

Vorwort

Katja Kolmorgen · Sabine Spitzer-Prochazka

Online publiziert: 10. Februar 2021

© Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH, ein Teil von Springer Nature 2021

Kaum jemand, der oder die nicht von sich sagen würde: Ich helfe gern! Sie, liebe Leserin, lieber Leser, vermutlich genauso, wie wir Heftherausgeberinnen. Aber macht uns das schon zum Hilfs-Ich? Immerhin zählt Moreno die Hilfs-Iche zu den elementaren Instrumenten des Psychodramas, weshalb wir ihnen im Thementeil dieser Ausgabe einen eigenen Schwerpunkt gewidmet haben. Apropos „Hilfs-Iche“ – die grammatikalisch gewöhnungsbedürftige Mehrzahl-Form (korrekt wäre laut Duden Hilfs-Ichs) hat Moreno eingeführt und wurde in den psychodramatischen Sprachgebrauch übernommen. Deshalb verwenden wir die Hilfs-Iche auch durchgehend im vorliegenden Heft. Zurück zu den Instrumenten des Psychodramas: neben Bühne, Psychodrama-LeiterIn, ProtagonistIn und Gruppe sind es die Hilfs-Iche, die zum Einsatz kommen. Meist von der ProtagonistIn im Rahmen eines psychodramatischen Spiels ausgewählt, können Hilfs-Iche alle erdenklichen Rollen übernehmen (Tab. 1).

Klassischerweise wählt der oder die ProtagonistIn die Personen als Hilfs-Iche für das eigene Spiel selbst aus. Dabei wirken Tele-Prozesse, aber auch die Erfahrung (wenn jemand etwa schon mehrfach Mutter-Rollen übernommen hat) oder schlichte Übereinstimmungen (wenn jemand zum Beispiel Größe, Haarfarbe und Geschlecht der zu spielenden Person hat). In Ausnahmefällen kann auch die Leitung jemanden für die Rolle als Hilfs-Ich vorschlagen, für sehr belastende Rollen können etwa auch die Co-LeiterInnen einer Gruppe herangezogen werden. In manchen Settings (im Kinderpsychodrama, in der stationären Psychiatrie, u. a.), kommen professionelle MitspielerInnen zum Einsatz, die Hilfs-Ich-Rollen übernehmen.

Neben der Rollenübernahme vermitteln Hilfs-Iche zwischen ProtagonistIn und Psychodrama-LeiterIn und erforschen die soziale Situation innerhalb einer Szene.

S. Spitzer-Prochazka (✉)
Schwaigergasse 35/25, A-1210 Wien, Österreich
E-Mail: sabine.spitzer@aon.at

Tab. 1 Rollen, die von Hilfs-Ichen übernommen werden. (Vgl. u. a. Von Ameln et al. 2009; Stadler und Kern 2010)

Rollen, die von Hilfs-Ichen übernommen werden	Beispiele
Konkrete Personen	Mutter, Sohn, Partnerin, Freund, ...
AntagonistIn	Der oder die GegenspielerIn d. Prot.
Fiktive Personen und Rollenstereotypen	Wunschpartner, Polizistin, ...
Rollenanteile	Der Gekränkte, die Erfolgreiche, ...
Tiere	Die Hauskatze, das eigene Pferd, ...
Gegenstände	Möbelstück, Schmuck, ...
Wünsche und Visionen	Das Karriereziel, die Schwangerschaft, ...
Gefühle	Angst, Freude, Neid, Stolz, ...
Atmosphäre	Sonnenuntergang, Sturm, ...
Stellvertretung des oder der ProtagonistIn	Im Rahmen der Spiegeltechnik
Doppel des oder der ProtagonistIn	–

Als „Schauspieler, therapeutischer Helfer und sozialer Beobachter“ benennt Moreno (1959, S. 79) die drei Funktionen eines Hilfs-Ichs. Wie aber gelingt es den Hilfs-Ichen, diese Rollen auch so zu spielen, dass sie für den Protagonisten oder die Protagonistin hilfreich sind?

Ein Hilfs-Ich muss davon überzeugt sein, dass der Protagonist recht hat. Es genügt nicht, dass es seine „Rolle“ spielt, es muss zustimmen und daran glauben, dass der Patient subjektiv Recht hat. Dies ist möglich, weil jedes Ich aus seiner eigenen Perspektive Recht hat. Der Arzt sollte in der Lage sein, sich zu identifizieren, ohne zu „mogeln“. Es ist die Aufgabe des Hilfs-Ichs, die Subjektivität des Patienten zu durchleben und sich mit jedem Ausdruck des Patienten zu identifizieren, soweit dies die körperlichen Grenzen erlauben. (Moreno zitiert nach Hutter und Schwelm 2009, S. 435)

Dies gelingt durch die Rollenanweisungen, durch Skripts, die vom Protagonisten oder der Protagonistin vorgegeben werden, durch den Rollentausch mit ihm oder ihr und durch intuitive Improvisation, soweit diese von ProtagonistIn und LeiterIn zugelassen werden. Im Rahmen der Integrationsphase geben die Hilfs-Iche ein Rollenfeedback, mit dem sie für den Protagonisten oder die Protagonistin den emotionalen Gehalt der übernommenen Rolle zugänglich machen. Nicht selten erleben die Hilfs-Iche durch die Rollenübernahme eigene kathartische Momente im Spiel, oft sind es auch belastende Szenen, die sie durchleben. Sie müssen daher von der Leitung stets ebenso aufmerksam beobachtet und nach ihrem Befinden befragt werden, wie auch Von Ameln et al. (2009, S. 22) beschreibt, und betont: „Die Verantwortung des Leiters für das Hilfs-Ich erstreckt sich also von der Rollenwahl über den gesamten Verlauf des Spiels und über das Spielende hinaus“ (ebda).

Zur sprachlichen Differenzierung sei hier auch die Hilfs-Ich-Funktion der Leitung erwähnt, deren Kompetenz Hintermeier und Kern (2018, S. 515) wie folgt erläutern: „Die Hilfs-Ich-Kompetenz besteht darin, dass der oder die TherapeutIn dem Klienten/der Klientin bei der Rollenentwicklung zur Seite steht, indem er/sie zum Beispiel bei der Regulierung der Spannungs- und Affektlage Unterstützung bietet“.

Mit dem Konzept der Hilfs-Iche zeigt sich einmal mehr Morenos Glaube an die Kraft der Gruppe und sein Wunsch nach Solidarität unter allen Menschen. Gedanken, die besonders auch im Soziodrama zum Tragen kommen, einer „Tiefenhandlungsmethode, die sich mit Inter-Gruppenbeziehungen und kollektiven Ideologien befasst“ (Moreno zitiert nach Hutter und Schwehm 2009, S. 349).

Dementsprechend eröffnet *Christoph Buckel* mit einem Beitrag zum Soziodrama den Thementeil des vorliegenden Heftes. Sein Artikel lädt ein, sich mit den Potenzialen des „Hilfs-Wir“ im Soziodrama zu beschäftigen. Anhand eindrücklicher Fallbeispiele zeichnet er nach, „wie das Hilfs-Wir im Soziodrama zum ‚Game-Changer‘ werden kann“ mit dessen Hilfe „Gruppen von einem Problemdenken in ein Lösungsdenken kommen“.

Dagmar Mingers und *Heidi Schaul* beleuchten Einsatz und Wirkungsweise von Hilfs-Ich-Funktionen in der psychodramatischen Familienspieltherapie. Die beiden Weiterbildungsleiterinnen für Psychodrama verfügen über langjährige Erfahrungen in der Beratung und Therapie von Kindern und Familien. Sie beschreiben in ihrem Artikel, wann und wie sie als Therapeutinnen verschiedene „Hilfs-Ich-Funktionen für Eltern, Kind oder die Beziehung“ übernehmen, um „Familien bei der Entwicklung einer neuen Haltung zueinander zu unterstützen und so neue Ressourcen zu erschließen“.

Auf welche Weise die Hilfs-Ich-Funktionen der TherapeutInnen in der Arbeit mit KlientInnen mit kognitiven Behinderungen modifiziert werden müssen und wie dies in der Praxis aussehen kann „ohne das Rad neu zu erfinden“, erläutert die Wiener Psychodrama-Psychotherapeutin und Supervisorin *Gabriele Denk* in ihrem Artikel. Sie versteht diesen „als Plädoyer, mutig, aber auch bereit zu sein, die eigene Komfortzone zu verlassen und auch dieser KlientInnen-Gruppe ein therapeutisches Angebot zu machen“.

Über die innovative psychodramatische Technik des Chores schreibt *Uwe Reineck*. Er leitet das Psychodrama-Institut Freiburg/Heidelberg, wo er bereits seit vielen Jahren mit dem Psychodrama-Chor experimentiert. Sein Fazit? „Wir empfehlen ihn allen PsychodramatikerInnen – auch weil er sich unserer Erfahrung nach so perfekt ins Psychodramatische einfügt, als hätte Moreno ihn erfunden ...“.

Christoph Mitters Artikel beschließt den Thementeil mit seinen Ausführungen zu tierischen Hilfs-Ich-Kompetenzen in der tiergestützten Psychodrama-Psychotherapie. Gemeinsam mit seiner ausgebildeten Therapiehündin Amy arbeitet er in seiner Psychotherapiepraxis in Wien. Beide führen uns vor, wie wertvoll der Einsatz des Therapietieres für die „Förderung der Handlungs- und Begegnungsfähigkeit“ der KlientInnen sein kann.

In ihrem Toolbox-Beitrag bringt uns *Susanne Alpers* Schritt für Schritt bei, wie wir mit wenigen Strichen Figuren zeichnen und somit psychodramatische Begriffe, Arrangements usw. bildhaft darstellen können. Probieren Sie es aus, Sie werden staunen, wie leicht Ihnen die Bilder von der Hand gehen, auch wenn Sie sich bis heute noch für „künstlerisch unbegabt“ gehalten haben.

Den offenen Teil des Heftes leitet *Sylvia Schweiger* ein. Die Sozial- und Wirtschaftswissenschaftlerin arbeitet als Organisationsberaterin mit der Methode der psychodramatischen Organisationsaufstellung und erläutert in ihrem Artikel, wie

diese zur Entwicklung eines komplexen Führungsverständnis beitragen, sowie in der empirischen Sozialforschung genutzt werden kann.

Nikolas Danzinger ist seit langem in der Suchtberatung tätig und verfügt über umfassende Expertise in der Behandlung von pathologischer Glücksspielsucht. In seinem Artikel hilft er uns, das Drama des Glücksspiels zu begreifen und widmet sich den Einsatzmöglichkeiten von Märchen und psychodramatischen Techniken in der Arbeit mit pathologischen GlücksspielerInnen.

Über die Behandlung von Spinnenphobie im Setting einer monodramatischen Kurzzeittherapie schreibt die in freier Praxis in Wien tätige Psychodrama-Psychotherapeutin *Leyla Thaghavi* und führt anhand eines Fallbeispiels eindrücklich aus, wie sich Elemente der Verhaltenstherapie sinnvoll in die monodramatische Kurzzeittherapie integrieren lassen. Sie arbeitet heraus, wie die Monodramatherapie der Spinnenphobie „nicht nur rein symptomreduzierend [ist], sondern [...] durch die Arbeit mit Hintergrundszene auch eine langfristige Stabilisierung neuer Rollenverhalten [ermöglicht]“.

Silvia Franke setzt sich in ihrem Beitrag mit Gemeinsamkeiten und Unterschieden von therapeutischem Sandspiel und Psychodrama auseinander. Anhand eines Fallbeispiels aus ihrer psychotherapeutischen Praxis stellt sie dar, wie sich insbesondere bei früh traumatisierten PatientInnen Sandspiel und Psychodrama auf kreative Weise verbinden lassen. Sie schreibt: „Die Surplus Reality des Sandspiels kann eine spielerische, wenig angstbesetzte Möglichkeit bieten, seelische Inhalte nach ‚außen‘ zu bringen und sie im Rahmen einer greif- und kontrollierbaren Welt gegenständlich zu machen“.

Die Psychodramatiker *Robert Sommer* und *Bernd Seifert* berichten von ihren psychodramatischen Selbsterfahrungsgruppen für Menschen mit Diktaturerfahrung in der DDR. In den von ihnen geleiteten Gruppen haben Betroffene seit 2016 die Möglichkeit, in einem sicheren Rahmen „untereinander und mit sich selbst wieder besser in Kontakt zu kommen“. Die Autoren berichten schlaglichtartig von den bisherigen Gruppenprozessen und stellen außerdem Daten zur Evaluation derselben vor.

Uwe Nowak stellt uns mit dem Leipziger Prozessorientierungsmodell ein Instrument zur strategischen Orientierung und Selbstreflexion von PsychodramaleiterInnen vor, welches von ihm bereits langjährig in der Ausbildung von PsychodramatikerInnen als Trainings- und Reflexionsinstrument eingesetzt wird. Der Mitbegründer und Ausbildungsleiter des Psychodramainstitutes Leipzig arbeitet heraus, wie es dabei helfen kann „in komplexen Prozessen eine Orientierung zu bekommen und retrospektiv im Rapportmodus auch etwas über vorschnelle ‚Lösungen‘ oder ‚Vorlieben‘ zu erkennen. Er ruft auch ins Gedächtnis, dass jegliche ‚Theorie‘ und ‚Folie‘ immer wieder auf den Prüfstand gehört“.

Außerdem haben wir PsychodramatikerInnen aus verschiedenen Ländern im April 2020 eingeladen, sich zur aktuellen Coronlage und deren Implikationen aus psychodramatischer Perspektive zu äußern und freuen uns über die bunte Vielfalt an Kurzbeiträgen dazu.

Apropos Coronlage: wir bedanken uns noch einmal ganz besonders bei allen AutorInnen, die auch in dieser schwierigen Zeit einen Beitrag für dieses Heft beige-steuert haben. Neben den Sorgen, die eine Pandemie verursacht, neben der Mehrfach-

belastung, neben existenziellen Bedrohungen, vielleicht neben Kindern im Home-schooling und erkrankten Angehörigen – daneben auch noch zu schreiben und zu publizieren, das verdient besondere Hochachtung und großen Dank. Dies gilt auch für die ReviewerInnen, die mit ihren Gutachten erheblich zur Qualitätssicherung unserer Zeitschrift beitragen. Vielen Dank auch ihnen!

Mit dem vorliegenden Heft erfüllt sich nun unsere Hilfs-Ich-Rolle als Herausgeberinnen. Wir haben Konzepte überlegt, AutorInnen begleitet und das vorliegende Heft zusammengestellt. Als Hilfs-Iche für unsere LeserInnen wollten wir eine interessante Lektüre ermöglichen und hoffen, dass uns dies gelungen ist.

Bleiben Sie bitte gesund,
herzliche Grüße,

Katja Kolmorgen und Sabine Spitzer-Prochazka

Literatur

- Hutter, C. & Schwehm, H. (2009). *J.L. Morenos Werk in Schlüsselbegriffen*. Wiesbaden: VS.
Kern, S. & Hintermeier, S. (2018). *Psychodrama-Psychotherapie im Einzelsetting*. Wien: Facultas.
Moreno, J.L. (1959). *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama*. Stuttgart: Thieme.
Stadler, C. & Kern, S. (2010). *Psychodrama. Eine Einführung*. Wiesbaden: VS.
Von Ameln, F., Gerstmann, R. & Kramer, J. (2009). *Psychodrama*. Heidelberg: Springer.