

## Den Fragen eine Bühne geben - Über existenzielle Kommunikation aus Sicht des Psychodramas

*Vortrag anlässlich der GLE-D-Jahrestagung am 19.09.2015 in Hannover mit dem Titel  
"Angefragt - Bedingungen existenzieller Kommunikation"*

Im Vorwort des Programms zu dieser Tagung heißt es unter anderem:

*„Lebendig wird es in unserem Leben immer dann, wenn es um etwas geht, das uns angeht. Dann sind wir herausgefordert, Stellung zu beziehen.“*

Ich habe diese Sätze so verstanden, dass uns dieses Lebendigwerden und Herausgefordertsein sowohl als ratsuchende Menschen mit unseren eigenen Fragen meint, aber auch als Berater, Therapeutinnen und Therapeuten, als Professionelle in unseren beruflichen Rollen, in denen wir unseren Klienten und deren Fragen und Erwartungen begegnen.

Etwas im Leben „geht uns an“, etwas „geht an uns heran“. Als Antwort darauf dann die Herausforderung: Stellung beziehen, eine Position einnehmen. Die Sprache greift hier auf das Beschreiben von Bewegungen zurück: an etwas heran-gehen, Stellung be-ziehen, Positionen ein-nehmen.

Eine psychodramatische Vorgehensweise lädt dazu ein, solche Bewegungen einmal tatsächlich konkret zu tun, auf einer Bühne, einem abgesicherten Raum, in der Als-ob-Realität einer Szene. Also im Tun zeigen, mir selbst und einem anderen, was das aus meiner Sicht eigentlich genau ist, das da an mich heran-geht; oder was ich konkret tue, wenn ich eine Stellung beziehe; oder wie die Bewegungen verlaufen, wenn ich eine neue Position einnehme oder veränderte Relationen in meiner Szene ausprobiere. Die Antwort auf die Fragen im konkreten Bewegen und Handeln zu suchen, sich selbst mit der Frage spielerisch-kreativ auf der Bühne, zu bewegen, sich selbst dort als Fragender zu erleben und das Erlebte in erweiterten, veränderten oder auch neuen Szenen zum Ausdruck zu bringen – das ist psychodramatisch.

Eine zentrale Frage dieser Tagung für uns als Professionelle lautet (noch einmal aus dem Tagungsprogramm zitiert) *„Wie kann offen und personal angefragt werden? Und wie kann dabei Wesentliches in der dialogischen Begegnung in den Fokus treten?“*

Mit dem Titel dieses Vortrags habe ich versucht, meine Haltung als Psychodramatiker dazu zu umreißen: nämlich den Fragen der Klienten eine Bühne geben. Im Psychodrama fragen wir also unsere Klienten an, indem wir sie einladen, einen momentan bedeutsamen Teil Ihres Erlebens szenisch nach außen zu tragen, das gegenwärtige innere Bild zu ihrem Erleben uns und auch sich selbst auf eine Weise zu zeigen, indem sie es in eine sichtbare Form bringen, es gestalten und in eine Szene kleiden.

Wie das gemeint ist und worum es dabei genauer geht, das möchte ich Ihnen im Folgenden etwas näher bringen.

Was meint „Psychodrama“? Unter Psychodrama ist, wie Sie wissen, im Wesentlichen ein professionelles Verfahren der Beziehungsarbeit zu verstehen. Ursprünglich handelte es sich um ein Gruppenverfahren, aber auch in der Einzelarbeit oder in Großgruppen wird dieses

Verfahren genutzt. Das Psychodrama kommt inzwischen in verschiedensten Feldern und Formaten zur Anwendung: in der Psychotherapie, in Beratung, Organisationsentwicklung und Supervision, aber auch in pädagogischen und didaktischen Bereichen.

Jacob Levy MORENO, der Begründer des Psychodramas, konstruierte diesen Begriff, um darin sein zentrales therapeutisches Anliegen zu fassen – das ist: einen Weg zu beschreiben, um der Seele, dem Lebendigen im Menschen (altgriechisch: Psyche) durch Handlung (altgriechisch: Drama) Ausdruck zu verleihen.

*„Das Psychodrama ist diejenige Methode, welche die Wahrheit der Seele durch Handeln ergründet“.<sup>1</sup>*

Es geht also um handelndes Erleben der eigenen subjektiven Wirklichkeit.

### **Biographische Anmerkungen**

Ein paar Sätze an dieser Stelle zur Person MORENOS. Jacob Levy MORENO wurde 1889 in Bukarest geboren, er starb 1974 in Beacon, New York. Seine berufliche Laufbahn begann er als Arzt in Wien. Dorthin zog die Familie, als Moreno fünf Jahre alt war; als seine Eltern nach Berlin umzogen, blieb der Fünfzehnjährige und arbeitet als Hauslehrer. Später als Medizinstudent begegnete er auch Sigmund FREUD und der Psychoanalyse, der er sich allerdings nicht anschließen wollte.

Die Erfahrungen der Wiener Zeit waren prägend für seine weitere Arbeit und für seine therapeutische Philosophie. In Wien begeisterte ihn als Jugendlicher das Stegreiftheater – es soll dort zeitweilig bis zu hundert Stegreifbühnen gegeben haben. Die Kinder, denen er als Hauslehrer und Student in den Wiener Parkanlagen beim Spielen zusah, bewunderte er für ihre Spontaneität und Kreativität, mit der sie im Märchenspiel ihre Rollen ausfüllten. Während seines Studiums wirkte er am Aufbau einer Selbsthilfegruppe für Prostituierte mit, was ihn dazu brachte, sich näher mit der Dynamik gesellschaftlicher Randgruppen zu befassen. So auch nach seiner Promotion 1917, als er dann als Arzt im Flüchtlingslager Mitterndorf in Niederösterreich tätig war.

1925 emigrierte Moreno in die Vereinigten Staaten. War er in Wien zunächst auch als expressionistischer Schriftsteller und experimenteller Gesellschaftsreformer aufgetreten, arbeitete er nach der Übersiedlung in die USA zunehmend als sozialpsychologischer Forscher und eben auch als Pionier der sogenannten Gruppenpsychotherapie – in den frühen 1940er Jahren verwendete er als erster diesen Begriff.

Moreno entwickelte neben dem Psychodrama die Soziometrie zur Diagnose von Beziehungen in Gruppen, und er erweiterte die soziologische Rollentheorie für den Bereich der Psychotherapie in der Gruppe.

Weil Moreno seinen Ansatz, den wir hier auf den Begriff Psychodrama gleichsam zusammenbündeln, mit Absicht quer zu den jeweils vorherrschenden Verfahren, Wissenschaften und Philosophien entwickelt hat, fällt es heute oftmals schwer, das Psychodrama einzuordnen. Man kann es, wie Ferdinand BUER meint, *„nur als ein originäres Geflecht tolerieren, akzeptieren, würdigen, bewundern, je nach dem“<sup>2</sup>*. Und weiter: *„Dieses Geflecht besteht aus*

---

<sup>1</sup> Moreno 1959, S. 77

<sup>2</sup> Buer 2010, S. 13

*so vielen Wurzeln, Stämmen, Ästen, Zweigen, Blüten und Früchten, dass ein Einzelner diese Fülle kaum jemals vollständig erkennen und darstellen kann“<sup>3</sup>.*

Ich möchte Ihnen nun einige Konturen und Denkfiguren des Psychodramas skizzieren, als Grundlage für unseren gemeinsamen Dialog. Dabei orientiere ich mich an folgenden zwei Fragen:

- (1) Worauf gründet sich das Psychodrama?
- (2) Welches sind die „Instrumente“ des Psychodramas?

Für einen Dialog braucht es Sprache. Deshalb möchte ich Ihnen meine Skizze anhand einiger zentraler psychodramatischer Begriffe entwickeln.

## **Worauf gründet sich das Psychodrama?**

Einige wesentliche Konzepte:

- Handlung
- Szene und Katharsis
- Begegnung und Tele
- Spontaneität und Kreativität

### **Handlung**

Moreno hat immer wieder die Bedeutung und den Vorrang der Handlung betont – in Abgrenzung zur damals vorherrschenden Methode der Deutung von Sprache.

*„Selbst wenn eine Deutung gegeben wird, ist die Aktion das Primäre. Es kann keine Deutung ohne eine vorausgehende Aktion geben. Eine Deutung kann in Frage gestellt oder zurückgewiesen werden oder vollständig ineffektiv sein. Die Handlung spricht für sich selbst.“<sup>4</sup> Und an anderer Stelle: „Existenz und Begegnung müssen vom Protagonisten realisiert werden und in ihrer Gesamtheit gelebt und erlebt werden, um auch einen theoretischen Sinn zu bekommen. Es ist wesentlich für alle existenziellen Konzepte, dass sie zum „Leben“ kommen müssen, dass das Wort in „Da-Sein“ und „Da-Tat“ verwandelt wird.“<sup>5</sup>*

Folgerichtig wurde die szenische Aktion das wichtigste methodische Prinzip des Psychodramas. Beginnend mit Moreno, aber auch nach ihm hat das Psychodrama eine komplexe Handlungstheorie entwickelt, die wesentliche Prozesse, Arrangements, Werkzeuge und Techniken beschreibt und einordnet.

Dabei bedeutet „Psychodrama“ nicht unbedingt nur biographische Selbsterfahrung und intensives emotionales Erleben. In den Formaten Supervision und Organisationsentwicklung z.B. liefert das Verfahren in erster Linie auch Methodik für szenisch-kreatives Arbeiten. – Ob also emotional und affektgeladen oder eher durchdacht, ob spontan oder durchchoreografiert – das Tun und die Aktion können im Psychodrama auf unterschiedliche Weise den Menschen und unserem Arbeitsauftrag dienen.

---

<sup>3</sup> Ebd.

<sup>4</sup> J. L. Moreno & Z. Moreno 1969, S. 237

<sup>5</sup> Moreno 1959, S. 103

## Szene

Ein Ausgangspunkt von Morenos Denken und Handeln ist das Wahrnehmen von Szenen. Nach Christoph HUTTER, der Morenos Schriften gründlich durchforscht hat<sup>6</sup>, ist die Szene „die Bezugsgröße, in der alle relevanten Stränge [in Morenos Werk] zusammenlaufen.“ Mit „Szene“ meinte Moreno die konkrete lebensweltliche Situation, in der der Mensch sich befindet und mit der er sich immer wieder aufs Neue auseinanderzusetzen hat. Diesen situativen Zusammenhängen galt sein Interesse.

Und auch das Thema dieser Tagung ist für mich so zu verstehen: „Angefragt sein und Antwort geben“ – auch das geschieht – natürlich – in konkreten situativen Zusammenhängen – das heißt: in Szenen.

Die inhaltlichen Dimensionen der Szene:

Wie können wir die Szenen verstehen? Wie können wir darin etwas als bedeutsam, als wesentlich erkennen? Wie lässt sich ein angemessener Fokus finden, so dass wir mit den Szenen arbeiten können? Dazu ist es hilfreich, die Inhalte von Szenen in eine allgemeine Struktur zu bringen. Eine solche Strukturtheorie der Szene im Psychodrama beschreibt fünf inhaltliche Dimensionen.<sup>7</sup> Ich stelle sie Ihnen zunächst kurz vor und bringe anschließend drei kurze Beispiele aus der Praxis.

\* **Körper** - die **somatische** Dimension

> somatische + psychosomatische Rollen

\* **Persönlichkeit** - die **psychodramatische** Dimension

> psychodramatische Rollen

\* **Soziometrie** – die **Beziehungs**-Dimension

> die soziale Realität: Wie stehen die Beteiligten zueinander?“

\* **Gesellschaft** – die **soziodramatische** Dimension: Wie prägt die Gesellschaft die Szene, z.B. durch welche gesellschaftlichen Ereignisse oder gesellschaftlichen Vorstellungen? Wie nehmen wir die Beteiligten einer Szene wahr, wenn wie sie als Vertreter einer gesellschaftlichen Gruppe, eines Kollektivs, identifizieren? Z.B. als „Deutsche/Nicht-Deutsche“, als „Alte/Junge“, als „Frau/Mann“ etc.

> soziodramatische Rollen

\* **Axiologie** – **axiologische** Dimension: Welche Werte, Normen, Traditionen, welche religiösen und philosophischen Inhalte tauchen in der Szene auf? In diese Dimension gehören – offensichtlich – auch die Fragen nach Sinn und existenzieller Bedeutung von Erfahrungen.

> axiodramatische Rollen

Zur Veranschaulichung der fünf Inhalts-Dimensionen möchte ich Ihnen drei kurze Beispiele aus der Praxis vorstellen. Dazu gehören insbesondere auch die Fragen, die die Betroffenen so oder ähnlich in die jeweilige Arbeitssituation eingebracht haben.

1. BEISPIEL (aus einer Supervisionsgruppe mit Führungskräften):

Die Geschäftsführerin einer psychosozialen Einrichtung berichtet, dass sie und ihre Mitarbeiter\*innen für die Erstunterbringung von Flüchtlingen kurzfristig die Koordination und Betreuung eines Standorts übernehmen sollen. In der Gruppensupervision schildert sie die

<sup>6</sup> Vgl. Hutter 2000; Hutter & Schwehm 2009

<sup>7</sup> Vgl. Hutter & Schwehm 2009, S. 27ff

Herausforderung, die das nun für alle im Haus bedeutet; sie selbst ist aber auch noch stark irritiert davon, dass einige ihrer Mitarbeiter/innen sich in der ersten Reaktion sehr kühl und abweisend über „die Flüchtlinge“ und deren Situation geäußert hätten.

> Werte-Differenzen – Einfluss der gesellschaftlichen Entwicklung bzgl. vieler Flüchtender, die zu uns kommen – Regulation von Beziehungen zu Mitarbeiter\*innen, die sich „spontan“ von einer unerwarteten Seite gezeigt haben – innere Konflikte: Einhalten der Vorgesetzten-Rolle, innerlich Enttäuschung, ...

*Frage: „Wie kann ich mit bestimmten Mitarbeiter/innen in der nächsten Zeit professionell zusammenarbeiten, nachdem sie sich gesellschaftspolitisch so anders positioniert haben?“*

## 2. BEISPIEL (aus einer Teamsupervision):

Das Team einer psychosozialen Beratungseinrichtung möchte den Termin diesmal nicht zur Fall-Supervision nutzen, sondern um sich als Team zu reflektieren. Der Weggang eines Kollegen beschäftigt alle noch; einige aus dem Team hatten ein schwieriges Verhältnis zu ihm, und die Übergabe von Fällen hat zum Teil nicht gut funktioniert, weil der Kollege z.B. mit manchen Fall-Dokumentationen nicht so sorgfältig wie erwartet umgegangen war. Bald soll eine neue Kollegin anfangen, aber das Team ist noch mit der eigenen Irritation beschäftigt, mit Verunsicherung, Ärger, Enttäuschung und noch nicht offen für jemand Neues.

> psychodramatische Dimension: Individuelle Reaktionen und Gefühle bzgl. der Erfahrung mit dem Kollegen – soziometrisch: die gewesenen Beziehungen zum ehem. Kollegen und untereinander: wie stehen wir nun eigentlich zu einander? – Axiologisch: Wie sind unsere Selbstverständnisse und Haltungen zu unseren Regeln und Normen in der Arbeit?

*Frage: „Was können wir eigentlich voneinander erwarten und was nicht? Was sind wir eigentlich für ein Team?“*

## 3. BEISPIEL (aus einer Einzelsupervision):

Herr L., Anfang 40, arbeitet neu auf einer Stelle als Berater in einer psychosozialen Einrichtung. Im Verlauf der Einzelsupervision erzählt er nach einigen Terminen von einem starken inneren Konflikt: Er selbst war als Kind missbraucht worden war; das hat er in mehreren Phasen inzwischen psychotherapeutisch aufgearbeitet. In der neuen Tätigkeit als Familien- und Paarberater kommen ihm nun vermehrt starke Zweifel, ob er mit seiner eigenen Lebensgeschichte diese Arbeit tatsächlich ausüben kann. Er zweifelt trotz entsprechender Zusatz-Ausbildung an seiner Grundkompetenz als Berater.

> Axiologie > Gesellschaft/Öffentlichkeit > Soziometrie (zu Klienten) > Biografie > Körper

*Frage: „Kann ich so – mit diesen biographischen Kränkungen – ein guter Berater sein?!“*

Wie sich zeigt, sind Szenen hoch komplex. Im Psychodrama kommt es darauf an, diese Komplexität nicht so zu reduzieren, dass der Mensch in seiner Vielschichtigkeit nicht mehr vorkommen kann. Der Mensch ist eben nicht zu reduzieren etwa auf seine somatischen Symptome, oder auf seine familiären oder gesellschaftlichen Erfahrungen und die Rollen, die er momentan ausfüllt, oder auf seine sexuelle oder ethnische Identität usw.

Szenen im psychodramatischen Sinn sind also Aktions- und Interaktionszusammenhänge im Hier und Jetzt, zu denen unterschiedliche Realitätsniveaus gehören können. Auch Gefühle und Träume, Wünsche und Ideale des Menschen, seine Bedürfnisse und Werte sind selbstverständlich Teil der menschlichen Realität und können in den Szenen vorkommen.

## Katharsis

Ein grundlegendes Anliegen der therapeutischen Philosophie des Psychodramas besteht darin, Szenen in einem kathartischen Prozess subjektiv heiler zu machen. Es geht darum, die Realität der Betroffenen, wie sie sich szenisch zeigt, zu verbessern. Orientierungsgröße für die Verbesserung ist der Mensch selbst, kein normatives oder abstraktes Ziel.

Sowohl „Szene“ als auch „Katharsis“ sind im Psychodrama sehr umfassende Begriffe, die dazu dienen sollen, der Realität möglichst unverkürzt Raum zu bieten. Die innere Logik psychodramatischer Arbeit besteht darin, die angebotenen Szenen mit Hilfe der Betroffenen und der Gruppe besser zu verstehen und dadurch Spielräume zu ihrer Veränderung zu eröffnen.

Es kann sich dabei um einen Lernprozess ebenso handeln wie um einen somatischen oder psychischen Heilungsprozess, um Wachstum und Integration ebenso wie um Innovation oder Klärung. Insofern können wir auch in nicht-therapeutischen Arbeitsfeldern von kathartischen Prozessen reden. Für alle Verbesserungsprozesse gilt der Begriff Katharsis bzw. „melioristische Katharsis“.

## Begegnung

Es war ein zentrales Anliegen Morenos, den Raum zwischen Menschen als Ort wesentlicher Prozesse zu identifizieren und als das Ziel psychosozialer Interventionen. Das Stichwort der „Begegnung“ ist seit seinen frühen Schriften der Dreh- und Angelpunkt dieses Denkens. (Da war Moreno auch Kind seiner Zeit, vgl. Martin BUBER, Viktor FRANKL, Fritz PERLS). So kommt das Theorem der Begegnung in Morenos Denken in verschiedenen Zusammenhängen vor:

(1) Auch bei Moreno bedeutet „Begegnung“ nicht nur bloße Interaktion oder kommunikative Verständigung. Es geht vielmehr um ein existenzielles Sich-in-Beziehung setzen, um einen „intuitiven Rollentausch“: Wer bist du, wer bin ich in dem Moment, in dem wir uns begegnen? – Was erkenne ich von mir in dir wieder? Was in dir ist mir fremd? Was erkenne in mir als fremd, indem ich das Fremde in dir auf mich wirken lasse?

(2) Begegnung kann auch nicht losgelöst sein von den Rollen, in denen wir miteinander zu tun haben: Mit welchen Teilen unserer Personen, in welchen Rollen können wir uns annähern, aufeinander beziehen – mit welchen Rollen kommen wir nicht zueinander?

(3) Überhaupt: Wie stehen wir zueinander im Moment einer möglichen oder tatsächlichen Begegnung? Was macht es mit unserer Begegnung, wenn die anderen in unsere Szene hinzukommen? - Hier kommen die soziometrischen Grundfragen ins Spiel, und die systemische Seite des Psychodramas klingt an!

(4) Begegnung ist das Leitkonzept für alle, die an einer Szene beteiligt sind. Damit gilt es gewissermaßen als ethisches Postulat: Begegnungen soll potenziell in allen Beziehungen, die zu einer Szene gehören, ermöglicht werden, damit die Szene „heilen“ kann. Hier scheint die Gesellschaftsutopie Morenos durch.

(5) Blicken wir noch einmal auf die Dimensionen einer Szene (s.o.), dann lässt sich auch mit dieser Struktur das psychodramatische Begegnungskonzept weiter differenzieren: Es ist, wie Hutter formuliert, *„eine Begegnung von Körpern, ein Aufeinandertreffen von Biographien,*

eine soziometrische Konfiguration sowie eine Begegnung gesellschaftlicher und axiologischer Welten“.<sup>8</sup>

(6) Wie sich gleich noch etwas genauer zeigen lässt, findet sich das Begegnungstheorem auch im praktischen Teil der therapeutischen Philosophie des Psychodramas wieder: Es gibt konkrete Räume der Begegnung (Gruppe und Bühne), und das Zusammenspiel der Akteure auf der Bühne und in der Gruppe ist ausdrücklich zu verstehen als ein Begegnungsgeschehen.

(7) Nicht zuletzt ist die Therapeutische Philosophie der Begegnung getragen von Morenos Überzeugung und seinem Selbstverständnis als Arzt: „Je näher eine Psychotherapie der Atmosphäre der lebendigen Begegnung kommt, umso größer wird der therapeutische Erfolg sein“.<sup>9</sup>

### **Tele**

Moreno hat angenommen, dass zwischen den Menschen elementare Kräfte der Anziehung und Abstoßung wirken, die z.B. für die Qualität von Beziehungen und die Entstehung von Gruppenkohäsion verantwortlich sind. Diese Kräfte nannte er Tele. Die Begegnung ist das Phänomen, Tele ist die Kraft, die dem Phänomen zugrunde liegt. Positives Tele ist demnach mit einem tiefen, weitreichenden Gewahrwerden des Denkens und Fühlens der anderen Person verbunden. Moreno spricht hier von „Zwei-Fühlung“ im Gegensatz zur einseitigen Einfühlung.

### **Spontaneität und Kreativität**

Der Ausgangspunkt für das Verständnis des psychodramatischen Menschenbildes ist Morenos holistisches Weltverständnis. Der Mensch sei immer in seiner Verbundenheit mit dem Kosmos zu sehen, dessen wichtigster Bestandteil für Moreno die Kreativität ist: „Wenn es eine allerhöchste kreative, nukleare Struktur des Universums gibt, gleich ob wir sie ‚x‘, ‚Gott‘ oder bei irgendeinem anderen Nehmen nennen, so vermuten wir, dass diese nichts ist als reine Kreativität“<sup>10</sup>. Kreativität ist für ihn die „Ursubstanz“, die allen schöpferischen Prozessen im Universum zugrunde liegt.

Um dieses kreative Potenzial des Kosmos nutzbar zu machen, braucht es im Individuum Spontaneität. Spontaneität wirkt als Katalysator, der die Kreativität des Universums ins Fließen bringt. Für Moreno ist der Mensch ein mikrokosmisches Abbild des Universums, und so sind auch ihm Spontaneität und Kreativität angelegt.

Modell des spontanen und kreativen Menschen waren für Moreno schon seit seiner Jugendzeit in Wien die spielenden Kinder, später auch der Protagonist auf der Stegreifbühne. Verliert der Mensch den Kontakt mit diesen Kräften, indem er sich von sich selbst und dem Kosmos, der Natur, seiner lebendigen Mitwelt entfremdet, kann das zu psychischen und sozialen Fehlentwicklungen führen. Der Zugang des Menschen zu Spontaneität und Kreativität kann blockiert sein, wenn der Mensch in eingefahrenen Mustern verharrt. Insofern will das Psychodrama unter anderem auch der Förderung von Spontaneität dienen.

---

<sup>8</sup> Hutter & Schwehm 2009, S. 35

<sup>9</sup> Moreno 1959, S. 112

<sup>10</sup> Moreno 1991, S. 20

## Mit welchen „Instrumenten“ arbeitet das Psychodrama?

Ich möchte Ihnen nun noch einen knappen Überblick geben über die Instrumente, mit denen das Psychodrama arbeitet. Der psychodramatische Handlungsraum wird durch folgende fünf Grundelemente konstituiert:

- \* die Bühne
- \* der Protagonist
- \* das Hilfs-Ich
- \* die Gruppe
- \* die Leitung

### Die Bühne

Die Bühne ist der Raum, in dem sich die psychodramatische Arbeit abspielt. Die Aufnahmen dieser historischen Psychodrama-Bühne lassen erkennen, dass Moreno viel Wert auf das Instrument Bühne und auf die Dimension Raum gelegt hat. Andere, etwas weniger anspruchsvolle Bühnen-Settings können so aussehen:

Für jedes dieser Settings gilt:

Die Bühne ist 1. ein realer Raum. – Dieser umgrenzt 2. den imaginären Raum, in dem die fragliche Szene stattfindet. – Außerdem ist die Bühne ein Bestandteil des Gruppengeschehens, insofern ist die Bühne 3. auch ein sozialer Raum.

Besonders im Einzelsetting wird noch eine weitere Bedeutung der Bühne deutlich: Sie kann den dyadischen Beziehungsraum erweitern, der im Gespräch zwischen Berater\*in und Klient\*in entsteht. Wie ist das zu verstehen? Wenn eine Szene gestaltet und exploriert wurde und wir uns dann gemeinsam auf diese Szene beziehen, die der Klient zuvor kreierte hat, entsteht eine neue kommunikative Struktur: Die dyadische Konstellation des Gesprächs zu zweit erweitert sich symbolisch zu einer Triade. So hilft der Ort einer Bühne insbesondere in der Einzelarbeit, einen triangulären Raum zu etablieren. Dieser konkrete Ort im Raum kann betreten und verlassen werden, die Szene dort kann aus einer neuen Perspektive betrachtet und sogar ganz umkreist werden. Solche Bewegungsmöglichkeiten fördern Perspektivwechsel und ermöglichen dem Klienten eine Halbdistanz zu sich selbst. So kann eine triangulierende Beziehung des Klienten zu seiner eigenen Szene, d.h. zum eigenen Erleben entstehen. Diese Halbdistanz zur eigenen Szene in einem triangulären Arrangement schafft neue Möglichkeiten der Wahrnehmungen und Bewertung. Das ist häufig sehr hilfreich.

### Der Protagonist/ die Protagonistin

Im klassischen Psychodrama steht der Protagonist im Zentrum der psychodramatischen Darstellung. Er bestimmt die inhaltliche Zielsetzung der gemeinsamen Arbeit. Um seine Fragestellungen und seine Situation kreist das szenische Geschehen. – Im griechischen Drama stand der Protagonist zwar im Mittelpunkt der Handlung, handelte aber auch stellvertretend für die Gruppe, für das Publikum, das sich mit ihm identifizierte. Die gleiche Funktion hat der Protagonist im Psychodrama: Wir gehen davon aus, dass jedes Gruppenmitglied in einem Aspekt des Protagonisten-Spiels etwas aus seinem eigenen Leben wiedererkennen kann; in der Praxis bestätigt sich das auch meistens. Die Bewegung eines Gruppenmitglieds aus dem Kreis in die exponierte Position als Protagonist und – nach Beendigung des Spiels – wieder zurück in den Kreis spiegelt außerdem eine existenzielle Bewegung wieder. Auch aus diesem



Grund wird der Gruppenprozess im Psychodrama behutsam gestaltet und kann eine eigene, bedeutsame Lernerfahrung mit sich bringen.

### **Das Hilfs-Ich**

Die Mitspieler in einer Psychodrama-Gruppe werden als Hilfs-Iche bezeichnet. Sie stehen für die Verkörperung bedeutsamer Elemente der Realität des Protagonisten zu Verfügung. Oft sind das andere bedeutsame Personen; es können aber auch innere Anteile, wie Gefühle oder Rollen des Protagonisten, von einem Hilfs-Ich verkörpert werden, oder ebenso abstrakte Einheiten, Gedanken, Werte, oder Dinge aus der Welt des Protagonisten. – Beispiel: die Stehlampe in der Ecke des Wohnzimmers, die schon viel gesehen und gehört hat von dem, was die Protagonistin und ihre Familie zuhause erlebt haben – sie kann aus neutraler Position heraus berichten.

### **Die Gruppe**

Die Gruppe ist der soziale Rahmen, in dem sich alle weiteren Interaktionen des Psychodramas abspielen. Sie dient als Resonanzboden des Protagonisten, als Quelle für Inspiration und Ideen, als korrektive Instanz und Feedbackgeber.

Rund um den Begriff „Gruppe“ in Morenos Schriften tritt sein zutiefst systemisches Verständnis menschlicher Phänomene besonders deutlich hervor. Das liest sich bei ihm beispielsweise so:

*„Der Mensch lebt nicht allein und wird nicht alleine krank. Seine Probleme entwickeln sich in Gruppen, in Formationen einer eigenen Art (...); in der modernen Gesellschaft sind [Gruppen] fließend und beweglich, schwer aufzuspüren und festzumachen.“*(1950)<sup>11</sup> Oder an anderer Stelle: *„Wir leben von Geburt an in Gruppen. Störungen, die in großem Maße durch die uns umgebende Welt bedingt sind, können nicht beseitigt werden, wenn nicht das Milieu zu einem Teil der therapeutischen Situation gemacht wird.“* (1959)<sup>12</sup> Und schließlich: *„Die Pathologie des Menschen [kommt daher, dass er] in seinem spontanen und kreativen Handeln immer unzureichender wurde. Ziel der Gruppenpsychotherapie wurde deshalb, die menschliche Spontaneität und Kreativität in dem Setting anzuregen und zu trainieren, in dem sie natürlicherweise existieren, d.h. in der Gruppe.“*(1963)<sup>13</sup>

### **Die Leiterin / der Leiter**

Die Leitung ist verantwortlich für Gruppenprozess bzw. für den Ablauf. Dazu gehört die Aufgabe, zu aktivieren und für die Arbeit an einem gemeinsamen Anliegen zu erwärmen und – gerade auch im Einzelsetting – die Fokussierung eines Themas zu ermöglichen. Er begleitet durch die Aktionsphase, in die auch das szenische Darstellen fällt. Er sorgt dafür, dass die Arbeit auf der Bühne gut abgeschlossen wird, und er begleitet moderierend durch die abschließende Integrationsphase. Die Leitung versteht sich als Prozesshelfer und methodischer Experte. Wichtige Aufgabe ist die Sicherheit des Protagonisten und der Gruppe.

---

<sup>11</sup> Moreno 1950, S. 173

<sup>12</sup> Moreno 1959, S. 55

<sup>13</sup> Moreno 1963, S. 119

## Schluss

In einem Brief an einen jungen Dichterkollegen hat Rainer Maria RILKE einmal ermutigen wollen, tiefe Geduld mit sich und seinen quälenden Fragen ans Leben zu haben (Sie kennen diese Zeilen möglicherweise):

„Ich möchte Sie, so gut ich es kann, bitten, lieber Herr, Geduld zu haben gegen alles Ungelöste in Ihrem Herzen und zu versuchen, die Fragen selbst liebzuhaben wie verschlossene Stuben und wie Bücher, die in einer sehr fremden Sprache geschrieben sind. Forschen Sie jetzt nicht nach den Antworten, die Ihnen nicht gegeben werden können, weil Sie sie nicht leben könnten. Und es handelt sich darum, alles zu leben. Leben Sie jetzt die Fragen. Vielleicht leben Sie dann allmählich, ohne es zu merken, eines fernen Tages in die Antwort hinein.“<sup>14</sup>

Auch das Psychodrama will – wie ich hoffentlich ein wenig vermitteln konnte – dazu ermutigen und einladen, den Fragen zu begegnen, indem wir sie im Hier und Jetzt – in einer Szene auf der Bühne – lebendig sein lassen.

## Quellen und verwendete Literatur

- Ameln, Falko v. & Kramer, Josef (2014): *Psychodrama: Grundlagen*. Berlin: Springer.
- Buer, Ferdinand (1999): *Morenos therapeutische Philosophie*. Zu den Grundideen von Psychodrama und Soziometrie. Opladen: Leske + Budrich.
- Buer, Ferdinand (2010): *Psychodrama und Gesellschaft*. Wege zur sozialen Erneuerung von unten ; Reflexionen - Dialoge - Konzepte. Wiesbaden: Springer.
- Hutter, Christoph (2000): *Psychodrama als experimentelle Theologie*. Rekonstruktion der therapeutischen Philosophie Morenos aus praktisch-theologischer Perspektive. Münster: Lit.
- Hutter, Christoph & Schwelm, Helmut (Hrsg.) (2009): *J. L. Morenos Werk in Schlüsselbegriffen*. Wiesbaden: Springer VS.
- \* Moreno, Jacob L. (1950), *The Sociometric Approach to Social Case Work*, Sociometry XIII 2/1950
- Moreno, Jacob L. (1959): *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama*. Einleitung in die Theorie und Praxis (6., unveränd. Aufl. 2008). Stuttgart: Thieme.
- \* Moreno, Jacob L. (1963). *The actual trends in group psychotherapy*. Group Psychotherapy, 16.
- \* Moreno, Jacob L. (1991): *Globale Psychotherapie und Aussichten einer therapeutischen Weltordnung*. (Global psychotherapy and prospects of a therapeutic world order). In F. Buer (Hrsg.), Jahrbuch für Psychodrama, psychosoziale Praxis & Gesellschaftspolitik. Opladen: Leske & Budrich.
- \* Moreno, Jacob L. & Moreno, Zerka T. (1969). *Psychodrama, Vol. 3: Psychodrama Action Therapy and Principles of Practice*. Beacon, NY: Beacon House.
- Rilke, Rainer Maria (1903), *An Franz Xaver Kappus. Brief vom 16.07.1903*. <http://www.rilke.de/briefe/160703.htm> [15.09.2015].

Die mit \* versehenen Originaltexte Morenos sind zitiert nach:

Hutter, Christoph & Schwelm, Helmut (Hrsg.) (2009): *J. L. Morenos Werk in Schlüsselbegriffen*. Wiesbaden: Springer VS.

---

Kontakt: [post@wachsen-in-einklang.de](mailto:post@wachsen-in-einklang.de)

---

<sup>14</sup> [www.rilke.de/briefe/160703.htm](http://www.rilke.de/briefe/160703.htm)