



Den Fragen eine Bühne geben

Über existenzielle Kommunikation aus
Sicht des Psychodramas



Dr. Andreas Krebs

GLE-D Herbsttagung 2015 | www.gle-d.de

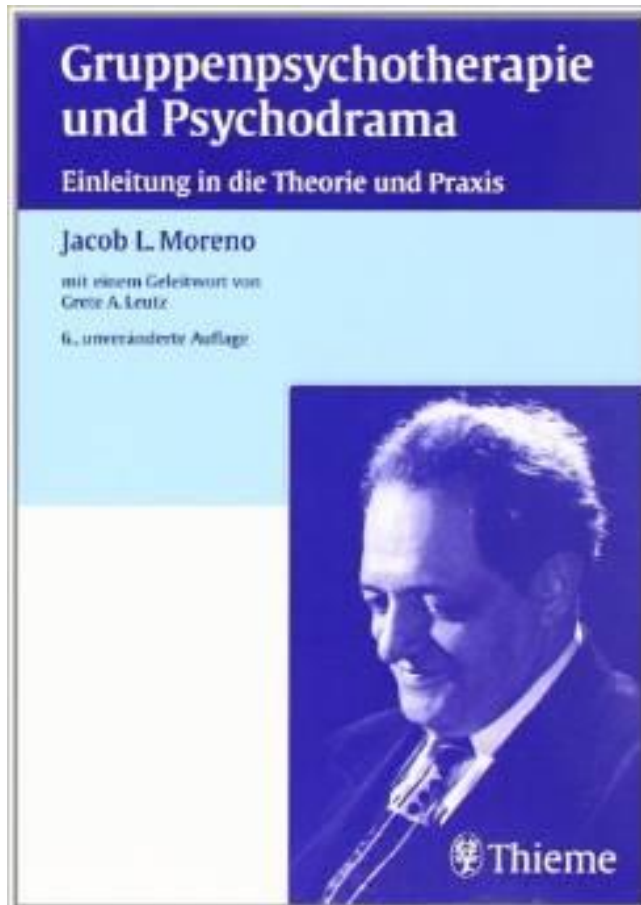
„Lebendig wird es in unserem Leben immer dann, wenn es um etwas geht, das uns angeht. Dann sind wir herausgefordert, Stellung zu beziehen.“

(aus dem Vorwort des Tagungsprogramms)

„Das Psychodrama ist diejenige Methode, welche die Wahrheit der Seele durch Handeln ergründet“.

(J. L. Moreno)





(1959)



(2009)

Jacob Levy Moreno (1889-1974)

- (1) Worauf gründet sich das Psychodrama?
- (2) Mit welchen Instrumenten arbeitet das Psychodrama?

Worauf gründet sich das Psychodrama?

Einige wesentliche Konzepte:

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

Worauf gründet sich das Psychodrama?

Handlung

„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.“

(J. L. Moreno, 1959)

5 Dimensionen einer Szene (nach Ch. Hutter)



Worauf gründet sich das Psychodrama?

Szene



**melioristische
Katharsis**

- ✓ Heilen
- ✓ Integrieren
- ✓ Lernen
- ✓ Optimieren
- ✓ Wachsen
- ✓ Lösen
- ✓ ...

Worauf gründet sich das Psychodrama?



Begegnung

und

Tele

Worauf gründet sich das Psychodrama?



Begegnung als „Teilen des Lebens“ bedeutet...

„... dass zwei oder mehrere Menschen sich treffen, um sich gegenseitig zu erleben und zu erfassen – als Akteure, jeder mit dem gleichen Recht.“

(J. L. Moreno 1956)

Worauf gründet sich das Psychodrama?



Begegnung als therapeutischer Faktor

„Je näher eine Psychotherapie der
Atmosphäre der lebendigen
Begegnung kommt, um so größer
wird der therapeutische Erfolg sein.“

(J. L. Moreno 1959)

Worauf gründet sich das Psychodrama?

→ **Tele:**



„Zwei-Fühlung“

Worauf gründet sich das Psychodrama?

➔ Spontaneität und Kreativität

„Intuitiv versucht jeder Mensch seine geistige Balance aufrecht zu erhalten, indem er die spontanen Ressourcen in sich selbst nutzt.“

(J. L. Moreno, 1956)

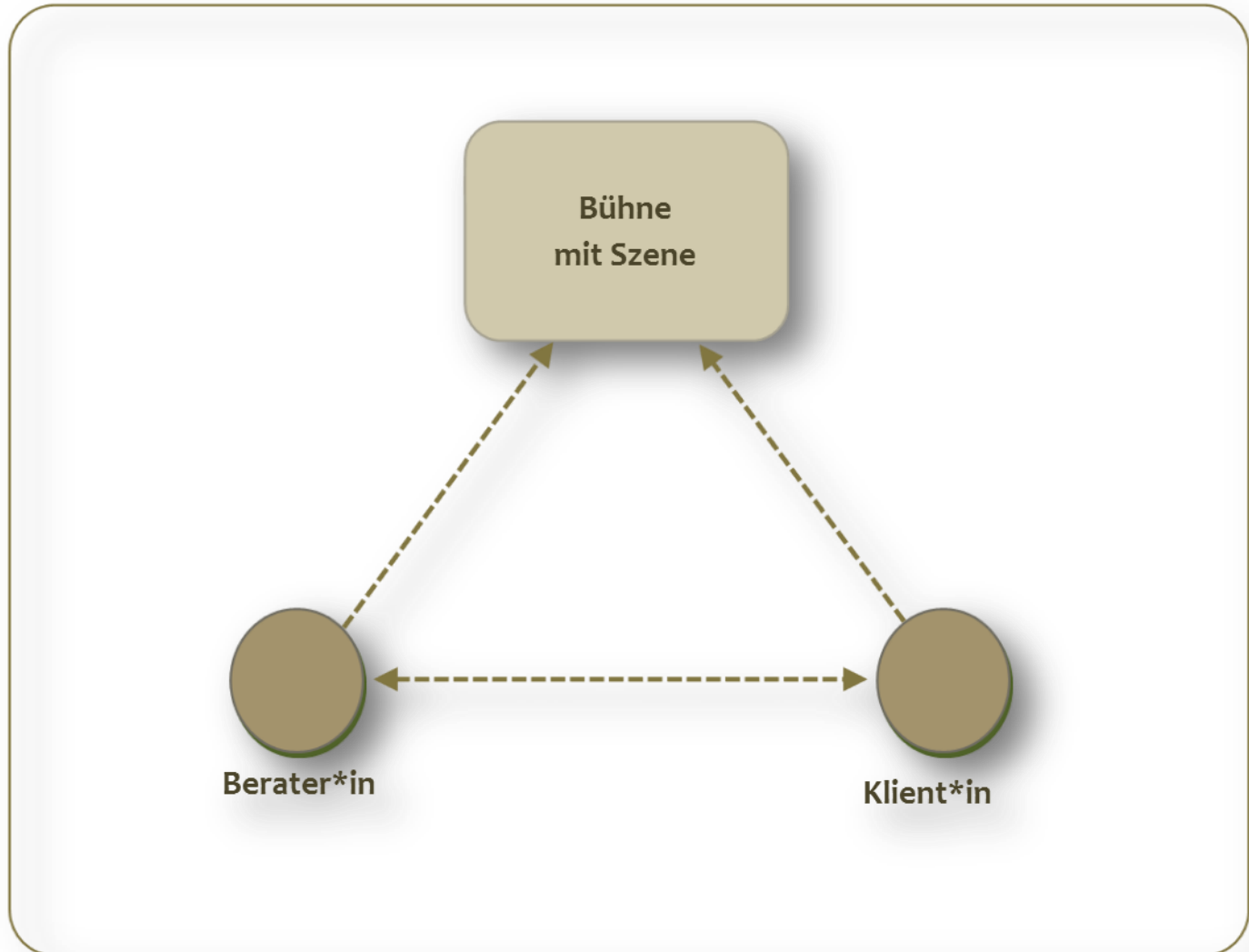
Mit welchen Instrumenten arbeitet das Psychodrama?

5 konstitutionelle Elemente:

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

Mit welchen Instrumenten arbeitet das Psychodrama?

die Bühne



Mit welchen Instrumenten arbeitet das Psychodrama?

die Gruppe – natürliches Umfeld des Menschen und primäres Instrument der Therapeutischen Philosophie

„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.“

(J. L. Moreno, 1950)

Mit welchen Instrumenten arbeitet das Psychodrama?

die Gruppe – natürliches Umfeld des Menschen und primäres Instrument der Therapeutischen Philosophie

„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.“

(J. L. Moreno, 1963)

Mit welchen Instrumenten arbeitet das Psychodrama?

**die Leiterin /
der Leiter**

**Gruppen-
prozess**

Ablauf

Erwärmung

Aktion

Integration

„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.“

(R. M. Rilke 1903)