|  |  |
| --- | --- |
| **Source language** | **Target language** |
| **Treatment Of Gelotophobia With Humordrama**  Sellschopp‑Ruppell and von Rad (1977, p. 357) suggest a technique to help patients free themselves from their gelotophobic symptoms. The authors stress the necessity of staging the patient's determining conflicts. This can be best realized in a group therapy setting that does not exclusively rely on verbal methods. *Humordrama* was developed in accordance with this suggestion (Titze, 1995, 1996). Clownish reduction and playful absurdity are the basic tools of humordrama. Both techniques are designed to invalidate the perfectionistic attitude of individuals who want to avoid situations that might make them appear ridiculous. With the help of such techniques, the patient can enter a sphere of childlike playfulness without inhibitions. A liberating effect ensues from this border crossing as patients can gradually free themselves from their self‑centered attitudes, suspicious self‑observation, and self‑control. In humordrama, patients can joyfully share many playful and uninhibited activities that may seem ridiculous or embarrassing from the perspective of perfectionistic adulthood.  **The Clown**  A central figure in humordrama is the therapeutic clown. A typical clown char­acteristically contravenes the rules of society. Clowns identify with the personae of stubborn children since both clowns and stubborn children display countless weaknesses and inadequacies, and perceive adults as omni­scient and superior. Clowns and children also share the same objective ‑ to outwit powerful adults while acting impertinently. The clown steps out of line because he does not conform to the ideals of intelligence, reason, beauty or graceful body control. He crosses forbidden boundaries and acts in a totally opposite manner than would be normally expected.  A CLOWN'S WORLD INITIALLY APPEARS AS A CHAOTIC WORLD, A WORLD IN WHICH ALL CONVENTIONAL EXPECTATIONS ARE TWISTED. THE WAY A CLOWN STAGGERS, STUMBLES, AND OCCASIONALLY FALLS DOWN WHEN HE WALKS DIFFERS SIGNIFICANTLY FROM THE WAY AN ADULT WOULD WALK. A CLOWN DOES NOT WHISPER SOFTLY INTO HIS PARTNER'S EAR ‑ HE ROARS HIS SECRET MESSAGE! WHEN HE USES MUSICAL INSTRUMENTS, A CLOWN PRODUCES DIS­TORTED TUNES. DURING HIS STAGE PER­FORMANCE, HE SEEMS CONFUSED AND DISORIENTED AS HE RUNS INTO DIFFERENT OBSTACLES. BUT A CLOWN IS ALSO BRAZEN AND BOLD. HE MAY THUMB HIS NOSE AT THE RINGMASTER OR PEEK THROUGH THE WRONG END OF A RIFLE, FLIRTING WITH POTENTIAL DISASTER. SIMULTANEOUSLY, THE CLOWN‑S PER­FORMANCE PROVES THAT A RIDICULOUS APPEARANCE NOT ONLY TRIGGERS AMUSEMENT BUT CAN ALSO FUNCTION AS A MEANS OF JOYFUL ASSERTIVENESS. Thus, the clown is the figurehead of funny individuals. The comical performance of clowns mirrors the mechanical stiffness or absentmindedness of ridiculous humans. The clown is not afraid of "failure" ‑ he or she surprisingly seems to derive a considerable measure of satisfaction from it! Clowns behave like infants who cannot control their body functions or are yet unable to speak correctly. They act like children who are not yet suppressed by the burden of a bad conscience. As Constantin von Barloewen (1981, p. 92) observes, "Clowns can do without language, rather they replace correct speaking by muteness and stammering, which will eventually prove to be more eloquent, the more it appears incomprehensible." Like other comical individuals, clowns step outside of the community ‑ social isolation is the hallmark of a clownish way of life! The clown even retains his or her individual identity when s/he acts in groups. Nonetheless, the clown is not a wretched weakling. RATHER, S/HE IS A MUTINEER WHO CARRIES HIS REVOLT AND OBSTINACY EVERYWHERE. THEREFORE, THE CLOWN IS THE SYMBOL OF COURAGEOUS REVOLT.  **Types Of Clowns**  Historically, there are two types of clown figures. On the one hand, there is the competent "White Clown" (harlequin, pierrot, gracioso), representing the sphere of the rational adult who is able to cope with life. His ancestor is the so‑called "white actor" (*mimus albus*) who played a merry role in the comedies of ancient Greece and Rome.  The opposite of the "white clown" is the incompetent "Minimal Clown" (buffoon, pantaloon) who perfectly illustrates all the variations of joyful stupidity and failure. This type of clown assumes the identity of an incompetent child with his amusing, toddling walk, and his oversized heelless shoes. He is generally bald‑headed. His ancestry can be traced back to the Roman comedian named *centunculus*. Everything about this clown is minimized, especially his gestures, his/her facial expressions, and his/her posture. His/her overall appearance signals failure. His/her red, bulbous rubber nose is probably his/her most important means of identification! S/he wears this nose to indicate that the categories of power and failure are completely unimportant to him/her.  Psychologically, the position of one's nose generally indicates the level of one's self­-esteem: those who are "snotty‑nosed" are expressing their pride or arrogance. Ashamed individuals, however, who hang their heads low, carry their noses lower as well. In addition, the nose can convey other messages: children thumb their noses at those they want to make fun of! The false nose of the minimal clown is an important tool in humordrama since the clown's nose is used to indicate that the sphere of "normal adult life" is set aside during the humordrama. As soon as a patient uses this nose, he or she takes on the identity of the minimal clown. Thus, the patient is assuming the identity of a small child whose skills originate from another sphere than that of adult everyday routine. A female patient who had been sexually abused during childhood wrote this about her clown nose:  "The clown nose is a mask, and my mask is the clown nose. Most important is the fact that I can mask my face with this false nose. The idea of 'losing face' immediately loses its fright when I put on the clown nose because I lose the face I am ashamed of. This is not at all disgraceful but rather liberating. Because I lost my dignity during childhood, I have since had to live my everyday life shamefully. Thus, my everyday face indicates to everyone that I lost face when I was a child. But the clown nose on my nose frees me from this shame. It frees me from my 'lost face'. This red, spherical, artificial nose allows me to block my shame. This nose gives me the feeling that my old hated face has disappeared, except for my eyes and lips of which I am ashamed. When I put on the clown nose, a new illusion is created as I become another person ‑ a new, released human. It's amazing how I can free myself (of my foisted image of an abused and 'fallen' girl) when these 5 square inches of red rubber cover my nose! I can also put it this way: With my usual 'persona', with which I have identified since childhood, I desperately tried to uphold something that, paradoxically, causes my shame. But the clown nose opens the way to a new identity: It frees me from an impinged image. The clown removes my old, hated persona! Oh, how easy, how full of joie de vivre is a clown's life! And how hostile, how depressing is a life with the shameful mark of Cain on my face. "  **The Therapeutic Clown**  Psychoanalyst Martin Grotjahn (1966, p. 107) observed years ago that each clown is a creative artist and, like an analyst, an interpreter as well. BUT IN CONTRAST TO A SCIENTIST, A CLOWN DOES NOT EXPLAIN THE OBJECTIVE FACTS OF THE EXTERNAL WORLD. RATHER, HE INTERPRETS THE SUBJECTIVE PERCEPTIONS OF 'THE INTERIOR WORLD!  In the following segment, I will share some clinical examples from our group work where a "therapeutic clown" acts as a co‑therapist (Titze, 1995, 1996). In this scenario, the clown stands by the patient as an alter ego or an "auxiliary ego." He or she demonstrates how to fail joyfully. He or she verbalizes impertinent and brazen messages to patients and encourages them to act like little rascals. The therapeutic clown functions as an impudent model of identification for the patient. He differs significantly from earlier authority figures that may have fostered the development of the patient's neurotic inhibitions and shame‑bound behavior patterns. By facilitating this cathartic effect, the therapeutic clown is completely in line with the native American‑Indian trickster tradition (Radin, 1987).  **Humordrama Treatment**  Humordrama is a variation of psychodrama that has been designed to specifically handle gelotophobic problems (Titze, 1995, 1996). Humordramatic treatment starts with the working‑through of specific incidents in the protagonist's past that are associated with feelings of shame and the subjective experience of feeling ridiculous. Such experiences are then staged with the protagonist by means of clownish performance.  We generally begin our group work with problem‑centered discussions. A fundamental issue is the working through of shame‑bound experiences in the patients' everyday life. These experiences are then linked up with earlier shame‑related events that occurred during the patients' formative years. This procedure sticks to the principles of an uncovering dynamic psychotherapy as elaborated by Salameh (2007). This treatment approach aims to link immediate occurrences (**immediacy** stage **‑** the here and now of the group therapy situation) to recent life events (**contemporary** stage **‑** the patient's present life experiences), which are then connected to significant events dating back to the patient's early childhood years (**archaeological** stage ‑ the formative interactions related to the patient's biological family and siblings.) Once these ACI linkages (Archaeological ‑ Contemporary ‑ Immediacy) are made, the focus of this uncovering work shifts to the experiencing of specific feelings or events related to the fear of doing or saying something wrong. With the help of the therapeutic clown acting as a co‑therapist, the patient is literally encouraged to step out of line so that a bad impression is made. Usually, the patient's life history would have dictated that embarrassing incidents should be covered up, with patients forcing themselves to act in an unflappable manner so as to appear "normal." However, humordrama groups encourage patients to act in the opposite direction of their dysfunctional patterns. All the hyper-­rationalistic problem‑solving patterns related to the patient's shame‑bound socialization are eliminated and reduced to the simple playfulness of a light-hearted child. The therapeutic clown physically and symbolically acts out this position and helps patients to carry out this "reduction" on their own during the group therapy sessions as well. The therapeutic clown's role is to ensure that the patient's self‑controlling patterns and hyper-­rational thinking are excluded from the range of possible responses. This goal can be achieved by distracting the patient with diverse means: For instance, when the patient exhibits self‑controlling patterns, the clown may grab the patient's arm and run, dance, or hop with him/her for as long as the pattern lasts. In order to divert the patient, the clown may also encourage him or her to babble in "Chinese" or "Kisuaheli." This work follows the same "logic" as the practice of Zen Koans or other apparently nonsensical stories or questions that help deactivate the obsessive explanatory web woven by the rational mind and its attendant behavioral compulsions (Salameh, 1995, 2007). A patient described his reactions to this type of work as follows:  "This is a very useful exercise that I practice very gladly and that helps me set off plenty of creative energy. The variable arrangements and the determined dedication of the therapeutic clown impress me again and again. I have learned to face a multiplicity of problem situations in a much more spontaneous way. Now I manage to go to work on Monday morning in a relaxed manner. Before this internal switch was turned off, there was an almost insurmountable wall of pressure to perform and many fears and expectations in my head".  Different techniques can be used to mediate clownish performance. Clowns usually behave at the same level as children who possess limited verbal abilities, and this reduced competence is adapted for productive use in therapeutic clowning:   * When clowning patients are staging shame-­bound events in humordrama, they may, for instance, be encouraged to bind their legs together with ribbons or scarves, which makes walking and moving more difficult. This impediment then becomes the prerequisite for putting on a clownish gait (a la Charlie Chaplin, for instance). In addition, the protagonists can be instructed to move their arms in a choppy or swift manner as if they were jumping jacks. In this fashion, the Pinocchio‑type symptoms that many gelotophobic patients suffer from are deliberately produced and even exaggerated. * During humordrama group treatment, the therapeutic clown/co‑therapist demonstrates, over and over again, the essentials of clownish reduction. For example, he or she may significantly slow down his or her gesturing so that their arm and head movements now proceed in slow‑motion. Furthermore, the clown may take small, clumsy steps, so that he or she moves like a wooden puppet with straightened arms and knees, creating body movements that are just as amusing as the clumsy trials of an infant attempting to walk. * When patients speak, they are encouraged to change their speech rhythms. In order to achieve this objective, they may place their tongue between their teeth or speak with their mouth half full of water! With these techniques, even the most depressing biographical events can be qualitatively reshaped in a sweeping and humorous way! * Another technique is to play with one's voice while recounting shameful experiences, such as speaking in a high or low voice or with irregular intonation (like a cassette tape playing on slow speed or an old 78 RPM record that is set at the 45 RPM speed). * Another possibility is to consciously mumble, speak with a twang, or breathe in while speaking.   A patient suffering from stuttering problems made the following comments about these techniques:  "Speaking was connected with great fears and shame. I felt inferior in relation to my colleagues and friends, in a way that was intolerable for me. As soon as I realized I had started to stammer or stutter, a deep despair came over me that further increased my shyness. While exercising clownish reduction, I noticed that I am able to intentionally (and with great joy and fun!) produce exactly the same strange and pressured behavior. The laughter I cause thereby no longer goes against me. It is the acknow­ledgement of success as a comedian. "  A similar reaction was reported by a female patient who is a teacher by occupation: "At one of the first group meetings I presented my big problem: that I had to address a parents' meeting! I suffered from a speech impediment, heart palpitations, mouth dryness, breathing difficulties, and, above alt, the fear of a panic attack. In humordrama, I had to play that I was addressing the parents' meeting. The other group participants played the roles of very annoyed, critical, and grumbling parents. In my own role as a teacher, I had to exaggerate all of my symptoms as comically as possible. So I tried my best to clearly let out signs of my shame‑anxiety. Simultaneously, the 'parents' sitting in front of me did their best to create turmoil. I gradually seethed with rage! My rage was additionally boosted by the therapeutic clown. She goaded me with all the means at her disposal. The staccato of crazy shouts that rained down on me was totally unimportant for me: The only thing I was concentrating on was my rage! Weeks later, I actually lived this situation during another parents' meeting. Now I stood in front of these people and I suddenly recollected this role playing. At that moment my rage came up again. I took on the role of the impudent clown and heard myself lisp: 'Dear parents, I stand here before you in full, hopeless shame...' I spoke these words with a clear, firm, and vigorous voice. And when I saw them laughing in disbelief, I knew I had won! I clearly recognized that they were not laughing at me. Rather, they were laughing at a really funny joke. The rest of the meeting was completely problem‑free. This wonderful experience was a turning point: Since that time my self‑confidence has grown enormously! "  **Conclusion**  Many of the discouraging shame experiences in a patient's past and present can be systematically staged under similar conditions. Interestingly, the laughter that patients elicit now has a different color: This laughter is no longer experienced as derision but as an appreciative confirmation of the patient's success at humorous 'acting. As evidenced by the above patient commentaries, each of these patients was successful at presenting himself or herself as a "real" clown ‑ a person who is "ready for the stage." By experiencing this humorous success, a productive shift occurs in the patient's attitude. Viktor Frankl (1984, p. 164) indicated that this shift was the decisive precondition for immunizing patients against the fear of looking ridiculous. The neurotic obsession with hypercritical self‑control cannot be resolved at the level of cognitive reorientation. It requires an existential attitude change that can be readily facilitated with humordrama, resulting in a new identity characterized by humorous wisdom and constructive adaptation to life's challenges. | **Лечение гелотофобии методом хьюмордрамы**  Зельшоп-Руппель и фон Рад (1977, стр. 357) предлагают технику, помогающую пациентам освободиться от их симптомов гелотофобии. Авторы подчеркивают необходимость инсценирования основных конфликтов пациента. Это может быть лучше всего реализовано в условиях групповой терапии, в основе которых лежит использование не только вербальных методов. Метод *хьюмордрамы* был разработан в соответствии с этим предложением (Тице, 1995, 1996). Шутовское упрощение и игривая абсурдность являются основными инструментами хьюмордрамы. Обе техники разработаны, для того чтобы нивелировать перфекционистское отношение индивидов, которые стараются избегать ситуаций, способных заставить их казаться нелепыми. С помощью таких методов, пациент может войти в среду детской игривости и вседозволенности. Освободительное действие вытекает из переступания некой грани, так как пациенты могут постепенно освободиться от самих себя, своей эгоцентричной позиции, подозрительного самовосприятия и самоконтроля. Во время сеанса хьюмордрамы пациенты могут радостно участвовать во многих играх и совершать непринуждённые действия, которые на первый взгляд кажутся нелепыми или смущающими с точки зрения перфекционистской зрелости.  **Клоун**  Центральной фигурой в хьюмордраме является терапевтический клоун. Типичный клоун характерно­ противоречит общественным нормам. Клоуны отождествляются с образами упрямых детей, потому как обе категории – и клоуны, и упрямые дети, демонстрируют бесчисленные слабости и недостатки, и воспринимают взрослых как всезнающих­ и авторитетных. Клоуны и дети также разделяют одно стремление - перехитрить могущественных взрослых, играя более дерзко. Клоун переступает черту, потому что он не соответствует идеалам образованности, здравого смысла, красоты и грации. Он пренебрегает запретными границами и действует совершенно противоположным образом, нежели все привыкли ожидать.  МИР КЛОУНА ИЗНАЧАЛЬНО КАЖЕТСЯ ХАОТИЧНЫМ, МИРОМ, В КОТОРОМ ИСКАЖЕНЫ ВСЕ ТРАДИЦИОННЫЕ ОЖИДАНИЯ. ПОХОДКА КЛОУНА, ТО, КАК ОН ШАТАЕТСЯ, СПОТЫКАЕТСЯ И ПЕРИОДИЧЕСКИ ПАДАЕТ, СУЩЕСТВЕННО ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ПОХОДКИ ВЗРОСЛЫХ. КЛОУН НЕ ШЕПЧЕТ МЯГКО НА УХО СВОЕМУ СОБЕСЕДНИКУ, НО ВЫКРИКИВАЕТ СЕКРЕТНУЮ ИНФОРМАЦИЮ НА ВЕСЬ БЕЛЫЙ СВЕТ! ИГРАЯ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ИНСТРУМЕНТАХ, КЛОУН ПРОИЗВОДИТ ИСКАЖЕННЫЕ­ МЕЛОДИИ. ВО ВРЕМЯ СВОЕЙ СЦЕНИЧЕСКОЙ ПОСТАНОВКИ КЛОУН КАЖЕТСЯ СМУЩЁННЫМ И ДЕЗОРИЕНТИРОВАННЫМ, БЕГАЯ И НАТЫКАЯСЬ НА РАЗЛИЧНЫЕ ПРЕПЯТСТВИЯ. НО КЛОУН ТАКЖЕ ДЕРЗОК И СМЕЛ. ОН МОЖЕТ ПРЕНЕБРЕЖИТЕЛЬНО ВОРОТИТЬ НОС ПРИ ВИДЕ ШПРЕХШТАЛМЕЙСТЕРА, ИЛИ ЗАГЛЯНУТЬ В ДУЛО ВИНТОВКИ, ФЛИРТУЯ С ПОТЕНЦИАЛЬНОЙ ОПАСНОСТЬЮ. ОДНОВРЕМЕННО ИСПОЛНЕНИЕ­ КЛОУНА ДОКАЗЫВАЕТ, ЧТО СМЕХОТВОРНАЯ ВНЕШНОСТЬ НЕ ТОЛЬКО ИНИЦИИРУЕТ РАЗВЛЕЧЕНИЕ, НО ТАКЖЕ МОЖЕТ РАБОТАТЬ, КАК ИНСТРУМЕНТ УВЕЛИЧЕНИЯ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ ПОСРЕДСТВОМ ИГРЫ.  Таким образом, клоун – главенствующая фигура среди всех потешных личностей. Комическое исполнение клоунов отображает скованность движений или рассеянность забавных людей. Клоун не боится "провала", и кажется удивительным, что он или она получает в его результате немало удовольствия! Клоуны ведут себя подобно детям, которые не могут контролировать свои телесные функции, или ещё неспособны говорить правильно. Они действуют подобно детям, которые ещё не находятся под бременем "нечистой совести". Константин фон Барлёвен (1981, стр. 92) отмечает: "Клоуны могут обойтись без речи, они охотнее заменяют правильную артикуляцию немотой и заиканиями, которые в конечном итоге могут оказаться более красноречивы, несмотря на непонятность". Равно как и другие комические персонажи, клоуны находятся вне сообщества, социальная изоляция – особенность шутовского образа жизни! Клоун сохраняет свою собственную индивидуальность, даже когда он или она выступает в группах. Тем не менее, клоун не должен быть несчастным размазней. СКОРЕЕ, ОН ИЛИ ОНА – МЯТЕЖНИК, КОТОРЫЙ ПРОДВИГАЕТ СВОЕ ВОЗРАЖЕНИЕ И УПРЯМСТВО ПОВСЮДУ. СЛЕДОВАТЕЛЬНО, КЛОУН – СИМВОЛ МУЖЕСТВЕННОГО ПРОТЕСТА.  **Типы Клоунов**  Исторически, есть два типа клоунов, как фигур данной терапии. С одной стороны, есть компетентный "Белый Клоун" (арлекин, пьеро, грасиосо), представляющий круг разумных взрослых, способных справиться с жизненными коллизиями. Его предок – так называемый "белый актёр" (*mimus albus*), который играл весёлые роли в древнегреческих и римских комедиях.  Противоположностью "Белого Клоуна" является некомпетентный "Рыжий Клоун" (буффон, панталон), который прекрасно иллюстрирует все варианты веселящей глупости и неуклюжести. Этот тип клоуна предполагает тождественность с некомпетентным ребёнком, его забавной медвежьей походкой в нелепых огромных ботинках без каблуков. Он, как правило, лысый. Его родословную можно проследить от римского комика *чентункулуса*. Все в образе этого клоуна сведено к минимуму, особенно его жесты, его или ее мимика и поза. Вся его/её наружность свидетельствует о неуклюжести. Его/её красный, округлый резиновый нос, вероятно, самый важный предмет идентификации! Этот нос указывает, что категории силы и неудачи неважны для него/неё абсолютно.  Психологически, положение носа в целом свидетельствует об уровне его самоуважения­: владельцы "вздернутого носа", склонны выражать гордость или высокомерие. Стыдящиеся люди, однако, скромно опускающие головы, так же и нос свой неосознанно "несут" ниже. Кроме того, нос может передать другие идеи: дети задирают свои носы перед теми, над кем имеют намерение посмеяться! Искусственный нос Рыжего клоуна – важный инструмент в хьюмордраме, потому что нос клоуна используется, дабы указать, что сфера "нормальной взрослой жизни" находится в стороне во время хьюмордрамы. Как только пациент использует этот нос, он или она принимает на себя личность Рыжего клоуна. Таким образом: пациент вбирает в себя личность маленького ребёнка, навыки у которого произрастают из другой сферы, чем сфера повседневных взрослых занятий.  Пациентка, которая подвергалась в детстве сексуальному насилию, написала про свой клоунский нос:  "Нос клоунов – маска, и моя маска – клоунский нос. Наиболее важен факт, что я могу замаскировать своё лицо этим искусственным носом. Идея "потерять лицо" утрачивает свой пугающий эффект, когда я одеваю нос, потому что в тот же момент я теряю лицо, которого стыжусь. Это отнюдь не является позорным актом, но, скорее, освобождающим. Поскольку я потеряла своё достоинство в детстве, мне после этого пришлось проживать свою жизнь позорно, стыдясь себя. Таким образом, моё повседневное лицо указывает всем на то, что я опозорилась, когда была ребёнком. Но клоунский нос, одетый на мой собственный, освобождает меня от этого стыда. Он освобождает меня от моей "потери лица". Этот красный, сферический, искусственный нос позволяет мне блокировать мой стыд. Нос вызывает у меня чувство, что моё старое ненавидимое лицо исчезло, за исключением глаз и губ, которых я стыжусь. Когда я одеваю клоунский нос, создаётся новая иллюзия, будто я становлюсь другим человеком – новым, освобождённым человеком. Это поразительно, как я могу освободить себя (от своего навязанного образа осквернённой и "падшей" девушки), когда эти 5 квадратных дюймов красной резины закрывают мой нос! Можно выразить это все иначе: Своей обычной "личиной", с которой я отождествлялась с детства, я парадоксально отчаянно пыталась поддерживать то, что вызывает мой стыд. Но клоунский нос открывает путь к новой личности. Он освобождает меня от "приклеенного" образа. Клоун удаляет старого, ненавидимого мной персонажа! Ах, как легка и жизнерадостна жизнь клоуна! И насколько враждебна, насколько печальна жизнь с позорной каиновой печатью на лице".  **Терапевтический Клоун**  Психоаналитик Мартин Гротян (1966, стр. 107) много лет назад заметил, что каждый клоун – художник, творец и, подобно аналитику, также интерпретатор. НО, В ОТЛИЧИЕ ОТ УЧЁНОГО, КЛОУН НЕ ОБЪЯСНЯЕТ ОБЪЕКТИВНЫЕ ФАКТЫ ВНЕШНЕГО МИРА. СКОРЕЕ ВСЕГО, ОН ИНТЕРПРЕТИРУЕТ СУБЪЕКТИВНЫЕ ВОСПРИЯТИЯ ВНУТРЕННЕГО МИРА!  В следующем сегменте я поделюсь некоторыми клиническими примерами о нашей работе в группе, где "терапевтический клоун" выступает, как ассистент врача (Тице, 1995, 1996). В этом сценарии клоун стоит возле пациента, изображая его альтер-эго. Он или она демонстрирует, как весело оступиться. Выражает словами неуместные и наглые сообщения пациентам и призывает их действовать подобно маленьким проказникам. Терапевтический клоун функционирует, как бесстыдный пример самоидентификации для пациента. Он существенно отличается от более ранних властных фигур, которые могли способствовать развитие невротических комплексов у пациента и стыдливых моделей поведения. Облегчая острый критический эффект, терапевтический клоун полностью соответствует традиционному для коренного американского населения трикстеру – мошеннику (Радин, 1987).  **Лечение методом Хьюмордрама**  Хьюмордрама – вариация психодрамы, которая была специально разработана, для разрешения проблемам гелотофобии (Тице, 1995, 1996). Процесс терапии начинается с проработки конкретных инцидентов в прошлом главного героя, которые связаны с чувством стыда и испытанного чувства собственной нелепости. Подобный инцидент оформляется затем в постановку с главным героем опыта в образе клоуна.  Как правило, мы начинаем нашу групповую работу с обсуждения центральной проблемы. Фундаментальная сложность состоит в проработке переживаний, связанных с чувством стыда, с которыми пациент столкнулся в повседневной жизни. Эти переживания затем рассматриваются в проекции с более ранними событиями, вызвавшими чувство позора, которые произошли в пубертатном периоде пациента. Эта процедура следует принципам динамической психотерапии раскрытия, разработанного доктором Саламэ (2007). Данный подход в терапии направлен на установление связи текущего мероприятия (этап **непосредственности** - ситуация "здесь и сейчас" в групповой терапии) с последними событиями в жизни (этап **современности** - текущий жизненный опыт пациента), которые затем связывают со значимыми событиями в прошлом, начиная с раннего детства пациента (**археологический** этап - взаимодействия пациента в возрасте становления личности, связанные с биологической семьей, братьями и сестрами пациента.) После того, как эти связи "АСН" (Археологический - Современный - Непосредственности) обозначены, акцент смещается к переживаниям конкретных чувств или событий, связанных со страхом сделать или сказать что-то неправильно. Действиями терапевтического клоуна выступающего в качестве ассистента врача, пациента буквально подстрекают перейти линию, чтобы произвести плохое впечатление. Как правило, жизнью пациента было продиктовано, что неловкие инциденты должны быть сокрыты от социума, и пациенты заставляли себя действовать невозмутимым образом, чтобы казаться "нормальными". Тем не менее, группы терапии по методу хьюмордрамы поощряют пациентов действовать в направлении, противоположном от их неблагополучных моделей поведения. Все модели ­гипер-рационального решения проблем, связанные со страхом пациента опозориться, быть высмеянными социумом, исключаются, и все сводится к простой игривости беззаботного ребенка. Терапевтический клоун физически и символически обыгрывает эту позицию и также помогает пациентам пережить это "ограничение" самостоятельно во время сессий групповой терапии. Роль терапевтического клоуна заключается в том, чтобы гарантировать, что модели самоконтроля и гипер-­рациональное мышление пациента были исключены из ряда возможных реакций. Эта цель может быть достигнута отвлечением пациент различными способами. Например, когда пациент начинает применять самоконтроль, клоун может схватить его за руку и побежать, начать танцевать, или приседать с ним/ней так долго, сколько длится действие сдерживающей модели поведения. Для того чтобы отвлечь пациента, клоун может также подбить его или ее лепетать на китайском языке или кисвахили. Эти действия проводятся по той же "логике", что практики дзен коан или других, откровенно бессмысленных историй и вопросов, которые помогают отключить настойчивую паутину рациональности, сплетаемую разумом и сопутствующих навязанных поведенческих шаблонов (Саламэ, 1995, 2007).  Пациент описал свои впечатления от такого рода групповой работы следующим образом:  "Это крайне полезное упражнение, которое я практикую очень охотно, и оно помогает мне высвободить массу творческой энергии. Разнообразные механизмы и решительная преданность делу терапевтического клоуна меня впечатляют снова и снова. Я научился не бояться сталкиваться с множеством проблемных ситуаций столь спонтанным образом. Теперь я с легкостью могу отправляться на работу каждый понедельник. До этого внутренний переключатель был выключен, существовала практически непреодолимая для меня стена прессинга, страхов и ожиданий в моей голове, когда я пытался проявить себя".  Различные техники могут быть использованы в промежутках между шутовскими действиями. Клоуны, как правило, ведут себя на том же уровне, что и дети, которые имеют ограниченные способности к речи, и эта ограниченная способность призвана для продуктивного использования терапевтической клоунады:   * Когда в хьюмордраме пациенты играют клоунов в постановках событий, ­связанных с позором, можно им подсказать связать ноги вместе лентами или шарфами, что сделает походку более неловкой и передвижение - сложным. Это препятствие становится необходимым условием для легкой имитации шутовской походки (Чарли Чаплина, например). Кроме того, герои могут быть проинструктированы двигать руками в быстром или неровном темпе, как если бы они были марионетками. Таким образом, симптомы синдрома Пиноккио, которым страдают многие больные гелотофобией, намеренно проявляются и даже преувеличиваются. * Во время групповой терапии по методу хьюмордрамы, терапевтический клоун / ассистент врача демонстрирует снова и снова основные проявления сущности клоунской ограниченности. Например, он или она может значительно замедлить свои жесты, так что движения их рук и головы будут выглядеть, словно в замедленной съемке. Кроме того, клоун может делать небольшие, неуверенные шаги, двигаясь, будто деревянная кукла с выпрямленными руками и коленями, что со стороны выглядит так же забавно, как неуклюжие попытки младенца, только начинающего ходить. * Когда пациенты говорят, им можно порекомендовать менять ритм речи. Для достижения этой цели, они могут помещать язык между зубами или говорить с наполненным водой ртом! С помощью этих методов, даже самые депрессивные биографические события могут обрести качественно новую юмористическую форму! * Другая техника состоит в том, чтобы играть голосом, в то время как пациенты рассказывают о позорных случаях. Говорить то на более высоких тонах, затем низких, или с неровной интонацией (такой как старая кассета, играющая на замедленной скорость, или старый магнитофон 78 Об/мин, скорость которого выставлен на 45 Об/мин). * Еще как вариант можно предложить им бубнить под нос, говорить гнусаво или на вдохе.   Пациент, страдающий от заикания, сделал следующие замечания по поводу этих методов:  "Речь для меня всегда была связана с большими страхами и стыдом. Я чувствовал себя ущербным в отношении своих коллег и друзей, в той степени, которую считал недопустимой. Как только я осознавал это, то начинал запинаться или заикаться, сильное отчаяние охватывало меня, что ещё больше усугубляло положение. При исполнении клоунской роли с присущими ему дефектами и функциональными ограничениями, я заметил, что могу намеренно (и с большой радостью и весельем!) воспроизводить те же самые странные и скованные действия. Смех, который я вызываю, таким образом, больше не действует против меня. Это ­признание успеха, как комика".  О подобной реакции сообщила пациентка, занимающая должность учителя в школе: "На одной из первых встреч группы я выступала со своей большой проблемой: страх перед проведением родительского собрания! Я страдала дефектом речи, что влекло за собой учащенное сердцебиение, сухость во рту, затрудненное дыхание, и сверх того, страх панической атаки. В хьюмордраме мне предстояло обыграть родительское собрание, будто я его провожу. Другие участники группы сыграли роли очень раздражённых, критичных и ворчливых родителей. В собственной роли учителя, мне пришлось преувеличить все свои симптомы как можно комичнее. Итак, я изо всех сил постаралась явно высвободить все, что являло для меня предмет стеснения. В то время как "родители", сидящие передо мной, делали всё возможное, дабы создать беспорядок. Я постепенно пришла в ярость! Моя ярость была ещё более раздута терапевтическим клоуном. Она провоцировала меня всеми средствами, что находились в ее распоряжении. Стаккато безумных криков, снизошедших на меня, оказались совершенно неважны для меня: единственная вещь, на которой я сосредоточилась, была моя ярость! Спустя пару недель я действительно проживала эту ситуацию во время очередного родительского собрания. Но теперь, стоя перед этими людьми, я вдруг вспомнила тот ролевой спектакль. В тот же момент моя ярость снова подняла голову. Я вновь приняла на себя роль наглого клоуна и услышала собственное бормотание: "Уважаемые родители, я стою здесь перед вами полностью и окончательно посрамлена..." Я произнесла эти слова чистым, твердым и энергичным голосом. И, когда я увидела, что они смеются в неверии, то поняла, что выиграла! Я ясно осознала, что они смеются не надо мной. Скорее, они смеялись над действительно забавной шуткой. Остаток собрания прошел без единой загвоздки. Этот чудесный опыт являлся поворотным моментом: с того времени моя самоуверенность выросла неимоверно! "  **Вывод**  Многие из досадных постыдных случаев в прошлом и настоящем пациента могут быть систематически инсценированы в подобных условиях. Что интересно, смех, который пациенты вызывают сейчас, имеет другую окраску: он больше не воспринимается как насмешка, а как одобрительное подтверждение успеха пациента в юмористическом выступлении. Как свидетельствуют приведенные выше комментарии пациентов, каждый из них имел успех, представляя себя в роли "реального" клоуна - человека, который "готов для сцены". Переживая этот юмористический успех, продуктивный сдвиг происходит в отношении пациента. Виктор Франкл (1984, стр. 164) отметил, что этот сдвиг является решающей предпосылкой для выработки так называемого иммунитета у пациентов против страха выглядеть нелепыми. Невротическая одержимость гиперкритическим самоконтролем не может быть решена на уровне когнитивной переориентации. Она требует экзистенциального изменения отношения, которое может быть значительно облегчено с помощью хьюмордрамы, и в результате приведет к появлению новой личности, отличающейся юмористической мудростью и конструктивной адаптацией к жизненным испытаниям. |