

گفت و گوی با مجید امرایی، دبیر کل انجمن بین‌المللی دراماترپای ایران

# نمایش درمانی راهی برای روشمند

سمیه نجفی خاتونی  
گفت و گو

نمایش درمانی امروزه به عنوان شیوه‌ای موثر و روشی جدید، در توانبخشی و درمان افراد دچار ضربه‌های روحی و روانی، مورد توجه کارشناسان و فعالان حوزه علوم توانبخشی و هنرهای نمایشی (تئاتر) قرار گرفته است. به طوری که در حال حاضر، این شیوه درمانی در بسیاری از کشورهای خاص کشورهای اروپایی و آمریکایی و اسکندیناوی به عنوان روشی موثر در درمان افراد نیازمند مورد توجه قرار دارد. این روش درمانی، در یک صد سال گذشته به عنوان نقطه تلاقی هنر نمایش و روان‌شناسی در ارتباط با بالابش روح و روان انسان و رسیدن به «کاتارسیس» و تعادل روانی مورد توجه کارشناسان قرار گرفته است. در نمایش درمانی می‌توان به کمک روش‌ها و تکنیک‌های درمانی خاص، بر اختلالات روانی غلبه کرد و در راه افزایش قوه یادگیری، ثبات و سلامت شخصیت، کسب مهارت‌های فردی و ارتقای حس خود ادرایی، افزایش توانایی‌های فیزیکی و تقویت مهارت‌های حرکتی و تعادل روحی و روانی افراد گام برداشت.

## روش کار نمایش درمانی

در زندگی هر فردی مسائل دراماتیک و ناراحت‌کننده متعددی وجود دارد که آن‌ها را احساسی و تجربه‌نموده است. در این روش درمانی، به کمک شیوه‌های مختلف نمایشی و تکنیک‌های خاص روان‌شناسی در اجرای نمایش، به مراجع‌کننده فرصت داده می‌شود تا در پشت نقاب نقش و بازیگری تعارضات و کشمکش‌های درونی خود را بازگو و فرصت مواجهه و آشنایی با درون خویش را پیدا کند و در صدد تغییر و اصلاح رفتاری خود بپردازد. در نمایش درمانی، تکرار و رو به روشن شدن‌های مکرر، مراجع، با رفتار و اندیشه‌هایی که رنج آور و آزاردهنده است، باعث کم شدن حساسیت‌های فرد به آن اعمال و افکار می‌شود.

در گفت و گوی ویژه صبا به سرراغ مجید امرایی، دبیر کل انجمن بین‌المللی دراماترپای ایران رفتیم، او دراماترپیست، کارگردان تئاتر، روزنامه‌نگار و مدرس دانشگاه است. وی دارای مدرک دکترای تخصصی دراماترپای از انستیتو بین‌المللی هنر درمانی پاریس در کشور فرانسه است که در حال حاضر نیز در حوزه و گرایش تخصصی نمایش درمانی فعالیت دارد. از عمده فعالیت‌های وی می‌توان به تجربه عملی بیست‌سال کار نمایش درمانی با گروه‌های مختلف هم‌چون مصدومان جنگی، کتون اصلاح و تربیت و مراکز آموزشی اشاره کرد. هم‌چنین وی به عنوان نمایش‌درمان‌گر در بیمارستان روانپزشکی سعادت‌آباد با مصدومان جنگی نمایش درمانی کار کرده و مؤلف نخستین کتاب تألیفی در حوزه نمایش درمانی با عنوان نمایش درمانی در مسیر تکامل در ایران است. امرایی، در این حوزه تألیفات دیگری نیز دارد. او از سال ۲۰۱۷ به عنوان عضو مؤسس اتحادیه جهانی دراماترپای در این مجمع بین‌المللی حضور دارد.



منظور بهبود و درمان کار می‌کند.

## تفاوت تئاتر و نمایش درمانی چیست؟

اگر بخواهم نمایش را تعریف کنم باید بگویم پیش از تئاتر نمایش اتفاق می‌افتد، هر تئاتری نیازمند آن است که نمایشی با خود داشته باشد، اما هر نمایشی تئاتر نیست، تئاتر متشکل از بخش‌هایی چون: بازیگر، متن نمایشی، صحنه و کارگردان است؛ اما نمایش درمانی می‌تواند بخش با بخش‌هایی از این موارد را نداشته باشد، تئاتر مبتنی بر تماشاگر است، در حالی که نمایش درمانی، تماشاگر محور نیست، و به طور کلی اصلاً برای تماشا شدن تولید و اجرا نمی‌شود، یک موقعیت است که فرد با آن موقعیت دچار چالش می‌شود، که ممکن است برای بازیگر تئاتر هم این درمان در مرحله کنار آمدن با نقش اتفاق بیفتد، همان‌طور که تیکلای اورینفر و سوسیه به این باور رسید که تمام هنرمندان و بازیگران پیش از آن که بخواهند نقش دیگری را بازی کنند، باید قبل از آن با نقش فردی خود کنار بیایند، یعنی اول باید مسائل خود را برطرف کنند. نمایش

درمانی یعنی رفع همین مسائل پیش از تئاتر، اما وقتی تئاتر به تکرار و تولید برسد، و دیگر برای بازیگر چالش برانگیز نباشد، همان تئاتر صرف است و خیلی از خاصیت درمانی می‌شود، چرا که دیگر افراد مسائل‌شان با نقش برطرف شده و حالا آن نقش را مدت زمانی مشخص اجرا می‌کنند.

در زمانی که من مدرس تئاتر در دبیرستان بودم هدف ما تولید یک نمایش و آماده کردن آن برای جشنواره دانش‌آموزی بود، والدین و مسئولین معتقد بودند، دانش‌آموزان در مدت آماده‌سازی تاجرا، تأثیراتی گرفته بودند که به درک بهتر آن‌ها از محیط کمک کرده بود، با این حساب، آیا می‌توان گفت که نمایش درمانی اتفاق افتاده است؟

خیر؛ این نمایش درمانی نیست، چرا که به صورت تخصصی، وقتی ما از درمان را به گل می‌پریم، در مان از همان ابتدا با تشخیص رخ می‌دهد، در این جا می‌توان گفت که شما مهارت‌هایی را به آن‌ها آموزش داده‌اید، که تأثیرات آن در

شما، هنر تئاتر را از مقوله نمایش درمانی جدا می‌داند؟ بله، تئاتر اصالتاً نوعی هنر، مبتنی بر همکاری جمعی است که نویسندگان، کارگردانان، هنرپیشگان و... دست به دست هم می‌دهند تا در یک همکاری جمعی به خلق یک اثر هنری و تئاتری بپردازند، زبان تئاتر، زبان عمل و احساس است که با ساختن موقعیتی فضایی، بازیگر و تماشاگر را به همدلی، ارتباط و همذات‌پنداری می‌رساند، که در واقع، همین ویژگی‌های خاص هنر تئاتر باعث شد که در سال ۱۸۸۹ میلادی جاکوب لویی مورنو، بحث نمایش درمانی را مطرح کند، او کسی بود که به تأثیرات درمانی هنر نمایش به شکلی ویژه نگاه کرد و آن را به مدد علم روانشناسی با عنوان سایکو درام بسط داد، و در سال ۱۹۴۲ انجمن نمایش درمانی را پایه‌گذاری کرد، که دیگر کملاً با تئاتر تفاوت داشت. نمایش درمانی؛ روشی درمانی است که در آن در مانگر به کمک شیوه‌های مختلف نمایش (صحنه‌ای، عروسکی، و پانتومیم) به مراجع‌کنندگانی که قوه ادراکی، عقلی و تکلمی آن‌ها دچار اختلال شده با عمل نمایشی و بازی پداهه و خلق موقعیت به