

#### 14. Welche Rolle spielt die Jungsche Psychologie im Psychodrama?

Die Grundideen, zentralen Konzepte und Theorien, die Jakob L. Moreno, der Begründer des Psychodramas, rund um seine Methode entwickelt hat, sind auch für das Psychodrama auf der Grundlage der Jungschen Psychologie von Bedeutung. Mit dem Einbezug der Analytischen Psychologie Jungs wurden allerdings teilweise der äussere Ablauf des Psychodramas und die Bedeutung der psychodramatischen Instrumente modifiziert (siehe dazu auch: Welche Instrumente werden im Psychodrama verwendet? Oder: Welche Techniken werden im Psychodrama angewendet?). Das Psychodrama wurde noch zu Lebzeiten Morenos von seinem Schüler, Mitarbeiter und Freund Dean Elefthery und dessen Frau Doreen abgewandelt. Sie arbeiteten mit einem permanenten Hilfs-Ich. Zudem wurden bereits bei ihnen die Antagonisten von der Protagonistin in ihre Rollen eingeführt. Moreno war, wenn auch ohne Begeisterung, mit diesen Änderungen einverstanden. Was das Ehepaar Elefthery in technischer Hinsicht eher intuitiv erweitert hatte, fand seine konsequente Weiterentwicklung in der Psychodrama-Arbeit von Helmut und Ellynor Barz, den Schülern der Elefthery und den Begründern des Zumiker Instituts. Es ist ihr Verdienst und ihre Leistung, das Grundanliegen und das theoretische Konzept Morenos beibehaltend das Psychodrama mit der Jungschen Psychotherapie verbunden zu haben.

Obwohl Moreno (1889–1974) und Jung (1875–1961) praktisch Zeitgenossen waren, kannte Moreno Jung nicht persönlich, aber einige seiner Werke. So anerkannte er dessen Verdienst, das kollektive Unbewusste als ein allen Menschen gemeinsames psychisches Substrat erkannt zu haben. Gleichzeitig bedauerte er aber auch, dass Jung dieses Konzept nicht in der Arbeit mit therapeutischen Gruppen – zum Beispiel mit Hilfe des Soziodramas – konkret umgesetzt hat. Von Jung ist kein Kommentar zu Morenos Arbeiten belegt, höchstwahrscheinlich kannte er dessen Werk nicht. Auf Grund ihrer sehr verschiedenen Persönlichkeiten und Lebensstile, ist es jedoch generell fraglich, inwiefern ihnen eine Annäherung ihrer Standpunkte gelungen wäre. Dennoch haben die Analytische Psychologie Jungs und das Psychodrama Morenos „letztendlich dasselbe Ziel: Die Entdeckung der Wahrheit des eigenen Wesens und seiner Ganzheit, die Begegnung mit sich selbst, die Steigerung sowohl der persönlichen Autonomie als auch der Soziabilität“. Die Zusammenführung der beiden Ansätze blieb Jungs und Morenos Nachfolgern überlassen. „Heute ist die Koexistenz, ja sogar Verschmelzung der beiden theoretischen Ansätze nicht länger problematisch, und eine Art Synthese ist möglich geworden“, stellt die Jungianerin und Psychodramatikerin Wilma Scategni fest.

Worin besteht nun die Besonderheit des Psychodramas auf der Grundlage der Jungschen Psychologie? Wie erwähnt, hat sich die Funktion der Beteiligten teilweise verändert, ebenso der äussere Ablauf des Psychodramas. Die wichtigste Änderung, oder genauer: Ergänzung, ist hingegen nicht auf den ersten Blick oder an Äusserlichkeiten erkennbar: Durch den Einbezug der Jungschen Psychologie in das Psychodrama findet eine „Verdeutlichung und Vertiefung der psychischen Prozesse“ statt. Das äussere Geschehen tritt zu Gunsten einer grösseren Transparenz der inneren Vorgänge etwas in den Hintergrund. Dies fördert die Bewusstwerdung und die Individuation des Protagonisten. Trotzdem bleibt das Psychodrama ein Spiel, in dessen Mittelpunkt die Selbsterfahrung und das Wiedererleben stehen. Dies bedeutet, dass keine theoretischen Erkenntnisse vermittelt werden, keine Diskussionen über die psychologischen Hintergründe des Spiels zwischen dem Leitungsteam und der Gruppe oder innerhalb der Gruppe stattfinden. Eine Analyse oder Deutung des Spiels darf nur der Protagonist vornehmen.

Während also von den Psychodrama-Teilnehmern keine Kenntnisse in Psychologie erwartet werden, ist die Kenntnis der zentralen Begriffe der Analytischen Psychologie, deren Bedeutung und Wirkung hingegen für das Leiterteam von grosser Bedeutung. Überzeugt von der symbolischen Dimension der Wirklichkeit und davon, dass das als Symbol Erlebte auf das Engste mit dem unbewussten Teil der Seele verbunden ist, müssen sich die Leiter darüber klar sein, „vor welchen psychischen Hintergrundmustern die hier spielende Handlung zu verstehen ist“. Denn was die Protagonistin im Psychodrama darstellt und wie sie es darstellt, kann unterschiedliche Ursachen haben. So werden die Leiter beispielsweise darauf achten, welchen Typ von Protagonist sie vor sich haben. Gemäss der Jungschen Typologie hat jeder Mensch eine Hauptfunktion (Denken, Fühlen, Empfinden, Intuition) zur Verfügung, die er bewusst einsetzt. Zu diesen vier Orientierungsfunktionen kommen zwei Einstellungen (Extra- und Introversion), so dass es acht unterschiedliche psychologische Typen gibt, die die Art bestimmen, wie sich Menschen bewusst in der Welt orientieren und verhalten. Die Kenntnis dieser Typen „erleichtert es, die Mitmenschen nicht nur in ihrer Andersartigkeit zu akzeptieren, sondern sich sogar eine Vorstellung davon zu machen, dass sie die Welt tatsächlich ganz anders sehen und erleben als man selbst, und dass sie sich darum auch anders verhalten müssen“. Das Wissen um die verschiedenen Typen hilft dem Leiterpaar bei der Gestaltung des Psychodramas, weil es ein Stück weit antizipieren kann, wo und warum der Protagonist im Spiel an seine Grenzen stösst. Zu jeder Hauptfunktion gehört eine gegenpolige, unterentwickelte Funktion, die dem Menschen oft unbewusst ist. Da es aus der Sicht der Jungschen Psychologie zum Wesen der menschlichen Entwicklung, der Individuation und Ganzwerdung gehört, sich dieser minderwertigen Funktion bewusst zu werden und sie auch gezielt einzusetzen, kann das Leiterpaar im Psychodrama dem Protagonisten helfen, mit dieser unbewussten Einstellung und Funktion in Kontakt zu kommen. Die ist deshalb von Bedeutung, weil sich oft über die minderwertige, das heisst unterentwickelte Funktion das Tor zum Unbewussten öffnet.

Selbstverständlich spielen im Psychodrama auch Jungs Komplexlehre, seine Theorie über den Schatten, die Begriffe Projektion und Regression und viele weitere Aspekte für das Verständnis des thematisierten Problems eines Protagonisten wie auch für das sich daraus ergebende Psychodrama-Spiel eine wichtige Rolle. Auf deren Bedeutung wird an anderer Stelle eingegangen (siehe: Welche Instrumente werden im Psychodrama verwendet?)

An dieser Stelle sei kurz auf das Unbewusste im Verständnis Jungs und dessen Berücksichtigung im Psychodrama eingegangen. Die menschliche Psyche besteht grob gesagt aus dem Bewusstsein und dem Unbewussten. Hilfreich für die Unterscheidung ist folgende Vorstellung: Das Bewusstsein besteht aus dem, was wir wissen, was uns bewusst zugänglich ist. „Dagegen wissen wir von den Inhalten des Unbewussten nur, das es zum Teil solche sind, die früher einmal bewusst waren, zu einem unbekannt grossen Teil aber solche, denen wir noch nie begegnet sind und vielleicht auch nie begegnen werden“. Das Unbewusste im Sinne Jungs besteht also nicht aus Inhalten, die quasi vorübergehend vergessen gingen, die zu einem bestimmten Zeitpunkt nicht gerade Gegenstand des Bewusstseins sind. Der Begriff Unbewusstes ist für seelische Inhalte reserviert, die durch die „üblichen Arten von Vergegenwärtigung“ (Denken, Fühlen, Empfinden, Intuition) nicht bewusst gemacht werden können. Das Unbewusste selber, das also nie direkt, sondern immer nur in seinen Auswirkungen beobachtet werden kann, besteht aus einem persönlichen und einem kollektiven Teil. Das persönliche Unbewusste besteht aus Inhalten, die das Individuum im Laufe seines Lebens aus dem bewussten Gedächtnis ausgelöscht [verdrängt] hat. Gemäss Jung enthält das Unbewusste aber – dies im Gegensatz etwa zur Auffassung Sigmund Freuds – nicht nur verdrängte Inhalte des Individuums. Es enthält auch seelische Bereiche, die nicht aus den individuellen Erfahrungen stammen, sondern „die Jahrtausende weit in

die Geschichte der Menschen zurückreichen“, die allen Menschen eigen sind, einfach darum, weil sie Menschen sind. Diesen Bereich nannte Jung das kollektive Unbewusste.

Nicht nur der praktischen Anwendung von Jungs Psychologie sondern auch dem Psychodrama-Spiel liegt der zentrale Gedanke zu Grunde, dass unbewusste seelische Inhalte, obwohl dem Bewusstsein nicht direkt zugänglich, real und vor allem auch wirksam sind. Sie führen „an einem dem Bewusstsein unzugänglichen Ort ein Eigenleben“ und sind sogar „oft von grösserem Einfluss“ als die dem Bewusstsein zugehörigen Inhalte. Dass der Mensch weit mehr ist, als er von sich weiss, ist die revolutionäre Erkenntnis, die wir der Tiefenpsychologie verdanken. Oft ohne dass sich die Protagonistin dieser psychischen Hintergrundmuster bewusst ist, werden die Leiter – sofern sie es für sinnvoll und angezeigt halten – die hinter der konkreten und offensichtlichen Thematik durchscheinenden unbewussten seelischen Inhalte sorgfältig ins Spiel einbringen und dadurch anschau- und greifbar machen. Im Psychodrama artikuliert sich die Dynamik des Unbewussten.

Um ein plakatives Beispiel zu geben: Eine Frau, die mit ihrem Ehemann grosse Probleme hat, kann gebeten werden, ihren Vater ins Spiel einzuführen. Möglicherweise wird die Protagonistin nicht erkennen, was ihr Vater im Spiel verloren hat, schliesslich gehe es doch darum, wie sie sich gegenüber ihrem Ehemann durchsetzen könne. Wenn der Leiter den Vater einführen lässt, liegt die Vermutung nahe, dass er hinter der konkreten und offensichtlichen Thematik einen Komplex vermutet, in diesem Fall einen Vater-Komplex. Indem er die Protagonistin veranlasst, sich mit ihrem Vater auseinander zu setzen, hat sie die Möglichkeit zu erkennen, dass ihr Verhalten gegenüber dem Ehemann nicht primär durch dessen Verhalten ‚initiiert‘ wurde, sondern dass sie einem Muster folgt, das bereits zwischen ihr und ihrem Vater wirksam war. Der Leiter könnte die Protagonistin auch bitten, die im Zusammenhang mit ihrem Ehemann immer wieder auftretende Emotion einzuführen, ihr – durch einen Mitspieler verkörpert – in Gestalt und Sprache Raum zu geben. Dass psychische Faktoren im Psychodrama, wie erwähnt, nicht verbal analysiert werden, hat auch seinen Sinn: Gestaltete und ins Bild gesetzte unbewusste Inhalte der Seele haben oft Symbolcharakter und als Symbol grosse Wirkkraft. „Würde [das Symbol] durch die Gruppe wieder zerlegt und verbalisiert, in Worte ‚übersetzt‘, wäre seine Kraft aufgelöst“.