема или „антропологическа“ психодрама с конкретна структура, която подпомага процеса на скърбене. С цел разблокиране на фиксациите в естествения процес на скърбене се работи за предотвратяване на потискането (и отричането), за оказване на емоционална подкрепа и изграждане на нови междуличностни връзки.

**Третата част** описва психодраматичното лечение на различни травмирани популации и показва как хората се превръщат от жертви в оцелели. Както читателят ще види, психодрамата може да бъде основно лечение за хора на различна възраст и от различни държави. Тя може също така да бъде използвана в допълнение на традиционните вербални терапии.

В глава IV Марша Карп (Великобритания) представя случай на психодраматично лечение на жертви на изнасилване и изтезания, който тя проследява в продължение на 16 години. Тя подчертава значението на възстановяването на чувството за собствен контрол, намаляването на вината и срама и използването на техники за овластяване. Според нея психодрамата помага, защото предлага нови визуализации и нови вербализации, които да заместят състоянията, асоциирани с травмата.

Глава V започва с разказа на протагонист за психодраматична сесия, в която се работи със сексуална злоупотреба. Ева Ръойне описва рамката и общите принципи, които тя и екипът ѝ използват при лечението на травмирани хора в Норвегия. С примери от опита ѝ в психиатрично отделение тя описва още три случая на тежка травматизация. Основатайки работата си както на теориите за телесно повторно преживяване, така и на заучената безпомощност, тя подчертава важността на надеждата като терапевтичен фактор.

В глава VI Ан Банистър (Великобритания) прави кратък преглед на основните теории за сексуална злоупотреба в детството и описва един много внимателен и чувствителен метод за лечение на деца на

възраст 8 и 9 години, жертви на тежка злоупотреба. Комбинацията от креативни игри, драма терапия и психодрама предоставя възможност на тези деца да поправят някои от уврежданията, които са претърпели в развитието си и да подсилват увереността си в себе си и другите.

В глава VII Тиан Дейтън (САЩ) описва как психодрамата може ефективно да работи в сложната мрежа от травма и зависимост. Тя представя лесни за разбиране техники като „хронология на травмата“, „жива генограма“ и „социален атом за възстановяване“, за да помогне на клиентите да разпознаят травматичните събития и семейните взаимоотношения, които са свързани с техните зависимости. Тя дава надежда за използването на психодрама при работа с хора, за които досега това се смяташе за невъзможно.

В глава VIII Мерлин Робсън описва как психодрамата и когнитивно-поведенческата терапия са интегрирани в програма за работа с юноши, извършители на сексуални престъпления в Нова Зеландия. Тази програма е опит да се отворят защитени пространства, в които участниците да могат повторно да преживеят ролите си както на извършители, така и преди това на жертви. С помощта на различни игрови елементи и загряване те се учат да разпознават срама, да развиват емпатия към жертвата, да укрепват чувството си за отговорност и да реструктурират когнитивното изкривяване в опит да възстановят вътрешната си социална мрежа.

В глава IX Кларк Бейм (Великобритания) описва използването на психодрама при работа с травма с възрастни мъже, извършители на сексуални престъпления, като изнасилване, сексуална злоупотреба с деца и сексуално убийство. Разглеждат се последициите от злоупотребата в ранна възраст, травматичното сексуализиране, дезадаптивното учене и дефицитите в привързаността. Когато и двете роли – на насилника и на жертвата – получат еднакво внимание, работата с фокус върху престъпното деяние може да протича паралелно на посттравматичната работа. Изправянето пред тези две роли в рамките на психодрамата може да помогне за промяна на позицията на жертва, на външния локус на контрол и афективната дисрегулация на извършителя.

В глава X Кери Алтмън (САЩ) предлага общо въведение в психодраматичното лечение на индивиди, диагностицирани с разстройство на множествената личност. Като прави преглед на основните теоретични и методологични принципи, той полага рамка за разглеждане на два случая. Тези примери илюстрират използването на психодраматичния метод за насърчване на вътрешната комуникация и създаване на вътрешна система на коопериране. Алтмън показва безопасното изразяване

на силни емоции в контролирана среда с ясно договорени граници на действено терапевтично преживяване.

В глава XI Грете Лойтц разглежда възникването на дисоциативни състояния на съзнанието като адаптивен отговор при нахлуване на спомени, свързани с Холокоста. Два обстойно изложени случая илюстрират неочакваната и внезапна поява на такива състояния, както и прилагането на психодраматични кризисни интервенции при лечението им.

В глава XII Йорж Бурмайстер (Швейцария) представя интегративен терапевтичен подход за работа с индивиди, претърпели пътни инциденти. В такива хомогенни групи психодрамата се използва в комбинация с индивидуална и семейна терапия. В тази глава се прави преглед на основните идеи, конкретните стратегии, въпросите за работния формат и етапите в процеса на лечение. Поставя се акцент върху характерни особености на тази популация по отношение на патологична реакция на скръб, соматични увреждания, контролиране на болката, загуба на телесни функции, вина, проблеми, свързани с неуредени съдебни въпроси и нарушения на паметта. Бурмайстер стига до заключението, че възстановяването от травма може да се превърне в проект за цял живот, който включва също така екзистенциални и духовни измерения.

**Четвъртата част** представя два модела на преживелищна терапия, които съвместяват класическата психодрама и други подходи за цялостно лечение на травмата. С оглед на многобройните приложения на психодрамата при работа с различни популации, целта на тези модели е да предложат структурирана рамка за използването ѝ при лечението на травми с различен природен и социален произход.

В глава XIII Кейт Хърджинс (САЩ) представя своя модел на терапевтичната спирала за лечение на ПТСР. С използването на подходящи за клиента изображения като „спиралата“ и „травмените балончета“ тя задава клинична рамка, която да насочва терапевтичния процес и да предотвратява неконтролиран регрес и ретравматизация в работата с преживелищни методи при травма. Подробно са разгледани видовете грами при повторно преживяване на травмата и принципите на съзнаването повторно преживяване, за да се подпомогне конкретизацията и трансформацията на ролите на жертва и извършител в защитена среда.

В глава XIV Джон Рейвън Мошър и Бриджит Юкмен (САЩ) изследват паралелната еволюция в циклите на живота и циклите на сезоните. Авторите показват как те се сливат в универсални цикли на лечение, които могат да се използват при хора, преживели травма. Предлага се модел за лечение на травма, интегриращ класическа психодрама и шаманска медицина. Примери от практиката демонстрират силата на тези методи.



И накрая, в **петата част** се обръща внимание на различни понятия и принципи при лечение на вторична травматизация и предаване на травма през поколенията. В глава XV Ан Анслен Шютценбергер (Франция) предлага кратко обобщение на своята теория за синдрома на годишината, според която симптом като заболяване или раздяла се проявява у потомъка, когато той е на възрастта, на която е настъпила травма в живота на негов предшественик. Като прилага геносоциограми и психодраматични разигравания, тя представя много примери за това, как житейските сценарии могат да се разглеждат в светлината на семейното наследство на даден човек.

В глава XVI Майкъл Бърдж (Австралия) описва начините, по които травмата от войната засяга цялото семейство чрез първично и вторично предаване. Представени са два случая, в които през ролевата теоретична рамка се използват психодрама и арт терапия за облекчаване на травматичната болка както при първото, така и при второто поколение потърпевши. Подчертава се символната репрезентация на процеса на справяне, както и колко е важно да се помогне на клиента да направи разлика между минало и настояще и да добие ясна представа за факторите, които влияят върху неговите реактивни, агресивни и самоунищожителни емоции и поведение.

В последната глава Рори Римър (САЩ) обръща внимание на затрудненията на вторичните оцелели — хората от мрежата за социална подкрепа на жертвата на травма, които са засегнати по един или друг начин от травмата на първичния оцелял. Авторът предлага теорията на хаоса и социатрията като концептуална рамка, която да помогне на вторичните жертви да се справят със сложността на лечебния процес.

## Проекция в бъдещето

Тази книга представлява доказателство, че психодрамата е добър избор за лечение на хора, преживели травма, когато е в компетентни и сигурни ръце. Въпреки това използването на психодрама в работата с травмирани хора поставя много въпроси, на които все още няма ясни отговори. Например трябва ли клиентите със сходни травми да бъдат лекувани в хомогенни групи? Ефективна ли е психодрамата при хора, които страдат от „хронично ПТСР“ (например синдром на хроничната умора и синдром на оцелелите от Холокоста), както и при хора, които са преживели неотдавнашна травматизация и житейска криза с по-ниски нива на стрес? Каква е оптималната продължителност на психодраматичното лечение с тежко травмирани клиенти? Достатъчни ли са няколко разигравания на травматичното събитие в краткосрочна терапия или

е необходим по-голям индивидуален и групов процес? Какви са изискванията за сила на Аза и психологическа осъзнатост, за да може човек да се възползва от психодрама? Като се има предвид, че травмираните хора ще останат завинаги променени от преживяното, какви терапевтични цели е разумно да поставим пред лечението?

Всички тези въпроси очертават необходимостта от допълнителни и по-конкретни изследвания на процесите и резултатите, които да обосноват описаните в книгата случаи с групи обективни средства. Докато се появят подобни изследвания, тази книга може да послужи като предварителен материал.

Но този материал не бива да се подценява. Той разказва историите на лечение на Андрю, Алек, Барбара, Грета, Джил, Ейбрийн, Каролин, Мери, Санди, Сю, Уорън, Финтън и Харисън и по този начин засяга всички хора, претърпели травма, които изразяват болката си. Научавайки се да „отиграват болката си“ в защитена терапевтична среда, тези клиенти разказват за своето излекуване с психодрама. Нашите автори представят подробно възможността да вървят редом с хора, преживели травма. Каним ви да споделите това пътуване с нас.

*Кейт Хъджинс и Петер Феаикс Кеелертан  
Вирджиния, САЩ и Израел. Март 2000 г.*