

SURPLUS REALITY

ΜΙΑ ΑΛΛΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ



Μαρία Κρεμμύδα

Εκπαιδύτρια : Σοφία Συμεωνίδου

Surplus Reality

ΜΙΑ ΑΛΛΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Το ψυχόγραμμα είναι ένας τρόπος να αλλάξεις τον κόσμο στο ΕΔΩ ΚΑΙ ΤΩΡΑ χρησιμοποιώντας τους βασικούς κανόνες της φαντασίας χωρίς να βουτάς μέσα στην άβυσσο της ψευδαισθήσης, της παραίσθησης ή της αυταπάτης» (J.L. Moreno, Magic Chapter of Psychodrama, 1969/1972)¹

Η Surplus Reality, Πλεονάζουσα πραγματικότητα ή Αφθονία Πραγματικότητας ή Υπεραξία Πραγματικότητας ψυχοδραματικός όρος που αποτελεί το αντικείμενο της παρούσης εργασίας, είναι ένα από τα δυνατότερα εργαλεία της ψυχοθεραπευτικής μεθόδου του Μορένο.

Υπηρετεί δύο βασικές αρχές του ψυχοδράματος, τον Αυθορητισμό και τη Δημιουργικότητα, κινητοποιώντας το άτομο να διευρύνει την καθημερινότητά του, να ικανοποιεί τις ανάγκες και τις επιθυμίες του και να υλοποιεί τα όνειρά του. Έτσι ενδυναμώνεται μέσα του η πίστη ότι μπορεί ο ίδιος να είναι ο Δημιουργός της Ζωής του. Αυτό πραγματώνεται μέσω της ψυχοδραματικής βίωσης και υποστηρίζεται από τα μέλη της ομάδας, τα οποία βοηθούν το άτομο να εκφράσει τις αλήθειες της Ψυχής του σε μια διάσταση που μοιάζει μαγική.

Το Μαγικό της Surplus Reality, έγκειται στο ότι οτιδήποτε αναδύεται στη φαντασία, μπορεί να δημιουργηθεί και στην Ψυχοδραματική Σκηνή. Καθώς τα όρια μεταξύ της αντικειμενικής πραγματικότητας και του φανταστικού (όπως τα όρια του φύλου, της ηλικίας, του θανάτου) καταργούνται, το αθέατο μπορεί να ειδωθεί, το άφατο μπορεί να ακουστεί, το παρελθόν, το παρόν και το μέλλον γίνονται εμπειρίες του Εδώ και Τώρα. Τα άτομα εισέρχονται στο Άγνωστο, τολμούν να ζήσουν τις φαντασιώσεις τους πάνω στη σκηνή και γίνονται δημιουργοί της ίδιας τους της ζωής².

Στην παρούσα εργασία, η Surplus Reality αναγνωρίζεται ως μία από τις διαστάσεις της πραγματικότητας στο Ψυχόγραμμα, στο πλαίσιο προσέγγισης κι εφαρμογής της από ψυχοδραματιστές και θεωρητικούς του ψυχοδράματος. Παράλληλα γίνεται η σύγκρισή της με άλλες εναλλακτικές πραγματικότητες εντός και εκτός θεραπευτικού πλαισίου, ενώ τίθενται ερωτήματα για τυχόν αρνητικές επιδράσεις από τη χρήση της.

1. Η τριπλή διάσταση της πραγματικότητας στο Ψυχόδραμα

Ο J. Moreno (1946), ιδρυτής του ψυχοδράματος, ορίζει το ψυχόδραμα ως την επιστήμη που διερευνά την «αλήθεια» με δραματικές μεθόδους. Αυτή η ψυχολογική αλήθεια αποτελείται από τις εμπειρίες και τα βιώματα ενός ατόμου, τον εσωτερικό και τον εξωτερικό του κόσμο. Καθώς η «αλήθεια» του καθενός έχει δύο όψεις, το ψυχόδραμα παρέχει τη γέφυρα μεταξύ αντικειμενικής και υποκειμενικής πραγματικότητας.

Ο όρος Πραγματικότητα συνιστά μία από τις τέσσερις καθολικές διαστάσεις που αποτελούν τη βάση της ψυχοδραματικής μεθόδου του Μορένο (1969), όντας ο Χρόνος, ο Χώρος και ο Κόσμος οι άλλες τρεις. Διακρίνεται, δε, σε Αληθινή Πραγματικότητα, Μειωμένη Πραγματικότητα και Αφθονία Πραγματικότητας.

Η *Αληθινή Πραγματικότητα* είναι η καθημερινή εμπειρία της ζωής μας στο σπίτι, στη δουλειά και στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις μας. Ο Moreno (1946) ανέπτυξε το Θεραπευτικό Θέατρο ως τόπο στον οποίο η αληθινή πραγματικότητα μπορεί να προσομοιωθεί για να ρίξει φως σε μια συγκεκριμένη κατάσταση, έτσι ώστε οι άνθρωποι να μπορούν να βιώσουν νέους τρόπους ύπαρξης.

Τη συνέκρινε με τη *Μειωμένη Πραγματικότητα*, ή «Υπο-πραγματικότητα», όπως π.χ είναι αυτή που βιώνεται σε ένα γραφείο σε μια αλληλεπίδραση μεταξύ γιατρού και ασθενή, όπου η εξουσία είναι άνιση και οι κοινωνικές θέσεις είναι δεδομένες³.

Τέλος, έκανε μια ακόμα διάκριση, αυτή της *Αφθονίας Πραγματικότητας (Surplus Reality)*, η οποία αφορά μια πραγματικότητα που δεν είναι αληθινή, δεν έχει ποτέ συμβεί, αλλά χρειάζεται να συμβεί και να βιωθεί προκειμένου να αντικατοπτρίσει την αλήθεια της ψυχής.

2. Ο όρος Surplus Reality

Ο όρος *Surplus Reality*, έχοντας μεταφραστεί στα ελληνικά ως *Πλεονάζουσα πραγματικότητα* ή *Αφθονία Πραγματικότητας* ή *Υπεραξία Πραγματικότητας*, είναι μία από τις κεντρικές ιδέες της ψυχοδραματικής θεωρίας του Μορένο και συνίσταται στη δραματοποίηση σκηνών που αντιπροσωπεύουν «ανοιχτά» ψυχολογικά θέματα. Εφεξής, στην παρούσα εργασία θα χρησιμοποιείται αμετάφραστος ο όρος *Surplus Reality*, καθώς η γράφουσα θεωρεί ότι όλες οι μεταφράσεις δηλώνουν κομμάτι της ουσίας του όρου.

Η ιδέα της *Surplus Reality* εισήχθη αρχικά στο Ψυχόδραμα προκειμένου να διευκολύνει την έκφραση της προσωπικής αλήθειας. Το άτομο χρειάζεται να

παρουσιάζει στη Σκηνή την αλήθεια του με τον τρόπο που την αισθάνεται και την προσλαμβάνει, εντελώς υποκειμενικά, χωρίς να παίζει ρόλο πόσο παραμορφωμένη μπορεί αυτή να φαίνεται στον θεατή. Στην Ψυχοδραματική Σκηνή μπορεί να παρουσιαστεί όχι μόνο ό,τι συμβαίνει στ' αλήθεια στη ζωή, αλλά και αυτό που ποτέ δεν συνέβη, αλλά ευχηθήκαμε να είχε συμβεί, φοβηθήκαμε μην συμβεί, αναρωτηθήκαμε τι θα γίνει αν συμβεί: το άγνωστο, το ανείπωτο, το αγέννητο, όνειρα, ελπίδες, εμπειρίες déjà vu, φόβοι, απογοητεύσεις, ανεκπλήρωτες ευχές και προσδοκίες.

Η Surplus Reality δίνει τη δυνατότητα σε αόρατες, άυλες διαστάσεις της ζωής, και σε όλα τα παρελθοντικά, παρόντα και μελλοντικά γεγονότα που δεν έχουν πλήρως βιωθεί ή εκφραστεί, να βιωθούν στο Παρόν, πάνω στην Σκηνή. Προχωρά πέρα από την πραγματικότητα και προσφέρει στο άτομο μια νέα, εκτενέστερη εμπειρία της πραγματικότητας⁴. Ακριβώς όπως και στα όνειρά μας είναι ένας τόπος, όπου τα αντίθετα συναντώνται μη λαμβάνοντας υπόψη τη λογική του καθημερινού Εγώ, τους διαχωρισμούς και την τάση του για έλεγχο⁵.

Αυτό που μετρά είναι το φαινομενολογικά αληθινό για τον Πρωταγωνιστή, δηλαδή το πώς βλέπει το κάθε άτομο τον κόσμο και η επιβεβαίωση από τον ψυχοδραματιστή της προσωπικής αλήθειας του πρωταγωνιστή και της δικής του μοναδικής εμπειρίας της πραγματικότητας, και είναι ακριβώς αυτό που οδηγεί και στην «υπαρξιακή επικύρωση» του ατόμου⁶. Η βαθύτερη κάθαρση στο ψυχόγραμμα, όπως λέει και η Ζέρκα Μορένο, έρχεται κάνοντας αυτές τις σκηνές, αυτές τις διαδράσεις, αυτές τις στιγμές που δεν συμβαίνουν, που δεν είναι εφικτό να συμβούν και δεν είναι και πιθανόν να συμβούν στην πραγματική ζωή για οποιονδήποτε λόγο⁷.

Η Surplus Reality είναι ένα πλαίσιο του οποίου η αντίληψη και μόνο δημιουργεί χώρο για την εκδήλωσή του, και στο οποίο το ο,τιδήποτε μπορεί να λάβει χώρα, εξακολουθώντας να γίνεται αντιληπτό στις σημερινές και πραγματικές του διαστάσεις. Είναι η σφαίρα της δραματικής δράσης στην οποία οι Ιδέες μπορούν να βρουν έκφραση. Είναι μια "ψυχολογικά πραγματική" διάσταση της Ύπαρξης στην οποία τα ψυχικά γεγονότα μπορούν να εκφράζονται λεκτικά και σωματικά. Χρησιμοποιώντας τα λόγια του ίδιου του Μορένο (1972), «είναι μια χώρα του ονείρου στην οποία επίπονες εργασίες στη ζωή τελειώνουν με μια χειρονομία του χεριού ή ένα χαμόγελο. Σκηνές που στη ζωή διαρκούν για μέρες, εδώ συρρικνώνονται στο ένα λεπτό»⁸.

Κατά κάποιον τρόπο, αυτός ο όρος αναφέρεται στην δεξιότητα του μυαλού να προσομοιώνει, να αναπαριστά ή να παίζει- όχι βέβαια με την παιδική ή την επιφανειακή του έννοια -, αλλά με τη βαθύτερη ικανότητά του να χρησιμεύει ως μέσο αυτογνωσίας, επούλωσης και υπέρβασης⁹.

Είναι ουσιαστικά μια φιλοσοφική έννοια που μας βοηθά να εκτιμήσουμε το ρόλο του δράματος στον ανθρώπινο πολιτισμό. Αλλά είναι επίσης και ένα ψυχοθεραπευτικό εργαλείο καθώς μας καλεί να διερευνήσουμε αυτή τη διάσταση της πραγματικότητας, τη διάσταση του "τι γίνεται, εάν ...". Όπως επισημαίνει ο Blatner, αυτός ο όρος είναι χρήσιμος, διότι αναγνωρίζει την οντολογική εγκυρότητα πράξεων που δραματοποιούνται με τον τρόπο του «σαν να» (as if) στο παιχνίδι ή στο θέατρο. Δεν είναι πραγματικά αληθινά, αλλά δεν μπορεί κάποιος να τα πει και ψεύτικα, καθώς εκφράζουν την αλήθεια της ψυχής. Είναι αυτό που ο Μορένο ονομάζει «ψυχολογικές αλήθειες» και ο Φρόυντ (1934) «ψυχολογικές πραγματικότητες», οι οποίες είναι συχνά πιο πραγματικές από τα απλά γεγονότα που συμβαίνουν στη ζωή μας.

Ο Winnicott (1971) πάλι λέει: "Στο παιχνίδι, και ίσως μόνο στο παιχνίδι, το παιδί ή ο ενήλικας είναι ελεύθερος να είναι δημιουργικός και να χρησιμοποιεί όλη την προσωπικότητα και μόνο μέσα από το να είναι κανείς δημιουργικός ανακαλύπτει τον εαυτό του" (αναφορά στον Clayton, L, 1986).

Περιγράφει τρεις περιοχές της πραγματικότητας: τον εσωτερικό υποκειμενικό κόσμο, την εξωτερική πραγματικότητα που βρίσκεται έξω από τα όρια της προσωπικότητας και τον μεταξύ τους χώρο, όπου το παιχνίδι και το 'κάνω κάτι πιστευτό' συμβαίνει, και όπου το βρέφος προσπαθεί να συνδέσει τους δύο κόσμους. Αυτός ο "μεταβατικός χώρος" δεν διαφέρει από την διάσταση *Surplus Reality* στο ψυχόδραμα (Kellermann, 1992, σελ. 118, Blatner and Blatner, 1988; Π. 78). Σε όλους υπάρχει μια λαχτάρα για να ζήσουν πληρέστερα.

Η *Surplus Reality* είναι ένα είδος Μαγείας και το μυστικό της μαγείας είναι η Δεκτικότητα, το να ανοίγει κάποιος το μυαλό του σε διαστάσεις που ξεπερνούν τον ορθολογισμό του, χωρίς να χρειάζεται να παραιτηθεί από αυτόν, καθώς μπορεί να τον ασκεί όποτε κρίνει σκόπιμο: απ' τη μια να προσδιορίζει, κατανοώντας σωστά, τους ρόλους εκείνους στους οποίους ο ορθολογισμός δεν έχει κυριαρχία, όπως η αγάπη, η θλίψη, το παιχνίδι με τα παιδιά, η πίστη κ.λ.π, και απ' την άλλη να αφήνεται σε μεγάλο βαθμό, διατηρώντας κάποιες εκλάμψεις λογικής απλά και μόνο για να διαβεβαιώνεται πως δεν γίνεται απρόσεκτος, υπερβολικά εγωκεντρικός ή έκδηλα ανόητος¹⁰.

Όπως γράφει η Ζέρκα Μορένο, ο σύζυγός της πήρε την ιδέα της *Surplus Reality* από την ιδέα του Μαρξ για την Υπεραξία. Επηρεάστηκε από αυτόν τον οικονομικό όρο του Μαρξ, εισάγοντας την έννοια του "πλεονάσματος της πραγματικότητας" στο ψυχόδραμα. Συνειδητοποίησε πως οι Πρωταγωνιστές του κινούνταν σε περιοχές καθαρά υποκειμενικές, που δεν ήταν αληθινές για κανέναν άλλον πέρα από τους ίδιους. Αυτές οι ιδέες πήγαιναν πέρα από τη φαντασία, πέρα από τη διαίσθηση, σχεδόν σαν μια εμπειρία έκστασης.

Αντίστοιχα, λοιπόν, με την ιδέα του Μαρξ για την Υπεραξία (κατά την οποία ό,τι παράγει ο εργάτης έχει ως αποτέλεσμα επιπλέον κέρδος για το Κεφάλαιο, συνεπώς είναι ένα πλεόνασμα που δεν ανήκει στον καπιταλιστή, αλλά πρέπει δικαιωματικά να επιστραφεί στους εργάτες), ο Μορένο πίστεψε πως η *Surplus Reality* είναι κάπου «εκεί έξω» και χρειάζεται να γίνει σαφής και συγκεκριμένη κι έτσι να επιστραφεί στον κέντρο του Πρωταγωνιστή, όπου και έχει νόημα και σκοπό¹¹.

Επισήμανε όμως, ότι σε αντίθεση με την υπεραξία που είναι μέρος των αποδοχών του καταληστευμένου από τους καπιταλιστές εργοδότες εργαζόμενου, η *Surplus Reality*, δεν είναι απώλεια, αλλά εμπλουτισμός της πραγματικότητας από τις επενδύσεις και την εκτεταμένη χρήση της φαντασίας¹².

3. Μέθοδοι για τη δημιουργία *Surplus Reality* στο Ψυχόδραμα

Αναφερόμενος στην *Surplus Reality*, ο Μορένο λέει: «Υπάρχουν κάποιες αθέατες διαστάσεις στην πραγματικότητα της ζωής, που δεν έχουν πλήρως βιωθεί ή εκφραστεί... και για αυτούς που απέτυχαν να τις εκφράσουν, η ζωή είναι ημιτελής... γι' αυτό πρέπει να χρησιμοποιήσουμε τα μέσα και τις λειτουργίες της *Surplus Reality* προκειμένου να τα τραβήξουμε έξω, μέσα στο θεραπευτικό μας πλαίσιο»¹³.

Σε άλλο κείμενό του, διευκρινίζει τις μεθόδους με τις οποίες αυτό επιτελείται: «Αυτή η επέκταση της εμπειρίας γίνεται δυνατή μέσα στο ψυχόδραμα με μεθόδους που δεν χρησιμοποιούνται στη ζωή – βοηθητικά Εγώ, βοηθητική Καρέκλα, Σωσίας, Αντιστροφή Ρόλου, Κάτοπτρο, μαγικό Κατάστημα, ψηλή Καρέκλα, ψυχοδραματικό Μωρό, Μονόλογος, Πρόβα Ζωής και άλλες»¹⁴.

Οι τεχνικές αυτές του ψυχοδράματος είναι γνωστές και πολυσυζητημένες, έχουν ευρεία εφαρμογή στις ψυχοδραματικές ομάδες και χρησιμοποιούνται χρόνια από τους συντονιστές των ομάδων. Και καταφέρνουν, η καθεμιά με τον τρόπο της, να συντελούν στη δημιουργία μιας *Surplus Reality* για τα μέλη της ομάδας ενεργοποιώντας εμπειρίες μιας άλλης πραγματικότητας.

Αναλυτικότερα οι τεχνικές αυτές έχουν ως εξής:

Το **βοηθητικό Εγώ** μπορεί να είναι οποιοδήποτε μέλος της ομάδας που παίζει έναν ρόλο που αντιπροσωπεύει κάτι σημαντικό στη ζωή του Πρωταγωνιστή. Μπορεί να είναι ένας ρόλος από το εξωτερικό περιβάλλον του Πρωταγωνιστή, όπως ένα μέλος της οικογένειάς του ή ένας συνάδελφος στη δουλειά του, αλλά μπορεί να είναι και κάποιος ρόλος εντός του πρωταγωνιστή, όπως ένας φοβισμένος εαυτός, ή ο ίδιος ο εαυτός σε παιδική ηλικία, ή η εσωτερική φωνή του πρωταγωνιστή¹⁵.

Αλλάζοντας ρόλους και ζώντας την αλήθεια του Άλλου, τα άτομα που αναλαμβάνουν τον ρόλο των βοηθητικών Εγώ, μπαίνουν στη θέση του, νιώθουν και εξερευνούν συναισθήματα, ψηλαφίζουν την ψυχή του και τη μοναδική του πραγματικότητα.

Θα μπορούσε κανείς να πει πως τους δίνεται η δυνατότητα να βιώσουν καταστάσεις που μπορεί και να μην έχουν βιώσει στη ζωή τους και να δουν πώς αντιδρούν σε αυτές. Όμως, δεν είναι αυτό που συμβαίνει συνήθως. Καθώς τα βοηθητικά Εγώ επιλέγονται από τον πρωταγωνιστή, τα θέματα που αναδεικνύονται αφορούν και τα ίδια τα άτομα που έχουν επιλεγεί για τους ρόλους, με αποτέλεσμα να βιώνουν εξίσου θεραπευτικά οφέλη από τη συνεδρία¹⁶.

Όπως λέει και η Zerka Moreno αναφερόμενη σ' αυτή την τεχνική: «Ο Μορένο ήξερε πως δεν θα μπορούσε σ' αλήθεια να συναντήσει την ψυχή του πρωταγωνιστή, εκτός αν ζούσε μαζί με τον πρωταγωνιστή στην δική του Surplus Reality. Και μας έκανε, τα μέλη της ομάδας και τα βοηθητικά εγώ, να ζούμε εκεί επίσης, και μας βοήθησε να ζούμε άνετα μέσα στη δική μας Surplus Reality. Μόλις μπεις μέσα στην ψυχή ενός ατόμου, αγγίζεις μια διάσταση που είναι πέρα από υποκειμενική και αντικειμενική πραγματικότητα. Είναι σαν κοσμική πραγματικότητα.»¹⁷

Όταν ο πρωταγωνιστής βιώνει πολύ αρνητικά συναισθήματα ή είναι διαχωρισμένος από τα συναισθήματά του στη σκηνή που δραματοποιείται, τότε η σκηνή αυτή αναπαρίσταται με τη βοήθεια των βοηθητικών Εγώ που αναλαμβάνουν και τον δικό του κομμάτι, ενώ ο ίδιος παρακολουθεί εκτός Σκηνής τα τεκταινόμενα και τους κοιτά χωρίς να παρεμβαίνει, και τότε μιλάμε για το **Καθρέφτισμα**. Το καθρέφτισμα είναι κάτι που δεν μπορεί να συμβεί στην πραγματική ζωή παρά μόνο σε μία Surplus Reality, καθώς είναι σαν ο Πρωταγωνιστής να βγαίνει από την κατάσταση και από τον ίδιο του τον εαυτό και να γίνεται ο Παρατηρητής του εαυτού του, ακούγοντας τα δικά του λόγια και βλέποντας τις δικές του κινήσεις, τους μορφασμούς του, και τις σωματικές εκφράσεις των συναισθημάτων του.

Στην τεχνική της **Βοηθητικής Καρέκλας** στοιχεία του Εαυτού προβάλλονται πάνω σε μια Άδεια Καρέκλα, κάτι αντίστοιχο με αυτό που χρησιμοποιεί και η θεραπεία Gestalt. Πηγαίνοντας από τη μια καρέκλα στην άλλη ο πρωταγωνιστής καλείται να απευθυνθεί στον Εαυτό του κάνοντας διάλογο προκειμένου να προσεγγίσει εκ νέου διαχωρισμένες πτυχές του Εαυτού του. Είναι δηλαδή ένα είδος εσωτερικού θεάτρου. Έτσι μπορούμε να δούμε το ego- έναν πρωταγωνιστή που δεν αντέχει άλλο τις δυσκολίες της ζωής κι αισθάνεται δυσαρεστημένος από τον εαυτό του- στη μια καρέκλα να έχει να αντιμετωπίσει το id- ένα ανώριμο παιδί που ζητά άμεση ικανοποίηση κάθε ανάγκης του-, και σε μια άλλη να έχει απέναντί του το super ego- έναν φαρισαϊκό τύραννο που κριτικάρει κάθε κίνηση που κάνει ο πρωταγωνιστής και απαιτεί απόλυτη υποταγή¹⁸. Ουσιαστικά στη βοηθητική καρέκλα μπορούν να προβληθούν όλοι οι Ρόλοι του σωματικού, κοινωνικού και ψυχοδραματικού Ατόμου.

Όταν ο πρωταγωνιστής σε μια σκηνή καλείται από τον Σκηνοθέτη να μοιραστεί φωναχτά αυτό που έχει μέσα του, αποκαλύπτοντας αφιltrάριστα την εσωτερική

του συγκίνηση και τις βαθύτερες σκέψεις του, τότε έχουμε την τεχνική του **Μονολόγου**.

Το **Μαγικό Μαγαζάκι** είναι η συμπληρωματική τεχνική όπου χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και η πραγμάτωσή τους μεταφράζονται σε οικονομική συνδιαλλαγή μεταξύ ενός πωλητή και ενός αγοραστή. Είναι ο τόπος όπου τα μέλη της ομάδας πηγαίνουν ένα-ένα στη σειρά για να αγοράσουν πραγματικά ή φανταστικά αγαθά, που αισθάνονται ότι τα χρειάζονται, να ανταλλάξουν ευχές, επιθυμίες, δυνατότητες, όνειρα, προσφέροντας κάτι άλλο από τον ίδιο τους τον Εαυτό. Ο ιδιοκτήτης του καταστήματος παζαρεύει με τους πελάτες του και είναι αυτός που ορίζει την τελική τιμή προκειμένου να τους δώσει ιδιότητες που θέλουν να έχουν, όπως για παράδειγμα θάρρος, αυτοεκτίμηση, τρυφερότητα, ειλικρίνεια κτλ. Σε αυτό το Μαγικό Μαγαζάκι οι άνθρωποι μπορούν να αγοράσουν για παράδειγμα ένα κιλό κουράγιο, λίγη φαντασία, την ικανότητα να λένε «όχι» ή οποιαδήποτε άλλη ανεκπλήρωτη ευχή ή ανάγκη. Όμως ο πελάτης για να μπορέσει να αποκτήσει αυτά που θέλει, θα πρέπει να πληρώσει ένα αντίτιμο, σχετικό με ό,τι ζητά, να του είναι σημαντικό, και να χρειάζεται να παραιτηθεί από αυτό.

Ένας άντρας λόγου χάριν που ήθελε να αγοράσει την ικανότητα να αγαπιέται από τη σύζυγό του, του ζητήθηκε να αφιερώνει λιγότερο χρόνο στη δουλειά του, να είναι λιγότερο εγωιστής και να δώσει στον ιδιοκτήτη του καταστήματος ένα μεγάλο μέρος της κοινωνικής του καταξίωσης. Το Μαγικό Μαγαζάκι είναι επενδυμένο με συμβολικό και προβολικό περιεχόμενο, καθώς επίσης και με στοιχεία της εξωτερικής πραγματικότητας, κάνοντας έτσι αυτή την τεχνική ένα εξαιρετικό διαγνωστικό εργαλείο. Αγγίζει επίσης, σύμφωνα με τον Petzold (1978), υλικό ενδοπροσωπικών συγκρούσεων, και έτσι είναι εν δυνάμει θεραπευτικό. Εξερευνά μονοπάτια για πιο δημιουργική προσαρμογή στην εξωτερική πραγματικότητα¹⁹.

Καθώς το Μαγικό Μαγαζάκι κατοικοεδρεύει στη φαντασία, η τοποθεσία του θα πρέπει να είναι εξίσου φανταστική. Μπορούμε να έχουμε ένα μαγαζάκι στον βυθό της θάλασσας όπου ο μαγαζάτορας να είναι ένα θαλάσσιο ερπετό, ή στο ξέφωτο ενός δάσους που θα το έχει ένας σαμάνος, ή ακόμα μπορεί ο ιδιοκτήτης του μαγαζιού να είναι μια αράχνη που βρίσκεται στη γωνία του σταυρού μιας μεσαιωνικής εκκλησίας στην Κολωνία²⁰.

Ο Μορένο εισήγαγε τη θεραπευτική αυτή τεχνική, που μοιάζει περισσότερο με παιχνίδι, από την Ινδία. Είτε λαμβάνει χώρα σε συμβολικό επίπεδο, είτε χρησιμοποιείται ως τεστ προβολών, ο συνειδητός του σκοπός είναι να διατηρήσει μια συγκεκριμένη απόσταση από την πραγματικότητα. Δεν χρησιμοποιούν πολλοί Σκηνοθέτες αυτή τη μέθοδο. Ορισμένοι πιστεύουν πως διατρέχουν τον κίνδυνο να εντείνουν την επιθυμία του πρωταγωνιστή για το Μαγικό ενισχύοντας έτσι την καταθλιπτική συμπεριφορά. Όμως, όπως λέει κι ο Schutzenberger (1975), όταν προσαρμόζεται σοφά και με προσοχή, το Μαγικό Μαγαζάκι έχει ωφέλιμα

θεραπευτικά αποτελέσματα και συχνά λειτουργεί ως ένα γρήγορο συμβολικό άνοιγμα για προσωπικά προβλήματα²¹.

Τέλος, στην **Ψηλή Καρέκλα**, ο πρωταγωνιστής κάθεται σε μια καρέκλα που στέκεται πάνω σε υπερυψωμένη πλατφόρμα, ψηλότερα από τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας. Η θέση αυτή θεωρείται ότι αυξάνει στο άτομο τα συναισθήματα εξουσίας, κάτι το οποίο μπορεί να είναι απαραίτητο στην περίπτωση που κάποιος προτίθεται να αντιμετωπίσει αποτελεσματικά τους εχθρούς του²².

Ο Kellerman διαχωρίζει τις τρεις ψυχοδραματικές διαδικασίες που περιλαμβάνουν σκηνές Surplus Reality ανάλογα με τη χρονική στιγμή της παρουσίασης των σκηνών αυτών, τη διάρκειά τους και τη σχέση τους με την αληθινή πραγματικότητα:

α) την *κλασική* διαδικασία, που αντλεί υλικό από την προσωπική μνήμη και παρουσιάζει πρώτα σκηνές από τη ρεαλιστική πραγματικότητα του Πρωταγωνιστή και έπονται σκηνές Surplus Reality, β) την *ενδο-ψυχική* διαδικασία, που παραμένει στην Surplus Reality σχεδόν καθ' όλη τη διάρκεια της συνεδρίας, όπως είναι για παράδειγμα η εξερεύνηση του Εαυτού με την τεχνική της Άδειας Καρέκλας και γ) τη «φανταστική» ή *συμβολική* που ξεκινά από την Surplus Reality και συχνά, αλλά όχι πάντα, καταλήγει στην πραγματικότητα και είναι πολύ παρόμοια με κάποιες μορφές της Δραματοθεραπείας²³.

4. Άλλες εναλλακτικές πραγματικότητες

Αφθονία πραγματικότητας συναντάμε σε διάφορες εκφάνσεις της ζωής μας εντός και εκτός θεραπευτικού πλαισίου. Η συγγραφή, η δημιουργική Γραφή, η Δραματοθεραπεία, η τεχνική του Μαγικού Αν του Στανισλάβσκι, το Θέατρο του Καταπιεσμένου και το Θέατρο της Αγοράς του Αουγκούστο Μπόάλ, το Play back Θέατρο, πλησιάζουν τους στόχους της Surplus Reality του Ψυχοδράματος.

Η εικονική πραγματικότητα, τα ολογράμματα, η επαυξημένη πραγματικότητα, οι προσομοιώσεις, τα διαδραστικά παιχνίδια και οι λοιπές εφαρμογές της νέας τεχνολογίας, είναι ένα σημάδι πως η ανάγκη για διαφυγή από την καθημερινότητα, αλλά κι ο εμπλουτισμός αυτής είναι έντονη στις μέρες μας.

Η αντιστοιχία της Surplus Reality με το «**Μαγικό Αν**» του Stanislavsky είναι προφανής. Με το Μαγικό Αν, ο ηθοποιός εξασκείται στο να συμπεριφέρεται «σαν να» είναι ο χαρακτήρας που υποδύεται, π.χ σαν να είναι ο Οιδίποδας τη στιγμή της ανακάλυψης του τρομερού μυστικού. Ανακαλύπτει την *εσωτερική αλήθεια* του χαρακτήρα, βρίσκει εκείνα τα στοιχεία που τον βοηθούν να ζήσει τη «φανταστική ζωή» του ακόμα και πριν από το ξεκίνημα του έργου, βρίσκει τα κρυφά κίνητρα, τη ζωή ανάμεσα στις ατάκες, ό,τι δε λέγεται, και κινητοποιεί συναισθήματα.. Στο ψυχόδραμα, με τις τεχνικές της Surplus Reality, το Μαγικό Αν μεταφράζεται σε

Πρόβα Ζωής όπου οι χαρακτήρες και οι ηθοποιοί είναι ένα και το αυτό κι η εσωτερική αλήθεια υπάρχει και περιμένει να φανερωθεί.

5. Σύνοψη

Η ψυχοδραματική μέθοδος της Surplus Reality με τις αντίστοιχες τεχνικές της, όπως την προτείνει ο Μορένο, είναι μια άλλη διάσταση της πραγματικότητας που επαυξάνει την ρεαλιστική πραγματικότητα, την αναπαριστά και την εκδραματίζει, παίζοντάς την «προς τα έξω» ακολουθώντας την Αλήθεια του πρωταγωνιστή.

Δεν τον κρατά όμως δέσμιό της μέσω του εθισμού, της ψευδαίσθησης ή της απομόνωσης.

Είναι μια μέθοδος με ιδιαίτερη θεραπευτική δύναμη, καθώς ο πρωταγωνιστής, αφού εκφράσει όσο πιο αυθόρμητα την ψυχοδραματική του Αλήθεια, συνδέεται εκ νέου με την αληθινή πραγματικότητα εμπλουτισμένος με νέους λειτουργικούς Ρόλους, που είχε την ευκαιρία να δημιουργήσει και να βιώσει στην αγκαλιά της ψυχοδραματικής Ομάδας.

- ¹ **Kellerman Peter Felix**, *Focus on Psychodrama, The Theurapeutic Aspects of Psychodrama*, Jessica Kingsley Publishers, London and Philadelphia, 1992, p. 109
- ² **Watersong, Ali** (2008), *The Magic of Surplus Reality*, Lyttelton (a thesis presented to the Board of Examiners of the Australian and New Zealand Psychodrama Association. σελ. 2-3
- ³ *ibid*
- ⁴ **Moreno, J.L.** (1965)
- ⁵ **Holmes P, Karp M. & Watson M**, *Psychodrama since Moreno*, London, Routledge, 1994.
- ⁶ **Kellerman, Peter Felix**, 1992, σελ. 116
- ⁷ **Moreno Zerka T., (2000) , Leif Dag Blomkvist, Thomas Rutzel.** Ed. *Psychodrama, Surplus Reality and the Art of Healing*, Routledge,
- ⁸ **Moreno J. L.** (1972) "The Magic Charter of Psychodrama" *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 25 (131), σελ. 214
- ⁹ **Blatner, Adam**, *Surplus Reality*, στο: <https://www.blatner.com/adam/pdntbk/imagdevel.html>
- ¹⁰ **Blatner, Adam**, M.D., (2003) Making "Magic" Imagination and Action in Therapy and Life, στο <http://www.blatner.com/adam/pdntbk/magic.htm> (This paper is the intellectual complement to a workshop presented at November, 2003 Conference of the National Association of Drama Therapy.) (Draft version: Nov. 6, 2003.
- ¹¹ **Moreno Zerka T., (2000)**, σελ. 17-18
- ¹² **Moreno, J.L.** (1965) "Theurapeutic Vehicles and the Concept of Surplus Reality", *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry* 18 (4). σελ 211, 216.
- ¹³ **Moreno, J.L.** "Psychiatry of the twentieth century: Function of the universalia: Time, space, reality and cosmos" p 146-158 in *Group Psychotherapy*, No. 19, 1966, σελ. 151
- ¹⁴ **Moreno, J.L.** (1965)
- ¹⁵ **Karp M., Holmes P, Brandshaw Tauvon K.,** *The handbook of Psychodrama*, Routledge, 1998, σελ. 7
- ¹⁶ *Ibid* 131
- ¹⁷ **Moreno Zerka T., (2000)**
- ¹⁸ **Kellerman, (1992)**, σελ 116
- ¹⁹ *Ibid*, 135
- ²⁰ **Leveton, Eva**, *A Clinician's Guide to Psychodrama*, Third Edition, Springer Publishing Company, 1992, σελ. 110
- ²¹ **Roine Eva**, *Psychodrama: Group Psychotherapy as Experimental Theatre : Playing the leading role in your life*, Jessica Kingsley Publishers 1997, σελ. 110-111
- ²² **Van Vooris Patricia, Braswell M., Lester D.,** *Correctional Counseling and Rehabilitation* Cincinnati OH, Anderson, 2000, σελ. 101
- ²³ **Kellerman, Peter Felix**, *Focus on Psychodrama*, Jessica Kingsley Publishers, 1992, σελ. 116