

## Einleitung

In den zwanziger Jahren des letzten Jahrhunderts entwickelte der österreichisch-amerikanische Arzt und Psychiater Jacob Levy Moreno das Psychodrama, eine kreative Therapie- und Aktionsmethode. Zu dieser Zeit lebten zahlreiche Künstler unterschiedlichster Genre und Philosophen in Wien. Es war die Zeit nach dem Ersten Weltkrieg, der große Armut und Flüchtlingsströme nach sich zog und Moreno in seiner kreativen und sozialen Haltung als Mensch beeinflusste. Aus der Vorliebe fürs Theater entwickelte er Psychodrama als therapeutisches Verfahren. Mittlerweile sind bald 100 Jahre vergangen und das Psychodrama zählt heute zu den humanistischen handlungs- und erlebnisorientierten Verfahren. Psychodrama befindet sich in Abgrenzung zur Psychodynamischen Therapie, der Verhaltenstherapie, der Systemischen Therapie, der Kunsttherapie etc., was im zweiten Kapitel genauer ausgeführt wird. Jedem Individuum steht ein erlerntes Rollenrepertoire für die Bewältigung seines Lebens zur Verfügung. Die wesentlichen Faktoren der Rollenentwicklung eines Menschen werden durch Spontaneität und Kreativität realisiert. Diese können durch fehllaufende Entwicklungen blockiert sein und erfahren durch Therapie eine neue Entfaltung. Moreno stellte fest, dass sich der Mensch von Geburt an in einer Gemeinschaft befindet, die ihm Schutz bietet und Entwicklungsanregungen geben kann. Begegnung ist ein zentraler Begriff im Verfahren Psychodrama. In der Gemeinschaft und der Familie erwirbt das Kind Fähigkeiten, die sich zu Rollen verdichten und ein konstruktives Miteinander bewirken.

Psychodrama ist in zahlreichen Orten auf der ganzen Welt vertreten und seine besondere Bedeutung liegt in der Ganzheitlichkeit der Methode. Neue hirnbioologische Forschungen haben die Bedeutung des

Psychodramas unter Beweis gestellt, und so freuen wir uns, Ihnen mit unserem Werk Psychodrama näher zu bringen. Das Verfahren Psychodrama wird in verschiedensten beruflichen Feldern eingesetzt. Dazu gehören Coaching, Supervision, Unterrichtsgestaltung und Theaterarbeit. Der Schwerpunkt in diesem Buch ist der therapeutischen Arbeit in der Psychotherapie gewidmet.

Das Buch gibt einen Einblick in die persönliche und gesellschaftliche Geschichte des Gründers J. L. Moreno und seinen drei wesentlichen Lebensstationen in Rumänien, Österreich und den USA. Philosophische und neurobiologische Grundlagen des Verfahrens werden vermittelt, ebenso wie die psychodramatische Diagnostik in Kombination mit im therapeutischen Feld gängigen Diagnosestandards. Anschaulich wird anhand von Fallbeispielen gezeigt, wie die Autoren mit dem psychodramatischen »Handwerkskoffer« arbeiten und wie auf bestimmte Störungen und Erkrankungen bezogen gezielt Interventionen durchgeführt werden können. ICD-10-Diagnosen und das Gerüst der Operationalisierten Psychodynamischen Diagnostik (OPD) bilden dafür den Referenzrahmen. Die Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen und die verschiedenen Settings wie Einzeltherapie, Paar- und Familientherapie sowie das wirksame Vorgehen in der Psychodrama-Therapiegruppe werden vorgestellt. Aktuelle Forschungsergebnisse quantitativer sowie qualitativer Studien und der Hinweis auf Lehr- und Ausbildungseinrichtungen für Psychodrama im deutschsprachigen Raum runden das Buch ab. Das Werk soll dem Leser einen Gesamtüberblick über dieses kreativitätsfördernde Verfahren liefern.

Der Text wurde aus Gründen der besseren Lesbarkeit in der männlichen Schriftform gehalten, was die weibliche Form selbstverständlich miteinschließt.

Wir möchten an dieser Stelle ganz besonders Alfons Aichinger danken, der den Teil des Kinderpsychodramas verfasst hat. Jörg Bergmann gab uns wertvolle Hinweise zu Forschungsergebnissen. Des Weiteren geht der Dank der Autoren an die Patienten und Klienten der Fallbeispiele, die dieses Buch möglich machten. Im Weiteren möchten wir Bernhard Strauß als unserem Ansprechpartner unter den Herausgebern der Rei-

he »Psychotherapie kompakt« und Anita Brutler vom Kohlhammer Verlag danken. Zu guter Letzt gilt unser Dank Andreas und Claudia, die uns mit Geduld und Ermutigung unterstützt haben.

Wil und München, im Herbst 2017

Susanne Kunz Mehlstaub und Christian Stadler



# 1 Herkunft, Geschichte und Entwicklung des Verfahrens

## 1.1 Biografie, historischer und religiöser Hintergrund des Begründers

Jacob Levy Moreno wurde am 18. Mai 1889 in Bukarest geboren, was anhand seiner Geburtsurkunde aus den Archiven in Bukarest von Dr. Georges Bratescu belegt ist (Scherr 2013). Ein weiteres Geburtsdatum, der 30. Mai 1892, wurde von Moreno selbst gewählt. Genau 400 Jahre zuvor wurden die sephardischen Juden, sofern sie nicht zum katholischen Glauben konvertieren wollten, aus Spanien vertrieben. Viele Juden starben auf dem Weg über Afrika in die Türkei. Die Vorfahren Morenos siedelten sich im damaligen Konstantinopel unter dem Namen Levy an. Moreno schildert seine Geburt auf einem namenlosen Schiff auf dem Schwarzen Meer (vgl. Marineau 1989). Es fuhr von Bosphorus nach Constanza, wo er zur Welt kam. Moreno sah sich in der Tradition der aus Spanien 1492 vertriebenen Juden, weshalb er vermutlich sein selbst angegebenes Geburtsdatum, den 30. Mai, diesem Ereignis gewidmet hat.

### Morenos Eltern

Der Vater Morenos Nissim Levy stammte von den sephardischen Juden ab. Von Beruf Kaufmann, beschäftigte er sich vorwiegend mit Getreide- und dem neu aufblühenden Petroleum-Handel (Marineau 1989). Die Mutter Paulina Iancu, 1873 geboren, ebenfalls mit sephardischen Wurzeln, stammte aus Rumänien. Die älteren Brüder Marcus und Iancu kümmerten sich um die Familie, da der Vater früh gestor-

ben war. Beide Eltern gehörten der Gemeinde sephardischer Juden in Bukarest an (Wieser 2013). Paulina musste als 14-Jährige das katholische Convent verlassen und wurde mit dem 17 Jahre älteren Mann Nissim Levy Moreno verheiratet. Das Leben des 1888 jung vermählten Elternpaares gestaltete sich (vgl. Marineau 1989) aufgrund finanzieller Nöte und sonstiger Konflikte schwierig miteinander.

Der Antisemitismus flammte zu diesem Zeitpunkt in Europa bereits wieder auf. Das Fürstentum Rumänien war durch den Berliner Frieden 1878 autonom geworden, aber das Schicksal der Juden in Rumänien blieb weiterhin unsicher, da ihnen die rumänische Staatsbürgerschaft verwehrt wurde. Diese politische Situation verschlimmerte die ohnehin finanziellen und privaten Schwierigkeiten des Paares.

Jacob Levy Moreno war Paulinas erstes Kind. Aus diesem Grund und wegen der häufigen Geschäftsreisen des Ehemannes entwickelte sich zwischen Mutter und Sohn eine besondere Beziehung (vgl. a. a. O.).

Die Mutter war sehr besorgt, als ihr einjähriger Sohn schwer an Rachitis erkrankte. Sie begegnete einer Zigeunerin, die ihr riet, das Kind regelmäßig in den warmen Sand in die Sonne zu legen, was zu einer baldigen Besserung führte. Die Zigeunerin weissagte der Mutter, dass ihr Kind eines Tages sehr berühmt werden würde (vgl. Moreno 2011). Moreno wuchs in dem damals einerseits französisch geprägten »Little Paris« und in dem multireligiösen, u. a. jüdischen, christlichen und griechisch-orthodoxen Bukarest auf. Er besuchte die sephardische Bibelschule in Bukarest.

Schon früh entwickelte Moreno phantasievolle Spiele. Eine seiner frühesten Erinnerungen war das Gottesspiel als vierjähriges Kind. Er spielte mit anderen Kindern im Keller des Hauses »Gott mit Engeln«. Sie bauten einen Turm aus Tisch und Stühlen. Moreno übernahm die Rolle als Gott, kletterte auf den Turm und ein Kind fragte, warum er als Gott nicht fliege, woraufhin er die Arme ausbreitete, hinunterstürzte und sich den Arm brach. Später bezeichnet er dieses Spiel als sein erstes geleitetes Psychodrama. »Ich war gleichzeitig Leiter und Protagonist« (Moreno 2011, S. 27). Das Kinderspiel mit seiner szenischen Umsetzung über mehrere Stufen inspirierte ihn zu seinen späteren Ideen der Bühnengestaltung (► Abb. 12).

Moreno war ca. 5 Jahre alt, als die Familie aus wirtschaftlichen Gründen nach Wien umzog. Der Vater reiste geschäftlich mehr denn je in Länder wie Rumänien und die Türkei. In Wien ließ sich ebenfalls kein Einkommen erwirtschaften und zusätzlich entfremdete sich die Familie durch seine vielen Reisen.

1905, als Moreno 14 Jahre alt war, übersiedelte die Familie nach Berlin. Nach wenigen Wochen entschloss er sich, allein nach Wien zurück zu kehren. Dort lebte er bei einer Familie und finanzierte sich durch Nachhilfeunterricht. Moreno besuchte die Familie noch einmal in Chemnitz im Sommer 1905 (Scherr 2013) und sah nach der Scheidung seiner Eltern seinen Vater nicht mehr wieder. Dieser kehrte in die Türkei zurück, die Mutter 1906 nach Wien.

Moreno hatte mittlerweile vier weitere Geschwister. Die wichtigste und auch komplexeste Beziehung bestand zu seinem zweiten Bruder William, den er sowohl favorisierte als auch mit ihm rivalisierte (vgl. Marineau 1989).

### **Leben als Student und die Religion der Begegnung**

1909 schrieb Moreno sich an der Universität Wien für Philosophie ein und 1911 für Medizin. Das Medizinstudium beendete er Februar 1917. An der Universität hatte Moreno um 1908 einen Freundeskreis um sich gesammelt (vgl. Marineau 1989). Sie gründeten die Gruppe »Religion der Begegnung« mit hohem religiösem und sozialpolitischem Anspruch und das aus einem Fond finanzierte »Haus der Begegnung« für Flüchtlinge und Immigranten. Mit Ausbruch des Ersten Weltkriegs 1914 wurde das Haus geschlossen und die Mitglieder der Gruppe verloren sich in den Wirren des Kriegs. Sein Interesse an sozialen Aktionen und der Begegnung mit Menschen führte Moreno zu verschiedensten Schauplätzen, wie zu spielenden Kindern im Wiener Augarten, zu den Prostituierten in dem Viertel Wien Spittelberg und zu den Flüchtlingen in Mitterndorf. Durch seine sozialen Aktivitäten gewann er wichtige Erkenntnisse für seine späteren Projekte und Theorien.

### **Die Kinder im Augarten**

Vor Ausbruch des Kriegs ging Moreno im Wiener Augarten spazieren (Moreno 2011). Er begegnete einer Gruppe von Kindern mit deren Kindermädchen und Eltern. Sie spielten und er begann ihnen Geschichten zu erzählen und weckte ihre Aufmerksamkeit. Die Kinder hörten interessiert zu. Er war fasziniert von dem unmittelbaren Interesse und der magischen Atmosphäre, mit der sich die Kinder auf die Geschichten einließen und diese später auch nachspielten. Die Reaktionen der Kinder beeindruckten Moreno. Sie waren für ihn offene und spontane Wesen, dabei kreativ und aktiv, und ließen sich leicht mit Improvisationen begeistern. Durch sie entwickelte er zentrale Gedanken zu seiner Spontaneitäts- und Kreativitätstheorie (► Kap. 3).

### **Die Prostituierten**

Eine weitere sozial benachteiligte Gruppe, die Morenos Interesse weckte, waren die Prostituierten, die 1913 in dem Viertel Wien Spittelberg lebten. Sie waren gesellschaftlich geächtet und hatten keinerlei Rechte. Moreno begann sich für ihren gesellschaftlichen Status zu interessieren. In Begleitung des Arztes Dr. Gruen und eines Journalisten luden sie die Prostituierten zu einer Versammlung ein. Er verstand ihre mit anderen Randgruppen nicht vergleichbaren schwierigen Lebensumstände und gewann ihr Vertrauen. Sie begannen, sich regelmäßig in Gruppen zu treffen, um über ihre Situation zu beraten. Neben praktischen und rechtlichen Fragestellungen erkannten die Prostituierten, dass sie als Gruppe einen stärkeren Einfluss gegenüber den Behörden hatten und sich überdies wertvolle gegenseitige Unterstützung geben konnten. Sie traten selbstbewusster für ihre Rechte ein. Diese Zusammenkünfte gaben erste wichtige Erfahrungen für Moreno hinsichtlich der später vom ihm entwickelten Gruppentherapie (Moreno 2011).

### **Die Flüchtlinge im Lager Mitterndorf bei Wien**

Der anfängliche Enthusiasmus der Bevölkerung über den Ersten Weltkrieg mit seinen fraglichen »Errungenschaften« wich schnell einer gro-

ßen Enttäuschung. Moreno wurde als fortgeschrittener Medizinstudent in den zivilen Dienst aufgenommen (Moreno 2011). Er arbeitete als Arzt (ca. 1915 bis 1918) in einem Lager für Flüchtlinge aus Südtirol in Mitterndorf und später in Zsolna. Er erhielt erstmalig einen guten Lohn. Sein soziales Engagement und sein Interesse für sozial Schwächere verfolgte er weiter. Er untersuchte die Lebensbedingungen der Flüchtlingsfamilien in Mitterndorf. Bewegt durch die Erlebnisse suchte er nach stetigen Verbesserungen für das Zusammenleben dieser Familien. Unter anderem versuchte er auch über den damaligen Innenminister politisch Einfluss zu nehmen und auf die Probleme im Lager aufmerksam zu machen. Er erlebte die täglich ankommenden Flüchtlinge, viele aus Südtirol, in einem Lager, das für 2.000 Menschen konzipiert war, aber im weiteren Verlauf vorübergehend bis zu sechsmal so vielen Geflüchteten Platz bieten musste (Scherr 2013). Die unhaltbare Realität in dem Lager führte zur Solidarisierung Morenos mit den Südtirolern. Diese Erlebnisse beeinflussten ihn, die Grundlagen der Soziometrie zu konzipieren, die er später in den USA mit zahlreichen Forschungsprojekten zu systematisieren begann. »Soziometrie ist die Wissenschaft der Messung zwischenmenschlicher Beziehungen« (Moreno 1996, S.19) oder der Untersuchung mikrodynamischer Vorgänge in Gruppen.

## Leben in Wien

Morenos Wiener Leben war geprägt durch gesellschaftspolitische, literarische und philosophische Einflüsse. Er besuchte Wien häufig, um dem Lagerleben in Mitterndorf zu entkommen. Er verkehrte in berühmten Cafés in Wien, dem älteren *Café Museum* und dem neueren *Café Herrenhof*. In beiden begegneten sich Künstler wie Literaten, Musiker, Maler und Philosophen. Wichtige Namen sind u. a. Henri Bergson, Martin Buber, Jacob Wassermann, Franz Werfel, Arthur Schnitzler, Robert Musil, aber auch Franz Lehár und Paul Claudel. Moreno veröffentlichte 1915 eigene Texte in den Heften *Einladung zu einer Begegnung*. Diese Texte wirkten wie Vorläufer zu Bubers 1923 erschienenem Buch *Ich und Du*. Viele seiner bereits dargelegten Ideen fand er bei Buber wieder (Moreno 1911). Dieses Problem, dass andere

sich seiner Ideen ohne Quellenverweise bemächtigen, z. B. Lewin in den USA (Treadwell 2014), sollte wiederholt auftreten. Mit Martin Buber, seinem Freund, wollte er einen direkten Konflikt vermeiden, um die freundschaftliche Beziehung nicht zu gefährden. Beide interessierten sich für Sokrates, Dante, Kierkegaard und Nietzsche. Die beiden letzteren betrachteten die Begegnung von Menschen als vorrangig. Moreno sah die Aktion und die Gruppe als primär, Buber hingegen die Beziehung (Marineau 1989, S. 49). Im Februar 1918 gab Moreno die erste Nummer der Zeitschrift *Der Daimon* heraus, weitere Hefte folgten bis ca. 1919. Er war dort auch Autor.

### **Die Aktion und das Theater**

Morenos Lebensweg begann sich zu wandeln, die Aktion, das Theater interessierte ihn zunehmend. Er schildert eine der ersten psychodramatischen Sitzungen, die in dem berühmten Theater Komödienhaus in Wien stattfand (Moreno 1911). Er saß allein auf einem roten Königstuhl auf der Bühne, jegliche Form üblicher Unterhaltung vermeidend. Es waren ca. tausend Zuschauer, und Moreno lud das Publikum ein, auf die Bühne zu kommen und wechselnd die Rolle des Königs einzunehmen. Sie sollten ihr eigenes, persönliches Drama nach dem Ersten Weltkrieg mittels Stegreifspiels in Szene setzen. Das Publikum reagierte verärgert angesichts der ungewöhnlichen Vorstellung, die schließlich ausgebuht wurde. Dieser Misserfolg kostete Moreno zunächst Ansehen und Freundschaften, beflügelte ihn andererseits noch mehr, denn eine Idee war geboren: Die Uraufführung des Stegreiftheaters.

### **Das Stegreiftheater**

Aus den Ereignissen im Komödienhaus entwickelte Moreno (1923–1924) das Stegreiftheater. Er mietete Räumlichkeiten in einem Gebäude in der Maysedergasse im 1. Bezirk Wiens, das noch heute steht. Die Realisierung führte Moreno ebenfalls über Enttäuschungen zu neuen Erkenntnissen (Moreno 2011). Das Publikum misstraute der eigenen Spontaneität und Kreativität im Stegreifspiel und wünschte sich »her-