

Extended Abstract

Titel:

**Brauchen wir eine Emotionstheorie für das Psychodrama?
Szenisch-kreative Therapie und Supervision im Diskurs mit aktueller
Emotionspsychologie und Embodiment-Forschung.**

Autorin:

**Christa Meyer Gerlach, Institut für Soziale Interaktion, ISI,
Hamburg, Germany, Email: mail@meyer-gerlach.com**

Keywords:

In dieser Abschlussarbeit in der Weiterbildung zur Psychodrama-Leiterin am Hamburger Institut für Soziale Interaktion wird die grundlegende Forschungsfrage gestellt, ob und wie eine emotionstheoretische Verortung hilfreich sein kann für die psychodramatische Theoriebildung und Praxeologie.

Ausgangspunkt ist dabei vor allem, von der humanistischen Verortung des Psychodramas her zu denken und Hypothesen zu entwickeln. Daher bleiben die psychodynamischen Erklärungsmodelle zu Emotionstheorien in dieser Arbeit weitestgehend unberücksichtigt.

In Therapie, Supervision und Beratung Tätige haben gelernt, insbesondere auf das Gefühl zu achten, auf das eigene und auf das des/der Klienten/Klientin. Das Gefühl ist in der Regel der Wegweiser und der Ausgangspunkt für die kommende psychodramatische Szene. Darum liegt es nahe, die aktuelle Forschungslage zu sichten und auf die Frage hin zu prüfen, in wie weit das Psychodrama eine eigene Emotionstheorie benötigt oder auf andere Forschungsergebnisse zurückgreifen kann. Auch wenn es bisher keine eigene Emotionstheorie im Psychodrama gab, ist damit noch nicht geklärt, ob sie benötigt wird oder nicht.

In einem ersten ausführlichen Kapitel der Arbeit werden grundlegende Aspekte zu emotionstheoretischen Aspekten und Begriffen geklärt. Was ist eine Grundemotion, was sind primäre und sekundäre Emotionen, was sind Gefühle, Affekte, Kernaffekte und Stimmungen, so wie adaptive und maladaptive Emotionen?

Dabei wird Bezug genommen auf bedeutende Arbeiten unter anderem von Glasenapp, Panksepp, Fogel, Greenberg, Ekman, Feldman, Barrett und Russell, Hauke & Dall, Occhio und Fuchs.

Es wird sich im Folgenden besonders auf eine grundlegende körpertherapeutische Arbeit von Ulfried Geuter bezogen, der aktuelle Emotionstheorien und Embodiment Forschung verarbeitet. Darüber hinaus wird der Zusammenhang zum humanistisch-psychotherapeutischen Modell hergestellt, wie er auch für das Psychodrama im Rahmen der Arbeitsgemeinschaft Humanistischer Psychotherapie (AGHPT) grundlegend ist.

In einem phänomenologischen Exkurs wird die Frage behandelt, wie Gefühl und Leib zusammen hängen. Die neurowissenschaftlichen Forschungen werden mit Blick auf den Körper als Bühne der Emotionen referiert so wie die Synchronisation mit sozialer Interaktion diskutiert. Schließlich werden die Regulation von emotionalen Prozessen und ihre Störungen behandelt.

Alle diese Betrachtungen münden in die Frage: „Können Emotionstheorie und Embodiment eine Bereicherung für das Psychodrama sein?“ Als Ursache, warum es bisher keine Emotionstheorie im Psychodrama gab, wird die Hypothese aufgestellt, dass Emotionen den Blick auf die individuelle leibliche Ebene voraussetzen und darum auf dem Hintergrund der Annahme sozialer Konstruiertheit des Menschen im Psychodrama nicht ausdifferenziert worden sind. Des Weiteren werden Fragen zum Erregungsniveau in der psychodramatischen Arbeit gestellt. Relevant sind hierbei die Blickrichtungen auf Kernaffekte und kategoriale Emotionen. Hier schließen sich Fragen an, die sich auf dem Ansatz von Fuchs zur Zwischenleiblichkeit und auf die Mentalisierungstheorie beziehen. Diese Fragen leiten über zur psychodramatischen Praxis.

Die psychodramatische Praxis wird anhand von drei Fallbeispielen in unterschiedlichen Formaten und mit Bezug auf die vorangegangenen Ausführungen beschrieben. Anhand einer Teamsupervision, einer Probesupervision und einer Fallvignette aus einer Psychotherapie im Einzelsetting wird der in der praktischen psychodramatischen Arbeit entwickelte Begriff des emotionalen Feldes sehr präzise konkretisiert. Darüber hinaus wird in einem Exkurs die bereichernde Einbindung von musiktherapeutischen Interventionen im psychodramatischen Prozess beschrieben. Sich daraus ergebende weiterführende Fragestellungen aus der praktischen Arbeit werden diskutiert und Thesen schließen sich an. Dabei wird der Rollentausch als besonders geeignet erachtet, emotionale Lagen und Stimmungen wahrzunehmen.

Auch das eigenleibliche und emotionale Gewahrsein der Leiterin wird als wertvolle Navigationshilfe in der szenischen Diagnostik und im psychodramatischen Prozess benannt.

Im Prozess der Begegnung zwischen Menschen entstehen emotionale Felder, die sich überschneidend, wechselseitig beeinflussen und dadurch das je individuelle, aber auch das soziale Denken, Fühlen und Handeln beeinflussen. Der Begriff des emotionalen Feldes wird hier auch in Abgrenzung zur systemischen Theorie kreiert und in die Fachdiskussion eingebracht. Dieser Begriff könnte auch für Psychodramatiker richtungsweisend und handlungsleitend werden.

Im vierten Kapitel werden Berührungspunkte von Psychodramatheorie und Emotionspsychologie benannt und ausgeführt. Hier wird Bezug genommen auf zentrale psychodramatische Begriffe und Morenos Ausführungen bspw. zum sozialen Atom, emotionalen Ausdehnungsvermögen, Tele und Erwärmung. Dabei wird deutlich, dass die individuellen Aspekte zugunsten der sozialen Bezüge in der psychodramatischen Theoriebildung in den Hintergrund treten. Dieses Kernproblem psychodramatischer Anthropologie bleibt Kontinuum.

Im Folgenden werden vier psychodramatische Ansätze mit Bezug auf Emotionstheorie und Embodiment referiert.

Bereits bei Otto Kruse (1996) finden sich erste Versuche der Entwicklung einer Emotionstheorie. In der protagonistenzentrierten Arbeit werden durchaus die emotionsverändernden Aspekte des Einzelnen benannt. Ob über die Intervention mit dem Rollentausch oder die biografischen Rekonstruktionen werden Empathie und Selbststeuerung gefördert. Nur in diesem Zusammenspiel von Selbstwirksamkeit und sozialer Situation ist der therapeutische Prozess zu verstehen.

Friedrich Krotz betont die innere und äußere Seite der Gefühle und des Fühlens. Hier finden sich viele Überlegungen, wie sie heute über körper- und neurowissenschaftliche Erkenntnisse fundiert worden sind. Die kollektive

Sichtweise braucht das individuelle Fühlen, so wie dieses rückgekoppelt bleiben muss in den sozialen Prozess.

Christoph Hutter konstatiert eine prinzipielle Vereinbarkeit von Emotionspsychologie und therapeutischer Philosophie Morenos. Ausgehend von Morenos „Angemessenheit der Szene“ ist davon auszugehen, dass eine therapeutische Arbeit ohne Focus auf die emotionale Einbindung nicht möglich ist. Es ist daher notwendig, Grundstimmungen, sekundäre Gefühle und möglicherweise abgewehrte Gefühle mit einzubeziehen, um zu einem angemessenen Umgang mit Emotionalität zu gelangen. Dabei dürfe Katharsis nicht in erster Linie als emotionale Abreaktion verstanden werden, ebenso wenig wie der Begriff der Rolle verkürzt werden dürfe. Begegnung wird begriffen als soziales und emotionales Ereignis.

Michael Schacht beschäftigt sich explizit mit Embodiment und Psychodrama. Er plädiert für die Einheit von Körper, Geist und Szene. Nicht zuletzt auf den Hintergrund der entwicklungspsychologischen Arbeiten aber auch der neurowissenschaftlich begründeten Mentalisierungstheorie muss es zu einer Einbindung von mimetischen, simulativen Aspekten und szenisch-kreativer Arbeit kommen.

Anschließend wird die Fragestellung erörtert, wie das Psychodrama als humanistisches Verfahren an die aktuellen Erkenntnisse aus Emotionstheorie und Embodiment Forschung anknüpfen kann. Dabei wird die doppelte Perspektive herausgearbeitet:

Wie kann das Psychodrama anknüpfen und was hat das Psychodrama für die aktuelle Forschung einzubringen? Was sind die Kriterien im psychodramatischen Prozess, um entscheiden zu können, wann emotionale Erregung aktiviert und erzeugt werden soll, wann sie gebremst und wann sie nur geachtet und respektiert werden will.

Im letzten Kapitel erfolgt eine Schlussdiskussion. Das Psychodrama wird als hochaktuelles Verfahren gerade auf dem Hintergrund von Embodiment und Emotionstheorie identifiziert. Ausgehend von der leibbezogenen Perspektive, die zunächst von den Kernaffekten geprägt ist, können in szenisch-kreativer Arbeit die Stimmungen des emotionalen Feldes sichtbar und erlebbar gemacht werden. Danach gerät die Veränderungsperspektive in den Vordergrund. Über die Arbeit an kategorialen Gefühlen kann die zirkuläre Kausalität von Organismus und Umwelt mit ihren komplexen Lagen auf der psychodramatischen Bühne ihren Platz erhalten und Veränderungsimpulse umgesetzt werden.

„Brauchen wir eine Emotionstheorie für das Psychodrama?“

Die Fragestellung wird in dieser Arbeit positiv beantwortet. Es muss jedoch keine Emotionstheorie neu erfunden werden. Es kann dabei auf das humanistische Modell einer Emotionstheorie von Ulfried Geuter zurückgegriffen werden.

Aus der ursprünglichen Forschungsfrage ergibt sich nicht nur der Blick auf die Spiegelung des Individuums im Sozialen sondern auch umgekehrt die Spiegelung des Sozialen im Individuum. Diese Arbeit schließt daher mit der Eröffnung einer neuen Fragestellung ab: Die Frage, ob in der psychodramatischen Theoriebildung eine strukturtheoretische Verankerung des Individuums und seiner Innenwelten fehlt und ergänzt werden sollte. Damit wäre auch die Verortung einer Emotionstheorie im Psychodrama zu erschließen.