

# Das Doppeln im Humanistischen Psychodrama<sup>1)</sup>

Janko Stülten

---

Das Doppeln im Humanistischen Psychodrama ist "*als integraler Bestandteil*" anzusehen, welcher sich aus der Gesamtstruktur (der Gruppensituation) herleitet bzw. von dieser festgelegt ist. In zusätzlicher Abhängigkeit von der Persönlichkeit der jeweiligen Gruppenmitgliedern lassen sich in den Doppelprozessen zehn abgrenzbare Doppeltypen feststellen. Diese erzeugen eine je spezifische Wirkung, welche sowohl von ProtagonistIn und Doppel selbst als auch von außen (von der Restgruppe) wahrgenommen wird (/werden konnte).

---

Das Doppeln ist eine zentrale Methode des Psychodrama.<sup>2)</sup>

Wie viele andere Methoden des Humanistischen Psychodrama leitet sich auch das Doppeln zunächst aus dem klassischen

Psychodrama ab. Wie bei vielen anderem ergeben sich im Humanistischen Psychodrama dabei im Vergleich zum klassischen aber ebenso zum behaviouristisch orientierten Psychodrama inhaltliche

---

<sup>1)</sup> Der nachfolgende Text stellt im wesentlichen eine stark verkürzte Überarbeitung der Arbeit von Hans-Werner Geßmann: "Empirische Untersuchung der therapeutischen Wirksamkeit der Doppelmethode im Humanistisches Psychodrama" (1996) dar. Auf diese wird im weiteren Verlauf außer im Zuge von Zitaten nicht mehr im Einzelnen verwiesen werden.

<sup>2)</sup> Bisher gibt es keine "Theorie des Doppeln" im Sinne einer nomologischen Theorie. Meist wurde (insbesondere im klassischen und behaviouristisch orientierten Psychodrama) in wissenschaftlichen Arbeiten über das Doppeln zudem eine dimensionalen Analyse vernachlässigt und die Betrachtung auf Wirkungszusammenhänge und (angestrebte) Zielzustände reduziert, d.h. Definitionen wurden auf diesen Ebenen anhand deskriptiver Kategorien entwickelt, während das Herausarbeiten sozial-gruppenspezifischer Gesetzmäßigkeiten vernachlässigt wurde. Eine solche Einarbeitung findet erst im Humanistischen Psychodrama statt; vgl. Müngersdorff (1987).

und daraus begründet methodische Unterschiede. Diese zeigen sich auch und gerade bezüglich der Ziele bzw. Zielvorstellungen, welche ein Doppel erreichen und bewirken soll.

Eine Beschreibung des Doppelvorganges im klassischen Psychodrama ähnelt der Doppel-Situation im Humanistischen Psychodrama äußerlich zunächst sehr stark.

*“Doppeln heißt, daß ein anderer Mensch, ein sogenanntes Hilfs-Ich als Doppelgänger (...) hinter dem Hauptdarsteller, der im Psychodrama Protagonist genannt wird, dessen Körperhaltung oder Gangart einnimmt, sich in den Protagonisten hineinversetzt und dessen Gefühle ausspricht. Von seinen eigenen Bedürfnissen, Gefühlen und psychologischen Vorstellungen Abstand nehmend, überläßt sich der Doppelgänger (...) seiner Einfühlung in den Protagonisten und dessen Lage. Er sagt, was der Protagonist in der betreffenden Situation nicht auszusprechen wagt, und wird vom Protagoni-*

*sten [... nicht] als Du empfunden (...).” “Jede Bemerkung des Doppelgängers, die der Erlebniswelt des Protagonisten entspricht, und die der Doppelgänger besser auszudrücken vermag als der Protagonist, wird von letzterem als eigene innere Stimme bzw. (...) als Extension seiner selbst erlebt. Unzutreffende Bemerkungen werden als ‘Fremdkörper’ in der eigenen Erlebniswelt empfunden und ‘reflexartig’ durch Verneinen aus ihr eliminiert.”<sup>3</sup>*

Wo im Humanistischen Psychodrama diese Aufgabe von der Gruppe - im Kontakt mit den ProtagonistInnen und demzufolge neben, nicht hinter der Person - wahrzunehmen ist, agiert im klassischen Psychodrama *“im allgemeinen der Psychodramatherapeut oder Ko-Therapeut”<sup>4</sup>* bzw. das *“Doppel hat die Aufgabe, (...) dem Psychodramaleiter zu helfen, den Protagonisten, falls erforderlich, in eine bestimmte Richtung zu leiten, die ihm nützlich erscheint.”<sup>5</sup>*

---

<sup>3</sup> Leutz (1974, S.46). Diese letztgenannte, quasi “automatische” Ablehnung relativiert die Gefahr des bzw. durch “falschen/s Doppeln” (bspw. wegen Projektion und anderer Übertragungsphänomene – vgl. Geßmann (1996, S. 7f)) sehr stark.

<sup>4</sup> Leutz (1974, S.46)

<sup>5</sup> Schützenberger (1979, S.87)

Hier wird der Hauptunterschied deutlich: Im klassischen Psychodrama ist das Doppeln in erster Linie eine funktionale Methode, ein Instrument, um - z.T. in einer sehr stark leitungsorientierten, dirigistischen Art und Weise - etwas Bestimmtes, Angestrebtes (üblicherweise eine "Katharsis" des/der ProtagonistIn) zu erreichen.<sup>6</sup>

Währenddessen ist das humanistische Doppeln von der Gesamtstruktur bestimmt und steht für einen kommunikativen Prozeß der Gruppe mit einem einzelnen aus ihrer Mitte hervorgehobenen Mitglied (ProtagonistIn).

Dabei wird beim humanistischen Doppeln keineswegs wie im klassischen Psychodrama von einer

Einheit ("Unity") bzw. sogar Identität von Doppel(gängern) und ProtagonistIn ausgegangen.<sup>7</sup>

Vielmehr stellt bereits die ProtagonistInnen-Wahl ein (Zwischen-) Ergebnis der dynamischen, kommunikativen Vorgänge innerhalb der Gruppe dar. Die Gruppe ist - ebenso durch das Mitspielen der Hilfs-Ich sowie die an- und abschließende Besprechungsrunde ("Sharing") - in das ProtagonistInnen-Spiel eingebunden.<sup>8</sup>

In der Gruppe geschieht eine ständige Rückkopplung, indem jegliche Handlung und jedes Verhalten - auch im Sinne eines Unterlassens - eines Einzelnen im Kollektiv eine (Nicht-)Reaktion auslöst (Feedback).<sup>9</sup>

---

<sup>6</sup> Im Klassischen Psychodrama sollen LeiterIn und Doppel den/die ProtagonistIn in eine Situation führen, in welcher dieseR eine solche "Katharsis" durchleben kann bzw. wird. Bei Zerka Toeman Moreno wird das direktive Moment noch weiter ausgearbeitet; vgl. Moreno, Z. T. (1946 und 1948).

<sup>7</sup> "Beim Versuch einen anderen zu doppeln, wird das Doppel tatsächlich zu diesem anderen." Yablonski (1978, S. 111); vgl. Moreno, J. L. (1953, S.320) sowie die zugrunde liegenden Konzeptionen des "Tele-Theorem" (Moreno, J. L. - 1934; s. ebenso Moreno, J. L. - 1973, S.29), das "telische Doppeln" (Moreno, J. L. - 1953) bzw. auch "All-Identität" oder "co-unconsciousness" (Moreno, J. L. - 1954, S.198); vgl. auch insgesamt die Arbeit von Petzold (1979, insbesondere S.145, 164f und 156f).

<sup>8</sup> Schon die Wahl des/r ProtagonistIn erfolgt im Bezug auf eigene Erfahrungsanteile bzw. deren Übereinstimmungsgrad mit der Präsentation des/r ProtagonistIn.

<sup>9</sup> vgl. Battegay (1972), div. Kommunikationstheorien z.B. Watzlawick/Beavin/Jackson (1996).

Veränderung findet immer bei Einzelnen statt. Je mehr einzelne Mitglieder sich (einzeln oder zusammen) verändern, um so mehr verändert sich die Gesamtgruppe.

Die Doppel sind emanzipiert-partnerschaftlich, gleichzeitig ist ihre Aufmerksamkeit (in Denken und Fühlen) auf die ProtagonistInnen konzentriert. Dabei ist der Doppelprozeß – auch oder gerade im Sinne der Gesprächspsychotherapie – als ein empathischer Vorgang anzusehen. Bei diesem nähert sich das Doppel auf der Grundlage eigener Vorerfahrungen der Welt der/s ProtagonistIn an. Die Gleichheiten, an welche angeknüpft wird, resultieren bspw. aus der gemeinsamen Kultur, dem Leben in derselben Gesellschaft / unter den gleichen gesellschaftlichen Bedingungen oder Ähnlichkeiten im Lebensweg.<sup>10</sup>

*“Es [das Doppel] verständigt sich mit dem Protagonisten über seine Gefühle, seine Denkweisen und Wertvorstellungen. Dabei geht es darum, Gemeinsamkeiten und Unterschiede in den Vorstellungen von Protagonist und Doppel*

*zu finden. Dieses Sich-Austauschen findet sowohl auf der verbalen, als auch auf der emotionalen Ebene sowie auf der Handlungsebene statt, um dem Protagonisten die Einsichtnahme in die Vorstellungen des Protagonisten zu vermitteln.”<sup>11</sup>*

Dies ist insofern bedeutsam, weil im klassischen Psychodrama bisweilen der Eindruck entsteht, als wenn die Verständigung allein der Manifestation des “kollektiven Unbewußten” oder einer Regression auf eine frühkindliche Ebene (“All-Identität”) entstammt. Dahingegen wird hier offenbar, daß das wechselseitige Verstehen in einem aktiven - bewußt oder unbewußt ablaufendem – Prozeß zwischen (zwei) Personen der Gruppe hergestellt wird.

Damit wird die Bedeutsamkeit der oben genannten – insbesondere übereinstimmenden oder gleichartigen – Erfahrungen anschaulich, aus denen heraus Verständnis erfolgt und nur funktionieren kann.

Die anderen Gruppenmitglieder erfahren diesen Verständigungs-

---

<sup>10</sup> vgl. Gesprächspsychotherapie- bzw. Rogers-Darstellungen in Quitmann, Paulus und Völker.

<sup>11</sup> Geßmann (1996, S.48f)

prozeß, was sie dazu motiviert, den Doppelprozeß von sich aus weiterzuführen, auszubauen bzw. abzuwandeln, je nachdem wie es ebenso für ihre eigene Konzeptionsbildung förderlich ist.<sup>12</sup>

*“Dieses interpersonelle und interaktionelle Geschehen ist eine wesentliche sozial-psychologische Dimension des gruppentherapeutischen Prozesses.”<sup>13</sup>*

Das humanistische Doppeln soll so zu allererst den ProtagonistInnen (nicht der Leitung) behilflich sein. Den ProtagonistInnen soll die Chance gegeben werden, ihre/seine Selbstwahrnehmung (der eigenen Person, spezifischer Situationen, besonderer Lebensumstände) zu vertiefen, in der Folge Verhaltens- und Erlebnisspielräume zu erneuern, neu zu bestimmen sowie zu erweitern. Aus diesem/r (positiv) veränderten Selbstverständnis und –erkenntnis heraus sollen so zufriedenstellende (Selbst-)Konzeptionen (sozial, kulturell, zeitlich) vorstell- und realisierbar bzw.

erlebt werden.

Das Humanistische Doppeln ist somit *“als integraler Bestandteil des Humanistischen Psychodrama”<sup>14</sup>* anzusehen, welcher sich aus der Gesamtstruktur (der Gruppensituation) herleitet bzw. von dieser festgelegt ist. In zusätzlicher Abhängigkeit von den Gruppenmitgliedern (deren Persönlichkeit) lassen sich in den Doppelprozessen zehn abgrenzbare Doppeltypen (s. Kasten) feststellen. Diese erzeugen eine je spezifische Wirkung, welche sowohl von ProtagonistIn und Doppel selbst als auch von außen (von der Restgruppe) wahrgenommen wird (/ werden könnte).

Generell läßt sich dazu sagen, daß auf die jeweiligen ProtagonistInnen bezogene, einfühlsame und erfahrene Typen hilfreich sind.

Wohingegen aus (den Vorstellungen, Werten) der eigenen Person urteilend / Rat-schlagend handelnde, drängende aber ebenso unsi-

---

<sup>12</sup> In diesem Sinne ist ein plastisches Spiel – auch in den Rollen der anderen Hilfs-Iche – nur im Bereich dessen möglich, was ich kenne / nachvollziehen kann. Ansonsten entwickelt sich ein mechanisches Spiel. Unter dieser Voraussetzung würde ein Gruppenmitglied allerdings eben nicht (von sich aus) doppeln.

<sup>13</sup> Geßmann (1996, S.49)

<sup>14</sup> Geßmann (1996, S.49)

chere Doppel als wenig unterstützend bis kontraproduktiv oder negativ empfunden werden.

Betont werden muß dabei nochmals, daß das Doppeln, solange es aus einer humanistischen, emanzipatorisch-partnerschaftlichen (Wert-) Haltung heraus erfolgt, bzw. das im Doppelvorgang Gesagte, zwar möglicherweise von dem/r ProtagonistIn negiert/abgelehnt wird, aber keineswegs schädlich ist!<sup>15</sup>

### Zusammenfassend

Humanistisches Doppeln ist

- Teil der Struktur
- Teil des Gruppen(kommunikations)prozesses
- für das Humanistische Psychodrama essentiell

Humanistisches Doppeln

- dient dem einzelnen Gruppenmitglied (ProtagonistIn) mit Wirkung auf (die Mitglieder) der Gruppe
- erfolgt aus einer humanistischen, emanzipatorisch-partnerschaftlichen Haltung heraus

### Literatur

Battegay, R.: Der Mensch in der Gruppe. Bd. III, Huber, Bern 1972.  
Gessmann, Hans-Werner (Hrsg.): Humanistisches Psychodrama Band 4. PIB (Skriptdruck), Duisburg 1996. (1. Auflage in Vorbereitung, 2002)

Gessmann, Hans-Werner: Empirische Untersuchung der therapeutischen Wirksamkeit der Doppelmethode im Humanistisches Psychodrama. In: ders. (Hrsg.): Humanistisches Psychodrama Band 4. PIB (Skriptdruck), Duisburg 1996. (1. Auflage in Vorbereitung, 2002)

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

Moreno, J. L.: Who shall survive. 1953

Moreno, J. L.: Gruppenpsychotherapie und Psychodrama. 1973

Moreno, Z. T.: Clinical Psychodrama: Auxiliary Ego Double and Mirrir Technique. In: Sociatry, Beacon

---

<sup>15</sup> Geßmann (1996, S.47); vgl. ebd. (S.40ff und 47f).

Im Gegensatz zu konfrontativen und schlimmeren Ansätzen – wie "provokativem" oder "suggestivem Doppeln".

- House Publisher, Vol. IX, No. 2-3, 1946. In deutscher Sprache in: Gessmann, H.-W. (Hrsg.): Humanistisches Psychodrama Band 2. PIB, Duisburg 1994
- Moreno, Z. T.: The double situation in Psychodrama.  
In: Sociatry, Beacon House Publisher, Vol. I, No. 4, 1948.  
In deutscher Sprache in: Gessmann, H.-W. (Hrsg.): Humanistisches Psychodrama Band 2. PIB, Duisburg 1994
- Müngersdorff, Rüdiger: Über die Doppeltechnik im Psychodrama.  
In: Gessmann, H.-W. (Hrsg.): Bausteine der Gruppenpsychotherapie. Band 2, Jungjohann, Neckarsulm 1987
- Paulus, P.: Selbstverwirklichung und psychische Gesundheit. Hogrefe, Göttingen 1994
- Perrott, Louis A.: Doubling from an existential Phenomenological Viewpoint. In: Group Psychotherapy and Psychodrama, Beacon House Inc., Vol. XXVIII, 1975
- Petzold, Hilarion: Psychodrama-Therapie. In: Integrative Therapie, Beiheft 3. Junfermann, Paderborn 1979
- Quitmann, H.: Humanistische Psychologie, Hogrefe, Göttingen 1985
- Schmid, Ancelin: Psychodrama – Ein Abriss. Erläuterungen der Methoden. Hippokrates, Stuttgart 1979
- Schützensberger, Peter F.: Personale Begegnung. Der personenzentrierte Ansatz in Psychotherapie, Beratung, Gruppenarbeit und Seelsorge. 2. Auflage, Echter, Würzburg 1995
- Taylor, Guy S.: The Effect of Nonverbal Doubling on the Emotional Response of the Double.  
in: Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, Vol. 36, No. 2, Heldref Publications, Washington D.C. 1983
- Völker, Ulrich (Hrsg.): Humanistische Psychologie. Ansätze einer lebensnahen Wissenschaft vom Menschen. Beltz, Weinheim / Basel 1980
- Watzlawick, Paul: Anleitung zum Unglücklichsein. 17. Auflage, Piper, München 1998
- Watzlawick, Paul / Beavin, Janet H. / Jackson, Don D.: Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien. 9. Auflage, Huber, Bern 1996
- Yablonski, L.: Psychodrama. Klett-Cotta, Stuttgart 1978