

Die theoretischen Grundlagen des Psychodramas sind außerhalb der Psychodrama-Community kaum bekannt. Dies liegt sicherlich daran, dass Jacob Levy Moreno wenig zur systematischen Fundierung seiner Konzepte getan hat, die oft in verschiedenen widersprüchlichen Fassungen formuliert, bisweilen nicht stringent ausgearbeitet und im heute vielfach befremdlich erscheinenden expressionistischen Stil seiner Zeit geschrieben wurden. Nichtsdestoweniger war Moreno ein ausgesprochen kreativer und innovativer Denker, der viele bedeutende Konzepte (mit) begründet hat (etwa die Rollentheorie, die Soziometrie, die Aktionsforschung oder das Begegnungskonzept). Der Einfluss Morenos auf die geistesgeschichtliche Entwicklung des 20. Jahrhunderts und das Potential seines Denkens für Theorie und Praxis werden erst in jüngerer Zeit wieder gewürdigt (Ameln und Wieser 2014). Buer (1991, S. 268) sieht das Psychodrama sogar „als Prototyp einer ‚postmodernen‘ Wissenschaft“ mit ethischem Fundament.

Die konzeptuellen Grundlagen des Psychodramas können hier nur angerissen werden. Es liegen aber eine Reihe von Arbeiten zur Systematisierung und weiteren theoretischen Fundierung von Morenos Werk vor (z. B. Ameln und Kramer 2014a; Buer 1999a; Hutter 2000; Hutter und Schwehm 2012; Leutz 1974; Zeintlinger 1996), die sich für das vertiefende Studium eignen.

## 2.1 Der Mensch als Rollenwesen: Morenos Rollentheorie

Moreno ist einer der Begründer und Vordenker der soziologischen und sozialpsychologischen Rollentheorie (Novy 2014). Seine Arbeiten wurden zeitgleich mit und in Abgrenzung von der Rollentheorie von G. H. Mead entwickelt, die seine Pionierleistung heute in der öffentlichen Wahrnehmung bei weitem überschattet. Nach seiner Auffassung agiert der Mensch von Geburt an in Rollen, wobei psychosomatische Rollen (z. B. der an der Brust saugende Säugling) im Laufe der Entwicklung von psychodramatischen Rollen (z. B. der Liebende) und soziodramatischen Rollen (z. B. die Polizistin) nicht ersetzt, sondern nur überlagert werden. Diese Summe dieser Rollen machen die Identität des Menschen aus: „Die greifbaren Kristallisierungspunkte dessen, was wir das Ich nennen, sind die Rollen, in welchen es sich manifestiert“ (Moreno 1959, S. 33).

Rollen haben einerseits einen kollektiven, sozial normierten Anteil, der andererseits aber stets individuell ausgestaltet werden kann und muss: Jede Rolle ist somit „eine Fusion privater und kollektiver Elemente“ (Moreno 1982, S. 298). Die Herausforderung an das Individuum besteht darin, zu einer Rollengestaltung zu finden, die den Erwartungen der Umwelt, den Anforderungen der Situation und der eigenen Person gerecht wird. Das Ziel des Psychodramas kann in diesem Zusammenhang darin bestehen,

- das *Rollenrepertoire zu erweitern*, indem auf der Psychodrama-Bühne neue Rollen entwickelt (Rollenkreation), erprobt und schließlich im Rollentraining (siehe Abschn. 4.2) eingeübt werden,
- *Fixierungen auf dysfunktionale Rollen* (z. B. die des hilflosen Kindes oder der strafenden Mutter) aufzulösen,
- zurzeit *unzugängliche Rollen* im Rollenrepertoire der Klient/innen zu reaktivieren,
- Möglichkeiten für eine *flexiblere Ausgestaltung* vorhandener, aber in Rollenkonserven (siehe Abschn. 2.3) erstarrten Rollen zu entwickeln (Rollenelastizität) oder
- Lösungen für *Rollenkonflikte* zu finden.

Eine ausführliche Analyse und Weiterführung von Morenos Rollentheorie findet sich in Petzold und Mathias (1982).

## 2.2 Der Mensch als soziales Wesen: Tele, Soziometrie, soziales Atom, Begegnung

Moreno betrachtet den Menschen als konstitutiv soziales Wesen – Psychotherapie und Beratung müssen daher immer auch die soziale Einbettung der Klient/innen mitberücksichtigen. Ein wesentliches Problem sieht Moreno darin, dass die formalen Beziehungen in einem sozialen System oft nicht mit den Tiefendynamiken harmonisieren, die er als *Tele* bezeichnet. Diese Tele-Prozesse beruhen auf elementaren Kräften emotionaler Anziehung und Abstoßung, die sich über Präferenzurteile („Wahlen“) messen und in Form von Soziogrammen grafisch darstellen lassen. Im Rahmen seiner recht bekannt gewordenen *Soziometrie* hat Moreno eine Reihe von Techniken zur Erfassung und Darstellung sozialer Beziehungen entwickelt, die er u. a. nutzte, um Schulen und Flüchtlingslager nach soziometrischen Kriterien umzugestalten (gute Übersichten über theoretische Annahmen und praktische Anwendungsmöglichkeiten der Soziometrie finden sich in Ameln und Kramer 2014a, S. 187 ff.; Moreno 1996; Stadler 2013).

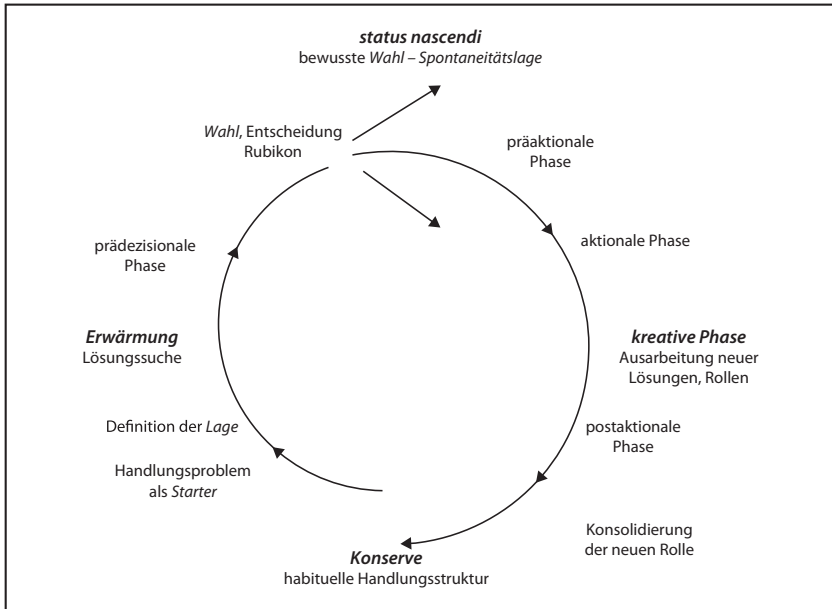
Angesichts dieses konstitutiv sozialen Charakters des Menschen greift eine allein auf die Person und ihre Psyche begrenzte Betrachtung in Beratung und Therapie zu kurz – für Moreno (1981, S. 93) „ist nicht das Individuum, sondern das soziale Atom die kleinste Einheit“ der Betrachtung. Das *soziale Atom* umfasst die für eine Person relevanten Bezugspersonen, also in der Regel enge Familienangehörige, Freund/innen, ggf. Kolleg/innen und Nachbarn, Gruppen (z. B. der Fußballverein), aber auch verstorbene und weit entfernte Menschen, die für die Person eine subjektive Bedeutung haben. Mit der gleichnamigen Technik (Psychodrama 1991) lässt sich das soziale Atom in Form eines Soziogramms visualisieren und reflektieren.

Für Moreno zeichnet sich eine ideale Beziehung durch gegenseitiges Tele (s. o.) aus. Damit meint Moreno eine Verbundenheit durch gegenseitige Einfühlung (er spricht von „Zweifühlung“ im Unterschied zu einer einseitigen Einfühlung), Verständnis und vollständige Annahme des Anderen in einer als existenziell erlebten *Begegnung* (die durchaus auch Konflikte beinhalten kann). Das lange Zeit eher esoterisch anmutende Tele-Konzept wird heute immer mehr durch die neurowissenschaftliche Forschung (z. B. zu Spiegelneuronen) abgesichert (Yaniv 2014). Tele und Begegnung stellen im Psychodrama wichtige Leitbilder für die Beziehung nicht nur zwischen den Klient/innen und ihren Bezugspersonen, sondern auch zwischen Psychodrama-Leiter/in und Klient/in dar. Aus dieser Leitvorstellung begründet sich auch eine psychodramatische Ethik (Hutter 2014), die auf authentische Begegnung und Verantwortung setzt.

### 2.3 Der Mensch als kosmisches Wesen: Spontaneität und Kreativität

Moreno war ein Mensch mit starken religiösen und spirituellen Grundüberzeugungen, der sich einerseits mit einem Schöpfergott verbunden fühlte, andererseits aber die moderne Abkehr von der Religion als Verlust empfand (eine ausführliche Analyse von Morenos religiöser Bilderwelt nimmt Hutter 2014 vor). Er sieht „eine größere Welt hinter der Psycho- und Soziodynamik der menschlichen Gesellschaft, nämlich die ‚Kosmodynamik‘. Der Mensch ist ein kosmischer Mensch, nicht nur ein sozialer oder individueller Mensch“ (Moreno 1977, S. 108). Als wichtigste kosmische Triebkraft betrachtet Moreno die Kreativität, sie ist für ihn die „Ursubstanz“, die allen schöpferischen Prozessen im Universum zugrunde liegt. Um dieses kreative Potenzial des Kosmos nutzbar zu machen, ist Spontaneität als Katalysator erforderlich.

Da Moreno den Menschen als kosmisches Wesen versteht, wirken auch in ihm die kosmischen Kräfte der Spontaneität und Kreativität. Entfremdung vom Universum und von sich selbst kann aber dazu führen, dass der Zugang des Menschen zu diesen Kräften blockiert sein wird. Dann kann es sein, dass die im Rollenrepertoire verfügbaren Rollen einer Person für die Gestaltung einer Situation, die neue Rollenanforderungen stellt (z. B. für das Eingehen einer Partnerschaft) nicht ausreichen. In diesen Situationen kann das psychodramatische Spiel dazu beitragen, solche Kreativitätsblockaden zu lösen. Es folgt dabei einem Prozess, den Moreno – auch außerhalb der Psychodrama-Bühne – als grundlegend für jedes kreative und spontane Handeln betrachtet. Ausgehend von einer Situation, in die immer bereits kulturelle Vorprägungen eingehen, ist ein Erwärmungsprozess erforderlich, der den Handelnden im Idealfall in eine sogenannte Stegreiflage bringt. In dieser Stegreiflage wird Kreativität aktiviert, die eine neuartige und situationsadäquate Gestaltung ermöglicht (erst wenn diese beiden Kriterien erfüllt sind, so Moreno, kann man von einer konstruktiven kreativen Gestaltung sprechen, im Unterschied zu einer ungerichteten, nicht auf die Lebenspraxis bezogenen Spontaneität). Schließlich werden die neu entwickelten Verhaltensweisen routinisiert und in Form sogenannter Rollenkonserven in das habituelle Repertoire der Person übernommen – der Kreislauf ist geschlossen (vgl. Abb. 2.1).



**Abb. 2.1** Modell der Spontaneität – Kreativität als kreative Problemlösung. (Aus: Schacht 2009, S. 70)

## 2.4 Psychodrama als Co-Konstruktion von Wirklichkeit: surplus reality

Das bereits in Abschn. 1.1 eingeführte Konzept der surplus reality wird in der Psychodrama-Literatur meist nur am Rande erwähnt (eine Ausnahme bildet das gleichnamige Themenheft der Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie 2013b), obwohl es das zentrale methodische Prinzip des Psychodramas beschreibt.

Die in der Praxis immer wieder berichtete hohe Erlebnisdichte und Wirklichkeitsnähe des Psychodramas lässt sich wohl auch darauf zurückführen, dass unser Erleben zu einem großen Teil in Form von erinnerten Szenen (vgl. die Forschung zum autobiografischen bzw. episodischen Gedächtnis) organisiert ist:

Jede Szene [...], die ich wahrnehmend und handelnd gestalte, wird in mir eingegraben. [...] So schreite ich von Szene zu Szene, die sich mir lebhaft einprägen, in meinem Gedächtnis verankert werden. Das Gedächtnis wird so ein unendliches

Reservoir von Szenen: szenisches Gedächtnis. Es *archiviert* meine Geschichte als Geschichte von räumlichen, zeitlichen und sozialen Konfigurationen, deren Kondensat als ‚Struktur‘ bezeichnet werden kann. Ich internalisiere die Szene als *Struktur*, wobei Struktur verstanden wird als das ‚an unterschiedlichen Orten des Zeitkontinuums als *homolog* erkennbare Kondensat von Konfigurationen‘. (Petzold 1981, S. 48; Hervorhebungen im Original)

Schon Argelander (1970) und Lorenzer (1973) haben darauf hingewiesen, dass unsere Erfahrung nicht in Form von abstrakten Wissensbeständen organisiert ist, sondern als holistische, an der konkreten Sinneserfahrung orientierte, vorsprachlich organisierte und stets auf das Selbst bezogene „Engramme“ der betreffenden Situation.

Das Prinzip des Psychodramas besteht also darin, das Geschehen auf der „inneren Bühne“ in ein materielles Bühnenarrangement umzusetzen, das in seiner szenischen Form der szenischen Organisation der Wirklichkeit des Protagonisten entspricht. Eine genauere Analyse des Konzepts der surplus reality findet sich in Ameln (2013). Manche Psychodramatiker/innen sprechen nur im Zusammenhang mit der Inszenierung von Träumen, mit Märchenspielen etc. von surplus reality. Die Ausführungen Morenos zu diesem Konzept belegen jedoch, dass er surplus reality in einem sehr viel weitreichenderen Sinne als „Modus der Erfahrung, der über die Realität hinausreicht und der dem Einzelnen eine neue und erweiterte Erfahrung der Realität ermöglicht“ (Moreno 1965, S. 212) konzipiert hat.

Moreno bezeichnete das Psychodrama in einem viel zitierten Ausspruch als „Methode [...], die die Wahrheit der Seele durch Handeln ergründet“ (Moreno 1959, S. 77). Dies darf nicht zu dem Missverständnis führen, dass das Psychodrama einen beobachtungsunabhängigen „inneren Kern“ der Persönlichkeit enthüllen würde. Vielmehr ist psychodramatische Arbeit im konstruktivistischen Sinne eine Beobachtung 2. Ordnung, deren Ergebnis keineswegs unabhängig ist von den (impliziten oder expliziten, auf wissenschaftlichen oder subjektiven Theorien fußenden) diagnostischen Hypothesen des Leiters, seiner das Spielgeschehen lenkenden Interventionen und der Fragen, die er an die Protagonistin richtet. Die Erkenntnis, die der Protagonist im Psychodrama gewinnt, ist also objektiver Niederschlag der „Wahrheit seiner Seele“, sondern

ein Stück gemeinsamer Dichtung [...]. Es wird *nicht* bislang verborgene Realität nach dem Muster einer dedektivisch aufzufindenden Faktenwahrheit abgebildet (ein Irrtum, dem auch führende Psychodrama-Theoretiker aufsitzen), sondern es wird noch *während* der gemeinsamen Regie und dem Spielen des Stückes, in dem der Klient Hauptdarsteller ist, sowie in der Nachbearbeitung *ein vielschichtiges Stück gedichtet*, eine bildhaft-symbolische Repräsentanz gefunden, die seine Interaktions- und seine Konflikterfahrung, seine Sehnsüchte und Ängste vollständiger und unter Umstän-

den ermutigender abbildet als die zuvor bestimmenden Bilder und Symbole. Dieses erarbeitete symbolische Gefüge ist keineswegs endgültig; es wird im therapeutischen oder Selbsterfahrungsprozeß noch immer wieder ergänzt, korrigiert, umgedichtet. (Ottomeyer 1987, S. 88, Hervorhebungen im Original)

Psychodrama ist also eine Co-Konstruktion von Wirklichkeit in der surplus reality. Der Ort für eine Reflexion dieser Co-Konstruktion vor dem Hintergrund alternativer Spielverläufe und daraus resultierender Erkenntnisse ist die Prozessanalyse, die ein fester Bestandteil des psychodramatischen Prozesses ist (siehe Abschn. 3.4).

Einführung in das Psychodrama

Für Psychotherapeuten, Berater, Pädagogen, soziale  
Berufe

von Ameln, F.; Kramer, J.

2015, X, 43 S. 2 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-662-45625-5