

# Pszichodramatikus eszközök alkalmazási lehetősége a filmkészítés során

**ISKY ÁBEL**

Társult oktató, BBTE, Magyar Film és Média Intézet

E-mail: abel.visky@ubbcluj.ro

## **Abstract** *(The Possibilities of Applying Psychodramatic Tools in Filmmaking)*

*When I first experienced the extraordinary effect of psychodrama group therapy, I was immediately intrigued by the thought of how this special technique could be applied as a starting point for a specific screenwriting and filmmaking method. In this study, I will attempt to describe the phases of an experimental creative process and summarize its lessons, providing insight into the fundamental functioning of psychodrama and the challenges of applying the method as a toolkit for filmmakers.*

**Keywords** *psychodrama; screenwriting; creative documentary; art therapy*

## **Rezumat** *(Posibilitățile aplicării instrumentelor psihodramatice în realizarea filmelor)*

*Când am experimentat pentru prima dată efectul extraordinar al metodei de terapie prin psihodramă, gândul că această resursă terapeutică ar putea fi folosită ca punct de plecare pentru o metodă specifică de scenarizare și realizare de filme m-a preocupat imediat. În această lucrare, voi încerca să descriu etapele unui proces creativ experimental și să rezum lecțiile învățate, oferind o privire asupra modului fundamental de funcționare al psihodramei și provocărilor aplicării acestei metode ca instrument pentru realizarea de filme.*

**Cuvinte cheie** *psihodramă; scenaristică; documentar creativ; terapie prin artă*

Amikor 2018 őszén először tapasztaltam a pszichodráma csoportterápiás módszer rendkívüli hatását, rögtön foglalkoztatni kezdett a gondolat, hogy ezt a különleges terápiás eszköztárat miként lehetne egy sajátos forgatókönyvírói és filmkészítői metódus kiindulópontjaként alkalmazni. Abban az évben diplomáztam a budapesti Színház- és Filmművészeti Egyetem filmrendező mesterszakán, és olyan újfajta kifejezési módokat kerestem, amelyek inspiratívan hatnak rám. Bár az adott alkalomra elsősorban önismereti célból mentem el, alkotóként is erős hatást gyakoroltak rám az ott tapasztaltak.

Egy tizenkét fős csoportban ültem, ahol egyik résztvevő – a játék későbbi protagonistája<sup>1</sup> – arról számolt be, hogy sehol nem érzi igazán biztonságban magát, és folyamatos szorongás gyötri. Ehhez egy képet társított: csecsemőként a babakocsiban fekszik, amit apja tol, távolabb pedig, gondolataiba merülve az anyja áll. A játékot vezető terapeuta interjúkat készített az egyes szereplők bőrébe egymás után belépő csoporttaggal, így kiderült, hogy az anya érzelmileg eltávolodott az apától, nem érzi jól magát a családjában, és nem tudja megadni a gyerekeknek azt az érzelmi biztonságot, amire szüksége volna. Majd a csecsemő szerepébe lépve megmagyarázhatatlan büntudatról számolt be, ami folyamatos szorongással tölti el. Váratlanul felidézte, hogy pár évvel születése előtt édesanyja teherbe esett, de nem akarta vállalni a születendő gyerek életéért a felelősséget, és az abortusz mellett döntött. A játékot vezető terapeuta javaslatára a protagonista kiválasztott valakit a csoportból a halott magzat szerepére, majd ezt követően egy különösen fájdalmas párbeszéd zajlott le a protagonista és a meg nem született testvére között, amiben egy katartikus búcsúnak és feloldozásnak lehettünk a tanúi. Ezt követően a játék visszahelyeződött a jelenbe, és az anyával való érzelmentes, bemerevedett élethelyzet is egy új, reménytelibb irányt kapott. A protagonistában nagyon erős érzelmek szakadtak fel, és érezhetően egy mélyen gyökerező fájdalom enyhült a jelenet és az azt követő feldolgozókör hatására.

Az élmény személyesen is megérintett, ugyanakkor filmrendezőként is inspirálóan éreztem. Tanúja lehettem egy személy feltárlkozásának, aki egy sűrített, dramatikus, fikcionalizált helyzeten keresztül valami olyan lényegi dimenziót közvetített önmagából, ami a hétköznapiakban látható felületen túl van, és ez az esszenciális valósággal való találkozás nézőként is katartikus élményt eredményezett. Az itt leírt alkalmat háromszáz órányi pszichodráma önismereti tapasztalat követte, illetve sikeresen elvégeztem a pszichodráma-asszisztensi képzést is. Így a vonatkozó szakirodalom mellett saját tapasztalataim mentén is képet kaptam arról, hogy milyen gondolati háttér és milyen eszköztár jellemzi ezt a terápiás formát. Jelen tanulmányomban egy kísérleti forgatókönyvírói munkafolyamat fázisainak leírására és tanulságainak összegzésére teszek kísérletet, bepillantást nyújtva a pszichodráma alapvető működési módjába és a módszer filmkészítői eszköztárként való alkalmazásának kihívásaiba.

A pszichodráma-alkalmak általános célja, hogy a csoporttagok a saját megoldatlan konfliktushelyzeteik színpadra állításán keresztül olyan újfajta megküzdési módokat tapasztaljanak meg, amelyek segíthetnek megfelelően kezelni a hétköznapi konfliktushelyzeteiket, és érzelmileg felszabadítóan hatnak rájuk.<sup>2</sup> A terápiás alkalom résztvevői újszerű perspektívából láthatnak rá saját, valóságosan megtörtént életeseményeikre, és fizikailag is beléphetnek színpadra állított belső világuk valóságába. Ezek az újszerű élmények olyan mély felismerésekhez vezethetnek, amelyek a belső feszültségek egyszerű verbális megfogalmazása által valószínűleg nem történnének meg, és amelyek rendkívül lényegesek lehetnek a destruktív hatású viselkedésbeli automatizmusok átformálásában.

A módszer eredeti formáját Jacob Levy Moreno<sup>3</sup> dolgozta ki a 20. század elején. Legfontosabb feladatának a kreatív, önálló és felelősségteljes létezésre való nevelést tartotta: terápiás alkalmai során kulcsfontosságú szerep jutott a spon-

taneitás és fantáziavilág cselekvésbe való átültetésének.<sup>4</sup> Érdeklődésének fókuszában az egyén szubjektív világa állt: a pszichodramatikus helyzetek színpadra állításakor nem az egykor megtörtént események objektív rekonstrukcióját tekintette célnak, hanem a belső megélés, illetve az ehhez kapcsolódó fantáziák, álmok, érzések és gondolatok minél pontosabb megjelenítését.<sup>5</sup> Elmélete szerint ugyanis valódi változás csak a szubjektív tapasztalat adekvát újrakeretezésén keresztül lehetséges.

Filmkészítőként az a kettősség inspirált leginkább, amit a pszichodráma valóságához való viszonyában éreztem. Míg a szubjektív tartalmak fókuszba helyezése a fikciós elbeszélő műfajokkal rokonítja a nevezett terápiás formát, addig az egyes szám első személyben megfogalmazott vallomásosság a dokumentumjellegét erősíti. A pszichodráma színpadán a lélek képei válnak láthatóvá, amelyek a személyes jellegükből fakadóan dokumentumértékkel bírnak. Csoporttagként nagyon erősen hatott rám az a tény, hogy úgy láthattam bele egy társam személyes élményvilágába, hogy ő maga volt az, aki azt elsődlegesen megjelenítette, így annak is tanúja lehettem, hogy miként hat rá a megjelenítés aktuusa.

Amikor foglalkoztatni kezdett a módszer filmes adaptálhatósága, izgalmas kihívásnak éreztem a pszichodramatikus gondolkodásmód sajátos tér- és időkezelésének alkalmazását is: a pszichodráma színpadán ugyanis szabadon átjárhatóak a múltat, jelent és jövőt, illetve a valóságot és fantáziavilágot elválasztó falak. Olyan pszichodramatikus eszközökkel operáló filmes forma kidolgozása foglalkoztatott, ami szellemiségében a Bill Nichols által performatív dokumentumfilmként jellemzett formával mutat rokonságot. Nichols szerint „a performatív dokumentumfilmek által ábrázolt világot elárasztják az emlékeket, látomásokat megidéző felhangok és az expresszív árnyalatok, amelyek szüntelenül arra emlékeztetnek bennünket, hogy a világ több, mint a belőle nyert látható bizonyosságok összege.”<sup>6</sup> Nichols szerint „e dokumentumfilmek közös vonása, hogy a hangsúlyt a történeti világ hiteles megjelenítése helyett a költői szabadságra, a kevésbé konvencionális narratív struktúrákra és az ábrázolás szubjektívebb formáira helyezik. A dokumentumfilm »ablak a világra« funkcióját alátámasztó referenciális jellegét az expresszivitás váltja fel, amely a valós személyek – köztük az alkotó – konkrét, az adott helyzettől függő, elevenen szubjektív nézőpontját hangsúlyozza.”<sup>7</sup> Úgy vélem, hogy a Nichols meghatározása alapján performatív dokumentumfilm gondolati háttere élesen egybevág a pszichodráma koncepciójának lényegével, mely szerint a belső, pszichológiai igazság nagyobb jelentőséggel bíró tartalom, mint az objektíven meghatározható, tényszerű valóság.<sup>8</sup>

A folyamat során az első lényeges feladat a főszereplő megtalálása volt, akinek a története emberi és művészi szempontból is inspiratív, és aki nyitott arra, hogy személyes élményanyaga egy közösen létrehozott filmes alkotás kiindulópontja legyen. A megközelítési mód újszerűségéből fakadó alkotói kétségeim és a téma fokozott személyessége egyaránt arra sarkalltak, hogy főszereplőként olyan valakivel kezdjek el dolgozni, akivel az elkészítendő filmtől függetlenül is bizalmi kapcsolatban vagyok. Az alkotói folyamat előre láthatóan olyan buktatókat rejtett magában, amit érzésem szerint sokkal kevésbé bírt volna meg egy olyan kapcsolat, ami elsődlegesen egy film létrejöttének időtartamára korlátozódik. Ez

sok esetben igaz lehet ugyan egy hagyományosabb dokumentumfilm esetében is, viszont az alkalmazni kívánt kísérleti módszer olyan intenzív bevonódást és a személyes múlt érzékeny pontjaival való konfrontálódást eredményezett, ami az egyébként várhatónál is könnyebben visszakozásra készíthette volna a szereplőt. Másrészt alkotóként, a szereplő fokozott sérülékenységevel együtt járó, kísérleti fázisban levő munkamódszer kipróbálásakor én is nyugodtabban vállaltam felelősséget egy olyan valakinek a történetéért, akivel kapcsolatban a filmkészítésen kívül is kölcsönös bizalmi viszonyban vagyok.

Így jutott eszembe egy barátom, akinek a története és személyisége régóta inspirálóan hat rám. Aladárt nyolc éve ismertem meg egy keresztény ifjúsági táborban, amely elsősorban gyerektthonokban élő, illetve nehéz szociális és családi helyzetből érkező fiatalokat szólított meg. Amikor megismertem, megdöbbenőnek tűnt az a látszólagos ellentét, ami az akkor tizenhat éves fiú nyitott, közvetlen, jó humorú, karizmatikus személyisége és súlyos traumákkal átszótt gyerekkora között feszült. Lenyűgöző volt az a belső integritás, ami a jelenlétén érződött, miközben megrendítő történeteket mesélt addigi életéből. Bátran és önazonosan vállalta azokat a nehéz vonatkozásokat is, amiket a legtöbben elhallgatnánk, úgy, hogy közben nem esett bele sem az önsajnálat, sem a távolságtartó cinizmus csapdájába. Arra gondoltam, hogy egy rövidfilmben, ami Aladár életének bizonyos elemeiből építkezik, érvényes kérdéseket lehet felvetni a hit, kiszolgáltatottság és szenvedés alaptémáival kapcsolatban. Mint-hogy megkeresésemre és a felvázolt tervemre nyitottan és pozitívan reagált, elkezdhattuk a közös munkát.

A folyamatot egy többalkalmas, többórás mélyinterjúval kezdtük, amikor Aladár részletesen beszélt minden olyan emlékről, ami meghatározó volt számára, kezdve a korai gyerekkortól egészen a jelenkor küzdelmeiig. A beszélgetésekről kép- és hangfelvételt készítettem, hogy a későbbi gondolkodás során vissza tudjak térni az Aladár által megosztott élményekhez. A konkrét tényeken túl elsősorban az érdekelt, hogy benne hogyan maradtak meg és milyen jelentést kaptak a felidézett események.

Aladár az erdélyi Marosvásárhelyen született, egy szegénysoron élő roma család harmadik gyermekeként. Születése után tüdőbetegséget diagnosztizáltak nála, ami miatt édesanyja többször visszatért vele a kórházba, majd végül végleg otthagyta. Aladárnak azzal a rendkívül traumatikus tapasztalattal indult az élete, hogy az emberek, akik életet adtak neki, nem akarják őt. Három hónapos volt, amikor egy házaspár örökbe fogadta. Két és fél évet töltött velük, emlékei szerint idilli körülmények között. Az otthon biztonságot nyújtó élménye viszont hamar szertefoszlott, mert egy nap kiderült, hogy valamilyen bizonytalan okból el kell jönnie a családtól. Ezt követően egy leszerelt, alkoholista katona és felesége fogadták magukhoz, két saját gyerek és egy ugyancsak örökbefogadott kislány mellé. Náluk tanulta meg az erőszak nyelvét: az új nevelőszülők mindig találtak okot az agresszióra. Amikor a gyámhatóság a gyerekek hogyléte felől vizsgálódott, mostohatestvérével együtt előre betanult hazugságokkal kellett mindenféle esetlegesen felmerülő gyanút eloszlatniuk. Egy alkalommal az ablakredőny palcájával olyan verést kapott, hogy mindkét tenyeréből csorgott a vér. Ezek után a feldü-

hődött nevelőapa fogott egy kötelet, és kikötötte a tíz év körüli fiút az istállóba. A legteljesebb magány, kiszolgáltatottság és magára maradottság pillanata volt ez, aminek egyetlen szemtanúja az istállóban mellette álló, némán figyelő tehén volt.

Néhány évvel később gyermekotthonba került, ami biztonságot nyújtó környezet volt ugyan, de az iskola és az utca az erőszak törvényei szerint működött. Ő, aki nagyon korán megtanulta elviselni a fájdalmat, most előnyt kovácsolt magas tűrőképességéből: minden utcai verekedésbe beleállt, néha még pénzt is kapott érte. Rövidesen hivatalos keretek között is kamatoztatta tehetségét: elkezdett kickboxedzésekre járni, amit olyan lendülettel csinált, hogy néhány hónap leforgása alatt már a saját súlykategóriájának országos bajnoka volt. Bár az önbizalma és elismertsége nőtt, valami mégis hiányzott neki. Nem engedhette meg magának sem az őszinteséget, sem a gyengeséget.

Tizenhat éves volt, amikor a már említett táborban volt egy erős elfogadottság-élménye, amiről ő Istenélményként beszél. Mindössze annyi történt, hogy mert sebezhető lenni, és nyíltan megosztotta életének érzékeny, fájdalmas vonatkozásait is. Az által, hogy küzdelmeit láthatóvá tette, némileg meg is szabadult tőlük. Az önmaga sérült és erőszakkal terhelt oldalával való szembenézés ugyanakkor nem jelentett egyet az életében időnként erőteljesen jelentkező ürességélmény felszámolásával. A beszélgetéseink időszakában Aladár éppen ennek a belső ürességnek a feloldására keresett lehetőségeket. Szeretett volna elköltözni az otthonból, amit már érzése szerint kinőtt, szeretett volna leérettsgéizni, visszatérni az időközben abbamaradt kickboxedzésekhez, és egy olyan társat találni, akivel szerető és elfogadó kapcsolatban tud lenni.

A kettesben történő beszélgetéseket követően szerettem volna megnézni, hogy egy tágabb, a pszichodráma csoportos helyzetét megidéző körben milyen formában lehet Aladár történetével foglalkozni. Így kolozsvári színész- és dramaturghallgatókkal, illetve Aladárral közösen egy zárt körben helyzetgyakorlatokat végeztünk.

Az első ilyen gyakorlat témája „a megoldatlan ügy” volt. Itt minden résztvevő hozott a saját életéből egy akár jelenbeli, akár múltbeli vagy képzeletbeli, de mindenképpen személyes helyzetet, ami egy számára fontos személlyel való kibeszéletlen, meghatározó konfliktusról szólt. Ezt követően a résztvevők egyenként kiválasztottak a csoportból valakit, aki leginkább emlékezteti őket a jelenetükben szereplő másik személyre, és egymással szemben ülve elhelyezkedtek egy-egy széken. Ekkor egyfajta pszichodramatikus szerepbe helyezés következett: miután a jelenetet hozó protagonista pontosan definiálta a fiktív beszélgetés terét és idejét, egy rövid interjút készítettem vele, úgy, hogy ő már abból a sajátos tudatállapotból válaszolt, amit az elkövetkezendő beszélgetés fiktív tér-idejében érzett. Beszélt egy keveset magáról és a másik személyhez fűződő viszonyáról, majd helyet cserélt a szemben ülővel, és az ő szerepébe helyezkedve mesélt magáról és kettejük viszonyáról. Ezt követően indult el a párbeszéd, a pszichodramában gyakran alkalmazott szerepcserés módszerrel. A technika alkalmazása során a párbeszéddek úgy alakulnak, hogy a protagonista a saját szerepéből elindítja a dialógot, majd helyet cserél a másik fél szerepére kiválasztott csoporttaggal, és az ő szájából visszahallgatja a saját mondandóját, immár a másik fél bőrébe bújva. Ebből a hely-

zetből reagál az általa elmondottakra, majd tovább folytatódik a szerepcsere a jelenet végéig. A technika lényege, hogy a protagonista belső hangjai kerüljenek kimondásra, akár a saját, akár a tőle különböző, de számára meghatározó személyek gondolatairól van szó.

Mindegyik megjelenítésre kerülő párbeszédeknek volt egyfajta katartikus hatása, ugyanis olyan mondatok hangzottak el, amelyek többnyire hosszú idő óta feszítették az adott személy belső világát. Fontosnak éreztem, hogy ne csak Aladár, hanem a többi résztvevő is megmutasson valami személyeset magából, hogy így is enyhítsük azt az eleve fennálló egyenlőtlenséget, ami a sokkal kiszolgáltatottabb élethelyzetből érkező Aladár és a színházi hallgatók között volt. Miután néhányan színpadra állították a jelenetüket, Aladár következt: egy olyan fiktív helyzetet választott, amikor felnőtként számon kéri nevelőapját az őt ért agresz-szió miatt. A jelenet így hangzott:

**Aladár:** Szia apuka. Már jó pár éve nem találkoztunk, és gondoltam, hogy beszélgetnék egyet.

**Albert:** Szervusz Aladár. Rég nem találkoztunk, így van. Hát, beszéljessünk.

**Aladár:** Meg szeretnék kérdezni nagyon sok mindent. Azt, hogy mik is törté-  
tek, hogyan is nőttem fel, és ezt te hogy látod. Szerinted hogy nőttem fel?

**Albert:** Felnőttél. Volt sok minden. Megtanultál sok mindent. Ember lettél,  
nagy lettél. És, hát igen, voltak dolgok, de túl kell lépni rajtuk.

**Aladár:** Túllépni, az egy kicsit magas. Leginkább egyetlen egy dolgot szeretnék  
megbeszélni. Amikor azt éreztem, hogy rab vagyok. Amit tettél akkor, amikor tíz  
éves lehettem, és kikötöztél a borjúhoz. Egy az, hogy ok nélkül, a másik pedig az,  
hogy ez nem emberi dolog. Hogy úgy viselkedsz a nevelt gyerekeddel, mint az állat-  
tal. Ez nem emberi dolog.

**Albert:** Nem tudom, hogy akkor mi volt bennem. Azt sem, hogy mit csinál-  
tam. Csak egyszerűen ez volt bennem, hogy ezt kell tennem. És nem láttam más  
megoldást.

**Aladár:** Egy ézsember nem csinál ilyent. S ráadásul tudatában vagy annak,  
hogy tehetetlen vagyok. Egy tízéves kisgyerek. Ha most tennéd ezt velem, akkor  
lehet, hogy másképp reagálnék rá. Lehet, hogy másképp alakulna az egész.

**Albert:** A katonaságban én is csak egy ember voltam. Én is valamit kaptam,  
én is túléltem. Az, hogy most itt vagy, az nagyon jó. De ezt már nem lehet megvál-  
toztatni. Megtörtént, hibáztam. Sajnálom.

**Aladár:** Sajnálhatod, de ez már késő. Saját gyerekeddel nem csinálod ezt. Sze-  
rintem ez nem az a dolog, amit csak úgy el lehet felejteni. Meg túl lehet lépni rajta.  
Te az alkohollal léptél túl. Nekem nem volt alkohol. Még egy barát sem, akinek  
elmondjam. Senki. Ez így nehéz. Nehezebb. Csak úgy elfelejteni. Mikor csak meglá-  
tom a borjúhúst az üzletben, már akkor eszembe jut. S csak felejtsem el.

**Albert:** Sajnálom. Ennél többet nem tudok mondani. Ha meg tudnám változ-  
tatni, akkor megváltoztatnám. Túlléptem határokat, nem is egyszer. De bánom.  
Tényleg bánom. De ezt nem lehet megváltoztatni.

**Aladár:** Nem. Nem.

A fenti párbeszédsort követően az volt a terv, hogy Aladár életének bizonyos kulcsjeleneteit állítsuk színpadra kronológiai sorrendben, pszichodramatikus eszközökkel. A rendezői cél hasonló volt, mint a kétszemélyes párbeszéd esetében: olyan személyes, a belső világot reprezentáló jelenetek és dialógusok létrehozása, amelyek inspirációként hathatnak egy későbbi forgatókönyvhöz. Ugyanakkor rá kellett jönnöm, hogy a pszichodrámatól különböző végcél szükségszerűen különböző megközelítési módot igényel.

A pszichodrámaiban a cél egy jelenkori elakadás múltbeli, traumaszerű gyökerének feltárása, és az eredeti, destruktív viselkedésmintát eredményező élmény katartikus erejű újraformálása.<sup>9</sup> Az eredeti, beszűkítő alapélményből való belső felszabadulás teremti meg a biztonságos alapot a jelenbeli konfliktusos élethelyzet adekvát, érzelmileg is kielégítő kezelésére. A pszichodráma leggyakrabban alkalmazott formája, a klasszikus protagonistajáték általában többlépcsős, ismétlődő dramaturgiára épül: a jelenbeli elakadás-helyzet egy reprezentatív jelenetnek színpadra állításával indul, majd a helyzetben tapasztalt, blokkoló hatású érzet legkorábbi előfordulásának színrevitele következik. Ebben az – általában gyerekkori – alapélményben a protagonista újraéli az eredeti traumát, majd egy újraformált verzióban rátalál arra vágyott állapotra, amiben megélheti azt az erőt adó biztonságot és szeretetet, amire eredetileg is szüksége lett volna. Végül pedig ezzel az átírt, katartikus alapélménnyel visszalép a jelenbe, ahol megéli a jelenbeli elakadásra adott újszerű, adekvát reakciója feloldozó hatását is.<sup>10</sup>

Ez a struktúra bizonyos elemeit tekintve inspiráló lehet, de nem emelhető át teljes egészében egy (dokumentum)film alkotói folyamatba. Egy ilyen tevékenység során ugyanis az alkotó elsődlegesen művészi szempontok szerint dönt, és nem egy esetlegesen elvárt terápiás hatás függvényében. Ez nem jelenti azt, hogy bármilyen művészi szempont legitimizálhatná egy szereplő személyes integritásának veszélyeztetését, sőt, minden művészi szempont alá kell, hogy rendelődjön az adott szereplő méltóságteljes és hiteles reprezentációjának. Ugyanakkor a cél elsődlegesen a filmes narratíva jelentésteli megalkotása kell, hogy legyen, és minden, szereplőre gyakorolt terapeutikus hatás csak az alkotói folyamat pozitív mellékterméke lehet.

Aladár esetében a kiindulópont nem egy jelenkori elakadás feloldása, hanem sokkal inkább a személyiségében és élettörténetében jelen levő ellentmondások, és az ezeken keresztül feltehető univerzális kérdések voltak. Amikor a színész- és dramaturghallgatókkal közös alkalomra készültem, kiválasztottam néhány olyan jelenetet Aladár életéből, amit izgalmas drámai alapanyagnak éreztem. Az elképzelés az volt, hogy a különféle jelenetek színpadra állított verziója olyan új utakat nyit meg a folyamatban, amelyek a későbbi narratíva szempontjából irányadóak lehetnek. Ugyanakkor nem számoltam azzal, hogy az egyes jelenetek megidézése szükségszerűen olyan állapotba helyezi a protagonistát, amely eleve szükségessé teszi a katartikus feloldás megtapasztalását, és a munkafolyamat újragondolására készlet.

A színész- és dramaturghallgatókkal közös műhelymunka a szülészetén zajló anya–fia jelenet színpadra állításával folytatódott. Az anya karjában tartja a csecsemőt, miközben az új élet feletti örömét elnyomják a féltelmei és kétségei,

amelyek nem engedik, hogy felelősséget vállaljon az újszülött gyermekért. Itt már nem egyszerűen egy kétszemélyes párbeszéd hangzott el, hanem megteremtettük az adott környezetet is, a többi sírdogáló csecsemővel, ápolónővel, és megjelenítettük az apát is, akinek tetszett ugyan a gyerek eleveisége és életkedve, de felelősséget ő sem mert érte vállalni. A technika a korábbi párbeszédhelyzetekhez hasonlóan ugyancsak magába foglalta a szerepbe vivő interjút, illetve a szerepcserét, de az összehatás egy sokkal komplexebb, színházszerűbb helyzet volt.

A jelenet megalkotása során Aladár megélte az anya belső küzdelmét, az apa büszkeséggel vegyes bizonytalanságát, a saját kiszolgáltatottságát és vágyakozását a meghitt szeretetre, végül pedig az elhagyatottság keserűségét is. A megélés intenzitása ugyanakkor törvényszerűen maga után vonta az érzelmi feloldás szükségességét. Egy pszichodramatikus játék célja Aladár esetében a szerető, biztonságot adó, felelősséget vállaló anyaélmény megtapasztalása lett volna, ami fontos erőforrást jelenthetne egy felnőttkori biztonságos kapcsolódás megéléséhez is.

A filmes jelenet célja viszont más: itt egy olyan jelenetre – vagy jelenetsorra – van szükség, ami összetett drámaiságában valamilyen általános emberi tapasztalatot sűrít, és ezt a maga ambivalenciáival együtt egy drámai struktúrában fel tudja mutatni. Ezzel együtt a leírt jelenetet követően rájöttem, hogy egy ilyen típusú kísérleti munkamódszernél nem lehet elsődlegesen filmes szempontok szerint alakítani a folyamatot. A magány megélése után fontos volt, hogy Aladár egy felszabadító élménnyel léphessen tovább. A magára hagyott csecsemőt így a következő jelenetben szeretetteli, derűs nevelőszülők fogadták magukhoz, végül pedig egy nagy, közös, felszabadult gyerekjátékkal zárult a jelenetsor, amikor a két év körüli énjébe lépve Aladár megélhette a spontán, biztonságos játék örömét. Az érzelmi feloldódást követően viszont egyértelmű volt, hogy nem lehet semmilyen negatív érzelmi töltetű jelenethez visszatérni, így az alkalmat egy feldolgozó beszélgetéssel lezártuk.

Az alkalom rávilágított arra, hogy a technikákat csoportkörülmények között csak pszichodramatikus struktúrában lehet alkalmazni, és nem valamilyen filmes alkotói koncepció szerint. Nem véletlen, hogy egy pszichodráma-alkalom során a protagonista egyetlen alkalommal járja meg a mélypontot, megélve a traumatikus élmény legdrámaibb dimenzióit is, hogy aztán az őt megköltöző tényezőkkel szembeszállva, a megfelelő erőforrásokra rátalálva, megerősödve térhesen vissza. Egy ilyen exteriorizált belső utazás olyan érzelmi megterheléssel jár, hogy a feloldást követően nem szabad őt újra kitenni semmilyen fájdalmas élményeket megidéző helyzetnek. Így a színházi próbákhoz hasonló műhelymunka, amikor többször elisméltünk, és különféle szempontok szerint alakítunk egy-egy jelenetet, a pszichodramatikus struktúra használatakor a személyes érintettség mélysége és a technikából fakadó intenzív érzelmi megterhelés miatt nem működik. Kérdés, hogy milyen módosításokkal alkalmazhatóak úgy ezek a technikák, hogy valóban adaptálni lehessen egy filmes alkotói folyamatra.

A folyamat következő fázisában szerettem volna filmes szempontból is megragadni a pszichodráma világára jellemző térbeli és időbeli átjárhatóságot, ugyanis ebben éreztem leginkább reprezentálhatónak a morenoi módszer szubjektív világbábrázolását. Így jutottunk el egy olyan jelenetötletig, amelyben Aladár



meglátogatja a saját huszonegy éves édesanyját, azt követően, hogy magára hagyták egy marosvásárhelyi kórházban. A jelenet alaphelyzete tehát egy képzeletbeli időutazás, amelynek eredményeképpen a saját magaként jelen levő Aladár találkozik a vele egyidős anyjával, hogy szembesítse annak a következményeivel, amit – az anya idődimenzióját tekintve – néhány hónappal korábban tett. A jelenet tehát a protagonista, azaz a saját maga történetét megjelenítő Aladár képzeletének kivetülése volt.

Az anyát egy olyan fiatal színészhallgató játszotta, akivel kapcsolatban Aladár azt érezte, hogy magában hordozza az édesanyja kisugárzását és a hozzá kötődő érzéseit. A folyamat elején szerepbe vivő interjút készítettem a huszonegy éves, anyjához időben és térben visszalátogató Aladárral, melyben egyes szám első személyben, mintha a valóságban is a találkozásra készülne, megosztotta a viszontlátással kapcsolatos jelenidejű félelmeit, vágyait és gondolatait. Ezt követően belépett az anya szerepébe, és ugyancsak egyes szám első személyben, huszonegy éves anyaként mesélt arról, hogy mi van benne a fia elhagyásával kapcsolatban, és hogyan viszonyul a hamarosan bekövetkező találkozóhoz.

Miután Aladárral közösen meghatároztuk a teret, az időt és az alaphelyzetet, a két szereplő leült egymással szemben egy kávézóasztalhoz, és a korábban leírt pszichodramatikus szerepcseré módszerével kezdtünk dolgozni. Aladár a saját szerepéből elindította a párbeszédet, majd helyet cseréltek, és az anya szerepébe átlépve visszahallgatta saját mondatait, illetve anyaként válaszolt azokra. Miután a protagonista belső világa a körülírt helyzettel kapcsolatban így láthatóvá és érzékelhetővé vált, és a színészhallgató is belülről megtapasztalta az Aladár tudatában jelen levő anyakép megjelenített helyzethez való viszonyát, elérkeztünk az előkészítési folyamat improvizációs fázisához. Itt már a dialógok élőbeszédszerűen és folyamatosan zajlottak, de annak a belső tudásnak megfelelően, ami az előkészítés korábbi fázisaiban megszületett. A rögzített hangfelvételt visszaírtam, és kiegészítettem az elhangzott párbeszédék szellemében. Ezt követően közösen átnéztük Aladárral, és úgy szerkesztettük, hogy minden mondatot hűnek érezzén ahhoz a belső képhez, ami benne az adott helyzettel kapcsolatban megszületett. Így állt össze a következő a dialógus, amit elkezdtünk forgatásra is előkészíteni:

*Anya: (Kávét tölt.) Kicsit erős, de szeretem.*

*Ali: (Megszagolja.) Jó illata van. Intenzív pörkölés.*

*Anya: (Nevet.) Igen. Tejet, cukrot?*

*Ali: Kérek, köszönöm. (Tölt magának tejet, egy kockacukrot átnedvesít, és megeszti külön.) Előbb az édes, utána a keserű.*

*Anya: Pont, mint apád.*

*Ali: Tényleg?*

*Anya: Igen, ő is ezt csinálja.*

*Ali: Most merre van?*

*Anya: Zenél... esküvőkre jár ilyenkor nyáron.*

*Ali: Az szép.*

*Anya: Hát igen, ki van készülve teljesen. Reggel meg megy építkezésre.*

*Ali: És te?*

*Anya: Én... piacozok a virágokkal. És itthon a ház körül, meg a gyerekek... van munka velük elég.*

*Ali: Egészségesek?*

*Anya: Ők igen, hál Istennek... örökké mocskosak, taknyolnak, de amúgy nincs baj velük.*

*Ali: Most alszanak?*

*Anya: Igen, hál Istennek.*

*Kevergeti a kávé.*

*Ali: Engem mikor láttatok utoljára?*

*Anya: Fél éve már sajnos.*

*Ali: Nem látogattok?*

*Anya: Nem lehet. Megszakadna a szívem... nem könnyű, csak hogy tudd.*

*Ali: Nehéz együtt érezni.*

*Anya: Pedig nekünk is rossz. Apáddal megviselt minket rendesen.*

*Ali: Mikor döntöttétek el?*

*Anya: Mit?*

*Ali: Hogy bent hagytok.*

*Anya: Hát... nem egyik napról a másikra. Folyton köhögöttél, gyenge voltál, itthon nem fejlődöttél volna rendesen. Féltettünk.*

*Ali: Szerintem csak nem akartatok.*

*Anya: Akartunk, de nem tudtuk vállalni érted a felelősséget.*

*Ali: Őt is le fogjátok passzolni? (Az anya kerekedő hasa fele mutat.)*

*Anya: Nem... ez más.*

*Ali: Hogyhogy más?*

*Anya: Nem voltál biztonságban nálunk. Egy tüdőgyulladás is elvihetett volna. Féltünk, hogy ha súlyosabb bajod lesz, akkor...*

*Ali: Akkor? Titeket vonnak felelősségre?*

*Anya: Nem.*

*Ali: Magatokat féltettétek, ugye? Hogy mennyibe kerül a kórház... meg a plusz fáradság, hozni, vinni...*

*Anya: Jobb dolgod van így...*

*Ali: Te ezt nem tudhatod.*

*Anya: De igen, tudom.*

*Ali: Csak idő kérdése volt, hogy meggyógyuljak. De titeket nem érdekelt, hogy a cigánnyal mi lesz. Csak azon járt az eszetek, hogy nektek jó legyen, könnyű legyen, aztán az, hogy velem mi lesz, arra csesztek rá.*

*Anya: Nagyon sokat gondoltam rád. És amit tudtunk, megtettük.*

*Ali: Persze... értsd már meg, hogy mennyire fáj a dolog. Az, hogy megfogsz, és otthagysz. Egy csecsemőnek szüksége van a közelségre, a biztonságra, hogy érezze, hogy szeretik. Honnan kapja ezt meg, ha nem az anyjától?*

*Anya: Sajnálom.*

*Ali: A sajnálommal sokra nem megyek. Mert érzem, hogy nem őszinte. Tudod, hogy ezt kell mondjad, ezzel is csak magadat véded. Nem tudod elképzelni, mi minden történt velem az elmúlt huszonegy évben.*

*Anya: Huszonegy?*

Ali: Igen. Pont, amennyi te vagy most.

Anya: Mik történtek veled?

Ali: Nem akarod te azt hallani.

Anya: De igen.

Ali: Szerintem nem. Agresszió minden szinten, dobáltak egyik nevelőszülőtől a másikig, nevelőotthon... utcai verekedések, rendőrségi ügyek... kemény volt.

Anya: Sajnálom...

Ali: Hát most már sajnálhatod.

Anya: Tudsz ezekről beszélni?

Ali: Mit beszéljek?

Anya: Amit szeretnél.

Ali: Nem szeretnék semmit.

Anya: Kíváncsi vagyok rád.

Ali: Nehéz elhinni.

Anya: Pedig így van.

Ali: Csíkfalván nehéz volt, sokat vertek. Akkor is, ha nem én voltam a hibás. Nevelőapám egy alkalommal meggyanúsított, hogy pénzt loptam tőle. Leszerelte az ablakredőny állítópálcáját, és azzal verte mindkét tenyeremet véresre. Aztán fogott egy kötelet, és kikötött az istállóba, a borjú mellé. Egy rabszolgának éreztem magam, egy senkinek. Tíz éves voltam, egy védtelen kis gyerek. És nem voltatok ott, hogy megvédjétek. Ezt akartad hallani?

Anya: Sajnálom.

Ali: Annyi fájdalmat kellett elviseljek, hogy már sírni is elfelejtettem. Aztán amikor Vásárhelyre kerültem, az otthonba, elkezdtem továbbadni, amit tanultam. Aki belémkötött, azt megvertem. Volt, hogy a mentő vitte el egyik gyereket, és a rendőrséggel is gyakran találkoztam. Tudod, milyen érzés, mikor árvaházi gyerekek csúfolnak, és mindenki rajtad röhög? Rohadt szar. Aztán már belém se kellett kössenek, elég volt, ha pénzt kaptam érte vagy cigit. Kellett valami, ami miatt értékesnek érezhetem magam, ami miatt felnéznek rám.

Anya: Sajnálom.

Ali: Benned nincsen semmilyen hiányérzet?

Anya: Dehogynincs. Én szültelek. Belőlem jöttél.

Ali: Még kilencen jönnek utánam. Ne hagyd őket magukra, bármi is lesz velük.

Anya: Kilenc?

Ali: Készülj fel. Nem akarom, hogy ugyanazt érezzék, mint amit én érzek. Főzél rájuk, küldjed iskolába őket. Ne csak a szivar legyen, meg a telefon...

Anya: Rendben...

Ali: Megígéred?

Anya: Igen. De azért jó helyen vagy?

Ali: Most igen. Szeretnek, megbecsülnek. Már tudok beszélni a múltamról. Egy kávézóban dolgozom Kolozsváron, meg edzéseket tartok otthonos gyerekeknek.

Anya: Az szép. (Kavargatja a kávé.) Megölelhetlek?

Ali: (Inti, hogy nem.) Talán legközelebb.

Az elkészült dialóg egyszerre tartalmazza azokat a belső megéléseket, amelyeket Aladár saját maga, illetve édesanyja szerepében megélt a fiktív találkozás alkalmával, ugyanakkor van egy élőbeszédszerű ritmusa, ami közelít a fikciós filmek realista párbeszédeihez. Dramaturgiáját tekintve adott egy képzeletbeli, fiktív térben és időben zajló párbeszéd, ami hétköznapi, banális elemekkel indul, majd mondatról mondatra körvonalmazódik a szereplők közti viszony és sajátos konfliktushelyzet. Ezzel együtt kimondásra kerülnek olyan valós, mélyen levő sérelmek, amelyek a hétköznapi életben korábban rejtve maradtak, és ez által a jelenet eljut egyfajta nyugvópontra.

A kísérlet elsődleges célja egy lehetséges munkamódszer megtapasztalása és az ebből leszűrhető tanulságok megfogalmazása volt. Az alkotói folyamat kiindulópontja az a kérdés volt, hogy a pszichodramában létrejövő komplex valóságrepresentáció milyen módon tud inspirálóan hatni egy dokumentumelemekre építő forgatókönyvírói munkamódszerre. Minthogy a pszichodráma a lélek szubjektív igazságát teszi láthatóvá, a pszichodramatikus eszközökkel operáló dokumentumfilm is egy adott szereplő belső világának láthatóvá tételében tartogathat izgalmas megoldási lehetőségeket. Egy objektívnek tűnő valóság megragadása helyett itt a saját belső világát megosztó főszereplő szubjektuma vált a reprezentáció tárgyává.

A folyamat során így elsődleges szempont volt, hogy minden kreatív döntés illeszkedjen abba a sajátosan személyes képbe és érzetbe, ami Aladár közléseiből kikövetkeztethető volt. A helyzetválasztás, a szereplőválasztás, a dialógus megírásának módszere azt a célt szolgálta, hogy egy olyan világot ragadjunk meg, ami a lehető legpontosabban közvetíti a főszereplő érzéseit és élményeit a megjelenített helyzettel kapcsolatban. Ugyanakkor szerettem volna kipróbálni a pszichodráma azon sajátosságát is, amit korábban nem láttam a dokumentum és fikció határán egyensúlyozó filmekben: a különféle idősíkok egymásra csúsztatását.

Érzésem szerint a leírt folyamat a filmes jelentésképzés komplexitását tekintve izgalmas kísérlet volt, ugyanakkor olyan személyes és etikai vonatkozásai is voltak, amelyek miatt az Aladárral való közös munka felfüggesztése mellett döntöttem. A folyamat elején azt éreztem, hogy szükséges egyfajta erős bizalmi kapcsolat köztem és a saját történetét protagonistaként felajánló főszereplő között, és ez Aladár esetében adott volt. Ugyanakkor éppen ez a sajátos bizalmi kapcsolat volt az, ami miatt fokozottan éreztem annak a veszélyét, hogy Aladár annak ellenére vállalja a folyamatot, hogy valójában érzelmileg nagyon megterhelő számára, és legszívesebben kilépne belőle. Az a társadalmi-kulturális különbség, ami köztünk van, még élesebb fénytörésbe helyezte a felelősség kérdését: milyen alapon használom fel valaki személyes traumáit egy kísérleti művészeti forma körüljárása okán? A filmrendezői ismeretek mellett kellőképpen fel vagyok-e vértetve azokkal a pszichodráma-vezetői ismeretekkel, amelyek egy ilyen helyzetben megfelelő garanciát jelentenek a főszereplő személyes integritásának biztonságos megőrzésére? Úgy éreztem, hogy bár az Aladárral való munka izgalmas terepe volt a kutatásomban foglalt módszerrel való kísérletezésnek, és ő továbbra is nyitott volt a közös munkára, jelenleg még nem állok készen arra, hogy az ismertett

eszközökkel nyilvánosan is elérhető, nagyobb lélegzetvételű filmet forgassak az ő történetéből.

Ezzel együtt megértettem néhány alapelvet, amit érdemes minden olyan alkotónak megfontolni, aki pszichodramatikus eszközökkel kíván filmet készíteni. Megállapítható, hogy a rendező felelős a szereplők pszichés és fizikai integritásának megőrzéséért az alkotói folyamat során, és ezt minden rendelkezésre álló eszközzel segítenie kell.

Minthogy a pszichodráma a protagonista szubjektív igazságát hivatott láthatóvá tenni, a pszichodramatikus eszközöket alkalmazó dokumentumfilm is a szereplő sajátos valóságérzékelésének ábrázolásában tud inspiratív eszköz lenni. Fontos tehát, hogy az alkotó ne illusztrációként használja a szereplője történetét a saját személyes víziójának megvalósítása érdekében, hanem valóban a szereplő belső világának hiteles és érzékeny reprezentációja legyen az elsődleges célkitűzése.

A szereplőnek végig éreznie kell a saját története feletti kontrollt, még akkor is, ha nem ő a rendező. Ez azt jelenti, hogy sem a forgatás, sem pedig az utómunka során nem szerkeszthető úgy a narratíva, hogy azt a szereplő ne érezze hitelesnek saját magára nézve. Másrészt az is fontos, hogy a szereplőnek bármikor lehetősége legyen megszakítani a folyamatot, ha úgy érzi, hogy érzelmileg túlságosan megterhelő a számára. Bár egy alkotói munka általában sok ember áldozatos munkájának az eredménye, a stábon belül konszenzusnak kell lennie arra vonatkozóan, hogy a művészeti produktum megvalósításának célja nem lehet fontosabb a sérülékenységet önként vállaló szereplő pszichés és fizikai biztonságánál.

Abban az esetben, hogyha valamilyen traumahelyzet áll egy adott jelenet középpontjában, fontos, hogy a szereplő előzetesen szakszerű segítséget kapjon a feldolgozás érdekében. Egy pszichodramatikus eszközöket alkalmazó filmben a főszereplő vállalja a lelki lemeztelenedés kockázatát. A sérülékenység vállalása együtt jár a természetes önvédelmi mechanizmusok bizonyos szintű feladásával is. Így a rendező felelőssége, hogy ezt a védelmet biztosítsa. Fontos ugyanakkor, hogy az empatikus támogatás a film jeleneteiben és narratív ívében is tükröződjön. Egy néző csak akkor tud nyitott figyelemmel befogadni egy alkotást, hogyha érzi, hogy nyilvánvaló kiszolgáltatottsága ellenére a szereplő mégis biztonságban van. Ahogy egy pszichodráma-terápiás alkalom során mindig szükségszerűen el kell jutni a konfliktus feloldásáig, úgy a film narratívájában is fontos, hogy a lezárásban érzékelhető legyen a szereplő lelki felszabadulása. Ez nem elsősorban a hagyományos dramaturgia narratív szabályai miatt lényeges, hanem azért, mert a törekénységet vállaló szereplőnek alkotóként tartozunk azzal, hogy kockázatvállalásának értelme a film által is visszaigazolást nyerjen. Így személyes integritása megerősítést kap, és nézői szempontból is elfogadhatóvá válik az a küzdelmes út, amelyre az alkotók a szereplőt hívták.

Bízom benne, hogy a jelen dolgozatomban rögzített kérdések és felismerések nem csak személyes alkotói pályámat fogják gazdagítani, hanem azt a tágabb szakmai közeget is inspirálni tudják, amelynek filmrendezőként és oktatóként én magam is része vagyok.

### Könyvészet

Nichols, B. (2009). A dokumentumfilm típusai, *Metropolis*, 04.

Zeintlinger, K. E. (2005). *A pszichodráma-terápia tételeinek elemzése, pontosítása és újrafogalmazása J. L. Moreno után*, Budapest, Párbeszéd Kiadó.

Kende B. H. (2000). *Gyermekepszichodráma*, Budapest, Osiris Kiadó.

Blatner, A. (2006). *A pszichodráma alapjai*, Budapest, Animula Kiadó.

### Jegyzetek

1 A protagonista a pszichodramatikus játék főszereplője, aki a vezető irányítása alatt, a csoporttagok segítségével saját életeseményeit állítja színpadra. Zeintlinger, 2005, 23.

2 Uo., 11.

3 Jacob Levy Moreno (1889–1974) bukaresti születésű amerikai orvos, pszichiáter, szociológus, a pszichodráma technika létrehozója, a szociometria egyik első kidolgozója.

4 Kende B., 2000, 27.

5 Blatner, 2006, 14.

6 Uo., 38.

7 Uo., 38.

8 Blatner, 2006, 74.

9 Uo., 34.

10 Uo., 42.

Manasses Tamás felvétele

