



Karakteristike psihodramske katarze

RADOVANČEVIĆ LJ.

UMIROVLJENI PROFESOR, ZAGREB, CROATIA

SAŽETAK:

Psihološki fenomen, pojam i teorija katarze poznat je još od Aristotelove „Poetike“, a označava pročišćenje, očišćenje duše emocionalnim pražnjenjem. Ishod je (re)solucija problema, smetnji, tegoba, unutarnjih konflikata, kompleksa, praćena afektivnom abreakcijom. U svakoj metodi i psihoterapijskoj tehnici u klijenta/protagonista nakon stanovitog vremena dolazi do katarze. Teorija katarze podrazumijeva da svjedočenje ekspresiji neke emocije ili njezino (ne)verbalno izražavanje inducira dovoljno relaksacije sličnih napetosti i potisnutih osjećaja u pojedinca s ciljem opuštanja. Također, cilj je rješavanje potrebe za otvorenom ekspresijom takvih emocija u stvarnom životu. Teorija katarze djelomice relaksira psihomotorne tenzije te više sublimira nego fiksira sadržaje iz nesvjesnog. U ovom radu autor na bazi vlastitih opažanja i proživljavanja u psihodramskoj praksi i edukaciji analizira, komentira, diskutira i kontekstualizira bitne specifičnosti i karakteristike psihodramske katarze.

[HTTP://DX.DOI.ORG/10.17486/GYR.3.2097](http://dx.doi.org/10.17486/GYR.3.2097)