

Rezension

Manuela Vejník

Bender, W. und Stadler, Ch.(2011). Psychodrama-Therapie

Grundlagen, Methodik und Anwendungsgebiete

256 S., 15 Abb., Schattauer, Stuttgart. EUR 34,95. ISBN 9783794528004

Wolfram Bender und Christian Stadler sind, neben zahlreichen anderen Tätigkeiten, erfahrene Psychodrama-Therapeuten, Ausbildungsleiter und Supervisoren am Moreno-Institut Goslar-Überlingen. Der gelernte Mediziner Wolfram Bender ist außerdem Dozent am C.G. Jung-Institut München. Christian Stadler ist Redaktionsmitglied und Herausgeber der Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie (ZPS), die zweimal im Jahr erscheint.

Dieses Buch gibt einen Einblick in das Verfahren Psychodrama, die Bausteine der Psychodrama-Therapie und den Ablauf einzelner Therapieeinheiten. Am Ende des Buches wird auf die Ausbildungsmöglichkeiten im deutschsprachigen Raum und eine umfangreiche Literaturliste hingewiesen.

Es handelt sich um ein wissenschaftliches Fachbuch mit zahlreichen Fallbeispielen, das dem Leser einen Einblick in die Anfänge der Gruppentherapie und Gestaltung und Umsetzung von Therapieeinheiten in Gruppen-, Paar- und Einzelsettings gibt.

Charakteristische Schlüsselwörter werden erklärt und anhand von Beispielen erläutert.

Die Autoren beschreiben die Anfänge des Verfahrens, das auf Jakob Levi Moreno zurückgeht und betiteln diesen Abschnitt mit „Geschichte und therapeutische Philosophie“, was bereits auf Morenos, im wissenschaftlichen Sinne, grenzüberschreitendes Konzept, hinweist. Sie glauben, dass die Entwicklung dieser Methode eng mit seiner Lebensgeschichte zusammenhängt. Der Besuch der Bibelschule, seine Vorliebe für das Theaterspiel, die Zeit nach dem 1. Weltkrieg und die Aufbruchsstimmung des Expressionismus hinterlassen Spuren im Leben des gebürtigen Rumänen und beeinflussen ihn und sein Werk. Er ist überzeugt, dass Gott und Mensch die gleichen kreativen Potenziale in sich tragen und sich so „neu erschaffen“ und weiterentwickeln können.

Die zahlreichen Begegnungen mit in Not geratenen Frauen und Männern veranlassen ihn dazu, erste Selbsthilfegruppen zu gründen. Moreno ist davon überzeugt, dass jene kreativen Prozesse, die beim freien Spiel entstehen, heilsam für die ProtagonistInnen und die Gruppe sind. Diese Überzeugung bringt ihn dazu, Theaterspiel und Therapie zu verbinden. Dabei geht es nicht um festgelegte Drehbücher berühmter AutorInnen, sondern um Szenen aus dem Alltagsleben und Gedankengut des eigenen Kulturkreises, die vor den Vorhang auf die Psychodrama-Bühne gebracht werden.

Jeder Mensch ist Teil vieler sozialer Systeme mit ihren unterschiedlichen Rollen. Diese zwischenmenschlichen Beziehungssysteme können zu unterschiedlichen Konflikten führen, die dem Einzelnen nicht immer bewusst sind. Durch psychodramatische Techniken können unbewusste Belastungen und Handlungsmustersichtbar, spürbar und beschreibbar gemacht werden. Durch Rollenspiel, Rollenwechsel und Rollenfeedback, um nur einige der beschriebenen Techniken zu erwähnen, können bestehende und zum Teil inadäquate Handlungsmuster verändert oder neu angelegt werden. Wie solche Sequenzen aufgebaut und im Anschluss reflektiert werden, erfahren die LeserInnen in diesem Buch.

Die Autoren gehen auch kurz auf Morenos soziometrischen Untersuchungen von Gruppen ein, da die daraus entstandenen Konzepte der sozialen Gesellschaft und seine Therapieansätze in der Methode des Psychodramas zusammenfanden. Sie verbindet Theologie, Spiel, Soziologie, Theater und Psychotherapie, und ist ab 1931 eines der ersten Gruppentherapieverfahren.

Das Buch beschreibt die Instrumente und Arrangements der Psychodrama-Therapie, die sowohl in der Gruppentherapie als auch im Einzelsetting Anwendung finden. Dabei ist zu erwähnen, dass es sich nur um kurze Beschreibungen handelt, da sich der Schwerpunkt des Buches auf die unterschiedlichen Möglichkeiten der Therapiegestaltung innerhalb der verschiedenen Anwendungsgebiete (laut ICD10) bezieht. Einzelne Störungsbilder werden durch Fallbeispiele verdeutlicht. Im Anschluss geben kurze Sequenzen einen Einblick in die therapeutischen Interventionen.

Es wird auf die besondere und schwierige Arbeit der TherapeutInnen hingewiesen. Dabei geht es auch um die Notwendigkeit einer Beziehungsklärung im therapeutischen Setting, um mögliche negative Übertragungen und daraus resultierende Konflikte aufzulösen. Es wird beschrieben, wie die Psychodrama-TherapeutInnen dabei vorgehen, welche gezielten Fragen sie stellen.

Weiteres werden folgende Erkrankungen und mögliche psychodramatische Interventionen exemplarisch beschrieben: Belastungs- und Anpassungsstörungen, Abhängigkeits- und Suchterkrankungen, Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen, Störungen der Impulskontrolle, somatoforme Störungen, Angststörungen und Depressive Erkrankungen.

Ein weiteres Kapitel beschäftigt sich mit der Paartherapie im Gruppen- und Paarsetting. Auch in der Einzeltherapie können Partnerschaftsthemen bearbeitet werden. Hier arbeiten die Psychodrama-TherapeutInnen mit einem imaginierten Dritten.

Es wird auf die Phasen: Forming, Storming, Norming und Performing eingegangen, die nicht nur bei Paaren sondern auch innerhalb der Gruppe festzustellen sind. Während sich die Gruppe am Beginn in der Forming-Phase befindet, ist das einzelne Paar vielleicht in der Storming-Phase. Es kommt zu Überschneidungen, die eine zusätzliche Herausforderung für jedes TherapeutInnenteam darstellt und besondere Aufmerksamkeit erfordert.

Die Autoren stellen verschiedene Aufwärmübungen vor, die einen schnelleren Überblick verschaffen sollen; sogenannte aktionssoziometrische Paarübungen.

Weitere Themen der Paartherapie sind unter anderem: die soziokulturellen und sozialen Atome, destruktive Kommunikationsmuster, das Anerkennen ambivalenter Gefühle bis hin zur Entwicklung situationsadäquater Handlungsalternativen.

In der Paartherapie stehen immer zwei ProtagonistInnen im Fokus. Beide Realitäten müssen gleichermaßen gewürdigt werden, sonst läuft man Gefahr einen Partner emotional zu verlieren. Auch im Einzelsetting können Paarthemen bearbeitet werden, wie das Fallbeispiel 60 beweist.

Psychoedukationsprogramme helfen PatientInnen und Angehörigen die Erkrankung zu verstehen. Die TherapeutInnen gehen auf die möglichen Ursachen, den Umgang mit der Erkrankung, die Behandlungsmöglichkeiten und die Medikamentenwirkung ein.

Dies geschieht in der Gruppe und meist in Form von Rollenspielen.

Die Angehörigen sollen als kompetente PartnerInnen in die Therapie mit einbezogen werden. Auch dazu bietet das Buch Fallbeispiele.

Abschließend wird auf die Notwendigkeit der Supervision hingewiesen. Sie kann den TherapeutInnen bei schwierigen Fällen sehr hilfreich sein und Klarheit in den weiteren Therapieverlauf bringen.

Wolfram Bender und Christian Stadler präsentieren hier ein Buch, das vor allem durch seine zahlreichen Fallbeispiele leicht verständlich und interessant zu lesen ist. Die grundlegenden Begriffe der Methode Psychodrama werden nur kurz erläutert und setzen somit ein entsprechendes Grundwissen voraus. Eine fundierte Grundlage bietet das Buch „Psychodrama – Eine Einführung“, das Stadler mit Sabine Kern im Jahr 2010 veröffentlichte. Somit kann das aktuelle Werk als Fortsetzung verstanden werden.

Das Werk gibt einen guten Einblick in die Arbeit der Psychodrama-TherapeutInnen und zeigt, dass selbst Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen im Gruppen- oder Einzelsetting begleitet und behandelt werden können. Es gibt nur wenige Personen, für die diese Methode vorübergehend nicht geeignet ist.