

Spre vindecare

Confruntând Holocaustul prin Psihodramă, Sociodramă și Ritual

De Yaacov Naor si Hilde Gött

Rezumat

În articolul "Despre vindecare: Confruntând Holocaustul prin Psihodramă, Sociodramă și Ritual", Yaacov Naor și Hilde Gött descriu un proiect de atelier itinerant care se adresează celei de a doua și a treia generații de descendenți ai supraviețuitorilor al Holocaustului, fie ei supraviețuitori sau făptași. Ei discută transmiterea trans-generațională a traumei și identifică diferențele și asemănările dintre descendenții victimelor care au supraviețuit și descendenții făptașilor, precum și ai celor care au un trecut mixt. Ei descriu cum folosesc psihodrama, sociodrama și ritualurile pentru a determina întâlnirea, dialogul și începutul vindecării.

Cuvinte cheie

Dialog, întâlnire, generațional, vindecare, Holocaust, făptași din timpul războiului, psihodramă, reconciliere, ritual, sociodramă, supraviețuitor, trauma trans-generațională, victimă, încălzire și work-shop (atelier).

Introducere

Din 1995, Yaacov Naor și Hilde Gött, autorii acestui articol, s-au angajat de comun acord într-un proiect special psihodramatic denumit "Confruntând Holocaustul prin psihodramă, sociodramă și ritual", conceput pentru a doua și a treia generație de descendenți ai victimelor Holocaustului, dar și ai făptașilor. Scopul nostru este să asistăm participanții să recunoască și să înțeleagă implicațiile morale, sociale și personale ale Holocaustului.

Faptul că venim, ca directori de psihodramă, din părți diametral opuse ale Holocaustului este unic și special. Aducem cu noi poveștile și moștenirea familiilor noastre.

Yaacov Naor este fiul a doi supraviețuitori ai Holocaustului. El este născut în 1948 în sudul Germaniei, într-un lagăr de persoane dislocate, pentru persoane eliberate din lagăre de concentrare (DP-Camp: displaced person camp), iar la vârsta de 1 an s-a mutat cu părinții în Israel.

Hilde Gött este născută în 1953 în România, familia sa făcând parte din minoritatea germană a acestei țări. Ea a crescut într-o perioadă agitată. Pe de-o parte, bunicii săi au fost în serviciul armatei naziste și ea a fost discriminată ca fiind copil de fasciști. Pe de altă parte, una din bunicile sale a fost deportată în Siberia de către regimul comunist. La vârsta de 20 de ani s-a mutat împreună cu familia în Germania.

Am început să conducem împreună grupuri de psihodramă și am realizat că împărtășim aceleași țeluri și aceeași direcție. Amândoi doream să învățăm oamenii să asculte povestea Holocaustului, să facă loc pentru diferențe, să-i respecte pe ceilalți. În timp ce lucram împreună, ne-am apropiat. Familiile noastre s-au întâlnit și, încetul cu încetul, am devenit prieteni buni. Acest lucru a fost posibil pentru că am admis că scopul nostru nu era să aducem reconcilierea, ci mai degrabă să îi învățăm atât pe germani, cât și pe evrei, cât și pe alții care veneau în aceste ateliere, să fie martorii exprimărilor unice, personale ale celorlalți participanți și să creăm un dialog cu “celălalt”.

Transmiterea trans-generațională a traumei

Interesul profesional față de conceptul de trauma trans-generațională, de trecere a unei consecințe traumatice de la o generație la alta, a fost în continuă creștere în ultimii douăzeci de ani, iar acum este bine stabilit. Asta pentru că s-au făcut studii de caz, rapoarte de psihoterapie și cercetătorii au descoperit că a doua generație descendentă a supraviețuitorilor Holocaustului raporta același tip de probleme emoționale și aceleași “adâncimi” ale suferinței ca și supraviețuitorii înșiși. La începutul anilor 1994, Jürgen Müller–Hohagen, care a făcut muncă psihoterapeutică pentru mulți ani, a publicat propria sa versiune și înțelegere asupra felului în care se transmite trauma. Criteriile de diagnostic ale Bolii de Stress Post-Traumatic (PTSD) rezultate din trauma de război sunt frecvent aplicabile, deși persoana nu are nici o experiență personală de război. Dar sentimentele profunde de rușine și vinovăție, stânjenesc o discuție constructivă despre transmiterea trans-generațională în cazul traumelor făptașilor de război. Atât cât știm noi, nu a existat o astfel de investigație în Germania. Identificarea cu “puterea”, ascunderea și redefinirea făptașilor ca victime sunt câteva caracteristici care s-au transmis în familiile persecutorilor de război. Dacă dorim să oprim moștenirea traumei din generație în generație, trebuie să găsim un mod accesibil și adecvat de a face față și de a judeca trauma Holocaustului.

Gabriele Rosenthal (1998) a investigat transmiterea trans-generațională a traumei în ambele tabere ale perioadei naziste, atât a supraviețuitorilor cât și a făptașilor din perioada nazistă. Ea a pus întrebări despre originile dialogului în familiile din ambele tabere, despre influența trecutului asupra prezentului. Rosenthal a demonstrat că stilul general de viață al familiilor, așteptările zilnice ale membrilor familiei, sentimentul de securitate, acceptare și apartenență, au rădăcinile în experiențele din timpul Holocaustului ale acestor familii. Ea a

comparat problemele descendenților, atât ale victimelor cât și ale persecutorilor, și a identificat asemănări și deosebiri.

Una din asemănările pe care le împărtășesc aceste grupuri aflate în conflict, este tăcerea, dar motivația tăcerii este diferită. În familiile făptașilor este de cele mai multe ori frica de urmări, condamnare, persecuție și execuție cea care conduce tăcerea asupra Holocaustului. În familiile supraviețuitorilor este tristețea resimțită pentru membrii de familie uciși, rușinea față de o așa de mare umilință și dorința de a proteja descendenții de umbra acestor cumplite evenimente. O altă asemănare identificată de ambele părți este efectul teribil al secretelor de familie, care în sistemul familiilor instituționalizate se opune unei considerații tematice a trecutului. Aceasta este oglindită în fanteziile descendenților, care se exprimă în diverse forme. Descendenții victimelor pun întrebări despre “vina supraviețuirii” cum ar fi “Ce au făcut în plus cei ce au supraviețuit, astfel încât să supraviețuiască?”, în timp ce descendenții făptașilor pun întrebări ce implică vinovație cum ar fi: “Ce aș fi făcut într-o situație asemănătoare?”.

Descrierea atelierului

Oferim atelierul “Confruntând Holocaustul prin Psihodramă, Sociodramă și Ritualuri” în două variante diferite. Prima cuprinde o serie de seminarii (întâlniri la sfârșit de săptămână) într-un ciclu de doi sau trei ani. Aceasta include vizite la locurile de comemorare de la Auschwitz și Birkenau și psihodramă în Centrul de întâlniri educaționale în Oswięcim. În Birkenau conducem ritualuri create de membrii grupului participant. Această abordare oferă timp și spațiu pentru discuții și analize și este recomandat pentru grupuri mici de 15 până la 25 de participanți. Oferim de asemenea ateliere cu durată de trei ore în cadrul Conferințelor și Convențiilor, ca exemplu al muncii pe care noi o facem, unde 30 până la 80 de participanți pot să confrunte și să discute consecințele Holocaustului în timpurile prezente. În aceste situații, de obicei lucrăm cu psihodramatiști și profesioniști care sunt familiarizați cu teoria rolului și tehnicile psihodramatice. Participanții au vârste cuprinse între 22 și 78 de ani.

Participanții : supraviețuitori și făptași

Participanții evrei care vin în atelierelor noastre au o oarecare idee despre soarta membrilor familiilor lor în timpul celui de Al Doilea Război Mondial. Ei dețin informații concrete despre ce s-a întâmplat sau rețin fragmente de istorie care îi tulbură. Ei jlesc membrii decedați ai familiei precum și pierderea integrității acesteia, dar și a rețelei sociale și simt furie îndreptată către făptașii care i-au împovărat cu o durere fără sfârșit. Ei vor să aducă o oarecare înțelegere a durerii, disperării și jelitului, care par că nu au sfârșit. Participanții din familiile făptașilor exprimă sentimente diferite. De multe ori, ei doresc să renege trecutul familiilor lor și luptă cu sentimente de vinovație și rușine și au de asemenea dificultăți în a face distincție între vina personală și vina colectivă. Ei caută o mai bună înțelegere a lor înșiși, a familiilor lor, și vor să se rupă de identificarea lor ca și făptași. Mulți au crescut cu frica permanentă de “plată” pentru faptele petrecute și vor să exprime aceasta. Ei caută de asemenea ajutor, să poată găsi termeni adecvați de afecțiune, pe care o simt față de mama sau față de tatăl persecutor. Unii speră totodată la o izbăvire sau iertare.

Alți participanți provin din familii mixte pentru că au experiențe aparținând ambelor tabere, atât de victime cât și de agresori: de exemplu, creștini provenind din familii mixte, evrei și alții din familii germane care au fost persecutați din motive politice, religioase sau de orientare sexuală. Acești participanți sunt deseori preocupați de identitatea și de apartenența lor.

Atât diferențele cât și terenul comun pe care le împărtășesc participanții în aceste ateliere sunt investigate în seminarii, fără a fi generalizate ca fiind "egale" sau experiențe identice. Tăcerea Holocaustului atârână greu. Toți simt nevoia de a descifra aceste lucruri și se simt profund implicați ca indivizi, ca membri ai familiei și în interdependență cu ceilalți.

De asemenea toți participanții sunt văzuți de către propriile lor familii ca "trădători", pentru că demască tabuul tăcerii și caută discuții deschise și analiză. Ei confruntă familia, cu problemele trecutului și de aceea sunt percepuți ca fiind periculoși de către celelalte rude. Ei devin "țapi ispășitori" ai familiei, considerați drept cauze ale dezastrelor și accidentelor.

Dina Wardi (1992), o psihanalistă din Ierusalim, descrie acești "țapi ispășitori" din familiile evreiesti ca "lumânări comemorative" care creează subiectivism în ceea ce privește Holocaustul și susțin jeliul (doliul) pentru cei dispăruți.

În familiile făptașilor sau în cele mixte, aceia care confruntă familia cu trecutul ei nazist sunt de asemeni pedepsiți și excluși pentru că rup codul tăcerii. Ei poartă frica, rușinea, vinovăția și blamul pentru păcatele familiei, ale comunității și ale lumii.

Grupurile noastre sunt formate din "țapi ispășitori" provenind din toate tipurile de familii: de victime, de persecutori sau mixte.

Munca: de la întâlnire la dialog și la vindecare

Munca noastră se bazează pe conceptul lui Moreno de „Întalnire” care poate duce la dialog. Activitățile includ psihodramă, sociodramă, ritualuri, art-terapie și activități care construiesc înțelegerea, încrederea, empatia și acceptarea.

Preocuparea noastră este de a iniția discuții personale, profund semnificative pe scena de psihodramă, de a găsi un limbaj adecvat pentru asta, de a fi conștienți de adevărurile diferite (subiective), cu scopul de a învinge consecințele traumei colective din timpul perioadei naziste.

Plecăm cu premisa că experiența forței ori a violenței este o experiență instinctivă. Trauma este strâns legată de corp, acolo unde-și găsește locul și este resimțită fizic.

Ca psihodramatiști și avocați ai metodei bazate pe acțiune, noi știm că un efect de durată apare când discursul activ al unei persoane este simțit profund și depășește (străbate) procesele mentale, deschizând noi orizonturi și iluminând problemele. Aceasta presupune că, în timpul lucrului, corpul fiecăruia dintre participanți trebuie să fie atent implicat și este necesară de asemeni autodeterminarea.

Încălzirea

Corpul și exercițiile de întâlnire care sunt parte a încălzirii propuse de noi, încep să facă posibilă și ajută la stabilirea contactului real între participanții la grup.

Noi utilizăm o gamă largă de mici exerciții de grup, cu sau fără muzică, ce sunt focalizate pe corp și simțuri. Unele exerciții sunt concepute pentru a amuza participanții laolaltă, unele fac să se oglindească unul pe celălalt și să construiască solidaritatea, în timp ce altele îi fac să își unească forțele pentru a îi exclude pe alții și rup sentimentul de apartenență la grup.

Emoțiile și instinctele participanților din contextul vieților lor reale sunt astfel activate și toți participanții (din familiile de victime, agresori sau mixte) devin capabili să trăiască experiența celuilalt. Aceasta ajută la crearea unei atmosfere de deschidere și atenție pentru a trata cu sensibilitate adecvată importanței subiectelor.

Psihodramă si Sociodramă

Ca o regulă, trauma perioadei naziste nu a fost direct sau personal experimentată de participanții în atelierelor noastre. Ei nu sunt supraviețuitori de Shoa sau Holocaust și nici făptași naziști, ci sunt copii, nepoți și membri ai familiilor acestora.

Tratând trauma trans-generațională, permitem ca adevărul subiectiv al respectivelor părți să fie reprezentat de-a lungul psihodramei, cu toată durerea, plânsul, rușinea, disperarea, oroarea, furia și vinovăția. Astfel este construită o punte care îi unește pe participanții cu istorii de familie provenind de ambele părți ale baricadei.

Folosind Sociodrama, explorăm istoria celui de Al Doilea Război Mondial investigând elementele care au cauzat o astfel de violență oribilă, durere și distrugere în Europa și care au condus la schimbări radicale în toata lumea. Luăm în considerare consecințele pentru diferite categorii de populație, care au fost părți în conflict.

Totodată ne propunem să facilităm întâlnirea dintre descendenții victimelor și cei ai făptașilor și astfel să stabilim un dialog, care să reprezinte o resursă, în lupta cu greutatea traumei care-și are rădăcinile în generațiile anterioare.

Ritualurile

Al Doilea Război Mondial și Holocaustul sunt povești despre cruzime, durere și suferință care au lăsat cicatrici în ambele tabere, atât cea a victimelor cât și în cea a agresorilor. Urmele rămân cu noi până în prezent și procesul de vindecare este de lungă durată. Indiferent de cât de productive sunt atelierelor noastre în a crea întâlnirea, dialogul și vindecarea, noi știm că numai cuvintele nu pot să exprime pe deplin și cu acuratețe reacțiile participanților la Holocaust. Experiențele fenomenologice și expresivitatea sunt necesare. Așa că, în timp ce în Auschwitz noi lucrăm psihodramatic pe scenă, includem și un proces de "creație" a unui ritual individual în Lagărul de Moarte Birkenau.

Una din cele mai dificile experiențe ale supraviețuitorilor Holocaustului și ale urmașilor acestora a fost absența unui mormânt real unde să-și plângă morții. Ritualurile sunt parte integrantă a unui eveniment psihodramatic sau sociodramatic, pentru că ele fac posibilă concretizarea simbolurilor. Ritualurile creează o nouă oportunitate pentru a îngropa morții. Oferă de asemeni sensuri și un fel de încheiere pentru evenimentele din trecut. Aceste ritualuri pot lua forma unor servicii religioase, a unor ceremonii memoriale, înmormântări, recitări de versuri sau cântece lângă un mormânt imaginar. Unele dintre ele devin reprezentări pe scenă și includ mișcări și cântece. Toate aceste ritualuri sunt îndeplinite de întregul grup, care devine astfel “comunitatea” care este necesară pentru a conține și susține în astfel de momente.

Ritualul ca forma de împărtășire psihodramatică și sociodramatică este un act terapeutic. Permite participanților să confrunte Holocaustul în feluri unice, alese chiar de ei, fără judecăți și blamuri. Este solicitată folosirea imaginației și a creativității, dând voce, formă și loc de exprimare emoțiilor care nu au putut fi clar exprimate înainte.

Ritualurile creează o perspectivă, un spațiu liminal, o plusrealitate care există simultan în trecut și în prezent, unind în același timp lumea internă și exterioară a participanților. Ritualul duce la catharsis, schimbă și dă un sens de integrare. Unele ritualuri au devenit pentru creatorii lor cel mai bun și profund fel de a confrunta Holocaustul. Iată câteva exemple: mersul desculți pe șinele ce conduc la Crematoriul Central, spartul de sticle în pereții barăcilor destinate femeilor în timp ce se țipă sau se plânge, ascultarea în tăcere a muzicii de armonică înăuntrul unei barăci, citirea poemului “Fuga Morții” a lui Paul Celan, împărțirea de pâine uscată într-un cerc și mestecarea acesteia foarte lent, participarea la o ceremonie ca-ntr-un vis a înmormântării unei tinere.

Aceste ceremonii ritualice permit împărtășirea simultaneităților personale și interpersonale și sunt astfel terapeutice pentru întregul grup. Ei se concentrează pe exprimarea emoțiilor puternice ca: mânia, furia, vinovăția, frica, anxietatea, rușinea, neajutorarea, lipsa speranței și umilința și devin forme de înțelegere a suferinței “celeilalte părți”.

Crearea unui balans între “individual” și “grup” este un fel de vindecare psihosocială. Legăturile între individualități, grup și comunitate sunt întărite.

Spre vindecare și reconciliere

În aceste ateliere, participanții investighează diferite moduri în care rolurile de persecutor și victimă sunt internalizate atât în indivizi cât și în societate. Ei explorează spontan modalități expresive și creative de a trata relația agresor – victimă și sunt încurajați să întalnescă „cealaltă parte”.

Lucrul activ, implicând corporalitatea, permite o deschidere imediată și în același timp protejată a lumii interioare emoționale și de asemeni o întâlnire cu „adevărul” care minte în interior.

Participanții împărtășesc amintirile lor, experiențele, fanteziile și sentimentele și dau voce propriei suferințe. Se oferă astfel oportunitatea de a învinge în lupta împotriva anonimatului prin

ruperea obiceiului familial și social legat de tăcere. Participanții spun și joacă poveștile lor și au ca rezultat faptul că învață să facă față propriului Holocaust într-o manieră deschisă, veritabilă, sinceră.

Atât munca psihodramatică și sociodramatică, cât și ritualurile ajută participanții să se îndepărteze de proiecțiile, generalizările, prejudecățile, preconcepțiile și iluziile pe care le au și să înceapă un proces de învățare.

Participanții învață să fie centrați, să își asume responsabilități, să se întâlnească „ochi în ochi” și „față în față” cu recunoștință, empatie, respect și acceptare. Aceste întâlniri între urmașii de a doua și a treia generație ai supraviețuitorilor Holocaustului și ai urmașilor de făptași de război sunt adesea emoționante, dureroase de multe ori și câteodată imposibile. Acești oameni curajoși își asumă riscul de a întâlni și confrunța „cealaltă” parte, într-un cadru sigur, lucrând profund pe această temă în fața celorlalți în grup. Deoarece lucrul terapeutic facilitează experiențe intense pentru participanți, suntem feriți de pericolul de a crea false apropieri, care ar putea conduce la o iertare prematură. Nu ne dorim să aducem sau să găsim reconciliere, dar cu timpul, aceasta se petrece spontan și natural, într-un proces lung și lent, pas cu pas. Participanții sunt aduși împreună și uniți prin demersul terapeutic și ritualuri. Ei experimentează speranța, sensul de apartenență și ușurarea față de sentimentul de singurătate, anonim și supraîncărcare emoțională generat de enormitatea creată de Holocaust.

Reflecții

Deși descendenții Holocaustului, victime și făptași, au dreptul egal de a-și reprezenta propria suferință pe scena psihodramatică și să reflecteze asupra lor în contextul istoriei reale, aceasta nu înseamnă că suferințele celor două părți sunt privite prin analogie. Pentru noi este mult mai important să găsim un mod de exprimare care se poate manifesta într-o limbă comună, care să opereze diametral opus cu realitățile traditionaliste ale aceluși timp.

Ca directori de psihodramă, venind din părți opuse ale Holocaustului, am privit în spate, în propriile noastre istorii și am reușit să creăm un cadru sigur de exprimare a durerii, de construire a încrederii, pentru a crea un sens al apartenenței și dezvoltării.

Ne dorim ca participanții să accepte grupul din postura taberei opuse, să schimbe frica, ura și prejudecățile cu o întâlnire reală și un dialog sincer, unde îngrijorarea poate fi simțită, jelită și apoi vindecată. Pentru noi, măsura distrugerii provocate de puterea Nazistă a devenit mai cuprinzătoare și pierderea populației Evreiești și a culturii lor, mai perceptibilă. În cei 15 ani de muncă împreună, am dezvoltat un sistem de întâlnire și dialog plin de acceptare reciprocă, respect, recunoștință și iubire.

În vara anilor 2008 și 2010 am susținut câte o săptămână de seminarii de Psihodramă Internațională în Cracovia și Auschwitz, pentru participanți din mai multe țări, seminarii denumite „Urmele Holocaustului în Prezent”. Datorită succesului și a semnificațiilor profunde ale acestor experiențe, plănuim să oferim din nou acest format, în viitor.

„Confruntând Holocaustul prin Psihodramă, Sociodramă și Ritual” este o experiență dureroasă și purificatoare pentru ambele tabere implicate în Holocaust și în mod frecvent se încheie cu decizia de a trăi un viitor demn și onorabil. Suntem cu toții acum responsabili să ne asigurăm că istoria nu se va mai repeta. O înțelegere a durerii care a fost o parte esențială a vieții unei persoane cândva, poate conduce la decizia clară de a nu provoca niciodată o suferință cuiva și de a construi relații respectabile, deschise și calde cu alți oameni.

Mai multe informații privind munca și atelierile discutate în acest articol pot fi găsite pe web-site-ul Institutului European de Psihodramă (PIfE) la <http://www.pife-europe.eu>

Referințe și bibliografie

- Bar-On, D (1989). *Legacy of silence : Encounters with Children of the Third Reich*. Harvard University Press, Cambridge, MA.
- Bar-On, D (1995) *Fear and Hope: Three Generations of Holocaust*. Harvard University Press, Cambridge, MA.
- Bergmann, M.S. &Jacovy, M.E. (eds) (1990). *Generations of the Holocaust*. Columbia University Press, New York.
- Celan, P.(1995). *Death Fugue*. In Hilda, S. (ed.)*Holocaust Poetry (p.39)*. St.Martins Griffin, New York.
- Kellermann,P.F (2007)*Sociodramma and Collective Trauma*. Jessica Kingsley, London.
- Kellermann, P.F. (2009) *Holocaust Trauma . Psychological Effects and Treatment. I Univers*
- Krondorfer, B (1995). *Remembrance and Reconciliation: Encounters Between Young Jews and Germans*. Yale University Press, New Haven& London
- Müller – Hohagen, J. (1994). *Geschichte in uns. Psychogramme aus dem Alltag. Kneselbeck Verlags KG, München*.
- Rosenthal, G. (ed.) (1998) *The Holocaust in Three Generations : Families of Victims and Perpetrators of the Nazi Regime*. Casell, London.
- Wanjrib, R. (2001). *The silence : How Tragedy Shapes Talk*. Allen& Unwin, Crow’s Nest, NSW, Australia.
- Wardi, D. (1992). *Memorial Candles: Children of the Holocaust*. Tavistock, London.
- Wiener, R. (2001). *A Sociodramatist Goes to Work*. In Chesner, A.&Hahn, H. (eds.) *Creative Advances in Groupwork*. Jessica Kingsley, London.