

Das Prinzip des Hier-und-Jetzt im Humanistischen Psychodrama

Anke Meyer

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX
X X X XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX X X X XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
XX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX X X X X X
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX X X

Moreno, der Spontaneität und Kreativität als kosmische Prinzipien beschreibt, entwickelte mit dem Psychodrama ein therapeutisches Konzept, das sich von der klassischen analytischen Therapie u. a. durch eine Hinwendung zum Hier-und-Jetzt eines Menschen und auf den Glauben an seine Fähigkeit zu kreativer Veränderung unterscheidet. Das *Hier-und-Jetzt* stellt neben dem *Vorrang der subjektiven Wahrheit und Wirklichkeit* und der *Dominanz der Spielmitbestimmung durch den Protagonisten* ein therapeutisches Grundprinzip im Psychodrama dar***. Während in der analytischen Therapie ein Ursprungstrauma aufgespürt und durch erneutes Durchleben verarbeitet und bewältigt werden

soll, geht das Psychodrama davon aus, daß es ein Ursprungstrauma als solches nicht gibt, weil das Gedächtnis ständig vom Faktor der Spontaneität kontrolliert wird, Situationen also immer aus der Perspektive der Gegenwärtigkeit heraus und nicht realitätsgerecht erinnert werden.

Moreno bezeichnet Gedächtnis, Intelligenz, Spontaneität und Tele im Zusammenspiel als Grundlagen des menschlichen Verstandes (Geßmann 1994)***. Im Psychodrama geht es daher nicht um realitätsgerechte Aktualisierung einer Störungssituation, sondern um die Art und Weise, in der ein Mensch diese Störungssituation im Hier-und-Jetzt als Ergebnis

eines Ver- und Bearbeitungsprozesses im Rahmen allgemeiner Erfahrungen subjektiv wahrnimmt. Therapeutisches Ziel ist es, Veränderungsmöglichkeiten von Bearbeitungsmustern aufzuspüren und die dafür nötigen Potentiale zu stärken.

Vorläufer für die Therapieform des Psychodramas war das 1921 von Moreno in Wien gegründete Stegreiftheater, in dem zugunsten spontaner Handlung auf geschriebene Stücke verzichtet wurde. Schauspieler improvisierten Szenen. Zuschauer wurden zu Mitspielern. Im daraus hervorgegangenen therapeutischen Theater stellten sich Menschen entsprechend ihrem Vermögen dar, Mitspieler übernahmen die Rollen sogenannter Hilfs-Ichs, die den Spieler einführend unterstützten.

Kernstücke der 1937 von Moreno formulierten klassischen Form des Psychodramas waren die Spontaneität der Gruppe; die Spontaneität des Leiters; daß das Psychodrama ist ungeprobt (weil Voraussetzung ist, daß der Protagonist im Hier-und-Jetzt handelt); und daß die Spontaneität frei sein muß für den Augenblick der Begegnung (vgl. Geßmann 1994).

Wesentlich ist hierbei die Überzeu-

gung, daß sich Störungskomplexe in der Gegenwartigkeit des Ausdrucks eines Protagonisten zeigen und entsprechend auch in der Gegenwart zu behandeln sind. Diese Überzeugung, die dem Prinzip des Hier-und-Jetzt entspricht, hat bei Moreno zu der Entwicklung von drei Formen des Psychodramas geführt:

1. *Interventionspsychodrama*

Es ist vergleichbar mit der Situation eines Arztes, der nach einem ersten Hausbesuch eine Diagnose stellt und mit dem Patienten eine entsprechende Interaktionsform aushandelt.

2. *Gruppenzentriertes Psychodrama*

Im gruppenzentrierten Psychodrama ist die gesamte Gruppe in den Prozeß eingebunden, die Hierarchie ist aufgehoben, d. h. der Therapeut befindet sich mitten in der Gruppe als Erster unter Gleichen.

3. *Leiterzentriertes Psychodrama*

In dieser Form hat die Gruppe einen ihrer Organisation entsprechenden Leiter, der neutral sein muß und für gleiche Chancen aller Gruppenmitglieder sorgen muß.

Wird das Prinzip des Hier-und-Jetzt vernachlässigt (indem z. B. eine Aufzeichnung betrachtet

wird oder der Gruppenleiter bzw. einzelne Gruppenmitglieder, statt spontaner Einfühlung in die gegenwärtige Gruppenbefindlichkeit zu zeigen, mit vorgefertigten Konzepten arbeiten), kommt der Spontaneitätsfluß (Spontaneität - Gegenspontaneität) ins Stocken, ist die Spontaneitätsbalance zwischen den Gruppenmitgliedern gefährdet. Statt des Hier-und-Jetzt, geht es um das Dort-und-Vorher. Es kann zu Perfektionsdruck und/oder zur Wandlung von Mitspielern in Beobachter kommen.

Im Psychodrama wird das Rollenspiel als die Gestaltung einer Hier-und-Jetzt-Situation, die auf Etabliertem gründet und potentiell neues Verhalten möglich macht, aufgefaßt. Bei der Gestaltung von Szenen geht es konkret darum, Betrachtungsweisen oder Verhaltensmuster, die durch bestimmte, sich wiederholende Erfahrungen im Laufe des Lebens so dominant geworden sind, daß sie Variationen nicht mehr zulassen und den Lebensraum entscheidend verengen, verdichtet auszudrücken. Dies kann durch das Reinszenieren von konkreten Situationen, aber auch durch Zukunftsprojektionen, Phantasien oder die Bearbeitung einer aktuellen Beziehung geschehen, weil davon ausgegangen wird, daß sich übermächtige Mu-

ster in jeder Verhaltensvariante zeigen werden. Unterstützt von der Gruppe kann der Protagonist sich dem übermächtigen Muster auf neue Art annähern und so möglicherweise alternative, verdrängte Wahrnehmungsformen wiederfinden und stärken. Durch die Verbindung von bearbeitetem Erlebten und spontaner Gestaltung der gegenwärtigen Situation wird die Chance zum Auffinden und, aufbauend, Weiterentwickeln neuer Verhaltensmuster beim Protagonisten eröffnet. Je stärker allerdings das Etablierte die Rollengestaltung dominiert, desto geringer ist die Chance für eine Veränderung.

Das Prinzip des Hier-und-Jetzt bewertet soziale Beziehungen als elementar für die menschliche Entwicklung und damit auch für die Therapie. Aus dem Zusammenspiel von Beziehungen und Ereignissen definiert sich das Ich. Deshalb ist es für die Therapie notwendig, an aktuellem sozialen Geschehen anzusetzen und darauf aufzubauen.

Befürchtungen, ein Protagonist könne mit seiner Situation für die übrigen Gruppenteilnehmer zu fremd sein und sie umgekehrt für ihn, sind irrelevant, weil das Psychodrama nach der Störungssitua-

tion, wie sie in der aktuellen Gruppensituation vom Protagonisten wahrgenommen und vermittelt und von allen gemeinsam verhandelt wird, fragt. In diesem Sinne sind alle Gruppenteilnehmer Beteiligte und Kompetente. In diesem Zusammenhang hat die Funktion des Doppeln eine besondere Bedeutung, es stellt die Verbindung zwischen Protagonist und Gruppe in der gegenwärtigen Situation dar/her?.*.* Im Gegensatz zum analytischen Psychodrama, in dem das Doppeln wegen Übertragungsgefahr nur eingeschränkt möglich und daher von untergeordneter Wichtigkeit ist, und zum klassischen Psychodrama, in dem der Doppelgänger zu einer Identität mit dem Protagonisten in Zeit und Raum gelangen soll, begleitet es im Humanistischen Psychodrama den Protagonisten als ein Mitglied der Gruppe. Das Doppel wirkt hier am Protagonisten und seiner Eigenheit orientiert, darein sich einfühlend und bereit zu gemeinsamer Gestaltungs- und Ausdrucksarbeit.

Darüber hinaus eröffnet das Doppel durch eine behutsam einfühlende und immer von der Zustimmung des Protagonisten abhängige Deutung oder Differenzierung von Handlungs- oder Betrachtungsmustern des Protagonisten neue Sichtweisen oder zumindest

Distanz zur und damit größere Klarheit über die eigene Position zu bekommen. Dadurch leistet das Doppel einen wesentlichen Beitrag dazu, dem Protagonisten für eine produktive Auseinandersetzung mit seiner Störungssituation ins Hier-und-Jetzt zu holen, d. h. ihn für aktuelle Gegebenheiten und daraus resultierende Lösungsmöglichkeiten zu sensibilisieren.

Ziel ist es, den Protagonisten anzuregen, die Summe seines Lebens aus der Gegenwart, dem Hier-und-Jetzt und nicht länger als Erinnerungsszene aus dem Dort-und-Damals zu ziehen, seine kreativen, spontanen Fähigkeiten zu stärken und ihm so neue Erfahrungen im Umgang mit sich selbst und anderen zu vermitteln.

Literatur

Barz, Ellynor: Selbstbegegnung im Spiel - Einführung in das Psychodrama. Zürich: Kreuz Verlag, 1988, 157 Seiten

stigen Trainings. Stuttgart: Kreuz Verlag, 1993

Buer, Ferdinand (Hg.): Jahrbuch fuer Psychodrama, psychosoziale Praxis & Gesellschaftspolitik 1992. Opladen: Leske + Budrich, 1992, 261 Seiten

Engelke, Ernst (Hg.): Psychodrama in der Praxis. Anwendung in Therapie, Beratung und Sozialarbeit. Muenchen: Pfeiffer, 1981, Seiten 186-201

Geßmann, H.-W.: Bearbeitung einer depressiven Stimmungslage. Protokoll und Kommentar einer Gruppenpsychotherapiesitzung. In: (ders.): Bausteine zur Gruppenpsychotherapie 1. Neckarsulm: Jungjohann, 1984, 101 Seiten

Geßmann, H.-W.: Megalomania normalis oder der Versuch einer Biographie J. L. Morenos. In: (ders.): Bausteine zur Gruppenpsychotherapie 3. Jungjohann, 1990, 181 Seiten

Seifert, Waiblinger: Die wichtigsten Methoden der Psychotherapie, der Selbsterfahrung und des gei-