

PSYCHODRAME

Le terme de psychodrame désigne la représentation théâtrale dans le cadre d'une thérapeutique et sous la direction d'un thérapeute ou animateur. Cette représentation est celle d'une scène qui est vécue ou qui est imaginée par un individu au cours de cette thérapie de type psychologique.

Le psychodrame, méthode psychothérapeutique, a pour but d'extérioriser ou de faire extérioriser les ressorts d'un conflit que le sujet réactualise dans sa relation avec les autres acteurs de la scène.

Le psychodrame a été créé par le psychologue américain Jakob Lévy Moreno (né en 1892 mort en 1979). Ce type de thérapie permet l'analyse du comportement par l'utilisation d'une pratique collective du jeu théâtral.

Son indication est avant tous les problèmes professionnels, de couples, de famille etc..

Le psychodrame est particulièrement efficace au cours de certaines anorexies mentales ou certaines toxicomanies (intoxication alcoolique, intoxication par le tabac, etc.).

Le psychodrame se rapproche du jeu de rôle qui est une méthode ayant pour but de rééduquer ou d'éduquer le comportement personnel et social d'un individu en utilisant diverses techniques dont le fondement est le jeu dramatique.

Au cours du jeu de rôle le thérapeute ou la thérapeute, de façon générale l'animateur, attribue à chacun des personnes participantes un rôle bien précis. Ce rôle est issu de la vie quotidienne ou d'une vie imaginée par le patient. La personne concernée devra interpréter librement son rôle qui sera analysé par les autres personnes du groupe mais aussi par l'animateur qui joue en quelque sorte un rôle de médiateur ou de catalyseur si l'on préfère. L'ensemble du groupe analyse les comportements et le contenu du jeu de rôle.

En théorie des jeux de rôles permettent à chacun des participants d'avoir une meilleure conscience de lui-même et de ses capacités, de façon générale.