

## APS 9.Internationaler Kongress für Psychotherapie und Seelsorge, 31. Mai bis 3. Juni in Würzburg

**Seminarblock D am 2. Juni, D20 Bibliodrama** – Handout zum besseren theoretischen Verständnis

### **Einführung Psychodrama:**

Der Gründer der in Österreich anerkannten Psychotherapiemethode Psychodrama, Dr. Jakob Moreno Levi, wurde am 18. Mai 1889 geboren, er starb am 14. Mai 1974. Er gründete das **Psychodrama**, die **Soziometrie** und ist Mitbegründer der **Gruppenpsychotherapie**. Er wurde als ältestes Kind des jüdischen Vaters Moreno Levi und dessen Ehefrau Paulina in Bukarest geboren. Morenos Kindheit stand neben dem christlichen Einfluss seiner jungen Mutter auch im Einfluss der sephardischen Bibelschule. Mit etwa zehn Jahren übersiedelt er nach Wien, studiert Medizin, belegt psychiatrische Vorlesungen beim Privatdozenten O. Pötzl, der zum Stab des Klinikchefs Univ. Prof. Wagner von Jauregg gehört. Noch als Hauslehrer und Student macht Moreno seine „ersten praktischen Anfänge“, wie er selbst es nennt, er spielt in Wiener Gärten, besonders im Augarten (also in der Natur), mit Kindern **Stegreifspiele und Märchen**. Er ermutigt sie nicht nur, neue Rollen auszuprobieren, sondern alle Dinge ihrer Umgebung im Spiel zu erfahren. Das wird auch in seiner Tätigkeit als **Lagerarzt** im Flüchtlingslager Mitterndorf bei Wien während der Kriegsjahre 1916 – 1918 seine bevorzugte psychosoziale Intervention. Nach dem Krieg arbeitet Moreno als Gemeinde- und Betriebsarzt in Bad Vöslau, wird Herausgeber der spät-expressionistischen Zeitschrift „Daimon“. Sein therapeutisches Instrument, das **Psychodrama** – statt nur zu erzählen „in Szene setzen“, ist Ausdruck seiner Lebensüberzeugung. In der „Rede über den Augenblick“ (1922) drückt er deutlich aus, was später in Therapieschulen als „Hier“ und „Jetzt“ bezeichnet wird (Philosophy of the „Here and Now“, Moreno). In Wiener Kaffeehäusern lädt er ein, Berichte aus Zeitungen zu spielen. Die Anfänge des **Psychodramas** – „Heilen durch Spielen“ – sind in diesem **therapeutischen Stegreiftheater** unschwer erkennbar. Zitate von Moreno: ‚einmal Gott sein (spielen)‘, in den Schuhen des Vaters (Gott) durch die Welt gehen‘, liefern erste Hinweise auf spirituelles Psychodrama z.B. Bibliodrama. Moreno spricht auch von spirituellen Rollen. 1925 wandert Moreno in die Vereinigten Staaten von Amerika aus. 1934 wird sein grundlegendes Werk „Who shall survive“ veröffentlicht. 1936 eröffnet er ein Sanatorium in Beacon bei New York, es wurde mit dem Psychodrama Institute und dem Sociometrie Institute (1942) ein Zentrum, von dem seine Ideen in die ganze Welt gehen. Moreno wird ein Mitbegründer der Gruppentherapie in Amerika. Der Psychodrama-Therapeut

organisiert im Gruppensetting heilsame Begegnungsmöglichkeiten zwischen den Gruppenmitgliedern. Der prozessorientierte Einsatz psychodramatischer Techniken dient der Förderung von Spontaneität und Kreativität. Zentral sind dabei Szenenaufbau, Doppeln, Rollenwechsel und Rollentausch, sowie die klar strukturierenden Techniken der Nachbesprechung, welche die Reflexion des Prozesses und Integration des neuen Erlebens ermöglichen. Morenos Ideen verändern die Techniken der Psychotherapie und setzen sich weltweit durch. Ausgehend vom Prinzip der Begegnung wird der Mensch im Psychodrama als „role-giver“ und „role-receiver“ in seinen zwischenmenschlichen Beziehungen gesehen. Ziel psychodramatherapeutischer Arbeit ist die Entfaltung und Erhaltung der Spontaneität als Voraussetzung für Kreativität in der Gestaltung der Lebensrollen und der Szenen des Lebens. Das Psychodrama ist auf Grund seiner Settingsvariablen und seiner differenzierten szenischen Darstellungsmöglichkeiten äußerst vielfältig einsetzbar und wird in den unterschiedlichsten Zielgruppen sowohl im ambulanten als auch im klinischen Bereich mit Erfolg angewendet (Kinder, Jugendliche, Erwachsene, alte Menschen). Die Psychodrama – Gruppe beginnt mit einer Anwärmungs- und Themenfindungs-Runde. Im **Bibliodrama** wird das gefundene Thema in den Geschichten der Bibel gesucht. Der Teilnehmer der die Gruppenthematik am deutlichsten mit seinem Eröffnungsstatement repräsentiert hat, wird vom Therapeuten eingeladen, mit ihm aufzustehen und für seine wichtigsten Inhalte seiner Realgeschichte (beim Bibliodrama aus der biblischen Geschichte) Mitglieder aus der Gruppe auszuwählen, die die jeweiligen Rollen übernehmen und spielen. Nach der Rollenwahl erfolgt die „Einkleidung“ der Mitspieler in ihre jeweilige Rolle durch den Protagonisten. Damit Mitspieler und Leiter, wie auch die übrigen zuhörend miterlebenden Gruppenmitglieder in die Vorstellungswelt des Protagonisten mit einsteigen können. Die Bühne wird ebenso ‚eingrichtet‘ (in Bibliodrama die Bühne der Bibelgeschichte und die reale Auslösungssituation nebeneinander). Die Lösung, die in der Bibelszene für das Thema gefunden wird, wird auf der ‚Realbühne‘ auf Umsetzbarkeit oder Impuls zur Lösung der Real/Ausgangssituation überprüft, ggf. adaptiert und durch Probehandeln überprüft. Sinngemäß kann so die Erfahrung des Psychodramas im spirituellen Rollenspiel eine besondere Qualität durch den transzendenten Raum, der geöffnet wird, erlebbar machen. Nach der Bearbeitung (psychodramatisches Spiel) müssen die Mitspieler ebenso aus den Rollen herausgenommen werden, wie sie vor dem psychodramatischen Spiel in ihre jeweiligen Rollen eingeführt wurden. Das klassische Psychodrama hat drei Phasen – die Erwärmungsphase, die eine Atmosphäre des Vertrauens und der Themenfindung schaffen soll - der psychodramatischen Spielphase – hier wird Reden in Handeln umgesetzt. Die

Abschlussphase ist der Hauptteil mit seiner aufarbeitenden Nachbesprechung. Im Sharing berichten alle Teilnehmer über ihre eigenen Erfahrungen, an die sie der szenische Bericht des Protagonisten erinnert. Zur diagnostischen Funktion gehört z.B. das Erkennen von Rollendefiziten, zur sozialen Funktion die Aneignung bisher fremder Rollenanteile, zur kreativen Funktion das Ausprobieren neuer Rollen. Die therapeutische Funktion ist z.B. die Möglichkeit der Begegnung, sowohl im sozialen Sinn wie auch der Begegnung mit sich selbst, wenn der Protagonist sich selbst im Rollentausch gegenübersteht. Sowohl der Rollenwechsel wie der Rollentausch können den Protagonisten wirksam entlasten. Noch deutlicher wird die Begegnung mit den eigenen Rollenanteilen in der Technik des Spiegeln oder der Skulptur. Eine weitere charakteristische Psychodrama-Technik ist der Innere Monolog oder das Selbstgespräch. Der Klient spricht seitwärts gewendet seine Gedanken und Gefühle aus, die er laut noch nicht auszusprechen wagt. Das Spiel bietet das Material für die wichtige Nachbesprechungsphase mit dem Rollen-Feedback aus Rollenwechsel, Rollentausch und Doppeln sowie dem Identifikationsfeedback und der Rollenwahlbegründung. Besprochen werden fehlende Rollen oder zwar gewählte, aber im Spiel vermiedene Rollen. Im Sharing teilt jeder Anwesende mit, woran ihn das Spiel aus seinen eigenen Lebensgeschichten erinnert hat. Beim Psychodrama handelt es sich um eine strukturierte Form spielerischer Improvisation, mit der persönliche Erlebnisse, Vorstellungen, Probehandlungen, Gefühle, abstrakte Inhalte und Lerninhalte szenisch dargestellt werden. Diese Methode ist sowohl in der Gruppe wie auch im Einzelverfahren, Monodrama genannt, möglich.

Sehr ähnlich und auf den basalen Techniken des Psychodramas aufbauend, wurde das populäre Familienaufstellen und in der Folge die Systemaufstellung entwickelt. Elemente des Psychodramas wurden in andere Therapieschulen übernommen (Familientherapie, Gestalttherapie). In entsprechender Modifikation sind psychodramatische Techniken im Einzelsetting erfolgreich anwendbar und wurden auch von J. L. Moreno in der Psychotherapie für Patienten angewendet. Die Theorie hinsichtlich szenischem Verstehen, Rollentheorie und therapeutischer Wirksamkeit der vielfältigen Psychodrama-Techniken gelten unter spezieller Berücksichtigung auch im Einzelsetting (Erlacher-Farkas/Jorda, 1996). Teile der Biographie Morenos wurden aus einem nicht mehr online verfügbaren Beitrag der Homepage der Fachsektion Psychodrama des ÖAGG, der anerkannten Psychodramaausbildungseinrichtung in Österreich, zitiert.

### **Eine Psychodrama-Jahresgruppe Beispiel:**

Vorgeschichte – Setting und Organisation: Der Bericht ist aus einer Psychodrama - Patientengruppe in der speziellen Form Bibliodrama, die 10 Jahre durchgehend, von mir geleitet wurde. Der Ein- und Ausstieg in/aus der Gruppe war jeweils zum Halbjahr möglich. Es waren in diesen 10 Jahren ca. 100 Patienten jeweils zwischen einem und vier Jahren in der Gruppe. Frauen ca. 60% und Männer ca. 40%, im Alter zwischen 25 und 65 Jahren, bei den Hauptdiagnosen nach ICD 10 F3X Affektive Störungen und F4X Neurotische, Belastungs- und somatoforme Störungen sowie fallweise Patienten aus der Gruppe F5X Verhaltensauffälligkeiten mit körperlichen Störungen und Faktoren. Es wurden bevorzugt (aber nicht ausschließlich) Bibelstellen die den jeweiligen in der Gruppe gefundenen aktuellen Themen entsprachen, gespielt (siehe dazu auch Einführung Psychodrama). Ein bestimmtes religiöses Bekenntnis war zur Gruppenteilnahme nicht erforderlich, nur der Respekt vor der Bibel als Weisheitsbuch der Menschheit. Für religiöse Teilnehmer hatte die Bibel als ihr heiliges Buch besondere Bedeutung. Die Forderung nach abstinenter Haltung des Leiters (siehe dazu auch die ‚Richtlinie für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten zur Frage der Abgrenzung der Psychotherapie von esoterischen, spirituellen und religiösen Methoden‘ des Österr. Gesundheitsministeriums: [http://www.wpv.at/files/attachments/beilage\\_richtlinie.pdf](http://www.wpv.at/files/attachments/beilage_richtlinie.pdf)) ist für mich handlungsleitender Grundsatz und in der psychodramatischen Vorgangsweise problemlos realisierbar, da die Themen, biblische- oder Realszenen und Rolleninhalte von den Gruppenteilnehmern/ Patienten eingebracht werden.

### **Psychodrama Literatur Beispiele:**

Psychodrama: Theorie und Praxis, Grete A. Leutz 1974

Monodrama, Heilende Begegnung Vom Psychodrama zur Einzeltherapie, Herausgeber: Erlacher-Farkas, Barbara, Jorda, Christian 1996

Psychodrama-Therapie: ein Handbuch, von Jutta Fürst (Herausgeber), Klaus Ottomeyer (Herausgeber), Hildegard Pruckner (Herausgeber), 2004

Psychodrama-Psychotherapie bei Persönlichkeitsstörungen, Sonja Hintermeier, 2006