

Södertörns högskola | Institutionen för kultur och lärande

Magisteruppsats 22,5 hp | Den praktiska kunskapens teori |
vårterminen 2012

Det surrealistiska psykodramat

– Dionysiska och apolloniska krafters möte

Av: Kerstin Jurdell

Handledare: Fredrik Svenaeus

”Arma folk! Bär jag skulden till att jag stryker omkring i landet som en sanningsägarinna bland er och tvingas gömma och förställa mig som om jag vore en synderska och ni min domare? Se bara på min syster, konsten! Det går likadant för henne som för mig, vi har hamnat bland barbarer¹ och vet inte hur vi skall rädda oss. Här saknar vi, det är så sant, all rätt, men de domare inför vilka vi finner rätt faller också domen över er och kommer att säga er: Skaffa först en kultur, så kommer ni också att erfara vad Filosofin vill och kan.”

Ur F. Nietzsche: *Filosofin under grekernas tragiska tidsålder* (1872)²

¹ En civiliserad barbar har inget förhållande till naturen, jfr vilde ”sauvage” och ”barabare” hos Rousseau ur Friedrich Schiller, *Schillers estetiska brev*, (1795) 2010, Järna, s. 31.

² Friedrich Nietzsche, *Tragedins födelse, Filosofin under grekernas tragiska tidsålder*, (1872) 2000, s. 131.

Jag vill rikta ett tack till Marie Clahr Hallberg för många stimulerande diskussioner om ämnet. Mitt minne går även till Leif Dag Blomkvist som var min inspiratör och lärare av det surrealistiska psykodramat. Jag vill även tacka "Riita", "Daniel", "Barbro", "Karl" och alla protagonister samt gruppdeltagare genom åren, som gjort det möjligt för mig att få vara en konstnär i det surrealistiska psykodramats fantastiska värld. Slutligen går mitt tack till min examinator Jonna Bornemark som med sakkunskap och engagemang hjälpt mig att lyfta uppsatsen.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. Abstract- Sammanfattning	5
2. Bakgrund	6
3. Vad vill jag med denna essä	7
4. Metod	8
5. Den farliga björnen	11
6. Warm-up	11
7. Aktion	13
8. Sharing	18
9. Reflektion	19
10. Vad är psykodrama?	19
11. Surrealism	20
12. Den dionysiska teatern	22
13. Surplus-reality	25
14. Att balansera på en smal spång	27
15. Livet och den skapande processen	30
16. Moreno och kreativitet	32
17. Tragedins betydelse	34
18. Mytologins läkande kraft	38
19. Om symboler	40
20. Slutdiskussion	41
21. Litteratur och källförteckning	44

Abstract

This essay describes my work as a director in a specialized orientation within psychodrama, surrealistic psychodrama. Using the language and performance techniques of theater and under the guidance of a director, psychodrama creates an improvised narrative or story. The essay describes several dramas I have directed, reflecting on my actions and choices as a director and group leader. I examine whether my working method has allowed me to be spontaneous and creative, which I believe the example of “The dangerous bear” demonstrates. The process enabled me to establish trust and receptivity so that a newly constituted group dared to investigate conflicts in symbolic ways associated with illness and death. In addition I have investigated connections between the theory and philosophy of psychodrama and that of the theater of ancient Greece and Friedrich Nietzsche, all of which share the view that Dionysian or unbounded energy is significant for change. At the same time J. L Moreno, the founder of psychodrama, has made me aware that the philosophy of ancient Greek theater and Nietzsche require boundaries and fixed forms for this amorphous energy: Apollonian energy, calling for reflection and new roles. The essay also addresses developments in the Swedish healthcare system’s approach to treatment, where the requirement that methods be predictable and proven effective weighs more heavily than developing the individual’s own ability to function personally and professionally using good judgment and an increased ethical awareness. In conclusion I consider how, on a personal level, the essay has made it possible for me to combine creativity, logical reasoning and scholarly writing, which has been a great challenge.

Keywords: psychodrama, group psychotherapy, surrealism, Dionysus, practical knowledge, mythology, Nietzsche,

Sammanfattning

Föreliggande essä beskriver mitt arbete som regissör att leda en specialinriktning inom psykodrama, det surrealistiska psykodramat. Inom psykodrama används teaterns språk och gestaltning, där en improviserad berättelse under ledning av en psykodramaregissör skapas. Essän beskriver flera dramer jag har regisserat med reflektioner över mina handlingar och val i regin och gruppleaderskapet. Jag funderar över min förmåga att ha varit spontan och kreativ i arbetssättet, vilket jag tycker mig kunna se då processen i exemplet ”Den farliga björnen”

inneburit att jag förmått skapa tillit och möjlighet i en ny grupp att våga utforska konflikter i symbolisk form sammanhängande med sjukdom och död. Vidare har jag ställt frågan kring hur den psykodramatiska teorin och filosofin hänger samman främst med den antika grekiska teaterns filosofi samt Friedrich Nietzsches tänkande. Synen på den dionysiska eller gränsupplösande energins betydelse för förändring delas här. Samtidigt har jag funnit från J. L. Moreno, psykodramats skapare, den antika teaterns filosofi och Nietzsche behovet av former och ramar för denna gränsupplösande energi, den apolloniska energin vilket innebär reflektion och nya roller. Essän berör även den utveckling kunskapssynen i det svenska vårdssamhället genomgått, där krav på förutsägbarhet och bevisad effektivitet rests för metoder, snarare än att utveckla individers egen praktiska kunskap att kunna hantera yrkeslivet med omdöme och ökad etisk medvetenhet. Slutligen berör jag hur essän på ett personligt plan berikat min möjlighet att förena min kreativitet, ett logiskt tänkande och ett vetenskapligt skrivande. Något jag sett som en stor utmaning.

Sökord: psykodrama, gruppsykoterapi, surrealism, Dionysos, praktisk kunskap, mytologi, Nietzsche,

Bakgrund

Under mina snart 40 yrkesverksamma år har jag dragits till och utforskat kunskaper om människan hämtat främst från existentiella tankegångar samt filosofi, förutom de mer erkända teorierna från socialt arbete samt psykologi. Närheten till filosofiska teorier har tagit mig flera år att inse. Tankarna jag mötte i början av mitt yrkesliv inom psykoterapi kom från konstpsykoterapeutiska metoder, kroppsterapier och gruppterapier, till exempel encounter rörelsen.³ Jag valde i mitt yrkesliv att fördjupa mig i psykodrama som jag nu har arbetat med inom vuxenpsykiatri, högskolan samt som privat verksam psykodramalärare och terapeut. Metoden, dess filosofi och närhet till konsten har i alla år fascinerat och berikat mitt liv, samtidigt som den inneburit starka spänningar och ett risktagande som utmanat mig. Min basutbildning är socionom. I min tillbakablick på mitt yrkesliv inser jag hur jag fortfarande bär känslor av upprördhet över hur mitt tänkande och mitt arbetssätt bemötts av andra genom åren, som även idag präglar mitt skrivande. Erfarenheten från andra är både erkännande, men även skepsis där jag har arbetat. Ibland har ett motstånd, ja nästan en fientlig hållning funnits gentemot mitt arbetssätt med psykodrama. Det har kunnat handla om psykiatriker,

³ Terapiform som bygger på ett känslomässigt laddat möte mellan två människor i en terapigrupp.

psykologer, socionomer och lektorer i socialt arbete. Nja, det är nog inte helt med sanningen överensstämmande. På den öppenvårdsmottagning i psykiatri där jag var verksam under flera år rådde tolerans. Min första medarbetare i en patientgrupp med psykodrama, en sjukgymnast med legitimation som psykoterapeut, stöttade psykodrama. Hon kom senare att bli ansvarig chef för hela öppenvårdsmottagningen, vilket gav mig en trygghet att kunna använda metoden. En högskola för socionom- och diakonutbildning, där jag arbetade som lektor i socialt arbete under en längre tid uppskattade arbetssättet, men valde senare genom skolans akademiseringsprocess att inte förlänga mitt vikariat. Ifrån andra psykoterapimetoder, främst den psykoanalytiska som under många år var den tongivande inom psykoterapi, har jag huvudsakligen mött skepsis. Denna negativa inställning har förvånat mig, då patienter och studenter visat uppskattning av psykodrama. Jag har förundrats över detta motstånd och grubblade över detta. Mötet med kunskapsfilosofiska tankegångar har inneburit att några av dessa frågetecken kunnat rätas ut.

Vad vill jag med denna essä?

Föreliggande essä beskriver mina erfarenheter av en specialinriktning i psykodrama, det surrealistiska psykodramat jag som psykodramaregissör är specialiserad att leda. Bakom valet av mitt ämne finns 30-åriga erfarenheter av att arbeta med psykodrama samt den specialiserade form som kallas det surrealistiska psykodramat. Ett intresse att skriva denna essä är för att kunna reflektera över vad som läker och helar människan som deltar i psykodramer jag leder samt hur jag handlat i min regi som ledare, i psykodramatisk terminologi hur spontan jag har varit som regissör och i viss mån vad som kan ha hindrat min spontanitet.⁴ Jag vill undersöka det läkande momentet i det surrealistiska psykodramat, eftersom aktionen huvudsakligen äger rum i en mer symbolisk och mytologisk form, där problemställningen inte är lika uttalad som i det vanliga psykodramat. Vad som kan skada i ett surrealistiskt psykodrama har även intresserat mig.

Jag strävar efter kunskap jag kan klä i ord som underlättar kommunikation med andra psykodramatiker, psykoterapeuter och intressenter av ämnet hur symboliska berättelser kan

⁴ Jacob Levy Moreno, skapare av psykodrama samt pionjär till gruppsykoterapi, menar med spontanitet förmågan att vara fri och ha tillgång till sin kreativitet i en situation. Spontanitets begrepp utvecklas i uppsatsen, se kapitel 16, Moreno och kreativitet s. 32.

bidra till en läkande process. Jag vill närma mig och mer förstå hur den psykodramatiska teorin hänger samman med den praktiska kunskapens teori och kunskapssyn liksom hur mytologisk kunskap kan bidra till förståelse av mitt arbetssätt. Vad innebär begreppet surrealism inom konstvetenskap och hur ser likheter och olikheter ut i min och den surrealistiska konstnärliga produktionen? Jag vill formulera och mer förstå hur psykodrama allt mindre värdesätts inom utbildning, socialt arbete och behandling i Sverige. På ett personligt plan vill jag utmana min svårighet att närma mig det mer reflekterande, logiska perspektivet utan att för den skull hämmas i min kreativitet och skaparlust.

I valet av ämne finns även en fascination av att jag inte alltid har kunnat förstå vad som händer när jag leder dramat, där jag har erfarenheter som jag fullt ut inte kan förklara. Det handlar om kunskap av att något magiskt eller oförklarligt har ägt rum som flera av oss som arbetar med psykodrama har upplevt. Detta både tilltalar och utmanar mig. Utmaningen är att försöka sätta ord på denna erfarenhet och dess kunskap och förhoppningsvis kunna bidra till att lyfta fram kunskaper som överskrider den rationella, logiska världen. Jag vill även med denna essä sprida kunskap om mitt arbetssätt då det surrealistiska psykodramat är en både okänd och liten metod, där hittills det vetenskapliga och skriftliga materialet är sparsmakat i världen.

Metod

Uppsatsens forskningsmetoder utgår från den praktiska kunskapens teori, hermeneutik samt praxisnära forskning. Den praktiska kunskapens teori bygger på traditioner från filosofi och västerländska idétraditioner, där kunskap om hur människor handlar i mellanmännsliga sammanhang skiljer sig från den vetenskapliga kunskap som betonar att kunskap bara kan vara på ett visst sätt (främst inom naturvetenskaplig vetenskap). Aristoteles benämnde denna kunskap fronesis. Kunskapen synliggörs genom reflektion över erfarenhet, handlingar och val jag själv och andra har gjort i (yrkes)livet. Till området hör även etiska frågeställningar om vad som är en god, rätt och duglig handling. Jag återkommer senare till hur jag gått tillväga för att försöka fånga och formulera kunskap i mitt arbete som regissör av det surrealistiska psykodramat. Till den hermeneutiska kunskapstraditionen hör tolkning och förståelse av skrifter och erfarenheter. Detta angreppssätt använder jag i min reflektion och förståelse av dramat. En viss kritik till hur min förståelse hittat rätt hoppas jag finns, där läsaren genom min

redovisning av min tolkning är fri att själv fundera hur aktionen och symbolerna kan förstås. Inom praxisnära forskning utgår forskaren direkt från vad som händer i exempelvis en pedagogisk situation, vilket jag använt mig av då jag reflekterat över min egen praktik vid olika undervisningstillfällen.

Jag har valt att beskriva ett längre surrealistiskt drama jag valt att kalla ”Den Farliga Björnen”. Bakom detta val fanns en önskan att utforska och reflektera över vad som hände i dramat och i gruppen. Valet innebar även att välja en situation som ägde rum i ett annat land, där personerna i dramat inte går att identifiera. Detta eftersom det är sekretessbelagda processer, där deltagarna av psykodramat inte ska kunna skadas genom att jag skriver om mina erfarenheter. Jag har valt att noggrant och mer detaljerat försöka dra mig till minnes hur jag regisserade, vad som hände under dramat och hur jag ledde de scener som gestaltades. Jag har förstås inte kunnat minnas allting, vilket skapat ett selektivt urval över vad jag kunnat reflektera över. Jag har inte heller haft möjlighet att fråga någon av de närvarande deltagarna eller haft anteckningar att få hjälp av. Dramat, ”Balans på smal spång”, har jag valt för att belysa hur jag regisserade mer psykiskt sårbara kursdeltagare. Detta val gjorde jag eftersom jag undrade över om jag valde rätt i hur jag ledde kursen, regisserade dramat av en särskilt sårbar kursdeltagare samt om jag kan ha skadat honom eller någon kursdeltagare. Som ett sätt att konkretisera teorin bakom psykodrama har jag valt ett drama som handlar om hur huvudpersonen kan öka sin spontanitet. Slutligen är ett exempel valt för att belysa likheten mellan ett psykodrama som belyser en verklig nattdröm huvudpersonen haft och ett surrealistiskt psykodrama avseende hur jag använder symboler i dramat.

Eftersom psykodrama bygger på upphovsmannen Jakob Levy Morenos teorier kom dessa att få ta en stor del av teorin i uppsatsen. Det surrealistiska psykodramat har inspirerats av den surrealistiska konstinriktningen vilket motiverat mitt val att kort beskriva vad denna konstinriktning innebär. Hos filosofen Friedrich Nietzsches tankegångar om den dionysiska människan och i hans tänkande om vad som gått förlorat i den moderna civilisationen i ljuset av den grekiska antika filosofin, har jag hittat likheter i synen på kunskap jag har i mitt arbetssätt. För att mer fördjupa vilka tankegångar som påverkat min regi har jag skrivit om det antika dramats filosofi samt teorier om symbolers betydelse. Fantasin och förmågan att skapa en berättelse gjorde att jag fördjupade tankarna i vad mytologiska berättelser och sagor kan innebära för att mer förstå den berättelse som växer fram i ett surrealistiskt psykodrama.

Svårigheten med att forska på min egen verklighet och mina yrkeserfarenheter har utmanat mig. Det djupt personliga i yrket som avgör mina handlingar har både varit svåra att finna ord för samt att vilja offentliggöra. Jag bär även en önskan att beskriva en relativt okänd metod där jag själv utvecklat en expertis snarare än att finna hur jag istället kunde ha handlat. Vad som självklart hör till mitt yrkes ethos, att ständigt pröva mig själv, mina handlingar, vad som kunnat skada mina klienter eller kursdeltagare samt vad som bidragit till förändring har jag genom åren sysslat med i tusentals timmar av egen handledning i psykodramatisk form. Detta anser jag viktigt inte minst i skenet av vilken makt den starka personliga relationen som uppstår i psykoterapi innebär. Självkänedom och självreflektion ser jag som nödvändig kunskap i arbetet med andra människor. I den pedagogiska modellen för utbildning av psykodrama finns processanalys, en tid att i efterhand kunna reflektera och analysera aktionen med kursdeltagare. Detta för att integrera erfarenhet med tänkande. Likheter finns här med ett vetenskapligt angreppssätt men enligt min erfarenhet en viktig skillnad. Varsamheten i att lyfta fram kunskap ”till ljuset” och det medvetna kräver ett omdöme om vad som tål att bli medvetandegjort i det ögonblicket. Ivern att förstå kan vara en lockelse att även kunna avstå ifrån. Jag har under min utbildning fått berättat att psykiatern C.G. Jung har en liknelse kring denna process med en fiskare (= jaget) som ute i sin båt (=hur vi byggt upp vår identitet för att klara av livet) ute på havet (= det omedvetna) drar upp fisk= (medvetenhet) efter fisk och i sin iver att få all denna fisk inte uppmärksammar att båten blir för tung och sjunker. Självbildens tål helt enkelt inte för stor mängd av medvetenhet under för kort tidsrymd. Resultatet blir då ett kraftigt avvisande av den nya kunskapen.

Det paradoxala att försöka utforska irrationella och icke-logiska processer med hjälp av logik och rationalitet har utmanat mig. Jag är skeptisk till hur reflektion kan förespegla att ”om jag bara... så skulle... ha blivit bättre”. Den skapande processen uppstår i nuet och nås genom träning och åter träning av den egna personligheten i samklang med ramar, teknik och teorier. Spontanitet går inte att beställa fram, eftersom logik och reflektion begränsar denna energi i ögonblicket hos mig. Samma skepsis har jag i detta skrivarbete samtidigt som jag önskar att reflektera över mina handlingar. Självkritik utan ett lekfullt skapande är inte den bästa vägen till ökad spontanitet hos mig. Betoningen på tanken utan lek skapar lättare skamkänslor och obehag som hämmar min kreativitet. Samtidigt har jag berikats av uppsatsarbetet som ett närmande mellan min skapande, fantiserande förmåga och min logiska rationella del, vilket varit en stor behållning i skrivandet. Ytterligare en svårighet i arbetet med essän är att

beskriva hur just jag som person påverkar arbetssättet. Jag tänker mig att det delvis kanske är samma utmaning en bildkonstnär har i att försöka ge ord på hur det kom sig att man målade denna tavla och inte en annan tavla, trots att samma metod finns i att tekniskt kunna måla och kunna använda penslar och färger. Mitt skapande är i stunden på inspiration av huvudpersonen eller gruppen. Ramen/metoden är tryggheten inom vilket samskapandet äger rum. Jag har försökt att finna ord som kan beskriva det för mig fullständigt självklara i att det är inte metoder som förändrar människor utan människor som förändrar människor.

Den farliga björnen

Jag var inbjuden som lärare i psykodrama och psykodramaregissör till en konferens om teater och psykodrama på Metropolia Yrkeshögskola i Helsingfors. Seminariet jag ansvarade för var tre timmar långt och gruppen som kom var ca 20 personer, alla finnar eller finlandssvenskar. Ämnet var det surrealistiska psykodramat och seminariet ägde rum på engelska, med möjlighet att få språklig hjälp av en deltagare, Pentti, som behärskade både svenska och finska väl. Jag kände Pentti sedan tidigare och hans närvaro gav mig trygghet. Annars var alla deltagare nya för mig. För mig innebär varje möte med en grupp att min egen förmåga till spontanitet utmanas. Ångesten att möta en ny grupp samt att inte kunna förstå deras modersmål och att behöva använda engelska brukar öka en rädsla hos mig själv som ledare att möta något oförutsägbart där jag inte har kontroll. Denna gång kände jag mig koncentrerat samlad för min uppgift och full av lust över att få arbeta surrealistiskt.

Warm-up

I psykodrama talar vi om uppvärmningen som betydelsefull för hur en aktion blir. Ledarens uppvärmning är a och o för hur jag har tillgång till min spontanitet. Innan workshopen hade vi alla tagit del av en dansförställning med ett gripande existentiellt innehåll av livet och dödens gestalt. En erfarenhet som åtminstone gav mig en bra och känslomässig uppvärmning till mitt eget seminarium, då jag påverkades till en vördnad av livets eget mysterium som dansen och musiken gav mig. Jag kände också trygghet i att arrangören av hela konferensen är min vän.

Jag inleder workshopen med en kortare föreläsning om vad det surrealistiska psykodramat innebär. Min erfarenhet är att en ökad kognitiv förståelse av de övningar och den aktion jag hoppas kunna få till stånd bidrar till ökad tillit och en beredskap till att utforska något som verkar märkligt och obegripligt utan denna introduktion. När jag ser ut över gruppen under föreläsningen uppfattar jag att ett intresse och nyfikenhet har skapats och frågor som ställs stärker detta. De verkar förstå meningen med att arbeta i symbolisk form och utan vanliga ”problem” som annars är det vanliga i psykodrama som en gruppterapi. I psykoterapi utforskas ofta ett problemområde som huvudpersonen vill ha hjälp med. Det kan handla om prestationsångest, utanförskap, depression, relationsproblem och så vidare. För mig har även den vanliga formen av en föreläsning alltmer inneburit att jag skapar en kontakt mellan mig och gruppdeltagarna, där ordningen fortfarande är välkänd för alla, vilket ökar även min trygghet att skapa kontakt med gruppen innan mer kaotiska skeenden äger rum, där projektioner och ångest kan börja hagla.

Jag låter några frågor ställas men avgränsar frågandet eftersom jag vet att tiden är knapp för både teori, uppvärmning av gruppen, aktion, sharing⁵ och en processanalys. Min uppvärmningsövning är en klassisk övning som kallas ”ljugövning” där instruktionen är att alla sitter två och två. Den ene personen intervjuar den andre som ska ”ljuga” i sina svar om vem man är. Genus kan man välja själv. Därefter intervjuas den andre på samma sätt. Helt nya figurer eller roller kommer alltså att träda fram. Jag sitter och iakttar hur övningen genomförs. Deltagarna sitter två och två runt om i rummet och jag går en liten sväng och iakttar deras kroppsuttryck eftersom jag inte förstår finska som de talar sinsemellan. Jag iakttar om några inte verkar inspirerade och ser ointresserade ut eller om något par snabbt är klar med uppgiften och samtalet verkar ha tagit slut. Här får jag också en andhämtningspaus. Även om jag inte kan förstå vad de säger, ”läser jag av” stämningen som god och intresserad med flera skratt. Det lugnar mig och jag börjar alltmer njuta av situationen. Min uppmärksamhet är förhöjd och jag iakttar intensivt vad jag ser och hör. Jag ber deltagarna åter att sätta sig i ringen och presentera sig i den roll som de har skapat genom att ljuga. Ofta innebär detta att de absurda och fantasifyllda rollerna blir okey när alla får visa sig konstiga. Om någon föredrar att inte göra denna presentation är det tillåtet. Det är viktigt med acceptans för att

⁵ Sharing innebär att efter ett spel har alla andra i gruppen möjlighet att komma till tals. Alla sitter återigen i en cirkel och delar med sig av vad man känner igen från spelet. Tanken är inte att analysera det skedda här utan att gå till sina egna erfarenheter och berätta om dessa. Här har även deltagare som spelat olika roller i spelet möjlighet att tala om vad just denna erfarenhet innebar.

bygga tillit och som regel avskyr människor i grupper att bli tvingade. Fram träder olika mer eller mindre fantasifyllda roller. Deltagarna talar nu engelska så jag kan förstå. Från en som lever i vatten i en hamn, till någon som bor på en annan planet till en gammal kvinna som bor i en skog. Många skratt hörs i denna presentation och stämningen blir alltmer tillåtande. Min tanke är att just närheten till teatern i denna konferens, där flera deltagare kommer från teaterns värld snarare än terapins värld, ger ökad acceptans att få vara i sin fantasi och släppa verkligheten. Svårigheten med att låta alla komma till tals med sin rollpresentation innebär för mig som ledare att kunna hantera lagom plats för var och en. Om någon brer ut sig för mycket med hänsyn till tiden och min bedömning av vad andra kan ta in, så bryter jag av den som talar. Om en annan knappt säger något är det för mig att avgöra hur mycket jag ska locka fram ytterligare några ord för att låta den deltagaren bli synligare för oss andra. Jag vill minnas att i denna grupp är alla medvetna om hur stor plats varje individ kan ta och jag kan vara relativt passiv som ledare av denna runda.

På min inbjudan att vilja utforska sin roll i ett spel anmäler sig en kvinna, Riita. Det finns även andra intresserade och jag ställs som oftast, inför hur jag ska hantera valet av huvudperson. Jag minns inte nu hur jag gjorde mer än att det inte skapade någon spänning för de andra som inte blev valda. Ibland väljer gruppen, ibland diskuterar de intresserade med varandra och ibland tänker jag högt med gruppen och bestämmer en person.

Aktion

Gruppen får nu sätta sig i en halvcirkel som åskådare och Riita och jag ställer oss på en tom plats framför dem som blir scenen. Förändringen till att stå på en scen med publiken framför och huvudpersonen bredvid ger mig energi. NU kan spelet börja och jag känner en förväntan att få regissera denna fantasivärld. Jag älskar detta bortom verkligheten, kanske samma energi som bildkonstnären har inför att se en tom duk med en massa penslar och färg bredvid sig! Det är för mig livsförhöjande när situationer uppstår av något hittills okänt och där något nytt kan få träda fram utan att jag i förväg vet vad. Möjligheten som är att skapa nya förhoppningsfullt spännande bilder av mänskliga konflikter, där känslor och dramatik får färgsätta spelet ger energi. Inom surrealismen betonas just den skapande processen, där fantasin ställs i förgrunden, som handlar om att ställa sig själv till förfogande för något som jaget inte har full kontroll över.

Riita berättar att hon i sin fantasiroll är rädd för björnar. Nu när jag skriver detta tänker jag att det betyder att hon egentligen inte är rädd för björnar. Konstigt kan jag tycka som skulle vara livrädd om jag mötte en björn i en skog. Men jag kommer nog förståelsen närmare genom att nu fundera över vad en björn kan symbolisera. Björnen är ju ett vilt farligt djur som många är rädda för och som kan döda om den blir retad. Kan tänkas att bilden av en björn för min huvudperson är en vild okontrollerad vrede inom henne? Jag funderar vidare vad en björn kan symbolisera och läser hos Joseph Campbell att björnens kraft är utmärkande för alla slags mystiker, shamaner och visionärer. Björnen är i vissa shamanska kulturer sedd som helig eftersom den går i ide under vintern och under sommaren lever i naturen. Pendlingen mellan ”underjorden” och ”jorden” uppfattades som en möjlighet att vara i ett transcendentalt tillstånd mellan ”andens verklighet” och vår vanliga verklighet.⁶ Samma process beskrivs för övrigt i den antika grekiska myten om Persefone där slutligen Zeus löser konflikten mellan Persefones mor, Demeter, modergudinnan, och Hades, dödsjuden, genom att låta Persefone delar av året få vara uppe på jorden och resten av tiden i dödsriket.⁷ Kan björnen representera en andlig energi?

Tillbaks till dramat. Riita arbetar som naturläkare med egen mottagning och jag tänker idag att hon har arbetat en hel del med personlig och andlig utveckling för egen del, vilket kan ha påverkat hennes sätt att genomföra ”ljugövningen”. På min undran vad som gjort ”henne” rädd för björnar börjar hon att fantisera om orsaken. Jag föreslår henne efter en stunds berättande att vi gestaltar detta i ett spel. Här förnimmer jag en tvekan hos Riita, som att hon tvekar om hon ska bestämma sig för att kasta sig ut i något okänt. Hon har ju ingen aning om vad detta fantiserande ska kunna leda till. Hon känner inte heller mig sedan tidigare, men är bekant med psykodrama. Detta skapar förmodligen både en trygghet och en osäkerhet om vad hon kan komma att visa upp för andra (och sig själv) som hon kanske skäms för eller är tveksam till att visa upp. Samtidigt ger fantasin friheten att detta inte är på riktigt och därmed inte problem som hon behöver ha ansvar för. Jag försöker att motivera och lugna henne genom att lugnt samtala och föreslå en scen som hon själv hittar på.

Hur mycket jag som ledare ska styra eller lämna plats för huvudpersonens ambivalens och behov av att gå i egen takt är en grannliga etisk och terapeutisk uppgift. Styr jag som ledare för hårt kan det innebära att jag våldför mig på en persons integritet, vilket är skadligt och

⁶ Joseph Campbell, *The way of the animal powers*, London, New York, 1983, s. 147-151.

⁷ Marie Clahr Hallberg, *Den gudomliga spegeln, Om skapande kaos och mänsklig förvandling*, Lund, 1994, s. 70-71.

som kan få starka negativa efterreaktioner. Är jag för följsam kan det skapa en osäkerhet och öka otryggheten om hur jag som ledare tar ansvar. Min erfarenhet är även att när jag som ledare är rädd för att starta ett spel hindras mina möjligheter att bilda tele⁸ med huvudpersonen eller protagonisten vilket innebär jag läser av den andre fel. När jag är nöjd med min ledning är det kanske som att dansa utan att jag har trampat den andre på foten utan samspelet har stämt.

Under spelets gång får Riita vara en björn som blivit farlig, eftersom björnen har dödat en fotograf som klättrade upp i ett träd och i smyg ville fota henne. Nu funderar jag vad detta kan betyda? En fotograf kan ju ses om att något blir offentligt och som förevigar bilder av händelser, men utan att ”fotografen” involverar sig utan ”bara betraktar som en åskådare” (som en vetenskapsman...?) och i smyg! Det vill säga manipulativt kanske? Just detta betraktande utan involvering tycks vara orsaken till raseriet hos ”björnen”. Jag misstänker att raseriet är något förbjudet hos min huvudperson, men här i dramat får hon spela och vara rasande samt förgöra fotografen. Är fotografen hennes inre betraktare som hindrar aktivitet, raseri och kanske hennes andliga kraft? Hur kommer det sig att jag inte ”spelar om” situationen av björnens rasande dödande av fotografen? Jag skulle kunnat sätta upp scenen igen, men denna gång får protagonisten ingripa och inte tillåta dödandet av fotografen. Ska denna handling uppfattas som destruktiv? Den hade ju gjort Riitas fantasikvinna rädd för björnar? Vilket kanske innebär att hon är rädd för starka känslor av vrede och raseri? Protagonisten skulle i en ny scen kunna ändra skeendet till hur hon vill att det skulle se ut. Ingen fotograf får dödas! Men nu väljer jag att fortsätta att utforska orsaken till björnens upprördhet och tillåter att raseriet här får äga rum. Jag misstänker att orsaken till att jag inte ändrade på situationen var att det hela inte verkade vara något problem för Riita, utan att hon var nöjd med att enbart få spela ut sin fantasi. Den iakttagande rollen inom henne (klädd som en roll av en fotograf funderar jag nu) måste kanske förstöras för att känslan ska få plats? Eller om jag nu funderar vidare så kanske hennes andliga kraft har brutits ned av alltför mycket reflekterande och iakttagande som nu symboliskt får utplånas för att ge kraften åter?

Vad som får björnhonan att gå till attack, information jag och gruppen får genom rollbyte med både fotograf och björnhona, är en historia om en förtvivlad björn som har en liten sjuk björnunge i sitt bo. Där finns också en björnmamma i boet som är maktlös inför björnungens

⁸ Tele innebär i den psykodramatiska begreppsbyggnaden den ömsesidiga inlevelse två personer i en relation kan upprätta till varandra i en specifik handling som innebär att relationen är hållbar och omdömet finns om vad som kan få äga rum utan att samspelet bryts. Jacob Levy Moreno, *Who shall survive?* 1953, Beacon, NY State, USA, s. 53.

sjukdom. Så småningom sysslar spelet kring huruvida björningen går att bota eller kommer att dö. Riita får välja medspelare som spelar björnmamma och björnunge från de andra deltagarna.

Regissörsrollen innebär att jag hela tiden styr och leder spelet. Jag kan ställa frågor direkt till huvudpersonen i alla roller hon spelar och bestämma fortsättningen av spelet utifrån den informationen. Ofta ber jag protagonisten, som huvudpersonen kallas (efter den antika grekiska teaterns begrepp om den som leder spelet), säga sina tankar och känslor direkt till den andre så att en kommunikation mellan de olika rollerna uppstår. Jag kan också dubblera, eller be någon annan att dubblera vad hon egentligen kanske kan tänkas vilja säga här.⁹ Rollbytet är essentiellt, vilket innebär att protagonisten själv får spela alla roller i dramat och tvingas se och spela situationen ur både antagonistens, den som en roll har en konflikt med, och andras perspektiv. Psykodramats läkande kraft är ofta att just förbjudna roller får spelas ut på en tillåtande scen. Metodiken är ofta att först spelas vad som uppfattas som ”verkligt”, så här gick det till i verkligheten, (det som har hänt) i en eller flera scener. I det surrealistiska psykodramat är dessa scener huvudpersonens fantiserade berättelse. Detta kan beskrivas som att kommunikationen är ”vad som verkligen sägs”. Därefter utvecklas kommunikationen i scenen till ”vad som inte sägs”, det finns bakom orden eller bakom en människas mask. VAD protagonisten tänker eller känner egentligen i en situation får nu uttryckas fritt. Slutligen har huvudpersonen rätt att få ”göra om situationen” till hur personen skulle vilja att det vore. Ett slags ABC som också kan ändras, men detta är grundkonceptet.

Jag ser att Riita är intensivt koncentrerad och berörd av spelet, men som regissör har jag ingen aning varför eller hur detta kan beröra hennes vanliga liv. I efterhand, som nu under skrivandets reflekterande process, kan jag ha en mängd tankar, men under regin är just tolkningen viktig att hålla borta. Det liknar den process en skapande konstnär har under det att ett verk växer fram och som innebär en respekt för fantasin, där tolkning och logik blir en bromskloss och hämmar min regi, där jag riskerar att hämma processen genom att vara för ifrågasättande i momentet. Under ett mättat ögonblick får Riita se de andra spela björnmamma och liten unge och iaktta förtvivlan och maktlöshet. Vanligtvis väljer jag att låta huvudpersonen spela rollerna som mammabjörn och björnunge hela tiden, men nu väljer jag

⁹ Dubbling innebär att en person eller en regissör försöker uttrycka i ord vad som inte sägs hos en huvudperson under spelets gång. Detta görs genom att stå bakom personen, lägga händerna på axlarna och högt säga dessa ord som om de är huvudpersonen. Som regel brukar regissören kontrollera om denna gissning kan stämma för huvudpersonen.

en slags playback-teater, där Riita även får iaktta hur medspelarna spelar upp scenen. Skälet är att jag vill ha henne mer i en reflekterande position, än att enbart vara involverad känslomässigt genom att spela rollerna själv. Jag anar hur spelet har utvecklats till att brännande hett handla om liv och död och vill ge ett visst skydd för min huvudperson att inte bli helt emotionellt uppslukad. Kanske för att jag anade att jag hade duktiga medspelare som förstått sina roller och kunde spela dessa på ett bra sätt? Det är ofta en kraftfull hjälp att ha tränade auxiliary egos eller hjälpjag som medspelarna kallas. Eller valde jag denna metodik för att jag själv som ledare inte ville ha ett för smärtsamt spel på en konferens? Jag vet inte svaret men bedömer att mitt val fungerade bra. Jag frågar henne om vad vi ska göra för att hjälpa björnfamiljen och hon föreslår att endast nåden¹⁰ kan göra något. En kvinna väljs till detta och Riita som visar hur rollen ska spelas sätter sig bakom björningen och håller beskyddande ut armarna. Hon säger att vi måste acceptera det som sker. Kvinnan som valts till nåden spelar detta och Riita iakttar fortfarande intensivt vad som sker. Jag uppfattar att inom henne brottas olika viljor om hon KAN förändra det till synes obönhörliga i björningens sjukdom, och är inte ens i fantasin beredd att säga att björningen kommer att bli frisk om hon inte ”tror” detta. Björningen spelas av en kvinna som ligger hopkurad på golvet. Deltagarna verkar gripna av spelet och temat sjukdom och död. Alla spelar sina roller med inlevelse. Plötsligt efter en längre tystnad är det som att Riita grips av ett beslut och hon säger nu beslutsamt till björningen och mamman att ”Du kommer att bli frisk”. En våg av lättnad går genom rummet och ”björnarna” svarar spontant i sina roller på denna bekräftelse med lättnad och glädje.¹¹ Jag själv känner också en lättnad och är nöjd med att jag stod ut med att avvakta och inte pressa fram ett gott slut.

Spelet avslutas utan att jag gör en koppling mellan Riitas egna tankar om hur spelet hänger samman med hennes liv och hur hon relaterar till björnen och den sjuka ungen. Vi kallar detta att göra en brygga, vilket innebär att huvudpersonen får föra en dialog med sin påhittade roll och sig själv. Skälet till att jag inte gör denna brygga är att försöken att omedelbart förstå hur ett påhittat spel har samband med verkligheten kan hindra effekten av spelet. Spelet får ha sin verkan utan att för tidigt behöva bli tolkat av förnuft och reflektion, vilket kan skapa outhärdliga känslor av skam. Ofta kommer detta i ett senare skede i form av en

¹⁰ Grace är det begrepp hon använder som jag tolkar som nåden i en religiös mening. Jag vet inte om Riita är religiös.

¹¹ Detta moment kallas katharsis vilket hos Moreno tolkas som att människan har frälst sig själv genom aktiv handling. Detta är en mer österländskt filosofisk syn på katharsis. Katharsis är en slags reningsprocess och innebär en lättnad. Denna katharsis är passiv och innebär att personen förlitar sig mer på en kraft utifrån, gud, som hjälp till en acceptans. Eva Røine, *Psykodrama-psykoterapi som experimentell teater*, Oslo, 1978, s. 84.

processanalys, när protagonisten hunnit smälta och själv börjat reflektera över vad spelet säger om henne själv. En annan orsak i detta exempel är att Riita skyddas i denna okända grupp att inte behöva lämna ut sig själv ännu mer. Spelet kan betraktas som en saga eller dröm. Tiden spelade även in då mina tre timmar började dra mot sitt slut.

Sharing

I sharingen, som är en viktig del av den gruppterapeutiska processen i psykodrama berättar den person som spelat nåden att hon har själv ett barn med handikapp och många gånger brottats med mening och förståelse för detta, men till slut funnit nåden som ett svar. Vidare berättar den kvinna, Vuokko, som spelat björningen, att när hon låg hopkurad på golvet minns att hon HADE träffat Riita många år tidigare, utan att hon tidigare har känt igen henne. Hon minns att Riita då var naturläkare, och att hon hade sökt upp henne med sitt eget lilla barn som då var sjuk. Riita hade lyckats hjälpa hennes barn. Detta hade hänt för c:a 15 år sedan. Vuokko är alldeles tagen av minnet. Riita ser förvånad ut och berättar att hon inte heller hade känt igen Vuokko. Andra deltagare, påtagligt berörda, delar med sig av erfarenheter kring barn som varit svårt sjuka. Någon talar om sin egen sjukdom. En deltagare beskriver maktlösheten hon känt i en nära anhörigs sjukdom. Sharingen är ofta oerhört betydelsefull för gruppen, då deltagarna inser att de inte är ensamma om djupt personliga erfarenheter av livet och lidandet. Vi kan känna igen oss i varandra, vilket lindrar ensamhet och ångest, när insikten om det gemensamma blir tydligt. Jag själv som ledare av gruppen har också möjlighet att dela med mig av mina erfarenheter, då metoden betonar det medmänskliga snarare än det professionella i betydelsen inte visa sin egen person. Självklart är det mitt omdöme som får styra vad som kan vara okey att säga om mig själv när jag är ledare, men ofta har det visat sig att då jag berättat om händelser som visat min sårbarhet och mina tillkortakommanden, så har detta ökat tilliten från mina gruppdeltagare gentemot mig.

Reflektion

Tyvärr hinner vi inte göra någon längre processanalys utan några frågor får ställas innan vi försenat bryter upp. Det är okey för mig eftersom denna analys ibland kan innebära ett tillrättaläggande i efterhand av en process, som jag just då varken kan förklara eller förstå i

alla fall inte fullt ut. Jag själv blev undrande hur spelet hade utvecklats. Jag funderade över om Vuokko på något underligt sätt hade förmedlat denna kunskap, att Riita KAN bota barn, vilket hade påverkat henne till att bestämma sig för detta slut i spelet, till huvudpersonen Riita. Vidare förundrades jag över sociometrin¹² som inneburit att Riita väljer en kvinna att spela björnunge, utan att ha en aning om att detta är en tidigare mamma till en babypatient. Märkligt var för mig, men något jag mött tidigare, var även hur kvinnan som själv hade ett handikappat barn blev vald i roll som nåden med denna erfarenhet som Riita inte visste om. Jag förstår dessa processer som att när den medvetna kontrollen över hur vi handlar minskar, upptäcker människan att vi vet mer än vi tror att vi vet. Flödet av känslor och kropparnas närvaro på scenen verkar underlätta att nya dimensioner av medvetenhet öppnas. Denna grupp var ett enskilt möte på en konferens med kollegor. Vanligtvis arbetar jag med psykodrama i grupper en längre tid. I utbildning till att bli psykodramaregissör krävs sex års studier med både egen självverksamhet av psykodrama samt teoretiska studier. I utbildningssammanhang där jag använder sociodrama, kan tidsinsatsen löpa från ett kortare tillfälle till flera dagar.

Vad är psykodrama?

Psykodrama är en teori, en metod och en filosofi. Metoden kan användas inom psykoterapi, pedagogik och teater. Psykodrama innebär att erfarenheter och konflikter utforskas inte enbart genom språket utan även i aktion. Aktionen innebär att dessa erfarenheter gestaltas i fantasins och lekens väsen, där olika roller och konflikter spelas upp på en scen under ledning av en psykodramaregissör. I spelet äger även ett rollbyte rum, där huvudpersonen eller protagonisten uppmuntras att leva sig in i vem ”den andre”(oftast en antagonist) i själva verket är i dramat. Regissören utvecklar under spelets gång olika scener som gestaltas främst utifrån protagonistens egna erfarenheter och ger plats för att nya kunskaper kan prövas om vad som är ”sanningen” bakom skeendet. Scenerna bygger på både denna ”verkliga” erfarenhet och vad som kanske inte uttrycktes verbalt när skeendet ägde rum, men som nu kan sägas högt, samt att nya roller och beteenden kan övas upp som skapar nya erfarenheter. Andra i gruppen kan också prova att språkligt uttrycka vad som kan tänkas ske hos

¹² Lära om hur vi väljer varandra i grupper. ”My first definition of sociometry was, in accordance with its Etymology, from the Latin and Greek, but the emphasis was laid not only on the second half of the term, i.e., on ’metrum,’ meaning measure, but also on the first half, i.e., on ”socius,” meaning companion.” Lära om hur vi mäter vänskap, kompanjoner, mellan människor. Jacob Levy Moreno, *Who shall survive*, Beacon, 1978, s. 51.

protagonisten under spelet genom att ”dubblera” vad huvudpersonen inte kan säga eller har förstått inom sig. Detta gör man genom att fysiskt ställa sig bakom den man dubblerar. En hel mängd andra tekniker finns som tränar deltagare och regissör att utveckla ny kunskap.

Upphovsmannen bakom psykodrama och sociodrama var en rumänsk, österrikisk psykiater och filosof vid namn Jacob Levy Moreno. Han levde 1889 – 1974 och emigrerade från Wien till USA vid mitten av 20-talet. Moreno var pionjär bakom gruppsykoterapi som uppstod under 1930-talet. Mest känd under sin levnadstid blev han för sin smågruppsforskning under 1950-talet där hans metoder sociometri och sociogram spreds till områden utanför psykiatrin. J.L. Moreno skapade sina teorier huvudsakligen i en existentiell filosofisk kontext, samtidigt som han verkade kliniskt som läkare och senare gruppterapeut redan från början av 1900-talet i Wien.

Skaparen av det surrealistiska psykodramat var en svensk man, Leif Dag Blomkvist, som även var min lärare i psykodrama. Han utvecklade arbetssättet i samarbete med oss studenter och kollegor under många år och tränade mig i metoden. Han intresserade sig även för att utveckla drömarbete på scenen. Drömmen och ett surrealistiskt psykodrama har ett flertal likheter. Det surrealistiska psykodramat hämtar sin inspiration till regin från bland annat den surrealistiska konsten samt surplusbegreppet inom psykodrama.¹³ Dess rötter är från den antika grekiska tragedin med sin betoning på, med Nietzsches ord, den dionysiska processen i samklang med apolloniska bilder som grund för en konstnärlig produktion, där människans lidande får en estetisk form som är läkande.

Surrealism

Surrealism är en internationell konstriktning vars ledare och teoretiker var poeten och läkaren André Breton. Rörelsen uppstod som en stark reaktion på de fälor och erfarenheter ledarna för surrealism hade mött under första världskriget. Breton som läkare på ett mentalsjukhus för psykiskt traumatiserade soldater.¹⁴ 1924 publicerade han det första surrealistiska manifestet. Den surrealistiska rörelsen betonar fantasins frihet, där drömmens och fantasins språk förenas. Den uppstår som en reaktion mot den ensidiga rationalismens destruktivitet. Breton förespråkade ”The dictation of thought, in the absence of all control by the reason, excluding

¹³ Den utvidgade verkligheten, ”mer- än- det – verkliga”. Se utförligare definition senare i uppsatsen på sidan 25.

¹⁴ René Passeron, *Surrealism*, Paris, 2001, s. 15.

any aesthetic or moral preoccupation.”¹⁵ Jag har också hämtat en definition skriven i Bretons första surrealistiska manifest

Psychic automatism in it's pure state, by which one proposes to express-be it verbally, by means of the written word, or in any other manner-the actual functioning of thought. Dictated by thought, in the absence of any control exercised by reason, exempt from any aesthetic or moral concern.¹⁶

Rörelsen kombinerade dadaismens¹⁷ användande av slumpen, men var även starkt influerad av Freuds psykoanalytiska teori med sin syn på det omedvetna. Detta intresse för Freud var främmande för dadaismen. Deras ledare Tzara hatade den freudianska skolan.¹⁸ Breton skriver i Det Andra Surrealistiska Manifestet “One must combine Freud and Marx in order to study the complex phenomenon of inspiration”¹⁹ Ett berömt citat av en annan av rörelsens inspiratörer, poeten Comte De Lautréamont ”Skönt är det oväntade mötet mellan en symaskin och ett paraply på ett operationsbord” kännetecknar rörelsen.²⁰ Konstvetare Jan Gunnar Sjölin framhåller betydelsen av den surrealistiska erfarenheten som väsentlig, och hur rörelsen inte kan fångas enbart i teoretisk analys utan att ge plats för upplevelsens kunskap. Genom Sjölin rubriker för att systematisera dessa erfarenheter vill jag förmedla ingredienser av denna upplevelse. Inom parentes skriver jag mitt förtydligande av hans rubriker. Han benämner *Upplevelsen av frånvaro*, där Väntan eller förväntan (vad är det som ska komma?), Främlingsförhållandet (detta är främmande!), Det aldrig sedda (det finns ett föremål som inte setts på detta sätt tidigare), Det okända (här finns ingen tidigare kunskap), Det absurda och det oordnade (detta strider mot tingens ordning som vi är vana vid), Störandet av sinnesfunktioner (logiken ska bortvillas), Obegriplighete(mening i sammanhang som annars uppfattas som betydelselöst), Frånvaro av direkt kommunikation (en överdriven tro på värdet av kommunikation) är delar av denna erfarenhet.²¹

¹⁵ Zerka T. Moreno Leif Dag Blomkvist & Thomas Rützel, *Psychodrama, surplus reality and the art of healing*, London, 2000, s. 3.

¹⁶ Passeron, s.44. (Övers. Ren psykisk automatism, med vars hjälp man söker i tal, skrift och på annat sätt återge tankens verkliga funktion. Det innebär tankens diktamen under frånvaron av all förnufts kontroll och alla estetiska och moraliska avsikter. (Övers. Från <http://www.tidningenkulturen.se/tk2/index.php/kategorier/98-konst/konst-essaer/1845-2010-06-25-11-49-42>)

¹⁷ Dadaismen var en avantgardistisk kulturell rörelse som uppstod under första världskriget i Zürich som en motreaktion mot krigets fasor. Den leddes av konstnärer och betonade det irrationella, nonsens och intuition. <http://en.wikipedia.org/wiki/Dada>.2012-05-22

¹⁸ Passeron, s. 26.

¹⁹ Ibid, s. 85.

²⁰ <http://sv.wikipedia.org/wiki/Surrealism> 2013-04-12

²¹ Jan Gunnar Sjölin, *Den surrealistiska erfarenheten*, Åhus, 1981, s. 8-9

Min reflektion är att dessa upplevelser hos mottagaren kan skapa viss oro och obehag, eftersom upplevelsen utmanar människan. Sjölin beskriver även hur *Upplevelsen av närvaro* kan delas in i Överraskningen (detta var inte väntat), Det nya (ny kunskap), De oförklarliga reaktionerna (en händelse av obetydlig vikt framkallar en större reaktion som är oväntad) och Skräckupplevelse (obehag och ångest ska inte undvikas).²² Surrealismen ärade mötet med det okända som en bas för att bli kreativ.

C'est dans la surprise crée par une nouvelle image ou par une nouvelle association d'images, qu'il faut voir le plus important élément du progrès des sciences physiques, puisque c'est l'étonnement qui excite la logique, toujours assez froide, et qui l'oblige à établir de nouvelles coordination. André Breton²³

Min reflektion är att den surrealistiska erfarenheten handlar om en förhöjd livsupplevelse, genom att det konventionella och triviala i livet utmanas genom denna konstform. Något som förstås kan förklara den enorma framgång surrealismen har fått. Samma förhöjda livsupplevelse kan jag känna igen från psykodramats och särskilt det surrealistiska psykodramats värld, där den symboliserande berättelsen tycks fånga de existentiella frågorna och skapa en medryckande berättelse gruppledammarna identifierar sig med.

Den dionysiska teatern

Ytterligare en inspiration till det surrealistiska psykodramat är den dionysiska teatern med sina rötter i det antika Grekland och den grekiska tragedin. Författaren och forskaren av den antika mytologin Marie Clahr Hallberg skriver hur Dionysos var den trettonde guden som inte tillhörde Olympens tolv gudomar. Dessa tolv gudomar speglar människans arketypiska²⁴ drag med både styrka och destruktivitet. Dionysos var snarare en symbol för själva livets gåtfullhet, för det i vår existens som inte låter sig inordnas i färdiga koncept eller kan begripas genom logiska analyser och rationellt tänkande. Dionysos var den gåtfulle kaos- och skaparguden vars tempel är teatern.²⁵ Det gåtfulla oförutsägbara livet som kan kasta oss in i

²² Ibid, s. 8-9.

²³ Det är överraskningen skapad av en ny bild eller nya associationer som är den viktigaste delen inom naturvetenskapens utveckling, därför att häpnaden stimulerar den kalla och icke- föreställande logiken och tvingar den att grunda nya koordinationer. (Min översättning)

Zerka T. Moreno Leif Dag Blomkvist & Thomas Rützel: *Psychodrama, surplus reality and the art of healing*, London, 2000, s. 12.

²⁴ Hos C.G. Jung typiska uppfattningsmönster för psykisk perception gemensamma för alla människor, Robert Hopcke, *Jungs psykologi, En resa genom C.G. Jungs samlade verk*, Stockholm, 1992, s. 21.

²⁵ Marie Clahr Hallberg, *Den gudomliga spegeln*, Lund, 1994, s. 148-161.

kaos, förtvivlan och få människan att söka sig till orgier och extas, ja alla situationer när vi inte längre har en kontroll över vad som ska hända.

Människan är både förnuftig, men även ”vild” i sin existens. Den ”vilda” delen av människan kan ses som respekt för känslans betydelse att föra oss rätt i livet, samt idag även den evolutionsbiologiska kunskapen om hur människans hjärna har utvecklats under åtminstone de 200 000 år den moderna homo sapiens har funnits.²⁶ Den mänskliga kärleken tycks vara unik för människan, liksom en biologisk egenhet i hjärnan som gör att vi inte tröttnas ut menar författaren Lasse Berg. Han fortsätter att skriva att idag kan vi säga var i hjärnan denna egenhet finns som skiljer oss från djuren och som ”har skapat den biokemiska och neurologiska grunden för vår otroliga fallenhet att uppleva kärlek och moral.”²⁷

Euripides, den mer psykologiskt orienterade av de stora författarna till de antika dramerna, visade hur en ensidig betoning av att bevara kontroll och ordning, ett högmod eller hybris i den antika tragedins filosofi, straffades i dramat *Backanterna*. Där spelades ett scenario upp med vansinne och galenskap som bröt ut. Dramats sentens kan sägas vara att om människan enbart strävar efter kontroll och förutsägbarhet i sitt liv genom sitt förnuft, när Dionysos förnekas, kommer människan att vara utlämnad när dionysiska krafter gör sig påminda, exempelvis genom sjukdom, död och separationer eller när människan söker sig till hänryckning och extas. Hon riskerar att bli vansinnig när smärtan drabbar henne. Dramat kan även sägas visa hur leda och tristess skapar en dragning till dessa krafter, vilket kan innebära galenskap, exempelvis genom berusning och kärlekstörst.²⁸ Logos hade inte ensamt värde i denna tid, utan även mytologin med människans behov av riter och extas uppmuntrades, inom de ramar samhället ställde upp.

Hybris, högmod, har beskrivits som att människan identifierar sig med gudarna. Hos Hallberg innebär snarare hybris en överdriven identifikation med en eller ett par av gudarna, ett perspektiv eller ensidigheten, något som antikens greker starkt skydde. Bristen eller underdriften för andra synsätt varnades genom otaliga exempel från den antika litteraturen. Detta leder till en slags besatthet där en mångsidig eller flexibel syn på situationen har

²⁶ Lasse Berg, *Gryning över Kalahari, Hur människan blev människa*, Stockholm, 2007, s. 28.

²⁷ Ibid, s. 202.

²⁸ Hallberg, s. 152-157.

försvunnit.²⁹ Istället hyllades besinning som guden Apollon representerade, där en balans mellan de olika perspektiven, de olika gudarna, eftersträvades. När människan saknade besinning ledde detta i myterna ofelbart till att människan tvingades inse sin maktlöshet genom gudarnas ingripanden till skeenden som man inte trots skulle kunna hända. Denna dionysiska, kaotiska, ”vildhetens” energi utmanar människan till att något nytt måste uppstå, en kreativ handling, vilket blir förutsättningen för den skapande processen.³⁰

Min tidigare lärare i psykodrama, Leif Dag Blomkvist, som starkt präglat mitt tänkande, skriver hur psykodramat kan beskrivas som en resa där

--the protagonist in a psychodrama is also going through a Dionysian journey. ---It's a lonely meeting with death. Death is here seen in the sense of 'life cannot go on like this'. The status quo is gone when Dionysus appears.³¹

Något nytt måste växa fram ur det som ödelagts/försvunnit i hur vi betraktade livet och oss själva. En viktig polaritet till detta kaotiska, extatiska och lidande som de dionysiska krafterna innebar var guden Apollon, som innebar att en form och ett bildskapande ges ur detta kaos. Teatern var ett konstnärligt sätt att skapa denna form för människans tragedi. I psykodramat är dessa former oftast olika roller. Rollen som en *kvinnasom är rädd för björnar* funderar jag om det är en form/bild av rädslan för naturens starka kraft och obändiga vrede. Rollen som *björnen* skapar en form för att inrama känslan av vrede och förtvivlan på en ”djurisk” nivå. Kanske en mer andlig kraft? Jag funderar om rollen som *fotograf* är en iakttagande och utnyttjande psykologisk funktion, som ger möjligheten att minnas, liksom ett foto. Bilderna fotografen skapar skulle kunna vara minnen. Kanske delar av den mer logiska och rationella delen inom huvudpersonen i dramat? Kraftfältet mellan dessa två konstnärliga krafter, den dionysiska och den appoloniska, bildar en helhet som frigör skapande och hjälper människan att hantera tragedin livet innebär. En möjlighet att hantera livstragedin genom känsla och reflektion i en skapande lek

Surplus reality

Den utvidgade verkligheten är ett filosofiskt grunddrag hos Moreno. Han kallade den också den poetiska verkligheten. Genom att avsiktligt inte skilja på vad som är fantasi, fiktion (som

²⁹ Ibid, s. 164.

³⁰ Ibid, s. 148.

³¹ Zerka Moreno & Leif Dag Blomkvist & Thomas Rützel, *Psychodrama, surplus reality and the art of healing*, London, 2000, s. 86.

- om) och verkligheten gav Moreno ett kraftfullt terapeutiskt redskap åt både gruppen och individen som deltar i ett psykodrama. Upplevelsen vidgades till en mystisk dimension. Surplus reality är att bjuda in en värld utan gränser, där människan har befriats från den verkliga världen.³² I spelet innebär detta att en person kan möta sin avlidne förälder, sina vanföreställningar om exempelvis ”förföljande personer” eller sin framtid, något som inte kan äga rum i verkligheten. Allt kan bli levande och en tavla på en vägg kan berätta familjetraditioner och hemligheter. Detta genom att protagonisten får spela tavlan som kan berätta vad som skett i rummet där tavlan hänger. I arbetet med psykotiska personer är detta särskilt värdefullt, eftersom deras hallucinatoriska värld inte ifrågasätts utan bekräftas i spelet. Här gäller det att vara mer varsam med balansen mellan det symboliserande arbetet och realiteten som i första hand är de verkliga relationerna mellan människor i gruppen, samt de ramar som psykodrama ställer upp. Moreno uppmuntrade att människan, genom att gestalta det okända och det farliga, ökade sin spontanitet. ”When spontaneity grows the self expands.”³³ Den här typen av spel bygger på protagonistens egna fantasier om hur denna ”verklighet” skulle se ut. Avsikten är att nå en skapande verklighet som äger rum här och nu i spelet, där fantasin får ett fritt spelrum utan någon begränsning utifrån att detta inte är ”sant”.³⁴ Genom att totalt acceptera protagonistens subjektiva värld bidrar psykodramaregissören till att personen åter kan träda ut i en mer objektiv realitet.³⁵

Moreno skiljer sig från surrealismen om vad avsikten med den förvrängda verkligheten ska leda till. Surrealisterna ville skaka om personerna ur sin vanliga verklighet och intresserade sig inte för någon läkande eller terapeutisk aspekt. Tvärtom kunde det förekomma att människor blev förvirrade och mådde sämre. De var inte heller särskilt intresserade av kommunikation och relationers betydelse. Däremot inkluderas alltid den andre i ett psykodrama, liksom den spontana handlingen innebär reflektion, medveten kontroll och moral liksom etiska överväganden. Moreno ifrågasatte Freud och surrealismens tänkande att det omedvetna och den hela psykologiska världen finns inuti kroppen. ”Vem säger att psyket är

32 Ibid, s. 2-3.

33 Jacob Levy Moreno, *The theatre of spontaneity*, Beacon, USA, 1973, s. 8.

34 Björn Rasmussen & Børge Kristoffersen, *Handling og forestilling- forestilling om handling, Jacob Levy Morenos teaterrepresentasjon og sociatri*, Trondheim, 2011, s. 83-85.

35 Moreno & Blomkvist & Rützel, s. 38.

innanför kroppen?”³⁶ I en artikel skriver Moreno att den biologiska bilden hos en individ placerar psyket inuti en kropp.

In the sociometric picture of the individual (person) the psyche appears as outside the body, the body is surrounded by the psyche and the psyche is surrounded by and interwoven into social and cultural atoms.³⁷

Detta innebär att åtskillnaden mellan medvetet och omedvetet är konstgjord på en psykodramascen eftersom surplus reality upplöser denna skillnad.³⁸ Ett svar även måhända på hur deltagarna i dramat ”Den farliga björnen” kunde relatera till varandras erfarenheter i valet av hjälpjag. Regin innebär att dramat avsiktligt använder symboler liksom i konsten, mytologin, sagorna och drömmarna, på ett irrationellt och icke-logiskt sätt. Deltagarna tränas i att möta de absurda och mystiska dimensionerna i ett drama utan att ha svaren eller tolkningarna. Det innebär att den medvetna kontrollen över vad som visas och utforskas är minskat. Något som både förskräcker och lockar, liksom i den surrealistiska erfarenheten. Genom detta öppnar regissören dörrarna till det omedvetna och en möjlighet till läkning. Dramat kan här i många avseenden likna en shamansk ritual eller en dröm som är helande. Dramat har ofta en fascination och ett djup inom sig som berör deltagarna starkt, men kan även upplevas skrämmande och ångestskapande om förståelse saknas av vad som pågår. Regissörens roll i det surrealistiska psykodramat är mer krävande än i det traditionella psykodramat där det medvetna/ verkliga kan ses som ett slags manus. Regin är därför mer utmanande att kunna hantera då regissörens behov av kontroll och logik utmanas. Regissören har här mer likhet med konstnären än psykologen. Ett spel kan även innebära att känslorna maximeras och stark sorg, vrede eller rädsla uppmuntras som ytterligare kan skapa förvirring.

Balans på en smal spång

Jag befinner mig som inbjuden lärare på ett medborgarinstitut³⁹ i en förort utanför Helsingfors. Jag ska under tre dagar leda en kurs i surrealistiskt psykodrama och har som min medarbetare min gode vän Pertti som är rektor för skolan. Rummet är stort med ett högt tak. Det har varit en frikyrkosal innan kommunen tog över lokalen. Gruppen är relativt liten, kanske sju deltagare. Det är första kvällen och vi sitter i en ring. Kursen är på svenska

³⁶ Ibid, s. 4.

³⁷ Ibid, s. 4. Moreno, J .L.(1943), Sociometry and cultural order, *Sociometry, A journal of interpersonal relations*, 3:3.

³⁸ Ibid, s .4.

³⁹ Ungefär som studieförbund, men drivs kommunalt för vuxenutbildning.

eftersom kommunen är tvåspråkig med både svenska och finska och nu inbjudit svenskspråkiga. Jag startar med att kort presentera temat med den dionysiska energin som en del i arbetssättet. Jag berättar att som uppvärmning kommer alla få en möjlighet att spela rollen som guden Dionysos och presentera vilken erfarenhet den som rollspelar Dionysos har av detta område. Jag berättar att senare under kursen kommer vi även att arbeta med surrealistiska bilder från konstnärer ur olika konstböcker, där verket gestaltas på en scen. Efter att jag och Pertti presenterar oss gör vi en runda, där var och en säger vad de har för förväntningar på kursen och något om sig själva. Gradvis allteftersom flera av deltagarna berättar känner jag en gryende oro. Jag gör bedömningen att flera av kursdeltagarna verkar sköra och förmodligen ha vårdats inom psykiatri. En man, Daniel, uppfattar jag har varit psykotisk. Jag förstår att jag snarare har en klientgrupp framför mig än vanliga kursdeltagare. Inom ett medborgarinstitut kan vem som helst söka en kurs och betala en mycket liten summa i kursavgift, vilket kan innebära just detta som inträffar ikväll. Jag blir rådvill eftersom jag vet att den dionysiska energin snarare löser upp gränser, vilket inte är lämpligt med psykosnära eller krisande deltagare som snarare har fullt upp av detta redan innan kursen! Snabbt rådslår jag inom mig hur jag kan ändra i min planering. Jag beslutar att behålla rollbytet med guden Dionysos, men även föra in ett rollbyte med guden Apollon som ju representerar besinning, måttfullhet, konst och vetenskap, där det formlösa ges former och gränser. Jag kan nu fundera över vad som motiverade mitt beslut. Varför behöll jag ens det mer riskabla att även bjuda in en kaotisk och gränsupplösande energi som guden Dionysos innebar? Kanske för att jag redan i min presentation av kursen och kurskvällen hade förannonserat detta? Men även att dessa ”klienter” hade kommit till en kurs som i kursprogrammet för skolan hade presenterats som surrealistisk, och flera av de som anmält sig förmodligen sökte ett svar egna psykiska problem som kanske inneburit att de sökt psykiatrisk hjälp. Jag ville visa att denna energi i sig inte är farlig, utan blir farlig om den inte ges en form som blir meningsfull och kommunikativ.

I ett rollbyte med ”gudomliga” roller brukar jag, istället för en balkong som den ursprungliga teatern Moreno konstruerade, istället använda mig av stolar som man får stå på som en ”gud”. Idag kan jag även använda mig av masker som den ursprungliga grekiska antika teatern använde sig av för att markera att rollen är något ”högre än mitt eget jag”. Masken/stolen kan även innebära arketypiska roller som är gemensamt för all mänsklighet. Exempel kan vara modern, fadern, barnet, döden, kärleken och en äldre. Alla deltagare väljer att presentera sig som Dionysos samt en erfarenhet av det kaotiska, extatiska i sina liv liksom att prova att säga

något som Apollon. En av deltagarna Liisa presenterar sig som Dionysos och säger ”Jag är livets oförklarlighet som gud och kan dyka upp när något oväntat och omtumlande äger rum i människors liv. Liisa mötte mig när hennes mamma dog. Då påverkade jag Liisa så att hon blev arg på nästan alla sina vänner och speciellt de manliga vänner som inte hade kommit till mammans begravning. Liisa tyckte inte att hon fått det stöd hon önskade av sina vänner. Hon höll på att bli ovän med nästan alla och var jättearg en lång tid.” I rollen som Apollon säger hon ” Jag är besinningens och måttfullhetens gud. Jag sa till Liisa att nu håller du på att blir för arg och får snart alla till dina ovänner. Besinna dig och hantera din ilska över din mammas död i andra sammanhang.”

Sista dagen väljer Daniel som jag uppfattar har varit psykotisk, att vilja göra ett psykodrama. Daniel oroar sig för hur han ska kunna hantera det möte han är på väg till med en vuxen son. Daniel behöver också gå tidigare från kursen, men vill hinna få hjälp med detta. Jag är medveten om att tiden egentligen är för kort och tvekar om han ska få en plats. Särskilt som jag inte kommer att få veta om han kan tappa sin balans, eftersom han skulle gå strax efteråt. Trots detta får han en plats då jag bedömer hans behov som angeläget, och eftersom Daniel inte vågat sig fram tidigare. Jag är medveten om vikten av att spelet inte får innebära att han blir mer kaotisk eller ”snurrig” som ofta effekten av ett psykodrama kan innebära en stund efteråt. Jag låter honom öva på sitt samtal med sonen och även få vara i sonens roll. Snart framkommer pappans ängslan och maktlöshet i samtalet, där jag frågar honom om det finns någonting som han uppfattar som en kraftinspiration i sitt liv? Det visar sig vara en gran! Daniel älskar skogen och är även utbildad biolog. När han spelar en gran känner jag hur han får makt och kraft i sin stämma, som talar till Daniel för att stärka honom inför mötet med sonen. Granen är tusentals år gammal och har sett det mesta i sitt liv utan att gå under. Framför mig ser jag Daniel växa och bli som en gran med rötter långt ner i myllan där inga stormar kan dra omkull trädet. Min tanke är att just en sådan energi kan hjälpa Daniel att bli mer ”jordad” i sin psykosnära värld, med en son som aktiverar hans sårbarhet. Strax efter en kort sharing ger sig Daniel av. Tyvärr vet jag förstås inte om det var rätt val att låta honom göra ett psykodrama, men min reflektion är att jag har gjort så gott jag har kunnat med en kort tid till mitt förfogande att stärka Daniel i att kunna hantera livet något bättre.

Vad tänker jag nu var det stärkande i den här övningen? Jo möjligheten att få uttrycka sig i relation till sin son samt att träna inlevelsen i hur sonen har det i sitt förhållande till Daniel.

Men när dialogen upphör eftersom Daniel blir maktlös, och sonen förmodligen fylld av obehag i att behöva möta en pappa som beter sig så pass depressivt, kan fantasin i att tänka sig något ”större” än mitt eget jag kanske vara en väg? Kanske det skulle kunna kallas en (surrealistisk) gudsbild, i detta fall med naturen i form av en gran. Förmågan att vi kan föreställa oss något utanför oss själv i livets förtvivlan och att få erfara att vi ändå tillhör världen/kosmos, kan minska en självupptagen maktlöshet.

Efter kursen diskuterar jag med Pertti om hur jag har upplevt mer än annars att kursen varit som att gå på en smal spång med risk för att kunna trilla av åt något håll, men att vi har lyckats hålla oss på spången! Han instämmer och tillägger att han har varit nervös, eftersom han, trots sin utbildning som psykodramaregissör, kommer från pedagogikens värld. Jag är tacksam för min erfarenhet från många års arbete inom psykiatrin att varken dramatisera en psykos eller underskatta den skörheten som en psykos kan innebära för en människa. Jag har under många år lett psykodramagrupper med patienter inom en psykiatrisk öppenvårdsmottagning och insett hur små myrsteg betyder oändligt mycket för dem, men även ställt mig kritisk till att det även förekom åsikter inom min arbetsplats att allt terapeutiskt arbete skulle vara för farligt för denna patientgrupp. Moreno utvecklade sina metoder under 30-talet och 40-talet innan psykofarmaka uppfunnits och vände sig då till patienter med psykosproblematik med goda resultat. Kanske var detta en hjälp för mig i att inte bli alltför ängslig? Jag kan tillägga att jag imponerats av berättelser från hur Moreno bemötte en man som i sin psykos ansåg sig vara Hitler (detta var under början av andra världskriget) och hur han var övertygad om att den verkliga Hitler var en bedragare. Moreno överraskades totalt av denna presentation, då mannen oväntat dök upp på hans mottagning, men arrangerade i all hast två anställda som på kontoret presenterades som Göring och Goebbels, vilket lugnade mannen. Under flera månader arbetade Moreno med mannen i psykodrama i en grupp. När han så småningom förbättrades, framkom det att mannen sedan många år hade en dröm om att vilja erövra världen och förstöra den. När Moreno undrade vad som hjälpt honom i terapin att släppa sin tvångsmässighet, svarade patienten att han förvånats över hur många i gruppen som kunde känna igen sig inombords i att vilja vara Hitler. Terapin hade lyckats bygga upp relationer till verkliga människor.⁴⁰

⁴⁰ Jacob Levy Moreno & Zerka Moreno, *Psychodrama second volume*, Beacon, USA, 1975, s. 191-200.

Livet och den skapande processen

Jag väljer att stanna upp vid den skapande processens betydelse i mina reflektioner kring vad som händer i dramer jag leder och hur jag kan förstå det läkande i ett surrealistiskt psykodrama. I mitt liv har jag ständigt brottats med att värna om allt som jag uppfattat levande och skapande. Jag började som barn att älska sagor och plöjde sagohyllan från A-Ö på skolbiblioteket för att senare dränka mig i alla skrivna berättelser. Teatern kom in i mitt liv med skolteater och som vuxen sökte jag mig till olika teatersammanhang. Inom mitt yrkesliv valde jag en konstpsykoterapeutisk teater, en naturlig följd av detta. För mig innebär den konstnärliga processen att jag värnar om livet självt, något som jag själv och andra som har deltagit i psykodramagrupper har upplevt som bästa medicinen mot depression, ångest och kraftlöshet. Psykodramats kombination av känsla och tanke, möjlighet att känslomässigt få dramatisera, maximera och gestalta de inre bilder som finns inom vårt psyke för andra där den dionysiska, kaotiska och skapande kraften tillåts bidra i hög grad till detta.

Krav har rests på att psykodrama ska visa vetenskapliga resultat på effektivitet snarare som metod än beroende på vilken regissör som leder spelet. Metoden ses allt mindre ses värdefull inom akademisk utbildning där jag även fått höra att den är alltför ”terapeutisk”. Terapeutisk i meningen, har jag tolkat, att personliga relationer mellan lärare och studenterna sinsemellan med självkänedom inom yrket som kunskapsmål, alltmer blir mindre värdefull, då den professionsstärkande utbildningen fått ge vika för teoretisk kunskap. I denna utveckling uppfattar jag att den skapande processen inte längre har samma värde i en alltmer logiskt rationellt influerad vård och akademi. Det ställs allt oftare krav från uppdragsgivare och som anställd att metoden, i arbetet med andra människor, rationellt och logiskt ska kunna förstås, samt bevisas och kunna upprepas i betydelsen A leder till B. Detta traditionella vetenskapliga synsätt, positivistisk empirisk vetenskap är utmärkande för kunskapsbildningen. Här är naturvetenskapens experimentella metod en modell för all forskning. Universella lagar i mellanmänniska beteenden slås fast och positivisterna lägger stort värde på resultat som går att generalisera till liknande situationer.⁴¹ Hos Aristoteles kallas detta episteme, en kunskap som inte kan vara på något annat sätt.⁴² Det som inte kan vägas eller mätas betraktas som mindre intressant och betecknas gärna i svepande ordalag som ”flum”. I vår kultur betonas sedan Platons dagar betydelsen av logik som svar på kunskapssökande. Människans har de senaste

⁴¹ Malcolm Payne, *Modern teoribildning i socialt arbete*, Stockholm, 2002, s. 56.

⁴² Aristoteles, *Den nikomachiska etiken*, 1988, Göteborg, s 161.

århundraden gett rationaliteten allt större betydelse som bas för kunskap och sanningsbegrepp. Kropp, känsla och irrationella processer har alltmer ansetts som störande för denna kunskapssyn och istället har strikta metoder utarbetats för att kunna nå en objektiv kunskap. Mythos och logos har alltmer polariserats och den subjektiva erfarenheten stör snarare kunskapsprocessen än bildar dess grund. I vetenskapens värld innebär kunskap alltmer att vi kan förutsäga och beräkna hur något kommer att bli. Intresset för att bedriva processinriktad forskning som inte ger bevisade resultat inom psykoterapi och socialt arbete har minskat. ”Man förutsätter gärna stillatigande att praktik är tillämpning av teori.”⁴³ Detta har även präglat hela utbildningsväsendet och inte minst universitet och högskola. Krav har rests på att kunskapen i mitt yrke ska vara evidensbaserad, det vill säga bevisade metoder för att en förändring kommer att äga rum, huvudsakligen genom kontrollerade randomiserade studier, där resultatet ska kunna upprepas oberoende av vem den professionelle är.

Psykoterapi som en del av hälso- och sjukvården, jämförs med målet för den evidensbaserade medicinen, vilket inneburit att den examinationsrätt legitimerade psykoterapeuter erhållit av högskolor och enskilda utbildningsinstitut allt oftare har dragits in.⁴⁴ Idag har inom mitt yrkesområde detta utvidgats till att man tror att psykoterapeutiska metoder kan utvärderas, med antagandet att det går att förutsäga vilken metod som är effektivast att använda. Människorna i metoden verkar helt ha försvunnit, utan nu heter det att det är metoden som botar. Självkänedom som ett redskap för att rätt kunna avgöra ett handlande, samt att rätt kunna läsa av sin omgivning verkar inte ha någon större plats inom yrkesutbildning eller bildning över huvud taget.

För att kunna utmana detta tankesystem för kunskap inom mänskliga processer, har jag valt att dels fundera över hur Moreno ser på den skapande processen och förändring, samt hur Nietzsches tankar är runt detta tema. Filosofen Friedrich Schillers från slutet av 1700-talet för fram tankar om området för lek eller spel, konstens område. Ifrån den psykoanalytiska praktiken betonas även överraskningens moment som avgörande för framgång.⁴⁵ ”På samma sätt som i all kreativ verksamhet måste psykoterapeuten kunna vara genuint personligt

⁴³ Gunnar Bergendal, *Ansvarig handling, Uppsatser om yrkeskunnande, vetenskap och bildning*, Stockholm, 2010, s. 81.

⁴⁴ Christian Nilsson, Om psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap, *Psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap*, red. Christian Nilsson, Huddinge, 2009, Södertörn Studies in Practical Knowledge 2, s. 8.

⁴⁵ Christian Nilsson, Att upptäcka den egna praktiken på nytt, *Psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap*, red. Christian Nilsson, Huddinge, 2009, Södertörn Studies in Practical Knowledge 2, s. 26.

närvarande, kunna fördjupa känslor och kunna vara delaktig i att skapa något nytt.”⁴⁶ För mig har den strikta vetenskapliga kunskapssynen en livsfientlig hållning. Förutsägbarhet och kreativitet kan jag bara inte få ihop vad gäller arbetet med människor. Däremot krävs självklart kreativitet för att kunna forska fram ny kunskap! I den kreativa processen utmanas gränserna för vad vi hittills vet och en ny kunskap uppstår. Riita visste förmodligen inte innan sitt drama att hon genom att fantisera fram en kvinna rädd för björnar skulle komma att utmana ett tanke-system inom henne som inte såg någon utväg att hjälpa ”den sjuka björningen”. Jonna Bornemark, som i sin avhandling utforskar gränserna för människans vetande genom överskridande, transcendent, erfarenheter kopplade till kroppen, religiösa upplevelser samt kärleken, skriver att ”erfarenheten går utöver kunskapen”. Hon tillägger ”Genom att namnge det som inte kan namnges skapas begrepp som är fyllda med makt då de har anspråk på att vara i samstämmighet med kunskapens osynliga grund.”⁴⁷ Orden och begreppen måste ständigt födas på nytt. I det surrealistiska psykodramat skapas nya namn på detta onämbara, exempelvis björn, gud, gran, Afrodite,⁴⁸ vilket ger kraft att kunna förändra den egna verkligheten. Dessa namn är dock alltid tillfälliga och syftar inte till att bestämma någon substans.

Moreno och kreativitet

Hos Moreno innebär leken och psykodramat en skapande process, där scener improviseras, roller utforskas och en möjlighet till förändring börjar ta vid. Dramat handlar inte om att lösa problem utan själva erfarenheten att kunna leka, hitta på nya roller och nya sätt att bete sig är det läkande, liksom acceptansen av vår livserfarenhet som grunden för kunskap. Moreno valde begreppet spontanitet som ett ord för att kunna vara fri i sina handlingar och ha en livskänsla. ”Spontaneity operates in the present, now and here; it propels the individual towards an adequate response to a new situation or a new response to an old situation.”⁴⁹

⁴⁶ Lotta Landerholm, Vad kännetecknar en tillräckligt bra terapeut? *Psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap*, red. Christian Nilsson, Huddinge, 2009, Södertörn Studies in Practical Knowledge 2, s. 54.

⁴⁷ Jonna Bornemark, *Kunskapens gräns, gränsens vetande, En fenomenologisk undersökning av transcendent och kroppslighet*, Södertörn Philosophical Studies, nr 6, Huddinge, 2009, s. 402.

⁴⁸ Den gudom som är kärlekens väsen. En av de tre gudar hos Hallmark som representerar ny kunskap genom kärleken, vilket är Bornemarks tema. Övriga gudar är Dionysos som jag skrivit om och som representerar ny kunskap genom extatiska upplevelser, lidande och kaos. Slutligen Apollon, guden som innebär ny kunskap genom studier, meditation och fokuserad tankeverksamhet kring avslöjandet av människans illusioner om sig själv och sina sinnen.

⁴⁹ Jacob Levy Moreno, *Who shall survive?* (1953), 1978, Beacon, NY, USA, s. 42.

Denna förmåga fungerar som en katalysator av en oändlig kreativitet i världen. Ångesten uppstår som ett resultat av att inte ha tillgång till spontaniteten.

Spontaneity functions only in the moment of its emergence just as, metaphorically speaking, light is turned on in a room, and all parts of it become distinct. When the light is turned off in a room, the basic structure remains the same, but a fundamental quality has disappeared.⁵⁰

Moreno valde att beskriva processen kring kreativitet och spontanitet med begreppet ”The Canon of Creativity”, lagbundenhet som styr kreativitet, där processen kring kreativitet och spontanitet beskrivs i fyra faser a) kreativitet, b) spontanitet, c) uppvärmningsprocessen samt 4) bevarandet. Spontaniteten måste väckas upp likt den sovande skönheten i sagan! Momentet av överraskning, som kan liknas vid att Dionysos uppenbarar sig, är grunden för spontanitet och kreativitet. Just ”ögonblickets psykologi” sysslar med hur kreativiteten kan uppstå, när inga varningar finns i förväg och händelsen inte kunde förutsägas.⁵¹ Just döden, sjukdom och separationer är ofta stora utmaningar att möta för människan.

I dramat behöver regissören vara den mest spontana av alla. Det innebär att regissören etablerar förutsättningarna genom att skapa tele, ömsesidig empati, mellan sig själv och huvudpersonen, så att denne känner sig förstådd. Regissören behöver även kunna göra detta med hela gruppen. Men det räcker inte. I spelet behöver kanske nya roller uppfinnas för att skapa ökad spontanitet. Med mina frågor till Riita kom hon på att skapa en ny roll hon kallade nåden. Hade hon varit stum hade jag behövt se vilken roll som skulle kunna behövas för att skapa mer spontanitet. Ofta är rädslan ett starkt hinder för att väcka spontanitet. I dramat behöver därför ofta rädslan mötas, genom att ”skåda fienden i vitögat.”

I ett spel regisserade jag Barbro som hade ett problem kring hur hon skulle kunna hantera sin nyanställda kollega Sofias behov av stöd och hjälp och samtidigt hinna med sitt eget jobb. Hennes dilemma var att hon bedömde att Sofia var nära bristningsgränsen för att klara av arbetet. Till att börja med fick hon i ett rollbyte med Sofia prova att sätta en tidsgräns för sitt stödande samtal med kollegan. Detta resulterade i att Barbro konstaterade att det nog var en lösning som skulle kunna fungera, då Sofia ansåg detta okey. Men sedan lät jag henne

⁵⁰ Ibid, s. 43.

⁵¹ Moreno & Blomkvist & Rützel, s. 86.

utforska sin rädsla för att Sofia nu bröt samman! Liksom att hon själv också fick göra detta, där bägge blev sjukskrivna. Spelet utvecklades nu till att i sur-plus-reality, få utforska vad som hände. Nu fick ledningen i fantasins värld, skamligt stå till svars i offentlighetens massmediala ljus för sin underlåtenhet att skapa en god arbetsmiljö. Den högsta ledningen fick ta chefen i örat och se till att han skärpte sig och genomdrev en förändring! Barbro fick berätta hur outhärdligt arbetet kommit att bli för sin chef, som nu genom att ha fått krypa till korset medgav att en ändring måste ske. Spelet förstås som att Barbro BÅDE utmanar sin rädsla och maktlöshet till auktoriteten på arbetet, men även utmanar sin eget inre sviktande ledarskap som inte förmått att ta ansvar för hur hon mår. Jag hade innan dramat även vetskap om att Barbro några månader tidigare hade fått akuta hjärtsmärter och tvingats åka ambulans till sjukhuset. För mig är detta en händelse att ta på största allvar. Har arbetsplatsen inneburit påfrestningar vilka resulterat i dessa hjärtsmärter? Barbro skulle i så fall inte förmått möta denna påfrestning spontant utan istället utvecklat kroppsliga symptom. Moreno beskriver även hur människans minst utvecklade funktion är just denna förmåga att kunna möta livet med något nytt därför att vi är rädda för det okända.

If there is a neurological localization of the spontaneity-creativity process it is the least developed function of man's nervous system. The difficulty is that one cannot store spontaneity, one either is spontaneous at a given moment or one is not. If spontaneity is such an important factor for man's world why is it so little developed? The answer is: man *fears* spontaneity, just like his ancestor in the jungle feared fire; he feared fire until he learned how to make it. Man will fear spontaneity until he will learn how to train it.⁵²

Hur påverkar det logiska tänkandet förmågan att vara spontan i ett drama? Genom mina frågor till Riita och Barbro om hur de tänker i de olika rollerna bekräftar och utmanar jag tankarna och känslorna som styr handlingen. Ett annat sätt att föra in reflektion är genom spegling, där en scen åter spelas upp och huvudpersonen kan betrakta det hela utan att vara med i spelet. Även åskådarna kan ingripa genom att dubblera och försöka formulera vad huvudpersonen kanske bär inom sig men inte uttalat högt. Här är det viktigt att regissören stämmer av med sin huvudperson om dessa ord blir rätt för honom eller henne. Känslorna utforskas genom att spelas, upplevas och förstärkas med gråt, raseri, skräck och glädje ibland i form av rollen som sin känsla. Kroppen uppmärksammas på ett flertal sätt i dessa olika

⁵² Moreno, *Who shall survive?* (1953), 1978, s. 47.

erfarenheter och roller. Hur den rör sig, vilka spänningar som finns och kanske som ett rollbyte med en mage? Barbro skulle kanske behövt möta sitt hjärta och höra vad hjärtat hade att säga? Allt leder till att väcka den slumrande spontanitet, mer kunskap uppstår och olika perspektiv visas på frågeställningen. Det unika med teatern är att det blir möjligt att förbinda känslor med tankar i ett tidsligt här-och-nu.

Tragedins betydelse

Det surrealistiska psykodramat innebär liksom den antika tragedin att det inte finns en rationell lösning på lidandet. Poängen med tragedin är att det inte gick ihop. Lidandet hos mina klienter och deras liv som spelats upp framför mina ögon under alla år bekräftar synen på tragedin som en ovillkorlig del av livet. Konsten med att leva är hur vi bäst kan möta detta lidande och ändå hylla livet. Friedrich Nietzsche menar att livet måste härska över vetandet och att även tänkandet uppstår ur livet, kroppen samt känslan.⁵³ Nietzsche ansåg att storheten med antikens Grekland hängde samman med den balans som det dionysiska och det apolliniska konstnärsskapandet innebar. Vad innebär då dessa begrepp?

Dionysisk energi är extas, gränsöverskridande, kaos, galenskap och hänryckning när ingen kontroll finns över jaget. Kanske kan detta beskrivas med att Dionysos är den transcendent erfarenheten? Processen är ofta önskad då ett lidande utbryter hos människan som befinner sig i detta kaos och upplever sig upplöst i sitt inre utan att kunna använda sin vilja. Thea Mania, det gudomliga vansinnet, har tagit över. Tillståndet kan uppstå av en katastrof som att oväntat förlora en anhörig, få ett sjukdomsbesked, bli uppsagd från ett arbete eller bli övergiven. Människor kan även sträva efter denna upplösning genom rus, sexuella och erotiska upplevelser, spel och exempelvis dans då erfarenheten är livsförhöjande. En apollinisk energi sägs vara klar, harmonisk, behärskad och där principen för att kunna skilja ut en form, något individuerande uppstår från något oformligt. Med denna nya form uppstår ny kunskap. Apollon är även drömmens klarsynthet och representerar självkänedom och måttfullhetens väsen. Båda gudarna älskades av antikens greker. Till Apollons tempel där oraklet i Delfin fanns vallfärdade man för att få hjälp. Till Dionysos tempel, den antika grekiska teatern, samlades grekerna i tusentals varje år under den vecka som de dionysiska festspelen ägde rum.⁵⁴

⁵³ Fredrika Spindler, *Nietzsche, kropp, konst, kunskap*, 2010, Göteborg, s. 15.

⁵⁴ Clahr - Hallberg, s. 150-151.

Nietzsche avskydde Sokrates som kom att bli den filosof han brottades med mest under sin livstid. Han menade att Sokrates hade perverterat hela den grekiska filosofin. Viktigare än att finna sanningen är sökandet, det vill säga processen i finna kunskap.

Bredvid denna unika insikt står nu en djupsinnig *vanföreställning*, som en ärlighetens, om inte övermodets, ytterlighet, synlig först i personen Sokrates, - denna orubbliga tro, att tänkandet, styrt av kausaliteten, kan nå tillvarons djupaste skrymslen, och att tänkandet inte bara är i stånd att nå kunskap om varat, utan rentav *korrigera* det.⁵⁵

Här beskriver Nietzsche en hybris jag själv har mött hos vissa vetenskapliga företrädare inom samhällsvetenskap och socialt arbete. Sokrates blir här ur bilden för den teoretiska optimismen, det moderna projektet, som avskyr tragiken och det oförklarliga. I följden av denna logiska hybris uppstår även en konstfientlighet, vilket är djupt förödande då konsten behövs som skydd och botemedel mot den tragiska kunskapen. Sokrates ansåg, enligt Nietzsche, att dåtidens berömda statsmän, diktare och konstnärer inte hade någon riktig och säker kunskap om sina yrken utan enbart utövade sitt yrke med hjälp av instinkt. Vidare att Sokrates överallt såg en bristande insikt samt hur fördomar fick härska. Nietzsche vände sig starkt emot detta synsätt och menade att det är just instinkten hos alla produktiva människor som är skapande och positiv och det är medvetandet som blir kritiskt och avrådande.⁵⁶ Nietzsche spårar in på att viljan till makt och kontroll över tillvaron genom logikens språk är bedrägligt. ”Emellertid rusar vetenskapen, sporrad av sin starka illusion, oupphörligt mot sina gränser där dess optimism, förborgad i logikens väsen, havererar.”⁵⁷ Botemedlet mot detta haveri är den tragiska kunskapen.

Mytologin under den antika tragedins tid hjälpte grekerna att möta sitt lidande genom att gudarna blev en spegel för människans olika personligheter och arketypiska drag i både god och destruktiv mening. Alla gudarna var ”mänskliga” i sina drag av exempelvis ledarskapet (Zeus) med risk för maktfullkomlighet, kärleken (Afrodite) med risk för ytlighet samt promiskuitet och modersomsorgen (Demeter) med risk för överbeskyddandet.⁵⁸ ”På så sätt rättfärdigade gudarna människornas liv genom att själva leva det - den enda tillfredsställande teodicén⁵⁹”⁶⁰ Hos den antika tragedin fanns förutom skådespelets olika roller där människor

⁵⁵ Friedrich Nietzsche, *Tragedins födelse. Filosofin under grekernas tragiska tidsålder, (1872/1886)*, Stockholm, 2000, s. 77.

⁵⁶ Ibid, s. 71.

⁵⁷ Ibid, s. 79.

⁵⁸ Clahr – Hallberg, s. 21.

⁵⁹ Innebär frågeställningar kring ondskan och hur den förstås om det finns en god allsmäktig Gud.

kunde spegla sig och känna igen sin avund, hämndlystnad, sorg och kärlekslängtan, en kör som spelade en väsentlig roll som reflektion över den fortskridande handlingen. Kören stod på både protagonistens (huvudpersonens) och antagonistens sida och bidrog till insikten om hur en konflikt fördjupas och slutar i tragedin. I tragedin Antigone där konflikten utspelas mellan Antigone och hennes morbror kungen Kreon säger kören ”Flickan är lika halsstarrig som Oidipus, sin far, och ger sig inte för motgångar.”⁶¹ Senare i dramat säger kören om Kreon ”... han själv och ingen annan bär skulden till sitt fall.”⁶²

Nietzsche är djupt kritisk till hur logik och rationalitet hos Platon och Sokrates förgrep sig på det omedvetna även inom konsten som då skapade något orätt. Platons estetiska princip skulle kunna beskrivas som att ”allt måste vara medvetet för att vara vackert”, liksom Sokrates ansåg att ”allt måste vara medvetet för att vara gott.”⁶³ ”... hos Sokrates blir instinkten till kritiker och medvetandet skapare- en sann monstrositet *per defectum*.”⁶⁴ Hur Nietzsche ser medvetandet som skapande framstår något oklart. Min tanke är att Sokrates så ensidigt, hos Nietzsche, framhåller logiken och förnuftet som botemedel för människans tillvaro måste den även innehålla skapande. Kanske av de teknologiska uppfinningarna och naturvetenskapens framgång? Detta trots att varje vetenskapligt framsteg kräver förmågan att föreställa sig något nytt eller genom att råka snubbla över en ny kunskap ha förmågan att föreställa sig vad detta kan innebära. Nietzsche tillägger att Sokrates blir en övergödd logisk natur och en icke-mystiker.

Hur menar Nietzsche att just den dionysiska kraften i berättelsen har betydelse? Jag anar att Nietzsche ser den dionysiska kraften just som livet själv i sin kraft. Moralen, hur vi ska handla, har blivit livsfientlig med sitt fördömande av passioner och rädsla för det okontrollerbara och kaotiska. Försöker människan enbart att tygla känslor, begär och extatiska upplevelser blir vi livlösa eller med dagens begrepp deprimerade och tomma. Nietzsche utvecklar tanken att när den kaotiska livskraften, Dionysos jagas bort från samhället och inom våra personligheter dödar vi livet själv och vår skaparkraft. I Nietzsches skrifter hittar jag en oförsonlig kamp med sokratisk logik.

60 Nietzsche, s. 30.

61 Sofokles, *Antigone*, 2003, Lund, s. 37.

62 Ibid, s. 66.

63 Nietzsche, s. 68.

64 Ibid, s. 71.

Mytologins läkande kraft

Vad är det som läker i en berättelse som skapas i ett surrealistiskt psykodrama? Eller om jag utvidgar frågan till berättelser, sagor och mytologi över huvud taget? Religionshistorikern Karen Armstrong skriver att i en förmodern värld kompletterar förnuftet och myten varandra, där människan visade behov av båda synsätten för att klara av livet. Människan använde sitt förnuft i att kunna räkna ut hur de skulle kunna jaga på bästa sätt genom att exempelvis utveckla bättre vapen, men när det gällde att hantera den ångest som dödandet av djuret innebar hjälpte inte detta, utan istället utvecklade man ”– ritualer till att försona sig med de tragiska aspekterna av det liv som hotade att knäcka henne så hon inte kunde handla effektivt.”⁶⁵ ”Logos är något helt annat än det mytiska tänkandet. I motsats till myten måste logos exakt stämma överens med objektiva fakta.”⁶⁶ Myten är fantasi med avsikten att kunna hantera det främmande, det okända som vi inte har ord för och som hjälper oss i hur vi ska hantera den ångestskapande kaotiska delen av livet, där inga förnuftiga svar finns på livets gåta. I myterna möter vi en tidig form av psykologi, där historier om hur gudar och hjältar stiger ned i underjorden, möter monster och utmaningar och visade människan en väg att hantera psykets outgrundlighet. Hon påpekar också att myterna handlade om människors erfarenheter, där ”gudarna” inte var övernaturliga utan oupplösligt hörde samman med människorna och naturen.⁶⁷

Vi behöver myter som hjälper oss att identifiera oss med alla våra medvarelser[---]Vi behöver myter som hjälper oss att inse vikten av medlidandet[---]. Vi behöver myter som hjälper oss att skapa en andlig hållning så att vi kan se bortom våra omedelbara behov och uppleva ett transcendent värde som utmanar vår omvärldsförnekande själviskhet. Vi behöver myter som hjälper oss att vörda jorden som helig igen[---]⁶⁸

Myterna är intimt sammankopplade med ritualen, det vill säga att den kräver handling, vilket innebär att den erfars! Utan ett ”[---]känslomässigt engagemang och upplevelse av myten, eller någon slags rituell mimesis eller efterhärming[---]”,⁶⁹ förlorar den sin förståelse och därmed sin kraft och blir tandlös. Den religiösa mystiken är en väg till denna erfarenhet, där koncentrations- och meditationsövningar innebär en resa till psykets djupare skikt. Mystikern

65 Karen Armstrong, *Myternas historia*, Stockholm, 2006, s. 33.

66 Ibid, s. 32.

67 Ibid, s. 11.

68 Ibid, s. 122-123.

69 Ibid, s. 88.

beskriver ofta dessa upplevelser i myter.⁷⁰ Karen Armstrong beskriver den historiska utveckling som inneburit att logos och mythos alltmer blivit helt oförenliga. Den kunskap som inte kunde bevisas genom fakta existerade inte längre. Sanningen har kommit att bli ett begrepp enbart för logikens väsen. Den existentiella psykoterapeuten Rollo May talar om hur nutiden fallit offer för påståendet att "ju mer rationella våra påståenden är ju mer sanna är de."⁷¹ Han nämner även hur behovet av myter i vår tid är oerhört starkt, samt hur människors sökande efter myter utan att kunna få detta tillfredsställt, hänger samman med de problem nutidsmänniskan visar idag.⁷² May påpekar även "Till att börja med erkänner Freud klart och tydligt sina psykoanalytiska teoriers mytiska grundval."⁷³ C.G. Jung, psykoanalytiker och läkare, är annars den som mest förknippas med intresset för mytologin i psykoterapi. Moreno var en beundrare av Sokrates liksom Jesus. "I had two teachers, Jesus and Socrates. Jesus, the improvising saint, and Socrates, in a curious sort of way the closest to being a pioneer of the psychodramatic format." Men han hamnade liksom Nietzsche i ett gräl med Sokrates. "So far so good, but here is where my quarrel with Socrates began; the frame of reference of his dialogues was limited to the dialectic-logical; he did not, like Jesus, enter into the totality and essence of the situation itself." Moreno beskriver Jesus som helare och Sokrates som lärare, men att syntesen mellan mytologin och logiken först i vår tid genom psykodrama kunde förenas i en syntes"--- the two arts, the Socratic and the Aeschylarian-dramatic were brought to a synthesis.⁷⁴

I myten och den symboliserande berättelsen får människan en möjlighet att uppleva människans existens och livets utmaningar i en form som inte går att kommunicera om på ett logiskt rationellt sätt, då inga självklara svar finns. Ofta finns inte ens ord om dessa kunskaper som enbart kan uttryckas i konstens form. Myten kan i det surrealistiska psykodramat även ge en möjlighet att reflektera över sig själv och sitt eget beteende. När berättelsen dramatiseras och deltagarna blir aktiva som huvudroller, medspelare och kör (åskådarna) i ett psykodrama, och berättelsen samtidigt skapas i nuet, sysslar gruppen med teman som är angelägna att försöka kunna hantera och bemöta. Rollen av det förbjudna, i mitt exempel en björn som har ett skadande raseri, bidrar till att en kreativitet kan få börja spira hos både huvudperson och

70 Ibid, s. 96-99.

71 Rollo May, *Ropet efter myten*, Stockholm, 1994, s. 29.

72 Ibid, s. 13.

73 Ibid, s. 74.

74 Moreno, *Who shall survive?*, s. xxii.

gruppdeltagare ur vad som verkar vara en handlingsförklaring. Mytologin och symbolernas språk som kännetecknar det surrealistiska psykodramat är ett stöd för att kunna hantera svårigheter av skam och kontroll. En självreflektion behöver så småningom också få ta plats med ökad självkänedom som mål. Jag är övertygad om att Riita som tränad psykodramatiker och naturläkare valde att i efterhand fundera över vad hon hade framställt efter dramat ”Den farliga björnen.”⁷⁵

Om symboler

I mytens, sagans, drömmens och i det surrealistiska psykodramats berättelser finns verkligheten beskriven genom symboler. Vad är då en symbol? Ordet härstammar från två ordstammar i grekiskan och innebär att kasta samman. Vi kan jämföra med ordet diabolisk som syftar till något djävulskt. Dia syftar till två och kan ses som att något går itu. Helheten har gått förlorad. Ofta förknippas symbol med ett tecken för något, såsom \$-tecknet associeras med pengar, makt och USA. Psykiatern C.G. Jung önskade skilja mellan tecken och symbol, där arketyperna kan ses som en psykisk gjutform för erfarenheten och symbolen är dess speciella uttryck. ”Symbolerna är i själva verket det som gör oss mänskliga och utgör vår förmåga att föreställa oss det som ligger bortom vår förståelse---”⁷⁶ En symbol kan vara levande eller ha tappat sitt djupare budskap och ha dött bort från mänsklig kunskap. För mig innebär symbolernas språk att kommunikation är möjlig och meningsfull, trots sin obegripliga form i en logisk kontext. Människan skapar varje natt symboler genom sina drömmar som har betydelse för oss.

Jag har i psykodrama regisserat många drömmar som öppnar för denna oftast absurda och obegripliga värld, men där protagonisten fascinerar av och anar ett djup och en mening. I ett drama jag ledde i Tyskland spelade vi upp en manlig deltagares, Karls dröm. Han flyger över ett landskap där han ser en sjö. När han landar blir han uppmärksam på att människor är upptagna med att döda svanar som finns samlade runt sjön. Svanarna dödas genom att stoppas i vita påsar som kväver dem. Karl iakttar passivt detta dödande och förfäras utan att gripa in. Vatten och svanar framträder som symboler. Vattnets element förknippas ofta med känslor, vilket skulle kunna vara ett budskap till Karl om att drömmen sysslar med hans känslor? Vad kan en svan betyda? Ingen förutom Karl själv kan ge ett säkert svar. Svanen kan förknippas

⁷⁵ Jag har försökt nå ”Riita” under våren då uppsatsen skrivs, men tyvärr inte fått något svar, på den adress jag kunde finna.

⁷⁶ Hopcke, s. 37-38.

med något kvinnligt. I exemplet Svansjön kan vi se svanarna som djupt kvinnliga egenskaper. Även bilder av kärlek och trohet eftersom svanar är monogama och lever med sin partner hela livet. Svanen är vacker och representerar därmed skönhet och så vidare. I spelet är detta inte betydelsefullt, utan Karl får istället spela en svan och uppleva hur det är att bli dödad. Han reagerar till att börja med som att detta är ofrånkomligt, vilket skulle kunna förstås som att hans kvinnliga egenskaper och kärleken till en partner inte har rätt att få leva inom honom. Men återigen genom frågor och funderingar samt den smärta det ger honom att ”bli dödad” (då han gråter), börjar han långsamt att ingripa och stoppa dödandet i spelet.

Slutdiskussion

Jag närmar mig nu slutet av detta arbete. Majkvällen lyser trots den sena timmen utanför verandafönstren, där jag befinner mig på mitt lilla torp i skärgården, och naturens prakt har under några dagar fullkomligt exploderat. Skrivandet har hittills varit en oväntat både kreativ och angenäm process för mig, som hela mitt yrkesliv sökt spänningens och känslans fält. Vad är det jag har närmat mig i denna essä? Och har jag lyckats uppnå mina intentioner? I mitt skrivande försöker jag fånga en gränsöverskridande kunskap - om människan bortom det strikt rationella som inkluderar lidandet som en del i existensen. Mitt arbete innebär att genom teaterns form gestalta en berättelse i bilder och symboler, där avsikten är att åstadkomma en förändring av huvudpersonens möjlighet att hantera sin verklighet. Min klokhet, *fronesis* enligt Aristoteles,⁷⁷ i utövandet av denna dramaform visar sig i förmågan att kunna hantera en oförutsägbart process i en grupp, förmågan att kunna skapa tele (ömsesidig empati), förståelse för huvudpersonens dilemma samt förmåga att kunna hantera både egna och andras känslor. Inte minst viktigt är även förmågan att kunna reflektera vad som händer i gruppen. Mitt behov av kontroll och förutsägbarhet i regin av dramat utmanas, där istället en acceptans behövs av hur kaos, extas och lidande, dionysiska krafter i människan, bildar underlag för en förändring. Möjligheten att kunna skapa nya former, den appoloniska kraften, för huvudpersonens konflikter, utmanar min förmåga att vara spontan och kreativ.

I min regi menar jag att jag har en spontanitet i mitt arbete som regissör. Spelet ”Den farliga björnen” visar hur jag lyckas bygga tillit och nyfikenhet i en ny grupp för att våga utforska

⁷⁷ Klokheten: “[...]den är en disposition att handla i förening med en riktig tanke om vad som är gott och ont för människan.” Aristoteles, s. 164.

och spela dramat. Dess innehåll och upplösning visar också hur jag förmått skapa nya former för de konflikter huvudpersonen visar, den apolloniska energin, i form av en exempelvis en sjuk björnunge, där min kreativitet bidrar till att den sjuka björningen får tillfriskna. Jag menar läkning äger rum genom att huvudpersonens vanmakt och försök att passivt acceptera "sjukdomen" byts till tillit och en aktivitet att kunna föreställa sig ett tillfrisknande. I min undran hur detta går till finns inget entydigt svar. Tidigare erfarenhet jag har är att en grupps engagemang och intresse för huvudpersonens dilemma har en framträdande roll. Ytterligare faktorer menar jag är rollbytet och utforskandet av alla aspekter med känsla, reflektion och visualisering av olika perspektiv som frigör och renar den fastlåsta positionen. Detta bjuder in till kreativitet. Jag har visat att jag förmått hantera mitt behov av kontroll och förutsägbarhet, exempelvis då jag inte ingrep utan avvaktade huvudpersonens kamp för att björningen kunde bli frisk tills hon själv gav svaret. Jag hanterar den dionysiska energin då jag låter Riita möta sin rädsla, raseri, sorg och smärta i ovisshet och "sjukdom". Svårigheten med att kunna bedöma om metoden kan skada, särskilt med mer psykosnära deltagare har diskuterats, där jag menar att min erfarenhet av arbete med människor med psykisk sjukdom samt att jag är modig har betydelse. Mitt mod har stärkts av att ha förebilder inom yrket. Jag har för mig själv och läsaren kunna visa hur en symbolisk gestaltande metod kan hantera och bearbeta konflikter av maktlöshet och förlamning inför sjukdom och död. Detta genom att minimera integritetskränkande processer, skam samt kontroll över processen vilket försvårar inläring.

Den magiska dimensionen i det surrealistiska psykodramat har sysselsatt mina tankar under uppsatsens gång. Jag inser att metoden inbjuder till en dimension jag eller andra varken kan förstå eller förklara. Jag har låtit berättelsen tala för sig själv och inte i någon större utsträckning försökt att på ett mer rationellt sätt förklara vissa skeenden i dramat "Den farliga björnen". En viss likhet ser jag här med den surrealistiska rörelsen som varnade för förnuftets försök att kontrollera tanken. Här finns säkerligen mer att utforska framöver.

Essän ger vissa broar mellan den morenianska teorin/filosofin och annan filosofisk kunskap, främst den antika tragedins mytologiska filosofi och Nietzsches tankegångar. Jag har insett hur kunskapen kan knytas till tankar från antikens filosofiska mytologi och i mer modern tid den existentiella filosofiska sfären, främst genom Nietzsches kraftfulla rop för en mer dionysisk värld. Detta har vidgat min förståelse hur mitt tänkande hänger samman med framför allt en existentiell filosofi, utanför min hittills mer välkända psykodramatiska

yrkesvärld. Jag inser att stora kunskapsfält finns att utforska här, där jag hittills snarare mest snuddat vid området. Surrealismens filosofi har likheter med tänkandet bakom det surrealistiska psykodramats regi, men som regissör eftersträvar jag mer av ramar och viss reflektion.

Vad jag under längre tid smärtsamt erfarit genom att arbetslivet allt mindre värdesatt mina kunskaper tycker jag mig ha fått en större förståelse för och kunnat sätta ord på. Detta genom det svenska vårdsamhällets ökade intresse för förutsägbara metoder med ”bevisad” evidens för sin effektivitet, snarare än intresse för processens och den egna personens förmåga att på ett etiskt, omdömesgillt och kreativt sätt kunna möta sina klienter.

Utmaningen för mig har även varit att slutföra denna uppsats, där jag idag konstaterar att min spontanitet särskilt efter kursens slut har varit vacklande och tidvis lyst helt med sin frånvaro. Till viss del har svårigheten att skriva varit något jag förväntat mig, då jag både sysslar med ett kunskapsområde få har skrivit något om samt då jag är ovan att skriva med krav på en vetenskaplig kontext. Skrivarbetet har skapat en starkare brygga mellan min kreativa skapande del och min reflekterande logik. Mitt behov att visa hur en kreativ process inom ett relativt okänt område bidrar till läkning, samtidigt som jag uppfattat att mina lärare och kurskamrater kanske önskat att se mina dilemman i ett för dem mer igenkännbart arbetssätt har inte varit helt enkel att förena. För mig är inte arbetssättet dilemmat idag utan att bli mer erkänd samt att mer verbalt och skriftligt kunna kommunicera kunskapen.

Hur har jag då lyckats med att i skrift kunna visa kunskap om det surrealistiska psykodramat och vilken betydelse just min regi har? Till viss del är det upp till läsaren att ge svar på. När jag nu slutligen lägger handen vid det sista av uppsatsen går mina tankar även till att jag har tvivlat på om jag skulle förmå att avsluta arbetet. Vad som hindrat min spontanitet som skribent i slutarbetet faller utanför uppsatsens ram, men kort kan sägas att faktorer som även påverkat mig har varit skam och sammanhang i utbildningen där jag inte sett mig förstådd eller bekräftad. Erfarenheter som jag bedömer hänger samman med det svåra och sårbara i att reflektera och utforska sin egen persons betydelse inom den praktiska kunskapens teori.

Käll- och litteraturförteckning

Litteratur

- Aristoteles, *Den nikomachiska etiken*, bok VI, Göteborg, 1993.
- Armstrong Karen, *Myternas historia*, Stockholm, 2006.
- Berg Lasse, *Gryning över Kalahari, Hur människan blev människa*, Stockholm, 2007.
- Bergendal Gunnar, *Ansvarig handling. Uppsatser om yrkeskunnande, vetenskap och bildning* Stockholm, 2010.
- Bornemark Jonna, *Kunskapens gräns, gränsens vetande. En fenomenologisk undersökning av transcendens och kroppslighet*, Södertörn Philosophical Studies, nr 6. Huddinge, 2009.
- Campbell Joseph, *The way of the animal powers*, London, New York, 1983.
- Hallberg Marie Clahr, *Den gudomliga spegeln, Om skapande kaos och mänsklig förvandling*. Malmö, 1994.
- Hopcke Robert, *Jungs psykologi, En resa genom C.G. Jungs samlade verk*, Stockholm, 1992.
- Landerholm Lotta, "Vad kännetecknar en tillräckligt bra terapeut?" *Psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap*, Red. Christian Nilsson, Södertörn Studies in Practical Knowledge 2, Huddinge, 2009.
- May Rollo, *Ropet efter myten*, Stockholm, 1994.
- Moreno Jacob Levy & Moreno Zerka, *Psychodrama second volume*, Beacon, USA, 1975.
- Moreno Jacob Levy, *Theatre of spontaneity*, Beacon, USA, 1983.
- Moreno Jacob Levy, *Who shall survive?* (1953), Beacon, NY State, USA, 1978.
- Moreno Zerka T, Blomkvist Leif Dag, & Rützel Thomas, *Psychodrama, surplus reality and the art of healing*, London, 2000.
- Nietzsche Friedrich, *Tragedins födelse, Filosofin under grekernas tragiska livsålder*, (1872,1886), Stockholm, 2000.
- Nilsson Christian, "Att upptäcka den egna praktiken på nytt," *Psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap*, red. Christian Nilsson, Södertörn Studies in Practical Knowledge 2, Huddinge, 2009.
- Nilsson Christian, "Om psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap", *Psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap*, red. Christian Nilsson, Södertörn Studies in Practical Knowledge 2, Huddinge, 2009.
- Payne Malcolm, *Modern teoribildning i socialt arbete*, Stockholm, 2002.
- Passeron René, *Surrealism*, Paris, 2001.

Røine Eva, *Psykodrama-Terapi gjennom eksperimentelt teater*, Oslo, 1978.

Spindler Fredrika, *Nietzsche, kropp, kunst, kunskap*, Göteborg, 2010.

Rasmussen Björn och Kristoffersen Børge, *Handling og forestilling - forestilling om handling, Jacob Levy Morenos teatereksepresjonisme og sociatr*, Trondheim, 2011.

Sjölin Jan Gunnar, *Den surrealistiska erfarenheten, Upplevelsen, En tolkning av surrealismens åskådning*, Åhus, 1981.

Sofokles, *Antigone*, Lund, 2003.

Schiller Friedrich, *Schillers estetiska brev*, (1795), Järna, 2010.

Källor

<http://sv.wikipedia.org/wiki/Surrealism>. 2012-05-20

<http://en.wikipedia.org/wiki/Dada>.2012-05-22

<http://www.tidningenkulturen.se/tk2/index.php/kategorier/98-kunst/konst-essaer/1845-2010-06-25-11-49-42>. 2014-04-03