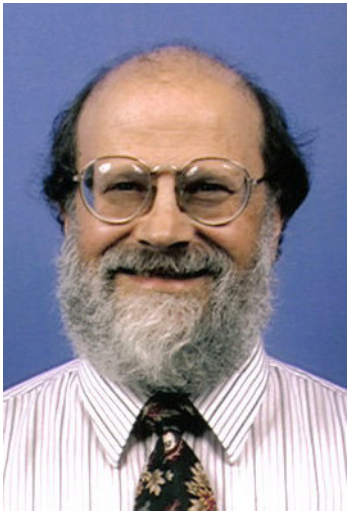
Adam Blatner

Geschichte, Theorie und Praxis

Grundlagen des Psychodramas



Adam Blatner, M.D. ist der einzige Psychiater der USA, der als ein zertifizierter Trainer und als Praktiker und Lehrer des Psychodramas, der Soziometrie und Gruppenpsychotherapie (T.E.P.) seine Weiterbildung abgeschlossen hat. Er besitzt eine über 35jährige klinische Erfahrung und wurde sowohl für die Erwachsenen- als auch für die Kinderpsychiatrie zertifiziert. Dr. Blatner ist der Autor einiger bedeutungsvoller Bücher, vielzähliger Kapitel und Artikel über Psychodrama und wurde aktuell mit dem Jakob Levy Moreno Lifetime Award geehrt.

Dr. Blatner erhielt 1959 sein B.A. (Thema: Kulturelle Aspekte von Religionen) von der Berkeley Universität in Californien und sein M.D. von der California Medical School in San Francisco. Die Spezialisierung in der Erwachsenen- und Kinderpsychiatrie erfolgte am Medizinischen Zentrum der kalifornischen Stanford Universität in Palo Alto . Es folgte die Mitgliedschaft in der Kinder- und Familienpsychiatrie am Cedars-Sinai Medical Zentrum in Los Angeles. Nach seiner Tätigkeit als Direktor der Kinderpsychiatrie im regionalen U.S. Air Force Krankenhaus in England kehrte er 1972 nach San Francisco zurück und begann eine mannigfaltige Praxis- und Klinikarbeit.

Von 1987 bis 1994 war Dr. Blatner Fakultätsmitglied der School of Medicine der Uiniversität von Louisville im Status eines Privatdozenten. Heute lebt er im Zentrum von Texas, wo er über die Möglichkeiten schreibt und lehrt, mit denen man die Praktische Psychologie in das Alltagsleben integrieren kann. Seine webseite Adresse lautet: www.blatner.com/adam/

Adam Blatner

Geschichte, Theorie und Praxis

Grundlagen des Psychodramas

Verlag des PIB Duisburg

Copyright 2014 Verlag des Psychotherapeutischen Instituts Bergerhausen - Duisburg

*Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberschutzgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.*

*Erstveröffentlichung:
Blatner: Foundation of Psychodrama 4th ed.
2000 by Springer Publishing Company, Inc.*

Diese Buch widme ich mit großer Dankbarkeit und
tiefer Achtung Zerka Toeman Moreno,
die das Wesentliche des Psychodramas
mit ihren eigenen Einsichten bereichert hat
und dies gerne anderen vermittelt.

Inhalt

Einleitung
Der Anwendungsbereich des Psychodramas 17

Grundbegriff - ein Überblick 26

Geschichte I
Moreno und seine Vorgänger 36

Geschichte II
Die weitere Entwicklung des Psychodramas 51

Geschichte III
Hindernisse für die Anerkennung des Psychodramas 65

Allgemeine philosophische und theoretische Betrachtungen 78

Morenos Theologie 90

Kreativität 103

Spontaneität 112

Spiel, Imagination, Surplus Realität 124

Ausdruck und Handlung 136

Katharsis 147

Erlernen von Fertigkeiten 156

Verbindung mit anderen Therapien 166

Therapeutische Faktoren 178

Angewandte Rollentheorie I
Allgemeine Überlegungen 192

Allgemeine Rollentheorie II
Dynamische Konzepte 210

Angewandte Rollentheorie
Besondere Techniken 225

Soziometrie I
Allgemeine Betrachtungen 238

Soziometrie II
Methoden 254

Verwandte Ansätze 266

Grundlagen für den Einsatz psychodramatischer Techniken 282

Anhang
Übersicht über Begriffe und Techniken des Psychodramas 290

Allgemeine Bibliographie 315

Personenregister 334

Stichwortregister 346

Adam Blatner

Grundlagen des Psychodramas

Geschichte, Theorie und Praxis

Übersetzung aus dem Amerikanischen von Cordula Eichler

Vorwort

„Foundations of Psychodrama" erschien Mitte der 1980er Jahre zunächst in zwei Auflagen als Privatveröffentlichung zur Ergänzung des ebenfalls von mir verfassten, weit verbreiteten Werks „Acting-In: Practical Applications of Psychodramatic Methods" (1996 bei Springer in dritter Auflage neu erschienen). Der Springer-Verlag veröffentlichte 1988 die dritte Auflage von „Foundations of Pychodrama". Dem Grundsatz des Verlags entsprechend, dass sich Veröffentlichungen stets auf dem neusten Stand zu befinden haben, habe ich einen Großteil des Buchs umgeschrieben, viele Elemente hinzugefügt und einige herausgekürzt, um eine klar umrissene Grundlage für die Anwendung psychodramatischer Methoden zu schaffen. Um meine Ausführungen logisch zu strukturieren, stelle ich jeweils eine allgemeine Übersicht als Ausgangspunkt für anschließende spezifischere Denkansätze dar.

Seit der Veröffentlichung der letzten Auflage vor zwölf Jahren sind zum Thema Psychodrama eine

große Anzahl Bücher, Kapitel in Lehrbüchern und Artikel in Fachzeitschriften erschienen.

Unter Berücksichtigung meines bisherigen Werks sowie der genannten anderen Texte habe ich mich bemüht, nicht nur die Theorie bzw., besser gesagt, viele Subtheorien, die den Kern der Lehre bilden, zu überdenken, sie zu verfeinern, neu zu ordnen, weiter zu entwickeln und zu vertiefen, sondern auch die der Theorie zu Grunde liegende Philosophie in diesen Prozess mit einzubeziehen. Hinzu kommen die Erfahrungen, die ich in einer Vielzahl von Aufgabenfeldern in meinen 35 Jahren als Erwachsenen- sowie Kinder- und Jugendpsychiater in der Psychotherapie, der Lehre und bei Beratungsgesprächen sammeln durfte.

Ich bin mit einer großen Anzahl von Lehrern und Hilfestellern gesegnet, darunter Marcia Karp, dank der mein Weg begann; Irv Yalom, der meine Untersuchungen unterstütze; Adele von Rüst Deeths (später McCormick), meine erste dauerhafte Lehrerin; Lew Yablonsky; Leon Fine; Barbara Seabourne aus St. Louis, die von ihr verfasste praktische Leitfäden mit mir teilte; und Ursula Springer, die meine Arbeit und die vieler Kollegen unterstützt und, abgesehen von Moreno, die erste Verlegerin ist, die den Wert der psychodramatischen Methode allgemein bekannt macht. Ohne Zweifel bin ich nach wie vor von Zerka Moreno inspiriert, der ich dieses Buch widme, und schätze mich glücklich, mit der Freundschaft und dem Ansporns vieler anderer Kollegen gesegnet zu sein.

Außerdem möchte ich festhalten, dass schon allein die Untersuchung der Konzepte Spontaneität, Vorstellungskraft und Verspieltheit eine mächtige und unerschöpfliche Quelle der Inspiration darstellt. Bei einem Psychodrama geschieht etwas Zauberhaftes, das sich ausbreitet und in das tägliche Leben eingeht. Spontaneität und Kreativität werden sogar Aspekte von Spiritualität. Endlich habe ich Morenos religiösen Ansatz zu verstehen begonnen. Diese Ideen sind auch wegen ihres Potentials zu heilen so spannend.

Moreno beschrieb Zerka als seine Muse, und ebenso ist meine Frau Allee meine Muse, deren Unterstützung für die Entstehung der früheren Ausgaben dieses Buches so entscheidend war, dass ihr Name in der letzten Auflage in den Titel aufgenommen wurde. Obwohl sie nach wie vor täglich mit mir Ideen wälzt und diskutiert, war ihr aktiver Anteil am vorliegenden Buch ihres Erachtens nach in den vergangenen Jahren zu gering, um die Nennung ihres Namens auf der Titelseite weiterhin zu rechtfertigen. Ich möchte es mir dennoch nicht nehmen lassen zu bekunden, dass ihre stete Inspiration und Unterstützung seit 1975 meinen Lebensweg deutlich geprägt haben.

Adam Blatner, M.D.
Georgetown, Texas, 1999

Einleitung
Der Anwendungsbereich des Psychodramas

„Ein wirklich therapeutisches Verfahren darf nichts weniger zum Objekt haben als die gesamte Menschheit."

Mit diesen Worten leitete Moreno sein erstes veröffentlichtes Buch „Who Shall Survive?" (in deutscher Übersetzung erschienen unter dem Titel „Die Grundlagen der Soziometrie") ein. Ich würde es umformulieren: „Ein gutes Werkzeug kann in vielen Zusammenhängen und zum Wohle der Menschheit eingesetzt werden." Das Psychodrama und ihm verwandte Methoden sind psychosoziale Methoden, die breite Anwendungsmöglichkeit finden können. Während die Methodik des Psychodramas in meinem Werk „Acting-In" beschrieben wird, beschäftigt sich das vorliegende Buch mit seinen intellektuellen Grundlagen und schließt sich Morenos diesbezüglichen Denkansätzen über Soziometrie und angewandte Rollentheorie an.

Das Psychodrama ist ein mächtiges Instrument und daher mehr als nur eine Art der Psychotherapie. Aufgrund der mit ihm verbundenen Grundsätze, auf die ich in den folgenden Kapiteln näher eingehe, kann das Psychodrama in der Erziehung, in einem Betrieb, zu religiösen Zwecken, zur Gemeinschaftsbildung, zu Hause sowie in vielen anderen Zusammenhängen angewendet werden. Der allgemeine Blickwinkel dieses Buches geht außerdem über das reine Psychodrama hinaus und beinhaltet auch Überlegungen zu den philosophischen, soziologischen und psychologischen Aspekten der Methoden Morenos.

Instrumente werden mit einer wachsenden Menge von Kenntnissen über ihre Einsatzmöglichkeiten assoziiert; die daraus resultierende Mischung von Verfahren und zu Grunde liegenden Prinzipien wird als „Praxis" (Blatner, 1992) bezeichnet.

Voraussetzung für das Psychodrama sind daher Kenntnisse der Psychologie, damit verbundene Verhaltenswissenschaften und angemessene Arten der situationsgebundenen Anwendung; hinzu kommen subtilere Befähigungen in den Bereichen Kunst, Kreativität, Sensitivität und Reife.

Viele der auf den folgenden Seiten vorgestellten Konzepte wie Spontaneität, Kreativität, Realitätsüberschuss, Ausdruck der eigenen Persönlichkeit, Entwicklung des Geschicks, Katharsis, nonverbale Kommunikation, angewandte Rollentheorie und Soziometrie können auch für denjenigen von Nutzen sein, der sich nicht dazu entschließt, das Psychodrama im Rahmen seiner Arbeit tatsächlich anzuwenden. Therapeuten, die andere Vorgehens-

weisen bevorzugen, Gruppenleiter ohne psychologisch-medizinische Ausbildung sowie alle anderen, die Menschen helfen, können von den vorgestellten Ideen profitieren.

DER BEGRIFF „WERKZEUG“

Ein Werkzeug ist nicht zwangsläufig ein materieller Gegenstand wie ein Hammer oder ein Computer, sondern es kann sich dabei auch um eine Art und Weise handeln, in der man eine Aufgabe in Angriff nimmt, also die angewendeten Methoden. In diesem Sinn ist das Psychodrama ein Komplex von Werkzeugen, die dazu dienen, über Gefühle und Beziehungen nachzudenken und sich mitzuteilen. Ebenso wie Telefon, Fernsehen und Internet die Dimensionen des Unmittelbaren und des visuellen Kontakts zur Technik des mit der Post versendeten, geschriebenen Briefs hinzufügten, so fügt das Psychodrama die Dimensionen Raum, Aktion und Vorstellung zur konventionelleren Technik der in Therapie und Erziehung angewandten rationalen verbalen Diskussion hinzu. Diese neuen Dimensionen eröffnen die Möglichkeit zu improvisieren, sich in neue Szenarien hineinzuversetzen, Rollen oder Standpunkte zu tauschen, etwas noch einmal durchzuspielen, und bieten viele andere Elemente, die neue Wege zu Erkenntnis und Selbstreflexion aufzeigen.

Das Psychodrama lässt sich mit der Einführung elektrischer Werkzeuge in die Holzverarbeitung vergleichen: Der Vorgang wird beschleunigt und die Arbeit erleichtert. Außerdem können die Werkzeuge in der Holzverarbeitung zur Herstellung verschiedener großer und kleiner Gegenstände vielseitig eingesetzt werden, ebenso wie psychosoziale Werkzeuge bemerkenswert vielen Zwecken dienen. Mit mächtigen Werkzeugen muss man jedoch vorsichtig umgehen, und auch das Psychodrama muss klug und unbedingt mit viel Vorsicht eingesetzt werden. Außerdem ersetzt kein Werkzeug das gute Urteilsvermögen eines Handwerkers. Sowohl in der Holzverarbeitung als auch bei der Arbeit mit Menschen gibt es viele Vorgänge, bei denen die Technik eine untergeordnete Rolle spielt, z.B. bei der Planung eines Projekts, der Auswahl der Teilnehmer und Organisation der Arbeitsschritte.

NEUE DENKWEISEN

Der Einsatz von Werkzeugen ändert die Denkweise der Menschen. Auf der einen Seite wird der Lernprozess dahingehend umgesetzt, als die Bereitschaft des Lernenden steigt, mit zunehmender Benutzung eines bestimmten Werkzeugs auch die Anwendung anderer ähnlicher Werkzeuge zu erlernen.

Andererseits ermöglichen Werkzeuge bzw. Instrumente häufig Ergebnisse, die ohne sie kaum denkbar wären, was gleichzeitig der gesamten Kultur völlig neue Horizonte und Ideen eröffnet. Wer seine Geschicklichkeit im Umgang mit einem Werkzeug weiter verfeinert, gewinnt Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten und

neigt zum Ausprobieren von Verbesserungen, Anwendungsmöglichkeiten und neuen Erfindungen.
Die Kenntnisse, der Wortschatz und der Rahmen von Konzepten weiten sich ebenfalls aus, wenn sich ein neues Instrument oder Werkzeug durchzusetzen beginnt. Dieser Prozess verändert tatsächlich die Art und Weise, wie die Menschen einer Kultur ihre Umwelt wahrnehmen. Wenn beispielsweise in einer alphabetisierten Gesellschaft einige wenige Personen nicht lesen und schreiben lernen, so wissen sie doch, dass dies möglich ist – ihr Bewusstsein hat sich erweitert. Jaynes (1976) argumentiert, dass das moderne „zivilisierte" Bewusstsein das Ergebnis einer allmählichen Ansammlung von Sprache ist, von auf Metaphern beruhenden Metaphern, von auf Konzepten beruhenden Konzepten, was für die relativ dominante Ausprägung der mit der linken Hemisphäre in Verbindung gebrachten Vernunftbegabtheit verantwortlich ist.

Damit Kreativität sich jedoch vollständig entfalten kann, bedarf es eines ausgeglicheneren Zusammenspiels von Vorstellungskraft und Intuition mit der Verarbeitung von Sprache und Vernunft, ein Augleich zwischen den Funktionen der rechten und der linken Hemisphäre. Das Psychodrama stellt ein Werkzeug für diesen umfassenderen Prozess dar, da die dabei anzuwendenden Techniken wie das Übernehmen einer Rolle, Rollentausch, Distanzierung von der Rolle (Wechsel vom Darsteller zum Beobachter seiner selbst), Improvisation, Betonung, Übertreibung, Wiederholung oder Spielen einer Doppelrolle (ein Ausdruck tiefer gehender Selbstoffenbarung) alle Ausdruck dieses umfassenderen kreativen Prozesses sind.

Wer einen guten Teil seiner Zeit mit Schauspielen verbringt, beginnt früher oder später, wie ein Schauspieler, Stückeschreiber, Regisseur, Produzent oder wie das Publikum zu denken. Durch die Übung im Wechseln der Perspektive entwickelt sich die Fähigkeit zur Selbstreflexion, ein wichtiger Bestandteil der psychischen Reife. Das Psychodrama dient demnach nicht nur der unmittelbaren Problemlösung, sondern es werden Fähigkeiten in den Bereichen geistiger Flexibilität und sozialer Interaktivität ausgebildet (siehe Kapitel 11).

DAS ZUSAMMENSPIEL VERSCHIEDENER WERKZEUGE

Kommen viele verschiedene Werkzeuge oder Instrumente zusammen und werden sie in Verbindung miteinander eingesetzt wie beispielsweise in einer Werkstatt oder einem Labor, dann multiplizieren sich die Effekte. Das Psychodrama ist mehr als nur ein einziges Werkzeug. Es ist ein ganzer Komplex, der systematisch angewendet wird. Man kann diesen Komplex mit einem Laboratorium vergleichen, in dem viele verschiedene Chemikalien, Laborglasinstrumente und elektronische Geräte bereitstehen.

Die Analogie zu einem Laboratorium suggeriert außerdem, dass es ums Erforschen und Experimentieren geht, um das Ausprobieren nach der Versuch-

und-Irrtum-Methode in einer kontrollierten Umgebung. Die Kontrolle beim Psychodrama ergibt sich aus der speziellen „als ob"-Situation der Darstellung. Da unter diesen besonderen Umständen Fehler nicht dieselbe Bedeutung haben wie in der „wirklichen Welt", können die Teilnehmer alternative Reaktionsweisen ausprobieren. Ein bekannter Physiker bemerkte diesbezüglich: „Die Wissenschaft kommt nur voran, wenn alle nur möglichen Fehler begangen werden… das Wichtigste dabei ist, die Fehler so schnell wie möglich zu machen und sie als solche zu erkennen." (Wheeler, 1981, S. 26). Die Methoden des Psychodramas bieten einen wissenschaftlichen Ansatz für die Erprobung, welche Einstellungen und welches Verhalten sich in komplexen sozialen Situationen als am wirkungsvollsten erweisen. Wer diese Art des experimentellen Lernens wagt, wird von dem besonderen Rahmen des Psychodramas geschützt, bei dem nicht Zurückweisung sondern Unterstützung im Vordergrund stehen.

In unserer von Medien bestimmten Gesellschaft sind die Menschen an viele verschiedene Arten von Schauspiel gewohnt und spüren dies alles intuitiv, wenn man ihnen das Schauspielen oder ein Rollenspiel anträgt. „Die Bühne genügt" – sich alleine vorzustellen, eine Situation als eine Art Spiel zu erleben, erweckt das Interesse, das Leben auf neue Weise zu entdecken (Blatner & Blatner, 1997, xv). Statt das Schauspielen jedoch nur zur Unterhaltung, für kommerzielle oder politische Zwecke einzusetzen, können die Menschen es dazu verwenden, durch Zusammenarbeit mögliche Lösungen für ihre Probleme auszuprobieren und auszuarbeiten.

ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN

Für ein gutes Werkzeug gibt es, abgesehen von seiner ursprünglichen Bestimmung, eine Reihe von Anwendungsmöglichkeiten. Das Schreiben war zunächst nur ein Werkzeug im Dienste der Buchhaltung, die Lyrik entwickelte sich erst später. Computer waren in erster Linie reine Zahlenschieber oder Rechenmaschinen. Der große Durchbruch gelang, als irgendein leitender Angestellter das Potential der Rechner als „Informationsverarbeitung" umformulierte.

Die Psychotherapie erweiterte ihre Methoden über den klinischen Kontext hinaus, so dass die psychologische Beratung auch nicht kranken Menschen zur Verfügung stand. Einige Konzepte und Techniken der Psychotherapie fanden Eingang im Geschäftsleben und in anderen kulturellen Einrichtungen, wurden der allgemeinen Leserschaft zugänglich gemacht und auch auf andere Weise verbreitet. Das Psychodrama entstand zunächst als eine eigene Therapieform und wurde dann soweit angepasst, dass es auch im Rahmen anderer Therapien und unter bis dahin unüblichen Umständen angewendet werden konnte, z.B. in der Paar- und Einzeltherapie oder bei der psychologischen Beratung.

Wie andere gute Werkzeuge wurde das Psychodrama auch bald in anderen Bereichen übernommen,

nämlich in der Erziehung, im Geschäftsleben, in der Organisationsentwicklung, im Management und bei Mitarbeiterschulungen, bei Vorfällen auf dem Spielplatz oder auf der Straße, bei Exerzitien, als Teil von Programmen für die Persönlichkeitsstärkung, zur Gemeinschaftsbildung, um Feierlichkeiten oder Ritualen einen tieferen Sinn zu geben oder einfach nur zur Entspannung. Demnach setzt sich die Leserschaft dieses Buches nicht nur aus Psychotherapeuten, sondern auch aus Personen zusammen, die die Grundlagen dieser Methoden verstehen und sicherlich auch klug einsetzen können wollen. Aber sogar diejenigen, die an der tatsächlichen Anwendung der Methoden nicht interessiert sind, können durch die Erwägung und Übernahme einiger der im Folgenden dargestellten Prinzipien profitieren.

Die Zusammenarbeit seiner Mitarbeiter kann jeder Geschäftsmann verbessern, wenn er mit Hilfe der Prinzipien der Soziometrie und des Psychodramas Gruppendynamiken erläutert.

An Schulen kann durch Rollenspiele die Entwicklung der von Goleman (1995) als „Emotionale Intelligenz“ bezeichneten Fähigkeiten entscheidend vorangetrieben werden. Diese Fähigkeiten unabdingbar, um den Ansprüchen unserer sich ständig und schnell verändernden Welt gerecht zu werden.

Gemeinschaften können die zwischenmenschlichen und gruppenübergreifenden Beziehungen verbessern und dadurch effektivere Vorgehensweisen und Arbeitsmethoden entwickeln (Danielsson, 1997). (Die „T-Gruppe“, also die Vorläufer von Trainingsgruppen, Bewusstseinstrainings und den meisten Programmen für Persönlichkeitsstärkung waren ursprünglich Teil eines Projekts zur Gemeinschaftsbildung!)

Die Methode des Psychodramas ergänzt und vertieft viele ähnliche Ansätze, darunter das interaktive Theater, Theatertherapie, Erlebnispädagogik, spiritueller Erneuerung, Selbsthilfegruppen, tiefgründige Diskussionen ethischer oder politischer Fragen (mittels des Soziodramas), Sozialkompetenz- und Empathietraining, etc.

In anderen Studienbereichen können die Methoden des Psychodramas, ähnlich wie bei den Simulationen für Astronauten oder den Softwaretests für neue Computerprogramme, zur Vertiefung der Untersuchungen verwendet werden, so u.a. in den Kommunikationswissenschaften, Performance Studies, Geschichte, Kleinkinderforschung, Anthropologie, Linguistik usw. Gleichzeitig muss sich auch unser Forschungsbereich an den durch diese Bemühungen gewonnenen Erkenntnissen orientieren. Ein gutes Werkzeug ist wahrlich interdisziplinär, wenn es von anderen Wissensgebieten profitiert und dabei selbst eine Bereicherung für diese darstellt.

EIN WEG DES „HERZENS“

Eine Maschine kann ein Werkzeug sein, aber ein Werkzeug ist nicht zwangsläufig eine Maschine.

Maschinen kennen keine Spontaneität, aber der Mensch, der eine Maschine bedient, tut dies im Idealfall sehr kreativ und künstlerisch und, im Falle von Werkzeugen zur psychosozialen Entwicklung, mit sehr viel Einfühlungsvermögen und Mitgefühl.

Ein Beispiel dafür ist Morenos Konzept von Trainingsgruppensitzungen, bei denen jeder Teilnehmer eingeladen ist, sich soweit auf die anderen einzulassen, dass sie die Rollen tauschen können, man soll sich also die Mühe zu machen sich vorzustellen, wie es ist, der oder die andere zu sein. Das ist Empathie und letztendlich nichts Anderes als die Operationalisierung der Goldenen Regel (Bischof, 1966, 15).

Eine weiter Dimension „des Herzens" stellt im Psychodrama die Zelebrierung der Individualität dar, insbesondere durch künstlerische Ausdrucksformen, bei denen die Personen dazu ermutigt werden, „mehr" zu sein als im Alltag. Durch die besondere Betonung von Kreativität fördert das Psychodrama diese hervorgehobene Dimension der Lebenskraft. Die Dimension der schauspielerischen Verstärkung unterstützt eine lebendigere Selbstdarstellung (siehe Kapitel 10). Dies wiederum bestätigt unser Bedürfnis, wirklich gesehen und gehört zu werden und eröffnet uns die Möglichkeit, anderen diese bedeutungsvolle Beachtung zu schenken.

Das Psychodrama will mehr als nur die Freude an der eigenen Erfülltheit und der anderer anzuerkennen und zu fördern. hinauszugehen. Von Bedeutung sind sowohl Freude, Enthusiasmus, Erregung, Verspieltheit, Lebenskraft, tiefes Empfinden und Mitteilen, als auch die Verbindung dieser Emotionen mit dem größeren geistigen Umfeld. Die Kunst, Psychotherapie anzuwenden und zwischenmenschliche Annäherung zu fördern, kann nicht auf reine Techniken reduziert werden. Vielmehr handelt es sich um eine Kunstform und ein Medium für Abenteuer und Feiern. Es ist „gepfeffert", nicht steril. Wenn ich also auch noch so sehr die mit dem Psychodrama verbundene psychologische und soziale Dynamik diskutiere, darf man dabei doch nie das „Herz" vergessen, das hinter all dem steht, dieses Gefühl, dass sich jeder Einzelne mehr Spaß verdient hat und dass jeder Teil haben sollte an der Verbundenheit mit den Mitmenschen und mit der „Gesamtheit des Seins".

ZUSAMMENFASSUNG

Gegen Ende seines bereits erwähnten Werks „Who Shall Survive" (1934, 426) schreibt Moreno:
„Wenn die Zukunft der Menschheit „geplant" werden kann, dann ergibt sich in Hinblick auf die durch Spontaneitätstraining gesteuerte Evolution eine völlig neue Sicht der Entwicklung der menschlichen Rasse."

Mit anderen Worten ausgedrückt bedeutet dies, dass durch das Psychodrama, in Kombination mit all den anderen psychologischen und soziologischen Techniken, die derzeit entwickelt werden, ein neues, nicht unerreichbares Ziel ermöglicht wird: die bewusste, vorsätzliche Veränderung des

Bewusstseins. Gehen wir nun nach diesen Vorüberlegungen zu einer detaillierteren Betrachtung einiger der Aspekte über.

QUELLEN

Bischof, Ledford J. (1966). Are we climbing Jacob's ladder? Group Psychotherapy, 19(1-2), 10-15.

Blatner, Adam. (1992). Theoretical principles underlying creative arts therapies. The Arts in Psychotherapy, 18, 405-409.

Danielsson, Claire & Eveson, Susanna. (1997). The community educator-A call for a new profession. International journal of Action Methods, 50(1), 4-16.

Goleman, Daniel. (1995). Emotional Intelligence. New York: Bantam.

Jaynes, Julian W. (1976). The origin of conciousness in the breakdown of the bicameral mind. Boston: Houghton Mifflin.

Moreno, J.L. (1934) Who shall survive? A new approach to the problem of human interrelations. Washington, DC: Nervous & Mental Disease Publishing.

Wheeler, John A. (1981). Quoted in John P. Wiley, Jr. Phenomena, comment, and notes. Smithsonian, S. 26.

1
Grundbegriff - ein Überblick

Beim Psychodrama handelt es sich um eine Methode zur Untersuchung psychischer und sozialer Probleme, wobei die Teilnehmer die entscheidenden Ereignisse aus ihrem Leben nachspielen, statt nur darüber zu sprechen. Wie in der Einleitung erwähnt, überschreitet dieser Ansatz die Grenzen des klinischen Kontextes der Psychotherapie. Obwohl es wünschenswert wäre, dass der Leser mit den Methoden des Psychodramas vertraut ist und beispielsweise „Acting-In" oder eines der anderen in der Literaturliste am Ende dieses Buches genannten Werke über das Thema gelesen hat, halte ich einen groben Überblick für ratsam.

Die durch das Nachspielen zu untersuchenden Probleme oder Situationen können die jüngste oder ferne Vergangenheit, die Gegenwart oder die Zukunft beinhalten. Im Schauspiel sollte nicht nur das äußerliche Verhalten dargestellt werden, sondern auch und insbesondere die psychologischen Aspekte der Ereignisse, z.B. unausgesprochene Gedanken und Gefühle, Begegnungen mit nicht anwesenden Personen, Schilderungen von Fantasien darüber, was andere wohl denken oder fühlen, Schilderungen zukünftiger Möglichkeiten und andere Angehensmöglichkeiten für das Problem.

Hauptsächlich sollte das Nachspielen Gelegenheit zu verstärkter Selbstreflexion bieten. Dadurch unterscheidet sich nämlich das Psychodrama vom Drama als Bühnenwerk.

Das Psychodrama bietet einen Korrektiv- bzw. emanzipatorischen Ansatz. Bei der Spiegelmethode wird beispielsweise das Spiel unterbrochen, wie wenn bei einem Film der Regisseur „Schnitt" ruft. Der Hauptdarsteller wird dann zur Seite genommen und seine Rolle von einem anderen übernommen, damit dieser sich die Szene von außen ansehen kann. „Was, denkst du, passiert da?" könnte der Regisseur fragen. „Könnte man sich in dieser Situation auch anders verhalten?"

MISSVERSTÄNDNISSE BESEITIGEN

Journalisten greifen zuweilen für die Beschreibung emotional aufgeladener, komplexer Szenen oder Ereignisse in Filmen, Theaterstücken, Romanen oder auch realen Nachrichten zu dem Begriff „Psychodrama". In diesen Fällen wird der Begriff jedoch falsch verwendet, da das Psychodrama an sich ein konstruktiver Prozess ist, der einen gewissen Grad

an Reflexion und Interesse am Revidieren alter Gewohnheiten oder Verhaltensmuster erfordert. Beim Psychodrama geht es nicht allein um menschliche Tragödien oder die „dramatische“ Darstellung sich ständig verschlimmernder Dummheit; vielmehr zeigt es Möglichkeiten auf, wie sich das Leben kreativer gestalten lässt.

In ähnlicher Weise wird das „Rollenspiel“ mit So-Tun-als-ob verwechselt, sei es im Rahmen einer Kostümparty, oder sei es bei einem Horror- oder Fantasy-Brett-, Video- oder Internetspiel. Die Mitspieler übernehmen manchmal Charakterzüge der Personen, die sie darstellen, zumindest für die Dauer des Spiels. In regionalen Zeitschriften erscheinen sogar Annoncen, die offensichtlich um Teilnehmer für die Auslebung themenorientierter sexueller Fantasien werben. Nachdem wir nun verschiedene Auslegungen und Verwendungsmöglichkeiten des Begriffs „Rollenspiel“ geklärt haben, bleibt festzuhalten, dass in diesem Buch die Problemlösungsorientierten Arten des Rollenspiels gemeint sind, also jene, die sich hauptsächlich vom Psychodrama ableiten.

BESTANDTEILE UND TERMINOLOGIE

Wie bereits erwähnt, kann man das Psychodrama mit einer Art Laboratorium für die Untersuchung psychischer Probleme vergleichen, die Experimente werden jedoch nicht mit gegenständlichen Instrumenten, sondern mit Schauspiel und dem Verhalten der Teilnehmer durchgeführt.

Moreno verwendete Begriffe aus dem Bereich der Dramaturgie, da die Teilnehmer ihre Positionen ändern und, wie wir bereits festgestellt haben, weil das Psychodrama nicht nur Psychotherapie ist. Deshalb wird die Person, deren Problem im Mittelpunkt der Darstellung steht, nicht als Patient, sondern als „Protagonist“ bezeichnet. Der Leiter des Spiels ist der „Regisseur“. Weitere Mitspieler, die die dargestellte Handlung mittragen, heißen „Hilfs-Ichs“.

Weitere Personen, die beim Schauspiel anwesend sind, werden unter dem Begriff „Publikum“ zusammengefasst. Und der Ort, an dem ein psychodramatisches Experiment durchgeführt wird, wird zumindest für die Dauer des Schauspiels zur „Bühne“.

- *Protagonist:* Mit diesem Begriff wird die Einzelperson belegt, die an der Lösung eines Problems arbeitet, versucht, es zu verstehen oder alternative Reaktionsweisen zu entwickeln. In der Regel konzentriert sich die Gruppe auf diese Hauptrolle in der Darstellung und die Erfahrungen des Hauptdarstellers. Während der Darstellung kann der Protagonist interessanterweise die Rolle wechseln, d.h. in die Rolle einer anderen Person schlüpfen, mit der er interagiert; er kann eine Doppelrolle übernehmen und die verborgenen und für gewöhnlich unausgesprochenen Gedanken und Gefühle darstellen, er kann aus der Szene aussteigen (durch die Spiegelmethode) und zu einer Art Co-Regisseur und Co-Autor werden, er kann auch auf andere Weise die Position wechseln, um die Untersuchung zu erweitern.

Im Verlauf einer längeren Gruppensitzung kann es mehr als nur einen Protagonisten geben und auch mehr als nur ein Psychodrama. Wenn Schwierigkeiten auftreten, in die der therapeutische Leiter verwickelt ist, kann sogar dieser zum Protagonisten werden und in dieser Rolle das zwischen ihm und einem Teilnehmer bzw. mehreren Teilnehmern bestehende Problem klären. In diesem Fall übernimmt ein Co-Regisseur oder sogar ein Gruppenmitglied, sofern jemand die nötigen Fähigkeiten für diese Aufgabe besitzt, den Part des Regisseurs bis zur Klärung und Beseitigung der Schwierigkeiten.

Implizit orientiert man sich hierbei an einer „Systemtheorie". Moreno war der Auffassung, dass jeder einzelne Teilnehmer einer Gruppe allen anderen hilft und zum Heilungsprozess beiträgt. Damit stellte er herkömmliche Konzepte von „Patient" und „Doktor" in Frage. Er erkannte auch, dass die Beziehungen innerhalb einer Gruppe oder zwischen zwei Personen gestört sein können, auch wenn keiner der Beteiligten als „neurotisch" oder krank einzustufen ist.

In einem Soziodrama kann der Protagonist eine allgemeinere Rolle annehmen und nicht nur sich selbst, sondern alle als Protagonisten denkbaren Personen verkörpern, so beispielsweise Ärzte und Patienten, Polizisten und Angehörige einer Minderheit, Frauen und Männer auf Partnersuche, usw. (siehe Kapitel 20). Bei dieser Art von Darstellung können verschiedene Gruppenteilnehmer für einige Augenblicke den Part des Protagonisten übernehmen; die Übergänge beim Rollentausch sind fließend.

- *Regisseur:* Ein Psychodrama oder auch ein Rollenspiel wird von einer Person geleitet, die weiß, wie die Methoden den Erkundungsprozess am ehesten fördern. Das ist ihre bzw. seine Rolle. In der Regel handelt es sich beim Regisseur um den Leiter der Gruppe oder den Therapeuten des Patienten; manchmal übernimmt jedoch ein Berater von außerhalb die Regie, während der therapeutische Leiter sich dem Publikum anschließt. Außerdem kann ein Co-Regisseur oder Regieassistent beteiligt sein, der bei der Koordinierung der einzelnen Rollen hilft. Die Rolle des Regisseurs ist sehr komplex und erfordert viele Fähigkeiten (Karp, 1996; Bradshaw-Tauvon, 1998).

- *Hilfs-Ichs:* Ein Protagonist erlebt eine Situation häufig intensiver und er handelt spontaner, wenn er direkt mit anderen Personen interagieren kann, die die Rollen anderer Beteiligter in der jeweils dargestellten Szene übernehmen oder bestimmte Parts wie unausgesprochene Gefühle des Protagonisten selbst oder sogar unbelebte Gegenstände repräsentieren. Wenn der Protagonist aus der Szene heraustritt, um sie sich in der Spiegelmethode zu betrachten, kann ein Hilfs-Ich sogar die Rolle des Protagonisten übernehmen (Holmes, 1998). Moreno verwendet auch die Bezeichnung „Therapeutische Hilfskräfte" („auxiliary ego"), in den vergangenen Jahren hat sich jedoch die kürzere Benennung durchgesetzt. Einige Regisseure verwenden schlicht den Begriff „Nebendarsteller" („supporting player"). Es gibt außerdem Psychodramatiker, die mit professionellen Hilfs-Ichs arbeiten, deren Aufgabe

darin besteht, dem Regisseur bei der Inszenierung zu helfen.

- *Publikum:* Wer beim Psychodrama nicht als Protagonist, Regisseur oder Hilfs-Ich auf der Bühne steht, gehört zum Publikum. In der Regel kommt ein Psychodrama innerhalb einer Gruppe von sechs bis zwanzig Personen zum Einsatz, in Ausnahmefällen kann die Gruppe jedoch auch größer oder kleiner sein. (Moreno hielt häufig offene Sitzungen mit hunderten von Menschen im Publikum ab.) Abgesehen von ihrer Funktion als Zeugen beteiligt sich das Publikum im Anschluss an der Gesprächsphase (siehe unten), aus den Reihen des Publikums werden auch Hilfs-Ichs gewählt, manchmal bekommt es auch eine richtige Rolle, ähnlich dem griechischen „Chor". Die Menschen im Publikum waren in vorherigen Psychodramas häufig bereits Protagonisten oder Hilfs-Ichs, oder sie werden es in folgenden Inszenierungen sein.

- *Bühne:* Häufig erweist es sich als hilfreich, wenn für die Darstellung ein gesonderter Bereich abgetrennt wird, anstatt zuzulassen, dass das Schauspiel im selben Raum stattfindet wie die sonstige Interaktion der Gruppe und diese beiden Ebenen sich dadurch zu mischen. Moreno entwarf sogar eine besondere flache, dreistufige Rundbühne für das Psychodrama, so dass die Teilnehmer mit nur ein oder zwei Schritten in die Handlung treten konnten; diese Bühne war somit weit zugänglicher als eine übliche Theaterbühne. Die obere Ebene maß etwa 3,5 Meter im Durchmesser – ein Beispiel dafür, wie sich die Psychologie die Architektur zu Nutze macht (Enneis, 1952). Werden an einem bestimmten Ort häufig Psychodramas veranstaltet, ist die Errichtung einer solchen Bühne wünschenswert; außerdem sollte dann für entsprechende Beleuchtung und einige Requisiten gesorgt werden (Casson, 1998). Die meisten Psychodramas finden jedoch in weit weniger formeller Umgebung statt, beispielsweise in Arbeitsräumen, leeren Konferenzsälen (in denen Tische und Stühle beiseite geräumt werden können), oder auch in großen Büros. Notwendig ist eine Fläche von mindestens 25 Quadratmetern. Bereits das Freiräumen dieses Bereichs und die Bewusstwerdung über seine späteren Funktion kann schon eine sinnträchtige Einstimmung bedeuten: „Die Bühne genügt." Man sollte sich daher keinesfalls durch das Fehlen einer formelleren Umgebung oder Ausrüstung entmutigen lassen.

Zu den fünf Grundelementen des Psychodramas nach Moreno füge ich noch zwei weitere hinzu:

- *Psychodramatische Methoden:* Etwa auf zehn Methoden wird am häufigsten zurückgegriffen, eine große Menge anderer finden gelegentliche Verwendung und Variationen und Überarbeitungen verdoppeln diese Zahl noch. Zu den verbreitetsten Methoden zählen:

Rollenwechsel
Doppelgängermethode
Handlungsunterbrechung *(„cutting the action"*)
Wiederholung

Beiseite-Sprechen (*Asides*)
Aktionssoziometrie (Modellierung),
Spiegelmethode
leerer Stuhl
Vielschichtigkeit des Ich
Monolog
Rollentraining
Darstellung von Surplus-Realität
Den Abschluss dieses Buchs bildet eine Zusammenfassung zentraler Termini und Techniken, darunter auch eine nähere Beschreibung dieser und anderer Methoden (siehe Kapitel 22).

- *Phasen:* Anfang, Mitte und Schluss eines Psychodramas stellt jeweils eine durch besondere Techniken gekennzeichnete Phase dar:

- Erwärmungsphase: In dieser ersten Phase werden eine Reihe miteinander verbundener Techniken und Gruppenübungen eingesetzt, welche die Gruppendynamik und das Vertrauen in den therapeutischen Leiter stärken, Spontaneität und das Sicherheitsgefühl in der Gruppe fördern, Interesse am und Sorge um den Protagonisten wecken sollen und außerdem den Protagonisten vorstellen, dessen Problem die Gemeinschaft beschäftigen wird (Blatner, 1996; Taylor, 1998).

- Spielphase: Die meisten psychodramatischen Methoden finden hierbei Anwendung.

- Gesprächs- oder Integrationsphase: Im Anschluss an das psychodramatische Spiel werden alle Teilnehmer dazu ermutigt, dem Protagonisten und den anderen Mitspielern gegenüber auszudrücken, inwiefern das Schauspiel sie an ihr eigenes Leben erinnert hat. Ansichten oder Einschätzungen bezüglich der psychischen Verfassung des Protagonisten (d.h. Analysen) sollten allerdings nicht zugelassen werden. Die Anweisung an die Mitspieler lautet: „Erzähle uns, was aus deinem Leben auf das reagiert, was du gerade im Psychodrama miterlebt hast.“

Die Hilfs-Ichs können sowohl auf ihre Gefühle während des Schauspiels als auch darauf eingehen, was sie nach dem Ablegen der Rolle, also als sie selbst, empfunden haben (Ruscombe-King, 1998).

Je nach Gruppe und Situation sind diese Phasen flexibel. Manchmal ist es ratsam, die Gruppe im Anschluss an das Gespräch noch an einem gewissen Grad der Analyse bzw. der „Verarbeitung“ teilhaben zu lassen. In Arbeitsgruppen kann dies auch eine Neubewertung der Rollen von Hilfs-Ichs und Regisseur einschließen (Jefferies, 1998). Die Gesprächsphase kann nur kurz oder sehr lang dauern. Bei manchen Gruppen löst schon ein verhältnismäßig kurzes Schauspiel sehr ausführliche Gespräche aus, als ob durch die Teilnahme am Spiel ein Fenster zur Gefühlswelt geöffnet würde, so dass die Personen mehr von sich preisgeben als gewöhnlich. Daher ist es wichtig, dass für diese Phase genügend Zeit eingeplant wird. Abgesehen davon kann es auch passieren, dass einige Personen so in Schwung kommen, dass sie das in der

Gesprächsphase Erlebte in einem weiteren Spiel umsetzen möchten. Es gibt Gruppen, die das Thema des ursprünglichen Psychodramas mehrfach variieren und mit jeweils anderen Protagonisten mehrere Male durchspielen.

TERMINOLOGIE – DIE WAHL DER RICHTIGEN WORTE

Für viele Menschen hat der Begriff „Psychodrama" einen negativen Beigeschmack, weil er mit Geisteskrankheit, theatralischem Getue, Psychoanalyse und exzessiver Emotionalität assoziiert wird. „Rollenspiel" wird häufig als ein neutraleres Synonym verwendet (siehe Kapitel 20). Doch selbst das Rollenspiel löst bei einigen Menschen Widerwillen aus, da es mit Künstlichkeit und Frivolität verbunden wird. Insbesondere wenn sie die Methoden außerhalb des klinischen Kontexts in Unternehmen oder Bildungseinrichtungen anwenden, haben sich einige Kollegen daher für andere Bezeichnungen entschieden, z.B. „Handlungsmethoden", „Gruppendynamikseminare", „künstlerische Verarbeitung" usw.

Andere Bezeichnungen für die oben genannten Grundelemente wurden eingeführt, um die Sprache zu vereinfachen und um den theatralischen Anklang einzudämmen. Der „Protagonist" heißt dann „Hauptfigur" oder „Hauptakteur", das „Hilfs-Ich" kann zum „Mitwirkenden" werden und das „Publikum" ist schlicht die „Gruppe". Statt „Regisseur", was nicht nur autoritär klingt, sondern auch noch stark an Film und Theater erinnert, bevorzugen manche die Bezeichnung „Leiter", „Moderator", „Facilitator" oder, im klinischen Umfeld, „Therapeut" oder „Berater".

Schließlich wird der Leser feststellen, dass kaum mehr von „Patienten", sondern vielmehr von „Klienten" oder „Gruppenmitgliedern" die Rede ist. Dies spiegelt den Wandel in der Praxis wider, da Psychotherapie heute hauptsächlich von Laien praktiziert wird und psychodramatische Techniken oft im nicht-klinischen Umfeld angewendet werden.

ABLAUF EINES PSYCHODRAMAS

Das Psychodrama lässt sich anhand einer Reihe von Szenen begreifbarer erläutern, die im Rahmen einer Psychotherapie psychodramatisch dargestellt werden könnten. In den folgenden Absätzen werden daher einige Beispiele beschrieben:

Eine junge Frau, die z.B. Janet heißen könnte, wird zur Protagonistin, weil sie für sich selbst die Bedeutung einer in ihrer Familie erlebten Szene verstehen möchte. Zunächst richtet sie die Bühne ein und verwandelt sie in diesem Fall in das Esszimmer im Haus ihrer Eltern zum Zeitpunkt eines Frühstücks nach einem feiertäglichen Familientreffen. Der Leiter bittet Janet, einige Gruppenteilnehmer (ansonsten Publikum) als Hilfs-Ichs auszuwählen, damit diese die Rollen einzelner Familienmitglieder in der darzustellenden Situation übernehmen.

Daraufhin wird Janet aufgefordert, mit jedem der Mitspieler kurz die Rolle zu tauschen, um das jeweilige Verhalten der Personen im Kontext darzustellen und zu zeigen, wer sich aggressiv verhält, wer zu beschwichtigen versucht, wer sich heraushält und wer sonstige Verhaltensmuster verfolgt.

Wenn Janet dann in die Szene eintritt, um die Ereignisse, die zu ihrer konfliktären Verwirrung führten, nachzuspielen, wird sie dazu angehalten, so zu spielen, als ob alles in diesem Moment passieren würde. Der Leiter hilft ihr dabei, dem Publikum nicht zu „erzählen", was passiert ist, sonder es zu „zeigen", als ob die Geschehnisse im Hier und Jetzt stattfänden. Der Grund dafür ist, dass das Unmittelbare der Erfahrung und die Direktheit der Begegnungen der Personen in der Szene nachempfunden werden sollen, wodurch die dabei empfundenen Gefühle wieder möglichst ursprünglich hervorgerufen werden sollen.

Einer der Vorteile des Nachspielens liegt darin, dass nonverbales Verhalten ebenso wie verbale Ausdrücke sichtbar werden, wodurch mehr Information übermittelt wird, als dies durch eine lange und detaillierte Beschreibung oder Befragung erreicht werden könnte. (Ein reines Erzählen neigt außerdem dazu, zu vage zu sein oder zu sehr zu verallgemeinern bzw. es kommt, wenn alle Details beachtet werden, zu einem ermüdenden und langweiligen Bericht. Durch das Nachspielen wird alles dagegen lebhafter. Nicht zu vernachlässigen ist auch die zusätzliche Neugierde von Seiten der Gruppenteilnehmer, wie der Leiter und die Darsteller wohl mit der improvisierten Szene zurechtkommen!)

Der nächste Schritt besteht im Nachspielen der Szene durch die verschiedenen Darsteller. Die Szene wird angehalten und unter Miteinbeziehung von Doppelgängern wiederholt. Es wirkt, als würde man einen Offkommentar in einen Film schneiden – nicht nur das Gesprochene, sondern auch das Unausgesprochene wird offenbart. Für diese Szene bedeutet das, dass Janets unausgesprochene Gedanken und ihre Vorstellung davon, was die anderen denken oder fühlen, verbalisiert werden.

Der Leiter kann das Psychodrama mehrfach unterbrechen und den Protagonisten für eine kurze Unterredung, eine Art „Time-out", beiseite nehmen, um den vorangegangenen Teil der Szene näher zu betrachten. Diese Zwischenauswertungen sind die Essenz des Psychodramas und entsprechen dem „observing ego" (beobachtenden Ich) der Psychoanalyse oder dem „Zeugen" im religiösen Kontext. In diesen Auszeiten wird sich der Protagonist mit Hilfe des Leiters darüber im Klaren, in welche Richtung er fortfahren möchte. Im Idealfall wird eine Entscheidung diesbezüglich in gemeinsamem Einverständnis getroffen – wichtig ist hierbei, dass der Leiter nicht davon ausgeht, bereits genau zu wissen, wie tief der Protagonist zu gehen und welche Richtung er einzuschlagen wünscht. Auch bietet sich hier ein opportuner Augenblick für die gegenseitige Versicherung des Bundes zwischen Protagonist, Leiter und Gruppe.

Während das Problem geklärt wird, können auch weitere Facetten betrachtet werden: Sind die Er-

wartungen, Überzeugungen oder die Haltungen des Protagonisten gegenüber des Problems möglicherweise unrealistisch oder überzogen? Zunächst gilt es, das Verhalten des Protagonisten zu benennen; anschließend können zwecks einer genaueren Analyse andere Situationen und Szenen aus dem Leben des Protagonisten nachgestellt werden, um herauszufinden, wie sich diese Verhaltensweisen bei ihm herausbilden konnten.

Es gibt ebenso viele Wendungen, die ein Psychodrama nehmen kann, wie es mögliche Züge in einem fortgeschrittenen Schachspiel gibt. Eine Szene, die irgendwann in der Zukunft spielt, kann unterschwellige Erwartungen oder unausgesprochene Ziele ergründen. Eine Szene kann wiederholt werden, um mögliche Beweggründe verständlicher zu machen. Durch einen Rollentausch werden Projektionen ersichtlich und erlaubt die Entwicklung einer genaueren Beobachtung des Verhaltens der anderen. Werden bestimmte Gefühle ins Bewusstsein gerückt, die die Person vermieden hatte, kann der Prozess von einer Katharsis begleitet werden (siehe Kapitel 11).

Eine andere häufig angewandte Strategie sieht vor, die positivsten Ergebnisse hervorzuheben, was dem Protagonisten hilft, seine tieferen Sehnsüchte zu entdecken und zuzulassen. Diese reparativen Szenen können sowohl in der fernen Vergangenheit als auch in der Zukunft situiert sein und beinhalten häufig eindeutig positive Aussagen von Seiten des Protagonisten, der sich behauptet und das gewünschte Verhalten erbittet oder einfordert oder Geborgenheit, Schutz bzw. taktvolle oder hilfreiche verbale Unterstützung erfährt. Letztendlich ersetzen diese Verhaltensweisen auf psychologischer Ebene, was im Regelfall als potentiell brutales oder beleidigendes Betragen ausgelebt wird.

Sobald sich Janet nun darüber im Klaren ist, was sie wirklich will, kann die Protagonistin in einer neuen Szene ihre Fähigkeit vertiefen, aktiv und selbstverantwortlich für ihre Bedürfnisse einzustehen. Das ist bereits das „role training“ (trainierendes Rollenspiel), bei dem u.a. direktes Einfordern bzw. Verhandeln eingeübt werden. Manchmal ist das Üben einer völlig neuen Rolle angebracht, z.B. wenn es ums „Loslassen“ geht: Unterstützt von Gruppe und Leiter, muss der Protagonist akzeptieren, dass wichtige Bezugspersonen manchmal zur Hilfestellung oder zu einem anderen gewünschten Verhalten gegenüber dem Protagonisten einfach nicht willens oder nicht in der Lage sind. Ausgehend davon werden andere Personen gesucht, die den Bedürfnissen entsprechen können und wollen. In andren Worten: Einsicht allein reicht selten aus. Das Einüben neuer möglicher Verhaltensmuster sollte immer Teil des gesamten Prozesses sein.

Im Anschluss daran sind die Gruppenteilnehmer zum Sharing mit Janet eingeladen; nicht willkommen sind Interpretationen, so gut gemeint diese auch sein mögen, vielmehr geht es darum zu beschreiben, welche Erinnerungen an eigene persönliche Ereignisse das Dargestellte beim Einzelnen wachgerufen hat.

Andere Beispiele für typische Psychodramen finden sich in *Acting-In* sowie in der reichhaltigen Literatur über dieses Thema.

ANDERE ARTEN DER PSYCHODRAMA-THERAPIE

Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten für psychodramatische Untersuchungen:

- Beim Traumspiel übernehmen Hilfs-Ichs die Darstellung sowohl belebter als auch unbelebter Elemente. Durch Interaktion oder Rollentausch des Protagonisten mit den Hilfs-Ichs können neue Deutungen aufkommen.
- Erprobung erwarteter Ereignisse und Abschwächung ihrer Auswirkungen im Vorfeld.
- Feststellung der Position des Einzelnen in der Gruppe in Bezug auf eine bestimmte Angelegenheit mithilfe soziometrischer Methoden (siehe Kapitel 19).
- Erörterung eines moralischen oder ethischen Dilemmas, Übernahme der Rollen möglicherweise betroffener Personen unter Beachtung ihrer Lage und der u.U. nicht offen eingestandenen Gefühle
- Zusammentreffen und Dialog mit „höheren Mächten“, z.B. in Form einer religiösen Gestalt, eines Vorfahren, einer Gestalt aus der Mythologie, dem älteren und weiseren Selbst oder einer anderen Personifizierung.
- Verarbeitung eines Verlusts durch Darstellung von Surplus-Realität, z.B. Treffen mit einem Verstorbenen oder einer aus anderen Gründen nicht mehr erreichbaren Person (siehe Kapitel 9)
- Psychodramatische Methoden können zwecks Selbstdarstellung mit Formen darstellender Kunst gemischt werden (siehe Kapitel 10).
- Trainierendes Rollenspiel für bessere Selbstbehauptung, verstärkte Ausdrucksfähigkeit oder mehr Selbstkontrolle.
- Entwicklung anderer zwischenmenschlicher Fähigkeiten und Kompetenz bei der Problemlösung (siehe Kapitel 12).

ZUSAMMENFASSUNG

Die grundlegenden Bestandteile und Themen des Psychodramas sowie ein allgemeines Beispiel für eine psychodramatische Standardsitzung wurden vorstehend beschrieben. Die einzelnen Elemente und Bausteine des Psychodramas finden je nach Bedarf auch in verschiedenen Formen der Gruppenarbeit Einsatz.

QUELLEN

Etliche dieser Elemente finden sich nicht nur in Acting-In, sondern werden auch in anderen Büchern eingehend erörtert, darunter:

Karp, Marcia; Holmes, Paul & Bradshaw-Tauvon, Kate. (1998) and Handbook of Psychodrama. London & New York: Routledge (im Folgenden als „HP“ abgekürzt):
Bradshaw-Tauvon, Kate. (1998). The protagonist. (Kapitel 6, HP)
Bannister, Anne. (1998). The group. (Kapitel 7, HP)
Casson, John. (1998). The stage. (Kapitel 5, HP)
Holmes, Paul. (1998). The auxiliary ego. (Kapitel 8, HP)
Jefferies, Jinnie. (1998). The processing (Kapitel 11, HP)
Karp, Marcia. (1998). The director: Cognition in action. (Kapitel 9, HP)
Karp, Marcia. (1996). An introduction to psychodrama. The International Forum of Group Psychotherapy, 5(2), 8-11.
Taylor, Susie. The warm-up. (1998). (Kapitel 4, HP)
Ruscombe-King, Gillie. (1998). The sharing. (Kapitel 10, HP)

2
Geschichte I
Moreno und seine Vorgänger

Das Psychodrama wurde von Dr. med. Jacob Levi Moreno (1889-1974) erfunden. Ab 1921 experimentierte er mit verschiedenen Formen des Stegreiftheaters (später führte man die Entstehung des Psychodramas zuweilen auf diese Periode zurück), entwickelte jedoch die meisten Techniken des klassischen Psychodramas nach und nach zwischen 1936 und den frühen 40er Jahren.

Obwohl Morenos Methode unzweifelhaft originell war – es gibt keinen Beweis, dass er Kenntnisse von früheren Versuchen der Integration theatralischer Elemente in die Therapie besaß -, kann die Grundidee, Theater im Heilungsprozess zu verwenden, keinesfalls als neu bezeichnet werden. Indigene Naturheiler, Schamanen und traditionelle Riten griffen häufig auf theatralische Elemente zurück (Favazza & Faheem, 1983; Fryba, 1972; Harmeling, 1950).

Bereits vor Moreno verwendeten Ärzte bei der Behandlung psychisch kranker Patienten das Theater. Gegen Anfang des 19. Jahrhunderts schrieben beispielsweise zwei der Pioniere der Psychiatrie in Europa, Johann Christian Reil und Philippe Pinel, unabhängig voneinander über die Verwendung theatralischer Verfahren zur Genesung der Patienten (Mezurecky, 1974; Porter, 1998). Später untersuchten auch zwei russische Psychiater die Synthese von Theater und Psychotherapie: Vladimir Iljine entwickelte zwischen 1908 und 1917 ein „therapeutisches Theater“ in Kiew, während Nikolai Evreinov zwischen 1915-1924 in St. Petersburg als Arzt und Autor tätig war (Jones, 1996). Ihre Arbeit erhielt jedoch nicht dieselbe anhaltende Aufmerksamkeit und Förderung wie Morenos Methoden.

MORENOS GEISTIGER HORIZONT

Moreno war ein bemerkenswerter Mann, da er nicht nur das Psychodrama entwickelte, sondern auch

- eine der ersten Stegreif-Theatergruppen gründete,
- 1932 den Begriff „Gruppenpsychotherapie“ prägte und im Lauf der folgenden Jahrzehnte viele verschiedene Formen von Gruppenpsychotherapie förderte,
- eine bedeutende Methode für die angewandte Sozialpsychologie, die „Soziometrie“, entwickelte,
- viele andere innovative Methoden und Tech-

niken in der Psychotherapie förderte,
- als erster über Rollentheorie schrieb und damit einen Ansatz verfolgte, der sowohl Sozial- als auch Individualpsychologie mit einschloss,
- philosophische und sogar theologische Texte verfasste,
- als Allgemeinmediziner arbeitete und später, als Psychiater, ein eigenes Sanatorium einrichtete,
- ein umfangreiches Werk verfasste, Fachzeitschriften herausgab, Fachgesellschaften organisierte und international Lehrveranstaltungen abhielt.

Auch wenn diese Tätigkeiten noch so verschieden erscheinen, beruhten sie doch alle auf demselben Ideenkomplex über Kreativität, Spontaneität, Begegnung, Theater, Imagination und anderen Themen, auf die auf den folgende Seiten näher eingegangen wird. Moreno begnügte sich nicht damit, Theorien aufzustellen, sondern er war ein Mann der Tat und entwickelte durch seine Handlungen wissenschaftliche Methoden für die Diagnose, Forschung und auch für die Behandlung.

Glücklicherweise sind seit der letzten Ausgabe dieses Buchs umfassendere Biographien erschienen (Marineau, 1989; Hare & Hare, 1996; Moreno, 1989), so dass dieses Kapitel sich auf einen groben Überblick über die zentralen Ereignisse in Morenos Leben beschränkt. Drei Phasen treten dabei deutlich hervor: seine Herkunft und sein Frühwerk, die Vorläufer des klassischen Psychodramas und die Verfeinerung und Veröffentlichung seiner Methoden. Jede Phase nahm dabei etwa ein Drittel seiner insgesamt 85 Lebensjahre ein.

FRÜHGESCHICHTE

Jacob Levi wurde am 18. Mai 1889 in Bukarest, Rumänien, als der älteste von sechs Geschwistern, drei Jungen und drei Mädchen, geboren. (Den Namen Moreno, einen alten Familiennamen, führte er als junger Erwachsener als zweiten Vornamen und änderte seinen Namen 1925 bei seiner Emigration in die USA in Jacob Levi Moreno. Aus praktischen Gründen verwende ich den Namen, unter dem er allgemein am besten bekannt ist, d.h. „Moreno“.) Er gehörte zu einer Familie sephardischer Juden (die Sepharden wurden Ende des 15. Jahrhunderts aus Spanien vertrieben und mussten sich in anderen Gebieten im Mittelmeerraum niederlassen). Ich möchte darauf hinweisen, dass Moreno in einigen seiner Werke fälschlicherweise angab, im Jahr 1892 auf einem Schiff im Schwarzen Meer geboren worden zu sein; das korrekte Datum basiert auf einen Eintrag in den Archiven des Geburtenregisters seiner Heimatstadt (Bratescu, 1975).

Er war der verhätschelte und idealisierte älteste Sohn der Familie und entwickelte ein narzisstisches Selbstbewusstsein. Er interessierte sich für Gott, da er bei einem wichtigen Rabbi der Gemeinde

Unterricht nahm und die Prozessionen der nahe gelegenen griechisch-orthodoxen Kirche beobachten konnte. Dies führte zu dem, was Moreno später als Schlüsselerlebnis bezeichnen würde: Als er etwa 4 ½ Jahre alt war, spielte Jacob mit Nachbarskindern im großen Keller seines Elternhauses. Seine Eltern waren nicht daheim. Jacob schlug den anderen vor, Gott und Engel zu spielen, wobei er selbst die Rolle Gottes übernahm. Zunächst bauten sie einen Himmel und stapelten alle Stühle, die sie im Haus finden konnten, pyramidenförmig auf einem großen Tisch übereinander. Die Stuhlbeine banden sie aneinander und halfen Jacob schließlich, die Konstruktion zu erklimmen und zuoberst, knapp unter der Decke, Platz zu nehmen. Daraufhin begannen die anderen Kinder, mit den Armen zu schlagen, als wären es Engelsflügel, und um den selbst gebauten Himmel herumzulaufen. Einer der Spielkameraden rief Jacob zu, doch mit zu fliegen, und in seiner Vertiefung in das Spiel sprang dieser von seinem Thron und brach sich bei dem Sturz den Arm.

Statt sich für seine offensichtliche Fehleinschätzung zu schämen oder sich geschlagen zu geben, verarbeitete er das Erlebnis, indem er sein Bestreben nochmals bekräftigte. Wenn die Wirklichkeit nicht die Möglichkeit bot, all das auszuleben, was der Kopf sich ausdenkt, dann musste sich die Wirklichkeit eben den Wünschen des Herzens beugen. Ich vermute, dass er intuitiv das Potential des Reichs der Phantasie erfasste, mit Hilfe derer sein Ziel erreicht werden konnte; als Erwachsener schuf er, nach einem gesunden Sublimationsprozess, das Konzept der Surplus-Realität (siehe Kapitel 9) und das Psychodrama als Medium für deren Auslebung (Blatner, 1996).

Als Moreno 6 Jahre alt war, zog seine Familie nach Wien in Österreich. Bis dahin hatte er Rumänisch und Ladino gesprochen (eine Ableitung des Spanischen, geschrieben auf Hebräisch, ebenso wie Jiddisch eine Ableitung des Deutschen ist und mit hebräischer Schrift geschrieben wird); in Wien lernte er jedoch Deutsch (Johnson, 1959).

In seiner Jugend und als junger Erwachsener vertiefte Moreno sich in philosophische Werke, die Bibel und viele andere religiöse Schriften über Christen- und Judentum, darunter auch die jüdische Geheimlehre und Mystik Kabbala (Moreno, 1989, S.30). Kierkegaards Arbeiten hatten zu dieser Zeit an Popularität gewonnen und beeindruckten ihn ebenso wie die geheimnisvollen Texte Swedenborgs. Außerdem wurde der junge Mann von Goethe, Dostojewski, Tolstoi und dem US-amerikanischen Dichter Walt Whitman beeinflusst.

Während Moreno die weiterführende Schule besuchte, verfolgte er hartnäckig seine „religiöse Mission“ und er fand im Laufe der folgenden Jahre einige Freunde, mit denen er eine eher informelle „Religion der Begegnung“ gründete. Sie mieteten ein Haus, das sie als Übergangswohnheim Obdachlosen und Flüchtlingen öffneten. Diese Gruppe hatte keine formalen religiösen Bräuche oder Regeln gemeinsam. Moreno schreibt über sie: „Wir trugen alle

Bärte, wir standen niemals still, liefen, liefen, liefen, hielten jeden an, den wir unterwegs trafen, schüttelten die Hände und sprachen mit den Menschen. Wir alle waren arm, aber wir teilten, was immer wir hatten, unsere Armut.“ (Moreno, 1972, S. 208). Moreno wollte einen Schritt über das hinausgehen, was viele der Autoren, die er gelesen hatte, seiner Meinung nach aussagten und setzte diese Ideen in die Realität um.

Auch verbrachte er in dieser Periode um 1908 viel Zeit in den Parks in und um Wien, wo er Kindern Geschichten erzählte und mit ihnen spielte. Dabei stellte er fest, dass sie lebensfroher und cleverer wurden, weil er sie dazu anhielt, seine Geschichten nachzuspielen und zu improvisieren. Daraufhin scheint Moreno eine Zeit lang ein kleines Theater von Kindern für Kinder geleitet zu haben (Marineau, 1989, S.39). Solche Erfahrungen waren es, aus denen später seine Ideen über Spontaneität und Kreativität erwachsen sollten.

Gegen 1910 begann Moreno damit, seine philosophischen Gedanken über Gott, das Theater und damit verbundener Ideen aufzuschreiben. Seine Texte vereinten eine Art Gedicht- und Manuskriptform in sich und wurden anonym veröffentlicht (Meiers, 1945). Nach wie vor war er religiös motiviert und schrieb mehrere Büchlein, darunter „Einladung zu einer Begegnung“ – hier eine der frühesten Verwendungen des Begriffs „Begegnung“ -, aus der er häufig den folgenden Abschnitt zitierte:

„Ein Gang zu zwei: Auge vor Auge
Mund vor Mund
und bist du bei mir, so will ich dir
die Augen aus den Höhlen reißen
und an Stelle der meinen setzen,
und du wirst die meinen ausbrechen
und an Stelle der deinen setzen,
dann will ich dich mit den deinen
und du wirst mich mit meinen Augen
anschauen.“

(Viele Menschen sind beim Lesen des Gedichts angesichts des grässlichen Bilds schockiert, das durch die unglückliche Wortwahl „Augen aus den Höhlen reißen“ hervorgerufen wird. Meiner Meinung nach ist schlicht davon auszugehen, dass Moreno es an dieser Stelle mit der Dramatik übertrieben hat. Der Punkt ist jedoch ganz klar, dass das später als „Rollentausch“ bezeichnete Phänomen die Echtheit einer Begegnung erheblich verstärken kann.)

Gleichzeitig studierte Moreno in dieser Periode (1911-1917) Medizin an der Universität von Wien. Es gehörte u.a. zu seiner Ausbildung, dem Stabschef zu assistieren, jedoch war er mit dessen Methoden nicht einverstanden. Er kannte außerdem die Arbeiten Freuds, hatte jedoch den Eindruck, dass diese den Patienten nicht dabei helfen konnten, neue Hoffnung zu schöpfen und sich neue Ziele zu setzen. Für Moreno war lag aber genau darin die Herausforderung bei der Behandlung psychischer Erkrankungen. Eine häufig von ihm erzählte

Anekdote illustriert seine damalige Denk- und Verhaltensweise:

> Ich begegnete Dr. Freud nur einmal persönlich. Das geschah 1912, als ich im Rahmen meines Studiums an der Psychiatrischen Universitätsklinik in Wien eine Vorlesung von ihm hörte. Dr. Freud hatte gerade die Analyse eines telepathischen Traums beendet. Während die Studenten den Saal verließen, fragte er mich, womit ich mich beschäftige. „Nun, Dr. Freud, ich fange dort an, wo Sie aufhören. Sie begegne den Menschen in der künstlichen Umgebung ihres Büros, ich begegne ihnen auf der Straße und in ihrem Zuhause, in ihrem gewohnten Umfeld. Sie analysieren ihre Träume. Ich versuche, ihnen den Mut zu geben, weiter zu träumen. Ich lehre die Menschen, Gott zu spielen.“ Dr. Freud sah mich an, als sei er verwirrt. (Moreno, 1946, S. 5-6)

Als Medizinstudent hatte Moreno zwei Erlebnisse, die man heute der Sozialpsychiatrie zurechnen könnte. Im Jahr 1913 erfuhr er, wie der Staat Prostituierte in Wien schikanierte. Er half ihnen, sich in „Selbsthilfegruppen“ zu organisieren. Zwei Jahre später erhielt er eine Stelle als Allgemeinmediziner in einem Flüchtlingslager und nach einer Weile fand er heraus, dass man die dort herrschenden Rivalitäten und Spannungen teilweise hätte vermeiden können, wenn man den Einwohnern des Lagers freie Wahl ihrer Wohnungs- und Arbeitsgenossen gewährt hätte. Rückblickend erachtete er dies als den Vorgänger seiner später entwickelten Soziometrie (Moreno, 1989, S.66).

Wien war, kulturell gesehen, damals noch eine Weltmetropole. Morenos Aufgaben im Flüchtlingslager und sein Medizinstudium nahmen ihn wenig genug in Anspruch, um ihm Zeit zu lassen, sich mit dem Theater zu beschäftigen und Kontakte zur Wiener Intellektuellen- und Künstlerszene zu pflegen. Die Texte des Philosophen Henri Bergson über Kreativität waren zu dieser Zeit populär, und Moreno nennt ihn als Quelle der Beeinflussung.

Nachdem er das Medizinstudium 1917 erfolgreich beendet hatte, eröffnete Moreno eine Arztpraxis für Allgemeinmedizin in Bad Vöslau, einem Vorort von Wien. Er hegte zu diesem Zeitpunkt noch kein besonderes Interesse für die Psychiatrie. Es handelte sich um eine fruchtbare und turbulente Zeit in Morenos Leben. Im Frühjahr 1918 war er an der Gründung und Herausgabe der Literaturzeitschrift Daimon beteiligt, in der Beiträge von einigen der bekanntesten Schriftsteller des Gebiets erschienen (Treadwell & Treadwell, 1972).

Um 1919 schrieb Moreno dann sein wichtigstes theologisches Werk, „Das Testament des Vaters“, in dem er in Gedichtform im Hier-und-Jetzt niederschrieb, was Gott seiner Überzeugung nach sagen würde. Das Ergebnis wurde bald in seiner mittlerweile umbenannten Literaturzeitschrift veröffentlicht, wenig später als Buch verlegt und daraufhin als „The Words of the Father“ ins Englische übersetzt (Moreno, 1971b). Er gab an, viele der enthaltenen Gedichte in einem Zustand fast fiebriger Inspiration verfasst zu haben – er schrieb

sie sogar auf Wände! Die Veröffentlichung musste auf seine Veranlassung hin anonym geschehen; erst viel später ließ er zu, dass sie unter seinem Namen erschienen. Dieses Buch und Morenos spätere Kommentare dazu drücken einen Großteil seiner theologischen Grundideen aus, worauf in Kapitel 6 näher eingegangen wird.

Gleichzeitig gründete Moreno, sozusagen als Nebenbeschäftigung, die möglicherweise erste Stegreif-Theatertruppe. Er war bestürzt über die von ihm empfundene Sterilität des traditionellen Theaters und überzeugt, dass dies auf dessen Abhängigkeit von Manuskripten zurückzuführen sei. Außerdem wünschte er sich, dass Theater eine größere Rolle in der Gesellschaft spielen sollte. Seinen Ansatz nannte er schlicht „Stegreiftheater".

Am 1. April 1921 trat die Truppe unter der Leitung Morenos in einem kleinen Saal in Wien zum ersten Mal auf. Thema war die Frage, wie das Land in der politisch instabilen Lage nach dem Ersten Weltkrieg geführt werden sollte, und das Publikum war zur aktiven Teilnahme aufgerufen. (Aus heutiger Sicht würde man dies vermutlich als soziodramatisches interaktives Theater einstufen.) Es war ein kontroverses Unternehmen und erhielt gemischte Kritiken. (Peter Lorre, der sich in den amerikanischen Filmen der 40er Jahre einen Namen machen sollte, war einer der jungen Schauspieler der Truppe.) Moreno inszenierte eine Reihe experimenteller Stegreifvorstellungen, darunter „Die Lebendige Zeitung", wobei die Schauspieler Ereignisse aus der Tagespresse nachstellten (Toeman, 1949).

Auf seiner Suche nach einem verjüngten, die Gesellschaft mit einbeziehenden und sie betreffenden Form entwarf Moreno eine der ersten Rundbühnen. Seine Betonung auf die Interaktion mit dem Publikum kann durchaus spätere Innovationen im Theaterwesen ins Rollen gebracht haben (Moreno, 1971a; Scheiffele, 1995). Interessanterweise kam es um 1924 zu einem Rechtsstreit mit dem Wiener Theaterregisseur Frederick Kreisler, der von sich behauptete, die Rundbühne erfunden zu haben. Dies stellt eins der Beispiele dar, die nach Moreno als „Vaterschaftssyndrom" eingestuft werden können; Moreno neigte nämlich dazu, darüber zu streiten, wer der wahre „Vater" oder Erfinder einer Methode oder Technik war (Held, 1982).

Nach ein paar Jahren wurde Moreno sich klar über den potentiellen therapeutischen Nutzen des improvisierenden Theaters sowohl für die Darsteller als auch für das Publikum. Seine Stegreiftruppe experimentierte in den folgenden vier Jahren weiterhin mit verschiedenen interaktiven und improvisierenden Ansätzen und blieb bis kurz vor Morenos Emigration in die Vereinigten Staaten bestehen.Moreno betrachtete den Zeitraum von 1911 bis 1923 als die erste „axionormative" Periode, also als die Zeit, in der die wichtigsten philosophischen Grundlagen für die Entwicklung der Soziometrie gelegt wurden (Renouvier, 1958).

LEBENSMITTE: JAHRE DER ENTWICKLUNG

Die Nachkriegszeit in Österreich war chaotisch und bot Moreno kaum Möglichkeiten für seine Experimente der Sozialwissenschaft und des therapeutischen Theaters. Daher dachte er darüber nach, entweder nach Russland mit dessen „großem neuen Experiment“ auszuwandern, oder in die Vereinigten Staaten von Amerika umzusiedeln. Letztendlich entschied er sich für die USA, da ihm klar wurde, dass er für die Umsetzung seiner Theorien hauptsächlich Freiheit brauchte. Moreno wurde die Einreise durch die Tatsache ermöglicht, dass er u.a. Erfinder war. Zusammen mit einem Partner, der wohl der eigentliche Ingenieur war, erfand er ein Tonaufnahmegerät, das von der Grundidee her ein Vorgänger der modernen Kassettenrekorder war. Eine Firma in den USA war interessiert genug, um ihm 1925 zur Ausreise aus Österreich zu verhelfen, und er ließ sich in New York City nieder.

Bei seiner Ankunft in den Vereinigten Staaten war der der damals 36-Jährige überrascht über die Popularität der Psychoanalyse; in Wien hatte sie noch einen schweren Stand. Obwohl Moreno mit Schwierigkeiten wie dem Erlernen der neuen Sprache, der Jobsuche und dem Einholen von Genehmigungen konfrontiert war, begann für ihn eine Phase bemerkenswert produktiver und innovativer Tätigkeit, die sich chronologisch am besten verbildlichen lässt:

1927-1930: Moreno experimentiert weiterhin mit dem Stegreiftheater und es gelingt ihm sogar, einige Vorstellungen in der Carnegie Hall zu geben. Außerdem gibt er an, Rollenspiele im Mt. Sinai Krankenhaus in New York City (und andernorts) vorgestellt zu haben.

1931: Moreno nahm Kontakt mit einem Psychiater des Sing Sing Gefängnisses von New York auf und verfasste erste englischsprachige Artikel über seine Theatererfahrungen und seine frühen Erfahrungen mit interaktiver Gruppentherapie. Unabhängig davon untersuchten auch andere fortschrittsorientierte Wissenschaftler die Möglichkeiten einer Behandlung in der Gruppe. Unter diesen Wissenschaftlern befanden sich L. Cody Marsh, der in einem Krankenhaus in New York tätig war und dessen Ansatz inspirative Vorträge mit einschloss, sowie Austin Riggs, der über Lautsprecher Ansprachen für psychiatrische Patienten hielt, und Louis Wender, ein Psychoanalytiker.

1932: Moreno prägte die Begriffe „Gruppentherapie“ und „Gruppenpsychotherapie“ erstmals bei seinem Vortrag auf einer Konferenz der *American Psychiatrie Association* in Philadelphia. Sein Ansatz war eindeutig mehr auf Interaktion und gruppenzentriert, während der Therapeut nicht so sehr im Mittelpunkt stand.

1933: Moreno wurde in Kooperation mit Helen Hall Jennings Berater an der Hudson Training School,

einer Anstalt für schwer erziehbare Mädchen im Staat New York; im Lauf der folgenden Jahre führte er das Rollenspiel ein und arbeitete das soziometrische Verfahren aus. Am 4. April stellte er einige seiner frühen Schaubilder bei einem Kongress der New Yorker *Medical Society* aus, was er später als den offiziellen Start der „soziometrischen Bewegung" ansehen sollte.

1934: Moreno veröffentlichte sein Buch *Who Shall Survive? - A New Approach to the Problem of Human Interrelations* (dt. Titel laut Übersetzung von G. Leutz, 1954: „Die Grundlagen der Soziometrie – Wege zur Neuordnung der Gesellschaft"). Er führte außerdem das Psychodrama im St. Elisabeth Krankenhaus in Washington, D.C., ein, das eine der fortschrittlichsten psychiatrischen Einrichtungen seiner Zeit war. Viele Koryphäen auf dem Gebiet unterstützten ihn.

Mitte der 30er Jahre nahmen auch einige andere Pioniere der Gruppentherapie ihre Tätigkeit auf. Paul Schilder bediente sich modifizierter psychoanalytischer Methoden und arbeitete am Bellevue Hospital in New York. Samuel R. Slavson, ein Ingenieur, der als Freiwilliger für den jüdischen Ausschuss in einem Programm mitarbeitete, das unerfahrenen jungen Mädchen in Wohngemeinschaften „große Schwestern" zur Seite stellte, und unterrichtete sie in Handwerken und Kunst. Später schloss er sich der zunehmend weitreichenden psychoanalytischen Bewegung an, nannte seine eigene Arbeit erst „Para-Analyse" und dann „Egotherapie". Sie bestand u.a. aus einer liberalen Art von Spieltherapie und Vorträgen für Gruppen von Kindern im Grundschul-, letztlich sogar im Vorschulalter. Slavson sollte ein bedeutender Gegner Morenos werden (Scheidlinger, 1993).

1936: Moreno eröffnete das Beacon Hill Sanatorium, eine private psychiatrische Klinik, etwa 100 km nördlich von New York am Hudson River gelegen. Er ließ eine Psychodramabühne und Einrichtungen für die Fortbildung von Fachpersonal anbauen. (Im selben Jahr erhielt er außerdem die US-amerikanische Staatsbürgerschaft.)

1937: Moreno begann mit der Herausgabe seiner ersten Fachzeitschrift *Sociometry: A journal of Interpersonal Relations*. Als Reaktion auf eine geringe Aufnahmebereitschaft seitens etablierter Zeitschriften- und Buchverlage gründete Moreno in seinem Sanatorium und Wohnort Beacon, New York, seinen eigenen Verlag, *Beacon House* (nicht zu verwechseln mit der Bostoner *Beacon Press*). Zusätzlich probierte er seine soziometrischen Tests an der staatlichen Schule Nr. 181 in Brooklyn aus.

Das Jahr 1937 betrachtet Moreno als den Beginn der „zweiten soziometrischen Phase". Eine weitere parallele Entwicklung fand zu dieser Zeit statt: Kurt Lewin, Muzafer Sharif und andere des sich entwickelnden Gebiets der Sozialpsychologie begannen wegweisende Studien über Gruppendynamik, auch wenn ihre Untersuchungen nicht Therapie-orientiert waren. Morenos Aussage zufolge traf er Lewin und

mehrere seiner Studenten und beeinflusste dabei ihre Ansichten. Gardner Lindzey, führend auf dem Gebiet der Sozialpsychologie, bemerkte: „Morenos Buch [Who Shall Survive?] hat die Sozialpsychologie grundlegend verändert. Es gibt nur sehr wenige Beispiele für einen solchen Fall, in dem ein einzelner einen solch richtungsweisenden Einfluss auf die Entwicklung einer Sozialwissenschaft ausgeübt hat.“ (Lindzey & Byrne, 1968, S. 454)

Dies war auch die Zeit, in der sich erste Selbsthilfegruppen bildeten. Die Anonymen Alkoholiker, wenige Jahre zuvor in Akron, Ohio, gegründet, wurden nach und nach anerkannt. Dr. Abraham A. Low übte in Chicago „Willenstraining“ mit psychisch Kranken und organisierte 1941 die Gesellschaft *Recovery,* ein Selbsthilfeprogramm, das als Nachsorge gedacht war und auf Diskussionen und der Lektüre ausgewählter Bücher von Low basierte.

Mehrere Familienmitglieder verhalfen Moreno durch tatkräftige Unterstützung zu seinem Erfolg. Seine erste Frau, Florence, arbeitete beispielsweise im Bereich Erziehung und Pädagogik und half ihm bei seiner Arbeit über die Spontaneitätstheorie und Psychodrama. (Ihre gemeinsame Tochter Regina kam 1939 zur Welt.) Morenos jüngerer Bruder Wilhelm war ein erfolgreicher Geschäftsmann, der an Morenos Arbeit glaubte, ihn bewunderte und ihn während langer Jahre der zentralen Phase seiner

J. L. Moreno 1925

Forschungen finanziell unterstützte.

1941: Ein zweites Psychodrama-Theater entstand im St. Elisabeth Krankenhaus in Washington, D.C. Moreno beschäftigte sich mit seinen noch nicht ganz ausgereiften Monographien über psychische Katharsis und Psychodrama. In diesen Jahren sollten seine Artikel über das Psychodrama zusammen mit anderen Beiträgen über Rollentheorie und Artikeln von anderen wichtigen Wissenschaftlern der Sozialpsychologie in seiner soziometrischen Fachzeitschrift erscheinen.

Während des Zweiten Weltkriegs wurde die Gruppentherapie zunehmend in Militär- und Veteranenkranknhäusern angewandt. In England riefen S. H. Foulkes und E. James Anthony die *Group Analytic Society* ins Leben.

1942: Moreno gründete den ersten Fachverband für Gruppentherapeuten, die *American Society forGroup Psychotherapy and Psychodrama* (ASGPP; „Amerikanische Gesellschaft für Gruppenpsychotherapie und Psychodrama“).

Er eröffnete außerdem das Soziometrische Institut und Psychodrama-Theater in der Park Avenue 101 in New York City und bot offene Sitzungen an, die viele Interessierte aus verschiedenen Berufsfeldern anzogen. Dies leitete die von ihm betitelte „dritte Phase der soziometrischen Entwicklung“ ein, auf die die internationale Verbreitung der Gruppenpsychotherapie, Soziometrie und des Psychodramas folgte. (Die offenen Sitzungen wurden an Wochenenden abends bis in die frühen 70er Jahre hinein abgehalten. 1962 verlegte er seine „Geschäftsräume“ in die 78. Straße West 236.)

Interessanterweise gründete Slavson im selben Jahr die *American Group Psychotherapy Association*, deren Schwerpunkt auf der Psychoanalyse lag, und gründete die Zeitschrift *The International Journal of Group Psychotherapy*. Aufgrund der zunehmenden Vormachtsstellung der Psychoanalyse dominierte diese Vereinigung bald die Disziplin.

1945: Moreno brachte seine zweite Zeitschrift, *Sociatry: A Journal of Group and Intergroup Therapy* heraus, die zum offiziellen Artikulationsmedium der ASGPP wurde und zwei Jahre später in *Group Psychotherapy* umbenannt wurde. Im Folgejahr publizierte er sein Buch „Psychodrama“ (Band 1), was ein Standardwerk werden sollte. Viele wetere Bücher und Artikel folgten, wie Corsini und Putzey in ihrer umfassenden Bibliographie festhielten (1956).

1946: Die Methode der „T-Gruppe“ wurde entwickelt (Näheres dazu in Kapitel 18). Dies war eine der Wurzeln, aus denen später die Trainingsgruppenbewegung hervorgehen sollte, das wiederum von Moreno beeinflusst war (Gottshalk & Pattison, 1969). Nach dem Auf- und Abstieg der Trainingsgruppen in den 1960er und 1970er Jahren fanden viele der Gruppentechniken Eingang in eine Vielzahl von Selbsthilfegruppen und Programmen zur

Persönlichkeitsentfaltung. Darunter waren auch Handlungs- und Strukturerfahrungen.

In den folgenden Jahrzehnten fungierte Moreno als Katalysator für Innovation und Eklektizismus auf dem Gebiet der Psychotherapie, vor allem zu einer Zeit, wenn alternative Behandlungsmethoden auf klinischem Gebiet nur schwer Fuß fassen konnten, da die Psychoanalyse vorherrschte. Seine Schriften und die öffentlichen Sitzungen in New York beeinflussten Fritz Perls, der kurz zuvor aus Südafrika eingetroffen war (Shepard, 1975).

In den frühen 1940er Jahren wurden die Methoden des Psychodramas immer ausgefeilter. Zusammen mit der Soziometrie und Gruppenpsychotherapie fanden Morenos Werke zunehmend Eingang in vielen verschiedenen Bereichen, z.B. in Schulen, zur Unterhaltung, bei Rehabilitationsprogrammen für entwicklungsbehinderte Personen, beim Militär, für Manager und im Rahmen von Schulungen für verschiedene Berufsgruppen, von Lehrern bis Verkäufern.

Nicht zu vergessen ist dabei, dass aus geschichtlicher Sicht auf dem Gebiet der Psychotherapie die vorherrschende Strömung der Psychoanalyse bis Mitte der 1950er Jahre die innovative Gruppenpsychotherapie nicht anerkannte. Moreno förderte die Entwicklung der Gruppenpsychotherapie ebenso eifrig wie das Psychodrama. Es war ihm ein Anliegen, den interaktiven Ansatz des Psychodramas hervorzuheben, jedoch unterstützte er auch bzw. initiierte selbst etliche nationale und internationale Konferenzen über Gruppenpsychotherapie, die ganz bewusst die auf dem Gebiet der Psychoanalyse führenden Köpfe miteinbezogen. Diese Konferenzen waren ein Forum für den Austausch neuer Ansätze und Methoden, so wurden hier z.B. die „social clubs“ nach Josua Bierer, die Familientherapie nach Virginia Satir, die therapeutische Gemeinschaft nach Maxwell Jones und künstlerische Therapietechniken in der Gruppenpsychotherapie nach George Vassilou vorgestellt.

Moreno unterstützte die Entwicklung verschiedenster Innovationen in der Psychotherapie, betonte jedoch besonders die Verwendung schöpferischer Kunst als Behandlungstechnik; die Wegbereiterin der Tanztherapie, Marian Chace (945), veröffentlichte beispielsweise einen ihrer ersten Artikel in Morenos Zeitschrift.

Diese mittlere Phase, als Moreno zwischen 50 und 70 Jahre alt war, war eine sehr produktive Zeit. Er schrieb überaus reichlich. In New York dienten seine öffentlichen Sitzungen als Vorzeigebühne, wo viele Fachleute psychodynamische Methoden beobachteten, die nicht den traditionellen psychoanalytischen Ansätzen entsprachen. Sowohl A. H. Maslow (968) als auch Eric Berne (970) und Will Schutz (971) haben Moreno als Quelle für viele der innovativsten Techniken und Methoden in der heutigen eklektischen Psychotherapie anerkannt.

DIE SPÄTEN JAHRE: ERZIEHUNG UND ORGANISATION

Um das Jahr 1950 zog Moreno eine ständig wachsende Anzahl Studenten an. 1941 war außerdem Zerka in sein Leben getreten und begann, ihm beim Schreiben und Editieren sowie bei seinen vielen anderen Engagements zu unterstützen. (Auf ihre Rolle sowie die anderer Mitarbeiter wird in Kapitel 3 näher eingegangen.)

Im Lauf der nächsten 20 Jahre reisten Dr. und Mrs. Moreno viel und hielten Präsentationen und Demonstrationen bei Fachkonferenzen, in Hospitälern und Universitäten ab. Er schrieb und publizierte weiterhin. 1956 wurde die Zeitschrift *Sociometry* der „American Sociological Association" übergeben, was Moreno jedoch nicht daran hinderte, Ende der 60er Jahre nochmals kurzzeitig eine Zeitschrift über Soziometrie und verwandte Themen herauszugeben.

In den 50er Jahren wurde die Behandlung von Patienten in Beacon noch fortgeführt, jedoch endete dies in der Mitte der 60er Jahre und das Sanatorium wurde in ein reines Schulungszentrum umgewandelt. Da Moreno bereits über 70 Jahre alt war, übernahm Zerka den größten Teil der Schulungen.

Moreno reiste auch außerhalb der USA und knüpfte Kontakte mit vielen europäischen Psychiatern. 1954 wirkte er bei der Gründung des „International Committee on Group Psychotherapy" mit, das sich später unter maßgeblicher Leitung Morenos zur „International Association of Group Psychotherapy" weiterentwickelte. Diese Organisation, bei der sowohl analytische als auch psychodramatische und weitere Methoden eine Rolle spielen, ist im Lauf der Zeit gewachsen und veranstaltet bis heute weltweit alle zwei bis drei Jahre Kongresse auf regionaler oder internationaler Ebene. Außerdem protegierte Moreno in den 60er Jahren eine Organisation, die eine Reihe internationaler Psychodramakonferenzen abhielt.

Im Alter von 85 Jahren, nachdem er einige kleinere Schlaganfälle erlitten hatte, starb Jacob L. Moreno am 14. Mai 1974 in seinem Haus in Beacon, New York. Er verweigerte die Nahrungsaufnahme in den Wochen vor seinem Tod und wurde nach und nach schwächer. In dieser Zeit empfing er freundlich und herzlich alte Freunde und Besucher (Sacks, 1977; Yablonsky, 1975). Moreno selbst formulierte seine Grabinschrift: „Der Mann, der Freude und Lachen in die Psychiatrie brachte."

ZUSAMMENFASSUNG

Als Visionär und Entwickler tiefgreifender und scharfsinniger Ideen war J. L. Moreno meiner Meinung nach ein großer Mann. In anderer Hinsicht jedoch war er, wie ich in Kapitel 4 erörtern werde, nicht ganz so makellos. Ein Großteil der folgenden Ausführungen kann als Kommentar betrachtet werden, als Ausarbeitung, Verfeinerung und Erweiterung von Morenos Gedankengut.

QUELLEN & WEITERFÜHRENDE SCHRIFTEN

Anderson, Wall. (1974). J.L. Moreno and the origins of psychodrama. In I.A. Greenberg (Ed.), Psychodrama: Theory and therapy. New York: Behavioural Publications.

Berne, Eric. (1970). Book review. American journal 01 Psychiatry, 126(10), 15-20.

Blatner, Adam. (1996). Moreno's idee fixe. Journal 01 Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 48(4), 155-158.

Borgatta, Edgar F.; Boguslaw, Robert & Haskell, Martin R. (1975). On the work of Jacob L. Moreno. Sociometry, 38(1), 148-161.

Bratescu, Gheorgh. (1975). The date and birthplace of J. L. Moreno. Group Psychotherapy and Psychodrama, 28, 2-4. (Anmerkung des Autors: Das hier genannte Geburtsdatum liegt drei Jahre vor dem bisher angenommenen Zeitpunkt.)

Casson, John. (1997). Dramatherapy history in headlines. Dramatherapy, 19(2), 10-13.

Chace, Marian. (1945). Rhythm in movement as used in St. Elizabeth's Hospital. Sociometry, 8, 481-483.

Corsini, Raymond J. & Putzey, L.J. (1956). Bibliography on group psychotherapy. Group Psychotherapy, 9(3), 177-249.

Favazza, Armand R. & Faheem, Ahmed D. (1983). Indigenous healing groups. In H. I. Kaplan & B. J. Sadock (Eds.), Comprehensive group psychotherapy (2nd ed.). Baltimore: Williams & Wilkins.

Fryba, M. (1972). Psychodrama elements in psychosis treatment by shamans of Sri Lanka. In M. Pines & 1. Rafaelsen (Eds.), The individual and the group: Boundaries and interrelations: Vol. 2. Practice (S. 333-339). New York: Plenum.

Gessmann, Hans-Werner. (1990). Megalomania normalis oder der Versuch einer Biographie J.L. Morenos. In: H.-W. Gessmann (Ed.), Bausteine zur Gruppenpsychotherapie.Jungjohann Verlag, 23-57

Gottschalk, Louis & Pattison, E. Manseil. (1969). Psychiatric perspectives on T-groups and the laboratory method: An overview. American journal of Psychiatry, 126(6), 824.

Hare, A. Paul & Hare, June R. (1996). J.L. Moreno. Thousand Oaks, CA: Sage.

Harmeling, P.C. (1950). Therapeutic theatre of Alaska Eskimos. Group Psychotherapy, 3(1-2), 74-75.

Haworth, Peter. (1998). The historical background of psychodrama (Kapitel 2, S.15-27.) In Marcia Karp, Paul Holmes & Kate Bradshaw-Tauvon (Eds.) Handbook of Psychodrama. London: Routledge.

Held, R.L. (1982). Endless innovations: Frederick Kreisler´s theory and scenic design (S. 33-36). Ann Arbor, MI: UMI Research Press.

Johnson, Paul E. (1959). Interpersonal psychology of religion-Moreno and Buber. Group Psychotherapy, 12, 211-217.

Jones, Phil. (1996). Drama as therapy: Theatre as living (S. 54-64). New York: Routledge.

Lindzey, Gardner & Byrne, D. (1968). Measu-

rement of social choice and interpersonal attraction. In G. Lindzey & E. Aronson (Eds.), Handbook of Social Psychology, Vol. 2. (2nd ed.). Reading, MA: Addison-Wesley.
Marineau, Rene F. (1989). Jacob Levi Moreno, 1889-1974. (A Biography) New York: Routledge. (Anmerkung des Autors: In der französischen Ausgabe, die 1990 in Quebec veröffentlicht wurde, finden sich sogar noch mehr Informationen und Fotos.)
Maslow, Abraham H. (1968, August 2). Letter to the editor. Life, S. 15.
Meiers, Joseph. (1945). Origins and development of group psychotherapy-Historieal survey. Sociometry, 8, 499-530.
Mezurecky, Andrew J. (1974). Psychodramatics—The genealogy of a clinieal modality. Group Psychotherapy and Psychodrama, 27, 37-41.
Moreno, J.L. (1946). Psychodrama (Vol. 1). Beacon, NY: Beacon House.
Moreno, J.L. (1947). The Theater of spontaneity. Beacon, NY: Beacon House.
Moreno, J.L. (1958). The I-Thou theme, contemporary psychotherapy, and psychodrama. Pastoral psychology, 9(85), 53-58. (Mit einer Antwort von Martin Buber)
Moreno, J.L. (1970). The Viennese origins of the encounter movement. Group Psychotherapy, 22(1-2), 7-16.
Moreno, J.L. (1971a). Influence of the Theater of Spontaneity upon the modern drama. Handbook of International Sociometry, 6, 84-90.
Moreno, J.L. (1971b). The words of the Father. Beacon, NY: Beacon House.
Moreno, J.L. (1972). The religion of God-Father. In Paul E. Johnson (Ed.), Healer of the mind: A psychiatrist's search for faith (S. 197-215). Nashville, TN: Abingdon.
Moreno, J.L. (1989). The autobiography of J.L. Moreno, M.D. (Gekürzt) Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 42(1-2), 15-125.
Moreno, Jonathan D. (1989). Editor's introduction & foreword for the Autobiography of J.L. Moreno, Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama& Sociomet1y, 42(1), 3-14.
Moreno, Zerka T. (1973). Origins of the group psychotherapy movement. Handbook of International Sociometry, 7, 5-13.
Porter, Ray. (1998). The greatest benefit to mankind: A medical history of humanity (S. 496). New York: W. W. Norton.
Renouvier, Pierre. (1958). The group psychotherapy movement and J. L. Moreno, its pioneer and founder. Group Psychotherapy, 11(1), 69-86.
Sacks, James M. (1977). Reminiscence of J.L. Moreno. Group, 1(3), 194-200.
Scheiffele, Eberhard. (1995). The theatre of truth: Psychodrama, spontaneity & improvisation: The theatrical theories and influences of Jacob Levy Moreno. (Dissertation: University of California, Berkeley.)
Scheidlinger, Saul. (1993). History of group psychotherapy. In H.I. Kaplan & B.J. Sadock (Eds.), Comprehensive group psychotherapy (3rd ed.) Baltimore: Williams & Wilkins. .

Schutz, Will. (1971). Here comes everybody: Body-mind and encounter culture. New York: Harper & Row.
Shepard, Martin. (1975). Fritz. New York: Bantam.
Toeman, Zerka. (1949). History of the sociometric movement in headlines. Sociometry, 12, 255-259.
Treadwell, Thomas & Treadwell, Jean. (1972). The pioneer of the group encounter movement. Group Psychotherapy and Psychodrama, 25, 16-26.
Whitaker, Carl. (1987). Foreword. In Jonathan Fox (Ed.), The essential Moreno. New York: Springer.
Yablonsky, Lewis. (1975). Psychodrama lives! Human Behaviour, 4(2), 25-29.

3
Geschichte II Die weitere Entwicklung des Psychodramas

In diesem Kapitel werden die Tätigkeiten einiger von Morenos Mitarbeitern erörtert sowie die Entwicklung auf dem Gebiet des Psychodramas seit seinem Tod untersucht. Zunächst sei hier eine kurze Biographie der wohl bekanntesten lebenden Vertreterin des Psychodramas skizziert: Morenos Ehefrau, Zerka.

ZERKA TOEMAN MORENO: EINE BIOGRAPHISCHE SKIZZE

Zerka Toeman war das jüngste von vier Kindern einer jüdischen Familie und wurde 1917 in den Niederlanden in Amsterdam geboren. 1931 zogen sie nach England um, wo Zerka in der Londoner Vorstadt Willesden Green die Highschool und das College besuchte. Eine ältere Schwester erkrankte psychisch, als sie Anfang zwanzig war, und die Diagnose lautete (damals) Schizophrenie (rückblickend muss festgestellt werden, dass diese Schwester wohl unter einer bipolaren Störung litt, die letztendlich mit Lithium behandelt werden konnte). Dieses Ereignis und die andauernde Krankheit ihrer Schwester sollten später eine wichtige Rolle spielen, als Zerka und Moreno sich trafen. Zusätzlich gab es noch ein wichtiges transpersonales Element in der Beziehung zwischen Zerka und dem „Doktor“.

GESCHICHTE II: DIE WEITERE ENTWICKLUNG DES PSYCHODRAMAS

Zerka war sensibel und hörte auf die Stimme ihres inneren und weiseren Ichs. Als sie beispielsweise 18 Jahre alt war und noch in England lebte - es war 1935, ein Jahr vor dem Zusammenbruch ihrer Schwester - sagte ihr eine Stimme, dass sie in die USA auswandern sollte. Zu diesem Zeitpunkt hörte sie nicht darauf. Vier Jahre später ging Zerka an einem ruhigen Abend in einem vornehmen Viertel spazieren, als sie wieder das drängende Gefühl, nach Amerika fahren zu müssen. Die Ahnung von der Anwesenheit etwas Unsichtbaren sprach zu ihr: „Ja, du musst gehen! Es gibt dort etwas Wichtiges – jemanden, der auf dich wartet.“ Dieses Mal emigrierte sie tatsächlich nach New York und ließ sich dort nieder.

1941 bedrohte das Naziregime ihre ältere Schwester und deren Familie in Belgien, doch Zerka gelang es, Visa für sie zu besorgen, so dass sie ebenfalls in die USA auswandern konnten. Als sie ankamen,

begann bei ihrer Schwester, der es zwischenzeitlich besser gegangen war, die Psychose. Dr. Emil Gutheil überwies sie in Morenos Sanatorium. Während der Behandlung ihrer Schwester war Zerka fasziniert sowohl vom Konzept des Psychodramas als auch vom Charismas Morenos. Seinerseits verspürte Dr. Moreno ein starkes „Tele“ bei dieser jungen Frau und hatte den Eindruck, sie „wieder zu erkennen“.

Da sie Erfahrungen mit Theater, bildender Kunst und Psychologie vorweisen konnte, engagierte Zerka sich im Psychodrama und wurde ein ausgebildetes Hilfs-Ich nicht nur im Rahmen der Behandlung ihrer Schwester, sondern auch für andere Patienten in Morenos Sanatorium. Ihr Interesse an Moreno und seiner Arbeit wuchs weiter, als sie Verwaltungs- und Bürotätigkeiten für seine unzähligen und vielschichtigen Aktivitäten übernahm. Ihr wurde klar, dass Moreno derjenige war, „der auf sie wartete“, und 1949 heirateten sie. Ihr einziges Kind Jonathan kam 1952 zur Welt.

Das folgende Konzept hat Zerka in einer Reihe von Workshops vermittelt: „Wir sind alle Überlebende.“ Diese Einsicht gewann sie aufgrund einer zermürbenden persönlichen Erfahrung. 1957 wurde bei Zerka ein Chondrosarkom, eine Art Krebs, festgestellt, von dem der Knochen ihrer rechten Schulter befallen war. Ihr gesamter rechter Arm musste amputiert werden, gerade noch rechtzeitig, um ihr Leben zu retten. Diese Behinderung hielt sie jedoch nicht davon ab, weiterhin als Morenos „rechte Hand“ zu fungieren (wie sie es selbst lachend formulierte). An seinem Lebensabend vertraute Moreno ihr an, er habe das System geschaffen, und nun sei es an ihr und den anderen, die Arbeit auszuführen. Sie ging jedoch über eine reine Lehrtätigkeit weit hinaus und verfeinerte die Methoden und Theorien noch maßgeblich. Nach Morenos Tod 1974 war sie weiterhin lehrend und schriftstellerisch tätig und befasste sich mit Psychodrama, Gruppendynamik und Soziometrie. Heute ist sie weltweit die Hauptvertreterin der Methode, reist durch die ganze Welt, gibt Workshops und hält Vorträge auf größeren Konferenzen. Zerkas und Morenos Sohn, Jonathan Moreno, ist heute Professor für Philosophie und Bioethik.

SONSTIGE PIONIERE: DIE „ERSTE PHASE“

In den 40er und 50er Jahren arbeiteten viele Fachleute bei der Entwicklung von Psychodrama, Soziodrama und Soziometrie für Psychiatrie, Soziologie, Kriminologie, Erziehung und andere Bereiche mit Moreno zusammen (Z. Moreno, 1966). Einige unter ihnen trugen auch Jahre später noch durch Lehre oder Veröffentlichungen Entscheidendes zu dem Gebiet bei:

- Dean Elefthery (gest. 1979) und seine Frau Doreen in Miami leisteten in Europa bahnbrechende Arbeit für die und mit der Methode.
- Eugene Eliasoph bietet noch heute Kurse in

New Haven, Connecticut, an.

- Jim Enneis (gest. 1989) entwickelte ab 1949 in Washington, D.C., im St. Elizabeth Hospital eines der aktivsten Psychodrama-Ausbildungs- und Behandlungsprogramme der Vereinigten Staaten (Buchanan, 1981).
- Leon Fine (gest. 1994) lehrte bis zu seinem Tod in Portland, Oregon.
- Martin Haskell (gest. 1975) und seine Frau Rochelle waren in Long Beach, Kalifornien, tätig und legten besonderen Wert auf die Anwendung im sozialen Kontext.
- Richard Korn schlug in Berkeley Brücken zu den Bereichen der Kriminologie und Kriminalstrafkunde.
- Gretel Leutz ist eine der bedeutendsten Pioniere des Psychodramas in Europa und verfasste einige der meistgelesenen deutschen Texte.
- Jim Sacks ist der Verfasser eines umfassenden Werks, organisierte Bibliographien, kann auf eine intensive und rege Lehrtätigkeit auf internationaler Ebene zurückblicken und ist ein aktives Mitglied der ASGPP.
- Anne Ancelin Schützenberger ist eine der bedeutendsten Pioniere des Psychodramas in Europa. Ihre einflussreichen Bücher wurden in mehrere Sprachen übersetzt.
- Hannah Weiner (gest. 1983) bot mit ihren regelmäßigen öffentlichen Sitzungen in New York einen Anzugspunkt für viele andere Fachleute.
- Lew Yablonsky hat im westlichen Los Angeles über die Methode geschrieben und sie für die Anwendung auf verschiedene Bevölkerungsschichten angepasst.

Als weitere wichtige Namen auf dem Gebiet sind zu nennen:

Max und Sylvia Ackerman
Gerald W. Lawlor
Doris Twitchell Allen
Helen Hall Jennings
Robert Boguslaw
Rosemary Lippitt
Edgar Borgatta
Joseph Mann
Eya Fechin Branham
Joseph I. Meiers
Anna und Nah Brind
Ellwood Murray
Anthony Brunse
Walter E. O'Connell
Gertrude Harrow-Clemens
Abel Ossorio
Raymond J. Corsini
Barbara Seabourne
Robert Drews
Nahum Shoobs
Ernest Fantel
Bruno Solby
Abel K. Fink
Adaline Starr
Robert Bartlett Haas
Berthold Stovkis

Margaret Hagan
Israel E. Sturm
Frances Herriott
E. Paul Torrance
Abraham Knepler

Weltweit gab es weitere Pioniere, die noch vor 1960 ihre Lehrtätigkeit aufnahmen, darunter: Ferdinand Knobloch (Tschechoslowakei und später Kanada); Heika Straub (Deutschland); E. A. Carp (Niederlande); Daisaku Sotobayashi und Kohei Matsumura (Japan) sowie José Bustamante und Frisso Potts (Kuba).

Im Frankreich der späten 40er Jahre erkannten Serge Lebovici, Rene Diatkine, Mireille Monod und andere das Potential einer Übernahme des Psychodramas in die Psychoanalyse. Der sich daraus ergebende Ansatz unterscheidet sich stark vom klassischen Psychodrama (Anzieu, 1960). Lebovici genoss großes Ansehen und wurde später Präsident der *International Psychoanalytic Association*. Ihr Ansatz wurde zunächst mit einem Team ausgebildeter Hilfs-Ichs für einen einzelnen Patienten und insbesondere bei der Behandlung von Kindern angewandt (Schützenberger, 1998). Diese Variante und ähnliche Ansätze verbreiten sich auch in Südamerika, Spanien, Kroatien und in anderen Ländern. Weitere führende Fachleute des psychoanalytischen Psychodramas waren u.a. Rene Kaes, Evelyne Kestemberg, Daniel Widlöcher und andere, wobei einige von ihnen den ursprünglichen Ansatz stark variierten.

DIE „ZWEITE PHASE“

Anerkennen muss man auch die Leitfiguren des Psychodramas, die ihre Lehrtätigkeit zwischen 1960 und der Mitte der 70er Jahre aufnahmen:

- Dale Richard Buchanan führte am St. Elizabeth Hospital in Washington, D.C., die von Enneis begründete Tradition fort und behielt eines der regsten Schulungsprogramme und den einzigen tatsächlich bezahlten Praktikumsplatz auf dem Gebiet bei.
  Daraufhin übernahm er eine Führungsrolle in der Entwicklung und Erhaltung des bis heute bestehenden *American Board of Examiners* (Ausschuss zur Standardsicherung im klinisch-sozialen Bereich).
- Sandra Garfield hat in Los Angeles ein Netzwerk für die Kombination von Psychodrama und Psychoanalyse aufgebaut.
- Elaine Goldman zog von Chicago nach Phoenix um und gründete Anfang der 70er Jahre dort ein Institut. Zu den Lehrenden, die vor 1975 dauerhafte Zentren errichteten, zählen auch:

  - Elaine Sachnoff in Chicago
  - Ildri und (der späte) Robert Ginn im Gebiet Boston
  - Tobi Klein in Montreal
  - John Nolte im mittleren Westen
  - Peter Rowan in Maryland und in Boston, in Zusammenarbeit mit G.

Douglas Warner vom Lesley College Boston

- Ann Hale schrieb ein folgenreiches Buch über Soziometrie und erfüllte viele Funktionen: Sie bewahrte, spornte an, entwickelte weiter und lehrte.
- Carl Hollander konzentrierte das Interesse der Lernenden in Colorado auf seine Person. Er ist Mentor vieler Pychodramatiker der dritten Generation und hat ein leitendes Amt bei der ASGPP inne.
- Marcia Karp zog Anfang der 70er Jahre aus den USA nach England, und obwohl es einige Vorgänger gab, die vereinzelt Workshops angeboten hatten, geht die eigentliche Begründung des Psychodramas dort auf sie zurück. Bis heute unterrichtet sie dort und bereist auch andere europäische Länder. Sie ist mit dem Künstler Ken Sprague verheiratet und sie leiten Seminare oftmals als Team.
- David Kipper ist eine der treibenden Kräfte bei der Forschungsförderung, beim Überdenken von Theorien, bei der Unterstützung der ASGPP, bei Aufbau und Unterhaltung des internationalen Netzwerks sowie bei der Herausgabe der Zeitschrift.
- Donnell Miller ist bis heute lehrend und schriftstellerisch im südlichen Kalifornien tätig.
- Neville Murray hielt bis zu seinem Tod Anfang der 80er Jahre auf den jährlichen Treffen der *American Psychiatric Association* Symposien und Kurse über das Pychodrama ab. Außerdem lehrte er Psychodrama in San Antonio. (Die APA-Kurse wurden im folgenden Jahrzehnt von Adam Blatner abgehalten.)
- Dorothy Satten unterrichtete zunächst in Los Angeles und weitete ihr Tätigkeitsfeld später (gemeinsam mit ihrem Ehemann, Mort Satten) auf den Westteil der Vereinigten Staaten und ins Ausland aus.
- Robert Siroka ist seit den frühen 60er Jahren Mitorganisator der Konferenzen. Seine Gruppe erhielt in den 70er Jahren heldenhaft die vielen Funktionen der ASGPP aufrecht, darunter die Organisation von Konferenzen, die Herausgabe der Zeitschrift und die Unterhaltung eines der größten Schulungszentren.
- Tom Treadwell entwickelte den einzigen Magisterstudiengang an einer Hochschule, bei dem das Psychodrama einen Schwerpunkt bildet. Er ist einer der Chefredakteure der Zeitschrift und hat maßgeblich zu deren Online-Präsenz beigetragen.

In den 60er und frühen 70er Jahren lebte eine Reihe weiterer Psychodramatiker in den Vereinigten Staaten, die zwar keine umfassenden Schulungsprogramme oder –zentren ins Leben riefen, aber dennoch entscheidende Beiträge leisteten:

- George Baaklini
- Shirley Barclay

- Alton Barbour
- Adam Blatner
- Sheila Blume
- Peggy Cheatham
- Don Clarkson
- Claire Danielsson
- Adele Deeths von Rüst-McCormick
- Robert Flick
- Jonathan Fox
- Robert Fuhlrodt
- Anath Garber
- George Gazda
- Meg Uprichard Givnish
- Shirlee Gomer
- Rivka Green
- Ira Greenberg
- Claude Guldner
- Joe Hart
- Paul Hurewitz
- Eva Leveton
- Jonathan Moreno
- George W. Morris
- Ray Naar
- Anthony Dei Nuovo
- Jean Peterson
- Joseph Power
- Howard Seeman
- Ellen Siroka
- Diana Sucich
- David Swink
- Jane Taylor
- Sharon Hollander Thomas
- James Vander May
- Diana Villasenor
- Jack Ward
- Allan Wickersty
- Steve Wilson
- Jill Winer

Auf internationaler Ebene war in den 60er Jahren eine große Zahl von Vorkämpfern sehr bemüht um den Aspekt der Lehre. Dabei stachen besonders hervor:

- Jaime Rojas-Bermudez, der einer der aktivsten Lehrer in Argentinien, Brasilien und später auch in Spanien war.
- Dalmiro Bustos, der sich ebenfalls intensiv in Argentinien, Spanien und anderen Teilen Südamerikas und Europas betätigte und sich bis heute in der *International Association for Group Psychotherapy* engagiert.
- Max und Lynette Clayton waren in den ersten Jahren die wichtigsten Vertreter in Australien und Neuseeland und unterrichten dort fleißig bis heute.
- Pierre Fontaine trug zur Verbreitung des Psychodramas in Belgien bei und war einer der Mitgründer von *FEPTO*.
- Hans-Werner Gessmann gründete in der Wasserburg Bergerhausen bei Köln in Deutschland das Institut für Humanistisches Psychodrama und lehrt dies international vor allem auch in Griechenland und Russland.
- Ella Mae Shearon stammt aus den USA und unterhielt ein Institut in Köln, Deutschland,

bevor sie wieder in den Vereinigten Staaten und andernorts unterrichtete.

Zu den Wegbereitern des Psychodramas in Brasilien zählen u.a. Pierre Well, Alfredo Correia Soeiro, Iris Soares de Azevedo, Jose Manuel D'Alessandro und Antonio Carlos Cesarino.

In der Liste der internationalen Pioniere, die vor 1975 Psychodrama lehrten, sind außerdem aufzuzählen:

- Ferdinand Cuvelier, Belgien
- Erich Franzke, Schweden
- Hilarion Petzold, Deutschland
- Hans Hoff, Wien
- Ferenc Merei, Ungarn
- Hajime Mashino, Japan
- Joke Meillo, Holland
- Andreas Ploeger, Deutschland
- George Vasiliou, Griechenland
- Monica Zuretti, Argentinien

Ende der 70er und Anfang der 80er Jahre bildete sich in den USA und in anderen Ländern eine dritte Phase von Lehrenden heraus, von denen viele bis heute als Koryphäen auf dem Gebiet des Psychodramas anzusehen sind. Diese und andere, die zu zahlreich sind, um hier aufgelistet zu werden, haben Entscheidendes zum Themengebiet beigetragen.

Die Lehre in Beacon, New York, wurde unter der Leitung von Zerka Moreno und wechselnden Gastregisseuren bis etwa 1980 fortgeführt. Danach wurden die Aufgaben auf die Horsham Clinic in Pennsylvania übertragen, bis dieses Zentrum 1984 geschlossen wurde. Das Grundstück wurde verkauft und die ursprüngliche Psychodramabühne in die Jonathan Steiner Hall des Kunst- und Veranstaltungszentrums Boughton Place in Highland, New York, verbracht. Bis zum heutigen Tag werden dort Psychodrama-Workshops abgehalten. 1999 verkaufte Zerka auch noch den letzten Besitz, das Haus, so dass sie in die Nähe ihrer in Virginia lebenden Tochter und Enkelkinder ziehen konnte.

ORGANISATIONSENTWICKLUNGEN

1942 gründete Moreno die erste Organisation, die sich der Gruppenpsychotherapie widmete, nämlich die *American Society for Group Psychotherapy and Psychodrama* (ASGPP). Allerdings schreckte er durch seinen Drang, alles kontrollieren zu wollen, viele potentielle Verbündete ab. Nach seinem Tod sorgte Zerka für ein demokratischeres Ambiente und der Vorstand der ASGPP begann endlich, seine eigentlichen Funktionen wahrzunehmen. Eines ihrer ersten Ziele bestand in der „Professionalisierung" der Psychodrama-Anwendungen, was zu dieser Zeit einem allgemeinen Trend unter vielen medizinischen und psychotherapeutischen Spezialgebieten entsprach.

Zweck dieser Bestrebungen war es, diejenigen, die sich trotz mangelnder Ausbildung „Psychodrama-

tiker“ nannten, von denen zu unterscheiden, die sich diesen Titel aufgrund verschiedener Kriterien tatsächlich verdienten und deren Fähigkeiten von Fachleuten einstimmig anerkannt wurden.

In diesem Sinne wurde 1975 der Ausschuss *American Board of Examiners in Psychodrama, Sociometry, and Group Psychotherapy 2* ins Leben gerufen, dessen Aufgabe und Verantwortung darin bestand, Bewerber für die Kategorien Psychodramapraktiker (C.P.) und -lehrender zu prüfen und zu bewerten. Die englische Abkürzung für die Lehrenden lautet T.E.P. für *trainer, educator, and practitioner*, bezeichnet also Personen, die nicht nur selbst kompetente Psychodramaleiter sind, sondern auch die Fähigkeit besitzen, andere Leiter auszubilden. (Eine Liste qualifizierter T.E.P.s sowie Informationen über die Voraussetzungen für eine Bescheinigung als C.P. können schriftlich beim *American Board of Examiners* angefordert werden.)

Etwa zwischen 1977 und 1991 bemühte sich eine Organisation namens *Federation of Trainers and Training Programs in Psychodrama* (FTTPP), die Lehrinhalte der verschiedenen Einrichtungen zu standardisieren und für mehr Weiterbildungsmöglichkeiten für die T.E.P.s zu sorgen (Nolte, 1991). Dieser Verbund und sein Betätigungsfeld wurden später wieder in die ASGPP und den Board of Examiners eingegliedert.

Die ASGPP ist nach wie vor die wichtigste Anlaufstelle für Menschen, die sich für Psychodrama und Innovationen im Bereich der Indivi-, Familien- und Gruppenpsychotherapie interessieren. Jährlich werden nicht nur nationale Konferenzen organisiert, sondern auch regionale regionale Zusammenkünfte, bei denen die Gelegenheit besteht, Beziehungen zu knüpfen und an experimentellen Workshops teilzunehmen. Es ist den grundlegenden Elementen Spontaneität, Spiel und Selbstdarstellung zu verdanken, dass es bei diesen Treffen stets deutlich lebhafter zugeht als bei Konferenzen von Organisationen, deren therapeutische und didaktische Ansätze sich eher auf verbaler Ebene bewegen.

Zunehmend bemühte man sich, die nationalen Konferenzen in unterschiedlichen Teilen der USA abzuhalten. (New York war dabei der Hauptschauplatz.) Südkalifornien, Houston, San Francisco, Philadelphia und die Gegend um Washington, D.C., beherbergten im Lauf des vergangenen Jahrzehnts das jährliche Großereignis.

Auch bei Fachtagungen vieler anderer Organisationen sind eine zunehmende Beteiligung von Psychodramatikern und Präsentationen von Aktionsmethoden zu verzeichnen. Besonders bemerkenswert ist dabei, dass die bislang sehr psychoanalytisch fixierte *American Group Psychotherapy Association* sich nach und nach für andere Methoden geöffnet hat und psychodramatische Vorstellungen einen immer festeren Platz bei ihren Tagungen einnehmen.

VERÖFFENTLICHUNGEN

Seit Morenos Tod hat die Zahl der Bücher, Kapitel in Büchern und Artikel in der Fachliteratur zum Thema Psychodrama ständig zugenommen – allein in den 12 Jahren zwischen 1987 und 1999 waren es mehr als ein Dutzend Bücher! Diese sind nachzulesen in der allgemeinen und vollständigen Bibliographie am Ende dieses Buchs.

Morenos wichtigste Zeitschrift, *Group Psychotherapy*, hat verschiedene leichte Strömungswechsel erlebt. 1981 beauftragte die ASGPP die Verlagsgesellschaft HELDREF mit der Herausgabe, woraufhin sich die ASGPP in die Gruppe der meisten anderen Spezialgebiete der Psychotherapie einreihte. Ab diesem Jahr bis 1997 lenkte die herrschende Strömung das Journal in Richtung Gruppenpsychotherapie, Psychodrama und Soziometrie. Als sich das Fachgebiet weiter entwickelte, entschlossen sich die Herausgeber zu einer Titeländerung, damit im Namen der erweiterte Gesichtskreis zum Ausdruck käme und nannten die Zeitschrift „The International Journal of Action Methods: Psychodrama, Skill Training and Role Playing“.

INTERNATIONALE ENTWICKLUNGEN

Wie im vorangegangenen Kapitel erwähnt, wird Moreno dank seines Einsatzes für Gruppenpsychotherapie und Psychodrama bis heute als „Gründer“ gehandelt und sein Name erscheint in den Briefköpfen der *International Association for Group Psychotherapy*, obwohl sich diese Organisation eher mit analytischen Methoden denn mit Psychodrama auseinandersetzt. Trotzdem dient die IAGP nach wie vor als Medium für internationale Kontakte und Vorstellungen und hat außerdem regelmäßig Psychodramatiker mit wichtigen Posten betraut. In den jüngsten Jahren wurde eine auf Psychodrama spezialisierte Sonderabteilung eingerichtet.

Das Psychodrama hat in vielen Ländern der Welt als Therapiemethode zunehmend Ansehen erlangt und verfügt insbesondere in Brasilien, Argentinien, Deutschland, Großbritannien und natürlich den USA über eine breite Anhängerschaft, ist aber auch von zahlenmäßig beachtlichen Gruppen vertreten in:

Australien	Niederlande
Belgien	Norwegen
Finnland	Österreich
Frankreich	Portugal
Israel	Spanien
Italien	Schweden
Japan	Schweiz
Korea	Ungarn
Neuseeland	

Kleinere, aber wachsende Gruppen finden sich außerdem in:

Bolivien	Lettland
Bulgarien	Mazedonien
Ecuador	Paraguay

Estland	Republik China (Taiwan)
Griechenland	Russische Föderation
Irland	Slowenien
Türkei	

Im vergangenen Jahrzehnt fand eine Reihe von internationalen Psychodrama-Konferenzen statt, unter denen besonders die in Italien, Jerusalem, Portugal, und Oxford hervorstechen; außerdem gab es regionale Tagungen. Ergänzt werden diese durch die wichtigen Teilnehmer an den IAGP-Konferenzen (auch wenn diese sich in der Minderheit befinden). In Europa hat sich die *Föderation europäischer Psychodrama-Trainingsorganisationen* (Federation of Training Institutes, FEPTO) gebildet sowie die *Europäische Gesellschaft für Humanistisches Psychodrama* (EGHPD).

Ebenfalls in den letzten zehn Jahren ist es einigen Psychodrama-Vereinigungen in Australien, Deutschland, Portugal, Japan, Italien, Brasilien und England gelungen, sich soweit zu festigen, dass sie mit der Veröffentlichung einer eigenen Fachzeitschrift beginnen konnten. Dabei findet sich ein wahrer Reichtum an Innovationen und Verfeinerungen sowohl in der Theorie als auch in der Praxis.

Es wird zunehmend leichter, Netzwerke aufzubauen. 1992 begann ich damit, eine internationale Adressliste von Psychodramatikern zu erstellen und fügte diese schließlich als Anhang in die dritte britische Ausgabe (1997) meines Buches „Acting-In“ ein. Da das Internet immer populärer wird, sind auch immer mehr Menschen online und per E-Mail zu erreichen. Tom Treadwell gebührt die Anerkennung für die Entwicklung des „Grouptalk“ genannten Forums, das die Diskussion verschiedener Themen im „Cyberspace“ ermöglicht.

ERWEITERUNG DES PSYCHODRAMAS

Außer Frage steht, dass viele von Morenos Methoden und Ideen bis Ende der 70er Jahre von der Hauptströmung der Psychotherapie aufgesogen worden war und auch maßgeblich in Erziehung, Management und verschiedenen Bildungsarten eingesetzt wurden. Das Rollenspiel wird beispielsweise in vielen Kontexten eingesetzt, wobei selten die Ableitung vom Psychodrama bekannt ist. Während die Vormachtstellung der Psychoanalyse in der amerikanischen Psychologie immer mehr ins Wanken gerät, tritt eine Anzahl eklektischer Ansätze an ihre Stelle. Viele dieser Methoden sind zumindest teilweise auf Morenos Werk zurückzuführen.

In Kapitel 20 werden parallele Methoden erörtert – Dramatherapie, Theater in der Erziehung, interaktives Theater etc. -, die auf Moreno aufbauen und seine Vision von der Heilung der Gesellschaft und des Individuums fortführen.

Bemerkenswert ist auch die Annäherung der kreativen und expressiven Therapien, darunter das Psychodrama, Kunst, Musik, Tanz, Bewegung, Poesie, Handwerken, Puppenspiel und Theater.

All diese Ansätze verfolgen ähnliche Ziele, nämlich die Befreiung und den Einsatz von Spontaneität als Bestandteil des Heilungsprozesses. Auf politischer Ebene pflegt die ASGPP eine lockere Angliederung an die *National Coalition of the Arts Therapies Associations* (NCATA) mit dem Zweck, den Austausch untereinander zu fördern und der Professionalität des Berufsfelds zu allgemeiner Anerkennung zu verhelfen (Kleinman, 1997).

ZUSAMMENFASSUNG

In diesem Kapitel wurde dargestellt, welchen Einflüssen Moreno unterlag, und sowohl Stärken als auch Schwächen wurden aufgezeigt. Seit Morenos Tod haben sich der Leitungsstil, die Auswahl an verwendeten Techniken sowie die Verknüpfung mit anderen Methoden erweitert bzw. verfeinert. Wir befinden uns in einem Stadium, in dem wir gleichzeitig um Konsens bemüht und offen für Innovationen sind.

Eine Aussage von Carl Gustav Jung (1948) illustriert die Entwicklung des Psychodramas vor und nach Morenos Tod:

„Der Pionier auf einem neuen Gebiet hat das Glück, aus der Gesamtheit seiner Erfahrungen gültige Rückschlüsse ziehen zu können. Die Bemühungen und Anstrengungen, die Zweifel und Unsicherheiten, die ihn auf seiner Entdeckungsreise begleiten, haben ihn zu sehr geprägt, als dass er den notwendigen Abstand und die Klarheit gewinnen könnte, um seine Erkenntnisse umfassend darzustellen. Die zweite Generation bedient sich als Grundlage ihrer eigenen Arbeit dieser vorsichtig tastenden Versuche, der Zufallstreffer, der weitschweifigen Ansätze, der Halbwahrheiten und Fehler des Pioniers, und weil sie nicht so belastet sind, können sie direktere Wege beschreiten und weitere Ziele anpeilen. Sie können sich vieler Zweifel und Unschlüssigkeiten entledigen, sich auf das Wesentliche konzentrieren und auf diese Weise ein einfacheres und klareres Bild von dem neu entdeckten Territorium zeichnen. Die Vereinfachung und Klärung gereichen der dritten Generation zum Vorteil, die nun von Anfang an mit einer umfassenden Übersicht ausgestattet sind. Dank dieser Übersicht ist es ihnen möglich, neue Problemstellungen zu formulieren und die Grenzen deutlicher denn je aufzuzeigen.“

Wir befinden uns auf der Schwelle zur vierten Phase in der Erforschung des Psychodramas und verwandter Methoden, die das kreative Potential der menschlichen Psyche zu nutzen suchen.

QUELLEN

Ancelin Schützenberger, Anne. (1998). History of psychodrama in Western Europe. Psicodrama: Revista da Sociedade portuguesa de Psicodrama, 5, 7-24.
Anzieu, Didier. (1960). Aspects of analytic psychodrama applied to children. International Journal of Sociometry and Sociatry, 2(1), 42-47.
Blatner, Adam. (1997). Psychodrama: The state of the art. The Arts in Psychotherapy, 24(1), 23-30.
Buchanan, Dale Richard. (1981). Forty-one years of psychodrama at Saint Elizabeths Hospital. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 34, 134-147.
Fox, Jonathan. (1981). Playback Theater: The community sees itself. In Gertrud Schattner & Richard Courtney (Eds.), Drama in Therapy (Vol. 2) (S. 295-308). New York: Drama Book Specialists.
Gessmann, Hans-Werner. (1994). Humanistisches Psychodrama Band I - IV. Verlag des Psychotherapeutischen Instituts Bergerhausen, Duisburg
Jung, Carl G. (1948). Foreword. In Esther G. Harding, psychic energy: Its source and its transformation (S. xi). New York: Pantheon Books.
Kleinman, Susan. (Fall, 1997). NCATA news. Psychodrama Network News, 9.
Marineau, Rene F. (1989). Jacob Levi Moreno, 1889-1974 (A Biography). New York: Routledge.
Mashino, Hajime. (1988). Psychodrama in Japan. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 41(2), 59-62. (Anmerkung des Autors: In dieser Ausgabe finden sich auch Artikel über die Geschichte und die Situation des Psychodrams in England, Australien, Israel, Taiwan und Italien.)
Moreno, Zerka T. (1966). Evolution and dynamics of the Group Psychotherapy Movement. In J.L. Moreno et al. (Eds.), The international handbook of group psychotherapy (S. 27-128). New York: Philosophical Library.
Nolte, John. (April, 1991). The three psychodrama organizations. notes the federation, Psychodrama Network News, 6-8.

1 American Society for Group Psychotherapy and Psychodrama (ASGPP), 301 North Harrison SI., Suite 508, Princeton, NJ 08540. E-Mail: asgpp@asgpp.org; Webseite: www.asgpp.org
2 The American Board of Examiners in Psychodrama, Sociometry, and Group Psychotherapy, P.O. Box, 15572, Washington, DC 20003-0572. Phone: (202) 965-4115. Auf schriftliche Anfrage versendet das *American Board of Examiners* eine Liste von Psychodramapraktikern und –lehrern für die verschiedenen Regionen der USA. Ebenfalls erhältlich ist Informationsmaterial über die Anforderungen für eine Lizenz.
3 Webseite der IAGP: http://members.tripod.com/-portaroma/iagp_pd.htm

4

Geschichte III Hindernisse für die Anerkennung des Psychodramas

Trotz seiner wirkungsvollen Methoden und der fundierten Theorien erfreut sich das Psychodrama nicht der allgemeinen Anerkennung auf dem Gebiet der Psychotherapie. Dafür gibt es verschiedene Gründe.

WETTSTREIT MIT DER PSYCHONALYSE

Das Psychodrama konnte mit der Psychoanalyse nicht konkurrieren. Als das Psychodrama aufkam, war es über eine längere Periode hinweg auf Morenos Arbeit und seine Vorstellungen im Gebiet rund um die Stadt New York beschränkt. In diesem Zeitraum, zwischen Anfang der 40er und bis hinein in die 50er Jahre, erreichte die Psychoanalyse ihren Höhepunkt – und New York war das aktivste Zentrum der Bewegung.

Die Psychoanalyse konnte eine Reihe überwältigender Vorteile vorweisen:

- Es gab in den USA lokale und nationale sowie internationale Organisationen und Lehreinrichtungen.
- Innerhalb kürzester Zeit gewann die Psychoanalyse die Vorherrschaft in der akademischen Ausbildung von Psychiatern, deren Berufsgruppe damals das höchste Ansehen auf dem Gebiet genoss.
- Viele Intellektuelle mit geisteswissenschaftlichem Hintergrund interessierten sich für diese Neuerung.
- Besondere Attraktivität verlieh der Psychoanalyse die ihr anhaftende autoritäre Aura, die mit europäischen Professoren assoziiert wurde, welche man zusätzlich ob ihrer Opferrolle im antisemitischen Naziregime bemitleidete.
- In tausenden von Büchern und Artikeln in der Fachliteratur war die Psychoanalyse schon rein quantitativ maßgebend.
- Sie ignorierte Beiträge aus Quellen, die nicht der eigenen Ideologie entsprachen.
- Zur damaligen Zeit war die Psychoanalyse neu, idealistisch und viel versprechend, wirkte besonders anziehend auf junge Leute und forderte die Hoffnungslosigkeit bzw. die damals üblichen, scheinbar unmenschlichen somatischen Behandlungen heraus.
- In einigen der gebildeten Schichten der städtischen Zentren kam die Psychoanalyse in Mode (Dolnick, 1998; Hale, 1997).

Im Gegensatz dazu zeigte das Psychodrama organisatorische Schwächen:

- Die Organisation war über die Maßen zentralisiert, da sie einerseits ausschließlich in Morenos Hand lag und andererseits, örtlich betrachtet, auf die Stadt New York beschränkt war. Obwohl es inner- und außerhalb der USA vereinzelt Anhänger gab, riefen diese Personen in der Regel keine Organisationen ins Leben, und die Kommunikation untereinander war insgesamt sehr dürftig.
- Artikel über das Psychodrama erschienen fast ausschließlich in Zeitschriften oder Monographien, die Moreno selbst mit Hilfe des Verlags „Beacon House" herausgab und waren daher der Allgemeinheit nicht leicht zugänglich.
- Moreno neigte dazu, seine Methoden als der Psychoanalyse entgegengesetzt zu präsentieren, anstatt beide Ansätze miteinander in Einklang zu bringen. Das wurde als anmaßend, exzentrisch und unprofessionell empfunden.
- Während es heute viele Therapeuten gibt, die keine Psychiater sind, war Mitte des Jahrhunderts das eher das Gegenteil der Fall. Bis heute ist es Morenos Arbeit kaum gelungen, bemerkenswerte Fortschritte innerhalb der allgemeinen Psychiatrie zu erreichen. In verwandten Disziplinen wie der Soziologie oder Kriminologie erkannten zwar einige Fachleute das Potential von Morenos Ideen; ihre Beiträge blieben dennoch peripher.

Wer in den 40er und 50er Jahren mit der klassischen Psychoanalyse nicht zufrieden war, konnte seiner kreativen Energie in der revisionistischen neofreudianischen Bewegung freien Lauf lassen. Als sich in den 60er Jahren die Psychoanalyse etablierte und konservativer wurde, entstanden viele andere neue Ansätze: Familientherapie, Verhaltenstherapie, kognitive Therapie, verschiedene Arten von Gruppenpsychotherapie, Gestalttherapie, Transaktionsanalyse, Realitätstherapie sowie Dutzende andere; in den folgenden zehn Jahren sollten noch 100 weitere hinzukommen. Der Psychopharmakologie, der Sozialpsychiatrie, der Traumforschung und vielen anderen modernen Disziplinen hatten sich neue Horizonte eröffnet.

Die Psychoanalyse selbst öffnete sich in den USA zunächst dem wachsenden Interesse an der Theorie der Objektbeziehungen (auch „Objektrelationstheorie") und im nächsten Jahrzehnt auch Kohuts System der Ich-Psychologie – all diese Strömungen standen in lebhafter Konkurrenz zum Psychodrama, nicht wenige von ihnen beinhalteten bereits einige von Morenos Techniken oder Grundideen.

DIE ANGST VOR DEM HANDELN

Der Schritt, Menschen über ihre intimsten Gefühle sprechen zu lassen, erschien schon radikal genug. In der Psychoanalyse betrachtete man jegliche Handlung als Störfaktor im therapeutischen Pro-

zess. Allgemein herrschte Angst davor, Emotionen zu überreizen, die Kontrolle zu verlieren, aus sich heraus zu gehen. Der Gedanke, dass der Patient sich durch darstellende Handlung ausdrücken sollte, wurde als Bloßstellung des Individuums und als Unterstützung „hysterischer Züge“ bzw. Förderung von „Exhibitionismus“ angesehen; eine subtile Assoziation mit pervertierter Sexualität lag dieser Auffassung unleugbar zugrunde (Murray, 1976). (Weitere Vorbehalte gegen darstellende Handlung werden in Kapitel 10 erörtert.) Morenos Neigung, die Gefühle des Patienten nachempfinden zu wollen, war kaum annehmbar. Dem Hunger nach Darstellung nachzugeben, selbst nur im symbolischen Sinn, widersprach in einem Land, in dem Gewalt mit Gegengewalt beantwortet wurde, grundlegend jeder Intuition. Morenos Ansatz erinnert dagegen eher an asiatische Kampfsportarten, bei denen man sich die negativen Energien des Gegners zunutze macht.

Die Psychotherapie sah nur zwei Personen vor, Therapeut und Patient, und die Einbeziehung von Hilfs-Ichs in die Behandlung verstieß gegen diese Grundlage des allgemeinen Verständnisses und wurde erst nach und nach akzeptiert, als die Gruppentherapie Ende der 50er Jahre Ansehen erwarb (Bromberg, 1957). Die Therapeuten fühlten sich zu exponiert in ihrer Rolle als Leiter bzw. Regisseuer. Die meisten von ihnen hatten beigebracht bekommen, dass sie eine eher untergeordnete und neutrale Rolle zu spielen hatten. Beim Psychodrama muss der Therapeut dagegen weit mehr von seiner Persönlichkeit preisgeben. Auch darstellendes Handeln störte der gängigen Meinung nach die notwendige Übertragung; extravertierteren Therapeuten wurde gesagt, dass diese Charaktereigenschaft für die „unterstützende“ Therapie zwar akzeptabel sei, aber was tiefer gehende Untersuchungen anbelange, zeige eine verbale Einmischung – und schlimmer noch, die Leitung einer szenischen Darstellung – das „neurotische Bedürfnis zu helfen“ seitens des Therapeuten.

Psychodramaleiter mussten Spontaneität erlernen, aber die meisten Lehrzentren boten wenig oder gar keine Unterstützung für derartige Bestrebungen bzw. Haltungen. Die klassische Unterweisung mit den dazugehörenden Beratungen, Ermahnungen und inspirativen Vorträgen waren Mitte der 1930er Jahre aus der Mode gekommen, da man sie mit dem autoritären Gebaren der vor der Jahrhundertwende ausgebildeten Personen assoziierte. Die familiengebundenen, patriarchalischen Traditionen in Erziehung und Religion verloren an Popularität und die Tendenz ging hin zu erfrischenden Alternativen, die sich in weniger „beurteilenden“ Ansätzen fanden. Die Psychoanalyse repräsentierte einen allgemein als nicht-autoritär und tolerant angesehenen Ansatz. Auch Carl Rogers vertrat in den 1940er Jahren einen ähnlichen, nicht-autoritären Ansatz, auch wenn dieser sich auf andere Weise stark von der Psychoanalyse unterschied.

Unglücklicherweise ist es möglich, Leitsätze so stark zu vereinfachen, dass sie sich als polar

entgegengesetzt darstellen lassen. Die Idee, dass eine Therapie gleichermaßen autoritär und aktiv sein konnte und trotzdem strukturiert war und so die Privatsphäre des Patienten respektierte, war schwer begreiflich. Im Kern ist das Psychodrama sehr patientenzentriert (Blatner, 1996, S. 122), denn letztendlich bedeutet Anleitung zur Darstellung (also Ausübung von Autorität) beileibe nicht, dass dem Patienten eine Anweisung erteilt wird, wie er sich zu fühlen und was er zu denken hat.

UNANNEHMLICHKEITEN

Moreno konnte in seinem Sanatorium im Staat New York nur ein konzentrierteres Training anbieten. Viele potentielle Schüler konnten es sich jedoch aus finanziellen oder zeitlichen Gründen nicht leisten, zumindest war es ihnen nicht möglich, regelmäßig anzureisen. Aus diesem Grund war es für Menschen, die nicht im Großraum um New York lebten, quasi unmöglich, eine Ausbildung zu erhalten, insbesondere wenn sie sich wirtschaftlich noch nicht etabliert hatten. Einfacher war dagegen der Zugang zu Lehrveranstaltungen über andere Methoden, die häufig sogar am College vor Ort abgehalten wurden. Da eine Bewegung proportional mit der Anzahl der Schüler wächst, die sich zu Lehrern entwickeln und das Gelernte weitergeben und dadurch die Zahl der Schüler vervielfältigen, führte die starke zahlenmäßige Beschränkung der Psychodramaausbilder dazu, dass die Fachrichtung ihren Umfang kaum erweitern konnte.

Das Psychodrama ist nicht so praktisch und bequem wie Therapieformen, die nur jeweils eine Stunde dauern und nur zwei Personen erfordern. Vielmehr braucht es Zeit für Warming-up, szenische Darstellung und Nachbereitung. Solche Aktivitäten sind oft nicht mit dem Tagesablauf eines berufstätigen Mittelständlers zu vereinbaren, und längere Sitzungen passen auch nicht leicht in die Zeitpläne der meisten Krankenstationen und Kliniken. Einstündige Sitzungen mit nur zwei Teilnehmern sind leichter in Rechnung zu stellen, terminlich einfacher zu planen und weniger kompliziert. Außerdem ist es kein einfaches Unterfangen, eine ganze Gruppe zu versammeln, und es ist noch schwieriger, dieser dann ein Rollenspiel oder eine szenische Darstellung näher zu bringen. Die in gewisser Weise intensiveren psychodramatischen Methoden verlangen zusätzlich dem Leiter und der Gruppe Zeit und Bereitschaft für einen längerfristigen Nachbereitungsvorgang ab.

Je schwieriger ein Patient bzw. Klient, desto dringender wird die Hilfe von Fachleuten im Team benötigt, was wiederum zu all der Arbeit und all den Kosten führt, die die Zusammenstellung und Ausbildung eines solchen Teams mit sich bringt. Wenn beispielsweise direkt an wirklich sensiblen Szenen gearbeitet wird wie bei der Behandlung eines Patienten mit posttraumatischen Störungen, muss häufig mit Ko-Therapeuten oder ausgebildeten Hilfs-Ichs gearbeitet werden (Hudgins & Drucker, 1998). Zwischen dem Ende der 30er und bis in die 50er Jahre hinein versammelte Moreno in Beacon einen Mitarbeiterstab und sorgte für Bedingungen,

die in einem anderen Kontext nur schwer nachzuahmen sind. Sein Ansatz wurde daher allerdings auch nicht als besonders praktisch angesehen. Außerdem betrafen Morenos Werke und Artikel – und größtenteils auch die in Morenos Zeitschrift erscheinenden Artikel seiner Kollegen – nicht die Art von Patient, die man in einer herkömmlichen Praxis für gewöhnlich antrifft. Da der Schwerpunkt heute hauptsächlich auf der Sozialpsychiatrie liegt, hat seine Arbeit mit einem breiteren Spektrum an Patienten an Relevanz gewonnen.

MISSTRAUEN DEM THEATER GEGENÜBER

Die Mischung der seriösen Fachrichtung der Psychotherapie mit Theater schien wenig überzeugend. Theater diente hauptsächlich der Unterhaltung, und Schauspieler und andere Figuren des Theaters (und des Films) genossen in der Regel kein allzu seriöses Ansehen. Man konnte sich nur schwer vorstellen, dass man mit Hilfe eines so oberflächlichen Unternehmens irgendwie heilende Wirkung erzielen konnte.

Schauspielerei, Rollenspiele, Vorspielen, so tun als ob und „Spielchen spielen“, das alles legte eher etwas Unwahres und kaum Authentizität nahe. Wer nicht mit dem Vorgang vertraut ist, kann nur schwer wertschätzen, wie authentisch das Psychodrama wirklich ist (Blatner, 1968). Rollenspiel wird wiederum mit Spiel im oberflächlichen, frivolen Sinn oder sogar mit Vortäuschung verwechselt. Viele haben aus diesen Gründen nicht begriffen, dass das Spiel, ebenso wie Theater, für die Heilung und zur Untersuchung ernster Probleme von gutem Nutzen sein kann (J.D. Moreno, 1975).

UNVERANTWORTLICHES PSYCHODRAMA

Da das Psychodrama recht einfach aussehen kann, ist es auch eher ungelernten Praktikern möglich, sich als fähiger und ausgebildeter Psychodramaleiter auszugeben, obwohl sie sich der Stolpersteine und Fallstricke der Methode nicht bewusst sind. Da sich auch die meisten Klienten und viele, wenn nicht sogar die meisten, Fachleute nicht auf dem Gebiet des Psychodramas auskennen, kann kaum jemand einen gut ausgebildeten Fachmann von einem ungelernten Dilettanten unterscheiden. Der von letzteren angerichtete Schaden fällt jedoch auf die Methode selbst zurück, so dass sie teilweise als gefährlich wahrgenommen wird. (Dies ist einer der Gründe für die Einrichtung des *Board of Examiners*, der nämlich bestätigt, ob ein Praktiker ausreichend ausgebildet ist.)

Als Beispiel hierfür lassen sich die Ende der 60er und in den 70er Jahren beliebten „Trainingsgruppen“ nennen, in denen Konfrontation Mode war, wodurch sich die Interaktion teilweise übersteigert intensiv gestaltete. Ein Gruppenleiter, ein auf Konfrontation ausgerichteter, selbsternannter „Psychodramatiker“, wurde im Rahmen einer

klassischen Studie über Trainingsgruppen in einer von mehreren Gruppen als Leiter eingesetzt. Es ist nicht erstaunlich, dass in dieser Art von Gruppe großer Schaden angerichtet wurde. Die beteiligten Forscher machten sich jedoch nicht die Mühe, die Referenzen des Gruppenleiters nachzuprüfen; dies verstärkte meiner Meinung nach die nicht unübliche Haltung vorsichtiger Fachleute dem Psychodrama gegenüber, diese Methode als Gefahr einzustufen.

Als Reaktion darauf wurden die meisten aktiven Ansätze Anfang der 80er Jahre aus vielen Fachkreisen verbannt und als „gefühlsduselig" verschrien.

In der Erziehung und im Geschäftsleben wurden Rollenspiele ausprobiert und oftmals zurückgewiesen. Der Grund waren hierbei nicht so sehr emotionale Schädigungen, sondern es war schlicht plump und gefiel den Menschen nicht. Das Problem lag darin, dass der Gruppenleiter einfach nur die Rollen zuteilte und nicht auf ein angemessenes Warming-up der Gruppe und der Mitspieler achtete – aber genau diese Fähigkeit macht den großen Unterschied! Ohne die Aufwärmphase fühlen sich die Teilnehmer unter Druck gesetzt und erniedrigt, weil der unausgesprochene Auftrag lautet: „Sei spontan – aber dalli!". Auch hier wurde wiederum die Methode für die unzureichende Anwendung verantwortlich gemacht.

EINE ANSPRUCHSVOLLE KUNST

Das Psychodrama ist insofern sehr anspruchsvoll, als der Therapeut weit mehr von sich selbst preisgeben muss als bei traditionelleren, verbalen Therapien. Psychodramatiker müssen spontan und flexibel sein, um mit den Unannehmlichkeiten der Protagonisten, dem ständigen Wandel der Gruppendynamik und der Unvermeidbarkeit von Fehlern umgehen zu können. All dies bringt die Improvisation von Natur aus mit sich, wodurch sie sich maßgeblich von der sichereren Rolle des verbal Therapierenden unterscheidet.

Mitte des 20. Jahrhunderts, aber auch heute noch, zeichneten die meisten Therapeuten durch Introvertiertheit und Zurückhaltung aus; Charaktereigenschaften, die besser an analytisch ausgerichtete Arbeitsmethoden angepasst sind. Eher schüchterne Menschen könnten ein spontaneres und überschwänglicheres Gegenüber als abstoßend empfinden (Polansky, 1971). Wenn das Zusammenspiel unterschiedlicher Charaktere nicht eindeutig erörtert wird, geschieht es leicht, dass von der Gruppennorm abweichende Personen abgewertet und links liegen gelassen werden. Die Psychotherapie unterstützt diese Verdammung subtil durch Psychogeplapper, stempelt lebhaftere Mitmenschen als Hypomanen ab oder fördert die „Flucht in die Gesundheit". Unglücklicherweise zieht diese Methode eine Reihe von Personen an, die es übertreiben, die beispielsweise extravagant oder schroff auftreten. Ihre

Rechtfertigung dafür ist, dass sie Moreno nacheifern. Nicht-Psychodramatiker empfinden dies jedoch häufig als unprofessionell.

MORENOS SCHWÄCHEN

Abgesehen von den allgemeinen fachlichen Problemen, die das Psychodrama mit sich bringt, gab es noch eine andere Quelle für Schwierigkeiten: In vielerlei Hinsicht war Moreno selbst sein eigener schlimmster Feind. Er war sehr fleißig und unglaublich produktiv, jedoch war er auch häufig kontraproduktiv. Zunächst einmal war Moreno ein extravagantes Verhalten zu eigen. Einige Menschen empfanden sein dramatisches Auftreten als charmant und faszinierend, als eine erfrischende Abwechslung von der in der Psychiatrie sonst so häufig vertretenen steifen Sachlichkeit. Wer jedoch eher den „Standard" gewohnt war und diesen erwartete, den stieß Morenos Auftreten dagegen ab (Berger, 1990).

Moreno benahm sich leider häufig übermäßig egozentrisch und taktlos, so dass viele, die anfänglich gut mit ihm ausgekommen waren, später von seiner scheinbar launenhaften Art vor den Kopf gestoßen wurden. Er konnte in einem Augenblick herzlich und freundlich sein und im nächsten ärgerlich und ungeduldig. Dies verletzte oft die Personen, die seine Anerkennung suchten. Bei Vorträgen war Moreno zwar stilistisch ein charismatischer und faszinierender Redner, jedoch war der Inhalt meist weitschweifig und driftete ab in Erzählungen persönlicher Erfahrungen, er erwähnte immer wieder, wie andere wichtige Fachleute seine Ideen gestohlen hatten, ließ große Namen fallen, aber vermied die Vermittlung tatsächlicher konkreter Information und Fakten. Sogar auf diejenigen, die sich wirklich für seine Botschaft interessierten, konnte er langweilig, unwichtig oder „nicht ganz dicht" wirken. Neutral eingestellte Zuhörer waren von der Vortragsweise eher angewidert.

In seiner Beziehung zu seinen Mitarbeitern und Kollegen konnte Moreno bemerkenswert kreativ und offen sein. In den 50er Jahren verschafften ihm diese Charaktereigenschaften während der Psychodramasitzungen die Aura eines wahrhaftigen Heilers. In anderen Situationen konnte er dagegen kleinlich und arrogant sein und wollte alles kontrollieren. Daraus ergab es sich, dass er zwar viele beeinflusste, aber nur wenige enge Freundschaften pflegte. Für gewöhnlich kamen die Leute zu den Trainingseinheiten, lernten das Nötige und gingen wieder. Sogar die wenigen, die Moreno treu blieben, wahrten eine gewisse Distanz zu ihm, während sie ihre eigene Arbeit fortsetzten. Moreno arbeitete mit mehreren herausragenden Figuren auf dem Gebiet der Psychiatrie zusammen, aber in der Regel waren diese Erfahrungen von so vielen Schwierigkeiten begleitet, dass sie nicht wiederholt wurden. Es war nicht schwer, sich zu ihm hingezogen zu fühlen; wenn man sich jedoch näher kennen lernte, fand man schnell heraus, dass die Beziehung nur mit Vorsicht zu genießen war.

Als besonders ungeschickt sollte sich herausstellen, dass Moreno sich früh in seiner Karriere Sam Slavson zum Feind machte, der einer der wichtigsten Pioniere der psychoanalytischen Guppenpsychotherapie werden sollte. Nur ein Jahr nachdem Moreno seine Organisation für Gruppenpsychotherapie und Psychodrama (ASGPP) ins Leben gerufen hatte, gründete Slavson eine konkurrierende Vereinigung, die sich mit den weit einflussreicheren Psychoanalytikern verbündete. Außerdem wollten Slavsons *American Group Psychotherapy Association* und die angegliederte Zeitschrift *International Journal of Group Psychotherapy* nichts mit Psychodrama oder Moreno als Person zu tun haben, was entscheidend zur Verminderung und Isolation des Psychodramas als untergeordnetem Fachgebiet beitrug. (Erst in den letzten Jahrzehnten kam es zu einer Annäherung seitens der AGPA an das Psychodrama.)

Abgesehen davon, dass Moreno seine Ausbildung, wie erwähnt, zu stark zentralisierte, trug er auch nichts zur Netzwerkbildung unter seinen Kollegen bei. Es wäre wohl besser gewesen, wenn er Namen, Adressen und Telefonnummern nicht allein für sich behalten hätte. (Ich denke, dass meine ersten Bücher aus den späten 60er Jahren die ersten dieser Listen beinhalteten.) Auch andere organisatorische Fähigkeiten fehlten, z.B. beantwortete Moreno seine Post nur sehr unzuverlässig und weckte Hoffnungen auf Unterstützung, die er jedoch nur allzu selten erfüllte. Aufgrund der daraus resultierenden Pannen fühlten sich seine Anhänger abgewiesen, alleine gelassen oder sogar betrogen.

DAS GEDRUCKTE WORT

Moreno erkannte, wie bedeutend der Einfluss des gedruckten Wortes war – damals war es das dominierende Medium und ist es bis heute, auch wenn das Internet langsam aufholt. Wie erwähnt, veröffentlichte er Zeitschriften und viele Bücher, was den Vorteil hatte, dass das Material abgedruckt wurde. Der Nachteil daran, sein eigener Verleger zu sein, liegt im Problem der Verteilung: Seine Texte erreichten die Kollegen seines Fachgebietes weit weniger gut als Bücher, die bei renommierteren Verlagen erschienen waren. Da beinahe alle Bücher über das Psychodrama bis Mitte der 60er Jahre von Moreno selbst veröffentlicht wurden (an den späteren Werken beteiligte sich seine Frau Zerka als Koautorin), hatten viele Personen, die nicht an großen Universitäten mit umfangreichen Bibliotheken studierten, Schwierigkeiten, Bücher zu dem Thema zu finden.

Morenos Schreibstil war ebenfalls problematisch. Er war häufig redundant, unklar und langatmig, schwülstig und durchsetzt mit persönlichen Erinnerungen und Erzählungen. Er schrieb wie er sprach, nämlich weitschweifig und verschachtelt, er vermischte faktische Beobachtungen mit nicht getesteten Hypothesen und philosophischen Spekulationen, änderte Definitionen und verwendete Termini in unterschiedlichen Sinnzusammenhängen. Seine Bücher sind schwierig zu lesen und noch schwieriger zu verstehen – und selbst für jemanden, der sich wirklich mit den Texten auseinander setzt, sind sie

immer noch schwer fassbar und verwirrend. Moreno erfand viele eigene Termini, was das Verständnis seines Systems nur noch erschwert, und was noch schlimmer ist: Seine Verwendung dieser Begriffe ist in sich nicht konsequent. Vielleicht mussten einige neue Wörter geprägt werden, zumal das jede Neuentwicklung mit sich bringt. Ich konnte jedoch keinerlei Bemühung feststellen, bereits bekannte Begriffe für die Beschreibung seiner Konzepte zu finden oder anzupassen. Dies war ebenfalls eine Ausprägung seiner Selbstgefälligkeit.

Ein weiterer Stolperstein ist das relative Fehlen klarer Anweisungen, wie ein Psychodrama genau zu leiten ist. Sogar noch schlimmer ist, dass es in seinen Texten und in der Literatur der 60er Jahre so gut wie nichts darüber zu lesen gab, wie mit Schwierigkeiten umzugehen ist, wenn und sobald diese auftauchten. Ich hatte das Glück, Informationen darüber in unveröffentlichten Arbeiten von Barbara Seabourne, entstanden Anfang der 60er Jahre, zu finden, obwohl ich natürlich den Großteil meines Wissens durch andere Psychodramatiker erlangte. Wer nicht auf solche persönliche Kontakte zählen kann, hätte es sehr schwer, auf diesem Gebiet Fuß zu fassen.

Morenos Texte waren insofern attraktiv, als sie wahre Juwelen in Hinblick auf tiefere Einsichten bargen, frische Perspektiven boten und an sich brillante Ideen durchblicken ließen. Insgesamt war die Darstellung jedoch schwach in der Theorie, unsystematisch, nicht genug entwickelt, in sich nicht konsistent und nicht überzeugend. Hätte ich nicht einige persönliche und sehr positive Erfahrungen mit der Methode gesammelt, wäre ich abgeschreckt gewesen. Ich hätte mich geschämt, seine Texte Kollegen aus dem Fachbereich zu zeigen, die dem Psychodrama nicht ohnehin schon zugeneigt waren.

So viel Moreno auch darüber klagte, wie sich andere seine kreativen Produkte aneigneten, ohne ihn als Urheber zu nennen, ist nicht zu leugnen, dass er es ebenfalls versäumte, positive Beiträge anderer auf dem Gebiet anzuerkennen. In den Umgangsformen, die ich als junger Psychiater gewohnt war, war dies ein weiterer Beleg für einen Mangel an Professionalität. Es wäre durchaus hilfreich gewesen, wenn Moreno sich ein wenig darum bemüht hätte, Brücken zu etablierteren und bekannteren Systemen zu schlagen statt zu versuchen, ein scheinbar völlig unabhängiges System zu gründen.

Obwohl es möglicherweise gute Gründe für seine Beschwerden über andere führende Fachleute auf dem Gebiet gab, darunter Slavson und Kurt Lewin, und darüber, wie er sie zu Beginn ihres Werdegangs beeinflusst hatte und sie seine Ideen benutzten, ohne ihm die Urheberschaft zuzuerkennen etc., hätte Moreno diese Querelen nicht in Artikeln oder Büchern breittreten müssen, die eigentlich konkrete Sachinformationen beinhalten sollten.
Seine Kritik an der Psychoanalyse im Speziellen und an anderen Fachleuten und ihren Systemen im Allgemeinen lenkte den Leser ab. Implizit forderte er einen Wandel in der Loyalität, womit er einfach zu viel erwartete. Seine Kritik richtete sich häufig

gegen überholte Praktiken, da Moreno den jeweils aktuellen Stand und Neuerungen ignorierte.

Obwohl er sehr viel Arbeit in das Verlegen und Veröffentlichen seiner verschiedenen Fachzeitschriften investiert haben muss, reichte die Qualität der meisten seiner Artikel in keiner Weise an die Standards anderer Fachjournale heran, so dass auch die Glaubhaftigkeit der sorgfältiger erforschten Aspekte darunter litt. Zwar erarbeitete Moreno auch Veröffentlichungen über die frühen Arbeiten der Pioniere, was seine Zeitschrift zu einer Art Avantgarde-Medium auf dem Gebiet machte (Treadwell & Treadwell, 1972), jedoch wurde dieser Vorstoß Ende der 50er Jahre durch das Aufkommen anderer Journale überblendet, die auch über die Bemühungen anderer Vorkämpfer berichteten. Morenos Publikationen verloren viele der wichtigsten beitragenden Autoren und wurden zu Werkzeugen der spezifischen Interessen des Herausgebers. Darum veröffentlichte er häufig anekdotenhafte Berichte, Zusammenfassungen von Präsentationen auf den jährlichen ASGPP-Konferenzen sowie Arbeiten von Studenten, und er warb etwas zu offensichtlich für seine Trainingsprogramme – all das schadete dem Ansehen des Journals.

DIE ÖFFENTLICHE SITZUNG

Trotz der in der Psychiatrie geltenden ärztlichen Schweigepflicht entschied Moreno, öffentliche Psychodramasitzungen anzubieten. In den 40er Jahren eröffnete er in der Upper East Side in New York Stadt ein Studio, wo er an Wochenenden abends mit 30 bis 100 oder mehr Personen arbeitete, die einen ähnlichen Eintrittspreis wie für einen Kinofilm zahlten. Aus den Reihen der Zuschauer wurden die Protagonisten und teilweise auch Hilfs-Ichs ausgewählt. Morenos Beweggrund war seine Überzeugung, das therapeutische Theater könne sozialen Wandel herbeiführen. Mit diesen Rahmenbedingungen war er vertraut. Trotzdem war ein Großteil der psychiatrischen Fachleute schockiert von der Idee und sie meldeten verständliche Zweifel gegenüber dem Unternehmen an. Obwohl mir persönlich keine Zwischenfälle oder angerichtete Schäden bekannt sind, kann es zu solchen durchaus gekommen sein. Zweifellos erschien es den meisten Psychiatern als ein sehr dubioses Unterfangen, und ein Gutteil der heutigen Psychodramatiker teilt diese Meinung. Die öffentlichen Sitzungen boten eine Gelegenheit, Studenten anzulocken, zumindest unter denjenigen, die eher fasziniert als abgestoßen waren. Auch viele Kollegen und Leute vom Theater beteiligten sich. Einige, darunter Fritz Perls, schauten sich einige Methoden ab und machten sich dann selbständig.

Ein weiteres damit verbundenes Problem war Morenos interdisziplinäre Ausrichtung; er umgab sich mit Studenten und Kollegen, mit denen er arbeitete, obwohl sie nicht alle notwendigen Qualifikationen besaßen. Er stellte zum Beispiel Personen an, die aus Gebieten wie Soziologie, Kriminologie, Erziehungswissenschaften und an-

deren nicht-medizinischen Disziplinen kamen. In dieser Hinsicht stimmte er mit Freuds Überzeugung überein, dass die Psychoanalyse nicht in die Liga der medizinischen Fachrichtungen einzuordnen sei (Bettelheim, 1983); gemäß dem sozio-politischen Trend in den USA war jedoch eine medizinische Bescheinigung für die Psychoanalyse notwendig, was implizit mit einschloss, dass nur Psychiater als Therapeuten tätig sein durften. Auch in dieser Hinsicht schwamm Moreno gegen den Strom und wirkte dadurch unprofessionell.

DER RELIGIÖSE BEZUG

Ein noch empörenderer Verstoß gegen die Norm der psychiatrisch-wissenschaftlichen Kultur war Morenos Miteinbezug religiöser Themen in seine Lehre und Publikationen. Im 20. Jahrhundert galten Wissenschaft und Religion überwiegend als nicht miteinander vereinbar. Außerdem folgte seine Theologie keiner bestimmten Strömung, wodurch sich sein Ruf als Exzentriker noch verstärkte. Noch schlimmer war, dass Moreno über das „Ich-Gott"-Konzept schrieb (siehe Kapitel 6) und es sich stellenweise anhörte, als ob er sich mit Gott identifizierte. Das war schon keine Häresie mehr, sondern zeugte vielmehr von reinstem psychotischen Größenwahn (Power, 1975).

Obwohl es vernunftmäßige Erklärungen für seine Position gibt, trugen seine poetischen Schwärmereien und seine mangelnden Bemühungen, die Aussagen zu belegen, nicht gerade dazu bei, seine Leser von dem Eindruck zu befreien, er sei größenwahnsinnig. Als logische Folge daraus ergab sich Morenos Art, über das „Genie" zu schreiben. Wieder einmal erwies sich seine eigenwillige Verwendung eines Terminus als irreführend. Morenos Auffassung nach war jeder ein „Genie", der sein kreatives Unterbewusstsein voll entfaltete, da dieses quasi per definitionem weit weiser war als unser gewöhnliches Ich-bezogenes Bewusstsein. Für sich selbst nahm Moreno in Anspruch, ein Genie zu sein, und gewährte all denjenigen diesen Titel, die sich ganz ihrer Imagination hingaben. Zu dieser Interpretation gelangt man jedoch nur durch minutiöses Studium seiner Worte, die ansonsten auch wiederum schlicht größenwahnsinnig klingen.

GESCHICHTLICHE VERZERRUNGEN

Zu einem Ruf tragen auch die Historiker bei, wobei jedoch die mit Psychiatrie, Gruppenpsychotherapie oder Sozialpsychologie befassten Historiker hinsichtlich des Psychodramas keine gute Arbeit geleistet haben. Wird Moreno überhaupt erwähnt, ist die Beschreibung oftmals verzerrt. Er wurde beispielsweise als Anhänger Freuds bezeichnet und das Psychodrama wurde als Unterart der Psychoanalyse klassifiziert. Scheinbar ist es eine gewaltige Herausforderung, einem kleineren Innovator einen angemessen Platz im Gesamtbild einzuräumen. Andererseits scheinen Morenos Anhänger seine Bedeutung übermäßig idealisiert zu haben. Die

Idealisierung ist eine irrige und übertriebene Verallgemeinerung, wobei der betroffenen Person auch edle Charakterzüge angedichtet werden, über die diese niemals verfügte. Beispielsweise las ich in einigen Artikeln und Kapiteln über das Psychodrama, dass Morenos Arbeit „populär“ gewesen sei, obwohl diese Beschreibung in kaum einem Sinne des Wortes zutrifft. Moreno trug dazu noch bei, indem er falsche Behauptungen über sein Leben aufstellte oder Halbwahrheiten von sich gab. Daten legte er großzügig einmal früher, einmal später aus und schadete damit seiner Glaubwürdigkeit nur noch mehr. Er hatte die Angewohnheit, mit seinen prominenten Bekannten anzugeben, und überschätzte vermutlich, was andere von ihm hielten (Buber, 1958). Er konnte ungeheuerliche Behauptungen aufstellen (Moreno, 1953, S. 607-614) und sein Sozialverhalten ließ gelegentlich zu wünschen übrig.

All das führt mich zu dem Vorschlag, dass Moreno am besten historisch akkurat betrachtet werden sollte, denn die Geschichte zeigt Komplexität, Paradoxe, Ironie und, wie ich es auslegen würde, schlicht eine normale und menschliche Mischung von Stärken und Schwächen auf. Moreno hatte einige brillante Ideen, wahrhaft visionäre und (meiner Meinung nach) grundlegend wahre Erkenntnisse, auf denen die folgenden Kapitel aufbauen. Nichtsdestotrotz sollte man nicht vergessen, dass nicht alle seine Taten und Aussagen gleich bewertet werden sollten. Es ist ein notwendiger und kontinuierlicher Prozess, das Beste herauszupicken, zu kritisieren und zu verbessern, ohne den Psychodramatiker in die Falle tappen würden, vor der Moreno warnte: Vertrauen auf eine Kulturkonserve.

ZUSAMMENFASSUNG

In Anbetracht der vielen Schwierigkeiten ist es in sich eine Achtungsbezeigung gegenüber Morenos Stärken, seinem Mut, seiner Ausdauer und seinem Vorstellungsvermögen, dass sein Ansatz in so großartiger Weise bis heute überdauert. Besondere Anerkennung verdient dabei seine Frau Zerka, die sowohl vor als auch nach Morenos Tod viele seiner Fehler auffing und sich für seine Arbeit einsetzte. Es ist anzuzweifeln, ob er ohne sie ebenso produktiv hätte sein können oder inwieweit seine Ideen ohne ihren Urheber überlebt hätten. Für weitere Nachforschungen über die Geschichte der Person und Ideen Morenos empfiehlt sich die medizinische Bibliothek der Harvard University, in der die gesammelten Archive Morenos aufbewahrt werden.

Der Hauptgrund dafür, dass Morenos Ideen bis heute die Fachwelt beeinflussen, ist, dass sie heute mehr denn je grundlegend richtig, wirksam und relevant sind. Angesichts der fortschreitenden Entmenschlichung ist sein Beitrag zur Entwicklung eines Wertebewusstseins und der Individualität jedes Einzelnen mittels Prinzipien der Soziometrie und Spontaneitätstraining absolut zeitgemäß.

Damit ein System jedoch anerkannt wird, reicht es nicht aus, wenn es ein hervorragendes Gedankengut

und wirkungsvolle Methoden beinhaltet; es muss sich außerdem als klar und kohärent in der Theorie etablieren, Achtung in Fachkreisen erlangen und wissenschaftlich wirkungsvoll sein. Andernfalls sieht es nur nach einem „Gimmick“ aus. Aufgrund der mangelnden historischen Bereitschaft und Morenos persönlichen Eigenheiten wird seinen Ansätzen seitens der Fachwelt und der Allgemeinheit noch nicht die Anerkennung zuteil, die sie meiner Meinung nach verdienen. Das vorliegende Buch soll zur Klärung der Unklarheiten beitragen und Morenos Gedankengut in verständlicherer Weise darstellen.

QUELLEN

Alexander, Franz G. & Selesnick, Sheldon T. (1966).The History of Psychiatry. New York: Basic Books.

Berger, Milton. (1990). J.L. Moreno’s Autobiography: More than meets the eye. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 42(4), 213-221.

Bettelheim, Bruno. (1983). Freud and man ‘s soul. New York: Alfred A. Knopf.

Blatner, H.A. (1968). Comments on some commonly-held reservations about psychodrama. Group Psychotherapy, 21(1), 20-25.

Bromberg, Walter. (1957). Evolution of group psychotherapy. Group Psychotherapy, 10(2), 111-113. Dolnick, Edward (1998). Madness on the couch. New York: Simon & Schuster.

Gessmann, Hans-Werner (1994i). Megalomania normalis oder der Versuch einer Biographie J.L. Morenos. (Megalomania normalis or an attempt at a biography of J.L. Moreno). In: H-W. Gessmann, (Ed). Humanistisches Psychodrama. Duisburg: Psychotherapeutischen Instituts Bergerhausen. German.

Hale, Nathan G. (1997). The rise and crisis of psychoanalysis in the United States: Freud and the Americans, 1917-1985. New York: Oxford University Press.

Hudgins, M. Katherine & Drucker, Karen. (1998) The containing double as part of the therapeutic spiral model for treating trauma survivors. International Journal of Action Methods, 51(2), 63-74.

Mendelson, Peter D. (1977). Sociometry as a life philosophy. Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry, 30, 70-85.
Moreno, Jonathan. (1975). Notes on the concept of role playing. Group Psychotherapy, 28, 105-107.
Murray, Neville. (1976). Psychodrama-post Moreno. In Arlene R. Wolberg, Lewis R. Wolberg, & Marvin Aronson (Eds.), Group Psychotherapy 1976 (S. 16-20). New York: Stratton Intercontinental Book Corp.
Polansky, Norman A. (1971). Ego functions in psychodrama (Chapter 11), in Ego psychology and communication: Theory for the inte1view. New York: Atherton.
Power, Joseph P. (1975). Moreno and the God controversy. Group Psychotherapy, 28, 164-167.
Treadwell, Thomas & Treadwell, Jean. (1972). The pioneer of the group encounter movement. Group Psychotherapy and Psychodrama, 25, 16-26.

5
Allgemeine philosophische und theoretische Betrachtungen

Morenos Theologie (mit der sich das nächste Kapitel befasst), seine Philosophie von Kreativität, Spontaneität und Surplus-Realität sowie seine Sozialpsychologie beruhen auf Annahmen, die mit den bis heute unsere Kultur bestimmenden Konventionen nicht vereinbar sind. Aus diesem Grund ist es zunächst notwendig, diese konzeptuellen Komplexe im Kontext der ihnen zugrunde liegenden Annahmen zu verstehen und diese klar und deutlich darzustellen. Konzepte wie „Surplus-Realität", der Ort der Darstellung und die tiefere Bedeutung von Kreativität decken sich nicht mit dem, was man sich gewöhnlich unter Objektivität und Rationalität vorstellt. Trotzdem sind Morenos Ideen in unserer sich ständig ändernden Welt relevant und heuristisch, d.h. sie sind sowohl anwendbar als auch ein Nährboden für weiterführende sinnvolle Ideen und Methoden.

Die Spannung zwischen dem, was ich als Morenos grundlegender Philosophie herauslese – man darf nicht vergessen, dass er diese Punkte nie selbst formulierte – und der Weltsicht seiner eigenen und unserer heutigen Zeit entspricht offenbar dem aktuellen Konflikt zwischen einigen der wichtigsten Ideen des postmodernen Denkens und den Ideen einer von „moderner" Haltung bestimmten westlichen Kultur. Verschiedene Unterbereiche der Philosophie spielen dabei eine Rolle:

- Epistemologie – was kann man wissen?
- Ontologie – was existiert wirklich?
- Ethik – was ist moralisch?
- Metaphysik – wie funktioniert das Universum auf seiner grundlegendsten Ebene, abgesehen von allen menschlichen Betrachtungen?
  und sogar…
- Theologie – was ist die Natur des Göttlichen?

Theorien der Psychologie basieren auf philosophischen Ansichten und können nicht genauer untersucht werden, ohne dass zunächst einige Verständnisgrundlagen etabliert werden.

Der Wechsel vom modernen zum postmodernen Denken fand während Morenos Jugend statt und war durch das Aufkommen des Existenzialismus gekennzeichnet, einer philosophischen Strömung, die den Idealismus herausforderte und sich von denen abwandte, die die Wahrheiten des Mensch-seins rational erschließen zu können meinten. Der Exi-

stenzialismus bejahte die Fähigkeit des Menschen, neue Potentiale zu erschließen – und natürlich ist die Kreativität in dieser Hinsicht ein Schlüsselkonzept (Moreno, 1956). Dabei handelte es sich um einen Vorläufer modernerer Strömungen.

Eine weitere philosophische Strömung des ersten Quartals des 20. Jahrhunderts war die Phänomenologie. Das intellektuelle Denken der vorangegangenen 50 Jahre hatte sich von der Subjektivität weg- und zur Objektivität hinbewegt und hatte das Extrem des Positivismus erreicht, dem zufolge nur das Messbare ernsthaft als real betrachtet werden konnte. Subjektive Erfahrungen wurden zu „Epiphänomenen" degradiert und als reine „Begleiterscheinung" der quasi-mechanischen Physiologie des Gehirns betrachtet. Der Begriff „Phänomen" drückt jedoch aus, was eigentlich geschieht, nämlich dass es einerseits die Erfahrungen gibt, die andererseits mit sichtbarer und messbarer Aktivität einhergehen. Die Phänomenologie war demnach eine Gegenbewegung zur positivistischen Strömung. Sie besagte, dass subjektive Erfahrungen als real anzuerkennen seien. Aufgrund Morenos Betonung auf das Wesen der „psychologischen Wahrheit" ist er offensichtlich diesem Lager zuzuordnen.

Diese Spannung spiegelt eine anhaltende Dialektik über die Natur des Wissens, der Wahrheit und der Realität wider. Bevor sich das Denken europäischer Intellektueller in den Zeitaltern der Renaissance und Aufklärung zwischen dem 15. und 19. Jahrhundert zu wandeln begann, wurde „Wahrheit" nur durch göttliche Intervention gewährt oder war traditionell festgelegt; wer studieren wollte, musste klassische Texte, heilige Schriften und traditionelle Glaubensüberzeugungen akzeptieren (Smith, 1989). Die Modernität lehnte sich dagegen auf und nahm eine radikal entgegengesetzte Haltung ein, die z.B. in Rationalismus und Wissenschaft Ausdruck fand. Anfangs konzentrierte sich die Forschung auf die Naturwissenschaften und der Rationalismus fand hauptsächlich auf politischer Ebene Anwendung, sprach Königen die göttliche Gnade ab, schaffte die Sklaverei ab und hielt sich selbst für äußerst progressiv.
Die wissenschaftliche Methode führte ebenfalls zu technischen Durchbrüchen.

Erfolgreiche Bewegungen neigen jedoch dazu, übers Ziel hinauszuschießen, und die nach und nach das wissenschaftliche Denken dominierenden Themen waren hauptsächlich Reduktionismus (komplexe Systeme sind das Produkt der Teile, aus denen sie bestehen), Materialismus (das Funktionieren von Verstand und Göttlichem auf rein geistiger Ebene wird verneint) und Positivismus. Der Punkt ist, dass es zahlreiche Bereiche gibt, auf die diese neue Weltsicht nicht anwendbar ist, weil diese Bereiche schlicht eine andere Art der Komplexität aufweisen.

ZWEI ARTEN VON KOMPLEXITÄT

Mikroskop, Teleskop, Zyklotron und andere Fenster zu den Geheimnissen der Natur haben nicht nur die

Entdeckung völlig neuer Welten ermöglicht, sondern haben auch gezeigt, wie unglaublich komplex diese Welten sind. Und sondiert man die Natur dessen, was wir ohne Hilfsmittel wahrnehmen können, in den Bereichen Sprache, Verhalten, Kultur, Gesellschaft, Entwicklung des Kindes, Wälder etc., erkennt man ebenfalls, dass alles doch viel komplizierter ist. Es gibt mehr subtile Systeme, die sich gegenseitig durchdringen und miteinander in Verbindung stehen, als man sich jemals hätte träumen lassen. Erst kürzlich entwickelten Mathematiker Möglichkeiten, Komplexität als solche darzustellen, und zwar durch die Chaos- und Fraktaltheorie. Das zunehmende Bewusstsein des Umfangs der Komplexität im Kosmos erfordert eine entsprechende Anpassung seitens der Philosophie. Das trifft insbesondere auch auf unser Verständnis vom Wesen des Bewusstseins selbst zu, ebenso auf die Verhaltenswissenschaften, die sich mit dieser schwer zu fassenden Materie beschäftigen. Das Bewusstsein beinhaltet eine weitere Dimension des Problems der Komplexität: die Bedeutung – und Bedeutungen ändern sich je nach dem Bezugsrahmen.

Wie komplex die Naturwissenschaften auch sein mögen, konzentrieren sich die Untersuchungen doch meist auf die Messung verschiedener Verhältnisse. In den Verhaltenswissenschaften dagegen macht diese zusätzliche Dimension der Bezugssysteme alles so undefinierbar und schwer fassbar, wie es in den Naturwissenschaften niemals möglich wäre. Auch wenn im Bereich der empirischen Dimensionen des Bewusstseins (Neurophysiologie, Wahrnehmung und andere mit traditionellen Forschungsmethoden untersuchbaren Gebiete) umfangreich geforscht wird, gibt es doch viele andere Aspekte, bei denen man mit solchen Ansätzen nicht weiterkommt: Mythen, Spiel, Fantasie, Literatur, Überzeugungskunst, Rhetorik, Wirtschaft, Politik, Kunst, Musik, Humor, Spiritualität, Gesetz (im Sinne von Gerechtigkeit), viele Aspekte menschlicher Beziehungen, Philosophie etc.

Diese Gebiete sind deswegen schwer fassbar, weil die Bezugsrahmen, die die Menschen ihnen in bestimmten Situationen jeweils verleihen, häufig wechseln und sich daher auch die Bedeutung, die einer Situation zugemessen wird, entsprechend ändert.

Für jeden Bezugsrahmen gibt es außerdem einen unterschiedlichen Satz Kriterien dafür, was mehr oder weniger „wahr“ oder „besser“ ist – das geht sogar so weit, dass sogar das eigentliche Konzept von Wahrheit durcheinander gebracht wird. Während in akademischen Kreisen allgemein anerkannte Kriterien wie Logik, Nutzen oder innere Kohärenz eine Theorie stützten, weitet sich die Liste der Kriterien im Bereich der Untersuchung von menschlichen Erfahrungen auch auf solch mysteriöse Kräfte wie Liebe, Glaube, Verantwortung, Streben nach Bekanntheit, Angst vor dem Tod, Scham, Wunsch nach künstlerischer Selbstdarstellung und die Erforschung direkter mystischer Intuitionen aus. In einem solchen Kontext muss man nicht nur fähig sein, das Paradox zu tolerieren, sondern auch da-

nach verlangen. Solche Kräfte lassen sich nicht auf die Art Untersuchung reduzieren, die im Bereich der Chemie durchgeführt werden.

Der Punkt hierbei ist, dass die Verhaltens- und Geisteswissenschaften eine andere Art von Untersuchung erfordern, die mehr auf Interpretationen basiert und weniger reduktionistische Analysen und kontrollierte Experimente einschließt. (Bitte beachten Sie, dass ich die wissenschaftliche Methode nicht verwerfe – sie ist nach wie vor in den empirischen Wissenschaften und sogar in der Psychologie sehr nützlich. Vielmehr meine ich, dass sie nicht der einzige Standard sein sollte, sondern dass man die Tatsache akzeptieren sollte, dass in bestimmten Situationen andere Ansätze für das Aufzeigen der „Wahrheit" besser geeignet sind.) Die Interpretation verlangt ihrerseits einen phänomenologischeren Ansatz.

Eine der Prioritäten unserer Kultur ist der akademische Bereich, dessen Prioritäten wiederum auf der modernen Weltsicht, den „exakten Wissenschaften" und dem umfangreichen Komplex aus Verteilung der Mittel und Zuschüsse sowie der Beurteilung, welcher Artikel die Anforderungen für die Publikation in einem renommierten Fachjournal genügt, liegt. Man darf die wirtschaftlichen Vorteile nicht unterschätzen, die zur Verbesserung des intellektuellen Status Quo beitragen. Das Psychodrama und andere Psychotherapien erfüllen nicht die positivistischen und materialistischen Bedingungen, die Grundlage der Beweisführung in den „exakten Wissenschaften" sind, und werden daher von Menschen mit angestrengt moderner Weltsicht oft als verschwommen oder sogar selbstverliebt betrachtet.

ALTERNATIVE ARTEN DES WISSENS

Als Antwort auf dieses Rätsel haben sich mehrere Ansätze entwickelt, die hier alle eine kurze Erwähnung verdienen, da sie alle den Einsatz von Psychodrama unterstützen:

- Hermeneutik: Die Kunst der Interpretation. In allem vom Menschen Erdachte, z.B. in Mythen, Geschichten, Gedichten, Romanen oder heiligen Texten, gibt es verschiedene Bezugsrahmen, denen die interessante Herausforderung zu verdanken ist, stets neue Interpretationsweisen der Inhalte zu entwickeln. Obwohl es keine Ansprüche auf absolute Autorität auf dem Gebiet geben kann, lassen sich doch Abstufungen unterscheiden, wie fachmännisch eine Interpretation aufgebaut ist.

- Konstruktivismus: Die moderne Weltsicht ist größtenteils charakterisiert von der grundlegenden Annahme des Objektivismus, demzufolge Wahrheit objektiv existiert, dass es sie „irgendwo da draußen" tatsächlich gibt, ganz abgesehen vom Bewusstsein der Menschen, die sie richtig erfassen oder

nicht. Im Gegensatz dazu öffnen sich heute immer mehr Intellektuelle dem Standpunkt, dass das als Realität Empfundene häufig nur eine Konstruktion aus dem Glauben, der Sprache und den Bräuchen der Menschen ist (Neimeyer, 1993, 1995; Watzlawick, 1984). Das ist keine gänzlich neue Idee: Alfred Adlers Theorie der Fiktionen wurde von einem Philosophen beeinflusst, der genau diese Aussage traf (Ansbacher & Ansbacher, 1956; Vaihinger, 1935).

Aus empirischer Sicht ist der Objektivismus in der Regel nützlicher, weshalb die Wissenschaft sich triumphierend über den „Aberglauben" hinwegsetzen konnte. In den Geistes- und Verhaltenswissenschaften wird Objektivismus jedoch oft falsch angewendet. Es ist besser, bewusst anzuerkennen, zu welchem Grad die Menschen die Haltung „es ist, wie es ist" vertreten, als von einer allgemeinen impliziten Übereinstimmung auszugehen. In unserem Zeitalter des ständigen Wandels hilft es uns, viele der sozioökonomischen Einrichtungen, Rollendefinitionen und andere Kulturnormen zu hinterfragen.

- Erzählung: Ein Großteil der Psychologie ist quantitativ bestimmbar geworden, als ob es Wissen nur in Form von Zahlen geben könne. Das ist ebenfalls ein Nebenprodukt der Psychologie als „Wissenschaft" des menschlichen Bewusstseins, die auf die gleiche Weise zu arbeiten versucht wie eine Naturwissenschaft. In zunehmendem Maße werden nun überzeugende Argumente laut, die Komplexität der Situationen, in denen sich jemand befindet, mit Hilfe des Mediums der „Erzählung" anzugehen. Derartige Ansätze in Psychologie und Psychotherapie schwingen auch bei der dramaturgischen Metapher mit, auf die sich das Psychodrama stützt (Sarbin, 1986; Parry & Doan, 1994).

DIE POSTMODERNE

Konstruktivismus, Hermeneutik und Erzählung sind Teil eines größeren Komplexes, einer intellektuellen Bewegung namens Postmoderne, die in den vergangenen Jahrzehnten zunehmend die intellektuelle Szene beherrschte. In der Hauptsache wendet sich der postmoderne Ansatz dagegen, dass Kultur von objektivistischem Denken dominiert ist und konventionelle wissenschaftliche Methoden unpassenderweise in Geisteswissenschaften als Bewertungsmaßstab angewendet werden. Es handelt sich um eine Verschiebung in der grundlegenden Epistemologie (Anderson, 1990, 1995). Charakteristisch für die Moderne sind Objektivismus und empirische Wissenschaft. Da die Moderne weit „aufgeklärter" erscheint als der „abergläubische" und „engstirnige" Traditionalismus der prä-modernen Kultur, verfällt so mancher Vertreter der Moderne der Selbstgerechtigkeit und Selbstgefälligkeit. Dennoch geht scheinbar eine Reihe von Problemen mit dieser materialistischen, individualistischen, objektivistischen Weltsicht einher, darunter Kolonialismus,

Patriarchismus und Rassismus – besonders gilt dies für technologisch weniger weit Entwickelte (vornehmend hinsichtlich Waffentechnologie). Die moderne westliche Welt marginalisiert Gruppen, die wirtschaftlich noch mithalten können, und, wie bereits erwähnt, macht ihr Stolz sie blind für die anhaltenden Problematiken in den Bereichen der Ökologie, der sozialen Ungerechtigkeit und anderer bedeutender Schwierigkeiten unserer Zeit.

In ihrer Aufgeblasenheit, die der Erfolg mit sich bringt, erlangen diejenigen Ikonen übermäßiges Gewicht, die scheinbar für diesen Erfolg ausschlaggebend waren, in diesem Fall auf modernen Forschungsmethoden beruhendes Wissen. Der Versuch, die Kriterien der empirischen Wissenschaften auf dem Gebiet der Verhaltenswissenschaften anzuwenden, schlägt jedoch häufig in „Scientismus" um. Dieser Begriff ist die kritische Bezeichnung für eine Ausdehnung der Wissenschaft auf Aspekte wie ethische Fragen, die mit Hilfe dieser Methoden keinesfalls adäquat untersucht werden können (Wilber, 1997, S.24).

Der gemeinsame Nenner in der als Postmoderne bezeichneten intellektuellen Strömung ist das Hinterfragen der modernen Weltsicht. Diese Strömung ist facettenreich und keinesfalls gibt es ein konkretes Dogma – die bloße Idee von einem postmodernen Kredo ist in sich ein Oxymoron und ein Paradoxon, weil Wissen als relativistisch betrachtet wird. Wie bei den meisten politischen, künstlerischen oder sozialen Bewegungen gehört es zu den Problemen der Postmoderne, dass ein gewisser Anteil der Anhänger oberflächliche, obskurantistische, simplistische oder extreme Positionen vertritt und damit diejenigen in eine schwierige Lage versetzt, die gerne die soliden und intellektuell fassbaren Seiten herausstellen würden. Trotzdem bin ich davon überzeugt, dass sich dieser Ansatz alles in allem durchaus förderlich auf Pychotherapie und Erziehung auswirken kann (Blatner, 1997).

REAKTION AUS DEM BAUCH HERAUS

Man stellt eine gewagte Behauptung auf, wenn man Psychodrama und postmoderne Ideen als übereinstimmend bezeichnet, zumal viele Personen, die mit dieser Strömung in Berührung kommen, sie aus tiefster Seele und „aus dem Bauch heraus" hassen. Sie empfinden die Postmoderne nicht nur als Angriff auf ihre tiefsten Überzeugungen, sondern auch als Widerspruch ihrer Denkweise. Das kommt daher, dass es für eine Veränderung der Weltsicht auch einer grundlegenden Neuorientierung der Welt gegenüber bedarf, und diese Neuorientierung erfordert eine völlig andere, flexiblere und kreative Denkweise.

Lassen Sie mich dies in einem Gleichnis verdeutlichen: Stellen Sie sich vor, Sie wären in unmittelbarer Wüstennähe aufgewachsen; es gab dort zwar genug Wasser zum Trinken und Waschen, jedoch sammelte sich nie genug an einem Ort, um darin schwimmen zu können. Die bloße Idee zu schwim-

men war absolut undenkbar. Irgendwann war einmal jemand in einen Brunnen gefallen und ertrunken, so dass die große Gefahr von Wasser in großen Mengen allseits bekannt war. Stellen Sie sich nun vor, dass die Armee Ihres Landes Sie als Marinesoldat einzieht und in die entfernte Küstenregion Ihres Landes versetzt, wo Sie im Rahmen Ihrer Marineausbildung vor der ernsten Aufgabe stehen, Schwimmen zu lernen.

Schwimmen kann das gesamte Verhältnis eines Menschen zur Schwerkraft auf den Kopf stellen. Es ist eine Sache, als Kind schwimmen zu lernen; aber nicht einmal zu wissen, dass Schwimmen überhaupt möglich ist und nur von Menschen umgeben zu sein, die diese Weltsicht teilen, um sich dann ins Wasser begeben und Verhaltensweisen erlernen zu müssen, die all den Verhaltensmustern widersprechen, die man sich in den über 20 Jahren seines Lebens angeeignet hat – das ist ein Bruch in einer nonverbalen Beziehung (Piaget bezeichnete dies als „Akkomodation"), der überaus verwirrend ist.

Um Schwimmen zu lernen oder auch wenn ein Astronaut lernt, sich in der Schwerelosigkeit zu bewegen, muss man einen Wandlungsprozess durchlaufen, in dem das Verhältnis von Körper und Psyche umgeschichtet wird. Mit der für das postmoderne Denken charakteristischen, unsteten Kognition vertraut zu werden, kann ebenso anspruchsvoll sein. Wenn man daran gewöhnt ist, Wahrheit als etwas Bestimmtes und „etwas da draußen" zu sehen, und man an konventionelle und rationale Denkschemata gewohnt ist und bestrebt ist, „realistisch" zu bleiben, kann es sehr schwierig sein, sich auf eine von Vorstellungskraft, Intuition und Kreativität bestimmte Denkweise einzulassen. Wenn man gelernt hat zu gehorchen, zu lernen und das Geschriebene nicht nur zu lernen, sondern vor allem auswendig zu können, birgt es große Schwierigkeiten, wenn plötzlich verlangt wird, man solle sich umstellen und selbst neue Strukturen oder Ideen produzieren. Der Gedanke, sich etwas einfach nur auszudenken, hat etwas Erschreckendes, denn das dürfen nur kleine Kinder – es ist albern, dumm, selbstgefällig, unsinnig. Solche Bezeichnungen werden verwendet, um zu beschreiben, was eigentlich nur unvertraut ist.

Die Spannung zwischen Postmoderne und Moderne wird im Rahmen der Erörterungen von Theologie (Kapitel 6) und Spontaneität kontra Robopathie (Kapitel 8) noch deutlich werden. Innerhalb aller Religionen gibt es Spannungen zwischen der einen Seite, die die Doktrin dem zeitgenössischen Wissensstand anpassen wollen, und der anderen Seite, die auf das vertrauen, was ihnen von Autoritäten vorgelegt wird. Sogar Autoritäten, die in Wirklichkeit neue Interpretationen schaffen, leugnen dies und bestehen darauf, aus den bestehenden Texten nur das herauszulesen, was diese ohnehin enthalten.

Der Punkt hierbei ist, dass das Psychodrama Wertschätzung und kreative Denkweisen erfordert, was trotz unseres Lippenbekenntnisses in Wahrheit unserer kulturellen Prägung widerspricht.

Als konstruktivistischer Prozess erfordert das Psy-

chodrama das Umlernen hinsichtlich grundlegender Denkarten sowie eine Umstellung, so dass nicht mehr auf das vertraut wird, was andere gesagt haben, sondern eigene Spontaneität und Neuschöpfungen gewagt werden.

METATHEORIE

Die Theorien im Bereich der Psychologie müssen ebenfalls neu bewertet werden, da das Psychodrama innerhalb des theoretischen Gerüsts von Psychologie, Sozialpsychologie und anderen Verhaltenswissenschaften anzusiedeln ist. Dabei wird auf der metatheoretischen Ebene auch die Art und Weise hinterfragt, wie Theorien überhaupt aufgestellt werden (Kellermann, 1991). Ist Theorie überhaupt notwendig? Benötigt die Psychologie eine allumfassende, detaillierte Theorie, oder genügt eine weniger straffe Theorie mit mehr Spielraum? Welche Kriterien machen eine gute Theorie aus und inwiefern müssen sich die Kriterien angesichts anderer Umstände ändern? Ist Psychologie eine Wissenschaft?

Wie zu Beginn dieses Kapitels erwähnt, werden Theorien auf abgestuften Ebenen aufgestellt, von denen einige allgemeiner, andere konkreter ausfallen. Es ist durchaus möglich, eine Theorie beispielsweise über die Dynamik des Sich-Verliebens aufzustellen, ohne an eine alles erklärende, umfassende Theorie gebunden zu sein. Dies beeinflusst unsere Betrachtungsweise der verschiedenen Psychodrama-Theorien.

Wie bereits erörtert, gibt es für verschieden Fragestellungen auch verschiedene Herangehensweisen, manchmal sind Experimente und Messungen angebracht, teilweise ist die Interpretation die angemessene Methode. Allport, ein Pionier auf dem Gebiet der Psychologie, beschrieb zwei unterschiedliche Untersuchungsmethoden: Bei der „nomothetischen“ Methode wird auf herkömmliche Art eine Hypothese an einer größeren Anzahl von Personen getestet, was der Herausarbeitung allgemeiner Tendenzen dient. Die „idiographische“ Methode setzt eher bei der Einzelfallstudie an, wobei die Vielschichtigkeit der Individualität eine große Rolle spielt. Unglücklicherweise ist die nomothetische Untersuchung zum Standard geworden und verdrängt den idiographischen Ansatz beinahe vollständig. Beide Methoden haben ihre Berechtigung; diese Einsicht ging ja bereits den oben angesprochenen Fragen voraus.

WOZU DIE THEORIE?

Vielen Menschen sind theoretische Diskussionen unangenehm und sie versuchen, diese weitgehend zu vermeiden. Um ihr Ausweichen rational erscheinen zu lassen, stellen sie dann den Nutzen von Theorie an sich in Frage. Immerhin kann man Methoden auch ohne Theorie dahinter anwenden. Bei der tatsächlichen Konfrontation mit den Problemen der Personen im Rahmen eines Psychodramas treten jedoch komplexe und heikle Situationen auf, die eine gründliche Reflexion über vorhandene Vorannahmen sowie deren Revision und Anpassung

erforderlich machen. Es reicht hierbei nicht aus, sich einfach nur „blind“ auf die Methode zu verlassen – manchmal ist dieser Gemeinplatz nützlich, manchmal aber schlicht irreführend. Eine von der Theorie abgekoppelte Praxis kann dazu führen, dass gewisse Techniken angewendet werden, die für die betroffene Person nicht förderlich sind. A. H. Maslow, einer der bedeutendsten Humanistischen Psychologen, brachte dies folgendermaßen auf den Punkt: „Wer nur weiß, wie man einen Hammer benutzt, neigt dazu, alles wie einen Nagel zu behandeln.“

Ein Psychodrama zu leiten, erfordert mehr Fähigkeiten als die bloße Kenntnis der Methoden, sondern setzt wahre Professionalität des Praktikers sowie ein Gefühl für das gesamte und Vertrautheit mit dem gesamten Gebiet der Psychologie voraus, so dass ein Problem mit großem Respekt gegenüber dem Klienten überdacht werden kann. Alles Denken spielt sich jedoch in gewissen Kontexten ab. Theorie ist nichts anderes als ausführlichere und nach rationalen Kriterien geordnete Vorannahmen.

Kurt Lewin, ein anerkannter Sozialpsychologe, meinte: „Nichts ist so nützlich wie eine gute Theorie.“ Er war intellektuell genug, um zu wissen, dass Theorien keine ultimativen Antworten darstellen. Vielmehr handelt es sich um Werkzeuge, wobei Werkzeuge uns wiederum beim Denken helfen. Schreiben ist ein Werkzeug. Eine Landkarte ist ein Werkzeug. Blaupausen und Gerüste sind im Bauwesen oder in der Malerei physischer Ausdruck von systematisch artikulierten und entwickelten Gedankenschemata – Theorien eben. Theorie ist der mentale Plan für die Durchführung jeglicher rationaler Praxis. Für die verantwortliche Durchführung des Psychodramas muss es auf plausiblen Argumenten basieren. Das bedeutet nicht, dass es keinen Platz für Intuition, Vorstellungskraft und Inspiration gibt, oder dass effektvolle Inszenierungen, Charisma und „Magie“ ausgeschlossen sind – auch das sind Werkzeuge, die in einen auf Heilung, Erziehung oder Beratung ausgerichteten narrativen und postmodernen Ansatz einfließen können.

THEORIE MIT SPIELRAUM

Da das Psychodrama aus einem ganzen Komplex von Methoden besteht, die sich auch in andere Therapieformen und geistige Richtungen integrieren lassen, überschreitet es konkrete Theorien und erfordert daher eine Metatheorie, die Spielraum lässt. Im Zuge der bereits erwähnten Scientismus-Bewegung der Mitte des 20. Jahrhunderts suchte die Psychologie nach einer einheitlichen, konkreten Theorie. Die metatheoretische Annahme, dass Psychologie auf diese Weise zusammengefasst werden könne, stellt ein „Prokrustesbett“ für den großen innermenschlichen Bereich – Zwischenmenschlichkeit, Verspieltheit, Kunst, Politik, Spiritualität usw.- dar und engt die Psychologie derart ein, dass die vorhandene Reichhaltigkeit und Vielfalt überhaupt nicht mehr gewürdigt werden können.

Es ist offensichtlich, dass eine konkrete Theorie nicht sonderlich praktisch ist.

Bei einer solchen Theorie werden unnötig viel Zeit und Aufwand darauf verwendet, offen gebliebene Fragen zu klären, während eine Theorie mit Spielraum einen vernünftigen Rahmen für kreative Innovationen sowie effektive Anwendung darstellen würde. Interessanterweise bietet Morenos angewandte Rollentheorie (siehe Kapitel 15 und 16) einen durchführbaren, allgemeinen Rahmen und sprachliche Mittel für diesen metatheoretischen Kontext mit mehr Spielraum. Auf diesen Punkt gehe ich in Kapitel 13 näher ein, wenn ich die Integrationsmöglichkeiten des Psychodramas in andere Therapien beschreibe. Es ist möglich, eine allgemeine Theorie aufzustellen, die intellektuell und professionell verantwortlich ist und Spielraum für die Entwicklung oder Anwendung verschiedener Subtheorien lässt, wobei sowohl universale Elemente als auch spezifische Prinzipien, deren Relevanz von den jeweiligen Umständen abhängt, berücksichtigt werden.

ZUSAMMENFASSUNG

„Das Psychodrama kann daher als die Wissenschaft definiert werden, welche mittels dramatischer Methoden die „Wahrheit“ erforscht.“ (Moreno, 1972, S. 12). Was Moreno aber unter Wahrheit verstand, unterschied sich erheblich von der Auffassung vieler anderer Intellektueller, weil sich ihm zufolge alles insbesondere auf psychologische Erfahrung belief. Um seine anderen theoretischen Auffassungen würdigen zu können, muss man zunächst notwendigerweise einen intellektuellen Rahmen anerkennen, in dem psychologische Wahrheit eine größere Rolle spielt. Das Psychodrama ist in die aufkommende neue Weltsicht einzuordnen und aufgrund des Wechsels von Moderne zu Postmoderne und der daraus resultierenden Paradigmaverschiebung kommt es zu einer dialektischen Spannung zwischen den Strömungen. Vielen Verhaltenswissenschaftlern und anderen Fachleuten, die an moderne Denkschemata gewöhnt sind, erscheinen postmoderne, konstruktivistische Ansätze zu frei, so dass sie diese ablehnen. Anerkannt werden sollte, dass es nur aufgrund fundamentaler Unterschiede in der Grundhaltung zu dieser Kritik kommt.

Dies stellt sowohl eine politische als auch eine intellektuelle Herausforderung dar, da es keinesfalls einfach ist, eine Grundhaltung zu ändern, zumal ihre Vertreter ihre Überzeugungen energisch verteidigen, solange sie nicht vollständig überzeugt sind. In einer sich derart schnell ändernden Welt findet Philosophie nicht abgehoben im Elfenbeinturm statt, sondern ist ein überall und ständig präsenter Streit in allen Arten von Gruppen wie zum Beispiel den Psychotherapeuten, von denen nur wenigen bewusst ist, dass der Streitgegenstand ein aus unterschiedlichen Weltsichten erwachsender Konflikt ist.

Schließlich sollten wir sogar unsere Ansichten bezüglich des Unternehmens, anderen Menschen mit ihren persönlichen und zwischenmenschlichen Pro-

blemen zu helfen, überdenken. Ist das Wissenschaft? Ist es Kunst? Ist es vielleicht am ehesten so etwas wie eine Mischung aus Überzeugungskunst, Persuasion, Rhetorik, Hypnose, Suggestion, spiritueller Führung und individualisierter, dialogischer Kontemplation? Wissenschaft tut so, als ob sie neutral und objektiv wäre. Tatsächlich betrügt sie sich selbst, da sie ignoriert, wie weit unterschwellige Vorannahmen nicht nur unsere Wahrnehmung, sondern auch den Untersuchungsgegenstand beeinflussen. Wenn der Untersuchungsgegenstand unser eigenes Innenleben ist, können sich die Methoden der modernen Weltsicht repressiv auf die Vorgehensweise auswirken. (Repression lässt sich anschaulich definieren wie folgt: Wenn Gewicht und Einfluss einer Gruppe, in diesem Fall des intellektuellen Establishments, so überzeugend und effektiv sind, dass die Unterdrückten sich nicht einmal der Tatsache bewusst sind, dass es noch andere Alternativen gibt, ist das Repression.)

Morenos Kreativitäts-Ideal ist sowohl befreiend als auch hochgradig subversiv. Es lädt uns zum Fragen ein, und das öffnet dem Hinterfragen fundamentalster Grundannahmen Tür und Tor. In dieser Hinsicht war er seiner Zeit 70 oder mehr Jahre voraus. Wer Moreno verstehen will, dem hilft es, zeitgenössische Strömungen zu kennen, die seine Ideen stützen und erklären, nämlich Postmoderne, Konstruktivismus, Narrativik, Hermeneutik – das sind große Worte, die jedoch Ideen ausdrücken, die sich ihrerseits in Worten formulieren müssen, weil sie wichtige Themen repräsentieren. Deren Verständnis ist wichtig und notwendig, denn es handelt sich um neue Denkweisen und innovative Perspektiven, die unsere Welt doch so dringend braucht.

QUELLEN

Anderson, Walter Truett. (1990). Reality isn't what it used to be. San Francisco: Harper & Row.
Anderson, Walter Truett (Ed.). (1995). The truth about the truth: De-confusing and re-constructing the postmodern world. New York: Jeremy P. Tarcher/Putnam.
Ansbacher, Heinz L. & Ansbacher, Rowena R. (1956). The individual psychology of Alfred Adler. New York: Basic Books.
Berger, P. & Luckmann, T. (1966). The social construction of reality. Garden City, NY: Doubleday.
Blatner, Adam. (1997). The implications of postmodernism for psychotherapy.Individual psychology, 53(4), 476-482.
Griffin, David Ray. (Ed.) (1988). Spirituality and society: Postmodern visions. Albany: State University of New York Press. (Griffin hat in dieser Reihe noch mehrere neuere Bücher herausgegeben; zu beachten ist insbesondere seine Einleitung der Serie.)
Hoyt, Michal F. (1994, 1996). Constructive therapies, Vol. 1, and Vol. 2. New York, Guilford.
Kellermann, Peter Felix. (1991). An essay on the metascience of psychodrama. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 44(1), 19-32.
Lifton, Robert Jay. (1993). The Protean Self: Human resilience in an age of fragmentation. New York: BasicBooks/Harper Collins.
Moreno, J.L. (1956). The dilemma of existentialism, Daseinsanalyse and the psychodrama. International Journal of Sociometry, 1(1), 55-63. (Ebenfalls in Psychodrama, Vol. 2) Moreno, J.L. (1972). Psychodrama, Vol. 1 (4th ed.). Beacon, NY: Beacon House.
Neimeyer, Robert A. (1993) An appraisal of constructivist psychotherapies. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61(2), 221-234.
Neimeyer, Robert A. & Mahoney, Michael J. (Eds.) (1995). Constructivism in psychotherapy. Washington, D.C.: American Psychological Association.
Parry, Alan & Doan, Robert E. (1994). Story re-visions: Narrative therapy in the postmodern world. New York: Guilford.
Sarbin, T. (Ed.) (1986). Narrative psychology: The storied nature of human conduct. New York: Praeger.
Smith, Huston. (1989). Beyond the postmodern mind. Wheaton, IL: Theosophical Publishing.
Vaihinger, H. (1935). The philosophy of „as if." London: Routledge and Kegan Paul.
Watzlawick, P. (Ed.) (1984). The invented reality: How do we know what we believe we know: contributions to constructivism. New York: W.W. Norton.
Wilber, Ken. (1997). The eye of spirit: An integral vision for a world gone slightly mad. Boston: Shambhala.

6
Morenos Theologie

Die meisten von Morenos Ideen und Methoden kann man erfolgreich anwenden, ohne seine theologischen Überlegungen zu verstehen. Dennoch lässt sich das Potential des Psychodramas besser begreifen und wertschätzen, wenn man sowohl mit den metaphysischen als auch mit den psychologischen Grundlagen von Kreativität und Spontaneität vertraut ist.

Morenos Auffassung nach liegen Kreativität und Spontaneität der Entfaltung jeder Existenz zugrunde, sie sind Teil des kosmischen Seins und Wirkens selbst. (Der Begriff „Kosmos“ beinhaltet nicht nur das materielle, physische Universum, so weit dies auch sein mag, sondern schließt auch die noch umfangreicheren Dimensionen des Innenlebens, der Erfahrung, der Vorstellungskraft und des Geistes mit ein.) Für Moreno war der Kosmos Ausdruck der Handlungen und des Wesens Gottes; vom theologischen Standpunkt aus war Gott damit hochgradig kreativ und spontan (Blatner & Blatner, 1988).

SPIRITUALITÄT, RELIGION UND PSYCHOLOGIE

Wie in Kapitel 4 bereits erwähnt, schadete es Morenos Glaubwürdigkeit als Wissenschaftler, dass er die Theologie in seine Studien mit einbezog, da die beiden Fachgebiete als nicht miteinander vereinbar galten.

In den vergangenen Jahren ist diese strikte Trennung jedoch zunehmend aufgeweicht und die Psychologie der Religion und die religiösen Dimensionen der Psychologie werden immer stärker thematisiert.

Moreno hat diese Themengebiete sicherlich nicht voneinander getrennt. Ihm zufolge formten Theologie, Philosophie, Soziologie, Psychologie, praktische Methoden und soziale Handlungen eine Einheit (Lindqvist, 1994). All diese Bereiche waren verschiedene Aspekte ein und derselben grundlegenden Idee: Kreativität als zentraler Wert, eine göttliche Dynamik, die den Kosmos durchdringt. Moreno ordnete seine theologischen Überlegungen nie einer bestimmten Religion ein – seine Ideen konnten seiner Meinung nach in alle Religionen integriert werden und diese bereichern.

Sowohl Moreno als auch andere, darunter Jung und William James, verwendeten den Begriff Religion in einem sehr weiten Sinn. In jüngster Zeit hat es

sich als hilfreich herausgestellt, die zwei Aspekte Spiritualität und Religion voneinander zu unterscheiden. Spiritualität ist der Vorgang, bei dem eine Beziehung mit dem transzendentalen Reich des Seins hergestellt wird oder die Verbindung mit Gott, dem Kosmos oder der Ganzheit des Seins vertieft wird (Wuthnow, 1998). Bei Religion handelt es sich dagegen um die soziale Organisation, die vornehmlich dazu dient, Spiritualität zu fördern, was jedoch im Lauf der Geschichte aufgrund zahlreicher sekundärer Ziele oft in den Hintergrund rückt oder in Vergessenheit gerät.

Das geschieht häufig in sozialen Organisationen, ob es sich dabei nun um Regierungen, Schulen, Krankenhäuser oder Einrichtungen der Gesundheitsvorsorge handelt. Daher ist es möglich, religiös, aber nicht spirituell bzw. spirituell, aber nicht religiös zu sein – d.h. man identifiziert sich mit einer bestimmten Zusammenstellung von Ideen und Praktiken. Man kann auch beides sein. Viele Menschen finden die vollständigste spirituelle Erfüllung im Rahmen der von ihnen gewählten Religion. Außerdem ist es möglich – und heutzutage immer verbreiteter -, weder spirituelle Neigungen zu haben noch einer Religion anzugehören.

Was Jung über Religion schreibt, bezieht sich auf das von mir als Spiritualität bezeichnete Gebiet. Sein Punkt war der, dass Menschen nicht nur die angeborene Neigung haben, sich an Eltern, Kinder und Familie zu binden, sondern auf dieselbe Weise eine unterschiedlich starke Verbindung mit dem Kosmos haben, die in den meisten Kulturen personifiziert und als Gott oder Göttin bezeichnet wurde. Während dieses Gefühl der Verbundenheit laut Freud nichts als Illusion und die Projektion der Vaterfigur ist, erkannte Jung eine weit subtilere und komplexere Dynamik, da er nicht die Berichte sehr reifer, rationaler Personen außer Acht ließ, deren mystische Erfahrungen sich nicht mit Hilfe solch stark vereinfachenden Deutungen erklären lassen.

Moreno hielt sich nicht mit einer rationalen Analyse des Problems auf. Er war eher ein Naturmystiker, erfüllt von dem Gefühl göttlicher Immanenz und Kreativität, und spürte intuitiv den moralischen Imperativ dieser Kräfte in der Welt (Moreno, 1971, 1972).

Obwohl viele Menscher der Kreativität Lippendienst leisten, wird sie tatsächlich von vielen psychologischen und kulturellen Hindernissen eingeengt, wie in Kapitel 7 gezeigt werden wird.

EINE ÄSTHETISCHE GRUNDLAGE

Am besten lassen sich Ideen verstehen, wenn man sie im Gegensatz zu anderen Ideen betrachtet, denen sie widersprechen. Wir leben in einer Zeit, in der Mythen und Bedeutungen stagnieren. Viele bedeutende Philosophen und Psychologen haben diesen „Schrei nach Mythos“ (May, 1991) und den „ungehörten Schrei nach Bedeutung“ (Frankl, 1978) diagnostiziert. Dieser Stillstand des Mythos

spiegelt sich sogar im Gottesbild der populären Glaubenswelt wider: Beispielsweise ist der Glaube weit verbreitet, die Welt sei ein Testgelände für den Gehorsam gegenüber Gottes Vorschriften. Gott wird vor allem als Moralist betrachtet, abgesondert von der Menschheit. Dieser Rolle wird einmal mehr und einmal weniger Erbarmen zugerechnet, aber die grundlegenden Funktionen sind immer die des Vorschriften-Machers und Richters.

Morenos Theologie vertritt eine gegensätzliche Version: Gott verfolgt eher ästhetische als moralistische Werte. Ästhetische Werte schließen den Genuss von Kreativität, von Entdeckung und des Feierns ein. In anderen Worten: Was, wenn Gott also nicht den Richter verkörpert und nur gelegentlich zu Gunsten seiner auserwählten, „rechtschaffenen" Untertanen eintritt, sondern lebhaft und neugierig ist, sich als unfertig empfindet und unendlich offen für kreative Möglichkeiten ist? Dieser Gottesbegriff mag zwar nicht traditionell sein, doch es tut der göttlichen Herrlichkeit keinen Abbruch – es handelt sich lediglich um eine andere Art von Herrlichkeit. Um zum geistigen Zustand der Menschen zurückzukehren, denen dieses Gottesbild gut gefallen würde, ist festzuhalten, dass heutzutage das Leben vieler nicht mehr von endlosem und bitterem Kampf, sondern vielmehr vom Gegenteil gekennzeichnet ist. Sie sind wohlhabend, langweilen sich und stellen sich die Frage, wie sie in diese komplexe und unbeständige Welt gehören und welche bedeutungsvollen Aufgaben es für sie zu erfüllen gilt.

Bei der Ästhetik geht es um etwas anderes als das, was auf logischer, praktischer oder Vernunftsebene wahr ist. Es geht um die Frage, was sich gut anfühlt, und was die Natur des Sich-gut-Fühlens ist. Beispiele für ästhetische Bewertungen schließen u.a. ein:

furcheinflößend	wichtig	bedeutungsvoll	wunderschön
überragend	entzückend	aufregend	interessant
lebendig	bewegt	tief schürfend	lieblich

Es gibt keine hinreichende Erklärung für derartige Erfahrungen. Trotzdem versucht sich die Philosophie diesbezüglich an einem logisch aufgebauten Diskurs und wagt es, über Gefühle nachzudenken. Der Gedanke an eine stets und ständig schöpfende göttliche Kraft steht im krassen Gegensatz zur traditionelleren Auffassung, Gott sei unveränderlich und werde daher von menschlichen Angelegenheiten nicht beeinflusst. Ein größeres Maß an Interaktion scheint nicht in Einklang mit dem zu bringen zu sein, was gemeinhin unter göttlicher Allwissenheit und Allmacht verstanden wird. Dieser Auffassung liegt die Idealisierung von Stabilität und Vollkommenheit zugrunde. Dabei handelt es sich um Projektionen des Denkens zur Zeit des Mittelalters in Europa, als das Leben der meisten Menschen ein endloser bitterer Kampf ums Überleben und ständig von Bürgerkrieg, Hungersnot, Krankheit und Tod, soweit das Auge reichte, bedroht war. Der Himmel war die Erlösung von diesem Kampf, ein Ort des Friedens, der Inbegriff von Entspannung und Sicherheit. In einer solchen Welt wird ein Zustand der Ruhe als höchster Wert angesehen, nicht dynami-

sches Werden. Als Perfektion gelten Stabilität und Vollkommenheit. Im Himmelreich gab es endgültige Antworten, die natürlich bei Gott zu finden waren. Gelangte man dorthin, war man zufrieden, vollständig – und das war das höchste Gut.

Zugegeben, Stabilität und Frieden sind ästhetische Werte, aber gleichzeitig gehören auch Aufregung und Abenteuer dazu. Was, wenn Gott diese Qualitäten sogar noch mehr schätzt? Was, wenn eine sogar noch herrlichere Sicht Gottes jetzt, hier, jeden Augenblick und in jedem Winkel des Kosmos das Potential für weitere Schöpfungen genießt? Könnte es sich dabei um ein anderes, aber ebenso erhabenes Gottesbild handeln? Genau dieses Bild war es, das Moreno intuitiv erfasste und in seiner mittelmäßigen und überschwänglichen poetischen Ausdrucksweise zu vermitteln suchte.

RESONANZ BEI ANDEREN PHILOSOPHEN

Diese Auffassung findet sich auch in den Werken Alfred North Whiteheads (er schrieb hauptsächlich in den 20er und 30er Jahren des 20. Jahrhunderts) und Charles Hartshornes (sein Werk erstreckt sich von den 50er Jahren bis in die 80er Jahre). Ihr Ansatz ist als „Prozessphilosophie“ bekannt geworden, weil sie die Welt nicht als Ansammlung von Dingen betrachten, sondern den Ereignisreichtum (Prozess) und das ständige Werden aller Dinge in den Mittelpunkt rücken. Diese Ereignisse werden als alles durchdringend und auf jeder Ebene der Komplexität wirkend begriffen (Blatner, 1985; Griffin et. al., 1993). Dieses Prozessdenken schließt das Gottesbild mit ein, und zwar ein Morenos Vorstellungen entsprechendes Bild. Anstatt den Gottesbegriff des Aristotelischen Konzepts des „unbewegten Bewegers“ zu übernehmen, stellen sich sowohl Moreno als auch die Prozessphilosophen ein weit interaktiveres und alles durchdringendes Sein vor, das der Entfaltung des Werdepozesses jedes Einzelnen zugrunde liegt (Blatner, 1998). Diese Philosophie erkennt außerdem Kreativität als zentrale Dynamik jedes Vorgangs an.

Auch andere Philosophen und Poeten vertreten diesen dynamischen Standpunkt. Im Buch „Saviors of God“ (1960) drückt der Autor, Nikos Kazantsakis, eine ähnliche Überzeugung aus wie Moreno in seinem frühen Werk „Das Testament des Vaters“, insbesondere hinsichtlich des Aspekts, dass Gott uns Menschen als Mit-Schöpfer braucht, dass wir bei der Geburt der Welt mithelfen müssen. Der russische Philosoph Nikolai Berdyaev (1954) betonte den moralischen Imperativ, selbst kreativ zu sein und Kreativität bei anderen zu fördern.

Diese Ideen stehen im Gegensatz zu den in unserer Kultur häufig präsenten Strömungen, Religion an Tradition binden zu wollen und Autorität auf Kleriker und Theologen zu übertragen, denen diese Autorität als berechtigten Auslegern der „Heiligen

Konserven“ angeblich zusteht. Demgegenüber sind Moreno, die Prozessphilosophen und viele andere davon überzeugt, dass jeder Mensch durch die ihm innewohnende Kreativität Weisheit erlangen kann.

IMMANENZ

Moreno war außerdem davon überzeugt, dass Gott in der und durch die Kreativität jedes irdischen Wesens handle und nicht nur „von oben“ steuere. (In der Theologie nennt sich diese Doktrin „Immanenz“.) Der Gedanke, dass Gott sich in allem und jedem findet, dem wir begegnen, im Lachen des Säuglings und im Weinen des Obdachlosen, ist in unserer Kultur durchaus verbreitet. Weniger bekannt ist die in einigen asiatischen und anderen Theologien vertretene Auffassung, dass alles Sein auf der grundlegendsten Ebene Gott ist, genau wie alle Zellen im Körper eines Menschen Ausdruck der Lebenskraft sind, auch wenn die Zellen selbst sich dessen nicht bewusst sind und einzeln nicht die Gesamtheit des Geistes/der Seele/der Psyche/des Körpers repräsentieren. Im Gegenteil, der vorherrschende Glaube besagt, dass Gott hauptsächlich oder sogar vollständig transzendent ist, jenseits unseres Seins und völlig „anders“. Einige Aspekte dieses Glaubens können eine Projektion unserer kindlichen Geisteshaltungen und ein Überbleibsel mittelalterlicher Doktrin sein.

Die verschiedenen Ansichten über Transzendenz und Immanenz beschrieb Moreno als Ausdrücke unterschiedlicher historischer Phasen. Zuerst wurde Gott als „Er-Gott“ irgendwo da draußen (hauptsächlich transzendent) betrachtet; dann wurde Gott zum „Du-Gott“, schon näher, aber immer noch anders. Jetzt, so Moreno, sei es Zeit für den „Ich-Gott“ (hauptsächlich immanent). Es ist die Anerkennung der „natürlichen Tiefe des Menschen“, die Fähigkeit des Geistes, eine überpersönliche Identifizierung zu erreichen und auszudrücken (Kraus, 1984).

Trotzdem denke ich, dass Moreno genau hier über das Ziel hinausgeschossen ist. Die meisten aufmerksamen Theologen der heutigen Zeit gehen von einem Gottesbild aus, in dem ein Gleichgewicht zwischen Immanenz und Transzendenz herrscht; Moreno unterschätzte letztere. Es ist der Gipfel des Hochmuts zu behaupten, der menschliche Geist könne das Universum vollständig verstehen.

Aufgrund des Transzendenzgedankens und des „Anders-Seins“ Gottes unterscheiden viele Menschen klar zwischen dem eigenen Ego und der Quelle der Weisheit, „höheren Mächten“ oder dem „leisen, sanften Säuseln“ (1 Kön 19, 12), und werden so empfänglich für diese und respektvoll gegenüber diesen Dimensionen. Morenos durchaus berechtigte Einsichten blähten sein Ego dergestalt auf, dass er den rechten Blickwinkel verlor und die

Tugend der Bescheidenheit einbüßte. Seine Neigung zum Narzizissmus steigerte dies noch. Teilweise war ihm dies möglicherweise bewusst, da er Wert darauf legte, jedem den Status eines Genies anzuerkennen, der seiner Kreativität freien Lauf ließ. (Trotzdem öffnete er sich eigentlich nicht für die Ideen der Menschen, zu denen er tatsächlich eine persönliche Beziehung unterhielt.) Er war einfach zu sehr von sich selbst eingenommen. Seine Theologie war also zwar informativ, aber nicht vollständig.

VERANTWORTUNG

Der Begriff „Ich-Gott“ war mit der Auffassung verbunden, dass wir aufgrund des moralischen Imperativs als Mit-Schöpfer der Welt einen höheren Grad an Verantwortung tragen. Diese Rolle bringt zwar Glorie mit sich, erlegt uns aber auch eine Art reife Bürde auf. Diese Konzeption steht wiederum im Kontrast zu der unsere Kultur durchdringenden Neigung, Verantwortung zu vermeiden.

Vielen psychologischen und sozialen Problemen liegt u.a. diese entscheidende Dynamik des Vermeidens von Verantwortung zugrunde. Es gab sogar Menschen, die die Psychoanalyse missbrauchten, indem sie ihre „Komplexe“ als Grund für ihre Probleme vorschoben. Um dem entgegenzuwirken, versuchte Schafer (1976), die Verwendungsweise von Sprache im Analysevorgang zu ändern und den betroffenen Personen zu helfen, verstärkt und bewusster Verantwortung für ihre Gedanken und Gefühle zu übernehmen. (Die Vermeidung von Verantwortung wird auch in Kapitel 8 thematisiert, wo Robopathie und die entgegengesetzte, gesündere Dynamik, nämlich Spontaneität, erörtert werden.)

Sogar die allgemein verbreitete Vorstellung vom Himmelreich schließt eine Befreiung von jeglicher Verantwortung mit ein. Sicherheit wird heute vollkommen überbewertet. Was wäre, wenn es den Menschen gelänge, Verantwortung zu schätzen und sie gerne zu übernehmen, und durch Mut, Risiko und Kreativität Spannung und Ruhm erlebten? Würde dann die Vorstellung vom Himmelreich entsprechend angepasst werden? Würde das auch die Überzeugung der Menschen ändern, worin der Sinn des Lebens besteht – Geld verdienen, dann aussteigen, abhängen und abschalten, oder seine Lebenserfahrungen in sozialem Engagement einzubringen (Näheres dazu im folgenden Kapitel)?

INDIVIDUALITÄT

Da man heute mehr über das menschliche Innenleben weiß, über die Mannigfaltigkeit der Charaktereigenschaften, Fähigkeiten, Geschichte, des familiären und kulturellen Hintergrunds und über andere Faktoren, tritt die Realität der Individualität deutlicher hervor.

Es kann nicht jeder auf die gleiche Weise lernen, und es kann nicht jeder auf die gleiche Weise dienen. Die Metapher vom Fließband und seinen austauschbaren Teilen übt in der modernen Gesellschaft nach wie vor eine schreckliche Kraft aus, muss aber dennoch herausgefordert werden.

Die Moral war ähnlich mechanistisch. Erforderlich war nur die Befolgung religiöser und ziviler Vorschriften, und wenn dem nachgekommen wurde, lautete die oft ausdrückliche Botschaft, dass die „Rechtschaffenen" (wie brave Kinder) und ihre Welt mit überreichlichen Ernten, gutem Wetter, Sieg über die Feinde und Frieden belohnt werden würden. Andere Ebenen von spiritueller Reifung, moralischem Handeln oder dem Bedürfnis nach individueller Kreativität wurden kaum anerkannt (Fowler, 1981). In der postmodernen Welt mit ihren neuen Hochglanztechnologien scheint es jedoch, dass wir alle Kreativität benötigen, die wir nur aufbringen können. Auch Spiritualität und Moral werden als Prozesse steten Wandels und Werdens angesehen.

Die Vielschichtigkeit und Einzigartigkeit des Individuums dient als Beleg für Morenos Kreativitätsphilosophie. Wozu sollte man in einer Welt einzigartig sein, in der Kreativität überflüssig ist? Wenn Kreativität aber andererseits eine zentrale Rolle spielt, ein Hauptzweck des Universums ist, dann sind alle Menschen dazu eingeladen, die Kombinationsmöglichkeiten ihrer Stärken, Schwächen und Vorlieben, ihre persönliche Individualität, bis ins letzte Detail zu entdecken und auszuprobieren, und ihre Einzigartigkeit im Dienst der Kreativität voll auszuschöpfen.

BEGEGNUNG

Nicht nur der eigenen Individualität lohnt es sich, bewusst zu werden, auch bei anderen gilt es, Individualität zu entdecken. Es ist viel wert, Kreativität sowohl bei sich selbst als auch bei anderen zu fördern. Die Einzigartigkeit des anderen zu erkennen und sie zu unterstützen, erfordert einen höheren Grad an zwischenmenschlichem Engagement, was Moreno als „Begegnung" bezeichnete.

Der jüdische Philosoph Martin Buber beschrieb einen ähnlichen Aspekt hinsichtlich der unterschiedlichen Art und Weise, wie die Menschen sich einerseits auf Dinge beziehen („Ich-Es") und wie sie andererseits auf ihre Mitmenschen („Ich-Du") Bezug nehmen (sollten). Bei letzterer Beziehung spielt immer die Spontaneität der anderen eine Rolle – was bedeutet, dass man überrascht werden kann! Sie – die anderen – tun gelegentlich etwas, mit dem man weder rechnet noch das man sich wünschen würde. Sie sind keine Spielsachen, die sich manipulieren lassen; sie sind keine Dinge.

Sowohl Buber als auch Moreno erkannten, dass viele Menschen tatsächlich dazu neigen, sich nicht nur auf Mitmenschen, sondern sogar auf Gott in der

„Ich-Es“-Weise zu beziehen, als ob sie die anderen manipulieren könnten.

Beschwichtigungen, Opfergaben und andere Riten waren für viele Menschen schlicht Magie – wenn ich das eine tue, tust du automatisch das andere –, aber Beziehungen zwischen kreativen Wesen funktionieren nun einmal nicht auf eine so simple Art und Weise. Vielmehr muss eine Umstellung stattfinden und Denken und Umgang mit dieser Wirklichkeit müssen reifer werden. Das erfordert natürlich mehr Verantwortlichkeit und mehr Achtsamkeit gegenüber der Andersheit der anderen, Gott eingeschlossen. Die gute Nachricht ist aber, dass laut Moreno (und Buber) Gottes Liebe ebenso aufgeschlossen für unsere Individualität und Spontaneität ist, und dass Gott sich für uns wünscht, dass wir unser Potential voll entfalten.

Wer die Kunst der Begegnung erlernt, lernt Offenheit, Mitgefühl, und den Genuss an der Kreativität anderer. Es hat keinen großen ästhetischen Wert, wenn der andere nichts ist als ein Spiegel oder eine Puppe. Größeren Wert hat die Förderung der Spontaneität im Ich und im Du. Der Nachteil daran ist, dass man keine Kontrolle hat, es keinerlei Garantie gibt und man nicht immer das bekommt, was das kleine, ungeduldige Ego in diesem Augenblick haben will. Der Vorteil ist dagegen eine Beziehung, die bedeutend wächst, die entdeckt und voll Interaktion steckt. In einer auf gegenseitiger Spontaneität beruhenden Beziehung kann man außerdem die Welt durch die Augen, Sinne und Gedanken des anderen genießen. Die Welt wird größer, weil der andere nicht nur mit seinem Partner spielt, sondern auch eigene Erfahrungen teilt und austauscht. Auch in diesem Fall gewinnt wiederum die Ästhetik der Kreativität, nicht die Ästhetik der Sicherheit.

Die praktische Seite von all dem ist die psychodramatische Methode zur Förderung des spirituellen Dialogs, einer Mischung aus Axiodrama und der Methode des „leeren Stuhls“. Statt nur im Gebet mit Gott zu sprechen oder in der Meditation zu „lauschen“, wird den Menschen eine Begegnung mit Gott (oder dem Abbild eines anderen großen, weisen Wesens oder einer höheren Macht) ermöglicht, mit dem man eine gegenseitige Unterhaltung führen, Rollen tauschen und dem man Fragen stellen kann, so dass man sich, plötzlich an der Stelle der höheren Macht stehend, oft selbst mit spontanen, individuellen und erstaunlich bedeutungsvollen Antworten auf die gestellten Fragen überrascht. Es ist eine sehr eindrucksvolle Art der Kontemplation.

KREATIVE THEOLOGIE

Morenos Theologie beinhaltet eine Revision in sich, weil das Individuum jeweils selbst ein Bedeutungssystem herausarbeiten muss, das seinem eigenen Charakter, seiner Kultur und seinem persönlichen Hintergrund entspricht. Bei der Kreativität am wichtigsten ist ein fortlaufender Prozess des Abbauens

und Wiederaufbauens, so dass alle Vorannahmen und Konzepte, auch die eigenen und sogar die Vorstellungen von und Gedanken über Gott, provisorisch, hinterfragbar und abänderlich sind.

Ebenso wie Moreno Kulturkonserven in den Bereichen Mainstream-Religion und Philosophie in Frage stellte, indem er eigene Ideen darüber entwickelte, besitzt jeder von uns die Fähigkeit, eigene Mythen auszuarbeiten. Das in Kapitel 20 vorgestellte Bibliodrama stellt eine Adaptation des Soziodramas dar, wobei die Teilnehmer sich anhand biblischer Texte und Geschichten alternative Szenarien ausdenken können. Moreno würde vielleicht noch weiter gehen und uns daran erinnern, dass aus seiner Sicht jeder, der der Spontaneität freien Lauf lässt, auch der Erleuchtung, der Verschmelzung des göttlichen Geistes mit dem eigenen Denken, öffnen kann. Er war davon überzeugt, dass Gott nicht nur in den Propheten der Vergangenheit wirkte, sondern jetzt und heute in jedem und durch jedes Wesen wirkt. Natürlich müssen Vorstellungskraft und Erleuchtung mittels eines vernünftigen Grads an Scharfblick ausgeglichen werden.

ZUSAMMENFASSUNG

Morenos Theologie hat den zeitgenössischen Trends auf spirituellem Gebiet eine Menge zu bieten. Da in unserer Welt die Multikulturalität zusehends zunimmt, kommt es in den verschiedenen Religionen zu Reformationsbewegungen und Verhandlungen über theologische Gedanken. Trotzdem bleibt das Gottesbild für die meisten Menschen (die Ansichten von Atheisten eingeschlossen) unausgesprochen und auf der Ebene des Unterbewusstseins, es sei denn, ihr Glaube wird im Rahmen einer Therapie oder bei Exerzitien ausdrücklich thematisiert. Dass Moreno diese fundamentalen Aspekte aufgriff, beweist, wie wichtig es ist, sich über die unterbewussten Vorannahmen unseres Lebens bewusst zu werden, insbesondere bezüglich ultimativer Bedeutungen und Zugehörigkeiten.

Morenos Darstellung des Göttlichen als alles durchdringend, kreativ und zur Mitverantwortung und Beteiligung an der Schöpfung einladend kann den Menschen helfen, einander mehr zu ehren, das Licht Gottes in den Schwierigkeiten ihrer Nachbarn zu sehen und der Versuchung zu widerstehen, sich allzu sehr auf die scheinbare Sicherheit der bereits vorhandenen Schöpfung zu verlassen – der „Kulturkonserve“, wie Moreno es nannte. Wenn man die feine ästhetische Verschiebung versteht, auf der Morenos Theologie begründet ist, erkennt man auch die Quelle seiner unerschöpflichen Energie: Die Rolle des Mit-Schöpfers zu übernehmen, kann äußerst anspornend und wohltuend sein, wenn man die Aufgabe an sich als großartige, wundervolle, unbegrenzte, erhabene Ehre betrachtet, durch die man Gott dabei hilft, immer neues Land zu beschreiten. Es ist, als nähme man an der Errichtung eines riesigen Bauwerks oder an einer ungeheuren Feier teil, und das in dem Wissen, dass das, was man tut, als wichtiger und bedeutender Beitrag zum Ganzen

anerkannt wird. Hinter einem solchen Bild vom Kosmos steckt eine Menge Erleuchtung.

QUELLEN

Berdyaev, Nikolai A. (1954). The meaning of the creative act (D. A. Lowrie, Trans.). New York: Harper & Bros. (Veröffentlichung des Originals im Jahr 1911)

Blatner, Adam. (1985). Moreno's „process philosophy." Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 38(3), 133-136.

Blatner, Adam. (1998). The implications of Process Philosophy for Psychiatry. Vorgetragen im Rahmen der International Whitehead Conference, Claremont, California.

Blatner, Adam & Blatner, Allee. (1997). The art of play: Helping adults reclaim imagination and spontaneity. Philadelphia: Brunner/Mazel-Taylor & Francis.

Blatner, Adam & Blatner, Allee (1988). The metaphysics of creativity as reflected in Moreno's "metapraxie" and the mystical tradition. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 48(4), 155-163.

Fowler, James W. (1981). Stages of faith: The psychology of human development and the quest for meaning. New York: Harper Collins.

Frankl, Viktor. (1978). The unheard cry for meaning. New York: Simon & Schuster.

Griffin, David Ray; Cobb, John B., Jr.; Ford, Marcus P.; Gunter, Pete A. Y. & Ochs, Peter. (1993). Founders of constructive postmodern philosophy: Peirce, James, Bergson, Whitehead, and Hartshorne. Albany: State University of New York Press.

Kazantsakis, Nikos. (1960). The saviors of God. New York: Simon & Schuster.
Kraus, Christopher. (1984). Psychodrama for fallen gods: A review of Morenian theology. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 37(2), 47-64.
Lindqvist, Martti. (1994). Religion and the spirit. In P. Holmes, M. Karp, & M. Watson (Eds.), Psychodrama since Moreno. New York & London: Routledge.
May, Rollo. (1991). The cry for myth. New York: W. W. Norton.
Moreno, J.L. (1934). Who shall survive? Washington, DC: Nervous & Mental Disease Publishing Co. Moreno, J.L. (1971). The words of the Father. Beacon, NY: Beacon House.
Moreno, J.L. (1972). The religion of God-Father. In Paul E. Johnson (Ed.), Healer of the mind: A psychiatrist's search for faith (S. 197-215). Nashville, TN: Abingdon.
Schafer, Roy. (1976). A new language for psychoanalysis. New Haven: Yale University Press.
Wuthnow, Robert. (1998). After heaven: Spirituality in America since the 1950s. Berkeley: University of California Press.

7
Kreativität

In den vergangenen Jahrhunderten fanden drei neue und miteinander verbundene Ideen Eingang in das menschliche Bewusstsein: Fortschritt, Evolution und Kreativität. Zuvor hatte man das Leben eher als zyklisch empfunden. Der Begriff „Kreativität“ (bzw. *creativity*) war in den meisten englischen Wörterbüchern bis vor etwa einhundert Jahren nicht einmal aufgelistet. Mit der rapiden Zunahme technologischer Innovationen nahm die Relevanz der Kreativität und der damit verbundenen Konzepte rasch zu.

Für Moreno und andere Philosophen war Kreativität eine metaphysische oder sogar theologische Qualität, wie im vorigen Kapitel dargelegt wurde. Außerdem ist die Kreativität selbst inzwischen zum Untersuchungsgegenstand geworden und zur Erforschung ihrer vielen Aspekte wurden Institute und Organisationen gegründet, Zeitschriften und Bücher herausgegeben und Konferenzen abgehalten (Runco & Pritzker, 1999).

Das Psychodrama und die damit verbundenen Methoden kann man als Verfahren zur Förderung der Kreativität von Individuen und Gruppen betrachten. Eine logische Abfolge von aufeinander aufbauenden Überlegungen kann an dieser Stelle helfen zu erklären, wie das Psychodrama funktioniert:

Erstens wird Kreativität als wichtiger Wert anerkannt. Viele Probleme des Einzelnen oder in der Gruppe werden verschlimmert, weil die Personen entweder jede Auseinandersetzung damit vermeiden oder sich an überholten Lösungen festklammern; dieses Verhalten ist zumindest teilweise auf das Fehlen von Fähigkeiten auf dem Gebiet des kreativen Denkens zurückzuführen. Zweitens stellt die beste Art, Kreativität zu fördern, die Förderung von Spontaneität dar – eine psychische und soziale Dynamik, die im folgenden Kapitel erörtert werden wird.

Drittens erfordert Spontaneität Mut und Freiheit zur Improvisation, was wiederum ein grundlegend spielerisches Umfeld erfordert – thematisiert in Kapitel 9.

Viertens, Spontaneität und Kreativität lassen sich auch durch physisches Handeln, Einbildungskraft und Gruppendialog steigern (Kapitel 10).

Fünftens, das Improvisationsdrama ist das kulturelle Medium, das die oben genannten Qualitäten in sich vereint. Moreno erkannte, dass das Drama nicht nur der Unterhaltung diente, sondern dass dieser wirkungsvolle und evokative Vorgang auch modifiziert und für die Heilung einer Person oder Gruppe angewendet werden kann, nämlich im Psychodrama.

Sechstens wurde als weiterer Block aktionsgeladener Methoden die Soziometrie entwickelt (siehe Kapitel 18 und 19), um bei Gruppenmitgliedern spontane Reaktionen auszulösen mit dem Zweck, in der sozialen Umgebung das Maß an Kreativität zu erhöhen.

Siebtens, die Sprache des Theaters, insbesondere das Konzept „Rolle", kann modifiziert und als praktische Sprache für diese kreativen Veränderungen verwendet werden (worauf ich in den Kapiteln 15 bis 17 näher eingehe).

KREATIVITÄTSBETRACHTUNG

Kreativität ist keine reine Neuerung. Sie muss als wichtiger und positiver Wert anerkannt werden. In Wirklichkeit ist die Lage aber sehr komplex: Kreativität bewirkt nicht immer nur das Beste. Manchmal dauert eine neue Idee eine Weile an, hat viele enthusiastische Anhänger, bis sich unerwünschte Nebenwirkungen einstellen, die die ursprünglichen Vorteile überschatten. Es ist also nicht nur das Althergebrachte, das neu bewertet werden muss, sondern eben manchmal auch das gerade erst Geschaffene.

Kreativität ist häufig ein gemeinschaftlicher Prozess, bei dem mehrere Personen gemeinsam neue Ideen entwickeln, sich gegenseitig auf die Sprünge helfen, formen und modellieren und sich einander die Bälle zuspielen.

Im Unterbewusstsein stauen sich nicht nur unterdrückte Gedanken und Gefühle auf, sondern es ist auch eine Quelle der Inspiration, aus der sich auch Weisheit, Humor und Mitgefühl schöpfen lassen, wenn man sich diesem eigentlichen Ursprung der meisten kreativen Durchbrüche öffnet. In gewisser Weise sind wir nicht nur Mitschöpfer zusammen mit anderen, wir sind auch Mitschöpfer unseres eigenen Höheren Selbst.

Etwas Neues zu schaffen bedeutet oft, das Alte zu zerstören. Dieser Vorgang kann einfach sein und auf allgemeine Unterstützung stoßen, es kann aber auch heftigen Widerstand gegen den Wandel geben. Es bedarf einer großen Portion Kreativität für die Entwicklung neuer und besserer Arten, anderen kreativen Ideen zu allgemeiner Akzeptanz zu verhelfen. Kreativität wird jedoch allzu oft im Keim erstickt.

DIE KULTURKONSERVE

Obwohl das Konzept Kreativität inzwischen fast modern geworden ist und trotz der häufigen Lippenbekenntnisse scheinen viele soziale Einrichtungen und Normen diese dynamische Entwicklung zu ignorieren oder sogar zu unterdrücken. Im Lauf der Geschichte wurde Kreativität größtenteils durch Konservativismus und Traditionen verhindert, und diese Hemmschwelle gibt es bis heute in der Kindererziehung, in Schulen, Religion und vielen anderen sozialen und kulturellen Einrichtungen.

Moreno prägte den Begriff „Kulturkonserve", um Dinge (auch immaterielle Aspekte wie Bräuche oder soziale Gebote) zu beschreiben, die bereits geschaffen sind. Bei der Konserve handelt es sich in erster Linie um eine gute und notwendige Sache, um die Grundlage für Höflichkeit, gute Manieren und einen großen Teil der Zivilisation. Die Kulturkonserve sollte jedoch nicht als unabänderliche Wirklichkeit, sondern als fortlaufende soziale und psychologische Schöpfung wahrgenommen werden (wie in Kapitel 5 beschrieben). Man stelle es sich als lebenden Organismus vor: Hier wächst und entsteht etwas Neues, während dort andere Teile alt werden und absterben. Das Leben erfordert einen unaufhörlichen dynamischen Prozess, und Probleme entstehen, wenn man sich gegen das neu Wachsende oder das Loslassen überflüssiger Elemente sperrt.

Notwendig ist auch ein lebhaftes und fortwährendes Wechselspiel zwischen Kreativität und dem Geschaffenen. In allen Kulturen lassen sich jedoch Schwierigkeiten feststellen, vor allem auch persönliche und familiäre Probleme, die auf die Neigung zurückzuführen sind, gegen jede Vernunft an bereits Geschaffenem festzuhalten und auf traditionelle und etablierte Regeln zu vertrauen, als ob diese unumstreitbare Autorität besäßen, so dass man in festgelegte oder starre Verhaltens-, Denk- oder Glaubensschemata verfällt.

Diese dialektische Spannung durchdringt alles, sodass das Einbeziehen von Kreativität in ein System nicht als selbstverständlich hingenommen werden darf. Moreno prägte den Terminus „Kulturkonserve", um uns dabei zu helfen, das Ergebnis von Kreativität vom Prozess zu unterscheiden und um uns daran zu erinnern, dem Prozess treu zu bleiben. (Übrigens verfügt auch jedes Individuum über eigene „Konserven" in Form bestimmter Haltungen oder feststehender Verhaltens- und Reaktionsmuster, und auch hier sind Neubewertung und Korrektur notwendige Vorgehensweisen. Deshalb wird nicht jede „Konserve" als „Kulturkonserve" bezeichnet.)

Um es noch einmal ganz deutlich zu sagen: Die Kulturkonserve ist an sich moralisch völlig neutral.

Zu Schwierigkeiten führt erst das blinde Vertrauen darauf oder exzessives Festhalten daran aufgrund von Trägheit, Denkfaulheit oder Angst vor dem Unbekannten. Wir müssen einsehen, wie wichtig es ist,

unaufhörlich schöpferisch tätig zu sein und bereits Geschaffenes zu hinterfragen. (Im folgenden Kapitel über Spontaneität gehe ich näher darauf ein, wie man der Verlockung widersteht, auf Kulturkonserven zu beharren.)

VERANTWORTUNGSFÄHIGKEIT

In Anknüpfung an das im vorigen Kapitel angesprochene Thema der Verantwortung möchte ich ausführen, dass wir durch den Perspektivenwechsel hin zum Gefühl des Gebrauchtwerdens, den Ruf Gottes nach Mitschöpfern, ein Bewusstsein für unsere Verantwortung entwickeln. Dies kann jedoch wie eine Last erscheinen, wenn wir nicht lernen, auf den Ruf zu antworten und unsere Kompetenzen zu kennen. Gleichzeitig erfordert dies aber auch eine Infrastruktur von Kenntnissen und Fähigkeiten, ein umfangreiches Rollenrepertoire und ein Gespür für Alternativen. Genau das bietet das Psychodrama, einen wahren Reichtum von Ansätzen, und wenn man viele verschiedene Arten kennt, wie man ein Problem angehen kann, fühlt es sich eher an wie eine attraktive, kreative Herausforderung als wie ein erdrückendes Hindernis. Je mehr eine Person über diese Fähigkeiten verfügt, desto stärker neigt sie dazu, sich den Herausforderungen des Lebens zu stellen statt ihnen aus dem Weg zu gehen. Wem andererseits auf den Gebieten Problemlösung, Kommunikation, Selbstwahrnehmung und in anderen Bereichen Fähigkeiten fehlen, vermeidet Gefühle wie Inkompetenz, Unsicherheit, Hilflosigkeit, Verletzbarkeit und Scham und weicht auf diese Weise auch der Auseinandersetzung mit den eigenen Problemen aus.

PSYCHOLOGISCHE AUSBLICKE

Kreativität ist nicht nur etwas für Künstler, Wissenschaftler oder andere Erfinder – sie ist Teil des täglichen Lebens. Allein schon ihren Wert anzuerkennen und den Vorgang zu genießen, kann transformative Wirkung haben. In der Familientherapie beispielsweise tritt meist dieselbe Blockade auf, weil die Familienmitglieder sich selbst rechtfertigen und die anderen beschuldigen. Sie handeln aus der Überzeugung heraus, dass es ein „richtiges“ und ein „falsches“ Verhalten gibt und wünschen sich, dass der Therapeut als Richter auftritt und natürlich ihrer Seite Recht gibt. Die Situation wird dadurch sehr angespannt, weil jeder Vorschlag, der Betroffene solle sich in seinem Standpunkt ein wenig erweichen lassen oder nachgeben, als Bedrohung des Gesamtgebäudes empfunden wird. Ein bisschen Unrecht zu haben bedeutet, dass man auf der ganzen Linie Unrecht haben könnte und damit die schuldige Partei sein könnte.

Stattdessen hilft es, der Situation einen neuen Rahmen zu geben und sie als kreative Herausforderung anzusehen. Damit wird das Beschuldigungs-Verteidigungs-Muster durchbrochen. Außerdem fühlen sich die Teilnehmer in gewisser Weise geschmeichelt, wenn ihnen die Rolle des Problemlösers zuerkannt wird und man sie beauftragt, Alternativen auszukundschaften. Die Kreativität transzendiert damit die Konserve des bloßen Streitens und eröffnet als neue Perspektive das Abenteuer des Entdeckens.

In der traditionellen Psychotherapie steht die Förderung der Kreativität nicht im Vordergrund. Eine Ausnahme bildete Otto Rank, der als Künstler tätig war, bevor er sich als junger Mann der frühen psychoanalytischen Bewegung anschloss. Sein Therapieansatz geht eher von einer Metapher des Lebens als Kunstwerk aus. Sein Ziel war daher nicht die reine Interpretation, sondern die Unterstützung seiner Klienten bei der Erweiterung ihrer kreativen Kapazität. In jüngerer Zeit gab es konstruktivistische Ansätze in der Psychotherapie, die einen ähnlichen Ton anschlugen und den Menschen helfen wollten, ihre innere Geschichte, die Geschichte ihres Lebens, neu zu erzählen und das „Skript“ dabei lebensbejahender zu gestalten. (Morenos Arbeit kann in dieser Hinsicht als Vorläufer des Konstruktivismus bezeichnet werden.)

SOZIATRIE

Kreativität benötigen wir außerdem für das Überdenken unserer sozialen und kulturellen Normen. Moreno war fest von der Untrennbarkeit von Individual- und Sozialpsychologie überzeugt (siehe Kapitel 18). Daher dürfen Heilungsversuche nicht ausschließlich auf die Personen in der „Krankenrolle“ gerichtet sein, sondern müssen auch die kulturelle Matrix mit einbeziehen, die häufig selbst pathologische Züge trägt.

Die Psychiatrie der Mitte des 20. Jahrhunderts hatte

einen Weg gefunden, sich sozial und wirtschaftlich abzusichern, indem man sich auf die Probleme des Individuums konzentrierte und die Kritik an der Kultur Politikern und Philosophen überließ. Den meisten schien es eher um Anpassung als um sozialen Aktivismus zu gehen. Wallach und Wallach (1983) untersuchten die Tendenz der modernen, dynamischen Psychologie, die individualistischen Aspekte von Erfahrung zu überbewerten, beschrieben wurde dies auch von Cushman (1995), Jacoby (1983), sowie Hillman und Ventura (1992).

Moreno dagegen war seit seiner Jugend am sozialen Aktivismus beteiligt. Dieser war mit seiner Theologie, seiner Kreativitätsphilosophie und seinen psychosozialen Theorien verbunden. Als Ableitung bzw. Wortspiel mit dem Begriff Psychiatrie (hergeleitet von griechisch „psyche“ für Geist/Seele und „iatreía“ für das Heilen) erfand Moreno den entsprechenden Begriff Soziatrie: die Bemühungen, deine Kultur zu heilen. Er glaubte sogar so fest daran, dass er seiner wichtigsten Fachzeitschrift diesen Titel gab! (Nach zwei Jahren änderte er diesen allerdings in „Group Psychotherapy“.)

Moreno hatte gehofft, seine frühen Theaterexperimente brächten einen allgemeinen gesellschaftlichen Nutzen mit sich. Unabhängig davon haben andere Wissenschaftler wie Augusto Boal in den letzten Jahren die soziotherapeutische Funktion des Theaters anerkannt. In zunehmendem Maß wird das Soziodrama in Verbindung mit Soziometrie auch außerhalb des psychotherapeutischen Bereichs verwendet, um bei der Gründung menschlich verantwortlicheren sozialen Organisationen zu helfen.

Demnach darf Kreativität nicht nur auf persönlicher Ebene angewendet werden, sondern muss auch die kollektive Ebene erreichen – damit man daran arbeiten kann, die Welt in einen besseren Ort zu verwandeln. Moreno gab sich nicht damit zufrieden, nur über seine Philosophie zu schreiben; im Gegenteil kritisierte er solche Elfenbeinturm-Allüren. Energisch vertrat er die Meinung, dass wir versuchen sollten, unsere Überzeugungen aktiv in soziale Aktionen umszusetzen; die verschiedenen Methoden des Psychodramas, Soziodramas und der Soziometrie sind darauf ausgelegt, diese Aufgabe zu erfüllen.

NÄHER BETRACHTET

Zwischen den theologischen Überlegungen des vorigen Kapitels und den eher psychologischen Erklärungen und praktischen Anwendungen im folgenden Teil des Buchs findet ein leichter Perspektivwechsel statt. Statt sich die Kreativität eines phallischen Künstlers vorzustellen – etwas ausstellend, die Welt herausfordernd – sollte man sich das sanftere und trotzdem fesselnde Bild einer Mutter, die auf das Schreien eines Kindes reagiert, vor Augen halten. In diesem Fall ist es ein Schrei der Welt nach Hilfe

beim Wachsen und bei der Herstellung von Harmonie, Ausgeglichenheit, Stabilität und Liebe. Moreno (1971, S. 18-19) stellt sich Gott vor, wie er in den Kosmos hineinschreit: „Hilf mir!“

Meiner Meinung nach müssen die Menschen daran erinnert werden, dass die Welt sie braucht. Besonders jungen Menschen, die das Gefühl der Zugehörigkeit und Führung brauchen, muss man alle paar Wochen und auf verschiedene Weisen klar machen: „Die Welt braucht dich und deine Vorstellungskraft, deine Talente, worin diese auch bestehen mögen, deine einfache Arbeit und Hilfe, deine Liebe und dein Mitgefühl, dein Singen, dein Licht.“ Obwohl unsere Generation letzten Endes das Erbe unserer Vorfahren tatsächlich verbessert hat, stehen noch immer viele Verbesserungen aus. Ich glaube nicht, dass wir das unserer Jugend gegenüber genug zugeben.

Im Herzen des Psychodramas pulsiert die Kreativität, die das bewusste Sein auffordert, seiner inspirativen Energie zu dienen, das wiederum die Gesellschaft auffordert, die Schwierigkeiten des Individuums anzugehen, und das Individuum auffordert, die Schwierigkeiten der Gesellschaft anzugehen. Kreativität sollte man also nicht nur als Ausdruck von Ganzheit begreifen, sondern auch als aufrichtige Antwort auf ein Bedürfnis.

ZUSAMMENFASSUNG

In Kapitel 5 stellte sich uns ein philosophisches Problem: Wie können wir das Beste von den Konserven aus der Vergangenheit nehmen, aus den vormodernen Traditionen, den spirituellen Traditionen nicht-industrialisierter Kulturen usw., und gleichzeitig sowohl der Moderne als auch der Postmoderne die besten Elemente und Erkenntnisse entlocken? Vielleicht kann das erreicht werden, indem man der Kreativität selbst den höchstmöglichen Stellenwert gibt und all diese kulturellen Strömungen dem andauernden Prozess kreativer Neubewertung und Erfindung unterwirft. Die Dynamik wirkt dann in den Konserven, verwirft das Unnütze und entwickelt das Nützliche weiter.

Viele der Ideen, die in diesem Buch erörtert werden, drehen sich um den Gedanken, dass Kreativität sowohl ein Wert als auch ein dynamischer Prozess ist. Surplus-Realität, Selbstdarstellung, Soziometrie, Spiel, Begegnung – diese und andere Themen beherbergen das Thema Kreativität in ihrer Grundstruktur. Glücklicherweise hinterließ Moreno auch einige Überlegungen darüber, wie Kreativität am besten zu pflegen und fördern sei, nämlich mittels Spontaneität, Thema des nächsten Kapitels.

QUELLEN

Cushman, Philip. (1995). Constructing the self, constructing America: A cultural history of psychotherapy. Reading, MA: Addison-Wesley.
Jacoby, Russel. (1983). The repression of psychoanalysis. New York: Basic Books.
Moreno, J.L. (1946). Psychodrama (1. Auflage). Beacon, NY: Beacon House.
Moreno, J.L. (1971). The words of the Father. Beacon, NY: Beacon House.
Runco, Mark & Pritzker, Steven. (1999). Encyclopedia of creativity. San Diego: Academic Press.
Wallach, Michael A. & Wallach, Lise. (1983). Psychology's sanction for selfishness: The error of egoism in theory and therapy. San Francisco: W. H. Freeman.

8
Spontaneität

Eine von Morenos brillantesten Einsichten ist, dass Spontaneität der physische, mentale und zwischenmenschliche Vorgang ist, der am effektivsten zur Kreativität führt. Viele denken, eine kreative Person würde nachdenken, planen und sorgfältig abwägen, aber in Wirklichkeit schwingt beim kreativen Prozess in der Regel ein gewisser Grad an Herumbastelei, gedankenlosem Ausprobieren und verspielter Improvisation mit.

Betrachten wir einige Ausdrucksformen von Spontaneität. Eine Möglichkeit, um ein schwer fassbares Konzept zu verstehen, ist weniger durch Definitionen als vielmehr durch anschauliche Beispiele:

- der Gesang einer Spottdrossel, das Spiel eines Kätzchens;
- unstrukturiertes Rollenspiel von kleineren Kindern, außerdem ein großer Teil ihrer gemalten und gezeichneten Bilder und ihres Forschens und Ausprobierens;
- Improvisationen in der Musik, z.B. im Jazz;
- Eltern beim Spiel mit ihren Babys oder kleinen Kindern;
- eine Person, die beim Kochen spontan neue Ideen ausprobiert;
- Tele zwischen zwei Personen, das Gefühl gegenseitiger Attraktion;
- eine angeregte Unterhaltung, wenn zwei Menschen entdecken, dass sie sich ineinander verlieben;
- die Inspiration eines Dichters, die spontane Ansprache eines Predigers.

Spontaneität muss nicht auffällig und dramatisch sein; sie kann sich subtil, sanft und anspruchslos ausdrücken. Sie kann sich in der Art und Weise eines Menschen zu denken, zu gehen, die Natur zu betrachten, zu tanzen oder unter der Dusche leise eine Melodie zu summen zeigen.

BEZIEHUNGEN ZUR KREATIVITÄT

Moreno beschrieb einen „Kreativitätskanon“, ein Diagramm, das diese Beziehung darstellte. Mit dem beginnend, was bereits geschaffen wurde, kann die Person (oder die Gruppe) sich aufwärmen und so einen Zustand von Spontaneität erreichen, aus dem neue Kreativität entsteht. Während also die Kreativität in gewisser Weise mehr den Vorgang

betont, bei dem etwas geschaffen wird, d.h. das Was, liegt bei der Spontaneität der Schwerpunkt eher auf dem Wie, auf der Kombination aus Haltung, erforschendem Handeln, Bereitschaft zu korrigieren und anzupassen und Kreativität als implizites, wenn nicht sogar explizites, Ziel zu verfolgen (Moreno, 1983, S. 34).

Für Moreno hat der Begriff der Spontaneität, genau wie Kreativität, Tele, Soziometrie und andere Ideen, sowohl eine allgemeine als auch eine spezifischere Bedeutung. Im allgemeinen Sinn ist es nah mit der lateinischen Wortwurzel, *sua sponte*, also selbstbewegend, verwandt – im Gegensatz zu deterministischen Überzeugungen auf den Gebieten der Psychologie und Theologie (Moreno, 1983, S. 127). Ebenso wie die Kreativität sah Moreno die Spontaneität in der Natur und empfand sogar Gott als in hohem Maße spontan. Diese Ansicht erkennt die Allgegenwart dessen an, was Whitehead als „subjektives Ziel" bezeichnete, was wahre Freiheit, Auswahlmöglichkeiten und die Fähigkeit, auf verschiedene mögliche Arten zu reagieren, beinhaltet.

Auf theologischer Ebene macht das Bild von einem Gott, der als kosmischer Architekt mit Kompass und Maßband berechnet und in rationaler, methodischer Art und Weise schafft, Platz für einen improvisierenden Gott, der sich durch Spontaneität in jedem Wesen und Ding, belebt und unbelebt, entfaltet. Diesen „elan vital" (Bezeichnung nach Bergson) kann man in der Aktivität eines Vulkans oder im Paarungstanz eines Schmetterlings wahrnehmen. In Morenos Augen schwangen in den Vorgängen des Spielens, Aufwärmens und der Selbstdarstellung auf einer tiefgehenden Ebene die Natur und Gott mit.

Um Kreativität und Spontaneität besser voneinander unterscheiden zu können, sei gesagt, dass sich Ersteres auf den aktiven Vorgang des Erschaffens bezieht, während Letzteres die Bereitschaft zu schaffen bezeichnet, den damit verbunden Bewusstseinszustand, was auch häufig einen angeregten körperlichen Zustand und zwischenmenschliche oder Gruppenbeziehungen mit einschließt. Man kann bei einer Person die Spontaneität fördern, ohne dass dies unmittelbar in größerer Kreativität zum Ausdruck kommt. Andererseits können Menschen auch kreativ sein, ohne über besondere Spontaneität zu verfügen. Auch kühles, rationales Planen oder die zufällige Trial-and-Error-Methode können zu kreativen Durchbrüchen führen. Scharfsinnig beobachtete Moreno jedoch, dass Kreativität in den meisten Fällen in Situationen auftritt, in denen die beteiligten Personen improvisieren oder auf andere Weise auf ein höheres Spontaneitätslevel vorbereitet sind.

Morenos Neigung, Philosophie, Soziologie und Psychologie miteinander zu mischen, erschwert die Erstellung einer beständigen Definition (Aulicino, 1954). Auch wenn man einen gewissen Grad an „kosmischer" Resonanz und Freiheit im Kern der Spontaneität anerkennt, ist es aus praktischen Gründen am besten zu verstehen als ein geistiger Zustand, eine Art Bereitschaft zum Um- und Neudenken.

ROBOPATHIE

Die Bedeutung des Begriffs der Spontaneität liegt darin, dass viele Menschen sie trotz ihrer Allgegenwart in der Natur ihren Wert nicht anerkennen oder nicht wissen, wie sie ihre eigene Spontaneität oder die anderer maximieren können; es kann sogar sein, dass sie Spontaneität aktiv vermeiden! Spontaneität ist deshalb so wichtig, weil sie die Abhilfe für die im vorherigen Kapitel beschriebene Tendenz, sich auf Kulturkonserven zu verlassen, darstellt. Wenn sich eine Person aktiv an althergebrachten Verhaltens- und Denkweisen festklammert, seien sie sozialer oder psychologischer Natur, und wenn sie gemäß ihrer Fixierungen und Gewohnheiten lebt, verhalten sie sich, als wären sie wie eine Maschine programmiert worden – diesen Zustand nennt man „Robopathie". (Moreno benutzte auch den Begriff „Zoomatrons", lebende Automaten.)

Weiterentwickelt wurde diese Idee von einem von Morenos ersten Mitarbeitern, Lew Yablonsky, in dessen Buch *Robopaths* aus dem Jahr 1972. Darin wird gezeigt, dass bei Menschen, die in mentale Trägheit verfallen und sich ausschließlich auf Konserven verlassen, dieser Mangel an Spontaneität den gemeinsamen Nenner vieler verschiedener Arten von Persönlichkeits- und neurotischen Störungen darstellt. Aus diesem Blickwinkel äußert sich Robopathie in Form von gedankenloser Bürokratie, kompromisslosem Traditionalismus, Vorurteilen, Fanatismus, Sucht- und suchtähnlichem Verhalten sowie einer Reihe weiterer individueller und sozialer Störungen.

Auf einer tieferen Ebene entspringt Robopathie aus der angeborenen Neigung zu geistiger Trägheit, dem Teil des Denkens, der „einfach nur in Ruhe gelassen werden möchte" oder wünscht, er könne sich „wieder ins Bett zurückziehen" oder der auf andere Weise am Zustand von Selbstzufriedenheit oder Verweigerung festzuhalten sucht. Grundlegend ist dieses Streben regressiv; Otto Rank beschreibt es als den unterbewussten Wunsch, in das Embryo-Stadium im Mutterleib zurückzukehren. In diesem Denken wird die Aussicht, Probleme aktiv anzugehen (d.h. spontan zu sein), als „zu schwierig" empfunden. Es ist einfacher, zu den vorgegebenen Denk- und Verhaltensmustern der Robopathie zurückzukehren und Gleichgesinnte zu finden, die sich ebenfalls der Spontaneität verweigern. Robopathie kann auch in gewalttätige Zerstörung ausarten, wenn die Umstände eine Begegnung mit der Wirklichkeit erfordern. Um an der tröstenden und bequemen fixen Gedankenwelt festhalten zu können, suchen und finden Robopathen einen Sündenbock, an dem sie ihre Wut auslassen. Freud bezeichnete diese Dynamik als „Thanatos" oder den „Todesinstinkt".

DIE PSYCHODYNAMIK DER SPONTANEITÄT

Zitieren wir nun Moreno (1953, S.42): „Spontaneität funktioniert in der Gegenwart, jetzt und hier; sie treibt den Einzelnen zu einer adäquaten Reaktion auf eine neue Situation oder zu einer neuen Reaktion auf eine alte Situation.“ Es ist nicht notwendig, diese Aussage bis ins Detail hinzunehmen; vielmehr sollte man untersuchen, worauf er damit hinaus wollte.

Erstens ist es nicht genug, dass eine Handlung schlicht neuartig ist. Sie muss außerdem zumindest ansatzweise adäquat und wirksam sein. Der freie Tanz ist beispielsweise ein komplizierter Balanceakt von Impulsen und Bewegungen, die das Ganze irgendwie elegant erscheinen lassen. Bloßes energisches Zucken oder Sich-Winden entbehrt der Ästhetik, die den Tanz von bloßer Bewegung unterscheidet. Wenn Kinder aufgeregt sind, hüpfen sie auf und ab und verrenken sich. Das ist jedoch nur ein beschränkter Ausdruck von Spontaneität. Die Grundidee von Spontaneität trifft zu, wenn die Kinder sich bewegen, um ein kreatives Ziel zu erreichen.

Moreno prägte den Terminus „pathologische Spontaneität“ und bezeichnete damit die Art von Impulsivität, die zwar augenscheinlich frei und authentisch zu sein scheint, in Wahrheit aber eher ein „acting-out“, eine Darstellung eines unterbewussten Wunsches oder einer unterbewussten Verweigerung in Bezug auf die jeweils gegebene Situation ist. In der Tat hege ich den Verdacht, dass viele von Morenos heftigeren und kontraproduktiven Ausbrüchen Beispiele für pathologische Spontaneität waren. In der Illusion, einfach nur spontan zu sein, verhielt sich Moreno häufig übermäßig unsensibel und aufdringlich oder weigerte sich auf andere Weise, angemessene Zurückhaltung walten zu lassen.

Spontaneität ist auch nicht das absolute Gegenteil von Gewohnheit. Im Leben gibt es viele Situationen, in denen Gewohnheiten anpassungsfähig sein müssen, z.B. beim Autofahren. Es gibt jedoch einen Unterschied, ob man eine Gewohnheit als geistiges Werkzeug benutzt oder so weit geht, die Gewohnheit Überhand über das Denken gewinnen zu lassen. Im Idealfall sorgt eine aufmerksame Haltung dafür, dass Variationen in den sonst gewohnten Umständen erkannt werden, in denen bloßes Gewohnheitshandeln nun jedoch nicht mehr ausreicht. Spontaneität wird in diesem Fall dazu benötigt, mit dem Unerwarteten fertig zu werden. In vielen Tätigkeiten, insbesondere in den darstellenden Künsten und im Sport, beruht die Kapazität für wirkungsvolle Spontaneität auf dem vorangegangenen Erwerb bestimmter Fähigkeiten bis zu dem Punkt, dass diese Fähigkeiten zur Gewohnheit geworden sind; dies bildet dann die Grundlage für kreatives Variieren, wann immer dies notwendig ist.

Spontaneität beinhaltet eine Neigung zum Fragen, Herausfordern, Umdenken, Neubewerten und dazu, ein zweites Mal hinzusehen – sie ist ein Ein-

stellungswandel. Sie beinhaltet auch Elemente wie Mut, Lebendigkeit, Engagement und Erweiterung der Horizonte, also die Gegensätze zu den oben beschriebenen robopathischen Neigungen. Bei den meisten Menschen findet sich eine Mischung aus einem gewissen Grad an Spontaneität einerseits und ein wenig Vertrauen auf Kulturkonserven andererseits. Worauf Moreno hinaus will, ist, dass wir die Spontaneität weit mehr betonen sollten.

Bei der Spontaneität besteht der Trick bzw. die hohe Kunst darin, dass eine Empfänglichkeit für die nichtrationalen, intuitiven Dimensionen des Geistes entwickelt werden muss, die dann in die bewussteren und rationalen Fertigkeiten eingegliedert werden. Dies ist der goldene Mittelweg zwischen den ehemals als höchste männliche bzw. weibliche Werte betrachteten Optionen. Die Empfänglichkeit wird dagegen gefördert, indem das Unterbewusstsein nicht als bloßer Verwahrungsort für das Unterdrückte, also alle unangenehmen Gedanken und Gefühle, betrachtet wird, sondern eher als Quelle der Kreativität anerkannt wird, als „Muse“ oder „Daimonion“. (Hierbei handelt es sich offensichtlich eher um ein Jungsches als um ein Freudsches Bild des unterbewussten Geistes.)

Hinsichtlich der Energie des Innenlebens öffnet die Spontaneität auch die geistige Wahrnehmung für die Wirklichkeiten der Umwelt. Im zwischenmenschlichen Kontext führt Spontaneität eher zu aktivem Handeln als zu Zurückhaltung; sie bringt den aktiven Prozess in Gang und hilft dabei, Reaktionen auf jede aufkommende Situation zu finden. Man entwickelt ein Bewusstsein dafür, was mit den Menschen im Umfeld los ist, interessiert sich lebhaft für ihre Bedürfnisse und ihr Verhalten. Es ist nicht immer notwendig, sich den Vorlieben der anderen anzupassen, aber es ist ein Akt der Ignoranz, die Existenz der anderen zu verleugnen.

Wenn wir wirklich authentische Beziehungen eingehen wollen, wird die angestrebte Bindung nur erreicht, wenn wir uns den Blickwinkel des anderen vorstellen, uns also durch eine Art geistigen Rollentausch in den anderen hineinversetzen. Eng mit dem Interesse am Mitmenschen verbunden ist die Bereitschaft, sich selbst vielleicht ein wenig mehr zu öffnen. Spontaneität kann sowohl ein soziales als auch ein individuelles Phänomen sein. Erwidern die andern das Entgegenkommen, vergrößert sich das Tele (siehe Kapitel 18); das Tele wiederum ist eine Unterklasse zwischenmenschlicher Spontaneität.

Eine Variation dessen entsteht, wenn die Spontaneität der Gegenwart ganz besondere Beachtung zollt. Sowohl die Vergangenheit (z.B. in Form von Erinnerungen, schriftlichen Aufzeichnungen usw.) als auch die Zukunft (Ziele, Hoffnungen, Wünsche usw.) haben ihren Platz, aber viele Menschen verlieren sich leicht in einem von beiden und leben entweder nur in der Vergangenheit oder nur in der Zukunft, bewegen sich nur im unrealistischen Fantasiereich ihrer Träume, Erwartungen

und Vorstellungen. Auf diese Fantastereien wird möglicherweise zuviel Energie verwendet, die dann fehlt, um sich der Gegebenheiten und Probleme der Gegenwart stellen zu können.

Mit anderen Worten, Spontaneität ist ganz klar im Hier und Jetzt verankert. Sie öffnet sich der Zukunft mehr im Sinne von bedeutenden Werten und Aspiration und macht nicht bei bloßen Neigungen Halt. Eine weitere Kategorie, die teils der Gegenwart und teils der Zukunft zuzurechnen ist, stellt das Gefühl für Alternativen und Möglichkeiten dar, die Fähigkeit, sich Alternativen auszudenken.

Spontaneität kann entweder nur eingeschränkt einsetzbar sein oder alles durchdringen, ähnlich wie auch die Fähigkeit jedes Einzelnen, die eigene Spontaneität zu aktivieren - sich „aufzuwärmen" – von Person zu Person verschieden ist. Wichtiger ist jedoch, dass man Spontaneität üben kann, sie – hauptsächlich empirisch – trainierbar ist und in einem stets größer werdenden Feld von Aktivitäten angewendet werden kann.

Spontaneität kann je nach Rolle variieren. Eine Person kann unter bestimmten Umständen sehr spontan sein, in einer anderen Rolle dagegen überhaupt nicht. Außerdem ist Spontaneität situationsabhängig, d.h auch eine Rolle, in der eine Person in der Regel sehr spontan handeln kann, ist möglicherweise in eine Situation eingebettet, die ihre Spontaneität stark einschränkt.

Durch zu viel Struktur, zu viele unbeugsame Regeln und die Angst vor weitreichenden und schrecklichen Konsequenzen im Fall einer Regelüberschreitung wird Spontaneität behindert. Auf der anderen Seite führen ein Fehlen von Strukturen und ein Übermaß an Willkür zu Unsicherheit; in diesem Fall gibt es einfach zu wenige Richtlinien, anhand derer sich eine plausible Rolle vertreten ließe. Es gibt also ein „Fenster", ein gewisses Maß an Struktur, das die optimalen Bedingungen schafft.

Meist weist Spontaneität Elemente der Hingabe und der Unschuld auf, woraus sich eine Erweiterung des Bewusstseins ergibt. Um dies zu erreichen, muss die störende übermäßige Zensur der inneren Stimme ausgeschaltet werden, gleichzeitig muss man sich für die inneren Impulse, Intuitionen und Inspiration öffnen. Denken Sie zum Beispiel an eine Gelegenheit, bei der Sie zu einer beliebigen Musik hemmungslos tanzten. Vermutlich ist es Ihnen als einer Ihrer besten Tänze in Erinnerung geblieben. Wenn man mit Genuss und Enthusiasmus singt, führt das zu einem ähnlichen Ergebnis. Ein guter Teil der Ausbildung von Künstlern auf verschiedenen Gebieten besteht heute tatsächlich darin, dass diese innerhalb des Ressorts, das sie beherrschen, ihren Geist befreien lernen.

EINE NICHT SPEICHERBARE ENERGIE

Die Metapher der „Energie“ wird im Zusammenhang mit Spontaneität verwendet, weil sich die Menschen umso „energetischer“ fühlen, je spontaner sie sind. Wer das Gefühl hat, sich „im Fluss“ zu befinden (Csikszentmihalyi, 1990), ist lebendiger.

In vielerlei Hinsicht unterscheidet sich die Spontaneität jedoch von der Energie, die Untersuchungsgegenstand der Physik ist. Zunächst lässt sie sich, wie Moreno bemerkt, nicht speichern – man kann sie nicht aufbewahren und bei Bedarf abrufen. Das hat grundsätzlich zwei Auswirkungen: Erstens handelt es sich bei Spontaneität nicht um etwas Willkürliches wie das Heben der Hand; Spontaneität wird sehr stark von Faktoren wie Gemütszustand, Kontext, geistiger Trägheit usw. beeinträchtigt. Man muss sich von Anfang an aufwärmen. Zugegeben, je mehr man in die Entwicklung der eigenen Spontaneität investiert hat, desto leichter fällt es, dennoch ist diese Dynamik den psychologischen und soziologischen Beschränkungen unterworfen, die sich so sehr von der physikalischen Energie unterscheiden. Daraus ergibt sich in logischer Schlussfolge, dass man Spontaneität nicht an andere weitergeben oder ihnen den Befehl erteilen kann, spontan zu sein.

Zweitens überträgt sich Spontaneität möglicherweise nicht einmal, obwohl man sie vorlebt. Wenn sich jemand ein wenig löst, hilft das manchmal auch einer zweiten Person, sich zu lockern; wenn aber der eine mehr oder weniger spontan und der andere noch etwas gehemmt ist, kann das Verhalten des ersten unter Umständen die Hemmungen des Zweiten noch verstärken. Außerdem kann sich der weniger Spontane von beiden eingeschüchtert und ärgerlich fühlen und sich Gründe zurechtlegen, um den Spontaneren abzuwerten. Der Grad an Spontaneität muss vorsichtig gewählt werden, um ein optimales Warming-Up zu gewährleisten.

STIMULATION DER KREATIVITÄT

Kreativität entspringt größtenteils (aber nicht ausschließlich) aus Spontaneität. Eine von Morenos bedeutendsten und scharfsinnigsten Erkenntnissen war, dass verstärkt spontanes Handeln und Denken die beste Methode ist, um Kreativität zu steigern. Im Allgemeinen wird niemand dadurch kreativ, dass er sich hinsetzt und nachdenkt, sondern eher, wenn er sich mit einem gegebenen Problem mehr und mehr auseinandersetzt. Zu improvisieren, zu experimentieren, darüber zu sprechen, sich auszutauschen und vor allem sich zu bewegen, fördert den Fluss der Vorstellung, der Intuition und des psychischen Durchmischungsprozesses, der am Ende Erkenntnisse und neue Ideen hervorbringt.

Unter gewissen Umständen, beispielsweise in den heutigen Klassenzimmern, ist dies eher ungünstig. Zwar fördert das Sitzen in der Schulbank eine be-

stimmte Art des Lernens, es schafft aber nicht gerade optimale Bedingungen für den Gedanken- und Ideenfluss, der für wirklich integratives und kreatives Denken notwendig ist. Wir müssen auf Erziehungsmethoden umsteigen, die die rationalen Kognitionen der linken Hirnhälfte mit den holistischen Prozessen der rechten Hirnhälfte wie Intuition, Imagination und Kinesthetik (körperliche Bewegung) kombinieren (Neville, 1989). Obwohl viele dem „Learning by doing“ Lippendienst leisten, wird diese Methode in Wahrheit viel seltener angewendet als erforderlich wäre.

Was diese Erkenntnisse Morenos alles mit einschließen, ist noch nicht vollständig erkannt worden. Sie sind zwar Grundprinzipien beim Nachspielen von Szenen und bei der Anwendung vieler anderer Techniken, mittels derer Klienten interagieren, erforschen oder sich engagieren – und durch die so erreichten Zustände höchster Spontaneität ergeben sich tiefe Einsichten. Man muss allerdings gleichzeitig bedenken, dass auch in den anschließenden Phasen, wenn die dargestellten Szenen besprochen werden, eine Art von Spontaneität eine Rolle spielt, und dass dies ebenfalls notwendig ist.

WARMING-UP

Warming-up nennt man den Vorgang, durch den man nach und nach spontaner wird. Er kann verschiedene Elemente beinhalten, von der erhöhten Konzentration auf das und Bewusstwerdung über das bestehende Problem bis hin zur Schaffung eines freundlichen emotionalen Umfelds, in dem Experimentierfreude durch Vertrauen, Gruppenzusammenhalt und einem Gefühl von Sicherheit ermöglicht wird.

Es ist schon alleine hilfreich, etwas über das Warming-up zu wissen, jedoch kann es keine erschöpfende Beschreibung des Prozesses geben, weil jeder sozusagen den „Dreh“ in gewisser Weise selbst herausfinden muss, d.h. das kognitive System und die Emotionen, das Temperament, die Interessen, das Vorstellungsvermögen und andere Elemente, die Individualität ausmachen, beeinflussen den Aufwärmungsprozess. In einem auf Optimierung der Sexualität gerichteten Warming-up zeigen sich alle tangierten Aspekte des Innenlebens, ebenso wie sich alle als wichtig empfundenen Gesichtspunkte einer Beziehung darin widerspiegeln und darin abgelesen werden kann, was als anziehend, erregend und liebenswert empfunden wird – von Person zu Person kann das stark variieren; zwischen verschiedenen Kulturen sind die Unterschiede sogar noch gravierender.

Trotzdem hilft bereits die Gewissheit, dass diese Dynamik tatsächlich existiert, den Dreh für ihre Anwendung herauszufinden; dass die Menschen wissen, dass es Lesen und Schreiben gibt, hilft ihnen ja auch bei der Erlernung dieser Fertigkeiten. Daraus folgt, dass Improvisation, Experimentierfreude und Verspieltheit stärker gefördert werden müssen

und Spontaneitätstraining unbedingt in die Lehrpläne der Schulen und in außerschulische Aktivitäten aufgenommen werden sollte.

Obwohl sich Spontaneität nicht automatisch von einer Rolle auf die andere überträgt, ergibt sich doch immer eine erhöhte Lern- und Aufnahmebereitschaft. Je bewusster es einem Kind ist, dass es Dinge alleine herausfinden und bewerkstelligen kann, desto größer ist seine Bereitschaft, sich neuen Herausforderungen zu stellen. Wenn einem Kind aber im Gegenteil beigebracht wird, dass alle Antworten (ausschließlich) in Büchern zu finden sind, desto mehr verlässt es sich auf Kulturkonserven.

Es gibt Vieles, das als Warming-Up eingestuft werden kann: In den 1930er und bis in die 1950er Jahre war es üblich, in Landhäusern und anderen abgelegenen Anwesen mehrtägige Gesellschaften, so genannte „House Partys", abzuhalten, auf denen die Gastgeber häufig verschiedene Spiele organisierten, die „das Eis brechen" und das Zusammengehörigkeitsgefühl der Gruppe stärken sollten. Im Psychodrama sowie in anderen Arten der Gruppentherapie und in Selbstentfaltungsgruppen wurden bestimmte Techniken für das Warming-Up entwickelt. Einige davon wurden aus Theaterübungen, aus der Dramatherapie, dem Bildungswesen und dem Unterhaltungssektor übernommen (Blatner, 1996, S. 62-63).

ZUSAMMENFASSUNG

Spontaneität ist in erster Linie eine Geisteshaltung, die Verpflichtung dazu, Dinge neu zu denken. Es ist die von Pirsig (1974) in seinem Klassiker „Zen und die Kunst ein Motorrad zu warten. Ein Versuch über Werte" (*Zen and the Art of Motorcycle Maintenance*) beschriebene ideale „Eigenschaft". Alles läuft auf die „Werbung" für die Bereitschaft hinaus, sich in so gut wie alle menschlichen Aktivitäten einzubringen. In den Frühformen der Kunsttherapie lag beispielsweise der Schwerpunkt auf der Analyse des Gemalten oder Gezeichneten. Nach und nach legten einige Kunsttherapeuten, vielleicht auch durch den Einfluss Morenos, immer größeren Wert auf die Befreiung der Spontaneität durch Kunst, also auf den Vorgang zunehmender Ausdrucksfähigkeit.

Auch in den anderen künstlerischen Therapien wurde dieser Schwerpunkt übernommen und es bleibt zu hoffen, dass sich diese Strömung auf den gesamten Erziehungs- und Therapiesektor ausdehnt (Blatner & Blatner, 1997).

Kurz gesagt, was wir hier beobachten können, ist ein Umschwung vom Inhalt zum Vorgang, weg vom Bedürfnis nach Perfektionierung dessen, was eine neue Konserve werden wird, und hin zur Freude am Schaffungsprozess selbst und zum immer neuen Überarbeiten des bereits Geschaffenen. Dies gilt in gleichem Maß für die theoretischen Grundlagen des Psychodramas! Morenos Texte und Zerkas Lehrin-

halte dürfen nicht übermäßig idealisiert werden. Der Begriff der Spontaneität soll dazu dienen, dass Sie, der Leser, nicht nur etwas über das Psychodrama „lernen“, sondern die Idee davon, zusammen mit allen anderen Ideen, zulassen und dass Ihr Mut für das Erschaffen, für das Ausdenken neuer Variationen, für das Entdecken neuer Facetten und für die Verbindung mit anderen Bereichen stimuliert wird.

QUELLEN

Aulicino, John. (1954). A critique of Moreno’s spontaneity theory. Group Psychotherapy, 7(2), 148-158.

Blatner, Adam & Blatner, Allee. (1997). The art of play: Helping adults reclaim imagination and spontaneity. Philadelphia: Brunner/Mazel-Taylor & Francis.

Carter, Phil. (1994). Towards a definition of spontaneity. Australian and New Zealand Psychodrama Association journal, 3, 39-40.

Csikszentmihalyi, Mihaly. (1990). Flow: The psychology of optimal experience. New York: Harper & Row.

Gessmann, Hans-Werner. (1996) Morenos Spontaneitätsprinzipien und Spontaneität im Humanistischen Psychodrama. Internationale Zeitschrift fuer Humanistisches Psychodrama (Hrsg. Hans-Werner Gessmann). Heft 4, Dez 1996, 2. Jahrgang, Verlag des Psychotherapeutischen Instituts Bergerhausen, Duisburg, 26-35

Kipper, David A. (1967). Spontaneity and the warming-up process in a new light. Group Psychotherapy, 20, 62-73.

Meyer, Adolf. (1941). Spontaneity. Sociometry, 4(2), 150-167. Moreno, J.L. (1941). The philosophy of the moment and the spontaneity theater. Sociometry, 4(2), 205-226.

Moreno, J.L. (1953). Who shall survive? New York: Beacon House.

Moreno, J.L. (Ed.) (1960). The sociometry read-

er. Glencoe, IL: The Free Press.
Moreno, J.L. (1983) The theatre of spontaneity (3. Auflage). Ambler, PA: Beacon House.
Moreno, J.L. & Moreno, Florence B. (1944). The spontaneity theory of child deve1opment. Sociometry, 7(2), 89-128.
Pirsig, Robert M. (1974). Zen and the all of motorcycle maintenance: An inquiry into values. New York: Bantam.
Yablonsky, Lewis. (1972). Robopaths. Indianapolis, IN: Bobbs-Merrill.

9
Spiel, Imagination, Surplus Realität

Das Psychodrama benutzt und fördert Imagination, symbolisches Darstellen und die Fähigkeit, sich zwischen den Reichen der Vorstellungskraft und der gewöhnlichen Wirklichkeit hin und her bewegen zu können. Das Drama selbst ist eine kulturelle Sublimierung des „So-Tun-als-ob"-Spiels aus Kindertagen; diese Art der Vor- und Verstellung ist gleichzeitig ein natürlicher Bestandteil jeder gesunden Entwicklung (Brown & Gottfried, 1985). Man könnte anführen, dass das Spiel eine Grundeigenschaft des Menschen ist. Ashley Montagu, ein berühmter Anthropologe und Gesellschaftskritiker unserer Zeit, bemerkte, dass Erwachsene von Natur aus bestimmte jugendliche Verhaltensweisen an den Tag legen, und dass sich dies darauf zurückführen lässt, dass solche Eigenschaften aus evolutionärer Sicht von Vorteil sind. Er schreibt:

„Folglich müssen die Implikationen all dessen auch vollständig verstanden und anerkannt werden: dass nämlich die Bedeutung der soziodramatischen Erfahrungen im Leben des Kindes andauern bis ins Leben des Erwachsenen" (Montagu, 1981, S. 163).

Viele Menschen hüten sich vor Imagination, Fantasie und Verspieltheit, weil sie diese Dimensionen für etwas halten, das Kindern oder reiner Unterhaltung vorbehalten ist. Kultureller Widerstand gegen phantastisches Spiel, der an anderer Stelle ausführlicher erörtert wird (Blatner & Blatner, 1997), ähnelt stark dem Widerstand gegen das Psychodrama. Zwei kürzlich erschienene Bücher anerkannter Autoren halten dieser verbreiteten Einstellung entgegen und treten für die Kultivierung der Verspieltheit als grundlegendes Element eines gesunden Lebens ein (Terr, 1999; Ackerman, 1999). Die Heilung durch Spieltherapie ist zwar längst anerkannt, dennoch hat es bislang nur sehr geringe Bemühungen gegeben, einige der Methoden in der Arbeit mit Erwachsenen einzusetzen. Das Psychodrama kann man in gewisser Weise als eine Art stark verfeinerte Spieltherapie bezeichnen.

DIE PSYCHODYNAMIK DES SPIELENS

Das Spiel vereinigt zwei Bewusstseinsebenen,

die im Wechselspiel miteinander stehen: die des Spielers und die des Spielbeobachters. Erst durch letztere Rolle wird das Spiel überhaupt zum Spiel, weil sie es erlaubt, im Geiste einen Schritt zurückzutreten, den Fortschritt des Spiels zu bewerten und es so zu verändern, dass es entweder effektiver wird oder dass ein anderes Ziel erreicht werden kann. Wenn Kinder spielen, ist ein Teil von ihnen beispielsweise in der Lage herauszutreten und zu sagen „X ist der König", „Pause", „Augenblick, ich muss mal zur Toilette", „Du schubst zu arg" oder „Nein, jetzt möchte ich die Mutter sein und du bist das Kind".

In anderen Worten ausgedrückt, schlüpfen die Menschen ganz natürlich von der Rolle des Schauspielers in die des Regisseurs und Drehbuchautors und zurück – aber in der Regel tun sie dies nicht bewusst. Teilweise basiert das Psychodrama darauf, diesen Wechsel deutlicher hervorzuheben und den Spielbeobachter, also die „Metarolle", systematischer einzusetzen. (Auf die Metarolle wird in Kapitel 15 unter dem Stichwort Angewandte Rollentheorie näher eingegangen.) Die damit verbundene besondere Denkweise wird von Kognitionspsychologen als „Metakognition" bezeichnet, was bedeutet, dass die Menschen über ihre Art zu denken nachdenken, ihre Vorannahmen überdenken, die Art der inneren Vorgänge beobachten (denken, fühlen, intuitiv erfassen, vorstellen, Wahrnehmungen verarbeiten, usw.). Das Psychodrama zielt darauf ab, Erwachsenen die Fertigkeit der Metakognition als zusätzliche Dimension geistiger Flexibilität zu vermitteln.

Auf dem Gebiet der Psychoanalyse beschrieb Donald W. Winnicott (1971) die Funktion des Spiels als „Ort der Transition", den Kinder sich zur Überwindung der Trennung von ihrer Mutter schaffen; außerdem stellte er die Notwendigkeit des Spiels als gesellschaftsübergreifende mentale Konstruktion für die Heilung fest. Zum Spiel bedarf es auch der Fantasie, und anzuerkennen, wie sehr dieser innere theatralische Vorgang alles durchdringt, verstärkt die Erkenntnis, dass es sich hierbei um eine Dimension handelt, die ernsthafte Aufmerksamkeit verdient (Pearson, 1995). Jungs Technik der aktiven Vorstellung und die Verwendung des inneren Dialogs seitens anderer Fachleute schöpfen alle aus der Quelle dieser natürlichen Fähigkeit (Watkins, 1986).

Bei der Analyse und bei anderen Therapien beinhaltet ein Teil des Heilungsprozesses selbstverständlich eine Reflexion der spontanen Ergebnisse aus Träumen, Fantasien oder freien Assoziationen.

Bei der Spiegelmethode im Psychodrama wird diese reflexive Fertigkeit besonders explizit trainiert, denn der Protagonist schlüpft abwechselnd auch in die Rollen des Publikums und des Ko-Regisseurs und beobachtet von außen, wie ein Hilfs-Ich den Part des Protagonisten in der Szene übernimmt (Reekie, 1992). Es funktioniert wie ein Videoband, das man noch einmal ablaufen lässt: „So sieht das also aus, wenn ich es von außen oder mit ein wenig Abstand betrachte." Von dieser Perspektive aus ist der Protagonist fähig, alternative Reaktionen in Betracht zu

ziehen oder die Vorannahmen näher zu erforschen, die hinter einer gegebenen Reaktion zu stecken schienen. Basierend auf diesen aktiv intervenierenden Reflexionen kann eine Szene mit einer völlig neuen Grundhaltung wiederholt werden.

Einen weiteren Aspekt bei der bimodalen Wahrnehmung im Spiel stellt die Tatsache dar, dass in gewisser Weise der Spieler durch das Beobachten bzw. die Metarolle alles einmal ausprobieren kann; d.h. was er spielt, „zählt nicht" auf dieselbe Weise, wie wenn sich der Spieler im normalen Leben und nicht im spielerischen Kontext bewegen würde. (Wiederum findet sich hier die Funktion des Labors als sublimierte Form des forschenden Spiels.)

Nicht nur menschlichen Beziehungen liegt dieser besondere „pannensichere" Kontext zugrunde, auch bei vielen Tieren dient das Spiel zur Übung von Jagd, Kampf oder Flucht, nur ohne die tatsächlichen drastischen Konsequenzen.

Auch Menschen brauchen Möglichkeiten, um Fertigkeiten zu erwerben. Proben, Astronautentraining, Kriegsspiele – das sind alles Arten von Spiel. Beim Psychodrama wird auf den Erwerb sozialer Fähigkeiten besonderer Wert gelegt, z.B. kann das Durchsetzungsvermögen gestärkt werden, oder vielleicht wird im Gegenteil impulsive Aggression abgebaut. Der spielerische Kontext schafft „Raum zum Ausprobieren" und ist daher eine emotionale Hilfestellung.

ERREGUNG

Weshalb haben Menschen (und höhere Tiere) Emotionen? Tomkins (1991) sieht die Funktion der Emotionen in der Erweiterung und Organisation der Aufmerksamkeit, damit der Organismus entsprechend angepasst reagieren kann. Er unterscheidet neun grundlegende Affekte auf Instinktebene (Nathanson, 1992, S. 74-6). Während die Psychologie ihre Aufmerksamkeit hauptsächlich auf das Wesen negativer Affekte richtet – Angst, Trauer, Scham, Wut und Ekel -, müssen wir uns auch den positiven Affekten wie Freude, Interesse oder Erregung zuwenden. Das dramatische Spiel, ebenso wie das des Psychodramas, dient unter anderem auch dazu, Emotionen hervorzuheben und sie in einen sozialen Kontext zu setzen, um ihnen Bedeutung zu verleihen. Das allein ist schon eine interessante und sogar erregende Herausforderung.

Diese positiven Emotionen, besonders Interesse-Erregung, motivieren auch Kreativität und Spontaneität. Das Psychodrama lässt sich also nicht nur zur Lösung von Problemen anwenden, sondern es hilft auch, die natürlichen Quellen der Lebensfreude zu nutzen.

Vorstellungskraft, Verspieltheit und Improvisationstheater laden dazu ein, andere ästhetische Ausdrucksformen anzuwenden: Gesang, Tanz, Poesie, Musik.

Es ist wichtig und notwendig, Spaß, Interesse und Erregung als den motivierenden Elementen unseres Lebens mehr Anerkennung und Aufmerksamkeit zu widmen. Das hat mit einer gewissen Einstellung bzw. der Neigung zu tun, Arbeit in eine spielerische Herausforderung umzuwandeln. Das Psychodrama fördert diese Fähigkeit, indem Elemente wie Übertreibung, Ausschmückung, genaue Repräsentation, physisches Handeln und Vorstellungskraft trainiert werden. Die Lebendigkeit dehnt sich außerdem zusätzlich durch Rollenerweiterung aus, so dass wir aus unserer Figur ausbrechen können oder, noch besser, eine weit flexiblere und facettenreichere Figur ausbilden.

SURPLUS REALITÄT

Der Begriff der Surplus Realität konzentriert sich sogar noch stärker auf die Fähigkeiten Imagination und Spiel und erweitert sie. Es handelt sich dabei um ein metaphysisches Konzept und fordert die Anerkennung des Subjektiven als Kategorie des tatsächlichen Seins. Dies unterstützt die Idee, Fantasien, Wünsche und Illusionen auszuleben. Moreno, der ja bestrebt war, eher konkrete Methoden zu beschreiben als sich über abstraktes Denken auszulassen, sah in der Surplus Realität eine Art angewandte Phänomenologie. (Die der Surplus Realität zugrunde liegenden Vorannahmen wurden bereits im Kapitel über Philosophie erörtert.)

Die besten Definitionen bieten jedoch Beispiele. Hier einige für Surplus Realität typische Szenen:

- Am Krankenbett verabschiedet man sich von einem geliebten Verwandten, während diese Begegnung in der normalen Wirklichkeit einfach nicht stattfinden konnte.
- Zusammen mit einer wichtigen Person, die sich (auf zauberhafte Art) geändert hat und ihr Bewusstsein erweitert hat, lässt man die bisherige Beziehung mit dieser Person Revue passieren.
- Jemand verzeiht uns oder wir verzeihen jemandem, obwohl das nicht „wirklich“ stattfinden kann.
- Man entschuldigt sich bei einem abgetriebenen Embryo und erhält Vergebung.
- Man begegnet einem ungeborenen Baby, das möglicherweise noch nicht einmal empfangen wurde, und malt sich dessen wunderbare Zukunft aus.
- Man begegnet einem Heiligen, Jesus, einer Göttin, Buddha, oder einem anderen spirituellen Wesen.
- Man erlebt eine reparative Szene, in der man genährt, behütet und insgesamt gut behandelt wird, obwohl tatsächlich das Gegenteil der Fall war.
- In einer Szene erhält man die Möglichkeit, Dinge rückgängig zu machen oder abzuändern, für die man sich schuldig fühlt.
- Man stellt sich vor, sich nach dem eigenen

Tod im Himmel oder in einem nächsten Leben mit bedeutenden Personen zu treffen, sein Leben Revue passieren zu lassen, Lob und Tadel zu erhalten.

- Man spielt eine Rolle in einer Machtposition, wird anerkannt oder erreicht etwas, das weit außerhalb dessen liegt, was tatsächlich wahrgenommen wird.
- Man erlebt das Gefühl, fliegen zu können, seine Last loszulassen, oder man transzendiert auf andere Weise die Beschränkungen des Menschseins.
- Man bildet mit der Gruppe einen Kreis, hält sich an den Händen, singt ein Lied und stellt so das Gefühl von Gemeinschaft und Zusammenhalt her.

Auf geistiger Ebene ereignet sich also bewusst oder unterbewusst etwas, das niemals stattgefunden hat und vielleicht niemals stattfinden könnte.

Aus phänomenologischer Sicht sind solche Ereignisse eine Art von „Wahrheit". Tatsächlich stellen Fantasien und damit verbundene subjektive Vorgänge – Hoffnungen, Ängste, Bedauern, Sehnsüchte und Träume, für geistig kranke Menschen sogar Halluzinationen und Wahnvorstellungen – oft wichtigere Wirklichkeiten dar als objektive Wahrnehmungen oder rein logisches Denken. Genau aus diesem Grund nannte Moreno das Psychodrama „Das Theater der Wahrheit", nicht etwa, weil das Dargestellte der faktischen Wahrheit entsprach – häufig war das Gegenteil der Fall! -, sondern weil die psychische Wahrheit gezeigt wurde und es diese war, mit der in der Therapie gearbeitet werden musste. Moreno war sich bewusst, dass das in der der Surplus Realität dargestellte innere Drama Priorität gegenüber der objektiven Wirklichkeit hat.

FOLGERUNGEN

Die Surplus Realität ist nicht klar abzugrenzen. In ihrem weitesten Sinn schließt sie jede Art von Rollen- oder darstellendem Spiel ein. In einer spezifischeren Bedeutung beschreibt sie Szenen, die mehr sind als die bloße Wiedergabe eines tatsächlichen Geschehens, wie das Nachstellen eines häuslichen Streits oder eines unerwarteten Ereignisses. Auch in diesen Fällen kommt es zu einem gewissen Grad an Verzerrung aufgrund der dramaturgischen Wiedergabe und weil das Geschehene gemäß der Erinnerung des Beteiligten präsentiert wird; trotzdem handelt es sich hauptsächlich um das Nachspielen. In der Surplus Realität sind die Grenzen dagegen weiter gesteckt. Wird zum Beispiel die Technik der Zukunftsprojektion angewendet, ermutigt man den Protagonisten nicht nur, sich ein vernunftsmäßig mögliches Ziel vor Augen zu halten, sondern er soll weiter gehen und sich vorstellen, als Kulmination seiner Bemühungen würde eine ganz besondere Persönlichkeit, vielleicht ein international bekanntes Idol, eine Rede halten oder ihm eine Auszeichnung überreichen.

Oder wenn eine vergangene schamvolle Szene nachgestellt wird, kann eine neue Figur hinzukommen, beispielsweise ein idealisierter Lehrer oder eine Vertrauensperson, die dann das Erlebte wieder gutmacht und es vielleicht sogar in eine konstruktive Erfahrung umwandelt.

In der Regel bedarf es auf der Bühne für Surplus Realität eines gewissen Maßes an Übertreibung. Was wäre denn noch köstlicher gewesen? Was hätte sich noch besser angefühlt? Über diesen Ansatz erreicht man tiefer gehende Wünsche.

Angesichts der Surplus Realität ist es außerdem angebracht, dass sich die Gruppenleiter im Bewusstsein der heilenden Kräfte dieser Dimension um ihr Charisma bemühen und mit dem Selbstbewusstsein und Flair eines Bühnenzauberers die Gruppe und den Protagonisten mitreißen und sie ins Reich der Fantasie entführen.

Magie und Fantasie haben oft mit Symbolen, Bildern oder Requisiten zu tun. Der Unterschied zwischen einem Symbol und einem Zeichen besteht darin, dass ersteres eine emotionale Reaktion hervorrufen kann und vielseitig interpretierbar ist. Voreilige Erklärungen solcher Bilder sollte man vermeiden. Lässt man es zu, dann eröffnen diese Elemente das kreative Unterbewusstsein und entlocken ihm Inspiration. In anderen Worten ausgedrückt: Assoziationen sind in Ordnung, aber Vorsicht mit reduktionistischen Interpretationen. Die Symbole sollten einen gewissen Grad von Mysteriösität, Spontaneität und so etwas wie ein Eigenleben bewahren.

Aus der Anerkennung der Macht der Bilder und Symbole folgt als logische Konsequenz auch die Bereitschaft, Poesie, Literatur, Musik und andere Kunstformen als Ausdrucksmöglichkeiten für die Gefühle und Assoziationen einzusetzen. Wenn zum Beispiel ein naher Verwandter oder, noch schlimmer, wenn ein Kind stirbt, befindet sich der Betroffene in einer Situation, in der er sich mit etwas abfinden muss, mit dem man sich mit bloßer Vernunft nicht abfinden kann. Es hilft oft, einfach ein stützendes Umfeld zu schaffen und zum Einsatz von Surplus Realität und den Kunstformen einzuladen, um die tiefste Trauer (oder die Freuden) zu sublimieren, besser als geteilt denn als isoliert zu erfahren und sie als Teil des Menschseins zu akzeptieren.

Eine Variation dieser Idee ist die Feststellung, dass dramaturgische Interaktionen häufig zu einer gewissen Verallgemeinerung einladen. Eine spezifische Interaktion, beispielsweise zwischen Vater und Sohn, erinnert die Gruppe an andere Arten von Vater-Sohn-Beziehungen, die dann verallgemeinert und auf Eltern-Kind-Beziehungen und sogar auf die Gott-Mensch-Beziehung übertragen werden. Diese Existentialkomponente kann, je nach dem Bedarf der Gruppe bzw. des Protagonisten, erweitert oder minimiert werden; der Punkt ist jedoch, dass es in gewissen Momenten zur Effektivität des Spiels beitragen kann, die mystischen Dimensionen bewusst zu erleben.

Engagement, das Miteinbeziehen anderer, die Verwandlung in ein Ritual, den Faden wieder aufnehmen zur Lebensgeschichte oder Geschichte des Protagonisten oder der Gruppe – all das trägt zur Nachhaltigkeit der Erfahrung bei. Manchmal schreit ein Problem geradezu nach einer Lösung.

Manchmal handelt es sich nicht um ein Problem, das es zu lösen gilt, sondern um ein Geheimnis – etwas, das man umso weniger ergründen kann, je mehr man sich dafür öffnet und je mehr man es erforscht.

MORENOS FIXE IDEE

Ein weiterer Aspekt bei der Surplus Realität ist, dass wir im Spiel und im Theater Erfahrungen sammeln bzw. schaffen können, welche die rein sachliche Wirklichkeit der Alltagswelt ergänzen oder in Ordnung bringen. Dieser Gedanke war Morenos konstante und inspirierende Grundidee bzw. seine konstruktive Obsession, in anderen Worten: seine fixe Idee. Es wurde zu „meiner ständigen Quelle der Produktivität; es belegte, dass es eine Art Urnatur geben musste, die unsterblich ist und mit jeder neuen Generation wiederkehrt, ein ursprüngliches Universum, das alles Leben enthält und in dem alle Vorgänge heilig sind. Mir gefiel dieses zauberhafte Reich und ich hatte nicht vor, es jemals zu verlassen.“ Moreno berief sich also auf die Kraft der Vorstellung und bestätigte, dass es sogar angesichts der Dialektik zwischen dem von Freud betitelten „Realitätsprinzip“ und dem „Lustprinzip“ eine kreative Synthese gibt: die Surplus Realität (Blatner, 1996). Wir können vielleicht nicht „wirklich“ das bekommen, was wir wollen, aber durch das Theaterspiel können wir unsere Wünsche erfüllen, vielleicht nicht vollständig, aber dennoch in einem erstaunlich befriedigenden Maß.

Die Surplus Realität eröffnet damit einen Bereich zwischen den beiden Extremen der Subjektivität und der Objektivität. Diese Wirklichkeit setzt sich wiederum aus einer unendlichen Vielzahl an dynamischen Bestandteilen zusammen, wie William James in seinem Buch „A Pluralistic Universe“ schreibt. Ein ähnlicher Vorschlag kam von Pruyser (1982), der den Begriff „illusionistische Welt“ verwendete. (In gewisser Weise trifft das aus semantischer Sicht genau den Punkt. „Illusion“ hat manchmal einen negativen Beigeschmack, weshalb Moreno eine alternative Bezeichnung einführte, von einer Art von Realität sprach und den abgewandelten Term „Surplus“ hinzufügte, um klarzustellen, dass man gewissen Arten von Illusion durchaus mit sehr viel Ernsthaftigkeit begegnen sollte.)

WIEDERVERZAUBERUNG

Eine weitere Auffassung von Surplus Realität sieht den Psychodramatiker als Magier, der dem Leben schlicht Schmuck, Feierlichkeit oder Zauber verleiht. Wir können unsere Vorstellungskraft dazu nut-

zen, die Schönheit und Bedeutung in unserem Leben zu vervollkommnen, ebenso wie die Menschen ihr Zuhause oder ihre Körper mit Kleidung, Accesoires, Tattoos, Frisuren usw. schmücken. Es ist sehr viel über mystische Figuren geschrieben worden, über Helden und Göttinnen und Geister und Drachen und Elfen, und auch diese Dimension des Lebens kann auf vielfältige Weise kultiviert werden.

Natürlich tun die Menschen dies bereits in gewissem Maß, bewahren ein Bild oder die Figur ihres mystischen Lieblingshelden irgendwo im Haus auf. Meiner Meinung nach sollte diesen Elementen mehr Ausdruck verliehen werden, man sollte mit ihnen Szenen darstellen und Geschichten über sie erzählen – und zwar, um einen Sinn für die persönliche Mythologie zu entwickeln, sein Dasein an eine komplexe Ansammlung von Assoziationen anzukoppeln. Der Bestsellerautor Thomas Moore (1996) warb ebenso dafür wie der späte Existenzialpsychologe Rollo May (1991).

EIN REICHES LEBEN

Das Psychodrama dient aber nicht ausschließlich als Psychotherapie, sondern kann auch als eine Form von Erholung angewendet werden. Das englische Wort für Erholung, „recreation“, drückt den vollen Umfang der Anwendungsmöglichkeiten aus: re-creation, also Neu-Schöpfung. Das Ziel besteht darin, mit Hilfe von Surplus Realität Szenen darzustellen, in denen die Teilnehmer Erfahrungen nachspielen können, bei denen sie intensive Emotionen erlebt haben. Für die meisten Menschen bedeuten die Beschränkungen des alltäglichen gesellschaftlichen Miteinanders, dass sie ihre Gefühle dämpfen und zurückhalten müssen. Insbesondere bei Wut und in gewissem Maß auch bei Angst und Scham dient eine gewisse Zurückhaltung der Zivilisiertheit. Andererseits werden tendenziell auch Erregung, Anziehung, Überschwang und Spontaneität abgeschwächt, nicht selten bis an den Rand der Eintönigkeit.

Ich schlage vor, dass die Menschen ihre Rollen auch in der Dimension der Intensität ausweiten und danach streben, Empfindungen in vielerlei Hinsicht stärker und extravaganter zu erleben. Der Wunsch, intensiver zu leben, muss als eindeutige Motivation erkannt werden, als Variation des Ausdrucks der eigenen Persönlichkeit (siehe Kapitel 10). Das Psychodrama ist eine natürliche Methode, um unsere Träume, Sehnsüchte und Sorgen dramaturgisch darzustellen, sie zu übertreiben, auszuschmücken und zu steigern. Es wirkt heilsam, wenn eine Gruppe die eigenen Erfahrungen von Frustration, Schikane, Kampf, Triumph, die Vortrefflichkeit persönlicher Begabung, die Erregung beim Ausdruck der eigenen Persönlichkeit, Höhen und Tiefen, das Innen- und Außenleben (d.h. geistiges Innenleben und Komplexität) sowie andere Zweiheiten des Seins teilen.

Unsere Methode, die Kunst des Spielens (*The Art of Play*), ist ausdrücklich auf dieses Bedürfnis abgestimmt (siehe Kapitel 20). Als Beispiel lässt sich die schüchterne Frau anführen, die wünschte, sie könnte in die Rolle einer beliebten Sängerin schlüpfen; ihr wurde es ermöglicht, ihre Lebenskraft durch ein Lied fließen zu lassen und zu äußern, indem sie der Gruppe den Rücken zudrehte (Blatner & Blatner, 1997, S. 46 - 48).

Ein Protagonist, der bei der Arbeit seine Gefühle vollständig unterdrücken muss, kann seine Lebensenergie verlieren. Drews (1960) berichtet von einem Fall, bei dem ein Mann durch eine steif gewordene, hysterisch verkrampfte Hand beinahe seine Lebenslust verlor. Eine erlösende Sitzung, bei der er seinem Arbeitgeber die Meinung sagen konnte, heilte ihn. (Dies geschah in einer Einzeltherapie. Der Therapeut wendete schlicht eine Variante des leeren Stuhls an – zunächst ging der Patient, ein sanfter und zurückhaltender Mann, auf und ab und wärmte sich auf; er spielte erst die Rolle des herablassenden Arbeitgebers und reagierte dann darauf, indem er mit der im „Schreibkrampf" erstarrten Hand rigoros auf den Tisch schlug und dabei die gläserne Tischplatte des Therapeuten zerbrach. Dabei bemerkte er nicht, dass seine Hand wieder locker, beweglich und lebendig geworden war.)

Es bedarf der Anerkennung gesunder Ausdrucksformen von Wut und von Gelegenheiten, sie herauszulassen. Es kann kontraproduktiv sein, sie im wirklichen Leben offen zu zeigen, aber im Reich der Surplus-Realität auf der Bühne kann der Einzelne seine Entrüstung und das Gefühl des Verrats voll ausleben.

Zerka Moreno (1993) schrieb beispielsweise über „ethische Wut". Wo kann man diese zum Ausdruck bringen? Ein Axiodrama mit Gott, eine Konfrontation mit einem terroristischen Attentäter oder eine „ethische Reinigung" – solche Darstellungen können eine Katharsis für die angestauten Zwiespältigkeiten und Frustrationen und die Hilflosigkeit bergen, die man angesichts der internationalen Nachrichten empfindet.

Dies geht über den therapeutischen Aspekt hinaus, Fehler in der eigenen Wahrnehmung zu erkennen und zu korrigieren. Hier wird der tiefgründige Hunger angegangen, zu fühlen und zu kämpfen und sich dem Übermaß an Lebendigkeit hinzugeben, dem eine ganze kulturell bedingte Weltsicht der Zwänge und Beherrschtheit entgegensteht. Das Psychodrama legt nahe, man es nur durch einen Akt ausgesprochener Reife erreichen kann, mehr zu sein.

ZUSAMMENFASSUNG

Der Begriff der Surplus-Realität bereitet die philosophische Bühne und führt den Gedanken ein, dass Schauspiel mehr ist als reine Unterhaltung. Wenn wir Vorstellungskraft auf unsere Welt anwenden,

erweitern wir unsere Art und Weise, diese Welt zu erfahren. Wenn wir davon ausgehen, dass unser Geist eine reale Kategorie darstellt, verändern wir die Wirklichkeit, innerhalb derer wir unsere Sinneswahrnehmungen verarbeiten. Es ist ein Aufruf, sich über das weltliche und alltägliche Leben hinauszuwagen, sich auf ein Leben einzulassen, dessen modernes Empfindungsvermögen die Art beeinflusst, wie wir die von unseren Sinnesorganen gelieferten Informationen auslegen; es ist ein Aufruf zur poetischen und künstlerischen Schaffung neuer Ideen und Bilder sowie zur Sicherstellung der Wahrhaftigkeit ihres psychologischen Potentials.

QUELLEN

Ackerman, Diane. (1999). Deep play. New York: Random House.

Ansbacher, Heinz L. & Ansbacher, Rowena, R. (1956). The individual psychology of Alfred Adler. New York: Basic Books.

Blatner, Adam. (1996). Moreno's idee fixe. journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 48(4), 155-158.

Blatner, Adam. (1997). The implications of postmodernism for psychotherapy. Individual Psychology, 53(4), 476-482.

Blatner, Adam & Blatner, Allee. (1997). The Art of play: Helping adults reclaim imagination and spontaneity. Philadelphia: Brunner/Mazel-Taylor & Francis. (Dieses Buch enthält ein ausfürliches Literaturverzeichnis.)

Blomkvist, Leif-Dag & Rützel, Thomas. (1994). Surplus reality and beyond. In P. Holmes, M. Karp & M. Watson (Hrsg.), Psychodrama since Moreno. London: Routledge.

Brown, Catherine C. & Gottfried, Allen W. (Hrsg.). (1985). Play interactions: The role of toys and parental involvement in children 's development. Skillman, NJ: Johnson & Johnson Baby Products Company, Pediatric Round Table Series.

Drews, Robert. (1960). Psychodrama in private practice. In B. Stovkis (Hrsg.),Topical problems of psychotherapy. New York & Basel: S. Karger.

Fox, Matthew. (1991). Creation spirituality. San Francisco: Harper San Francisco.

Huizinga, Johann. (1955). Homo ludens: A study of the play element in culture. Boston: Beacon Press.
Jennings, Sue. (1999). Introduction to developmental playtherapy: Playing and health. London & Philadelphia: Jessica Kingsley-Taylor & Francis.
May, Rollo. (1991). The oy for myth. New York: W. W. Norton.
Montagu, Ashley. (1981). Growing young. New York: McGraw-Hill.
Moore, Thomas. (1996). The re-enchantment of everyday life. New York: Harper & Row.
Moreno, J.L. (1947). The Theater of Spontaneity. Beacon, NY: Beacon House.
Moreno, Zerka T. (1993). Ethical anger. British Psychodrama Association Journal, 8(1), 19-24.
Nathanson, Donald. (1992). Shame and pride: Affect, sex, and the birth of the self. New York: Norton. Pearson, Ethel S. (1995). By force of fantasy. New York: Basic Books.
Pruyser, Paul W. (1983). The play of the imagination: Towards a psychoanalysis of culture. New York: International Universities Press.
Reekie, Don. (1992). Watch yourself: Becoming effective in personal relationships through psychodrama. Australian and New Zealand Psychodrama Association Board of Examines: Thesis.
Terr, Lenore. (1999). Beyond love and work: Why adults need to play. New York: Scribner.
Tomkins, Silvan. (1991). Affect/Imagely/Consciousness. Band 3. New York: Springer.
Watkins, Mary. (1986). Invisible guests: The development of imaginal dialogue. Hillsdale, NJ: Erlbaum/The Analytic Press.
Winnicott, Donald W. (1971). Playing and reality. London: Tavistock.

10
Ausdruck und Handlung

Der Ausdruck der eigenen Persönlichkeit ist ebenso wichtig wie Verständnis und das Lösen von Problemen, und das Psychodrama baut darauf auf, dass diese Notwendigkeit anerkannt wird. Sprechen ist besser als nicht zu sprechen, aber darzustellen, sich zu bewegen und andere Ausdrucksformen zu verwenden, gestalten die Erfahrung noch weit erfüllender. Obwohl das Psychodrama eine der ersten Formen kreativer Kunsttherapie war, stützen sich seine Grundprinzipien auf die schriftlichen Beiträge aus diesen verwandten Bereichen, insbesondere hinsichtlich der positiven Aspekte von Selbstausdruck.

Der Nutzen von Ausdruck besteht darin, dass Gefühle und Gedanken sowohl verdeutlicht als auch bestätigt werden. Offenbart man diese nicht, unterliegen sie einer Unmenge von Illusionen, Entschuldigungen, Ausflüchten, Zweifeln und anderem, was das Bewusstsein trübt. Nur durch die Darstellung vor anderen Personen gehen diese Kognitionen ins explizite Bewusstsein über, gelangen vom Backstage-Bereich auf die Hauptbühne und ins sprichwörtliche „Scheinwerferlicht“ des Bewusstseins (Baars, 1997). Der Versuch, „es noch einmal für sich selbst zu durchdenken“, scheitert in der Regel an unserer Begabung für Selbstbetrug. Andererseits ist man möglicher Kritik ausgesetzt, wenn man sich anderen mitteilt, hat aber auch die Chance zur Selbstreflexion. Da Psychotherapie, die Lösung von Problemen sowie ärztliche Beratung einen klärenden Prozess voraussetzen, ist es unabdinglich, sich auszudrücken.

Eine zweite Funktion von Ausdruck besteht in der Tatsache, dass die eigenen Gedanken und Gefühle bestätigt werden und viel realer erscheinen, sobald man sie anderen mitteilt.

Eine Taktik unseres Geistes ist die Verneinung der Wirklichkeit von verschiedenen Wahrnehmungen und die Verwandlung ins Traumartige. Einige Menschen sind verletzlicher, insbesondere wenn sie in Beziehung zu wichtigen Bezugspersonen stehen, die ihnen ihre Version von Wirklichkeit aufoktroyieren. Dadurch können sie an ihren eigenen Vorzügen, Gefühlen und Ideen zweifeln, was dazu führt, dass ihr gesamtes Selbstkonzept ins Wanken gerät. Wenn diese Menschen ihre Wahrnehmungen zum Ausdruck bringen, andere zuhören und die Plausibilität dieser Wahrnehmungen bestätigen,

besitzt das an sich schon enormes Heilungspotential. Gedanken und Gefühle erscheinen so realer, und die eigene Persönlichkeit wird dadurch gestärkt, dass sie offensichtlich ernsthafter Beachtung wert ist.

Verbaler Ausdruck ist gut, aber das Psychodrama birgt sogar noch mehr Macht durch die zusätzliche Handlung, Interaktion und den Reichtum an nonverbaler Kommunikation im bestätigenden und stützenden Umfeld der Gruppe. Die Erfahrung wird somit intensiver und facettenreicher (Blatner, 1999).

ACTING-OUT, ACTING-IN UND HANDLUNGSEINSICHT

Handlung wurde deshalb nicht zusätzlich zum verbalen Ausdruck zugelassen, weil sie mit unreguliertem oder nicht-reflexivem „Acting-out“ (Ausagieren) verwechselt wurde (Rexford, 1978). Aber Psychotherapeuten, die Handlung nicht zu zügeln wussten, mieden sie – wie Feuer. Das Psychodrama ist eine Methode, die darauf ausgelegt ist, diese Energien so zu nutzen, dass die Handlungen nicht kontra-therapeutisch wirken, sondern vielmehr den Erkenntnisprozess fördern, statt Acting-out ein Acting-in oder Verinnerlichen (Blatner, 1973, 2; Battegay, 1990). Handlung, die willkürlich vor Zeugen und zum Zweck der Neubewertung stattfindet, ermöglichen es den Gruppenteilnehmern, tiefere Bedeutung von Verhaltensweisen zu erfahren und zu verstehen und daraus zu „Handlungseinsicht“ zu gelangen. Wie Sacks (1981) bemerkte, ist das therapeutische Theater besonders für solche Patienten hilfreich, deren Hauptproblem in einer Neigung zu ausagierendem Handeln besteht.

Ein weiterer Vorteil des Acting-in besteht darin, dass es besonders hilfreich für Personen sein kann, deren verbale Ausdrucksfähigkeit durch Charakter, Bildungsstand oder kulturelle Zugehörigkeit eingeschränkt ist – und diese Kriterien treffen auf einen großen Teil der Bevölkerung zu.

Abgesehen davon, dass sie Träger emotionaler Energie sind, bieten physische Ausdrucksformen eine große Menge an Hinweisen auf die Qualität des zu Grunde liegenden Verhaltens. Bewegungen, Gesten und Berührungen teilen den anderen nicht nur auf sehr lebhafte Art und Weise die Gesamtheit der Erfahrung mit, sondern zeigen auch dem Handelnden selbst die Stärke der jeweiligen Gefühle auf.

Durch das Ausagieren überwindet die Person die oben aufgezählte Abwehrhaltung und entdeckt: „Wow, diese Sache hat mich gefühlsmäßig doch mehr beeinflusst, als ich dachte!“

Hinsichtlich der bereits bezeichneten bestätigenden Funktion erlebt der Protagonist nicht primär durch das Sprechen über das Thema, das er anschneiden möchte, sondern vielmehr durch das Hören dessen, was er selbst ausspricht, so intensiv, selbst wenn er nur mit einem leeren Stuhl spricht und sich die

andere Person nur vorstellt. „Da, jetzt hab ich's gesagt!“ drückt einem Gedanken oder einer Idee den Stempel der Wirklichkeit auf, das Gedachte ist nicht mehr nur ein bloßes Gedankenspiel. Kommt dann noch eine Geste oder eine Bewegung hinzu oder schlägt der Darsteller auf den Tisch, zeigt mit dem Finger, steht auf, begibt sich auf dieselbe Höhe wie der Gegenüber und sieht ihm direkt in die Augen – solche Handlungen verankern die Aussage noch entsprechend tiefer.

Körperliche Unbeweglichkeit ist ebenso eine Form von Abwehr wie einige geistige Methoden. Es ist, als ob sich die Einheit Körper-Geist sagen würde: „Wenn ich mich nicht bewege, fühle ich nichts“ – und in gewisser Weise trifft das zu. Die Personen werden dann im wahrsten Sinn des Wortes „steif“, sie spannen verschiedene Muskelgruppen an, um sich erstarren zu lassen. Das Psychodrama mobilisiert die Teilnehemer auf dramaturgische Art und Weise und bedient sich derselben Heilungskräfte wie andere „körperliche“ Therapien. darunter die Bioenergetik.

Trotz ihrer Bemühungen, ihre Gefühle hinter der körpereigenen „Ritterrüstung“ zu verbergen, drücken sich die Gedanken und Gefühle der Menschen durch ihre Haltung, ihre Bewegungen, Gesten und andere Zeichen nonverbaler Kommunikation aus. Das Psychodrama weitet diese Dimension aus, und gelegentlich hilft man Protagonisten, ihre Verhaltensweisen so zu übertreiben, dass die volle Bedeutung besser gedeutet werden kann
.
Nonverbale Kommunikation zielt nicht nur auf andere im interpersonellen Bereich ab, sondern auch auf den Kommunikator selbst. Stimmlage, Haltung, Gesichtsausdruck etc. sind auch immer Spiegel des Innenlebens. Wenn zum Beispiel eine depressive Person die Schultern hängen lässt, symbolisiert das einerseits ihre Angst und ist andererseits ein Selbstschutzmechanismus.

Psychodramatiker sollten mit den Arten und der Vielfalt im Bereich der Körpersprache vertraut sein, um ihre Diagnosen zu verbessern und die reichhaltige Dimension nonverbaler Kommunikation effektiver nutzen zu können.

SUBLIMIERUNG

Sublimierung bedeutet, das Sublime des Lebens zu verfeinern. Ebenso wie das Acting-out wird Sublimierung unter Umständen als Abwehr angesehen, als Vermeidung von Kenntnisgewinnung mittels Umleitung von Gedanken und Impulsen in eine edelmütige und sozial konstruktive Richtung. Auch dies basierte auf der Vermischung zweier Mechanismen – einerseits wird die Kenntnisgewinnung tatsächlich vermieden, andererseits ist dies auch sehr kompatibel mit einer Erweiterung des Bewusstseins.

Das Gelassenheitsgebet nennt zwei Arten von Vor-

kommnissen, nämlich Dinge, die ich ändern kann und solche, die ich nicht ändern kann. Für letztere bittet das Gebet um die Stärke, es hinzunehmen. Eine existenzielle Situation dieser Art erfordert häufig nicht Kenntnisgewinnung, sondern eine andere emotionale Reaktion: die Sublimierung. Es gibt Umstände, in denen Sprache nicht ausreicht, wenn die Trauer, Angst oder Verwirrung zu groß ist. Die Gefühle und die damit verbundenen Bilder werden besser künstlerisch ausgedrückt, als Lied, durch Musik oder Trommeln, durch Tanz, Bewegung, in Poesie oder durch eine Skulptur, als Geschichte, in einer Theaterszene oder in Verbindung mit einem Mythos. Sie werden dadurch gemildert, dass sie als Teil des Menschseins empfunden werden. Es gibt kein Warum und keinen Zwang, etwas Bestimmtes zu tun, sondern man kann Ruhe und Sanftheit finden, wenn man sich der Liebe und Empathie öffnet.

Ein weiterer Gesichtspunkt von Ausdruck der eigenen Persönlichkeit in Form von Sublimierung ist die Umwandlung der einfacheren und weit egozentrischeren Sehnsucht danach, haben zu wollen und zu konsumieren, in sozial annehmbarere und sicherlich angenehmere Energien wie Nützlichkeit, Hilfsbereitschaft und Effektivität (Blatner & Blatner, 1997, S. 2-4). Die dialektische Spannung zwischen Lust- und Realitätsprinzip wird mittels Sublimierung in inklusiveren Handlungen gelöst. Diese können als Fest inszeniert werden, bei dem Freude, Dankbarkeit und Gruppenzusammenhalt wachgerufen werden.

HANDLUNGSSTREBEN

Moreno bemerkte nicht nur, dass Handlung eine Methode für die Erkenntnisgewinnung darstellen kann, sondern er stellte auch das tatsächliche Bedürfnis nach einer umfassenderen Ausdrucksmöglichkeit fest, einen „Hunger nach Handlung“ (act hunger) oder Handlungsstreben. Einfach ausgedrückt: Worte reichen nicht aus. Zusätzlich dazu, sich selbst Gedanken und Gefühle aussprechen zu hören und zu erfahren, dass andere auch wirklich zuhören, profitieren die Teilnehmer davon, dass sie diese Gefühle auch körperlich spüren. In der Begrifflichkeit der Psychodynamik lässt sich außerdem festhalten, dass der wahre Ausdruck von Emotionen durch Abwehrmechanismen wie der Isolation von Affekten verhindert werden kann. Der Begriff Handlungsstreben weitet diese Idee schlicht aus und bietet einen holistischeren Ansatz für die Darstellung der eigenen Persönlichkeit.

Das ist die Art, wie Kinder leben, wie sie ihre Gefühle im Spiel ausleben. Unsere übermäßig verbalisierte Kultur erliegt dem selbsttäuscherischen Trugschluss, dass wir Erwachsenen aus dem Bedürfnis, die Darstellung unserer Persönlichkeit durch Bewegung und nonverbale Kommunikation physisch zu empfinden, herauswachsen. Handeln und Sprechen sind synergetisch.

Der Begriff des Handlungsstrebens geht sogar noch weiter: Durch körperliches Handeln können Ziele

erreicht werden, die durch bloßes Nachdenken oder Sprechen über ein Gefühl oder einen Gedanken nicht zu meistern wären. Handlungsstreben schließt die Anerkennung des positiven Bedürfnisses der menschlichen Psyche ein, zu fühlen, wie man selbst die Gesamtheit einer Handlung im wahrsten Sinne des Wortes „ver-körpert“.

HANDLUNGSERFÜLLUNG

Eine tiefe Befriedigung liegt darin, wenn man nicht nur über etwas spricht, sondern handelt. Bei Kindern zeigt sich dies in der Körperlichkeit des Spiels, und auch Künstler müssen ihre Vorstellungen und Eingebungen in einer auch für andere wahrnehmbaren Form dargestellt sehen. Bis dies geschieht, gibt es Spannung, das Handlungsstreben. Gestalttherapeuten haben einen ähnlichen Begriff in Verbindung mit dem Erreichen von „Geschlossenheit“ in der Gestalttherapie – es bezeichnet die Notwendigkeit, Kontakt aufzunehmen und „unerledigte Aufgaben“ fertig zu stellen.

Moreno verfolgte aber noch einen weiteren Ansatz in dieser Richtung: Anstatt das Handlungsstreben psychisch schwer kranker Menschen zu unterdrücken oder umzuleiten, wäre es nicht sinnvoll, sie aktiv beim Nachspielen ihrer Wahnvorstellungen und Halluzinationen zu unterstützen? Natürlich müsste ein solcher Vorgang ein wenig modifiziert werden, um Schädigungen von Patient und allen anderen vorzubeugen, aber ansonsten bestand der Ansatz darin, sie jedes Verhalten ausleben zu lassen und so durch Beobachtung und aktive Arbeit mit dem Dargestellten mehr zu erfahren. Scheinbar fand Moreno diese Methode sehr nützlich im Heilungsprozess.

ERWEITERUNG DES ICH-GEFÜHLS

Wird die eigene Persönlichkeit vor anderen ausgedrückt, besteht ein weiterer Vorteil in der schrittweisen Erweiterung des Ich-Gefühls. An einem gewissen Punkt fühlen sich die meisten Menschen klein und einsam, schwach und verletzlich. Dieser Empfindung wird durch die Identifizierung mit anderen Personen, durch eine symbolhafte „Verwandlung“ in den anderen, entgegengewirkt. Dies ist ein ganz normaler Vorgang, den der Analytiker Heinz Kohut als „Selbstobjekt“-Funktion bezeichnete. Die Menschen wechseln vom isolierten „Ich“- zu einem stärkeren „Wir“-Gefühl, was eine der wichtigsten Bewegungen hin zur Entwicklung und Beibehaltung von Beziehungen mit anderen darstellt.

Wenn Menschen sich selbst ausdrücken und dabei spüren, dass man sie sieht, ihnen zuhört und sie versteht, fühlen sie sich entsprechend größer und als Teil des Daseins ihres Publikums, unabhängig davon, ob es aus einer einzigen Person oder einer vielschichtigen und großen Gruppe besteht. Uns sollte auch bewusst sein, dass unsere Kultur in vielerlei Hinsicht Ausdrucksfreude abwertet und

Zurückhaltung und Hemmungen bevorzugt werden.

Daher kommt es bei vielen Menschen zu schwerwiegenden Übertragungen, wenn sie die Rolle des Protagonisten übernehmen sollen. Es ist, als ob sie Angst hätten, dass die Gruppe schlecht über sie denken könnte, weil sie „zu viel Aufmerksamkeit“ auf sich ziehen. Sacks (1997) schrieb über diese und ähnliche Übertragungen, die im Rahmen von Psychodramen häufig auftreten. Der Punkt ist hierbei, dass aus sich herauszugehen etwas ist, was bei vielen Menschen ein Gefühl der Verletzlichkeit hervorruft.

KÖRPERLICHE ERWÄRMUNG

Als Teil sowohl der kulturellen als auch der intrapsychisch-körperlichen Hemmung verfallen die Betroffenen in Zustände extremer Muskelanspannung, als psychsomatisches Pendant zur Verdrängung „frieren“ sie den Fluss ihrer Gefühle ein. Wilhelm Reich, ein in den 1930er Jahren aktiver radikaler Psychoanalytiker, beschreibt diesen Prozess als „Persönlichkeitspanzer“. Reich war auch einer der wenigen Therapeuten, die nachdrücklich körperliche Betätigung zum Erreichen der Katharsis anwendete. Sein Schüler, Alexander Lowen, baute diese Ideen weiter aus und entwickelte die Methode der Bioenergetischen Analyse.

Bei der Darstellung im Psychodrama wird durch tatkräftigen Ausdruck der eigenen Persönlichkeit die körperliche Energie angeregt, und dieser Vorgang ruft wiederum noch mehr Assoziationen hervor und trägt zur Spontaneität bei. Durch diese Aktivierung „steifer“ Muskelpartien wird dem somatischen Schutzmechanismus entgegengewirkt und die Einheit Körper-Geist wird für das Verständnis der Vorgänge geöffnet.

Sogar schon in der Erwärmungs-Phase, in der Protagonist und Gruppe sich von ihren Stühlen erheben, umhergehen, die Stühle umstellen und vielleicht an einem lebhaften soziometrischen Erlebnis teilhaben, führt die körperliche Aktivität dazu, dass Gefühle und Bilder bezüglich belangvoller Angelegenheiten aufkommen.

MÖGLICHKEITEN, DIE EIGENE PERSÖNLICHKEIT AUSZUDRÜCKEN

Zusätzlich zu dramaturgischen Erwärmungsübungen, Theaterübungen und Ähnlichem können auch andere ausdrucksstarke Methoden Themen aufbringen, den Gruppenzusammenhalt stärken und die Situation auflockern. Beispielsweise kann man singen, einfache Melodien oder Rhythmen improvisieren, mit Kinderspielzeug spielen, verschiedene Aufwärmübungen aus Kunsttherapie, Poesie- und Bibliotherapie, Bewegungstherapie usw. durchführen. Einige dieser anderen Methoden bieten ein größere Distanz und Indirektheit, was für Teilnehmer hilfreich ist, die noch nicht bereit sind, sich anderen zu öffnen oder heikle Aspekte ihres Lebens zu erforschen.

Einige dieser Methoden kann man auch an anderen Orten anwenden. Zum Beispiel kann man ein Traum-Tagebuch führen oder ein Bild malen und diese Konserven dann zu den Gruppentreffen mitbringen und sie mit den andern teilen. Auszüge aus Literatur, Poesie, Drama oder interessante Zitate und witzige Anekdoten können alle dazu beitragen, die Ausdrucksfähigkeit zu erweitern – niemand sollte das Gefühl haben, sich alle Texte selbst ausdenken zu müssen. In naher Zukunft werden neue Möglichkeiten, die eigene Persönlichkeit auszudrücken, an Bedeutung gewinnen, so z. B. die Gestaltungsweise persönlicher Webseiten im Internet.

GESCHICHTEN ERFINDEN UND TEILEN

Menschen müssen Geschichten erzählen. Viele begreifen den sich entwickelnden Handlungsstrang in ihrem Leben nicht, sondern sehen nur Fragmente von Erinnerungen, Ereignissen und Gefühlen. Die dramatische Vorstellung kann eine entscheidende Rolle dabei spielen, diese einzelnen Elemente zu einem vollständigen Bild zusammenzufügen. (Es gibt eine große Anzahl von Büchern über das Geschichtenerzählen in der Therapie, die sich dem in Kapitel 5 bei den philosophischen Grundlagen angesprochenen konstruktivistischen Strom widmen.) Auf einer anderen Ebene kann man davon ausgehen, dass die meisten Menschen mit psychischen Problemen unterbewusst so konstruierte Geschichten mit sich herumtragen, die entweder defätistisch oder destruktiv sind. Eine konstruktive Therapie nimmt die interessante Herausforderung an, diese Geschichten neu zu erzählen und sie dabei ganz bewusst so umzugestalten, dass eine positivere Geschichte herauskommt. Das Psychodrama kann durch Techniken wie die Zukunftsprojektion diese Strategie sogar noch lebendiger und eindrucksvoller gestalten.

Das Erzählen von Geschichten dient außerdem der Stärkung des Gruppenzusammenhalts und als Warming-up für gezieltere Untersuchungen. Bei dem Workshop 1977, der zu meiner Namensänderung führte, verwendete Zerka Moreno eine Methode, bei der sie uns nach unseren Name ausfragte – woher wir sie bekommen hatten, wie wir zu ihnen standen, welche Erfahrungen wir mit unseren Namen gemacht hatten. Es gab so viele Geschichten und Variationen. Die Leute fangen an, nach und nach etwas durchblicken zu lassen – es ist nicht notwendig, die ganze Geschichte auf einmal zu servieren. Es ist eine Einleitung in den Heldenmythos, wenn man zum Beispiel folgende Themen anspricht:

- ein peinliches Erlebnis, für das man sich immer noch schämt, wenn man daran denkt
- ein Augenblick besonderen Triumphs
- als man seinen persönlichen Tiefpunkt erreichte und die Situation dann doch in den eigenen Vorteil verwandelte
- was den Ausschlag für die spirituelle Reise gab

- jemand, der sich auf dem Weg als echte Hilfe oder als Irrlicht und Hindernis erwies
- ein besonders herrliches, entspanntes oder luxuriöses Ereignis
- ein wirklich lustiges Erlebnis
- eine Tragödie des Lebens

Solche Themen werden viel lebendiger, wenn man sie teilt, nicht nur mit einem Tagebuch, sondern mit einer Gruppe anderer Menschen. Menschen müssen fühlen, dass man sie sieht und hört. Man darf jedoch nicht davon ausgehen, dass dies auch nur annähernd ausreichend der Fall ist; vielmehr leben wir in einer Kultur, in der dieses menschliche Bedürfnis aus vielen Gründen und auf vielerlei Art und Weise zunehmend untergraben wird (Locke, 1998). Das Leben ist angefüllt mit einer Auswahl von Tätigkeiten, die mit dem sozialen Austausch in Konkurrenz stehen und uns daran hindern, uns gegenseitig unsere Geschichten zu erzählen und uns zuzuhören. Die kulturelle Neigung, das Erzählen von Geschichten den Fachleuten der Massenmedien zu überlassen und diese dann aus zweiter Hand zu genießen, können wir mit Hilfe von Methoden des Psychodramas nach und nach umkehren. Wir müssen uns stärker beteiligen – das ist es, was Moreno bezüglich der Publikumskatharsis im Theater meinte – in einem Theater, das sich in eine gesellschaftlich bedeutsame und heilende Umgebung verwandelt hat. Eine Folge daraus ist eine Gruppennorm, die mehr Wert auf Partizipation und Improvisation als auf eine reibungslose Vorstellung legt. Menschen sorgen sich oft, nicht „gut genug" zu sein, was jedoch völlig am Sinn und Zweck der Sache vorbeigeht. Unsere Geschichten müssen nicht so ausgefeilt oder packend sein wie die der Medienleute. Der Direktor muss ein Umfeld schaffen, das intim genug ist, um Peinlichkeit zu tolerieren. Der kreative Akt des Erzählens steht über der Sorge um das fertige Produkt.

Menschen müssen sich Gehör verschaffen, um sich tatsächlich lebendig zu fühlen, und wir müssen uns Räume schaffen, in denen wir gerne und freiwillig zuhören und unsere eigenen Geschichten teilen. Ich weiß eine Reihe von psychodramatischen Techniken, die dies fördern, und einige Übungen wie das Playback-Theater werden bereits angewendet (mehr dazu in Kapitel 20).

DER ERFÜLLTE AUSDRUCK DER EIGENEN PERSÖNLICHKEIT

Die Aufgabe des Ausdrucks der eigenen Persönlichkeit sollte nicht nur beachtet werden, weil sie zur Erkenntnisgewinnung beiträgt, sondern auch, weil man damit reine Lebenskraft tankt. Es liegt eine Art Erregungskatharsis in der Einsicht, dass man energischer, lauter, lebhafter, „bühnentauglicher" und energiegeladener auftreten kann, als man für möglich gehalten hätte. Zusätzlich zu den Konflikten zwischen verschiedenen bestimmten geistigen Komplexen entstehen auch durch die allgemeine Unterdrückung der Lebenskraft Spannungen, und

immer, wenn sich diese lösen, kommt es zur Katharsis. Verhält man sich überschwänglich, albern, übertrieben gefühlsbetont oder lacht man brüllend, dann schwingt immer das Gefühl mit, ein Risiko und das Wagnis einzugehen, sich „da draußen“ zu bewegen.

Das Verlangen nach der Erfahrung, die eigene Persönlichkeit voll und ganz auszudrücken, stellt vermutlich einen Gesichtspunkt im Wunsch nach einem Rausch, nach High-Sein dar. Wie trügerisch Drogen und Alkohol auch sein mögen, sie verhelfen dem Konsumenten doch zu dem Gefühl, „größer als das Leben“ zu sein.

Eine gesündere Möglichkeit, dieses Ziel zu erreichen, ist die soziale Ausweitung kindlichen Spiels: Drama oder Theater. Wenn sie auf der Bühne stehen, fühlen die Menschen zunächst diese intrapsychische und kulturelle Kraft, die ihnen einflüstert: „Zieh keine Aufmerksamkeit auf dich!“ Durchbricht der Protagonist aber diese Barriere und lässt die Fragen „Bin ich in dieser Situation dumm? Ist meine Ahnungslosigkeit in Ordnung?“ hinter sich, kann er eine Katharsis erreichen, die ihn das lebensfrohere innere Kind feiern lässt.

Selbstdarstellung bezieht sich auch auf das Handlungsstreben, das nach überschäumendem Leben und der animalischen Freude an ganzkörperlichen Erfahrungen trachtet – im Wasser plantschen, sich in Ekstase tanzen, über eine lustige Passage in einem aufregenden Musikstück lachen, einem hingebungsvollen Prediger aus voller Kehle Zustimmung bekunden, das menschliche Potential genussvoll ausschöpfen.

ZUSAMMENFASSUNG

Spricht man eine Idee aus, nimmt sie konkretere Formen an. Schreibt man sie auf Papier, stellt man sie graphisch dar, dann wird sie sogar noch deutlicher. Andere kreative Ausdrucksformen aus dem künstlerischen Bereich ermöglichen es, Gefühle besser auszudrücken, als der rationale Diskurs dies jemals erreichen könnte, und das Psychodrama bietet sogar noch bessere Möglichkeiten. Ein Großteil der Geschichte und sogar die psychosoziale und intellektuelle Entwicklung des Einzelnen lassen sich als wachsende Fähigkeit zur Selbstdarstellung einstufen, von der Unartikuliertheit hin zur Erhabenheit.

Zugegebenermaßen gibt es viele gegenläufige Tendenzen – Angst, Trägheit, Gewohnheit. Aber um das Leben voll und ganz ausschöpfen zu können, muss man diesen Tendenzen mit spontanen Formen von individueller und kollektiver Ausdrucksstärke, Kreativität und der Fülle menschlicher Fähigkeiten begegnen. Diese Ausweitungen der Selbstdarstellung wirken erlösend, und diese Vorgänge sind das Thema des folgenden Kapitels.

QUELLEN

Baars, Bernard J. (1997). In the theater of consciousness: The workspace of the mind. New York: Oxford University Press.

Battegay, Raymond. (1990). New perspectives on acting-out. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry 42(4), 204-212.

Blatner, Adam. (1999). Psychodramatic methods in psychotherapy (Chapter 6), in D. Wiener (Hrsg.), Beyond talk therapy: Using movement and expressive techniques in clinical practice. Washington, DC. American Psychological Association Press.

Blatner, Adam & Blatner, Allee. (1997). The Art of Play. Philadelphia: Brunner/Mazel-Taylor & Francis.

Locke, John. (1998). The de-voicing of society: Why we don't talk to each other anymore. New York: Simon & Schuster.

Rexford, Eveoleen N. (Hrsg.) (1978). A developmental approach to problems of acting out. New York: International Universities Press.

Sacks, James M. (1981). Drama therapy with the acting out patient. In, G. Schattner & R. Courtney (Hrsg.), Drama in therapy, Band 2, Adults,. New York: Drama Book Specialists.

Sacks, James M. (1997). On aspects of the transference. Paper given at the ASGPP Conference. J. I. Mama, circa 1951.

11
Katharsis

Moreno (1940) schrieb in einem seiner ersten Artikel über Psychodrama von „mentaler Katharsis“, und zu begreifen, was er damit meint, trägt zum Gesamtverständnis der Methode bei. Bei Katharsis handelt es sich in gewisser Weise um eine Ausweitung der Psychologie des Ausdrucks der eigenen Persönlichkeit, die im vorigen Kapitel erörtert wurde, aber es geht um mehr.

Freud erkannte die Katharsis als interessantes Phänomen, aber da es ihm bei diesen frühen Versuchen, Abreaktion zu fördern, nicht gelang, anhaltende Ergebnisse zu erzielen, gab er sie auf. Seitdem scheint dieses Thema von den meisten Bereichen der Psychoanalyse weitgehend vernachlässigt worden zu sein. Moreno aber bemerkte kathartische Vorgänge im Theaterpublikum, zweitausend Jahre, nachdem Aristoteles dieses Phänomen beobachtet hatte. Moreno erfasste intuitiv, dass Darsteller im Theater eine umso tiefer gehende und heilendere Katharsis erleben würden, wenn sie von den Einschränkungen eines Drehbuchs bzw. dem Zwang, über die tatsächlichen Missstände ihres Lebens improvisieren zu müssen, befreit wären.

Wer entweder als Protagonist oder als Gruppenmitglied eine Katharsis erlebt hat, beschreibt die Empfindungen dabei in der Regel als Teil von etwas, das sich gut und heilsam anfühlt. Auch in einem der wohl bekanntesten Gruppentherapie-Lehrbücher bemerkt Yalom (1995), dass Patienten einer Gruppentherapie auf die Frage, was ihnen am meisten geholfen habe, oft erwidern, dass die Katharsis einer der primären Heilungsfaktoren war. Verschiedene andere Therapieformen wie die Bioenergetische Analyse, Gestalttherapie, Marathon-Gruppentherapie und einige andere „physische“ Therapien bedienen sich dieses Phänomens.

Dennoch bin ich überzeugt, dass die tatsächlichen Vorgänge einer Katharsis gemeinhin missverstanden werden und der Klärung bedürfen. Ich stelle die Hypothese auf, dass die Heilung nicht durch die Aktivierung und den Ausdruck starker Gefühle herbeigeführt wird, sondern vielmehr das Resultat einer Wiedervereinigung von Teilen oder Bereichen der Psyche darstellt, die getrennt waren. Der äußerliche Ausdruck von Emotionen spiegelt lediglich einen inneren re-integrativen Vorgang wider. Im Folgenden wird dies näher erläutert.

BESCHREIBUNG DES PHÄNOMENS

Betrachten wir zunächst einige Beispiele für Katharsis:

- Nach der Trennung von einem sehr engen Freund findet das Wiedersehen unter Tränen und Lachen statt.
- Nach einem traumatischen Erlebnis, also nachdem jemand lange den Schrecken und dem Elend eines Überlebenskampfes ausgesetzt war, bricht diese Person in Tränen aus, sobald die Gefahr überstanden ist.
- Nach der Anspannung im Kampf um den Sieg in einem Wettbewerb weint der Gewinner bei der Preisübergabe.
- Wer sich mit einem kniffligen Problem auseinandergesetzt hat und endlich eine Lösung findet, ruft aufgeregt „Heureka!“ oder Ähnliches oder seufzt, zwar leise aber eindeutig, „Aaah!“.
- Mitten in einem Psychodrama schreit ein sonst eher zurückhaltender Protagonist wie rasend los und schluchzt dann mehrere Minuten lang.
- Bei der Geburt schreit das Baby.
- Wer erkennt, dass er von der Gruppe, der er sein dunkelstes Geheimnis anvertraut hat, anerkannt und aufgenommen wird, weint, und einige Gruppenmitglieder weinen mit.
- In eine Feier vertieft, tanzen junge Menschen ekstatisch und mit sehr viel Energie.
- Fühlt eine Person sich spirituell neu geboren, weint und lacht sie.

Bei all diesen Vorgängen gibt es eine Periode, in der innerlich Trennung, die Spannung zwischen Gegensätzlichkeiten oder Abspaltung erfahren wird, woraufhin vereinigt wird, was getrennt war.

GRUNDLEGENDE DYNAMIKEN

Die Psyche bewältigt schmerzhafte Erfahrungen häufig, indem sie gewisse Gedanken und Gefühle vom regulären Bewusstsein und voneinander trennt – es handelt sich dabei um eine Art Aufteilungs- oder „Abspaltungs-“Prozess. Der von Psychoanalytikern als „Abwehrmechanismus“ bezeichnete Vorgang basiert auf eben dieser Selbsttäuschung. Verdrängung ist beispielsweise die Trennung des Bewusstseins von inneren Erfahrungen, während es bei der Verleugnung von der äußeren Erfahrung abgeschottet wird. Bei anderen Abwehrmechanismen kommen illusorische Gedanken zur Abspaltung, was zur Tarnung der Trennung sowie einer Abschwächung kognitiver Dissonanzen führt.

Auf einer Ebene kann die Psyche zwar auf diese Weise manipuliert werden, aber auf einer anderen Ebene bildet sie eine Einheit. Deshalb funktionieren die Illusionen psychischer Umgehungsmanöver eigentlich nicht. Auf dieser tiefer gehenden Ebene weiß die Psyche, dass sie sich selbst betrügt, und die verbotenen Gefühle schlagen sozusagen „leck“. Dies erfordert wiederum eine Art innerer Wachsamkeit und kontinuierliche Umgehungsmanöver,

was wiederum psychisch anstrengend werden kann. Diese Dynamik ist die Essenz dessen, was man als „Neurose“ zu bezeichnen pflegte, und es betrifft - zumindest in geringem Maße – so gut wie jeden Menschen.

Gerät das psychische Gleichgewicht ins Wanken, manchmal durch eine natürliche Lösung des Konflikts und manchmal durch die Hilfe eines mittelbaren Heilungsprozesses, wird es empfänglich für die Wiedervereinigung der beiden Teile der Psyche. Wenn es dann nicht mehr notwendig ist, so zu tun, als gäbe es zwei Teile, und die mentale Energie nicht mehr darauf verwendet werden muss, tritt eine Erleichterung ein. Um beim Beispiel des Wiedersehens zwei enger Freunde zu bleiben: die aufgestauten Gefühle der Sehnsucht nacheinander kommen an die Oberfläche, und diese Gefühle enthalten oft eine reichhaltige Mischung aus anderen Emotionen wie Scham für die Verletzlichkeit, Angst davor, dass es kein Wiedersehen geben könnte, Wut über die Frustration und Erleichterung. Ein ähnlich komplexer Prozess wird angestoßen, wenn Teile des Selbst erst getrennt und später wieder vereint werden.

Der Psyche wohnt die Neigung zu heilen und zu integrieren inne – in der Jungschen Begrifflichkeit, der Archetyp Eros. Teils liegt das in dem tief empfundenen Bedürfnis nach Befreiung von den drückenden Spannungen begründet, welche aus der inneren Spaltung entstehen. Aber ein weit wichtigerer Grund ist das Bedürfnis, einige der „gesunden“ Teile zurückzubringen, die zusammen mit den unerwünschten Elementen abgespalten wurden. Das ist ein wichtiger Punkt. In der Regel geraten einige nützliche Eigenschaften oder Attribute wie Authentizität, Freiheit usw. in den Gedanken- oder Gefühlskomplex, der verdrängt oder sonstwie abgetrennt wird. Wer sich als geistiger Bewältigungsmethode der Abtrennung bedient, schüttet im übertragenen Sinn „das Kind mit dem Badewasser aus“.

Etwas dramatischer ausgedrückt: Erfährt jemand – insbesondere ein junger Mensch – eine schlimme Bedrohung, opfert oder amputiert er Teile seiner selbst, um wieder einen gewissen Grad an Stabilität zu erlangen. Einige verlieren ihr Ich-Gefühl, um ihre Beziehungen aufrecht zu erhalten. Einige schlagen einen anderen Weg ein und opfern ihre sozialen Bindungen, um ihr Ich-Gefühl zu bewahren und sich einigermaßen gut zu fühlen – das endet in Soziopathie. Diese Entscheidungen hängen ganz vom jeweiligen Wechselspiel zwischen Temperament, Familienbanden, Zeitpunkt und vielen anderen Variablen ab. Der Punkt ist jedoch, dass das ganze Ich die abgetrennten Teile vermisst und braucht, unabhängig davon, was abgespalten wurde.

Wenn diese aufoktroyierten Grenzen sich auflösen, wenn die verschiedenen Aspekte der Einheit Körper-Geist wieder vereint sind, findet eine emotionale Erlösung statt, und das ist dann Katharsis. Sogar der Schrei eines Kindes bei seiner Geburt ist nach Morenos Auffassung eine Katharsis des

Triumphs; Forschungen bezüglich des Phänomens Geburtstrauma könnten dies bestätigen – eine tiefe Erleichterung angesichts der Tatsache, dass man einen äußerst aufreibenden Abschnitt überlebt hat. Durch die Anstrengung und das letztendliche Gelingen tritt das Gefühl der Sorge, dass man es nicht schaffen könnte, in den Vordergrund und vermischt sich mit der Erkenntnis, dass man es am Ende tatsächlich überstanden hat.

Interessanterweise muss sich die Wiedervereinigung nicht als tatsächliche Änderung der Lebensweise äußern, zumal dies häufig nicht möglich ist. Dem Handlungsstreben wird oft schon durch die Erfahrung genügt, die getrennten Teile in der Surplus-Realität des Psychodramas wieder zusammengefügt zu haben.

Sogar noch entferntere Arten symbolischer Reintegration wie bildende Kunst, Tanz oder Poesie können dieses Bedürfnis nach Heilung stillen.

VIER EBENEN VON KATHARSIS

Die beschriebenen Abspaltungen finden auf vier Ebenen psychosozialer Integration statt:

1. Selbstkonzept: Ist ein gegebener Gefühls- und Gedankenkomplex mit dem Selbstbebewusstsein vereinbar?
2. Adaptation: Hat man solche Komplexe einmal wieder entdeckt, wie kann man sie dann positiv für das eigene Leben nutzen?
3. Gesellschaft: Würden die anderen mit Sympathie oder sogar Akzeptanz reagieren, wenn sie von den problematischen Gefühlen und Gedanken erführen?
4. Spiritualität: Wie kann man diese unangenehmen und gesellschaftlich nicht geschätzten Empfindungen mit dem Gefühl der Verbundenheit mit Gott oder der Welt in Einklang bringen?

Der Punkt ist hierbei, dass Menschen, die einen Teil von sich abtrennen, in gleichem Ausmaß die Ganzheit ihres Seins aus dem sozialen und kosmischen Umfeld zurückziehen, als ob sie sagen wollten: „Wenn du wüsstest, wer ich wirklich bin, würdest du mich zurückweisen.“ Daraus ergibt sich, dass es auch verschiedene Ebenen von zwischenpersönlicher und spiritueller Abspaltung gibt, die die Spannungen und die Belastung noch zusätzlich verstärken.

Bei der Heilung dieser Abspaltungen gibt es vier Arten von Katharsis (Blatner, 1985):

1. Die Katharsis der Abreaktion: Sich der Gefühle bewusst zu werden, erweitert das Selbstkonzept. Das Selbst erkennt zuvor abgeleugnete Gedanken und Gefühle wieder als die eigenen an.
2. Die Katharsis der Integration. Gedanken und

Gefühle werden neu zusammengefügt und dadurch nützlich oder zumindest so handhabbar, dass man mit ihnen leben kann. An diesem Punkt kommt in der Therapie häufig die Kreativität zum Zug.

3. Die Katharsis der Inklusion: Das Gefühl der Isolation löst sich dadurch auf, dass der Protagonist entdeckt, dass die anderen ihn tolerieren und seine Gesellschaft sogar genießen können, obwohl sie die zuvor als inakzeptabel erachteten Charakterfehler kennen.
4. Die Katharsis der Wiederherstellung spiritueller Verbundenheit: Die Ganzheit des Individuums findet mit all seinen Stärken und Schwächen das Gefühl wieder, zum großen Ganzen zu gehören, und entdeckt seinen Sinn für das wieder, was in der Welt konstruktiv getan werden kann. Dies bezeichnete Moreno als „kosmische Katharsis"; sie stellt das Verhältnis zwischen dem Protagonisten und Gott oder der Gesamtheit des Seins wieder her.

SICH DURCHARBEITEN

Abreaktion allein reicht nicht aus. Die Menschen müssen den Heilungsprozess durch die anderen Ebenen hindurch vorantreiben. Der Grund dafür, dass Freud und andere die Katharsis nicht voll ausschöpfen konnten, lag darin, dass sie diese Notwendigkeit nicht sahen und/oder weil sie nicht über Methoden für die Erreichung der anderen Arten von Integration verfügten. „Auf jede Katharsis der Abreaktion muss eine Katharsis der Integration folgen", so Moreno (1950). Das bedeutet, dass es nicht ausreicht, wenn die Menschen sich ihrer Empfindungen bloß bewusst werden. Es gab ja einen Grund dafür, dass sie verdrängt wurden: Diese Emotionen schienen erdrückend zu sein. Daher ist es wichtig, sofort die Bedeutung dieser Gedanken und Gefühle „durchzuarbeiten", damit sie als annehmbar wahrgenommen und vielleicht sogar so sublimiert werden, dass eine konstruktive Adaptation erreicht wird.

Das birgt eine gewaltige emotionale Kraft, und es ist wie eine Operation, eine Katharsis herbeizuführen, die einen bedeutenden neurotischen Komplex betrifft. Und, um bei dem Vergleich zu bleiben, zur Heilung kommt es nicht allein durch den Eingriff und das Entfernen des Blinddarms, sondern es ist auch notwendig, die Wunde zu nähen und dem Patienten zu Ruhe und adäquater Ernährung zu verhelfen, während sein Körper (seine Seele) sich erholt (Z. Moreno, 1990).

In der Psychiatrie wird Heilung nicht allein schon durch die Wiederentdeckung tief vergrabener Emotionen erreicht. Es ist zwar notwendig, diese Emotionen wieder zu entdecken, aber dann muss man auch mit ihnen arbeiten, um sie konstruktiv zu integrieren. Sogar nach dem wichtigen Schritt der Abreaktions-Katharsis hält diese Erfahrung bei den Protagonisten während der Gesprächs- und Diskussionsphase an (Jefferies, 1998), und dies unterstützt den tiefer gehenden Integrationsprozess.

Eine weitere Analogie zum Bild der Operation bezieht sich auf die Vorbereitung. Der Spielleiter fühlt oft schon im Vorfeld, dass es vermutlich zu bestimmten kathartischen Vorgängen kommen wird. Erkennt der Spielleiter die jeweiligen Anzeichen, fragt er sich: „Was wird vermieden oder unterdrückt?“ Manchmal zeigt die vorangegangene Arbeit dies sehr deutlich. Einige Szenen mit integrativer Zielsetzung sollten z.B. zur Aufweichung der inneren Be- bzw. Verurteilung eingefädelt werden, damit der Protagonist nicht von Scham oder Schuldgefühlen überwältigt wird, wenn er gewisse inakzeptable Gefühle in sich entdeckt. Diese vorbereitenden Übungen können sich sogar als unabdinglich erweisen, weil der Protagonist sich ansonsten unterbewusst gegen das „wehrt“, was ihm als ein zu großer Schritt erscheint.

Eine Art, den Protagonisten vorzubereiten, stellt die Entwicklung eines stützenden Klimas in der Gruppe dar. Eine andere Möglichkeit ist, in der Gruppe das allgemeine Vertrauen in die Heilung zu stärken. Ein dritter Weg beruht auf einem grundlegenden Prinzip der Psychotherapie: Bevor man einen Patienten mit seinen negativen Stimmen konfrontiert, lässt man ihn auf seine positiven Stimmen hören. Damit sind natürlich keine eingebildeten Stimmen gemeint, sondern vielmehr innere Einstellungen, die sich in Form unterbewusster Selbstgespräche äußern, die das Ich abwerten oder bestätigen. Es erweist sich also oft als hilfreich, die Träume, Erfolge, Talente und positiven Eigenschaften Revue passieren zu lassen und auf ein Bild von einem insgesamt guten Menschen mit ein paar Problemchen hinzuarbeiten. Auf der Grundlage dieser positiven mentalen Einstellungen und aufbauenden Beziehungen gewinnt der Protagonist den Mut und das Durchhaltevermögen, sich Erinnerungen oder Erfahrungen zu stellen, die ansonsten zu sehr mit Angst- und Schuldgefühlen, Scham oder anderen übermäßig emotionalen Empfindungen überladen wären.

Folgt man diesen Prinzipien, wird die Katharsis Teil eines integrativeren und holistischeren Therapieansatzes. Die intensiveren Gefühlsausbrüche sind dann kein notwendiges Element in jeder Darstellung, aber sie kennzeichnen den Durchbruch derjenigen, die für eine bestimmte Art der Einsicht bereit sind.

NICHT EINFACH EMOTIONEN HERVORRUFEN

Ein verbreitetes Problem, das sich aus den Missverständnissen hinsichtlich der Katharsis ergeben, besteht darin, dass die Emotion als Heilung erachtet wird, während es eigentlich vielmehr so ist – und zwar in wechselndem Maße - , dass die Emotion schlicht den inneren integrativen Prozess widerspiegelt.

Hier bietet sich die Analogie von Sport und Schwitzen an: Der Zweck intensiven Trainings ist die Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems; wenn es richtig gemacht wird, erhöht sich die Herzfrequenz, und abhängig von der jeweiligen Temperatur, dem Wind

und anderen Faktoren fließt der Schweiß. Wenn es allein ums Schwitzen ginge, wären Dampfbäder oder die Sauna ebenso effektiv wie sportliche Betätigung, aber das sind sie eben nicht. In ähnlicher Weise ist es durchaus möglich, jemanden sich in Wut hineinsteigern zu lassen, ohne ihm bei der Heilung der Punkte zu helfen, die zu der Wut einzelner Teile des Selbst auf einander führen, oder jemanden so zu frustrieren oder zu verwirren, dass er in Tränen ausbricht. Das berührt aber nicht die tiefer gehenden Integrationsprobleme, die geradezu danach schreien, herausgelassen zu werden.

Es sollte nicht das Ziel sein, Emotionen zu aktivieren. Nichtsdestotrotz gibt es Situationen in der Psychotherapie und im Psychodrama, die es geradezu erfordern, eine emotional aufgeladene Erfahrung heraufzubeschwören, um Handlungseinsicht zu katalysieren. Notwendig ist jedoch auf alle Fälle die aktive Aufarbeitung, damit Integration sichergestellt ist.

KATHARSIS DES HILFS-ICHS UND DES PUBLIKUMS DURCH IDENTIFIKATION

Die Katharsis der Hilfs-Ichs und des Publikums (der Gruppe) sind ebenfalls wichtige Elemente. Sogar wenn das Drama keinen direkten Konflikt aus dem Leben eines Zuschauers berührt, kann es starke Gefühle hervorrufen. Das kommt daher, dass in einem weit gefassten Sinn alle Menschen den fortwährenden Vorgang von Trennung und Wiedervereinigung, des Verlorengehens und Gefundenwerdens, teilen.

Diese Erfahrungen katalysieren außerdem die Befreiung von einer Unzahl kleiner Spannungen und aufgestauter Gefühle, die im Kontext des täglichen „zivilisierten“ Lebens nie voll zum Ausdruck kommen. Die Menschen haben nicht ausreichend Gelegenheit, für ihre unterschiedlichen Gefühle, von Wut und Trauer über Erregung bis hin zu Ausgelassenheit, einmal „alle Register zu ziehen“.

Hinsichtlich des Werts der Katharsis in der Gruppentherapie wies Yalom (1995) insbesondere auf das Phänomen der „Universalisierung“ hin. Psychodramen neigen dazu, nicht nur bestimmte Situationen, sondern auch Reflexionen über das Menschsein zu beinhalten. Das Publikum fühlt eine Verbindung mit den größeren Geschichten und Themen, die dem Leben Bedeutung geben.

EINE BREITERE PERSPEKTIVE

Nicht bei jeder Therapie bedarf es kathartischer Methoden oder Erfahrungen. In anderen Fällen ist es aber genau das, was notwendig ist: ein systematisches Hinarbeiten auf die Reintegration des Abgetrennten. Die Protagonisten- und Zuschauerkatharsis kann auch angenehme und schöne Ereignisse einschließen – nicht nur Trauer oder Wut. Die Potenz des Playback-Theaters (siehe Kapitel 20)

besteht darin, dass sie Augenblicke der Schmerzlichkeit bezüglich der gesamten Palette menschlicher Erfahrung bietet, und das ganz unabhängig von jedem explizit therapeutischen Kontext. In ähnlicher Weise darf der Leiter eines Gruppenpsychodramas als möglichen Zweck einer Szene nicht das Bedürfnis außer Acht lassen, die wirklich großartigen Dinge des Lebens zu teilen. Es ist manchmal recht schwierig, jemanden zu finden, der sich ohne Neid und Vorbehalte mitfreuen kann! Diese Übung kann sich als sehr wertvoll für die Persönlichkeitserfahrung und in Therapiegruppen erweisen.

Die Dynamik der Katharsis ist ein immer wiederkehrendes Element in unserem Leben und wird mit vielen Arten von Kampf, Erfolg und Niederlage assoziiert. Wir erleben Katharsis aber auch stellvertretend bzw. aus zweiter Hand, wenn wir beispielsweise im Theater die bedeutsamen und bewegenden Momente eines Theaterstücks verfolgen oder an Ritualen teilnehmen. Wenn die Menschen sich dieser kathartischen Dynamik bewusst werden, hilft ihnen dies beim Begreifen ihrer Emotionen und der tief greifenden inneren Strömungen der Reintegration.

ZUSAMMENFASSUNG

Morenos Intuition, dass Katharsis als zentraler Heilungsfaktor fungieren kann, stellte eine bedeutende Erkenntnis dar. Die Erkenntnis, dass eine integrierte Katharsis einen weit grundlegenderen Vorgang anzeigt und nicht einen bloßen Gefühlsausbruch bedeutet, wirkt sich nicht nur entscheidend auf die Psychotherapie aus, sondern beeinflusst auch unser allgemeines Verständnis der menschlichen Entwicklung und Gesundheit. Diese Dynamiken sind eng verwandt mit dem Vorgang des Ausdrucks der eigenen Persönlichkeit. Katharsis wurde verweigert oder missbraucht, weil diese tiefer gehenden Dynamiken verkannt wurden. Die Schlüsselerkenntnis ist hierbei: Auf jede Katharsis der Abreaktion muss eine Katharsis der Integration folgen.

QUELLEN

Bemak, Fred & Young, Mark E. (1998). Roje of catharsis in group psychotherapy. International journal of Action Methods, 5l(4) , 166-184.

Blatner, Allee (1985). The dynamics of catharsis. journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, & Sociometry, 37(4), 157-166.

Gessmann, Hans-Werner. (1999). Erste Ueberlegungen zur Ueberwindung des Katharsisbegriffs im Humanistischen Psychodrama. Internationale Zeitschrift fuer Humanistisches Psychodrama (Hrsg. Hans-Werner Gessmann). Heft 2, 5. Jahrgang, Verlag des Psychotherapeutischen Instituts Bergerhausen, Duisburg, 5-26.

Ginn, Ildri B. (1973). Catharsis: Its occurrence in Aristotle, psychodrama, and psychoanalysis. Group Psychotherapy & Psychodrama, 26(2), 7-22.

Jackson, S.W. (1994). Catharsis and abreaction in the history of psychological healing. Psychiatrie Clinics of North America, 17(3), 471-491.

Janov, Arthur. (1971). The anatomy of mental illness: The scientific basis of Primal Therapy. New York: G. P. Putnam's Sons.

Jefferies, Jinnie. (1998). The processing (Chapter 11 S. 189-202). In M. Karp, P. Holmes & K. Bradshaw-Tauvon (Hrsg.) Handbook of psychodrama. London: Routledge.

Kellermann, Peter Felix. (1984). The place of catharsis in psychodrama. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 37(1), 1-13.

Kellermann, Peter Felix. (1992). Catharsis (Chapter 6). Focus on psychodrama: The therapeutic aspects of psychodrama. London: Jessica Kingsley.

Moreno, J.L. (1940). Mental catharsis and the psychodrama. SociometlY, 3(1), 220-238.

Moreno, J.L. (1950). Personal communication to Eya Fechin Branham, who passed it along to me.

Moreno, Zerka T. (1990). Note on some forms of resistance to psychodrama. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 43(1), 43, 44.

Nichols, Mark P. & Efran, J.S. (1985). Catharsis in psychotherapy: A new perspective. Psychotherapy, 22(1), 46-58.

Scheff, Thomas J. 1979). Catharsis in healing, ritual, and drama. Berkeley: University of California Press.

Yalom, Irvin. (1995). The theory and practice of group psychotherapy (4th Ed). New York: Basic Books.

12
Erlernen von Fertigkeiten

Das Psychodrama ist unter anderem deshalb besonders wertvoll, weil es Fähigkeiten vermittelt, die über die Aufgabe der Lösung eines akuten Problems hinausgehen. Meiner Erfahrung nach beruht ein Großteil psychosozialer Probleme schlicht auf einem Mangel an kommunikativen Fertigkeiten, wischenpersönlichen Problemlösungsstrategien, Selbstkenntnis und Ähnlichem. Derzeit werden diese Fertigkeiten an den meisten Schulen nicht vermittelt, obwohl mehrfach die Forderung laut geworden ist, dies zu ändern (Blatner, 1992, 1995; Goleman, 1995). In den vergangenen Jahrzehnten hat sich die direktive Vermittlung von Fähigkeiten zu einem Bestandteil zahlreicher Therapieformen entwickelt, wobei der bis dahin übliche Versuch, direkte Verhaltensanleitungen zu vermeiden, überholt wurde.

Das Psychodrama bietet eine natürliche Methode für da Erlernen und die Anwendung der oben genannten psychosozialen Fertigkeiten.

Rollenübernahmen stärken die Vernetzung von Vorstellungskraft und anderen Dimensionen, durch Rollenwechsel wird die Metakognition geübt, Rollenschöpfung fördert Initiative, der Wechsel in die Rollen des Spiegels oder Ko-Regisseurs erweitert die Fähigkeit zu Selbstbeobachtung und Veränderung der Selbstidentifikation. Alles in allem entwickelt das Rollenspiel eine Kognition, die über das hinausgeht, was Piaget unter Erwachsenenmodus und formeller Vorgehenslogik verstand, weil die bewusste Verschiebung des Bezugsrahmens den Geist für eine holistischere und inte-grativere Weltsicht öffnet (Wilber, 1998).

ENTWICKLUNG DER METAROLLEN

Die Menschen spielen auf verschiedenen Ebenen Rollen, wie wir in den Kapiteln 9 und 15 bereits gesehen haben bzw. noch sehen werden, und die überwachenden und lenkenden Ebenen fungieren als Leit- oder Metarollen. Zu lernen, zwischen einer hohen Rollenidentifizierung und der Betrachtung derselben Rolle von außen zu wechseln – in Theater und Psychologie als „Rollendistanz“ bezeichnet -, stellt vermutlich die wichtigste Fertigkeit dar. Hilft man einem Protagonisten, innezuhalten, wird die Szene eingefroren und mit Hilfe der Spiegelme-

thode aus der Darstellung herausgelöst, damit man die Situation zusammen mit dem Regisseur noch einmal ansehen kann. Erst dadurch erhält das Psychodrama seine therapeutische Wirkung. Haben die Menschen diesen Vorgang erst einmal häufig genug durchlaufen, beginnen sie, ihn auch auf das tägliche Leben anzuwenden. Sie halten inne und stellen sich die Szene vor, als wäre sie Teil eines Psychodramas, und sie können dann wählen, im Geiste die Szene umzuschreiben, etwas Neues und Konstruktiveres hinzuzufügen, anstatt in die gleichen althergebrachten und gewohnheitsmäßigen Reaktionsmuster zu verfallen.

VERÄNDERUNG DER SELBST-IDENTIFIKATION

Identifikation ist die Verknüpfung des Ich-Gefühls mit etwas anderem. Man kann sich mit einer Rolle, einem Glauben, einem Gefühl etc. identifizieren. Bei der *disidentification* wird erkannt, dass man nicht ist – man ist nicht sein eigener Körper, nicht seine eigene Rolle. Ein wichtiges Element der Reife stellt die Fähigkeit zur Änderung der Selbstidentifikation dar; man dis-identifiziert sich beispielsweise davon, ob man das eben gespielte Spiel gewonnen oder verloren hat. Der Psychiater Roberto Assagioli (1965, 112-120), der die als Psychosynthese bekannte Therapieform erfunden hat, stellte die Entwicklung der *disidentification* ins Zentrum der Heilung bzw. Persönlichkeitsentwicklung.

Das Ich-Gefühl muss an irgendetwas gebunden sein, damit es auf die Metaebene zurückgeführt werden kann – man ist nicht nur die dargestellte Rolle, sondern Regisseur und Drehbuchautor, Mitschöpfer der Szene, der die Freiheit hat, diese jetzt und hier so umzudenken, wie sie sein sollte. (Die psychospirituellen Lehren des Ostens betonen diese Fertigkeit sehr und fördern Identifikation nicht nur mit dem kreativen Selbst, sondern auch darüber hinaus mit der seelisch-geistigen Quelle, die das Selbst inspiriert.)

Schauspieler pflegen *disidentification*, indem sie sich nicht zu sehr in ihre Rolle hineinsteigern, um nicht ganz ihren Beobachtungsposten zu verlieren. Dadurch wird wiederum ihr Schauspiel verändert und verfeinert. Es ist, als ob der Schauspieler sich teilweise mit dem Regisseur identifiziere.

Auch Menschen, die sich viel mit Psychodrama beschäftigen, lernen diese Art der Flexibilität.

LERNEN EXPLIZIT GESTALTEN

Bei vielen Arten der Psychotherapie durchlaufen die Klienten einen Prozess, jedoch werden häufig keine speziellen Methoden erlernen, die außerhalb der Behandlung von Nutzen wären. Auch im Psychodrama kann das passieren. Es ist aber möglich, den Protagonisten mit dem Gedanken vertraut zu machen, dass er sich die angewendeten Methoden

gut einprägen sollte. Auch wenn sich die Konzentration hauptsächlich auf das Verständnis des akuten Problems richtet, sollte die Aufmerksamkeit auch der weiter gehenden Herausforderung gewidmet werden, die Anwendung der Methoden so zu erlernen, um sie anwenden zu können, sobald neue Probleme auftreten.

Während eines Psychodramas kann der Regisseur im oben beschriebenen Augenblick, wenn der Protagonist in die Spiegelsituation versetzt wird, zurücktritt und die eben gespielte Szene reflektiert, beispielsweise anregen: „Dies ist eine Chance, diese Technik zu lernen, damit du dir in anderen Situationen deines Lebens, in denen du dich in einer angespannten Lage wieder findest, immer vorstellen kannst, du wärst in einem Psychodrama; dann trittst du im Geiste einen Schritt zurück und überdenkst die Situation genau so, wie wir es jetzt hier tun." Nachdem man auf diese Weise an das wertvolle Potential des Vorgangs erinnert hat, können Regisseur und Protagonist wieder zum aktuell zu begutachtenden Problem zurückkehren.

Natürlich muss der Regisseur auf seine Intuition vertrauen, solche Selbstbeobachtungstipps im richtigen Moment in das Schauspiel einzuflechten, aber es muss nicht am Ende einer Sitzung sein. Die klassische Entwicklung von der Erwärmungsphase zu emotionaler Katharsis geht häufig zu weit und zu tief, als dass man ihre Auswirkungen vollständig integrieren könnte. Ruft die Darstellung entsprechend starke emotionale Empfindungen hervor, geht ein guter Teil des Lerneffekts dadurch verloren, dass die Rollendistanz verloren geht und sich der Protagonist auf einer anderen Bewusstseinsebene befindet.

Die Szene kurz zu unterbrechen und die Spiegelmethode anzuwenden, hilft auch dabei, dass die Szene die Bodenhaftung nicht verliert. Es ist eine Rückbestätigung der Verbundenheit mit dem Therapeuten und erinnert den Protagonisten daran, dass all seine Wahrnehmungen unter Kontrolle sind und dass mit allen Aktivitäten auf Bestätigung und ein konstruktives Ende hin gearbeitet wird. Wenn man es mit emotional sehr stark aufgeladenen Problemen zu tun hat, sind solche Übungen zur Bewahrung der „Bodenhaftung" nicht nur „er-Muti-gend", sondern zeigen den Menschen auch einen Weg auf, wie sie sich selbst Raum verschaffen können, wenn sie sich von herannahenden Schwierigkeiten bedrängt fühlen. Dadurch wird die Fertigkeit aufgebaut, sich geschickt distanzieren und reflektieren zu können, wobei es sich weder um eine Kapitulation noch um einen Handlungszwang handelt.

ROLLENTAUSCH UND EMPATHIE

Während meiner Ausbildung zum Psychiater wurde mir eingebläut, dass ich einfühlsam und verständnisvoll zu sein hatte, aber niemand zeigte mir, wie! Ich dachte, dass ich empathisch würde, wenn ich nur genug über Psychodynamik lesen würde – aber

das funktionierte nicht. Glücklicherweise entdeckte ich mit Hilfe des Psychodramas die Fertigkeit der Rollenübernahme, sich vorstellen zu können, wie es ist, sich in einer ungewohnten und unangenehmen Lage zu befinden.

Beim Erlernen dieser Fertigkeit galt es, einige kulturell bedingte Widerstände in mir zu überwinden. Rollenübernahme, wie ein Schauspieler denken, das erfordert Deduktion und den Einsatz von Intuition, und es gibt keine Garantie dafür, dass man richtig liegt. Es ist ein wenig riskant, während es andererseits eine beruhigende Illusion der Sicherheit bietet, daran zu glauben, Lehrbücher böten konkrete Antworten. Man muss lernen zu fließen und empfänglich zu werden für Spontaneität. Es war ein bisschen wie Schwimmen lernen, nur ging es darum, in völlig anderen Bahnen zu denken.

Ich lernte außerdem, dass ich auch im Zuge der Improvisation zu verstehen lernen würde. Wenn ich mich für eine Rolle aufwärmte, wenn ich sie spielte, entdeckte ich mehr von den Gefühlen, die mit ihr verbunden waren. Empathie kann also durch eine häufige und rege Teilnahme an Psychodramen entwickelt werden, und das kann man auch ganz explizit festhalten: Wenn Menschen sich auf ein Psychodrama einlassen und die Rollen tauschen, könnte der Regisseur sagen: „Jedes Mal, wenn du dich in die Rolle eines anderen versetzt, übst du diese Fertigkeit." Das baut einen höheren Grad an Selbstwahrnehmung auf, so dass diese Personen das Gelernte auch zunehmend mit weniger Warming-up und ohne externen Regisseur anwenden können.

SELBSTWAHRNEHMUNG

Ebenso wie Empathie kann auch Selbstwahrnehmung ein vages Konzept sein. Eine gute Methode ist, sich sein Innenleben als Gruppe verschiedener Rollen, so etwas wie eine Familie oder eine Art Orchester vorzustellen. In den Kapiteln 16 und 17 werden diese Bilder noch vertieft. Man fängt damit an, die an einer bestimmten Situation beteiligten Rollen zu benennen, und stellt sich dann vor, dass jede Rolle ihr eigenes Drehbuch und ihren eigenen Stellenwert hat – man stellt sich vor, man könnte hören, was sie sagen.

Im Psychodrama wird diese Fertigkeit mit Hilfe der „Multiples Ich"-Methode erlernt: Der Protagonist wird dabei unterstützt, verschiedene Teile seines Selbst zu spielen und diese Teile miteinander kommunizieren, verhandeln, streiten und Kompromisse finden zu lassen. Weitere Teilfähigkeiten beinhalten das Hervorrufen vernachlässigter Rollen: „Was hat denn das 'Kind in mir' zu sagen?" Diese können dann wiederum weiter zerlegt werden, wenn erkannt wird, dass man eine Reihe verschiedener 'Kinder' in sich stecken hat – bei jeder Person variiert dieses Repertoire.

Wichtig ist auch, die zu Zensierung und Selbstbeschuldigung neigenden Teile des Selbst herauszufinden und ihnen einen Namen wie „innerer Polizist“ zu geben.

Eine der wohl stärksten Fähigkeiten, die beim Selbstwahrnehmungstraining geübt werden, ist die Erkenntnis der von verschiedenen Teilen des Selbst angewendeten vielschichtigen Taktiken – in der Psychoanalyse spricht man von „Abwehrmechanismen“. Man kann sie sich als Aussage der jeweiligen Teile des Selbst vorstellen:

„Ich will das gar nicht wissen!“ – Unterdrückung
„Ich weiß nicht, wovon du sprichst.“ – Verdrängung oder Verleugnung
„Das sind doch nur Gefühle, ich weiß nicht, wozu die gut sind.“ – Isolation und Affekt
„Du machst mich wütend, weil du wütend auf mich bist!“ – Projektion … und so weiter.

Auf zwischenpersönlicher Ebene erlaubt die Methode des Beiseite-Sprechens den Menschen, die Fertigkeit zu üben, sich verborgener Gedanken bewusst zu werden. Bei der Doppelgängermethode lernt man, emotionale und irrationale Gedanken auszudrücken. Und der oben erwähnte innere Dialog kann dabei helfen, die Fertigkeit des authentischen Ausdrucks zu erwerben: „Nun, ein Teil von mir will [dies]…, aber schon während ich das sage, höre ich einen anderen Teil von mir, der entgegnet: ‚Nein! Ich will [jenes]!’“

NONVERBALE KOMMUNIKATION

Durch die körperliche Betätigung, die das Psychodrama mit sich bringt, richtet sich die Aufmerksamkeit auch auf das Zusammenspiel von Gefühlen und Körper. Ein weiterer Aspekt sowohl in Bezug auf zwischenmenschliches Gespür als auch bei der Selbstwahrnehmung ist ein geschärftes Bewusstsein der Bedeutung verschiedener Arten nonverbaler Kommunikation. Häufig reagieren Menschen eher auf die Art, wie etwas gesagt wird, als auf den Inhalt der Aussage. Nichtsdestotrotz haben viele Menschen nie gelernt, die unterschiedlichen Muster zu erkennen.
Ein Leitspruch für medizinische Diagnosen besagt, dass es bei der Beobachtung häufig darauf ankommt, dass man weiß, wonach man sucht. Wenn der Regisseur während eines Psychodramas bei einem Protagonisten beobachtet, dass dieser entweder starke nonverbale Signale aussendet oder auf das Verhalten anderer in der Szene reagiert, kann es sich daher als sehr hilfreich erweisen, den Augenblick einzufrieren, in die Spiegelmethode zu wechseln und ganz ausdrücklich darauf einzugehen, was soeben vorgefallen ist. Dies verstärkt außerdem die stille Beobachtung der eigenen Interaktionen und zeigt den Teilnehmern, worauf sie achten müssen.

Zunächst ist es gar nicht einfach, subtile Zeichen nonverbaler Kommunikation zu bemerken; ein wenig ist es als lerne man, klassische Musik zu hören.

GRUNDLAGEN DES PSYCHODRAMAS

Das Psychodrama bietet die Möglichkeit, mittels der Methoden Übertreibung und direkte Instruktion das Bewusstsein auf dieser Ebene zu schärfen, so dass alternative Bewegungen, Körperhaltungen, Gesichtsausdrücke, der Ton der Stimme und andere Variablen bewusst erfahrbar werden. Bei dieser Art des experimentellen Lernens werden selbst kleine Veränderungen wahrgenommen.

Nonverbale Kommunikation dient nicht nur dazu, anderen eine Botschaft zu übermitteln, sondern sie sendet auch Signale an die Einheit Körper-Geist und verstärkt dadurch bestimmte Gefühlszustände. (Um dieses Phänomen geht es bei einigen „Körpertherapien".) Beobachten zu lernen, wie sich die Haltung bzw. Einstellung bei Menschen physisch ausdrückt, fördert nicht nur die Selbstwahrnehmung, sondern führt letztendlich auch zu einem höheren Grad an Selbstkontrolle. Die Menschen lernen, darauf zu achten, ob sich ihr Körper in einer bestimmten Weise anspannt oder ihr Gesicht oder die Stimme in einen gewissen Ausdruck bzw. Ton verfällt; sie lernen außerdem, automatische Reaktionen zu unterbrechen und können so durch eine Veränderung ihrer äußerlichen Haltung ihren Gemütszustand verändern .

Diese Fertigkeit lässt sich dann im täglichen zwischenmenschlichen Zusammenspiel anwenden. Beispielsweise könnte man zu seinem Ehepartner sagen: „Liebling, es fällt mir schwer, mich zu öffnen und dir wirklich zuzuhören, wenn deine Stimme so hoch und aufgeregt klingt. Das klingt für mich nach einem Notfall, ich werde nervös und schalte irgendwie ab. Sag das doch bitte noch einmal in einer etwas entspannteren Tonlage." Oder die Gattin könnte bitten: „Es ist mir wichtig, dass du jetzt die Zeitung weglegst und mir in die Augen siehst."

KONFLIKTBEWÄLTIGUNG

Die meisten Menschen haben keine Strategie parat, um zwischenpersönliche Konflikte zu lösen, und vermeiden diese häufig, weil sie eine Eskalation der Probleme fürchten. Manchmal verstärkt dies aber die Spannungen nur noch mehr oder führt tatsächlich zur gefürchteten Eskalation – aber dann tritt das eigentliche Problem in den Hintergrund, weil nicht die Wut über das Problem, sondern die Wut über die fehlgeschlagenen Problem-Umgehungs-Bemühungen überwiegt.

Die Strategie für Konfliktbewältigung ist einfach: Doppelgängermethode und Rollentausch werden kombiniert. Man kommt mit dem Konflikt klar, indem man den Vorgang kommentiert und sowohl in die Rolle des Regisseurs als auch in die des Widersachers schlüpft. Das bedeutet, dass zunächst alle Gesichtspunkte aus der Perspektive jedes Beteiligten vorgebracht werden, vor allem die Gefühle. Dann, und das muss beiden Seiten von Vornherein klar sein, folgt der Teil, in dem die am Konflikt

Beteiligten die Rollen tauschen und versuchen, so mitfühlend wie möglich die Position des anderen zu vertreten, während die anderen sie gleichzeitig anleiten. Der Rollentausch erfolgt nicht gleichzeitig, sondern nacheinander, so dass jede Seite durch die Hilfe derer, die sie darstellt, ein jeweils so akkurates Bild wie möglich gewinnt.

Diese Übung hilft gegen das Hindernis des Misstrauens, da beide Seiten zeigen müssen, dass sie bereit sind – zumindest für einen kurzen Zeitraum – ihre eigene egozentrische Haltung aufzugeben und sich in einem Akt wirklichen Verständnisses auf die Welt des anderen einlassen. Hierin sah Moreno die ideale Begegnung.

Natürlich hat diese Methode nicht immer Erfolg – aber zumindest ist es eine anwendbare Strategie, und wenn jeder in einer Familie oder Organisation von dieser Möglichkeit weiß, schwingt die Dynamik um von Vermeidung zu Engagement. Irgendwie spürt man, dass die anderen Beteiligten sich darauf einlassen werden, „mitzuspielen“ und fair zu spielen.

Im Verlauf eines Psychodramas kann man diesen Prozess – als eine zu erlernende und anzuwendende Fertigkeit – besonders betonen, damit das Element des trainierenden Rollenspiels das ansonsten erforschte zentrale Problem ergänzt.

SOZIOMETRISCHE FERTIGKEITEN

Die Kenntnis von Soziometrie und Tele (siehe Kapitel 18–19) fördert auch neue Möglichkeiten, Fertigkeiten zu erwerben. Die Menschen fangen an, über ihr gesellschaftliches Leben nicht nur unter dem Aspekt nachzudenken, ob man „beliebt“ ist oder nicht, sondern sie reflektieren, wie man den Menschen begegnen kann, mit denen man sich am wohlsten fühlt. Besonders anwendbar ist dies in einer Gesellschaft, die zunehmend vielschichtiger und multinationaler wird.

Lehrer, Freizeitleiter und andere Organisatoren von Gruppenaktivitäten können durch verschiedene Einrichtungen Veranstaltungen anbieten, durch die Menschen sich kennen lernen und sich so in Untergruppen zusammenfinden, die auf gemeinsamen Interessen beruhen. Das ist viel natürlicher, als Personen einfach Sitzplätze, Räume oder Arbeitsgruppen zuzuteilen. Wenn möglich, sollten Menschen, die miteinander arbeiten möchten, dies auch tun dürfen. Obwohl diese Logik so offensichtlich ist, wird sie in der Regel nicht beachtet.

Eine andere Fertigkeit zielt darauf ab, in einer Beziehung, die man zunächst als neutral oder gleichgültig erlebt, angenehmere und kongenialere Rollen zu finden. Wenn man verschiedene Steckenpferde und Vorlieben diskutiert, kommen oft überlappende Interessensfelder zutage.

Nimmt man die subtilen, aber allgegenwärtigen Vorgänge des Auswählens und Ausgewählt-Werdens bewusst wahr, kann man dies viel aufmerksamer angehen. Häufig weigern sich die Menschen, eine Wahl zu treffen, und viele haben vergessen, dass sie zumindest für sich ein Recht darauf haben. Einige Personen unterdrücken ihre Vorlieben ebenso wie andere Komplexe.

Damit verbunden ist die Fähigkeit, sich der Gründe für unsere Vorlieben bewusst zu werden, und dies ist mit der vielversprechendste Zugang zur Selbstwahrnehmung.

VIER ARTEN DES LERNENS

Um besser einschätzen zu können, wie die beim Psychodrama erworbenen Teilfähigkeiten auch in anderen Situationen Einsatz finden können, muss man die vier Arten des Lernens beachten:

1. Information entnehmen wir Büchern, Vorträgen, Filmen, informellem Ideenaustausch.

2. Kompetenz entwickelt sich dadurch, dass wir das Wie beigebracht bekommen (d.h. anhand eines Modells), durch praktische Übung, Feedback, Ermutigungen, das Herausfinden des „Kniffs“ und ausreichend Gelegenheit zum Üben und Perfektionieren der Fertigkeit.

3. Verständnis entsteht, wenn wir das Zusammenspiel verschiedener Lernaspekte begreifen. In Bezug auf Menschen verstehen wir, indem wir uns in die Rollen der anderen hineinversetzen und verschiedene Arten von misslichen Lagen und Zwickmühlen mitfühlen.

4. Weisheit schließt die weiter gehende Integration unserer persönlichen moralischen Werte sowie die Fähigkeit zur Selbstdisziplin ein und erfordert das Bemerken und Korrigieren der eigenen Fehler, fehlgeleiteten Neigungen und unproduktiven Verhaltensweisen.

Im heutigen Bildungswesen wird besonders die erste Kategorie betont, während experimentelle Arten des Lernens – darunter auch das Psychodrama – eher auf die letzten drei Lernarten abzielen. Das Ziel für die breite Bevölkerung besteht darin, schrittweise das zu erreichen, was ich als „psychologische Alphabetisierung“ bezeichne, damit die Menschen lernen, aktiv mit den psychischen und sozialen Anforderungen einer sich immer schneller ändernden Welt zurechtzukommen.

RITUALE UND FESTLICHKEITEN UMGESTALTEN

Wenn man viel mit Psychodrama zu tun hat, neigt man dazu, sich als Theaterregisseur und –produzent zu fühlen. Ein verblüffender Nebeneffekt besteht darin, dass diese Personen sehr aktiv die Initiationsriten ihres Lebens zu verändern beginnen und

mit viel Kreativität Hochzeiten, Beerdigungen und andere Festlichkeiten gestalten.

Mit Hilfe von Rollentausch stellt man sich vor, wie die einzelnen Beteiligten sich wohl fühlen, und arrangiert dann alles so, dass die bestmöglichen Reaktionen erzielt werden. Greift man auf dramaturgische Hilfsmittel wie die Lautsprecher-Technik, genaue Planung der Tonlage, Sprechen eines Gebets, Aufbau einer Bühne usw. zurück, können diese die große Bedeutung des Fests noch unterstreichen (Blatner, 1985; Wall & Ferguson, 1998; Roberts, 1999).

Ich gehe sogar noch weiter und schlage einen passenden Titel bzw. die perfekte Rolle für den erfahrenen Psychodramaturgen vor: Zeremonienmeister.

Wenn wir alle Methoden in einem anderen Kontext anwenden, können wir dazu beitragen, Ritualen und Festlichkeiten größere Bedeutung zu verleihen und alle Beteiligten stärker einzubinden.

ZUSAMMENFASSUNG

Ein altes chinesisches Sprichwort besagt: „Gib einem Hungernden einen Fisch, und er wird einmal satt. Lehre ihn Fischen, und er wird nie wieder hungern.“ Meiner Meinung nach besteht eine der wichtigsten Funktionen des Psychodramas darin, den Menschen einen neuen Weg für die Bewältigung ihrer Probleme aufzuzeigen, so dass sie ihre Vorstellungskraft und Spontaneität einsetzen und den selbstbewussten Umgang mit einer Reihe von Methoden und psychologischen Werkzeugen (wie den Rollenbegriff) lernen. Ist man erst einmal damit vertraut, sickert dieser Ansatz auch ins tägliche Leben durch. Man braucht kein formelles Psychodrama, um einen Rollentausch durchzuführen. Es kann schon hilfreich genug sein, sich diese Szenen einfach nur vorzustellen.

Je mehr die Menschen einsehen, dass sie ihre Probleme mit Hilfe von Kreativität und einer Reihe von Fertigkeiten bewältigen können, desto mehr wächst ihr Selbstbewusstsein und die Bereitschaft, sich für soziale und persönliche Probleme einzusetzen und Verantwortung zu übernehmen. Die Infrastruktur von Fertigkeit und Begreifen wirkt als eine Art andauernde Therapie fort und ist auf Herausforderungen hinsichtlich des Gemeinschaftslebens, spiritueller Entwicklung, Unterhaltung, Feiern, Politik und auf andere Bereiche anwendbar.

QUELLEN

Assagioli, Roberto. (1965). Psychosynthesis. New York: Hobbs, Dorman & Co.
Blatner, Adam. (1985). Celebrations and rituals. The Art of Play. 1st ed. San Marcos, TX: Selbstverlag.
Blatner, Adam. (1992). Mental „hookworm“: Mental hygiene and modern business. Kentucky Hospitals, 9(1), 18-21.
Blatner, Allee. (1995). Drama in education as mental hygiene: A child psychiatrist's perspective. Youth Theatre journal, 9, 90-96.
Goleman, Daniel. (1995). Emotional intelligence. New York: Bantam.
Roberts, Janine. (1999). Beyond Words: The Power of Rituals. In Daniel J.Wiener (Hrsg.), Beyond talk therapy. Washington, DC: American psychological Association.
Wall, Kathleen & Ferguson, Gary. (1998). Rites of passage: Celebrating life changes. Hillsboro OR: Beyond Words Inc.
Wilber, Ken. (1998). The eye of spirit: An integral vision for a world gone slightly mad. Boston: Shambhala.

13
Verbindung mit anderen Therapien

Wie ich bereits in der Einführung sagte, sehe ich das Psychodrama vielmehr als Werkzeug, das über jeglichen spezifischen Therapieansatz hinausgeht, und weniger als eigenständige Therapie. Aufgrund dieser Eigenschaft kann es auch mit den meisten psychotherapeutischen Methoden gut kombiniert werden.

EINE INTEGRATIVE META-THEORIE

Meiner Meinung nach kann und sollte Therapie eklektisch sein, aber das bedeutet keine bloße oberflächliche Verwendung verschiedener Elemente anderer Ansätze. Seit einigen Jahren arbeiten Fachleute an einer intellektuell verantwortlichen, integrativen Theorie der Psychotherapie (Norcross & Goldfried, 1992; Arkowitz, 1997, Corey, 2000).

Zunächst muss diese Theorie, wie in Kapitel 5 angesprochen, allgemein gehalten und weit gefasst sein. Der Grund dafür liegt in der Komplexität der Fachrichtung, denn die Psychologie ist mindestens ebenso vielschichtig wie das äußerst weitläufige Gebiet der Medizin, die hunderte von Ursachen für Krankheiten, die verschiedenste Ebenen (Zellen, Organe, Systeme, chemische Reaktionen) betreffen, umfassen muss.

Im Bereich der Medizin richtet sich die Theorie an einem allgemeinen „physiologischen“ Rahmenwerk aus, das zwar auch auf einigen chemischen und physikalischen Grundlagen beruht, aber gleichzeitig die vielen Ebenen nicht außer Acht lässt, aufgrund derer ein biologisches System funktioniert – darunter auch Einflüsse durch psychosoziale (und seit Neustem auch spirituelle) Faktoren. Innerhalb dieser holistischen Matrix gibt es hunderte von Subtheorien, die jeweils auf eigenen Prinzipien beruhen. So finden auch in der Psychologie viele verschiedene Arten von Vorgängen statt, und es ist nicht notwendig, sie alle in die Begrifflichkeit einer einzigen engen Theorie zu quetschen (Ford & Urban, 1998, S. 535). Außerdem bin ich davon überzeugt, dass solch ein integrativer Prozess die angewandte Rollentheorie als Grundlage für eine gemeinsame Sprache in den Verhaltenswissenschaften nutzen kann (vgl. Kapitel 15 und 16) (Blatner, 1995).

Auch sollten Morenos Theorien nicht als einzige das Fundament des Psychodramas bilden! Laut

Kipper (1997) sollte anerkannt werden, dass psychodramatische Methoden nicht einzig auf Morenos Theorien zurückzuführen sind, sondern dass man sich auch an anderen Modellen orientieren kann, so z.B. an Kippers (1982) eigener „Simulations"-Theorie oder dem „existenziell-dialektischen" Modell nach Verhofstadt-Deneve's (1988, 1999). Alternativ dazu entwickelten Linnea Carlson-Sabelli und Hector Sabelli (1994) eine „Prozesstheorie" (nicht zu verwechseln mit der „Prozesstheorie" nach Whitehead, die wir im Kapitel über Theologie angesprochen haben), die ihrer Meinung nach zum Verständnis der sich entfaltenden Dynamiken des Psychodramas beitragen kann. Remer (1997) merkte an, dass neuere Erkenntnisse in den Bereichen der Mathematik und der Naturwissenschaften in Bezug auf die Chaostheorie, Fraktale und die „nicht-lineare Dynamik" zur Lösung etlicher Probleme beitragen kann, und zwar ebenso in den Natur- wie in den Geisteswissenschaften – z. B. in der Geschichte oder Anthropologie -, und dass es sogar potentielle Anwendungsmöglichkeiten in der Psychotherapie gibt.

Modelle ändern sich. Eine Zeitlang wurden u.a. Schizophrenie, Zwangsstörungen und Autismus als rein psychische Erkrankungen erachtet und dementsprechend behandelt. Heute sind die meisten Psychiater davon überzeugt, dass diese Störungen hauptsächlich auf biologische, neuro-physiologische Faktoren zurückzuführen sind (Dolnick, 1998). In der Tat sprechen Patienten oft bemerkenswert positiv auf neue Medikamente an. Diese Probleme beinhalten dennoch eine komplexe psychosoziale Anpassung, und auch bestimmte Arten der Psychotherapie sind oft hilfreich. Interessanterweise scheint es nach wie vor einige Fachleute zu geben (darunter Psychodramatiker), die diese neueren wissenschaftlichen Erkenntnisse nicht teilen und noch immer den einige Jahrzehnte alten psychodynamischen Konserven vertreten, sogar hinsichtlich den genannten Störungen.

WIEDERANNÄHERUNG AN DIE PSYCHOANALYSE

Obwohl die Psychoanalyse in den Vereinigten Staaten von Amerika zunehmend an Einfluss verliert (Hale, 1996), hat sie in Europa und Südamerika noch ein gewisses Gewicht. Dort arbeiten viele Psychodramatiker vornehmlich in analytischem Rahmen, während sich gleichzeitig viele Psychoanalytiker abgewandelter Methoden des Psychodramas bedienen. Schon Moreno regte eine mögliche Wiederannäherung an (Moreno, 1959, S. 97).

In der Praxis verwenden viele Psychodramatiker (dazu zähle auch ich selbst) eine große Bandbreite an psychodynamischen Ideen, aber wir beschränken uns nicht einzig auf diese Theorie. Viele psychodynamische Erkenntnisse sind auch kompatibel mit angewandter Rollentheorie, nur dass in der letzteren dem Einfluss der Rollenanforderungen auf die Gegenwart mehr Gewicht beigemessen wird.

Nichtsdestotrotz arbeitet man auch hier aktiv mit den anhaltenden Einflüssen der bisher gemachten Erfahrungen.

Die Psychoanalyse an sich hat sich weiterentwickelt, und es haben sich viele neue Strömungen und Schulen herausgebildet – Triebpsychologie, Ich-Psychologie, Theorie der Objektbeziehungen und Intersubjektivität genießen wohl die meiste Anerkennung. Andere psychodynamische Ansätze – darunter die Theorien nach Adler, Jung, Rank, Reich usw. – greifen außerhalb der verschwommen Grenzen der Fachrichtung auf einige analytische Grundgedanken zurück. Methoden des Psychodramas sind mit vielen dieser theoretischen Ansätze kombinierbar. Die einzige mir bekannte Unvereinbarkeit stellt die klassische Anforderung dar, dass der Analysand auf der Couch zu verbleiben hat – allerdings hält sich ohnehin nur eine Minderheit der Praktiker an diese Vorgabe.

Als sich der psychodynamische Ansatz (um auf diesen allumfassenden Begriff zurückzugreifen) sich über das Eins-zu-eins-Verhältnis hinaus entwickelte und Gruppen und Familien mit einschloss, konnten andere psychodramatische Methoden hinzukommen, so zum Beispiel der Einsatz von Co-Therapeuten als Hilfs-Ichs (Aronson, 1990). Blanck and Blanck (1979) stellten fest, dass der Therapeut als Katalysator fungieren sollte – in dem Sinn, dass seine Anwesenheit notwendig ist, aber er nicht an der Handlung teilnimmt, wobei die Hilfs-Ichs dieses Ziel erst ermöglichen.

Leider führte Morenos ausgesprochene Abneigung gegen die Psychoanalyse dazu, dass er sich bestimmten Teilbereichen gegenüber völlig verschloss. Nach und nach haben Psychodramatiker dem abgeholfen, indem sie beispielsweise aufkommende Übertragungen aktiv ansprechen (Buckley, 1989; Hamer, 1990).

Das Psychodrama kann zur Ergänzung bestimmter psychoanalytischer Ansätze verwendet werden. Im Nebenzweig der „Ich-Psychologie“ wird zunehmend betont, dass der Analyst in angemessener Weise Empathie für den Analysanden zeigen soll. Die Doppelgänger- und andere Methoden können so modifiziert werden, dass sie dies unterstützen. Laut der Ich-Psychologie liegt die vorrangige Motivation im Bedürfnis, das Ich als kohärent und geschätzt zu erleben.

Zu diesem Zweck angewendete körperliche Bewegung seitens des Patienten zusätzlich zum bloßen Sprechen kann das Bewusstsein stärken, dass das Ich der „Ort der Kontrolle“ oder das kreative Element in der Interaktion ist (Swink & Buchanan, 1984). Dies kann dann noch zusätzlich unterstützt wrden, indem tatsächlich einzelne Rollen eingeübt und verschiedene Sichtweisen durchgespielt werden.

Im wissenschaftlichen Zweig der Objektrelationen hält man die Schaffung eines Gefühls der

Beständigkeit hinsichtlich der ersehnten Objekte für die grundlegende Motivation, was in gewisser Weise Morenos Auffassung von der Natur sozialer Verankerung ähnelt (vgl. Kapitel 18). Morenos Bild vom „sozialen Atom“ könnte auch übersetzt werden als Gesamtmenge der Objektrelationen eines Individuums. Psychodramatikr wie Holmes (192), Olsson (1989) und Powell (1986) haben sich ausdrücklich damit befasst, wie das Psychodrama basierend auf der Objektrelationstheorie durchgeführt werden kann.

In diesem Ansatz werden andere Menschen – in der Vergangenheit und Gegenwart – als Abbilder des eigenen Geistes erlebt, die ständig neu gestaltet werden, ähnlich Traumfiguren oder besser: Figuren des inneren Dramas. Ein anerkannter Psychoanalytiker formulierte es folgendermaßen:

„Die Psyche wird nicht mehr als Kontrollinstanz empfunden, die über die Instinkte wacht, sondern als durch und durch komplexes und überaus persönliches Drama. Aus diesem persönlichen Drama, seinen Bestandteilen des Ichs und den Objekten,mit dene es in ständiger Interaktion steht, setzt sich die komplexe Struktur der individuellen Psyche zusammen“ (Guntrip, 1957, S. 59).

Zusätzlich spielt der Klient oder Protagonist auch abseits davon und interagiert in diesen Illusionen mit anderen. Ein Teil der Therapie besteht dann darin, diese Fantasien zu externalisieren und dadurch dem inneren Dialog Ausdruck zu verleihen – und wenn dann die dramatische Interaktion auf der Bühne vollständig dargestellt wird, fördert das Psychodrama den Vorgang noch zusätzlich (Watkins, 1986, S. 22-28). Das Psychodrama hilft besonders bei der Klärung der dynamischen Interaktion, die als „projektive Interaktion“ bezeichnet wird und zu der mindestens zwei Beteiligte gehören. Sie ähnelt sehr den Arten von „Spielen“, die Eric Berne in seinem System der Transaktionalen Analyse beschreibt; in der Begrifflichkeit der angewandten Rollentheorie würde man von „Rollenreziprozität“ sprechen. Bei der projektiven Interaktion sendet eine Person eine Haltung oder ein Gefühl aus, und die andere Person übernimmt es unterbewusst – oder ist zumindest schwer versucht, es zu übernehmen (Cashdan, 1988). Durch das Psychodrama kann dieser Vorgang mit Hilfe verschiedener Methoden wie Rollentausch oder Handlungserfüllung (d.h. das Hilfs-Ich reagiert in perfekter Weise auf die Haltung des Protagonisten) viel expliziter herausgearbeitet werden.

Im vergangenen Jahrzehnt waren auf organisatorischer Ebene bedeutende Fortschritte in Bezug auf die Wiederannäherung des Psychodramas an andere psychodynamische und psychoanalytische Ansätze zu beobachten. Psychodramatiker wie David Kipper, Sandra Garfield, Merri Goldberg und Jim Sacks traten bei Konferenzen der AGPA – der zentralen psychoanalytisch ausgerichteten Organisation für Gruppentherapie – als Redner auf, und in Zeitschriften der Organisation wurden Artikel veröffentlicht.

Garfield hat außerdem innerhalb der ASGPP eine besondere Interessengruppe zur Erforschung dieser Grenzfläche ins Leben gerufen, und sie und andere haben Aufsätze über gemeinsame Aspekte von Psychoanalyse und Psychodrama veröffentlicht.

ZUSAMMENSCHLÜSSE MIT ANDEREN ANSÄTZEN

Bei der Kognitionstherapie geht es darum, dass die Menschen ihre Annahmen systematischer und rationaler evaluieren. Sie wurde in den 1960er Jahren von Aaron Beck entwickelt und hat nach und nach einen beachtlichen Bekanntheitsgrad erlangt, was wohl teilweise darauf zurückzuführen ist, dass die Therapie in sehr rationalen Begriffen erläutert werden kann (Beck & Weishaar, 1995). Außerdem greifen viele Kognitionstherapeuten auf eine große Zahl von Methoden zurück, darunter auch das Rollenspiel.

Auch die Verhaltenstherapie entstand in mehreren Ausformungen in den 1960er Jahren und übernahm bald die Techniken Wiederholung, Modellieren und Feedback, aber auch Rollenspiel, in ihr Repertoire (Wilson, 1995, S. 210). Gleichzeitig liefert dieser Ansatz weitere theoretische Unterstützung für trainierendes Rollenspiel, Coaching und andere psychodramatische Methoden. Interessanterweise verschmolzen Kognitionstsherapie und Verhaltenstherapie in den Arbeiten von Donald Meichenbaum und anderen zur „Kognitiven Verhaltenstherapie“ (Linehan, 1987).

Gestalttherapie: Fritz Perls emigrierte um 1947 aus Südafrika und nahm an einigen von Morenos Sitzungen teil; dabei passte er Morenos Methoden der Rollenübernahme, besonders den „Leeren Stuhl“, seinen eigenen existentialistischen und psychodynamischen Ideen an (Perls, 1973). Der Austausch von Ideen und Grundsätzen dauert fort, und Gestalttherapie und Psychodrama sind recht gut miteinander vereinbar. (Übrigens darf man auch Laura Perls Beitrag aus den frühen 1950er Jahren nicht außer Acht lassen.) Ironischerweise erfreute die Gestalttherapie sich in den 1970er Jahren so großer Beliebtheit, dass Bücher oft von „Gestalt-Methoden“ sprachen und dabei völlig außer Acht ließen, dass sie ursprünglich aus dem Psychodrama stammten.

Imaginationstherapien, z.B. nach Leuner, Sheikh, Ahsen, Shorr, sowie anderen (Zahourek, 1998), enthalten Elemente, die sich gut ins Psychodrama übernehmen lassen und können gleichzeitig auch durch den Miteinbezug psychodramatischer Methoden bereichert werden, wie das Beiseite-Sprechen oder der Rollentausch. Diese Ansätze schlagen auch Brücken zwischen den kognitiven und expressiven Therapieformen sowie den Hypnotherapien (Shorr, 1994).

Der Vorgang der Vergegenwärtigung, den man vom Biofeedback kennt, kann ebenfalls Bestandteile

des Psychodramas einsetzen, z.B. Methoden der Surplus-Realität, Zukunftsprojektion oder die Umgestaltung der Vergangenheit.

Einige psychodramatische Methoden sind außerdem darauf ausgelegt, Vorstellungen heraufzubeschwören, und schließen diese in die gesamte Arbeit mit einer Person ein (Bug, 1997).

Es gibt eine natürliche Verbindung zwischen den schaffenden Künsten in der Therapie und Methoden des Psychodramas (McNiff, 1981). Ansätze hinsichtlich darstellender Kunst, Musik, Tanz und Bewegung, Poesie und Theater schließen entweder in der Erwärmungsphase oder später psychodramatische Techniken mit ein, um eine vollständigere Integration zu erreichen (Barragar-Dunne, 1997; Blatner, 1987; Feder & Feder, 1981; Robbins, 1980; Peterson and Files, 1989). Auch die schriftlichen Beiträge in diesen Gebieten unterstützen die Grundprinzipien des Psychodramas.

Obwohl die Spieltherapie herkömmlich auf die Kindheit beschränkt ist, findet sie in modifizierter Form Anwendung bei Jugendlichen und Erwachsenen, insbesondere bei Personen, die Schwierigkeiten haben, sich auszudrücken (Tooley, 1973). Elemente aus dem Psychodrama können auch das Repertoire von Spieltherapeuten bereichern.

Die Körpertherapien bergen das Potential, die Elemente körperlicher Betätigung im Psychodrama zu erweitern und zu ergänzen. Aus der Bioenergetischen Analyse entwickelte Techniken können in angepasster Form verwendet werden, um Abreaktion zu intensivieren und emotionale Komplexe bewusst zu machen, die mit der Anspannung von Teilen des Körpers einhergehen. Andere verwandte Ansätze können ebenfalls eingegliedert werden (Marrone, 1990).

Das Pesso-Boyden System Psychomotor wurde in den 1960er Jahren von Tanzlehrern entwickelt und schließt den Vorgang körperlich dargestellter „Psychomotorik“ ein, was in gewisser Weise Ähnlichkeiten mit dem Psychodrama und Skulpturarbeit aufweist (Pesso, 1969; Pesso & Crandall, 1991; Geller, 1978; Marrone, 1990). Die Grundlagen dieses Systems und die des Psychodramas bergen gutes Potential für gegenseitige Ergänzung.

Die Hypnotherapie wurde schon sehr früh in ihrer Entwicklung mit dem Psychodrama kombiniert. Während eines Psychodramas geschieht es tatsächlich sehr oft, dass der Protagonist und die anderen Teilnehmer in einen leichten bis mittleren Grad von Trance verfallen.

Einige der neueren Strömungen im rasch größer werdenden Bereich der Hypnotherapie (und auch im verwandten Bereich der Neurolinguistischen Programmierung, NLP) beinhalten psychodramatische Grundsätze wie den Dialog unterschiedlicher Teile des Ichs miteinander sowie mit einem neu

eingebrachten, synthetisierenden Ich.

Rudolf Dreikurs sah die Individualpsychologie nach Alfred Adler als natürliche Ergänzung des Psychodramas. Er schickte eine Mitarbeiterin, Adaline Starr (1973), in Morenos Akademie, um diese Linie der Zusammenarbeit auszubauen. Seit dieser Zeit stellt Psychodrama einen festen Bestandteil im Lehrplan des Alfred Adler Instituts in Chicago dar und wurde als gesamte Einheit u.a. von Shoobs und O'Connell übernommen.

Die Analytische Psychologie nach Jung bietet ebenfalls mehrere Möglichkeiten, psychodramatische Methoden einzubauen. Watkins (1986) beschreibt die regelmäßige Anwendung des imaginären Dialogs bei der Arbeit mit archetypischen oder Urbildern, und es fehlt nur ein winziger Schritt zur aktiven Nachstellung, zum „acting-out".

James Hillman erweitert und modifiziert den Jungschen Ansatz und nennt es Archetypische Psychologie. Diese ist ebenfalls ein potentieller Kandidat für den Einsatz von Handlungsmethoden. Diese Methoden können dazu dienen, die Lebendigkeit der Vorstellung zu verstärken, was Hillman (1983) als essenziell für die Schaffung der Seele betrachtet, worin wiederum das wahre Ziel seines Zugangs zur Psychotherapie besteht.

Von den späten 70er Jahren an begann Hans-Werner Gessmann mit der konsequenten Einbettung des Psychodramas in die Werthaltungen und das Menschenbild der Humanistischen Psychologie. Das kollektive Handeln und Wesen des Menschen wird in den Mittelpunkt gerückt, die ethischen Prinzipien wie Glaube, Liebe, Hoffnung und die Idee einer menschlichen Gemeinschaft werden für das Psychodrama hierdurch verfügbar gemacht.

Die Familientherapie hat eine große Anzahl aktiver und direktiver Ansätze im Repertoire. Hier bietet sich ein natürliches Umfeld für psychodramatische Techniken, besonders für das Beiseite-Sprechen, die Hinter-dem-Rücken- und die Doppelgängermethode sowie den Rollentausch (Blatner, 1994; Hayden-Seman, 1998; Perrott, 1986). Gleichzeitig haben sich in der Familientherapie eine Reihe von Ideen entwickelt, die das Psychodrama unterstützen (Farmer, 1996). Skulpturarbeit, eine Abwandlung von der Aktionssoziometrie, sticht als besonders beachtliche Adaptation hervor und wird in Kapitel 18 näher erörtert.

In der Gruppentherapie haben Handlungsmethoden in den vergangenen Jahrzehnten zunehmend Eingang gefunden, und weitere psychodramatische Methoden könnten ohne Probleme noch hinzukommen (Nicholas, 1984; Cabral, 1987; Kottler, 1994, p.273; Corey & Corey, 2000). Moreno war sogar davon überzeugt, die beiden Methoden seien synergetisch. An dieser Stelle möchte ich noch einmal betonen, dass die Psychodramatiker aus der allgemeinen Literatur der Gruppenpsychotherapie lernen müssen, da dort viele

Dynamiken und Strategien beschrieben werden, auf die in der Psychodramaliteratur nicht ausreichend eingegangen wird. Außerdem bestätigen die Grundannahmen der Gruppenpsychotherapie natürlich die Grundprinzipien des Psychodramas.

Auch viele andere Therapien bergen das Potential, sich mit dem Psychodrama zusammenzuschließen, darunter die folgenden: die Transaktionsanalyse nach Eric Berne (Jacobs, 1977), die Reality-Therapy nach William Glasser (Greenberg & Bassin, 1976) usw. Insbesondere auch die frauengerechte Psychotherapie weist viele Schnittflächen mit dem Psychodrama auf (Worell & Remer, 1992). In seinem Handbuch innovativer Psychotherapien (*Handbook of Innovative Psychotherapies*) zählt Corsini eine Reihe von Ansätzen auf, die Elemente aus dem Bereich der Handlungsmethoden oder des Rollenspiels verwenden.

ANDERE SPARTEN

Im Psychodrama finden sich viele Ideen, die in Bereichen weit außerhalb der Psychotherapie Anwendung finden können, und gleichzeitig wird die Theorie des Psychodramas stets reichhaltig genährt durch die Forschung und Entwicklungen in diesen Bereichen.

Das Studium der kindlichen Entwicklung (*Child Development*) hat große Fortschritte erzielt, und Psychodramatiker sollten ihre Überzeugungen nicht allzu sehr auf Morenos Spekulationen stützen.

Trotzdem könnten seine Ideen über Spontaneität, Rollenübernahme, Tele und andere psychosoziale Dynamiken dieses Gebiet bereichern.

Kommunikationswissenschaft, Linguistik, Semantik, nonverbale Kommunikation, Semiotik, Sozialpsychologie, Anthropologie und ähnliche wissenschaftliche Gebiete haben Ideen entwickelt, die für den Psychodramatiker und andere Gruppenleiter von großem Wert sind. Interkulturelle Studien haben die Wirkung von Drama im Heilungsprozess, bei Feiern und Ritualen erforscht, und diese können wiederum Anlass für Neuerungen und Verfeinerungen im Psychodrama sein.

Das interdisziplinäre Feld der Kreativen Studien (*Creativity Studies*) verdient Aufmerksamkeit. Es ist eng verbunden mit den Theorien über Selbstverwirklichung und „Fluss“ sowie einer Anzahl anderer Untersuchungsgebiete. Die Natur des Spielens ist heute ebenso Studienobjekt von Anthropologen wie von Ethologen (Wissenschaft vom Verhalten der Tiere und des Menschen), Forschern der kindlichen Entwicklung und anderen, und auch dis belegt, warum und inwieweit das Psychodrama nützlich ist.

ZUSAMMENFASSUNG

Ein gutes Werkzeug kann man für viele verschiedene Zwecke verwenden, und die Methoden und Begriffe des Psychodramas erweisen sich immer wieder als bemerkenswert flexibel und anpassungsfähig hinsichtlich vieler verschiedener Therapieformen und psychologischen Modelle. Aber es handelt sich dabei keinesfalls um eine Einbahnstraße. Das Psychodrama wird in Theorie und Praxis durch die oben aufgezählten Methoden unglaublich bereichert.

QUELLEN

Arkowitz, Hal. (1997). Integrative theories of psychotherapy. P. L. Wachtel & s. B. Messer (Hrsg.), Theories of psychotherapy: Origins and Evolution. Washington, D.C.: American Psychological Association.

Aronson, Marvin L. (1990). Integrating Moreno's psychodrama and psychoanalytic group therapy. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 42(4), 199-203.

Barragar-Dunne, Pamela. (1997). Double stick tape: Poetry, drama, and narrative in therapy for adolescents. Los Angeles: Drama Therapy Institute/ Possibilities Press.

Beck, Aaron T. & Weishaar, Marjorie E. (1995). Cognitive therapy. In, R.J. Corsini & D. Wedding, Current psychotherapies (5. Aufl.). (S. 229-261) Itasca, IL: F. E. Peacock.

Blanck, Gertrude & Blanck, Rubin. (1979). Ego psychology II. New York: Columbia University Press.

Blatner, Adam. (1987). Preface. In: Morris R. Morrison (Hrsg.), Poetry as therapy. New York: Human Sciences Press.

Blatner, Adam. (1994). Psychodramatic methods in family therapy. Family play therapy, C. E. Schaefer & M. Watson. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Blatner, Adam. (1995). Role dynamics: A user-friendly „language" for psychotherapy integration. Presentation at the Society for the Exploration of Psychotherapy Integration (SEPI) Annual Con-

ference, Washington, D.C.
Buckley, Ineke. (1989). The hidden agenda: Reflections on transference in the psychodrama group. Journal of the British Psychodrama Association, 4(2), 51-62.
Cabral, R.J. (1987). Role playing as a group intervention. Small Group Behaviour; 18, 470-482.
Carlson-Sabelli, Linnea; Sabelli, Hector and Hale, Ann. (1994). Sociometry and sociodynamics. (S. 145-185). P. Holmes, M. Karp & M. Watson (Hrsg.), Psychodrama since Moreno. London & New York: Routledge.
Cashdan, Sheldon. (1988). Object relations therapy: Using the relationship. New York: W.W. Norton.
Corey, Gerald & Corey, Marianne. (2000). Theory and practice of group counseling. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
Corsini, Raymond J. (Hrsg.) (2000). Handbook of innovative psychotherapies (2. Aufl.). New York: Wiley/Interscience.
Duhl, Bunny. (1983). Sculpture and the theater of the mind (Kapitel 10, S. 213-266). From the inside out and other metaphors. Boston: Selbstverlag.
Dolnick, Edward. (1998). Madness on the couch. New York: Simon & Schuster.
Farmer, Chris. (1996). Psychodrama and systemic therapy. London: Karnac Books/Taylor & Francis.
Feder, Elaine & Feder, Bernard. (1981). The expressive arts therapies. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Ford, Donald H. & Urban, Hugh B. (1998). Contemporary models of psychotherapy: A comparative analysis. New York: Wiley.
Geller, Jesse D. (1978). The body, expressive movement, and physical contact. Jerome, Singer & Kenneth S. Pope (Hrsg.), The power of human imagination: New methods in psychotherapy (S. 347-378). New York: Plenum.
Gessmann, Hans-Werner (Hrsg.). (1984, 1994²). Humanistisches Psychodrama Band 1-4. Duisburg: Verlag des PIB
Greenberg, Ira & Bassin, Alexander. (1976). Reality therapy and psychodrama. A. Bassin, T. Bratter, and R. Rachin (Hrsg.), The reality therapy reader (S. 231-240). New York: Harper & Row.
Guntrip, Harry. (1957). Psychotherapy and religion. New York: Harper & Brothers.
Hamer, Neil. (1990). Group-analytic psychodrama. Group Analysis, 23, 245-254.
Hayden-Seman, Joyce. (1998). Action modality couples therapy. Northvale, NJ: Jason Aronson.
Hillman, James. (1983). Archetypal psychology: A brief account. Dallas, TX: Spring Publications.
Holmes, Paul. (1992). The inner world outside: Object relations theory and psychodrama. New York: Routledge.
Hug, Ed. (1997). Current trends in psychodrama: Eclectic and analytic dimensions. The Arts in Psychotherapy, 24(1), 31-35.
Jacobs, Allan. (1977). Psychodrama and TA. (Kapitel 14, S. 239-249). In M. James (Hrsg.),

Techniques in Transactional Analysis. Reading, MA: Addison-Wesley.
Johnson, David Read. (1999). Essays on the creative arts therapies. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
Kipper, David A. (1982). Behaviour simulation: A model for the study of the simulation aspect of psychodrama. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 35, 1-17.
Kipper, David A. (1997). Classical and contemporary psychodrama: A multifaceted action oriented psychotherapy. International Journal of Action Methods, 50(3), 99-107.
Kottler, Jeffrey A. (1994). Advanced group leadership. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
Linehan, Marsha. (1987). Dialectical behavioural therapy: A cognitive behavioural approach to parasuicide. Journal of Personality Disorders, 1, 328—333.
McNiff, Shaun. (1981). The arts and psychotherapy. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
Moreno, J.L. & Moreno, Z.T. (1959). Psychodrama (Band 2). Beacon, NY: Beacon House.
Nicholas, Mary W. (984). Change in the context of group therapy. New York: Brunner/Mazel.
Norcross, John O. & Goldfried, Marvin R. (1992). Handbook of psychotherapy integration. New York: Basic Books.
Olsson, Peter A. (1989). Psychodrama and group therapy approaches to alexithymia. D. A. Halperin (Hrsg.), Group psychodynamics: New paradigms and new perspectives. Chicago: Year Book Medical Publishers.
Perls, Fritz. (1973). Shuttling, psychodrama, and confusion. The Gestalt approach. Palo Alto, CA: Science and Behaviour Books.
Perrott, Louis A. (1986). Using psychodramatic techniques in structural family therapy. Contemporary Family Therapy, 8 (4), 279-290.
Pesso, Albert. (1969). Movement in psychotherapy. New York: New York University Press.
Pesso, A. & Crandall, J. (Hrsg.). (1991). Moving psychotherapy. Cambridge, MA: Brookline.
Peterson, Jean & Files, Leigh. (1989). The marriage of art therapy and psychodrama. H. Wadeson, J. Durkin, & D. Perach (Hrsg.), Advances in art herapy. New York: Wiley.
Powell, Andrew. (1986). Object relations in the psychodramatic group. Group Analysis, 19, 125-138.
Remer, Rory. (1997). Chaos theory and the Hollander psychodrama curve: Trusting the process. International journal of Action Methods, 50(2), 5170.
Robbins, Arthur. (1980). Expressive therapy. New York: Human Sciences Press.
Shorr, Joseph E. (1994). Psychotherapy through imagery. Santa Barbara, CA: Fithian Press.
Starr, Adaline. (1973). Sociometry of the family. Harold H. Mosak (Hrsg.), Alfred Adler: His influence on psychology today (S. 95-105). Park Ridge, NJ:Noyes Press.

Swink, David F. & Buchanan, Dale R. (1984). The effects of sociodramatic goal-oriented role play and non-goal-oriented role play on locus of control. Journal of Clinical Psychology, 40(5), 1178-1183.
Tooley, Kay. (1973). Playing it right. Journal of the American Academy of Child Psychiatry, 12(4), 615-631.
Verhofstadt-Deneve, Leni. (1988). The phenomenal-dialectic personality model: A frame of reference for the psychodramatist. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 41(1), 3-20.
Verhofstadt-Deneve, Leni. (1999). Theory and practice of action and drama techniques: Developmental psychotherapy from an existential-dialectical viewpoint. London/Philadelphia: Jessica Kingsley-Taylor & Francis.
Watkins, Mary. (1986). Invisible guests: The development of imaginal dialogue. Hillsdale, NJ: Erlbaum/The Analytic Press.
Wilson, G. Terence. (1995). Behavior therapy. R. J. Corsini & D. Wedding, Current psychotherapies (5. Aufl.). (S. 197-228) Itasca, lL: F. E. Peacock.
Worell, J. & Remer, P. (1992). Feminist perspectives in therapy: An empowerment model for women. New York: Wiley.
Zahourek, Rothlyn. (1998). Imagery. Alternative Health Practitioner, 4(3), 203-231.

14
Therapeutische Faktoren

Die Wirkung des Psychodramas beruht nicht alleine auf den therapeutischen Faktoren, die Moreno beschreibt und die wir in den letzten Kapiteln betrachtet haben, sondern es hat auch Teil an allgemeineren heilenden Dynamiken, die sich in psychodynamischen Begriffen am ehesten beschreiben lassen. In diesem Kapitel werden wir sehen, wie die psychodramatischen Methoden auf dreierlei Weise Wirkung entfalten: 1. Sie fördern die verschiedenen Faktoren in der Gruppentherapie; 2. sie unterstützen verschiedene Dimensionen der emotionalen Stabilität (*ego strength*), und 3. sie helfen bei den unterschiedlichen Phasen der Therapie. Viele dieser Punkte erklären auch, wie das Psychodrama selbst im nicht-klinischen Kontext wirkt.

THERAPEUTISCHE FAKTOREN IN DER GRUPPENPSYCHOTHERAPIE

Moreno war einer der Pioniere auf dem Gebiet der Gruppenpsychotherapie und verbrachte einen guten Teil seines späteren Berufslebens damit, alle Arten von Gruppenbehandlung, ebenso wie das Psychodrama, zu fördern. Corsini und Rosenberg (1955) zählen zu den ersten, die versuchten herauszufinden, welchen Faktoren die heilende Wirkung in der Gruppentherapie zu verdanken war. Bloch und Crouch (1985) führten einige Jahre später darauf aufbauende, ähnliche Untersuchungen durch.

Kellermann (1984) wendete diese Idee auf das Psychodrama an. Die vielleicht bekannteste Auflistung therapeutischer Faktoren in der Gruppenpsychotherapie findet sich im klassischen Lehrbuch über Gruppenpsychotherapie von Yalom (1975). Diese werde ich im Anschluss zitieren und beziehe mich auf Yaloms überarbeitete vierte Auflage (1995, S. 1-105) und füge noch einige Kommentare hinzu, wie die katalysierende Wirkung psychodramatischer Methoden genutzt werden kann:

- Alle Arten von Therapie haben ein gemeinsames Grundziel: Sie wollen Hoffnung geben (Ehrenwald, 1976). Dies kann dadurch geschehen, dass man mit anderen zusammen kommt, die gute Erfahrungen mit der Therapie gemacht haben, oder durch ein Treffen mit einem Therapeuten, der auf

die Methode vertraut und zuversichtlich ist, dass sie positive Veränderungen oder kreative Verwandlungen bewirkt, oder durch Festhalten an der Erwartung, dass man Hilfe erhalten wird.

- Universalität bedeutet die Entdeckung, dass die eigenen Sorgen von anderen geteilt werden, und es handelt sich dabei um eine wunderbare Quelle der Unterstützung. Ein wichtiger Faktor bei der psychosozialen „Krankheit“ ist die Demoralisierung; Teil davon ist das Gefühl der Entfremdung, die Überzeugung der Person, dass ihre Schwachpunkte und Probleme relativ ungewöhnlich und beschämend seien. Mit Hilfe psychodramatischer Methoden können Gruppenteilnehmer erfahren, dass viele Menschen die meisten ihrer Gefühle teilen, zumal das Menschsein diese Empfindungen einfach mit sich bringt.
- Durch Altruismus haben Menschen sowohl das Bedürfnis als auch die Fähigkeiten, einander zu helfen; daher stellt er für die Heilung ein wichtiges Element dar, zumal das genannte Gefühl der Entfremdung auch in egozentrischen Neigungen der Menschen begründet liegt. Obwohl in den 90er Jahren in einigen Artikeln dargelegt wurde, wie Gruppen zur Förderung von Narzissmus missbraucht werden, findet in der Regel eher ein gegenteiliger Prozess statt, da die Teilnehmer an einer Gruppentherapie dazu ermutigt werden, ihre ichbezogenen Gewohnheiten aufzugeben und sich eingehend mit den Bedürfnissen und Gefühlen der anderen zu beschäftigen. Das Psychodrama verwendet den Rollentausch, um diesen Zweck gezielt zu erfüllen. Dieser Ansatz ist eine angewandte Methode zur Erreichung des Gemeinschaftsgefühls, das Alfred Adler als wichtigste Einstellung empfand. Adler war davon überzeugt, dass hierin die beste Alternative zum individuellen Machtstreben bestand, in dem er die Wurzel der Psychopathologie sah.
- Wenn man Informationen austauscht, wirkt man einem Element psychischer Dysfunktion entgegen, nämlich der Tatsache, dass es etliche Unbekannte im Bereich der Psychologie gibt, und außerdem teilt man so seine Kenntnisse über Problemlösungsstrategien (siehe Kapitel 12).
- Zu einer korrektiven emotionalen Erfahrung kommt es, wenn die Erwartungen einer Person, verurteilt oder beschuldigt zu werden oder auf andere unangenehme und ihren Erfahrungen entsprechende Weise behandelt zu werden, nicht erfüllt werden; stattdessen erhalten die Gruppenmitglieder mehr Rückhalt, was ihnen dabei hilft, ihre psychische „Vorprogrammierung“ umzuschreiben. Das Psychodrama und der Einsatz soziometrischer Techniken weiten diesen Vorgang noch aus, indem sie das

Unausgesprochene der Interaktionen explizit machen, und, da die primären Rollen von anderen übernommen werden, wird die Bedeutung des Einzelnen in der Gruppe bestärkt. Die korrektive Erfahrung geht möglicherweise dadurch am tiefsten, dass der Protagonist sich vorstellt, wie jemand in der Vergangenheit verständnisvoller hätte reagieren können, und dann mit Hilfe der Surplus-Realität eine Szene miterschafft, in der sein jüngeres Ich die gewünschte Unterstützung erfährt. Dadurch werden einerseits bislang verleugnete Gefühle bestätigt und andererseits bekommt der Protagonist die Kraft, das zu fordern, was er will.

- Im Lauf der Zeit werden auch im Rahmen einer konventionellen verbalen Gruppentherapie Sozialisierungstechniken entwickelt, jedoch bieten psychodramatische Methoden die Reich- und Nachhaltigkeit experimentellen Lernens (siehe Kapitel 12).
- Die Methode des Modellierens, d.h. sich ein Beispiel am gesünderen Verhalten anderer Gruppenmitglieder zu nehmen, ist ein wichtiger Teil und die Erweiterung des oben genannten Faktors. In seinem Ansatz zur Verhaltenstherapie betont Bandura (1971) diesen Aspekt, und selbstverständlich vertiefen Rollenspiele diesen Prozess noch zusätzlich.
- Interpersonelles Lernen ist eine weitere Variation der bereits genannten Faktoren.
- Gruppenzusammenhalt ist eine mächtige Erfahrung, bei der Gefühle des Angenommenseins und der Zugehörigkeit erlebt werden. Für Gruppenmitglieder ist es außerdem heilsam zu entdecken, dass sie dazugehören, ohne das Gefühl zu haben, dass sie ihre eigenen Gedanken und Gefühle unterdrücken müssten, um sich anzupassen. Durch die hohe Wertschätzung von Kreativität im Psychodrama haben unkonventionelle Denk- und Verhaltensweisen Raum und werden eher als künstlerische Ausdrucksform betrachtet. Dies fördert das Streben nach Individualität und wirkt dem Druck einschränkender Normvorstellungen entgegen.
- Katharsis, die emotionale Erlösung, die mit der Erweiterung und Vervollständigung des Ichs einhergeht, stellt einen bedeutenden Heilungsfaktor in der Gruppenpsychotherapie dar. Das Psychodrama ist bekannt dafür, dass viel mit Katharsis gearbeitet wird, wie bereits in Kapitel 11 dargelegt wurde.
- Existenzielle Fragen werden in der Gruppentherapie behandelt und geteilt wie unabänderliche Realitäten des Lebens – Ungerechtigkeit, die Unvermeidbarkeit von Leid und andere Dimensionen, bedürfen eines tiefer greifenden Umschwungs hin zu Akzeptanz (wobei es einen gewaltigen Unterschied zur Resignation gibt) und Verantwortlichkeit. Die eben angesprochene Dynamik hinsichtlich des Aufbaus von

Gruppenzusammenhalt kann helfen, diese Tatsachen erträglicher zu machen, weil die Anwesenheit der anderen Trost spendet.

Auch wenn es in einem alten Spiritual-Lied heißt: „You gotta walk that lonesome valley, you gotta walk it by yourself...," („Du musst dieses einsame Tal durchqueren, du musst es alleine durchqueren…"), und dies wohl aus existentialistischer Sicht gilt, so können andere uns trotzdem begleiten, zumindest auf einem Stück des Weges. Teilen und Mit-teilen kann viel dazu beitragen, das Gefühl ultimativer Einsamkeit zu verringern, und fördert den Heilungsprozess.

STÄRKUNG DES SELBSTGEFÜHLS

Die Wirkungsweise des Psychodramas erkennt man auch, wenn man betrachtet, wie seine verschiedenen Techniken dazu eingesetzt werden können, das Selbstgefühl des Protagonisten zu stärken. S. R. Slavson (1955) zählte diese Stärkung des Selbstgefühls zu den Dynamiken, von denen er annahm, sie seinen allen Psychotherapien gemeinsam (die anderen von ihm genannten Faktoren sind Beziehung, Katharsis, Einsicht, Realitäts-Check und Sublimation). In einer wichtigen und konstruktiven Kritik an der Psychoanalyse stellten Yankelovich und Barrett (1970) fest, dass ein Schwachpunkt des analytischen Ansatzes das Fehlen von Methoden zur direkten Stärkung des Selbstgefühls ist. Ein Hinweis auf die Art der benötigten Stärke wurde von Kubie (1958) beschrieben, der darauf hinwies, dass die geistige Flexibilität einer Person ein wichtiger Indikator für deren mentale Gesundheit ist, nd er meinte dait eine ähnliche Eigenschaft wie Moreno mit Spontaneität. Schließlich hebt Marsha Linehan (1987) in aller Deutlichkeit die Notwendigkeit hervor, den Klienten im Rahmen ihrer Dialektisch-behavioalen Therapie eine Auswahl von Fertigkeiten zur Stärkung des Selbstgefühls beizubringen.

Wir greifen auf das von Bellak erstellte, zwölf Kategorien umfassende Ich-Funktionen-Ranking zurück (Bellak, Hurvich, & Gediman, 1973) und eröffnen so einn Überblick darüber, in welchen Weisen das Psychodrama die Stärkung dieser Dimensionen fördert:

- Der Realitäts-Check wird dadurch verstärkt, dass der Protagonist im Rahmen der szenischen Darstellung dazu aufgefordert ist, seine Wahrnehmung anhand der Wirklichkeit des sozialen Konsens und den Begrenzungn konkreer Schilderungen zu überprüfen. Trotz der Freiheit im dramaturgischen Umfeld wirkt die Konkretheit der physischen Darstellung einer Szene den Verzerrungen entgegen, die durch Ausweichmanöver zustande kommen und häufig verbale Therapien erschweren. Indem auch rein physisch die Rollen getauscht werden, werden innere und äußere Stimuli ganz explizit differen-

ziert. Wird ein umfassender Ausdruck von Fantasie und Träumen zugelassen, hilft dies bei ihrer bewussten Unterscheidung von der Wirklichkeit.

- Das Urteilen wird geübt, indem Situationen bis zu ihrem logischen Ende nachgespielt werden. Dies wirkt der Neigung zu verleugnen und sich zu verschließen entgegen. In einem relativ pannensicheren Umfeld kann symbolisch der Versuchung nachgegeben werden, Risiken einzugehen, wodurch man zu unterscheiden lernt, welche davon mehr oder weniger gravierende Konsequenzen nach sich ziehen.
- Durch Rollentausch wird den Protagonisten dabei geholfen, unangemessene soziale Reaktionen auszumachen und Absichten – auch noch so gut gemeinte – von den Auswirkungen bestimmter Verhaltensweisen aus der Sicht der anderen unterscheiden zu lernen. Ebenfalls von Bedeutung ist die Unterscheidung zwischen den eigenen Wünschen und realistischen Erwartungen. Dies kann man üben, wenn man die Chance bekommt, sein Handlungsstreben im Bereich der Fantasie zu befriedigen und sich, als nächsten Schritt, den Einschränkungen möglicher fassbarer Alternativen zu stellen.
- Realitätssinn, das subjektive Empfinden, dient in gewissem Maß als Indikator für persönliche Besitzerschaft, Willen und Verantwortung. Es handelt sich um das Gegenteil des durch subtile oder wesentliche Abwehrmechanismen wie Verleugnung, Entpersönlichung und Derealisation hervorgerufenen Zustands. Anstatt die Abtrennung von Erfahrungen zuzulassen, ist das Psychodrama vielmehr besonders effektiv bei der Integration von Erlebnissen, weil es körperliches Handeln und Vorstellungskraft, Sinneswahrnehmung und Intuition, Emotion und Vernunft, intrapsychische und interpersonelle Dynamiken und vieles mehr mit einschließt. Wenn man sich entscheidet, wie man in einer Szene vorgehen möchte, gestaltet es sich als zunehmend schwierig, den (mutmaßlichen) Erwartungen der anderen zu entsprechen, so dass „als ob“-Bemühungen zunehmend durch Authentizität und dauerhafte Identitätsmerkmale ersetzt werden. Auch hier hilft wieder der Rollentausch dem Protagonisten bei der Unterscheidung zwischen seinen eigenen Eigenschaften, Überzeugungen und Vorlieben und jenen seiner wichtigen Bezugspersonen.
- Die Regulation und Kontrolle von Triebimpulsen und Affekten können durch symbolhaften Ausdruck im angeschlossenen Umfeld des Dramas verbessert werden. Unreifen Formen emotionaler Ausbrüche kann dann in einem Prozess trainierenden Rollenspiels die Darstellung reiferer Reaktionen folgen. Auf diese Weise ist die Entwicklung und Verwendung einer Reihe

von Kanälen für Sublimierung möglich, und die neuen und gesunden Arten, Genugtuung zu erlangen, erleichtern die Ablösung alter und weniger anpassungsfähiger Denk- und Verhaltensmuster.

Durch die Verwendung einer Reihe unterschiedlicher Szenen und Situationen wird dem Protagonisten eine weite Bandbreite von ihm selbst beheimatete Emotionen und Verhaltensweisen eröffnet; im Verlauf des Spontaneitätstrainings können diese modifiziert werden, so dass auch Realitäts-Check und Entscheidungsfindung verinnerlicht werden. Statt gewohnter Reaktionsmuster, die entweder von übermäßiger Zurückhaltung oder emotionsgeladenen Ausbrüchen gekennzeichnet sind, lernt die Person die angenehme Beherrschung einer Anzahl von Bewältigungsstrategien kennen.

- Objektbeziehungen werden erforscht und Fähigkeiten entwickeln sich in zunehmend komplexen Ausdrucksformen mit Hilfe psychodramatischer Darstellung.

  Hilfs-Ichs spielen Rollen in Szenen, in denen sie die gewohnheitsmäßigen Reaktionen des Protagonisten hervorrufen, die dann neu bewertet und verfeinert werden können. Durch Rollentausch ist es dem Protagonisten möglich, seine unreifen Neigungen zur Selbstgefälligkeit zu durchschauen und zu erkennen, dass andere ihre eigenen Standpunkte haben. Rollentausch fördert außerdem den Wechsel von der unreifen Haltung, die Menschheit in ausschließlich gute und ausschließlich böse Personen „einzuteilen“ hin zur reifen Fähigkeit zur „Objektkonstanz“ – also zur Erkenntnis, dass ein Mitmensch eine Mischung aus angenehmen und unangenehmen Eigenschaften in sich vereinen kann und dass eine Beziehung zu ihm trotzdem wünschenswert sein kann. Darüber hinaus können Rollentausch und Coaching nach und nach zur Herausbildung empathischer Fähigkeiten führen.

  Die frustrierende Einsicht, dass andere Menschen Bedürfnisse haben, die mit den eigenen Bedürfnissen in Konflikt stehen können, wird dadurch kompensiert, dass die anderen auch fähig sind zu vergeben, Zusammengehörigkeit zu vermitteln, freimütig zu handeln und dass sie weitere positive Eigenschaften haben. Rollentausch führt zur Entwicklung einer realistischeren und reiferen Art des Vertrauens, die sich weder zu Idealisierung noch zu Abwertung hinreißen lässt. Außerdem stellt diese Fähigkeit eine wertvolle Hilfe bei der Aufdeckung und Korrektur von Übertragungsstörungen dar (Kellermann, 1996).
- Das Denken findet in einem dynamischen Umfeld statt, das einen beachtlichen Grad an

Konzentration, Merkfähigkeit und Aufmerksamkeit erfordert, zumindest in Hinsicht auf komplexere Darstellungen. Psychodramatische Methoden können die Denkfähigkeit des Protagonisten fördern, indem zwischen abstrakten und konkreten Bedeutungsebenen oder zwischen „gespielten“ und „ernsten“ Handlungsweisen hin- und hergewechselt wird. Solche Übungen helfen dabei, eindeutiger zu kommunizieren und gleichzeitig die Metaphorik der Sprache besser zu erfassen. Natürlich können die Techniken abgeändert und vereinfacht werden, damit sie auch für diejenigen anwendbar sind, die im kognitiven Bereich Schwierigkeiten haben. Während also das „klassische“ Psychodrama möglicherweise nicht für Menschen, die sich im Delirium befinden oder eine Entwicklungsbehinderung haben, demenzkrank sind oder stark ausgeprägte Psychosen aufweisen, geeignet ist, erweisen sich Handlungsmethoden in der Regel als weit praktikabler im Vergleich zu ausschließlich verbalen und nicht-direktiven Ansätzen (Yalom, 1983).

- Adaptive Regression im Dienste des Ichs (*Adaptive regression in the service of the ego, ARISE*) ist Bellaks Begriff für die Fähigkeit einer Person, ihre Kreativität mit Hilfe von Spiel, Fantasie, Intuition, Humor, künstlerischer Symbolik und anderen Komponenten, die dem unterbewussten Bereich der „Primärprozesse“ zuzuordnen sind, auszuleben (Bellak et al., 1973). Das Psychodrama setzt diese Ich-Funktion aktiv ein, und je häufiger sie zum Einsatz kommt, desto reibungsloser und zielgerichteter wird sie.
- Gemäß Morenos Definition werden durch Spontaneität intuitive Impulse und Inspirationen mit der Macht der Vernunft und ästhetischem Feingefühl ausgeglichen, Ausdruckskraft hält sich die Waage mit Effektivität, und Primärprozesse stehen Sekundärprozessen gegenüber.
- Defensives Funktionieren ist ein Bereich der Ich-Entwicklung, mit der man gezielt arbeiten kann, indem man die Effizienz einer reiferen Verteidigung darlegt und explizit vorführt, zum Beispiel in Form von Sublimierung, Unterdrückung, Kompensation, Bestätigung und Neubewertung. Stellen andere Personen Problemlösungen vor, erhöht das die Toleranzgrenze für leichte bis mittlere Besorgnis. Die Sicherheit der Bühne und Gruppe macht es möglich, dass die Dynamiken eindeutig und ausführlich demonstriert werden können. Reaktionsbildung, Ungeschehenmachen (*undoing*), gegenphobische Reaktionen, Isolation, Affektverlagerung, Projektion und andere symbolhafte Abwehrmechanismen können nachgespielt und durch den Einsatz der Doppelgängermethode, durch Konkretisierung und die Umgestaltung einzelner Aspekte der Szene neutralisiert werden. Indem man Abwehrmechanismen

als Denkgewohnheiten umwertet, wird es leichter, sie durch reifere Verteidigungs- und Anpassungsstrategien zu ersetzen, welche dann wiederum geübt, gefördert und gestärkt werden können.

- Stimulusschranken können mit Hilfe des Psychodramas durch die Erforschung einer Anzahl von distanzierender, abpuffernder und „mildernder“ Methoden gestärkt werden (Blanck & Blanck, 1979). Je nach den individuellen Bedürfnissen können zudem Erwärmungsmethoden so angepasst werden, dass die Person „sich selbst Raum zu verschaffen“ lernt; Gruppenmitgliedern können Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie sie sich auf bewusste und gegenseitige Weise Grenzen stecken und Ruhezeiten gönnen können und wie sie das Gefühl des Gehetzt- und Überfordert-Seins vermeiden.
- Autonomes Funktionieren wird geübt, indem Vertrauen auf spontanes Verhalten entwickelt wird. Je mehr Patienten improvisieren, umso höher ist der Grad an Kreativität, den sie bei sich selbst entdecken und den sie sich nie zugetraut hätten. In der Regel unterstützt und wertschätzt die Gruppe die erfolgreichen Aspekte persönlichen Ausdrucks, so dass Patienten dazu neigen, Fähigkeiten und Vertrauen in ihre eigenen Talente zu entwickeln. Tatsächlich bewirkt das sanfte Loslassen von Befangenheit und Selbstbeherrschung, das Bestandteil der psychodramatischen Darstellung ist, im relativ behüteten Umfeld der Gruppe ein stärker werdendes Vertrauen in den Fluss der Gefühle.
- Synthetisch-integrative Funktionen bilden die vielleicht wichtigste Dimension, die ein psychoedukativer Ansatz wie das Psychodrama vermitteln soll. Insbesondere die Verwendung der „Multiples Ich“-Methode kann den Patienten helfen, die unterschiedlichen Bestandteile ihrer Persönlichkeit zu erleben und zu durchschauen. Durch die Förderung einer Art von innerer Begegnung tritt ein übergeordnetes „entscheidende Selbst“ zu Tage, das die Rolle des Richters, der großen Schwester, des geistigen Führers oder einer anderen weisen und hilfsbereiten Figur übernimmt und für die zahlreichen inneren Konflikte nach Kompromissen und Lösungen sucht.
- Bewältigungskompetenzen stellen eine weitere wichtige Dimension dar, die durch das in Rollenspiel und Psychodrama übliche Üben von Verhaltensweisen verstärkt werden kann. Die Situationen können so konstruiert werden, dass sie mit der Zeit zunehmend schwieriger werden, und dank der Bestärkung durch die Gruppe erlebt der Patient eine wahre Erfolgsserie.

Zusätzlich zu den Ich-Funktionen beschreiben Bel-

lak und Kollegen (1973) einige Aspekte des Über-Ichs und der Triebhaftigkeit, und auch hiermit kann im Psychodrama konstruktiv gearbeitet werden. Eine Über-Ich-Störung – d.h. die Unterdrückung eines übermäßig scharfen, strikten oder laxen Gewissens – kann beispielsweise direkter angegangen werden, wenn man sie mit einem frei gewählten Ich-Ideal – d.h. Bestrebungen und Vorbildern – in Gegensatz setzt.

Die Technik der Zukunftsprojektion ermöglicht es, Ziele zu verdeutlichen und Bestrebungen und Werte anhand einer zumindest partiellen Simulation möglicher Alternativen zu prüfen. Psychodramatische Methoden, die symbolische Genugtuung verschaffen sollen, helfen auch bei der Modifizierung exzessiver oder übermäßig gehemmter libidinöser oder aggressiver Triebe. Wird ein Ausdruck der eigenen Persönlichkeit im geschützten Umfeld zugelassen, können unreife Gefühle und Ziele in gesellschaftlich eher anerkannte Verhaltensweisen und Wünsche umgewandelt werden.

FÖRDERUNG DER PHASEN IN DER PSYCHOTHERAPIE

Andere Arten von Gruppenarbeit können verschiedene Vorteile bieten; dennoch lohnt es sich anzuerkennen, dass die psychodramatischen Methoden in der Therapie eine große Anzahl von Funktionen katalysieren können (Blatner, 1985). Die Psychotherapie verfolgt eine Art logischen Ablauf, der zwar nicht absolut festgefügt ist, aber dem Praktiker trotzdem eine vernünftige Struktur bietet:

1. Erstkontakt und Unterstützung
2. Eingangsvertrag und Klärung der Vorgeschichte
3. Konzentration auf ein Problem, Vertiefung, Einstellungsrevision
4. Zusammenfassung und Vertragserneuerung
5. Umgang mit Spannungen in der helfenden Beziehung
6. Reintegration

1. Erstkontakt und Unterstützung: Der Beginn einer Therapie kann mit Hilfe der Prinzipien der Erwärmung erleichtert werden, wodurch der Patient das weit verbreitete Gefühl verliert, er müsse eine ansehnliche Vorstellung abliefern. Die Erwärmung bietet genügend Raum, das Problem schrittweise anzugehen. Fühlt der Klient sich eingeschüchtert, kann ein Rollentausch mit dem Therapeuten oder einem anderen ihm die Empfindung des Verurteilt-Werdens nehmen und wirkt außerdem möglichen Ansprüchen oder unrealistischen und magischen Erwartungen entgegen. In dieser empfindlichen Phase werden Rückhalt und Unterstützung am besten mittels einer modifizierten Form der Doppelgängermethode vermittelt (die ich „aktive Empathie“ nenne), durch welche der Klient erfährt, dass der Therapeut bereit ist, die Situation aus Sicht des Klienten zu betrachten, und dass er – was sogar noch

wichtiger ist – bereit ist, sich verbessern zu lassen, wenn er einen falschen Eindruck haben sollte.

2. Eingangsvertrag und Klärung der Vorgeschichte werden am angenehmsten mit Hilfe von Mini-Darstellungen (*vignettes*) durchgeführt, einfach um die Beschreibungen klar zu machen. Anfängliche Beschwerden sind häufig vage oder allzu abstrakt. Ich sage dann: „Ich weiß nicht, was Sie meinen, bis ich mir die Szene bildlich vor Augen führen kann." Dieser halb-dramaturgische Ansatz hilft, Genauigkeit zu erreichen, er zeigt nonverbale Elemente auf, die für die dargestellte Interaktion von Bedeutung sind, und hilft dem Klienten zu spüren, dass der Therapeut die missliche Lage nachvollziehen kann. Für die Klärung der (Vor-)Geschichte ist der Einsatz des Sozialen Netzwerk-Diagramms förderlich (wie in Kapitel 17 beschrieben).

3. Konzentration auf ein Problem, Vertiefung und Einstellungsrevision führen die Therapie in die mittlere Phase. Zu beachten ist, dass der laufende diagnostische Vorgang während der ganzen Zeit andauert. Manchmal reicht die Beschreibung eines Episodenverhaltens nicht aus, um alle Teile des Musters zu reaktivieren. Eine solche Episode im Rollenspiel nachzustellen kann dem Klienten helfen, sich des Erlebnisses voll und ganz bewusst zu werden und es umfassend zu verstehen (Ford & Urban, 1998, S. 651). Häufig werden die Doppelgängermethode, Rollentausch, Konkretisierung, Spiegelmethode und Übertreibung angewendet, um im Zuge dieser Erforschung die den Verhaltensweisen und Haltungen zugrunde liegenden Bedeutungen zu Tage zu fördern. Mit Hilfe von Surplus Realität können Träume oder Fantasien nachgestellt werden, und während dieses Vorgangs wird gelegentlich eine Katharsis erlebt.

Die Protagonisten gelangen zu mehr und mehr Einsicht und werden dabei unterstützt, Alternativen in Betracht zu ziehen, indem sie aufgefordert werden, eine Szene noch einmal neu und anders darzustellen; trainierendes Rollenspiel kann sich für die Integration neuer Einstellungen als nützlich erweisen.

4. Zusammenfassung und Vertragserneuerung: Oft erweist es sich als hilfreich, die therapeutische Arbeit zu entmystifizieren und über das allgemeine Verständnis des Problems zu sprechen. Die angewandte Rollentheorie (wie in den Kapiteln 15 und 16 beschrieben) bietet eine recht neutrale Sprache für das Gespräch über das Behandlungsbündnis (Blatner, 1993).

5. Umgang mit Spannungen in der helfenden Beziehung: Zu Spannungen wird es unweigerlich kommen, und das aktive Arbeiten mit diesen (meiner Meinung nach missverständlicher Weise) auch als „Widerstände" und „Übertragungen" bezeichneten Reibungspunkten kann zu mancherlei Einsicht führen. Techniken wie die Spiegelmethode oder Rollentausch erweisen sich hier oft als nützlich. Hat der Klient das Gefühl, der Therapeut hätte einen

Fehler gemacht, kann er die Szene nachspielen und dabei zeigen, was ein „guter“ Therapeut denken und tun würde.

6. Reintegration wird durch eine lindernde Szene erreicht, wobei der Protagonist mittels der Technik der korrektiven Umgestaltung eine traumatische Situation noch einmal erlebt und (in Surplus Realität) der Verlauf nun positiv ist. Eine andere Möglichkeit, um Reintegration zu erreichen, besteht darin, den Klienten die Szene noch einmal darstellen zu lassen und ihn mit mehr Macht über den Ablauf auszustatten, damit er seine Interessen durchsetzen kann. Trainierendes Rollenspiel kann hier in Verbindung mit direktem Coaching und eventuell Modellierung durch andere Gruppenmitglieder notwendig sein und die damit verbundene Ermutigung und Unterstützung führt zu erfolgreichen Reaktionen. In diesem Sinn dient das Psychodrama als Laboratorium, in dem mit Verhaltensalternativen experimentiert werden kann: Es ist ein folgeschadensicheres Umfeld, in dem die Klienten eine große Bandbreite möglicher Reaktionen ausprobieren und proben können.

Probleme sind oft kompliziert und beinhalten mehrere miteinander verwobene Aspekte. Kaum hat man sich mit einer Facette des Lebens auseinander gesetzt, taucht schon die nächste Frage auf. Aus diesem Grund kann es sein, dass während der Therapie die oben beschriebene Abfolge wiederholt wird; auch mehrfache Wiederholungen sind möglich. Zwischen den einzelnen Sequenzen können Monate oder Jahre liegen, in denen der Klient außerhalb der Therapie seine Fertigkeiten festigt. In Betracht gezogen werden müssen auch andere Aspekte der Therapie wie Abbruch oder Nachbehandlung. Der Punkt ist hier, dass die Komplexität des Problems eine große Anzahl von Möglichkeiten bietet, psychodramatische Methoden erfolgreich einzusetzen.

ZUSAMMENFASSUNG

Zusammenfassend sei gesagt, dass sich die Verwendung psychodramatischer Methoden sowohl auf die Heilungsfaktoren in der Gruppentherapie als auch auf die Bestandteile der emotionalen Stabilität und nicht zuletzt auf die verschiedenen Phasen der Psychotherapie förderlich und verstärkend auswirkt.

QUELLEN

Banqura, Albert. (1971). Social learning theory. New York: General Leaming Press.

Bellak, L., Hurvich, H. & Gediman, H. K. (1973). Ego functions in schizophrenics, neurotics, and normals: A systematic study of conceptual, diagnostic, and therapeutic aspects. New York: Wiley.

Blanck, Gertrude & Blanck, Rubin. (1979). Ego psychology II. New York: Columbia University Press.

Blatner, Adam. (1985). The eclectic context of

psychodrama (Kapitel 5), Foundations of psychodrama (1. Aufl.) San Marcos, TX: Selbstverlag. (Author's Note: This chapter did not appear in the 3rd edition by Springer Publishing Company in 1988.)

Blatner, Adam. (1993). The art of case presentation. Resident & Staff Physician, 39(2), 97-103.

Bloch, Sidney & Crouch, Eric. (1985). Therapeutic factors in group psychotherapy. Oxford, England: Oxford University Press.

Corsini, Raymond J. & Rosenberg, B. (1955). Mechanisms of group psychotherapy: Processes and dynamics. Journal of Abnormal and Social Psychology, 51, 406-411.

Ehrenwald, Jan. (1976). The evolution of psychotherapy. New York: Jason Aronson.

Ford, Donald H. & Urban, Hugh B. (1998). Contemporary models of psychotherapy: A comparative analysis. New York: Wiley.

Kellermann, Peter F. (1985). Participants' perceptions of therapeutic factors in psychodrama. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry, 38(3), 123-132.

Kellermann, Peter F. (1996). Interpersonal conflict management in group psychotherapy: An integrative perspective. Group Analysis, 29, 257-275.

Kubie, Lawrence S. (1958). Neurotic distortion of the creative process. Lawrence, KS: University of Kansas Press.

Linehan, Marsha. (1987). Dialectical behavioural therapy: A cognitive behavioral approach to parasuicide. Journal of Personality Disorders, 1, 328-333.

Moreno, J.L. & Moreno, Z.T. (1959). Psychodrama (Band 2). Beacon, NY: Beacon House.

Slavson, S.R. (1955). Group psychotherapies. J. McCary (Hrsg.), Six approaches to psychotherapy. New York: The Dryden Press.

Yalom, Irvin D. (1983). Inpatient group psychotherapy. New York: Basic Books.

Yalom, Irvin D. (1975). The theory and practice of group psychotherapy (1. Aufl.) (4. und überarbeitete Auflage 1995.) New York: Basic Books/ Harper/Collins.

Yankelovitch, Daniel & Barren, William. (1970). Ego and Instinct. New York: Random House.

15
Angewandte Rollentheorie I
Allgemeine Überlegungen

Das Psychodrama bedient sich der Sprache des Theaters, und das bedeutet, dass man über Situationen in Hinblick darauf spricht, welche Rollen die einzelnen Personen ausfüllen, wie sie diese spielen, was zu diesen Rollen dazugehört oder wie sie definiert werden, und es gibt noch viele, viele andere damit verbundene Aspekte. Moreno war einer der Pioniere der Sozialen Rollentheorie, und er verlieh ihr einiges an Tiefe, so dass sie für Problemlösungsstrategien anwendbar wurde – und aus diesem Grund bezeichne ich diesen Ansatz als „Angewandte Rollentheorie". Ich erachte dies als einen großartigen Beitrag zur Psychologie, obwohl der Ansatz in keinerlei Verbindung zu psychodramatischen Methoden zum Einsatz kommt.

GESCHICHTLICHER HINTERGRUND

Die soziale Rollentheorie (eigentlich: Sozialrollen-Theorie) ist ein ausschließlich US-amerikanischer Beitrag zur Sozialpsychologie. Sie entstand hauptsächlich während der 30er und bis zu den 50er Jahren und ist hauptsächlich Ralph Linton (1936), Talcott Parsons (1937), Theodore M. Newcomb (1942), Theodore Sarbin (1943) sowie vielen Nachfolgern der folgenden Jahrzehnte zu verdanken.

Für die Entwicklung der sozialen Rollentheorie ebenfalls bedeutsam waren George Herbert Meads philosophische Beiträge. Er unterrichtete in den 1920er und 1930er Jahren an der Universität von Chicago, und besonderen Einfluss hatte sein posthumes Werk „Geist, Identität und Gesellschaft aus der Sicht des Sozialbehaviorismus" (*Mind, Self, and Society*, 1934).

Moreno hatte seit 1923 über den Rollenbegriff nachgedacht. „Die Funktion der Rolle, beginnend im gesellschaftlichen Bereich, besteht darin, das Unterbewusste zu durchdringen und Ordnung und Strukur hineinzubringen", so Moreno in seiner Betrachtung über die Auswirkungen eines sozial relevanten Theaters. Diese Sprache setzte sich in den 1930er Jahren in seinen Überlegungen über Soziometrie, Psychodrama und seine sozial ausgerichtete Psychologie fort.

Es gibt zwei Hauptunterschiede zwischen der soziologischen Rollentheorie und Morenos Ansatz: Zum einen stellt ersterer eine eher deskriptive, akademische Übung dar, während Moreno die praktische Anwendbarkeit in den Vordergrund stellte und der Analysevorgang von den betroffenen Personen selbst durchgeführt wurde, damit sie ihr Leben neu bewerten und verbessern konnten

.

Der zweite Unterschied besteht darin, dass Moreno auf das Potential der Rolle eingeht, mit mehr oder weniger Kreativität gespielt zu werden; implizit findet sich hier die Idee der (von mir so bezeichneten) „Metarollen", durch die die Menschen mehr reflektieren und offener für Alternativen werden. Und genau das ist der Clou, der den Ansatz so nützlich macht.

Die soziologische Rollentheorie wird in vielen Büchern erörtert, von denen einige im Anschluss an die Quellen als zusätzliche Nachschlagewerke aufgezählt werden. Den neusten und vermutlich besten Überblick bietet Biddle (1979). Bekannte Personen aus Sozialarbeit und Psychiatrie haben den Rollenbegriff als wichtiges Element für einen multidimensionalen und sachlichen psychologischen Ansatz verwendet (Pearlman, 1968; Ackerman, 1951; Spiegel, 1971). Morenos Gedankengut fand Eingang in die Arbeiten verschiedener Fachleute (Blatner, 1991; Clayton, 1994; Lawlor, 1947; Yablonsky, 1953). Weitere neue Beiträge zur Rollentheorie wurden von Seiten der Dramatherapie geleistet, genauer gesagt von einem der führenden Experten auf diesem Gebiet, Robert Landy (1990). Auch in der Anthropologie, Geschichte und Soziologie der Erziehung, Krankenpflege und Polizeiarbeit findet die Rolle inzwischen Beachtung.

ROLLEN UND METAROLLEN

„Die ganze Welt ist eine Bühne und alle Frauen und Männer bloß Spieler…" (William Shakespeare, Wie es euch gefällt, 2. Akt, 7. Szene). Nun, aber wir müssen nicht bloß Spieler bleiben! Wir können auch Drehbuchautoren und Regisseure werden!

Sogar Berufsschauspieler geben ein gewisses Maß an „Abstand" zur Rolle nie auf, wobei sie zwar voll in ihrer Rolle drin sind und trotzdem ein wenig Selbstbeobachtung beibehalten, also die Fähigkeit, „einen Schritt zurückzutreten" und ihre Vorstellung durch die Außensicht zu verbessern (Landy, 1983). Es handelt sich um eine Art doppeltes Bewusstsein. Auch Kinder haben diese Fähigkeit – auf ihr beruht jedes Spiel (Blatner & Blatner, 1997, S. 11-15). Das Psychodrama konzentriert sich auf die Förderung dieser Fähigkeit, indem Selbstreflexion nicht nur im Dienste der Kunst oder Unterhaltung einsetzt, sondern so, dass sie jedem Menschen zu einem erfolgreicheren Leben verhelfen kann.

Obwohl Moreno diese Unterscheidung niemals explizit vornahm, liegt sie seinem Ansatz den-

noch implizit zugrunde. Zusätzlich zu den Rollen, die wir spielen, gibt es eine weitere Ebene – die „Meta"-Ebene, die die Funktion der Reflexionen, Bemerkungen und bewussten Verhandlungen über die und Modifikation der gespielten Rollen und ihrer Bestandteile (Bateson, 1980, S. 128-130). Dramaturgisch ausgedrückt muss die psychologische Theorie die Rolle des Autors, Regisseurs, Publikums, Kritikers und Produzenten ebenso beachten wie die des Schauspielers (Wiener, 1999). Die soziale Rollentheorie konzentriert sich meist auf den Schauspieler, aber zu jeder gespielten Rolle ergibt sich eine ganze Reihe von Fragen:

- Welche Rollen sollen gespielt werden? (Urheber und Drehbuchautor)
- Auf welche andere Art könnte man diese Rolle spielen? (Regisseur)
- Was muss noch geregelt oder getan werden, damit diese Rolle so erfolgreich wie möglich gespielt werden kann? (Produzent)
- Wie kommt die Darstellung bei den anderen an? (Publikum)
- Wie eindrucksvoll wird die Rolle gespielt, gemessen an einer Anzahl von Kriterien? (Kritiker)

Bei diesen Metarollen handelt es sich schlicht um Bezeichnungen für das, was in der Psychoanalyse und Kognitionspsychologie „beobachtendes Ich" oder „metakognitive Funktion" heißt. Der Begriff „Reflexionsfähigkeit" (*psychological mindedness*) beschreibt die Fähigkeit, sich selbst in gewissem Maß zu beobachten, sich also in die Metarolle zu versetzen. Durch die rolleneigene Sprache wird dieser selbstreflexive Vorgang lediglich noch greifbarer, weil durch sie Möglichkeiten für eine noch bewusstere Anwendung der Reflexion aufgezeigt werden. Der Punkt hierbei ist, dass Psychotherapie, Persönlichkeitsstärkung und kreativer sozialer Wandel eine explizite Neubewertung erfordern, und eine Psychologie, die Menschen als Urheber dieses Wandels betrachtet, fördert dies in optimaler Weise.

Das vorliegende Kapitel ist ein Versuch, Morenos Überlegungen zur Rollentheorie zu systematisieren und weiter zu entwickeln. (In der Vorauflage dieses Buchs sowie in einem Artikel aus dem Jahr 1991 verwendete ich den Begriff „Rollendynamik" [*role dynamics*], habe mich aber inzwischen umentschieden; um einen unnötigen neuen Terminus zu vermeiden, spreche ich ab sofort einfach von der Angewandten Rollentheorie.)

EINE BENUTZERFREUNDLICHE SPRACHE

Das wichtigste bei der Angewandten Rollentheorie ist, dass es für alle Arten psychosozialer Eingriffe als praktische Sprache einsetzbar ist, sie ist eine Art Lingua Franca, mit der Probleme der unterschiedlichsten Disziplinen erörtert werden können – Psychologie, Sozialarbeit, Psychiatrie, Kranken-

pflege, Anthropologie, Seelsorge, Familientherapie, Unternehmens- und Persönlichkeitsberatung usw. Für mich ist die Angewandte Rollentheorie in Bildungsprogrammen ein Hauptbestandteil in der Lehre der praktischen Psychologie, weil die verwendete Terminologie allgemein relativ bekannt ist.

Wie in den Kapiteln 5 und 13 bereits erörtert, halte ich keine psychologische oder soziologische Theorie für allumfassend oder ausreichend, und ich denke auch nicht, dass dies wünschenswert wäre. Daher will ich auch die Angewandte Rollentheorie nicht als *die* der Psychologie zugrunde liegende Theorie bezeichnen, die eine hieb- und stichfeste, vollständige Erklärung bietet. Vielmehr handelt es sich um einen allgemeinen, losen Rahmen, der viele andere Theorien in sich vereint und effektiv zusammenfasst.

Als ein solcher integrativer Rahmen bietet die Angewandte Rollentheorie einen wahren Reichtum an Werkzeugen, zu denen auch die Fähigkeit zählt, viele der besten Kenntnisse und Einsichten zu übersetzen und zu übernehmen, die sich aus anderen Theorien ergeben (Blatner, 1989). Meiner Ansicht nach ist es mit dem Durchbruch im PC-Bereich zu vergleichen, als man keine Codes mehr eingeben musste, sondern dank der Benutzeroberfläche die Aktionen mit Hilfe der Icons auswählen und durchführen konnte (zunächst von Apple, dann von Windows eingeführt): Kleine Bildchen und Symbole bezeichneten komplexe Befehle, die man durch bloßes Anklicken erteilen konnte – zuvor hatten erfahrene Programmierer zeilenweise Codes eingeben müssen, um dasselbe zu erreichen. Diese Vereinfachung der Technologie machte den Computer „benutzerfreundlich“, so dass die Menschen – sogar kleine Kinder! – den Umgang mit ihnen lernen konnten. In ähnlicher Weise kann auch eine einfache und bekannte Terminologie im Bereich der Psychologie dabei helfen, dass eine ganze Reihe von Menschen mit den „Fachleuten“ mitdenken kann, dass der Bereich an Popularität gewinnt und dass das Machtgefälle in Therapien und psychologischen Behandlungen reduziert wird. Diese Entwicklung hätte gleichzeitig eine höhere Kooperationsbereitschaft zur Folge.

Die Angewandte Rollentheorie bietet eine geläufige Sprache und einen vertrauten Ansatz. Die meisten Menschen verstehen ganz instinktiv, wovon die Rede ist. Man kennt sich mit Rollen aus, die von Schauspielern gespielt werden, man sieht szenische Darstellungen im Kino und im Fernsehen – und manchmal handelt die verfilmte Handlung sogar vom Show Business selbst. Man sieht Filmszenen, in denen Regisseure Filme machen, man hört den berühmten Ruf „Cut!“ und verfolgt Streitgespräche zwischen Regisseur und Schauspielern.

Diese Filme zeigen Schauspieler und Produzenten, wie sie Schauspiel betreiben und Handlung darstellen. Die meisten Menschen waren sogar schon einmal zu irgendeinem Zeitpunkt an der Produktion

und Darstellung eines Sketches, eines Festumzugs oder an einer Schulaufführung beteiligt. Das hat zur Folge, dass die Menschen häufig bereitwillig die Idee akzeptieren, dass zwischenpersönliche Interaktionen wie Szenen in einem Stück oder einer Fernsehshow betrachtet werden können.

Die Idee der Rolle ist demnach allgemein vertraut, ebenso wie die Idee von der personellen Besetzung und der Unterscheidung zwischen dem Schauspieler selbst und seinem Part. Relativ geläufig ist auch die Idee der Analyse von Interaktionen anhand der Betrachtung, wer die Mitspieler sind, der Definition ihrer Rolle und der Komponenten dieser Rollen sowie der Bewertung, wie überzeugend die Rollen jeweils gespielt werden.

EINE MÄCHTIGE METAPHER

Zusätzlich zu ihrer Funktion als Sprache und ihrer Fähigkeit, viele der besten Einsichten und Ideen verschiedener Theorien zu übersetzen und miteinander zu verbinden, bietet die Angewandte Rollentheorie außerdem einen wahren Reichtum an konkreten Begriffen. Viele dieser Einsichten bauen auf der Grundidee auf, dass das Leben wie ein Stück ist, und diese Aussage zeugt von der dramaturgischen Metapher. Für die Angewandte Rollentheorie und den Rollenbegriff bildet diese Metapher den Referenzrahmen.

Eine Metapher ist ein geläufiges Wort oder ein bekannter Ausdruck, das verwendet wird, um etwas schwer zu definierendes oder schwerfassbares zu beschreiben – zum Beispiel ist die Sonne ein Feuerball, ein gutes Essen ist ein Gedicht und das Leben ist eine Achterbahn. Für viele Vorgänge, insbesondere geistige – dazu zählen Kunst, Spiritualität und soziokulturelle Phänomene –, wird auf Metaphern zurückgegriffen. In der Psychologie wird die Psyche manchmal wie eine Maschine betrachtet, die repariert werden kann, und bei anderen Gelegenheiten wie eine komplexe Sozialordnung, die im Idealfall in die eine oder andere Richtung verschoben werden kann. Das Leben selbst kann als Kampf oder als Balanceakt gesehen werden, als Schule der Seele, oder, in den Worten Macbeths: „Ein Märchen ist's, erzählt von einem Blödling, voller Klang und Wut, das nichts bedeutet“ (LeGuin, 1985; Lakoff & Johnson, 1980). Im Fall der Angewandten Rollentheorie ist die Grundlage die „dramaturgische Metapher“, wie es auch in Shakespeares bereits zitiertem Ausspruch deutlich wird: „Die ganze Welt ist Bühne“ (Berger, 1990; Hare, 1985).

Schon das Wort „Rolle“ stammt aus dem dramaturgischen Bereich: Im Theater der Antike lasen die Schauspieler ihren Text von Schriftrollen, auf Latein „rotula“, ab. Die Bedeutung verlagerte sich und umfasste schließlich nicht mehr nur das Stück aufgerolltes Pergament, sondern auch den zu spielenden Part (Moreno, 1961).

.Der Rollenbegriff ist deshalb so mächtig, weil er sehr sinnträchtig ist, d.h. mit ihm werden Assoziationen mit der ganzen Bandbreite von Elementen wachgerufen, die mit Theater, Aufführung und den vielschichtigen Interaktionen dazwischen verbunden sind. Denkt man beispielsweise über verschiedene psychosoziale Probleme im Hinblick auf die gespielten Rollen nach, kommen folgende Assoziationen zur Geltung:

- In unserer Kultur wird hinsichtlich der Schauspielkunst vom Dramatiker und von den Schauspielern Kreativität erwartet. Der Schauspieler hat seinen Part mit Originalität und etwas Besonderem zu interpretieren. Otto Rank, ein früher Psychoanalytiker und einstiger Künstler, empfand die Metapher des Lebens als Kunstwerk als besonders hilfreich. Sein Ansatz beruhte nicht nur darauf, die Vergangenheit auszugraben und zu interpretieren; insofern brach er mit der Freudschen Lehre, weil er sich von der von Freud selbst häufig verwendeten Metapher der Psychoanalyse als Archäologie distanzierte. Rank glaubte, das Leben sei ein im Entstehen begriffenes Kunstwerk, und er förderte ganz bewusst die Kreativität seiner Klienten. Für die Angewandte Rollentheorie bedeutet dies: Wenn wir Schauspieler sind, lasst uns in unserem „Beruf“ sogar noch kreativer werden.
- Eine logische Folge aus dieser in der dramaturgischen Metapher der Rollentheorie implizit enthaltenen Betonung der Kreativität ist die Erwartung eines gewissen Grads an Überraschung und Neuem. Der Therapeut kann also nicht „wissen“, was als nächstes kommen wird, was dem empfundenen Machtgefälle zwischen Klient und Therapeut entgegenwirkt und den Therapeuten eher in die Rolle eines Beraters versetzt. Den Klienten gefällt es seht, als kreative Wesen angesehen zu werden – das setzt nämlich positive Erwartungen voraus und unterstützt ihre Bestrebungen.
- Einen Schauspieler empfindet man als weit talentierter, wenn er viele verschiedene Rollen verkörpern kann und nicht auf ein bestimmtes Rollenfach festgelegt ist. Das beinhaltet die Wertschätzung eines breiten Rollenrepertoires, und je mehr man dieses Repertoire erweitert, umso kreativer und talentierter ist man am Ende.
- Schauspiel ist interaktiv, und daher bringt die Angewandte Rollentheorie die Idee hervor, dass Psychologie hauptsächlich interpersonell stattfindet und kaum das Produkt des einzelnen sein kann.
- Sogar die treibenden Kräfte des einzelnen werden von Psychoanalytikern und anderen nach und nach als interaktives Drama zwischen den lebendigen Darstellungen der inneren Rollen, der Erinnerungen und eingebildeter Reaktionen von Eltern, Geliebten, „ihnen“

(das imaginäre Publikum oder die urteilenden „anderen“), des inneren Kinds usw. erkannt.

- Eine logische Folge hieraus ist, dass die Angewandte Rollentheorie ein „pluralistisches Modell der Psyche“ vorschlägt; das bedeutet, dass es häufig hilfreich sein kann sich vorzustellen, dass die Persönlichkeit aus vielen Teilen besteht, die auf verschiedene Art und Weise widersprüchlich sind, Rückhalt geben, getrennt und vereint sind (vgl. nächstes Kapitel).
- Dramen entwickeln sich in der Regel in Form von Dialogen und Handlung und überwinden somit die Intellektualisierung der reinen Erzählung oder Diskussion. Durch Dialog wird ein Gefühl des Unmittelbaren und Direkten hervorgerufen, er enthält mehr Lebendigkeit. Eine weitere Möglichkeit für die Arbeit mit den oben genannten inneren Beziehungen besteht in der Darstellung von Dialogen zwischen den verschiedenen Teilen des Ich.
- Rollen spiegeln auch Aspekte der vielschichtigen Persönlichkeit wider, was ihre Betrachtung erleichtert. Bei den meisten Interaktionen dominieren für gewöhnlich ein oder zwei Rollen, die höchstens von einigen weiteren beeinflusst. Der Punkt ist, dass nach und nach ein Bild des komplizierten ganzen entsteht, wenn man jeweils nur die Interaktion einer einzelnen Rolle analysiert.
- In Dramen entwickeln sich Rollen, die umgestaltet werden können. In „Fiddler on the Roof“ (deutsch „Anatevka“), dem fantastischen Broadway-Musical aus den 1960er Jahren, ändert Tevye seine Rolle als „Papa“ von einer bestimmenden Persönlichkeit um in einen Charakter, der die Ansprüche seiner Töchter auf zunehmendes Mitspracherecht bei der Partnerwahl akzeptiert. Diese dramaturgische Metapher lässt erkennen, dass die Regeln, deren Unbeugsamkeit wir als gegeben hinnehmen, letztendlich doch flexibler sind als gedacht.
- Das Publikum kann sich mit jeder der Rollen identifizieren und verschiedene Identitäten annehmen. Schauspielern kann es passieren, dass sie in einem Stück den Helden spielen und im nächsten den Bösewicht. Der Gedanke dabei ist, dass jeder theoretisch in jede beliebige Rolle schlüpfen kann, und diese Einsicht bereitet die Menschen auf die Herausforderung des Rollentauschs vor, auf die Auslöschung des eigenen egozentrischen Standpunkts und auf die Vorstellung, wie es wohl wäre, in der Haut und im Leben eines anderen zu stecken, sogar eines Gegenspielers. Dies ist der Beginn von Empathie und emotionaler Reife.
- In Dramen werden Situationen so dargestellt, dass ein Publikum sie sehen kann. Abstrakte Vorstellungen werden daher in gewisser Weise konkret gestaltet. In der Psychologie besteht eins der verbreitetsten

Probleme darin, dass die Menschen zur Abstraktion, zu vagen Ausdrücken und Verallgemeinerungen neigen, welche ihre Verwirrung kaschieren sollen. Ein Gefühl oder ein Problem so anschaulich zu beschreiben, dass der Zuhörer wirklich nachvollziehen kann, worum es sich handelt, stellt an sich schon eine Herausforderung dar, die ein wichtiger Schritt in der Psychotherapie oder der Beratung ist.

- Rollen sind sozialwissenschaftliche Gestalten, ganze Komplexe aus Bildern und Handlung, die man sich weit besser vor sein inneres Auge rufen kann als die meisten abstrakten Begriffe; dies gilt insbesondere auch für psychologische Diagnosen.
- Sogar abstrakte Begriffe wie Demokratie, Treue oder Perfektion kann man sich ähnlich einer Person vorstellen, wie eine Comicfigur mit einem jeweils entsprechenden Charakter. Diesen geistigen Vorgang nennt man Personifizierung und ist in der Dramaturgie Standard. (Ein Psychodrama, bei dem Haltungen gegenüber einer abstrakten Vorstellung oder allgemeinem Phänomen erforscht werden, wird Axiodrama genannt.)
- Als das Theater dank der Massenmedien die Kultur weltweit mehr und mehr durchdrang, erweiterte sich der Begriff der Rolle und bezeichnete fortan auch den in einem System gespielten Part. Beispielsweise wurden ab diesem Zeitpunkt Artikel über die Rolle der Maispflanze in der Klebstoffherstellung, über die Rolle der Sonnenstrahlung bei der Entstehung von Kometen, über die Rolle der Landwirtschaft in der Geschichte veröffentlicht. In der Psychologie sprechen wir nicht nur von den verschiedenen Rollen innerhalb einer Familie, sondern auch von Rollen, die eine einzelne Person verkörpert. In einer Gruppe könnte man sich fragen: Wer übernimmt die Rolle des Sündenbocks? Wer ist der Friedensstifter? Sind die Personen auf diese Rollen festgelegt? usw.
- Dramen bewegen sich außerdem im Bereich des „als ob“ und laden dazu ein, die Fantasie spielen zu lassen. Es ist nur ein kleiner Schritt, die Vorstellungskraft noch ernsthafter einzusetzen und Situationen von Standpunkten aus zu betrachten, die in einer herkömmlichen Unterhaltung nicht in Frage kommen würden. (Mehr dazu im Kapitel über Surplus Realität.)
- Schauspieler können eine Rolle entweder gut oder schlecht spielen, was den Schluss zulässt, dass Talent benötigt wird und dass die Art und Weise, wie eine Position vertreten wird, von Belang ist. Sehr viele Menschen neigen dazu, sich nur auf ihre eigenen Sorgen und Bedürfnisse zu konzentrieren und bemerken dabei nicht, wie sehr sie ihre Beziehungen durch die Art und Weise stören, wie sie diese Gefühle äußern. Die dramaturgische

Metapher lädt demnach dazu ein, sowohl die Form als auch den Inhalt zu überdenken und sowohl die nonverbale Kommunikation als auch die Wortwahl zu reflektieren.

- Schauspiel kann Fragen auf und zwischen vielen verschiedenen Ebenen menschlicher Organisation aufgreifen. Das Individuum, die Gruppe, die Kultur – sie alle handeln interaktiv. Die Angewandte Rollentheorie ist deshalb besonders wirkungsvoll, weil sie sich mit Sozialpsychologie ebenso wie mit Familienstrukturen oder dem inneren Drama einer Einzelperson auseinandersetzen kann.
- Dramen können außerdem verschiedene Bezugsrahmen beinhalten – Komödien, Tragödien, religiöse oder weltliche Themen, Sex oder Krieg, intellektuelle Überlegungen oder politische Spannungen.
- Rollen können sowohl die Zukunft als auch die Gegenwart betreffen, wodurch sich der Ansatz noch umfassender gestaltet. Durch das Spielen einer Rolle kann die Zukunft in der Vorstellung und in der Handlung abgewogen, geprobt und erforscht werden. Die Vergangenheit tritt in weit lebhaftere Erinnerung und kann in psychologisch wertvoller Weise neu erlebt und repariert werden.
- Sehr häufig kommt es vor, dass die Charaktere eines Dramas Verflechtungen und Paradoxa aufweisen, die eine einfache Klassifizierung unmöglich machen – man kann ihre Rollen nicht einfach auf „den Bösen“, „den Verrückten“, „den Bemitleidenswerten“ oder ähnliches reduzieren. In der Angewandten Rollentheorie findet sich eine neutralere Sprache, die im Vergleich zu anderen psychologischen Terminologien weniger dazu neigt, Menschen mit emotional aufgeladenen Ausdrücken abzustempeln. Wenn man von den Rollen spricht, die in einem Problem mitspielen, ist es den Menschen einfacher, ihr Selbstbewusstsein zu bewahren, selbst wenn sie eingestehen müssen, dass sie einen Teil ihres Rollenrepertoires überdenken müssen.
- Alles in allem ist mir im Bereich der psychodynamischen Psychologie noch nichts untergekommen, das nicht in der Sprache der Angewandten Rollentheorie verständlicher würde, das also nicht eindeutiger würde, wenn man sich die Probleme als in einem Drama interagierende Rollen vorstellt. Abwehrmechanismen, Begriffe wie „Selbstobjekt“, „projektive Identifizierung“ und andere können in eine gängigere Begrifflichkeit übersetzt werden. Dies ermöglicht es außerdem einer großen Zahl von Wissenschaftlern aus verschiedenen Sparten bzw. mit verschiedenen wissenschaftlichen Hintergründen, sich miteinander auszutauschen.
- Rollen sind Komplexe, die gemäß ihren Bestandteilen analysiert werden können, welche wiederum noch weiter unterteilt

und analysiert werden können. Aus diesem Grund ermöglicht die Angewandte Rollentheorie das behutsame Vorgehen einer intellektuellen Neubewertung im Geist der psychodynamischen Psychotherapie.

- Die Analyse richtet sich danach, wie die Bestandteile definiert sind, was wiederum den Schluss nahe legt, dass auch eine andere Definition möglich wäre. Dadurch bleibt die Analyse stets offen und kann umdefiniert und neu ausgestaltet werden. Dieser Aspekt der Angewandten Rollentheorie ermöglicht auch eine politische Note im reflektiven Prozess, da feministisches und konstruktivistisches Gedankengut einfließen kann.
- Häufig enthält die Szenifizierung die Dimension der verborgenen Gedanken, die im Beiseite-Sprechen oder durch einen „Off-Kommentar". Diese Hilfsmittel erlauben es dem Publikum, die geheimen Gedanken einer Figur zu erfahren, ohne dass die anderen Rollen dies hören. Das gibt Überlegungen darüber Raum, wie die Menschen mit besonderen Personen, z. B. ihrem Therapeuten, Gedanken teilen, die sie sonst niemals öffentlich eingestehen würden.
- Damit hängt auch zusammen, dass es im Drama nicht selten um das Thema des Selbstbetrugs geht, dass sich einer der Charaktere selbst betrogen oder eine bestimmte Situation über- oder unterschätzt hat. Unter diesem Gesichtspunkt können auch Klienten ermutigt werden darüber nachzudenken, inwiefern dies auch auf ihr Leben zutrifft.
- Wie bereits erwähnt fördert die Unterscheidung zwischen dem Schauspieler und seiner Rolle – Rollendistanz – und sogar noch mehr die Unterscheidung von Regisseur, Autor oder Kritiker die zunehmende Fähigkeit zu reflektieren und erhöht die „psychologische Bewusstheit", also die Fähigkeit zur optimalen Nutzung des therapeutischen Rückblicks.
- Die Verstärkung von Rollendistanz ist der Vorgang der Veränderung der Selbstdefinition (*dis-identification*), der Bestandteil vieler Meditationspraktiken ist. Laut Assagioli, dem Entwickler der als „Psychosynthese" bekannten Psychotherapie, müssen die Menschen lernen zu sagen: „Ich habe diesen Gedanken, aber ich bin nicht dieser Gedanke." Solche Übungen führen gleichzeitig zu einer noch besseren Selbstwahrnehmung und Rollenflexibilität.
- Während die Angewandte Rollentheorie eine nützliche Sprache auch für die psychologische Beratung oder Psychotherapie bietet, die keine Handlungsmethoden einsetzt, sind ihre Einsatzmöglichkeiten im Bereich des Rollenspiels und Psychodramas sogar noch vielfältiger, da sich diese Methoden und die Theorie ideal ergänzen.
- Schlussendlich gibt es viele dem Rollenbegriff verwandte Ausdrücke: Man kann

seine Rolle „unter einen Hut bringen“, sie erlernen, sie loslassen. Man kann Anfänger oder erfahren sein oder die Bodenhaftung verlieren.

Dies sind einige der Gründe, warum die Angewandte Rollentherapie dank der Verwendung der dramaturgischen Metapher so sinnträchtig und heuristisch ist und so viele Hypothesen und Ideen hervorbringt

SCHWIERIGKEITEN MIT DER ROLLENTHEORIE

Die gleiche Frage habe ich bereits bezüglich des Psychodramas gestellt, und sie stellt sich auch hinsichtlich der Angewandten Rollentheorie: Wenn das alles so großartig ist, warum verwendet es dann nicht längst jeder? Dafür gibt es verschiedene Gründe, die alle zwar nicht sonderlich stichhaltig sind, die aber zeigen, wie die Dinge nun einmal sind.

Zunächst unterwerfen sich die Verhaltenswissenschaften bei dem Versuch, denselben Status wie die empirischen Wissenschaften (z. B. Chemie oder Physik) zu erreichen, Kriterien von fraglicher Geltung, beispielsweise der Präzision als Ideal. Da der Rollenbegriff in vielen verschiedenen Zusammenhängen und auf vielen Ebenen des menschlichen Lebens verwendet werden kann, ist er schwer fassbar und entzieht sich einer eindeutigen Definition. (Neiman & Hughes, 1951). In der Praxis stellt dies kein Problem dar, aber in der akademischen Welt der Forschung, der Stipendien und Zuschüsse wird unglücklicher und unangemessener Weise an gewissen Traditionen der Definierbarkeit festgehalten. (Kapitel 5 geht vom philosophischen Standpunkt aus ebenfalls auf diese Gesichtspunkte ein.)

Ein zweiter Grund hat mit der verbreiteten und kulturell bedingten Unsicherheit zu tun, sobald es um Fantasie, Vorstellung oder die Seriosität des Theaters geht, und Schauspieler und Schauspiel werden allgemein eher als gekünstelt und falsch erlebt und nicht als authentisch.

Dieser Widerstand richtet sich teilweise auch gegen die fantasievolle Verspieltheit, die in den Kapiteln 10 bis 12 meines Buchs „The Art of Play“ ausführlich erörtert wird (Blatner & Blatner, 1997).

In Anbetracht dessen, wie wertvoll die Angewandte Rollentheorie ist und wie irrational die Widerstände dagegen sind, kann ich nur nochmals meine Aufforderung an alle Fachleute auf dem Gebiet der Verhaltenswissenschaften, im Management, im Bildungswesen und aus anderen Richtungen, die sich mit psychologischen Phänomenen befassen, wiederholen, sich dieses wunderbare Werkzeug als gemeinsame Sprache anzueignen.

DIMENSIONEN DER DARSTELLUNG EINER ROLLE

Eine Einzelperson verkörpert im Allgemeinen zwischen zehn und zwanzig größere Rollen, mehrere Dutzend kleinere Rollen und Hunderte oder mehr vorübergehende Rollen. Moreno (1960) teilt Rollen in drei Kategorien ein:

- Psychosomatische Rollen – Essen, Schlafen, Ausscheidungen absondern, typische Haltungen oder Gesichtsausdrücke, Revierabgrenzung, Verhaltensweisen im Fall von Krankheit oder Sterben – in jeder Kultur lernen die Menschen ihre eigenen Standards für diese Grundfunktionen.
- Soziale Rollen – die meisten Rollen, die im Rahmen der Rollentheorie erörtert werden, fallen unter diese Kategorie.
- Psychodramatische Rollen – dies sind die Rollen in einem dramaturgischen oder imaginativen Kontext, in dem ein Mensch Erfahrungen macht, die über die Beschränkungen der physikalischen Wirklichkeit hinausgehen (siehe das Kapitel über Surplus Realität). (Da sich viele von diesen Rollen im Geist abspielen, sollte diese Kategorie vielleicht besser den Titel „psychologische Rollen“ tragen. Zwar können sie mit Hilfe von Handlungsmethoden ausgedrückt werden, doch die tatsächliche Dynamik ist unabhängig von jedem therapeutischen Vorgang.)

Obwohl ich Morenos Klassifizierung für vorläufig und durchaus erweiterbar halte, gefällt mir, dass die erste und dritte Kategorie überhaupt aufgenommen wurden, da viele Menschen vergessen, welch große Bedeutung Rollen in unserem Leben haben. Moreno schenkte gerade den Komplexen Beachtung, die entweder als selbstverständlich hingenommen werden wie Essen und Schlafen, oder die als übermäßig subjektiv abgetan werden wie das fantastische Rollenspiel in der Kindheit. Moreno bewies seine Genialität durch die Feststellung, dass sowohl das scheinbar Banale und das Fantastische immens wichtige Bestandteile des menschlichen Lebens darstellen.

Landy (1993) verwendet ein anderes System und orientiert sich für die Klassifizierung der Rollen an den Handlungen des klassischen Theaters. Ich habe eine eher großzügige Erweiterung von Morenos Tabelle vorgeschlagen, der einige zusätzliche Kategorien hinzugefügt werden sollten (Blatner, 1985).

Die Vielschichtigkeit der Angewandten Rollentheorie – Rollen im intrapsychischen und zwischenmenschlichen Zusammenhang, in kleinen und großen Gruppen, in subkulturellen und kulturellen Dimensionen - macht es interessanterweise schwer, wenn nicht sogar unmöglich, eine Rolle oder eine Rollensystematik eindeutig zu definieren. Da die Schnittstelle zwischen den verschiedenen Ebenen und die Kombination verschiedener Bezugsrahmen (andere Rollenpositionen) sich mit jeder Situation

ändern, bezweifle ich außerdem die Notwendigkeit bzw. den Nutzen eines strikten Rollensystems. Es ist weit sinnvoller, sich an ein eher loses Rahmenwerk zu halten, das als Erinnerung an die unterschiedlichen Arten von und Aspekte der Rollen dient, die im Zuge einer Rollenanalyse von Bedeutung sein können.

Die Kategorie der psychodramatischen (psychologischen) Rollen umfasst auch Erinnerungen und Erwartungen an die Zukunft, Hoffnungen und Ängste. Die Vorstellung, es gebe ein „wahres" vergangenes Ich, ist philosophisch fraglich, weil wir unsere Autobiographie aus rein praktischen Gründen uns selbst immer wieder neu erzählen, weil wir die meisten Erfahrungen vergessen, immer wieder neu die Aspekte auswählen, die in Hinsicht auf jeweils aktuelle Motivationen und Selbstbilder am passendsten und erheblichsten erscheinen. Es handelt sich also um einen fortwährenden Konstruktionsprozess. Einer der ersten von Moreno beeinflussten Rollentheoretiker, Theodore Sarbin, hat sich ausgiebig mit diesem Thema befasst und hat dargelegt, wie wertvoll der Ansatz des Geschichten-Erzählens für die Psyche ist (Sarbin, 1986.)

Moreno bemerkte auch, dass Kreativität im Rollenspiel in unterschiedlich hohem Maß zum Einsatz kommen kann. Zunächst verhält man sich gemäß den eher oberflächlichen, vorgegebenen Modellen, man imitiert und befolgt klare Anweisungen. Er bezeichnete dies als „Rollenübernahme" (*role taking*). Durch größere Vertrautheit oder bessere Beherrschung beginnt man dann damit, seinen eigenen Stil und möglicherweise einige Neuerungen einzubringen. Man „spielt mit" seiner Rolle, und Moreno bezeichnet dies als „Rollenspiel" (*role playing*).

An einem gewissen Punkt hat man sich dann genügend eingefunden, man hat ausreichend Selbstsicherheit erlangt oder man findet sich in der Rolle genug zurecht, um radikalere Neuerungen einzuführen und seine Rolle vielleicht neu zu definieren. Moreno sprach hier von „Rollenschöpfung" (*role creating*).

Laut Sarbin (1954) kann man sich unterschiedlich intensiv an einer Rolle beteiligen: Im einen Extremfall bleibt die Person recht locker, fast unbeteiligt. Der geringe Grad von Engagement kann damit zusammenhängen, dass die Rolle aus der Sicht des Einzelnen relativ bedeutungslos oder oberflächlich ist. Manchmal findet sich dieses Phänomen bei spirituellen Rollen, in der Meditation oder bei Änderungen der Selbstdefinition, wenn Lebensrollen zwar gespielt, aber mit großer Rollendistanz erfahren werden.

Das andere Extrem stellen Rollen dar, bei denen man völlig in den gegebenen Bezugsrahmen eintaucht. Als Beispiel nennt Sarbin den Tod durch Voodoo, für den man so sehr im Glaubenssystem einer Gruppe gefangen sein muss, dass das gesamte psychosomatische System einer Person derartig eingebunden

ist und mitgerissen wird, dass es sich sogar selbst abschalten kann.

Dieses übertriebene Ausfüllen einer Rolle zeigt sich auch, obwohl weniger extrem, bei den Personen, die vergessen, dass es „nur ein Spiel“ ist und es nicht schaffen, sich aus ihrer Rolle zu befreien und den Gesamtzusammenhang zu betrachten.

Die meisten Menschen befinden sich in Bezug auf die meisten ihrer Rollen irgendwo in der Mitte zwischen diesen beiden Extremen. Durch Psychotherapie soll die Fähigkeit zur Veränderung der Selbstdefinition gestärkt werden, wodurch die Zusammensetzung und Ausfüllung der einzelnen Rollen besser betrachtet und überdacht werden können.

ZUSAMMENFASSUNG

Die Rollentheorie bietet eine allgemeine und benutzerfreundliche Sprache zur Beschreibung der Psychologie auf vielen verschiedenen Ebenen und in vielen unterschiedlichen Bezugsrahmen. Meines Erachtens steht uns momentan kein besseres Werkzeug zur Verfügung, mit dem wir die besten Erkenntnisse verschiedener Theorien und Methoden auf dem Gebiet der Psychotherapie, angewandter Soziologie, Management und anderen auf Hilfe für Menschen ausgerichteten Unternehmen zusammenfassen und integrieren können.

Trotz allem sollte sie nicht so angewendet werden, als gebe es keine anderen nützlichen Theorien. Darum betrachte ich die Angewandte Rollentheorie als meta-theoretische Sprache. Die Entdeckungen und die Verzweigtheit des menschlichen Geistes, die von den anderen Disziplinen erforscht worden sind, gilt es anzuerkennen und zu einzubinden, Wettbewerb und Abschätzigkeit bleiben außen vor. Eine einzelne Theorie kann unmöglich alles umfassen und adäquat beschreiben. Die Angewandte Rollentheorie ermöglicht jedoch immerhin einen höheren Grad der Synthese. Im nächsten Kapitel werden weitere Prinzipien dieser Theorie vorgestellt.

QUELLEN

Ackerman, Nathan W. (1951). Social role and total personality. American Journal of Orthopsychiatry, 21, 1-7.
Ackerman, Nathan W. (1958). Social role and personality. The psychodynamics of family life (S. 52-67). New York: Basic Books.
Bateson, Gregory. (1980). Mind and nature: A necessary unity. New York: Bantam.
Berger, Peter. (1990). Society as drama. D. Brissett & C. Edgley (Hrsg.). Life as theater: A dramaturgical sourcebook.(2. Aufl.). New York: Aldine de Gruyter.

Biddle, Bruce J. (1979). Role Theory-Expectations, ldentities, and Behaviours. New York: Academic Press. (Anmerkung des Autors: Dies ist die vermutlich beste und aktuellste akademische Übersicht über die soziale Rollentheorie, inklusive weitreichender Quellenangaben.)
Blatner, Adam. (1985). Role development. San Marcos, TX: Selbstverlag.
Blatner, Adam. (1989). Letter to the Editor: „Integrating the Psychotherapies." American Journal of psychiatry, 146(9), 1234.
Blatner, Adam. (1991). Role dynamics: An integrative theory of psychology. Journal of Group Psychotberapy, Psychodrama & Sociometry, 44(1), 33-40.
Blatner, Adam & Blatner, Allee. (1997). The art of play: Helping adults reclaim imagination and spontaneiny (2. Aufl.). Philadelphia: Brunner/Mazel-Taylor & Francis.
Clayton, M. (1994). Role theory and its application in clinical practice. P. Holmes, M. Karp & M. Watson (Hrsg.), Psychodrama Since Moreno. London & New York: Routledge.
Hare, A. Paul. (1985). Social interaction as drama: Applications from conflict resolution. Beverly Hills, CA; Sage Publications.
Lakoff, George & Johnson, Mark. (1980). Metaphors we live by. Chicago: University of Chicago Press.
Landy, Robert. (1983). The use of distancing in drama therapy. The Arts in Psychotherapy, 10, 175-185.
Landy, Robert. (1990). The concept of role in drama therapy. The Arts in Psychotherapy, 17, 223-230.
Landy, Robert. (1993). Persona & performance: The meaning of role in drama, therapy, and everyday life. New York: Guildford.
Lawlor, G.W. (1947). Role therapy. Sociatry, 1(1), 51-55.
Linton, Ralph. (1936). The study of man. New York: Appleton-Century.
Mead, G.H. (1934). Mind, self, and society. Chicago: University of Chicago Press.
Moreno, J.L. (1923). Das Stegreiftheater. (The Theatre of Spontaneity). Potsdam, Germany: Gustav Kiepenheuer Verlag, 1923.
Moreno, J.L. (1960). The sociometry reader. Glencoe, IL: The Free Press.
Moreno, J.L. (1961). The role concept, a bridge between psychiatry and sociology. American Journal of Psychiatry, 118, 518-523.
Neiman, L.V. & Hughes, J. (1951). The problem of concept of role. Social Forces, 30, 141-149.
Newcomb, Theodore M. (1942). Community roles in attitude formation. American Sociological Review, 7, 621-630.
Parsons, Talcott. (1937). The structure of social action. New York: McGraw-Hill.
Perlman, Helen Harris. (1968). Persona: Social role and personality. Chicago: University of Chicago Press. (helen harris)
Sarbin, Theodore R. (1943). The concept of role-taking. Sociometry, 6(3), 273-285.

Sarbin, Theodore. (1954). Role theory. G. Lindzey (Hrsg.), Handbook of social psychology, Band 1. Cambridge, MA: Addison-Wesley.
Sarbin, T.R. & Allen, V. (1968). Role theory. G. Lindzey & E. Aronson (Hrsg.), Handbook of social psychology (2. Aufl.) (Band 1, S. 488-567). Reading, MA: Addison-Wesley.
Sarbin, T. (Hrsg.) (1986). Narrative psychology. New York: Praeger.
Spiegel, John P. (1971). Social roles (part 2). Transactions: The interplay between individual, family, and society. New York: Science House.
Wiener, Daniel. (1999). Personal communication, regarding inner guiding roles.
Yablonsky, Lewis. (1953). An operational theory of roles. Sociometry, 16(4), 349-354.

AUSGEWÄHLTE WEITERFÜHRENDE QUELLEN ÜBER DIE ROLLENTHEORIE

Banton, Michael. (1965). Roles: An introduction to the study of social relations. New York: Basic Books.
Bertrand, A.L. (1972). Social organization: A general systems and role theory perspective. Philadelphia: F.A. Davis CO.
Biddle, B.J. & Thomas, Edwin J. (Hrsg.) (1966). Role theory: Concepts and research. New York: John Wiley & Sons. (Ein allgemeiner Sammelband zum Thema, beinhaltet weit reichende Quellenangaben.)
Blatner, A. (1990). Role dynamics. J.K. Zeig & M. Munion (Hrsg.), What is psychotherapy? San Francisco: Jossey-Bass.
Deutsch, Morton & Krauss, Robert M. (1965). Role theory (Chapter 6). In Theories in social psychology (S. 173-211). New York: Basic Books.
Hardy, Margaret E. & Conway, Mary E. (1988). Role theory: Perspectives for health professionals (2. Aufl.). Norwalk, CT: Appleton & Lange-Century-Crofts.
Horowitz, M.J.; Eells, T.; Singer, J. & Salovey, P. (1995). Role relationship models for case formulation. Archives of General Psychiatry, 52(8), 625-632.
Nye, Ivan F. (Hrsg.). (1976). Role-structure and analysis of the family. Beverly Hills, CA: Sage Publications.
Stryker, Sheldon & Statham, Anne. (1985). Symbolic interaction and role theory. (Kapitel 6, S. 311-378). G. Lindzey & E. Aronson (Hrsg.), The handbook of social psychology (3. Aufl.). New York: Random House.
Wilshire, Bruce. (1982). Rote playing and identity: The limits of theatre as metaphor. Bloomington, IN: Indiana University Press.
Zurcher, Louis A. (1983). Social roles: Conformity, conflict and creativity. Beverly Hills, CA: Sage Publications.

16
Angewandte Rollentheorie II
Dynamische Konzepte

Obwohl die Angewandte Rollentheorie zwar nicht als unabhängige Theorie stehen kann (sie dient eher der Ergänzung und Verbindung anderer Theorien), lassen sich doch eine Reihe wertvoller Ideen aus ihr schöpfen, die zu einem umfassenden Verständnis intrapsychischer und zwischenpersönlicher Dynamiken beitragen.

ROLLENVERHÄLTNIS VERSUS PSYCHISCHEN DETERMINISMUS

Eine missliche Lage der Gegenwart und die Erwartungen für die Zukunft sind oft ebenso wichtig wie – wenn nicht wichtiger als – Einflüsse aus der frühen Kindheit. In diesem Sinn korrigiert die Angewandte Rollentheorie die in der dynamischen Psychologie vorherrschende und insbesondere durch die Psychoanalyse ausgelöste Tendenz, dysfunktionales Verhalten hauptsächlich auf Verhaltensmuster zurückzuführen, die sich während der Kindheit herausgebildet haben. (In diesem Punkt stimmt die Rollentheorie auch mit den Zielen der existenziellen Psychotherapie.)

Eine Analyse der misslichen Lage der Gegenwart schließt eine Unmenge von Faktoren mit ein, besondere Aufmerksamkeit wird dem Umfeld und auch dem Naturell, den Fähigkeiten und Interessen der jeweiligen Person geschenkt. Dies bietet ein ganz besonders nützliches und flexibles begriffliches Werkzeug, zumal ein guter Teil von Informationen daraus gewonnen wird, Probleme als Rollenkonflikte, -belastungen, -spannungen, -überforderungen, -unstimmigkeiten usw. zu untersuchen. Einige Fragen, mit denen eine Situation angesprochen werden könnten, sind zum Beispiel:

- Haben die Menschen in ihren verschiedenen Rollen gelernt, diese adäquat auszufüllen? Gib es Elemente, die hätten geübt werden können oder müssen, aber nicht wurden?
- Gibt es Kompetenzen, die von der die Rolle ausfüllenden Person, der die Rolle überwachenden oder in Auftrag gebenden Person oder anderen Personen, die durch eine ungenügende Rollenerfüllung frustriert werden, nicht erkannt werden, die aber notwendig wären?
- Haben sich die Erwartungen an das, worin

die Rolle besteht, geändert, ohne dass die die Rolle ausfüllenden Personen darüber informiert oder eingearbeitet worden wären?

- Sind die Moral, Ermutigungen, Bedeutungen oder ist etwas anderes zurückgegangen, was die Haltung beeinträchtigen könnte?
- Worin bestehen der manchmal unterbewusste Glaube und die Erwartungen, gemäß denen die Menschen ihre Rollen definieren – und dies schließt nicht nur Überbleibsel frühkindlicher Erlebnisse ein, sondern auch tief greifende religiöse, politische, wirtschaftliche und andere Dimensionen der Rollendefinition? (Gillette, 1992)
- Die Überladung einer Rolle ist ein verbreitetes Problem – diese hinterhältige Tendenz, nach und nach zusätzliche Ansprüche an die Rolle zu stellen, bis zu dem Punkt, an dem jeder sich so verbiegen müsste, dass er überlastet wäre (Bellak, 1975; Swenson, 1998). Ein Test, um die relative Rollenbelastung in der Gegenwart mit übertriebenen Neigungen oder Empfindlichkeiten, die das Ergebnis früherer Erfahrungen sind, vergleichen zu können, besteht einfach darin, sich in die fragliche Person und ihre missliche Lage hineinzuversetzen. In Anbetracht der einfachen und nichtsdestotrotz realistischen Belastungen der wichtigen Rollen stellt man sich die Frage: „Wäre ich gleichermaßen aufgebracht oder zerrissen?“ Scheint die Person zu überreagieren, sollte man, bevor man sie als „neurotisch“ abstempelt, zunächst versuchen, alle zur Situation beitragenden Aspekte zu gliedern.

Reicht dieser diagnostische Prozess nicht aus, ist es angebracht, die Auswirkungen von Erwartungen und Haltungen in Betracht zu ziehen, die aus früheren Erfahrungen mitgeschleppt werden. Die kommt sicherlich vor, und das nicht selten. Es ist trotzdem besser, diese alte Interferenzquelle nicht von Vornherein anzunehmen, ohne zuerst die Möglichkeiten des Hier und Jetzt abgeklärt zu haben. Dadurch wird verhindert, dass Menschen in Schubladen gesteckt und behandelt werden, als stimme etwas nicht mit ihnen, und außerdem maximiert es die Wahrscheinlichkeit, dass die jeweilige Person ihre Schwierigkeiten aktiv überwindet.

DIE TIEFE EINER ROLLE

In jeder Rolle gibt es verschiedene Ebenen von „Enthüllung“ oder Offenheit. An erster Stelle stehen die Dinge, die man in allgemeiner Gesellschaft äußern kann. Auf der zweiten Ebene befinden sich Angelegenheiten, die man nur guten Freunden im Vertrauen oder vielleicht einem Therapeuten sagt, aber den meisten Menschen eben nicht erzählen kann. Diese zweite Ebene ist gekennzeichnet durch Diskretion und Geheimnise.

Auf der dritten und „vorbewussten“ Ebene stehen Gedanken, denen sich die Menschen zwar bewusst sind, die aber in irgendeiner Weise unbequem sind und meist beiseite geschoben werden. Solche Ebenen ins aktive Bewusstsein zu bringen wie in Kapitel 10 beschrieben, ermöglicht eine konstruktive Arbeit mit ihnen. Hierin besteht das Hauptziel der meisten psychotherapeutischen Ansätze und des erforschenden Psychodramas.

Auf einer noch „tiefer gehenden“ Ebene (um die räumliche Metapher zu verwenden) befindet sich das „Unbewusste“, also die Gefühle und Vorstellungen, die man sich selbst nicht eingestehen kann. Erfährt eine Person ausreichend Rückhalt und Ermutigung und wendet sie eine Reihe von Techniken an – von der freien Assoziation der Psychoanalyse bis hin zu körperlichen Übungen –, können bei ihr Affekte, Bilder und Gefühle hervorgebracht werden, die erst vom Unbewussten auf die vorbewusste Ebene übergehen und von dort an einen Punkt gebracht werden, an dem man sich seinen Vertrauten öffnen kann.

Laut Jung gibt es noch eine weitere Kategorie potentieller Kognitionen – vage Wahrnehmungen, die noch nicht ausreiched Form oder Energie haben, um von Vornherein ins Bewusstsein einzudringen. Sie werden nicht etwa unterdrückt oder verdrängt, sondern die Person hatte einfach noch nichts Besonderes oder Bedeutendes erkannt. Ein Klient kann zum Beispiel sagen: „Natürlich habe ich das hingenommen, ich kannte es ja nicht anders.“ bezeichnet Information als den „Unterschied, der den Unterschied macht“, und ohne eine geeignete Vergleichsmöglichkeit kann die Wahrnehmung nicht greifen. Anders ausgedrückt: Unzufriedenheit erfordert das Bewusstsein, dass es eine „bessere“ Alternative gibt.

Eine letzte Kategorie, die berücksichtigt werden muss, betrifft die Gedanken, die nie in Erwägung gezogen wurden, so wie die Idee vor ein paar Hundert Jahren, Frauen an politischen Entscheidungsprozessen zu beteiligen. Diese alternativen Gedanken haben im späteren Wandlungsprozess eine Funktion, wenn sich die Herausforderung stellt, sich für neue und kreative Alternativen zu öffnen.

Diese Kategorien sind nicht eindeutig, und Erfahrungen können als Mischformen oder Zwischenstadien einzuordnen sein. Der Punkt bei der Festlegung unterschiedlicher Ebenen ist, dass es sich für jede zu analysierende Rolle oder Unterrolle lohnt, sich die wichtigeren Einstellungen und Haltungen genauer anzuschauen, die auf der zweiten oder dritten Ebene, also unter Vertraulichkeit oder vorbewusst, Ausdruck finden. Durch die Doppelgängermethode, inneren Dialog und ähnliche Techniken kann diese dynamische Bewegung erreicht werden. Es ist fast immer notwendig, auf diesen Ebenen Gedanken und Gefühle zu klären, um Probleme oder Konflikte herausarbeiten zu können.

ANDERE DIMENSIONEN DER ROLLE

Rollen werden erlernt, und das Lernen kann durch Angst gestört, durch unbewusste Motivation intensiviert und verzerrt, durch ablenkende Manipulation maskiert werden. Ein Beispiel hierfür ist die unausgesprochene Kulturnorm, unangemessene Gefühle nicht zum Ausdruck zu bringen, was zu weit verbreiteten Sinnestäuschungen führt.

Rollen kann man auferlegt bekommen, man kann sie freiwillig annehmen (und dann können sie doch mehr fordern als gedacht), sie können entrissen, aufgegeben, verloren und auf viele andere Arten bearbeitet werden.

Die meisten Menschen befinden sich in der einen oder anderen Dimension in einem Rollenübergang – dazu zählen Älterwerden, die Entwicklung jeder Fähigkeit vom Anfänger zum Experten, in neue Beziehungen und aus alten heraus, usw. Mit einigen kommt man ganz leicht zurecht, andere Rollenübergänge bedeuten Stress. Trauma lässt sich definieren als ein Rollenwechsel, der sich in tief greifender und intensiver Weise verstörend und beunruhigend auswirkt.

Ein Rollenübergang kann auch kulturell, wirtschaftlich und vielschichtig sein, und es gibt fast immer Mehrdeutigkeiten, die zu psychischen Problemen führen und einen sanften Übergang erschweren:

- Welche Bestandteile der Rolle müssen bewahrt und welche aufgegeben werden?
- Welche Unterstützung ist notwendig, um in eine Rolle zu schlüpfen oder sie zu entwickeln?
- Geschieht der Rollenwechsel bewusst, oder wird der Übergang ignoriert bzw. verdrängt?

Stellen Sie sich ein junges Ehepaar vor, das über gemeinsame Rituale zu diskutieren beginnt, etwa wie Feiertage zu begehen sind, auf welche Weise man seinen religiösen Glauben praktiziert, wie der Umgang mit den Schwiegereltern zu gestalten ist, usw. Mit wem kann dieses Paar über solche Dinge sprechen? Wie weit muss eine gemeinsame Wissensgrundlage bestehen, bevor sie wenigstens bedeutungsvoll miteinander kommunizieren können? Viele junge Menschen sind sich dieser Problematik gar nicht bewusst, weil in unserer Kultur Liebe romantisiert wird und die unausgesprochene Annahme suggeriert, dass wohlwollende Intentionen („es gut meinen“) auf magische Art und Weise eine Garantie für immerwährendes gegenseitiges Verständnis und Harmonie darstellen. Dieses Beispiel zeigt, dass für einen Rollenwechsel oft unterstützende Anpassung erforderlich ist und das Problem bewusst, zielgerichtet und geschickt angegangen werden muss – obwohl dies eher selten der Fall ist.

Ein eng damit verbundenes Problem, das sich in den meisten Organisationen findet, ist, dass Men-

schen für eine Arbeitsstelle eingestellt werden, deren offizielle Anforderungen sie zwar erfüllen, aber nicht die notwendigen Kompetenzen für die unterschiedlichen Ansprüche ihrer Rolle mitbringen. Hat eine Person jedoch erst einmal eine Rolle übernommen, werden ihr die Kompetenzen in der Regel übertragen, obwohl sie ihre Fähigkeiten noch nicht unter Beweis gestellt hat. Der Comic „Dilbert" dramatisiert das halb-humoristische Peter-Prinzip: „In einer Hierarchie neigt jeder Beschäftigte dazu, bis zu seiner Stufe der Unfähigkeit aufzusteigen." und verbildlicht meine Beobachtung, dass in den meisten Organisationen Personen arbeiten, die für ihre Jobs nur marginal befähigt sind. Es herrscht unausgesprochene Übereinstimmung darüber, dass Fauxpas und Inkompetenz einfach ignoriert werden.

Gleichzeitig sind viele Vorgesetzte nicht dafür ausgebildet, solche Probleme zu erkennen und konstruktiv anzugehen. (Zufällig bietet die Rollenanalyse, Thema des folgenden Kapitels, eine besonders wirkungsvolle Methode für diesen Zweck.) Werden Schwierigkeiten nicht fortlaufend verdeutlicht und aufgeklärt, führen mangelhafte (und oft sogar gänzlich fehlende) Kenntnisse zu schwerwiegenden Problemen in einer Organisation. Fehlt eine solche Klärung, werden die Probleme oft auf andere Gründe oder Personen (als Sündenböcke) geschoben, und auf diese Weise kommt es zu unschönen Konflikten zwischen einzelnen Personen oder innerhalb der ganzen Gruppe.

EIN PLURALISTISCHES MODELL DES INNENLEBENS

„Jede Person hat viele verschiedene Formen von sozialem Selbst, da er verschiedenen sozialen Gruppen und Schichten angehört. Diese Formen des Selbst unterscheiden sich untereinander ebenso sehr wie die sozialen Gruppen und Schichten, aus denen sie entstehen." (Sorokin, 1947, S. 345)

Einer der größten Vorteile bei der Angewandten Rollentheorie besteht darin, dass sie ein Modell des Innenlebens bietet, das einerseits ganzheitlich und andererseits pluralistisch ist. Beide Aspekte verdienen Aufmerksamkeit.

Hinsichtlich der pluralistischen Natur des Innenlebens beschreibt der zeitgenössische Autor Robert Fulghum (1993, S. 8-10) Folgendes:

„Zum Komitee in meinem Kopf gehören ein weiser alter Mensch, ein Mechaniker, Dämonen, ein Trottel, ein Wissenschaftler, ein Komiker, Musiker, Tänzer, Athlet, Zauberer, Lehrer, ein Romeo, Zensor, Polizist, Feuerwehrmann …, [und vielleicht führt] eine Bauchrednerpuppe den Vorsitz [über] den entzweiten Zustand meiner Selbst […], und die Sitzung ist unaufhörlich in Gang."

In vielerlei Hinsicht hat die Vorstellung, dass das Innenleben in Wahrheit vielfältig ist, beim allgemeinen Publikum und auch im Bereich der Psychothera-

pie zunehmend Fuß gefasst (Beahrs, 1982; Samuels, 1989; Schwartz, 1995; Hardy, 1987; Rowan, 1990; Rowan & Cooper, 1999; Vargiu, 1974).

Durch die Rollentheorie wird dieses Modell verständlicher und zugänglicher für den therapeutischen Eingriff: Die verschiedenen Rollen müssen einfach nur personifiziert werden und einen Dialog miteinander führen. Dies kann beispielsweise in einem Tagebuch niedergeschrieben werden, und natürlich ist es noch weit effektiver, wenn ein solcher Dialog in vollem Umfang und allem Drum und Dran in einem Psychodrama physisch dargestellt wird.

Einer der Vorteile des pluralistischen Modells ist, dass die Entwicklung eines umfangreichen Rollenrepertoires gefördert wird. Es fordert den verbliebenen kulturellen Standpunkt heraus, der Konsistenz und eine einheitliche Identität wertschätzte. Dieses beliebte Bild eines eindeutigen und fixen Charakters macht es unmöglich, gegenläufigen Interessen zu frönen und kontrastierende Ausdrucksformen zu genießen. Sogar im alten Griechenland war man aufgefordert, die „harten" Fähigkeiten körperlicher Ertüchtigung mit „weichen" Fähigkeiten musischer Erziehung auszugleichen.

Als Post-Jungianer schlägt James Hillmans archetypische Psychologie vor, dass die oft im Gegensatz zueinander stehenden Leidenschaften und Instinkte anerkannt werden und in gewisser Weise Ausdruck finden sollten. Hillman warnt vor der Neigung, zu starkes Gewicht auf den Archetypen des „Selbst" zu legen – diese einheitliche Funktion kann, wenn sie übertrieben angewendet wird, der Reichhaltigkeit der unterschiedlichen Seiten einer Persönlichkeit schaden.

Auch hier bietet die dramatische Metapher eine Lösung: Eigenschaften aufeinander abzustimmen muss nicht bedeuten, dass sie keinerlei Ausdruck finden, und sogar in seine Tragödien baute Shakespeare in Form eines Hofnarrs oder Possenreißers eine ironische Note ein. Das Selbst als Kunstwerk profitiert von einer reichhaltigen Vielfalt an Formen, und sogar die Anstimmung oder Abmilderung darf nicht übertrieben werden.

Das pluralistische Modell des Innenlebens findet zusammen mit der Angewandten Rollentheorie praktische Anwendung hinsichtlich der allgemein laut werdenden Beschwerde über Verwirrtheit. Die Strategie beinhaltet ein Umdenken der Verwirrtheit als Konflikt zwischen zwei oder mehr Teilen, wobei die Teile sich gegenseitig so sehr stören und miteinander interferieren, dass der Klient nicht mehr ausmachen kann, worin das Problem eigentlich besteht. In diesem Fall führt man eine neue Rolle ein, nämlich die des Mediators: Er bringt erst den einen Teil zum Schweigen und hört den anderen an und danach umgekehrt und deckt auf diese Weise auf, welche Rollen es sind, die im Widerstreit stehen. Der Benennung der Rollen folgt ein Vorgang ähnlich der Doppelgängermethode, bei dem jede

Rolle sich selbst voll und ganz ausdrücken kann. Die zugrunde liegenden Rollen sind oft nicht sehr ausgeprägt, so dass es dieser vorsichtigen Prozedur bedarf, um sie zu Tage zu fördern.

HIN ZUR GANZHEITLICHKEIT DES INNENLEBENS

Die Vorstellung von einer pluralistischen Psyche ist nicht neu – Freud stellte sie als dreiteilig dar, Eric Berne benannte diese Teile in gewisser Weise um. Die Sache ist jedoch die, dass die Anzahl der Teile von keiner einzigen Theorie eingeschränkt wird.

In gewisser Weise ist der Jungsche Begriff des Archetypen vom Wesen her der Rolle ähnlich, obwohl er gleichzeitig ursprünglicher und subtiler ist. Sich das Innenleben jedoch einfach nur als Zusammenschluss verschiedener Teile vorzustellen, birgt auch Schwierigkeiten, weil dadurch nicht klar wird, wer die Leitung übernimmt. Da ein grundlegender Bestandteil emotionaler Gesundheit in der Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen, besteht – wo bleibt das „Ich"? (Frick, 1993).

Alfred Adler nannte seinen Ansatz unter anderem deshalb „Individualpsychologie", um hervorzuheben, dass er einen Schwerpunkt auf das Individuum legte, d.h. auf die ungeteilte Funktion des Geistes. Die Angewandte Rollentheorie umfasst beide Dimensionen: das pluralistische Wesen des Innenlebens, in Bezug auf die vielen Rollen, die ein Individuum spielt, und gleichzeitig auch die integrativen Funktionen wie die Metarollen. Diese duale Funktion ist im vorigen Kapitel beschrieben. In der dramatischen Begrifflichkeit ausgedrückt füllen diese Metarollen die Rollen des Stückeschreibers, Regisseurs, Produzenten und Kritikers aus. Wenn das Innenleben eine riesige Organisation wäre, hätten die Metarollen die Manager- und sonstige leitenden Posten inne.

Daher sind wir alle auf einer gewissen Ebene „multipel", was beileibe nicht bedeutet, dass wir alle an einer „multiplen Persönlichkeitsstörung" leiden. Was ich vielmehr beschreiben möchte, um bei diesem Wortspiel zu bleiben, ist eine „multiple Persönlichkeits*ordnung*", wobei der Grad der Ordnung davon abhängt, wie kompetent die Managementfunktionen erfüllt werden (Blatner, 1991). Mit anderen Worten, die parallele Existenz verschiedener Teile des Innenlebens an sich stellt kein Problem dar, aber wenn die Metarollen beim Ordnen und aufeinander Abstimmen versagen, kommt es zu verschiedenen psychischen Dysfunktionen.

Was als multiple Persönlichkeitsstörung bekannt war (in der vierten Ausgabe des *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders,* Diagnostisches und Statistisches Handbuch Psychischer Störungen, inzwischen in „dissoziative Identitätsstörung" umbenannt"), stellt dann

nicht nur mittelmäßiges Management dar, sondern den völligen Verzicht, auch nur zu versuchen, die verschiedenen Aspekte in Einklang zu bringen, so dass diese sich selbständig machen und ausufern. Aus diesem Grund beinhaltet die zeitgenössische Behandlung einer Identitätsstörung die Entwicklung integrativer Fähigkeiten, und ich wage zu behaupten, dass der Rollenbegriff und die Vorstellung von Metarollen diesem Vorgang sehr förderlich sein können. Durch sie wird die Notwendigkeit eines gesunden Selbst viel deutlicher hervorgehoben, eines Selbst, das Gleichgewicht zwischen dem Gefühl der Sicherheit und dem Mut, neue Grenzen zu erforschen, herstellt, das den Austausch und die Kommunikation der Rollen untereinander verbessert und das dabei hilft, wirkungsvolle Kompromisse zu erarbeiten.

ROLLENÜBERNAME: EINE SCHLÜSSELFÄHIGKEIT

Es ist ganz natürlich für Menschen, Rollen zu übernehmen. Durch einfache Nachahmung fangen bereits sehr junge Kinder an, diese Gestalten hinsichtlich ihrer Einstellung und Verhaltensweisen zu spielen. Später, wenn man eine neue Rolle übernimmt, ist alles zunächst sehr oberflächlich. Die Worte und Handlungen entsprechen dann im Allgemeinen kulturell bedingten Erwartungen.

Moreno unterschied zwischen dem Übernehmen und dem Spielen einer Rolle, nicht im Sinn der Erkundungsmethode, sondern nur als anschaulicher Begriff. Er wollte betonen, dass die Menschen, sobald sie mit einer Rolle vertraut sind und/oder sich in ihr sicher fühlen, dazu neigen, die Grenzen dieser Rolle auszutesten, also mit ihr zu spielen. Man fügt etwas hinzu, gibt ihr seine persönliche Note, experimentiert mit seinen Möglichkeiten in dieser Rolle, all das wird ausgetestet. Der Soziologe Ralph Turner (1962) beschrieb das Spielen einer Rolle als dynamischen und fortwährenden schöpferischen Vorgang und schloss aus, dass es sich nur um Konformität bezüglich bestehender Erwartungen handele.

Moreno ging sogar noch weiter, denn er sah in jeder Rolle auch das Potential für „Rollenkreativität“, aufgrund derer die Rolle modifiziert wird und manchmal sogar die allgemeinen Erwartungen oder

soziale Normen herausgefordert werde. Frauen, die auf ihrem Recht bestanden, sowohl Mutter zu sein als auch ihren Beruf auszuüben, definierten ihre Rolle neu.

Zwei weitere Arten von Rollenkreativität sind nicht außer Acht zu lassen: Bei der einen geht es darum, eine Rolle bewusster zu spielen und so einige ihrer Eigenarten zu übernehmen. Hierauf stützt sich der therapeutische Ansatz, den George Kelly in seiner „Psychologie der persönlichen Konstrukte“ (*Personal Construct Psychology*) vertritt.

Bei der zweiten Art kreativen Handelns geht es darum, bewusst die Rolle eines anderen zu übernehmen, um diese Person zu verstehen. Auch kann diese Übung eingesetzt werden, um für einen therapeutischen oder sozialen Zweck Empathie zu vermitteln. Während das gewöhnliche Übernehmen einer Rolle eher oberflächlich ist, erfordert die empathische Rollenübernahme eine Fähigkeit, die man sich ganz bewusst angeeignet haben muss (siehe Kapitel 12).

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass ich meine Klienten am allerbesten verstehe, wenn ich in ihre Rolle schlüpfe, und dass ich so auch Kollegen am besten beraten kann. Aber nicht nur für den Praktiker bietet sich diese Methode an, sondern auch für Klienten ist es wertvoll, weil sie auf diese Weise ihre Mitmenschen viel besser zu verstehen lernen. Psychische Dysfunktion ergibt sich teilweise aus der Unkenntnis einer Möglichkeit, wie man die Erwartung überwindet, dass andere so zu sein haben wie man selbst. Erlernt man die Fähigkeit, seine Vorstellungskraft einzusetzen und den Problemen der Mitmenschen Aufmerksamkeit zu schenken, trägt das zur persönlichen Reife bei und hilft, Egozentrik zu überwinden. Auch hinsichtlich der emotionalen Bedürfnisse ihrer eigenen „inneren Ichs“ lernen die Klienten, dass sie ihnen Ausdruck verleihen könne, als handle es sich um Rollen in einem Drama. Dadurch wird die Tendenz vermieden, Gefühle erklären oder auf andere Art intellektualisieren zu wollen.

DIE ROLLE ALS „LINSE“

Ein weiterer Vorteil der Angewandten Rollentheorie ist diesbezüglich, dass der Vorgang der Rollenübernahme bearbeitbar bleibt. Die Menschen sind kompliziert. Menschen bestehen aus Unmengen von Rollen, und es ist nahezu unmöglich, die Vorstellung gedanklich voll zu erfassen, dass das ganze Sein eines anderen im eigenen Geist Platz findet. Viel einfacher ist es, sich eine Rolle in einer anderen Person vorzustellen. Wenn man zum Beispiel jemanden bittet, von seiner Mutter zu erzählen, kann es schwierig für diese Person sein, weil sie nicht weiß, wo sie anfangen soll. Wenn man zum Beispiel nach nur einem Aspekt einer Rolle der Mutter fragt, etwa ihr Umgang mit Geld oder ihre Einstellung zur Hausarbeit, kann das dem Gefragten helfen, das Gedächtnis und die Vorstellungskraft anzukurbeln. Wenn man also versucht, eine andere Person zu

verstehen, hilft es, sich jeweils nur auf einen besonderen Bestandteil einer Rolle zu konzentrieren und sich durch allmähliche Erwärmung in die Lage zu versetzen, sich vorstellen zu können, wie die Rolle als Ganzes ist.

Zusätzliche Hinweise können hinzugezogen werden, beispielsweise die Art und Weise, wie die jeweilige Person spricht oder wie sie sich anderen gegenüber verhält. Man muss sich die Szene bildlich vorstellen und zulassen, dass man die Stimmen tatsächlich „hört" – vermeiden werden sollte, eigene Erwartungen bewusst einfließen zu lassen, aber gleichzeitig muss man offen bleiben für das, was „einfach so kommt".

Man muss außerdem nicht versuchen, alles zu verstehen. Man sollte zur offensichtlichen Frage zurückkehren und sich den Rollen widmen, die für diese Frage maßgeblich erscheinen. Diese Aussage steht im Gegensatz zu der Tendenz, im psychologischen Bereich auf allgemeine Tests oder Fragebögen zurückzugreifen, die ich gerne als „Angelausflug" bezeichne: Gelegentlich sind sie von Erfolg gekrönt, aber häufiger ist es Zeitverschwendung, irreführend und für den Klienten verwirrend, weil er sich fragt, worauf die Befragung hinausläuft.

Eine der Disziplinen bei einer Behandlung besteht dann darin, die Untersuchung wieder auf das vorliegende Problem zurückzuführen. Beeinflusst das, wonach man sucht, in irgendeiner Weise das Verhalten von Klient oder Therapeut? Mit dieser Einstellung wird der Gefahr eines Informationsüberflusses oder „data overflow" entgegengewirkt. In der Vergangenheit wurde häufig die Meinung vertreten, dass man so viel wie möglich von einem Patienten erfahren müsse, weil jedes Stückchen Information hilfreich sein könne. Diese Einstellung passte in eine Zeit, in der Langzeittherapien die Regel waren – und außerdem der Brieftasche des Therapeuten zu Gute kamen. Dieses Vorurteil muss hinsichtlich politischer Motivationen und intellektueller Haltungen hinterfragt werden. Heute brauchen wir Therapien und Problemlösungsstrategien, die anpassbar sind. An dieser Stelle weise ich ausdrücklich darauf hin, dass die Fähigkeiten, die ich hier beschreibe, Übung erfordern. Man erlernt sie nicht, indem man einfach darüber liest, und Worte können die verschiedenen Nuancen und Dimensionen des für diese Übungen notwendigen Urteilsvermögens nicht ausdrücken. Trotzdem möchte ich auf alle Fälle auch hervorheben, wie sehr es sich lohnt, diese Fähigkeiten zu üben und zu erwerben, wenn man sich auf seine Rolle als „Menschen-Helfer" vorbereitet, unabhängig davon, ob man in einer Klinik oder im Wirtschaftsleben tätig ist.

GEGENSEITIGKEIT BEI DER ROLLENÜBERNAHME

George Bernard Shaw sagte: „Tu' dem anderen nicht, was du willst, dass man dir tue, denn er könnte einen anderen Geschmack haben als du." Trotz dieses geflügelten Worts ist es immer noch besser, sich fantasievoll in eine Rolle hineinzuversetzen, sich zu fragen, wie man sich selbst in einer bestimmten Situation fühlen würde, als diese Fähigkeit überhaupt nicht einzusetzen. Shaw hat dennoch auch Recht – man kann sich dabei irren! Wie kann man also die Wahrscheinlichkeit reduzieren, eigene falsche Vorstellungen auf andere zu projizieren?

Durch Gegenseitigkeit wird Demut ein Bestandteil menschlicher Beziehungen. Man kann mit Würde verletzlich sein, wenn man von Anfang an einräumt, dass Fehler unvermeidlich sind, wenn eine Person versucht, eine andere zu verstehen. Der Clou an der Sache ist, einen ständigen Verbesserungsvorgang aufzubauen.

Auch in diesem Fall bietet die Angewandte Rollentheorie ein geeignetes Modell: Ich sage zu meinen Klienten: „Ich möchte verstehen, wo Sie herkommen. Erst höre ich Ihnen eine Weile zu, dann versetze ich mich in Ihre Lage und spreche weiter, als ob ich Sie wäre. Teilweise kann ich Recht haben, teilweise liege ich falsch. Da meine Aufgabe darin besteht, auf eine Wellenlänge mit Ihnen zu kommen, brauche ich Ihr Feedback und Ihre Hilfe, nach und nach immer mehr Recht zu haben."

Diesen Vorgang bezeichne ich als „aktive Empathie", und es handelt sich schlicht um eine Mischung aus Rollenübernahme und interaktiver Gegenseitigkeit, so dass die Person, zu der die empathische Verbindung aufgebaut wird, die Freiheit hat, ihr Gegenüber zu verbessern. Diese Rollenübernahme ist auch für die Doppelgängermethode des Psychodramas wesentlich, hier mit Aspekten aus Rollentausch oder der Arbeit mit Hilfs-Ichs, und in der gewöhnlichen Therapie ist sie verbunden mit der „Arbeit mit dem Selbst-System des Klienten" nach Carl Rogers. Der Punkt ist, dass Wörter und Ausdrücke verwendet werden, die der Klient vermutlich auch benutzen würde, und dass man nicht der Versuchung erliegt, ihn mit Psycho-Fachjargon oder anderen intellektuellen Gemeinplätzen zuzutexten.

Es gibt hierbei einen großen Unterschied zu dem Phänomen, das häufig in einer Therapie oder in Gruppen beobachtet werden kann: Die Leute „interpretieren", was nichts als eine intellektualisierte Formulierung dafür ist, dass eine Person sich erdreistet, eine Meinung darüber zu äußern, wie die andere Person denkt und fühlt. Getarnt wird dies als gut gemeinte Hilfsbereitschaft, wird aber in der Regel als aufdringlich, verletzend und einschüchternd erlebt.

Das Ziel besteht darin, den Menschen zu helfen, ihre Vorstellungskraft und Selbstwahrnehmung nur einen kleinen Schritt über ihre gewohnheitsmäßige geistige Haltung hinaus zu erweitern – mehr

als jeweils einen kleinen Schritt auf einmal kann niemand leisten. Eine radikalere „Interpretation“ oder „Konfrontation“ endet häufig in Verwirrung oder Rückzug, wie beschwichtigend das zur Schau getragene Verhalten auch erscheinen mag.

Der Therapeut büßt keine Autorität ein, wenn er diese Technik anwendet. Ganz im Gegenteil ist die Methode so neu und kurios, dass die Neugier des Patienten geweckt wird.

Sie weckt das Interesse des Patienten und stellt für den Therapeuten eine Herausforderung dar, ob er sich tatsächlich in den Patienten einfühlen kann und Worte findet, in denen der Patient sich wiederfindet. Dieses subtile, spielerische Element kann paradoxer Weise echtes Mitgefühl mit dem Patienten vermitteln und hilft gleichzeitig, die Dynamiken zu verstehen und neue Strategien zu entwickeln.

Klienten, die unterwürfig oder ehrerbietig sind oder übermäßig zum Beschwichtigen neigen, bringe ich zunächst die Rolle bei, eine Autoritätsperson zu korrigieren, und übe sie mehrfach mit ihnen. Ich erinnere sie daran, dass ich wie ein Schauspieler bin und sie die Stückeschreiber oder Regisseure. Meine Aufgabe besteht nur darin, den Text richtig aufzusagen und die Figur so zu verkörpern, wie sie es sich vorstellen bzw. kennen. Dabei handelt es sich um eine Art trainierendes Rollenspiel, aber das Besondere daran ist das Potential, die Einschüchterung, die üblicherweise von dem Verhältnis Therapeut-Klient ausgeht, zu reduzieren.

An dieser Stelle ein kurzer Exkurs: Ein nicht unbedeutender Bestandteil der Übertragung in der Psychotherapie steht damit im Zusammenhang, dass Klienten nur selten oder sogar nie Hilfe von einer Person bekommen haben, die ihn zu Anleitung oder Kritik ermutigt oder diese auch nur zugelassen hätte. Bewusst ist das vielleicht nie als Problem erachtet worden, aber aus dieser Tatsache entsteht ein gewisses Maß an Misstrauen den Mitmenschen gegenüber sowie Verletzlichkeit in den meisten Hilfe-bezogenen Beziehungen. Nachdem die Übertragung in einer klassisch psychoanalytischen Beziehung jahrelang analysiert worden ist, werden diese Dynamiken vielleicht endlich offenkundig, aber selbst dann ist die Frage, wie man mit dem Problem umgehen soll, noch nicht geklärt.

Noch schlimmer ist, dass herkömmliche Interpretationen dieser Übertragungs-bedingten Hemmungen oder Reaktionen das Wesentliche nicht begreifen! Wenn die Betrachtungsweise dieses Problems richtig ist, nämlich dass es sich daraus ergibt, dass sich viele Hilfe-bezogenen Beziehungen schwierig gestalten, wird der Klient aktiv getäuscht und sein Misstrauen wird gesteigert, wenn man die Störungen auf frühe Eltern-Kind-Beziehungen zurückführt.

Wenn man eine Antwort finden will, bedeutet das, dass der Helfer auch wirklich bereit sein muss, sich korrigieren zu lassen, gegenseitig zu arbeiten und diesen interaktiven Vorgang aktiv einzuleiten und zu führen. Der Klient könnte alle Erkenntnisse dieser Welt haben – es wäre nicht genug, denn es bedarf der

Bereitschaft beider Seiten, auf diese neue, gesunde Art zu spielen, und viele künstliche Störungen und Fehlinterpretationen werden auf diese Weise aus dem Weg geräumt.

Wie bereits gesagt stellt eine akkurate Rollenübernahme eine interessante kreative Herausforderung für den Therapeuten dar. In einem gegenseitigen Prozess kann der Klient auch die Entwicklung eines tieferen Verständnisses genießen, denn seine Teilnahme besteht darin, dass er die Befugnis hat, kritisches Feedback zu geben – beide Seiten verwandeln sich in zusammenarbeitende Künstler, die ihre tief gehenden Erfahrungen austauschen. Dieses Element ist recht unterhaltsam und lässt sich auf spielerische Weise auch in Gruppenuntersuchungen anwenden, wenn der Gruppenleiter offen ist und behutsam vorgeht.

Im nächsten Kapitel werden weitere praktische Anwendungsmöglichkeiten der Angewandten Rollentheorie beschrieben.

QUELLEN

Beahrs, John O. (1982). Unity and multiplicity: Multi-level consciousness of self. New York: Brunner/Mazel.

Bellak, Leopold. (1975). Overload: The new human condition. New York: Human Sciences Press.

Frick, W.B. (1993). Subpersonalities: Who conducts the orchestra? Journal of Humanistic Psychology, 33(2), 122-128.

Gillett, Richard. (1992). Change your mind, change your world: A practical guide. New York: Simon & Schuster/Fireside.

Hardy, Jean. (1987). Subpersonalities and the possibility of synthesis. A psychology with a soul: Psychosynthesis in evolutionary context. London & New York: Routledge & Kegan Paul.

Moreno, J.L. (1934). Who Shall Survive? A new approach to the problem of human interrelations. Washington, D.C.: Nervous & Mental Disease Publishing.

Rowan, J. (1990). Subpersonalities: The people inside us. London: Routledge.

Rowan, Jhn & Cooper, Mick (Hrsg.). (1999). the plural.self: Multiplicity in everyday life. London:Sage.

Samuels, Andrew. (1989). The plural psyche. New York: Routledge.

Sarbin, T.R. (1943). The concept of role-taking. Sociometry, 6(3), 273-285.

Schwartz, Richard C. (1995). Internal family

systems therapy. New York: Guilford.
Sorkin, Pitirim A. (1947). Society, culture and personality: Their structure & dynamics. New York: Harper & Row.
Swenson, Richard A. (1998). The overload syndrome: Learning to live withn your limits. Colorado Springs: NavPress.
Turner, Ralph H. (1962). Role taking: Process versus conformity. A. Rose (Hrsg.), Human behavior and socia processes (S. 20-40). Boston: Houghton Mifflin.
Vargiu, James G. (1974). Subpersonalities. Psychosynthesis Workbook, 1(1), 9-47.
Watanabe, S. (1986). Cast of characters work: Systematiclly exploring the naturally organized personality. Contemporary Family Therapy, 8, 75-83.
Watkins, John G. & Watkins, Helen H. (1981). Ego state therapy. R.J. Corsini (Hrsg.), Handbook of innovative therapies (S. 252-270). New York: Wiley-Interscience.

17
Angewandte Rollentheorie III
Besondere Techniken

In diesem Kapitel werden verschiedene praktische Anwendungsmöglichkeiten für Morenos Rollentheorie vorgestellt: Rollenbenennung, Rollenanalyse, Rollendiagramme und das soziale Atom. Viele dieser Techniken können wiederum auch unabhängig vom Psychodrama sehr nützlich sein, aber natürlich können diese Ansätze auch synergistisch eingesetzt werden.

ROLLENBENENNUNG

„Wenn man etwas einen Namen gibt, beschwört man seine Existenz herauf und ermöglicht es den Menschen, dort ein Muster wahrzunehmen, wo sie vorher keines erkennen konnten.“ (Rheingold, 1988: 3).

In einer komplizierten Situation ist ein wichtiger Schritt für die Lösung des Problems die Benennung der verschiedenen Rollen.

Man verspürt dabei sogar eine gewisse Erleichterung, da durch die Benennung die empfundene Ambivalenz oder Verwirrung in Bestandteile zerlegt wird, mit denen man arbeiten kann. Daraufhin können Rollen definiert und analysiert werden.

Fachleute des Psychodramas und der Soziometrie aus Australien und Neuseeland, allen voran Max und Lynette Clayton (1982, 1993), sind in punkto Rollenbenennung und Rollenanalyse besonders aktiv und innovativ gewesen und haben diese Elemente effektiv in ihre psychodramatische Arbeit integriert.

Die Namen, mit denen man eine Rolle versieht, sind nicht die Namen von Personen wie „John“ oder „Mary“ (es sei denn, der Klient leidet an einer dissoziativen Störung und erlebt die verschiedenen Teile als unterschiedliche Individuen, die bereits eigene Personennamen ausgebildet haben). Im Allgemeinen sollte der Part aber gemäß seiner Funktion benannt werden.

Zusätzlich zur Benennung der Rollen verfeinerten die Claytons die Technik noch, indem sie jedes Nomen mit einem Adjektiv versahen, wodurch die Rollenbeschreibung präziser wurde. Dazu ist ein längerer Austausch mit dem Protagonisten in Zusammenarbeit mit der Gruppe notwendig. (Dieser Vorgang darf keinesfalls übereilt werden, denn er ist von zentraler Bedeutung.) Die identifizierten Rollen werden oft auf einer Tafel oder auf Papier festgehal-

ten, was bereits einen Teil der Diagrammerstellung darstellt (die Beschreibung derselben folgt).

Es ist wichtig, dass der Benennungsprozess in gegenseitigem Austausch geschieht. Weder der Regisseur noch die Gruppenmitglieder sollten davon ausgehen, dass sie sicher wissen, welche Worte angemessen sind. Dem Protagonist muss zugestanden werden, die Bezeichnungen zu wählen, die ihm am treffendsten erscheinen. Ist der Protagonist zu zurückhaltend, sollte der Regisseur ihn aktiv daran erinnern, dass außer ihm selbst niemand wissen kann, welche Worte sich am besten anhören. Die Namen und Bezeichnungen, die man einer Rolle gibt, sind mit emotionalen Konnotationen aufgeladen – und um genau das geht es bei dem Forschungsgebiet der „Semantik". Hilft man einem Protagonisten zum Beispiel dabei, seine verspielte Seite zu entdecken, kann es einen kleinen aber feinen Unterschied machen, ob man das Wort „lustig" oder „albern" verwendet, oder ob er lieber als „Klassenclown", „Witzbold" oder sogar „Schelm" bezeichnet werden will. Den Leuten dabei zu helfen, ihre persönlichen Vorlieben bei der Benennung einer Rolle herauszufinden, kann manchmal schon zu einer Heilung gesellschaftlich aufoktroyierter Zwiste zwischen dem „wirklichen Ich" und dem „falschen Ich" führen. Für einige Klienten ist es sehr hilfreich, sich die Zeit und den Mut zu nehmen, ihre Intuition und ihre ganz persönlichen Wünsche wieder zu entdecken – und damit von dem wegzukommen, was sie als „ihre Wünsche" beigebracht bekommen haben.

Auch die an die Namen angefügten Adjektive bedürfen einiger Diskussion, damit sie so sinnträchtig und spezifisch wie möglich sind. Verallgemeinerungen können der Effektivität des gesamten Vorgangs abträglich sein. Beispielsweise muss die Rolle des „guten Vaters" möglicherweise in ihre verschiedenen Bestandteile aufgedröselt werden, damit festgestellt werden kann, auf welchen davon das Adjektiv „gut" beruht. Diskussionen über die Wahl des Adjektivs führen oft zu einem fruchtbaren Austausch und manchmal sogar zu einem therapeutischen Durchbruch. Was soll man zum Beispiel in unserer sich ständig ändernden Welt unter einem „erfolgreichen Erwachsenen", einer „spirituell reifen Person", einem „echten Kerl" oder einem „wahren Künstler" verstehen?

Die Benennung der Bestandteile und Diskussionen bezüglich einzelner Elemente und Maßstäbe tragen einen grundlegend wichtigen Teil zur Therapie oder Bewusstseinsförderung bei.

ERSTELLUNG EINES ROLLEN-DIAGRAMMS

Die benannten Rollen des Protagonisten kann man auf einer Tafel oder einer Flipchart mitschreiben. Daraufhin kann man die Rollen reflektieren und den Protagonisten auf diese Weise in den Szenen neu situieren und einschätzen. Im weiteren Verlauf des Psychodramas oder der Therapie können neue Diagramme erstellt werden, in denen Änderungen

hinsichtlich der Beziehungen der Rollen berücksichtigt werden.

Moreno verwendete Rollendiagramme zuerst in den 1930er Jahren im Rahmen der Soziometrie. Die Idee ist einfach: Die wahrgenommenen und intuitiv gespürten Dimensionen von Beziehungen werden zweidimensional wiedergegeben, auf Papier, Folien und Projektoren, Schiefertafeln und heute auf Kunststofftafeln mit speziellen Stiften. Bei der Benennung von Rollen und deren Auftrennung in ihre Bestandteile können sie auch als Diagramme, Kreise oder andere Formen in ihren Beziehungen untereinander dargestellt werden. Diese Diagramme können dann umgestaltet und neu gezeichnet werden, wenn andere Aspekte einer Beziehung oder des Lebens betrachtet werden – Vergangenheit und Zukunft, Gefürchtetes und Erhofftes, usw. In Familien oder Gruppen kann jede Person ihre eigene Version zeichnen, die sich dann miteinander vergleichen lassen.

Verschiedene Rollen lassen sich auch unter Verwendung unterschiedlicher Objekte darstellen. Williams (1995) verwendet eine Auswahl von Kühlschrankmagneten auf einer großen weißen Tafel. Die Wahl, welche der Figuren und Formen die verschiedenen Teile des Ich oder Personen des sozialen Netzwerks darstellen, wird so zu einem kleinen Projektionstest, ebenso wie die Wahl der Förmchen bei der Sandkastentherapie. Andere Fachleute mit ähnlichen Ideen haben mit Schachfiguren oder Münzen gearbeitet, da diese Gegenstände Assoziationen darüber hervorrufen können, welche Person im sozialen Umfeld welche Rolle zu übernehmen scheinen. (Dies hat natürlich große Ähnlichkeit mit der Art und Weise, wie ein Kind verschiedene Puppen oder Spielzeuge auswählt, um damit direkt oder indirekt verschiedene Familienmitglieder oder Schulkameraden darzustellen.)

In der Familientherapie verwendet man die Technik des „Genogramms“, um formelle familiäre Beziehungen zu verbildlichen. Das Genogramm stammt aus dem Bereich der Genetik und Anthropologie und hilft dabei, Aspekte offen zu legen, die sonst verborgen blieben, darunter auch subtile und über viele Generationen weitergegebene Traditionen (Ancelin-Schützenberger, 1998). Auch andere Diagramme können Verwendung finden, denn das Ziel besteht darin, psychologische oder Beziehungsdynamiken oder –zustände bildlich darzustellen.

ROLLENANALYSE

Analysieren bedeutet die Zerlegung von etwas Kompliziertem in seine Einzelteile. Ein Individuum kann man anhand seiner verschiedenen Rollen analysieren, und diese Rollen können wiederum, wie oben erörtert, noch weiter beschrieben und in Rollenbestandteile zerlegt werden, die sich dann gegebenenfalls sogar noch weiter analysieren lassen. (Moreno, 1953, S. 293; Hale, 1975). Die Rollen von Ehepaaren und anderen dyadischen Beziehungen,

Familien und Gruppen können auf diese Weise ebenfalls analysiert werden.

Klienten schätzen diesen Prozess häufig wichtiger ein als die meisten anderen diagnostischen Vorgänge, weil es für sie Sinn ergibt, sich zunächst über ihr Rollenrepertoire und ihre Beziehungen mit anderen klar zu werden. Außerdem werden hierbei die wirklich wichtigen Fragen angesprochen, während es bei anderen diagnostischen Bewertungen mehr Gebiete gibt, die übersehen werden. Die folgenden Fragen erweisen sich als besonders hilfreich:

- Werden Dimensionen der Persönlichkeit unterdrückt? Führt dies zu Problemen?
- Wenn von einigen Rollen eine übermäßige oder gestörte Motivation ausgeht, kann das grundlegende Bedürfnis trotzdem erkannt werden?
- Können Rollen, die eine Facette der Persönlichkeit ausdrücken, teilweise zu weit entwickelt sein, weil andere vernachlässigt werden?
- Gibt es wichtige Dimensionen persönlicher Entwicklung, die unterdrückt oder abgelehnt werden, und könnten in anderen Handlungen Bemühungen sichtbar werden, diese Bedürfnisse zu kompensieren oder zu verstecken?

Das „wie viel“ ist ein ebenso wichtiges Element wie das „was“. „Eine pflichtbewusste Tochter besucht einen kranken Elternteil“, sagt zum Beispiel eine Frau. „Dies ist ein Wert, den ich wähle.“ Daraufhin stellt sich die Frage: „Wie oft erfolgen diese Besuche und wie lange dauern sie?“ Solche Elemente schärfen das Bewusstsein, verändern die Gewohnheit, sich auf Gemeinplätze und Plattitüden zu verlassen, und situieren jeden in einer reifen Wahrheit, in der man sich selbst Standards setzt. Ohne diese Elemente würde das Individuum weiter von Zweifeln und vagen Erwartungen beeinflusst.

Auch Beziehungen können analysiert werden. Das hilft dabei, einzelne Bestandteile und Subkomponenten in ein Diagramm zu übertragen (Hale, 1975). In einer Ehe kann zum Beispiel der Rollenbestandteil der Hausarbeit einer Analyse bedürfen, und zwar hinsichtlich von Aspekten wie wer welche Aufgaben übernimmt, wie die Entscheidungen bezüglich dieser Rollenverteilung getroffen werden und wer die Standards für die Erfüllung der Arbeiten überwacht. Eine Rollenanalyse innerhalb einer Familie kann Dreiecksbeziehungen deutlich werden lassen, wenn zum Beispiel die Eltern in gewissen Situationen ein Team bilden und in anderen Fällen miteinander konkurrieren, oder es kann Bündnisse mit einem der Kinder gegen den jeweils anderen Elternteil offen legen.

Schon eine solche Analyse erklärt manchmal Schwierigkeiten mit der Disziplin sowie andere Störungen.

Ein anderer Vorteil der Rollenanalyse ist, dass manche Verhaltensweisen einer Person in ein neues

Licht gerückt werden und eher als typisch für eine Rolle denn als charakteristisch für die gesamte Persönlichkeit betrachtet werden. Es hilft dabei, der Neigung entgegenzuwirken, allgemeine Urteile zu fällen, die in der Regel negativ ausfallen. Zum Beispiel weisen manche Jugendliche ein depressiveres Verhalten auf, wenn sie bei ihrer Familie sind, und werden daher auch als depressiv abgestempelt, wenn nicht auch ihr Verhalten unter Gleichaltrigen in Betracht gezogen wird. Sind sie mit den Eltern zusammen, kann es sein, dass sie zu sehr unter Druck gesetzt werden, dass sie dazu gedrängt werden, für einen der Elternteile Partei zu ergreifen, dass sie von der Trauer eines Elternteils angesteckt oder in anderer Weise von der Familiendynamik beeinflusst werden.

Rollenanalyse kann therapeutisch eingesetzt werden, indem man starke Bereiche hervorarbeitet und diese dazu benutzt, andere und schwächere Rollen zu manipulieren. Beispielsweise kann ein Teenager übermäßig schüchtern im Umgang mit Altersgenossen des anderen Geschlechts sein, aber hinsichtlich seiner Hobbys mehr Selbstbewusstsein zeigen. Indem einige dieser erfolgreichen Rollenbestandteile kreativ umgestaltet werden, kann eine Brücke geschlagen werden, so dass der Teenager ein paar Risiken eingeht und sich traut, verletzlichere Rollen zu entwickeln. Da Rollen sich stetig verändern, neu besetzt und umdefiniert werden, kann sich eine Rollenanalyse an vielen verschiedenen Punkten einer Psychotherapie als nützlich erweisen.

DAS SOZIALE NETZWERK-DIAGRAMM

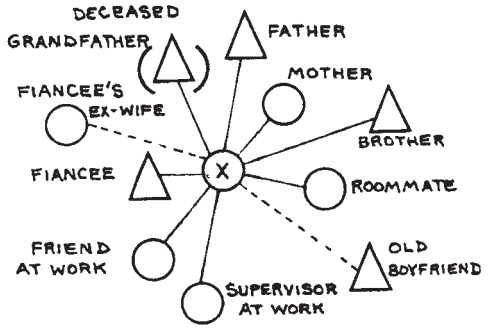
Auch die Diagrammerstellung ist ein Element der Soziometrie und soll in den folgenden Kapiteln näher ausgeführt werden. Eine Art des Diagramms wird oft als das „soziale Atom“ bezeichnet und findet vielseitigen Einsatz (Moreno, 1947). Die Grundidee ist, dass der Klient die wichtigen Bezugspersonen seines Lebens aufzeichnet, indem er sich selbst in die Mitte platziert und die anderen als kleine Kreise oder andere Formen um sich herum malt. Es gibt eine Reihe von Methoden, die das so entstandene Diagramm bereichern (Buchanan, 1983; Edwards, 1996).

Diese Technik – ich bevorzuge den Begriff „soziales Netzwerk-Diagramm“ – kann, zusammen mit den oben beschriebenen Techniken der Rollenbenennung, Diagrammerstellung und Rollenanalyse, diagnostisch verwendet werden. In Workshops oder längeren Sitzungen kann sie gut als Erwärmungsübung eingesetzt werden. Die Menschen werden sich des Geflechts von Beziehungen, innerhalb dessen sie existieren, viel bewusster. Themen wie der Bruch mit, Gleichgültigkeit gegenüber oder Entfremdung von bestimmten Schlüsselpersonen in ihrem Leben werden zu wichtigen Diskussionsgegenständen.

Ein typisches Netzwerk-Diagramm könnte aussehen wie auf Seite 218 dargestellt. Verschiedene Elemen-

te bleiben in diesem Netzwerk unberücksichtigt, ähnlich wie bei einem Soziogramm (siehe S. 240, Kapitel 19). Zusätzlich dieses Diagramm:

Darstellung eines Soziogramms -
Soziales Netzwerk-Diagramm



- Haustiere können dargestellt werden, indem der entsprechenden Form z.B. kleine Ohren gemalt werden; verstorbene Menschen, die aber emotional noch sehr „präsent“ sind, können in Klammern geschrieben werden. Unter Umständen sind auch ein kleiner Freundeskreis oder eine andere Gruppe denkbar.
- Die Distanz, die zwischen der Hauptfigur und den anderen dargestellt wird, hängt oft von der wahrgenommenen „Nähe“ ab.
- Positive oder negative Gefühle können mit einer durchgängigen oder gepunkteten (oder gezackten) Linie angedeutet werden, außerdem kann Zwiespältigkeit mit einer sehr welligen Linie, Gleichgültigkeit oder Neutralität mit einer leicht gepunkteten Linie wiedergegeben werden.
- Anhand der Linien zwischen der Hauptfigur (die das Diagramm erstellt) und den verschiedenen Personen aus dem sozialen Umfeld ist auch die Darstellung der Gefühle möglich, die die Person für die anderen hat, außerdem kann am Ende einer Linie auch gezeigt werden, was der andere im Gegenzug empfindet.
- In der Regel gibt es Raum für Variationen, je nach dem verfolgten Zweck. Ein soziales Netzwerk-Diagramm kann verändert und angepasst werden und ist dadurch in einer Reihe von Situationen anwendbar (Treadwell, Collins & Stein, 1992). In der Regel bezeichnen die Menschen die Bezugspersonen ihres aktuellen Lebens, aber in Variationen könnte man auch Folgendes berücksichtigen:
- In der Zukunft, welche Person müsste hinzukommen, um das Leben „ideal“ zu machen? In einem Jahr, in zehn Jahren? Andere Zeitabstände können benannt werden.
- Bezugspersonen in der Vergangenheit, Kindheit, Jugend oder zu einer anderen Zeit.
- Das kollektive Netzwerk, in dem die verschiedenen Gruppen, Clubs oder Organisationen gezeigt werden.
- Das Suplus-Realitäts-Netzwerk: Helden, Helfer, Gott, Jesus, andere spirituelle Fi-

guren, Engel, quälende Dämonen, Geister, Ahnen, Führer, Totemtiere, usw.

Wie oben im Abschnitt über Rollenanalyse erwähnt, können die Klienten diesen Ansatz nachvollziehen. Wenn Therapeut und Klient gemeinsam über so einem Diagramm sitzen, ist es, als ob sie die Chance hätten, gemeinsam eine Karte zu betrachten, auf der die offensichtlichen und wichtigen Aspekte des Lebens des Klienten verzeichnet sind. Dies stärkt das Behandlungsverhältnis und die Zusammenarbeit eher, als es zu schwächen. Außerdem ist es menschlicher und nicht mechanisch, einen Klienten nach den wichtigen Personen in seinem Leben zu fragen, denn wenn man sich nach den Beziehungen eines Menschen erkundigt, bedeutet das, dass der Fragende sich darum bemühen wird, eine stützende Arbeitsbeziehung aufrecht zu erhalten, um die verletzlichen oder wunden Punkte im Leben des Klienten zu behandeln.

Ein weiterer Vorteil des Diagramms besteht darin, dass zunächst zwar einige unproblematische Rollenbeziehungen ignoriert werden können, deren nähere Betrachtung zu einem späteren Zeitpunkt jedoch hilfreich sein kann, da diese positiven Bereiche häufig als Ermutigung dienen. Indem man analysiert, wodurch diese Rollen so erfolgreich sind, können einige Rollenbestandteile übertragen werden, damit der Umgang mit den problematischeren Beziehungen vereinfacht wird.

Der Wert des Begriffs „soziales Atom“ an sich ist fraglich. Sorokin (1958) wies darauf hin, dass es nur wenige Anknüpfungspunkte an das physikalische Atom gebe. Morenos Absicht war es, die Einbettung der Menschen in soziale Vorgänge hervorzuheben. Ähnlich äußerte sich der Kinder-Psychoanalytiker Winnicott, der meinte, so etwas wie ein Baby gebe es nicht („*There is no such thing as a baby*“), und damit ausdrücken wollte, dass Entwicklung ausschließlich innerhalb der Beziehungsmatrix stattfindet, d.h. dass man ein Kind nicht unabhängig von seiner Mutter untersuchen kann, da die beiden eine unzertrennliche Dyade bilden. Auch ich bin nicht dafür, eigene Begrifflichkeiten einzuführen, da es für Menschen, die sich nicht ohnehin schon mit dem Psychodrama auskennen, sonst schwierig wird, die Terminologie zu durchschauen – daher ziehe ich den Begriff „soziales Netzwerk-Diagramm“ vor.

ROLLEN SCHAFFEN

„Wächst die Imagination, führt dies häufig auch zu wachsendem Mut, denn wir sind wie gelähmt, wenn wir keinen Ausweg aus der Angst, der Scham, dem Selbsthass sehen, die uns einsperren. Die Imagination wachzurütteln, rüttelt auch das Herz wach und macht es weit.“ (Fox, 1991).

Bei der Angewandten Rollentheorie geht es nicht darum, mit dem bestehenden Rollenrepertoire zu arbeiten. Die Leute sind vielmehr eingeladen, sich ganz bewusst neue Rollenbestandteile oder auch völlig neue Rollen vorzustellen und diese auszuprobieren. (Hier gibt es einige Ähnlichkeiten mit der „Fixierten Rollentherapie“ nach George Kelly.) Dies geschieht zusätzlich zur Neubewertung bestimmter Rollen oder der Umschichtung des Stärkegrads, mit dem wir uns mit der einen oder anderen Seite unserer Persönlichkeit identifizieren (Moreno, 1934, S. 326).

Viele Rollen können geschaffen, benannt und entwickelt werden, um eine kognitive Orientierung in der Therapie oder in der persönlichen Entwicklung zu bieten und den jeweiligen Lernprozess zu unterstützen. Die Menschen müssen nicht etwa ihr vorhandenes Rollenrepertoire akzeptieren. Erfolgt eine Rollenannahme explizit und absichtlich, bedeutet das keinen Verlust an Authentizität. Vielmehr schlägt die Schaffung neuer Rollen eine Brücke zwischen der Surplus-Realität und dem normalen Leben.

Die wichtigste Rollenkategorie, die es zu entwickeln gilt, ist die der Metarollen, also die Funktionen, die die Art und Weise regulieren und koordinieren, wie die anderen Rollen ausgeführt werden. Diese Metarollen beinhalten u.a. Bestandteile des guten Vaters bzw. der guten Mutter, des Firmenchefs, Mediators, des stützenden Freundes und kreativen Problemlösers. In der Therapie muss der Therapeut die wohl stärkste Arbeitsverbindung mit dieser Rolle herstellen, und es ist wirklich hilfreich, dies explizit zu tun und sich vorzustellen, es handle sich um eine tragende Rolle bei der Besetzung.

Einerseits ist diese Rolle natürlich bereits präsent, aber viele Menschen erleben sie kaum. Fast scheint die Metarolle ein Laissez-faire-Charakter zu sein, der seine Aufgaben kaum zu erfüllen vermag. Eine der Hauptaufgaben der Therapie besteht darin, den Metarollen größeres Gewicht zu verleihen. Indem diese Rollen benannt und selbst wie Personen behandelt werden, treten sie viel stärker ins Bewusstsein.

Variationen der Metarolle beinhalten Publikum und Kritik, oder im Geschäftsleben ein Qualitätssicherungs-Programm, also Leute, die sich selbst als Organisation beobachten und ihr Handeln demgemäß evaluieren. Eines der wichtigsten Dinge, die die Menschen lernen müssen, ist, sich über sich selbst klar zu werden, zu diagnostizieren, was nicht funktioniert und warum.

Eine andere Schlüsselrolle besteht nicht im bloßen Managen und Koordinieren, sondern in der tatsächlichen Führung, der Entwicklung eines Traums, einigen realistischen Zielen. Viele Menschen treiben nur so dahin und haben Angst davor, sich Ziele zu setzen. Diese Rolle muss nicht allzu streng oder sogar vollständig dominant sein – manchmal ist es am praktischsten, sich einfach treiben zu lassen und „mit dem Strom zu schwimmen".

Insgesamt muss aber eine gewisse Führungsfunktion optimal anpassungsfähig sein. Wenn dieser Rolle in einer Therapie oder einem Persönlichkeits-Coaching mehr Vitalität verliehen wird, ist das ein großer Fortschritt. In der Theatersprache geht es um den Stückeschreiber; spirituell gesprochen handelt es sich um den besten Punkt für Beziehungen zwischen Manager und Inspiration.

DeBono (1985) beschreibt sechs verschiedene Funktionen der Problemlösung als Hüte mit verschiedenen Farben, die je eine andere Frage stellen: Schwarzer Hut: Was sind die schlechten Dinge, die passieren können? Gelber Hut: Welche guten Dinge können passieren? Roter Hut: Wie fühle ich mich dabei? Blauer Hut: nur die Fakten – sachliche Analyse. Grüner Hut: Worin bestehen kreative Alternativen? Weißer Hut: Wie geht die Gruppenentwicklung voran? Bekommt jeder Aufmerksamkeit? Was ist gerecht? Dies sind sechs führende oder leitende Unterrollen, und es ist wichtig, sie in den Vordergrund zu bringen.

Eine lustige Rolle, die man entwickeln kann, ist die des enthusiastischen Publikums, der Fans. Fans sind nicht kritisch, denn sie lieben die Darsteller bereits! Man muss sich ein wahres Gefolge vorstellen, sich einen eigenen Fanclub gönnen. Andere Therapien sprechen hier von „Affirmation" oder „Bestätigung", und die Schaffung dieser Rolle ermöglicht es den Klienten, sich vorzustellen, wie andere Personen äußerst ermutigende Dinge zu ihnen sagen. Die Pflege dieser Rolle lohnt sich auch deshalb, weil bloße Schmeichelei in der Regel keine Wirkung hat. Schafft man sich aber eine innere Fangemeinde, stellt es eine interessante Herausforderung dar, ausnahmslos positive und gleichzeitig realistische Aspekte hervorzuarbeiten.

Rollen werden nicht nur geschaffen, man muss auch mit ihnen arbeiten, sie verfeinern, entwickeln und gelegentlich radikal überarbeiten. Außerdem müssen auch die Metarolle des Regisseurs und ihre Funktionen sowie die Funktionen verschiedener anderer Rollen überwachen. Sind Rollen fehlerhaft und bedürfen der Erneuerung? Sind andere zu stark entwickelt? Sich das ideale Zwischenspiel zwischen solchen Funktionen vorzustellen verdeutlicht noch stärker, wie wichtig ein Gleichgewicht ist.

In vielen Fällen entdecken die Menschen, dass sie unter einem übermäßig strengen Über-Ich oder einem allzu selbstkritischen Gewissen leiden. Sie möchten dem gerne Abhilfe schaffen, können es aber nicht. Diesen Komplex eignet man sich im

Alter zwischen vier und sechs Jahren an, um die ungestümen Gefühle bändigen zu können, und er ähnelt häufig einer Mischung aus den Vorbildern, die man in seinem Leben einmal gehabt hat, und der überzeichneten Karikatur eines strengen Polizisten oder Ausbilders beim Militär. Da das kindliche Gemüt noch in vereinfachten Dichotomien denkt, schaffen sich Kinder diese polarisierten inneren Rollen. Der Reifungsprozess beinhaltet die Abwandlung des kindlichen Entweder-Oder und der übermäßig verallgemeinernden Kognitionsarten.

Eine Möglichkeit, mit dem inneren Polizisten oder Staatsanwalt fertig zu werden, besteht darin, sich einen inneren „Anwalt der Verteidigung" zuzulegen, der alle Tricks und Kniffe der Anwälte anwenden kann, von denen man in Büchern liest und die man in Filmen sieht, um das strenge Über-Ich und die Selbstbeschuldigung herauszufordern. (Bei der Rational-Emotiven Therapie nach Albert Ellis schlüpft der Therapeut in diese Rolle und verteidigt ganz aktiv die Überzeugungen und Anschauungen des Klienten.)

Bei einem anderen Ansatz stellt man sich vor, dass der innere Staatsanwalt eine Schule für die Ausbildung von Managern besucht und sich über die neusten Ideen, wie man Menschen am besten hilft, informiert. Oft sagen Klienten, dass sie diese Quelle der Negativität einfach gerne „loswerden" möchten, aber so funktioniert das nicht. Wenn das Ich das Unterbewusstsein beherrschen könnte, bräuchte man keine Therapie. Innere Rollen kann man nicht einfach „rausschmeißen" oder ablegen wie einen alten Hut. Man kann aber mit ihnen arbeiten oder sie „umschulen", oder man kann neue Rollen annehmen und dadurch das Rollenrepertoire erweitern. Die klügeren neuen Führungsrollen zeigen auf, inwiefern die alten „schikanierenden" inneren Rollenmuster hinderlich sind und welche neuen und ausgeglicheneren Möglichkeiten zur Wahrung der Selbstdisziplin entwickelt werden können.

Eine implizite Rolle, die abgerufen werden kann, hat in den vergangenen Jahrzehnten einige Bekanntheit erlangt: das „innere Kind". Oft ist es hilfreich, bei einer Unterredung mit dieser Rolle Diskussionen mit erwachseneren Rollen einfließen zu lassen, nur um die verschiedenen möglichen Perspektiven zu überprüfen. Ich erinnere die Leute auch immer daran, dass es direkt neben dem verletzlichen, unschuldigen, bedürftigen inneren Kind auch den unersättlich fordernden, selbstsüchtigen und boshaften „inneren Satansbraten" gibt (Wolinsky, 1993). Das ist in der Regel ein Lacherfolg und öffnet die Tür für das Vertrautwerden mit dieser sozial weniger anerkannten, aber allgemein präsenten Facette unserer Persönlichkeit.

Eine weitere wichtige Rolle, die es, wie den inneren Manager, zu schaffen gilt, die uns ohnehin innewohnt, aber trotzdem davon profitiert, benannt und genutzt zu werden, ist das „höhere Ich" oder die „Seele". Die Entwicklung dieser Rolle ist in der

Psychotherapie von größtem Nutzen, da sie dazu dient, dem Klienten eine Quelle der Inspiration, der Führung, des Trostes und der Zugehörigkeit (oder „Verbundenheit“) zu eröffnen, die in unserer Kultur häufig verloren geht oder allzu sehr abgeschwächt wird. Viele Menschen verbinden oder identifizieren diese Rolle mit einem spirituellen Vermittler, zum Beispiel Jesus, oder sie wird direkt mit dem Gottesbild des Klienten assoziiert. Dennoch entspringt die Rolle aus dem Potential der kreativen Dimension des Unterbewussten heraus, und bei dieser Technik muss man sich einfach nur öffnen und empfänglich für die intuitiven Gedanken sein, wenn diese ins Bewusstsein dringen. Es ist nicht notwendig, unkritisch alles zu akzeptieren, „was einem so in den Sinn kommt“, aber es gibt durchaus die Möglichkeit, einen Mittelweg zwischen gutem Urteilsvermögen und einer gewissen Ergebenheit gegenüber der Kontrolle durch das Ich zu finden.

Diese Fähigkeit, die uns enger mit dem Spirituellen verbindet, als Rolle zu entwickeln, ist eines der höchsten Ziele. Es ist weder oberflächlich noch aufgesetzt, sondern es handelt sich um ein Umdenken, eine neue Wahrnehmung immanenter Eigenschaften, die ansonsten nur schwach ausgebildet zu sein scheinen. Es ist wie die Erkenntnis, dass der Felsbrocken im Garten in Wahrheit ein Diamant ist.

Nicht alle geschaffenen Rollen müssen ernst sein oder tief gehen. Einige Menschen müssen Dimensionen der Verspieltheit, der Kunst, des sozialen Bewusstseins usw. entwickeln. Die Idee ist, sich bewusst zu sein, dass man sich für ein wahrhaft vielfältiges und befriedigend ausgeglichenes Rollenrepertoire entscheiden kann.

ZUSAMMENFASSUNG

Die Angewandte Rollentheorie bietet nicht nur Begriffe, sondern stellt auch ein Werkzeug für die praktische Anwendung in vielen Zusammenhängen dar. Benennung, Analyse, Diagrammerstellung und Rollenschaffung sind einige der Vorgänge, mit deren Hilfe dieser Ansatz durchgeführt werden kann. Die Rollentheorie ist auch verbunden mit der Soziometrie, die im nächsten Kapitel behandelt wird.

QUELLEN

Ancelin-Schützenberger, Anne. (1998). The ancestor syndrome. London: Routledge.
Buchanan, Dale R. (1984). Moreno's social atom: A diagnostic and treatment tool for exploring interpersonal relationships. The Arts in Psychotherapy, 11, 155-164.
Clayton, Lynene. (1982). The use of the cultural atom to record personality change in individual psychotherapy. Journal of Grollp Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 35(3), 111-117.
Clayton, Max. (1993). Living pictttres of the self: Applications of role theory in professional practice and daily living. Caulfield, Australia: JCA Centre.
DeBono, Edward. (1985). Six thinking hats. London: Penguin.
Edwards, Jay. (1996). Examining the clinical utility of the Moreno social atom projective test. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 49(2), 51-75.
Hale, Ann E. (1975). The role diagram expanded. Group Psychothempy and Psychodrama, 28, 77-104.
Moreno, J.L. (1953). Who shall survive? New York: Beacon Press.
Moreno, J.L. (1947). Organization of the social atom. Sociometry, (4), 287-293. (First published as a monograph in 1936).
Sorokin, Pitirim A. (1958). A critique of „social atom" terrninology (S. 1155-1158). J. S. Roucek (Hrsg.), Contemporary Sociology. New York: Philosophical Library.
Treadwell, Thomas; Collins, Lisa & Stein, Stephen. (1992). The Moreno social atom test (revised). Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 45(3), 122-124.
Williams, Antony. (1995). Visual and active supervision. New York: W. W. Norton.
Wolinsky, Stephen. (1993). The dark side of the inner child: The next step. Norfolk, CT: Bramble Books.

18
Soziometrie I
Allgemeine Betrachtungen

Soziometrie ist sowohl ein allgemeiner Ansatz zur Erforschung gewisser Aspekte von Gruppendynamik, als auch eine spezifische Methode zur Klärung von Sympathien und Antipathien zwischen den Gruppenteilnehmern. Gruppen haben oft eine formale Struktur, zum Beispiel einen ernannten Vorstand und andere vergebene Rollen, möglicherweise sogar eine vorgegebene Autorität. Zusätzlich herrschen in jeder Gruppe jedoch informelle Strukturen, die durch persönliche Vorlieben bestimmt sind. Moreno bezeichnete diese Vorlieben als Tele (siehe unten), und genau diese Muster werden von der Soziometrie erfasst (Moreno, 1933, S. 31). Moreno war davon überzeugt, dass diesen mikro-soziolgischen Dynamiken ungemeine Bedeutung für die Stimmung und Effizienz größerer Gruppen zukommt. Vorlieben sind für ihn ein psychologisches Phänomen, die mit Spontaneität verbunden sind; und die Erschließung von Möglichkeiten, diese Tele-Vorlieben zu würdigen, dient auch der übergeordneten Vision von der Schaffung eines gesünderen, authentischeren und auf zwischenmenschlicher Ebene spontaneren Zusammenlebens.

Die Soziometrie bildete also einen wichtigen Teil von Morenos philosophischem und allgemein psychologischem Ansatz. Anfangs unterschied Moreno (1934, S. 10) zwischen allgemeiner Theorie und spezifischer Methode, wobei er letztere als „Sozionomie“ bezeichnete und erstere sich auf mathematisch ausgerichtete Vorgänge bezog. Nach einigen Jahren jedoch verwendete er letzteren Begriff sowohl für den weiteren als auch den engeren Sinn. In diesem Kapitel betrachten wir die allgemeinen Perspektiven, während das nächste Kapitel soziometrische Methoden beschreibt.

INTERPERSONALE BZW. ZWISCHENPERSÖNLICHE BEZIEHUNGEN

Moreno (1953, S. 18) bezeichnete sich als den ersten, der den Begriff „interpersonale Beziehungen“ im Bereich der Psychiatrie eingeführt hatte, wobei er der allgemein bekannteren Verwendung des Ausdrucks durch Harry Stack Sullivan um mehrere Jahre zuvor gekommen war. Der Begriff findet sich im Untertitel seiner ersten veröffentlichen Fachzeitschrift, *Sociometry: A Journal of Interpersonal Relations* (Soziometrie: Eine Zeitschrift der inter-

personalen Beziehungen), sowie in einem seiner ersten Artikel (Moreno, 1937). Sicherlich dachte er an das, was heute als ein „System“ bezeichnet würde, in dem Einzelpersonen und Gruppen in Bereichen gegenseitiger Einflussnahme interagieren. Gruppendynamik ist keine Frage bloßer Übertragungen seitens Einzelpersonen, sondern sie spiegelt auch auf einer subtileren und komplexeren Ebene Verhaltensmuster wider. Einige Dimensionen oder Faktoren, die diesen Bereich beeinflussen, sind:

Rollenverteilung
Rollenkonflikte
Teile des Ich
Konfliktlösung
überschneidende Interessen
Zugang erlangen
Grenzen abstecken
Stärke des Engagements
verbale Ausdrucksfähigkeit
sexuelles Verlangen
Geld und Sicherheit
politisches Interesse
Vorlieben
gegenseitige Wahrnehmung
Erwartungen
unterschiedliches Temperament
nonverbale Kommunikation
geteilte Werte
Kommunikationsarten
Wettbewerbsstreben
psychologische Gesinnung
Wahrnehmung der Machtverteilung
berufliche Situierung
kulturelle Mischung

Morenos Rollentheorie, die oben bereits diskutiert wurde, sowie seine Darlegungen zum Tele – auf die im Folgenden noch eingegangen werden wird – stellen wertvolle Beiträge für unser Verständnis von Gruppendynamik da, aber man sollte sie nicht als ausreichend betrachten. Eine Anzahl weiterer Aspekte ist von Wissenschaftlern aus Bereichen wie Sozialpsychologie, Gruppenpsychotherapie, der Kommunikationswissenschaft, Organisationsentwicklung und anderen beschrieben worden, und die Psychodramatiker sollten sich diese ebenfalls verinnerlichen (Corey & Corey, 2000; Ettin, 1992.)

DAS SOZIALE SEIN

Moreno legte einen besonderen Akzent auf die gesellschaftliche Dimension, er sah die menschliche Natur eingebettet in ein dynamisches Feld von Beziehungen. Man kann mit Recht behaupten, dass das Psychodrama historisch und begrifflich aus Morenos „soziometrischen“ Ideen entsprungen ist. Diese Ideen gehen einen Schritt über zwischenpersönliche Beziehungen hinaus, indem sie feststellen, dass Gruppen mehr sind als die Summe der dazugehörenden Individuen, sondern dass sie eigenen komplexen Dynamiken unterliegen – eher eine holistische als eine reduktionistische Sicht. In anderen Worten: Die Menschen haben trotz unserer über-individualisierten westlichen Kultur auch das Potential, eine Ebene der Gemeinschaft zu erfahren und auf ihr zu funktionieren.

Menschen sind soziale Wesen, Herdentiere, und abgesehen von unserer Neigung zur Egozentrik gibt es auch Potential für Gemeinschaft und, darüber hinaus, für die Erfahrung eines „Wir-Gefühls“, das das „Ich“-Gefühl ersetzt. Wenn wir dies erkannt haben, brauchen wir einen Ansatz, der eine Brücke zwischen Individual- und Sozialpsychologie (oder Soziologie) schlägt – wie den der Angewandten Rollentheorie – und Methoden wie die Soziometrie, die Angewandte Rollentheorie und das Psychodrama, um einen höheren Grad an Gruppenzusammenhalt und Co-Creativity (gemeinschaftlicher Kreativität) zu erreichen.

Gruppen sind wiederum eingebettet in eine große Zahl kultureller Institutionen – Politik, Wirtschaft, die Künste, Mode, Unterhaltung, Sprache usw. –, und diese Institutionen haben auf ihrer Ebene wiederum noch komplexere Strukturen. Daher müssen unsere psychologischen Systeme fähig sein, von den verwandten Fachbereichen zu lernen und zu deren Forschung und ihren konstruktiven Ansätzen beizutragen.

Während es zwar unmöglich sein kann, alle Elemente, die zu einem Gebiet gehören, vollständig zu beschreiben, lassen sich nichtsdestotrotz spezifische Probleme so angehen, dass Dynamiken und Phänomene auf jeder relevant erscheinenden Ebene berücksichtigt werden können. Beispielsweise hängt die Dynamik innerhalb einer Familie zu einem gegebenen Zeitpunkt zumindest teilweise von weiterreichenden Sozialnormen oder sich ändernden Erwartungen ab, die wiederum in sich widersprüchlich sind und Bereiche wie Disziplin, Betreuung, sexuelle Aufklärung usw. betreffen. In diesem Sinn weisen viele Psychodramen auch soziodramatische Elemente auf.

Eine Folge unseres sozialen Seins ist, wie die Feministen und Umweltpsychologen bereits beobachtet haben, dass das Persönliche politisch ist (*personal is political*). Das soll heißen, dass die Dinge, mit denen sich alle befassen, bzw. was häufiger vorkommt: Dinge, die alle vermeiden, allgemeine Auswirkungen haben, die dann auf die Einzelperson zurückfallen. Deshalb beinhaltet das Psychodrama auch Elemente, die zur sozialen oder gesellschaftlichen Handlung sublimiert werden könnten – und damit befinden wir uns im Bereich der Soziatrie.

DAS CO-UNBEWUSSTE (*CO-UNCONSCIOUS DYNAMICS*)

Hierbei handelt es sich um einen interessanten Begriff, den Moreno und viele andere, die mit Gruppen gearbeitet haben, anwendeten (Moreno, 1972, S. vii; Zuretti, 1994; Bannister, 1998). Im Psychodrama ist es ein verbreitetes Phänomen, dass ein Protagonist, der aufgewärmt und dadurch hochgradig spontan ist, oft Hilfs-Ichs auswählt, die etwas mit ihm gemeinsam haben, weil sie zum Beispiel in ihrem Leben Ähnliches erlebt haben wie

er – obwohl sie diese Information noch gar nicht mit der Gruppe geteilt hatten. Viele andere Fälle intuitiver Verbundenheit, unheimlicher „Zufälle“ (Jung bezeichnete sie als „Synchronizitäten“) und ähnliche Gegebenheiten stützen die Möglichkeit einer Art von ASW – Außersinnlichen Wahrnehmung – oder einer unbewussten Verbindung im Gefüge einer Gruppe.

Besonders bemerkenswert sind die Arbeit des britischen Gruppenanalytikers Wilfred Bion und seine Theorien über das Handlungsbewusstsein der Gruppe (*group mind*) sowie sein Ansatz der „Gruppe als Ganzes“ (Neri, 1998). Hier scheint es eindeutige Parallelen zu Morenos Co-Unbewusstem zu geben, obwohl die meisten Menschen eher eine vorsichtige Haltung bewahren und keine klaren Aussagen darüber treffen, welche Methoden oder Schlussfolgerungen diese Hypothese nun nach sich zieht.

TELE

Ebenfalls immateriell und trotzdem weit eher messbar ist das Phänomen der zwischenpersönlichen Vorlieben, die Sympathien oder Antipathien zwischen Menschen oder zwischen Mitgliedern einer Gruppe. Für Moreno stellte das Tele mit das Wichtigste überhaupt dar, jedoch übersah er oft andere Faktoren in der Gruppendynamik.

Morenos Begriff für die Kategorie, die sowohl positive als auch negative Vorlieben beschreibt, ist Tele, und auf diesen Aspekt konzentrieren sich die soziometrischen Messungen (Barbour, 1994; Blatner, 1994). Das Tele ist keinesfalls übermäßig abstrakt: Es gibt Menschen, die man angenehm findet und in gewisser Weise mag; mit diesen Personen hat man ein positives Tele. Es gibt andere, bei denen man sich unwohl fühlt und die man vielleicht sogar abstoßend findet; mit denen ist man mit einem negativen Tele verbunden. Einige Menschen, die man kennt, haben wichtige Funktionen im eigenen Leben inne, und es gibt von keiner Seite eine echte Zu- oder Abneigung. Hierbei würde man von einem neutralen Tele sprechen. Andere Personen des Umfelds sind schlicht nicht von Interesse und irrelevant, und das bedeutet Indifferenz oder Gleichgültigkeit. Interessanterweise beruhen diese Gefühle häufiger auf Gegenseitigkeit, als dies durch reinen Zufall erklärbar wäre. Jeder verfügt über ein sich änderndes Repertoire an variablen Reaktionen gegenüber jeder Person im jeweiligen sozialen Umfeld.

Untersucht man das Tele genauer, erweist es sich als Rollen-abhängig. Eine Person begegnet anderen mit unterschiedlichen Vorlieben, je nachdem, was sie gerade braucht. Eine Einzelperson kann in einer Gruppe drei Personen mögen, aber an einer hat sie eher ein romantisches Interesse, für die zweite verspürt sie Sympathie, weil sie das Gefühl hat, die Person könnte praktischen Nutzen mit sich bringen, und die dritte scheint jemand zu sein, der man seine Sorgen erzählen kann. Obwohl das Tele eine komplexe menschliche Interaktion ist, handelt es sich

doch um die Erweiterung eines in der Natur weit verbreiteten Phänomens – sogar primitive Tiere zeigen Vorlieben für bestimmte andere, entweder aufgrund einer Affinität zum Zwecke der Fortpflanzung, oder weil der andere einfach „wohlschmeckend“ zu sein verspricht. Komplexere Wesen organisieren sich in einer Vielzahl von sozialen Zusammenschlüssen. Während Tiere jedoch Instinkte haben, verfügen die Menschen eher über ein Gebilde aus Emotionen und Vorstellungen, das durch ihr komplexeres Nervensystem ermöglicht wird. Genau diese Kombination aus Instinkt und Vorstellung beschreibt Jung mit dem Begriff „Archetyp“.

Es war Moreno wichtig, Tele und Übertragung zu trennen. Bei der Übertragung fließen in eine gegenwärtige Beziehung Erwartungen ein, die auf vergangen Erfahrungen mit anderen beruhen – wodurch die eigentliche Beziehung jedoch gestört wird –; beim Tele geht es dagegen um Interaktion, die hauptsächlich auf den Wahrnehmungen der tatsächlichen Eigenschaften der anderen Person beruht. Viele, wenn nicht sogar die meisten Beziehungen beinhalten eine Mischung aus beidem, Tele und Übertragung. Die Psychoanalytiker Greenson und Wexler bemerkten 1969, dass viele Reaktionen der Analysanden, die von den Analytikern (fälschlich) für Übertragungen gehalten worden waren, tatsächlich auf einer realistischen Auslegung des verbalen oder nonverbalen Verhaltens der Therapeuten (d.h. auf dem Tele) basierten. Andererseits waren die Sympathien und Antipathien, die als Tele betrachtet worden waren, häufig von unrealistischen und Übertragungsfantasien durchdrungen. Die Soziometrie hat mit der Psychotherapie das Ziel gemeinsam, die tatsächliche Natur interpersonaler bzw. zwischenpersönlicher Interaktion klären zu wollen, indem realistische Wahrnehmungen von Projektionen, Vorurteilen und anderen Arten irrationalen Denkens unterschieden werden.

Wie beschrieben, beruhen Sympathie und Antipathie auf bewussten und unbewussten Kriterien, und diese zu klären, kann eine der bereicherndsten Aktivitäten in einer Psychotherapie oder der Persönlichkeitsentwicklung sein. Hier einige verbreitete Gründe für Zu- oder Abneigung:

Ähnlichkeit der Wesensart
Unterschiede in der Wesensart
Fähigkeit oder Erfahrung
fremdartige Differenzen
Vertrautheit
örtliche Nähe
gleichberechtigter Gegner
Grad an Lebensfreude
Rollenergänzung:
Anführer/Mitläufer
aktiv/passiv
Helfer/Hilfsbedürftiger
Sprecher/Zuhörer

kultureller Hintergrund
regionale Abstammung
Lebensweise, Werte
Geruch, Klang der Stimme
Status
gemeinsame Interessen
Attraktivität:
physisch, sexuell,
intellektuell, sozial,
spirituell, verspielt,
emotional, künstlerisch,
und Gegenseitigkeit

Dieses letzte Element der Gegenseitigkeit ist so wichtig, dass es unten noch näher erörtert wird. In der Regel erachten es Klienten als besonders wichtig, herauszufinden, woher ihre Zu- und Abneigungen kommen. Außerdem verschiebt sich

die Anwendbarkeit der Kriterien mit der jeweiligen Rolle und dem Zusammenhang. Daher kommt der Bestimmung der Wahlkriterien in der Soziometrie besondere Aufmerksamkeit zu. In jeder Analyse einer gegebenen Situation ist es notwendig, die jeweiligen Bestandteile und Einflüsse zu benennen, um die Interaktion wirklich verstehen zu können.

Zwei allgemeine Kategorien von Kriterien lassen sich unterscheiden: die sozio-telischen Kriterien einerseits, die sich auf ein gemeinsames Ziel oder Interesse beziehen, und die die psycho-telischen, zu denen persönliche Eigenschaften oder eine Verbindung, die unabhängig von utilitaristischen Gesichtspunkten existiert, zählen. Sozio-telische Kriterien erweisen sich wahrscheinlich in einer Gruppe innerhalb einer Gemeinschaft, die sich aufgrund eines bestimmten gemeinsamen Interessengebiets trifft, als praktischer. Der Spruch „*politics makes strange bedfellows*“ (Politik führt seltsame Bettgenossen zusammen) bezieht sich beispielsweise auf die Tatsache, dass wir uns manchmal als Verbündete Personen aussuchen, mit denen wir gemeinsam für eine Sache eintreten, die wir aber niemals als Freunde wählen würden. Psycho-telische Kriterien spiegeln dagegen eine eher persönliche und intuitive Verbindung wider und ist in der natürlichen Bildung von Untergruppen oder Cliquen sichtbar, die gemeinsam Kaffee trinken gehen, sich gegenseitig auf Partys einladen oder in der Pause draußen miteinander spielen.

Kenntnisse über das Tele haben auch praktischen Nutzen. Dazu zählt, dass die Menschen anfangen, auf Kleinigkeiten zu achten, die sie bislang ignoriert hatten; sie werden sich ihrer Vorlieben und der nonverbalen Reaktionen der anderen bewusst, die diese Gefühle zu erwidern scheinen. Unwissenheit bezüglich des Teles führt im Allgemeinen dazu, dass über diese zwischenpersönlichen Signale hinweggegangen wird, was zu einer Reihe zwischenpersönlicher Spannungen führt, die dann wiederum fälschlicher Weise auf andere Gründe zurückgeführt werden, wodurch das Problem nur noch verstärkt wird.

Ein weiterer Vorteil der bewussten Wahrnehmung des Teles liegt darin, dass, da das Tele eine intuitive Ebene betrifft, die Menschen umso mehr zwischenpersönliches Fingerspitzengefühl entwickeln, je stärker sie ihre bewusste Tele-Wahrnehmung üben – es handelt sich um eine Fähigkeit, die man lernen kann.

Eine dritte positive Seite des Begriffs des Tele ergibt sich daraus, dass es sich, wie bei der nonverbalen Kommunikation und Rollenanalyse, um ein allgemeines Werkzeug handelt, das in Bezug auf konfliktive Bereiche Diskussionen, Unterhandlungen und das Finden kreativer Alternativen ermöglicht. Soziometrie rückt einige dieser Aspekte ins Bewusstsein, und das Psychodrama hilft dabei, sie aufzuarbeiten.

Eine dieser zwischenpersönlichen Spannungen entsteht, weil die Menschen zu Verallgemeinerungen

neigen: Ist das Tele positiv, idealisieren die Menschen einander, ist es negativ, werten sie einander in übertriebenem Maß ab. Idealisieren bedeutet, dass man dem anderen Eigenschaften zuspricht, die dieser noch gar nicht wirklich gezeigt hat, und Abwertung bezieht sich darauf, dass die Möglichkeit positiver Rollenattribute nicht in Betracht gezogen wird. Idealisierung führt zu Enttäuschungen, Abwertung führt zum Aufbau undurchdringlicher Mauern.

Wenn man jedoch weiß, dass das Tele von den Rollen abhängt, und wenn man sich der Gründe für bestimmte Zu- oder Abneigungen bewusst ist, wirkt das übermäßigen Verallgemeinerungen entgegen und ermöglicht die Einsicht, dass man für eine Person in bestimmten Rollen positiv empfindet und in anderen Rollen eben nicht. Das bedeutet auch, dass die Menschen frei sein sollten, ihre Rollen in Gruppen neu zu definieren, so dass sie nicht auf eine Rolle festgelegt werden, die ihnen mit großer Wahrscheinlichkeit keine Sympathien einbringt. Die Untersuchung solcher Aspekte könnte sich in einer langfristigen Gruppentherapie oder einer therapeutischen Gemeinschaft als hilfreich erweisen.

Man sollte betonen, dass keine der Seiten bzw. Personen die anderen beschuldigen oder als schlecht oder irrig abstempeln sollte, nur weil das Tele in einer Beziehung negativ ist. Oft schämen sich Leute oder fühlen sich schuldig, wenn sie ein negatives Tele entdecken. Aber es kann immer einmal vorkommen, dass zwei Leute, mit denen an sich absolut alles in Ordnung ist, einfach nicht zusammenkommen und dass sie einander nicht „grün sind“. Sie sollten das akzeptieren, diese emotionale Reaktion nicht ignorieren und versuchen, bewusst freundlich zu sein. Wenn die „Chemie nicht stimmt“, verschlimmert der Versuch, Sympathie zu erzwingen, die Spannungen nur noch mehr. Stattdessen sollten solche Personen schlicht versuchen, auf vernünftige Weise höflich und freundlich miteinander umzugehen. Es kann sein, dass ihnen eine neue Rollendimension in der Zukunft eine engere Bindung ermöglicht, aber diese kann keinesfalls forciert werden.

GEGENSEITIGKEIT

Gegenseitigkeit oder Reziprozität bezeichnet das Phänomen, dass ein Gefühl in gleicher Weise erwidert wird. Soziometrische Untersuchungen haben ergeben, dass sowohl das positive als auch das negative Tele häufiger auf Gegenseitigkeit beruht, als dies durch reinen Zufall erklärbar wäre. Diese intuitive Einstellung erlangt man manchmal schon, bevor es zwischen den Beteiligten zu wirklicher Interaktion kommen konnte. Wenn eine Person natürlich eine positive Haltung an den Tag legt und Sympathie oder Interesse zeigt, ruft das als Reaktion ähnliche Gefühle hervor. In ähnlicher Weise werden auch subtile Verhaltensweisen, die Abneigung erkennen lassen, ebenfalls negativ beantwortet. Es gibt auch Interaktionen, die keine Gegenseitigkeit

aufweisen, d.h. X empfindet zwar Sympathie für Y, ist Y aber gleichgültig oder wird sogar als abstoßend empfunden.

Das nennt man ein „gemischtes Tele“, und ein solches Szenario bietet nützliche Ansatzpunkte für eine Untersuchung der Kriterien, nach denen in der jeweiligen Situation Zu- oder Abneigung empfunden wird.

Das Thema der Gegenseitigkeit ist in der Psychotherapie sehr nützlich, da es sich mit der Komplexität zwischenpersönlicher Beziehungen beschäftigt. Interaktion wird nicht als ein- oder zweiseitig gesehen, sondern als fortlaufende Serie vieler Kommunikationsschritte und Interpretationen wahrgenommen. Aus diesem Grund kommt es bei der Interaktion zu Fehlern, wenn eine der beiden Seiten

- widersprüchliche Botschaften aussendet, sei es in Form unstimmiger nonverbaler Zeichen, sei es in Form unklarer, umständlicher oder ausweichender verbaler Kommunikation;
- nicht in ausreichendem Maß reagiert;
- die Mitteilung der anderen falsch interpretiert;
- nicht bereit oder nicht fähig ist zu überprüfen, wie zutreffend ihre Interpretation ist;
- der anderen zu verstehen gibt, dass der Kommunikationsvorgang an sich kein annehmbares Gesprächsthema ist;
- negative Erwartungen äußert;
- unempfänglich für nonverbale Zeichen oder sogar eindeutige Aussagen ist.

Ein Gefühl der Gegenseitigkeit entwickelt sich, wenn alle Beteiligten einer Beziehung vermitteln, dass sie bereit sind, Aufmerksamkeit, Interesse, Respekt, Hilfe oder Unterstützung zu geben und zu empfangen. Reziprozität wächst außerdem, wenn die Menschen sich gegenseitig zu verstehen geben, dass sie sich im gleichen Maß bemühen werden, ein gemeinsames Ziel zu erreichen. Die Besprechung dieser Themen in Therapie und Bildungswesen schafft eine Grundlage, auf der Fähigkeiten für effektiveres Kommunizieren aufgebaut werden können. Wenn die Menschen eine Reihe reifer Techniken beherrschen, mit denen sie Aufmerksamkeit bekommen oder Grenzen abstecken können, ist es weniger wahrscheinlich, dass sie in alte manipulative Gewohnheiten zurückverfallen.

Ein weiterer wichtiger Grund für den Nutzen des Begriffs der Reziprozität ist, dass er ein gutes Werkzeug für die Untersuchung von Phänomenen wie Übertragung, Projektion und anderen Störungen im zwischenmenschlichen Bereich darstellt. Indem die Klienten die allgemeinen Grundideen von Tele, Sympathie und Antipathie, Gegenseitigkeit usw. kennen lernen, gibt man ihnen ein Grundgerüst an die Hand, eine einfache Sprache und eine Erwartung oder Regel, wie Motivation und Angemessenheit in zwischenmenschlichen Beziehungen zu bewerten sind.

DIE ANWENDUNG DER SOZIOMETRIE

Da das Tele für menschliche Beziehungen dergestalt wichtig und einflussreich ist, ist es sinnvoll, Methoden zu entwickeln, um diese Interaktionen in Informationen umzusetzen, mit denen man arbeiten kann, damit Gruppenstrukturen bewusst gebildet werden und konstruktiv mit den Gefühlen aller Beteiligten gearbeitet werden kann.

Was Moreno wollte, nämlich größeres Bewusstsein schaffen, ging konform mit den allgemeinen Bestrebungen innerhalb der Psychotherapie und auch darüber hinaus. Er verkannte, dass es besser ist, Wissen zu haben und Entscheidungen anhand akkurater Informationen zu treffen, anstatt an Illusionen und Verdrängungen festzuhalten. Natürlich kann eine Verdrängung sowohl im Bereich der Individual- als auch der Gruppenpsychologie den Betroffenen oft kurzfristig die Erleichterung verschaffen, sich nicht mit der unangenehmen Wahrheit auseinandersetzen zu müssen, aber auf lange Sicht verschlimmern sich die Probleme dadurch nur noch mehr.

In der Soziometrie werden, ebenso wie in der Therapie, heikle Themen angesprochen, die mit Vorsicht zu behandeln sind. Notwendig ist zunächst ein sicheres Umfeld mit Beziehungen, die auf gegenseitiger Unterstützung beruhen – in Gruppen spricht man von „Gruppenzusammenhalt“. Erst durch diesen Rückhalt kann eine Person den Mut aufbringen, möglicherweise erschreckende Seiten einer Beziehung zu untersuchen. Häufig erfordert die Vor- und Nachbereitung einer soziometrischen Untersuchung mehr Können, Takt und Aufwand als die Durchführung der Untersuchung selbst – und auf diesen Punkt werde ich später noch einmal zurückkommen

.

Tatsächlich ist die Schaffung und Erhaltung einer Gruppenatmosphäre, in der Interesse daran besteht, die eigenen Dynamiken zu durchschauen, wichtiger als die Methode selbst. Die eigentliche Technik der Soziometrie ist schlicht eine Technik der Rückmeldung bzw. des Feedbacks, zu vergleichen mit der Funktion einer Waage bei der Gewichtskontrolle. Wandel wird aber durch die weiteren soziometrischen Vorgänge erreicht, wobei auch die Bereitschaft entwickelt wird, sich zu öffnen und eindeutiges Feedback zu geben, woraufhin Fertigkeiten zur Verbesserung zwischenpersönlicher Beziehungen und Gruppenzusammenhalt eingeübt werden müssen. Mit anderen Worten umfasst Soziometrie nicht nur das Sammeln und Ordnen von Informationen über Tele-Muster innerhalb einer Gruppe, sondern auch die Arbeit mit der Gruppe, damit sie die Informationen konstruktiv aufnehmen und verarbeiten kann.

HISTORISCHE ENTWICKLUNG

Die Wurzeln der Soziometrie gehen auf Morenos Arbeit in den 20er Jahren des 20. Jahrhunderts zu-

rück, wie in Kapitel 2 bereits beschrieben worden ist. In den frühen 1930er Jahren entwickelte er diese Methode noch weiter, während er in New York an der Hudson-Mädchenschule tätig war (Hare, 1992). Diese Experimente bildeten die Grundlage für Morenos wichtigstes Buch, Who Shall Survive (1934, 1953b; *Die Grundlagen der Soziometrie*). Als frühe und praktische Annäherung an die Sozialpsychologie erlangte die Soziometrie in den 1940er und 50er Jahren mehr Aufmerksamkeit.

In Morenos Zeitschriften äußerten sich viele herausragende Sozialwissenschaftler ermutigend. Besondere Anerkennung verdient unzweifelhaft Helen Hall Jennings folgenreiche Arbeit über Soziometrie (1950, 1959). In den 1950er und 60er Jahren fand die Methode hauptsächlich im Erziehungswesen Anwendung (Evans, 1962; Gronlund, 1959; Northway, 1967); andere Einsatzmöglichkeiten hielt Moreno in seinen fachbezogenen Büchern und Zeitschriften fest (siehe Bibliographie).

Soziometrie und die mit ihr verbundenen Ansätze, das Psychodrama und die Gruppentherapie, erfordern die Bereitschaft zu umfassender Ehrlichkeit, und der Schwerpunkt liegt auf den Beziehungen im Hier und Jetzt. Diese Grundlagen finden sich auch bei den T-Gruppen, einem der Vorläufer der Trainingsgruppen. 1946 wurden in einem Ausbildungszentrum in der Stadt Bethel in Maine *Leadership Training Programs* (Programme für die Ausbildung von Führungseliten) durchgeführt, um Personen mit den notwendigen Fähigkeiten auszustatten, damit sie mit gesellschaftlichen Fragen wie Spannungen zwischen den verschiedenen Rassen umgehen konnten. Teilnehmer waren Schüler der Forschungsgruppe für Gruppendynamik unter der Leitung von Kurt Lewin, der stark von Moreno beeinflusst war. Schon sehr bald fanden die Teilnehmer heraus, dass die Ausbildungseinheiten, die auch Rollenspiel beinhalteten, Feedback-Runden in Gang setzten, in denen die Ereignisse des jeweils vorangegangenen Treffens „verarbeitet“ wurden. Dies führte wiederum zu einer fortwährenden selbstreflexiven Gruppendynamik, der T-Gruppe, die eine Art „Gruppentherapie für Gesunde“ darstellte.

Mehrere Mitbegründer der T-Gruppe, darunter Ronald Lippitt und Leland Bradford, waren mit Morenos Methoden vertraut (Moreno, 1953a). Einige ihrer bahnbrechenden Artikel erschienen zur Zeit der Organisation der ersten T-Gruppe um 1946 und 1947 in Morenos Fachzeitschriften (Lippitt, Bradford, & Benne, 1947)! Einige Jahre später wurde die T-Gruppe abgeändert und auf das Bildungswesen und *Community Development* (Gemeinwesenentwicklung) übertragen; bekannt wurde diese Maßnahme als Bewusstseinstraining. Ein Jahrzehnt später vereinigte sich dieser Ansatz mit dem neu aufkommenden Bereich der humanistischen Psychologie, und das Ergebnis waren die Trainingsgruppen.

Auf den Gebieten der wissenschaftlichen Soziologie

und Sozialpsychologie wurde die Soziometrie in den 1950ern und 60ern hauptsächlich als Forschungsmethode verwendet, und selbst zu dieser Zeit hielt sich ihre Popularität in Grenzen. 1956 übertrug Moreno seine Zeitschrift „Soziometrie“ der *American Sociological Association*, die die Publikation noch über Jahre hinweg fortführten, aber so gut wie keine Beiträge von Moreno oder seinen treueren Anhängern veröffentlichten. Heutzutage findet sich Soziometrie nur sehr selten in den Stichwortverzeichnissen der meisten soziologischen oder sozialpsychologischen Fach- und Lehrbücher.

Obwohl die Soziometrie eine der ersten wissenschaftlichen Methoden war, die in der Soziologie eingesetzt wurden, diente sie hauptsächlich der Forschung; Bemühungen, mit den untersuchten Gruppen anhand der ermittelten Ergebnisse zu arbeiten, wurden kaum unternommen.

Dies war Morenos Absichten diametral entgegengesetzt, denn er propagierte das, was man heute als angewandte Verhaltenswissenschaft bezeichnen würde, also etwas, das den untersuchten Menschen direkt zugute kommt (Mendelson, 1977). Für Moreno nahm der Soziometriker am Prozess teil – dies war für ihn ethisch unumgänglich und deckte sich mit seiner existenziellen Philosophie. Die Soziometrie war ein Werkzeug, das die Menschen verwenden konnten, um zu überprüfen, wie gut ihre Gruppe funktionierte, und mit dieser Information konnten sie begründete Entscheidungen bezüglich Änderungen der Gruppennormen, -aktivitäten und Rollen treffen. Über die Beschreibung der Phänomene einer Gruppendynamik hinaus ist es wichtig, die technischen Probleme, die die Behebung einer „Gruppenkrankheit“ mit sich bringt, zu erkennen, zu benennen und zu beheben.

Natürlich erfordert Soziometrie mehr als die üblichen Fähigkeiten eines durchschnittlichen Akademikers. Nur wenige Hochschullehrer der Soziologie oder Sozialpsychologie besitzen auch Kenntnisse und Erfahrungen auf dem Gebiet der Gruppentherapie, aber genau diese Synthese verschiedener Fachbereiche war notwendig, damit sich die von Moreno getaufte Berufskategorie der „Soziotherapeuten“ oder „Soziater“ herausbilden konnte. Moreno hoffte, dieses neue Berufsfeld würde eine gesellschaftlich anerkannte Rolle bei der Diagnose und Behandlung von Konflikten innerhalb von und zwischen Gruppen, Nachbarschaften, Organisationen oder sogar Nationen übernehmen, ebenso wie Psychotherapeuten Einzelpersonen und Familien behandelten. Bedarf an einer solchen Berufsgruppe besteht zweifellos, da größere Gruppen und Zusammenschlüsse sogar noch gefährlichere und destruktivere Formen von Psychopathologie und Selbsttäuschung betreiben als Individuen. Unsere bislang nur rudimentären Kenntnisse und der kollektive Widerstand sollten uns jedoch nicht davon abhalten, weiterhin für eine Anerkennung der Notwendigkeit einer solchen Rolle einzutreten.

GEGENWÄRTIGER STAND

Besonders aussagekräftig in Bezug auf den Stand der Soziometrie in den Verhaltenswissenschaften ist wohl, dass die meisten Menschen noch nie davon gehört haben, es sein denn, sie haben mit Psychodrama zu tun. Seit den 1960er Jahren hat sich die Soziometrie zunehmend zu einer geheimnisvollen und nur gelegentlich eingesetzten Technik der Sozialpsychologie entwickelt. Wenn sie von Akademikern angewendet wird, geschieht dies außerdem meist im relativ einfach durchschaubaren Umfeld einer Grund- oder Vorschulklasse, und untersucht werden in der Regel Phänomene wie Popularität, soziale Fähigkeiten und Cliquenbildung in diesen Altersklassen (Bukowski & Cillessen, 1998).

Im wissenschaftlichen Bereich ist fast nichts dafür getan worden, die Methoden tatsächlich so zu verwenden, wie Moreno dies vorgesehen hatte, nämlich zur Unterstützung von Personen dabei, ihren Platz zu finden, so dass sie mit den Menschen, mit denen sie die stärkste Bindung verspüren, arbeiten oder spielen können, bzw. zur Linderung von Spannungen innerhalb einer Gruppe, die den Gruppenzusammenhalt belasten.

Andererseits wird Soziometrie von australischen und anderen Psychodramatikern sehr konstruktiv verwendet, insbesondere von Fachleuten, die Unternehmen und andere Organisationen beraten.

Das Problem besteht darin, dass Soziometrie ein überaus nützliches Werkzeug für Menschen ist, die nicht allzu verschlossen sind und ein ehrliches Interesse daran haben, etwas über die Interaktionen in ihrer Gruppe zu lernen. Dies erfordert einen gewissen Grad an psychologischer Aufgeschlossenheit und emotionaler Belastbarkeit, die leider rar ist. Mit anderen Worten: Für die meisten Situationen stellt Soziometrie noch keine ausreichend ausgereifte und allgemein anwendbare Methode dar.

Sogar in der Lehre des Psychodramas erwähnen viele Ausbilder die Soziometrie in den ersten Phasen des Studiums kaum. Bevor der *Board of Examiners* eingerichtet wurde und Fragen über Soziometrie einen wichtigen Stellenwert in den schriftlichen Prüfungen eingeräumt bekamen, tauchte sie auch im mittleren Abschnitt der Ausbildung kaum auf. Heute ist sie bei der Mehrheit von Psychodramatikern zu einem wichtigen Bestandteil des Grundwissens geworden, und das führt zu ein paar interessanten sekundären Problemen.

Meiner Meinung nach sollte Soziometrie in der angewandten Sozialpsychologie, Soziologie oder Gruppenarbeit als eigenständige Methode und unabhängig vom Psychodrama anerkannt werden. Beide Ansätze können jeweils problemlos unabhängig voneinander angewendet werden. Obwohl sie historisch und philosophisch gemeinsam gewachsen sind, überschneidet sich die Theorie des Psychodramas im Großen und Ganzen nur in wenigen Punkten

mit der Theorie der Soziometrie. Es kann behauptet werden, dass Soziometrie auch in der nicht-psychodramatischen Gruppenarbeit gleich große Relevanz zukommt. Diese Aussage ist jedoch zugegebenermaßen strittig, und bei einer Diskussion im Internet 1999 gab es ebenso vehemente Vertreter wie Gegner dieser Theorie (Forte & Propper, 1999).

Diejenigen, die beide Methoden für untrennbar hielten, argumentierten u.a. damit, dass es wichtig sei, bei der Arbeit mit Gruppen und mit Psychodrama die soziometrischen Dynamiken vor Augen zu haben. Dasselbe könnte man jedoch auch über viele andere Arten von Dynamiken sagen, deren man sich in diesen Fällen bewusst sein sollte. Nicht, dass ich Soziometrie nicht schätze – das tue ich wohl! Meiner Ansicht nach vertritt sie einen Gedankenkomplex, der in den meisten Bereichen der Psychologie und Soziologie nicht ausreichend berücksichtigt wird. Allerdings stelle ich gleichzeitig fest, dass die Soziometrie auch eigenständig als eine Form der angewandten Sozialpsychologie stehen kann, auch wenn sie ein noch sehr junges Gebiet handelt. Es gibt noch so viel zu lernen.

Moreno hat ausführlich über Soziometrie geschrieben und verschiedene soziodynamische „Gesetze“ formuliert, die jedoch besser „Hypothesen“ genannt werde sollten, da sie entweder nur unzureichend getestet worden sind oder ihre praktischen Auswirkungen nicht klar sind. Einige der Punkte sind offensichtlich und entsprechen dem alten Cliché „wer hat, dem wird gegeben“ – anwendbar sowohl auf Freunde als auch auf Geld. Trotz des beeindruckenden Umfangs seiner Schriften und der vielen Artikel und Beiträge anderer Autoren steht es noch immer aus, konkretere Richtlinien zu entwickeln, um Gruppen zu helfen, sich selbst zu untersuchen und konstruktiv mit ihren Problemen zu arbeiten. Einige dieser konkreteren Ansätze werden im folgenden Kapitel erörtert.

QUELLEN UND WEITERFÜHRENDE LITERATUR

Bannister, Anne. (1998). The group. (Kapitel 7, S. 111-127). M. Karp, P. Holmes & K. Bradshaw-Tauvon (Hrsg.), Handbook of psychodrama. London: Routledge.

Barbour, Alton. (1994). A re-examination of the tele effect. Journal of Group Psychotherapy. Psychodrama & Sociometry, 47(3), 114-125.

Blatner, Adam. (1994). Tele: The dynamics of interpersonal preference P. Holmes, M. Karp, & M. Watson (Hrsg.), Psychodrama since Moreno. London: Tavistock/Routledge.

Bukowski, William M. & Cillessen, Antonius H. (Hrsg.). (1998). Sociometry. New Directions in Child Development, #80. San Francisco: Jossey-Bass. (Anmerkung des Autors: hauptsächlich wissenschaftliche Beiträge über Kinder, wenig Bezüge zu Moreno).

Corey, Gerald & Corey, Marianne. (2000). Theory and practice of group counseling. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

Ettin, M.F. (1992). Foundations and applications of group psychotherapy: A sphere of influence. Boston: Allyn & Bacon.

Fink, Abel K. (1963). The democratic essence of psychodrama. Group psychotherapy, 16(3), 156-160.

Forester-Miller, Holly & Kottler, Jeffrey A. (1995). Issues and challenges for group practitioners. Denver: Love Publishing.

Forte, Azure & Propper, Herb. (1999). Dialogue: Sociometry-Psychodrama? Psychodrama Network News, Summer 1999.

Gladding, Samuel T. (1999). Group work: A counseling specialty. New York: Merrill/Macmillan.

Greenson, Ralph R. & Wexler, Milton. (1969). The non-transference relationship in the psychoanalytic situation. International Journal of Psychoanalysis, 50. 27-40

Evans, K.M. (1962). Sociometry and education. London: Routledge and Kegan Paul.

Gronlund, Norman E. (1959). Sociometry in the classroom. New York: Harper & Bros.

Guldner, Claude & Stone-Winestock, Penny. (1995). The use of sociometry in teaching at the university level. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 47(4), 177-185.

Hale, Ann E. (1974). Warm-up to a sociometric exploration. Group Psychotherapy and Psychodrama, 27, 157-172.

Hale, Ann E. (1985). Conducting clinical sociometric explorations: A manual for psychodramatists and sociometrists. Roanoke, VA: Selbstverlag.

Hare, A. Paul. (1992). Moreno's sociometric study at the Hudson School for Girls. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 45(1), 24-39.

Jennings, Helen Hall. (1950). Leadership and isolation (2. Aufl.). New York: Longmans, Green.

Jennings, Helen Hall. (1959). Sociometry in group relations: A manual for teachers (2. Aufl.). Washington, D.C.: American Council on Education.

Kosemihal, N.S. (1959). Sociometry and cybernetics. Group Psychotherapy, 12, 102-109.
Kumar, V. Krishna & Treadwell, Thomas. (1985). Practical sociometry for psychodramatists. West Chester, PA: Authors.
Lindzey, Gardner & Borgatta, Edgar F. (1954). Sociometric measurement. G. Lindzey (Hrsg.), Handbook of social psychology (Chapter 11). Cambridge, MA: Addison-Wesley.
Lippitt, Ronald; Bradford, Leland P. & Benne, Kenneth D. (1947). Sociodramatic clarification of leader and group roles, as a starting point for effective group functioning. Sociatry, 1(1), 82-91. (Anmerkung des Autors: Verschiedene andere Artikel dieser frühen Pioniere der T-Gruppe finden sich in den frühen Auflagen von Morenos Zeitschriften aus dieser Zeit.)
Mendelson, Peter D. (1977). Sociometry as a life philosophy. Group psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry, 30, 70-85.
Montagu, Ashley. (1982). The decay of sport values. J. Partington, T. Orlick, & S. S. Salmela (Hrsg.), Sport in perspective (S. 170-176). Ottawa: Sport in Perspective.
Moreno, J.L. (1933). Psychological organization of groups in the community. Handbook of mental deficiency (S. 5-35). Boston: Association for Mental Deficiency.
Moreno, J.L. (1934). Who shall survive? A new approach to the problem of human interrelations. Washington, D.C.: Nervous and Mental Disease Publishing Co. (Siehe Moreno, 1953b unten.)
Moreno, J.L. (1937). Interpersonal therapy and the psychopathology of interpersonal relations. Sociometry, 1(1), 9-76.
Moreno, J.L. (1953a). Kurt Lewin and the question of paternity. Group Psychotherapy, 5(1-2), 1-4.
Moreno, J.L. (1953b). Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and sociodrama (2. Aufl.). Beacon, NY: Beacon House. (Überarbeitete und erweiterte Auflage von 1934, 1. Aufl.)
Moreno, J.L. (1955). Contributions of sociometry to research methodology in sociology. (S. 99-107). A. Paul Hare, Edgar F. Borgatta, & Robert F. Bales (Hrsg.), Small groups: Studies in social interaction.
Moreno, J.L. (1972). Psychodrama, Band 1. (4. Aufl.) New York: Beacon House.
Moreno, J.L. (in Zusammenarbeit mit Moreno, Z.T.) (1959). Psychodrama, Vol 2. Beacon, NY: Beacon House.
Neri, Claudio. (1998). Group. London & Philadelphia: Jessica Kingsley.
Northway, Mary L. (1967) A primer of sociometry (2. Aufl.). Toronto: University of Toronto Press.
Zuretti, Monica. (1994). The co-unconscious. P. Holmes, M. Karp & M. Watson (Hrsg.), Psychodrama since Moreno. London: Routledge.

19
SOZIOMETRIE II
METHODEN

Seit Moreno die Soziometrie entwickelt hat, sind sowohl die klassischen als auch einige abgewandelte Methoden entscheidend verfeinert worden. Anstatt den Versuch zu wagen, die technischen Einzelheiten des Ansatzes umfassend zu beschreiben, möchte ich vielmehr eine kurze Übersicht bezüglich der am häufigsten verwendeten Techniken zusammenstellen und diese kommentieren. Der neugierige Leser ist gerne eingeladen, anderen Quellen Näheres zu entnehmen (Hale, 1985; Carlson-Sabelli, 1992; Treadwell, Kumar, Stein & Prosnick, 1998).

In der klassischen Soziometrie werden die Menschen einer Gruppe oder Gemeinschaft aufgefordert, einige sachdienliche Fragen bezüglich ihrer Vorzüge bestimmter andere Personen in verschiedenen Rollen und/oder bestimmten Situationen zu beantworten. In der Regel handelt es sich hierbei um einen schriftlichen Test, der durch Vordrucke ggf. erleichtert werden kann. Die gestellten Fragen basieren idealerweise auf realistischen Wahlmöglichkeiten, die also potenziell erfüllt werden könnten: Mit wem würdest du gerne in einer Arbeitsgruppe tätig sein? Mit wem würdest du bei den Mahlzeiten gerne zusammensitzen? Mit wem würdest du am liebsten den Schlafraum teilen? Diese Vorlieben können zusätzlich klassifiziert werden: Wer wäre deine erste Wahl? Deine zweite Wahl? Deine dritte?

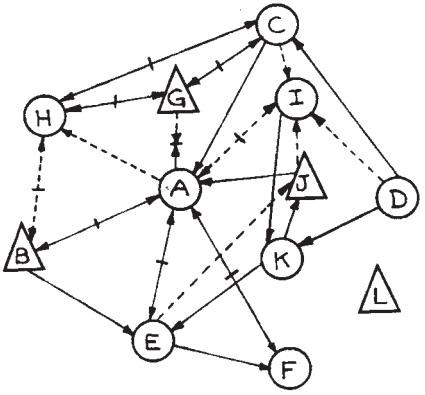


Bild 19.1.

Manchmal beinhaltet die Befragung auch: „Mit wem möchtest du am allerwenigsten (für diese oder jene Rolle) ein Team bilden?“ oder „Wer wäre dein zweit unliebster Partner?“

Die Antworten werden in Tabellen übertragen und die Ergebnisse werden mit der Gemeinschaft geteilt, manchmal in Form eines Soziogramms (siehe Bild

19.1). Auf der Grundlage dieser Antworten wird der Gruppe dabei geholfen, sich auf Zusammenstellungen zu einigen, die so weit wie möglich den angegebenen Vorlieben entsprechen, insbesondere wenn es sich um gegenseitige Vorlieben handelt. Ebenso wichtig ist die Unterstützung der Gruppe bei der Diskussion der Ergebnisse und beim Umgang mit den Fragen, die bei einem solch hohen Grad an zwischenpersönlicher Offenheit zwangsläufig auftreten.

Wie im vorherigen Kapitel erwähnt, ist die Soziometrie leider und im Gegensatz zu Morenos ausdrücklichem Wunsch in den allermeisten Fällen als Untersuchungsmethode verwendet worden, ohne dass die Ergebnisse mit den Probanden in angemessener Weise diskutiert worden wären.

WIDERSTAND GEGEN DIE SOZIOMETRIE

Eins der Probleme, die man meistern muss, wenn man die Methode gemäß Morenos Vorstellungen anwendet, besteht darin, dass der Soziometriker außergewöhnlich talentiert und erfahren sein muss, um auf alle Fragen eingehen zu können, die im Zuge der soziometrischen Untersuchung aufgeworfen werden. Die Herausforderung, ausdrücklich Vorlieben zu äußern, ist zugegebenermaßen erschreckend und weckt eine Reihe von Ängsten. Zu den typischen Ängsten, die Teilnehmer häufig äußern, zählen folgende:

„Ich habe Angst, dass…

- … du mich auslachst oder ausnutzt, wenn du herausfindest, dass ich dich mehr mag als du mich.“
- … du es mir verübelst und mich aus Rache vielleicht sogar verletzt, wenn du herausfindest, dass ich jemand anderes dir vorziehe, oder dass ich deine Gefühle verletze und mich danach schuldig fühle.“
- … du verletzt bist, wenn jemand anders mich mehr mag als dich, und du wiederum mich deshalb verletzt.“
- … die beliebten Leute mich nicht mögen, wenn ich sie nicht als Präferenz angebe, und darum traue ich mich nicht zuzugeben, dass ich dich mag.“
- … du zwar zu meinen bevorzugten Partnern zählst, es aber jemanden gibt, den ich noch stärker bevorzuge als dich, aber wenn dann die Person, die meine erste Wahl ist, mich nicht mag, bist du vielleicht böse, dass du nur meine zweite Wahl bist, und dann bekomme ich keinen meiner beiden bevorzugten Partner.“
- … du herausfindet, dass ich dich überhaupt nicht als Partner möchte, dass ich tatsächlich Abneigung für dich empfinde, aber (a) ich habe Angst, dir die Gründe zu verraten; (b) ich kenne die Gründe dafür nicht und kann es nicht erklären; (c) ich habe Angst, die Gründe für meine Abnei-

gung zu erforschen. Überall herrscht also Angst vor verletzten Gefühlen und Ressentiment.

Soziometrie bringt außerdem eine ganze Menge lebhafter intrapsychischer und zwischenpersönlicher Fragen ans Tageslicht, und ebenso, wie es bei der Psychoanalyse Widerstand dagegen gibt, bei intrapsychischen Angelegenheiten in die Tiefe zu gehen, gibt es auch Widerstände seitens der Gruppe und der Einzelpersonen, den zwischenpersönlichen Bereich auszuleuchten. Letzteres ist teilweise sogar noch schlimmer. Heutzutage sind die Menschen mit der gängigen Psychologie vertrauter, und viele werden eingestehen, dass sie Gefühle und Komplexe haben, die noch vor 50 oder 70 Jahren schockierend gewesen wären. Zwischenpersönliche Themen sind aber nach wie vor tabu, und die Aufforderung, Vorlieben zu äußern, weckt eine Empfindlichkeit, die weit schwieriger zu überwinden ist als der übliche Abwehrmechanismus bei einer Gruppentherapie oder in Gruppen zur Persönlichkeitsstärkung.

Noch eine Schicht tiefer und ebenfalls sehr empfindlich geht das soziometrische Verfahren, bei dem die Vorlieben begründet werden. Die Teilnehmer ahnen die Unvermeidbarkeit dieser Komponente, die recht unangenehm sein kann. Es ist, als dächten sie unterbewusst: „Oh je, wenn ich mich auf dieses Verfahren einlasse, muss ich herausfinden, warum ich die verschiedenen Leute hier in der Gruppe mag und/oder nicht mag, und ich kann fühlen, dass die Gründe für diese Vorlieben mit Gefühlen zu tun haben, für die ich mich schämen würde – sogar vor mir selbst!“

Die Kriterien, auf denen Zu- und Abneigung basieren, haben häufig eine tiefe Bedeutung und werden als emotionale Verwundbarkeit wahrgenommen. Wenn Träume der „Königsweg zum Unbewussten“ sind, wie Freud meinte, ist die Soziometrie ein viel versprechender Anwärter auf den Titel „Jetstream zum Unbewussten“.

Die Grundlagen für Vorlieben hinsichtlich Arbeit, Kirche, Freizeitbeschäftigungen und Kleidungsstil haben viele Verbindungen mit dem unbewussten Leben, und außerdem kommt diesen Verbindungen mehr Bedeutung zu als Träumen, weil sie so offensichtlich das Leben eines Menschen bestimmen. Die Menschen spüren, dass sie, wenn sie diesen Fragen nachgehen, rasch Ebenen der Selbsthinterfragung erreichen können, die die meisten lieber vermeiden.

Widerstand gegen die Soziometrie ergibt sich auch aus dem Gefühl: „Wieso sollten wir zwischenpersönliche Probleme ansprechen, wenn es keine offensichtliche Möglichkeit gibt, sie zu lösen?“ Wenn Personen nicht eine ganze Reihe von Fertigkeiten für die Konfliktlösung gelernt haben, lassen sie die Dinge lieber auf sich beruhen. Das ist völlig vernünftig. Wenn man einen Menschen nicht operieren kann, ohne ihn vermutlich zu töten, sollte man es lassen. Eine Operation erfordert eine Menge anderer Techniken – Sterilisation von

Instrumenten und Wunden, Anästhesie, Muskelrelaxantien, Blutinfusionen usw. –, damit sie effektiv ist und medizinisch anerkannt wird. Auch die Anwendung von Soziometrie, bei der äußerst sensible Themen angeschnitten werden, setzt Kenntnisse verschiedener reparativer Maßnahmen voraus sowie den Glauben daran, dass der Anführer der Gruppe und andere Gruppenmitglieder diese Maßnahmen ebenfalls kennen.

Zu diesen Anforderungen kommt noch der kollektive Widerstand: Gruppenmitglieder rotten sich bewusst und unbewusst zusammen und sind sich darin einig, die tatsächlichen Gründe für Spannungen und andere Schwierigkeiten in der Gruppe gar nicht wissen zu wollen, oder sie weigern sich sogar anzuerkennen, dass es überhaupt Spannungen gibt. Stattdessen halten sie sich an der Illusion fest, dass die Probleme wie durch Zauberhand verschwinden werden. Sie verdrängen die Tatsache, dass Probleme, die man nicht offen angeht, nur immer mehr und schlimmer werden.

Diese Mischung aus übermäßigem Ignorieren und fehlenden Kenntnissen auf dem Gebiet zwischenpersönlicher Fertigkeiten ist meiner Meinung nach einer der Hauptfaktoren des gegenwärtigen ungesunden Zustands gesellschaftlicher Entfremdung. Mit psychodramatischen und soziometrischen Techniken wie Rollentausch, Doppelgängermethode und Rollenanalyse kann dieses Problem gezielt angegangen werden. Wenn die Menschen lernen, Gruppen- und zwischenpersönliches Bewusstsein als Werkzeuge einzusetzen, lernen sie auch zu erkennen, wer in der Gruppe isoliert oder ausgeschlossen ist und warum, wer die Zu- und Abneigung der anderen falsch wahrnimmt, welche Untergruppen es gibt und anhand welcher Rollen oder Kriterien man einzelne Personen wirklich erkennen kann. Unsere heutige Kultur ist geprägt von sozialem Wandel, der ein erhöhtes Maß an psychologischer Flexibilität sowie kreative Bewältigungsstrategien erforderlich macht. Diese können mittels Erfahrungen in Gruppentrainings, in denen Soziometrie und Psychodrama zum Einsatz kommen, erlernt werden.

Bis sich in Gruppen und Organisationen nicht eine stabile Struktur von Einstellungen und psychosozialen Fertigkeiten etabliert hat, wird Soziometrie auf Ablehnung stoßen.

Aus diesem Grund können die Vorbereitung und die Erwärmungsphase einer Gruppe Tage oder Wochen dauern, in denen weniger beängstigende Übungen durchgeführt werden, der Gruppenzusammenhalt und auch die Motivation gestärkt werden, damit letztendlich das wissen-Wollen attraktiver ist als das Beruhen-lassen.

Als Teil dieser Erwärmungsphase oder als Alternative dazu gibt es eine Reihe von Techniken, die weniger beängstigend sind, ähnlich funktionieren wie Soziometrie und die einer Gruppe auch helfen können, mit ihren eigenen Dynamiken umzuge-

hen. Remer (1995, S. 85) schlägt zum Beispiel ein anonymes Soziogramm vor, das auf den Vorlieben der Gruppenmitglieder beruht; die Gruppenmitglieder werden dann aufgefordert, sich vorzustellen (und nachzuspielen), wie sie sich in den einzelnen Rollen fühlen und verhalten würden – als Star, als Außenseiter, usw. Eine weitere Möglichkeit ist ein projektives Soziogramm, bei dem Gruppenmitglieder raten, welche Position sie jeweils einnehmen und wie die anderen sie einschätzen. Wichtig ist, diesem Vorgang Zeit zu lassen und sich ausgiebig auch mit dem Feedback zu befassen, dass in folgenden Sitzungen notwendig ist.

In dieser Hinsicht war Moreno meiner Meinung nach von seinem Narzissmus und seiner Dreistigkeit derart geblendet, dass er wie die meisten Menschen unter einer gewissen zwischenpersönlichen Angst belastet war; jedoch kann seine Schwäche hier paradoxerweise eine Stärke gewesen sein. Er hatte eine Vision, dass sich Menschen mit einem Grad an Spontaneität und Freiheit begegnen, deren bloße Vorstellung den Horizont anderer bei Weitem übersteigt. Und es handelte sich um eine ansteckende Idee – andere hatten auch diese Vision! Es war eben diese Vision, die die Trainingsgruppen-Bewegung antrieb. Und in den kommenden Jahren, wenn die Menschen aufgrund wirtschaftlicher Zwänge in Kommunen zusammenleben müssen, könnten diese Techniken genau das Schmiermittel sein, das bei der Überwindung der Reibungen und Spannungen hilft, zu denen es unweigerlich kommen wird.

ANDERE SOZIOMETRISCHE METHODEN

Die am häufigsten verwendeten soziometrischen Techniken unterscheiden sich in einigen Aspekten von der klassischen Soziometrie. Bei einigen geht es darum, bewusst zu wählen und sich wählen zu lassen (oder nicht), ohne dass jedoch systematisch ein Diagramm erstellt und das Wahlverfahren explizit besprochen wird. Andere Methoden wie die Rollenanalyse und das soziale Netzwerkdiagramm beinhalten eine eindeutige Darstellung von Beziehungssystemen, wobei telische Dynamiken (wie in Kapitel 17 beschrieben) nur eine untergeordnete, wenn überhaupt eine Rolle spielen.

PARTNERWAHL

Einer der Grundsätze der Soziometrie ist, dass die Menschen in der Regel besser mit Personen zusammenarbeiten, mit denen sie ein positives Tele verbindet, was durch Gegenseitigkeit noch verstärkt wird.

In den meisten Fällen wird dieser Grundsatz ignoriert und übergangen. In vielen Schulen, Organisationen und anderen Einrichtungen werden aufgrund willkürlicher Auswahlkriterien Paare gebildet, wie es der Verwaltung beliebt, etwa weil Personen gleich groß sind oder ihre Nachnamen alphabetisch aufeinander folgen.

Das Ergebnis ist, dass die Menschen ihre Empfindlichkeit hinsichtlich ihrer Partnerwahl betäuben. In Workshops und anderen Gruppenaktivitäten, insbesondere wenn es um Selbstbeobachtung und Gruppendynamik geht, erweist es sich oft als hilfreich, diese Empfindlichkeit zu fördern und wieder aufzuwecken. Das erreicht man ganz einfach durch Übung, also dadurch, dass Wahlmöglichkeiten geschaffen werden und mit der ausgewählten Person darüber gesprochen wird, weshalb die Wahl getroffen wurde.

In einem Workshop, in dem die Fertigkeiten der Rollenübernahme gestärkt werden sollen, greife ich beispielsweise auf eine Reihe dyadischer Übungen zurück, bei denen jeweils eine der zwei Personen mit der anderen in einer neuen Rolle spricht. Zwischen den Übungen sind die Gruppenmitglieder aufgefordert, sich umzusehen und sich für die nächste dyadische Erfahrung einen neuen Partner zu suchen. Nach einem erneuten Austausch mit dem Wahlpartner bitte ich die Paare, sich die Zeit zu nehmen, miteinander darüber zu sprechen, warum sie einander gewählt haben und wie sie sich dabei gefühlt haben, gewählt (oder nicht gewählt) zu werden.

Diese Erwärmungsübung erfüllt verschiedene Funktionen: Erstens baut es Gruppenzusammenhalt auf, indem die Teilnehmer eine Reihe von „Verbündeten" finden, mit denen sie ein kleines Erlebnis verbindet. Zweitens wird durch das Wählen die intuitive telische Funktion geübt. Drittens findet eine gewisse Desensibilisierung der Teilnehmer hinsichtlich ihrer Angst statt, nicht gewählt zu werden oder andere zu verletzen, indem sie diese nicht wählen. Viertens werden sich die Leute ihrer Wahlstrategien bewusst sowie ihrer Strategien, das Wählen zu vermeiden, und denken darüber nach. Schließlich bereitet diese Methode die Gruppe auch darauf vor, sich mit dem reichhaltigen und sinnträchtigen Thema auseinanderzusetzen, in der Familie oder anderen sozialen Bindungen bevorzugt oder zurückgewiesen zu werden.

Da man mit dem neuen Partner über die getroffene Wahl spricht, bekommt man noch mehr Feedback. Einige Menschen haben Schwierigkeiten damit, jemanden zu finden, der ihre Vorliebe erwidert, und das gibt ebenfalls Anlass zum Nachdenken. Man sollte die Gruppe daran erinnern, dass die Begründung einer getroffenen Wahl nicht von vornherein mit Vernunft zu tun haben muss. Die Motive können einen vollständig irrationalen Hintergrund haben, ein zarter Wink, etwas wegen einer Frisur, vielleicht der Teil einer Äußerung. Einige dieser Gründe zeugen von beeindruckender Scharfsinnigkeit und Genauigkeit, während andere völlig inakkurat und eher Projektionen sind. Unabhängig davon fühlen sich die beteiligten Personen jedoch zunehmend wohler, wenn sie über dieses Auswählen sprechen, selbst wenn ihre Wahl nicht auf logische oder objektive Elemente zurückgeführt werden kann, vorausgesetzt, die Gespräche sind strukturiert und heiter.

AUSWAHL EINES PROTAGONISTEN UND/ ODER EINES HILFS-ICHS

Unabhängig davon, ob die Protagonisten von der Gruppe oder vom Regisseur ausgewählt werden, spielt zu einem bestimmten Maß das Tele eine Rolle. Es zahlt sich aus, diesen Vorgang bewusst nachzuvollziehen, denn dadurch lassen sich die Gruppenstrukturen und die eigenen gewohnheitsmäßigen Reaktionsmuster sehr schön erkennen. Gruppenmitglieder können aus vielen verschiedenen Gründen einen Protagonisten auswählen, etwa weil sie sich sexuell oder intellektuell von jemandem angezogen fühlen und mehr über diese Person erfahren möchten, oder weil man an jemandem bewundert, dass er „wirklich arbeiten will". Es gibt eine Reihe von Gesichtspunkten hinsichtlich der Auswahl eines Protagonisten, die in Bradshaw-Tauvon (1998) und Blatner (1996) näher erörtert werden. Hier einige zusätzliche Soziometrie-ähnliche Techniken:

Regisseure fordern oft diejenigen, die gerne Protagonist wären, dazu auf, der Gruppe dies mitzuteilen, indem sie zum Beispiel in die Mitte des Kreises der Gruppenmitglieder treten. (Es ist besser, wenn alle stehen – wenn man sitzt, erfordert es einer viel intensiveren Erwärmung, um den Mut aufzubringen, aufzustehen und nach vorne zu treten.) Die Personen, die ihr Interesse bekundet haben, werden gebeten, ein paar Worte darüber zu sagen, woran sie gerne arbeiten möchten. Anschließend werden alle Gruppenmitglieder gebeten, sich hinter den potentiellen Protagonisten zu stellen (und ihm evtl. die Hand auf die Schulter zu legen), dessen Anliegen für ihr eigenes Leben am relevantesten scheint. Wer eine Mehrheit der Gruppenmitglieder für sein Thema gewinnt, wird Protagonist für die nun folgende Darstellung. Dies wird den allgemeinen Bedürfnissen der Gruppe gerecht und sorgt außerdem dafür, dass die Wahl weniger mit einer Ablehnung der Person zu tun hat.

Trifft die Gruppe längerfristig zusammen, treten jedoch vermutlich eine Anzahl anderer Dynamiken an den Tag – bestimmte Leute bieten sich häufiger als Protagonist an, andere sind vielleicht zu zögerlich. Werden diese Muster erkennbar, müssen sie ausdrücklich angesprochen werden, denn das ist ein wichtiger Bestandteil der Gruppenentwicklung, die mit der Anwendung von Handlungsmethoden einhergeht.

Wenn dann der Protagonist ausgewählt ist und man damit beginnt, das Problem zu erforschen, werden die Hilfs-Ichs gewählt – in der Regel vom Protagonisten selbst. Der Regisseur fragt, wer in einer gegebenen Situation sonst noch anwesend ist, und dann werden diese Figuren benannt, indem der Regisseur den Protagonisten dazu auffordert, jemanden aus der Gruppe für die Verkörperung dieser Rolle auszusuchen. Auf die Details der Auswahl von Hilfs-Ichs geht die Literatur an anderer Stelle noch genauer ein (Blatner, 1996; Holmes, u.a., 1998). Der entscheidende Punkt ist hierbei, dass die zarten Hinweise,

die beim Auswählen eine Rolle spielen, häufig Beispiele für die Aktivität des „Co-Unbewussten“ sind. (Siehe die Diskussion dieses Telepathie-ähnlichen Phänomens auf Seite **XXX**.)

AKTIONSSOZIOMETRIE UND „SKULPTURARBEIT“

Diese Techniken schließen die Konkretisierung und Darstellung der empfundenen Beziehungen in einer Gruppe ein (Seabourne, 1963). In gewisser Weise handelt es sich um die physische Darstellung eines sozialen Netzwerkdiagramms (vgl. Kapitel 17), wobei die verschiedenen Rollen von Gruppenmitgliedern als Hilfs-Ichs gespielt werden, die auf der Bühne ihre Position einnehmen, als wären sie Skulpturen in einem Diorama. Die Abstände zwischen dem Protagonisten und den einzelnen Hilfs-Ichs, ihre Haltung, ihre Gesten usw. stellen lebhaft dar, wie der Protagonist sein Beziehungsnetzwerk erlebt.

Bei der Anwendung innerhalb von Familien wird die Aktionssoziomerie auch als „*family sculpture*“ (oder schlicht Familientherapie) bezeichnet, man kennt sie aber auch unter dem Namen „Statuenbau“. Diese Methode für die Arbeit mit Familienszenarien wurde in den späten 1960er Jahren von David Kantor als eigenständige Disziplin entwickelt; Kantor lernte von Paul Corynetz, einem Schüler Morenos während der 40er Jahre, einige Aspekte des Psychodramas kennen (Duhl, 1983). Scheinbar entwickelte auch Virginia Satir diese Methode in den späten 1960er Jahren und wurde möglicherweise von den multimodalen Ansätzen der Trainingsgruppen von Will Schutz beeinflusst.

Seit dieser Zeit sind noch weitere ausgearbeitete Beiträge zum Thema Aktionssoziometrie veröffentlicht worden (Duhl, Kantor & Duhl, 1973; Constantine, 1978; Sherman & Fredman, 1986; Wegscheider-Cruse et al., 1994; Duhl, 1999). Sie kann nicht nur in verschiedenen Arten von Gruppenarbeit angewendet werden, sondern auch im Rahmen der Lehre von Gruppendynamik (Duffy, 1997). Zum Beispiel können mehrere Gruppenmitglieder nacheinander ihre eigenen Skulpturen aufbauen und sie dann diskutieren. Manchmal bekommen die Figuren auch typische Sätze zugewiesen, die sie sagen können, und das verleiht dem Gesamtwerk eine zusätzliche Dimension. Der Protagonist kann dann in die Szene eintreten und hat die Möglichkeit, auf die einzelnen Rollen einzugehen.

In der Gruppenarbeit kann Aktionssoziometrie dazu verwendet werden, die verborgenen Verbindungen in einer Gruppe zu bewerten. Der Regisseur lädt die Gruppenmitglieder ein, aufzustehen und jemandem die Hand auf die Schulter zu legen, den sie schon vorher kannten, oder jemandem, den sie gerne besser kennen lernen würden. Man kann sie sogar auffordern, beide Hände zu verwenden und zwei Menschen zu verbinden – das führt zu Gekicher, weil kleine Untergruppen durch den Raum gezerrt

werden und am Ende kleine Trauben, Paare und Ketten herauskommen.

DAS SPEKTROGRAMM

Diese „lineare“ Form von Aktionssoziometrie ist eine der nützlichsten Techniken, um eine große Bandbreite von Fragen und Problemen anzugehen, die in Gruppen aufzutreten pflegen (Kole, 1967).

Viele Themen lassen sich nicht mit einer einfachen Entscheidung dafür oder dagegen abtun, sondern die Reaktionen, Gefühle oder eine Situation lassen sich besser darstellen, indem man die Teilnehmer bittet, sich auf einer imaginären Linie zu platzieren, wobei jedes Ende der Linie eine Seite der Frage (bzw. ein Extrem der Antwort) darstellt. Dadurch werden die vielfältigen subtilen Reaktionen konkreter. Hier einige Beispiele für Fragen, die in einem Spektrogramm dargestellt werden können:

- Wie viel Erfahrung haben Sie mit Psychodrama? Personen mit der meisten Erfahrung ans eine, Personen mit der wenigsten Erfahrung ans andere Ende.
- Wie wohl fühlen Sie sich mit der Entwicklung der Gruppe?
- Wie erfolgreich waren ihre sozialen Bindungen während Ihrer Zeit in der Highschool? Während Ihrer College-Zeit?
- Wie oft streiten Sie mit Ihren wichtigen Bezugspersonen?

Es gibt viele Variationen. Der Regisseur kann die Gruppe auffordern, miteinander zu reden und darüber zu diskutieren, wer wo stehen soll, ihre Antworten miteinander zu vergleichen: „Ich glaube, ich muss weiter hier rüber als du, weil…“ „Nein, ich denke, ich muss weiter dorthin, weil…“ Oder die Gruppe wird gebeten, ganz ohne Unterhaltung zu antworten. Sobald die Linie steht, können sich die an den Extremen Stehenden untereinander austauschen und sogar versuchen, ihre Parts zu tauschen. Um den Aspekt der Willkür hervorzuheben, verlassen die Personen an den Enden die Reihe und die in der Mitte Verbleibenden bekommen ein modifiziertes Kriterium zur Diskussion.

Manchmal kommt auch von einem Teilnehmer ein Änderungsvorschlag für eine Frage, so dass sich die Gruppe daraufhin neu verteilt. Oder es wird eine andere Art von Frage gestellt, für die ein neues Spektrogramm mit einer zusätzlichen Querlinie gezeichnet wird, so dass die Leute sich jeweils in einen von vier Quadranten stellen müssen.

All diese Techniken haben als gemeinsamen Nenner das soziometrische Prinzip, d.h. dass eine Gruppe dabei unterstützt wird, sich selbst Klarheit darüber zu verschaffen, wo die einzelnen Personen im Verhältnis zu anderen stehen, wenn es um Gefühle der Nähe, Anziehung oder um gemeinsame Interessen geht. Diese Klarheit wird durch die Zusammenarbeit und die

gemeinsam getroffenen Entscheidungen in Bezug auf sinnträchtige Fragen sowie die aussagekräftige Beantwortung derselben in Diagrammen oder in anderer physischer Weise erreicht.

GEZIELTE FRAGEN

Letztendlich hängt die Soziometrie in hohem Maß vom Aufbau der Fragen ab, wobei die Aufmerksamkeit darauf konzentriert werden muss, welche Dimension der Rolle jeweils betrachtet werden soll. Fragen nach direkten Vorzügen sind nicht die einzige Möglichkeit, sondern man kann auch auf die „Wahrnehmungssoziometrie“ zurückgreifen und erforschen, was die Personen denken, meinen, wünschen oder fürchten, was die anderen ihnen gegenüber empfinden.

In der Familienarbeit gibt es zusätzlich „kreisförmige“ Fragen: „Wen, glaubst du, sucht sich X als Anführer aus?“ (Williams, 1998).

ZUSAMMENFASSUNG

Soziometrie ist ein reichhaltiges Gebiet, und die beiden vorliegenden Kapitel stellen nur kurz einige der Höhepunkte dar, wobei ich besondere Betonung auf Aspekte gelegt habe, die meiner Meinung nach von entscheidender Bedeutung sind, aber an anderen Stellen vernachlässigt werden.

QUELLEN

Barclay, James R. (1990). Sociometry, temperament & school psychology. T. R. Kratochwill, S. N. Elliott, & M. Getlinger (Hrsg.), Advances in school psychology, Band 8. Louisville: Louisville Education Agency.

Blatner, Adam. (1996). Acting-In. New York: Springer.

Bradshaw-Tauvon, Kate. (1998). The protagonist. (Kapitel 6, S. 91-108). M. Karp, P. Holmes & K. Bradshaw-Tauvon (Hrsg.), Handbook of psychodrama. London: Routledge.

Carney, T. F. (1976). Sociometrics: Measuring your group life space (S. 122-146). No limits to growth. Winnipeg, Canada: Selbstverlag.

Carlson-Sabelli, Linnea; Sabelli, Hector C., Patel, M. & Holm, K. (1992). The union of opposites in sociometry: An empirical application of process theory. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 44, 147-171.

Constantine, Larry L. (1978). Family Sculpture and relationship mapping techniques. Journal of Marriage and Family Counseling, (April), 13-23.

Duffy, Trudy. (1997). Teaching the stages of group development: The classoom becomes a sculpture gallery. Journal of Teaching in Social Work, 15(1/2), 147-160.

Duhl, Bunny. (1983). Sculpture and the theater of the mind (Kapitel 10, S. 213-266). From the inside out and other metaphors. Boston: Selbstverlag.

Duhl, Bunny S. (1999). Action metaphor: Bringing what's inside out. Daniel J. Wiener (Hrsg.), Beyond talk therapy. Washington, D.C.: American Psychological Association.
Duhl, Fred J., Kantor, David & Duhl, Bunny S. (1973). Learning, space and action in family therapy: A primer of sculpture. D. A. Bloch (Hrsg.), Techniques of family psychotherapy: A primer (S. 47-63). New York: Grune & Stratton.
Hale, Ann E. (1987). New developments in sociometry. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 40, 119-123.
Hollander, Carl E. (1978). An introduction to sociogram construction. Denver: Snow Lion Press.
Holmes, Paul. (1998). The auxiliary ego. (Kapitel 8) M. Karp, P. Holmes, & K. Bradshaw-Tauvon (Hrsg.) Handbook of psychodrama. London: Routledge.
Jones, Diana. (1996). Psychodrama at work. (Dissertation). Wellington, New Zealand: Selbstverlag.
Kole, D. (1967). The spectrogram in psychodrama. Group Psychotherapy, 20(1-2), 53-61.
Passariello, Neil M. & Newnes, Craig. (1988). The clinical application of a sociometric test in a therapeutic community: A case study. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 40(4), 169-184.
Remer, Rory. (1995). Using strong sociometry as an interpersonal feedback tool. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 48(2), 69-83.
Seabourne, Barbara. (1963). The action sociogram. Group Psychotherapy, 16(3), 145-155.
Seeman, M. (1946). Near sociometric tests. Sociometry, 9(2-3)
Sherman, Robert & Fredman, Norman. (1986). Sociometric techniques. Handbook of structured techniques in marriage and family therapy. New York: Brunner/Mazel.
Treadwell, Thomas W.; Kumar, V. K.; Stein, Steven A. & Prosnick, Kevin. (1998). Sociometry: Tools for research and practice. International Journal of Action Methods, 51(1), 23-40. (Erstmals 1997 in: Journal for Specialists in Group Work, 22(1), 52-65.)
Wegscheider-Cruse, Sharon; Higby, Kathy; Klontz, Ted & Rainey, Ann. (1994). Family reconstruction: The living theater model. Los Altos, CA: Science & Behaviour Books.
Williams, Antony. (1998). Psychodrama and family therapy – What's in a name? International journal of Action Methods, 50(4), 139-165.

20
Verwandte Ansätze

Einige Ansätze leiten sich grundlegend von Morenos Arbeit ab, während andere sich selbständig entwickelt haben. Dieses Kapitel wird auf die Verfahren eingehen, die darauf ausgelegt sind, das Bewusstsein zu befreien. Was sie gemeinsam haben sind dramaturgische Elemente des Heilens und religiöse Rituale, die undurchsichtige Vorgeschichten haben (Snow, 1996; J. Moreno, 1988; McNiff, 1988). Vorgestellt werden sollen:

Rollenspiel
Trainierendes Rollenspiel
Handlungsmethoden (*action methods*)
Soziodrama
Bibliodrama
Dramatherapie
Drama im Bildungswesen
Interaktives Theater
Playback-Theater
Die Kunst des Spielens

Häufig verschwimmen die Grenzen zwischen diesen miteinander verwandten Ansätzen. Auch Artikel und sonstige Beiträge von Fachleuten aus anderen Gebieten als dem Psychodrama unterstützen viele dieser Methoden und das Grundprinzip des Psychodramas maßgeblich.

ROLLENSPIEL UND TRAINIERENDES ROLLENSPIEL

Hierbei handelt es sich um den wohl am weitesten verbreiteten Ableger des Psychodramas, und die Termini werden tatsächlich zuweilen synonymisch verwendet (Corsini, 1966; Etcheverry, Siporin & Toseland, 1986; Kipper, 1982). Unter Psychodramatikern bezieht sich der Begriff Rollenspiel jedoch eher auf die Anwendung der Methode im nicht-therapeutischen Zusammenhang, in dem die Herausforderung nicht darin besteht, die tief verwurzelten Gefühle des Teilnehmers zu ergründen, sondern bei dem es vielmehr darum geht, in einer weniger persönlichen Dimension verschiedene Lösungsmöglichkeiten für ein bestehendes Problem auszutesten (Swink, 1993).

Ist das Ziel eine bestimmte und bekannte Verhaltens-

weise, spricht man von trainierendem Rollenspiel (*role training*); man kennt es auch als „Verhaltenstraining“. Sobald ein Problem geklärt ist und eine gewisse Einsicht und ein Wandel in der Einstellung erreicht wurden, besteht die Herausforderung nunmehr darin, ein erfolgreicheres Rollenrepertoire zu entwickeln. Die Schlüsseltechnik beim trainierenden Rollenspiel ist die Wiederholung (*replay*), bei der man die Möglichkeit hat, die Reaktion nach jedem Retake (also nach jeder einzelnen Wiederholung) neu zu bewerten, bis sie befriedigend erscheint. Der Protagonist kann zum Beispiel Rollen tauschen und erleben, wie sein Verhalten aufgenommen werden würde. Manchmal stellen andere Gruppenteilnehmer dar, wie sie sich verhalten würden, oder man setzt die Spiegeltechnik ein, um die Interaktion von außen betrachten zu können. Trainierendes Rollenspiel kombiniert Feedback und Unterstützung durch die Gruppe mit Aufmerksamkeit für nonverbale Kommunikation.

Trainierendes Rollenspiel lässt sich für den Erwerb verschiedener Fertigkeiten einsetzen, zum Beispiel in Selbstbehauptungskursen, Aggressionsbewältigungskursen oder Gruppen, in denen man lernt, dem Druck seiner Umgebung bezüglich Drogen oder Sex standzuhalten. Es ist nützlich für die Entwicklung sozialer Fähigkeiten und Unabhängigkeit, besonders für Menschen, die ihr Leben in einer Anstalt verbracht haben, für die Vorbereitung von Vorstellungsgesprächen, um kreatives Kritisieren zu lernen, oder um Eltern effektives Erziehen beizubringen. Anstatt über Situationen nur zu sprechen, wird den Menschen genug Zeit gegeben, um die Fertigkeiten so zu üben, dass sie sie letztendlich wirklich beherrschen und die Situationen meistern können.

Bei Simulationen bedarf es komplexerer Formen des Rollenspiels, bei denen oft wohl durchdachtes Vorgehen und elaborierte Techniken zum Einsatz kommen. Flugzeugpiloten, Astronauten, Tiefseetaucher und groß angelegte militärische Übungsmanöver (Kriegs- oder Planspiele) bedienen sich der Grundprinzipien des Rollenspiels, um Strategien, neue Techniken und neue Erfindungen auszuprobieren, um den „Dreh“ herauszufinden und den Einsatz des Manövers oder Geräts usw. routinemäßig handhaben zu können. Diese Übungen sind notwendig, weil in komplexen Systemen unweigerlich unvorhergesehene Variablen auftreten können.

AKTIONS- ODER HANDLUNGSMETHODEN (*ACTION METHODS*)

Handlungsmethoden sind psychodramatisch oder anderweitig strukturierte Techniken, die unabhängig angewendet werden – nicht nur abgesondert vom gesamten psychodramatischen Vorgang – als Bestandteil einer Therapie, einer geschäftlichen Beratung oder sogar im täglichen Leben.

Andere Begriffe, die stellenweise verwendet worden sind, sind „experimentelle Methoden“,

„strukturierte Erfahrungen“ und andere ähnliche Kombinationen. Auf lange Sicht wird die weit verbreitete Verwendung dieser Techniken den größten Einfluss des Psychodramas weltweit ausmachen. Viele dieser Techniken leiten sich nicht alleine vom Psychodrama ab, sondern auch von Theaterimprovisationen, kreativen Theaterübungen, Traumreisen, der Dramatherapie und anderen aktiven Therapiemethoden. Diese werden je nach Bedarf modifiziert, mit anderen Praktiken vereint und für eine große Anzahl von Zwecken verwendet, dazu zählen:

allgemeines Spontaneitätstraining
Aufwärmübungen für weiterführende Untersuchungen
Verbesserung der Selbstwahrnehmung
Aufbau von Gruppenzusammenhalt
Darstellung eines Gruppenanliegens
Lösung eines bestimmten Problems

SOZIODRAMA

Dieser Ansatz stellt auf die Dynamiken von Gruppen oder Subgruppen im Verhältnis zueinander ab (Kellermann, 1998). Als Beispiele für Soziodramen lassen sich nennen:

- Workshops für Mutter-Tochter-Beziehungen;
- Umgang mit Rassenspannungen oder anderen Arten von Vorurteilen;
- eine Begegnung von Menschen unterschiedlicher Nationalitäten auf der Suche nach Verständigung angesichts vergangener oder aktueller kriegerischer Auseinandersetzungen ihrer Völker;
- ein Treffen von Polizeibeamten und Mitgliedern der Gemeinschaft;
- Erforschung eines allgemeinen sozialen oder ethischen Problems;
- Problemlösung angesichts abnehmender Produktivität in einem Betrieb;
- Erforschung eines historischen oder soziopolitischen Themas in einer Schulklasse, einer internationalen Behörde oder bei einer Gemeindeversammlung.

Eigentlich kann man sich ein Individuum als Ansammlung bestimmter Rollen vorstellen, aber Gruppen sehen im Verhältnis zueinander nur einige wenige allgemeine Rollenbeziehungen. Allerdings bergen sogar relativ einfache Rollen große Reichhaltigkeit. Jede Rolle bringt ihre eigenen Schwierigkeiten mit sich, bestimmte Eigenschaften, die mit ihr assoziiert werden, sowie Vor- und Nachteile, die ihr Tiefe verleihen. Die Schwierigkeiten einer Frau, die sich mit einer ungewollten oder konfliktträchtigen Schwangerschaft konfrontiert sieht, haben sowohl persönliche als auch gesellschaftliche Gründe.

Das Soziodrama variiert je nachdem, auf welche Weise die Problemen entstanden sind, welche Rollen für eine nähere Erforschung ausgewählt und wie sie auf verschiedene Personen verteilt werden (Minkin, 1999).

Wird zum Beispiel in einer Schulklasse über Geschichte gesprochen, bestimmt in der Regel der Lehrer aus der Retrospektive sowohl die Themen als auch die zu spielenden Rollen (Zeleny, 1956). In einer Gruppe, in der es innere Spannungen gibt, kann es andererseits vorkommen, dass bereits das Erkennen des Problems, das die Spannungen in der Untergruppe ausgelöst hat, sowie die Benennung von Einzelnen, die als Sprecher fungieren, spontan und direkt von der Gruppe ausgehen und der Regisseur den Vorgang höchstens noch zu katalysieren braucht.

Zum Beispiel in einer Gruppe, in der es um die Beziehung zwischen Eltern und ihren Kindern im Teenager-Alter geht, kann der Regisseur es einer Gruppe freistellen, ein Thema zu wählen, zum Beispiel die Taschengeldregelung, und dann übernimmt er eine mehr oder weniger aktive Rolle und benennt die verschiedenen Rollen, die beteiligt sind. In der Regel melden sich einige Gruppenmitglieder freiwillig, aber gelegentlich werden diese Rollen auch zugeteilt. Dass die Gruppe die wichtigen Rollen und Rollenbestandteile erkennt, ist häufig ein entscheidender Schritt.

Das Thema steht manchmal von vornherein fest, etwa weil es Teil eines festen Studienplans oder sogar der eigentliche Grund für die Einberufung des Treffens und die Zusammenarbeit mit einem Soziodramatiker ist; beispielsweise ist dies der Fall, wenn ein Unternehmen seinen Mitarbeitern mit Hilfe dieser Methode die Firmenpolitik hinsichtlich sexueller Belästigung nahe bringen will und einen experimentellen Ansatz einem rein didaktischen vorzieht. In einer Therapiegruppe dagegen kann es sein, dass ein Problem bei einer vorangegangenen Sitzung angesprochen worden ist und alle Teilnehmer gerne näher darauf eingehen wollen. Auch kann die erste Herausforderung für die Gruppe schon darin bestehen, ihre Anliegen erst zu formulieren und die ihnen zugrunde liegenden Aspekte zu entdecken.

In vielen Soziodramen gibt es Gruppenmitglieder, für die das angesprochene Problem ihr eigenes, ganz persönliches Leben betrifft. In ähnlicher Weise spüren in vielen Psychodramen Gruppenmitglieder eine Resonanz hinsichtlich allgemeingültiger Themen oder gruppenüberschreitender Angelegenheiten; wenn eine Frau etwa das Gefühl der Abweisung in einer bestimmten Beziehung zu verarbeiten sucht, kann das bei den anderen Gefühle hinsichtlich moderner Normen im Bereich der Verabredungen und des Kennenlernens wecken. Abhängig von den Gegebenheiten kann ein Soziodrama als Erwärmungsübung vor einem Psychodrama verwendet werden, oder ein Psychodrama kann ein Soziodrama einleiten. In vielen Zusammenhängen ist eine Mischung der beiden Methoden jedoch nicht möglich!

Kommen die Teilnehmer zusammen, um sich auf allgemeiner Ebene zu unterhalten, stellt es einen Bruch der unausgesprochenen Vereinbarung dar, sich auf Einzelpersonen zu konzentrieren und ein

Individuum in den Mittelpunkt zu rücken. Sogar wenn sie zum fraglichen Zeitpunkt für eine solche Öffnung ihrer Persönlichkeit bereit zu sein scheinen, kann dies das Ergebnis der Erwärmung sein, so dass sie im Nachhinein das Gefühl haben, entblößt und betrogen worden zu sein. Insbesondere in Unternehmen, Schulen und Kirchengruppen muss man in dieser Hinsicht besondere Vorsicht walten lassen (Stein, Ingersoll & Treadwell, 1995).

Aber auch in der Therapie ist es angeraten, den Wechsel von Soziodrama zu Psychodrama explizit zu vollziehen und dabei die unterschiedlichen Perspektiven und die Bedeutung der jeweiligen Rollen eindeutig klarzustellen.

Die Teilnehmer eines Soziodramas sind sich bewusst, dass die Rollen, die die einzelnen Personen übernehmen, nicht die tatsächliche Haltung desjenigen wiedergibt, der sie spielt. (Wenn die Mitspieler im weiteren Verlauf eingestehen, dass einige Elemente der der dargestellten Rolle tatsächlich auf ihr Leben zutrifft, ist das ihre Entscheidung.) Im Psychodrama dagegen herrscht eher die Empfindung vor, dass das, was der Protagonist darstellt, weitgehend „wahr“ ist, zumindest auf psychischer Ebene.

Die Arbeit mit dem Soziodrama, darunter der oben beschriebene Einsatz von Handlungsmethoden, kann aus gesellschaftlicher Sicht weit einflussreicher sein als das klassische therapeutische Psychodrama. Minkins setzte Soziodrama ein, um in Philadelphia ein generationsübergreifendes Theaterprojekt (für ältere Erwachsene und Teenager) für den Einsatz in Unternehmen aufzubauen, aber auch für Rollenspiel und Simulationen (Torrance, 1975; Mickey, 1995; Wiener, 1997) sowie in anderen Kontexten angewendet (Sternberg & Garcia, 1987) hat es im Lauf der Jahre Anwendung gefunden.

BIBLIODRAMA

Hierbei handelt es sich um eine modifizierte Form des Soziodramas, bei dem es um Texte aus der Bibel oder aus anderen religiösen Schriften geht (Miller, 1998) und die hauptsächlich eingesetzt wird, um im Religionsunterricht, bei Exerzitien oder bei anderen Gelegenheiten das spirituelle Verständnis zu vertiefen. (Anm. d. Übers.: Im deutschen Sprachgebrauch bezeichnet der Begriff Bibliolog einen experimentellen Zugang zu Bibeltexten aus spirituellen Gründen, während beim Bibliodrama eine therapeutische Funktion im Vordergrund steht.) Auch andere Mythen und Legenden kann man auf ähnliche Weise erforschen, aber es ist von Vorteil, wenn die Gruppenmitglieder sich einigermaßen in den jeweiligen Geschichten auskennen; wichtig ist auch, dass einige Zeit auf die Erwärmung der Gruppenmitglieder verwandt wird, um sie darauf vorzubereiten, wie lebendig die Charaktere und ihre Probleme in einer Geschichte werden können. Pitzele gab 1998 eine ausführliche Beschreibung der Methodik und Einsatzmöglichkeiten des Bibliologs

bzw. Bibliodramas heraus, in der er insbesondere Beispiele für einen Bibliolog über die Erzählungen in Genesis gibt (Pitzele, 1995). Der Vorgang erfordert die zuvor genannte, auf den ausgewählten Text zugeschnittene Erwärmung, woraufhin eine Szene aus der Geschichte nachgespielt wird. Psychodramatische Techniken ergänzen die theatralische Erforschung.

DRAMATHERAPIE

Die Drama- oder auch Theatertherapie entwickelte sich zunächst unabhängig vom Psychodrama, indem Schauspieler und Regisseure in Krankenhäusern und anderen klinischen Umgebungen Stücke aufführten. In den 1970er Jahren gewannen die Ideen Morenos zunehmend an Akzeptanz, und für viele Vertreter der Dramatherapie ist das Psychodrama ein wesentlicher Bestandteil ihrer Arbeit (Emunah, 1997).

Etwa ab den 1950er Jahren begann eine Reihe von Pionieren, hauptsächlich in den Vereinigten Staaten und England mit verschiedenen Formen von Dramatherapie zu experimentieren. In den 1970ern festigte sich die Methode, und 1979 wurde in den Vereinigten Staaten der Landesverband für Dramatherapie gegründet (Landy, 1997). (1) (Anm. d. Üb.: Ist die Arbeit auf die Erarbeitung und Aufführung eines Stücks ausgerichtet, spricht man im Deutschen von „Theatertherapie“, während die „Dramatherapie“ eher prozessorientiert ist.)

Es gibt eine Reihe verschiedener Methoden, wie man eine Theater- oder Dramatherapie durchführen kann: Einige Gruppen spielen Ausschnitte aus ganz normalen Stücken und untersuchen dann ihre Reaktionen in ihren Rollen. Andere schreiben und produzieren Stücke, die auf Geschichten aus ihrem wirklichen Leben beruhen, oder sie mischen für ihr Stück verschiedene Ansätze. David Read Johnson verwendet einen Vorgang, den er „Transformationen” nennt, bei dem in andauernder Improvisation immer wieder die Rollen getauscht werden, was sowohl die Mitspieler als auch den Spielleiter fordert. Renee Emunah (1994) beschreibt eine Dramatherapie, die von allgemeinem Spontaneitätstraining über Rollenspiel mit distanzierten Figuren bis hin zu tatsächlichem Psychodrama alles einschließt. Wieder andere Vertreter fügen andere Variationen hinzu und beziehen Elemente aus Methoden ein, die im Folgenden noch erörtert werden.

Andere künstlerisch-kreative Ansätze finden ebenfalls Eingang in die Dramatherapie: Poesie, bildende Kunst, Collagen, Bauten, Kostüme, kreatives Schreiben und Ausdruckstanz vermischen sich mit Inszenierung und Schauspiel. Jeder dieser Ansätze erlaubt die Erfahrung von Tiefe. Während einerseits nichts gegen Morenos Direktheit und Spontaneität spricht, gibt es andererseits Menschen, die besser mit den eher traditionellen Aktivitäten zurechtkommen, welche ja auch verschiedene therapeutische Funktionen erfüllen. Die Gruppen, die nach wie vor eine Darstellung erarbeiten – entweder eine

Ansammlung individueller Darstellungen oder eine große gemeinschaftliche Produktion – können die Vorbereitungsphase als Gelegenheit nutzen, dauerhaftes Engagement, Zusammenarbeit, Selbstdisziplin und Zielstrebigkeit zu erleben.

Gegenwärtig beinhalten die meisten Dramatherapie-Programme Psychodrama. Gleichzeitig können Psychodramatiker eine Menge von Dramatherapeuten lernen – nicht nur hinsichtlich der Techniken, sondern auch angesichts der umfangreichen Literaur über die Theorie der Dramatherapie und anderer Ansätze, die eine weitere kreative Synthese nahe legen (Johnson, 1984). Erfreulicherweise gibt es einen regen Austausch von Fachleuten beider Fachgebiete, die ihre Erkenntnisse zunehmend auf den Konferenzen der jeweils anderen Richtung präsentieren, und gelegentlich werden sogar bereits gemeinsame Tagungen abgehalten.

Welche Klienten sprechen wohl besser auf welchen Ansatz an? Der wichtigste Aspekt scheint hierbei ein variables Bedürfnis nach Rollendistanz zu sein. Beim Psychodrama sind die Protagonisten angehalten anzuerkennen, dass sie ein Problem haben – aber selbst das überfordert schon einige Menschen (Fox, 1996). Ein Mindestmaß an psychologischer Bewusstheit ist dafür erforderlich. Wer dazu neigt, die Probleme bei allen anderen zu sehen oder sich in anderer Weise dagegen wehrt, die Existenz eines Problems einzusehen, ist vielleicht mit der eher distanzierten Erforschung eines Fragenkomplexes, zumindest als ersten Schritt, besser beraten. Wenn Kinder zum Beispiel mit Stofftieren oder Puppen spielen, lautet die implizite Botschaft: „Das ist nicht meine Familie, nur eine Familie.“ Auf einer tieferen Ebene jedoch trägt die Darstellung jedoch die Projektionen des Puppenspielers als Autor und Erfinder des Stücks in sich.

Distanzierung kann man dadurch erreichen, dass eine Person eine Rolle in einem in geschriebener Form vorliegenden oder sogar einem teilweise improvisierten Stück annimmt, das als Puffer dient, so dass der Darsteller nicht das Gefühl hat, zu viel von sich preisgeben zu müssen – auch nicht vor sich selbst. Anstatt anerkennen zu müssen: „Das bin ich in meinem Leben.“, können die Klienten auf weniger direkte Weise sagen: „So sehe ich den König (oder den Bösen oder eine andere Figur) in dieser Szene.“ Auch hier schwingt unterschwellig die Aussage mit: „Wir spielen hier nur und es zählt nicht – es geht nicht um mich.“ Selbst wenn das stimmt, werden doch immer bestimmte Motive oder emotionale Reaktionen hervorgerufen.

Die Dramatherapie bietet außerdem viele Ideen für Aufwärmübungen, von denen sich einige aus dem Psychodrama entwickelt haben und andere sich für Psychodramatiker sehr hilfreich und nützlich erweisen würden (Emunah, 1994). Ein weite-

rer Aspekt, von dem sich das Psychodrama eine Scheibe abschneiden könnte, ist ein symbolisches integratives oder abschließendes Ritual. Der Einsatz von Ritualen erweitert das Psychodrama weit über seine klassische Methodologie hinaus. Aus meinen Äußerungen ist vermutlich bereits deutlich geworden, dass ich große Vorteile in einem anhaltenden Austausch und einer Annäherung der beiden Methoden sehe (Blatner, 1994). Die Dramatherapie wächst weiter, und die Fachbücher und sonstigen Beiträge auf diesem Gebiet vertreten oft Ansichten und Erkenntnisse, die die theoretischen Grundlagen des Psychodramas ideal ergänzen können (Jennings, 1998; Langley, 1995; Casson, 1996).

DRAMAPÄDAGOGIK (*DRAMA IN EDUCATION*)

Seit die Dramapädagogik in den 1920er Jahren in den Vereinigten Staaten von Winifred Ward und in den 1940er Jahren in England von Peter Slade ins Leben gerufen wurde, ist sie beständig gewachsen und beeinflusst heute nicht nur schulische Theatergruppen, sondern setzt auch sonst Trends im Bildungswesen, in der Literatur, Sozialkunde und ermöglicht sogar die experimentelle Aufbereitung der Naturwissenschaften und der Mathematik. Das Rollenspiel wurde in dieses Fachgebiet integriert, und die verschiedenen Ansätze haben sich in erheblichem Maß vermischt (Shaftel, 1982).

In England and Kanada entwickelte sich eine weitere Generation von Autoren und Lehrern, zu denen auch Peter Slade, Gavin Bolton, Richard Courtney, Dorothy Heathcote, Veronica Sherborne und Brian Way zählen. Für einige von ihnen gab es große Überschneidungen von Dramapädagogik und Dramatherapie: Für beide Ansätze ist ein variables Maß an Spontaneität und Improvisation von großer Bedeutung, und sie neigen dazu, sich eher auf die Erfahrungen der Schüler selbst als auf das außen stehende Publikum zu konzentrieren. Es handelt sich also um „prozessorientierte Arbeit“, die im Gegensatz zum „produktorientierten Ansatz“ steht (Martin-Smith, 1996). Insbesondere die Beiträge von Courtney (1990, 1995) bieten aussagekräftige Begriffe und Konzepte, die auch den Einsatz von Psychodrama rechtfertigen.

Eine der wohl wichtigsten Auswirkungen auf das Psychodrama ist, dass es angepasst werden kann, um Fähigkeiten zu vermitteln, die für den Umgang mit den sozialen und emotionalen Herausforderungen einer sich rasant ändernden Welt benötigt werden. Besonders wichtig sind Fähigkeiten auf den Gebieten Kommunikation, Problemlösung und Selbstwahrnehmung (Pearson-Davis, 1989; Blatner, 1995). Noch tiefer geht die Vorstellung von der Weiterentwicklung von Spontaneität und Initiative (Neville, 1989), wie im Kapitel über das Erlernen von Fertigkeiten dargestellt wurde. Damit verbunden ist der allgemeine Bereich des „kreativen Dramas“, das eine weiterführende Entwicklung die-

ser Fertigkeiten verspricht (Sternberg, 1998; Clifford & Herrmann, 1999). Für weitere Ausführungen über den Einsatz Drama-artiger Methoden und Techniken möchte ich auf das Kapitel „*Applications in Education*“ in unserem Buch *The Art of Play* verweisen (Blatner & Blatner, 1997).

INTERAKTIVES THEATER

Moreno erfand seine eigene Form von Improvisationstheater gegen 1920 und sah darin im weitesten Sinn von Heilung und Bewusstseinsförderung eine Art Gesellschaftstherapie. Unabhängig davon entwickelten auch viele andere Personen eine ähnliche Idee. Eine der wegweisenden Kräfte auf dem Gebiet ist Augusto Boal (1995), der in Brasilien das „Theater der Unterdrückten” (*teatro do oprimido*) etabliert hat. In jüngerer Zeit hat Boas in Bezug auf die Probleme des Bürgertums geäußert, die weit verbreiteten und weniger ausgeprägten neurotischen Störungen könnten als innere Unterdrückung behandelt werden (Feldhendler, 1994). Es gibt eine ganze Reihe von Theaterkünstlern, die Anhänger dieser neuen Form und einer Nebenform dieses Ansatzes, des „Forumtheaters“, sind.

Es gibt noch viele andere Arten von interaktivem Theater mit vielen verschiedenen Zielsetzungen, die von reiner Unterhaltung über die Bekundung einer politischen Überzeugung bis zum Erreichen einer Kompromissbereitschaft beim Publikum, das über verschiedene gesellschaftliche Fragen nachdenken soll, reichen. Zum Beispiel hat sich eine Anzahl von Gruppen von „*mental health players*“ (etwa „Schauspieler für psychische Gesundheit“) entwickelt, die schauspielerisch Szenen aus dem Alltag aufgreifen und durch Improvisation aufklären, Bewusstsein schaffen und beispielhafte alternative Verhaltensweisen aufzeigen wollen. Solche Gruppen gibt es in allen Zusammensetzungen, von Laien und Amateuren bis hin zu professionellen Schauspielern.

Wieder andere Gruppen verwenden Interaktivität weniger in Hinblick auf ein konkretes soziales Problem, sondern vielmehr zur Förderung von Engagement und Spontaneität (Wirth, 1995). Wiener (1994) lehrt Improvisationstechniken mit dem Ziel, das Rollenrepertoire der Menschen zu erweitern. Wieder andere beschreiben das Schauspielern als Fertigkeit, die das Leben bereichert (Cossa u.a., 1996).

PLAYBACK-THEATER

Hierbei handelt es sich um eine Zwischenform – ein Theater ohne Skript –, dessen Popularität inzwischen sehr groß geworden ist. Beim Playbacktheater erzählen Personen aus dem Publikum Geschichten über eigene Erlebnisse und Erfahrungen, die von einer kleinen Gruppe professioneller Schauspieler

nachgestellt werden. Sie improvisieren und verwenden nur sehr wenige Requisiten – ein paar stabile Kisten, verschiedene Tücher oder Stoffe – und, wenn möglich, untermalt jemand mit verschiedenen einfachen Instrumenten die Darstellung musikalisch.

Die Methode wurde um 1973 von Jonathan Fox auf den Weg gebracht, der bereits mit verschiedenen anderen Formen von Theater und Drama Erfahrung hatte. Morenos Visionen beeinflussten den Ansatz in allgemeiner, „soziatrischer" Hinsicht. Trotzdem sind das Playback-Theater und das Psychodrama zwei verschiedene Paar Stiefel und sollten auch klar voneinander getrennt werden. Das Ziel des Playbacktheaters ist eher ästhetischer Natur, und es gibt keine implizite Vereinbarung, jedes sensible Thema aufzuarbeiten, das aufgeworfen wird. Obwohl das Publikum sehr oft an einer anschließenden Gesprächsphase (Sharing) teilnimmt, besteht hier mehr Ähnlichkeit mit einem interaktiven sozialen Prozess als mit Sonderformen der Psychotherapie. Es gibt noch andere Unterschiede, deren Darstellung jedoch den Rahmen dieses Buchs sprengen würden (Fox, 1992, 1994; Salas, 1994).

Das Playback-Theater stößt auf reges Interesse seitens eines wachsenden Publikums, und auf der ganzen Welt werden zunehmend mehr Playback-Gruppen gegründet. Viele Psychodramatiker benutzen die Vorgehensweise des Playback-Theaters für bestimmte Zwecke im Rahmen von Therapie und Lehre (Fox & Dauber, 1999).

DIE KUNST DES SPIELENS (*THE ART OF PLAY*)

Eine weitere Methode, eine Art soziodramatische Darstellung in einer Kleingruppe mit Figuren aus der Vorstellung der Einzelperson, wurde von meiner Frau Allee und mir Anfang der 80er Jahre entwickelt und in unserem Buch *The Art of Play* (1988; überarbeitete Neuauflage 1997) ausführlich beschrieben. Diese Form des kreativen Theaters richtet sich an Erwachsene – obwohl ältere Teenager auch schon davon profitieren können. Kleine Gruppen von Personen – oft werden nicht mehr als vier benötigt – stellen zehn- bis fünfzehnminütige Szenen nach, die sie anhand einer Rolle oder Figur aus der Vorstellungswelt eines der Teilnehmer entwickelt haben. Die Mitspieler sind nacheinander alle Protagonist, Regisseur und Nebendarsteller. Alternativ kann auch ein geübter Regisseur in einer etwas größeren Gruppe, die idealerweise nicht mehr als zehn Personen umfasst, seine Rolle beibehalten, während die anderen die Möglichkeiten erforschen, die dem Charakter einer gegebenen Figur innewohnen.

Das Ziel ist hierbei, Spontaneität und Vorstellungskraft zu fördern, oder auch einfach nur Erholung – „just for fun" – und dadurch wird die Verbindung mit den Mitspielern gestärkt. Auf diese Weise erreicht man mit der Kunst des Spielens stärkeren Zusammenhalt in der Gemeinschaft. Die Methode bietet noch viele weitere Vorteile, die in unserem Buch (Blatner & Blatner, 1997) ausführlich beschrieben sind.

MISCHFORMEN

Eine ganze Reihe dramatischer Ansätze stellt je nach Bedarf eine Mischung verschiedener Elemente zusammen. In Michigan findet sich das „Empatheater“ von Sara Schreiber, das Techniken ähnlich dem Playback-Theater mit ein wenig Psychodrama und einzelnen Elementen des interaktiven Theaters kombiniert. Einige *mental health players* (vgl. „Interaktives Theater“) thematisieren soziale Themen in Sketchen und sprechen anschließend mit dem Publikum über die Gefühle, die dadurch geweckt wurden. Manche spielen einfach nur das Stück und konzentrieren sich mehr auf Erzählfertigkeiten, um die Menschen zu befähigen, ihre eigenen Geschichten mit der Gruppe zu teilen.

In Anlehnung an die Skulpturarbeit in der Familientherapie (*family sculpture*) verwenden auch Familienrekonstruktions-Workshops dramatische Elemente (Nerin, 1986).

All diese Methoden sind ernstzunehmende Ansätze, wobei jedoch noch Bedarf an Verfeinerungen besteht. Einige der experimentellen Formen sind in ihren ersten Entwicklungsstufen vielleicht nicht sehr erfolgreich, aber ihre Grundelemente werden im Lauf der Zeit überarbeitet und geklärt werden.

ZUSAMMENFASSUNG

Die theoretischen Grundlagen des Psychodramas können durch die Schriften aus verwandten Fachgebieten bereichert werden. Es kann sich als sehr schwierig erweisen, die einzelnen Ansätze klar voneinander trennen zu wollen, da die interdisziplinären Aktivitäten, die Zusammenarbeit und die Synthesen immer stärker werden. Historisch betrachtet hat sich das Psychodrama aus Experimenten im sozial orientierten Improvisationstheater, in der Gruppentherapie und aus Experimenten in der angewandten Mikrosoziologie (der Soziometrie) entwickelt. Mitte des 20. Jahrhunderts ging das Psychodrama hauptsächlich konform mit dem Aufblühen der Psychotherapie. In der heutigen Zeit, in der Therapien im Allgemeinen wieder viel kritischer gesehen werden, treten die ursprünglichen Ziele, die über das medizinische Modell hinausgehen, nämlich die soziatrische Vision von einer Veränderung der Gesellschaft, wieder in den Vordergrund.

QUELLEN

Blatner, Adam. (1994). Foreword, to Emunah's 1994 book (s.u.).
Blatner, A. (1995). Drama in education as mental hygiene: A child psychiatrist's perspective. Youth Theatre Journal, 9, 90-96.
Blatner, A. (1996). Warm-ups: References. Acting-In (3. Aufl.). New York: Springer.
Blatner, A. & Blatner, A. (1997). The Art of Play: Helping adults reclaim imagination and spontaneity. Philadelphia: Brunner/Mazel-Taylor & Francis.
Boal, Augusto. (1995). The rainbow of desire: The Boal method of theatre and therapy. London: Routledge.
Boal, Augusto. (1985). Theatre of the oppressed. New York: Theatre Communications Group.
Casson, John. (1996). The healing drama colloquium. Dramatherapy, 18(2), 20-25.
Clifford, Sara & Herrmann, Anna. (1999). Making a leap: Theatre of empowerment - a practical handbook for creative drama work with young people. London: Jessica Kingsley.
Cossa, Mario; Fleischmann-Ember, Sally S.; Gover, Lauren & Hazelwood, Jennifer L. (1996). Acting out: The workbook. Philadelphia: Accelerated Development/Taylor & Francis.
Courtney, Richard. (1990). Drama and intelligence: A cognitive theory. Montreal: McGill-Queen's University Press.
Courtney, Richard. (1995). Drama and feeling: An aesthetic theory. Montreal: McGill-Queen's University Press.
Corsini, Raymond J. (1967). Role playing in psychotherapy. Chicago: Aldine. (mit kommentiertem Quellenverzeichnis)
Emunah, Renee. (1994). Acting for real: Drama therapy process, technique and Performance. New York: Brunner/Mazel.
Emunah, Renee. (1997). Drama therapy and psychodrama: An integrated model. International Journal of Action Methods, 50(3), 108-134.
Etcheveny, R.; Siporin, M. & Toseland, R.W. (1986). The uses and abuses of role-playing (S. 116-130). P. H. Glasser & N. S. Mayadas (Hrsg.), Group workers at work: Theory and practice in the '80s. Totowa, NJ: Rowman & Littlefield.
Feldhendler, Daniel. (1994). Augusto Boal & Jacob L. Moreno: Theatre and therapy. Mady Schutzman & Jan Cohen-Cruz (Hrsg.), Playing Boal: Theatre, therapy, activism. London: Routledge.
Flowers, John V. & Booraem, Curtis D. (1980). Simulation and role play methods. F. H. Kanfer & A. P. Goldstein, Helping people change: A textbook of methods (2. Aufl.). Elmsford, NY: Pergamon.
Fox, Jonathan. (1996). A step in the right direction (der Artikel ist die Antwort auf den Vergleich zwischen Psychodrama und Dramatherapie von Kedem Tahar and Kellermann). The Arts in Psychotherapy, 23(3), 197-198.
Fox, Jonathan. (1992). Defining theater for the nonscripted domain. The Arts in Psychotherapy, 19, 201-207.
Fox, Jonathan. (1994). Acts of service: Spontaneity, commitment, tradition in the nonscripted

theatre. New Paltz, NY: Tusitala.
Fox, Jonathan & Dauber, Heinrich. (1999). Gathering voices: Essays on playback theatre. New Paltz, NY: Tustitala.
Fine, Nie & Mabeth, Fiona (1994). Playing with fire: Training for the creative use of conflict. Leicester: Youth Work Press.
Gersie, Alida. (1995). Dramatic approaches to brief therapy. Bristol, PA: Jessica Kingsley.
Heathcote, Dorothy & Bolton, Gavin. (1995). Drama for learning: Dorothy Heathcote's mantle of the expert approach to education. Portsmouth, NH: Heinemann.
Jennings, S. (1998). Introduction to dramatherapy: Theatre and healing - Ariadne's ball of thread. Landon: Jessica Kingsley.
Johnson, David Read. (1984). The field of drama therapy. Journal of Mental Imagery, 7(1), 105-109.
Johnstone, Keith. (1979). Impro: Improvisation and the theatre. London: Faber & Faber.
Johnstone, Keith. (1994). Theatresports for teachers: A resource tool for teaching improvisation and theatresports. Calgary, Alberta, Canada: Loose Moose Theatre Co.
Kellermann, Peter F. (1998). Sociodrama. Group Analysis, 31, 179-195.
Landy, Robert J. (1994). Drama therapy: Concepts, theories, and practices (2. Aufl.) Springfield, IL: Charles C. Thomas.
Landy, Robert J. (1997). Drama therapy - The state of the art. The Arts in Psychotherapy, 24(1), 5-15.
Langley, Dorothy. (1995). The relationship between dramatherapy and psychodrama. Dramatherapy, 17(1-2).
Martin-Smith, Alistair. (1996). British conceptions of drama in education-the Fifties to the Nineties. National Association for Drama-in-Education (NADlE) Journal, 2(X)), 57-76.
McNiff, Shaun. (1988). The shaman within. The Arts in Psychotherapy, 15(4), 285-291.
Mickey, Thomas J. (1995). Sociodrama: An interpretive theory for the practice of improved public relations. Lanham, MD: University Press of America.
Miller, Donnell. (1998). Doers of the Word: How stories come to life through Bibliodrama. Redlands, CA: Selbstverlag.
Minkin, Rosalie. (1999). Sociodrama. (Persönliche Überlassung.)
Moreno, Joseph. (1988). The music therapist: Creative arts therapist and contemporary shaman. The Arts in Psychotherapy, 15(4), 271-280.
Nerin, W.F. (1986). Family reconstruction: Long day's journey into light. New York: W. W. Norton.
Neville, Bernie. (1989). The search for spontaneity (Kapitel 7, S. 193-227). Educating Psyche: Emotion, imagination, and the unconscious in learning. North Blackburn (Vic.), Australia: Collins Dove.
Pearson-Davis, Susan. (1989). Drama in the curriculum for troubled young people. Joumal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociome-

try, 41(4), 161-174.
Pitzele, P. (1995). Our fathers' wells: A personal encounter with the myths of Genesis. San Francisco: HarperSanFrancisco.
Pitzele, P. (1998). Scripture windows: Toward a practice of bibliodrama. Los Angeles: Alef Design Group.
Shaftel, Fannie R. & Shaftel, George. (1982). Role playing in the curriculum (2. Aufl.). Englewood Clifts, NJ: Prentice-Hall.
Salas, Jo. (1994). Playback Theatre: Children find their stories. B. James (Hrsg.), Handbook for treatment of attachment-trauma problems in children. New York: Lexington.
Salas, Jo. (1996). Improvising real life: Personal story in Playback Theatre (2. Aufl.). New Paltz, NY: Tusitala.
Seabourne, Barbara. (1985). Role training. Practical aspects of psychodrama. St. Louis: Selbstverlag. (UrsprünglicheVeröffentlichung 1966. Siehe Bibliographie.)
Snow, Stephen. (1996). Fruit of the same tree: A response to Kedem-Tahar and Kellermann's comparison of psychodrama and drama therapy. The Art in Psychotherapy, 23(3), 199-205.
Spolin, Viola. (1985). Theater games for rehearsal: A director's handbook of improvisation for the teacher. Evanston, IL: Northwestern University Press. 1995 als Taschenbuch erschienen.
Stein, Steven A.; Ingersoll, R.E. & Treadwell, Thomas W. (1995). Sociodrama and professional/ethical conflicts. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 48(1), 31-41.
Sternberg, Pat. (1998). Theatre for conflict resolution: In the classroom and beyond. Portsmouth, NH: Heinemann.
Sternberg, Pat & Garcia, Antonina. (1989). Sociodrama: Who´s in your shoes? Westport, CT: Praeger.
Swink, David F. (1993). Role-play your way to learning. Training and Development, 47(5), 91-97.
Torrance, E. Paul. (1975). Sociodrama as a creative problem solving approach to studying the future. Journal of Creative Behaviour, 9, 182-195.
Warren, Bernie. (Hrsg.). (1995). Creating a theatre in your classroom. North York, Ontario, Canada: Captus Press, Inc.
Wiener, Daniel. (1994). Rehearsals for Growth: Theater improvisation for psychotherapists. New York: Norton.
Wiener, Ron. (1997). Creative Training: Sociodrama & Team-Building. London & Philadelphia: Jessica Kingsley/Taylor & Francis.
Winner, Lucy. (1998). Adolescence and activism: Theatre for survival. Jill Mac Dougall & P. Stanley Yoder (Hrsg.), Contaminating theatre: intersections of theatre, therapy, and public health. Evanston, IL: Northwestern University Press.
Wirth, Jeff. (1994). Interactive acting: Acting, improvisation, and interacting for audience participatory theatre. Fall Creek, OR: Fall Creek Press.
Zeleny, Leslie D. (1956). The sociodrama as an aid in teaching international relations and world history. International Journal of Sociometry 1(1), 29-33.

[1] Anschrift des Landesverbandes für Drama-therapie in den USA: The National Association for Drama Therapy (NADT), National Office, 5055 Connecticut Ave NW, #280, Washington, D.C. 20015. E-mail: nadt@danielgrp.com; Tel: 202/966-7409; Fax: 202/966-2283.

21
Grundlagen für den Einsatz psychodramatischer Techniken

In seiner weitesten Anwendung dient das Psychodrama der Befreiung der Kreativität bei Einzelpersonen, in Gruppen und in Organisationen (Ortman, 1966). Zu diesem Zweck kann man fast jede Methode einsetzen, vorausgesetzt, sie ist konstruktiv und dient dem Wohl der Gruppe und des Einzelnen. Die in diesem Buch vorgestellten Grundlagen sollen dem Praktiker helfen, jeweils angemessene Techniken auszuwählen. Zu den wichtigsten Leitsätzen, die jeder der vielen Variationen zugrunde liegen, gehören unter anderem die folgenden Punkte:

- Körperliches Handeln ist reiner Erzählung vorzuziehen (d.h. es ist besser, eine Situation darzustellen, als sie nur mit Worten zu beschreiben) (Z. Moreno, 1959).
- Echte Begegnungen sollten so stark gefördert werden wie möglich. Protagonisten und Hilfs-Ichs sollten direkt miteinander sprechen und sich nicht so sehr an den Regisseur oder ans Publikum wenden.
- Fördert man die Spontaneität und Handlungsfreude der Hilfs-Ichs, wirkt sich das positiv auf die Spontaneität des Protagonisten aus.
- Abstrakte Situation müssen greifbarer gemacht werden, indem man sie in konkreten Szenen darstellt.
- Alle Teilnehmer sind aufgefordert, in ermutigenden Aussagen ihre Wünsche, Ängste und Pläne auszudrücken, indem sie Sätze formulieren, die mit „ich“ beginnen.
- Situationen in der Zukunft oder der Vergangenheit sind so zu behandeln, als fänden sie im Augenblick, im Jetzt und Hier statt.
- Wichtig ist es, das Potential von neuen Entscheidungen, neuen Einschätzungen und Erfahrungen in der Gegenwart wertzuschätzen.
- Beachtet werden sollten auch die paraverbale und noverbale Kommunikation (darunter Tonfall, Betonung, Lautstärke, Geschwindigkeit des Sprechens; Haltung, Mimik, Gestik).
- Die Teilnehmer können ihre empathischen Fertigkeiten durch Rollentausch unmittelbar üben.
- Unaufhörlich muss man sich um bessere Selbsterkenntnis und mehr Ehrlichkeit bemühen, insbesondere hinsichtlich der eigenen Gefühle.
- Bei der Arbeit mit Gruppen gilt es, die interpersonalen Zuneigungen (Tele) zu erkennen und zu respektieren.
- Gruppen brauchen Unterstützung und Bera-

tung, um zu lernen, sich untereinander Feedback hinsichtlich der kollektiven Vorlieben (Soziometrie) zu geben, damit Gruppenzusammenhalt entstehen kann und Konflikte gemeinsam überwunden werden.

- Wenn möglich, sollte man grundsätzlich spielerisch vorgehen.
- Der Protagonist sollte mit Hilfe der Spiegelmethode, des Rollentauschs und des Doppelns des eigenen Parts in verschiedene Rollen schlüpfen; dadurch vermeidet man übermäßige Verwicklungen und fördert das Fingerspitzengefühl für Alternativen.
- Als Spielleiter können Sie Symbole und Metaphern verwenden, die konkret dargestellt werden oder eine Stimme verliehen bekommen müssen, als ob sie „beseelt" wären wie eine Person.
- Erweitern Sie die Handlung, indem Sie andere künstlerische Ausdrucksformen einschließen, wie Bewegung, Kostüme, Poesie, bildende Kunst, Musik oder Ton, Licht.
- Übertreiben Sie Verhaltensweisen, um eine größere Bandbreite an Reaktionen zu entdecken, die nicht nur ausdrucksstärker sein müssen, sondern manchmal auch sehr eingeschränkt oder zurückhaltend sein können. .
- Erkennen und nutzen Sie die Vorteile des Erwärmungs-Vorgangs als Wegbereiter für kreatives Handeln.
- Sprechen Sie die Gefühle Aufregung, Enthusiasmus und Lebendigkeit an und verstärken Sie sie.
- Verwenden Sie Sublimation aktiv und kultivieren Sie sie, um kreative Energien zu kanalisieren und auf diese Weise Alternativen für „neurotisches" Verhalten aufzuzeigen.
- Nutzen Sie die therapeutischen Elemente der Gruppentherapie.
- Mischen Sie Psychodrama mit anderen psychotherapeutischen Ansätzen, mit Behaviorismus, Traumreisen, Hypnose, Gestalttherapie, Bioenergetik und anderen kreativen Kunst- oder Freizeittherapien (Corsini, 1967; Shapiro, 1978).

KATEGORIEN DER TECHNIKEN

Die verschiedenen Techniken des Psychodramas sind in vier Hauptkategorien unterteilt: Grundtechniken, unterschiedliche Szenen, Konfliktlösung und Erwärmungs-Übungen. Hier einige konkrete Beispiele zu jeder der vier Kategorien:

Grundtechniken zur Förderung der meisten Prozesse:

Darstellung	Doppeln	Lautsprecher-Tecniknik
Autodrama	Monolog	Konkretisierung
Wiederholung	Multiples Ich	Rolletausch
Beiseite-Sprechen	Spiegeln	Einsatz des Hilfs-Ichs

Verschiedene Szenen für die Erwärmungsphase und die aktive Handlung:

Wiegenszene	Todesszene	Zukunftprojektion
Zauber-/Wunderladen	Traumarbeit	Hinter dem Rücken

Techniken zur Konfliktlösung:

Rollenspiel	Rollentraining	strukturierte Verhandlung
breaking in (in den Kreis dringen)	Spektrogramm	nonverbale Zusammenkunft

Erwärmungsmethoden:

leerer Stuhl	Geheimnisse teilen	Aktionssoziometrie

Allgemeine Methoden für das Spontaneitätstraining:

bildende Kunst, Collage	Improvisations-theater	Sinneserwachen
Traumreise	Poesie	strukturierte Erfahrungen
Bewegung	Tanz	Musik, Rhythmus

Diese und weitere Techniken wurden im Verlauf der vergangenen fünfzig Jahre von Moreno und anderen Psychodramatikern entwickelt und können nicht nur im klassischen Psychodrama eingesetzt werden, sondern auch, in modifizierter Form, in weniger formellen Kontexten. Viele der hier vorgesellten Techniken bedürfen ganz selbstverständlich einer Gruppe, dennoch sollte man die Möglichkeit nicht außer Acht lassen, die Grundideen so zu verändern und anzupassen, dass man sie auch mit Einzelpersonen oder Paaren anwenden kann. Der allerwichtigste Grundsatz ist der fokussierte Einsatz der Macht der Vorstellungskraft.

DER ZWECK PSYCHODRAMATISCHER TECHNIKEN

Es gibt eine ganze Reihe von Einsatzmöglichkeiten für psychodramatische Techniken. Um die Gefühle und Einstellungen des Protagonisten zu verdeutlichen, bieten sich unter anderem das Doppeln, das „Multiple Ich“, multiples Doppeln, das Beiseite-Sprechen und der Monolog an. Zur Klärung zwischenpersönlicher Wechselwirkungen sind die Wiederholung oder die Neuinszenierung, Rollentausch, das Spiegeln oder „hinter dem Rücken“ zu empfehlen.

Ereignisse der Vergangenheit werden erforscht, als fänden sie in der Gegenwart statt, und der Protagonist hat die Möglichkeit, die Szene aktiv mitzugestalten und sie in eine Richtung zu lenken, die seinen Wünschen und Bedürfnissen entspricht. Dafür muss der Protagonist natürlich seine Wünsche zunächst ausdrücklich benennen und sie dann ebenso ausdrücklich als seine anerkennen – dies ist ein Vorgang, der oft einen zentralen Stellenwert in der Psychotherapie innehat. Diese Technik nennt man Handlungserfüllung. Wenn der Protagonist die Darstellung ändern möchte, sollte die Wiederholung zum Einsatz kommen, bei der alternative Optionen für ein Problem oder eine Szene ausprobiert werden. Gelegentlich ist es sehr wichtig für einen Protagonisten, wirklich zu begreifen, aufgrund welcher Motive oder Einstellungen jemand in der Vergangenheit auf bestimmte Weise gehandelt hat, und beim Durcharbeiten dieser Aspekte erweist

sich die Technik des Rollentauschs als unschätzbar wertvoll (Carlson-Sabelli & Sabelli, 1984).

Apropos der Herausforderung, Ziele zu verdeutlichen: Dieser grundlegende Bestandteil der Persönlichkeitsstärkung wird häufig von Unklarheiten und unbewusst gehegter Unbestimmtheit überschattet. Schon in einfachen Besprechungen geraten Menschen häufig in diese Falle des Selbstbetrugs. Die Zukunftsprojektion schafft ein konkretes Beispiel, und die fraglichen Probleme können so jeweils auf ihren tatsächlichen Wert hin überprüft werden. Der Zauber- oder Wunderladen ist eine andere Technik, bei der die Diskussion über Ziele und den Preis, den man zahlen muss, um sie zu erreichen, katalysiert wird.

In Bereichen wie Hypnose, Familientherapie und in anderen zeitgenössischen Ansätzen wird die Metapher mehr und mehr als bedeutendes Element in einer Therapie anerkannt. Psychodramatische Techniken können dem Protagonisten dabei helfen, mit metaphorischen Bildern und Vorstellungen zu arbeiten: Durch die Konkretisierung erlebt er physisch, was er bis dahin nur psychisch kannte, und die vielschichtigen Möglichkeiten des Körpers sind Träger und Ausdrucksmittel von Spontaneität und Erkenntnissen. Für die Darstellung von Fantasien, Halluzinationen und Träumen eignet sich die psychodramatische Kategorie der Surplus-Realität, mit der unausgesprochene Gefühle und Einstellungen ans Licht gebracht werden, die mit den Fantasien des Protagonisten einhergehen.

Verschiedene Erwärmungsmethoden helfen dabei, ein Gefühl der Sicherheit aufzubauen und erleichtern den Umgang mit den jeweilig zu behandelnden Problemen (Blatner, 1996, Sachnoff, 1996). Eine ganz einfache Übung für strukturierte Erfahrungen, die den Gruppenzusammenhalt stärkt, besteht zum Beispiel darin, die Gruppenteilnehmer Paare bilden zu lassen, damit sie einander kennen lernen und ihren jeweiligen Partner anschließend der ganzen Gruppe vorstellen.In der Familientherapie kann man dies einsetzen, indem zum Beispiel eine Person dem Therapeuten über die anderen Familienmitglieder berichtet, ohne sich zu beschweren. Andere Kennenlerntechniken können indirekt Themen aufwerfen. Erfahrungen aus der Kunsttherapie, ein kurzes Rollenspiel über relevante (aber nicht allzu emotional aufgeladene) Situationen, ein improvisierter Sketch, Übungen für das Sinneserwachen und für die Spontaneität der Gruppenmitglieder können das Eis brechen und verschaffen den Teilnehmern ein gemeinsames Erlebnis, auf das sich anschließend die Diskussion stützen kann. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass strukturierte Erwärmungsmethoden äußerst reichhaltiges Material liefern und dass man auf diese Weise sehr schnell zum Kern des Anliegens der Gruppe vorstößt.

Yalom (1995, S. 442-448) befürwortet ebenfalls eine gemäßigte Anwendung strukturierter Erfahrungen bzw. Handlungsmethoden. Er warnt davor, sich zu sehr auf diese Ansätze zu stützen, und ich stimme mit ihm überein, dass auch einige Zeit auf

Interaktion verwendet werden muss und es für eine ganzheitliche Entwicklung der Gruppe auch rein verbale Diskussionen geben muss. Aus diesem Grund halte ich es nicht für sinnvoll, eine bestimmte Gruppe als „Psychodrama-Gruppe“ zu bezeichnen. Zweckmäßiger wäre es, festzuhalten, dass die ideale Entwicklung in einer Gruppe eine Auswahl von Methoden verwendet. Dennoch denke ich, dass Yalom möglicherweise die Vorteile unterschätz hat, die die verschiedenen psychodramatischen Techniken für die Stärkung der Gruppendynamik, für die Persönlichkeitsentwicklung und in der Therapie mit sich bringen.

Gibt es mehrere Aspekte, die erforscht werden sollen, können verschiedene Techniken helfen, diese auseinander zu halten. Die Technik der Übertreibung ermöglicht beispielsweise eine Untersuchung des Spektrums möglicher Reaktionen, von überaus zurückhaltend bis hin zu unerhört ausdrucksstark. Dem Teil einer Szene kann man stärkere Intensivität verleihen, indem man den Protagonisten und/oder die anderen Mitspieler auffordert, ihre Rollen so emotional, idealisiert, grob, lächerlich, albern oder tragisch wie nur irgend möglich zu darzustellen. Diese Darstellungsvarianten werden gewählt, um dem Protagonisten aufzuzeigen, welche Alternativen insgesamt überhaupt denkbar sind, so unwahrscheinlich sie zunächst auch erscheinen mögen.

Alle diese Techniken helfen dabei, die jedem Menschen innewohnenden Ressourcen hinsichtlich Vorstellungskraft, Verspieltheit und Kreativität zu nutzen. Dabei geht es um mehr als nur um Verständnis oder Einsicht, denn es bedarf auch kreativen Handelns. Die Ansätze von Freud und Moreno lassen sich anhand einer Analogie illustrieren: Wenn man sich Freud als Entdecker eines neuen Gebiets, des menschlichen Bewusstseins, vorstellt (er selbst verglich sich einmal mit Kolumbus), dann ist Moreno jemand, der Technologien für den Straßenbau entwickelt, das Territorium landwirtschaftlich erschließt usw. Moreno stellte sich der Herausforderung, die ungenützten Hilfsquellen des Geistes und der Gesellschaft anzuzapfen. Diese Ansätze greifen sowohl in den oberflächlichen Bereichen des gewöhnlichen Bewusstseins – im Erziehungswesen, der Freizeit und Gemeinschaftsarbeit –, sie können aber auch auf tiefer gehende psychologische Ebenen – in der dynamischen Psychotherapie – angewendet werden.

Meiner Auffassung nach dient das Psychodrama anderen Therapien und macht sie erfolgreicher, ähnlich wie Elektrowerkzeug das Zimmerhandwerk effektiver macht. Das Urteilsvermögen des Therapeuten ist nach wie vor von zentraler Bedeutung, und die Methode ist nicht wirksam, wenn derjenige, der sie anwendet, nicht dazu ausgebildet ist.

GLEICHGEWICHT ZWISCHEN SPRECHEN UND HANDELN

Einige Gruppen profitieren davon, wenn hauptsächlich Handlungsmethoden angewendet werden. Wer Schwierigkeiten hat, sich verbal auszudrücken, kann mit der gewöhnlichen verbalen Gruppentherapie oft nicht viel anfangen. Andere Menschen mit soziopatischen Neigungen (beispielsweise Häftlinge) neigen eher zu einem defensiven und weniger zu einem konstruktiven mündlichen Ausdruck. Aber es gibt auch Gruppen, die sich wirklich die Zeit nehmen, Probleme zu erörtern und sie zu besprechen, sobald diese auftauchen. Es ist wichtig, dass der Regisseur nicht das Gefühl hat, die Handlung in allen Gruppen unaufhörlich aktiv am Laufen erhalten zu müssen.

Diese Überlegungen können verschiedene Übertragungen zwischen den Gruppenmitgliedern und sogar mit dem Gruppenleiter an die Oberfläche bringen. Shaffer (1995) und Garfield (1999) beschreiben explizit, wie verschiedene Übertragungsdynamiken den Verlauf einer psychodramatischen Gruppensitzung beeinträchtigen können. Eines der erst kürzlich erforschten Übertragungsmuster wird als „projektive Identifikation“ bezeichnet. Dieser Begriff meint, dass ein Individuum nicht nur nicht nur dazu neigt, bestimmte Einstellungen in eine Rolle zu projizieren, sondern dass auch die anderen dazu neigen, sich auf eine mit der Erwartungshaltung konforme Interaktion einzulassen. Verdeutlicht man diese Interaktionen in psychodramatischen Szenen und übertreibt sie sogar, wird deutlich, was alles dazugehört – die nonverbalen Botschaften, subtile Anspielungen usw. Durch Rollentausch oder die Spiegelmethode kann mit dem gesamten Wechselspiel viel effektiver gearbeitet werden.

Im Anschluss daran gilt es, sich ausreichend Zeit für die Verarbeitung zu lassen und sich auf Themen zu konzentrieren, die gegebenenfalls besprochen werden müssen. Psychodramatische Handlungstechniken sollten nicht überbewertet oder gar als einziges Mittel zum Zweck angesehen werden.

ZUSAMMENFASSUNG

Die Liste psychodramatischer Techniken kann man theoretisch endlos fortführen. Wenn Sie über die einzelnen Ansätze lesen und sie ausprobieren, sollten Sie sich ruhig trauen, die Techniken der anderen abzuändern – verfeinern Sie sie, experimentieren Sie damit, denken Sie sich neue aus. Je nachdem, in welchem Zusammenhang und mit welchem Publikum Sie arbeiten, sollten Sie auch auf Methoden aus anderen Bereichen zurückgreifen, zum Beispiel aus dem Improvisationstheater (Spolin, 1963), dem Kreativtheater (McCaslin, 1984; Polsky, 1980), der Dramatherapie (Emunah, 1994), aus strukturierten Erfahrungen in der Organisationsentwicklung oder in der Therapie (Morris & Cinnamon, 1974, 1975; Pfeiffer & Jones, 1969-1974, 1972-1975; Saretsky, 1977; Timmins, 1971), der Spieltherapie und anderen kreativen Kunsttherapien (Costonis, 1978;

Espenak, 1981). Viele weitere Anregungen finden sich in der dritten Auflage von *Acting-In* (Blatner, 1996, S. 60-63). Kombinieren Sie diese Ansätze mit anderen Therapiemethoden und probieren Sie sie in unterschiedlichen Zusammenhängen und mit unterschiedlichen Teilnehmern aus. Wenn Sie neue Techniken entdecken oder entwickeln, bitte schreiben Sie sie auf und teilen Sie Ihre Erkenntnisse in Fachzeitschriften mit Ihren Kollegen! Therapeuten, Gruppenleitern und Erziehern stets neue und verbesserte Hilfsmittel an die Hand zu geben, ist die wohl beste uns zur Verfügung stehende Möglichkeit, um zu mehr individueller und gesellschaftlicher Harmonie beizutragen.

QUELLEN

Barbour, Alton. (Spring, 1993). The psychodrama director's guide: Security in the pocket. Center for Experiential Healing Newsletter.

Blatner, Adam. (1996). References on warming up, S. 60-63. Acting-in: Practical applications of psychodramatic methods. New York: Springer.

Carlson-Sabelli, Linnea & Sabelli, Hector C. (1984). Reality, perception, and the role reversal. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 36(4), 162-174

Corsini, Raymond J. (1967). Role playing in psychotherapy. Chicago: Aldine Press.

Costonis, Maureen Needham. (Hrsg.). (1978). Therapy in motion. Urbana, IL University of Illinois Press.

Emunah, Renee. (1994). Acting for real: Drama therapy, process, technique, and performance. Philadelphia: Brunner/Mazel-Taylor & Francis.

Espenak, Liljan. (1981). Dance therapy: Theory and applications. Springfie1d, IL: Charles C. Thomas.

Garfield, Sandra. (1999). Transference in psychoanalytic psychodramatic group psychotherapy. Unpublished paper.

Moreno, Zerka T. (1965). Psychodramatic rules, techniques, and adjunctive methods. Group Psychotherapy, 18, 73-86. (Ebenso: Moreno & Moreno, Psychodrama, Band III, S. 233, 1969)

McCaslin, Nellie. (1984). Creative dramatics in the classroom. New York: David McKay Co.

Morris, Kenneth T. & Cinnamon, Kenneth M. (1974). A handbook of verbal group exercises. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Morris, Kenneth T. & Cinnamon, Kenneth M. (1975). A handbook of nonverbal group exercises. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Ortman, Harriet. (1966). How psychodrama fosters creativity. Group psychotherapy, 19(3-4), 201-213.

Pfeiffer, J.W. & Jones, J.E. (1969-1974). A handbook of structured experiences for human relations training (Band 1-5 sowie Reference Guide). La Jolla, CA: University Associates.

Pfeiffer, J.W. & Jones, J.E. (1972-1975). Annual handbooks for group facilitators. La Jolla, CA: University Associates.

Polsky, Milton. (1980). Let's improvise. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Sachnoff, Elaine A. (1996). 7be warm up book. Evanston, IL: Selbstverlag.
Saretsky, Ted. (1977). Active techniques in group psychotherapy. New York: Jason Aronson.
Shaffer, Amy. (1995). When the screen is not blank: Transference to the psychodrama director in theory and clinical practice. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 48(1), 9-20.
Shapiro, J.L. (1978). Methods of group psychotherapy and encounter: A tradition of innovation. Itasca, IL: F. E. Peacock.
Sherman, Robert & Fredman, Norman. (1986). Handbook of structured techniques in marriage and family therapy. New York: Brunner/Mazel.
Spolin, Viola. (1963). Improvisations for the theater. Evanston, IL: Northwestern University Press.
Timmins, Lois. (1972). Understanding through communication: Structured experiments in self-exploration. Springfield, IL: Charles C. Thomas. (Anm. des Autors: hauptsächlich verbale Techniken.)
Yalom, Irvin D. (1995). The theory and practice of group psychotherapy (4. Aufl.) New York: Basic Books/Harper/Collins.

Anhang

Übersicht über Begriffe und Techniken des Psychodramas

In „Foundations of Psychodrama" stellte ich 1970 die erste ausführliche Liste von Psychodramatechniken zusammen, die ich für jede Neuauflage ausführlich überarbeitete. Ständig entstehen neue Techniken, Verfeinerungen und Variationen. Hier finden Sie die bekannteren. (Wenn Sie eine Technik kennen, die noch nicht veröffentlicht wurde, reichen Sie diese bitte bei einer unserer Fachzeitschriften ein, damit auch die anderen Psychodrama-Fachleute von Ihrer Kreativität profitieren können!) Einige der Begriffe und Techniken habe ich bereits in vorangegangenen Kapiteln beschrieben und man findet sie im Index. (Hier sowie im gesamten Buch gilt: Der Gebrauch von geschlechtsspezifischen Pronomen wird weitgehend vermieden; im Übrigen sind grundsätzlich männliche und weibliche Personen gemeint.)

Abschiedsszene (*goodbye scene*) Diese Szenen helfen dabei, unerledigte Angelegenheiten zu beenden und stellen einen wichtigen Bestandteil bei der Trauerarbeit dar (Blatner, 1985a S.61-72). (Siehe auch Todesszene.)

Abschluss (*closure*) Im Anschluss an die Handlung und Feedback-Runde (s.u.) können viele Aspekte nochmals überprüft werden: Stellen Sie sicher, dass alle Teilnehmer „entrollt" sind (s.u.), dass sie alles gesagt haben, was sie sagen wollten, dass der Protagonist das Gefühl hat, fertig zu sein und dass er ausreichend Unterstützung in der Nachbereitungsphase erhält.

Aktionssoziometrie (*action sociometry*) (Siehe Kapitel 19.)

Aufbau des Selbstgefühls (*ego building*) Die Gruppe führt ein ehrliches Gespräch über den Protagonisten, während dieser schweigend zusieht und zuhört. Die Gruppe konzentriert sich ausschließlich auf die positiven Aspekte. Der Regisseur beendet die Diskussion, wenn die Gruppe nichts mehr zu sagen hat, und fragt den Protagonisten, wie er sich fühlt (und die Gruppe, wie sie sich bei dem gefühlt haben, was sie sagten). Jedem Gruppenmitglied, dem diese Erfahrung wichtig ist, sollte diese auch ermöglicht werden (Feinberg, 1959).

Ausbruch aus dem Kreis (*breaking out/pressure circle*) Fühlt sich ein Protagonist eingeengt oder gefangen, bildet die Gruppe einen Kreis um ihn herum, hakt sich unter und umschließt den Protagonisten in ihrer Mitte, so dass dieser dort bleibt und nicht einfach entkommen kann. Letzterer versucht, aus dem Kreis auszubrechen und wendet dazu jedes Mittel an, das ihm geeignet erscheint (außer Gewalt). Dabei kann der Protagonist den Druck, unter dem er im täglichen Leben leidet, entweder konkret benennen oder eher allgemein beschreiben. Wenn es jemandem schwer fällt, diese Übung mit Personen auszuführen, kann der einengende Kreis auch aus Stühlen gestellt werden, den der Protagonist lockern muss. Die Gruppe sollte keinesfalls mehr als sechs bis acht Personen umfassen (Weiner & Sacks, 1981).

Autodrama Ebenso wie beim Monodrama, übernimmt eine Person die Parts des Protagonisten und der Hilfs-Ichs, nur dass diese Person beim Autodrama zusätzlich auch Regie führt! Wahlweise können Hilfs-Ichs den Protagonisten unterstützen.

Axiodrama Es dient der Erforschung von Fragen der Ethik, Werte oder kosmischen Zusammenhänge. Beispielsweise kann der Protagonist seine Beziehung zu Gott, Satan, einem guten Geist, dem Tod, der (personifizierten) Zukunft oder Perfektion erforschen. (Siehe Gerichtsprozess-Szene.)

Beiseite-Sprechen (*asides*) Im Verlauf einer Interaktion wendet sich der Protagonist ans Publikum und teilt ihm Dinge mit, in die er sein Gegenüber im Normalfall nicht einweihen würde. Er zeigt dies durch eine Kopfbewegung oder das Heben der Hand an. Auf diese Weise kann er geheime Gedanken und Gefühle parallel zu offen zum Ausdruck gebrachten Gedanken äußern.

Beleuchtung Wenn die technischen Voraussetzungen gegeben sind, können farbige Scheinwerfer und dimmbares Licht die Wirkung vieler Darstellungen verstärken. Bestimmte Szenen werden in rotem Licht lebhafter (z.B. die Hölle, Wut), blaues Licht unterstreicht die Introspektive, Traumerlebnisse, Depressionen, gelbes Licht signalisiert ein kitschiges oder schlüpfriges Ereignis, schwaches Dämmerlicht steht für Scham, Intimität, Isolation, grünes Licht für Neid und Betrug, usw. Die Protagonisten können selbst bestimmen, welche Art von Licht sie wünschen. Auch die Tageszeit und Örtlichkeit sind Faktoren, die die Wahl des Lichts beeinflussen. (Auch wenn Theaterzubehör und Requisiten hilfreich sind, wenn sie zur Verfügung stehen, sind sie, ebenso wie eine richtige Bühne, für das Psychodrama trotzdem nicht zwingend erforderlich.)

Berührung Viele psychodramatische Darstellungen bringen ein gewisses Maß an Körperkontakt mit sich – ein Arm oder eine Schulter werden angefasst,

Hände werden gehalten oder geschüttelt, jemand wird geschubst oder gezogen. Diese nonverbalen Kommunikationsformen sind ungemein evokativ und können bewusst und gezielt eingesetzt oder sogar übertrieben werden.

Brief Der Protagonist schreibt einen imaginären Brief an eine wichtige Bezugsperson oder erhält einen Brief von einer solchen. Diese Technik eignet sich als Aufwärmübung, da sie ein wenig Distanz zulässt, bevor man zum eigentlichen psychodramatischen Zusammentreffen übergeht. Als Abschluss kann diese Technik ein Gefühl der Entschlossenheit ausdrücken: Der Protagonist gibt in seinem Brief der anderen Person in der Beziehung einen Rat oder er gesteht darin etwas ein, oder er „liest" einen Brief, von dem er insgeheim hofft, ihn tatsächlich einmal zu erhalten (Sacks, 1974).

Bühne (*stage*) (Siehe Kapitel 1.)

Chor Das Publikum oder eine Nebengruppe von Hilfs-Ichs wird angewiesen, bestimmte Sätze zu wiederholen, und agiert so als modernes psychologisches Äquivalent des altgriechischen Chors. Durch die Wiederholung quälender Vorwürfe, Anklagen oder anderer Angst auslösender Worte oder Ausdrücke kann das Erlebnis des Protagonisten intensiviert werden. Aufmunternde Aussagen kommen zur Anwendung, sobald der Vorgang eine gesündere, integrative Phase erreicht.

Coaching Im Verlauf einer Darstellung kann der Regisseur als Coach oder Trainer fungieren und dem Protagonisten sowie den Hilfs-Ichs unterschiedliche Herangehensweisen, Körperhaltungen, Tonfälle oder Rollenauffassungen vorschlagen. Auch einem Gruppenmitglied kann ggf. die Aufgabe übertragen werden, den Protagonisten zu coachen. In einem Rollenspiel wird der Hauptdarsteller zum Agens (oder Hilfs-Ich) der Gruppe und spielt eine Szene nicht so, wie er sie für richtig halten würde, sondern gemäß den Anweisungen der Gruppe. Entweder nur eine Person oder die ganze Gruppe gemeinsam kann die Darsteller coachen und ihnen Anweisungen für die Darstellung der einzelnen Szenen erteilen.

Doppeln oder Doppelgängermethode Ein Hilfs-Ich, entweder ein Ko-Therapeut oder ein Gruppenmitglied, gesellt sich zum Protagonisten und unterstützt ihn bei der Darstellung seiner Position oder Gefühle. Während der Darstellung fungiert das Hilfs-Ich ähnlich wie der Off-Kommentar in Filmen.

Doppelgänger müssen zunächst eine empathische Bindung mit dem Protagonisten entwickeln. Im Allgemeinen stehen sie neben dem Protagonisten und sind ihm ein wenig zugewandt, damit sie auch die nonverbale Kommunikation des Protagonisten wiedergeben können und beide eine „geschlossene

Front“ bilden. Das Doppeln ist eine der grundlegenden und wichtigsten Techniken im Psychodrama (Leveton, 1992, Lousada, 1998).

Eigenpräsentation (*self-presentation*) Der Protagonist stellt sein Zuhause, seinen Arbeitsplatz oder andere für die Beschreibung der Szene wichtige Örtlichkeiten vor und beschreibt außerdem alle wichtigen Personen im Bereich seines sozialen Atoms. Mit Hilfe verschiedener dramatischer Techniken zeigt er, wie sich die Leute benehmen, was gesagt und nicht gesagt wird, und stellt so seine eigene phänomenologische und psychodramatische Welt dar.

Entrollen oder „Ablegen der Rolle“ (*deroling*) Am Ende einer Darstellung müssen sich Hilfs-Ichs und Protagonisten oft ganz explizit von der Rolle lösen, die sie gespielt haben. Das kann durch Gesten wie Aufstehen und Abstreifen oder Abbürsten des Körpers, Drehen um die eigene Achse oder eine andere dramatische Bewegung unterstützt werden. Auch kann helfen, es auszusprechen, etwa: „Ich bin nicht Johns Mutter. Ich bin ich, Mary.“ Einige Personen möchten andererseits gerne festhalten, dass sie bestimmte Aspekte der gespielten Rolle gerne beibehalten möchten. Entscheidend ist, dass es sich lohnen kann, den Vorgang des Übergehens von der Rolle in der Darstellung zur Rolle innerhalb der Gruppe bewusst zu vollziehen und aktiv zu untersuchen (Rabson, 1979, S. 35-37).

Ersatzrolle (*substitute role*) Ein Protagonist, die sich nicht selbst darstellen möchte, ist manchmal bereit, in die Rolle einer anderen Person zu schlüpfen, die grundsätzlich mit seiner eigenen Situation sehr starke Parallelen aufweist. Eine Frau mittleren Alters mit einer agitierten Depression willigte beispielsweise ein, ihre Mutter zuspielen, die viele Jahre zuvor eine Pension geführt hatte. In dieser Rolle fühlte sie sich wohl und schien es zu genießen, auf der Bühne zu stehen. Während ihrer dritten Sitzung, in der sie weiterhin ihre Mutter spielte, erzählte sie von einem promiskuitiven Pensionsgast. Dies entsprach auch ihrer eigenen Geschichte: Als junge, noch ledige Frau war sie schwanger geworden und hatte abgetrieben. In ihrem mittleren Lebensalter machte sie sich nun Sorgen über diesen Vorfall und fürchtete, ihre jetzige Familie würde es herausfinden und sie nicht mehr lieben. Als all dies im Psychodrama ans Licht kam, erkannte sie durch Rollentausch und Feedback des Publikums, dass sie die Liebe ihrer Familie nicht verlieren würde (Parrish, 1953).

Erwärmung oder **Warming-Up** Es gibt eine große Auswahl an Techniken, mit denen Gruppenzusammenhalt entwickelt, eine Gruppe auf ihr gemeinsames Ziel eingeschworen oder für die Gruppe eine besondere Atmosphäre geschaffen wird bzw. die Gruppe orientiert oder in ein Thema eingeführt wird. Auch Einzelpersonen erhalten durch die vielfach erwähnten Techniken aus dieser Rubrik Hilfe dabei, sich bei sich selbst oder bei anderen in Bereiche psychologischer

oder emotionaler Exploration zu begeben (Weiner & Sacks, 1969, Blatner, 1996, S. 62-63).

Familienpsychodrama Der Therapeut oder Regisseur arbeitet mit der unmittelbaren Familie oder sogar mit weiter entfernten Verwandten einer Familie; eingesetzt werden beispielsweise Rollentausch, Zukunftsprojektion und andere passende psychodramatische Techniken. Die Familienmitglieder lernen, sich gegenseitig als Hilfs-Ichs zur Seite zu stehen. Bei diesem Ansatz lernen sie die Fertigkeiten des Rollentauschs als Möglichkeit für den Aufbau zwischenpersönlichen empathischen Interesses, und alle Teilnehmer profitieren sehr stark davon. Psychodramatische Methoden sind sehr wirkungsvolle Werkzeuge für Diagnose, Therapie und Bildung und steigern die Effektivität der Familientherapie (Blatner, 1994; Remer, 1986; Williams, 1998). Das Psychodrama erweist sich auch in der Gruppentherapie mit mehreren Familien als sehr hilfreich.

Fernbedienung (*remote control*) Der Psychodramaleiter überreicht dem Protagonisten eine unsichtbare (oder eine wirkliche) Fernbedienung, auf der dieser einen Knopf drücken und dabei Befehle wie „stumm“, „Pause“, „Rücklauf“, „Schnellvorlauf“ oder „Lautstärke“ rufen kann. Der Effekt ist ein Gemisch aus Techniken wie Gibberish, Handlungseinschnitt, Wiederholung, Zukunftsprojektion und Lautsprecher (Combs, 1993).

Fishbowl (oder „Aquarium“) Die Gruppe teilt sich; die eine Hälfte der Teilnehmer setzt sich in einen Kreis mit Blick in die Mitte des „Goldfischglases“ (*fish bowl*) und bekommt eine Aufgabe gestellt oder ein Diskussionsthema zugeteilt. Die andere Hälfte sitzt außerhalb des Kreises und beobachtet die Dynamiken. (Später können die beiden Hälften für den zweiten Teil der Übung die Plätze tauschen.) Die außen Sitzenden können auch gebeten werden, für die Personen im Kreis als Doppel zu fungieren.

Fotografie-Erwärmungsübung Der Regisseur lädt die Teilnehmer ein, sich ein Foto von einem Aspekt ihres bisherigen Lebens vorzustellen, der ihnen bedeutend erscheint. Es handelt sich um eine Art Projektionstest, und eine Person aus der Gruppe wird Protagonist und stellt ihr imaginäres Foto als „lebende Skulptur“ oder Aktionssoziogramm nach. Wie in einem Traum bekommen die verschiedenen Personen und Gegenstände in der Szene imaginäre Stimmen. Dies wiederum ist bereits die Überleitung zu einer tieferen Erforschung einiger der aufgeworfenen Aspekte.

Freeze Siehe Handlungseinschnitt.

Freiwilliges Doppeln (*voluntary double*) Personen aus dem Publikum werden sehr oft ermutigt bzw.

aufgefordert, dem Regisseur mitzuteilen, wenn sie gerne den Protagonisten doppeln möchten, weil sie das Gefühl haben, sich stark mit dem Protagonisten zu identifizieren und den kreativen Prozess fördern zu können meinen. Der freiwillige Doppelgänger verbleibt im Spiel, bis ihn der Regisseur entlässt, oder er zieht sich zurück, sobald er seinen Beitrag geleistet hat (Torrance, 1978; Sachnoff, 1991).

Gefühle verschieben (*moving feelings*) Ist ein Protagonist emotional blockiert, hilft der Regisseur ihm dabei, herauszufinden, an welcher Stelle die Spannungen sitzen. Ist dies ein Teil des Körpers, den man nicht separat bewegen kann, wird der Protagonist angeregt, diese Gefühle in einen anderen Teil des Körpers zu verschieben, mit dem man sich besser ausdrücken kann. Wut im Bauch kann beispielsweise zu Wut in den Fäusten werden, oder Tränen im Herzen verschieben sich in die Augen (Goldman & Morrison, 1984).

Geplantes Psychodrama (*planned psychodrama*) Es gibt verschiedene Planungsebenen. Eine Psychodramasitzung vorzubereiten oder regelmäßige Sitzungen anzusetzen, ist die verbreitetste Form. Eine weitere Ebene ist die tatsächliche Planung bestimmter Elemente in einem bevorstehenden Psychodrama. Beispielsweise kann der Therapeut, mit der Zustimmung der Gruppe, mit einem Patienten vereinbaren, dass sie in der nächsten Sitzung an einem bestimmten Aspekt arbeiten wollen. Insbesondere im Fall eines Traumas ist es wichtig sicherzustellen, wie der Patient geschützt und nicht aufs Neue traumatisiert wird. Sogar eine noch zielgerichtetere Form der Planung kann stattfinden, wenn beispielsweise Patient, Therapeut und Regisseur Details für die Zukunft absprechen, wie das Umfeld einer Eröffnungsszene oder die Wahl bestimmter verlässlicher Hilfs-Ichs. Auch wenn einige Elemente geplant werden, bleibt im Verlauf der Darstellung immer noch ausreichend Raum für spontane Entwicklungen. Sind die Patienten sehr labil, ist es auch sinnvoll, Nachbereitungsaktivitäten zu planen um sicherzustellen, dass andere Personen zur Unterstützung bereit und fähig sind, die zu erwartenden Gefühle, die „Nebenwirkungen" einer intensiven oder kathartischen emotionalen Erfahrung, aufzufangen.

Geprobtes Psychodrama (*rehearsed psychodrama*) Manchmal möchten kreativ tätige Protagonisten eine Szene oder eine Reihe von Szenen darstellen, die auf ihrem Leben beruhen oder damit zu tun haben. Dazu übernehmen sie einen Ausschnitt aus einem literarischen Werk oder das Segment eines Theaterstücks, oder sie schreiben und proben ein Stück (oder einen Sketch, zumal es sehr kurz sein kann) und spielen darin mit; unterstützt werden sie von professionellen Psychodramaleitern. Mit Hilfe psychodramatischer Methoden kann man mit diesen Präsentationen dann weiterarbeiten oder sie erforschen. Obwohl Moreno selbst in den 1940er

Jahren zuweilen mit Proben und Vorausplanung arbeitete, liegt der Hauptakzent im Allgemeinen auf der Improvisation. Dramatherapeuten verwenden jedoch teilweise eine Art individuelle Aktionskunst als Heilungsmedium, und eine kreative Synthese dieser Ansätze ist durchaus denkbar.

Gerichtsprozess-Szene (*judgment scene*) Der Protagonist stellt einen Konflikt als Gerichtsverhandlung dar. Die Rollen des Staatsanwalts, des Verteidigers, des Richters, des Angeklagten, der Jury und anderer können Symbolcharakter haben. Die Technik kann, als Variante, auch so verändert werden, als würde das Urteil im Leben nach dem Tod gefällt, vielleicht sogar mit Aussicht auf Vergebung oder Verdammung. Die Szene kann andere Personen einschließen oder nur mit verschiedenen Teilen der Persönlichkeit des Protagonisten abgehalten werden (Sacks, 1967).

Gesteuerter Dialog (*directed dialogue*) Emunah (1983) beschreibt eine evokative Technik, bei der die Teilnehmer mit der vielfältigen Verwendung verschiedener Sätze experimentiert. Die Gruppenmitglieder bilden Zweierteams, und jede Person bekommt ein oder zwei kurze Sätze, den oder die sie beliebig oft wiederholen und mit dem bzw. denen sie unterschiedliche Betonungen, Tonfälle, Gesichtsausdrücke und Gesten ausprobieren kann. Solche Sätze sind zum Beispiel „Ich muss gehen." gegenüber „Ich will, dass du bleibst.", „Ich will es so." gegenüber „Es geht nicht." oder „Ich muss dir etwas sagen." gegenüber „Ich will es nicht hören."

Geteilte Geheimnisse (*shared secrets*) Alle Teilnehmer schreiben je ein Geheimnis auf einen Zettel und werfen diesen in einen Behälter. Dann zieht jeder eines dieser Geheimnisse (niemand darf sein eigenes erwischen!) und trägt es ein oder zwei Minuten lang so vor, als ob es sich tatsächlich um sein Geheimnis handeln würde. Diese Technik eignet sich am besten für eine Gruppe, die nicht mehr als neun Personen umfasst, und kann als Erwärmungs-Übung, zur Stärkung des Gruppenzusammenhalts oder für die Entwicklung von Empathie eingesetzt werden (Yalom, 1995, S. 6-7, Fußnote).

Gewaltlosigkeit (*non-violence*) Eine grundlegende Regel des Psychodramas ist die vertragliche Vereinbarung der Gruppe, niemandem körperlichen Schaden zuzufügen. Psychodrama hat viel mit Aktion zu tun, und verbal wie physisch werden ein breites Spektrum Gefühle und damit auch Gewaltfantasien ausgedrückt. Die Regisseure und Gruppenmitglieder übernehmen gemeinsam die Verantwortung dafür, dass diese Gefühle in Aktivitäten umgeleitet werden, die diese Gefühle symbolisch ausdrücken, zum Beispiel mittels Matratzen, Kissen oder Schaumstoffschlägern, mit denen bzw. auf die man schlagen kann. Der Regisseur sorgt dafür, dass die

Teilnehmer zunächst innehalten und Brillen, Schuhe und Schmuck ablegen, wodurch allen das Gefühl vermittelt wird, dass niemandem Schaden zugefügt werden wird. Techniken wie Bewegungen in Zeitlupe sind eben zu diesem Zweck erfunden worden, nämlich um die Intensität der Gefühle des Protagonisten klar darstellen zu können und gleichzeitig Verletzungen zu vermeiden.

Gibberish Um die Selbstbeobachtung und die Aufmerksamkeit der Gruppe (bzw. der Protagonisten und Hilfs-Ichs) für nonverbale Signale in zwischenpersönlichen Interaktionen zu verbessern, lassen Sie die Darsteller eine Szene wiederholen oder setzen Sie eine Szene fort, wobei statt richtigen Wörtern nur zusammenhanglose Silben verwendet werden dürfen („gibberish" heißt wörtlich etwa „Kauderwelsch"). Man kann entweder komplexe Laute wählen, die wie eine Fremdsprache klingen, oder einfach „blablabla", „tirili" oder „lalala" sagen. Ziel ist es, mit demselben Gesichtsausdruck, derselben Betonung und denselben Gesten den Ausdruck der Emotionen in der Interaktion zu wiederholen, ohne dass der Inhalt der Worte eine Ablenkung darstellen kann.

Halluzinatorisches Psychodrama Die Patienten beschreiben ihre Halluzinationen oder ihre Wahnvorstellungen auf die gleiche Weise wie bei einer Traumdarstellung (s.u.). Die verschiedenen Quellen der Stimmen werden personalisiert und ausgearbeitet und alternative Folgen und Ergebnisse werden erforscht (Moreno, 1958). Die Anwendung dieser Technik erfordert überdurchschnittliches psychiatrisches Urteilsvermögen.

Handlungseinschnitt (*cutting the action*) Der Verlauf einer Darstellung kann unterbrochen werden, wenn die Teilnehmer völlig aus ihrer Rolle fallen, blockieren und nicht fähig sind, fortzufahren, wenn ein Abschnitt abgeschlossen ist oder wenn der Regisseur die Gelegenheit verspürt, die Teilnehmer durch eine andere Technik oder eine andere Szene zu einer höheren Ebene von Kreativität zu verhelfen. (Der Ausdruck an sich leitet sich von dem altbekannten Ruf „Cut!" bzw. „Schnitt!" der Filmregisseure ab.) Die neue Anweisung wird erteilt, und dann setzt sich die Darstellung fort. Ein ähnliches Kommando, „Freeze!", bedeutet, dass nur eine geringfügige Änderung vorgenommen werden muss. Die Darsteller halten ihre physische und emotionale Haltung des Augenblicks, um dann mit derselben Handlung (abgesehen von der kleinen Änderung natürlich) fortzufahren, als habe es keine Unterbrechung gegeben. Eine Anwendungsmöglichkeit dieser Technik sind Situationen, in denen der Regisseur das Gefühl hat, dass ein Protagonist zu sehr in Rage gerät und kurz davor steht, die Kontrolle zu verlieren. Ratsam ist ein Handlungseinschnitt auch, wenn eine Szene zu verwirrend und durcheinander gerät. In diesem Fall empfiehlt sich eine kurze Spiegeltechnik (s.u.), d.h. der Protagonist tritt aus der Interaktion heraus, stellt

sich in gewisser Weise „daneben“ und kann über alternative Vorgehensweisen nachdenken.

Handlungserfüllung (*act fulfilment*) Der Protagonist bekommt durch ein Psychodrama die Chance, die Erfüllung eines Wunschs, den positiven Ausgang eines Traums, die Lösung eines Konflikts oder die erfolgreiche Vollendung eines zuvor verhinderten oder vereitelten Plans zu erleben; dadurch kann er eine aktive Wahl treffen und findet Bestätigung für seine Empfindungen. Beispielsweise kann ein enttäuschendes oder traumatisches Kindheitserlebnis mit veränderten Komponenten nachgespielt werden: Ein Ko-Therapeuth oder ein anderes Gruppenmitglied spielt die Rolle eines „perfekten“ Elternteils oder Lehrers. Diese Technik ist eine Möglichkeit, das zu erreichen, was Franz Alexander als „korrigierende emotionale Erfahrung“ bezeichnete, ohne dass der Therapeut die Befriedigung der Bedürfnisse des Patienten direkt herbeizuführen hat. (Siehe Kapitel 10.)

Hilfs-Ich (*auxiliary ego*) (Siehe Kapitel 1.) Therapeutische Hilfskraft für eine Darstellung.

Hilfsperson (*auxiliary person*) Ein Gruppenmitglied übernimmt eine potentielle Rolle und geht auf der Bühne auf und ab. Der Regisseur sagt: „Dies ist eine Person aus deinem Leben; sie kann weiblich oder männlich und beliebigen Alters sein. Geh zu ihr hin und sprich mit ihr, wie es dir gerade in den Sinn kommt.“ Es handelt sich um eine Aufwärmübung ähnlich dem leeren Stuhl, nur dass das Hilfs-Ich von Vornherein mitwirkt und auf diese Weise eine weit dynamischere Interaktion zustande kommt. Bei einem Treffen wurde die Person beispielsweise zu einem in Vietnam gefallenen Bruder, woraufhin im Anschluss psychodramatische Trauerarbeit geleistet wurde (Eya Fechin Branham, 1975, persönliche Kommunikation).

Hilfswelt (*auxiliary world*) Die Gruppe und sogar das tatsächliche Umfeld werden so präpariert, dass sie die phänomenologische Erlebniswelt des Protagonisten nachstellen. Zerka Moreno berichtet beispielsweise über einen Patienten, der sich einbildete, der wiedergeborene Jesus Christus zu sein; ihm wurde eine Anzahl von Hilfs-Ichs zur Seite gestellt, die Ko-Therapeuten oder andere Mitarbeiter waren und die die Rollen der Jünger und ähnlicher Figuren spielten. Der Patient musste erst verschiedene Rituale durchprobieren, bis er es schaffte, dem Drang, stets in der Rolle zu bleiben, nach und nach zu widerstehen.

Hinter-dem-Rücken (*behind the back*) Der Protagonist begibt sich in eine Ecke des Raumes und wendet sich von der Gruppe ab. Die Gruppe spricht über ihn, als ob er nicht da wäre. Wahlweise kann auch der Protagonist eine kurze Szene oder Si-

tuation vorstellen; woraufhin die Gruppe über das dargestellte Thema, nicht über die Person, diskutiert. Eine dritte Möglichkeit sieht vor, dass die Gruppe dem Protagonisten den Rücken zudreht und nicht reagieren darf, wie sehr sie auch provoziert werden, während der Protagonist zu jedem von ihnen ganz frei über seine Gefühle sprechen darf (Corsini, 1953).

Hypnodrama Ein Psychodrama wird durchgeführt, nachdem der Protagonist und eventuell auch die Gruppe in einen leichten Trancezustand versetzt wurden. Ein Therapeut, der diese Methode anwendet, benötigt eine entsprechende Ausbildung auf dem Gebiet (Greenberg, 1977, S. 231-303).

Idealisierung Ein Protagonist stellt in einer Szene sein ideales Selbst dar, und diese Rolle kann auch mit anderen Teilen des Selbst in Dialog treten. Der ideale andere, sei es nun ein Elternteil, ein Kind oder Partner, wird durch Surplus-Realität erschaffen, in der Regel mit dem Zweck der Handlungserfüllung. Beispielsweise ist ein Protagonist in einer Szene durch erneute Erziehung ein idealer Vater bzw. eine ideale Mutter, oder er erfährt selbst diese ideale Erziehung und damit ideale Eltern (Reparenting). Ein Schaukelstuhl erweist sich in diesen Szenen oft als hilfreich.

Identität Ein Protagonist wählt zwei Hilfs-Ichs, von denen eins ihn selbst und das andere seine „negative Identität" darstellt, d.h. eine von ihm verhasste, verachtete oder ihm einfach unsympathische Person. (Er kann alternativ auch sein gegenwärtiges Ich mit seinem idealen Selbst vergleichen.) Die Hilfs-Ichs stehen zu Beginn Rücken an Rücken in der Mitte des Raumes; der Protagonist zählt nun Unterschiede zwischen den beiden auf. Für jeden Unterschied entfernen sich die Hilfs-Ichs einen Schritt weiter voneinander, aber für jede Ähnlichkeit nähern sie sich wieder einen Schritt an.

In ähnlicher Weise kann Übertragungen entgegengewirkt werden: Behandelt der Protagonist seine Frau wie seine Mutter, seinen Therapeuten wie seinen Priester, sich selbst wie seinen eigenen Vater oder vermischt er zwei andere Personen aus seinem Leben, sollte er diese Technik anwenden, nur dass die Hilfs-Ichs zu Beginn einige Schritte voneinander entfernt stehen. Mit jeder genannten Ähnlichkeit gehen sie einen Schritt aufeinander zu, für jeden genannten Unterschied entfernen sie sich einen Schritt voneinander (Miller, 1972).

In den Kreis dringen (*breaking in/plunging in circle*) Ein Protagonist stellt dar, wie er mit dem Gefühl der Isolation oder inneren Leere fertig zu werden versucht, indem er sich bemüht, sich vehement (aber nicht gewaltsam) in eine Gruppe von sechs oder acht Personen (Gruppenmitgliedern) zu drängen, die mit dem Gesicht nach innen gewandt und sich an den Händen haltend einen Kreis bilden (Weiner & Sacks, 1981).

In situ Moreno schrieb, das Psychodrama solle direkt in der Situation durchgeführt werden, in der ein Problem aufkommt, egal ob daheim, im Schulhof, bei der Arbeit oder auf der Straße. Man spricht auch von der „Selbst-Therapie“ oder dem „ungeplanten Psychodrama“. Besonders wirkungsvoll ist dies beispielsweise in Lagern, ambulanten Pflegeeinrichtungen oder psychiatrischen Krankenhäusern, in denen die Methode der therapeutischen Gemeinschaft angewendet wird.

Instant-Soziometrie In größeren Gruppen werden die Teilnehmer nach ein paar allgemeinen Aktions-Aufwärmübungen aufgefordert, umherzugehen und sich eine „Familie“ zu suchen. Die Anweisung lautet, jeder solle sich in eine Familienstruktur einbringen. Die Ergebnisse dieser Übung liefern Stoff für weiterführende Diskussionen und Darstellungen.

Intensivierung Laut Goldman und Morrison (1984) können Gefühle mit Hilfe verschiedener Techniken intensiver und expliziter erlebt werden; zu diesen Techniken zählen etwa die Wiederholung des Kernmotivs einer Situation oder einer mündlich formulierten Aussage über Gefühle, oder die Aufforderung an die Protagonisten, eine Körperhaltung einzunehmen, die ihre Gefühle zum Ausdruck bringt, bzw. das Gefühl in ihrem Körper zu lokalisieren. Ich selbst verwende Intensivierung manchmal bei **Aktionssoziogrammen:** Die verschiedenen Personen des Sozialen Atoms des Protagonisten umrunden ihn und nähern sich ihm langsam, wobei jeder seinen jeweilige typischen Satz wiederholt. Ein Protagonist, der sich in der Mitte des Atoms gefangen fühlt, empfindet diese Intensivierung insbesondere, wenn die Hilfs-Ichs ihn pieksen, an ihm zerren und ihn bedrängen und dabei ihre Sätze sogar noch eindringlicher und lauter sagen, bis der Protagonist von seinen Gefühlen so überwältigt ist, dass er eine emotionale Katharsis erlebt, die ihn für die weitere Arbeit hin zur Integration bereit macht.

Konkretisierung Eines der Wirkungsprinzipien des Psychodramas besteht darin, dem Protagonisten dabei zu helfen, seine abstrakten Aussagen zu konkretisieren, da „Schwammigkeit“ eine gängige Methode ist, die Auseinandersetzung mit Problemen zu vermeiden. Der erste Schritt besteht darin, Allgemeinheiten wie „Schwierigkeiten mit Autoritätspersonen“ in eine spezifische Szene umzusetzen, etwa in eine Situation aus dem Leben des Protagonisten mit einem Chef, einem Lehrer oder einem Elternteil. Eine weitere Möglichkeit für die Konkretisierung ist die Umwandlung von Metaphern in tatsächliche Gegebenheiten. Hat der Protagonist das Gefühl, bei seiner Entwicklung „stünde ihm jemand im Weg“, kann sich ein Hilfs-Ich tatsächlich provokativ direkt vor ihm aufbauen. Das Gefühl der Isolation kann verstärkt werden, indem sich das Publikum ein wenig zurückzieht, indem das Licht gedämpft wird oder auch durch die Technik des „In-den-Kreis-Dringens“.

Lautsprecher (*amplification*) Ein Doppelgänger oder der Regisseur wiederholt laut jedes leise gesprochene Wort des Protagonisten; besonders in größeren Gruppen ist das hilfreich (Ossorio & Fine, 1957). Der Protagonist kann auch dazu ermutigt werden, jedes leise gesprochene Wort laut zu wiederholen und/oder sich über eine bestimmte Idee oder ein Gefühl ausführlicher zu äußern. Auch hierbei kann ggf. ein Doppelgänger helfen.

Leerer Stuhl (*empty chair*) Statt einer Person (einem Hilfs-Ich) repräsentiert ein leerer Stuhl eine Figur in der Darstellung des Protagonisten. Manchmal ermöglicht dies einen spontaneren Ausdruck von Aggression oder zärtlichen Gefühlen, je nachdem, wie die Gruppe sich zusammensetzt oder wie viel Scham der Protagonist dabei empfindet, mit einer anderen Person zu arbeiten (Lippitt, 1958). In einer Einzeltherapie ist diese Technik unschätzbar wertvoll und stellt einen integralen Bestandteil der Gestalttherapie dar.

Leerer Stuhl in der Abschlussrunde (*final empty chair*) Während der Abschlussphase des Psychodramas können Personen aus dem Publikum Reaktionen hinsichtlich Menschen aus ihrem eigenen Leben verspüren, die den zentralen Rollen im vorangegangenen Psychodrama ähneln. Um die „Zuschauerkatharsis" zu vervollständigen, wird mit ihnen eine Mini-Darstellung durchgeführt, während der sie den Figuren aus dem Psychodrama noch einmal begegnen oder mit den Figuren aus ihrem Leben zusammentreffen. Die Szenen können Wut, Trauer oder Versöhnung beinhalten, Rollentausch mit den vom leeren Stuhl dargestellten Personen kann stattfinden, muss aber nicht (Speros, 1972).

Masken Sie tragen zur Rollendistanz bei und verdeutlichen, dass in einer Situation vielmehr eine Rolle und weniger eine Person handelt – dadurch fördern Masken das Soziodrama. Für das Einzelpsychodrama beschreibt Landy (1985) eine Technik, bei der der Protagonist zuerst in einer Art Ritual mit Gipsbinden vier Masken von seinem eigenen Gesicht abnimmt und diese dann so formt und verziert, dass je eine ihn selbst, Vater, Mutter und eines seiner Geschwister darstellt. Diese Masken sind das Medium für eine modifizierte Art des Aktionssoziogramms. Jede Figur wird „interviewt", wobei der Protagonist ihre Parts übernimmt, und dann verwickelt der Protagonist sie in ein nachgestelltes Gespräch miteinander. Der Einsatz von Masken sollte, als Synthese von Kunst und Psychodrama, ruhig häufiger in Betracht gezogen werden.

Metaposition (*high chair*) Der Protagonist oder das Hilfs-Ich steht auf einem Podium oder sitzt auf einem hohen Stuhl. Befindet sich der Protagonist in einer erhöhten Position, hat er möglicherweise den Mut, mit mehr Selbstsicherheit Aussagen zu treffen.

Wird die Position des Hilfs-Ichs erhöht, verleiht man dem Protagonisten ggf. den Eindruck, mit einer Autoritätsperson zu sprechen. Diese Technik ist ähnlich einer Balkonszene, wenn ein Balkon zugänglich ist.

Monodrama Der Protagonist spielt alle Rollen einer Darstellung selbst. Der Vorteil ist, dass man einen hervorragenden Einblick in seine Sichtweise erhält. Man benötigt außerdem keine Hilfs-Ichs und kann deshalb auch in der Einzeltherapie ein Monodrama durchführen. Ein dritter Vorteil besteht darin, dass der Protagonist hinsichtlich des Rollentauschs hervorragende Fertigkeiten erlangt und neue Perspektiven kennen lernt. Oft wird das Monodrama mit der Technik des Leeren Stuhls verbunden, und der Protagonist setzt sich auf einen anderen Stuhl, wenn er in eine neue Rolle schlüpft. Der Nachteil ist jedoch, dass die Hilfs-Ichs oft Impulse liefern, die hier natürlich wegfallen. Die Technik der Gestalttherapie nach Fritz Perls wendete eine Abwandlung dieser Technik an (siehe „Psychodrama à deux".)

Monolog oder **Selbstgespräch (*soliloquy*)** Wie eine Off-Stimme in Kino- oder Videofilmen, teilt der Protagonist die Gedanken und Gefühle mit dem Publikum, die er normalerweise geheim halten oder unterdrücken würde. Er stellt eine Szene dar, in der er Soloakteur ist – wie er sich auf dem Weg nach Hause befindet, wie er nach einem ereignisreichen Tag langsam zur Ruhe kommt oder wie er sich zum Beispiel auf eine bevorstehende Veranstaltung vorbereitet –, und trägt das, was in ihm vorgeht, also seinen Stream of Consciousness, dabei laut vor. Unter anderem kann er sich selbst Ratschläge erteilen, sich Mut zusprechen, in Erinnerungen schwelgen, über einem Groll gegen jemanden brüten oder harsche Selbstkritik üben. Eine Variante ist, den Protagonisten seinen Monolog zusammen mit einem Doppel halten zu lassen, während beide gemeinsam umhergehen, oder der Protagonist spricht mit einem Hilfs-Ich, das in die Rolle eines Haustiers schlüpft. Der innere Dialog kann mit Hilfe des leeren Stuhls oder der Unterstützung eines Hilfs-Ichs in der Rolle eines älteren, weiseren Selbst auch als Begegnung ausgestaltet werden (Z. Moreno, 1959).

Multiples Doppeln Dem Protagonisten werden zwei oder mehr Doppelgänger zur Seite gestellt, die unterschiedliche Teile seines Selbst verkörpern, z.B. das Ich der Zukunft, Gegenwart und Vergangenheit, oder das „gute" und das „böse" Ich, die Parts Elternteil, Erwachsener und Kind nach Eric Berne, oder Topdog und Underdog nach Fritz Perls (Z. Moreno, 1959).

Multiples Ich (*multiple ego*) Der Protagonist verwendet freie Stühle oder verschiedene Orte auf der Bühne, um die verschiedenen Teile seines Ich darzustellen, darunter beispielsweise sein Gewissen und die Versuchung. Nun schlüpft er, mit oder ohne

Unterstützung von Hilfs-Ichs, in alle diese Rollen, die nun räumlich voneinander getrennt sind, lässt sie interagieren und ihre jeweilige Sicht der Dinge vortragen. Dies hilft insbesondere bei der Konkretisierung innerer Konflikte (Blatner, 1985b, S. 29-42).

Musik, Gesang und Rhythmus Es gibt zahlreiche Aktivitäten und Techniken in diesem Bereich, die als Erwärmungs- oder Abschluss-Übungen verwendet werden können. (Siehe Tanz.)

Nonverbale Techniken Während eines Psychodramas stellen Musik, Tanz, Pantomime, Berührungen und andere Bereiche der nonverbalen Kommunikation wirkungsvolle Möglichkeiten für die Bemühung dar, aus den gewohnheitsmäßigen verbalen Mustern wie Abwehrhaltung und Eingeengtheit auszubrechen. (Siehe Tanz, Musik und Berührung.)

Nonverbale Unterredung (*nonverbally coming together*) Zwei Personen, die neue Seiten aneinander kennen lernen müssen oder einen leichten Konflikt lösen möchten, stellen sich in zwei entgegengesetzten Ecken des Zimmers auf. Sie ziehen ihre Brillen und Schuhe aus und gehen aufeinander zu. Wenn sie sich in der Mitte treffen, können sie auf jede erdenkliche Weise miteinander kommunizieren und ganz spontan auf den anderen eingehen – aber sie dürfen dabei kein einziges Wort sagen. Gewaltlosigkeit muss garantiert sein, und sie hören erst auf, wenn sie das Gefühl haben, fertig zu sein. Im Anschluss können die Teilnehmer zusammen mit der Gruppe darüber sprechen, wie sie die Interaktion wahrgenommen und sich dabei gefühlt haben, an der nonverbalen Unterredung teilzunehmen bzw. sie zu beobachten (Schutz, 1971).

Personifizierung Gegenstände oder sogar abstrakte Begriffe oder Eigenschaften können als Rollen dargestellt werden, als ob sie lebendig wären und Gedanken und Gefühle hätten. Der Schreibtisch eines Protagonisten könnte etwas darüber zu sagen haben, wie oft bzw. in welcher Weise er sich ge- oder ausgenutzt fühlte. Das ist eine Variation der Redensart: „Wenn die Wände Ohren hätten…“ Ob die Rolle das Sofa aus dem Wohnzimmer des Protagonisten oder sein Haustier widerspiegelt, so haben sie doch gemeinsam, dass sie Projektionen aus der Vorstellungswelt des Protagonisten sind. Auch Kopfschmerzen, eine Armverletzung, ein Tumor und andere Körperteile kann man so darstellen, als hätten sie Pläne und Gefühle. Eine weitere interessante Rolle ist die der „anderen im Allgemeinen“, also „die Leute“, von denen man sich beobachtet und verurteilt fühlt.

Protagonist (Siehe Kapitel 1.)

Psychodrama à deux (auch bekannt als Monodrama) Psychodramatische Methoden können auch in Einzeltherapien angewendet werden, indem der Therapeut die Rollen des Regisseurs, des Doppels und andere Hilfs-Ich-Rollen übernimmt. (Auch einige Gestalttherapeuten greifen auf diese Methode zurück. - Vander May, 1981; Casson, 1997).

Psychodrama mit mehr als einem Protagonisten (*multiple protagonists*) (Siehe Familien-Psychodrama.) Mit Hilfe des Psychodramas werden authentischere Begegnungen katalysiert und kreative Problemlösungen zwischen verschiedenen Menschen, z.B. Mitgliedern einer Familie oder einer kleinen Gruppe, gefördert. In diesem Sinn war Morenos Ansatz bereits in den 1930er Jahren eine „Gemeinschaftstherapie" (*conjoint therapy*, ein Vorläufer der Familientherapie). Die für eine aktive, systemorientierte Familientherapie benötigten Fertigkeiten sind den Anforderungen an Leiter von Psychodrama-Gruppen sehr ähnlich.

Psychodramatischer Schock Ohne Vorwarnung wird der Protagonist mit einer emotional aufgeladenen Situation konfrontiert. Dabei muss jedoch darauf geachtet werden, dass die Gruppe leidlich aufgewärmt ist. Der Regisseur führt diese Technik ein, wenn es angebracht erscheint, dass der Protagonist sich mit einer schmerzlichen Situation auseinandersetzt, etwa einem Kriegstrauma, der Ankündigung einer Scheidung, die Nachricht von einem Todesfall oder das Wiedererwachen psychotischer Erlebnisse (z.B. einer Halluzination oder einer Wahnvorstellung). Natürlich erfordert diese Technik einen hohen Grad an Professionalität und Urteilsvermögen und außerdem ausreichend Zeit, das Erlebte aufzuarbeiten und Integration zu erreichen. Diese Technik ist eine Art „Implosionstherapie" und Ent-Konditionierung; die traumatische Szene wird so oft wiederholt, bis sie ihre negative Macht verliert. Beispielsweise stellte eine Frau in einem Drama eine Szene nach, in der sie sehr wütend geworden war und ihren Vater angeschrieen hatte, er sollte tot umfallen – und er das tatsächlich tat! –dieser Vorgang wurde immer wieder gespielt, bis sie es schaffte, das Geschehene in ihr Leben zu integrieren (Z. Moreno, 1966).

Publikum (*audience*) Anwesende Personen, die nicht auf der Bühne am Psychodrama teilnehmen. Manchmal spielt das Publikum jedoch eine kollektive Rolle (siehe: Chor). Die Größe der Gruppe hängt von den örtlichen Gegebenheiten ab. (Siehe Kapitel 1.)

Publikumsanalyse Eins der Gruppenmitglieder übernimmt es, während einer Darstellung auf die Dynamiken im Publikum (d.h. im Rest der Gruppe) zu achten. Seine Funktion besteht darin, zu beobachten und der Gruppe seine Gefühle über die

Reaktionen des Publikums auf das Psychodrama mitzuteilen (Weiner & Sacks, 1969).

Puppen Sie können in der Erwärmungsphase der Gruppe hilfreich sein. Ein Protagonist kann mit Hilfe von Handpuppen bestimmte Elemente einer Situation darstellen.

Ratschläge erteilen (*advice giving*) Der Protagonist erteilt einer imaginären Bezugsperson (z.B. einem verstorbenen Elternteil oder einem Kind, das sein Zuhause verlässt), die von einem Hilfs-Ich oder einem „leeren Stuhl" dargestellt wird, einen Ratschlag, oder er schlüpft in die Rolle des anderen und gibt sich selbst einen Rat (z.B. seinem jüngeren Ich vor dem Hintergrund dessen, was er in diesem Moment weiß, oder aus der Sicht seines zukünftigen älteren Selbst an das Ich der Gegenwart).

Regisseur Der Moderator eines Psychodramas (Siehe Kapitel 1.)

Requisiten (*props*) Sie können Psychodramasitzungen erleichtern; nützlich sind leichte Stühle, ein kleiner Tisch, ein paar Polster, Decken, Kissen, Schaumstoffschläger (sog. „*encounter bats*" oder Batakas), ein Schaukelstuhl, ein weiches Seil (zur Repräsentation emotionaler Bindungen und Fesseln), etwas Stabiles, worauf man sich stellen kann, usw. Requisiten helfen beispielsweise dabei, Gewalt zu vermeiden, die Darstellung zu verstärken und die Erwärmung des Protagonisten zu fördern. Zwingend erforderlich sind sie allerdings nicht. (Siehe auch: Telefon, Puppen, Beleuchtung usw.)

Rollenbenennung Bereits die Benennung einer Rolle kann hilfreich sein. (Siehe Kapitel 17.)

Rollenspiel (Siehe Kapitel 20.)

Rollentausch (*role reversal*) Die wichtigsten Teilnehmer an einer Interaktion tauschen die Rollen. Schlüpft der Protagonist im Rahmen eines Psychodramas in die Rolle eines anderen, ist dies eine Möglichkeit, die gewöhnlichen egozentrischen Beschränkungen zu durchbrechen. Rollentausch ist angeraten, wenn es dem Protagonisten weiterhilft, den Standpunkt des anderen nachzuvollziehen. Rollentausch wird außerdem in der Vorbereitung einer Szene und der Erwärmung der Hilfs-Ichs verwendet. Der Protagonist tauscht die Rollen und zeigt, wie sich die andere Person in der Szene verhält. Dadurch vermittelt er den Hilfs-Ichs auch auf nonverbaler Ebene, wie der Part zu spielen ist, so dass die Szene sehr nah an das tatsächliche Erlebnis des Protagonisten heranreicht (Carlson-Sabelli, 1989).

Rollenübernahme (*role taking*) Bei der Verkörperung einer Rolle, die nicht Bestandteil des täglichen Lebens ist, kann die Definition, wie eine Rolle darzustellen ist, eng oder weit ausgelegt werden. Übernimmt eine Person eine Rolle mit einiger Spontaneität, spricht man auch von Rollenkreativität. (In der Sozialpsychologie bezeichnet dieser Begriff jedoch eher einen dem Rollentausch ähnlichen Prozess.)

Rollenvorstellung (*role presentation*) Der Protagonist kann jede beliebige Rolle, sogar die eines unbelebten Gegenstandes, so vorstellen, als könne das Objekt ausdrücken, was es denkt und fühlt. So könnte ein Schreibtisch seinem Besitzer sagen, wie vernachlässigt er sich fühlt, oder ein Sofa erzählt einem Paar, wie es dessen erste Annäherungsversuche erlebt hat. In ähnlicher Weise können auch Haustiere, Traumgestalten, Kinder, die niemals empfangen oder geboren worden sind, Richter aus dem Jenseits und andere Figuren im Psychodrama psychologisch real und greifbar werden.

Selbstdarstellung (*self-realization*) Der Protagonist stellt schauspielerisch einen Überblick über sein Leben dar, indem er Begebenheiten aus der Vergangenheit und Gegenwart darbietet, aber insbesondere mögliche, erhoffte oder wahrscheinliche zukünftige Ereignisse aufzeigt. Er gibt in Kurzform einen Abriss über die Hoch- und Tiefpunkte seines Lebens.

Sharing Auch Abschluss- oder Gesprächsphase, die der Handlungs- bzw. Spielphase folgt. (Siehe Kapitel 1.)

Situationstest Eine gegebene Situation wird dargestellt und die Gruppenmitglieder werden aufgefordert zu zeigen, wie sie damit umgehen würden. Möglich ist auch, dass eine Person den Raum verlässt und die anderen die Szene vorbereiten; anschließend kommt der Einzelne wieder herein und übernimmt für die Situation die Rolle des Protagonisten.

Skultpturarbeit (*sculpture*) Hierbei handelt es sich um eine Art des Aktionssoziogramms. (Siehe Kapitel 19.)

Soziodrama (Siehe Kapitel 20.)

Soziometrie Morenos Methode zur Einschätzung bestimmter Aspekte der zwischenpersönlichen Beziehungen in einer Gruppe. (Siehe Kapitel 18 und 19.)

Soziometrisches Publikum Jedes Gruppenmitglied wird gebeten, sich mit einer Rolle in einem größeren soziokulturellen Bereich zu identifizieren, der, obwohl er außerhalb der eigentlich thematisierten Beziehung liegt, diese dennoch implizit zumindest

latent beeinflusst. Für die Interaktion zwischen Angestelltem und Vorgesetztem können sich die Teilnehmer beispielsweise vorstellen, wie es wäre, der Firmenanwalt, ein Gewerkschaftsabgeordneter, ein Kollege, ein Kunde usw. zu sein (Torrance, 1987).

Spektrogramm (Siehe Kapitel 18.)

Spiegel (*mirror*) Der Protagonist tritt zurück und beobachtet, wie ein Hilfs-Ich die Rolle, die er gerade gespielt hat, wiederholt. Es funktioniert, als würde man ein Videoband zurückspulen und einen Ausschnitt noch einmal sehen, nur bedarf es keiner technischen Ausrüstung. Es handelt sich um ein Werkzeug, das sehr große Wirkung hat und stark schockieren kann, weshalb es nur mit Vorsicht einzusetzen ist. Von einer karikaturistischen Nachahmung des Protagonisten ist unbedingt abzusehen (Torrance, 1978).

Status Nascendi Morenos Begriff für den Aspekt einer Situation, bei dem die dynamischen Elemente sich noch akkumulieren, die Schlüsselentscheidungen getroffen werden und die ausschlaggebenden Ereignisse geschehen. Der Punkt ist, sich diesen kritischen richtungsweisenden Ereignissen anzunähern, weil es genau diese Szenen sind, die das größte Potential für kreatives Umdenken bergen. Eine sinnvolle Anweisung im Psychodrama lautet demnach: „Zeig uns eine Zeit, als die Dinge noch anders waren.“ Gemeint ist der Abschnitt vor einschneidenden Entscheidungen oder Änderungen. Diese Szene steht im Verlauf eines Psychodramas oft an dritter oder vierter Stelle in einer Serie von Szenen.

Stegreif-Psychodrama (Siehe In situ.)

Stummes Hilfs-Ich (*silent auxiliary*) Gesten stellen Handeln besser dar als Sprache, wie bei der Pantomime. Eine Variante ist das stille Doppel: Gelegentlich ist diese Rolle der ideale Rückhalt für einen Protagonisten. Außerdem schließt es auch Teilnehmer, die sich schwer tun, Worte zu finden, in das Geschehen ein.

Surplus-Realität (Siehe Kapitel 9.)

Symbolische Darstellung (*symbolic realization*) Symbolische Situationen werden nachgestellt. Fühlt sich ein Protagonist beispielsweise von seinen Problemen niedergedrückt, kann man ein oder zwei Hilfs-Ichs sich vorsichtig an seinen Rücken hängen lassen. Fühlt er sich isoliert oder eingesperrt, sollte er die Übungen des In-den-Kreis-Dringens bzw. des Ausbrechens aus dem Kreis versuchen, bei denen er mit einer Gruppe Hilfs-Ichs in einem kleinen Kreis zusammenarbeitet.

Symbolische Distanz Der Protagonist spielt eine Rolle, die sich in gewisser Weise oder sogar sehr von seiner Rolle im wirklichen Leben unterscheidet, und wird dann nach und nach wieder zu seiner wirklichen Rolle zurückgeführt. Benutzt man Figuren aus Märchen und Geschichten, ist diese Technik besonders bei der Arbeit mit Kindern sehr fruchtbar. Beispielsweise litten ein Junge und ein Mädchen, die in keiner Beziehung zueinander standen, unter massiven Zukunftsängsten. Gemeinsam improvisierten sie eine Variation des Märchens Hänsel und Gretel und spielten Bruder und Schwester, die sich der Welt stellen. Ab diesem Zeitpunkt gelang es ihnen auch, realistischere Szenen mit Zukunftsprojektion darzustellen (Parrish, 1953).

Tanz und Bewegung Der Protagonist kann ermutigt werden, sich in einer Szene zu bewegen, ohne dabei sprechen zu müssen, um entweder seine Empfindungen besser ausdrücken zu können oder sich für eine bestimmte Szene aufzuwärmen. Übrigens führte Marian Chace ihre Pionierarbeit auf dem Gebiet der Tanztherapie in den 1940er und 50er Jahren in Zusammenarbeit mit dem Psychodrama-Programm des St. Elizabeth-Hospitals in Washington, D.C., durch (siehe Musik, Gesang, Rhythmus) (Levy, 1995).

Telefon Dieses Requisit kann, insbesondere bei der Arbeit mit Teenagern, Auslöser für eine Menge Interaktion sein. Da es nicht angeschlossen ist, können mit dem Apparat gefahrlos alle möglichen Arten von Anrufen getätigt und angenommen werden. Rege Handlung kann einfach schon dadurch ausgelöst werden, dass ein oder zwei Telefone hingestellt werden und von einem versteckten Tonband ein Klingelgeräusch ertönt (Emunah, 1985).

Todesszene Der Protagonist spricht zu einer wichtigen Bezugsperson (dargestellt von einem Hilfs-Ich), die stirbt oder gestorben ist und in einem Sarg liegt; oder der Protagonist stellt den Verstorbenen dar und die Gruppenmitglieder sprechen zu ihm. Dies ist eine sehr tiefgehende Technik, die in der Regel eine sehr umfassende Erwärmung des Protagonisten erfordert (Siroka & Schloss, 1968).

Trainierendes Rollenspiel (*role training*) (Siehe Kapitel 20.)

Traumdarstellung Der Traum wird im Jetzt und Hier dargestellt. Hilfs-Ichs stellen die anderen teilnehmenden Figuren dar, sowohl belebte als auch unbelebte. Träume, die nicht zu Ende geträumt wurden, können beendet werden, um Ängste zu verdeutlichen und eine positive, aktiv gewählte Lösung in das Traumgeschehen einzuführen (Moreno, 1958). Das Psychodrama ist ein hervorragendes Medium für diese Erweiterung bzw. Fortführung von Träumen und Traumreisen, um innerlich Erfahrung zu sammeln und zu verbessern. James Hillman lädt die Menschen ein, den „Traum weiterzuträumen“

(1979), und Moreno erklärte, er würde die Menschen lehren, „wieder zu träumen“ (Leutz, 1986).

Traumreise (*guided fantasy*) Der Protagonist oder die Gruppe ist entspannt und hört eine Fantasiegeschichte, etwa eine Fahrt über das Meer, eine Erkundungsreise durch den eigenen Körper oder der Gang durch ein unbekanntes großes Gebäude. Die Motive bilden das Rahmenwerk, aus dem das Unterbewusste sich konkrete Bilder schafft, die oft Symbolcharakter aufweisen, wenn man sie im Nachhinein untersucht. Tramreisen sind gute Erwärmungs-Übungen (Samuels & Samuels, 1975, S. 181-207). Wie am Ende von Kapitel 13 erwähnt, können psychodramatische Techniken modifiziert werden, damit ihre Anwendung dem Protagonisten hilft, eine bedeutungsvollere Kommunikation mit den aufkommenden Bildern zu erreichen.

Umgestaltendes Hilfs-Ich (*reformed auxiliary ego*) Nachdem die Situation eines Protagonisten erforscht wurde und es zur Katharsis durch die Erkenntnis des auf schmerzliche Weise nicht befriedigten Bedürfnisses gekommen ist, erweist sich oftmals eine korrektive emotionale Erfahrung als hilfreich. Das Hilfs-Ich spielt beispielsweise einen abweisenden oder depressiven Elternteil und bekommt den Auftrag, die Rolle didaktischer, bestätigend, empathischer oder unterstützender auszufüllen. Den Protagonisten herausfinden zu lassen, welche Verhaltensweisen seine ungestillten Bedürfnisse befriedigen, trägt entscheidend zur Gesamterfahrung und zum Erkenntnisgewinn bei (Sacks, 1970).

Videoaufnahme eines Psychodramas Wird ein Psychodrama aufgezeichnet, beinhaltet die Erfahrung die Beteiligung an einer schauspielerischen Darstellung, das Anschauen der Aufzeichnung und das wiederholte Spielen von Teilen des Psychodramas, die der Ausarbeitung und Verfeinerung bedürfen. (Früher benutzte Moreno auch Tonbandaufnahmen und Breitwandfilm, um den Patienten zu helfen, sich selbst zu hören bzw. zu sehen und diese Erfahrung als Erwärmung für weiterführende Explorationen zu nutzen (Heilveil, 1983; Lee, 1981)).

Wiederholung (*replay*) Szenen können, mit kleinen Veränderungen, wiederholt dargestellt werden, um eine bessere Gefühlsentladung oder ein glücklicheres Ende zu ermöglichen und so effektivere zwischenpersönliche Strategien zu entwickeln, um angesichts angsteinflößender Reaktionen eine Desensibilisierung zu erreichen oder Ähnliches. Das Umfeld, die Teilnehmer, das Verhalten des Protagonisten oder einer anderen Person kann variieren. Am besten ist es jedoch, jeweils nur eine Variable auf einmal zu verändern.

Wiegenszene (*crib scene*) Allen Gruppenteilneh-

mern (idealerweise weniger als 12 Personen) wird die Erfahrung vermittelt, sie wären Kleinkinder, die nach einer sättigenden Mahlzeit liebevoll in den Schlaf gewiegt werden. Sie legen sich in bequemer Haltung auf einen weichen Teppichboden oder auf Matten, vielleicht werden sie sogar zugedeckt. Der Regisseur und ggf. ein oder Assistenten gehen herum und streicheln und tätscheln die „schlafenden" Teilnehmer vorsichtig, während sie Dinge säuseln wie „Die Mutter liebt das Baby, sie kümmert sich ums Baby, so ein süßes Baby…" Wenigstens zehn Minuten dauert dies an, und dann wird die Gruppe sehr behutsam „geweckt" und in die Rollen versetzt: „Das Baby wacht jetzt langsam auf, fängt an, sich ein bisschen zu bewegen, sich zu strecken, …" Schließlich werden die Teilnehmer wieder entrollt und werden wieder sie selbst. Es handelt sich um eine Art von Hypnose, und genauso sollte man mit der Übung verfahren: Vorschläge oder Anweisungen werden eindeutig formuliert, sind unterstützend und werden in gemäßigtem Tempo vorgebracht (Twitchell-Allen, 1969).

Zauber- oder **Wunderladen (*magic shop*)** Einer nach dem anderen verhandeln die Teilnehmer mit einem „Ladenbesitzer", der ihnen jeden Herzenswunsch erfüllen kann. Oft trägt es zur Stimmung bei, den vermeintlich mysteriösen Ort und die magischen Fähigkeiten des Ladenbesitzers spielerisch ein wenig auszugestalten. Gruppenmitglieder aus dem Publikum können damit beauftragt werden, sicherzustellen, dass der vereinbarte Handel oder ausgehandelte Austausch auch sprachlich-poetisch hohen Anforderungen gerecht wird (Barbour, 1992; Blatner, 1996, S. 48-49).

Zeitlupe (*slow motion*) Handlung wird verstärkt, ruhiger oder erfahrbarer, besser zu beobachten oder zu beeinflussen, wenn die Teilnehmer ihre Bewegungen sehr langsam ausführen, als ob sie sich unter Wasser oder in Gelatine bewegen würden. Anderen Ereignissen wird es dagegen eher gerecht, wenn man sie beschleunigt oder kürzt.

Zukunftsprojektion Eine spezifische Szene der Zukunft wird dargestellt; Nebenszenen beinhalten beispielsweise das am meisten gefürchtete Ereignis, ein erhofftes Ergebnis, eine übertriebene Reaktion, eine realistische Erwartung oder einfach eine Erforschung möglicher Dimensionen einer bevorstehenden Situation. Beim trainierenden Rollenspiel bietet diese Technik die Chance, Verhaltensweisen auszuprobieren und einzuüben (Yablonsky, 1954).

Zwei-Protagonisten-Sitzung (siehe Mehrere Protagonisten) Erforscht wird die Beziehung zwischen den beiden anwesenden und teilnehmenden Personen, z.B. einem Ehepaar, einem Patienten und seiner Krankenschwester, einem Elternteil und einem Kind usw.

QUELLEN

Barbour, Alton. (1992). Purpose and strategy behind the magic shop. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 45(3), 91-101.

Blatner, Adam. (1996). Acting-in: Practical applications of psychodramatic methods. New York: Springer.

Blatner, Adam. (1985a). The principles of grief work. Creating Your Living (S. 61-72). San Marcos, TX: Selbstverlag.

Blatner, Adam. (1985b). Psychodramatic approaches to personal growth. Creating Your Living (S. 29-42). San Marcos, TX: Selbstverlag.

Blatner, Adam. (1994a). Psychodramatic methods in family therapy. C. E. Schaefer & M. Watson (Hrsg.), Family play therapy. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Carlson-Sabelli, Linnea. (1989). Role-reversal. A conceptual analysis. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 41(4), 139-152.

Casson, John. (1997). Psychodrama in individual psychotherapy. The British Journal of Psychodrama and Sociodrama, 12(1-2), 3-20.

Combs, Linda. (1993). Psychodrama by remote control. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 46(2), 75-76.

Corsini, Raymond J. (1953). The „behind your back“ technique in psychodrama. Group Psychotherapy, 6, 102-109.

Emunah, Renee. (1983). Drama therapy with adult psychiatric patients. The Arts in Psychotherapy, 10, 77-84.

Emunah, Renee. (1985). Drama therapy and adolescent resistance. The Arts in Psychotherapy, 12, 71-79.

Enneis, James M. (1952). Establishing a psychodrama program. Group Psychotherapy, 5(2), 111-119.

Feinberg, Henry. (1959). The ego building technique. Group Psychotherapy, 12(3-4), 230-235.

Goldman, Elaine & Morrison, Delcy Schram. (1984). Psychodrama: Experience and process. Phoenix, AZ: Eldemar.

Greenberg, Ira A. (Hrsg.). (1977). Group hypnotherapy and hypnodrama. Chicago: Nelson-Hall.

Heilveil, Ira. (1983). Video in mental health practice: An activities handbook. New York: Springer Publishing Co.

Hillman, James. (1979). Dreams and the underworld. New York: Harper & Row.

Kipper, David. (1986). Psychotherapy through clinical role playing. New York: Brunner/Mazel.

Landy, Robert. (1985). The image of the mask: Implications for theatre and therapy. Journal of Mental Imagery, 9(4), 43-56.

Lee, Richard H. (1981). Video as adjunct to psychodrama and role playing. Jerry L. Fryrear & Bob Fleshman (Hrsg.), Videotherapy in mental health (S. 121-145). Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Leutz, Gretel. (1986). The psychodramatic treatment of dreams. Group Analysis, 19, 139-146.

. (1991). The use of doubling to counter resistance in family and individual treatment. The

Arts in Psychotherapy, 18(3), 241-249.
Levy, Fran (Hrsg.) (1995). Dance and other expressive art therapies: When words are not enough. New York: Routledge.
Lippitt, Rosemary. (1958). Auxiliary chair technique. Group Psychotherapy, 11(1—2), 8-23.
Lousada, Olivia. (1998). The three-layered cake, butter with everything (Chapter 12). M. Karp, P. Holmes & K. Bradshaw-Tauvon (Hrsg.) Handbook of psychodrama. London: Routledge.
Miller, Donnell. (1972). Psychodramatic ways of coping with potentially dangerous situations in psychotic and non-psychotic populations. Group Psychotherapy and Psychodrama, 25(1-2), 57-68.
Moreno, J.L. (1958). Rules and techniques of psychodrama. Jules H. Masserman and J.L. Moreno (Hrsg.). Progress in psychotherapy (Band 3, S. 86-132). New York: Grune & Stratton.
Moreno, Zerka T. (1959). A survey of psychodramatic techniques. Group Psychotherapy, 12, 5-14.
Moreno, Zerka T. (1966). Psychodramatic rules, techniques, and adjunctive methods. Group Psychotherapy, 18, 73-86.
Ossorio, Abel G. & Fine, Leon. (1960). Psychodrama as a catalyst for social change in a mental hospital. J. Masserman & J.L. Moreno (Hrsg.), Progress in psychotherapy (Band 5)(S. 121-131). New York: Grune & Stratton.
Parrish, Marguerite. (1953). Psychodrama: Description of applications and review of techniques. Group Psychotherapy, 6(1-2), 74-77.
Rabson, June S. (1979). Psychodrama: Theory and method. Cape Town, South Africa: University of Cape Town, Department of Sociology.
Remer, Rory. (1986). Use of psychodramatic intervention with families: Change on multiple levels. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, & Sociometry, 39(1), 13-30.
Sachnoff, Elaine Ades. (1991). Why and when to use „hit and run“ doubling. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 44(1), 41-43.
Sacks, James M. (1967). The judgment technique in psychodrama. Group Psycbotberapy, 18(1-2), 69-72.
Sacks, James M. (1970). The reformed auxiliary ego technique: A psychodramatic rekindling of hope. Group Psychotherapy, 23, 118-126.
Sacks, James M. (1970). The letter. Group Psychotherapy and Psychodrama, 27(3-4), 184-190.
Samuels, Mike & Samuels, Nancy. (1975). Seeing with the mind’s eye: The history, techniques and uses of visualization. New York: Random House/The Bookworks.
Schutz, Will. (1971). Here comes everybody. New York: Harper & Row.
Siroka, Robert & Schloss, Gilbert A. (1968). The death scene in psychodrama. Psychotherapy: Theory, Research, and Practice, 5, 355-361.
Speros, Tom. (1972). The final empty chair. Group Psychotherapy, 25(1-2), 32-33.
Torrance, E. Paul. (1978). Sociodrama and the creative process. Frederick Flach (Hrsg.). Creative psychiatry (Geigy Series No. 14). Ardsley, NY: Geigy Pharmaceuticals.
Torrance, E. Paul & Wright, Jeanne A. (1987).

Sociometric audience technique as a device for maximizing creativity in problem solving in large groups. Creative Child & Adult Quarterly, 12(3), 147-15l.
Treadwell, Thomas; Stein, Steven & Kumar, V. K. (1988). A review of psychodramatic warm-up techniques for children, adolescents and adults. Journal of the British Psychodrama Association, 3(1), 5-18.
Treadwell, Thomas; Stein, Steven & Kumar, V. K. (1990). A survey of psychodramatic action and closure techniques. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 43(3), 102-115.
Twitchell-Allen, Doris. (1969). The crib scene: A psychodramatic exercise. Psychotherapy: Theory, Research, and Practice, 6, 206-208.
Vander May, James H. (1981). Psychodrama a deux. Grand Rapids, MI: Selbstverlag. 6207 Eastridge Dr, Hudsonville MI 49426.
Weiner, Hannah B. & Sacks, James M. (1969). Warm-up and sum-up. Group Psychotherapy, 22(1-2), 85-102.
Weiner, Hannah B. & Sacks, James M. (1981). Return from „Splendid isolation.“ Richard Courtney & Gertrud Schattner (Hrsg.), Drama in therapy (Band 2, S. 129-156). New York: Drama Book Specialists.
Williams, Antony. (1998). Psychodrama and family therapy - what’s in a name? International Journal of Action Methods, 50(4), 139-165.
Yablonsky, Lewis. (1954). The future-projection technique. Group Psychotherapy, 7(3-4), 303-305.
Yalom, Irvin. (1995). Theory and practice of group psychotherapy (4. Auflage.) New York: Basic Books.

Allgemeine Bibliographie

Die nun folgenden Quellen stellen eine Ergänzung der Quellenangaben im Text dar. Beiträge über spezifische Themen wie das Buch über Playback-Theater von Fox sind im Kapitel über das jeweilige Thema genannt. In den vergangenen Jahrzehnten ist eine große Menge von Fachliteratur veröffentlicht worden. Sowohl in Acting-In als auch in den englischen Auflagen dieses Buches habe ich mich stets bemüht, die neusten Entwicklungen diesbezüglich zu berücksichtigen und wiederzugeben. Dazu war allerdings auch das Aussortieren älterer Artikel und nicht mehr aufgelegter Materialien erforderlich. Insbesondere möchte ich auf Dr. James Sacks verweisen. Aufbauend auf früheren Arbeiten und beständigem Updating hat er 1995 die umfassendste Bibliographie überhaupt zusammengestellt. Ich habe einige Bücher über Drama- und Theatertherapie in die Liste aufgenommen, da es trotz einiger Differenzen so große Übereinstimmungen mit dem Psychodrama gibt, dass die Leser durch die Lektüre dieser Beiträge ihre Kenntnisse über die grundlegenden Theorien des Psychodramas erweitern können.

FACHZEITSCHRIFTEN IN DEN USA

Die meisten Artikel in der Psychodramaliteratur finden sich auch in den Zeitschriften, die Moreno gründete, aber einige davon haben ihren Namen mehr als einmal geändert.

Sociometry: A journal of Interpersonal Relations (1.-18. Jahrgang, 19371956) Die frühen Exemplare beschreiben einige von Morenos Grundideen und Aktivitäten in Bezug auf das Psychodrama sowie Beiträge über die darstellenden Künste in der Therapie, Familientherapie und anderen Gebieten außerhalb der Soziometrie im engeren Sinne. 1956 wurde die Zeitschrift jedoch der *American Sociological Association* übertragen und entwickelte sich zu einer mehr akademisch ausgerichteten und formellen gesellschaftswissenschaftlichen Zeitschrift. Moreno veröffentlichte jedoch weiterhin Artikel über Soziometrie und andere Themen, gab in unregelmäßigen Abständen das *International Journal of Sociometry* (1.-5. Jahrgang, 1956-1968) sowie das *Handbook of International Sociometry* (6.-8. Jahrgang, 1971-1973) heraus.

Seine zweite große Zeitschrift (nach *Sociometry*) sollte sich zur wichtigsten konstant erscheinenden Quelle für das professionelle Psychodrama ent-

wickeln. Zunächst hieß sie *Sociatry* (der Untertitel lautete: “Eine Zeitschrift für Gruppen- und Intergruppentherapie.”). Der erste bis dritte Jahrgang wurde zwischen 1947 und 1950 publiziert. Später nannte sich das Journal *Group Psychotherapy* (4.-22. Jahrgang, 1951-1970) und *Group Psychotherapy and Psychodrama* (23.-28. Jahrgang, 1970-1975). Nach Morenos Tod 1974 übernahm eine Gruppe führender Experten auf dem Gebiet des Psychodramas die Herausgeberschaft und benannte die Zeitschrift um in *Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry* (29.-33. Jahrgang, 1976-1980). Als 1981 die Publikation den professionellen Diensten der Stiftung *Helen Dwight Reid Educational Foundation* (HELDREF) unterstellt wurde, änderte sich der Name in *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, & Sociometry* (ab dem 34. Jahrgang, 1981 bis 1996.) Um die Reichweite der psychodramatischen Arbeit über den rein klinischen Kontext hinaus zu erweitern, entschieden sich die Herausgeber für den Titel *The International journal of Action Methods: Psychodrama, Skill Training, and Role Playing* (ab dem 50. Jahrgang, 1997 bis heute), abgekürzt schlicht *IJAM*.

Nähere Informationen über Abonnements oder die Veröffentlichung von Artikeln gibt es bei:

The International Journal of Action Methods
HELDREF Publications
1319 Eighteenth Street, NW
Washington, DC 20036-1802

Oder im Internet unter www.heldref.org.

ALLGEMEINE BIBLIOGRAPHIE

Badaines, Ari. (1988), Psychodrama. J. Rowan & W. Dryden (Hrsg.). Innovative therapy in Britain. Open University Press.

Barragar-Dunne, Pamela. (1992). The narrative therapist and the arts: Expanding possibilities through drama, movement, puppets, masks and drawings. Los Angeles: Drama Therapy Institute/ Possibilities Press.

Bannister, Anne. (1997). The healing drama: Psychodrama and drama therapy with abused children. London: Free Association Books.

Bentley, Eric. (1977), Theatre and therapy, W. Anderson (Hrsg.). Therapy and the arts (S. 29 50). New York: Harper/Colophon.

Bischof, Ledford. J. (1964), Interpreting personality theories (S. 355-420). New York: Harper & Row.

Bilaniuk, Marie-Therese. (1990). Bibliography of psychodrama, 1980-1990. Toronto: Selbstverlag. (*Siehe auch* Sacks, Bilaniuk, & Gendron, 1995.)

Blatner, Howard A. (Hrsg.) (1968), Practical aspects of psychodrama. Belmont, CA: Selbstverlag. *(Vergriffen, aber möglicherweise in Bibliotheken erhältlich.) (Anmerkung des Autors: Im Jahr 1977 änderte H. A. Blatner seinen Namen in A. Blatner; seine Beiträge sind hier in chronologischer und nicht in alphabetischer Reihenfolge aufgelistet.)*

Blatner, Howard A. (Hrsg.) (1970). Psychodrama, role-playing and action methods: Theory and practice. Thetford, England: Selbstverlag. *(Anmerkung des Autors: Hierbei handelt es sich um eine überarbeitete und erweiterte Fassung des vorherigen Buchs und ist inzwischen ebenfalls vergriffen.)*

Blatner, H.A. (1973), Acting-In, (1. Aufl.), blauer Einband, *(Anmerkung des Autors: siehe Blatner, 1996).* New York: Springer.

Blatner, Adam. (1985), Creating your living: Applications of psychodramatic methods in everyday life. San Marcos, TX: Selbstverlag. *(Anmerkung des Autors: derzeit vergriffen, wird aber für eine geplante Neuauflage überarbeitet und erweitert.)*

Blatner, Adam. (1988), Acting-In, (2. Aufl.), violetter Einband, *(Anmerkung des Autors: Siehe Blatner, 1996).* New York: Springer.

Blatner, Adam with Blatner, Allee. (1988). Foundations of psychodrama: History, theory, and practice (2. Aufl.). New York: Springer.

Blatner, Adam. (1995), Psychodramatic methods in psychotherapy, Psychiatric Times, 12(5), 20.

Blatner, Adam. (1995), Psychodrama, R.J. Corsini and D. Wedding (Hrsg.). Current Psychotherapies (5. Aufl.) (S. 399-408.). Itasca, IL: Peacock. *(Ebenso in der 4. Aufl., 1989.)*

Blatner, Adam. (1996). Acting-In: Practical applications of psychodramatic methods (3. Aufl.), roter Einband. New York: Springer. (*Anmerkung des Autors: 1997 ebenfalls in London erschienen bei London: Free Association Books.)*

Blatner, Adam. (1997). Psychodrama: The state of the art. The Arts in Psychotherapy, 24 (1), 23-30.

Blatner, Adam. (1997). On psychodrama: An interview of Adam Blatner. Individual Psychology, 53(4), 483-492.
Blatner, Adam. (1999). Psychodrama. D.J. Wiener (Hrsg.). Beyond talk therapy. Washington, D.C.: American Psychological Association Press.
Blatner, Adam. (2000). Psychodrama. R.J. Corsini (Hrsg.). Handbook of innovative psychotherapies (2. Aufl.). New York: Wiley.
Blatner, Adam & Blatner, Allee. (1997). The Art of Play: Helping adults reclaiming imagination and spontaneity (2. Aufl.), dunkelblauer Einband. Philadelphia: Brunner/Mazel-Taylor & Francis. *(1. Aufl., 1988, in rotem Einband als gebundene und Taschenbuchausgabe erhältlich, New York: Human Sciences Press.)*
Boies, Karen G. (1973). Role playing as a behaviour change technique: Review of the empirical literature. I. M. Marks et. al. (Hrsg.), Psychotherapy and behaviour change, 1972 (S. 372-379). Chicago: Aldine.
Bouquet, Carlos M. (1982). Theory of the scene. Malcom Pines and Lise Rafaelsen (Hrsg.), The individual and the group (S. 179-186). New York: Plenum.
Brazier, David. (1991). A guide to psychodrama. London: Association for Humanistic Psychology in Britain.
Buchanan, Dale Richard. (1984). Psychodrama. T. B. Karasu (Hrsg.). The psychiatric therapies, Part 2: The psychosocial therapies (S. 783-799). Washington, D.C.: American Psychiatric Association.
Buchanan, Dale Richard & Taylor, Jane A. (1986). Jungian typology of professional psychodramatists: Myers-Briggs type indicator analysis of certified psychodramatists. Psychological Reports, 58, 391-400.
Clayton, G. Maxwell. (1991). Directing psychodrama: A training companion. c/o Psychodrama Institute, P.O. Box 5302, Lambton Quay, Wellington, New Zealand. *Weitere Broschüren von Dr Clayton*: (1992). Enhancing life & relationships: Role training. (1993). Living pictures of the self Role theory. (1994). Effective group leadership.
Cohen, Roberta G. & Lipkin, Gladys B. (1979). Psychodrama. Therapeutic group work for health professionals (S. 179-217). New York: Springer.
Corey, Gerald. (2000). Psychodrama, Chapter 8. (S. 213-246). Theory and practice of group counseling (5. Aufl.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole. *(Anmerkung des Autors: Frühere Auflagen dieses häufig genutzten Lehrbuchs enthalten auch inhaltsreiche Abhandlungen über das Psychodrama).*
Corsini, Raymond J. & Putzey, L.J. (1956). The historic background of group psychotherapy. Group Psychotherapy, 9, 177-249. *(Anmerkung des Autors: Die Bibliographie umfasst 1700 zwischen 1906 und 1955 erschienene Titel.)*
Corsini, Raymond J. (1967). Role playing in psychotherapy. Chicago: Aldine. *(Anmerkung des Autors: kommentierte Bibliographie)*
Davies, Martin H. (1988). Psychodrama group therapy. Mark Aveline & Windy Dryden (Hrsg.), Group therapy in Britain (S. 88-114). Milton Keynes, England: Open University Press.

Dayton, Tian. (1994). The Drama Within: Psychodrama and experiential therapy. Deerfield Beach, FL: Health Communications Inc.
Duggan, Mary & Grainger, Roger. (1997). Imagination, identification, and catharsis in theatre and therapy. London: Jessiea Kingsley.
Emunah, Renee. (1994). Acting for real: Drama therapy process and technique. New York: Brunner/Mazel.
Fine, Leon J. (1979). Psychodrama. In R.J. Corsini (Hrsg.). Current psychotherapies (2. Aufl.) (S. 428-45). Itasca, IL: Peacock.
Fleshman, Bob & Fryrear, Jerry. (1981). The arts in therapy. Chicago: Nelson Hall.
Fox, Jonathan. (Hrsg.). (1987). The essenial Moreno: Writings on psychodrama, group method, and spontaneity. New York: Springer.
Fuhlrodt, Robert L. (Hrsg.). (1990). Psychodrama: Its application to ACOA and substance abuse treatment. Caldwell, NJ: Author.
Gale, Derek. (1990). What is psychodrama? A personal and practical guide. Loughton, Enland: Gale Centre Publicatons.
Gendron, Jeanine. (1980). Moreno: The roots and the branches; and bibliography of psychodrama, 1972-1980. Beacon, NY: Beacon House.
Gersie, Alida. (Hrsg.). (1995). Dramatic appoaches to brief therapy. London: Jessica Kingsley.
Gold, Muriel. (1991). The fictional family in drama, education, and group work. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
Goldman, Elaine Eller & Morrison, Delcy Schram (1984). Psychodrama: Experience and process. Eldemar, 5812 No. 12th St., Phoenix, AZ 85014.
Goldman, Elaine E.; Morriso, Delcy S. & Goldman, Mark S. (1987). Psychodrama: A Training Videotape. Phoenix, AZ: Eldemar.
Grainger, Roger. (1990). Drama and healing: Th roots of drama therapy. London: Jessica Kingsley.
Greenberg, Ira A. (1968). Psychodrama and audience attitude change. Beverly Hills: Behavioural Studies Press.
Greenberg, Ira A. (Hrsg.). (1974). Psychodrama: Theory and therapy. New York: Behavioural Publications.
Greenberg, Ira A. (Hrsg.). 1977). Group hypnotherapy and hypnodrama (S. 231-303). Chicago: Nelson-Hall.
Greenberg, Ira A. (1986). Psychodrama. I. L. Kutash & A. Wolf (Hrsg.). Psychotherapist's casebook (S. 392-412). San Francisco: Jossey-Bass.
Gregoric, Linda & Gregoric, M. (1981). Sociodrama: Video in social action. J.L. Fryrear & B. Flesman (Hrsg.). Videotherapy in mental health (S. 244-256). Springfield, IL: Charles C Thomas.
Haas, Robert B. (1949). Psychodrama and sociodrama in American education. Beacon, NY: Beacon House.
Haas, Robert B. & Moreno, Jacob L. (1961). Psychodrama as a projective technique. H. H. Anderson and G. I. Anderson (Hrsg.) An introduction to proective techniques (S 662-675). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Hale, Ann E. (1981; 1985). Conducting clinical

sociometric explorations: A manual for psychodramatists and sociometrists. Roanoke, VA: Selbstverlag.
Hare, A. Paul. (1985). Social interaction as drama. Beverly Hills: Sage.
Hare, A. Paul. (1986). Bibliography of the work of J.L. Moreno. Journal of Group Psycotherapy, Psychodama, and Sociometry, 39(3), 95-128.
Hare, A. Paul & Hare, June Rabson. (1996). J. L. Moreno. *(Teil der Serie „Key Figures in Psychotherapy").* London: Sage.
Haskell, Martin R. (1975). Socioanalysis Self direction via sociometry and psychodrama. Long Beach, CA: Role Training Associates.
Haskell, Rochelle J., Pearl, Carl E. & Haskell, Martin R. (1986). A world in microcosm: Psychodrama and related subjects. *Vorher: Sociometry through group interaction psychotherapy.* Long Beach, CA: Role Training Associates.
Hayden-Seman, Joyce. (1998). Action modality couples therapy. Northvale, NJ: Jason Aronson.
Heilveil, Ira. (1983). Video in mental health practice (S. 60-67). New York: Springer.
Hoey, Bernadette. (1997). Who calls the tune: A psychodramatic approach to child therapy. New York: Routledge.
Holmes, Paul. (1992). The inner world outside: Object relations theory and psychodrama. New York: Routledge.
Holmes, Paul & Karp, Marcia. (Hrsg.) (1991). Psychodrama: Inspiration & technique. New York: Routledge.
Holmes, P., Karp, M. & Watson, M. (Hrsg.). (1994). Psychodrama since Moreno: Innovations in theory and practice. London & New York: Tavistock/Routledge.
Hudgins, M. Katherine. (1996). The therapeutic spiral model: An experiential approach to trauma. Ebenso: Healing Sexual Trauma: An Experiential Practice Approach, and other monographs (1991-1995). Charlottesville, VA: Centre for Experiential Learning Ltd.
Hudgins, M. Katherine. (1998). Experiential psychodrama with sexual trauma. (S. 328-348). L. S. Greenberg, J.C. Watson & G. Lietaer (Hrsg.). Handbook of experiential psychotherapy. New York: Guilford.
Hudgins, M. Katherine & Kellermann, Peter Felix. (Hrsg.). (2000). Psychodrama and trauma. London: Jessica Kingsley.
Irwin, E.C. & Partner, E. (Hrsg.) (1984). The scope of drama therapy: Proceedings from the first annual drama therapy conference. New Haven, CT: National Association for Drama Therapy.
Jennings, S. (1973). Remedial drama. London: Pitman. *(Veröffentlicht in den USA 1974, überarbeitete 2. Auflage 1982. New York: Theatre Arts Books.)*
Jennings, S. (Hrsg.). (1987). Dramatherapy: Theory and practice for teachers and clinicians. London: Routledge; Cambridge, MA: Brookline.
Jennings, S. (1990). Dramatherapy with families, groups and individuals: Waiting in the wings. London: Jessica Kingsley.
Jennings, S. (Hrsg.). (1992). Dramatherapy:

Theory and practice 2. London: Routledge.
Jennings, Sue & Minde, A. (1993). Art therapy and dramatherapy: Masks of the soul. London: Jessica Kingsley.
Jennings, S. (1994a). Introduction to dramatherapy. London: Jessica Kingsley.
Jennings, S. (Hrsg.). (1995). Dramatherapy with children and adolescents. London & New York: Routledge.
Jennings, S. (Hrsg.). (1997). Dramatherapy: Theory and practice 3. London & New York: Routledge.
Jennings, S. (1998). Introduction to dramatherapy: Theatre and healing - Ariadne's ball of thread. London: Jessica Kingsley.
Jennings, S.; Cattanach, A.; Mitchell, S.; Meldrum, B. & Chesner, A. (1994). Handbook of Dramatherapy. London: Routledge.
Jones, Phil. (1995). Drama as therapy, theatre as living. London: Routledge.
Karp, Marcia; Holmes, Paul & Bradshaw-Tauvon, Kate. (1998). Handbook of psychodrama. London & New York: Routledge.
Kipper, David A. (1986). Psychotherapy through clinical role playing. New York: Brunner/Mazel.
Kipper, David A. (1990). Clinical role playing: A psychodramatic psychotherapy. J. K. Zeig & M. Munion (Hrsg.). What is psychotherapy? San Francisco: Jossey-Bass. (S. 344-347).
Kipper, David A. (1992). Psychodrama: Group psychotherapy through role playing. International journal of Group Psychotherapy, 42 (4), 495-521.
Kellermann, Peter Felix. (1992). Focus on psychodrama: The therapeutic aspects of psychodrama. London: Jessica Kingsley.
Kumar, V.K. & Treadwell, T.W. (1985), Practical sociometry for psychodramatists. West Chester, PA: Authors.
Landy, R.J. (1993). Persona and performance: The meaning of role in drama, therapy, and everyday life. New York: Guilford.
Landy, R.J. (1994). Drama therapy: Concepts and Practices. (2. Aufl.) Springfield, IL: Charles C Thomas. (1. Aufl. 1986).
Landy, Robert J. (1996). Essays on drama therapy: The double life. London: Jessica Kingsley.
Langley, D. (1983). Dramatherapy and psychiatry. London: Croom Helm.
Leach, James D.; Nolte, John & Larimer, Kätlin. (1999). Psychodrama and trial lawyering. Trial: Winning Trial Techniques, April, 40-48.
Lebovici, S. (1974). A combination of psychodrama and psychoanalysis. S. de Schill (Hrsg.). The challenge for group psychotherapy: Present and future (S. 286-315). New York: International Universities Press.
Lee, Richard H. (1981). Video as adjunct to psychodrama and role playing. J.L. Fryrear & B. Fleshman (Hrsg.), Videotherapy in mental health. Springfield, IL: Charles C Thomas.
Leveton, Eva. (1992). A clinician 's guide to psychodrama. New York: Springer. *(Anmerkung des Autors: Hier handelt es sich um die zweite Auflage des 1977 unter dem Titel: Psychodrama for the timid clinician, ebenfalls im Springer-Verlag erschienenen Buchs.)*

Link, A. (1992). Mirrors from the heart: Emotional identity and expression through drama. Ontario, Canada: Elora.
Marineau, Rene F. (1989). Jacob Levi Moreno, 1889-1974. New York: Routledge. *(Anmerkung des Autors: Eine französische Auflage aus dem Jahr 1990 bietet sogar noch mehr Information und Bilder.)*
Martin, R.B. (1991). The assessment of involvement in role playing. Journal of Clinical psychology, 47, 587-596.
McReynolds, P. & DeVoge, S. (1977). Use of improvisational techniques in assessment. P. McReynolds (Hrsg.). Advances in psychology: Band. 4. Assessment. San Francisco: Jossey-Bass.
Miller, Donnell. (1999). Catharsis and closure. Redlands, CA: Selbstverlag (siehe unten).
- (1998) Teens connect with psychodrama.
- (1997) Changing the past.
- (1998) Celebrating Role Transition Through Psychodrama. (2. Aufl.)
- (1996) The 28 Plot System for Psychodrama.
- (1997). The Presence in Psychodrama.
- (1998). Doers of the word: introducing bibliodrama.
- (1997). Collision Course. (Using a mystery novel as a vehicle for introducing psychodrama.)
Diese und andere Titel sowie Nachdrucke einiger ursprünglich bei Morenos Verlag Beacon House erschienener Bücher, sogar einige Originale aus Restbeständen, sind erhältlich bei: Beacon Reminders, 1610 Helena Lane, Redlands, CA 92373. (001 - 909) 798-2765.
Ebenso andere Bücher:
Generic Psychodramas for Students & Teachers. (112 Seiten)
Celebrating Role Transition Through Psychodrama. (98 Seiten)
The 28 Plot System for Psychodrama. (96 Seiten)
The Presence in Psychodrama. (106 Seiten)
Backfire. (194 Seiten) *(Ein Roman mit vielen Bezügen zum Psychodrama.)*
Miller hat außerdem Zugang zu Nachdrucken einiger von Moreno veröffentlichter Beacon House-Bücher und sogar zu Originalen aus Restbeständen.
Miller, M. Michael. (1971). Psychodrama: The self on stage. Washington, D.C.: The New School of Psychotherapy.
Mitchell, Stephen. (Hrsg.) (1995). Dramatherapy: Clinical studies. London & Bristol, PA: Jessica Kingsley.

Moreno, J. L. (Jacob Levi). Der Vater des Psychodramas war ein überaus fleißiger Autor und verfasste Unmengen von Artikeln, Aufsätzen und Büchern über Psychodrama, von denen hier nur einige wenige erwähnt werden sollen. Morenos Arbeiten sind bei Hare (1986) (s.u.) vollständig aufgeführt. Moreno schrieb außerdem eine große Zahl von Artikeln über Gruppenpsychotherapie, Soziometrie und verwandte Themengebiete. Seine Bücher und Artikel sind in viele Sprachen übersetzt worden. Wie man sieht, sind die meisten seiner Bücher bei Beacon House erschienen, Morenos eigenem Verlag, den er nach dem Ort seines Zuhauses

und Sanatoriums, Beacon in New York, benannte. Bis zu seinem Tod betreute er die Veröffentlichung der wichtigsten Zeitschriften über Psychodrama, Soziometrie und Gruppenpsychotherapie. Im Folgenden sind einige seiner bekanntesten und wichtigsten Werke aufgeführt:

Moreno, J.I. (1921). The Words of the Father. *Zunächst anonym veröffentlicht in Wien unter dem Titel „Die Worte des Vaters"; enthält inspirative Dichtung und gewährt Einblicke in Morenos philosophisch-theologische Überlegungen. (Im Englischen auch: The psychodrama of God: A new hypothesis of the self.)* Neuauflage 1971. Beacon, NY: Beacon House.

Moreno, J.L. (1923). The theater of spontaneity. *Erstveröffentlichung in Potsdam unter dem Titel: Das Stegreiftheater; 1947 und 1973 übersetzt und veröffentlicht im Beacon House Verlag. Nachdruck 1983.*

Moreno, J.L. (1934). Who shall survive? A new approach to the problem of human interrelations. Washington, D.C.: Nervous & Mental Disease Publishing. Überarbeitete und erweiterte Neuauflage 1953, neuer Untertitel: Foundations of sociometry, group psychotherapy, and sociodrama. Beacon, NY: Beacon House. Neuauflage 1993 bei ASGPP.

Moreno, J.L. (1946). Psychodrama: Band 1. Beacon, NY: Beacon House. *Seitdem mehrere Neuauflagen. Nachdruck 1993 bei ASGPP.*

Moreno, J.L. (Hrsg.). (1946). Group Psychotherapy: A symposium. Beacon, NY: Beacon House.

Moreno, J.L. (1951). (Hrsg.) Sociometry: Experimental method and the science of society. Beacon, NY: Beacon House. *(Beiträge von Moreno und vielen anderen.)*

Moreno, J.L. (1956). Sociometry and the science of man. Beacon, NY: Beacon House.

Moreno, J.L. (Hrsg.). (1956-1960). Progress in psychotherapy (1.-5. Band). New York: Grune & Stratton. *Mitherausgeberin zunächst Frieda Fromm-Reichmann (Band 1), später war Jules Masserman Mitherausgeber (2. – 5. Band), deren Namen jeweils an erster Stelle auf den Büchern erschienen. Die fünf Bände dieser Serie enthalten zentrale Artikel über Psychodrama von Moreno und anderen Autoren.*

Moreno, J.L. (1960). The sociometry reader. Glencoe, IL: The Free Press. Mitherausgeber: Helen Hall Jennings und andere.

Moreno, J.L. (1963). Reflections on my method of group psychotherapy and psychodrama. CIBA Symposium, 2(4), 148-157. (Neuaflage 1974 in: H. Greenwald (Hrsg.), Active Psychotherapy. New York: Jason Aronson. (Nachdruck 1984.)

Moreno, J.L. (1963). The Words of the Father. (Audiokassette, erzählt von Moreno selbst. ASGPP.)

Moreno, J.L. (1971). Psychodrama. H. L. Kaplan & B. J. Sadock (Hrsg.), Comprehensive group psychotherapy (S. 460-500). Baltimore: Williams & Wilkins.

Moreno, J.L. (1972). The religion of God-Father. P. E. Johnson (Hrsg.), Realer of the mind: A psychiatrist's search for faith (S. 197-215). Nash-

ville, TN: Abington.
Moreno, J.L. (1987). The essential Moreno. (Siehe Fox, 1987).
Moreno, J.L. & Elefthery, D.G. (1975). An introduction to group psychodrama. George Gazda (Hrsg.). Basic approaches to group psychotherapy and group counseling (2. Aufl.). Springfield, IL: Charles C Thomas.
Moreno, J.L., Friedemann, A., Battegay, R. & Moreno, Z. (Hrsg.). (1966). International handbook of group psychotherapy. New York: Philosophical Library.
Moreno, J.L. & Kipper, David A. (1968). Group psychodrama and community-centered counseling. G. M. Gazda (Hrsg.). Basic approaches to group psychotherapy and group counseling (1. Aufl.). Springfield, IL: Charles C. Thomas.
Moreno, J.L. & Moreno, Z.T. (1959). Psychodrama, Band 2. Beacon, NY: Beacon House.
Moreno, J.L. & Moreno, Z.T. (1969). Psychodrama, Band 3. Beacon, NY: Beacon House.
Moreno, Jacob L. & Zeleny, L.D. (1958). Role theory and sociodrama. J. S. Roucek, Contemporary Sociology (S. 642-(54). New York: Philosophical Library.
Moreno, Jonathan D. (Hrsg.). (1989). The autobiography of J.L. Moreno, M.D.: Part 1. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 42(1), 3-52; Part 2: 42(2), 59-125. *Gekürzt und überarbeitet von Morenos Sohn Jonathan.*
Moreno, Joseph J. (1999). Acting your inner music: Music therapy and psychodrama. St. Louise, MO: MMB Music.
Moreno, Zerka T. (1959). A survey of psychodramatic techniques. Group Psychotherapy, 12, 5-14.
Moreno, Zerka T. (1965). Psychodramatic rules, techniques, and adjunctive methods. Group Psychotherapy, 18(1-2), 73-86.
Moreno, Zerka T. (1978). Psychodrama. H. Mullan & M. Rosenbaum (Hrsg.). Group psychotherapy (2. Aufl., S. 352-376). New York: Free Press.
Moreno, Zerka T. (1983). Psychodrama. H. L. Kaplan & B.J. Sadock (Hrsg.), Comprehensive group psychotherapy (2. Aufl., S. 158-166). Baltimore: Williams & Wilkins.
Moreno, Zerka T. (1987). Psychodrama, role theory, and the concept of the social atom. J. Zeig (Hrsg.). The evolution of psychotherapy (S. 341-358). New York: Brunner/Mazel. Auszüge daraus in: Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry, 42(3), 1989.
Moreno, Zerka T. (1990). Psychodrama. J.K. Zeig & M. Munion (Hrsg.). What is psychotherapy? San Francisco: Jossey-Bass. (S. 341-343).
Moreno, Zerka T., Blomkvist, Leif-Dag, & Ruetzel, Thomas. (2000). Psychodrama, surplus reality, and the art of healing. London & New York: Routledge.
Murray, Neville. (1976). Psychodrama-post Moreno. A. Wolberg & M. Aronson (Hrsg.). Group therapy, 1976 - An overview (S. 16-20). New York: Stratton Intercontinental Medical Book Carp.
Naar, Ray. (1990). Psychodrama in short-term psychotherapy. R.A. Wells & V.J. Giannetti (Hrsg.). Handbook of the brief psychotherapies

(S. 583-600). New York: Plenum.
Olsson, Peter A. (1980). Psychodrama and literature in evaluation and treatment. H.S. Moffic and G.L. Adams (Hrsg.). A clinician's manual on mental health care: A multidisciplinary approach (S. 130-138). Menlo Park, CA: Addison-Wesley.
Olsson, Peter A. & Barth, Patricia A. (1983). New uses of psychodrama. Journal of Operational Psychiatry, 14(2), 95-101.
Pearlman, William D. (1995). Characters of the sacred: The world of archetypal drama. Placitas, NM: Duende Press.
Polansky, Norman A. (1982). Ego functions in psychodrama. Integrated ego psychology (S. 270-293). New York: Aldine.
Portner, Elaine. (Hrsg.). (1986). Drama therapy in print. A bibliography. New Haven, CT: National Association for Drama Therapy.
Roine, Eva. (1997). Psychodrama: Group psychotherapy as experimental theatre-playing the leading role in your own life. London & Bristol, PA: Jessica Kingsley.
Sacks, James M. (1974). The psychodramatic approach. D. S. Milman & G. D. Goldman (Hrsg.) Group process today: Evaluation and perspectives (S. 137-145). Springfield, IL: Charles C Thomas.
Sacks, James M. (1981). Drama therapy with the acting-out patient. G. Schattner & R. Courtney (Hrsg.). Drama in therapy. Band 2: Adults (S. 35-56). New York: Drama Book Specialists.
Sacks, James M. (1988). Psychodramatic techniques in work with borderline patients. N. Slavinska-Holy (Hrsg.). Borderline and narcissistic patients in therapy. Madison, CT: International Universities Press.
Sacks, James M. (1990). Psychodrama. I.L. Kutash & A. Wolf (Hrsg.). The group psychotherapist's handbook: Contemporary theory & technique (S. 211-230). New York: Columbia University Press.
Sacks, James M. (1993). Psychodrama. H.I. Kaplan & B.J. Sadock (Hrsg.). Comprehensive group psychotherapy (3. Aufl., S. 214-228). Baltimore: Williams & Wilkins.
Sacks, James M.; Bilaniuk, Marie-Therese & Gendron, Jeanine M. (1995, 1999). Bibliography of psychodrama: Inception to date. *Erhältlich zum Download in Internet unter http://www.pd-bib.org/.*
Siehe auch Verweis oben auf Bilaniuk, Gendron, and Greer & Sacks. Bilaniuk *Mit Zitaten aus der internationalen Fachliteratur und wichtigen Artikeln aus Dramatherapie und therapeutischem Rollenspiel.*
Schattner, Gertrud & Courtney, Richard. (Hrsg.) (1981). Drama in therapy; Band 1: Children; Band 2: Adults. New York: Drama Book Specialists. (Anmerkung des Autors: *Exzellenter Sammelband mit vielen wichtigen Beiträgen.)*
Seabourne, Barbara. (1985). Practical aspects of psychodrama. St Louis: Selbstverlag. *Die Aufsätze wurden in den 1960er Jahren zunächst privat verlegt und 1968 und 1970 in den Büchern von Blatner (s.o.) veröffentlicht. St Louis, MO: Selbstverlag.*
Siroka, Robert W.; Siroka, Ellen & Schloss,

Gilbert (Hrsg.) (1971). Sensitivity training and group encounter - An introduction. New York: Grosset & Dunlap. *Enthält einen Abschnitt über Psychodrama.*

Starr, Adaline. (1977). Rehearsal for living: Psychodrama. Chicago: Nelson-Hall.

Stietzel, Lynn D. & Hughey, Andrew R. (1994). Empowerment through spontaneity: A taste of psychodrama. San Jose, CA: Associates for Community Interaction.

Sternberg, Pat & Garcia, Antonina. (2000). Sociodrama: Who's in your shoes? (2. Aufl.) Westport, CT: Praeger.

Tomasulo, Daniel J. (1998). Action methods in group psychotherapy: Practical aspects. Philadelphia: Taylor & Francis/ Accelerated Development.

Torrance, E. Paul; Murdock, Mary & Fletcher, David. (1995). Role playing: Creative problem solving in action. Clubview, South Africa: Benedic Books.

Treadwell, Thomas W. (Hrsg.). (1974). Confrontation and training via the group process - The action techniques. New York: Simon & Schuster.

Warner, G. Douglas. (1978-1986). Psychodrama training tips. Band 1 & 2. Selbstverlag. *Inzwischen vergriffen.*

Weiner, Hanna B. (1975). Living experiences with death - A journeyman's view through psychodrama. Omega, 6(3), 251-274.

Weiner, Hanna B. (1981). Return from splendid isolation. G. Schattner & R. Courtney (Hrsg.). Drama in therapy (S. 129-156). New York: Drama Book Specialists.

Wilder, Rosilyn. (1996). Come, step into my life: Life drama with youth and elders. Charlottesville, VA: New Plays Inc.

Williams, Antony. (1989). The passionate technique: Strategic psychodrama with individuals, families, and groups. New York: Tavistock/Routledge.

Williams, Antony. (1991). Forbidden agendas: Strategic action in groups. New York: Tavistock/ Routledge.

Williams, Antony. (1995). Visual & active supervision. New York: Norton.

Yablonsky, Lewis. (1972). Psychodrama and role training. L.N. Solomon & B. Berzon (Hrsg.). New perspectives on encounter groups (S. 255-265). San Francisco: Jossey-Bass.

Yablonsky, Lewis. (1992). Psychodrama: Resolving emotional problems through role-playing. New York: Brunner/Mazel. *Dies ist eines der Grundlagenwerke und erschien zunächst 1976 bei Basic Books, 1981 bei Gardner Press und 1992 im Brunner/Mazel Verlag.*

Yardley-Matwicjczuk, Krysia. (1997). Role play: theory and practice. London: Sage.

BIBLIOGRAPHIE FREMDSPRACHIGER BÜCHER

Die folgende Bibliographie beansprucht keine Vollständigkeit, sondern konzentriert sich auf neuere Veröffentlichungen und Standardwerke. Übersetzungen von Morenos Büchern sind jedoch nicht berücksichtigt. Selbstverständlich bilden seine Werke international die Grundlage aller Psychodramaliteratur. Auch die Bücher anderer englischsprachiger Autoren, darunter Holmes & Karp, Kellermann, Fox, Blatner, Leutz, Leveton, Kipper und Ancelin-Schützenberger sind in verschiedene andere Sprachen übersetzt worden.

- Brasilien (Portugiesisch):

Aguiar, Moses. (Hrsg.) (1989). O Psicodramaturgo J.L. Moreno (1889-1989). *(Festschrift zu Morenos 100. Geburtstag.)* Casa do Psicologo, Revista Brasiliera de Psicodrama.
Aguiar, Moyses. (1998). Teatro espontaneo e psicodrama (*Spontantheater und Psychodrama*). Sao Paulo: Agora.
Almeida, Wilson Castello de. (Hrsg.).(1999). Grupos: A proposta do psicodrama *(Gruppen: Angebot des Psychodramas)*. Sao Paulo: Agora.
Fonseca, Jose. (1999). Psicodrama da loucura: Correlacoes entre Buber e Moreno *(Das Psychodrama des Wahnsinns: Korrelationen zwischen Buber und Moreno)* (5. Aufl.). Sao Paulo: Agora.
Goncalves, Camila Salles; Wolff, Jose Roberto & Almeida, Wilson Castello de. (1998). Licoes de psicodrama *(Psychodramatischer Unterricht)* (4. Aufl.) Sao Paulo: Agora.
Massaro, Geraldo. (1996). Esboco para uma teoria da cena: Propostas de acao para diferentes dinamicas *(Überblick über die Theorie der Szene: Handlungsvorschläge für bestimmte Dynamiken)*. Sao Paulo: Agora.
Monteiro, Regina F. (Hrsg.). (1998). Tecnicas fundamentais do psicodrama *(Grundlegende Techniken des Psychodramas)* (2. Aufl.) Sao Paulo: Agora.
Perazzo, Sergio. (1994). Ainda e sempre psicodrama *(Psychodrama jetzt und für immer)*. Sao Paulo: Agora.
Zuretti, Monica & Mennegazzo, Carlos (1995). Diccionario de psicodrama. *(Wörterbuch des Psychodramas)* Sao Paulo: Agora.

- Deutschland (und Österreich):

Aichinger, Alfons & Holl, Walter. (1997). Psychodrama-Gruppentherapie mit Kindern. Mainz: Gruenewald
Barz, Ellionora. (1997). Selbstbegegnung im Spiel (Einführung in das Psychodrama). Zürich-Moscow.
Bosselmann, Rainer; Gellert, Manfred & Lüffe-Leonhardt Eva. (Hrsg.) (1993). Variationen des Psychodramas Ein Praxisbuch - Nicht nur für Psychodramatiker. Meezen: Limmer.
Brenner, Inge et al. (1996). Das pädagogische

Rollenspiel in der betrieblichen Praxis. Hamburg: Windmühle.
Buer, Ferdinand. (Hrsg.) (1989). Morenos therapeutische Philosophie: Die Grundideen von Psychodrama und Soziometrie. Opladen: Leske & Budrich. (*Sammelband*)
Gessmann, Hans-Werner. (1983) „Eingehüllt in Traurigkeit“ - Behandlung einer depressiven Stimmungslage durch Psychodrama-Gruppentherapie (DVD-Lehrfilm). Duisburg: Verlag des PIB
Gessmann, Hans-Werner. (1986) „Wenn die Arbeit auf den Magen drückt“ - Behandlung einer Arbeitsstörung durch Psychodrama-Grupenpsychotherapie (DVD-Lehrfilm). Duisburg: Verlag des PIB
Gessmann, Hans-Werner. (1987) „Es ist kein Sekt mehr da“ - Behandlung eioner Beziehungsstörung durch Psychosdrama-Gruppentherapie (DVD-Lehrfilm). Duisburg: Verlag des PIB
Gessmann, Hans-Werner. (1989) Methoden des Humanistischen Psychodramas. (DVD-Lehrfilm). Duisburg: Verlag des PIB
Gessmann, Hans-Werner. (Hrsg.) (1984-1994) Humanistisches Psychodrama Band 1 bis 4. Duisburg: Verlag des PIB
Gessmann, Hans-Werner. (1994) „Willst Du gesund werden?“ - eine Einführung in ds Bibliodrfama (DVD-Lehrfilm). Duisburg: Verlag des PIB
Gessmann, Hans-Werner. (2006) „Trauer und Trost“ - Erarbeitung eines literarischen Textes von Peter Härtling durch Methoden des Humanistischen Psychodramas. (DVD-Lehrfilm). Duisburg: Verlag des PIB
Gessmann, Hans-Werner. (2008) Der Panther von Rainer Maria Rilke - ein Theaterprojekt der Kölner Nordpark Förderschule Lernen mit Methoden des Humanistischen Psychodramas. (DVD-Lehrfilm). Duisburg: Verlag des PIB
Gessmann, Hans-Werner. (2009) Gerontotherapie mit Methoden des Humanistischen Psychodamas (DVD-Lehrfilm). Duisburg: Verlag des PIB
Gessmann, Hans-Werner. (2009) „Der Querk im Lummerland“ Methoden des Humanistischen Psychodramas mit Kindern im Vorschulalter. (DVD-Lehrfilm). Duisburg: Verlag des PIB
Erlacher-Farkas, Barbara & Jorda, Christian. (Hrsg.) (1996). Monodrama: Heilende Begegnung: Vom Psychodrama zur Einzeltherapie Wien: Springer.
Leutz, Gretel A. (1974, 1986). Psychodrama: Theorie und Praxis. Berlin: Springer-Verlag.
Leutz, Gretel A. (1986). Das klassische Psychodrama nach J.L. Moreno. Berlin: Springer.
Leutz, Gretel A. & Petzold, Hilarion. (Hrsg.). (1970). Zeitschrift für praktische Psychologie, 5(8). *(Sonderausgabe über Psychodrama).*
Leutz, Gretel A. & Oberborbeck, K. (Hrsg.). (1980). Psychodrama. Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik, 19:3-4).
Petzold, Hilarion. (1978). Angewandtes Psychodrama in Therapie, Pädagogik und Theater. Paderborn: Junfermann.
Petzold, Hilarion & Mathias, U. (1982). Rollenentwicklung und Identität. Paderborn: Junfermann.

Petzold, Hilarion. (Hrsg.). (1985). Dramatische Therapie. Stuttgart: Hippokrates Verlag.
Springer, Roland. (1995). Grundlagen einer Psychodramapädagogik. Köln: inScenario.
Zeintlinger-Hochreiter, Karoline. (1996). Kompendium der Psychodrama-Therapie Analyse, Präzisierung und Reformulierung der Aussagen zur psychodramatischen Therapie nach J.L. Moreno. Köln: inScenario.
Zeitschrift: Internationale Zeitschrift für Humanistisches Psychodrama. *(Hrsg.: Gessmann, Hans-Werner. Diese Fachzeitschrift umfasst etwa 60 Seiten und hat jährlich zwei Ausgaben; das Jahresabonnement kostet ca. 10 Euro. Kontakt: http://www.verlag.pib-zentrum.de)*
Psychodrama: Zeitschrift für Theorie und Praxis von Psychodrama, Soziometrie und Rollenspiel. *(Diese Fachzeitschrft umfasst etwa 160 Seiten und hat jährlich zwei Ausgaben; das Jahresabonnement kostet ca. 25 Euro)*. Kontakt: c/o Ulf Klein, inScenario Verlag GmbH, Sandstrasse 41 [Rgh.], D-80335 München.

- Finnland:

Nieminen, Seija & Saarenheimo, Marja. (1981). Morenolainen psykodraama. Helsinki, Finland: Psykologien kustannus Oy.
Niemistö, Raimo. (1998). Ryhmän Iuovuus ja kehitysehdot *(Kreativität der Gruppe und ihre Entwicklung)*. Lahti, Finland: Helsingin yliopiston Lahden tutkimus-ja koulutuskeskus.
Lindqvist, Martti. (1992). Unelma rohkeasta elämästä *(Der Traum vom mutigen Leben)*. Helsinki, Finland: Otava.
Vuorinen, Ilpo. (1993). Tuhat tapaa opettaa *(Tausend Möglichkeiten zu unterrichten)*. Naantali, Finland: Resurssi.

- Frankreich:

Ancelin Schutzenberger, Anne. (1997).-Le jeu de role: Introduction au psychodrame. (7. Aufl.). Paris: ESF (Editions Sociales Francaises). (1. Aufl. 1981?)
Ancelin Schutzenberger, Anne (1998).The ancestor syndrome: Transgenerational psychotherapy and the hidden links in the family tree (1998).-London and New York, Routledge. *(Übersetzt von Anne Trager aus dem Französischen: Aie, mes Aieux! (Oh, meine Vorfahren!): Liens transgenerationnels, secrets de famille, syndrome d'anniversaire, transmission des traumatismes et pratique du genosociogramme, Paris: DDB, 1993; erweiterte Aufl. l998)*.
Lemoine, G. & Lemoine, P. (1972). Le psychodrame. Paris: Laffont.

- Israel (Hebräisch)

Artzi, Einya. (1991) Psichodrama: Ma? Da! *(Psychodrama: Was? Das!)*. Tel-Aviv: Dvir Publ.
Naharin, Eliav. (1985). Bama bimkom sapa: Psichodrama *(Bühne statt Couch: Psychodrama)*.

Tel-Aviv: Cherikover Press.

- Italien:

Boria, Giovanni. (1983). Tele: Manuale di psicodramma classico. Milano: Franco Angeli.
Boria, Giovanni. (1997). Lo psicodramma classico. Milano: FrancoAngeli Editore.
DeLeonardis, Paola. (1994). Lo scarto del cavallo: Lo psicodramma come intervento sui piccoli gruppi. Milano: FrancoAngeli Editore.
Psicodramma classico. (Vierteljährliche Zeitschrift) dell Associazione Italiana Psicodrammatisti Moreniani. Band 1, No. 1, March, 1999. Address: via Cola Montano n. 18, 20159 Milano, Italien.
Il sorriso del Camaleonte - International Review of Jungian Psychodrama, Wilma Scategni & Wanda Druetta (Eds). c/o Wilma Scategni: Via B. Drovetti 14, 10138 Torino, Italy.

- Korea:

Hun Jin Choi. (1998). Psychodrama in the psychiatric ward. Taejon: Korean Institute for Psychodrama.
Hun Jin Choi. (1999). Psychodrama. Taejon: Korean Institute for Psychodrama.
Yoon Mi Choi. (1996). Psychodrama. Seoul: Joong Ang Jeok Sung.

- Portugal:

Amaral Dias. (1993) Palcos do imaginario *(Stufen der Imagination)*. Coimbra, Portugal: Psicologia Clinica.
Pio-Abreu, J.L. (1992). O modelo do psicodrama Moreniano *(Das Modell des Psychodramas nach Moreno)*. Coimbra: Psiquiatria Clinica.
Psicodrama: Revista da Sociedade Portuguesa de Psicodrama, seit 1994: Leitung: Antonio Roma Torres, Rua dos Bragas, 54 - 1°Dt°, 4050 Porto, Portugal.
Rojas-Bermudez, J.G. (1970). Introducio ao psicodrama *(Einführung ins Psychodrama)*. Sao Paulo: Editora Mestre Jou.
Soeiro, Alfredo C. (1995). Psicodrama e psicoterapia. Sao Paulo: Editora Natura.
Soeiro, Alfredo C. (1999) Realidade emocional: Ajudando o homem a conquistar a realidade desejada *(Emotionale Realität – Menschen zur gewünschten Realität verhelfen)*, Sao Paulo: SENAC.
Vieira, Fernando. (1999). (Des)dramatizar na doenca mental: Psicodrama e psicopatologia *([De]dramatisierung von Geisteskrankheiten – Psychodrama und Psychopathologie)*, Lisboa: Silabo.

- Skandinavien

Berglind, Hans. (Hrsg.). (1998). Skapande Ögon-

blick: Psykodrama och sociodrama. *(Kreative Momente: Psychodrama und Soziodrama)*. Stockholm: Cura.
Roine, Eva. (1992). Psykodrama - om a spille hovedrollen i sitt eget liv. Oslo: Atremis forlag. *(Englische Übersetzung 1997 veröffentlicht, siehe Allgemeine Bibliographie.)*

- Spanien (auch Argentinien und andere lteinamerikanische Länder)

Bustos, Dalmiro. (1974). Psicoterapia psicodramatica. Buenos Aires: Paidos.
Espina Barrio, J.A. (1995). Psicodrama: Origen y desarrollo. Salamanca: Amaru.
Garrido Martin, E. (1978). Jacob Levi Moreno, Psic. del Encuentro Madrid. Atenas Edit.
Herranz, Teodor. (1999). Psicoterapia psicodramatica individual. Bilbao, Colombia: Desclee de Brouwer.
Herranz, Teodor. (Im Druck). Manual de psicodrama: Teoria, tecnica y clinica. Madrid: Olalla.
Lopez, E. y Poblacion, P. (1997). La escultura y otras tecnicas psicodramaticas aplicadas en psicoterapia. Barcelona: Paidos.
Menegazzo, C.M. (1981). Magia, mito y psicodrama. Buenos Aires: Paidos.
Pavlovsy, Eduardo et al. (1979). Psicodrama, cuando y por que dramatizar. Madrid: Fundamentos.
Poblacion, Pablo. (1997). Teoria y practica del juego en psicoterapia. Madrid: Fundamentos.
Ramirez, J.A. (1997). Psicodrama. Teoria y practica. Bilbao: Desclee de Brouwer.
Zuretti, Monica. (1995). El hombre y los grupos: Sociopsicodrama. Buenos Aires: Lumen.
Psicodrama y Psicoterapia Grupal. *(Zeitschrift der Argentinischen Psychodrama-Gesellschaft, SAP)*

- Türkei

Altinay, Deniz. (1998). Psikodrama 300 Isinma Oyunu, Temel Teknikler, Yardimci Teknikler ve Temel Stratefiler. *(Psychodrama 300 Erwärmungsspiele, grundlegende Techniken, unterstützende Techniken und zentrale Strategien)*. Istanbul, Turkiye. Sistem Yayincilik (Verlag).
Altinay, Deniz. (1999). Psikodrama El Kitabi. *(Handbuch des Psychodramas)*, *(siehe hier insbesondere das Kapitel „Changing Character of Psychodrama" von David Kipper)*. Istanbul, Turkiye: Sistem Yayincilik (im Druck).
Dökmen, Üstün. (1996) Sosyometri ve Psikodrama. (Soziometrie und Psychodrama). Istanbul, Turkiye: Sistem Yayincilik.

- Ungarn

Erdelyi, Ildiko. (1987). A pszichodrama önismereti es terapias alkalmazasa. Budapest: Akademiai Kiado.

Personenregister

A

Ackerman, Diane 52, 119, 128, 184, 196
Ackerman, Max 52
Ackerman, Nathan W. 196
Ackerman, Sylvia 52
Adler, Alfred 81, 165, 172, 205
Aguiar, Moses 310
Ahsen 163
Aichinger, Alfons 310
Alexander, Franz G. 75
Allen, Doris Twitchell 52
Allen, V. 198
Allport 84
Almeida, Wilson Castello de 310
Altinay, Deniz 314
Amaral Dias 313
Ancelin-Schützenberger, Anne 52, 53, 62, 215, 224, 310, 312
Anderson, Wall 47, 81
Anderson, Walter Truett 88
Ansbacher, Heinz L. 81, 88, 128
Ansbacher, Rowena R. 88, 128
Anthony, E. James 44
Anzieu, Didier 53, 62
Arkowitz, Hal , 159, 167
Aronson, Marvin L. 161, 167
Artzi, Einya 312
Assagioli, Roberto 150, 158, 192
Aulicino, John 109, 117

B

Baaklini, George 54
Baars, Bernard J. 130, 139
Badaines, Ari 300
Bandura 173
Bannister, Anne 34, 227, 238, 300
Banqura, Albert 181
Banton, Michael 198
Barbour, Alton 55, 228, 238, 272, 294, 295
Barclay, James R. 249
Barclay, Shirley 54
Barragar-Dunne, Pamela 164, 167, 300
Barren, William 182
Barrett 174
Barth, Patricia A. 308
Barz, Ellionora 310
Bassin, Alexander 166, 168
Bateson, Gregory 185, 196
Battegay, Raymond 131, 139, 307
Beahrs, John O. 204, 211
Beck, Aaron T. 163, 167
Bellak, Leoplod. 174, 177, 178, 181, 200, 211
Bemak, Fred 148
Benne, Kenneth D. 234, 239
Bentley, Eric 300
Berdyaev, Nikolai A. 92, 98
Berger, Milton 69, 75, 187
Berger, Peter 88, 196
Berglind, Hans 313
Berne, Eric 45, 47, 166, 286
Bertrand, A.L. 198
Bettelheim, Bruno 73, 75
Biddle, Bruce J. 184, 197, 198
Bilaniuk, Marie-Therese 300, 308
Bion, Wilfred 228
Bischof, Ledford J. 22, 23, 300
Blanck, Gertrude 167, 178, 181
Blanck, Rubin 161, 167, 178, 181
Blatner, Adam 4, 17, 20, 23, 29, 47, 55, 62, 66, 67, 75, 82, 88, 92, 98, 116, 117, 119, 127, 128, 131, 133, 139, 143, 149, 157, 158, 159, 64, 165, 167, 179, 180, 81, 184, 186, 193, 194, 197, 198, 205, 228, 238, 246, 249, 258, 259, 260,

262, 269, 272, 274, 278, 287, 294, 295, 300, 301, 310
Blatner, Allee 98, 116, 117, 119, 127, 128, 133, 139, 148, 158, 184, 193, 197, 259, 260, 262, 300, 301
Bloch, Sidney 171, 182
Blomkvist, Leif-Dag 128
Blume, Sheila 55
Boal, Augusto 259, 262
Boguslaw, Robert 47, 52
Boies, Karen G. 301
Bolton, Gavin 258, 263
Booraem, Curtis D. 262
Borgatta, Edgar F. 47, 52, 239
Boria, Giovanni 313
Bosselmann, Rainer 310
Bouquet, Carlos M. 301
Bradford, Leland P. 234, 239
Bradshaw-Tauvon, Kate 27, 34, 47, 246, 249, 304
Branham, Eya Fechin 52, 282
Bratescu, Gheorgh 47
Brazier, David 301
Brenner, Inge 310
Brind, Anna 52
Brind, Nah 52
Bromberg, Walter 65, 75
Brown, Catherine C. 119, 128
Brunse, Anthony 52
Buber, Martin 74, 95
Buchanan, Dale Richard 53, 62, 161, 170, 217, 224, 301
Buckley, Ineke 161, 168
Buer, Ferdinand 311
Bug 164
Bukowski, William M. 236, 238
Bustamante, José 53
Bustos, Dalmiro 55, 314
Byrne, D. 43, 47

C

Cabral, R. J. 165, 168
Carlson-Sabelli, Linnea 160, 168, 240, 249, 269, 272, 295, 289
Carney, T. F. 249
Carp, E. A. 53
Carter, Phil 117
Cashdan, Sheldon 162, 168
Casson, John 34, 47, 258, 262, 288, 295
Cattanach, A. 304
Cesarino, Antonio Carlos 56
Chace, Marian 45, 47, 292
Cheatham, Peggy 55
Chesner, A. 304
Cillessen, Antonius H. 236, 238
Cinnamon, Kenneth M. 271, 272
Clarkson, Don 55
Clayton, G. Maxwell 55, 184, 197, 213, 224, 301
Clayton, Lynette 55, 213, 224
Clifford 259
Cobb, John B. 98
Cohen, Roberta G. 301
Collins, Lisa 224
Combs, Linda 278, 295
Constantine, Larry L. 249
Conway, Mary E. 198
Cooper, Mick 204, 211
Corey, Gerald 159, 165, 168, 226, 238, 301
Corey, Marianne 165, 168, 226, 238
Correia Soeiro, Alfredo 56
Corsini, Raymond J. 47, 52, 166, 168, 171, 182, 251, 262, 267, 272, 283, 295, 301
Corynetz, Paul 247
Cossa, Mario 259, 262
Costonis, Maureen Needham 271, 272
Courtney, Richard 258, 262, 308
Crandall, J 164, 169
Crouch, Eric 171, 182

Csikszentmihalyi, Mihaly 114, 117
Cushman, Philip 105, 107
Cuvelier, Ferdinand 56

D

D'Alessandro, Jose Manuel 56
Danielsson, Claire 21, 23, 55
Dauber, Heinrich 260, 263
Davies, Martin H. 301
Dayton, Tian 302
DeBono, Edward 221, 224
Dei Nuovo, Anthony 55
DeLeonardis, Paola 313
Deutsch, Morton 198
DeVoge, S. 305
Diatkine, Rene 53
Doan, Robert E. 81, 88
Dökmen, Üstün 314
Dolnick, Edward 63, 160, 168
Dostojewski 37
Dreikurs, Rudolf 165
Drews, Robert 52, 128
Drucker, Karen 75
Duffy, Trudy 247, 249
Duggan, Mary 302
Duhl, Bunny S. 168, 247, 249, 250
Duhl, Fred J. 250

E

Edwards, Jay 217, 224
Eells, T. 198
Efran, J. S. 148
Ehrenwald, Jan 171, 182
Eichler, Cordula 13
Elefthery, Dean G. 51, 307
Elefthery, Doreen 51
Eliasoph, Eugene 51
Ellis, Albert 222
Emunah, Renee 256, 257, 262, 271, 272, 292, 295, 302
Enneis, James M. 28, 295
Enneis, Jim 52
Erdelyi, Ildiko 314
Erlacher-Farkas, Barbara 311
Espenak, Liljan 272
Espina Barrio, J.A. 314
Etcheveny, R. 251, 262
Ettin, M.F. 226, 238
Evans, K.M. 234, 238
Eveson, Susanna 23
Evreinov, Nikolai 35

F

Faheem, Ahmed D. 35, 47
Fantel, Ernest 52
Farmer, Chris 165, 168
Favazza, Armand R. 35, 47
Feder, Bernard 164, 168
Feder, Elaine 164, 168
Feinberg, Henry 274, 295
Feldhendler, Daniel 259, 262
Ferguson, Gary 157, 158
Files, Leigh 164, 169
Fine, Leon J. 14, 52, 285, 296, 302
Fine, Nie 263
Fink, Abel K. 52, 238
Fleischmann-Ember, Sally S. 262
Fleshman, Bob 302
Fletcher, David 309
Flick, Robert 55
Flowers, John V. 262
Fonseca, Jose 310
Fontaine, Pierre 55
Ford, Donald H. 159, 168, 180, 182
Ford, Marcus P. 98
Forester-Miller, Holly 238
Forte, Azure 237, 238
Foulkes, S. H. 44

Fowler, James W. 95, 98
Fox, Jonathan 55, 62, 220, 257, 260, 262, 302, 310
Fox, Matthew 128
Frankl, Viktor 90, 98
Franzke, Erich 56
Fredman, Norman 247, 250, 273
Freud, Sigmund 38, 39, 140, 270
Frick, W.B. 205, 211
Friedemann, A. 307
Fryba, M. 35, 47
Fryrear, Jerry 302
Fuhlrodt, Robert L. 55, 302

G

Gale, Derek 302
Garber, Anath 55
Garcia, Antonina 255, 264, 309
Garfield, Sandra 53, 162, 163, 271, 272
Garrido Martin, E. 314
Gazda, George 55
Gediman, H. K. 174, 181
Geller, Jesse D. 164, 168
Gellert, Manfred 310
Gendron, Jeanine M. 302, 308
Gersie, Alida 263, 302
Gessmann, Hans-Werner 47, 55, 62, 75, 117, 148, 165, 168, 311
Gillett, Richard 200, 211
Ginn, Ildri B. 53, 148
Ginn, Robert 53
Givnish, Meg Uprichard 55
Gladding, Samuel T. 238
Glasser, William 166
Goldberg, Merri 162
Goldfried, Marvin R. 159, 169
Goldman, Elaine Eller 53, 279, 284, 295, 302
Gold, Muriel 302
Goleman, DanieI 21, 23, 149, 158
Gomer, Shirlee 55
Goncalves, Camila Salles 310
Gottfried, Allen W. 119, 128
Gottschalk, Louis 44, 47
Gover, Lauren 262
Grainger, Roger 302
Greenberg, Ira A. 55, 166, 168, 283, 295, 302
Green, Rivka 55
Greenson, Ralph R. 229, 238
Gregoric, Linda 302
Gregoric, M. 302
Griffin, David Ray 88, 92, 98
Gronlund, Norman E. 234, 238
Guldner, Claude 55, 238
Gunter, Pete A. Y. 98
Guntrip, Harry 162, 168
Gutheil, Emil 51

H

Haas, Robert Bartlett 52, 302
Hagan, Margaret 53
Hale, Ann E. 54, 63, 160, 168, 215, 216, 224, 238, 240, 250, 302
Hale, Nathan G. 75
Hamer, Neil 161, 168
Hardy, Jean 204, 211
Hardy, Margaret E. 198
Hare, A. Paul 36, 47, 187, 197, 238, 303
Hare, June Rabson 36, 47, 303
Harmeling, P.C. 35, 47
Harrow-Clemens, Gertrude 52
Hart, Joe 55
Hartshornes, Charles 92
Haskell, Martin R. 47, 52, 303
Haskell, Rochelle J. 303
Haworth, Peter 47
Hayden-Seman, Joyce 165, 168, 303
Hazelwood, Jennifer L. 262
Heathcote, Dorothy 258, 263

Heilveil, Ira 293, 303
Held, R. L. 40, 47
Herranz, Teodor 314
Herriott, Frances 53
Herrmann 259
Higby, Kathy 250
Hillman, James 105, 165, 168, 295
Hoey, Bernadette 303
Hoff, Hans 56
Hollander, Carl 54
Hollander Thomas, Sharon 55
Holl, Walter 310
Holmes, Paul 27, 34, 47, 162, 168, 246, 250, 303, 304, 310
Holm, K. 249
Horowitz, M.J. 198
Hoyt, Michal F. 88
Hudgins, M. Katherine 75, 303
Hug, Ed. 168
Hughes, J. 193, 197
Hughey, Andrew R. 309
Huizinga, Johann 129
Hun Jin Choi 313
Hurewitz, Paul 55
Hurvich, H. 174, 181

I

Iljine, Vladimir 35
Ingersoll, R.E. 255, 264
Irwin, E.C. 303

J

Jackson, S. W. 148
Jacobs, Allan 166, 168
Jacoby, Russel 107
James Hillmans 204
Janov, Arthur 148
Jaynes, Julian W. 19, 23
Jefferies, Jinnie 29, 34, 148
Jennings, Helen Hall 41, 52, 234, 238, 258
Jennings, Sue 129, 263, 303, 304
Johnson 37, 187, 257
Johnson, David Read 169, 256, 263
Johnson, Mark 197
Johnson, Paul E. 47
Johnstone, Keith 263
Jones 35, 271
Jones, Diana 250
Jones, J.E. 272
Jones, Phil 47, 304
Jorda, Christian 311
Jung, Carl Gustav 61, 62, 90, 142, 201

K

Kaes, Rene 53
Kantor, David 247, 250
Kaplan, H.I. 48
Karp, Marcia 14, 27, 34, 47, 54, 303, 304, 310
Kazantsakis, Nikos 92, 99
Kellermann, Peter Felix 84, 88, 148, 171, 176, 182, 263, 303, 304, 310
Kelly, George 220
Kestemberg, Evelyne 53
Kierkegaard 37
Kipper, David A. 54, 117, 160, 162, 169, 251, 295, 304, 307, 310
Kleinman, Susan 61, 62
Klein, Tobi 53
Klontz, Ted 250
Knepler, Abraham 53
Knobloch, Ferdinand 53
Kohut, Heinz 134
Kole, D. 248, 250
Korn, Richard 52
Kosemihal, N.S. 239
Kottler, Jeffrey A. 165, 169, 238
Kraus, Christopher 93, 99

Krauss, Robert M. 198
Kreisler, Frederick 40
Kubie, Lawrence S. 174, 182
Kumar, V. K.rishna 239, 240, 250, 297, 304

L

Lakoff, George 187, 197
Landy, Robert J. 184, 194, 197, 256, 263, 285, 295, 304
Langley, Dorothy 258, 263, 304
Larimer, Kätlin 304
Lawlor, Gerald W. 52, 184, 197
Leach, James D. 304
Lebovici, Serge 53, 304
Lee, Richard H. 293, 295, 304
LeGuin 187
Lemoine, G. 312
Lemoine, P. 312
Leuner 163
Leutz, Gretel A. 42, 52, 293, 295, 310, 311
Leveton, Eva 55, 277, 295, 304, 310
Levy, Fran 292, 296
Lewin, Kurt 42, 71, 85, 234
Lifton, Robert Jay 88
Lindqvist, Martti 89, 99, 312
Lindzey, Gardner 43, 47, 239
Linehan, Marsha 163, 169, 174, 182
Link, A. 305
Linton, Ralph 183, 197
Lipkin, Gladys B. 301
Lippitt, Ronald 234, 239, 285
Lippitt, Rosemary 52, 296
Locke, John 137, 139
Lopez, E. y Poblacion, P. 314
Lousada, Olivia 277, 296
Low, Abraham A. 43
Luckmann, T. 88
Lüffe-Leonhardt Eva 310

M

Mabeth, Fiona 263
Mahoney, Michael J. 88
Mann, Joseph 52
Marineau, Rene F. 36, 38, 48, 62, 305
Marrone 164
Marsh, L. Cody 41
Martin, R.B. 305
Martin-Smith, Alistair 258, 263
Mashino, Hajime 56, 62
Maslow, Abraham H. 45, 48, 89
Massaro, Geraldo 310
Mathias, U. 311
Matsumura, Kohei 53
May, Rollo 90, 99, 126, 129
McCaslin, Nellie 271, 272
McNiff, Shaun 164, 169, 251, 263
McReynolds, P. 305
Mead, George Herbert 183, 197
Meichenbaum, Donald 163
Meiers, Joseph I. 38, 48, 52
Meillo, Joke 56
Meldrum, B. 304
Mendelson, Peter D. 76, 239
Mennegazzo, Carlos 310, 314
Merei, Ferenc 56
Meyer, Adolf 117
Mezurecky, Andrew J 35, 48
Mickey, Thomas J. 255, 263
Miller, Donnell 54, 255, 263, 283, 296, 305
Miller, M. Michael 305
Minde, A. 304
Minkin, Rosalie 253, 255, 263
Mitchell, Stephen 304, 305
Monod, Mireille 53
Montagu, Ashley 119, 129, 239
Monteiro, Regina F. 310
Moore, Thomas 126, 129

Moreno, Florence B. 43, 118
Moreno, Jacob Levy 22, 23, 35, 36, 38, 39, 40, 41, 48, 74, 78, 86, 88, 90, 97, 99, 105, 106, 107, 109, 117, 129, 140, 144, 148, 160, 169, 182, 183, 187, 194, 197, 211, 215, 217, 220, 224, 225, 226, 227, 234, 239, 251, 270, 292, 296, 197, 302, 306
Moreno, Jonathan D. 48, 51, 55, 67, 76, 307
Moreno, Joseph J. 263, 307
Moreno, Regina 43
Moreno, Wilhelm 43
Moreno, Zerka Toeman 7, 14, 46, 48, 50, 56, 62, 74, 127, 129, 136, 144, 148, 169, 182, 266, 272, 286, 288, 296, 307
Morris, George W. 55, 271
Morris, Kenneth T 272
Morriso, Delcy S. 302
Morrison, Delcy Schram 279, 284, 295, 302
Murdock, Mary 309
Murray, Ellwood 52
Murray, Neville 54, 76, 307

N

Naar, Ray 55, 307
Naharin, Eliav 312
Nathanson, Donald 121, 129
Neiman, L.V 81, 193, 197
Neimeyer, Robert A. 88
Neri, Claudio 228, 239
Nerin, W.F. 261, 263
Neville, Bernie 258, 263
Newcomb, Theodore M. 183, 197
Newnes, Craig 250
Nicholas, Mary W. 165, 169
Nichols, Mark P. 148
Nieminen, Seija 312
Niemistö, Raimo 312
Nolte, John 53, 58, 62, 304
Norcross, John O. 159, 169
Northway, Mary L. 234, 239
Nye, Ivan F. 198

O

Oberborbeck, K. 311
Ochs, Peter 98
O'Connell, Walter E. 52, 165
Olsson, Peter A. 162, 169, 308
Ortman, Harriet 266, 272
Ossorio, Abel 52, 285, 296

P

Parrish, Marguerite 277, 292, 296
Parry, Alan 81, 88
Parsons, Talcott 183, 197
Partner, E. 303
Passariello, Neil M. 250
Patel, M. 249
Pattison, E. Manseil 44, 47
Pavlovsy, Eduardo et al. 314
Pearl, Carl E. 303
Pearlman, William D. 184, 308
Pearson-Davis 120, 258
Pearson-Davis, Susan 263
Perazzo, Sergio 310
Perlman, Helen Harris 197
Perls, Fritz 72, 163, 169, 286
Perls, Laura 163
Perrott, Louis A. 165, 169
Pesso, Albert 164, 169
Peterson, Jean 55, 164, 169
Petzold, Hilarion 56, 311, 312
Pfeiffer, J.W. 271, 272
Pinel, Philippe 35
Pio-Abreu, J.L. 313
Pirsig, Robert M. 116, 118
Pitzele, P. 255, 256, 264
Ploeger, Andreas 56

Poblacion, Pablo 314
Polansky, Norman A. 76, 68, 308
Polsky, Milton 271, 273
Porter, Ray 35, 48
Portner, Elaine 308
Potts, Frisso 53
Powell, Andrew 162, 169
Power, Joseph P. 55, 73, 76
Pritzker, Steven 100, 107
Propper, Herb 237, 238
Prosnick, Kevin 240, 250
Pruyser, Paul W. 125, 129
Putzey, Lloyd J. 44, 47, 301

R

Rabson, June S. 277, 296
Rainey, Ann 250
Ramirez, J.A. 314
Reekie, Don 120, 129
Reich, Wilhelm 135
Reil, Johann Christian 35
Remer, Rory 160, 166, 169, 170, 244, 250, 278, 296
Renouvier, Pierre 40, 48
Rexford, Eveoleen N. 131, 139
Rheingold 213
Robbins, Arthur 164, 169
Robert Fulghum 203
Roberts, Janine 157, 158
Rogers, Carl 65, 209
Roine, Eva 308, 314
Rojas-Bermudez, Jaime G. 55, 313
Rosenberg, B. 171, 182
Rowan, John 204, 211
Rowan, Peter 53
Runco, Mark 100, 107
Ruscombe-King, Gillie 29, 34
Rützel, Thomas 128

S

Saarenheimo, Marja 312
Sabelli, Hector C. 160, 168, 249, 269, 272
Sachnoff, Elaine Ades 53, 269, 273, 279, 296
Sacks, James M. 46, 48, 52, 131, 135, 139, 162, 275, 276, 280, 283, 289, 293, 296, 297, 298, 308
Sadock, B. J. 48
Salas, Jo 260, 264
Salovey, P. 198
Samuels, Mike 204, 293, 296
Samuels, Nancy 293, 296
Sarbin, Theodore R. 81, 88, 183, 195, 197, 198, 211
Saretsky, Ted 271, 273
Satten, Dorothy 54
Schafer, Roy 94, 99
Schattner, Gertrud 308
Scheff, Thomas J. 148
Scheidlinger, Saul 48
Scheiffele, Eberhard 40, 48
Schloss, Gilbert A. 292, 296, 308
Schutz, Will 45, 49, 287, 296
Schwartz, Richard C. 204, 211
Seabourne, Barbara 14, 52, 71, 247, 250, 264, 308
Seeman, Howard 55
Seeman, M. 250
Selesnick, Sheldon T. 75
Shaffer, Amy271, 273
Shaftel, Fannie R. 258, 264
Shaftel, George 264
Shakespeare, William 184
Shapiro, J.L. 267, 273
Sharif, Muzafer 42
Shaw, George Bernard 209
Shearon, Ella Mae 55
Sheikh 163
Shepard, Martin 45, 49
Sherborne, Veronica 258
Sherman, Robert 247, 250, 273

Shoobs, Nahum 52, 165
Shorr, Joseph E. 163, 169
Singer, J. 198
Siporin, M. 251, 262
Siroka, Ellen 55, 308
Siroka, Robert W. 54, 292, 296, 308
Slade, Peter 258
Slavson, Samuel R. 42, 71, 174, 183
Smith, Huston 88
Snow, Stephen 251, 264
Soares de Azevedo, Iris 56
Soeiro, Alfredo C. 313
Solby, Bruno 52
Sorkin, Pitirim A. 212
Sorokin, Pitirim A. 203, 219, 224
Sotobayashi, Daisaku 53
Speros, Tom 285, 296
Spiegel, John P. 184, 198
Spolin, Viola 264, 271, 273
Springer, Roland 312
Springer, Ursula 14
Starr, Adaline 52, 165, 169, 309
Statham, Anne 198
Stein, Steven A. 224, 250, 255, 264, 297
Sternberg, Pat 255, 259, 264, 309
Stietzel, Lynn D. 309
Stone-Winestock, Penny 238
Stovkis, Berthold 52
Straub, Heika 53
Stryker, Sheldon 198
Sturm, Israel E. 53
Sucich, Diana 55
Swedenborg 37
Swenson, Richard A. 200, 212
Swink, David F. 55, 170, 251, 264

T

Taylor, Jane A. 29, 55, 301
Taylor, Susie 34
Terr, Lenore 119, 129
Thomas, Edwin J. 198
Timmins, Lois 271, 273
Toeman, Zerka 40, 49
Tolstoi, Lew Nikolajewitsch 37
Tomasulo, Daniel J. 309
Tomkins, Silvan 121, 129
Tooley, Kay 164, 170
Torrance, E. Paul 53, 255, 264, 279, 291, 296, 309
Toseland, R.W. 251, 262
Treadwell, Jean 39, 49, 76
Treadwell, Thomas W. 39, 49, 54, 72, 76, 224, 239, 240, 250, 255, 264, 297, 304, 309
Turner, Ralph H. 206, 212
Twitchell-Allen, Doris 294, 297

U

Urban, Hugh B. 159, 168, 180, 182

V

Vaihinger, H. 81, 88
Vander May, James H. 55, 81, 88, 288, 297
Vargiu, James G. 204, 212
Vasiliou, George 56
Ventura 105
Verhofstadt-Deneve, Leni 160, 170
Vieira, Fernando 313
Villasenor, Diana 55
von Courtney 258
von Rüst Deeths (McCormick), Adele 14, 55
Vuorinen, Ilpo 312

W

Wallach, Lise 105, 107
Wallach, Michael A. 107
Wall, Kathleen 157, 158
Ward, Jack 55
Warner, G. Douglas 53, 309
Warren, Bernie 264
Watanabe, S. 212
Watkins, Helen H. 120, 162, 165, 212
Watkins, John G. 212
Watkins, Mary 129, 170
Watson, M. 303
Watzlawick, Paul 81, 88
Way, Brian 258
Wegscheider-Cruse, Sharon 247, 250
Weiner 275, 283, 289
Weiner, Hannah B. 52, 297, 309
Weishaar, Marjorie E. 163, 167
Well, Pierre 56
Wender, Louis 41
Wexler, Milton 229, 238
Wheeler, John A. 20, 23
Whitaker, Carl 49
Whitman, Walt 37
Wickersty, Allan 55
Widlocher, Daniel 53
Wiener, Daniel 185, 198, 255, 259, 264
Wiener, Ron 264
Wilber, Ken 82, 88, 149, 158
Wilder, Rosilyn 309
Williams, Antony 215, 224, 249, 250, 278, 297, 309
Wilshire, Bruce 198
Wilson, G. Terence 163, 170
Wilson, Steve 55
Winer, Jill 55
Winner, Lucy 264
Winnicott, Donald W. 120, 129
Wirth, Jeff 259, 264
Wolff, Jose Roberto 310
Wolinsky, Stephen 222, 224
Worell, J. 166, 170
Wright, Jeanne A. 296
Wuthnow, Robert 90, 99

Y

Yablonsky, Lewis 14, 46, 49, 52, 118, 184, 198, 294, 297, 309
Yalom, Irvin D. 14, 140, 146, 148, 171, 177, 182, 269, 273, 280, 297
Yankelovitch, Daniel 174, 182
Yardley-Matwicjczuk, Krysia 309
Yoon Mi Choi 313
Young, Mark E. 148

Z

Zahourek, Rothlyn 163, 170
Zeintlinger-Hochreiter, Karoline 312
Zeleny, Leslie D. 254, 264, 307
Zurcher, Louis A. 198
Zuretti, Monica 56, 227, 239, 310, 314

Sachregister

A

Aberglauben 81
Abreaktion 140, 144
Abreaktions-Katharsis 144
Abspaltung 141
Abwehrhaltung 131
Abwehrmechanismen 153
Abwehrmechanismus 141
Achtsamkeit 96
acting-in 131
acting-out 111, 131
Adaptation 143
Affekte 121, 153
Aggression 121
AGPA 70
Akkomodation 83
Aktionssoziometrie 29
Alkohol 138
Allmacht, Göttliche 91
Alltagswelt 125
Allwissenheit, Göttliche 91
„als ob“-Situation 20
American Psychiatrie Association 41
Analyse 29
Analysen, reduktionistische 80
Angst 121
Anonymen Alkoholiker 43
Ansätze, konstruktivistische 86
Ansatz, emanzipatorischer 25
Ansatz, postmoderner 85
Anthropologie 21
Anwendungsmöglichkeiten 20
Arbeit 122
Arbeitsräume 28
Archetyp 142
ASGPP 44, 56, 61
Assoziationen 124
Assoziation, freie 120
Ästhetik 91
Atheisten 97
Aufgaben, unerledigte 134
Aufklärung 78
Aufwärmphase 68
Aufwärmungsprozess 115
Ausagieren 131
Ausdruck 130, 137
Ausdrucksfähigkeit 116, 136
Ausdrucksfähigkeit, verbale 131
Ausdrucksformen 130
Ausdrucksformen, ästhetische 121
Ausdrucksformen, gesunde 127
Ausdrucksformen, physische 131
Ausdrucksfreude 134
Ausdrucksstärke, kollektive 138
Ausprobieren 10
Ausschmückung 122
Auswahlmöglichkeiten 109
Authentizität 142
Axiodrama 96

B

Bad Vöslau 39
Beacon 46
Beacon Hill Sanatorium 42
Beacon House 42, 64
Bedeutung 90
Beerdigung 157
Begegnung 36, 38, 95, 106
Begegnung, Kunst der 96
Begegnung mit Gott 96
Beiseite-Sprechen 29, 153
Bekanntheit 79

Beleuchtung 28
Bellevue Hospital 42
Berater 27
Beratung 85
Berührungen 131
Beteiligung an der Schöpfung 97
Betonung 19
Bewegungen 131
Bewegungstherapie 135
Bewertung, ästhetische 91
Bewusstsein 32, 130, 141
Bewusstseinsebene 151
Bewusstseinsebenen 119
Bewusstwerdung 115
Beziehung 96
Beziehungen 112
Beziehungen, menschliche 79
Bezugsrahmen 79, 80
Bibliodrama 97
Bibliotherapie 135
Bilder 124
Bildungswesen 116, 156
Bioenergetik 132
Bioenergetische Analyse 135, 140
Biographie 36
Bräuche 102
Bühne 26, 28
Bühnenzauberer 124
Bürgerkrieg 91
Bürokratie, gedankenlose 110

C

Chaostheorie 79
Charisma 85, 124
Chor 28
Co-Autor 26
Co-Regisseur 26

D

Daimon 39
Darstellung, szenische 65, 66
Denken, postmodernes 77
Denkschemata 83
Denkweisen 87
Dialog, innerer 120, 153
Dialog, spiritueller 96
Dilettanten 67
Dimension, mystische 124
Disidentification 150
Diskussionsphase 144
Dissonanzen, kognitive 141
Distanzierung 19
Doppelgänger 31
Doppelgängermethode 28, 153, 154
Doppelrolle 19, 26
Drama 101
Dramatherapie 60, 116
Dramaturgie 26
Drehbuchautor 120, 150
Drogen 138
Du-Gott 93
Durchsetzungsvermögen 121
Dynamik, soziale 100

E

EGHPD 60
Einbildungskraft 100
Einfühlungsvermögen 22
Eingebungen 134
Einrichtungen, kulturelle 102
Einrichtungen, soziale 102
Einstellungswandel 111
Einzelfallstudie 84
Ekel 121
elan vital 109
Embryo-Stadium 110
Emigration 36, 40
Emotion 145

Emotionen 121, 144
Empathie 22, 151, 152
Empathietraining 21
Energie 114
Engagement 112
Epiphänomenen 78
Epistemologie 77, 81
Erfahrung 89
Er-Gott 93
Erkenntnisprozess 131
Erkundungsprozess 27
Erlebnispädagogik 21
Erlebnis, soziometrisches 135
Erleuchtung 97
Ermutigung 156
Erneuerung, spirituelle 21
Eros 142
Erregung 121
Erregungskatharsis 137
Erwärmungsphase 29, 151
Erwärmungs-Phase 135
Erwärmungsübung 135
Erzählen 31
Erzählung 81
Erziehung 21, 60, 82, 85
Erziehungsmethoden 115
Eskalation 154
Ethik 77
Evolution 100
Exerzitien 97
Existenzialismus 77
Existenzialpsychologe 126
Experimente 80, 84
Experimentierfreude 115

F

Fähigkeiten, zwischenmenschliche 33
Familientherapie 45, 64, 104
Fanatismus 110
Fantasie 79, 119, 120, 124
Fantasien 120, 122
Feedback 156
FEPTO 60
Fertigkeiten, kommunikative 149
Fertigkeiten, psychosoziale 149
Festlichkeit 157
Figur 122
Fixierungen 110
Flexibilität, geistige 19
Flüchtlingslager 39
Fraktaltheorie 79
Freiheit 142
Freizeitleiter 155
Freude 121
FTTPP 58

G

Gebet 157
Gebote, soziale 102
Gebrauchtwerden 103
Gedanken 130
Gedankenschemata 85
Gefühle 130
Gefühlsausbrüche 145
Gegenwart 113
Geheimnis 125
Geist 89
Geisteshaltung 116
Gelassenheitsgebet 132
Gemeinschaft 123
Gemeinschaftsbildung 21
Gemeinschaftsleben 157
Gemeinschaft, therapeutische 45
Gemütszustand 114, 154
Genie 73
Gerechtigkeit 79
Gesang 121
Geschäftsleben 21

Geschichte 21
Geschichten 137
Geschichtenerzählen 136
Geschlossenheit 134
Gesellschaft 143
Gesetz 79
Gesichtsausdruck 132, 154
Gesprächsphase 28, 29
Gestalttherapeuten 134
Gestalttherapie 64, 134, 140
Gesten 131
Gesundheitsvorsorge 90
Gewohnheit 111
Gewohnheiten 110
Gewohnheitshandeln 111
Glaube 79
Glaubensschemata 102
Gott 89, 90, 91, 144
Gottesbegriff 92
Gottesbild 91, 92, 93, 97
Göttliche 97
Größenwahn 73
Grundelemente des Psychodramas 28
Gruppenaktivitäten 155
Gruppenbeziehungen 109
Gruppendialog 100
Gruppendynamik 21, 42, 68
Gruppenleiter 67
Gruppenmitglied 27, 140
Gruppenmitglieder 30
Gruppenpsychodrama 147
Gruppenpsychotherapie 35, 41, 45, 73
Gruppenteilnehmer 30
Gruppentherapie 41, 65, 116, 140, 146
Gruppenübungen 29
Gruppenzusammenhalt 115, 135, 136
Guppenpsychotherapie, psychoanalytische 70

H

Halluzinationen 123, 134
Haltung 132
Haltung, egozentrische 155
Handeln 100, 122
Handeln, moralisches 95
Handlung 130, 131, 133
Handlungseinsicht 131, 146
HANDLUNGSEINSICHT 131
Handlungsmethode 30
Handlungsstreben 133, 134, 138, 143
Handlungsunterbrechung 28
Hauptdarsteller 26
Hauptrolle 26
Heilung 85, 101, 144
Heilungsfaktor 147
Heilungsfaktoren 140
Heilungspotential 131
Heilungsprozess 27, 120, 134, 142, 144
HELDREF 59
Hemmung 135
Hemmungen 114
Hermeneutik 80, 81, 87
Hier und Jetzt 113
High-Sein 138
Hilflosigkeit 103
Hilfs-Ich 27, 28, 29, 30, 33, 65, 66, 120, 146
Hilfs-Ichs 26
Himmelreich 94
Hingabe 113
Hirnhälfte 115
Hochzeiten 157
Höflichkeit 102
Horsham Clinic 56
House Partys 116
Hudson Training School 42
Humor 79, 101
Hungersnot 91

Hypothese 84

I

IAGP 59
IAGP-Konferenz 60
Ich-Du 95
Ich-Es 95
Ich-Gefühl 142, 150
Ich-Gefühls 134
Ich-Gott 93, 94
Ich-Psychologie 64
Idealisierung 91
Idealismus 77
Ideenaustausch 156
Ideenfluss 115
Ideen, kreative 101
Identifikation 150
Identifizierung 134
Illusionen 122, 130
Imagination 36, 73, 115, 119, 122
Immanenz 93
Imperativ, moralischer 90, 92
Improvisation 19, 68, 100, 108, 115, 137, 152
Improvisationsdrama 101
Improvisationstheater 121
Impulse 113
Impulsivität 111
Individualität 84, 94, 95
Individuum 106
Information 156
Initiationsriten 156
Inkompetenz 103
Innenleben 132
Inspiration 85, 101, 113, 124
Instinktebene 121
Instrumente 18
Inszenierung 28
Integration, psychosoziale 143
Integrationsmöglichkeiten 86
Integrationsphase 29
Integrationsprobleme 146
Integrationsprozess 144
Intelligenz, Emotionale 21
Interaktion 28, 33, 41, 67, 96, 124, 131
Interaktionen, dramaturgische 124
Interaktivität, soziale 19
Interesse 121
Interpretation 32, 84
Interpretationen 80
Interpretationen, reduktionistischen 124
Interpretationsweisen 80
Intuition 83, 85, 113, 114, 115, 152
Intuition, mystische 79
Isolation 144, 153

K

Kassettenrekorder 41
Katharsis 32, 135, 138, 142, 145, 146, 147, 151
Katharsis der Abreaktion 143
Katharsis der Inklusion 144
Katharsis der Integration 143
Katharsis der Wiederherstellung spiri- tueller Ve 144
Katharsis, kosmische 144
Katharsis, mentale 140
Katharsis, psychische 44
Kazantsakis, Nikos 92
Kindererziehung 102
Kinderspielzeug 135
Kinesthetik 115
Klassenzimmer 114
Kleinkinderforschung 21
Klienten 30
Kognition 149
Kognitionen 130
kognitive Therapie 64
Kohärenz, innere 79
Kolonialismus 81
Kommunikation 103, 131

Kommunikation, nonverbale 132, 133
Kommunikation, Nonverbale 132
Kommunikationswissenschaften 21
Kompetenz 156
Komplexe 94
Komplexität 79
Konfliktbewältigung 154
Konfrontation 67
Konservativismus 102
Konserve 102, 116
Konserven 136
Konserven, Heilige 92
Konstruktion 81
Konstruktivismus 80, 81, 87
Kontemplation 96
Ko-Regisseur 120, 149
Körper-Geist 135, 142
Körperhaltung 154
Körperlichkeit 134
Körpersprache 132
Körpertherapien 154
Kosmos 79, 89, 90, 98
Ko-Therapeut 66
Kraft, göttliche 91
Kreativität 22, 36, 77, 78, 83, 89, 91, 92, 94, 95, 96, 100, 101, 102, 104, 105, 108, 109, 114, 121, 138, 144, 157
Kreativität, Ästhetik der 96
Kreativität, Bedürfnis nach individueller 95
Kreativitätskanon 108
Kreativitätsphilosophie 95
Kulturkonserve 74, 97, 102
Kulturkonserven 97, 110, 116
Kulturnormen 81
Kunst 79
Kunst, bildende 143
Künstler 104, 134
Kunsttherapie 45, 116, 130, 135

L

Lautsprecher-Technik 157
Lebendige Zeitung 40
Lebendigkeit 112
Lebensfreude 121
Lebenskraft 22, 137
Leerer Stuhl 96
Lehrer 155
Lehrpläne 116
Leiter 27, 30, 31
Leiter, therapeutische 27
Lernaspekte 156
Lernbereitschaft 116
Lernen, experimentelles 20
Liebe 79
Linguistik 21
Literatur 79
Logik 79
Lösung von Problemen 121
Lustprinzip 125

M

Magie 85, 96, 124
Magier 125
Management 21, 60
Manieren, gute 102
Marathon-Gruppentherapie 140
Materialismus 78
Meditation 96
Metakognition 120, 149
Metaphysik 77
Metarolle 120, 121
Metarollen 149
Methode 84
Methode, idiographische 84
Methode, nomothetische 84
Methoden, Psychodramatische 28
Methoden, psychodynamische 45

Misstrauen 155
Mitarbeiterschulung 21
Mitarbeiterstab 66
Mitgefühl 22, 96, 101
Mitmensch 112
Mitschöpfer 101, 103, 150
Mit-Schöpfer 92, 94, 97
Mitspieler 26
Mittelalter 91
Mitverantwortung 97
Modellierung 29
Moderator 30
Moderne 83, 106
Monolog 29
Moral 95
Mt. Sinai Krankenhaus 41
Multikulturalität 97
Multiples Ich 152
Musik 79, 121
Mysteriösität 124
Mythen 79
Mythen, eigene 97
Mythologie 33
Mythologie, persönliche 126
Mythos 90

N

Nachspielen 25, 31, 123, 134
Narrativik 87
Narzizissmus 94
Naturheiler 35
Naturwissenschaften 78, 79
NCATA 61
Neubewertung 29, 131
Neubewertung; kreative 106
Neurophysiologie 79
Neurose 142
Neu-Schöpfung 126
Neuschöpfungen 84

O

Objektbeziehungen 64
Objektivismus 80, 81
Offenheit 96
Offkommentar 31
Ökologie 82
Ontologie 77
Opfergaben 96
Organisationsentwicklung 21
Organisatoren 155

P

Paradigmaverschiebung 86
Paradox 79
Paradoxon 82
Patient 27
Patienten 30
Patriarchismus 82
Person, depressive 132
Persönlichkeit 133
Persönlichkeitsentfaltung 44
Persönlichkeitsentwicklung 150
Persönlichkeitserfahrung 147
Persönlichkeitspanzer 135
Persönlichkeitsstärkung 21
Perspektive 19
Perspektivenwechsel 103
Phänomen 78
Phänomenologie 78
Phänomenologie, angewandte 122
Phantasie 37
Philosophie 77, 79, 86, 89, 91
Playback-Theater 137, 146
Poesie 121, 143
Politik 79, 157
Positivismus 78
Postmoderne 81, 82, 83, 87, 106
Problemlöser 104
Problemlösung 19, 33, 103

Problemlösungsstrategien 149
Projektion 32, 90, 153
Projektionen 91
Prostituierte 39
Protagonist 26, 27, 33, 120, 131, 135, 138, 140, 144
Protagonisten 150
Protagonistenkatharsis 146
Prozess, konstruktivistischer 83
Prozessphilosophie 92
Psyche 141
Psychiatrie 42, 73, 144
Psychoanalyse 31, 45, 63, 65, 94, 140, 153
Psychoanalytiker 135
Psychodramaausbilder 66
Psychodramaleiter 67
Psychodramasitzung, öffentliche 72
Psychodrama-Theater 44
Psychodynamik 151
Psychologie 80, 84, 89
Psychopharmakologie 64
Psychose 51
Psychosynthese 150
Psychotherapie 26, 30
Publikum 26, 28, 120, 134, 146
Publikumskatharsis 137
Pychotherapie 82

R

Rassismus 82
Rationalismus 78
Raum zum Ausprobieren 121
Reaktion, adäquate 111
Reaktionsweisen, alternative 20
Realitätsprinzip 125
Realitätstherapie 64
Reduktionismus 78
Reflexion 120
Reformationsbewegungen 97
Regieassistent 27
Regisseur 25, 26, 27, 30, 120, 150, 151, 154
Reife, psychische 19
Reifung, spirituelle 95
Reintegration 146, 147
Religion 89, 90, 102
Religionen 83, 97
Renaissance 78
Repräsentation 122
Repression 87
Requisiten 28, 124
Rhetorik 79
Riten 96
Riten, traditionelle 35
Ritual 125
Rituale 147
Robopathie 83, 94, 110
Rolle 19, 101, 113, 120, 135, 150
Rollen 156
Rollenbegriff 157
Rollendefinitionen 81
Rollendistanz 149, 151
Rollenerweiterung 122
Rollenidentifizierung 149
Rollenrepertoire 103
Rollenschöpfung 149
Rollenspiel 26, 27, 30, 33, 66, 67, 68, 149, 155
Rollenspiele 21
Rollenspiel, trainierendes 33
Rollentausch 19, 27, 32, 33, 112, 151, 154, 157
Rollentheorie 36, 44, 86, 120
Rollentraining 29, 32
Rollenübernahme 149, 152
Rollenwechsel 28, 149
Rundbühne 28, 40

S

Schaffungsprozess 116
Scham 79, 103, 121
Schamanen 35

Schauspiel 28
Schauspielen 19, 20
Schauspieler 120, 150
Schöpfung 102
Schreibkrampf 127
Schule 102
Schweigepflicht, ärztliche 72
Scientismus 82
Selbstausdruck 130
Selbstbehauptung 33
Selbstbeobachtung 149
Selbstbewusstsein 124, 143, 157
Selbstdarstellung 33, 79, 106, 109, 138
Selbstdisziplin 156
Selbstentfaltungsgruppen 116
Selbstgespräche 145
Selbsthilfegruppe 44
Selbsthilfegruppen 21, 43
Selbstidentifikation 149, 150
Selbstkenntnis 149
Selbstkonzept 130, 143
Selbstobjekt 134
Selbstreflexion 19, 25, 130
Selbstwahrnehmung 103, 152, 153, 156
Selbstwahrnehmungstraining 153
Selbstzufriedenheit 110
Sexualität 115
Sharing 32
Sicherheit 115
Sicherheitsgefühl 29
Sicht, phänomenologische 123
Sing Sing 41
Sitzungen, offene 28
Skulptur 133
Sociometry 42
So-Tun-als-ob 119
Sozialkompetenz 21
Sozialpsychiatrie 39, 64, 67
Sozialpsychologie 35, 42, 44, 73, 77, 84
Sozialverhalten, Morenos 74
Soziodrama 21, 27, 97
Soziologie 89
Soziometrie 21, 39, 41, 74, 101, 106, 109, 155
Soziopathie 142
Spiegel 149, 184
Spiegelmethode 26, 27, 29, 120, 149, 151, 153
Spiegelsituation 151
Spiel 79, 106, 119, 121
Spielbeobachter 120
Spielphase 29
Spieltherapie 119
Spiel zur Übung 121
Spiritualität 79, 89, 90, 95, 143
Spontaneität 14, 36, 61, 65, 77, 83, 84, 89, 94, 96, 1
08, 109, 110, 111, 112, 114, 121, 124, 135, 15
2, 157
Spontaneität, pathologische 111
Spontaneitätstheorie 43
Spontaneitätstraining 22, 74, 115
Stegreiftheater 35, 41
Stegreif-Theater 40
Stegreif-Theatergruppe 35
St. Elisabeth Krankenhaus 42, 44
Stimme 154
Stimmen, innere 145
Stimmlage 132
Störung, bipolare 50
Störungen, soziale 110
Störung, posttraumatische 66
Stuhl, leerer 29
Sublimationsprozess 37
Sublimierung 132
Sucht 110
Surplus Realität 119, 122, 123, 125
Surplus-Realität 29, 33, 37, 77, 106, 143
Symbole 124
Systemtheorie 27

Szene 26, 27, 31, 120
Szene, reparative 32

T

Talente 106
Tanz 121, 143
Tanztherapie 45
Techniken 19
Tele 51, 109, 112, 155
T.E.P. 58
Testament des Vaters 39
T-Gruppe 21, 44
Thanatos 110
Theater 36, 38, 67, 137
Theaterbühne 28
Theater, interaktive 21
Theaterpublikum 140
Theaterregisseur 156
Theaterspiel 125
Theaterstück 147
Theatertherapie 21
Theaterübung 135
Theaterübungen 116
Theologie 77, 83, 89
Theologie, Morenos 89, 91, 96
Theorie 85
Therapeut 27, 30
therapeutisches Theater 35
Therapieformen 149
Therapiegruppe 147
Time-out 31
Todesinstinkt 110
Tonaufnahmegerät 41
Tonlage 157
Traditionalismus 81
Traditionalismus, kompromissloser 110
Traditionen 102
Transaktionsanalyse 64
Transzendenz 93
Trauer 121, 124
Träume 120
Traumforschung 64
Traumspiel 33
Traum-Tagebuch 136

U

Übertragung 135
Übertreibung 19, 122
Überzeugungskunst 79
Übung 156
Um- und Neudenken 109
Unbeweglichkeit, Körperliche 132
Ungerechtigkeit, soziale 82
Universalisierung 146
Universum 89, 93, 95
Unsicherheit 103
Unterbewusstsein 73, 101, 112, 124
Unterdrückung 153
Unterhaltungssektor 116
USA 41

V

Vaterfigur 90
Vaterschaftssyndrom 40
Ventura 105
Verantwortlichkeit 96
Verantwortung 79, 103
Verarbeitung 29
Verdrängung 141, 153
Verhalten, nonverbales 31
Verhaltensanleitungen 149
Verhaltenstherapie 64
Verhaltens- und Reaktionsmuster 102
Verhaltenswissenschaften 79, 82, 84
Verinnerlichen 131
Verletzbarkeit 103
Verleugnung 141, 153
Vernetzung 149

Vernunftsebene 91
Verspieltheit 115, 119, 121
Versuch-und-Irrtum-Methode 19
Vertrauen 29, 115
Verweigerung 110
Vielschichtigkeit 29
Vollkommenheit 91
Vorgehenslogik 149
Vorstellung 125
Vorstellungen 134
Vorstellungskraft 83, 85, 89, 97, 106, 119, 121, 122, 1
27, 149, 157
Vorurteile 110

W

Wahl 156
Wahnvorstellungen 123, 134
Wahrheit 78, 80
Wahrnehmung 79, 130
Wahrnehmung, bimodale 121
Warming-up 115, 136, 152
Warming-Up 116
Weisheit 101, 156
Welt, illusionistische 125
Weltsicht 77
Weltsichten 86
Werkzeuge 18
Who Shall Survive 42
Wiederholung 19, 28
Wien 40
Willenstraining 43
Wirklichkeit 96
Wirkung; transformative 104
Wirtschaft 79
Wissenschaft 78
Wissenschaften, empirische 80
Wissenschaftler 104
Wünsche 122
Wut 121
Wut, ethische 127

Z

Zen 116
Zeremonienmeister 157
Zivilisation 102
Zoomatrons 110
Zukunftsprojektion 123, 136
Zurückhaltung 135
Zusammengehörigkeitsgefühl 116
Zusammenhalt 123
Zuschauer 146
Zuschauerkatharsis 146

Eine Schriftenreihe des
Psychotherapeutischen
Instituts Bergerhausen

4

Humanistisches Psychodrama

Herausgeber: Hans-Werner Gessmann

Verlag des Psychotherapeutischen Instituts Bergerhausen

4
Humanistisches Psychodrama

Eine Schriftenreihe des
Psychotherapeutischen
Instituts Bergerhausen

3

Humanistisches Psychodrama

Herausgeber: Hans-Werner Geßmann

Verlag des Psychotherapeutischen Instituts Bergerhausen

Eine Schriftenreihe des
Psychotherapeutischen
Instituts Bergerhausen

2

Humanistisches Psychodrama

Herausgeber: Hans-Werner Geßmann

Verlag des Psychotherapeutischen Instituts Bergerhausen

Eine Schriftenreihe des
Psychotherapeutischen
Instituts Bergerhausen

1

Humanistisches Psychodrama

Herausgeber: Hans-Werner Geßmann

Verlag des Psychotherapeutischen Instituts Bergerhausen