



HOGYAN MŰKÖDIK A SZOCIODRÁMA A KÖZÖSSÉGFEJLESZTÉSBE^{*1}

Balla Edit

■ *Találkozzunk és csináljuk együtt!* – így summázza Jacob Levy Moreno, a szociometria atyja az emberi közösségek működésének kritériumait.

De mégis, mi történik akkor, amikor az egymásnak először idegen emberek találkoznak, és együtt kezdenek csinálni valamit? Mi az a változás, ami csak ezekből a helyzetekből tud megszületni, és milyen szintje, mélysége szükséges az együttlétnek, közös tevékenységnek ahhoz, hogy a csoporttöbbletből fakadó csoda megtörténjen? Mi lép működésbe ilyenkor? Van-e az emberi találkozásoknak és együttléteknek közös, működő képlete?

Ugyanis, ha van ilyen, a közösségfejlesztő és csoportokkal dolgozó szakemberek, vezetők, segítő szakemberek, feltehetőleg mind alkalmazni tudják azokon a színtereken, ahol egymást nem, vagy csak felületesen ismerő emberekkel dolgoznak. A közösségi munkában, ahol a közösség cselekvő aktivitásának kibontakozásához segítség szükséges, a szakember biztonságát jórészt az adja a folyamat beindításában, hogy ő tudja, az mitől működik.

A szociálpszichológia művelői az elmúlt száz évben elméletek sorát alkották meg annak magyarázatára, hogy mi határozza meg az emberek társas viselkedését, és ez milyen kapcsolatban van a személyiség fejlődésével. Moreno újító elméleteit a csoportdinamika és a szociometria, „az emberi kapcsolatok mérésének tudománya” területén alkotta meg, melyet terápiás gyakorlatában a pszichodráma és a szociodráma színpadain kezdett alkalmazni.

* <https://doi.org/10.62560/csz.2024.01.10>



Tanulmányom alapját egy lakótelepi konfliktus kezelésére létrehozott közösségfejlesztő projekt képezi, amelyben a szociodráma akcióorientált módszerét alkalmaztuk.

E példán keresztül keresem a választ arra, hogy mi adja a szociodráma – és minden más akciófókuszú, találkozón és közös tevékenységen alapuló módszer – hatékonyságát a közösségalapú fejlesztésben és a konfliktuskezelésben. Arra is rávilágítok, hogy felülről való beavatkozás esetén lehet-e a kezdeményezés ugyanúgy sikeres, mint akkor, ha mindez organikus módon, a közösség tagjainak kezdeményezésére történik.

Elsőként a szociometriát, mint a szociodráma elméleti alapját taglalom. Azt gondolom, hogy ezzel nemcsak a szociodramatikus lejátszás működésére világítunk rá, de egy, mára szinte csak a dramatiszta szakemberek szűk köre által ismert és hivatkozott elmélet kaphat újra nagyobb reflektorfényt, hogy minden gyakorlati szakember számára hasznos lehessen, aki csoportokkal dolgozik.

Bemutatom a szociodráma módszertani alapvetését, alapvető technikáit és folyamatát. Megvilágítom, hogy mi a szociodramatikus folyamat esszenciája, mi az a jelenség, melyen keresztül a csoporttagokra tett hatás megvalósul.

Gyakorlati példán, egy szomszédsági konfliktusból induló szociodramatikus közösségfejlesztő folyamat bemutatásán keresztül teszem megfigyelhetővé a szociometria alapelveit – magyarul, hogy ember és ember között mesterségesen létrehozott körülmények között hogyan jöhet létre valódi találkozás.

Kitérek arra, hogy mi az az alapvető szociodramatikus eszköztár, a találkozásoknak az elemi szintje, amelyhez bármelyik, csoportozásban valamennyire gyakorlott szakember bátran nyúlhat, és a közösségfejlesztő folyamatot károkozás veszélye nélkül előrelendítheti.

Elméleti párhuzamok

„A hálózat a közvélemény boszorkánykonyhája, amelynek csatornáin át befolyásolják, nevelik és pusztítják egymást az emberek.” Moreno

A közösségi munka és a szociodramatikus munka egyaránt a társadalmi problémák érintettekkel közös feltárására, csoportok cselekvő aktivitásának növelésére, az ezen keresztül megvalósított társadalmi változásra törekszik. A közösségi munka két szakmaspecifikus alapelve, a közösség és a részvétel elve (Vercseg 2020: 32) a fundamentuma minden szakmai értéknek, melyre a szociodráma és a közösségfejlesztés egyaránt támaszkodik.



A közösség elve

Az ember alapvetően társas lény. A közösséghez való tartozás emberi alapszükségletünk, enélkül nem tudnánk életben maradni. Az is szükségletünk, hogy ne csak személyiségünk egyes szeleteivel, hanem önmagunk teljességében is tartozhassunk valahová, ahol bennünket elfogadnak.

A 20. század harmincas éveiben erőre kapó szociálpszichológia irányzatai, a szociometria, csoportdinamika² a világ globális társadalmi átrendeződései nyomán keletkezett dezintegrációra keresték a választ. Érdeklődésük középpontjában a demokratikus elveket valló személyiség szociálpszichológiai leírása állt, melyet a tekintélyelvű személyiség és az őt követő passzív, tanult tehetetlenséggel rendelkező ember antitézisének tekintettek (Csepeli 2001).

A szociálpszichológia a korszak másik meghatározó irányzatával, a pszichoanalízissel ellentétben, amely megállapításait az egyén önközpontúságát alapul véve fogalmazza meg, abból az alapvetésből indul ki, hogy az egyén csak a társadalomba ágyazottan, társas kapcsolatokban alakul és működik, a személyiség az interakciókon, a társas kölcsönhatásokon keresztül alakul. Közösségi és társadalmi beavatkozások sora indul el e tudományok talaján, amelyek további koncepciókat és fogalmakat alkotnak a gyakorlati munka hasznára.

A szociálpszichológiában a csoportlélek³ fogalmának megalkotásával terjed el és kristályosodik ki a csoportfogalom használata, és a harmincas évek végére kialakítja az informális csoportosulások jellemző, elsődleges, közvetlen társas alakzatával, a kiscsoporttal foglalkozó szakterületét, a csoportlélektant. Ez a tudományág csoportnak tekinti alapvetően azokat a kislétszámú csoportokat, amelynek tagjai között tartós társadalmi interakció, társas kölcsönhatás áll fenn (Merton 2002). „Az ilyen csoport mutat intézményesedési tendenciát, hiszen szokások és szabályok képződnek, hagyományok alakulnak ki benne, de mint alakzat nem illeszkedik be a makroszociális intézményhálózatba (Mérei 1996).” A kiscsoport az ember szocializálódásának színtere.

A csoportlélektan kialakulásának egyik irányadó forrásaként emlegeti a szociálpszichológiai irodalom (Csepeli 2001: 395–403) Jacob Levy Moreno szociometriáját. A szociometria „az emberek közötti kapcsolatok mérésének tudománya”, mondja Moreno (1980).

A Moreno által megalkotott, majd Mérei Ferenc által továbbgondolt és továbbfejlesztett szociometriai elmélet és kutatási-beavatkozási gyakorlat középpontjában az emberi társadalom látható társulási formái mögötti informális kapcsolatok rejtett struktúrája áll.

A részvétel elve

A közösségfejlesztés két legszakmaspecifikusabb alapelvének a közösség elvét és a részvétel elvét tartjuk. Ha a közösséget a közösségfejlesztés fő alapelvének, célértékének tekintjük, a részvétel az eszközérték.

A részvétel növelésével elérhető, hogy az egyén a maga teljességében, aktív, cselekvőképes tagja legyen a közösségnek. A részvétel azt jelenti, hogy az ember képes a közösségi mezőben kitűzött egyéni célját, és a közösségi célt is megvalósítani.

A hatékony részvételiség erősíti a közösségen belüli kohéziót, a bizalmat és a szolidaritást. Ha ezek erősödnek, a marginalizált helyzetű egyéneket is felemeli-beemeli a közösség, a társadalmi egyenlőtlenségek csökkennek és ez a társadalmi integráció irányába hat. Ez maga a megvalósult részvételi demokrácia (Vercseg 2020).

A közösségfejlesztés és a szociodráma módszere a beavatkozás során egyaránt fontosnak tartja az erőforrásközpontúság és képessé válás (empowerment) fókuszba helyezését. „Minden közösség rendelkezik az erőforrások és lehetőségek valamiféle kombinációjával. ... Egy olyan közösségben, ahol minden kapacitást feltérképeztünk, mindenki a fejlesztési folyamat aktív hozzájárulója, hasznos része lesz.” (Sain 2021)

A közösségek és egyének erőforrásaira való fókuszálás a segítő, támogató folyamatokban működőképesebb az ún. „hiánymodellnél”, amikor a szakember arra fókuszál, hogy mi a probléma és hogy mi hiányzik – magyarul, hogy hiányzóknak ítélt szolgáltatásokat igyekszünk létrehozni, és ezzel az ő passzív felhasználó állapotukat erősítjük⁴. Az erőforrásközpontú hozzáállás fókuszában az áll, hogy inkább segítséget kapjanak ahhoz, hogy maguk tudjanak ilyen szolgáltatásokat létrehozni.

A közösségi beavatkozásokban megfogalmazott célunk, hogy a képessé válást, mint célt a döntéshozókra, intézményekre is kiterjesszük.

*A közösségi munka célja Moreno szerepelmélete nyelvén, hogy a közösségek, csoportok előrevivő, hatóerejüket kiteljesítő, kezdeményező- és cselekvőképessé-
güket kialakító szerepeit fejlessze. Az ilyen kezdeményező- és cselekvőképes közösség a közjéért dolgozik.*

Előítélet, sztereotípa

„Az előítéletek lebontásában a legnagyobb szerepet a megismerés játssza, a megismerés leghatékonyabb módszere pedig a közös cselekvés.”⁵ Kovács Edit

A szociálpszichológiai elmélet és gyakorlat népszerű kutatási területe volt az előítéletes viselkedés, a sztereotipizálás, illetve az elutasítás formáinak vizsgálata.

Egyes pszichológusok, társadalomkutatók feltették a kérdést, hogy mennyire tartandó az előítéletes viselkedés devianciának vagy patológiakusnak.⁶

Gondolatmenetemben erre a kérdésre egyrészt az a szociometriai alapgondolat szolgál válasszal, amely szerint az egyén személyisége, karaktere jórészt nem genetikusan meghatározott, hanem a születéstől kezdődően társas élményei és a társak által közvetített hiedelmek hatására formálódik, másrészt pedig, hogy viszonyulásainkat, viselkedésünket és attitűdünket szociális kapcsolódási hálónkban betöltött pozíciónk határozza meg.

Az előítéletes és sztereotip gondolatokat hiedelmeknek tekintem. A hiedelmek olyan, az emberi társadalomban való működést alapvetően segítő gondolati konstrukciók, amelyek a nyelv útján terjednek embertől emberig, és a másik elméjében megragadnak (Tóth–Csányi 2017). Ezeknek a gondolati konstrukcióknak énerősítő és csoportösszetartó hatásuk van.

Azt gondolom, hogy kiscsoportokbeli szocializációnk, majd ennek eredményeképpen a kapcsolódási rendszerben betöltött szerepünk és pozíciónk azt a gondolati és viselkedéstartományt is meghatározza, hogy mennyire leszünk előítéletesek másokkal.

A jó hír az, hogy az élmény is, a hiedelem is felülírható egy új élménnyel, egy új hiedelemmel, legyen ez véletlenszerű esemény vagy egy tudatosan tervezett helyzet egy csoport mintha-terében. Azt állítom, hogy ha a rendszerben betöltött szerepünkéből és státuszunkból adódik az előítéletes viselkedés valamilyen szintű, intenzitású lehetősége, akkor ez a lehetőség aktiválódik vagy marad alvó állapotban attól függően, hogy az egyén mikor, kivel és hogyan kapcsolódik a másik csoportból. Ha például egy kisebbségi csoport iránt negatív előítéletekkel rendelkezik valaki (mert ilyen hiedelmeket, attitűdöt tett magáévá a kiscsoportokban szocializációja során), ha soha nem kapcsolódik az adott kisebbségi csoport tagjaihoz, ez a viselkedés nem aktiválódik, nem mutatkozik meg. Ha az egyén olyan helyzetbe kerül, hogy felületes találkozások történnek az adott csoport tagjaival, ez az előítélet aktiválódik, sőt erősödhet, mert a külső jegyeket esetleg valóban megerősíteni látszik a találkozás. De ha úgy aktiválódik az előítélet, hogy valódi, teljes személyiséget befogadó találkozás történik ember és ember között, annak ereje felülírja akár az eredeti hiedelmeket, akár a már megélt eseményeket is.

Meglátásom szerint a felületes találkozás nem befolyásolja az egyén szociális atomját, a valódi találkozás viszont átalakítja azt.

Itt van jelentősége a beavatkozásnak, amellyel olyan körülményeket, olyan keretet tudunk teremteni, amelyben biztonsággal létrejöhetnek a valódi találkozások. Itt van a jelentősége az ember szabad akaratának is, hogy mennyire veszi észre ezeket a lehetőségeket, mennyire van vágya és bátorsága élni velük, illetve, hogy mennyire erős a szenvedésnyomása a negatív előítéletek fogságának.

Izgalmas kérdés, hogy egy közösségfejlesztő beavatkozásban ez miképp megy végbe. Hogy mond valaki igent a hívásra, és hogy utasítja el, vagy hogy száll ki belőle. Hogyan történik ember és ember között az igazi találkozás, és hogy írónak felül csikorogva-nyikorogva a régi hiedelmek az új megélések által és általtal, hogy egymás szociális atomjaihoz kapcsolódva szabad áramlásuk lesz a hálózaton belül.



Azt gondolom, hogy mivel a negatív sztereotípiák és az előítélet is informális hálózatokon keresztül vándorló hiedelem, kulturális konzerv⁷ – ebből következően megfékezni is ugyanezen a csatornán keresztül lehet ellenkező előjelű, a közjó érdekét szem előtt tartó, a csoporttöbbségben létrejövő és rögzülő normákkal és értékekkel.

A szociodráma módszere

Azt a beavatkozást, amelyen keresztül a módszert ebben az írásban bemutatom, a közösségi munka gyakorlati elmélete, valamint a szociodráma mint lehetséges közösségfejlesztési módszer gyakorlata és technikái alapozzák meg.

A közösségfejlesztés munkamódjainhoz – amelyek közvetítik a szakma alapértékeit –, a helyzethez, közösséghez, közösségfejlesztő személyiségéhez idomulva különböző akcióorientált módszerek és azok technikái alkalmazhatók. Minden módszer különböző technikákat alkalmaz, ezeket a szakember az aktuális helyzethez igazodva kreatívan használja.

A szociodráma egy olyan komplex műfaj, amely magában foglalja a szociometrikus elméleti megalapozást, emellett kidolgozott, a gyakorlatban megvalósított akciók, beavatkozások során használható módszert kínál egészen az azt életre keltő konkrét technikák szintjéig. A közösségfejlesztő folyamatban akár a szociodráma módszere, akár annak egyes technikái adekvát módon alkalmazhatók.

A szociodráma egy szociometrikus alapokon nyugvó, akcióalapú csoportmódszer,⁸ amelyet Jacob Levy Moreno a szociometria elvei és gyakorlata alapján fejlesztett ki, testvérmódszerével, a pszichodrárával⁹ együtt. A szociodráma a pszichodrárával ellentétben nem az egyéni, hanem a kollektív tényezőkkel, csoportközi viszonyokkal dolgozik.

Moreno a szavak helyett a kapcsolat és a cselekvés, tehát az interakció és akció szintjén való munkát hangsúlyozta (Moreno et al 2006). A drámában (a szerepekben történő cselekvésben) találja meg azt az eszközt, amelynek segítségével a közösségek és csoportok megrekedt vagy destruktív viszonyai változtathatók, és amely révén társadalomjobbító szándéka kiteljesedhet.

A szociodráma a társadalmi viszonyok, kapcsolódási formák, csoportközi konfliktusok feltárása, tanulmányozása mellett azok kezelésére, megújítására, változtatás elérésére is alkalmas (Blaskó et al 2021). A szociometrikus rekonstrukció (a szociodráma alapvető célja) tehát egybevághat a közösségfejlesztői célokkal.

Az eredményt Moreno szerint az garantálja, hogy a szociodramatikus csoport „ugyanazokkal a szociális és kulturális szerepekkel rendelkezik, amelyekben valamilyen mértékben az adott kultúra összes hordozója osztozik.” Ugyanis a szociodramatikus lejátzásban a csoport tagjai „nem mint magánszemélyek, hanem mint ugyanannak a kultúrának a képviselői” állnak egymással kapcsolatban.” (Moreno 2021)



Interakcióink során a saját kultúránkban elsajátított társadalmi szerepek képei vannak segítségünkre abban, hogy mit gondoljunk arról, hogy milyen a mi kultúránkban az apa, az anya, a vállalkozó, az Isten mentális képe. Ezek a képek lépnek működésbe akkor is, amikor egy másik kultúra hasonló szerepeivel találkozunk, és az a másik kultúra más jelentést tulajdonít ugyanennek a szerepnek vagy nincs ilyen szerep. Ezeket a félreértéseket, amelyeket csupán verbális interakción keresztül nehéz lenne tisztázni, a szociodramatikus lejátás tisztázni tudja.

A találkozások vallása

Moreno találóan már munkássága elején a találkozások vallásának (religion of encounter) nevezte módszerét, jelezvén annak spirituális dimenzióját.

Moreno két ember valóságos találkozását (encounter), mondhatni a bennünk lévő kollektív énrész találkozását tekinti kísérletei, „szociometrikus tesztei” kiindulópontjának. Ebben a találkozásban, ebben a szociális vonzódásban van benne az az energia, amelyből a közösségek és hálózatok dinamikája továbbépül. Moreno arra jött rá, hogy ezt a rejtett hálózatot ennek az energiának a mentén a rokonszenvi választások módszerével lehet feltárni, mérni (Mérei 1989). A vonzásokból, taszításokból és semleges viszonyokból álló rejtett hálózatokat ún. szociogrammal rajzolta meg oly módon, hogy a közösség tagjainak a viszonyokat érintő, konkrét helyzetekre vonatkozó kérdéseket tett fel. A válaszokból felrajzolt hálózatot, a szociogramot ezek után értelmezte, és ezt a folyamatot tekintette szociometriának.

Mérei kutatásai és érdeklődése középpontjában azok a társas történések, a valóságnak az a tartománya áll, ahol a társas és az egyéni találkozik. Ez az a mikroszociológiai szintér, ahol „a társadalmi hatások egyénileg árnyalódnak, az egyéni adottságok pedig környezeti hatások szerint bontakoznak ki” (Mérei 1996). Itt tevődnek át a rokonszenvi és ellenszenvi feszültségek társas aktusba, és itt alakul ki az emberi kötődések hálózata. Itt választja ki és kezdi el használni az egyén a felkínált sztereotípiákat, tesz magáévá valamilyen mintát vagy értéket. (Mérei 1996)

Szociálpszichológiai kiindulópont, hogy a csoport több, mint tagjai összessége. Mérei szerint a csoporttöbbség „nem a csoport fölött lebegő szubsztancia, hanem a csoporttagok között létrejött szokások rögződése”. A csoporttöbbséget az átlagos hatóerejű csoporttagok hordozzák úgy, hogy az együttes élmények hatására hagyományokat, normákat alakítanak ki, ezek megtestesítőivé válnak, és így társas hatóerőben (szociális penetrancia) túl tudják szárnyalni az alapvetően domináns vezető egyéniségeket, azok modelljeivé tudnak válni. Tehát „az együttes élmény nemcsak fokozott öröm, hanem fokozott hatóerő is” – összegzi Mérei (1989).

A szociodráma folyamatmodellje

A szociodráma folyamata jellemzően négy fő szakaszra bontható (Blaskó et al 2021; Browne 2005):

- nyitókör, és a bemelegedés szakasza (warm up), témakeresés – itt a hétköznapi valóság szintjéről a csoporttagok belépnek a külső realitás szintjéről a csoport valóságába és egymással interakcióba lépnek; résztvevőknek rá kell melegedniük magukra, a másokra, a helyre, a módszerre, a spontaneitásra, a témára, esetlegesen a szerepbelépésre is, majd meg kell találniuk a közös témát;
- a játék szakaszának első fele: színpadra állítás és a cselekmény mozgásba hozása;
- játék valósága – a csoporttagok szerepekbe lépve átlépnek a csoport valóságából a játék valóságába és a vezető felállítja a kezdőképet;
- játékfázis második fele: változtatási szakasz – a szereplők átlépnek a realitás-többlet szintjére, elemzik és megoldásokat keresnek a megjelenített helyzetre;
- integrációs szakasz – csoport valóságában zajlik, a zárás után visszatérnek a hétköznapi valóságba.

Egy szomszédsági konfliktus példája

A szociodramatikus folyamat kontextusa

A zuglói Kacsóh Pongrác úti lakótelep szociális bentlakásos intézményei, önkormányzati bérlakásai és az őket körülölelő társasházak lakói közti konfliktus az egyes alcsoportok eltérő szocializációja, eltérő normái és normakövetésének eltérő szintje miatt alapvetően közösségi munkáért kiált. A kiinduló helyzetben rejlő potenciális konfliktust felszínre hozta az, hogy az intézmények létrehozásába a társasházak lakóinak beleszólásuk nem volt, sőt, tiltakozó akcióik nem találtak adekvát fogadtatásra a döntéshozók részéről.

Ahogy az utóbbi néhány évben a konfliktus mélyült, annak jelei, az utcai verbális agresszió, a rendőrségi, önkormányzati képviselői bejelentések egyre sűrűsödtek, az is világossá vált, hogy egyoldalú intézményi intézkedésekkel ezt nem lehet orvosolni. Emellett látszott, hogy a konfliktus blokkolja a lakosok aktív cselekvőkészségét, ezért sem alulról jövő lakossági önszerveződésre, sem arra nem lehet számítani, hogy egy szakembert felkérjenek a helyzet kezelésére. Ezért a fejlesztő folyamatot felülről való beavatkozásként a területen lévő gyermekvédelmi intézményi szerepből indítottam el, a fejlesztő folyamat jelenleg is tart.

Az alulról jövő kezdeményezések feltételezik a nyitott, kezdeményező- és cselekvőkész attitűdöt. A konfliktusos pozíciók jellegzetessége viszont a védekező vagy támadó, de mindenképpen zárt hozzáállás. Kívül helyezkedve intézményi szerepemen, a helyi önkormányzati képviselővel összefogva és csoportvezető-társakat választva ránéztünk a konfliktusra és felismertük a beavatkozás szükségességét.

Szakmai kérdés volt, hogy miként lehet megtalálni azokat az embereket, akik készek dolgozni azon, hogy a lakosság közös ügyét megtalálják, és a közös projektet később a „külső” lakossági kör bevonásával megvalósítsák. Óvatosságra intett bennünket, hogy az aktivitást mutató lakók eddig a konfliktus megfogalmazásában, indulattal telve voltak aktívak. Emiatt először azt terveztük, az al csoportokkal külön-külön kezdünk el dolgozni, és második lépésben alakítjuk ki a közös csoportot. Időközben ezen az irányon változtattunk és közös csoportba hívtuk az egyes al csoportokhoz tartozó embereket.

A közösségfejlesztő beavatkozás

A közösségi munka egy háromalkalmas szociodramatikus folyamattal kezdődött, melynek eredményeképpen a csoport két megvalósítandó projekt mellett tette le a voksát: az egyik egy közösségi tér létrehozása, a másik pedig egy közterületszépítési-növényültetési akció volt. A szociodráma-folyamat a közösségi tér szolgáltatásainak megtervezésére – és egyben a tágabb lakossági kör tervezésbe való bevonására – néhány hónap után folytatódott, miközben pályázati forrásból a tér fizikai felújítása is megvalósult.

A szociokulturálisan heterogén csoport létrehozása hatékonynak bizonyult, mivel a személyes kapcsolódások, találkozások a sztereotípiák lebontásában az első közösségi beszélgetéstől kezdve működésbe léptek.

Hogy két ember között megtörténik-e a valóságos találkozás, azt csoportvezetőként leginkább a metakommunikációból, gesztusokból, testtartásból lehet érzékelni. A résztvevők felső testükkel egymás felé fordulnak, tekintetük is egymás felé forduló, nyílt lesz.

E. az első alkalomra Á.-val érkezett, aki tele volt negatív indulatokkal. E. kabátját majdnem egy órán keresztül ölében tartotta és magához szorította. Fesztes testtartása az alkalom végéig megmaradt. A második alkalomra nem jött el. A harmadik alkalomra újra megszólítottuk, eljött, és látható volt, ahogy a kiscsoportban kinyílik az arca és aktívan kezd részt venni az ötletelő feladatban.

Az új normák és értékek egy részét csoportvezetőként mint „csoportozós szabályt” fektettük le. Ezek közé tartozott, hogy nem minősítjük a másikat, nem ítélezünk. A csoport identitását meghatározó értékek a gyakorlatok, páros beszélgetések során kristályosodtak ki: ebben a csoportban az emberek szeretik, ha rendezett a környezetük, tisztelik az időseket, tisztelik egymás igényeit, szeretnek közösségben együtt lenni, egymástól tanulni.

Igazolódni látszik az a feltevés is, hogy az előítéletes hiedelmek és viselkedés – amely lehetősége meglátásom szerint bizonyos társas kapcsolatok által meghatározott pozíciókból adódik és bizonyos események aktiválják –, megszüntethetőek úgy, hogy ezeket a pozíciókat mesterséges módon, beavatkozással megváltoztatjuk. K., egy egyedülálló nyugdíjas asszony szociális atomjából eddig hiányzott az átmeneti otthon előítélettel sújtott roma családjaihoz való valóságos kapcsolódás.



Kommunikációjuk a találkozások alkalmával kölcsönös fenyegetőzésekből és indulatos szóváltásokból állt. A kiscsoport biztonságos terében K. az első alkalommal még jelenlévő roma asszonyt támadta. A második alkalom egyik páros gyakorlata során került közel A.-hoz a sokgyerekes roma férfihoz. A megosztó körben nyilvánvalóvá váltak közös értékeik – például az idősebb generáció tiszteletéről – és ezek az értékek a csoport normái között is helyet kaptak. Mindkettőjük szociális atomja egy másik – eddig előítéllettel sújtott – csoport egy tagjával bővült. Ráadásul kilátásba került a kapcsolat továbbadása, mivel K. örömmel jelentette: „Találtam egy ezermentert!” Jelezvén, hogy a telefonszámot továbbadja más egyedül élő nyugdíjasnak is, akiknek szakipari segítségre van szüksége. Amikor néhány hónappal később egy roma majd egy másik, lakhatási krízisben levő asszony csatlakozott az átmeneti otthonból, hozzájuk K. már nyitott, befogadó attitűddel állt.

A negatív sztereotípiák, azok a hiedelmek, kulturális konzervek, amelyek gátolják az egyéni észlelést, a személyes találkozásokon keresztül így oldódnak fel és veszítik el erejüket. Az új, csoporttöbbségben is kifejezést nyert értékek, normák pedig ugyanazon hálózaton keresztül az új tagokhoz már akadály nélkül eljutnak.

Egy, a legelső alkalmon résztvevő, támadó és negatívan minősítő csoporttag érzékelte, hogy a csoportnorma nem az előítéletek erősítése, az ellentétek szítása lesz, mivel vezetőként az agresszív és minősítő megjegyzéseit rendre leállítottuk. A következő alkalomra már nem jött el. Láttá, hogy ez a folyamat a meglévő szociális atomjának a másik csoport irányba való tágítását kívánná, és úgy döntött, hogy ezt nem lépi meg.

I. és K. barátokként csatlakoztak a csoportba, mindketten régi lakótelepi lakók. Mivel I. nagyothall, szívesen választotta a K.-t beszélgetőtársnak, akit jól ismert. Az informális rejtett hálózat átalakulásának jele volt, amikor K. már nemcsak I. mellett érezte magát biztonságban – mert a közöspont-kereső gyakorlatok során egy másik csoporttag kiemelte rejtvényfejtő készségeit – és ezután megfigyelhető volt a páros gyengülése és a többi csoporttaghoz való kapcsolódások sűrűsödése.

Csoportdinamikailag jelentős volt néhány hónap kihagyás után a fejlesztő folyamat újratekintése. Az eredetileg a hátrányos helyzetű intézményi lakók és a társasházi lakók közti válaszvonal eltűnt a csoporttöbbségben megfogalmazódó közös normák épülésével párhuzamosan. Ez akkor lett nyilvánvaló, amikor az újrainduláskor a három új általános iskolás szülő csatlakozott, és a válaszvonal az új és a régi tagok között rajzolódott ki újra.

Az együttes élménynek és a valóságos találkozások által bekövetkezett változások a csoport teréből a hétköznapi valóságba visszakerülve a megváltozott informális hálózatokon keresztül tovább hatnak.

Az, hogy a hálózatok szociális atomok kapcsolódásain keresztül történő működése nem követi a formális alakzatok kapcsolati határait (nem válik szét kizárólagosan hatalmon belüli és azon kívüli alakzatokra), akkor is nyilvánvalóvá lett, amikor egy önkormányzati döntéshozó, aki az egyik közösségi alkalmon részt vett, felfigyelt egy pályázatra és lépéseket tett annak érdekében, hogy a közösség forrásszerzési projektjét az önkormányzat támogassa és pályázaton indítsa.



Hasonló esetnek tekinthető, amikor az iskolaigazgató egyértelmű támogatásáról biztosította a közösségfejlesztő projektet – rendszeresen helyet adva az iskolában összejöveteleinknek és az iskola kommunikációs felületein közzétéve felhívásainkat.

A döntéshozókat tehát a hálózat szociális atomjaiba együttes élményeken keresztül bevonva lehet a közös ügyekbe és közösség-alapú működésbe is bevonni.

Igazolást nyert, hogy nem a konfliktusfókuszú, hanem az erőforrásfókuszú konfliktuskezelés a hatékony konfliktuskezelés. A folyamat elején csoportvezető társaimmal minden erőfeszítésünket arra kellett, hogy fordítsuk, hogy a behozott konfliktus megmutatkozzon, elfogadást kapjon, de ne uralja a teret. Amikor a csoporttagok a konfliktus témáját hozták be, és fokozódott a verbális agresszió, minden esetben megnyugtatólag hatott, ha a közös cselekvési lehetőségekre, illetve a közösségben rejlő erőre és képességekre tereltük vissza a szót.

A csoportkohézió látványosan erősödött, (nőtt az aktivitás a csoporton belül és a csoporton kívül sűrűsödött a csoporttagok közti kommunikáció), amikor a tervező alkalmak után a siker láthatóvá vált. Ilyen volt, amikor a növényeket elültettük a házak előtt, ilyen volt a szomszédünnepen való megmutatkozás sikere, az első látogatás az átadott közösségi térben, majd a megrendelt bútorok összeszerelése.

A folyamatmodell értelmezése a gyakorlatban

A hétköznapi realitásból a csoport realitásába való átlépésig jutottunk az első, háromalkalmas folyamatban. Érzékelhető volt a csoportnormák kialakulása a csoporttöbbségben annak ellenére, hogy az alkalmak nagy részét a bemelegedésre szántuk. Ebben a folyamatszakaszban maga a bemelegedés volt az akció.

Szerepbe lépésre, szimbolikus játékokra, a játék szintjére a folyamat második szakaszában került sor, amikor a csoportnormák már megerősödtek, másrészt pedig elérhető közelségbe került a vágyott közösségi tér valósága, és ez további lendületet adott a csoportmunkához.

A szociodráma hozzáadott értéke a közösségfejlesztésben

Felmerül a kérdés: amellet, hogy a szociodráma akciómódszerének hatása a kiscsoportos beavatkozásban több esetben tisztán megmutatkozott, szociodráma alkalmazása nélkül vajon el lehetett-e volna jutni a közösséggé válásnak erre a fókára? A gyakorlott közösségfejlesztői szem meg tudja állapítani, hogy – bár Moreno állítja, hogy a különböző kultúrákban kialakult társadalmi szerepek jelentéstartományának megértése kimondottan a dramatikus módszerek sajátja – dehogynem, ide el lehetett volna jutni bármilyen más megoldáscentrikus, „együtt csináláson” alapuló módszerrel, de akár hagyományosan moderált közösségi beszélgetésekkel is.



Én is csak hangsúlyozni kívánom, hogy az a gyakorlott, szakmai alázattal kellőképpen megáldott szakember tudja hatékonyan vezetni a folyamatot, aki elegendő eszközzel rendelkezik, több módszerben jártas ahhoz, hogy a legmegfelelőbbet válassza ki a fejlesztő folyamat adott pontjához és a konkrét csoport adottságaihoz, készségeihez igazítva. Adott esetben döntsön akár úgy, hogy egyet sem alkalmaz – hisz nem a módszerek és technikák villogtatása a cél, hanem a résztvevők, a csoport, a közösség ügyének előrelendítése, támogatása a folyamat keretein belül.

Néhány alaptechnika

Komplex szociodramatikus folyamatot vezetni kizárólag biztos szakmai tudással, megfelelő végzettséggel szabad.¹⁰

De ahogy a bemutatott példában látható volt, a szociodráma-vezető sem feltétlenül dönt úgy, hogy végigvisz egy komplex, pozíciócseréken alapuló szociodramatikus folyamatot ahhoz, hogy beinduljon a változás, és a csoport meglelje cselekvőerejét. (Ennek oka lehet az esetleges konfliktus mélysége, csoportdinamikai megfontolások, a csoporttagok játékra való készsége, kreativitása, mentális állapota, a megbízás időtartama.)

Néhány olyan technikát gyűjtöttem csokorba, amelyek bevetésével a csoportvezető szakember egy nem szociodramatikus folyamaton belül is az erőforráskeresés és a kapcsolódás felé tereli csoporttagokat.

1. *párosok, négyesek* – Moreno minden energiát, amelyből a cselekvés kiindulhat, a találkozásban (encounter) vél felfedezni. Encounter-technikának minősül két csoporttag páros gyakorlata és az is, amikor a párosokat arra kérjük, hogy válasszanak maguknak egy másik párost, és folytassák négyesekben a közös téma feldolgozását.

A fejlesztő folyamat elejének támadó, negatív indulatokkal teli atmoszféráját a párosokra való bontással tudtuk több ízben megfékezni úgy, hogy azt kértük tőlük, hogy gyűjtsenek minél több közös pontot az élettörténetükben.

Ez a határozott vezetői instrukció a nem csoportozáshoz szokott csoporttagoknak gyerekesnek vagy felesleges gyakorlatnak tűnhet, egyeseket akár bosszanthat is, hisz esetleg határozottan megakadályoztunk egy kezdődő agressziót. Az egyik támadni készülő csoporttag ennél a vezetői instrukciónál jelezte, hogy neki erre nincs ideje, így nem fog megoldódni semmi. Végül mégis maradt az alkalom végéig és az indulatot sikerült a gyakorlattal megfékezni.

A páros gyakorlattól egy másik alkalom bemelegítő fázisában azt vártuk, hogy egymáshoz is kapcsolódjanak és a közösségi kert témájához való viszonyulásukat is keressék meg magukban a résztvevők. Kértük, hogy idézzék fel magukban gyermekkoruk egyik kertjét, amelyet ismertek, és fogalmazzák meg érzelmi viszonyulásukat hozzá.

Mindkét cél megvalósulását sikeresnek ítéltük, örömmel osztották meg emlékeiket egymással a párok és a felhívásra, hogy nagy körbe is hozzanak be egyet-



egyed, végül mindenki el szeretne volna mondani a saját emlékét. A témára való ráhangolódás segítette a fő téma ezt követő ötletáradatát.

2. *A dramatikus szociometria* közkedvelt módszer. Arra kérjük a csoporttagokat, hogy valamilyen paraméter (például származási hely) vagy skála (mennyire lelkesen jött ma ide) szerint rendeződjenek a térben. Néhány embert a csoportvezető megkérdez, indokolják választásait. Ehhez hasonló, amikor közös témák vagy csoporttagok közti választásra kérjük őket. Bemelegítő gyakorlatként is jól használható, de az alkalom játéktémájának kiválasztására is alkalmas úgy, hogy azt kérjük a csoporttagoktól, mindenki álljon amögé a téma mögé, amelyikkel most a leginkább szeretne foglalkozni.

Az első folyamatunk harmadik alkalma során alkalmaztuk a szociometrikus választás gyakorlatát. Első feladatnak azt kértem, hogy a jelen lévők álljanak fel a megjelölt vonalra aszerint, hogy a teát vagy a kávékat kedvelik-e jobban. (A tervezéskor már föl se merült, hogy esetleg gyerekesnek találná a csoport a feladatot.) A felkérésre azonnal felállt mindenki és keresgetni kezdte a helyét, majd örömmel osztotta meg, hogy melyek a kávézási-teázási szokásai. Ugyanez volt a „Pacsirta vagy-e vagy bagoly?” kérdéskörnél, mindenki büszkén mesélte el magáról, hogy ő melyik tábort gyarapítja, és ugyanez történt a nyár-télszeretők identitásvállalásánál. A csoporttagok figyeltek egymásra.

Felkínáltuk a csoporttagoknak, hogy javasoljanak nekik is egy paramétert, amely mentén szeretnék, hogy a csoport rendeződjön. T. azt kérte, hogy mindenki aszerint álljon fel, hogy a tévét vagy az olvasást szereti-e jobban. A válaszok egyre bőbeszédűbbek lettek.

Végül azt kértem, álljanak fel aszerint, hogy mekkora aktivitást éreznek magukban, ha erről a szomszédságról van szó. A résztvevők többsége középen foglalt állást. Mindenki határozottan állt be és ez nemcsak megvilágította, hanem mélyítette is elköteleződésüket a közös ügy iránt.

Ezt a gyakorlatot tartom a folyamat egyik meghatározó pontjának, mert mintát a feladatokban való aktív részvételre és arra is, hogy a fejlesztő hogy tudja átadni a stafétát a közösség egyik kompetens tagjának.

3. *Imaginációs gyakorlat* –

A témára való rámelegítő gyakorlatnak azt terveztük, hogy középre helyezünk egy szimbolikus karácsonyfát és arra kérjük a résztvevőket, hogy képzeljenek el egy karácsonyi ünnepséget egy közösségi térben. Képzeljék el részletesen, hogy néz ki a tér.

Felolvastuk az előző szomszédünnepen összegyűjtött ötleteket a berendezéssel kapcsolatban.

Középre helyeztünk egy széket, ráborítottunk egy zöld-arany kendőt, szimbolizálva a karácsonyfát. Egy fonallal jeleztük leendő közösségi tér helyiségeinek falait. Arra kértük őket, hogy sétáljanak a térben, majd álljanak meg egy ponton, ahol jól érzik magukat. Mesélik el, hogy mit érzékelnek, mit látnak a térben. Az alábbi válaszok születtek:



K – egy hintaszékben ül, a karácsonyfát nézi, körülötte a régi idők karácsonyairól beszélgetnek;

T – babzsákfotelek a nagy teremben, beszélgetőklub, a falon képek a szomszédünnepről, növényültetésről;

A – a konyhában fő a káposzta, kiállítás van a falon az iskolás gyerekek munkáiból;

M – beszélgetőklub meghívott vendéggel, kerületi emberek, régi lakosok, tanárok;

D – a kis szobában két asztal összetolva, körülötte gyerekek ajándékdobozokat készítenek, zene szól;

L – női klub sminkeléssel, varrással.

A gyakorlat jelentősége, hogy a képzeletben, egy jövőbeli pillanatba vetített mintha-valóságban megrajzolt berendezéssel, akadálytalanabb lett a tervezési folyamat.

A gyakorlat végén az egyik résztvevő felkiáltott: Most értem csak meg, hogy ez nem egy sima játék, ez a mi közösségi terünk tervezése!

Prológus

Közösségfejlesztőként és dramatistaként mély meggyőződése, hogy a találkozások és közös tevékenységek természetes folyamatának ösztönzésére vagy mesterséges (fejlesztői) beavatkozásra szükség van. Az együttes élmény bizonyítottan elfogadás- és befogadásérsítő ereje által az egyének és közösségek hatóerejét, önértékelését, aktív cselekvőkészségét növeli. Csak az elszigeteltség, a kirekesztettség csökkentésével, a kapcsolódások bővítésével lehet ledönteni az igazságos, szolidáris emberi társadalom útjában álló akadályokat. Csupán annyi kell hozzá, hogy az ember „szűk szobájába” egy másikat beengedjen.

Pilinszky is ezt a szociometrikus alaptételt önti versbe:

*A teremtés bármilyen széles,
óhnál is szűkösebb.
Innét odáig. Kő, fa, ház.
Teszek, veszek. Korán jövök, megkésem.
És mégis olykor belép valaki
és ami van, hirtelenül kitarúl.
Elég egy arc látványa, egy jelenlét,
s a tapéták vérezni kezdenek.
Elég, igen, egy kéz elég amint
megkeveri a kávé, vagy ahogy
„visszavonul a bemutatkozásból”,
elég, hogy elfeledjük a helyet,*



*a levegőtlen ablaksort, igen,
hogy visszatérve éjszaka szobánkba
elfogadjuk az elfogadhatatlant.*
(Pilinszky János: Elég)

A költői gondolatmenetet folytatva – a találkozás, a jelenlét, a kitáguló tér (csoporttöbbség) által minden további közös tevékenység a közjó növekedését segíti elő. Közösségfejlesztői feladatomban fogalmazom meg, hogy ezt a bátorságot vagyok hivatott szítani az emberekben.

Irodalom

- Allport, Gordon W. (2014): *Az előítélet*. Budapest: Osiris.
- Blaskó Ágnes–Durst Móni–Fóti Orsolya–Galgóczi Krisztina–Horváth Kata–Kocsi Andrea–Pados Eszter (2021): A szociodráma folyamata. In: Blaskó Ágnes–Durst Móni–Fóti Orsolya–Galgóczi Krisztina–Horváth Kata–Kocsi Andrea–Pados Eszter: *Táguló realitás. A szociodráma módszere*. Budapest: L'Harmattan.
- Csepeli György (2001): *A szociálpszichológia vázlatja*. Budapest: Józsefvég.
- Horváth Kata (2021): Szociodráma – a morenói dráma társadalomképe. In: Blaskó Ágnes–Durst Móni–Fóti Orsolya–Galgóczi Krisztina–Horváth Kata–Kocsi Andrea–Pados Eszter: *Táguló realitás. A szociodráma módszere*. Budapest, L'Harmattan.
- Mérei Ferenc (1989): *Társ és csoport*. Budapest: Akadémiai.
- Mérei Ferenc (1996): *Közösségek rejtett hálózata*. Budapest: Osiris.
- Merton, Robert K. (2002): Társadalomelmélet és társadalmi struktúra. Budapest: Osiris.
- Moreno, J. L.–Moreno, Z. (1980): *Szociometria és mikroszociológia*. In: Pataki Ferenc (Szerk.): *Csoportlélektan*. Budapest: Akadémiai.
- Moreno, J. L. (2021): Szociodráma. In: Blaskó–Durst–Fóti–Galgóczi–Horváth–Kocsi–Pados: *Táguló realitás. A szociodráma módszere*. Budapest: L'Harmattan.
- Moreno, Zerka T.–Blomkvist, Leif Dag–Rützel, Thomas (2006): *„Pszichodráma – az élet duplájá”*. Beszélések Zerka Morenóval. Budapest: Anima.
- Tóth Balázs–Csányi Vilmos (2017): *Hiedelmeink*. Budapest: Libri.

Internetes hivatkozások

- Blaskó Ágnes–Pados Eszter (2019): „A Mérei-féle csoportcentrikus pszichodráma mint szociodráma. *Metszetek*, 8., <https://metszetek.unideb.hu/cikk/m%C3%A9rei-f%C3%A9le-csoportcentrikus-pszichodr%C3%A1ma-mint-szociodr%C3%A1ma> Letöltve: 2023. 12. 15. DOI 10.18392/metsz/2019/1/4
- Browne, Rollo (2005): *Towards a Framework of Sociodrama*. https://sociodramanetwork.com/wp-content/uploads/2022/01/006_Brown_Rollo_Toward-a-framework-for-sociodrama-rollo_brown_thesis_jan_2006.pdf Letöltve 2023. 12. 10.
- Kovács Edit: *Közösségfejlesztői szerepfelfogások és munkamódok közösségeket érintő radikális mértékű változásokban*. <https://docplayer.hu/117210258-Kovacs-edit-kozossegefejlesztoi-szerepfelfogások-es-munkamodok-kozossegeket-erinto-radikalis-merteku-valtozasokban.html> Letöltve: 2023. 12. 15.



- Russel, Cormac: *Sustainable community development: from what's wrong to what's strong*. <https://www.youtube.com/watch?v=a5xR4QB1ADw> Letöltve: 2023. 12. 10.
- Sain Máttyás (2021): *Erőforrásalapú megközelítés a közösségfejlesztésben*. <https://www.cka.hu/wp-content/uploads/2021/12/2-4.pdf> Letöltve: 2023. 12. 10.
- Vercseg Ilona (2020): *Közösség és részvétel*. https://tatk.elte.hu/dstore/document/1564/Vercseg_K%C3%B6z%C3%B6ss%C3%A9g%20%C3%A9s%20r%C3%A9szv%C3%A9tel.pdf Letöltve: 2024. 01. 02.

Jegyzetek

- ¹ Ez a tanulmány az ELTE Közösségi és Civil Tanulmányok MA szakra írt szakdolgozat átdolgozott változata – fókuszba helyezve a szociodráma működésének elméleti alapjait és legegyszerűbben használható technikáit.
- ² Az elsősorban Kurt Lewin nevéhez fűződő csoportdinamikai irányzat a csoporton belüli erőket, folyamatokat és a csoporton belüli társas tanulás folyamatát, ezzel kapcsolatos magatartás változást vizsgálja. Rámutat, hogy a csoport független a környezetétől és független a tagjaitól. Az irányzatra jelentős hatást gyakorolt Moreno szociometriája.
- ³ A csoportlélek fogalmát Le Bon vezeti be. A csoportlélek következtében a csoport másképp reagál, mint az őt alkotó egyének. Mérei Ferenc (1989): *Társ és csoport*. Budapest: Akadémiai.
- ⁴ Russel, Cormac: *Sustainable community development: from what's wrong to what's strong*. <https://www.youtube.com/watch?v=a5xR4QB1ADw> Letöltve: 2023. 12. 10.
- ⁵ Kovács Edit: *Közösségfejlesztői szerepfelfogások és munkamódok közösségeket érintő radikális mértékű változásokban*. <https://docplayer.hu/117210258-Kovacs-edit-kozossegefejlesztoi-szerepfelgok-es-munkamodok-kozossegeket-erinto-radikalis-merteku-valtozasokban.html> Letöltve: 2023. 12. 15.
- ⁶ Gordon Allport a folyamat természetes oldalát hangsúlyozta, míg a második világháború után Theodor Adorno és társai, a frankfurti iskola képviselői a tekintélyelvű személyiség személyiségprofilját próbálták megváltoztatni, hogy kiderüljön, van-e olyan személyiség-típus, amely inkább fogékony a fasiszta-rasszista eszmékre.
- ⁷ Az előítéletet és a sztereotip gondolkodást Moreno a „kulturális konzerv” jelenségkörébe sorolja. A kulturális konzerveket, szerepkonzerveket hivatott a szociodramatikusan játszást megőrizni és átalakítani.
- ⁸ Az akcióorientáltság a szociodráma társadalomtudományos elméleti és módszertani alapját képező szociometriának is lényegi meghatározója. „A szociometria akció tudomány és akció módszertan, mivel olyan fogalmakat, módszereket és eljárásokat kínál, amelyek segítségével a különböző társas formációkban az emberi cselekvőképességet dinamizáló mechanizmusok leírhatóak, sőt megteremthetők. A szociometria nemcsak azzal foglalkozik, hogy milyen látható (formális) és láthatatlan (informális) mechanizmusok működnek a különböző társas formációkban, hanem azzal is, hogy a társulások tagjai miképp válnak motiválttá, inspirálttá az ezekkel való foglalkozásra, és milyen társas folyamatokon keresztül válnak változékonyabbá.” Horváth Kata (2021): Szociodráma – a morenoi dráma társadalomképe. In: Blaskó Ágnes–Durst Móni–Fóti Orsolya–Galgóczi Krisztina–Horváth Kata–Kocsi Andrea–Pados Eszter: *Tárgulós realitás. A szociodráma módszere*. Budapest, L'Harmattan.
- ⁹ A pszichodráma az egyénre, az egyén viselkedésváltozására, gyógyítására fókuszál csoport helyzetben. A szociodráma alanya maga a csoport, annak csoportközi viszonyai. A pszichodráma műfaján belül is megkülönböztethetünk egyén-fókuszú (protagonistacentrikus) pszichodramát és a Mérei által képviselt csoportfókuszú pszichodramát. Blaskó Ágnes–Pados Eszter (2019): „A Mérei-féle csoportcentrikus pszichodráma mint szociodráma. *Metszetek*, 8., <https://metszetek.unideb.hu/cikk/m%C3%A9rei-f%C3%A9le-csoportcentrikus-pszichodr%C3%A1ma-mint-szociodr%C3%A1ma> Letöltve: 2023. 12. 15.
- ¹⁰ Magyarországon a Magyar Pszichodráma Egyesület képzési rendjén belül már van mód szociodráma vezető és szociodráma asszisztens végzettség megszerzésére.