

ΨΥΧΟΔΡΑΜΑ: ΜΙΑ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΖΩΗΣ & ΣΥΣΧΕΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ, ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ & ΠΑΙΔΙΑ.

Έλενα Καβροχωριανού, ψυχολόγος-ψυχοδραματίστρια, συνεργάτης ΨΥΚΑΠ
e.kavrohorianou@gmail.com

Περίληψη: Το ψυχόδραμα είναι η δράση, η έκφραση της αυθεντικότητας της ψυχής. Σαν βιωματική θεραπευτική προσέγγιση επικεντρώνεται στην ανάπτυξη των υγιών πλευρών της προσωπικότητας του ατόμου δίνοντας έμφαση στις δυνάμεις που προάγουν και ενθαρρύνουν το άτομο να αντιμετωπίσει δύσκολες καταστάσεις της ζωής χωρίς να αποδιοργανώνεται ή να δυσλειτουργεί. Η ψυχοδραματική φιλοσοφία βασιζόμενη στις αρχές του αυθορμητισμού και της δημιουργικότητας στοχεύει στην ανάπτυξη αυθεντικών, αληθινών και ουσιαστικών σχέσεων με τον εαυτό μας και τους άλλους.

Οι τεχνικές και τα εργαλεία του ψυχοδράματος μπορούν να εφαρμοστούν σε παιδιά, αλλά και σε ενήλικες, ενισχύοντας τον ρόλο των γονιών και των εκπαιδευτικών στην καλλιέργεια ενός κλίματος εμπιστοσύνης, αμοιβαίας αποδοχής, αρμονικής και αυθεντικής συνύπαρξης, συνεργασίας, αποτελεσματικής και ξεκάθαρης επικοινωνίας, μέσα στο οποίο τόσο τα παιδιά όσο κι οι ίδιοι θα αναπτύξουν το αίσθημα του αυθορμητισμού, της δημιουργίας και της συναισθηματικής έκφρασης, θα αποκτήσουν επίγνωση τους εαυτού τους και θα πορευτούν στη ζωή.

Οι ρίζες του ψυχοδράματος

Είναι δύσκολο να παρουσιάσει κανείς σε λέξεις το Ψυχόδραμα που είναι κατεξοχήν γλώσσα συναισθημάτων, βαθιών αγγιγμάτων, ένα ταξίδι αυτογνωσίας, μια βιωματική, ζωντανή διαδικασία, μία ομαδική εμπειρία αυτο-αποκάλυψης. Το Ψυχόδραμα προέρχεται από τις λέξεις ψυχή και δράση (δρώμενο) με την έννοια του δρώμενου της αρχαίας τραγωδίας, όπου εμπεριέχεται η έκφραση, η πλοκή και η κάθαρση. Θα λέγαμε λοιπόν ότι το Ψυχόδραμα είναι η δράση της ψυχής (Λέτσιοις, 2001).

Το Ψυχόδραμα βασίζεται στη φιλοσοφία και τις μεθόδους του ψυχίατρου και πρωτεργάτη της ομαδικής ψυχοθεραπείας Jacob L. Moreno (1889 - 1974) στις αρχές του 20ου αιώνα (Moreno, 1948, Haworth, 2002). Ήδη από το 1922 ιδρύοντας το θέατρο του αυθορμητισμού, με αναπαραστάσεις των εμπειριών του κοινού ή κοινωνικών καταστάσεων της καθημερινότητας με αυτοσχέδιο, αυθόρμητο τρόπο, και ελεύθερο σενάριο, πίστεψε ότι η αυθόρμητη και ελεύθερη δράση του σώματος και της ψυχής, έχει μεγάλη θεραπευτική δύναμη και σιγά σιγά ενίσχυσε τη φιλοσοφία του με τις βασικές τεχνικές αυτής της μεθόδου, την οποία και αργότερα αποκάλεσε «ψυχόδραμα».

«Το ψυχόδραμα είναι ζέσταμα» έλεγε ο Moreno, «είναι ζέσταμα για ό,τι συμβαίνει στη ζωή. Είναι ζωή!» θα προσθέσει ο Max Clayton, ένας από τους μαθητές του (Clayton, 1992, Blatner, 2000, Λέτσιοις, 2006).

Φιλοσοφία του ψυχοδράματος

Το Ψυχόδραμα ως ψυχοθεραπευτικό μοντέλο, δεν είναι μέθοδος επίλυσης προβλημάτων, αλλά ανάπτυξης της ζωής μέσα στο άτομο, γι' αυτό και λέγεται «μέθοδος ανάπτυξης της προσωπικότητας». Είναι ένας τρόπος αντιμετώπισης της ζωής με *αυθορμητισμό* και

δημιουργικότητα, όπου αυθορμητισμός στο ψυχόδραμα είναι το να αντιδρά κανείς με τον καταλληλότερο τρόπο, την κατάλληλη στιγμή. Η ψυχοδραματική αντίληψη συνοψίζεται στο ότι, όταν ο αυθορμητισμός και η δημιουργικότητα είναι αναπτυγμένα σε ένα άτομο, δεν υφίστανται ψυχοπαθολογικά προβλήματα (Λέτσιος, 2001). Σε κάθε άνθρωπο αξίζει να έχει αυθεντικές και αληθινές σχέσεις με τους γύρω του, τη φύση και όλο το σύμπαν και μόνο ο ίδιος έχει τη δύναμη να βρει την αρμονία μέσα στον εαυτό του, ώστε να υπάρχει και να συνυπάρχει σε όλες τις καταστάσεις της ζωής

Η δομή της προσωπικότητας και οι εσωτερικές δυνάμεις

Σε όλη μας τη ζωή υπάρχουν εσωτερικές δυνάμεις που μας κινητοποιούν να προχωρήσουμε μπροστά (*motivated force*) και δυνάμεις μας μας συγκρατούν, μας εμποδίζουν ή μας τραβούν προς τα πίσω (*reactive force*). Έτσι η δομή της προσωπικότητας του ατόμου είναι ένα σύστημα ρόλων, όπου ρόλος είναι ο συγκεκριμένος τρόπος που λειτουργεί το άτομο σε μία συγκεκριμένη κατάσταση (Clayton, 1992, Woodcock, 2003).

Υπάρχουν *ρόλοι που ενθαρρύνουν το άτομο για ζωή και το προάγουν* (*progressive roles*), όπως ο ρόλος αυτού που χαίρεται και απολαμβάνει τη ζωή, το παιχνιδιάρικο παιδί, ο δημιουργικός δάσκαλος, ο οργανωτικός νηπιαγωγός, η τρυφερή μητέρα)· *ρόλοι που αποδιοργανώνουν το άτομο και το εμποδίζουν να προχωρήσει* (*fragmenting roles*), όπως ο αγχώδης μαθητής, ο ανήσυχος πατέρας, ο αυστηρός κριτής, το απομονωμένο, μοναχικό παιδί και *ρόλοι επιβίωσης* (*copying roles*) που έχει διαμορφώσει το άτομο για να επιβιώσει απέναντι σε δύσκολες καταστάσεις της ζωής του, όπως ο ρόλος αυτού που συγκρούεται και εναντιώνεται με τις δυσκολίες, αυτού που τις αποφεύγει και αυτού που προσπαθεί να τις προσεγγίσει με συμφιλιωτική διάθεση.

Στόχος του ψυχοδράματος

Όπως και στη ζωή, σε μια ψυχοδραματική συνάντηση ένα άτομο μπορεί να *λειτουργεί με επαρκή τρόπο*, να έχει κάποιες *ικανότητες που υπολειτουργούν, λειτουργούν με συγκρουσιακό τρόπο, υπερλειτουργούν* ή ακόμα και να *απουσιάζουν* (Clayton, 1992). Με βάση τη συστηματική ανάλυση των ρόλων που έχει κάθε προσωπικότητα παιδιού, εκπαιδευτικού, άλλου ειδικού, ή γονέα, στόχος της ψυχοδραματικής αντίληψης είναι η *ενίσχυση των υγιών πλευρών της προσωπικότητας*, η ανάπτυξη του αυθορμητισμού και των ικανοτήτων εκείνων που θα βοηθήσουν το άτομο να ανταποκριθεί επαρκώς στις καταστάσεις της ζωής (Clayton & Carter, 2004). Ο Moreno προσδιόρισε τον αυθορμητισμό ως μια νέα απάντηση σε μια παλιά κατάσταση ή μια επαρκή απάντηση σε μια νέα κατάσταση και χαρακτηρίζεται από ευρύτητα, ανανεωμένη προσέγγιση και σύνθεση διαισθητικών, λογικών, συναισθηματικών και πνευματικών λειτουργιών (Moreno, 1941). Επομένως θα λέγαμε, πως η ανάκτηση αυτού του χαμένου και συρρικνωμένου, με τα χρόνια ή/ και τα βιώματα, αυθορμητισμού της παιδικής ηλικίας, είναι ο σκοπός του Ψυχοδράματος. Το παιχνίδι των παιδιών αποτελεί το καλύτερο πεδίο παρατήρησης και εφαρμογής του αυθορμητισμού, από το οποίο, μεταξύ άλλων, εμπνεύστηκε ο Moreno. Ο ίδιος γράφει πως ως νεαρός γιατρός δημιουργούσε πολύ ευχάριστα ιστορίες και παραμύθια με τα παιδιά στα πάρκα της Βιέννης και στις παιδικές χαρές, τα οποία και εκδραμάτιζαν όλοι μαζί. (Moreno & Moreno, 1944).

Ψυχόδραμα στην πράξη

Συνδυάζοντας την έκφραση της σκέψης, των συναισθημάτων με τη δράση του σώματος, το Ψυχόδραμα διεισδύει σε βάθος στην πραγματικότητα, όπως την βιώνει ο καθένας. Αντί κάποιος απλώς να μιλά για την οικογένειά του, για ένα συμβάν στο σχολείο ή για μια προσωπική κατάσταση που τον απασχολεί, μπορεί να δημιουργήσει επί σκηνής ακριβώς αυτή τη συγκεκριμένη κατάσταση, όπως τη βιώνει. Μπορεί να μπει στη θέση των άλλων ατόμων που υπάρχουν στην συγκεκριμένη εικόνα, να γίνει ο ίδιος μαθητής, δάσκαλος, πατέρας, μητέρα, αδερφός και να μιλήσει απευθείας σε οποιοδήποτε άτομο υπάρχει μέσα στην κατάσταση που βιώνει, να εκφράσει λόγια και συναισθήματα που δεν έχουν ειπωθεί στην πραγματική ζωή και έτσι να απελευθερωθεί από όσα κρατάει μέσα του ανείπωτα (Blatner, 1996, Corsini, 1966).

Στο Ψυχόδραμα, ακόμα και οι πράξεις που φαντάζουν απίθανες, όπως η συνάντηση με έναν συγγενή που έχει φύγει από τη ζωή, μπορούν να γίνουν πραγματικότητα κι έτσι να καταλήξουν σε μια νέα δυναμική εσωτερικευση ενός θετικού συναισθήματος. Γι' αυτό και η συμβολική επίλυση ενός θέματος δεν πρέπει να υποτιμάται. Με το παραπάνω εννοούμε πως η λύση που δίνεται σε ένα θέμα – η επίλυση του δράματος – από το ίδιο το παιδί τον γονέα ή οποιονδήποτε ενήλικα («πρωταγωνιστή»), εσωτερικεύεται, λειτουργεί ασυνείδητα στον ψυχισμό και εντέλει εξωτερικεύεται στην καθημερινή ζωή, γίνεται η λεγόμενη αλλαγή ή διορθωτική κίνηση. Η εκδραμάτιση, εμπριέχοντας την ουσία του πειραματισμού και δίνοντας την δυνατότητα της πρόβας για την ζωή, αποτελεί μια πιο ώριμη επέκταση του παιδικού παιχνιδιού, γι αυτό είναι ένας πολύ φυσικός και οικείος τρόπος δουλειάς προς τα παιδιά, αλλά και τους μεγάλους. Η δουλειά του συντονιστή είναι, χρησιμοποιώντας ψυχωδραματικές τεχνικές να βοηθήσει το παιδί ή τον ενήλικα να διερευνήσει και να νιώσει τις διαφορετικές πλευρές του θέματος που τον απασχολούν, με αποτέλεσμα να αποκτήσει μεγαλύτερη συνείδηση της κατάστασης που βιώνει και ταυτόχρονα να ενισχυθεί στο να επιλέγει και να δημιουργεί (Corsini, 1966).

Μέθοδοι - Τεχνικές

Ανατρέχοντας κανείς στη βιβλιογραφία που αναφέρεται στις μεθόδους της ψυχωδραματικής πρακτικής, ίσως να εκπλαγεί από τον αριθμό των τεχνικών που θα συναντήσει.

Όλες οι ψυχωδραματικές τεχνικές ωστόσο συμβάλλουν ώστε το άτομο να πάρει μεγαλύτερη επίγνωση του εαυτού του και του τρόπου που λειτουργεί σε σχέση με διάφορα πρόσωπα και καταστάσεις της ζωής του. Η καταλληλότητα εφαρμογής της εκάστοτε τεχνικής εξαρτάται από πολλές προϋποθέσεις, αλλά κυρίως από το λεγόμενο «ζέσταμα» του πρωταγωνιστή, δηλαδή από την συγκεκριμένη κατάσταση της ζωής στην οποία συγκεντρώνεται το άτομο κάθε στιγμή, και το οποίο οφείλει να νιώθει και να ακολουθεί ο συντονιστής όπως και όποτε προκύπτει.

Οι βασικότερες θεραπευτικές τεχνικές όπως αντικατοπτρίζονται και στα στάδια ανάπτυξης της προσωπικότητας (Wallon, 1941) κατά τον Moreno είναι ο *σωσίας* (double), όπου ενισχύεται η αυτό-αποδοχή, ο *καθρέφτης* (mirroring) (Idigo, 2001), όταν το άτομο χρειάζεται να αποκτήσει αυτοεπίγνωση και η *αντιστροφή* ρόλων (role reversal), όταν το άτομο καλλιεργεί την ικανότητά του να νιώθει την θέση των άλλων. Άλλες σημαντικές τεχνικές που χρησιμοποιούνται συχνά είναι: το *παιχνίδι ρόλων* (role playing), η *κοινωνιομετρία* (sociometry)(Moreno, 1947), ο *μονόλογος* (soliloquy), η *μεγιστοποίηση* της έκφρασης (maximization), η *παρατήρηση* της γλώσσας του σώματος (body language), η *συγκεκριμενοποίηση* (concretization), το *aside*, το *στήσιμο* της σκηνής, η *εμψύχωση* της

ομάδας, το modeling, η συνέντευξη απ' τον ρόλο, η εσωτερική φωνή, η «σαν να είναι απών» και πολλές άλλες. (Καβροχωριανού & Δήμου, 2013)

Εφαρμογές του ψυχοδράματος

Ψυχόδραμα για παιδιά & εφήβους

Το παιχνίδι είναι μια διαδικασία, η οποία χρησιμοποιείται από τα παιδιά, όχι μόνο για μάθηση και αυτο-έκφραση, αλλά και ως μια φυσική μορφή θεραπείας. Μέσω ασκήσεων το παιδί ή ο έφηβος:

- αποκτά μια άλλη σχέση με το σώμα του, οξύνει τις αισθήσεις του
- μεταλλάσσει τη σχέση του με τον εαυτό του, ξεπερνά τις φοβίες και τους δισταγμούς του μέσω του συμβολικού παιχνιδιού και την παρότρυνσή μας,
- μαθαίνει να αναγνωρίζει και να εκφράζει τα συναισθήματά του, αναπτύσσει την ελευθερία του λόγου, την φαντασία και τη δημιουργικότητά του,
- διερευνά τον εσωτερικό του κόσμο, αφήνοντας τις επιθυμίες, τα άγχη, τους φόβους, τα όνειρα και τις φαντασιώσεις του να βρουν διέξοδο προς τη δημιουργικότητα
- βρίσκει πολλές δυνατότητες απόλαυσης, ενθουσιασμού και χαράς, που ανανεώνουν και πραγματώνουν το είναι του,
- αλληλεπιδρά ομαδικά με άλλα παιδιά, μαθαίνει να συνεργάζεται, σέβεται και να αποδέχεται όρια και περιορισμούς, μαθαίνει να νιώθει τον άλλον και τις δυσκολίες του, μαθαίνει να υποχωρεί ή να διεκδικεί, να παίρνει πρωτοβουλίες, αναπτύσσει τις κοινωνικές του δεξιότητες και συμπορεύεται με τους ενήλικες.

Με την πάροδο του χρόνου τα παιδιά μέσω του παιχνιδιού ρόλων και άλλων ψυχοδραματικών τεχνικών «ανοίγουν» προς τη ζωή, καθώς δημιουργούν τα ίδια απεριόριστες δυνατότητες και μπορούν να ενισχυθούν στο να βρίσκουν διάφορες εναλλακτικές, οι γνώσεις που αντλούν γίνονται βίωμα και αφομοιώνονται στο είναι του. (Αλκηστis, 1983, 1984)

Είτε δουλεύοντας σε βιωματικές ομάδες παιδιών, είτε ατομικά υπάρχουν παραδείγματα εφαρμογής ψυχοδραματικών τεχνικών σε παιδιά (Καβροχωριανού & Δήμου, 2013), που βιώνουν συγκρουσιακές σχέσεις των γονέων τους στο σπίτι, την απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου (Weiner, 1975), αλλά και σε παιδιά με αυτισμό (Gagani, 2001, Gagani & Grieve, 2003) και ειδικές ανάγκες.

Ψυχόδραμα στην εκπαίδευση

Η εφαρμογή της φιλοσοφίας και των τεχνικών του ψυχοδράματος στην εκπαιδευτική κοινότητα θα μπορούσε να εξασφαλίσει τις συνθήκες εκείνες που θα βοηθήσουν τους εκπαιδευτικούς να φτιάξουν ένα ασφαλές, χαρούμενο και υγιές πλαίσιο, μέσα στο οποίο τόσο τα παιδιά όσο κι οι ίδιοι θα αναπτύξουν το αίσθημα του αυθορμητισμού, της δημιουργίας, της ελευθερίας και της συναισθηματικής έκφρασης, θα έρθουν σε καλύτερη επαφή με τον εαυτό τους και θα μένουν ανοιχτοί σ' ό,τι καινούργιο προκύπτει, αποδεχόμενοι την διαφορετικότητα και κατά συνέπεια φτιάχνοντας σχέσεις αποδοχής κι όχι απόρριψης.

Το Ψυχόδραμα συμβάλλοντας στην καλλιέργεια ενός κλίματος συνεργασίας, αποτελεσματικής και ξεκάθαρης επικοινωνίας, οδηγεί στο να συνδέονται καλύτερα οι εκπαιδευτικοί με τα παιδιά και αντίστροφα. Αποτέλεσμα όλης αυτής της προσπάθειας είναι να μειώνεται το αίσθημα ματαίωσης ή/και εξουθένωσης των επαγγελματιών που δουλεύουν με παιδιά και να αυξάνεται η όρεξη για δημιουργία και ζωή.

Στην εκπαιδευτική κοινότητα λοιπόν το Ψυχόδραμα μπορεί να συμβάλει στην ανάπτυξη:

- Της άμεσης και αυθεντικής επικοινωνίας των εκπαιδευτικών με τα παιδιά, τους γονείς, τους συναδέλφους τους,
- της ενσυναίσθησης,
- της βαθύτερης κατανόησης των αναγκών, των συναισθημάτων των παιδιών
- του πολύπλοκου ρόλου κάθε ειδικού στο χώρο εκπαίδευσης,
- των ικανοτήτων αντιμετώπισης δύσκολων καταστάσεων στην τάξη,
- των ικανοτήτων διαχείρισης συγκρούσεων,
- αμοιβαίων σχέσεων αποδοχής
- κατανόησης της διαφορετικότητας
- της ομαδικής διαδικασίας και της ενταξιακής φιλοσοφίας,
- της συνεργατικής μάθησης,
- της δημιουργικής διδασκαλίας,
- μιας ποιότητας ζωής και έκφρασης με ζωντάνια, χιούμορ και ευελιξία

Ψυχόδραμα σε γονείς

Ως βιωματική μέθοδος ανάπτυξης της προσωπικότητας, το Ψυχόδραμα μπορεί να εστιάσει στην ανάπτυξη εκείνων των ρόλων στους γονείς που θα συμβάλλουν στην υγιή συσχέτιση με τα παιδιά τους. Δοκιμάζοντας να νιώσουν «σαν να» είναι το ίδιο το παιδί τους σε μια συγκεκριμένη κατάσταση, να θυμηθούν και να ξαναβιώσουν δικές τους προσωπικές εμπειρίες σαν παιδιά, αλλά και να πάρουν συνείδηση του τρόπου που λειτουργούν σαν γονείς, μπορούν να αποκτήσουν έναν νέο τρόπο αντίδρασης στις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν μέσα στον γονεϊκό τους ρόλο και να συνυπάρξουν με τα παιδιά τους σε ένα κλίμα αλληλοκατανόησης, αμοιβαίας αποδοχής και ενσυναίσθησης.

Το Ψυχόδραμα σαν μέθοδος συσχέτισης με τον εαυτό μας και τους άλλους μπορεί να δημιουργήσει τις προϋποθέσεις ώστε να βελτιωθούν και να ενισχυθούν οι σχέσεις ανάμεσα στο γονεϊκό ζευγάρι, να αποκατασταθούν ή να διευρυνθούν οι οικογενειακές και κοινωνικές σχέσεις των γονέων, που θα συμβάλουν με τη σειρά τους στην καλλιέργεια ενός θετικού περιβάλλοντος ανάπτυξης ενός παιδιού. Παράλληλα οι γονείς μαθαίνουν να συνεργάζονται εποικοδομητικά με την εκπαιδευτική κοινότητα, να επικοινωνούν με το σχολικό περιβάλλον του παιδιού τους και να εμπιστεύονται τον ρόλο των εκπαιδευτικών, συμβάλλοντας από κοινού στην ολόπλευρη και αποτελεσματική ανάπτυξη του παιδιού τους.

Ψυχόδραμα για όλους - Προτάσεις

Το Ψυχόδραμα, ως ψυχοθεραπευτικό μοντέλο και μέθοδος ανάπτυξης της προσωπικότητας, εφαρμόζεται σήμερα σε πολλές χώρες του κόσμου (Blatner, 2000) και αφορά σε όλους τους απλούς, καθημερινούς ανθρώπους που έχουν άμεση ανάγκη ή επιθυμούν να αναπτύξουν στοιχεία και ικανότητες της προσωπικότητάς τους, να ανοίξουν ακόμα περισσότερο προς τη ζωή, να διευρύνουν τους ορίζοντες της αντίληψης, της αίσθησης και των συναισθημάτων τους και να σχετίζονται αρμονικά με τον εαυτό τους και τους γύρω τους.

Επιπλέον, διδάσκεται ως βιωματική μέθοδος ομαδικής ψυχοθεραπείας και εκπαίδευσης στο ρόλο (role training) με σκοπό (ΨΥΚΑΠ, 2000):

α) Την εκπαίδευση ειδικών του τομέα της ψυχικής υγείας (ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς κ.ά.) στις ψυχοδραματικές μεθόδους και τεχνικές, ώστε να είναι σε θέση να εφαρμόσουν το Ψυχόδραμα ως ολοκληρωμένο θεραπευτικό και αυτογνωσιακό σύστημα στους διάφορους τομείς της κοινωνικής ζωής (ψυχοθεραπεία, ανάπτυξη της προσωπικότητας σε εργασιακούς χώρους, σχολεία, οργανισμούς, επιχειρήσεις, κοινότητες, φυλακές κλπ).

β) Την εκπαίδευση επαγγελματιών άλλων ειδικοτήτων (ειδικούς παιδαγωγούς, εκπαιδευτικούς, νηπιαγωγούς κ.ά.), προκειμένου να ευαισθητοποιηθούν στην εφαρμογή της ψυχοδραματικής φιλοσοφίας και των αντίστοιχων ψυχοδραματικών τεχνικών στο εργασιακό τους περιβάλλον, συμβάλλοντας τόσο στην ενίσχυση του επαγγελματικού τους ρόλου, όσο και στην προσωπική ανάπτυξη των ίδιων και των ατόμων με τα οποία έρχονται σε καθημερινή επαφή στα πλαίσια της δουλειάς τους (παιδιά, γονείς, συνάδελφοι).

Αυτά τα προγράμματα εκπαίδευσης λειτουργούν σε εξειδικευμένα κέντρα ψυχοδραματικής εκπαίδευσης, που είναι αναγνωρισμένα μέλη της FEPTO (Federation of European Psychodrama Training Organisations) και περιλαμβάνουν τη συστηματική συμμετοχή των εκπαιδευόμενων στην ανάλογη ομάδα ψυχοδράματος, την θεωρητική και βιωματική διδασκαλία και κατάρτιση, όπου αναλύεται, βιώνεται και συζητείται σε βάθος η εξειδικευμένη βιβλιογραφία, εξασκείται η ψυχοδραματική μέθοδος και γίνεται πρακτική άσκηση πάνω στην εφαρμογή των ψυχοδραματικών τεχνικών υπό την εποπτεία των εκπαιδευτών.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

Άλκηστις, (1983), **Η δραματοποίηση για παιδιά**, Αθήνα: Άλκηστις.

Άλκηστις, (1984), **Το αυτοσχέδιο θέατρο στο σχολείο**, Αθήνα: Άλκηστις.

Blatner, A., (1996), **Acting in Practical Applications of Psychodramatic Methods** (3rd edition), New York: Springer Publishing Company, Inc.

Blatner, A., (2000): **Foundations of psychodrama: theory and practice** (4th ed.), New York: Springer

Clayton G. Max., (1992), **Enhancing Life & Relationships. A role training manual**, Australia: ICA PRESS

Corsini J. Raymond, (1966), **Role playing in psychotherapy**, New York: Aldine Publishing Company

Clayton M. & Carter, P., (2004), **The Living Spirit of the Psychodramatic Method**, New Zealand: Resource Books.

Gagani Ioanna, (2001), Building a Relationship with Alice, an Autistic Child, **Australian and New Zealand Psychodrama Association Journal**, no.10, p.15-2, Caulfield, Vic.: Australian and New Zealand Psychodrama Association.

Gagani I. & Grieve. S., (2003), Let's Make A Bridge! Working in Action with Autistic Children, in A. Bannister and A. Huntington (Eds), **Communicating with Children and Adolescents. Action For Change**, London: Jessica Kingsley Publishers.

Hawworth Peter, (2002), Ιστορική αναδρομή στο ψυχόδραμα, στο Ζωγράφου Λ. (Επιμ.), **Το ψυχόδραμα. Θεωρία και Πρακτική**, (σελ. 41-57), Θεσσαλονίκη: University Studio Press.

Πδικο, E. (2001), Ο ρόλος του «καθρέφτη» στις θεραπευτικές και εκπαιδευτικές

- ομάδες ψυχοδράματος, στο Λέτσιος, Κ. (Επιμ.), **Το ψυχόδραμα. Η επιστήμη της ομάδας στην ψυχοθεραπευτική προοπτική**, (σελ. 141-167), Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Καβροχωριανού, Ε. & Δήμου, Σ.** (2013), Ψυχόδραμα για παιδιά, στο συλλογικό έργο, Μέλλου, Ε (Επιμ), **Βοήθημα εκπαιδευτικού μικρών παιδιών, Θεωρία και Πράξη**, 4^{ος} τόμος, (σελ. 43-52), Αθήνα: Ελένη Μέλλου & On demand.
- Λέτσιος, Κ.**, (2001), Προϋποθέσεις του παιχνιδιού: Εργαλεία του ψυχοδράματος, στο Λέτσιος, Κ. (Επιμ.), **Το ψυχόδραμα. Η επιστήμη της ομάδας στην ψυχοθεραπευτική προοπτική**, (σελ. 67-79), Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Λέτσιος, Κ.**, (2001), Οι κυριότερες μέθοδοι και τεχνικές της ψυχοδραματικής πρακτικής, στο Λέτσιος, Κ. (Επιμ.), **Το ψυχόδραμα. Η επιστήμη της ομάδας στην ψυχοθεραπευτική προοπτική**, (σελ. 93-115), Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Λέτσιος, Κ.**, (2006), Το Ψυχόδραμα και ο Moreno, στο Στάμος Παπαστάμος και συνεργάτες (Επιμ.), **Εισαγωγή στην Κοινωνική Ψυχολογία Τόμος Β΄**, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Moreno, J.L.** (1934). **Who Shall Survive**. New York: Beacon House.
- Moreno J. L.**, (1941), The Philosophy of the Moment and the Spontaneity Theatre, **Sociometry**, Vol. 4, No. 2, pp. 205-226.
- Moreno J. L. & Moreno Florence B.**, (1944), Spontaneity Theory of Child Development, **Sociometry**, Vol. 7, No. 2, pp. 89-128.
- Moreno. J. L.**, (1947), Organization of the social atom, in **Sociometry**, Vol 10, No 3, pp. 287-293.
- Moreno, J.L.**, (1948), Psychodrama and Group Psychotherapy, **Annals of the New York Academy of Sciences**, vol. 49, issue 6 Current Trend, pp. 902-903.
- Wallon, H.** (1941) **L'Évolution psychologique de l'enfant**, 17e éd (1974), Paris: Armand Colin
- Weiner B. Hannah.**, (1975), **Living experiences with death – a journeyman's view through psychodrama**, New York: Baywood Publishing Co.
- Woodcock, John**, (2003), **Psychodrama Roles: Creating a New Culture**, Australia and New Zealand Psychodrama Association Journal, No 12, pp. 55-61
- ΨΥΚΑΠ- Ψυχοδραματικό Κέντρο Ανάπτυξης της Προσωπικότητας**, (2000), www.psychodrama.gr