
Das Humanistische Psychodrama

Hans-Werner Geßmann

Neu- und Weiterentwicklungen des Psychodramas, wie etwa das "Behaviordrama" oder das "Tetradische Psychodrama" werden skizziert. In Abgrenzung dazu wird das Humanistische Psychodrama als eine Rückbesinnung auf die ursprünglichen Gedanken Morenos beschrieben. Als wesentlich für das Humanistische Psychodrama werden genannt: Die Eigenverantwortlichkeit der Klienten. Die Annahmen, daß dem Menschen ein natürliches Bedürfnis innewohnt, zu wachsen und sich selbst zu verwirklichen und daß alles psychische Geschehen zielgerichtet und sinnvoll ist. Die ganzheitliche Sichtweise.

Das Klassische Psychodrama Morenos hat inzwischen Neu- und Weiterentwicklungen erfahren. Immer wieder sind die Methoden des Psychodramas z. B. in orthodoxen-psychoanalytischen Konzepte oder in Verbindung mit Gedanken der analytischen Psychologie nach C. G. Jung zur Anwendung gebracht worden. Soziale Phänomene verbinden Alfred Adler und J. L. Moreno. Das seit 1979 im Psychotherapeutischen Institut Bergerhausen in Duisburg gelehrt Humanistische Psychodrama ist eine Rückbesinnung auf Morenos ursprüngliche Gedanken, ein Ernstnehmen von dem, was dieser wollte. Es ordnet darüber hinaus das Psychodrama konsequent

in die Humanistische Psychologie ein.

1980 ordnete *Hilarion Petzold* das Psychodrama als Methode in die Humanistische Psychologie ein. Er meinte, daß das Psychodrama als die "älteste Methode humanistischer Psychotherapie" bezeichnet werden und Moreno selbst, als Begründer des Psychodramas, als der Nestor und bedeutendste Pionier dieser Bewegung gesehen werden könne. Die wichtigsten Konzepte der Humanistischen Psychologie seien von Moreno bereits in den zwanziger und dreißiger Jahren entwickelt worden, lange bevor Rogers, Perls, Maslow und die vielen anderen der "Dritten Kraft"

ihre Ideen und Verfahren konzipiert hätten.

Nun ist in der Tat richtig, daß Moreno Vorläufer, Anreger, Inspirator für einige der genannten Protagonisten gewesen ist. Er hat sich jedoch nie ausdrücklich der entstehenden Richtung der Humanistischen Psychologie zugerechnet. Vielmehr war ihm daran gelegen, das Moreno-Psychodrama als eigenständiges Verfahren der Gruppenpsychotherapie - vor allem in Abgrenzung zur Psychoanalyse - zu etablieren. Seine Pionierleistungen in der psychologischen Gruppenarbeit hat er 1966 als "Third psychiatric revolution" bezeichnet. Nicht die Humanistische Psychologie sollte die "Dritte Kraft" sein, sondern sein Psychodrama, seine Soziatrie. J. L. Moreno stand mit seiner Persönlichkeit und den damit verbundenen Ansprüchen nach Originalität und Urheberschaften, seinem Prophetentum, seinem Egotismus der Integration seiner Gedanken in eine psychologische Bewegung im Wege. Mir scheint, er wollte dies gar nicht. In seinem Spätwerk entwickelte er eine religiöse, kosmologische Weltanschauung. Er schreibt 1959:

"Die neuen Werte sind kosmo-dynamischer Natur. Die neuen Le-

benskräfte werden dem Menschen aus seiner kosmischen Verbundenheit zufließen." (in: Moreno: Gruppenpsychotherapie und Psychodrama. 1973, S. 8)

Das Klassische Psychodrama J. L. Morenos, hier in Deutschland im wesentlichen durch Grete Leutz vertreten, hat inzwischen Neu- und Weiterentwicklungen erfahren. Eine erste Variation des ursprünglichen Settings nahm die Moreno-Schülerin Heike Straub vor: Sie bezieht viel stärker gruppendynamische Vorgehensweisen und Methoden anderer Psychotherapien in das Psychodrama mit ein. Immer wieder sind die Methoden des Psychodramas in psychoanalytischen Therapien zur Anwendung gebracht worden. Adolf Friedemann in der Schweiz und in Frankreich Serge Lebovici, später ab 1950 Didier Anzieu, Basquin, Widlöcher u. a. nutzen das Psychodrama in einem zum Teil noch orthodox-psychoanalytischen Konzept. Erdmann und Henne sehen Gemeinsamkeiten zwischen J. L. Morenos Psychodrama und der analytischen Psychologie nach C. G. Jung, insbesondere im Ziel des therapeutischen Geschehens. Das eigene Wesen soll in seiner Ganzheit entdeckt, eine Begegnung mit dem eigenen Selbst, eine Vergrößerung der individuellen Autono-

mie und der Soziabilität erlangt werden. Soziale Phänomene verbinden Alfred Adler und J. L. Moreno, so daß Adlerianische Therapeuten wie z. B. Ansbacher, Ackermann, Corsini und Dreikurs begannen, psychodramatische Methoden zu praktizieren ohne jedoch auf Morenos theoretische Konzepte zurückzugreifen. Verhaltenstherapeutische Rollenspiele sind schon früh in den 40er Jahren von Zander und Lipitt aus der interventionssoziometrischen Praxis Morenos hergeleitet worden. Rollenspiele werden seitdem immer wieder zum Training erwünschter Verhaltensweisen eingesetzt. Unter dem Einfluß der kognitiven Verhaltenstherapie und des multimodalen Ansatzes von Lazarus gewinnt das Rollenspiel große Bedeutung. *Petzold* hat ab 1969 versucht, daß Psychodrama mit der Verhaltenstherapie zu verbinden. Sein "Behaviordrama" versteht er als Ausdruck der Präzisierung der verhaltenstherapeutischen Elemente im Psychodrama, so wie er auch darum bemüht ist, die psychoanalytischen Elemente des Psychodramas freizuarbeiten. Das Tetradische Psychodrama soll eine Integration der verschiedenen Psychodrama-Richtungen leisten. *Schützenberger* versucht die Theoriebildung Freuds, Morenos und Lewins un-

ter Hinzuziehung humanistisch-psychologischer Ansätze von Rogers zu vereinen. Ihre theoretischen Ausformulierungen bleiben konfus, wobei ihr Bemühen, eine integrative Psychodramatherapie zu schaffen, zu sehen ist. *Petzold* hat dann - wie er sagt - Bausteine für eine integrative Dramatherapie entwickelt, damit das Tetradische Psychodrama begründet, indem er Morenos Psychodrama, das therapeutische Theater von Iljine in Verbindung mit der Gestalt- und Bewegungstherapie vereint. Auf eine Initialphase folgt eine Aktionsphase, der wiederum eine Integrationsphase, die mit einer Phase der Neuorientierung abschließt. Eigentlich hat er nicht mehr geleistet, als dem klassischen Drama der Antike mit den Phasen Protasis, Peripeteia, Lysis die Phase des Eintrainierens neuer Verhaltensweisen, ein Rollentraining hinzuzufügen.

Humanistisches Psychodrama

Das seit 1979 im Psychotherapeutischen Institut Bergerhausen in Duisburg gelehrte Humanistische Psychodrama stellt keine neue Form des Psychodramas dar. Es ist eine Rückbesinnung auf Morenos ursprüngliche Gedanken. Es ist ein Ernstnehmen von dem, was

Moreno gewollt hat, was er oft selbst nicht realisieren konnte, weil ihm seine eigene Größe hinderlich war. Es ist der Beginn einer Systematisierung seiner Ideen, Gedanken und Theorien und die Integration des Psychodramas in die Humanistische 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 verfügbar gemacht. Das Wissen im Sinne eines intuitiven Schauens zum Erfassen der Ganzheit einer Sache, die dialektische Auffassung von Polaritäten, der Verzicht auf absolute Autorität, nehmen entscheidend Einfluß auf das Bild vom Menschen und seinem Leben.

Hier ist jeder Mensch autonom und gleichzeitig sozial eingebunden, er ist für sein Leben verantwortlich.

Das bedeutet für die Therapie im Humanistischen Psychodrama, daß der Einzelne in seinem sozialen Umfeld aufgerufen und fähig ist, zu lernen und sich zu verändern. Es bedeutet auch, daß ihm die Verantwortung vom Therapeuten nicht abgenommen werden

darf, indem dieser ihn von außen "behandelt", sondern er ermutigt werden kann, sich selbst zu erforschen, seine Ziele zu definieren und sie anzugehen. Die Eigenverantwortlichkeit bleibt beim Klienten. Der Therapeut hat die fachliche Kompetenz, den Veränderungsprozeß zu fördern. Da psychodramatisches Arbeiten Ausdrucksarbeit des Einzelnen in und mit Hilfe der Gruppe ist, bekommt - wie die Therapeuten-Klienten-Beziehung - die Gruppe eine große Bedeutung, die als Hilfs-Ich oder Doppel die Ausdrucksarbeit ermöglicht und gestaltet. Jedes Gruppenmitglied ist grundsätzlich zum Doppeln aufgefordert, wobei es selbst entscheidet, ob und wie häufig es sich aktiviert. Unter einem emanzipatorischen Gleichgewicht von Nehmen und Geben, ist dies für jedes Gruppenmitglied ein längerer Prozeß, an dessen Ende durch Zusehen und eigenes Probieren die Erkenntnis wächst, daß das Engagement für andere Unabhängigkeit und Bereicherung bedeutet und daß es befriedigend und wertvoll ist, etwas für sich selbst von anderen anfordern zu können, andere zu verstehen, ihnen nahe und als Person wichtig zu sein und mit ihnen gemeinsam einen Weg zu gehen.

Je mehr ein Gruppenmitglied die

Chance nutzt, im Laufe der Therapie ein "Doppel" zu werden, desto bessere Möglichkeiten eröffnet es sich, angstfreier mit anderen Menschen umzugehen. Es steht ihnen nicht mehr fremd gegenüber, sondern teilt sich anderen mit und findet mit ihnen gemeinsam einen Weg zur Verständigung.

Grundlegende Absicht ist es, innerhalb des Gruppengeschehens die selbständige Entwicklung der Gruppenteilnehmer zu ermöglichen und zu fördern. Alle psychodramatischen Methoden sind dieser Zielsetzung untergeordnet. Sie beziehen sich auf den Gruppenteilnehmer, die Gruppe als Ganzes und zentrieren sich auf den Protagonisten als Repräsentanten der Gruppe. Die Gruppenteilnehmer bestimmen Inhalt und Ausmaß ihrer Aktivitäten, lediglich begrenzt durch die soziale Gruppenrealität.

Vertreter des Humanistischen Psychodramas glauben, daß dem Menschen ein natürliches Bedürfnis innewohnt, zu wachsen und sich selbst zu verwirklichen.

Im therapeutischen Gruppenprozeß kann auf dieses Bedürfnis zurückgegriffen werden. Es er-

möglicht dem Leiter und den Gruppenmitgliedern ein nicht wertendes, gelassenes Vertrauen, daß der therapeutische Prozeß fortschreitet, und daß der Klient, eingebunden in sein soziales Umfeld, aus eigener Kraft zu sich selbst findet. Unter anderem deshalb bestimmt der Protagonist im Psychodramaspiel Ort, Zeit und Handlung, er selbst wählt die Hilfs-Ichs aus, er gibt den Hilfs-Ichs die Rolle vor, so wie er sie erlebt, er bestimmt den Grad der Spontaneität, er gestaltet seine subjektive Welt, er findet darin seine ihm entsprechenden Lösungsmöglichkeiten in Konflikten. Auch im Doppelprozeß ist er gefordert, seine eigene Instanz zu bleiben.

Alles psychische Geschehen ist zielgerichtet und bedeutungsvoll.

Die Suche nach Sinn und Erfüllung, auch über die eigene Existenz hinaus, ist als wesentliche Motivation des Menschen zu berücksichtigen. Im Sinne der Psychodramatherapie kann sie Anstoß sein, die Beziehungen zu Menschen des sozialen Umfeldes zu untersuchen und zu verbessern, weil nur hierdurch die Erfahrung des Einzelnen in der Interaktion und Kommunikation

Chance nutzt, im Laufe der Therapie ein "Doppel" zu werden, desto bessere Möglichkeiten eröffnet es sich, angstfreier mit anderen Menschen umzugehen. Es steht ihnen nicht mehr fremd gegenüber, sondern teilt sich anderen mit und findet mit ihnen gemeinsam einen Weg zur Verständigung.

Grundlegende Absicht ist es, innerhalb des Gruppengeschehens die selbständige Entwicklung der Gruppenteilnehmer zu ermöglichen und zu fördern. Alle psychodramatischen Methoden sind dieser Zielsetzung untergeordnet. Sie beziehen sich auf den Gruppenteilnehmer, die Gruppe als Ganzes und zentrieren sich auf den Protagonisten als Repräsentanten der Gruppe. Die Gruppenteilnehmer bestimmen Inhalt und Ausmaß ihrer Aktivitäten, lediglich begrenzt durch die soziale Gruppenrealität.

Vertreter des Humanistischen Psychodramas glauben, daß dem Menschen ein natürliches Bedürfnis innewohnt, zu wachsen und sich selbst zu verwirklichen.

Im therapeutischen Gruppenprozeß kann auf dieses Bedürfnis zurückgegriffen werden. Es er-

möglicht dem Leiter und den Gruppenmitgliedern ein nicht wertendes, gelassenes Vertrauen, daß der therapeutische Prozeß fortschreitet, und daß der Klient, eingebunden in sein soziales Umfeld, aus eigener Kraft zu sich selbst findet. Unter anderem deshalb bestimmt der Protagonist im Psychodramaspiel Ort, Zeit und Handlung, er selbst wählt die Hilfs-Ichs aus, er gibt den Hilfs-Ichs die Rolle vor, so wie er sie erlebt, er bestimmt den Grad der Spontaneität, er gestaltet seine subjektive Welt, er findet darin seine ihm entsprechenden Lösungsmöglichkeiten in Konflikten. Auch im Doppelprozeß ist er gefordert, seine eigene Instanz zu bleiben.

Alles psychische Geschehen ist zielgerichtet und bedeutungsvoll.

Die Suche nach Sinn und Erfüllung, auch über die eigene Existenz hinaus, ist als wesentliche Motivation des Menschen zu berücksichtigen. Im Sinne der Psychodramatherapie kann sie Anstoß sein, die Beziehungen zu Menschen des sozialen Umfeldes zu untersuchen und zu verbessern, weil nur hierdurch die Erfahrung des Einzelnen in der Interaktion und Kommunikation

mit den Mitmenschen eine Öffnung und Erweiterung erfährt, die sein Lebensbild ergänzen und verändern.

Der Mensch ist nur als ganzheitliches Wesen zu verstehen, als handelndes Subjekt in seinem sozialen Umfeld.

Im Humanistischen Psychodrama werden nicht einzelne Störungen behandelt, der ganze Mensch mit seiner individuellen Lebenssicht steht im Mittelpunkt des Veränderungsprozesses. An ihm orientieren sich der Therapeut mit seinen Methoden und die anderen Gruppenmitglieder in der Mitgestaltung des gruppentherapeutischen Geschehens. Dabei werden humanistische Werte wie Freiheit, Gerechtigkeit und Menschenwürde vom Therapeuten vertreten und fließen in seine Haltung und seine Methoden mit ein. Das Humanistische Psychodrama schätzt die Natur des Menschen grundsätzlich positiv ein. Es strebt immer nach einer verbessernden Umstrukturierung der Umwelt und nach einem besseren Verstehen des Einzelnen.

Literatur

Anzieu, Didier: Analytisches Psychodrama. Bd. 2. Paderborn: Junfermann, 1984

Basquin, M.: Analytisches Psychodrama. Bd. 1. Paderborn: Junfermann, 1981

Leutz, Grete: Das klassische Psychodrama nach J. L. Moreno. Berlin-Heidelberg-New York: Springer-Verlag, 1974

Moreno, J. L.: Gruppenpsychotherapie und Psychodrama. Stuttgart: Thieme Verlag, 1973

Petzold, Hilarion: Das Psychodrama Morenos als Methode Humanistischer Psychologie. in: Voelker, Ulrich (Hg.): Humanistische Psychologie. Weinheim: Beltz, 1980

Widlöcher, Daniel: Das Psychodrama bei Jugendlichen. Olten: Walter-Verlag, 1974