

ЗМІСТ

<i>Малюнки</i>	12
<i>Авторки</i>	13
<i>Подяки</i>	18
Передмова. <i>Юлія Клименко</i>	19
Звернення до читача.	21
Вступ	22

ЧАСТИНА I

ОБЛАШТУВАННЯ СЦЕНИ

1. Структура творчості	
<i>Анна Чеснер</i>	29
2. Теорія ролей і рольовий аналіз:	
сутність індивідуальної психодраматичної роботи	
<i>Джинні Джеффріс</i>	52
3. Конкретизація та гра з перспективою	
<i>Анна Чеснер</i>	75

4. **Робота із роллю**
*Анна Чеснер.*107
5. **Робота із залежностями:**
компас залежностей та генограма
міжпоколінневих дій
*Анна Чеснер.*136
6. **Робота зі снами у психодрамі**
*Анна Чеснер.*157

ЧАСТИНА II

КЛІНІЧНІ ВИПАДКИ: МЕТОД У ДІЇ

7. **Як зрозуміти голос дитини:**
системний підхід до індивідуальної
психодраматичної психотерапії
*Пола Дейвіс.*177
8. **Наш найглибший біль:**
робота із соромом в індивідуальній
психодраматичній психотерапії
*Анна Хан'є.*200
9. **Робота з горем і втратою**
*Лідія Мак*228

10. Робота з тривожністю у психодрамі <i>Вірджині Бурі</i>	248
11. Індивідуальна психодраматична робота з розладами харчової поведінки <i>Ева Кумплі</i>	268
12. Люсі та її таємний внутрішній світ <i>Естер Танг</i>	298
13. Коротка індивідуальна сесія з використанням рольового аналізу та теорії ролей у корпоративному середовищі <i>Максін Деніелс</i>	325
Про Анну Чеснер	351

ВСТУП

Ідея цієї книжки виникла під час викладання індивідуальної психодрами, що є елементом і групового, й індивідуального навчання, проваджуваного Лондонським центром психодрами. Я розробляла та керувала цим навчальним модулем більш ніж десятиріччя; навчання інших того, що я робила у рамках своєї практичної роботи упродовж багатьох років, і надихало мене, і дарувало нові відкриття. Водночас виявилось, що не існує книжок англійською мовою, які б описували та чітко формулювали наш підхід до роботи. Студенти й самі вказували на потребу в такій книзі та заохочували мене до її написання.

Усі авторки, які підготували розділи, що увійшли до другої частини цієї книги, пройшли навчання у Лондонському центрі психодрами, чи то у самому Лондоні, чи то у Гонконзі. Я вирішила додати як статті досвідчених психотерапевток, так і тих, хто тільки-но завершив навчання або ще навчався під час підготовки цієї книжки. Дві авторки із Гонконгу були учасницями перших двох когорт повноцінного навчання психодраматичній психотерапії, що його ми із Джинні Джеффріс розпочали у 2011 році.

Весь той час, що я працюю в цій галузі, мою цікавість та залученість у мистецтво психотерапії та психотерапію як професію підтримує те, що в цій практичній діяльності я продовжую навчатися — у клієнтів,

а також у студентів і супервізантів. Ця книжка не є останнім словом на цю тему. Сподіваємося, що вона є внеском у діалог, міркування та критичне осмислення того, що саме робимо ми — психотерапевти-психодраматисти, — працюючи із клієнтами у рамках індивідуальної терапії.

У СК є багато колег-психодраматистів, яким є чим поділитися, спираючись на свою індивідуальну практику. Я ухвалила рішення залучити до роботи над книжкою тих, хто пройшов навчання за моделлю Лондонського центру психодрами. Спектр досвіду є величезним. Джинні Джеффріс — одна із двох засновників Лондонського центру навчання психодрами та групової аналітичної психотерапії (разом із груповим і юнґіанським аналітиком Джеймсом Бамбером). Водночас деякі інші авторки закінчуватимуть своє навчання зараз — тридцять років по тому. Я сподіваюсь, що читачі побачать певний рівень узгодженості в описаній моделі і водночас — індивідуальність, культурні відмінності та унікальний клінічний досвід у голосі кожної авторки.

Ця книга складається із двох частин. Завданням першої частини є підготовка сцени — і у психодраматичному розумінні, і з огляду на великий спектр інструментів, потрібних для творчої дії, що ними можуть скористатися психотерапевти. Розділ 1 присвячений філософському підґрунтю психодрами і взаємодії поміж цією філософією та рамками індивідуальної психотерапії. У ньому порушується кілька важливих питань про час, ритм, рамки та доторки. Розділ 2 підготовлений Джинні Джеффріс; у ньому вона зосередилася на теорії ролей — важливому теоретичному комплексі,

тісно пов'язаному і з філософським підґрунтям психодрами, і з моделлю рольового аналізу Лондонського центру психодрами. Вона знайомить читачів з історією теорії ролей та обговорює внесок кількох теоретиків у цю сферу. У розділах 3 і 4 я досліджую психодраматичні методики, зокрема застосування конкретизації та ролі. У розділах 5 і 6 я коротко представляю конкретні техніки, розроблені для роботи із залежністю та сном. У цих розділах я ділюся віньєтками — прикладами роботи, проведеної з клієнтами, до того ж самі описані клієнти є комбінацією різних випадків, складеною з метою пояснення роботи, завдяки чому читачі можуть «побачити» метод у дії та прочитати міркування, на які спирається застосування цього методу.

Коментар щодо ілюстрацій: в основі психодрами лежить мантра «покажи мені, а не розповідай». Аби наочно показати деякі концепції, представлені у першій частині цієї книги, я співпрацювала з Андреа Блейр, артпсихотерапевткою та консультанткою у галузі освіти. Деякі авторки додали ілюстрації до своїх розділів.

Друга частина книги знайомить читачів із кількома психотерапевтками, які спираються на описані підходи у рамках індивідуальної психотерапевтичної роботи. Описані випадки охоплюють цілу низку проблем, як-от тривожність, важка втрата, сором, розлади харчової поведінки, дисоціативний розлад ідентичності, міжвідомча робота з дітьми, а також короткі втручання в межах бізнес-середовища. У розділі 7 Пола Дейвіс досліджує свою роботу в міжвідомчій команді у шкільному середовищі та показує, як рольовий аналіз допомагає дорослим, завданням яких є надання підтримки