

Don Bosco – Gymnasium Unterwaltersdorf
Real-, Aufbau- und Aufbaurealgymnasium
2442 Unterwaltersdorf, Don Bosco-Straße 20

Die Seele durch Handeln ergründen – Psychodrama und Soziometrie von Jacob L. Moreno

Vorwissenschaftliche Arbeit

vorgelegt von

Marie-Christine Vlach

Unterwaltersdorf, im Februar 2021

Wissenschaftsgebiet: Geisteswissenschaftlicher Bereich

Klasse: 8b2

Schuljahr: 2020/21

Mag. art. Bettina Furlinger

Abstract

Der Arzt und Psychotherapeut Jacob Levy Moreno gilt als Begründer von Psychodrama und Soziometrie. In seinem Leben gab es einige Schlüsselerlebnisse, die ihn dazu bewegten, diese Form der Psychotherapie zu entwickeln. Er sucht, erkennt und erklärt dabei Probleme bei Individuen, aber auch in Gruppen, in welchen sich das Individuum befindet. Dafür wird auch die Analyse der Gruppenstruktur benötigt. Für diese Analyse bediente sich Moreno der Soziometrie, trug alles bisher Bekannte zusammen und entwickelte sie zu seinen Zwecken weiter.

In dieser Arbeit wird ein Überblick über das Leben von Jacob L. Moreno gegeben. Dabei wird besonders auf seine Zeit und Arbeit in den österreichischen Orten Bad Vöslau und Mitterndorf an der Fischa, sowie sein Leben in den USA eingegangen. Im Zentrum dieser Arbeit stehen Psychodrama und Soziometrie, sowie ihre Methodiken und Anwendungsbereiche. Ebenfalls behandelt wird ihre Entstehung und welche Ereignisse in Morenos Leben zu diesen Entwicklungen geführt haben.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	5
1 Jacob Levy Moreno	6
2 Psychodrama	12
2.1 Definition.....	12
2.2 Biografische Bezüge bei der Entwicklung des Psychodramas	12
2.2.1 „Gott“ spielen.....	12
2.2.2 Die Kinder im Augarten	13
2.2.3 Das Stegreiftheater	13
2.3 Methoden	14
2.3.1 Die fünf Instrumente.....	14
2.3.2 Der kreative Zirkel.....	15
2.3.3 Doppeln.....	15
2.3.4 Rollentausch.....	16
2.3.5 Spiegeln.....	17
2.4 Anwendung	17
2.4.1 Monodrama	18
2.4.2 Psychodrama mit Kindern und Jugendlichen	18
2.4.3 Psychodrama mit Erwachsenen	19
2.4.4 Psychodrama mit Paaren und Familien.....	19
3 Soziometrie.....	20
3.1 Definition.....	20
3.2 Biografische Bezüge bei der Entwicklung der Soziometrie	20
3.2.1 Das Flüchtlingslager in Mitterndorf.....	21
3.2.2 USA.....	21
3.3 Methoden	22

3.3.1	Der soziometrische Test.....	22
3.3.2	Das Soziogramm.....	23
3.3.3	Aktionssoziometrie.....	25
3.4	Anwendung.....	25
3.4.1	Soziometrie in der psychotherapeutischen Jahresgruppe.....	25
3.4.2	Soziometrie in der Therapie von Kindern und Jugendlichen.....	26
	Zusammenfassung.....	27
	Literaturverzeichnis.....	28
	Abbildungsverzeichnis.....	30
	Abkürzungsverzeichnis.....	31
	Glossar.....	32

Einleitung

Psychodrama und Soziometrie sind die Lebenswerke Jacob Levy Morenos. Was durch einfache Erlebnisse geprägt entstand, ist heute nicht nur fundamental für Gruppenanalyse, sondern auch für Gruppentherapie.

In dieser Arbeit wird das Leben und die Familie Jacob L. Morenos beleuchtet und ein genauerer Überblick gegeben. Ein besonderer Schwerpunkt wird seine Jugend und spätere Arbeit in Österreich, aber auch seine Tätigkeit nach seiner Emigration in die USA sein. Thematisiert wird hier seine Zeit als Gemeindearzt in Bad Vöslau sowie seine weiteren Entwicklungen von Psychodrama und Soziometrie in den USA.

Ein weiterer Schwerpunkt dieser Arbeit wird das Psychodrama sein. Beleuchtet werden unter anderem prägende Erlebnisse in Morenos Leben, die ihn zur Entwicklung dieser Psychotherapie veranlasst haben. Außerdem wird erläutert was Psychodrama ist und weiter auf die am häufigsten eingesetzten Techniken, das Doppeln, das Spiegeln und der Rollentausch, sowie auf die fünf Instrumente des Psychodramas und den kreativen Zirkel eingegangen. Ebenfalls Thema dieser Arbeit wird die Einsetzung dieser Therapie bei Kindern und Jugendlichen, bei Erwachsenen sowie bei Paaren und Familien sein.

Der letzte thematische Schwerpunkt ist die Soziometrie. In dieser Arbeit wird genauer erläutert welche Ereignisse in seinem Leben Moreno zur Weiterentwicklung dieser veranlasste. Außerdem wird näher betrachtet was Soziometrie ist und wie sie funktioniert, sowie die Soziometrische Tests, Soziogramme und die Aktionssoziometrie erläutert. Ebenfalls wird die Arbeit ihre Anwendung in psychotherapeutischen Jahresgruppen und mit Kindern und Jugendlichen veranschaulichen.

1 Jacob Levy Moreno

Jacob Levy Moreno wurde am 18. Mai 1889 als Jaques Levy auf einem Schiff auf dem Schwarzen Meer geboren. Besagtes Schiff war auf dem Weg vom Bosphorus nach Constanza und besaß keine offizielle Fahne.¹ Aus diesem Grund gab es eine große Verwirrung, als die Staatsangehörigkeit des Neugeborenen ermittelt werden sollte und es wurde lange Zeit keine Geburtsurkunde ausgestellt. Erst 1975 wurde diese in den Archiven in Bukarest gefunden, mit genannter Stadt als Geburtsort. Daher war auch Morenos Geburtsdatum umstritten, denn er selbst gab immer den 30. Mai 1892 als seinen Geburtstag an. An diesem Tag jährt sich die Vertreibung der sephardischen Juden aus Spanien, zu welcher religiösen Gruppe auch Moreno und seine Familie gehören, zum 400. Mal. Da Religion in seinem Leben eine wichtige Rolle spielte, war dieses Ereignis von besonderer Bedeutung für ihn.²

Morenos Eltern trennte ein Altersunterschied von 14 Jahren. Seine Mutter Pauline, welche nach dem Tod ihres Vaters von ihren beiden älteren Brüdern erzogen wurde, wurde mit 15 Jahren an den 29-jährigen Nissim Moreno Levy verheiratet³. Dieser war ein Kaufmann und aufgrund seines Berufes viel unterwegs. Daher entwickelte Moreno zu seiner Mutter eine besondere Bindung.⁴ Neben ihrem Erstgeborenen Jacob, brachte Pauline Moreno fünf weitere Kinder zur Welt.⁵

Als Moreno fünf Jahre alt war zog die Familie von Bukarest, wo sie bis dato wohnten, nach Wien. Dieser Umzug hatte wirtschaftliche Gründe, denn Morenos Vater erhoffte sich ein besseres Geschäft in der damaligen Hauptstadt des Habsburger Reiches. Zu diesem kam es allerdings nicht, weshalb Nissim Moreno viele Reisen nach Rumänien und in die Türkei unternahm. Da er sich nie an das Leben in Wien gewöhnen konnte, wurde

¹ Vgl. Moreno, Jacob Levy: Autobiography of a Genius, Großbritannien: The North-West Psychodrama Association 2019, S. 118

² Vgl. Kunz Mehlstaub, Susanne/Stadler, Christian;: Psychodrama-Therapie, Stuttgart: Kohlhammer 2018, S. 19

³ Anm.: In einigen Büchern ist der Altersunterschied mit 17 Jahren angegeben. Ich berufe mich hier auf die Altersangaben von Moreno selbst, welche er in seiner Autobiographie niedergeschrieben hat.

Vgl. Moreno, 2019, S. 127

⁴ Vgl. Kunz/Stadler, 2018, S. 20

⁵ Vgl. Wieser, Michael/Stadler, Christian: Jakob Levy Moreno, Mediziner, Soziometriker und Prophet – Eine Spurensuche, Wiesbaden: Springer VS 2013, S. 12

seine Familie für ihn immer fremder. Diese lebte sich recht schnell in der neuen Heimat ein.⁶ Vor allem Jacob Levy Moreno lernte innerhalb von zwei Jahren fließend Deutsch zu sprechen und wurde nicht nur Klassenbesteher, sondern auch zum Liebling der Lehrer und seiner ganzen Klasse.⁷

In seiner Zeit im Gymnasium entwickelte Moreno eine spezielle Beziehung zu seinem Namen. Da er sich zusehends weniger mit seiner Familie identifizieren konnte, verschwand auch die Identifikation mit seinem Namen „Jaques“. Moreno änderte daher seinen Namen von „Jaques“ zu „Jacob“, anschließend fügte er den Mittelnamen seines Vaters „Moreno“ hinzu und wurde so Jacob Moreno Levy. Später wechselte er die letzten beiden Namen und kam zu seinem heute bekannten Namen Jacob Levy Moreno. Allerdings ließ er schließlich ganz von diesem ab und stellte sich nur noch mit dem Nachnamen oder überhaupt nicht vor. Für Moreno symbolisierte das Kennen des Vornamens ein Vertrauen und Besessen-Werden von jemand anderem, sodass er nicht mehr mit diesem angesprochen werden wollte. Moreno wollte Distanz zu anderen Menschen wahren und sich eine mystische Aura aufbauen, welche er dem unbekanntem Vornamen zuschrieb.

1905, als Moreno 14 Jahre alt war, zog seine Familie von Wien nach Berlin um. Erneut erhoffte sich sein Vater bessere Geschäfte, da er von Paulines Brüdern unabhängig sein wollte. Diese waren immer unterstützend eingespungen, sobald es finanzielle Probleme gab. Drei Wochen nach dem Umzug beschloss Jacob gemeinsam mit seinen Eltern, dass es besser sei, er würde wieder nach Wien zurück gehen und seine Schulausbildung dort beenden. Zurück in Wien bezog er ein Zimmer bei Familie Hindler. Die Miete, die er zu zahlen hatte, war vergleichsweise gering, weshalb er deren Töchtern Nachhilfe gab. Auch die Miete selbst finanzierte er mit Nachhilfestunden.⁸

Morenos Familie war schließlich von Berlin nach Chemnitz umgezogen, wo er sie besuchen kam. Dieser Besuch war gleichzeitig auch das letzte Mal, dass Moreno seinen Vater sah, da seine Eltern sich anschließend trennten. Nissim Moreno ging in die Türkei, während Pauline Moreno mit den Kindern zurück nach Wien kam. Jacob Levy Moreno hätte

⁶ Vgl. Kunz/Stadler, 2018, S. 21

⁷ Vgl. Moreno, 2019, S. 126

⁸ Vgl. ebd., S. 135ff

nun wieder bei seiner Familie leben können, denn diese wurde von den Brüdern Paulines finanziell unterstützt. Jedoch war Moreno nur selten zu Hause und sperrte sich in dieser Zeit häufig in sein Zimmer ein. Außerdem brach er die Schule ab. Dies geschah, da er seiner Mutter die Trennung von seinem Vater übelnahm.⁹

1909 inskribierte Moreno an der Universität Wien, nachdem er die Studienberechtigungsprüfung abgelegt hatte. Sein erstes Studium war Philosophie. 1911 schrieb Moreno sich im Medizinstudium ein, welches er 1917 abschloss. Dieses hatte er von Anfang an mit Praktiken in Krankenhäusern begleitet, um besser auf die anschließende Tätigkeit als Arzt vorbereitet zu sein.

1908 gründete Moreno gemeinsam mit vier Freunden die „Religion der Begegnung“. Ihr Ziel war es, im „Haus der Begegnung“ Obdachlosen, Flüchtlingen und hilfsbedürftigen Familien ein Dach über dem Kopf zu geben und Arbeit zu besorgen. Auch um Medizin haben sie sich gekümmert, sofern jemand krank wurde. Die finanzielle Unterstützung kam oft anonym oder von Menschen, denen Moreno und seine Freunde geholfen habe. 1914 musste diese Unterkunft aufgrund des Krieges allerdings geschlossen werden.¹⁰

Als der erste Weltkrieg ausbrach, bot Jacob Levy Moreno dem Militär seine Dienste an. Da er aber keine Geburtsurkunde hatte und man so keine Staatszugehörigkeit feststellen konnte, wurde er abgelehnt. Stattdessen arbeitete Moreno als Lagerarzt in Mitterndorf an der Fischa, wo er bereits mit soziometrischen Mitteln arbeitete.¹¹

1919 wurde Moreno Gemeindefeindarzt in Kottingbrunn, wechselte später aber nach Bad Vöslau, in seine Praxis im Maithal. Er war sehr beliebt, da er nie Bezahlung für seine Behandlungen verlangte. So kamen bald Menschen aus der gesamten Umgebung zu ihm. In Bad Vöslau lernte Moreno auch Marianne Lörnitzo kennen, welche bis zu seiner Emigration 1925 seine Sprechstundenhilfe war. Außerdem lebte sie gemeinsam mit Moreno in dessen Haus und führte den Haushalt. Die beiden standen sich sehr nahe,

⁹ Vgl. Moreno, 2019, S. 145f

¹⁰ Vgl. Kunz/Stadler, 2018, S. 21

¹¹ Vgl. Moreno, 2019, S. 190

weshalb Moreno Marianne Lörnitzo ursprünglich in die USA nachholen wollte. Nachdem er sich dort eingelebt hatte, brach der Kontakt zu ihr allerdings ab.¹²

Bereits einige Jahre vor seiner Emigration war Moreno klar, dass seine Zeit in Bad Vöslau bald enden würde. Es gab bereits seit 1920 immer wieder antisemitische Angriffe gegen ihn und Marianne Lörnitzo, welche eine Christin war und als Arierin galt. Beide wurden nicht nur beschimpft, Gegner schlichen in der Nacht zu Morenos Haus, „sangen nationalistische Lieder“¹³ und gaben Schüsse ab. Dies ging so weit, dass Marianne Lörnitzo sich nicht mehr traute, alleine unterwegs zu sein.

Moreno erreichte die USA im Oktober 1925. Sein Ziel in seiner neuen Heimat war es, Soziometrie und Psychodrama weiter zu entwickeln. Gemeinsam mit Dr. Bela Schick, der besonders interessiert am Stegreiftheater mit Kindern war, erforschte er die **Spektralanalyse**. Wenig später lernte Moreno Beatrice Beecher kennen, eine Dozentin am Mt. Sinai Hospital, in welchem Moreno und Schick arbeiteten. Beatrice erklärte sich bereit, Moreno zu heiraten, damit er die amerikanische Staatsbürgerschaft erhält. Einige Jahre später folgte die Scheidung, von beiden gewollt. Trotz allem blieben Beatrice Beecher und Moreno immer befreundet und arbeiteten gemeinsam an psychodramatischen Methoden.

Um in den USA als Arzt arbeiten zu dürfen, musste Moreno einige Prüfungen ablegen. Für ihn waren diese nicht einfach, denn er musste neben einer neuen Sprache gleichzeitig die medizinischen Fachbegriffe in dieser erlernen. Am 22. September 1927 wurde seine österreichische Ausbildung und sein Diplom schließlich, ohne dass Moreno Prüfungen abgelegt hatte, anerkannt.

Moreno forschte ebenfalls im Sing-Sing-Gefängnis (vgl. Kapitel 4.2.2.) und arbeitete anschließend in der Hudson-Schule für schwer erziehbare Mädchen. Nach einem Jahr übernahm seine Position Helen Jennings und Moreno kam monatlich zu Besuch, um die Fortschritte der Mädchen zu sehen.¹⁴ Dort lernte er Florence Bridge, eine Schülerberaterin, kennen. Nach einem Jahr des gegenseitigen Kennenlernens zogen sie zusammen

¹² Vgl. Moreno, 2019, S. 227ff

¹³ Vgl. ebd., S. 243

¹⁴ Vgl. ebd., S. 259ff

und heirateten. 1939 kam Tochter Regina zur Welt. Da Florence allerdings Halluzinationen entwickelte, bei welchen sie Moreno schlussendlich nur noch mit „Gott“ ansprach und nicht mehr in der realen Welt lebte, musste Florence von Psychiatern behandelt werden. Die Ehe zerbrach an dieser Krankheit. Aus diesem Grund erhielt Moreno ebenso das Sorgerecht über die gemeinsame Tochter.¹⁵

1941 machte er Bekanntschaft mit Zerka Toeman. Sie kam zu ihm, da ihre Schwester mental sehr verwirrt war und Zerka sich von Moreno Hilfe erhoffte. Zwischen den Beiden entwickelte sich eine tiefe Freundschaft. Zerka arbeitete zu Beginn im Moreno Institut in New York City. Nach einiger Zeit zog sie nach Beacon, pendelte anfangs allerdings zwischen den beiden Städten hin und her. Nach einiger Zeit wurde sie zu Morenos persönlicher Assistentin. Moreno und Zerka entwickelten sehr schnell eine tiefe Verbundenheit zueinander, sodass Moreno für sie den Kontakt zu seinem Bruder und einigen anderen Vertrauten brach. Diese hielten nicht viel von seiner Beziehung zu Zerka.

Nachdem Moreno sich 1948 von Florence Bridge getrennt hatte, zog er mit Zerka zusammen. Sie war nun nicht nur seine rechte Hand, sondern auch seine Partnerin. Außerdem arbeiteten Moreno und Zerka gemeinsam an Psychodrama, Gruppentherapie, Soziometrie und schrieben viele der Veröffentlichungen zu genannten Themen zusammen. 1949 heirateten sie schließlich und 1952 kam ihr Sohn Jonathan zur Welt, welchen sie mit Hilfe von Psychodrama und Soziometrie erzogen. Dabei entdeckten sie, dass Kindern versuchen Objekte, die sie in ihrer Umgebung wahrnehmen nachzuspielen. Dadurch können Kinder sich in eine andere Welt versetzen. Dadurch lernen sie, schwierige Situationen zu lösen und werden auf das spätere Leben vorbereitet.¹⁶

1968 kam Moreno noch einmal nach Österreich zurück. In Wien verlieh ihm die Universität das „[G]olden [D]octor [D]iploma“¹⁷ für seine fünfzigjährige Tätigkeit als Arzt. In Bad Vöslau wurde seine Praxis feierlich mit einer Gedenktafel versehen, auf welcher der Zeitraum und die Arbeit Morenos in diesem Ort notiert ist.

¹⁵ Vgl. Moreno, 2019, S. 291ff

¹⁶ Vgl. ebd., S. 295ff

¹⁷ Vgl. ebd., S. 112

Jacob Levy Moreno starb am 14. Mai 1974 im Alter von 84 Jahren. Sein Sohn Jonathan beschreibt seinen Tod im Vorwort von Morenos Autobiographie wie folgt:

„When my father lay dying, it was not like Moses alone on the mountain, but as a pioneer surrounded by his most devoted companions. And he did not wait for the dying to begin, for, in refusing to eat, he set the process in motion. Moreno’s was what Nietzsche called a “free death,” coming at the right time and thereby affirming the life he loved so much. As he died, he reverted to his German. Perhaps he was remembering the children in the Vienna gardens who taught him role playing, or the little prophet he discovered in Bucharest eighty years before. When Moreno went to God, it was an old friend.”¹⁸

Besonders der letzte Satz deutet auf Morenos besondere Beziehung zu Gott hin. Sein „Gottspielen“ als Vierjähriger hat den Weg zu einem Leben mit ihm geebnet und, wie aus seiner Autobiographie hervorgeht, wurde diese Beziehung laufend vertieft. Daher ist es nicht verwunderlich, dass Jonathan Moreno Gott als „alten Freund“ seines Vaters beschreibt.

¹⁸ Vgl. Moreno, 2019, S. 115

“Als mein Vater im Sterben lag, war es nicht wie bei Moses alleine auf dem Berg, sondern als Pionier umgeben von seinen am hingebungsvollsten Gefährten. Und er hat nicht gewartet, bis das sterben beginnt, denn, durch Verweigern von essen, hat er den Prozess in Gang gesetzt. Morenos Tod war ein Tod, den Nietzsche einen „freien Tod“ nannte, kommend zur richtigen Zeit und daher ein Leben das er so geliebt hat bestätigend. Als er starb, kehrte er zum Deutsch zurück. Vielleicht erinnerte er sich an die Kinder in Wien, die ihm das Rollen-Spielen beigebracht haben, oder an den kleinen Propheten, den er in Bukarest achtzig Jahre vorher entdeckt hatte. Als Moreno zu Gott ging, war er ein alter Freund.“

2 Psychodrama

2.1 Definition

Beim Begriff „Psychodrama“ denken viele Menschen vermutlich als Erstes an ein Theaterstück, welches wohl nicht nur „dramatisch“ und „tragisch“, sondern zugleich auch „schrecklich“ ist. Tatsächlich ist der Aspekt „Theater“ nicht weit hergeholt, allerdings ist er positiv zu betrachten. „Die [...] Seele durch Handeln ergründe[n].“¹⁹ Schon der Titel dieser Arbeit gibt Aufschluss darüber, was mit „Psychodrama“ gemeint ist und erreicht werden soll. So bezieht sich „Psycho“ (altgr. Seele) auf das Innenleben und „Drama“ (altgr. Handlung) auf die Aktion.²⁰ Das Innere eines Menschen soll also sichtbar und nutzbar gemacht werden.

Die Problemstellungen werden durch Darstellung und Handlung vor Augen geführt und der Mensch bekommt die Chance, sich selbst zu reflektieren und diesen Konflikten auf den Grund zu gehen. Das Psychodrama geht nicht von einer Krankheit im Menschen aus, sondern davon, dass jeder gesund ist. Allerdings kann nicht jeder Aspekt seiner Selbst genutzt werden, einige sind also blockiert.²¹ Somit wird das Anwendbar-Machen dieser Rollen, wie besagte Aspekte genannt werden, zum Ziel der Therapie. Durch die Grundelemente Spontaneität, Kreativität, vertiefte Gedanken und das Konzentrieren auf das Hier und Jetzt soll der Mensch freier werden in dem, was er tut, ein Repertoire an Rollen entwickeln und Einsicht in sich selbst erlangen.

2.2 Biografische Bezüge bei der Entwicklung des Psychodramas

Jacob L. Moreno prägten in seinem Leben viele Erlebnisse und Begegnungen, die ihn zur Begründung des Psychodramas veranlasst haben.

2.2.1 „Gott“ spielen

Das Erste solcher Ereignisse hatte er bereits im Alter von vier Jahren. Moreno spielte gemeinsam mit den Nachbarskindern im Keller seines Hauses. Dieser beinhaltet nichts,

¹⁹ Vgl. Moreno Jacob Levy, Gruppenpsychotherapie und Psychodrama. Einleitung in die Theorie und Praxis, Stuttgart: Thieme 2008, S. 77

²⁰ Vgl. Soppa Peter, Psychodrama. Ein Leitfaden, Wiesbaden: VS Verlag 2009, S. 14

²¹ Vgl. ebd., S. 20

außer einem großen Tisch. Nachdem sich die Kinder entschieden hatten „Gott und Engel“ zu spielen, suchten sie Stühle und andere Tische zusammen, um diese zu einem Turm zu stapeln. Moreno, welcher Gott darstellte, saß ganz oben und sah zu den anderen Kindern, welche die Engel verkörperten, herunter. Nach der Aufforderung, er solle doch auch fliegen, sprang er von diesem Turm und brach sich dabei den Arm. Dieses Spiel prägte Moreno und brachte „die Erkenntnis, von anderen abhängig zu sein, und wurde einer der Grundgedanken [...]“²².

2.2.2 Die Kinder im Augarten

Ebenfalls prägend waren seine Zusammentreffen mit Kindern im Augarten in Wien. Moreno erzählte ihnen verschiedene Märchen und beobachtete dabei die Aufmerksamkeit und das Interesse, das ihm entgegengebracht wurde. Außerdem begannen die Kinder die Szenen spontan nachzuspielen.²³ Hier wurde Moreno vor allem von der Kreativität und der Improvisation der Jüngeren beeindruckt.

2.2.3 Das Stegreiftheater

Diese Spontanität wiederum, sorgten für die Gründung seines Stegreiftheaters. Eine der Teilnehmerinnen, eine Schauspielerin, überwand mithilfe dieses Theaters ihre Eheprobleme. Gemeinsam mit ihrem Mann spielte sie Zeitungberichte intuitiv nach. Allerdings wurden die Szenen schnell zu täglichen Situationen, Zukunftsplänen sowie vergangenen Erlebnissen umgewandelt. Das Paar lernte sich dadurch besser kennen und wurde toleranter gegenüber dem Anderen. Moreno berichtet, dass das Publikum ihm am Ende der Vorstellungen mitteilte, die Szenen, welche die Schauspielerin und ihr Mann gespielt hatten, haben es mehr bewegt, als alles was zuvor dargestellt worden war. Dadurch wurde Moreno die therapeutische Funktion des Stegreiftheaters sowie der Spontanität und Kreativität, welche hier eingesetzt werden müssen, bewusst.²⁴

²² Vgl. Kunz/Stadler, 2018, S. 29

²³ Vgl. ebd., S. 22

²⁴ Vgl. Moreno Jacob Levy, Hrsg.: Jonathan Fox, Psychodrama und Soziometrie, Köln: Edition Humanistische Psychologie 2001², S.2 98ff

2.3 Methoden

2.3.1 Die fünf Instrumente

Im Psychodrama gibt es fünf wichtige Instrumente: Bühne, Protagonist/Protagonistin, Leiter/Leiterin, Hilfs-Ichs und Gruppe. Sie bilden die Grundlage für ein Psychodrama und seine Gestaltung.

Die Bühne repräsentiert nicht nur den realen Ort, sondern auch eine Phantasiewelt. Hier befinden sich beide Orte allerdings nicht im Konflikt, sondern erweitern den Raum, der für die Darstellung des Problems genutzt werden kann. Sie bieten Freiheit und gibt jeder Wahrnehmung denselben Wert. Dabei ist es egal, ob diese der Realität oder Phantasie entstammen.²⁵ Die Bühne ist ein Bereich, der, wenn möglich, von anderen Gegenständen und Räumen abgegrenzt ist. So kann dieser frei gefüllt mit Konflikten und Handlungen gefüllt werden.

Der Protagonist/Die Protagonistin ist jene Person, die auf der Bühne steht und diese mit Ereignissen des eigenen Lebens gestaltet. Hier ist wichtig zu betonen, dass diese Gestaltung nicht aufgezwungen wird, sondern freiwillig passiert.²⁶ Der Protagonist/Die Protagonistin sollen frei und intuitiv mit jenen Dingen handeln, die ihm/ihr in den Sinn kommen.²⁷

Die Leitung des Psychodramas hat mehrere Aufgaben. Er/Sie muss in der Lage sein, die Darstellungen des Protagonisten/der Protagonistin mit seinem/ihrem Leben zu verbinden und es dadurch für die Zuschauer verständlich machen. Außerdem besitzt der Leiter/die Leiterin die Funktion der Beratung. Damit ist gemeint, dass er/sie den Hauptdarsteller/die Hauptdarstellerin überrascht, aber auch erschrecken wird. Die dritte und letzte Funktion besteht darin, die dargestellte Szene selbst zu interpretieren, nachzufragen und darauf zu reagieren.²⁸

²⁵ Vgl. Moreno, 2001², S. 45f

²⁶ Vgl. Soppa, 2009, S. 30

²⁷ Vgl. Moreno, 2001², S. 46

²⁸ Vgl. ebd., S. 47

Die helfenden Mitspieler des Protagonisten/der Protagonistin werden als „Hilfs-Ichs“ bezeichnet. Sie unterstützen, indem sie bestimmte Personen, Gefühle, Ängste, u.v.m. in einer Szene aus dem Leben des Hauptdarstellers/der Hauptdarstellerin darstellen.

Das letzte Instrument bildet die Gruppe. Durch ihr reagieren auf das Geschehen auf der Bühne unterstützt sie den Protagonisten/die Protagonistin, denn ohne die Aufmerksamkeit der Gruppe und ihre Hilfe kann keine Inszenierung stattfinden. Außerdem profitieren beide Seiten von der gemeinsamen Darstellung, da jeder/jede sich, wenn auch nur geistig, in dieser befindet.

2.3.2 Der kreative Zirkel

Jeder Mensch denkt, fühlt und handelt. Diese Prozesse entwickeln sich allerdings ständig weiter, da wir laufend mit neuen Situationen konfrontiert werden. Der kreative Zirkel hilft dabei, diese Veränderungen zu erkennen und zu verstehen.

Zwei wichtige Begriffe in diesem Modell sind Spontanität und Kreativität. Mit Spontanität ist ein Zustand gemeint, in welchem ein Mensch bereit ist Veränderungen anzunehmen. Man wird dazu gebracht, auf neue Situationen entsprechend und auf alte Situationen neu zu reagieren. Wird ein Mensch mit einem Ereignis konfrontiert und das Verhalten oder Erleben passt nicht zu diesem, begibt er/sie sich in die Bereitschaft zur Spontanität, um diese Unangepasstheit auszubessern.²⁹

Kreativität bezieht sich auf eine Energie, die schöpferisch wirkt. Jeder Mensch besitzt sie, ändert sich dadurch fortlaufend und will sich selbst entfalten. Dies geschieht das ganze Leben lang. Die Kreativität ermöglicht es, neue Verhaltensmuster zu entwickeln, die nach Überprüfung und Bewertung in das Rollenrepertoire aufgenommen werden.

2.3.3 Doppeln

Bei dieser Methode ist es notwendig, an die fünf Instrumente zurückzudenken. Hier wird dem Protagonisten/der Protagonistin von anderen Mitgliedern der Gruppe Gefühle, Ansichten, Vermutungen, u.v.m. aus der „Ich“-Perspektive mitgeteilt, die durch Zusehen entstanden sind. Das „Doppel“ verkörpert hier also ebenfalls den Hauptdarsteller/die

²⁹ Vgl. Kunz/Stadler, 2018, S. 63f

Hauptdarstellerin. Treffen die Aussagen zu, so bekommt der Protagonist/die Protagonistin die Möglichkeit, Unbewusstes oder Verstecktes zu erfahren und in den bewussten Teil der Gefühls- und Gedankenwelt einzubetten.

Doppeln ist meist eine spontane Aktion und wird nur selten vom Leiter erbeten. Oftmals möchten sich die Gruppenmitglieder mitteilen und herausfinden, ob ihre gewonnenen Eindrücke stimmen oder nicht. Die Gefahr, dass das Doppel mit fehlerhaften Aussagen den Protagonisten/die Protagonistin verwirrt und in eine falsche Richtung lenkt, ist allerdings gering. Sollte eine Äußerung als nicht wahr empfunden werden, so folgt direkt eine Ablehnung. Folgt aber eine Aggressive Verneinung, kann davon ausgegangen werden, dass die Aussagen richtig, allerdings im falschen Moment gekommen ist.³⁰

2.3.4 Rollentausch

Für den Rollentausch wählt der Protagonist/die Protagonistin „Hilfs-Ichs“ die, abhängig von der dargestellten Szene, Gefühle, Personen, Ängste, u.v.m. verkörpern. Anschließend tauscht der Hauptdarsteller/die Hauptdarstellerin mit den „Hilfs-Ichs“ Platz und schlüpft dadurch in ihre Rollen. Um der Gruppe, dem Leiter/der Leiterin und den „Hilfs-Ichs“ die Rolle vorzustellen, antwortet er/sie entweder auf Fragen des Leiters/der Leiterin oder spricht aus der Sicht der Rolle zu dem „Hilfs-Ich“, das im Moment den Protagonisten/die Protagonistin selbst darstellt. Hat er/sie geendet, werden die Positionen und Rollen wieder zurückgetauscht und das „Hilfs-Ich“ wiederholt das eben Gesagte. Der Protagonist/die Protagonistin hört nun wieder als er/sie selbst zu und reagiert darauf.

Die Methode des Rollentausches kann helfen, Konflikte mit sich selbst oder mit anderen zu klären, aber auch ganze Beziehungskonstellationen zu verstehen. Außerdem bietet diese Technik die Möglichkeit zur Begegnung und kann so das Einfühlen in das Gegenüber unterstützen. Der Rollentausch erleichtert es, Gemeinsamkeiten und Andersartigkeit besser zu erkennen und somit vom Unbewussten ins Bewusste zu holen, es zu erweitern.³¹

³⁰ Vgl. Soppa, 2009, S. 44f

³¹ Vgl. ebd., S. 56ff

2.3.5 Spiegeln

Beim Spiegeln ist der Protagonist/die Protagonistin nicht aktiv an der Szene beteiligt. Zwar erzählt er/sie diese zuvor, damit die „Hilfs-Ichs“ wissen, was sie spielen sollen, aber der Hauptdarsteller/die Hauptdarstellerin betrachtet die Darstellung von außen und greift korrigierend ein, sobald etwas nicht so ist, wie er/sie es empfindet. Statt ihm/ihr wird ein „Stand in“, ein „Hilfs-Ich“, zur Verkörperung genutzt, das in der dargestellten Szene so spielt, wie es zuvor erzählt worden ist. Wird beispielsweise berichtet, dass der Protagonist/die Protagonistin vor Angst gelähmt war, so wird das „Stand in“ bei Konfrontation mit besagter Angst auch nicht handeln. Der Hauptdarsteller/die Hauptdarstellerin hat aber auch die Möglichkeit Figuren in der Szene zu Doppeln oder mit ihnen die Rollen zu tauschen und sein/ihr empfinden mitzuteilen.

Der Protagonist/die Protagonistin möchte nicht immer selbst mitspielen. Manchmal ist es ihm/ihr unangenehm oder er/sie fürchtet sich vor der Szene, die dargestellt wird. Das Spiegeln bietet hier die Chance von außen zu betrachten und dadurch ein Ereignis zu analysieren und zu verstehen. Der Hauptdarsteller/die Hauptdarstellerin können Ängste erkennen, aber auch Vergangenes verarbeiten und das Handeln anderer oder einem selbst nachvollziehen.³²

2.4 Anwendung

Auch für Psychodrama gilt in Österreich das Psychotherapiegesetz.

Psychotherapiegesetz BGBl. Nr. 361/1990 ST0151 §1:

- (1) Die Ausübung der Psychotherapie im Sinne dieses Bundesgesetzes ist die nach einer allgemeinen und besonderen Ausbildung erlernte, umfassende, bewusste und geplante Behandlung von psychosozial oder auch psychosomatisch bedingten Verhaltensstörungen und Leidenszuständen mit wissenschaftlich-psychotherapeutischen Methoden in einer Interaktion zwischen einem oder mehreren Behandelten und einem oder mehreren Psychotherapeuten mit dem Ziel, bestehende Symptome zu mildern oder zu beseitigen, gestörte Verhaltensweisen und Einstellungen zu ändern und die Reifung, Entwicklung und Gesundheit des Behandelten zu fördern.³³*

³² Vgl. Soppa, 2009, S. 68ff

³³ <https://www.psychotherapie.at/psychotherapeutinnen/rechtsinformationen/psychotherapiegesetz/popsychotherapieges-1-1a-2> [26.07.2020, 10:35]

Psychodrama muss also für alle psychosozialen und psychosomatischen Probleme anwendbar sein, um als Psychotherapie in Österreich zugelassen zu werden. Dies gilt sowohl in der Einzel-, als auch in der Gruppentherapie.

Für letzteres ist das Psychodrama konzipiert worden, allerdings wird häufig auch im „Monodrama“, wie die Einzeltherapie hier genannt wird, gearbeitet.

2.4.1 Monodrama

Im Monodrama werden die Funktionen der Gruppe, z.B. das Hilfs-Ich, vom Leiter/der Leiterin übernommen. So ist es auch hier möglich, Methoden wie Rollentausch und Doppeln durchzuführen. Beim Spiegeln, werden in der Einzeltherapie Gegenstände wie Pöster, Sessel, Stofftiere, u.v.m. genutzt, um Szenen darzustellen und von außen zu betrachten.³⁴

Durch das Umlegen der Techniken der Gruppentherapie auf das Monodrama können ebenfalls alle psychosozialen und psychosomatischen Störungen behandelt werden.

2.4.2 Psychodrama mit Kindern und Jugendlichen

Besonders geeignet ist die Therapieform des Psychodramas für Kinder und Jugendliche. Da diese noch einen ausgeprägten Spieltrieb haben, stellen sie häufig Gefühle oder beengende Situationen dar, ohne sich mit diesen verbunden zu fühlen. Die Szenen werden so dargestellt, als ob Kinder und Jugendliche selbst nicht dazugehören würden. Dadurch gewinnen sie eine äußere Ansicht und können diese Probleme verarbeiten. Weiters wird durch diesen Spieltrieb die Therapie zu Spaß und einem positiven Erlebnis.

In der Gruppentherapie wird nach Problematik unterschieden. Klienten (Personen, die eine Psychotherapie erhalten) mit derselben Belastung, z.B. Essstörungen, werden in derselben Gruppe behandelt. Bei Kindern und Jugendlichen wird außerdem nach Alter und Geschlecht unterschieden. Gleichaltrige sind eine wichtige Stütze und ein bedeutender Faktor in der Entwicklung, da diese stärker gefördert wird.³⁵

³⁴ Vgl. Soppa, 2009, S. 162ff

³⁵ Vgl. Kunz/Stadler, 2018, S. 143ff

2.4.3 Psychodrama mit Erwachsenen

Ursprünglich war das Psychodrama, wie oben beschrieben, nur für Erwachsene gedacht. Je nachdem, wie empfindlich ein Mensch ist oder wie stark er unter Ängsten und Blockaden leidet, wird entschieden, ob mit einer Gruppen- oder Einzeltherapie begonnen wird.

Bei Gruppentherapien wird, wie bei Kindern und Jugendlichen, nach Problematik unterschieden. Weiters können die Gruppen einheitlicher gestaltet werden, wird auch hier auf Alter und Geschlecht geachtet.³⁶

2.4.4 Psychodrama mit Paaren und Familien

Bei Paaren und Familien ist es möglich, zwei Arten des Psychodramas durchzuführen. Entweder alle oder nur ein Teil der beteiligten Personen sind präsent. Je nachdem welche dieser Varianten eintritt, wird auf eine Einzel- oder Gruppentherapie zurückgegriffen.³⁷

³⁶ Vgl. Kunz/Stadler, 2018, S. 159ff

³⁷ Vgl. ebd., S. 166

3 Soziometrie

3.1 Definition

Soziometrie ist ein Teilbereich der Sozionomie, der „Wissenschaft der sozialen Gesetze“³⁸. Der Begriff leitet sich von „Sozius“ (lat. socius = der Gefährte, Genosse)³⁹ und „metrein“ (messen) ab.⁴⁰ Sie ist also die Messung und Analyse einer Gruppenstruktur und ihrer zwischenmenschlichen Beziehungen. Ziel ist es außerdem, soziale Räume zu schaffen und Menschen bei der Bildung einer Gruppe und dem Kennenlernen zu unterstützen.⁴¹

Soziometrie umfasst ein großes Gebiet, daher wird sich diese Arbeit auf den am häufigsten in der Praxis angewandten Teil beziehen.

3.2 Biografische Bezüge bei der Entwicklung der Soziometrie

Moreno selbst betitelt sich nicht als Entwickler der Soziometrie, sondern verweist auf die Forschungen, die bereits vor ihm durchgeführt worden waren, z.B. durch Johannes Delitsch (1900) oder Siegfried Bernfeld (1922). Allerdings bildeten diese die Grundlage zu seiner Arbeit und gaben Moreno die Möglichkeit, die Soziometrie weiterzuentwickeln und zu verbreiten. Er wollte mit ihr bewirken, dass auch auf politischer Ebene an Abgelehnte, Vernachlässigte oder Isolierte gedacht und eine Änderung vollzogen wird.⁴²

Prägend dafür war unter anderem seine Zeit im Flüchtlingslager in Mitterndorf an der Fische. Auch nach seiner Emigration in die USA arbeitete Moreno an der Soziometrie. Die in einem Gefängnis und einer Schule durchgeführten Forschungen und Testungen brachten ihm die Erkenntnis, dass soziometrisches Arbeiten das Gruppenklima positiv fördert. Dadurch fand die Soziometrie nicht nur viel Zuspruch, sondern wurde außerdem in der Praxis übernommen.

³⁸ Vgl. Moreno, 2008, S. 19

³⁹ Vgl. <https://de.wikipedia.org/wiki/Sozius> [01.11.2020, 10:42]

⁴⁰ Vgl. ebd.

⁴¹ Vgl. Hrsg. Stadler Christian, Soziometrie. Messung Darstellung, Analyse und Intervention in sozialen Beziehungen, Wiesbaden: Springer VS 2013, S. 31ff

⁴² Vgl. ebd., S. 18

3.2.1 Das Flüchtlingslager in Mitterndorf

1915 kam Moreno als Lagerarzt ins Flüchtlingslager in Mitterndorf an der Fischa. Die Umstände, in denen die Flüchtlinge lebten, erschütterten ihn zutiefst und er suchte stetig Verbesserung. Auch die Gefühle der geflohenen Menschen konnte er nachvollziehen, da er selbst einen Umzug von Rumänien nach Österreich hinter sich und dadurch die Phase der Immigration erlebt hatte. Er erkannte außerdem, dass die Menschen in ihren zugewiesenen Arbeitsplätzen und Quartieren unglücklich sind und verfasste einen Brief an den damaligen Innenminister, Regierungsrat Winter. In diesem erklärte er, dass die zwischenmenschlichen Beziehungen mit soziometrischen Tests erkannt und die Flüchtlinge danach umgruppiert werden können.

Für Moreno war es außerdem bedeutend, den Menschen die Möglichkeit zu geben, sich selbst zu gruppieren. Die Flüchtlinge sollten sich also mit jenen zu einer Gruppe schließen, die eine positive Anziehung auf sie selbst hatten. Er war überzeugt davon, dass sie dann glücklicher und gesünder sein würden.⁴³

3.2.2 USA

In den USA arbeitete Moreno zunächst in Sing-Sing im Gefängnis. Sein Ziel war es, die Rehabilitation der Insassen zu erforschen und bedeutende Faktoren herauszufinden.

Nachdem er seine Arbeit in Sing-Sing beendet hatte, präsentierte er seine Ergebnisse der Öffentlichkeit. Daraus resultierend wurde er in die „Hudson-Schule für schwer erziehbare Mädchen“ eingeladen, um dort seine soziometrischen Tests und Forschungen weiterzuführen. Hier stellte Moreno Fragen nach Sympathie, z.B. „Mit wem würdest du gerne zusammenarbeiten?“, und spielte Rollenspiele. Er hatte zum Ziel, die Gemeinschaft der Mädchen nach ihren Strukturen umzugestalten. Seine Fragestellungen halfen Moreno dabei, diese Strukturen zu erkennen und den Schülerinnen eine Einteilung nach ihren Bedürfnissen zu ermöglichen. Damit förderte er außerdem ein positives Klima innerhalb der Gruppe.⁴⁴

⁴³ Vgl. Moreno, 2019, S. 190ff

⁴⁴ Vgl. Kunz/Stadler, 2018, S. 31

3.3 Methoden

3.3.1 Der soziometrische Test

Der soziometrische Test ist eine Methode der Soziometrie, um die Struktur der Gruppe festzustellen. Er besteht aus einfachen Fragestellungen, bei welchen die Gruppenmitglieder eine Wahl treffen müssen. Diese Fragen beziehen sich immer auf die gesamte Gruppe und ihre Individuen. Wichtig hierbei ist, dass alle Gruppenmitglieder ehrliche Antworten geben. Nur so kann eine wahrheitsgemäße Aussage über die Struktur getätigt werden.

Soziometrische Fragen können sowohl positive als auch negative Wahlen erfordern. Einerseits kann eine Anziehung (z.B. Neben wem würdest du zu gerne sitzen?), andererseits eine Abneigung (z.B. Neben wem willst du auf keinen Fall sitzen?) erfragt werden. Einen Einfluss auf das Ergebnis haben solche Fragen insofern, je nachdem wie die Befragung durchgeführt wird. Werden die Wahlen geheim getroffen, ist es wahrscheinlicher, dass wahre Antworten gegeben werden. Bei offenen Befragungen wird von den Befragten eine Konsequenz resultierend aus der Wahl gefürchtet und daher verfälschen sich die Ergebnisse.

Weiters muss bei der Fragestellung auf die Sinnhaftigkeit geachtet werden. So kann es zu Ärger und Unzufriedenheit führen, wird z.B. vor einer Klassenreise gefragt, mit wem ein Schüler/eine Schülerin sich gerne ein Doppelzimmer teilen möchte, obwohl noch nicht klar ist, ob Doppelzimmer zur Verfügung stehen.

Jeder soziometrische Test spiegelt immer nur die sozialen Verhältnisse jener Gruppe wider, die diesen Test absolviert hat. Daher ist es nicht möglich, Ergebnisse auf andere Gruppenstrukturen zu übernehmen. Es muss also, für jede Gruppe ein eigener Test durchgeführt werden. Außerdem können die Ergebnisse nur für den aktuellen Zeitpunkt gelten. Da sich jede Gruppe weiterentwickelt, wird sich auch die Struktur innerhalb dieser laufend verändern. Es ist also nicht möglich, immerwährende Aussagen zu einer Gemeinschaft zu tätigen.⁴⁵

⁴⁵ Vgl. Stadler, 2013, S. 64ff

3.3.2 Das Soziogramm

Die grafische Darstellung der Ergebnisse eines soziometrischen Tests wird „Soziogramm“ genannt. In diesem werden alle positiven und negativen Wahlen mit Hilfe von z.B. Pfeilen und Kreisen veranschaulicht.

Es gibt vier Arten von Soziogrammen: das egozentrierte Soziogramm, das nicht egozentrierte Soziogramm, das symbolisierte Soziogramm und die freie zeichnerische Darstellung. Sie alle stellen die Strukturen einer Gruppe, aber auch ihrer Individuen in ihr dar, jedoch auf unterschiedliche Weise.

Das egozentrierte Soziogramm veranschaulicht die Struktur mit einem „Ich“ als Mittelpunkt. Um dieses werden die einzelnen Beziehungen in konzentrischen Kreisen angeordnet.

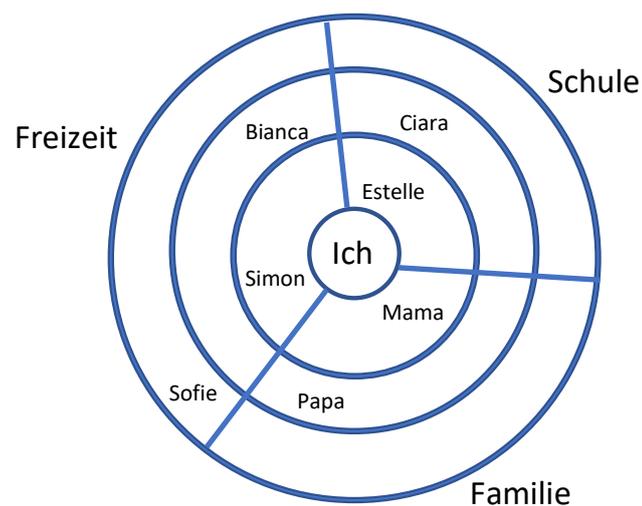


Abb.1 – Bsp. egozentrisches Soziogramm (Marie-Christine Vlach, 2020)

Das nicht egozentrierte Soziogramm hat im Gegensatz zum egozentrierten Soziogramm kein „Ich“. Meist ist es eine einfache Zeichnung auf einem Blatt Papier. Es stellt die Beziehungen einer Gemeinschaft objektiv betrachtet dar.

Beim symbolisierten Soziogramm kommen Hilfsmittel wie einfache Gegenstände (z.B. Stofftiere) oder andere Personen zum Einsatz. Mit ihnen wird auf einer Bühne eine Gruppenstruktur veranschaulicht.

Die freie zeichnerische Darstellung kann unterschiedlich ausfallen. Sie kann dem nicht egozentrierten Soziogramm ähneln und ebenfalls eine Struktur auf ein Blatt Papier darstellen. Sie kann aber auch eine Zeichnung der Gruppenmitglieder selbst sein.

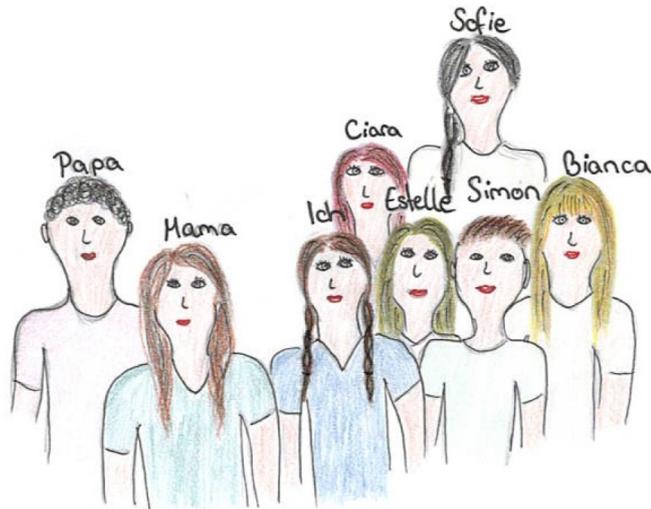


Abb. 2 – Bsp. freie zeichnerische Darstellung (Marie-Christine Vlach, 2020)

Für die Auswertung eines soziometrischen Tests wird meist eine abgewandelte Form des nicht egozentrierten Soziogramms genutzt. Statt einfach nur die Beziehungen zu veranschaulichen, werden Pfeile für positive und negative Wahlen eingezeichnet. In einer darübergelegten Tabelle können anschließend jene Wahlen mit den meisten positiven und negativen Antworten ermittelt werden.⁴⁶

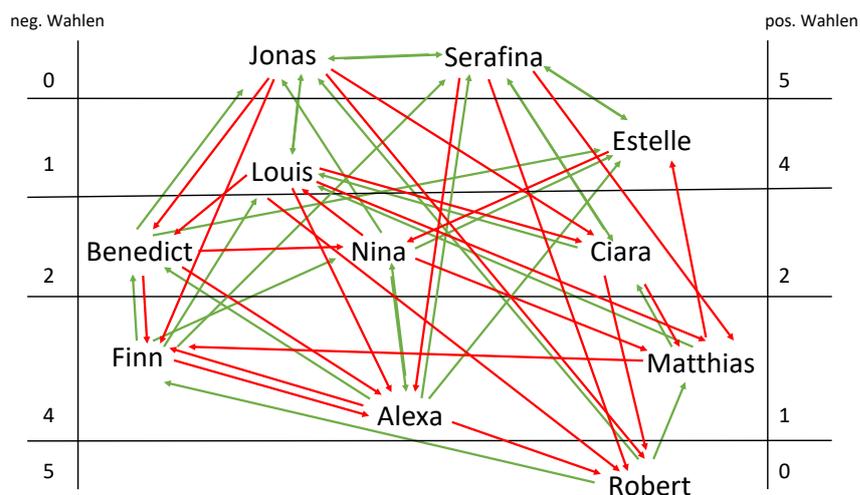


Abb.3 – Bsp. Soziogramm eines soziometrischen Tests (Marie-Christine Vlach, 2020)

⁴⁶ Vgl. Stadler, 2013, S. 76ff

3.3.3 Aktionssoziometrie

Aktionssoziometrie wird besonders bei erstmaligem Zusammentreffen einer Gruppe angewandt, da sie es den Gruppenmitgliedern und dem Leiter ermöglicht, sich schnell kennenzulernen.

Die Anwendung der Aktionssoziometrie ist einfach: es werden Kriterien vorgegeben (z.B. Anzahl der Geschwister, Ordnen nach Alphabet, ...) und die Teilnehmer ordnen sich im Raum nach diesen an. Dabei gibt es verschiedene Varianten:

Wird z.B. nach Alter gefragt, wird die eindimensionale Aktionssoziometrie angewandt. Die Teilnehmer stellen sich hier in einer Linie auf.

Bei zweidimensionaler Aktionssoziometrie können mehrere Informationen zur selben Zeit gefragt werden (z.B. Gehe ich noch in die Schule und in welche, oder mache ich eine Lehre und welche?).

Bei der nichtlinearen Aktionssoziometrie wird häufig die Kreissoziometrie angewandt. Mit ihr lassen sich Gemeinsamkeiten erfragen. In einem Kreis stehend werden den Teilnehmern gegenseitig Fragen gestellt (z.B. Wer isst gerne Müsli, so wie ich?). Können sie die Frage positiv beantworten, treten sie einen Schritt in die Mitte.⁴⁷

3.4 Anwendung

Soziometrie findet in vielen Bereichen Anwendung. Im Folgenden wird eine kleine Auswahl dieser Bereiche dargestellt.

3.4.1 Soziometrie in der psychotherapeutischen Jahresgruppe

Jede Gruppe entwickelt sich im Laufe der Zeit. Dabei befindet sie sich in unterschiedlichen Phasen. Bereits Tuckmann hatte diese Phasen als Forming, Storming, Norming und Performing definiert.

Eine psychotherapeutische Jahresgruppe ist eine Gruppe, die sich von September bis Juni in regelmäßigen Abständen trifft. Dabei variieren die Mitglieder von Jahr zu Jahr. Deshalb ist es besonders beim Start im September wichtig, die Phasen des Formings

⁴⁷ Vgl. Kunz/Stadler, 2018, S. 74f

(Gruppenbildung), Stormings (Platzfindung in der Gruppe) und Normings (Organisation und Regelbildung) zu unterstützen und so ein Gemeinschaftsgefühl zu schaffen. Gerade bei therapeutischen Gruppen ist es von großer Bedeutung, Vertrauen und Zusammengehörigkeit zu vermitteln. Soziometrie ist hierfür die perfekte Methode. Mithilfe von einfachen Aufforderungen wie z.B.: „Stellt euch nach Größe auf!“, können solche Gefühle nähergebracht werden.⁴⁸

Diese Unterstützung der Gruppenbildung wird sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern und Jugendlichen angewandt.

3.4.2 Soziometrie in der Therapie von Kindern und Jugendlichen

Im Laufe der Entwicklung bekommt die Gruppe einen größeren Stellenwert zugeschrieben. Erfahrungen mit Gemeinschaft in dieser Zeit prägen Kinder und Jugendliche besonders, daher haben negative Erlebnisse eine negative Auswirkung auf die Entwicklung der Beziehungsfähigkeit. Oft äußern sich diese Auswirkungen durch Misstrauen gegenüber Gleichaltrigen, Gewaltbereitschaft und/oder Zurückgezogenheit. Mithilfe der Soziometrie können Kinder und Jugendliche in einer psychodramatischen Therapie Strukturen und Handlungen, aber auch ihre eigenen Gefühle erkennen. Wichtig ist es, im Anschluss diese Einsichten auf das tägliche Leben zu übertragen und verständlich zu machen. Dadurch können Kinder und Jugendliche sich ihrer Ängste bewusstwerden und lernen, diese zu überkommen.⁴⁹

⁴⁸ Vgl. Hrsg. Stadler, 2013, S. 121f

⁴⁹ Vgl. ebd., S. 171ff

Zusammenfassung

Jacob Levy Moreno wurde durch sein Psychodrama und seine Soziometrie weltweit bekannt. Als Vierjähriger nach Wien gekommen, lebte er sich in der neuen Heimat schnell ein und lernte ohne Probleme Deutsch. Moreno war ein äußerst begabter Mensch, der sich unter anderem mit Nachhilfeunterricht sein Leben finanzierte. Nach seinem Medizinstudium an der Wiener Universität arbeitete er als Gemeindefarzt in Kottlingbrunn und Bad Vöslau, wo er mit der Entwicklung des Psychodramas begann, welche er nach seiner Emigration in die USA vollendete. Ebenfalls bekannt ist seine Soziometrie, zu welcher er im Flüchtlingslager in Mitterndorf den Anstoß bekommen und sie in den USA fortentwickelt hatte.

Morenos Psychodrama ist, wie der Begründer selbst, weltweit bekannt. Durch das Spielen einzelner Szenen und das Versetzen in andere Rollen, wie es in den Methoden des Doppelns, des Rollentausches und des Spiegelns angewandt wird, werden Probleme selbst überwunden und eine heilende Wirkung erfahren. Psychodrama zeichnet sich durch seine Einfachheit aus, wodurch es besonders gut geeignet für Kinder und Jugendliche, aber auch für Gruppen ist. Mittlerweile ist diese Therapieform so weiterentwickelt worden, dass ebenfalls Einzelpersonen in Form eines Monodramas behandelt werden können.

Die Soziometrie hilft dabei, Gruppenstrukturen zu erkennen und eine Gruppe zu analysieren. Mit Hilfe ihrer Tests, bei denen Fragen gestellt werden, können Anziehung und Abneigung der einzelnen Gruppenmitglieder zueinander aufgedeckt werden. Um diese darzustellen, werden Soziogramme genutzt. Soziometrie findet heutzutage Anwendung sowohl in therapeutischen Jahresgruppen als auch in der Therapie von Kindern und Jugendlichen, um eine optimale Gruppenbildung zu unterstützen.

Literaturverzeichnis

Kunz Mehlstaub, Susanne/Stadler, Christian: Psychodrama-Therapie, Stuttgart: Kohlhammer 2018

Moreno, Jacob Levy: Autobiography of a Genius, Großbritannien: The North-West Psychodrama Association 2019

Moreno, Jacob Levy: Gruppenpsychotherapie und Psychodrama. Einleitung in die Theorie und Praxis, Stuttgart: Thieme 2008

Moreno, Jacob Levy: Psychodrama und Soziometrie, Köln: Edition Humanistische Psychologie 2001²

Soppa, Peter: Psychodrama. Ein Leitfaden, Wiesbaden: VS Verlag 2009

Stadler, Christian (Hrsg.): Soziometrie. Messung Darstellung, Analyse und Intervention in sozialen Beziehungen, Wiesbaden: Springer VS 2013

Wieser, Michael/Stadler, Christian: Jakob Levy Moreno, Mediziner, Soziometriker und Prophet – Eine Spurensuche, Wiesbaden: Springer VS 2013

<https://de.wikipedia.org/wiki/Sozius> [01.11.2020, 10:42]

<https://www.psychotherapie.at/psychotherapeutinnen/rechtsinformationen/psychotherapiegesetz/popsychotherapiegesese-1-1a-2> [26.07.2020, 10:35]

<https://www.spektrum.de/lexikon/chemie/spektralanalyse/8590> [23.12.2020, 08:03]

Abbildungsverzeichnis

Abb.1 – Bsp. egozentrisches Soziogramm (Marie-Christine Vlach, 2020).....	23
Abb. 2 – Bsp. freie zeichnerische Darstellung (Marie-Christine Vlach, 2020)	24
Abb.3 – Bsp. Soziogramm eines soziometrischen Tests (Marie-Christine Vlach, 2020).	24

Abkürzungsverzeichnis

z.B. zum Beispiel

Abb. Abbildung

Bsp. Beispiel

Vgl. Vergleiche

Glossar

Spektralanalyse

Analyse des Spektrums, welches ein Stoff ausstrahlt, um die Zusammensetzung dieses Stoffes zu bestimmen.⁵⁰

⁵⁰ <https://www.spektrum.de/lexikon/chemie/spektralanalyse/8590> [23.12.2020, 08:03]