

DRAMATHERAPIE

*Een onderzoek naar de overeenkomsten in rolopvattingen
tussen de dramatherapievormen en de moderne theatertheoretici
Konstantin Stanislavski, Antonin Artaud, Bertolt Brecht en Jerzy Grotowski.*

Bachelor scriptie Theater-, film- en televisiewetenschappen

Universiteit Utrecht

Februari 2011

Bachelorscriptie 2011

Titel : Dramatherapie.

Onderwerp : De overeenkomsten in rolopvattingen tussen de dramatherapievormen en de moderne theatertheoretici Konstantin Stanislavski, Antonin Artaud, Bertolt Brecht en Jerzy Grotowski.

Student : Sanne Haarsma 3404889

Docent : Mevrouw S. Merx

Opleiding : Theater-, Film- en Televisiewetenschappen

Faculteit : Geesteswetenschappen

Universiteit : Universiteit Utrecht

Datum : 7 februari 2011

Inhoudsopgave

Inleiding	5
<i>Ontmoeting van theater en therapie</i>	6
Introductie in dramatherapie	8
Opvattingen over vormgeving van rollen in het moderne theater	10
<i>Konstantin Stanislavski</i>	10
<i>Antonin Artaud</i>	11
<i>Bertolt Brecht</i>	12
<i>Jerzy Grotowski</i>	13
Rolopvattingen in dramatherapie	14
<i>Psychodrama</i>	14
<i>Overeenkomsten tussen psychodrama en opvattingen van moderne theatertheoretici</i>	15
<i>Playback Theatre</i>	16
<i>Overeenkomsten tussen Playback Theatre en opvattingen van moderne theatertheoretici</i>	17
<i>Developmental Transformations</i>	19
<i>Overeenkomsten tussen DT en opvattingen van moderne theatertheoretici</i>	20
<i>Gestalttherapie</i>	21
<i>Overeenkomsten tussen Gestalttherapie en opvattingen van moderne theatertheoretici</i>	22
<i>Narradrama</i>	23
<i>Overeenkomsten tussen narradrama en opvattingen van moderne theatertheoretici</i>	24
<i>Transpersonal Dramatherapy</i>	25
<i>Overeenkomsten tussen TD en opvattingen van moderne theatertheoretici</i>	26
Conclusie	28
<i>Rolopvattingen in het theater</i>	28
<i>Overeenkomsten tussen dramatherapievormen en opvattingen van moderne theoretici</i>	28
<i>Meerwaarde van de bevindingen</i>	29
Bibliografie	31

I. Representatie van de wetenschappen in de literatuur over dramatherapie

II. Resultaten onderzoek: dramatherapievormen en acteertheorieën

Inleiding

“Speel je levensrol niet als acteur, maar als mens.”¹

Het spelen van een rol roept in eerste instantie associaties op met toneelspelen. Althans, bij mij als toekomstig theaterwetenschapper. Met ‘rol’ verwijzen we dan naar de activiteit van de performer: om een personage te creëren speelt hij een rol. In traditioneel theater kan een acteur volledig *versmelten* met een rol, zodat wij als publiek geen onderscheid kunnen maken tussen eigenschappen en kenmerken van de acteur en die van de rol. In andere voorstellingen kunnen we juist wel een duidelijk *onderscheid* maken tussen de acteur en de rol. We zien dit bijvoorbeeld in een voorstelling waarin een acteur meerdere rollen speelt. Door middel van een eenvoudig attribuut als een hoed of jas geeft de acteur aan welk personage hij speelt. De toeschouwers kunnen hier duidelijk waarnemen hoe de acteur zijn rol gestalte geeft. Soms speelt een performer geen rol, maar is ‘zichzelf’ op het toneel: performer zet zichzelf *in scène* voor een publiek.²

Ook buiten de context van theater kunnen we spreken van een ‘rollenspel’. Gedurende de dag bekleden we verschillende rollen, zoals dochter, student, collega, werknemer, buurvrouw, moeder, vrijwilliger en vriendin. De mens leert sociale rollen door in het dagelijkse leven modellen te imiteren. De rol die ‘gespeeld’ wordt hangt af van de verwachtingspatronen van de omgeving. Sommige van deze rollen zijn geïnternaliseerd; we spelen ze zonder dat we er erg in hebben. Een *sociale rol* is een sociaal gedefinieerd gedragspatroon dat mensen in een bepaalde omstandigheid of in een bepaalde groep behoren te vertonen. We passen ons gedrag (vaak onbewust) aan aan de normen van de situatie, ook wel de *sociale gedragsnormen* genoemd. Als we ons aan onze rollen houden, verschillen onze privéopvattingen nog wel eens van de opvattingen die we in het publiek uiten. Dit komt omdat gedrag altijd sociaal gedrag is, dus houden we vaak rekening met andere mensen.³ In nieuwe situaties krijgen we te maken met nieuwe sociale rollen. We baseren ons gedrag op *scripts* over de rollen. Een script wordt gevormd door de persoonlijke kennis van regels en verwachtingen van een individu over de gebeurtenissen en handelingen die bij een specifieke sociale rol horen.⁴

¹ Citaat van Suzy van Bever.

² *Syllabus Theorie en Analyse Theater en Dans 2008-2009* (Utrecht: Universiteit Utrecht, 2008): 9-10

³ Eliot Aronson et. al. *Social Psychology* (New Jersey: Pearson Education, 2007): 96-104.

⁴ *Ibidem*, 98-99.

Ontmoeting van theater en therapie

Binnen dramatherapie ontmoeten theater en therapie elkaar. Therapie bouwt voort op het functioneren van de cliënt in het dagelijkse leven, waarbij drama wordt ingezet als middel om een bepaald therapeutisch doel te behalen. Daarbij komen de rolopvattingen in het theater en het dagelijkse leven samen. Binnen dramatherapie wordt theater ingezet als simulatiemodel om de werkelijke sociale interactie in kaart te brengen.⁵ Al het gedrag van de mens is een bepaalde rol, in welke situatie dan ook. Bij dramatherapie wordt sociale interactie geobserveerd door middel van spel. Er bestaan verschillende therapievormen met ieder hun eigen spelopvattingen, maar in algemene zin wordt uit gegaan van vier basisrollen⁶: regisseur, protagonist, bijfiguren en publiek. In de volgende hoofdstukken ga ik dieper in op de therapievormen en de uiteenlopende spelopvattingen.

Middels dit onderzoek tracht ik antwoord te geven op de volgende vraag:

Welke overeenkomsten zijn er tussen de verschillende dramatherapievormen en de theorieën van Konstantin Stanislavski, Antonin Artaud, Bertolt Brecht en Jerzy Grotowski met in het bijzonder hun opvattingen over rollen(spel) en eventuele methoden die ermee samenhangen?

Ik vind het interessant om te bekijken op welke wijze dramatherapievormen het concept 'rol' hanteren en op welke wijze acteeropvattingen van theatertheoretici overeenkomstig zijn met deze visies. Zijn de opvattingen binnen de dramatherapievormen afwijkend van de theorieën van bijvoorbeeld Stanislavski of Brecht? Of bouwen de dramatherapievormen juist voort op hun theorieën en opvattingen? Ik probeer een begin te maken door binnen deze scriptie te onderzoeken welke theorieën ten grondslag liggen aan of overeenkomen met de dramatherapievormen. Binnen de literatuur die ik hanteer verbinden sommige auteurs een dramatherapievorm met een acteertheorie, maar verklaren niet waarom tussen beide een verband te maken is. Ik zal dit verband uitwerken en inzichtelijk maken welke opvattingen binnen de dramatherapie overeenkomstig zijn met bovengenoemde theoretici.

Met dit onderzoek wil ik graag een zinvolle bijdrage leveren aan de theaterwetenschap. In de theaterwetenschap is dramatherapie een minder besproken subject dan in de sociale wetenschappen. In appendix I is een overzicht weergegeven van de auteurs en hun disciplines die binnen deze scriptie gehanteerd zijn. Hieruit blijkt dat het merendeel afkomstig is uit de

⁵ A. Paul Hare, *Social Interaction as Drama. Applications from conflict Resolution* (Beverly Hills: Sage Publications, 1985): 20.

⁶ Ibidem.

psychologie en daarnaast ook uit de creatieve therapie. In zowel de Verenigde Staten als Groot-Brittannië is creatieve therapie een wetenschappelijke opleiding.⁷ In Nederland ontbreekt dit echter nog. De grote sociale waarde van het inzetten van drama als therapie verdient naar mijn mening ook in Nederland op ook niveau van de theaterwetenschap de aandacht te krijgen.

In de volgende paragraaf leg ik uit wat onder dramatherapie verstaan wordt en in welke stromingen deze onder te verdelen is. Vervolgens werk ik de opvattingen van de theoretici uit betreffende spel en actiemethoden. Daarna behandel ik iedere therapievorm afzonderlijk, waarbij ik aan de hand van literatuur binnen het discours van die therapievorm probeer te onderzoeken wat de overeenkomsten zijn met één of meerdere theorieën. Ik richt me per bron op de volgende vragen: Wat zijn kenmerken van de dramatherapievorm? Welke acteertheorie ligt volgens de auteur ten grondslag aan de technieken die worden gebruikt of zijn overeenkomstig met de technieken van de dramatherapievorm? Welk verband zie ik tussen de kenmerken van de therapievorm en acteertheorieën? Ik let daarbij op het doel van het spel, de rol van de acteur en de mate van inleving in het spel. In de conclusie geef ik de bevindingen beknopt weer, waarbij ik eventuele kanttekeningen maak bij de betrouwbaarheid van mijn resultaten.

Wanneer binnen de theorieën gesproken wordt over acteur, vertaal ik dit bij de bespreking van dramatherapie naar de cliënt, omdat deze het spel uitvoert, centraal staat binnen het spel en vaak de rol van protagonist heeft. De therapeut kan gezien worden als regisseur, omdat deze de regie over de therapie (en daarmee het spel) heeft. Soms werken dramatherapiesessies naar een voorstelling toe, dan is het publiek de toeschouwer.

⁷ Robert J. Landy, "The Future of Drama Therapy" *The Arts in Psychotherapy* 33 (2006): 136.

Introductie in dramatherapie

Dramatherapie verwijst -zoals de naam al doet vermoeden- naar drama als vorm van therapie. De Engelse Professor Renee Emunah geeft een kernachtige definitie van dramatherapie:

Drama therapy is the intentional and systematic use of drama/theatre processes to achieve psychological growth and change. The tools are derived from theatre, the goals are rooted in psychotherapy.⁸

Dramatherapie zet op systematische wijze drama in om psychologische groei en veranderingen te bereiken, waarbij de methoden uit theater afkomstig zijn en het psychotherapeutische doelen betreft. Cliënten maken gebruik van de inhoud van drama activiteiten, het proces van creatieve verbindingen en de relaties die gevormd worden binnen het therapeutische raamwerk. Er wordt een verband gecreëerd tussen de innerlijke beleving van de cliënt, problematische situatie of ervaring en de activiteit binnen de dramatherapie sessie.⁹

De therapeut laat via het in scène zetten van situaties de cliënt ervaringen opdoen die psychische en psychosociale processen beïnvloeden. De meerwaarde van dramatherapie kan als volgt gezien worden:

The more experienced we are in our range of roles, the more we are equipped for survival in a rapidly changing society. (..) If we wish to change our role behavior then it needs to be done through active involvement in the new role; insight alone is often not enough to bring about lasting change.¹⁰

Indien je een nieuwe rol eigen wilt maken, is vaak veel oefening nodig om langdurige verandering teweeg te brengen. De daadwerkelijke belichaming van de rol zorgt ervoor dat de cliënt ervaart hoe het is om die nieuwe rol eigen te maken. Het fysieke aspect van dramatherapie onderscheidt zich daarmee van de gangbare psychotherapie, waarin het verbale aspect centraal staat.¹¹ Doelen van de dramatherapie zijn de expressie van emoties, ontwikkeling van zelfobservatie, uitbreiding van het rolrepertoire, uitbreiding van het zelfbeeld en stimulering van de sociale interactie.¹²

Dramatherapie kan zowel groepsgewijs als individueel ingezet worden binnen klinieken, ziekenhuizen, gespecialiseerde centra et cetera. De dramatherapeut werkt met groepen of individuen een aantal keren per week gedurende sessies van tussen de veertig minuten en anderhalf uur. Een sessie begint veelal met een warming-up dat overgaat in een ontdekking van

⁸ Renee Emunah, *Acting For Real* (Londen: Psychology Press, 1994): 3.

⁹ Phil Jones, *Drama as Therapy. Theory, practice and research* (New York: Routledge, 2007): 8.

¹⁰ Sue Jennings et. al., *The Handbook of Dramatherapy* (New York: Routledge, 1994): 6.

¹¹ Ibidem, 6.

¹² Henk Smeijsters, *Handboek Creatieve Therapie* (Bussum: Coutinho, 2008).

gebieden die problematisch zijn voor de cliënt en daaropvolgend *closure* in de vorm van discussie over of reflectie op de sessie.¹³

In de late negentiende eeuw en door de twintigste eeuw heen probeerde de geestelijke gezondheid nieuwe manieren van behandeling te vinden om mensen te helpen. Men experimenteerde op theateraal vlak om andere manieren te vinden waarop theater gezien en gebruikt kon worden en had vooruitstrevende ideeën over hoe theater vorm moest krijgen. In het volgende hoofdstuk worden de opvattingen van de moderne theoretici over theater beschreven.¹⁴ De ontwikkelingen binnen de geestelijke gezondheidszorg en het theater speelden zich naast elkaar af.¹⁵ Uiteindelijk hebben ze echter geresulteerd in nieuwe inzichten en manieren waarop drama en theater effectief kunnen zijn bij het teweeg brengen van veranderingen op emotioneel, psychologisch, politiek en spiritueel gebied.¹⁶ Er is dus een verband te maken tussen het ontstaan van dramatherapie en de verschillende opkomende theatertheorieën in de twintigste eeuw. De radicale innovaties in theater, drama in het onderwijs, psychotherapie, antropologische studie van ritueel en ontwikkeling van het veld van dramaturgie in sociologie hebben allen belangrijke verbindingen gemaakt tussen drama en directe veranderingen in mensenlevens.¹⁷ In Nederland kwam in de jaren 1950 eerst dramatherapie als specialisatie op eigen benen te staan, gevolgd door andere creatieve therapievormen als beeldende kunst- en muziektherapie.¹⁸

Robert J. Landy biedt in "The Future of Drama Therapy" een overzicht van de canon van dramatherapie. Landy onderscheidt een zestal therapievormen, waarbij hij bij iedere vorm één of meerdere toonaangevende theoretici noemt. Binnen *Psychodrama* zijn J.L. en Zerka Moreno veelgenoemde namen. *Gestalttherapie* wordt vertegenwoordigd door Fritz Perls. *Playback Theatre* heeft zijn ontstaan te danken aan het echtpaar Jonathan Fox en Jo Salas. David Read Johnson is bekend om zijn vele werken over dramatherapie, met name binnen *Developmental Transformations*. Pam Dunne richt zich op *Narradrama* en Penny Lewis is samen met Saphira Linden te scharen onder *Transpersonal Drama Therapy*.¹⁹ Ik gebruik Landy's artikel als handvat om per dramatherapievorm relevante literatuur tot me te nemen en te gebruiken voor het onderzoek.

¹³ Phil Jones, *Drama as Therapy. Theory, practice and research* (New York: Routledge, 2007): 9.

¹⁴ Zie pagina 10-13.

¹⁵ Phil Jones, *Drama as Therapy. Theory, practice and research* (New York: Routledge, 2007): 26.

¹⁶ *Ibidem*, 3.

¹⁷ *Ibidem*, 26.

¹⁸ "Geschiedenis van de Vereniging." [2009] *Nederlandse Vereniging voor Therapie* - 10-01-2010.

http://www.beeldendetherapie.org/index.php?option=com_content&view=article&id=55&Itemid=90

¹⁹ Robert J. Landy, "The Future of Drama Therapy" *The Arts in Psychotherapy* 33 (2006): 137.

Opvattingen over vormgeving van rollen in het moderne theater

De selectie van theoretici is gebaseerd op de bepalende en sturende rol die de theoretici hebben gehad in de theatergeschiedenis en in de ontwikkeling van theater. Ik kies ervoor om Vsevolod Meyerhold (1874-1940) buiten beschouwing te laten. Zijn kernconcepten zijn biomechanica en constructivisme. Het lichaam van de acteurs werd getraind om net zo mechanisch en gecontroleerd te bewegen als een machine, wat een robotachtige uitstraling gaf. Het lichaam werd meer als materiaal gezien dan als expressiemiddel wat lijnrecht tegenover de opvattingen van dramatherapie staat.²⁰ Tevens legt Meyerhold de nadruk op niet-naturalistisch spel en is hij van mening dat emoties de acteur belemmerde.²¹ Dit maakt dat Meyerhold geen aanleiding geeft om binnen dit onderzoek naar dramatherapie te betrekken.

Konstantin Stanislavski

Volgens Stanislavski (1863-1938) heeft theater een morele opdracht: het moet het publiek beschaven en opvoeden. Bij zijn sociaal realistisch theater is oprecht spelen essentieel, waarbij het gaat om de innerlijke ervaring van de acteur:

All action in the theatre must have an inner justification.²²

De acteur spreekt, beweegt en handelt alsof hij het personage is. De acteur verdwijnt als het ware achter het personage. Voor de acteur zijn de innerlijke motiverende krachten zijn gevoelens, zijn geest en zijn wil.²³ De innerlijke waarheid van het personage belichamen is volgens Stanislavski het doel van de acteur om te communiceren, vandaar zijn fascinatie voor psycho-realistisch spel.²⁴ Volgens Stanislavski dient de acteur helemaal in de rol op te gaan, maar daarnaast observeert hij ook zichzelf.

An actor is split into two parts when he is acting. An actor lives, weeps, laughs on the stage, but as he weeps and laughs he observes his own tears and mirth. It is double existence, this balance between life and acting that makes for art.²⁵

Het gaat in zijn opvatting om de fysieke realisatie van een personage op het podium. Stanislavski ziet de lichamen, stemmen en gezichten als de beste fysieke instrumenten van expressie.²⁶ De acteur dient controle over de bewegingen te hebben:

Every actor should so harness his gestures that he will always be in control of them and not they of him.²⁷

²⁰ Vsevolod Meyerhold, *Meyerhold on Theatre*. Vertaald door Edward Braun. Londen: Methuen & Co Ltd., 1969: 183.

²¹ Ibidem, 199.

²² Konstantin Stanislavski, *An Actor Prepares* (Londen: Geoffrey Bles, 1962): 46.

²³ Robert Leach, *Makers of Modern Theatre: an Introduction* (Londen: Routledge, 2004): 29.

²⁴ Konstantin Stanislavski, *An Actor Prepares* (Aylesbury Bucks: Hunt Barnard & Co. Ltd., 1936): 63.

²⁵ Ibidem, 173.

²⁶ Ibidem, 295.

Stanislavski's methode *Het Systeem*²⁸ is erop gericht dat de acteur de emotie zelf moest voelen tijdens het spel in plaats van enkel te imiteren. De *magic 'if'* is de basistechniek, waarbij de acteur situaties krijgt voorgelegd en moet handelen alsof het echt is. Het systeem vraagt van de acteurs eerst aan zichzelf te werken. Acteurs onderzoeken de situatie die in het script staat, analyseren de motivaties van de personages en roepen vervolgens eigen (gerelateerde) ervaringen op. Het *emotioneel geheugen* heeft als doel dat de acteur gevoel moet halen uit diep verborgen herinneringen. Een goed ontwikkeld emotioneel geheugen is de belangrijkste bron voor elke speler.

Antonin Artaud

Artaud (1896-1948) zocht naar een niet-verbale manier om oerangsten en oerdriften van de mens zichtbaar te maken. Hij streefde naar een schokkende en onthullende vorm van toneel. Zijn *Theater van de Wreedheid* is gericht op het verminderen van de rationele controle van de acteur en het spel vanuit zijn onderbewuste te laten ontstaan. Het theater der wreedheid is een oneindig afrukken van maskers.²⁹ Artaud is van mening dat de acteur met zijn hart moet denken:

De toneelspeler is een atleet van het hart.³⁰

Artaud vergeleek de acteur met een atleet vanwege het fysieke aspect. Daar waar de atleet de nadruk legt op het hardrennen, daar legt de toneelspeler zich toe op het uiten van een "krampachtige verwensing, waarvan de loop echter naar binnen is gelegd".³¹ Hij gaf de voorkeur aan fysicaliteit boven gesproken woorden:

A movement, a gesture in the nick of time sometimes does more to elucidate a complicated thought than all the treasures of the spoken language.³²

Artaud wilde dat de acteurs uitdrukking geven aan hun emoties door middel van hun lichaam:

Elke emotie heeft zijn organische grondslagen. Door zijn emotie in zijn lichaam te ontwikkelen laadt de toneelspeler het voltage ervan weer op.³³

Hij liet de acteurs door middel van fysieke trainingen tot de grens van uitputting gaan. Het lichaam van de acteur moet in feite zodanig gespannen zijn dat het op een zeker ogenblik als het ware alle emotie uit zijn lichaam schreeuwt. De acteur moet zich "terug in de wereld schreeuwen, zoals een kind spontaan schreeuwt als het geboren wordt".³⁴

²⁷ Constantin Stanislavski. *Building a character*. Vertaald door Elizabeth Reynolds. (Londen: Methuen London, 1986): 73.

²⁸ Om Stanislavski's theorie *The System* aan te duiden worden ook wel de termen "The Method" of "Physical Actions" gehanteerd.

²⁹ Antonin Artaud, *Het Theater van de Wreedheid* (Utrecht: IJzer, 2004): 105-106.

³⁰ *Ibidem*, 150.

³¹ *Ibidem*.

³² Antonin Artaud, *Collected Works Volume II* Vertaald door Victor Corti. (Londen: Calder & Boyars, 1974): 211.

³³ Antonin Artaud, *Het Theater van de Wreedheid* (Utrecht: IJzer, 2004): 159.

³⁴ "Interview met Roger Arteel" 06-02-2010. <http://sites.google.com/site/belgiumishappening/home/interviews/roger-arteel-toneelstof-60>.

Artaud maakte gebruik van speciale ademhalingstechnieken, omdat het werk van een acteur begint bij zijn ademhaling.

Artaud tried to create a breathing method to help actors transform the warring energies into constructive action.³⁵

Hij maakte hierbij gebruik van ademhalingstechnieken van yoga, waarbij ademhaling wordt ingezet om onderdrukte emoties te uiten. Er werden zogezegd ‘magische middelen’ ingezet om tot spel te komen. Hij maakte gebruik van intensiteiten van kleuren, lichten of geluiden die de trilling, schok en herhaling van een muzikaal ritme of een gesproken zinsnede.³⁶

Bertolt Brecht

Brecht (1898-1956) wilde met zijn episch theater de realiteit ter discussie stellen door de nadruk te leggen op het rationele. Het theater heeft naar zijn inzien een politieke functie, waarbij hij het publiek wilde laten nadenken over en bewust maken van menselijke en maatschappelijke verhoudingen:³⁷ De acteurs dienen niet volledig op te gaan in hun personages, maar moeten afstand bewaren tot de persoon die zij uitbeelden en analyseren zo nu en dan hun rol:

Brecht’s distancing techniques are primarily devices to exaggerate what is inherent in art in order that art will be effective propaganda.³⁸

De acteur observeert zichzelf, waardoor identificatie met het personage voor de toeschouwer niet mogelijk was: het *Verfremdungseffekt*. De wijze waarop de acteurs hun spel dienen vorm te geven, wordt ook wel epische of demonstrerende speelstijl genoemd. De acteur verwijst veeleer naar een rol dan dat hij zich inleeft in een rol. De vervreemding is de verantwoordelijkheid van de acteur. Het spel moest een bepaalde mate van abstractie bevatten om afstand tussen de acteur en toeschouwer te creëren. De afstand is bij Brecht altijd een *kritische* afstand.³⁹ Middels de vervreemding wilde Brecht het bewustzijn van de toeschouwer stimuleren om tot een helder inzicht te komen.⁴⁰

Brecht beschrijft *gestus* als het geheel van uiterlijke gedragingen die een acteur toont als die zijn personage op de scène brengt in een sociale interactie. Hieronder zitten lichaamstaal en gebaren, houding, mimiek, stem, kostuum, make-up en rekwisieten.⁴¹ Een sociale geste definieert de sociale positie, doordat configuratie in de ruimte de relatie onthult tussen verschillende personages. Bijvoorbeeld een burgemeester, waarbij het bourgeoisie publiek

³⁵ Mark Verlin Rose *The Actor and His Double: Antonin Artaud’s Theory and Practice of Movement* (Michigan, University Microfilms International, 1991): 4.

³⁶ Antonin Artaud, *Het Theater van de Wreedheid* (Utrecht: IJzer, 2004): 145-146.

³⁷ Bertolt Brecht, *Teaterexperiment en politiek*, Nijmegen: Sun, 1972 (samenstelling en vertaling Wim Notenboom & Jacq Firmin Vogelaar): 69.

³⁸ John J. White *Bertolt Brecht’s Dramatic Theory* (New York: Camden House, 2004): 120.

³⁹ Ibidem. .

⁴⁰ Ibidem, 111.

⁴¹ Fredric Jameson, *Brecht and Method* (New York: Verso, 1998): 100.

vooraan staat en de gewone burgers daarachter. Dit toont de verhoudingen tussen bourgeoisie die zich boven de gewone burgers plaatst en (letterlijk en figuurlijk) dichterbij de burgemeester bevindt. De sociale geste biedt de mogelijkheid naar sociale omstandigheden te kijken. Het doel van de gestus is voor Brecht het publiek te laten reflecteren op de maatschappij.

Jerzy Grotowski

Grotowski (1933-1999) definieert 'theater' als dat wat er plaatsvindt tussen acteur en toeschouwer. Theater kan zonder kostuums, decor, muziek en belichting, zelfs zonder tekst. Artaud wilde het publiek meer betrekken bij zijn stukken en deed dat door de acteurs tussen de toeschouwers te laten spelen of het publiek op het podium plaats te laten nemen. Het sobere theater van Grotowski kenmerkte zich door het opheffen van blokkades die de acteur in de weg staan om 'zuiver' te acteren. Grotowski heeft op Artaud's idee ingespeeld door zijn acteurs zware fysieke training te geven.⁴² Hij wilde dat zijn acteurs als naakte mensen op scène stonden, ontdaan van alles. De acteur moest zich helemaal kunnen geven op de intiemste manier. Ook Grotowski streefde naar zo min mogelijk woorden en probeerde middels de fysieke oefeningen een brug te bouwen tussen lichaam en geest.⁴³

Middels de techniek *via negativa* dient de acteur zijn eigen ineffectieve aandeel onder ogen zien en te analyseren waarom iets niet lukt in het spel.⁴⁴ Hij moet zijn lichaam volledig kennen. De acteurs moesten alle regels die ze hadden geleerd over acteren weer vergeten. Op het moment van acteren, moeten de acteurs hun personages *zijn*. Grotowski maakte ook gebruik van oefeningen gericht op fysicaliteit⁴⁵, plasticiteit, het gezichtsmasker en stemtechniek om tot zuiver acteren te komen.⁴⁶

⁴² Thomas Richards, *At Work With Grotowski on Physical Actions* (New York: Routledge, 1995): 3

⁴³ Robert Leach, *Makers of Modern Theatre: an Introduction* (Londen: Routledge, 2004): 190.

⁴⁴ Jerzy Grotowski, *Naar een Sober Theater*. 1968. Vertaald door Annelies Eulen. Amsterdam: International Theatre Bookshop, 1986: 14.

⁴⁵ De fysieke oefeningen bestonden onder andere uit het losmaken van de spieren en wervelkolom, vliegen, sprongen en salto's, voetoefeningen en mimeoefeningen.

⁴⁶ Oefeningen voor stemtechniek richtten zich op draagkracht, ademhaling, openen van het strottenhoofd, stemgebruik en dictie.

Rolopvattingen in dramatherapie

Psychodrama

Psychodrama is een methode ontwikkeld door J.L. Moreno in 1921. Bij psychodrama gaat het om het verhelderen van een persoonlijk probleem voor therapeutische doeleinden.⁴⁷ Het doel van psychodrama is het verbreden van de waarneming van gebeurtenissen en het stimuleren van persoonlijke groei. De cliënt wordt geholpen situaties uit te spelen, om zo te leren beter om te gaan met gedragsimpulsen die tot ongewenst gedrag leiden en die creativiteit blokkeren.⁴⁸ De cliënt krijgt inzicht in zijn handelingen en nieuw gedrag wordt geoefend. Psychodrama bevordert het vermogen van de cliënt creatiever met situaties om te gaan. Creativiteit en spontaniteit zijn naar inziens van Moreno van belang in het dagelijkse leven van ieder mens. Creativiteit is het idee en inspiratie voor iets nieuws. Spontaniteit zorgt ervoor dat we onze ideeën in actie omzetten.⁴⁹ Spontaniteit en creativiteit zijn van belang voor het maken van keuzes en om (op een andere wijze) met situaties om te gaan.⁵⁰

In psychodrama speelt de in meer of mindere mate getraumatiseerde persoon zijn eigen verhaal. Het gaat daarbij niet om het opnieuw spelen van de traumatische gebeurtenissen, maar scènes te spelen met spontaniteit en creativiteit om betere manieren van *coping* te ontdekken. De protagonist wordt door de cliënt zelf gespeeld en alle andere personages door andere cliënten uit de groep. Het spel is erop gericht de cliënten sterker te maken door opnieuw te vertrouwen, solidariteit te stimuleren en ervaringen te delen met elkaar.⁵¹

De methoden en technieken binnen psychodrama zijn erop gericht de cliënt meer in contact te brengen met zijn eigen impulsen.⁵² Hoewel er honderden technieken gebruikt worden in psychodrama, zijn er twee technieken in het bijzonder enorm toereikend. Rolwisseling is een van de meest invloedrijke en krachtige technieken van psychodrama. In een situatie van gevangenschap wisselt de persoon van de rol en fysieke positie van gevangene met de persoon die de gevangenisdirecteur speelt. Door het wisselen van rollen krijgt de cliënt empathie voor de positie van de ander, begrijpt de situatie beter en/of krijgt nieuwe inzichten in het oplossen van de situatie. Het daadwerkelijk veranderen van positie en het letterlijk in andermans schoenen staan is een veel diepere en meer indringende manier van grip krijgen op de situatie dan alleen in gedachten je te verplaatsen in de ander. Een andere effectieve techniek is verdubbeling, waarbij de dubbel als een soort innerlijke stem uitdrukking geeft aan de niet uitgedrukte

⁴⁷ J.L. Moreno et. al. "The Consultation Clinic. Psychodrama and Role-playing" *Pastoral Psychology* 6 (1955): 54.

⁴⁸ *Ibidem*, 55.

⁴⁹ Eva Leveton *Healing Collective Trauma Using Sociodrama and Drama Therapy* (New York: Springer Publishing Company, 2010): 15.

⁵⁰ *Ibidem*, 16.

⁵¹ *Ibidem*, 18.

⁵² "Psychodrama" Vereniging Voor Psychodrama [2009] – 23-01-2010 <http://www.vvp.nl/psychodrama.html>

gedachten en gevoelens van de participant. Soms heeft de protagonist een permanente dubbel en soms komt de regisseur of een groepslid spontaan op om als dubbel te spelen. Deze techniek helpt om toegang te krijgen tot emoties die iemand ontkent en het leren de emoties toe te staan.⁵³

Overeenkomsten tussen psychodrama en opvattingen van moderne theatertheoretici

Volgens de gerenommeerde psychodramatherapeut Eva Leveton zijn veel van Stanislavski's opvattingen relevant voor psychodramatisch werk, maar zij geeft hier echter in haar boek geen toelichting bij.⁵⁴ Naar mijn idee is de focus bij psychodrama het daadwerkelijk voelen van de situatie die de cliënt naspeelt. Het opnieuw beleven van een moeilijke gebeurtenis, roept weer de vervelende gevoelens op die op dat specifieke moment in de cliënt aanwezig waren. Stanislavski vindt dat de acteur gevoelens, gebaren en handelingen in zichzelf moet oproepen tijdens het spel. De acteur moet het zelf voelen, gebaseerd op emoties van eigen ervaringen uit het verleden:

He creates using his own feelings, memories, his own body. Feeling and the body bring the inner and outer aspects of the role together while the imagination sketches out the character's entire life that is creates the appropriate atmosphere that shapes (forms and develops) the heart of the role.⁵⁵

Dus zowel psychodrama als Stanislavski baseren het spel op 'echte' emoties. Zowel de cliënt (psychodrama) als de acteur (Stanislavski) spelen zelf de rol met de daarbij behorende emoties die ze uit hun eigen lichaam oproepen. De acteur speelt het personage alsof hij het echt is en de cliënt speelt zijn eigen sociale rol op zo'n manier dat hij het op dat moment ook is.

Bij beide is sprake van een analytische werkwijze, waarbij de situatie die gespeeld wordt door de cliënt/acteur geanalyseerd wordt met betrekking tot hoe de cliënt/acteur zich voelt op dat moment. Het spel roept vragen in de cliënt/acteur op over: wat voel ik nu? Waar komt het gevoel vandaan? Hoe kan ik zo goed mogelijk spelen in deze situatie? Stanislavski gebruikt onder andere de 'what if-techniek' en psychodrama laat de cliënt een situatie naspelen door bijvoorbeeld rolwisseling, waarbij ook de vraag gesteld wordt: *wat als* ik nu de ander was in deze situatie? Of bij het spelen van de 'eigen rol': wat zou ik doen als ik weer in een soortgelijke situatie terecht kom?

Volgens Stanislavski dient de acteur volledig in zijn rol op te gaan, maar daarnaast ook zichzelf te observeren.⁵⁶ De balans in het acteren en de rol in het leven, staat ook duidelijk

⁵³ Eva Leveton *Healing Collective Trauma Using Sociodrama and Drama Therapy* (New York: Springer Publishing Company, 2010): 19.

⁵⁴ Eva Leveton, *A Clinician's Guide to Psychodrama*, (New York: Springer Publishing Company, 1992): 172.

⁵⁵ Konstantin Stanislavski, *An Actor's Work on a Role*. 1936. Vertaald door Jean Benedetti. New York: Routledge, 2010: 96.

⁵⁶ Zie pagina 10.

centraal bij psychodrama. De acteurs moeten de indrukken uit het verleden kunnen mobiliseren als ze die in een specifieke situatie op de speelvloer nodig hebben.⁵⁷ Het proces van acteurs om tot het personage te komen kent een sterke intensiteit van zelfanalyse en ontplooiing, waardoor ook hier sprake is van een haast therapeutische werking bij acteurs.

Stanislavski richt zich op de innerlijke belevingswereld en psyche van de acteur, om zo tot een realistisch spel te komen. Bij psychodrama staat eveneens de psyche centraal, maar nu met het doel om inzicht te krijgen in eigen handelen om tot een verbeterde copingstijl te komen. Kortom, mijns inziens is de voornaamste overeenkomst tussen psychodrama en Stanislavski's opvattingen de daadwerkelijke inleving in de rol (bij het naspelen van de situatie dan wel het uitspelen van een script) wat gepaard gaat met het beroep doen op de eigen emoties.

Playback Theatre

Playback Theatre is een vorm van improvisatietheater, waarbij toeschouwers hun eigen persoonlijke verhalen vertellen en deze vervolgens direct terugzien in de spotlights. Essentieel is het creëren van een veilige en respectvolle sfeer.⁵⁸ In 1975 is de eerste Playback Theatre Company opgericht door het echtpaar Jonathan Fox en Jo Salas. Fox en Salas waren geïnteresseerd in het creëren van theater van onmiddellijkheid, waarbij het publiek daadwerkelijk *spect-actors*⁵⁹ worden. Salas verklaart waarom men behoefte heeft aan deze theatervorm:

People *need* to tell their stories. It's a basic human imperative. From the telling of our stories comes our sense of identity, our place in the world, and our compass of the world itself.⁶⁰

De dramatherapievorm is ontwikkeld uit improvisatietheater en psychodrama. Hoewel Playback Theatre niet per definitie een therapeutische methode is, kan deze wel als zodanig ingezet worden door therapeuten die getraind zijn in Playback Theatre. De dramatherapievorm is in het algemeen een geschikte methode voor het stimuleren van dialoog. Daarnaast krijgen de cliënten inzicht in de situatie en worden zij gestimuleerd in zelfexpressie door eigen verhalen te vertellen en te participeren in het spelen van andermans verhalen. Bij Playback Theatre gaat het erom dat het theater door, voor en over mensen is.⁶¹

Bij Playback Theatre staan er vaak twee stoelen op het podium: één voor de verteller van het verhaal en één voor de regisseur. De regisseur nodigt het publiek uit zijn of haar verhaal te vertellen. Nadat de persoon een verhaal heeft verteld, kiest hij acteurs van het theatergezelschap

⁵⁷ Robert Leach, *Makers of Modern Theatre: an Introduction* (Londen: Routledge, 2004): 39.

⁵⁸ Jo Salas "Culture and Community: Playback Theatre" *Drama Review* 27 (1983): 15.

⁵⁹ Term van Augusto Boal, waarmee hij verwijst naar de tweeledige functie van het publiek: participant en observeerder.

⁶⁰ Jo Salas, *Improvising Real Life: Personal Story in Playback Theatre* (Dubuque: Kendall/Hunt, 1993): 111.

⁶¹ Hannah Fox "Playback Theatre: Inciting Dialogue and Building Community through Personal Story" *Drama Review* 51 (2007): 91.

om de verschillende rollen in het verhaal te laten spelen. De acteurs spelen direct het verhaal, zonder eerst met elkaar te overleggen. De regisseur vraagt vervolgens aan de verteller naar de essentie van het verhaal, waardoor de cliënt inzicht krijgt in zijn eigen situatie. Een andere methode is dat een persoon zijn of haar verhaal door anderen uit het publiek laat spelen in plaats van het theatergezelschap.⁶² De therapeutische meerwaarde van de leden uit eigen groep te laten participeren in het verhaal van de ander is dat de cliënten hierdoor diep en persoonlijk verbonden raakt met ieders verhaal en ieders heling.⁶³ Bij verhalen met een ongelukkige afloop, wordt de verteller uitgenodigd om na het zien van zijn eigen verhaal een nieuw einde te bedenken.⁶⁴

Overeenkomsten tussen Playback Theatre en opvattingen van moderne theatertheoretici

J. Fox geeft aan bij het oprichten van de Playback Theatre Company geïnspireerd te zijn door de theorieën van Grotowski en Artaud, maar geeft geen toelichting.⁶⁵ In de inleiding staat de Grotowski's definitie van 'theater' beschreven als dat wat er plaatsvindt tussen acteur en toeschouwer.⁶⁶ Alleen een acteur en een toeschouwer zijn als het ware voldoende om het 'theater' te laten zijn; kostuums, decor, muziek, belichting en tekst zijn slechts een toevoeging. Playback Theatre kent ook een zelfde mate van sober theater door zich puur op de acteur en toeschouwer te concentreren en enkel gebruik te maken van twee stoelen en een speelveld. Het fysieke aspect is echter de essentie van Grotowski's theater:

De acteur moet alle problemen van zijn lichaam die toegankelijk voor hem zijn ontcijferen. (...) hij kan niet alleen zijn hoofd en borst gebruiken, maar ook zijn achterhoofd, zijn neus, zijn tanden, zijn strottenhoofd, zijn buik, ruggengraat en ook een totale resonator die het hele lichaam omvat. (...) Het lichaam moet van alle weerstand bevrijd worden. (...) Hij moet leren dit allemaal onbewust te doen in de opeenvolgende fasen van zijn spel en dit vraagt om een nieuwe reeks oefeningen.⁶⁷

Ik mis de fysicaliteit in Playback Theatre. Binnen deze therapie wordt op een zeer indirecte wijze de cliënt bevrijd van zijn weerstand, door zijn of haar eigen verhaal voor zich te zien. Dit inzicht kan rust geven, waardoor de cliënt bevrijd is van een bepaald wrok ten opzichte van de situatie. Grotowski doelt echter op de acteur zelf die middels fysieke oefeningen en eigen spel de blokkade in zichzelf opheft. Het is niet een ander die dat doet, maar de acteur voelt het in zijn of haar eigen lichaam.

⁶² Eva Leveton *Healing Collective Trauma Using Sociodrama and Drama Therapy* (New York: Springer Publishing Company, 2010): 22.

⁶³ *Ibidem*, 22.

⁶⁴ Jo Salas "Culture and Community: Playback Theatre" *Drama Review* 27 (1983): 19.

⁶⁵ Hannah Fox "Playback Theatre: Inciting Dialogue and Building Community through Personal Story" *Drama Review* 51 (2007): 92.

⁶⁶ Zie pagina 4.

⁶⁷ Jerzy Grotowski, *Naar een Sober Theater*. 1968. Vertaald door Annelies Eulen. Amsterdam: International Theatre Bookshop, 1986: 30-31.

Het tonen van de emoties van de cliënt door de acteur sluit aan bij Artaud's visie over acteren. De acteur houdt een spiegel voor de cliënt voor met zijn of haar angsten in de situatie die uitgespeeld wordt – in zekere zin maakt de acteur de oerangsten en oerdriften van de cliënt zichtbaar. Artaud ziet het lichaam als middel om emoties te uiten. Dit gaat in letterlijke zin niet op bij Playback Theatre, maar dus wel middels het lichaam van de acteur.⁶⁸

Opgemerkt moet worden dat de cliënt niet de acteur is. Bij Playback Theatre gaat het om het fysiek terugzien van een eigen verhaal, zonder daar zelf een rol in te spelen. Over de rol van toeschouwer zegt Brecht het volgende:

His critical response his aesthetic judgement has been brought into play decisively, so that the play has, in a sense, produces him, just as he produced the play.⁶⁹

Brecht zocht naar de wisselwerking tussen het spel en de toeschouwer, waardoor het spel de toeschouwer beïnvloedt, maar ook de toeschouwer het spel produceert. Er is een bepaalde afstand van de cliënt tot zijn of haar eigen 'rol', waarmee een bepaald inzicht verkregen kan worden in de situatie en het eigen handelen. Dit doet mij sterk denken aan het *Verfremdungseffekt* van Brecht, waarbij de acteur ook afstand houdt van zijn rol. De acteur dient als het ware vanuit een helicopterview naar zichzelf te kijken, waarmee er dus een enorm groot zelfbewustzijn gecreëerd wordt. Door de afstand tot de rol, kan hij zichzelf analyseren. Het observeren van de inhoud is de essentie en niet op hoog niveau getrainde acteurs. Theater moet *bruikbaar* zijn, daar gaat het bij Brecht om.⁷⁰

Hoewel de cliënt dus niet ook de acteur is bij deze therapievorm, wordt hij of zij wel sterk bewust gemaakt van zichzelf en het eigen gedrag doordat de acteur de cliënt een spiegel voor houdt. Bij Brecht wordt het bewustzijn van de toeschouwer ten aanzien van de eigen maatschappelijke situatie gestimuleerd. Zowel binnen Playback Theatre als bij Brecht is het doel de situatie te veranderen dan wel verbeteren.

In Playback Theatre wordt door het toneelgezelschap wel een wereld verbeeldt, maar deze is net als bij Brecht een niet van de werkelijkheid losstaande realiteit. Bij Brecht geldt dat het toneelstuk een *Lerhstücke*. Het spel dat zich voor de cliënt afspeelt heeft tevens een educatieve waarde, omdat het stuk het eigen persoonlijke verhaal van hem of haar verbeeldt. In het episch theater wordt door middel van maskers, vertelfiguur, spelers en decorwisselingen voor oog van het publiek duidelijk gemaakt dat er gespeeld wordt. In Playback Theatre staan alleen twee stoelen op het podium, maar er wordt geen gebruik gemaakt van theatrale middelen om een theatrale illusie te creëren.

⁶⁸ Antonin Artaud, *Het Theater van de Wreedheid* (Utrecht: IJzer, 2004): 144.

⁶⁹ Robert Leach, *Makers of Modern Theatre: an Introduction* (Londen: Routledge, 2004): 120.

⁷⁰ *Ibidem*, 121.

Developmental Transformations

Developmental Transformations (DT) is een op improvisatie gebaseerde methode, die door David Read Johnson in de Verenigde Staten in is ontstaan. Het spel krijgt vorm vanuit momentane impulsen, sensaties en associaties, inspeland op het moment en wat er ter plekke gebeurt. Wanneer de cliënt tijdens een beweging, geluid of scène associaties heeft met een ander beeld, kan hij deze associaties inbrengen binnen het spel en ze samen met de therapeut en andere groepsleden verder vorm geven, kort uitspelen en vervolgens weer loslaten om nieuwe transformaties mogelijk te maken.⁷¹ De therapeut als spelleider start de stroom van het spelen en heeft de verantwoordelijkheid de energie van het spel door te laten lopen. Hij past hiertoe specifieke improvisatietechnieken toe, zoals volgen, spiegelen en aanvullen. De cliënt volgt zijn spelimpuls en wordt gevoed door de ontmoeting met anderen (therapeut of medecliënten). Door zich zo volledig in het hier en nu te plaatsen, is er ruimte om werkelijk actuele thema's aan bod te laten komen. Deze komen als het ware spontaan op in het spel. Ook is het mogelijk meer gestructureerd te werken vanuit een bepaald thema. Zo wordt er meestal gestart met een sessie door een "wrap", waarbij de therapeut aftast welke thematiek centraal staat. Vervolgens vertaalt de therapeut deze in een metafoor die voor de hele groep herkenbaar is.

Drie concepten staan binnen de dramatherapievorm centraal: embodiment, encounter en transformatie. Het principe *embodiment* (belichaming) verwijst naar het lichaam als primaire bron van gedachten en gevoelens. De lichaamservaring is van primair belang en de bewustwording van het eigen lichaam met bijhorende sensaties staat centraal.⁷² Johnson onderscheidt vier lichaamsmanifestaties die gelijktijdig actief zijn: het lichaam als sociaal object, als persoonlijkheid, als verlangen en in het hier en nu. Een volwassen persoon is het sterkst vertrouwd met de manifestaties de eerste twee, maar vervreemdt zich vaak van het eigen lichaam met diens impulsen en sensaties. Ook negatieve levenservaringen leiden tot vervreemding van het eigen lichaam. In de praktijk is dit zeer duidelijk zichtbaar bij ondermeer seksueel getraumatiseerde cliënten of mensen met eetstoornissen: zij koesteren vaak het verlangen om niet gezien te worden, om geen pijn meer toe voelen en om het eigen lichaam te verloochenen. Het principe *encounter* (ontmoeting) doelt op de interpersoonlijke relaties die de groepsleden en de therapeut aangaan tijdens het spel.⁷³ Het principe *playspace* (spelruimte) is in feite een kader waarbinnen gespeeld wordt, vrij van beperkende normen en waarden, een

⁷¹ Daan Van den Bossche, "Kennismaking met Developmental Transformations" (Arteveldehogeschool en Psychiatrisch Centrum Caritas Gent, 2009): 1.

⁷² Ibidem, 2.

⁷³ Ibidem, 3.

ruimte waarin alles mogelijk is. De interne wereld van de cliënt komt in het hier en nu in contact met de externe wereld.⁷⁴

Overeenkomsten tussen DT en opvattingen van moderne theoretici

Bij het ontstaan van DT zijn de opvattingen van Grotowski van invloed geweest. In DT leert het individu om zijn of haar lichaam te aanvaarden en bewust te worden van de pure impulsen en sensaties in relatie tot anderen. De cliënt leert het eigen lichaam in zijn totaliteit te ervaren, als bron van impulsen, sensaties en verlangens, als unieke persoonlijkheid en als onderdeel van een breder sociaal systeem. Het lichaam is zowel bij deze therapie als bij Grotowski de essentiële bron van gedachten en gevoelens.⁷⁵ Grotowski ging ook uit van het lichaam als expressiemiddel meer dan gesproken woorden.⁷⁶ Zijn opvatting over theater luidt als volgt:

De kern van theater is de ontmoeting. Degene die zichzelf wil blootleggen maakt als het ware contact met zichzelf.⁷⁷

Het opnieuw contact maken met het Zelf, is een sterke overeenkomst met de visie van Grotowski. De cliënt moet zichzelf ontkleden van alle lagen die hij of zij heeft aangebracht gedurende diens leven. Het streven is om het onderbewuste van de cliënt bewust te maken. Zo ook volgens de visie van Grotowski:

We fight then to discover the truth about ourselves: to tear away the masks behind which we hide daily.⁷⁸

De technieken binnen DT zijn gericht op het verhelpen van blokkades in de cliënt. Middels *via negativa* wordt eveneens gewerkt aan het verwijderen van psychologische en fysiologische blokkades voor zelfexpressie.⁷⁹ Waar Grotowski het over het Zelf heeft, spreken Landy en Johnson liever van een rollensysteem. Een individu heeft meerdere identiteiten die allen op een bepaalde manier gerepresenteerd worden door de persoonlijkheid.⁸⁰

Naast gelijkenis met Grotowski zie ik ook ideeën van Artaud terug in DT. Het onderbewuste laten spreken en vanuit het werken met het lichaam de emoties zichtbaar maken, zijn opvattingen die ook passen binnen de visie van Artaud. Grotowski heeft in zijn tijd voortgebouwd op Artaud's ideeën als *holy actor* –de acteur dient zichzelf los te laten in dienst van het artistieke proces, waardoor het verklaarbaar is dat ik ook deze overeenkomsten zie met Artaud.

⁷⁴ Daan Van den Bossche, "Kennismaking met Developmental Transformations" (Arteveldehogeschool en Psychiatrisch Centrum Caritas Gent, 2009): 4.

⁷⁵ David Read Johnson et. al., "Towards a Poor Drama Therapy" *The Arts in Psychotherapy* 23 (1996): 296.

⁷⁶ Zie pagina 13.

⁷⁷ Jerzy Grotowski, *Naar een Sober Theater*. 1968. Vertaald door Annelies Eulen. Amsterdam: International Theatre Bookshop, 1986: 48.

⁷⁸ Jerzy Grotowski, *Towards a Poor Theater* (New York: Bantam Books, 1968): 256-257.

⁷⁹ David Read Johnson et. al., "Towards a Poor Drama Therapy" *The Arts in Psychotherapy* 23 (1996): 293.

⁸⁰ *Ibidem*, 304.

Gestalttherapie

Gestalt is een Duitse term voor “geheel”, waarmee wordt verwezen naar het idee van ‘het geheel is meer dan de som der delen’. Het gaat om het totaalbeeld van een individu. De basis van Gestaltpsychologie is dat de menselijke natuur georganiseerd is in patronen van helen en dat het alleen begrepen kan worden in deze patronen.⁸¹ De menselijke persoonlijkheid is meer dan de som van de karaktereigenschappen. Bij de Gestalt aanpak is er zowel aandacht voor de persoon als individu als voor het individu als sociaal wezen.⁸² Wanneer iemand een situatie niet volledig heeft gehandeld, dan is het Gestalt niet meer compleet. In de therapie gaat het erom om het Gestalt weer compleet te maken. Bijvoorbeeld een ruzie met een jongen, waar je heel boos op werd en op wie je wraak wilde nemen. De behoefte aan wraak blijft aan je knagen, totdat je je weer met hem hebt kunnen herenigen of op een andere wijze het hebt kunnen afsluiten.⁸³

Gestalttherapie is een relatief jonge psychotherapeutische stroming, ontstaan in de jaren 1940. De therapie is mede ontwikkeld door Fritz Perls en zijn vrouw Laura Perls. Fritz Perls wilde zich afzetten tegen het prototype idee van therapie: het gebruik van een sofa en een therapeut die er naast zit. Het moet volgens hem gaan om een daadwerkelijke beleving in therapie. In Gestalttherapie gaat het om het hier en nu. Perls maakt daarbij de kanttekening dat het ‘nu’ een moeilijk begrip is, want op het moment dat je het wilt vastpakken is het alweer weg. Het is niet mogelijk om het even stil te houden of even de aandacht op te leggen. Het gaat om het heden en de beleving in het heden, waarbij dus niet getracht wordt om het verleden naar boven te halen en te analyseren.⁸⁴

Gestalttherapie houdt zich bezig met ‘hoe’ in plaats van ‘wat’ of ‘waarom’. Voordat Gestalttherapie opkwam, vroegen psychologen voornamelijk ‘waarom’ en speelde het idee ‘als we de oorzaken veranderen, verandert ook het effect’. In de therapie gaat het om ‘experimenteren’ met situaties om zo nieuw gedrag te ervaren:

Gestalt therapy is an experiential therapy, rather than a verbal or an interpretive therapy. We ask our patients not to talk about their traumas and their problems (..), but to *re-experience* their problems and their traumas –which are their unfinished situations in the present – in the here and now.⁸⁵

De cliënt ervaart in het nu problemen vanuit het verleden. Als de cliënt dat hoofdstuk uit diens leven wil afsluiten, moet dat in het heden plaatsvinden. De cliënt wordt gevraagd bewust te worden van zijn gebaren, ademhaling, emoties, stem en van gezichtsexpressies:

⁸¹ Fritz Perls, *The Gestalt Approach and Eye Witness to Therapy* (Palo Alto: Science and Behaviour Books, 1973): 3-4.

⁸² *Ibidem*, 25.

⁸³ *Ibidem*, 119.

⁸⁴ *Ibidem*.

⁸⁵ *Ibidem*, 63.

As he experiences the ways in which he prevents himself from “being” now –the ways in which he interrupts himself- he will also begin to experience the self he has interrupted.⁸⁶

Alvorens hij aan het werk kan gaan, moet de cliënt bewust zijn van zijn eigen lichamelijk functioneren. Het contact met de therapeut kan hierbij worden gebruikt als oefensituatie. Ook kan de cliënt als oefening een denkbeeldige dialoog aangaan met een ander, waarmee de cliënt een conflict voelt. Dit biedt de mogelijkheid wat afstand te nemen en werkt vaak verhelderend. Een Gestalttherapeut werkt vaak een op een met een cliënt, maar zonder een duidelijke therapeut/cliëntverhouding.⁸⁷

Het belangrijkste middel tot het opheffen van blokkades is echter ‘het gewaarwording van zichzelf’, ofwel het bewust lichamelijk ervaren van emoties. Tijdens de therapie concentreert de cliënt zich op het bewust lichamelijk en zintuiglijk ervaren van zichzelf, dit wordt ook wel *self awareness* genoemd. Wanneer een cliënt zich boos of gespannen voelt, kan de therapeut voorstellen dat zo intens mogelijk lichamelijk te ervaren door bijvoorbeeld de vuisten te ballen en tenen te krommen.⁸⁸ De cliënt kan hierdoor weer in contact komen met zichzelf en ontstaat er een proces van innerlijke groei, waardoor de klachten verminderen.

Overeenkomsten tussen Gestalttherapie en opvattingen van moderne theatertheoretici

In de literatuur wordt niet geschreven over mogelijke overeenkomsten van Gestalttherapie met een of meerdere theatertheorieën. Enkel wordt geschreven over psychoanalyse, fenomenologie en existentialistische filosofie die ten grondslag liggen aan Gestalttherapie.⁸⁹ Vanuit mijn oogpunt toont Gestalttherapie overeenkomsten met opvattingen van Grotowski. Beiden vetrekken vanuit het idee blokkades op te heffen in het lichaam van de acteur/cliënt. Het hier en nu, dus de daadwerkelijke beleving, staat centraal bij Gestalttherapie. Het analyseren van de eigen lichaamstaal door de cliënt is ook binnen de theorie van Grotowski de taak voor de acteur:

De acteur moet alle problemen van zijn lichaam die toegankelijk voor hem zijn ontcijferen. (..) Als hij deze problemen niet oplost wordt zijn aandacht afgeleid door de moeilijkheden waarop hij stuit en het proces van zelfinzicht zal mislukken.⁹⁰

Wanneer een acteur aan zijn rol werkt, moet hij leren niet aan de techniek te denken, maar aan de concrete obstakels die hij tegenkomt te verhelpen.⁹¹ Zo geldt ook bij Gestalttherapie dat

⁸⁶ Fritz Perls, *The Gestalt Approach and Eye Witness to Therapy* (Palo Alto: Science and Behaviour Books, 1973): 64.

⁸⁷ Philip Brownell, “Gestalt Therapy and Performance” [2008] – 14-01-2010 <http://afronord.tripod.com/spectator/gestalt.html>

⁸⁸ “Gestalttherapie” [2009] – 14-01-10 <http://www.therapiehulp.nl/therapie/psychotherapie/gestalttherapie/>

⁸⁹ “Gestalttherapie” [2006] – 24-01-2010 <http://www.gestalttherapie.nl/perls.html>

⁹⁰ Jerzy Grotowski, *Naar een Sober Theater*. 1968. Vertaald door Annelies Eulen. Amsterdam: International Theatre Bookshop, 1986: 30-31.

⁹¹ *Ibidem*, 31.

voordat een cliënt situaties gaat oefenen met de therapeut, hij eerst zijn eigen lichamelijke blokkades moet leren kennen.

Eveneens is op te merken dat Gestalttherapie dan ook overeenkomsten toont met Artaud. Zowel Gestalttherapie als Artaud gaan uit van het uitdrukking geven aan emoties middels het lichaam:

(..) vragen wij aan de regie en niet aan de tekst oude conflicten te materialiseren en bovenal te *actualiseren*, dat wil zeggen dat die thema's direct op het toneel overgebracht en in bewegingen, expressies en gebaren gematerialiseerd worden, voordat zij in woorden worden gegoten.⁹²

Zoals ik net beschreef is bij Gestalttherapie ook eerst sprake van de beleving van het eigen lichaam, voordat de cliënt woordelijk weergeeft wat er in hem omgaat.

In Gestalttherapie wordt ook de sociale omgeving van de cliënt in het therapeutisch proces betrokken. Brecht legt de nadruk op de sociale dimensie van de *gestus*.⁹³ Brecht beschrijft de term 'gestus' als het geheel van uiterlijke gedragingen die een acteur toont als die zijn personage op de scène brengt in een sociale interactie. Hierbinnen vallen lichaamstaal en gebaren, houding, mimiek, stem, kostuum, make-up en rekwisieten.⁹⁴ Een sociale geste definieert de sociale positie door de configuratie in de ruimte. Deze plaats onthult de relatie tussen verschillende personages. Bijvoorbeeld de plaats van de acteurs bij het uitspelen van een situatie met burgemeester. Vooraan staat het bourgeoisie volk en daarachter het gewone volk. Deze configuratie is veelzeggend, ook al wordt dit niet expliciet in woorden uitgesproken.⁹⁵ De sociale geste biedt de mogelijkheid naar sociale omstandigheden te kijken, wat Brecht's doel ondersteunt om de toeschouwer bewust te maken van maatschappelijke verhoudingen.

Narradrama

Narradrama bevat iedere vorm van drama -verhaal, script, scène-, dat vanuit een narratief perspectief benaderd wordt. Narradrama is ontstaan door Pam Barragar Dunne en is gebaseerd op principes van narratieve therapie en theater. Het doel is het creëren van een verandering bij de cliënt in relatie tot het probleem. Deze dramatherapie is een manier voor mensen om door ontdekking van narratieven die zij in hun leven construeren tot heling te komen.⁹⁶ Dit wordt gedaan door bijvoorbeeld het ontdekken van alternatieve richtingen en uitkomsten. Het zelfbewustzijn en zelfkennis wordt gestimuleerd bij het uitspelen van de verhalen.⁹⁷

⁹² Antonin Artaud, *Het Theater van de Wreedheid* (Utrecht: IJzer, 2004): 144.

⁹³ Zie pagina 12.

⁹⁴ Fredric Jameson, *Brecht and Method* (New York: Verso, 1998): 100.

⁹⁵ Robert Leach, *Makers of Modern Theatre: an Introduction* (Londen: Routledge, 2004): 131.

⁹⁶ Eva Leveton *Healing Collective Trauma Using Sociodrama and Drama Therapy* (New York: Springer Publishing Company, 2010): 23.

⁹⁷ "Drama Therapy Techniques" Drama Therapy Institute LA - 17-01-2010

<http://www.dramatherapyinstitutela.com/techniquesmain.htm>

Bij narradrama wordt met verschillende technieken gewerkt. *Narrative pantomimes* is een techniek voor cliënten met dwangmatig gedrag en sterk de behoefte hebben aan structuur, omdat ze weten wat van hen gevraagd wordt. Ook werkt deze techniek goed voor cliënten met een hoge mate van impulsiviteit. De therapeut maakt bewegingen op muziek, die de cliënt moet spiegelen en vervolgens is het aan de cliënt te bewegen die door de therapeut worden geïmiteerd.⁹⁸ Bij *ongoing drama* werkt de therapeut met de cliënt aan het bedenken van een incident, waar vanuit de scene vertrekt. De cliënt wordt aangemoedigd de leidende rol te hebben in het verhaal. Als de cliënt zich hier ongemakkelijk bij voelt, staat de therapeut een kleinere rol toe. De cliënt of therapeut begint het drama met een openingszin, waar de ander op inhaakt. Het verhaal wordt geëvalueerd met de cliënt en vervolgens wordt een mogelijk alternatief van de scène gekozen door de cliënt. Dit laatste behoort tot de techniek *hypothetical problem-solving situations*.⁹⁹ Bij *pictorial dramatization* tekent de cliënt beelden van een belangrijk moment, persoon, conflict of fantasie tekenen. Deze beelden geven innerlijke gevoelens weer en zijn een belangrijk voor het opbouwen van het zelfvertrouwen. De cliënt speelt daarna de beelden uit door middel van pantomime of improvisatiescènes.¹⁰⁰

Overeenkomsten tussen narradrama en opvattingen van moderne theatertheoretici

In narradrama worden middels deze technieken mogelijkheden geboden aan de cliënt om diens emotionele en fysieke kant van zichzelf te verenigen en persoonlijke groei te stimuleren. Ook kunnen symptomen van een bepaalde stoornis verminderen, zoals iemand met schizofrenie minder snel afgeleid is en zich beter kan concentreren.¹⁰¹ Narradrama lijkt in zekere zin op psychodrama, vanwege het uitspelen van situaties. Waar in narradrama de cliënt een verhaal speelt en een rol ontstaat, is bij psychodrama het omgekeerde het geval, doordat de cliënt een rol speelt en daarmee een verhaal kan ontstaan.¹⁰² De literatuur die ik over deze dramatherapievorm gevonden hebben zijn allen gericht op kinderen en adolescenten. Psychodrama toont overeenkomsten met de opvattingen van Stanislavski. Zo is naar mijn idee ook deze link te leggen met narradrama. De inleving in het verhaal wat de cliënt samen met de therapeut uitspeelt, is essentieel voor de therapie. Stanislavski ziet inleving als het kruipen in een personage mét diens hele karakter en verleden. Bij narradrama is ook sprake van inleving, maar op een minder intense manier.

⁹⁸ Pamela Barragar Dunne, "Drama Therapy Techniques in One-to-one Treatment with Disturbed Children and Adolescents" *The Arts in Psychotherapy* 15 (1988): 140-141.

⁹⁹ Ibidem, 141.

¹⁰⁰ Ibidem.

¹⁰¹ Ibidem, 149.

¹⁰² David Read Johnson & Renée Emunah, *Current Approaches in Drama Therapy* (Illinois: Charles C. Thomas Publisher Ltd, 2009): 189.

Daarnaast gaat het binnen narradrama erom de probleemsituaties opnieuw te beleven, om zo tot ander gedrag te komen. De werkwijze heeft een psychologische invalshoek, door de analytische werkwijze en heel erg bewust bezig te zijn met de rol die de cliënt krijgt in de situatie. De cliënt wordt gestimuleerd het verhaal te vertalen naar de toekomst, indien hij of zij dit gedrag zal voortzetten. De cliënt wordt daarmee gestimuleerd naar 'binnen' te kijken, wat ook aan de orde is bij Stanislavski's opvatting over spel.

Transpersonal Dramatherapy

Transpersonal Dramatherapy (TD) is een psychespirituele aanpak en gaat uit van het idee dat de individuele identiteit meer is dan het inter-persoonlijke. Concepten die binnen deze therapievorm centraal staan zijn ziel, karma en spirituele verbintenis en bewustzijn. Het transpersonele perspectief is een combinatie van psychodynamische, cognitieve en humanistische aanpakken. Het gaat binnen Transpersonal Dramatherapy om het verplaatsen van de aandacht voor het ego naar het groter geheel, dat verder gaat dan de fysieke realiteit.¹⁰³

Binnen de therapievorm ligt de focus op het lichaam, de geest én de ziel. Door belichaming – het fysiek doen alsof je iets of iemand bent – kan inzicht verkregen worden over problemen waar de cliënt mee kampt. Zo kan bijvoorbeeld de oorzaak van lichamelijke klachten een psychische oorzaak hebben, waar de cliënt zelf zich (nog) niet bewust van is. Herinneringen, gedachten en emoties kunnen namelijk een oorzaak zijn voor lichamelijke klachten. Dit worden ook wel psychosomatische klachten genoemd. Daarnaast kan Transpersonal Dramatherapy een bijdrage leveren aan het op een veilige manier ontdekken en uitdrukken van emoties.¹⁰⁴

Binnen Transpersonal Dramatherapy wordt gebruik gemaakt van spirituele praktijken, zoals meditatie, visualisatie, ademhalings- en energieoefeningen.¹⁰⁵ Er worden nieuwe creatieve manieren ontdekt om het onbewuste bewust te maken. De methode is een combinatie van transpersonele psychologie en theorieën en methoden van dramatherapie. Carl Jung is de eerste Europese psychotherapeut die het transpersoonlijke in de psychotherapie brengt. Hij ziet het onderbewustzijn als vat voor onderdrukte driften en afgesloten delen van het zelf. Het is door een innerlijke reis dat de therapeut toegang krijgt tot het onderbewuste, door middel van beelden, thema's, geluiden, beweging, maar ook door dromen, visies en verbeelding.¹⁰⁶

Linden beschrijft -als voorbeeld hoe de therapie in zijn werk gaat- een eerste sessie, waarbij iedere cliënt in de groep een ontroerend moment met hun moeder naar boven moet

¹⁰³ Penny Lewis, "Transpersonal Arts Psychotherapy: Toward an Ecumenical World View" *The Arts in Psychotherapy* 24 (1997): 243.

¹⁰⁴ Kristi Davis, "Imagine Health Conference Poster. Introduction." [2011] – 18-01-2010 <http://creativespirithealing.com/imagine-health/imagine-health-conference-poster/>

¹⁰⁵ Saphira Linden "Aiko: Drama Therapy in the Recovery Process of a Japanese/Korean-American Woman" *The Arts in Psychotherapy* 24 (1997): 193.

¹⁰⁶ Penny Lewis, "Transpersonal Arts Psychotherapy: Toward an Ecumenical World View" *The Arts in Psychotherapy* 24 (1997): 244.

halen en hier uitdrukking aan te geven door een passend lied te noemen.¹⁰⁷ Vervolgens worden per cliënt twee dromen besproken, een uit de vroege kinderjaren en een recente droom. De cliënt moet de zogenaamde 'zielkwaliteiten' benoemen, zoals gevoel voor humor, puurheid, creativiteit, liefde en intuïtie. Een droom maakt het onderbewuste zichtbaar, hetgeen wat een persoon bijvoorbeeld tijdens het dagelijkse leven onderdrukt. Het analyseren van de droom samen met de cliënt, kan tot nieuwe inzichten leiden.

Helping people shift their identity from their sense of limitation, low self-esteem, shame and feelings of inadequacy to these positive, essential parts of themselves is perhaps at the core of the healing in this process.¹⁰⁸

Overeenkomsten tussen TD en opvattingen van moderne theatertheoretici

Het concept onderbewustzijn speelt zoals een cruciale rol in de therapie om tot een positief zelfbeeld en heling te komen. Binnen de literatuur over Transpersonal Dramatherapy wordt niet geschreven over (mogelijke) verbanden met theatertheorieën. Mijns inziens is de meest duidelijke overeenkomst te zien in de theorie van Artaud:

Het theater moet met alle middelen nastreven niet slechts alle aspecten van de objectieve en beschrijvende buitenwereld aan de orde te stellen, maar ook die van de innerlijke wereld, dat wil zeggen die van de mens metafysisch beschouwd.¹⁰⁹

Theater gaat volgens Artaud verder (beter gezegd: dieper) dan aandacht voor de objectieve en beschrijvende wereld. Transpersonal Dramatherapy richt zich op het onderbewuste en spirituele van de mens en daarmee eveneens verder dan de waarheid die we met ons oog waarnemen.

Artaud maakte zagezegd gebruik van speciale ademhalingstechnieken geïnspireerd door onder andere yoga.¹¹⁰ Hij probeerde een ademhalingsmethode te ontwikkelen om acteurs te helpen de belemmerende energieën te transformeren naar meer constructieve handelingen:

An actor delves down into his personality.¹¹¹

Door de ademhaling keert de acteur terug in zichzelf. Artaud was van mening dat de ademhaling verschillende organen in het lichaam kan stimuleren om zo de sterke emotionele herinneringen -die daar liggen opgeslagen- te verminderen. Hij putte zijn inspiratie mede uit de Chinese accupunctuur.¹¹²

¹⁰⁷ Saphira Linden "Aiko: Drama Therapy in the Recovery Process of a Japanese/Korean-American Woman" *The Arts in Psychotherapy* 24 (1997): 194.

¹⁰⁸ Ibidem, 196.

¹⁰⁹ Antonin Artaud, *Het Theater van de Wreedheid* (Utrecht: IJzer, 2004): 108.

¹¹⁰ Zie pagina 11-12.

¹¹¹ Mark Verlin Rose *The Actor and His Double: Antonin Artaud's Theory and Practice of Movement* (Michigan, University Microfilms International, 1991): 4.

¹¹² Mark Verlin Rose *The Actor and His Double: Antonin Artaud's Theory and Practice of Movement* (Michigan, University Microfilms International, 1991): 5.

If an actor does not have a certain feeling, he can probe it through breathing.¹¹³

Wanneer een acteur niets voelt, kan hij door ademhaling op zoek gaan naar zijn gevoel. Als een actrice bijvoorbeeld gevoel van verdriet naar boven wil halen, moet hij bepaalde ademhalings technieken doen die gericht zijn op het stimuleren van de nier.¹¹⁴ Daarnaast werkte hij ook 'van buiten naar binnen' door middel van grote fysieke gebaren en bewegingen om de organen als het ware te masseren.¹¹⁵

In TD doet de cliënt ook ademhalingsoefeningen om tot zichzelf te komen, net als bij Artaud. De oefeningen geven de cliënt rust in zijn of haar hoofd, waardoor het lichaam meer centraal komt te staan:

An experience of unity, ... a feeling of identifying with all the things, ... the experience of timelessness and spacelessness, ... a sense of having been in touch with ultimate reality ... an experience of grace, joy and peace, ... a feeling of the divine, and an inability to put the experience into words.¹¹⁶

Het gaat dus om de beleving van het moment, waar de cliënt een gevoel van tijdloosheid en ruimteloosheid beleeft: de ultieme realiteit van het hier en nu.

De wijze waarop het onderbewuste zichtbaar gemaakt wordt voor de cliënt dan wel acteur verschillen TD en Artaud van elkaar. Artaud laat de acteur fysieke bewegingen maken, vaak heel krachtig en vol gevoel. Terwijl Transpersonal Dramatherapy een meer passievere wijze het onderbewuste naar boven wilt brengen.

¹¹³ Antonin Artaud, *The theatre and Its Double*. Vertaald door Victor Corti. (Londen: Calder & Boyars, 1970): 92.

¹¹⁴ *Ibidem*, 7.

¹¹⁵ *Ibidem*, 9.

¹¹⁶ Penny Lewis, "Transpersonal Arts Psychotherapy: Toward an Ecumenical World View" *The Arts in Psychotherapy* 24 (1997): 243.

Conclusie

In dit onderzoek staat het concept 'rol' centraal, waarbij het verwijst naar het spelen van een rol in theater, maar het ook in bredere zin opgevat kan worden door het in de context van het dagelijkse leven te plaatsen.

Rolopvattingen in het theater

In het theater kan het spelen van een rol op verschillende manieren uitgevoerd worden door een acteur. Hij kan versmelten met de rol die hij speelt, zodat we geen verschil zien tussen de acteur als persoon en de rol. De opvattingen van Konstantin Stanislavski (1863-1938) sluiten hier nauw op aan. Bij hem gaat het om de innerlijke ervaring van de acteur. Hij moet de emoties voelen, niet enkel imiteren. Het gevoel haalt de acteur uit diep verborgen herinneringen. Dit vergt veel inspanning van de acteur. Op een bewuste manier worden emoties opgehaald; met de ratio gaat de acteur terug naar een bepaald gevoel.

In andere gevallen is wel een duidelijk onderscheid te maken tussen de acteur en de rol die hij speelt. De acteur legt dan juist de nadruk op het feit dat het niet echt is door afstand te houden tot zijn rol en niet tot daadwerkelijke inleving in het personage te komen. Het vervreemdingseffect van Bertolt Brecht (1898-1956) is hier een uitstekend voorbeeld van. Hij legt de nadruk op het rationele, waarbij de acteur meer naar de rol verwijst dan hem daadwerkelijk speelt. Hij wilde het bewustzijn van de toeschouwers stimuleren, reflecteren op maatschappij en hen tot helder inzicht laten komen.

Een rol kan ook op een hele fysieke manier gespeeld worden, waarbij de acteur de rol belichaamt. Antonin Artaud (1896-1948) legde sterk de nadruk op fysicaliteit. De acteur moest vanuit het onderbewuste het spel laten ontstaan, waarbij oerdriften en oerangsten naar boven werden gehaald. Bij Artaud's spel gaat het om het 'oneindig afrukken van maskers'; het afpellen van de lagen die de acteur om zichzelf heeft heen gebouwd om te komen tot de diepe kern.

Ook bij Jerzy Grotowski (1933-1999) gaat het om de fysieke belichaming van de rol. Hij streefde naar zo min mogelijk woorden en wilde het lichaam laten spreken. De blokkades in het lichaam van de acteurs dienden opgeheven te worden. Het trainen van de acteurs was een behoorlijke fysieke uitputting en kende een hoge intensiteit, evenals de trainingen van Stanislavski.

Overeenkomsten tussen dramatherapievormen en opvattingen van moderne theoretici

Binnen dramatherapie wordt theater ingezet als simulatiemodel om de werkelijke sociale interactie in kaart te brengen. De sociale rollen die de cliënt in het dagelijkse leven bekleedt worden in de therapie zichtbaar gemaakt. Wanneer de cliënt gedrag dient te veranderen om zijn

of haar eigen functioneren te verbeteren, zal hij of zij een nieuwe rol eigen moeten maken. Vaak is veel oefening nodig om langdurige verandering teweeg te brengen. Binnen de therapie wordt op uiteenlopende wijze geoefend met deze gedragsverandering. De daadwerkelijke belichaming van de rol zorgt ervoor dat de cliënt ervaart hoe het is om die nieuwe rol eigen te maken.

De roloppvattingen in dramatherapie komen kort gezegd op het volgende neer. Psychodrama de meeste overeenkomsten heeft met de opvattingen van Stanislavski, wat betreft de inleving in de rol en de innerlijke monoloog van de acteur dan wel cliënt. Playback Theatre komt het meest overeen met Brecht, gezien het feit dat de cliënt de rol van toeschouwer heeft. Er is sprake van een afstand tussen de cliënt en zijn eigen rol in het uitgespeelde verhaal heeft. Developmental Transformations is geïnspireerd door Grotowski, wat betreft het idee dat het lichaam de bron van gedachten en gevoelens is. Er wordt gewerkt vanuit het lichaam (middels fysieke oefeningen) om blokkades in de cliënt te verhelpen. Gestalttherapie toont ook op dit vlak de meeste overeenkomsten met Grotowski. Het bewustzijn van eigen lichamelijk functioneren en de blokkades die dit verstoren, zijn van belang alvorens de therapie daadwerkelijk van start gaat. De aandacht voor de sociale positie van de cliënt komt overeen met Brecht's definitie van de sociale geste. Narradrama vertrekt vanuit het verhaal van de cliënt. Er is sprake van inleving, maar wijkt af van Stanislavski's inleving in het personage. De psychologische en analytische invalshoek komt tevens overeen met Stanislavski. Transpersonal Dramatherapy vertrekt net als Artaud vanuit het onderbewuste van de cliënt. Voor een overzicht van de bevindingen verwijs ik u naar Appendix II. Het eerste schema betreft een overzichtelijke weergave van de bevindingen per dramatherapievorm en theorie. Het tweede schema geeft een uitgebreider overzicht van de kenmerken van de therapievormen en de overeenkomsten met theorieën.

Meerwaarde van de bevindingen

Na al deze bevindingen op een rijtje te hebben gezet, kan de vraag gesteld worden wat de meerwaarde is van dit onderzoek. Allereerst is duidelijk geworden dat het concept 'rol' op meerdere manieren gedefinieerd kan worden. In dramatherapie komen deze definities samen door de sociale rollen van de cliënt als uitgangspunt te nemen en in te zetten in het 'theatermodel' met rollen als protagonist, bijfiguren en publiek. Het dagelijkse leven dient als het ware als een script voor een toneelstuk, waarbij de cliënt de hoofdrolspeler is of in een enkel geval de toeschouwer. De rollen van theater bieden binnen dramatherapie de mogelijkheid om de cliënt splendorwijs inzicht te verschaffen in zijn eigen gedragspatronen en sociale rollen.

De roloppvattingen van de theoretici zijn grofweg te onderscheiden in de daadwerkelijke beleving van de rol, afstand tot de eigen rol en belichaming van de rol. Duidelijk is geworden dat opvattingen van een enkele theoreticus het meest terug te zien zijn in de therapievormen. De meerderheid van de therapievormen legt de nadruk op het fysieke aspect van de cliënt. De cliënt

wordt benaderd als een individu die door middel van fysieke oefeningen blokkades in het lichaam kan verhelpen. Deze gedachtegang vindt aansluiting bij de spelopvattingen van Grotowski.

Voorafgaand aan het onderzoek leek mij de theorie van Stanislavski passend bij dramatherapie an sich. Ik had verwacht dat bij dramatherapie de daadwerkelijke beleving van een specifieke situatie centraal zou staan. Na dit onderzoek heb ik dramatherapie in vele dimensies leren kennen in tegenstelling tot mijn nog beperkte kennis van dramatherapie. Niet in alle therapievormen staat het naspelen van of spelen met een persoonlijke situatie centraal. Het is duidelijk geworden dat Developmental Transformations, Gestalttherapie en Transpersonal Dramatherapy juist het *lichaam* van de cliënt centraal stellen. Wellicht is dit te verklaren door het feit dat dramatherapie zich richt op mensen die moeite hebben om op een verbale manier emoties te uiten en door middel van spel zichzelf kunnen uitdrukken en kunnen 'loskomen' uit hun barrières. Deze beredenering volgend, zou dat betekenen dat het voor de cliënt makkelijker en prettiger is het lichaam te gebruiken als expressiemiddel in plaats van gesproken taal.

Binnen dit onderzoek heb ik in eerste instantie veel aandacht gehad voor de dramatherapievormen, omdat ik graag veel kennis wilde opdoen op dit terrein. Vervolgens heb ik de tijd genomen om literatuur over de theatertheoretici te bestuderen. Wellicht had ik hier eerder in het onderzoeksproces een start moeten maken om zo mijn onderzoek meer in balans te brengen wat betreft het opdoen van kennis. Indien er nog meer tijd beschikbaar zou zijn geweest, had ik graag mij verder willen verdiepen in concrete spelmethoden en -technieken van de therapievormen en de theoretici. Naar mijn idee zijn de bevindingen gebaseerd op gronding onderzoek, maar wellicht nog ietwat te veel aan de oppervlakte. Voor een eventueel vervolgonderzoek kunnen dit aandachtspunten zijn.

Bibliografie

- Antonin Artaud, *The theatre and Its Double*. Vertaald door Victor Corti. (Londen: Calder & Boyars, 1970): 92.
- Antonin Artaud, *Collected Works Volume II* Vertaald door Victor Corti. (Londen: Calder and Boyars, 1974):211.
- Antonin Artaud, *Het Theater van de Wreedheid* (Utrecht: IJzer, 2004).
- A. Paul Hare, *Social Interaction as Drama. Applications from conflict Resolution* (Beverly Hills: Sage Publications, 1985).
- Bertolt Brecht, *Teaterexperiment en politiek*, Nijmegen: Sun, 1972 Vertaald door Wim Notenboom en Jacq Firmin Vogelaar. Nijmegen: Sun, 1972.
- Daan Van den Bossche, "Kennismaking met Developmental Transformations" (Arteveldehogeschool en Psychiatrisch Centrum Caritas Gent, 2009): 1-8.
- David Read Johnson et. al., "Towards a Poor Drama Therapy" *The Arts in Psychotherapy* 23 (1996): 293-306.
- "Drama Therapy Techniques" Drama Therapy Institute LA - 17-01-2010
<http://www.dramatherapyinstitutela.com/techniquesmain.htm>
- Eliot Aronson et. al. *Social Psychology* (New Jersey: Pearson Education, 2007).
- Eva Leveton, *A Clinician's Guido to Psychodrama* (New York: Springer Publishing Company, 1992).
- Eva Leveton *Healing Collective Trauma Using Sociodrama and Drama Therapy* (New York: Springer Publishing Company, 2010).
- Fredric Jameson, *Brecht and Method* (New York: Verso, 1998).
- Fritz Perls, *The Gestalt Approach and Eye Witness to Therapy* (Palo Alto: Science and Behaviour Books, 1973).
- "Geschiedenis van de Vereniging." [2009] *Nederlandse Vereniging voor Therapie* - 10-01-2010.
http://www.beeldendetherapie.org/index.php?option=com_content&view=article&id=55&Itemid=90
- "Gestalttherapie" [2009] - 14-01-10 <http://www.therapiehulp.nl/therapie/psychotherapie/gestalttherapie/>
- "Gestalttherapie" [2006] - 24-01-2010 <http://www.gestalttherapie.nl/perls.html>
- Hannah Fox "Playback Theatre: Inciting Dialogue and Building Community through Personal Story" *Drama Review* 51 (2007): 89-105.
- Henk Smeijsters, *Handboek Creatieve Therapie* (Bussum: Coutinho, 2008).
- "Interview met Roger Arteel" 06-02-2010. <http://sites.google.com/site/belgiumishappening/home/interviews/roger-arteel-toneelstof-60>.

- Jerzy Grotowski, *Naar een Sober Theater*. 1968. Vertaald door Annelies Eulen. Amsterdam: International Theatre Bookshop, 1986.
- Jerzy Grotowski, *Towards a Poor Theater* (New York: Bantam Books, 1968).
- J.L. Moreno et. al. "The Consultation Clinic. Psychodrama and Role-playing" *Pastoral Psychology* 6 (1955): 54-57.
- John J. White *Bertolt Brecht's Dramatic Theory* (New York: Camden House, 2004): 120.
- Jo Salas "Culture and Community: Playback Theatre" *Drama Review* 27 (1983): 15-25.
- Jo Salas, *Improvising Real Life: Personal Story in Playback Theatre* (Dubuque: Kendall/Hunt, 1993).
- Konstantin Stanislavski, *An Actor Prepares* (Aylesbury Bucks: Hunt Barnard & Co. Ltd., 1936).
- Konstantin Stanislavski, *An Actor's Work on a Role*. 1936. Vertaald door Jean Benedetti. New York: Routledge, 2010.
- Kristi Davis, "Imagine Health Conference Poster. Introduction." [2011] – 18-01-2010
<http://creativespirithealing.com/imagine-health/imagine-health-conference-poster/>
- Mark Verlin Rose *The Actor and His Double: Antonin Artaud's Theory and Practice of Movement* (Michigan, University Microfilms International, 1991).
- Pamela Barragar Dunne, "Drama Therapy Techniques in One-to-one Treatment with Disturbed Children and Adolescents" *The Arts in Psychotherapy* 15 (1988): 140-141.
- Penny Lewis, "Transpersonal Arts Psychotherapy: Toward an Ecumenical World View" *The Arts in Psychotherapy* 24 (1997): 243-254.
- Philip Brownell, "Gestalt Therapy and Performance" [2008] – 14-01-2010
<http://afronord.tripod.com/spectator/gestalt.html>
- Philip G. Zimbardo et. al., *Psychologie: een Inleiding* (New Jersey: Pearson Education, 2007).
- Phil Jones, *Drama as Therapy. Theory, practice and research* (New York: Routledge, 2007).
- "Psychodrama" Vereniging Voor Psychodrama [2009] – 23-01-2010
<http://www.vvp.nl/psychodrama.html>
- Renee Emunah, *Acting For Real* (Londen: Psychology Press, 1994).
- Robert J. Landy, "The Future of Drama Therapy" *The Arts in Psychotherapy* 33 (2006): 135-142.
- Robert Leach, *Makers of Modern Theatre: an Introduction* (Londen: Routledge, 2004).
- Sue Jennings et. al., *The Handbook of Dramatherapy* (New York: Routledge, 1994).
- Saphira Linden "Aiko: Drama Therapy in the Recovery Process of a Japanese/Korean-American Woman" *The Arts in Psychotherapy* 24 (1997): 193-203.
- Syllabus Theorie en Analyse Theater en Dans 2008-2009* (Utrecht: Universiteit Utrecht, 2008).
- Thomas Richards, *At Work With Grotowski on Physical Actions* (New York: Routledge, 1995).
- Vsevolod Meyerhold, *Meyerhold on Theatre*. Vertaald door Edward Braun. Londen: Methuen & Co Ltd., 1969.

Appendix

I. Representatie van de wetenschappen in de literatuur over dramatherapie

In onderstaande tabel zijn de auteurs van de gehanteerde literatuur over een dramatherapievorm binnen deze scriptie weergegeven. Ze staan op chronologische volgorde. Achter iedere naam staat vanuit welke discipline zij afkomstig zijn.

Auteur	Discipline
Eva Leveton	Psychologie
Fritz Perls	Psychiatrie en psychologie
Robert J. Landy	Dramatherapie
J.L. Moreno	Psychiatrie
Jo Salas	<i>Niet bekend</i>
Hannah Fox	<i>Niet bekend</i>
David Read Johnson	Klinische psychologie
Christine Novy	Creatief therapeut
Pam Barragar Dunne	Theaterwetenschap
Jill Taft-Kaufman	Theaterwetenschap.
Penny Lewis	Psychologie
Saphira Linden	Dramatherapie

Resultaat:

- 5 psychologie/psychiatrie
- 3 creatieve therapie/dramatherapie
- 2 theaterwetenschap

II. Resultaten onderzoek: dramatherapievormen en acteertheorieën

Tabel 1

RESULTATEN		Theoretici modern theater				
Dramatherapievormen	<i>Stanislavski</i>	<i>Meyerhold</i>	<i>Artaud</i>	<i>Brecht</i>	<i>Grotowski</i>	
<i>Psychodrama</i>	X					
<i>Playback Theatre</i>			X	X	X	
<i>Developmental Transformations</i>					X	
<i>Gestalttherapie</i>			X	X	X	
<i>Narradrama</i>	X					
<i>Transpersonal Dramatherapy</i>			X			

Tabel 2

Dramatherapieform	Kenmerken	Theorie(ën)	Visie
Psychodrama	<p>Algemeen: Psychologische invalshoek Inzicht Rol spelen, verhaal ontstaat</p> <p>Spontaniteit Creativiteit</p> <p>Cliënt: Zelf spelen van eigen verhaal</p> <p>Doel: Inzicht eigen handelen en coping (nieuw gedrag) In contact met eigen impulsen</p> <p>Technieken: Rolwisseling Verdubbeling</p>	<p>Stanislasvki Inleving: personage ⇔rol Acteur speelt zelf vanuit eigen emoties Analytisch <i>What if</i>-techniek</p> <p>Doel: inleving ⇔ inzicht en verbeterde copingstijl</p>	<p>Auteur Eigen toelichting</p>
Playback Theatre	<p>Algemeen: Improvisatie Eigen persoonlijk verhalen laten vertellen</p> <p>Cliënt: Verteller, niet acteur</p> <p>Doel: Niet per definitie therapeutisch Stimuleren van dialoog Inzicht in eigen situatie Stimulatie zelfexpressie</p> <p>Technieken: Eigen verhaal vertellen, laten spelen door theatergroep of door medeparticipanten</p>	<p>Grotowski Sober theater Bevrijden van weerstand: direct ⇔ indirect</p> <p>Artaud Zichtbaar maken van emoties (angsten en driften): door acteur ⇔ cliënt</p> <p>Brecht Afstand tot eigen rol</p>	<p>Auteur Eigen toelichting</p> <p>Auteur Eigen toelichting</p> <p>Eigen visie</p>
Developmental Transformations	<p>Algemeen: Improvisatie: anticipatie wat ter plekke gebeurt</p>	<p>Grotowski Lichaam is bron van gedachten en gevoelens</p>	<p>Auteur</p>
	Sanne Haarsma		36

	<p>Belichaming Ontmoeting Speelruimte</p> <p>Cliënt: Zelf spelen improvisatie Niet eigen verhaal</p> <p>Doel: Aanleren attitudes t.o.v. het Zelf Transformeren zelfpresentaties</p> <p>Technieken: Improvisatietechnieken: associaties met beweging/geluid/scène</p>	<p>Contact met het Zelf Verhelpen van blokkades</p>	
Gestalttherapie	<p>Algemeen: Totaalbeeld van individu</p> <p>Hier en nu 'Hoe' Contact met omgeving</p> <p>Cliënt: Zelf spelen, eigen situatie Zowel eigen rol als rol van omgeving spelen</p> <p>Doel: Groter gewaarzijn van eigen handelen & eigen verantwoordelijkheid Eigen Gestalt weer compleet maken: volledig handelen Opheffen van blokkades</p> <p>Technieken: Naspelen eigen situaties, <i>Self awareness</i></p>	<p>Grotowski: Opheffen van blokkades</p> <p>Artaud Eerst lichamelijk ervaren, dan via woorden uiten</p> <p>Brecht Sociale geste</p>	<p>Eigen visie</p> <p>Eigen visie</p>
Narradrama	<p>Algemeen: Narratief perspectief Verhaal spelen, rol ontstaat</p> <p>Cliënt: Houdt de controle door structuur</p>	<p>Stanislavski: Inleving: personage ⇔verhaal Psychologisch > lichamelijk Analytisch</p>	<p>Eigen visie</p>

	<p>van verhaal vertellen</p> <p>Doel: Stimuleren zelfbewustzijn & zelfkennis Samenkomen fysiek & emoties Ontdekken alternatieve uitkomsten</p> <p>Technieken: Ongoing drama: improvisatie Hypothetical problem-solving situations: mogelijk alternatief Pictorial dramatization: beelden</p>		
Transpersonal Transformations	<p>Algemeen: Psychologisch Spiritueel Onderbewustzijn</p> <p>Clïënt: Zelf 'spelen', overgave aan onderbewuste</p> <p>Doel: Toegang krijgen tot onderbewuste: Op een veilige manier emoties ontdekken en uitdrukken Inzicht in psyche (evt oorzaak psychosomatische klachten)</p> <p>Technieken: Meditatie Visualisatie Ademhalings- en energieoefeningen</p>	<p>Artaud: Onderbewustzijn 'agressief' ⇔ passiever Spiritualiteit</p>	Eigen visie