

Karakteristike grupnog socioterapijskog rada sa elementima psihodrame sa žrtvama torture

Vladimir Milošević

Sažetak

Primena grupne terapije sa elementima psihodrame se u terapiji žrtava torture pokazala kao delotvoran postupak, kroz koji su klijenti uključeni u ovu vrstu terapije brzo napredovali i to ne samo na planu redukcije simptoma, već i na planu unapređenja kvaliteta života. Grupni terapijski postupak, koji je uključivao psihodramske tehnike realizovan je u specifičnim uslovima rada na terenu, iziskujući uvažavanje specifičnosti konteksta u kojem je radeno. Autor u ovom tekstu daje prikaz određenih specifičnosti ove vrste psiho-socijalne pomoći kroz dvogodišnje iskustvo vođenja grupa sa osobama koje su bile žrtve torture.

U okviru aktivnosti Centra za rehabilitaciju žrtava torture – IAN Beograd (CRŽT IAN) značajno mesto zauzima i grupna psihoterapija žrtava torture koja uključuje i elemente psihodramske terapije. Postoji veliki broj razloga za uključivanje grupnog psihoterapijskog rada sa torturisanima.

Jedna od karakteristika, kako sebe doživljavaju oni koji su preživeli torturu jeste da se te osobe osecaju kao da su obeležene tim traumatskim iskustvom. Torturirani sebe vidi kao trajno i nepovratno izmenjenog, mada to sami cesto ne uspevaju da verbalizuju, drugacijeg od ostalog sveta na koji sada gledaju sa podozrenjem, doživljavajući ga kao nešto potencijalno opasno ugrožavajuće, neprijateljsko ili odbacujuće.

Druga karakteristika je stav "*mene ovakvog niko ne može da razume*". Iskustvo torture, narocito ako je ona prolongirana i trajala danima, pojačava potrebu za izbegavanjem susreta sa drugima, ne samo zato što se u njih nema poverenja, već i zato što kontakt sa drugima može da vodi retraumatizaciji kroz evociranje sećanja na proživljeni užas. Strah od retraumatizacije u mnogome dominira ponašanjem žrtava torture i vodi ka sve dubljoj socijalnoj izolaciji. Pored navedene problematike prisutna je i simptomatologija koja se karakteriše depresijom, nesanicom, noćnim morama i flash-back fenomenima, uz cestu impulsivnost. Grupa obezbeđuje kontekst koji najuspješnije imitira uobicajeno socijalno okruženje, u kojem klijenti žive, tako da se grupna psihoterapija sa elementima psihodrame, nameće kao optimalni terapijski postupak za rad sa ovom populacijom, jer su pacijenti u prilici da u grupi kao u svojevrsnoj laboratoriji prorađuju svoje unutrašnje konflikte i redefinišu svoj odnos prema okruženju ali i sagledaju i svoje funkcionisanje sa drugima. U prilog ovakvom stavu su i brojna istraživanja i obilje podataka iz stručne literature: 1997. godine. Poznati istraživač posttraumatskog stresnog poremećaja (PTSP) sa Harvarda, Bessel van der Kolk, bio je glavni govornik u Americomkom udruženju za grupnu psihoterapiju i psihodramu (American Society of Group Psychotherapy and Psychodrama). On je rekao da su iskustveni metodi, u koje spada i psihodrama, usredsređeni na telo "tretmani izbora" za ove pacijente i pozvao na još istraživanja kako bi se demonstrirale pretenzije psihodrame (Hudgins, 2001).

Skloni akciji i sa deficitom u recima, ovi pacijenti (koji su preživeli traumu) svoja unutrašnja stanja cesto mogu bolje da artikuliraju fizickim pokretima ili slikama nego recima. Upotreba crteža i psihodrame može im pomoci da razviju jezik koji je neophodan za efikasnu komunikaciju i za simboličku transformaciju koja se može javiti u psihoterapiji (van der Kolk, 1996).

Kada su se koristile iskustvene metode (terapijski postupci koji uključuju evociranje sećanja i prorađivanje emocionalnog sadržaja koji sećanja prati) manifestovale su se terapijske promene u slučajevima post-traumatskog stresnog poremećaja (Elliot, Davis & Slatrick, 1998; Elliot et al. 1996; Hudgins & Kipper, 1998). Bez obzira što je istraživanje vezanih za klasičnu psihodramu bilo manje, postojeće studije ukazuju na njenu delotvornost (Blatner, 1997; Kipper, 1989; Wilkins, 1997). Pored ovih istraživanja postoje brojni tekstovi o psihodrami koji pružaju obimnu kliničku dokumentaciju o korisnosti psihodrame u lečenju traume (Kellerman, 1992; Moreno, 1953; Moreno & Blonkvist, 2000; Moreno & Moreno, 1969; Holmes 1992). Pojedine studije demonstriraju upotrebu psihodrame u

slučajevima PTSP-a (Baumgartner, 1986; Burge, 1996; Hudins, Drucker & Metcalf, 2000; Hudgins & Kipper, 1998).

Selidžmanova teorija o naučnoj bespomocnosti (Seligman, 1992) sa jedne i Levinov rad na somatskom doživljavanju (Levine, 1997), uzeti zajedno predstavljaju snažan argument u korist upotrebe psihodrame u radu sa traumatizovanim klijentima (Roine, 2001). Nasuprot naučnoj bespomocnosti kod traumatizovanih ljudi koja nastaje najvećim delom usled nemogućnosti da se kontroliše neka situacija ekstremne anksioznosti, psihodrama kroz rekonstrukciju traumatskih događaja, protagonosti daje šansu i ohrabruje ga da na nov način kontroliše situaciju. Pacijent u psihodramskoj terapijskoj situaciji ima priliku da sagleda, emotivno razume, traumatsku situaciju, te da kroz korektivno emotivno iskustvo integriše novo ponašanje koje takode i testira kroz psihodramsku akciju.

Psihodrama je optimistička forma terapije. Umesto da se fokusira na patologiju, ona traži resurse unutar ljudi i uvodi dimenziju nade u proces psihoterapije. (Roine, 2001). Morenova filozofija spontanosti i kreativnosti (Moreno, 1953), naglašava važnost življenja "ovde i sada", kao preduslov mentalnog zdravlja. Ovakva terapijska filozofija, plasirana kroz akcione metode i u grupi, koja predstavlja sigurnu sredinu za traumatizovanog, jeste šansa da se izade iz mentalnog zatvora u kojem žrtva torture boravi, ma gde se nalazila.

Pored ovih razloga značajna je i ekonomičnosti ovakve vrste psihoterapijskog pristupa, jer se obezbeđuje terapijski rad sa više ljudi istovremeno.

Specifičnost grupne psihoterapije koju smo provodili sa torturisanima jeste i ta da su grupe bile organizovane izvan samog centra, dakle radilo se o redovnim terenskim posetama, jednom nedeljno u jasno definisanim terminima. Grupe su funkcionisale po modelu polu-otvorenih grupa, i brojale između 10 i 25 članova, karakteristika grupa je bila a da su članovi bili isključivo muškarci.

Pored grupne psihoterapijske pomoći, na pojedinim sastancima su upriličeni i medicinski pregledi, što je imalo višestruki značaj. Terapeuti su imali kompletniji uvid u opšte zdravstveno stanje torturisanih i mogućnost procenja tokom redovnih okupljanja, dok su sami klijenti bili u prilici da dobiju uvid u svoje zdravstveno stanje uz odgovarajuće terapijske preporuke. Značaj ovih medicinskih pregleda je i taj što žrtve torture imaju sklonost ka razvijanju somatizacije svojih psihickih tegoba, tako da jasna informacija o realnom fizickom statusu u terapiji pomaže da se odvoji ono što jeste realno fizicko obolenje od somatizacije, kako klijentima tako i terapeutu. Rizik od jatrogenzacije, odnosno podsticanja hipohondričkih elaboracija kod klijenata, izbegnut je koordinisanim radom psihijatra-psihoterapeuta i lekara koji obavlja medicinski pregled, čime se pojavava realna slika zdravstvenog stanja i jasno definiše granica između telesnog zdravlja i psiholoških elaboracija koje uključuju pojedine telesne simptome (najčešće lupanje srca, zamorljivost, slabost itd.)

Pravna pomoć je takode uključena u rad sa grupama na terenu. Ona je u početku zamišljena kao zasebna intervencija u okviru multidisciplinarnog procesa rehabilitacije, ali je i sama imala značajno mesto i na planu socioterapijskog oporavka i pokazalo se da je ona važan faktor u procesu sticanja većeg samopoštovanja i sigurnosti kod žrtava torture, jer je

obezbedilo da pacijenti kroz realnu i strukturisanu pravnu akciju pocinju da zastupaju sopstveni interes. Učešće pravnika je predstavljalo znacajnu vezu izmedu same terapijske situacije i spoljnog realiteta.

Specificnost grupne psihoterapije na terenu ukljucuje i prilagodavanje uslovima gde ce se grupe održavati, što je bilo gotovo nepredvidivo. Ovo je neminovno pokretalo pitanje regularnog setinga i održavanja kontinuiteta. Elementi nepredvidive spoljašnje realnosti kao što su nepostojanje grejanja zimi, ili sezonski poljski radovi su uticali na redovnost seansi. Adaptiranje na ove elemente cesto je i samo bilo tema grupnih seansi i predstavljalo je specifičan izazov za terapeuta i grupu. Svi ovi otežavajući detalji su bili simbolizacija reprezentacija neregularnosti životnih okolnosti u kojima opstaje populacija klijenata koji su pored toga što su žrtve torture i izbeglice. Prihvatanje ovih cinjenica, uz uvažavanje specifičnosti konteksta, jer *'psihodrama se može provoditi svugde, u bolnici, školi, bojnopolju'* (Moreno, 1953), pojačavalo je kako koheziju grupe, tako i terapijsku alijansu izmedu terapeuta i klijenata

Sledeća posebnost ovakve vrste grupnog rada je i ta što terapeut sa svojim saradnicima dolazi u sredinu koja već ima svoje zakonitosti. Populacija izbeglica i torturiranih koji su zajedno naseljeni na jednom mestu bilo da se radi o kolektivnom centru ili o životu u istom selu razvila je već svoju internu hijerarhiju i ima karakter neformalne grupe. Za terapeuta u ovakvoj situaciji pokazalo se neophodnim da uvaži ove neformalne, ali značajne zakonitosti koje strukturno interakcije među članovima grupe, pri čemu je terapeut sa saradnicima na početku svojih poseta često doživljavan kao uljez, neko ko spolja dolazi i narušava ucvršćeno stanje stvari, i to sa "ko zna kakvim namerama". Istrajnost i upornost, sposobnost da se kontejniraju negativne, paranoidne projekcije grupe bili su važan most ka uspostavljanju saradnje. Takođe uvažavanje postojeće neformalne grupne strukture i kulture podrazumevalo je oslanjanje na neformalne grupne vode, kao tačke oslonca da bi se postepeno otvarao prostor za sve ostale. Neophodno je bilo razumeti i uvažiti i najrazlicitije motivacije onih koji dolaze na grupu, ponekad su te motivacije i u direktnoj suprotnosti sa bazicnim nacelima psihoterapijskog rada (rentne tendencije npr.). Terapeut je na ovaj način prihvatana ne samo kao neko ko dolazi spolja sa određenim, za grupu u početku ne baš jasnim ciljem, već vremenom i kao partner u zajedničkim terapijskim nastojanjima.

Ovaj proces podrazumeva da se pozicija i uloga terapeuta, kao i relacija terapeut-grupa neprestano dekonstruišu i redefinišu, primajući neprestano novu formu gde se prethodna priroda ovog odnosa usklauđuje sa realitetom nametnutim okolnostima. Tek na taj način grupa za svoje članove, postaje istinsko sredstvo promene, a ne samo poligon za ispoljavanje slabosti ili borbu za imaginarnu poziciju moći, realizovanje rentnih potreba. Biti nosilac promene u sistemu, iz pozicije terapeuta, podrazumeva neophodnost prihvatanja procesa sopstvene promene, koja podrazumeva uvažavanje društvenih okolnosti, kontekstualna ograničenja, adaptiranje setinga terapije aktuelnim terenskim uslovima, koordinisanje terapijskog postupka sa intervencijama pravnika.

Osnovni terapijski elementi grupe kao što su kohezivnost, interpersonalno ucenje, altruizam, univerzalnost, ogledanje, (Yalom, 1985) su u ovakvoj grupi usled specifičnosti

konteksta u kojem se ona odvija na poseban način povezani sa svakodnevicom njenih članova, utisak je da se granica grupe i spoljašnje realnosti gotovo briše. Prodor ovih granica je u klasičnoj psihoterapijskoj situaciji štetan i remeti terapijski proces, ali je u datim okolnostima predstavljao uključivanje socioterapijskih i psihoterapijskih postignuća u realno životno okruženje.

Osnovna tema grupnog rada u početku bila je samo iskustvo zarobljenštva, prisilnih mobilizacija, nepoverenja u socijalno okruženje. Na ovim temama uesnici su nalazili saglasnost u mišljenjima i stavovima, koji je predstavljao osnovu za izgradnju međusobnog poverenja, kao startne pozicije za ispoljavanja sopstvenih potreba, strahova i nedoumica.

Akcent u radu je bio na pospešivanju grupnih interakcija i rasvetljavanju njihovog značenja kao refleksije socijalnog okruženja i njegovih zakonitosti. Kroz grupni rad i psihodramsku akciju oživljavane su situacije kroz koje se naučena bespomoćnost žrtava torture najčešće manifestovala kroz njihovo aktuelno življenje kao što su izbegavajući obrasci u ponašanju, razvijanje zavisnosti u odnosu na druge, negativističan stav prema okolini. Aktuelno doživljavanje životnih situacija je dovodeno u vezu sa traumatskim iskustvima iz prošlosti, veoma često sa iskustvima iz zarobljenštva ili ratnih dejstava. Proživljena na novi način u zaštićenim uslovima grupnog setinga, kroz korektivno emocionalno iskustvo ova iskustva su počela da u mnogo manjoj meri remete svakodnevicu pacijenata. Grupa je počela da prepoznaje sebe kao metaforu za društveno okruženje, ona predstavlja ogledalo društva u kojem je nastala, u kojem traje i menja se. Osećaj slabosti i nemoci pretvarao se u borbeni stav ka sticanju samopoštovanja. Međusobno uvažavanje članova grupe predstavljalo je osnov za okretanje ka razrešavanju sopstvenog socijalnog položaja. Članovi grupe su zauzimali aktivniji stav prema životu. Ovaj pomak se najbolje može sagledati kroz sve veću angažovanost članova grupe na pitanjima rešavanja pravnog statusa i socijalnog položaja i to na veoma praktičnom nivou.

Član grupe, *K.L.* koji je u zarobljenštvu u Hrvatskoj proveo oko pola godine i prilikom zarobljavanja, a i kasnije tokom boravka u logoru u više navrata bio brutalno premlaćivan, po dolasku u izbeglištvu 1995.g., bio je od strane policije priveden i predat paravojnim jedinicama gde je tortura i nastavljena uz česta ponižavanja i uvrede. Po dolasku kući svoju komunikaciju sa porodicom i prijateljima je sveo na minimum, postaje bezvoljan i visoko nepoverljiv prema okolini, gotovo svake noci se budi usled košmarnih snova, što za posledicu ostavlja stalni doživljaj iscrpljenosti, anhedonije-neoćugnosti doživljavanja zadovoljstva, uz povremenu hostilnost, posle čega bi sledilo samooptuživanje. U terapijsku grupu pristupio je na nagovaranje prijatelja koji se od ranije bili u grupi. Na prvim grupnim sastancima bio je cutljiv, povučen i sa puno skepse je prihvatao ono šta se u grupi dešavalo. Nakon mesec dana boravka u grupi, pokrenut radom drugih članova počinje da se otvara i saopštava o promenama koje je primetio kod sebe ili su mu ukucani ukazali po dolasku iz zarobljenštva. Aktivno učešće drugih članova grupe ga sve više pokreće i ohrabruje te i sam počinje da uključuje, najpre u rad grupe, što se sve više reflektovalo i na postupke u svakodnevnom životu. Prepoznaje mehanizme izbegavanja koji dominiraju njegovom svakodnevicom, analizira korene ovakvog postupaja kroz rad na traumi torture, posle čega počinje da se angažuje na praktičnom planu vezanom

za reguisanje socijalnog, imovinskog statusa, sebe doživljava kompetentnijim u interpersonalnim odnosima, sa ukucaima se ukljucuje u kompletnije relacije. Terapijski napredak je kulminirao odlaskom KL nazad u Hrvatsku kako bi regulisao administratna pitanja vezana za imovinu, radni staž i licna dokumenta.

Ovakva promena u stavu *K.L.* je snažan podsticaj i za ostale clanove grupe koji sebe sve više doživljavaju i kao pokretaca pozitivnih promena kod drugih. Na ovaj nacin aktivno ucešce u grupnom psihodramskom radu vodi ka razbijanju okova pozicije naucene bespomocnosti, na bazi povratne sprege koja funkcioneerice kako u relaciji terapeut – grupa, tako i medu samim clanovima grupe.

Ono što je posignuto kroz grupni rad i kratke psihodramske sekvence odigravanja događaja, odmah je nalazilo svoju prakticnu primenu. Ukljucivanje u postupak elemenata psihodrame kao akcionog psihoterapijskog metoda baziranog na korišćenju scenskih tehnika u terapijskom radu. Plasticnost samog metoda, jasnoca onoga što se dešava u samoj akciji, otvara mogucnost da se u zašticenim uslovima grupne situacije eksploriše mogucnost traženja alternativnih rešenja i razvijanja onih licnih kapaciteta na koje osoba može da se osloni. Akcenat u terapiji nije na patologiji, vec na jaccanju zdravih snaga licnosti.

Principi socijatrije (dovodenje u jasnu vezu odnosa u grupi sa relacijama u društvenom kontekstu) (Moreno, 1961) su u radu sa torturisanima imali direktno prakticno znacenje. Redefinisanje sopstvene društvene uloge dobijalo je za posledicu i opserviranu redukciju simptoma koji nisu nestali, ali je njeihov uticaj na svakodnevni život klijenata bio znatno umanjen.

Sagledavanje životnih promena od starne terapeuta ukazalo je da su žrtve torture kroz grupni trapijski rad izlazile iz oskudnog opusa funkcionisanja, i doživljavanja sebe kao iskljucive žrtve i nemocnog. Repertoar uloga i obrazaca ponašanja postajao je bogatiji i raznovrsniji. Proširenje opusa uloga predstavlja korak ka izlasku iz pozicije naucene bespomocnosti, pozicije žrtve.

Prepoznavanje da su i sami nosioci terapijskih promena kod drugih clanova grupe dopinosilo je pospešivanju doživljaja sebe kao aktivnog ucesnika i to ne samo u grupi kao mestu za eksperiment i promenu vec i svom svakodnevnom funkcionisanju u životu.

Za terapeuta je od suštinskog znacaja u radu sa žrtvama torture izgradivanje atmosfere sigurnosti i poverenja u grupi. Striktno držanje pravila setinga (vreme trajanja, broj clanova grupe, pravila o kašnjenju...), u datim uslovima rada bilo bi kontraproektivno jer bi dovelo do prekida veza sa grupom jer se grupa neprestano morala adaptirati na promenljive i cesto nepredvidive spoljašnje okolnosti. Psihodramske tehnike moraju se koristiti tako da ispoljavanje traumatske situacije bude bezbedno uz puno podrške i omogucavanje klijentima u terapiji da sami sticu kontrolu nad svojim aktivnostima u grupi, a potom i usvakodnevnom životu.

LITERATURA

- Baumgartner, D. (1986) Sociodrama and the Vietnam combat veteran: a therapeutic release for a wartime experience. *Journal of Group Psychotherapy and Sociometry* **38**, 31-39.
- Blatner, A. (1997) Psychodrama: the state of art. *The Arts in Psychotherapy* **24**, 23-30.
- Burge, A. (1996) The Vietnam veteran and the family both victims of post traumatic stress-a psychodramatic perspective. *Australian and New Zealand Psychodrama Association Journal* **5**, 25-36.
- Elliot, R. (1996) A process-experiential approach to posttraumatic stress disorder. Hutterer, R., (Ed.) Frankfurt: Peter Lang Publishing.
- Elliot, R., Davis, K.L. and Slatick, E. (1998) Process-experiential therapy for posttraumatic stress difficulties. In: Greenberg, L.S., Watson, J.C. and Lietaer, G.O., (Eds.) *Handbook of Experiential Psychotherapy*, New York: Guilford Press.
- Hadžins, M.K. (2001) Terapijski spiralni model: Lecenje PTSP-a u akciji [Hudgins, M. K.: Therapeutical spiral model: Treatment of PTSD in action]. In: Keleman, P.F. and Hadžins, M.K., (Eds.) *Psihodrama i trauma*, pp. 193-214. Beograd : International Aid Network.
- Holmes, P. (1992) London: Tavistock/Routledge.
- Hudgins, M.K., Drucker, K. and Metcalf, K. (2000) The containing double to prevent uncontrolled regression with PTSD: A preliminary report. *The British Journal of Psychodrama and Sociodrama* **15**, 58-77.
- Hudgins, M.K. and Kipper, D. (1998) Action methods in the treatment of trauma survivors. *International Journal of Action Methods* **51**, 43-46.
- Kellerman, P.F. (1992) Focus on Psychodrama: The Therapeutic Aspects of Psychodrama. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Kipper, D.A. (1989) Psychodrama research and the study of small groups. *International Journal of Small Group Research* **5**, 4-27.
- Levine, P. (1997) Berkly, California: North Atlantic Books.
- Moreno, J.L. (1953) Who Shall Survive? New York: Beacon House Press.
- Moreno, J.L. (1961) The role concept, bridge between psychiatry and sociology. *American Journal of Psychiatry* **118**, 518-523.
- Moreno J.L. and Moreno, Z.T. (1969) New York: Beacon House.
- Moreno, Z.T. and Blomquist, D. (2000) Healing Through the Use of Surplus Reality. New York: Jason Aronson.
- Roine, E. (2001) Upotreba psihodrame sa žrtvama traume [Psychodrama with torture survivors]. In: Keleman, P.F. and Hadžins, M.K., (Eds.) *Psihodrama i trauma*, pp. 69-79. Beograd: IAN.
- Seligman, M.E.P. (1992) New York: W.H. Freeman and Co.
- van der Kolk, B. (1997) Keynote Address. New York: Annual conference of the American Society of Group psychotherapy and psychodrama.
- van der Kolk, B.A. (1996) The body keeps the score: Approaches to the psychobiology of post-traumatic stress disorder. In: van der Kolk, B.A., McFarlane, A. and Weisaeth, L., (Eds.) *Traumatic Stress - The Effects of Overwhelming Experience on Mind, Body and Society*, pp. 214-241. New York/London: The Guilford Press.

Wilkins, P. (1997) Psychodrama and research. *The British Journal of Psychodrama and Sociodrama* 12, 44-61.

Yalom, I. (1985) *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. New York: Basic Books.