

Hoffen lernen in diesen Zeiten?

Eine soziodramatische Reise zum Planeten Utopia und zurück zur Erde

Jutta Heppekausen

Angenommen: 24. Oktober 2023

© Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH, ein Teil von Springer Nature 2023

Zusammenfassung In diesem Artikel in der Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie wird danach gefragt, welche Potenziale für hoffnungsvolle Utopien in Zeiten multipler Krisen in psychodramatischem und insbesondere soziodramatischem Handeln und Denken zu entdecken sind. Ausgehend von Blochs Ansatz einer konkreten Utopie wird Bezug genommen auf eine psychodramatische Lesart des „überschüssigen Sinns“ in Lorenzers Theorie des „Szenischen Verstehens“ und diese mit dem psychodramatischen Konzept der Surplus Reality in Verbindung gebracht. An Beispielen aus der soziodramatischen Praxis werden günstige Voraussetzungen wie Grenzen der Wirksamkeit einer Umsetzung kritisch reflektiert.

Schlüsselwörter Soziodrama · Psychodrama · Utopie · Hoffnung · Multiple Krisen · Szenisches Verstehen · Praxisreflexion

Learning to hope in these times?

A sociodramatic journey to the planet Utopia and back to earth

Abstract In this essay in the journal Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie we ask what potentials for hopeful utopias in times of multiple crises can be discovered in psychodramatic and especially sociodramatic acting and thinking. Starting from Bloch's approach of a concrete utopia, reference is made to a psychodramatic reading of "surplus meaning" in Lorenzer's theory of "scenic understanding" and this is related to the psychodramatic concept of Surplus Reality. Examples from sociodramatic practice are used to critically reflect on favorable conditions as well as limits of the effectiveness of an implementation.

✉ Jutta Heppekausen
Meistersingerstr. 18, 14471 Potsdam, Deutschland
E-Mail: info@supervision-blickweiten.de

Keywords Sociodrama · Psychodrama · Utopia · Hope · Multiple Crises · Scenic Understanding · Practice Reflection

Wir leben in schwierigen Zeiten. Ich bin mir nicht sicher, ob dieser Satz nicht schon von allen Generationen zu fast allen Zeiten gedacht oder gesagt wurde. Aber auch im Jahr 2023 klingt er stimmig. Nach einer langen Periode relativen Friedens und Wohlstands für viele Menschen in Zentraleuropa – niemals für alle! – geht es bergab. Putins Krieg gegen die Ukraine, Klimadesaster, Pandemie ... Kriege gab es auch vorher, schreckliche und in unserer Region eher ignorierte (Syrien, Jemen, Ruanda, Sudan, Eritrea, Indien-Pakistan, Jugoslawien und noch viel länger ist die Liste), Armut gab es immer und sie nimmt an Krassheit überall zu, wenn auch mit ungleichen Folgen, nicht zuletzt für das Klima. Der fast globale Rechtsruck und immer wieder die Erfahrung, wie fragil Rechtsstaatlichkeit und funktionierende Demokratien sind. Es ist alarmierend, diese Liste zu vervollständigen. Sie ist nicht gerade ermutigend.

Was kann Psychodrama/Soziodrama hier ausrichten? Kann es, über die Stärkung individueller und kollektiver Resilienz hinaus, dem vielleicht zu allmächtig imaginierten Visionen Morenos einer Heilung des Kosmos gerecht werden? Können wir als Schöpfer*innen, als kreative Gestalter*innen globaler Lebensverhältnisse zu einer besseren, gerechten Welt beitragen? Worin besteht unsere professionelle Macht der Spontaneität im Sinne einer Entwicklung neuer Lösungen für alte und neue Probleme? Ich wage hier keine Antworten. Ich habe keine, die uns dieser Fragen entledigen könnten. Aber ich möchte Hoffnungen stärken, nicht nur für mich persönlich, sondern für Menschen in meinem Lebens- und Arbeitsumfeld. Ich probiere aus, ob wir mit dem Potenzial der soziodramatischen Arbeit, mit den Perspektiverweiterungen – durch die psychodramatische Surplus Reality unsere Fähigkeit zum Hoffen stärken, kollektive Visionen entwickeln und Bilder einer Gesellschaft entwerfen können, für die wir uns handelnd einsetzen wollen. Ich hoffe, dass wir zu Begegnungen einladen können, aus denen wir gemeinsam Kraft schöpfen und erste Schritte in eine gute oder zumindest bessere Zukunft erkennen können.

1 Das Prinzip Hoffnung: Aktueller denn je?

Also lese ich wieder einmal die Worte des deutschen, jüdischen, sich als Marxist verstehenden Philosophen Ernst Bloch, der in finstersten Zeiten sein Werk entwickelte, das er „Das Prinzip Hoffnung“ nannte, geschrieben 1938–47, durchgesehen 1953 und 1957. Er begann es, während Millionen Menschen umgebracht wurden, als infolge deutschen Großmachtstrebens und industriell perfektioniertem Vernichtungswillen auf Schlachtfeldern, in zerbombten Städten, in Europas Konzentrationslagern und verbrannten Dörfern unfassbare Verbrechen von Menschen an Menschen begangen wurden. Bloch vollendete die fünf Bände seines Werkes in den Jahren danach, als das Wissen darüber von denen, die es wissen wollten, nicht mehr zu ignorieren war. Hier eine Kostprobe aus der Einleitung:

„Wer sind wir? Wo kommen wir her? Wohin gehen wir? Was erwarten wir? Was erwartet uns?

Viele fühlen sich nur als verwirrt. Der Boden wankt, sie wissen nicht warum und von was. Dieser ihr Zustand ist Angst, wird er bestimmter, so ist er Furcht. [...] Es kommt darauf an, das Hoffen zu lernen. Seine Arbeit entsagt nicht, sie ist ins Gelingen verliebt statt ins Scheitern. [...] Die Arbeit dieses Affekts verlangt Menschen, die sich ins Werdende tätig hineinwerfen, zu dem sie selber gehören.“ (Bloch 1976, S. 1)

Ich überspringe hier die differenzierte Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Träumen und die Ausflüge in die jahrtausendealte philosophische Tradition der Utopie. Herausheben möchte ich eine Metapher, die uns vielleicht ein Portal für das Beschreiten eines sozio- und psychodramatischen Weges der Hoffnung sein könnte: Das Bild des Fernrohrs, von dem aus wir vom Planeten Utopia auf die Widersprüche der Gegenwart schauen können, um Hoffnung zu lernen:

„Das utopische Bewußtsein will weit hinausgehen, aber letztthin doch nur dazu, um das ganz nahe Dunkel des gerade gelebten Augenblicks zu durchdringen, worin alles Seiende betreibt wie sich verborgen ist. Mit anderen Worten: man braucht das stärkste Fernrohr, das des geschliffenen utopischen Bewußtseins, um gerade die nächste Nähe zu durchdringen, als die unmittelbarste Unmittelbarkeit, in der der Kern des Sich-Befindens und Da-Seins noch liegt, in der zugleich der ganze Knoten des Weltgeheimnisses steckt. (...) Das Noch-Nicht-Bewußte im Menschen gehört so durchaus zum Noch-Nicht-Gewordenen, spezieller mit dem Heraufkommen in Geschichte und Welt.“ (Bloch 1976, S. 11, Schreibweise aus dem Original übernommen, J.H.)

In diesem Aufsatz stelle ich folgende Fragen zur Diskussion:

- Welche Möglichkeiten sehen wir als Psychodramatiker*innen und insbesondere als Soziodramatiker*innen, jenes Noch-Nicht-Bewusste, das Noch-Nicht-Gewordenen, Noch-Nicht-Herausgebrachte, Herausmanifestierte in der Welt zu erfassen? Dabei versuche ich eine psychodramatische Lesart des „überschüssigen Sinns“ in Lorenzers Theorie des „Szenischen Verstehens“ zu skizzieren.
- Welche Bedeutung hat das psychodramatische Konzept der Surplus Reality für die Stärkung eines hoffnungsgebenden utopischen Denkens und Handelns?
- Was wäre vor dem Hintergrund der gemachten Erfahrungen bei der Konzipierung und Durchführung von Workshops mit dem Ziel, Hoffen zu lernen, zu bedenken?

2 „Überschüssiger Sinn“ bei Lorenzer und Zugang dazu im „Szenischen Verstehen“¹

Bezogen auf den Part des Erforschens utopischer Potenziale war für mich der Begriff des „überschüssigen Sinns“ als Quelle von Utopien und Dystopien bei Alfred

¹ Ausführlicher und auf Fallbeispiele bezogen: siehe Heppekausen (2015/2016).

Lorenzer (1922–2002) anregend – ohne mich den unterschiedlichen psychoanalytischen Konzepten des Unbewussten in ihrer Komplexität anschließen zu müssen. Sein Konzept des „Szenischen Verstehens“ knüpft aus deutscher Perspektive an Donald Winnicotts (1886–1971) „Übergangsraum“ an und beschäftigt sich mit einem Verständnis von „Szene“ als den Ort von deren Entstehung und Verknüpfung (vgl. Lorenzer 1970, 1981, 1986, 2002, 2006, zusammengefasst bei Klein 2013).

In Interaktionen mit Personen aus der frühen Kindheit, mit Gruppen (Kolleg*innen, Familie) oder Organisationen/Einrichtungen und der uns umgebenden Kultur zeigen sich Artefakte, Sprache und Körperverhalten – Lorenzer spricht hier von „symbolischen Interaktionsformen“ –, in denen sich individuelle, soziale und historische Wirklichkeiten als soziokulturelle Konstruktionen widerspiegeln. Er unterscheidet zwischen drei Symbolformen: *leibsymbolischen*, *sinnlich-symbolischen* und *sprachsymbolischen Interaktionsformen*. *Leibsymbolische Interaktionsformen* bilden das in den Leib eingeschriebene Körpergedächtnis und entstehen im embryonalen bzw. frühkindlichen Alter. Sie bezeichnen die unbewusste Sinnebene und zeigen sich lebenslang als habitualisierte Muster im – v. a. nonverbalen – Handeln. Die *sinnlich-symbolischen Interaktionsformen* bilden sich mit dem ersten kreativen Spiel des Kindes heraus und werden später bei unmittelbar sinnlichen, kreativen Tätigkeiten in Bereichen wie Kunst, Musik, Schauspiel, Religion und auch wissenschaftlichem Arbeiten weiter erfahrbar. Winnicott beschreibt dies als die Gestaltung von „Übergangsräumen“ (vgl. Winnicott 1995, S. 63), in denen Innen und Außen, Realität und Phantasie, Unbewusstes und Bewusstes miteinander verknüpft werden (Winnicott 1995). Für Lorenzer ist diese teilbewusste Sinnebene die Schaltstelle der Persönlichkeitsentwicklung und der Ort der Herausbildung von Autonomie und Identität (Lorenzer 1981, S. 163). Mit den *sprachsymbolischen Interaktionsformen*, die mit dem Spracherwerb angeeignet werden, wird es möglich, die früher erlebten Szenen zu artikulieren und somit die Muster aus körperlich-sinnlichen Erfahrungen und Wahrnehmungen bewusst zu reflektieren und zu kommunizieren. *Sprachsymbolische Interaktionsformen* als dritte und bewusste Symbolebene, ermöglichen ein Probehandeln im Kopf, die Reflektion der eigenen Lebenspraxis und eine kommunikative Einbindung in größere, intersubjektive Zusammenhänge (vgl. Klein 2013).

Die Herausbildung dieser drei Interaktionsformen ist in der menschlichen Entwicklung nicht als linearer Prozess zu denken: Einerseits gelangt nur ein kleiner Teil der vielfältigen frühen Szenen während der Phase der leibsymbolischen Interaktionsformenbildung zu einer Symbolisierung und der größere Teil bleibt unbewusst. Unterhalb des Bewusstseins können sie, gespeichert im Körpergedächtnis, als Quelle individueller und kollektiver Utopien wie Dystopien wirken. Hier ist also *überschüssiger Sinn*² abgelagert (Lorenzer 2002, S. 224). Andererseits ist das Verhältnis zwischen Individuum und Gesellschaft spannungreich: Individuelle Impulse und Motive können tabuisiert werden, passen ggf. nicht in den sozialen Kontext. Sie werden gesellschaftlich ausgegrenzt, weil sie sich nicht im Konsens mit den hier jeweils herrschenden bzw. sie herstellenden Diskursen befinden. Die Folge solcher

² Auch Bloch spricht insbesondere im ästhetischen Feld des „Kunstwollens“ von „Überschüsse(n) über Ideologie“, die mit den Gesellschaften nicht immer untergehen (Bloch 1976, S. 13).

Spannungen und nicht auflösbarer Widersprüche nennt Lorenzer *Desymbolisierung*, d.h. diese Impulse und Motive werden individuell ins Unbewusste verdrängt, reichern den *überschüssigen Sinn* an. „Ihre überindividuellen Lösungsversuche finden sich wieder in Ideologie, Weltanschauung, Klischee und Vorurteil.“ (Klein 2013, S. 2).

Demzufolge wäre es für eine Erweiterung von Handlungsfähigkeit ein wichtiger Schritt, desymbolisierte Impulse und Motive aus diesem „überschüssigen Sinn“ zu erforschen und im Bloch'schen Sinne utopiefähige Elemente ins handlungsfähige Bewusstsein zu befördern.

Da aber diese Desymbolisierungen nach Lorenzer in nicht bewussten, vorsprachlichen Ebenen unserer Persönlichkeit angesiedelt sind, sind sie schwer zu erfassen, da Reflexion als sprachlicher Akt bewusst stattfindet. Lorenzer sieht dies als das Grundproblem der Psychoanalyse: „Denn weil das Erkenntnisziel der Psychoanalyse das Unbewusste ist, geraten wir in eine merkwürdige Widersprüchlichkeit: Psychoanalyse sucht mit Sprachmitteln das Nichtsprachliche zu erkunden. Oder anders ausgedrückt: Sie versucht das Nichtverständliche zu verstehen. Eine recht ausweglose Lage.“ (Lorenzer 1983, S. 98).

Um das sozio- und psychodramatische Arbeiten mit Szenen auf den Begriff des *szenischen Verstehens* beziehen zu können, hier weiter Lorenzer: Er differenziert zwischen *logischem Verstehen* (dem Gesprochenen), dem *psychologischen Verstehen* (des Sprechers), dem *manifesten Sinngehalt* und dem *szenischen Verstehen des latenten Sinngehaltes* von Interaktionen. Die manifeste Sinnebene gehört zur *sprach-symbolischen Interaktion*. Sie umfasst sozial und individuell anerkannte Bewusstseinsfiguren, die in Sprache gefasst mitgeteilt und reflektiert werden können – „das, was ich von mir weiß“. Zur *leibsymbolischen Interaktionsform* gehört der latente Sinn, der die ausgegrenzte Schicht der unbewussten Praxisfiguren enthält. Dazwischen liegt der Übergangsraum der *sinnlich-symbolischen Interaktionsformen*. Auf dieser Ebene verbindet sich der sprachliche Ausdruck mit lebensgeschichtlichen Erinnerungen in Szenen. Lorenzer sieht hier die Schaltstelle der Persönlichkeitsentwicklung, an der Unbewusstes mit Bewusstem vermittelt werden (Lorenzer 1981, S. 163). Diese Szenen enthalten „Hinweise auf die Art und Weise, wie Menschen ihr Leben bewältigen, die Welt sehen, Eindrücke verarbeiten, und/oder verdrängen“. In den Szenen, die in diesem Übergangsraum quasi gespeichert sind, drücken sich aus den jeweiligen sozialen Kontexten ausgegrenzte und in unbewusste Ebenen verdrängte Inhalte aus. Diese zu entschlüsseln ist Aufgabe des Szenischen Verstehens (Klein 2013, S. 4).

3 Szenisches Verstehen und bewusstes Erfassen von überschüssigem Sinn sozio- und psychodramatisch

Mit Lorenzens Sinnsuche durch *szenisches Verstehen* wird nachvollziehbar, warum die erlebnisaktivierenden Zugänge des Psychodramas die Erkundung nicht bewusster Interaktionsmuster unterstützen kann: In der Externalisierung innerer Aktionsmuster durch das In-Szenen-Setzen auf der Sozio- und Psychodramabühne liegt der Ansatzpunkt für die Entwirrung dieser „Knoten im Sinngeflecht der Psyche“ (von

Ameln 2013, S. 10). Wir können sagen: Wir bewegen uns in der psychodramatischen Aktionsphase zeitweise im Bereich der sinnlich-symbolischen Interaktion des kreativen Spiels, in dem Übergangsraum, in dem Unbewusstes mit Bewusstem vermittelt werden. Insbesondere durch die der Beteiligung all unserer Sinne beim körperlichen Erforschen von ungelösten Szenen und der emotionalen Vertiefung durch Metaphern, verdichtete Sprache, künstlerische Elemente, beim Erleben von Surplus Reality finden wir unter bestimmten Bedingungen partiellen Zugang zu jenem *überschüssigen Sinn*, aus dem sich Utopien speisen, verbunden mit Grundbedürfnissen, gesellschaftlich ausgegrenzten Gefühlen, Wünschen, Werten, jenem individuellen oder auch kollektiven Eigen-Sinn, je nach Kontext gar mit rebellischem oder widerständigem Sinn. In der Integrationsphase nutzen wir die dritte Ebene, die der *sprachsymbolischen Interaktion*, um das Erlebte in unser entscheidungsfähiges Bewusstsein zu holen und neues Handeln zu erproben. Lorenzers Ansatz verdeutlicht den Sinn der psychodramatischen Arbeitsstruktur und begründet das spezifische Potenzial dieser Herangehensweise für das Erlernen von Hoffen. Gleichzeitig verweist er mit der Erwähnung von Dystopien auf die Notwendigkeit, die im „überschüssigen Sinn“ berührten und im szenischen Spiel externalisierten Gefühle und Handlungsimpulse auf die Ebene der Sprache und damit dem entscheidungsfähigen, kritischen Bewusstsein zuzuführen. In der gemeinsamen Reflexion des Erlebten in der Integrationsphase ist die „kollektive Weisheit der Gruppe“ über das spontane Spiel in ihrer kognitiven Kreativität gefragt.

4 Utopisches Potenzial: Surplus Reality

Nicht jede psychodramatische Semi-Realität kann als Surplus Reality bezeichnet werde, und doch ist sie ein zentraler Bestandteil des Psychodramas. In der Realität der Bühne können die Einschränkungen der Alltagsrealität ausgeweitet werden. Es gibt Begegnungen mit Abwesenden, Verstorbenen oder auch nur phantasierten Personen. Tiere, Objekte, Gegenstände können als Rollen erarbeitet und besetzt werden. Moreno benannte diese Potenziale als Realitäts-Zugewinn bzw. – in Anlehnung an die marxistische ökonomische Theorie – einen „Mehrwert an Realität“ und übersetzte dies im US-amerikanischen Exil mit *Reality Surplus* und später *Surplus Reality* (Moreno 1965, S. 212–213). Surplus Reality weitet die Vorstellungskraft und erlaubt Hoffnungen und Träume wieder in unser Leben aufzunehmen. Und darin besteht auch ihr utopisches Potenzial:

„Psychodrama is a way to change the world in the HERE AND NOW using the fundamental rules of imagination without falling into the abyss of illusion, hallucination or delusion. The human brain is the vehicle of imagination. Psychodrama, in training the imagination, overcomes the differences which hinder communication between the sexes, between the races, the generations, the sick and the healthy, between people and animals, between people and objects, between the living and the dead. The simple methods of psychodrama give us courage, return to us our lost unity with the universe, and re-establish the continuity of life“ (Moreno 1972, S. 131).

Zerka Moreno beschreibt, dass wir uns in der Surplus Reality in einer anderen Sphäre bewegen, die sie „bizarre, lunatic and magic“ nennt. Frei von Konventionen, Begrenzungen durch Raum und Zeit kommen wir in Kontakt mit unserer schöpferischen Kraft. (Moreno et al. 2000, S. 18). In der psychodramatischen Surplus-Reality können ungelebte, ersehnte, bisher unausgesprochene Gefühle und Wünsche geäußert und handelnd erforscht werden. Mit dem Perspektivenwechsel durch einen Rollentausch mit dem Gegenüber werden (häufig ungewollte) Auswirkungen der eigenen Haltung – wie z. B. nicht bewusste Dominanz- und Ausgrenzungsstrategien, wie sie mit Klischees und Stereotypen einhergehen – zunächst körperlich spürbar und im Benennen erkennbar. Darunterliegende verdrängte Bedürfnisse der Protagonist*innen können erforscht und zu Tage gefördert werden. Arbeit mit Körperausdruck und -wahrnehmung wie auch weitere im Psychodrama genutzte künstlerische Zugänge mit Farben, Formen, in Aktion umgesetzte Metaphern, Poetisches, symbolische Verdichtungen, so die sozio- und psychodramatische Erfahrung, bieten Zugänge zu nicht bewussten Verhaltensmustern: „Über das gezielte und bewusste Ausführen von Haltungen und Bewegungen (...) aktivieren wir unser Körpergedächtnis und lösen emotionale Prozesse aus. In solchen Verkörperungen verdichten sich Empfindungen, für deren Erarbeitung man in der rein verbalen Vorgehensweise viele Stunden brauchen würde.“ (Seidel 1996, S. 198).

Potenziell wird also das aus dem un- oder vorbewussten Erleben Geschöpfte ins (sprachliche) Bewusstsein geholt und benannt: Utopien, Grundbedürfnisse, Gefühle, Wünsche, Werte, die aufgrund von Widersprüchen zu den herrschenden Diskursen und Machtverhältnissen in den für die Protagonist*innen relevanten sozialen Zusammenhängen ausgegrenzt oder vielleicht auch ausgenutzt und darum ins Unbewusste verdrängt wurden.

Hier kann gerade soziodramatische Arbeit ansetzen: Im szenischen Durcharbeiten ungelöster problematischer Erlebnisse werden nicht nur individuelle, sondern auch Echos kollektiver Traumata, traumatisierender oder zumindest bedrückender, beängstigender Ereignisse sichtbar. Sie können sichtbar werden, wenn wir bereit sind, solche historischen, sozialen und politischen Kontexte mit in den Blick zu nehmen. Besonders in vielfältig zusammengesetzten Gruppen mit unterschiedlichen Positionierungen in den gesellschaftlichen Herrschaftsverhältnissen ist darüber hinaus die soziodramatische Einladung, mit fiktiven Rollen und Kontexten zu arbeiten, ein sinnvoller Schutz: Die Spieler*innen müssen sich nicht persönlich „outen“, können aber Beziehungsdynamiken, soziale Muster und Machtkonstellationen aus ihrer direkten und indirekten Erfahrung im Rollenwechsel und Rollentausch erleben und Wirkungszusammenhänge spielerisch erforschen. In konkreten fiktiven Szenen sichtbar werdende und zu reflektierende Machtverhältnisse, Diskurse, Kulturkonserven werden probeweise in Bewegung gesetzt. Bei längerfristiger und tiefgehender Gruppenarbeit gäbe es dann hoffnungsvollerweise eine Chance, ins Nicht-Bewusste abgesunkene gesellschaftliche Visionen durch eine kreative In-Szenierung als konstruktive Utopien zu befreien und das Erlebte und Erkannte ins handlungsfähige Bewusstsein zu re-integrieren.

5 Warum Soziodrama? Praxisbeispiele

Das Psychodrama, und da es hier um kollektive, gesellschaftliche Prozesse und Visionen geht, insbesondere das Soziodrama haben spezifische Potenziale, die Schätze des Noch-Nicht-Bewussten zu heben: Mit unterschiedlichen methodischen Ansätzen fragen handlungsorientierte Soziodramen als Teil psychodramatischer Theorie und Praxis in aller Welt danach, wie das WIR, d. h. das soziale, ökonomische, politische, historische System funktioniert. Es werden inter-personelle und intergrupale Beziehungen mit dem Ziel erforscht, eine wahrhaft lebendige Demokratie zu ermöglichen. Moreno spricht von sozialem Lernen und einer sozialen Katharsis im Sinne eines Instruments, „mit dem die soziale Struktur und der Konflikt ermittelt und soziale Veränderung durch dramatische Methoden herbeigeführt werden kann“ (Moreno nach Buckel et al. 2021, S. 18). Im Unterschied zum psychodramatischen Protagonist*innenspiel geht es in der von mir praktizierten Form des Soziodramas nach Ron Wiener, Di Adderley und anderen (Wiener 2001; Wiener et al. 2011; Galgóczi et al. 2021) und dem daran anschließenden Handbuch (Buckel et al. 2021) weniger um die Erforschung individueller Anliegen eines*einer Protagonist*in und seiner*ihrer Vergangenheit, sondern die Gruppe als Ganzes entwickelt und erforscht ein fiktives Szenario, das sie vor dem Hintergrund kollektiver Erfahrungen (kollektiver Matrix) selbst konstruiert. Wie im Psychodrama allgemein spielt auch im Soziodrama dabei die Einbeziehung der Surplus Reality eine große Rolle.

Für die komplexe Arbeit des Hoffen Lernens haben sich aus meiner Perspektive einige Voraussetzungen als hilfreich erwiesen, nämlich

- eine miteinander vertraute und übersichtliche Gruppe mit maximal 12 Teilnehmer*innen,
- ein Rahmen, der einen angemessenen Abstand zu den alltäglichen Verwicklungen und Gewohnheiten ermöglicht, d. h.:
- möglichst eine Nacht zwischen Beginn und Abschluss des Workshops,
- eine ruhige, naturnahe, für alle angenehme Umgebung des Tagungsortes. Die Struktur der Workshops zu diesem Thema entspricht den klassischen Phasen von Erwärmung, Aktionsphase und Integration. Das Format Soziodrama ermöglicht es, über psychodramatische Arrangements hinaus weitere szenische Methoden, die kollektive Strukturen erforschen, einzubeziehen wie Zukunftswerkstätten³, Spiele aus dem Repertoire des „Theater der Unterdrückten – Theater der Befreiung“ (Augusto Boal) oder das Playbacktheater (Jonathan Fox/Jo Salas).

³ Zukunftswerkstätten werden seit den achtziger Jahren bis heute in sozialen Feldern und im Bildungsbereich praktiziert. Sie hatten und haben das Ziel, Betroffene von gesellschaftlichen Problemen zu Beteiligten zu machen (Jung und Müllert 1981). Die Phasen dieser Werkstätten heißen Beginnen/Hineinfinden, Beschwerde/Kritik, Fantasie/Utopie, Verwirklichung/Praxis und Nachbereitungen (z. B. vgl. Holzinger 2018, S. 295–303).

5.1 Fallbeispiel: Utopien über Zusammenarbeit

Die o. a. Voraussetzungen waren bei dem folgenden Fallbeispiel gegeben und der Prozess soll hier zur Veranschaulichung ausführlicher beschrieben werden: Eingeladen hatte eine selbstorganisierte Frauengruppe, die im Kern stabil seit fast 30 Jahren einmal jährlich zu einem Wochenende für die psychodramatische Bearbeitung von politischen und persönlichen Themen zusammenkommt. Das Thema „Haben wir eine Utopie?“ oder: „WIR gegen SIE“ hatten die Teilnehmerinnen selbst gewählt. Es ging – hier noch vor Pandemie und Krieg – um Möglichkeiten und Grenzen von Zusammenarbeit im Beruf, Lebensgemeinschaften und Politik. Die Gruppenerwärmung am ersten Abend mit Tanz, spielerischen Austausch über die aktuellen Lebenssituation (hier z. B. Rollenwechsel mit Alltagsobjekten) und ersten Themen-erwärmungen wurde am nächsten Tag vertieft. Auf Körperübungen zur Stärkung der Gruppenkohärenz folgten eine Phantasiereise zu gelingenden Erfahrungen mit Zusammenarbeit und ein Austausch darüber in Dyaden. Die Rückbesinnung auf positive Momente zum Thema diente dem Energieaufbau für die dann beginnende Kritikphase. Anschließend wurde die Bühne für Playbacktheater geöffnet, durch die die Teilnehmerinnen Gefühle, ausgelöst durch Situationen von misslungener Zusammenarbeit, miteinander teilten. Unterstützt durch Leitungsinterviews, erzählten sie persönlich erlebte Szenen, die die jeweils anderen Gruppenmitglieder in künstlerischer Verdichtung mit Mimik, Körperausdruck, poetischen Worten, wenigen Requisiten und Musik spiegelten. Folgende Szenen kamen auf die Bühne:

„Verrat“: in einem Nachhaltigkeitsprojekt wird eine Freundin zur Hierarchin und die Freundschaft zerbricht;

„Geplatze Gruppe“: eine vertraute Gruppe beschließt, jemanden auszuschließen und platzt infolgedessen;

„Büchse der Pandora“: in einem Team wird durch Supervision ein Neidkonflikt aufgedeckt und nicht gelöst, es folgt eine bleierne Zeit;

„Der Schwur oder Auf zum letzten Gefecht“: auf einem Kongress scheitert der Wunsch der Erzählerin nach einer neuen Personalpolitik in deren im letzten Arbeitsjahr und mündet für sie in hilfloser Wut;

„Abmachungen“: eine dominante Kollegin schafft Fakten, die Erzählerin bleibt in Selbstzweifeln gefangen.

Gemeinsam ging die Gruppe durch das intensive Zuhören mit allen Poren und dem körperlichen gegenseitigen Spiegeln des Gehörten durch das „Tal der Tränen“⁴. Wie so oft bei der mehr oder weniger bewussten Aufeinanderfolge von Playbackgeschichten setzte die hohe Präsenz aller Spielerinnen und die gemeinsame Trauer – oder hier eher Traurigkeit, die unter Empörung und Wut im Teilen in der vertrauten Gruppe liegt – Kräfte frei für die Lust, aus Zukunftsvisionen Hoffnung zu lernen. In einem zeitlich begrenzteren Kontext könnte nun an dieser Stelle eine Analysepha-

⁴ vgl. „Change Kurve“ (o. J.), oft eingesetzt in Change Management. Ähnlich die Fünf Phasen der Trauer nach Kübler-Ross (2021), später von unterschiedlichen Autoren in den Business Kontext übertragen. Siehe auch Scharmer (Theorie U), hier der Moment der Präsenz am Boden des U-förmigen Prozesses hin zur Kreativität (Scharmer 2009).

se angeschlossen werden, in der aus dem Zuschauer*innenkreis zu dem jeweiligen Thema ein Standbild gebaut wird. Zur Vertiefung werden hinter den Figuren weitere Rollen aufgestellt, z. B. soziale Einflussfaktoren oder Werte, die in Interaktion miteinander treten. Zum Abschluss werden diese Systemerweiterungen geclustert und in Bezug auf einen Erkenntnisgewinn reflektiert.⁵ In dem hier vorgestellten Fallbeispiel schien nun der Moment gereift für eine Pause, um dann gemeinsam *Hoffen zu wagen* und sich den Utopien dieser Gruppe zuzuwenden.

Zur Einstimmung wurden in der Gruppe verteilte Textausschnitte von Blochs „Das Prinzip Hoffnung“ und das Gedicht „Utopia“ von Eduardo Geleano vorgelesen (Galeano 2023, Übersetzung durch die Autorin).

Utopía

*Ella está en el horizonte
Me acerco dos pasos
ella se aleja dos pasos más
Camino diez pasos
y el horizonte se corre
diez pasos más allá
Por mucho que yo camine
nunca la voy a alcanzar
¿Para qué sirve la utopía?
Sirve para eso:
para caminar*

Utopie

*Sie steht am Horizont.
Ich nähere mich ihr um zwei Schritte,
und sie entfernt sich um zwei Schritte.
Ich mache weitere zehn Schritte
und der Horizont läuft
um weitere zehn Schritte davon.
Soviel ich auch gehe,
erreichen werd' ich sie nie.
Wofür ist die gut, die Utopie?
Dafür ist sie gut:
um zu gehen.*

Einzelnen begaben sich die Teilnehmerinnen auf einen Spaziergang durch den umliegenden Wald, suchten sich einen sicheren Platz, wo sie entspannt in der Sonne sitzen oder liegen, die Augen schließen oder Wasser fließen hören konnten. Sie sollten ihre Gedanken wandern lassen und schauen, ob Bilder von utopischen Szenen entstehen würden. Zurück im Workshopraum bauten sie mit bunten Tüchern, mitgebrachten Naturobjekten und sich selbst in ausdrucksstarken Körperpositionen ein atmosphärisches Bild zum Titel „Unsere Utopien“ auf. Die Figuren wechselten, traten in Interaktionen miteinander, verbündeten sich oder nahmen einen passenden Abstand voneinander, suchten und fanden gute Plätze, blieben auch manchmal in Bewegung. Es ging um Sicherheit, Raum für Fantasie, um Ungleichheit und Aufrichtung in selbstbewusster Gleichheit, um Frieden, Würde, Schutz und Nähe, um Unbeschwertheit, sich gegenseitiges zu sehen und viele kleine Gesten und Begegnungen in diesem Spiel, die schwer zu benennen waren. Nach einer Weile bat ich um Innehalten, gab den Protagonistinnen dieses visionären Tanzes ein Fernrohr und bat sie, auf den fernen Planeten Erde am anderen Ende des Raumes zu schauen und zu rufen, was sie dort sehen. So entstand eine Sammlung von Karten, die Widersprüchliches auf der Erde benannten: Problematisches wie Konkurrenzkämpfe, Druck und Angst auf der Arbeit, Wegwerfgesellschaft, und andererseits ansatzweise Hoffnungsvolles wie Solidarität mit Ausgegrenzten, Unterstützung in Gruppen, Kooperationen auf Augenhöhe, neue Initiativen für Nachhaltigkeit und Frieden und

⁵ Diese Anregung stammt aus einem gemeinsamen Weiterbildungsseminar mit Christoph Buckel (Soziodrama-Akademie) und wären zu ergänzen mit einer Vielfalt von Arrangements und Techniken aus dem „Praxishandbuch Soziodrama“ von Buckel et al. (2020).

vieles mehr. Mit kurzen Rollenfeedbacks und einer Reflexionsrunde im großen Kreis endete dieser Ausflug auf den Planeten Utopia.

Um das Erlebte zu bündeln und Schritt für Schritt in jeweilige individuelle Konkretisierungen münden zu lassen, folgte eine Kleingruppenarbeit. Ausgehend von der Kartensammlung entschieden sich die Teilnehmerinnen für jeweils eine Szene, die als dynamisierte Skulptur in der Gruppe präsentiert wurden: Ein Standbild zur realen Situation verwandelte sich in Zeitlupe mit musikalischer Begleitung in ein Idealbild, hielt dort kurz inne, sank wieder zurück in den Realzustand, um dann ein zweites Mal einen langsamen, nun schon sehr bewussten Übergang zum Ideal zu finden und dort einzufrieren. In dieser Gruppe entstanden bewegte und bewegende Bilder mit musikalischer Begleitung, die bei den Zuschauenden diverse Assoziationen auslösten:

„Dschungelnacht“: Angst → Kreativität:

Eine Gruppe sitzt gelangweilt, fast bedrückt zusammen und soll etwas Neues entwickeln. → Der Raum öffnet sich, jede Einzelne bringt etwas in den Kreis, gemeinsames Lachen. Assoziationen: die gewohnte Ordnung wird gestört, die „Schlange Angst“ verkrümelt sich, „Bandengefühl“ kommt auf, Phantasie und Mut zur Kreativität.

„Frieden“: Konflikt → Harmonie:

eingeebte geschäftige und doch wilde Hektik. Zwei sitzen sich vornean gegenüber, streiten sich. → Etwas Neues kommt dazu: die zwei werden zu Dreien, Betrachten das Neue intensiv. Assoziationen: Baby, Stille, Besinnlichkeit, eine neue Qualität, Verbundenheit, Wachstum, tragendes Gefühl, gemeinsames Ziel, edliges Gefühl, alle Sinne beteiligt, etwas Gemeinsames schützen wollen.

„Regenbogen“: Angst → Spaß:

aufgeregte Diskussion, angespannte Körper, körperliche Verletzungen gegenseitig, gemeinsames Gestalten bunter Tücher zu einem großen Regenbogen. Assoziationen: Verschwörung, illegales Tun, Geheimnisse, Aufregung und Empörung über die Gegner, kein Zuhören, zuerst nicht superernst, aber kann schiefgehen. → Unsicherheit wird sichtbar, Hinwendung zu ästhetisch schönem Gestalten, Symbol für Vielfalt, gemeinsam gegen die Angst, Kraft für Vertrauen und Lust.

In neu gemischten Kleingruppen wurde der Prozess von diesem Tag rekonstruiert, in der integrierenden Abschlussrunde die aktuelle Befindlichkeit geteilt, Bezüge zu eigenen Lebens- und Berufserfahrungen hergestellt, offene Fragen benannt und Wünsche für den abschließenden letzten Tag geäußert. Der Abschlusstag begann mit einem in dieser Gruppe schon traditionellen „Wellnessprogramm“ mit Massagen, Tänzen, spielerischen Begegnungen, um dann in Dyaden an individuellen nächsten Schritten für eine Konkretisierungen des Erlebten und Erkannten für die eigene Praxis zu Thema Zusammenarbeit zu entwickeln.

In der Arbeit mit Utopien geht es nicht um deren unmittelbare Umsetzbarkeit, denn der Horizont der Utopie kann und soll nicht erreicht werden (vgl. Bloch 1976 und Galeano 2023), sondern Hoffnung geben, dass wir weiter nach dem Suchen und

uns dafür einsetzen, was wir wollen und brauchen, aber noch nicht kennen, noch nicht wissen. Ermutigt von der gemeinsam kreierte, teilweise surrealen Erfahrung des Planeten Utopie geht es darum, Ansatzpunkte für mögliche Veränderungen ausfindig zu machen.

Der abschließende Schritt waren in diesem Sinn szenische Bilder oder Skulpturen zu eigenen Haltungen in dem Bedingungsgestrüpp ihres Alltagslebens. Sorgfältig konkretisierten die Utopistinnen körperlich und kognitiv das in der Gruppe Erlebte, indem jede Veränderung im Rollentausch präzisiert, alle beobachteten oder erlebten Veränderungen benannt und ihre Wirkungen rückgemeldet wurden. Ausgehend von diesen Körperbildern wurden individuelle Schlussfolgerungen und Symbole als *Take-aways* benannt: Haltungen, strukturelle Potenziale, Ideen für Unterstützung.⁶

5.2 Zweites Fallbeispiel: Utopien und die Wahl des Zeitpunktes

Ein weniger günstiger Kontext für dieses Thema brachte in der kritischen Reflexion Impulse, die für Planungen relevant scheinen:

- Bedeutung der Freiwilligkeit (hier: Wahl des Themas)
- sichere Distanz zu aktuellen Erschütterungen (hier: der kriegsrische Überfall auf die Ukraine)
- Zeit und Raum für eine stabile Gruppenkohäsion
- Klarheit von direktiven Leitungsimpulsen, sichernde Interventionen bei Agieren z. B. von Ängsten

Das Thema, zu dem ich einlud, hieß „Utopien in Zeiten eines angekündigten Krieges“ zwei Tage nach dem Überfall von Putins Russland auf die ganze Ukraine. Die Gruppe befand sich in einer Weiterbildung zur Soziodrama-Praktikerin* (Soziodrama-Akademie So act), war also nicht miteinander unvertraut, aber ohne protagonist*innenzentrierte Psychodrama-Erfahrung. Die Motivation war weniger von Selbsterfahrung als von methodischem Interesse für berufliche Kontexte geprägt. Mit großer Offenheit und Spiellust, aber auch Skepsis und teilweise angstvoller Beunruhigung wurde das Thema – so frisch, fast noch unter Schock von der Wucht der Putin'schen Aggression – aufgenommen.

Nach der Erwärmung (meditativen Malphase, Bilderausstellung) wurde die Forschungsfrage der Gruppe soziometrisch ausgehandelt: „Wie können wir einen gesunden Umgang mit dem Krieg finden?“. Die Einladung zum Moduswechsel in die ferne Welt der Utopien geschah durch freies Tanzen zu Nina Simones „It's a new dawn, it's a new day“, vertieft durch eine geführte Phantasiereise mit der Abschlussfrage: „Welches Element des Planeten Utopie möchte ich sein?“. Der dann Zug um

⁶ Hier können Methoden und Begründungen aus ressourcenorientierten Embodiment-Ansätzen genutzt werden. Im Unterschied zu dem in diesem Text vorgestellten Erforschen der noch-nicht-gewussten Ziele geht z. B. das Zürcher Ressourcenmodell als Coachingpraxis allerdings von einem vorab formulierten Ziel aus, das es „maßgeschneidert“ zu einem motivierenden Motto zu entwickeln gilt: „Zu dem bewussten Ziel mit dem Unbewussten ein Bild wählen, dann zu dem Bild die passenden Worte erarbeiten, aus diesen Worten ein Motto-Ziel bauen und dieses Sprachgebilde, das eng mit der Bilderwelt verbinden ist, mit den daran gekoppelten somato-affektiven Signalen aus der Körperwelt auf maß schneiden.“ (Storch und Weber 2015, S. 269).

Zug entstehende Planet wurde mit bunten Tüchern und ausdrucksstarken Standbildern schnell gestaltet. Elemente wie Liebe, Energie, Entwicklungszusammenarbeit, Reflexion, Solidarität, Schutz wurden deutlich.

Jedoch: Bei dem Spiel der Interaktionen tauchte ein dystopischer „Serientäter“ mit mörderischen Gesten auf, auf den sich die Dynamik konzentrierte und an dem sie sich aufrieb. Die Gruppe reagierte mit einer in meiner Wahrnehmung angstvoll übereilten Lösungssuche zur Abwendung solch dystopischen Handelns: Der gegenwärtige Planet Erde wurde schnell in Spiel gebracht und lag in der Eile räumlich mitten im Planeten Utopia. Die Distanz des fernen Planeten Utopia ging verloren. Das führte dazu, dass die Rollenspieler*innen der visionären Elemente sich zu unmittelbaren Eingriffen aufgerufen fühlten. Ein zerstörter Park wurde von ihnen blitzschnell magisch aufgeräumt, Verhandlungsanstrengungen von westeuropäischen Regierenden mit Putin wurden vom „Serientäter“ zerstört, ein Streit zwischen zwei Parteien um ein Haus mündete in einer Konfliktausweitung und Eskalation, bei der die Spielerinnen der Utopie-Elemente sich in zwei konträre Gruppen aufspalteten, ein Attentat auf Putin führte zu einer kurzfristigen Befreiung, die nur geteilte Freude aufkommen ließ.

In Rollenfeedback und Reflexion wurden relevante Erkenntnisse zur gespaltenen Gegenwartsgesellschaft und aktuelle politische Fragen geteilt, Erkenntnisse zur Forschungsfrage trat in den Hintergrund. Hier gab es viel zu lernen für die Leitungsaufgabe – ein wichtiges Thema für alle an dieser Weiterbildung Teilnehmenden. In diesem Sinn war es ein ertragreicher Tag, wenn auch anders als intendiert. Die nötige Ermutigung zum Hoffen war zu diesem Zeitpunkt in diesem Setting kaum gelungen.

5.3 Drittes und Viertes Fallbeispiel: Utopien und traumatisierende Erlebnisse

Die Bedeutung von sicherer Distanz zu traumatisierenden Ereignissen ist zurzeit allgegenwärtig. Psychodrama und Soziodrama haben ein großes Potenzial zur Bearbeitung diverser Traumata (vgl. u. a. Kellermann 2007; Schnabel 2022). Aber auch bei nicht speziell auf dieses Thema zugeschnittenen Angeboten treffen wir auf Teilnehmer*innen, die traumatisierende Ereignisse verarbeiten müssen. Um die Gefahr einer Reinszenierung zu minimieren, braucht es eine traumakundige Sensibilität bei der Leitung. Dazu gehören außer Wissen über Traumata und ihre Folgen auch die Schaffung eines relativ sicheren Rahmens mit Regeln und Verabredungen. Wie überhaupt in unserer Arbeit sind in diesen Fällen besonders Prinzipien wie Freiwilligkeit, Verzicht auf jegliche Art von Druck (auch Zeitdruck) sowie Bewertung und die Respektierung von Grenzen unabdingbar. Ggf. kann es notwendig sein, Übungen zur Ressourcenstärkung und Vergegenwärtigung anzubieten oder sogar über das Containen durch Leitung und Gruppe hinausgehende Unterstützungssysteme anzubieten. Dies ist in einigen Settings schwerer herzustellen. Zum Beispiel konnten in einer Online-Session von 90 min mit einer international zusammengesetzten Gruppe (Drop-In Meeting online von IScan, UK) einige Teilnehmerinnen tief in einen Ozean abtauchen und den versunkenen utopischen Kontinent Atlantis besuchen. Sie brachten stärkende Symbole an die Oberfläche und in die Gruppe: singende Muscheln, Botschaften in Flaschen, in Regenbogenfarben schillernde Fische. Eine Schwarze Frau jedoch wurde sich ihres erschöpften, angegriffenen Körpers bewusst

und mochte nicht untertauchen. Eine mit Geflüchteten arbeitende Kollegin wurde das Bild von untergehenden Menschen im Mittelmeer nicht los. Aufgrund eines schon über längere Zeit gewachsenen Vertrauens in der Gruppe der Teilnehmenden konnten diejenigen, die im Rollenwechsel mit ihren gefundenen Objekten Kraft für nächste Schritte schöpften, den aktuell und auch von ihrer gesellschaftlichen Positionierung her Wundgeriebenen ein wenig visionäre Energie und Solidarität geben. Eine vertiefende Arbeit zur sozialen Erforschung und tendenziellen Verarbeitung der deutlich gewordenen Wunden stand hier noch für weitere Sessions aus.

Und doch sollte die Erfahrung von Verunsicherung, Bedrohung, kollektiven Traumata die Arbeit mit Utopien nicht obsolet machen – sie wird gerade dann gebraucht. Gute Erfahrung konnte eine Gruppe von Expert*innen psychosozialer Arbeit damit ausgerechnet im vom Bürgerkrieg nachhaltig zerstörten und immer wieder von Rassismus, Gewaltausbrüchen und skrupelloser Ausbeutung zerrütteten Libanon machen. Sie bestand aus Teilnehmer*innen verschiedener Ethnien, die im Bürgerkrieg gegeneinander gekämpft hatten. Die meisten Teilnehmenden hatten als Geflüchtete aus Syrien auch selbst Kriegs- und Fluchterfahrungen gemacht. Das angekündigte Thema war die Beschäftigung mit der Geschichte des libanesischen Bürgerkriegs und ihren Echos in der beruflichen und privaten Gegenwart. Vorbereitet und begleitet durch theoretische Inputs zum Thema Trauma und eine Vielzahl von körperlichen und mentalen Übungen zur Ressourcenstärkung waren Phasen von Utopie-Arbeit wichtiger Bestandteil des Projekts: visionäre utopische Imaginationen, mentalen und körperlichen Gestaltungen von *safe places*, Aktualisierungen kindlicher Traumwelten wurden zu einer hilfreichen Basis der Auseinandersetzung mit den zahlreichen traumatisierenden Erlebnissen. Je nach Lebenssituation und Lebensgeschichte war es den Teilnehmenden in unterschiedlichem Maße möglich, sich auf diese von alltäglichen Erfahrung weit entfernte Welt einzulassen. Das methodisch kontrollierte Teilen und Bearbeiten dieser Unterschiede in der Gruppe festigte deren Kohäsion, wie die Teilnehmer*innen wiederholt zurückmeldeten. Der Boden für eine soziodramatische Arbeit an der Veränderung alltäglicher Spannung in Beruf und Familie wurde so bereitet. Die Gruppe entwickelte einen Zusammenhalt, der trotz neuer Fluchten und sich ständig verändernder und verunsichernder Lebensverhältnisse bis heute nachwirkt und stärkte die Handlungsfähigkeit einzelner Mitglieder sichtbar.

Folgende Bedingungen hatten sich hier als hilfreich erwiesen:

- Die Gruppe, arbeitete in Präsenz und online über anderthalb Jahre zusammen.
- Die jeweils viertägigen Präsenzphasen fanden in sicheren, naturnahen Seminarhäusern fernab der Großstädte statt.
- Das Thema Trauma sowie Alltagsstrategien im Umgang damit gehörten zum Programm und wurde von einem entsprechend ausgebildeten Experten durchgeführt.
- Es gab überwiegend kognitive Aktivität fordernde Phasen zur Auseinandersetzung mit der Geschichte des Bürgerkrieges sowie immer wieder Metaphasen zur Reflexion von Prozess und Methoden.⁷

⁷ Hier noch einmal Bloch: Hoffnung ist für ihn nicht bloß ein Affekt. Das hoffnungsvolle „Träumen nach vorwärts“, das den „aufrechten Gang“ stärkt, basiert auf Wissen. An der Kluft zwischen Erträumtem und Wirklichkeit muss also auch kognitiv gearbeitet werden. (Bloch 1976; S. 11/12).

- Unser Leitungsteam bestand aus vier Personen mit unterschiedlichen Profilen (Therapeut, Soziologin, Historikerin, Psychodramatikerin), drei davon aus dem Libanon mit teilnehmernahen Erfahrungen.

6 Schlussfolgerungen

Sozio- und psychodramatische Arbeit mit individuell und kollektiv beunruhigenden, belastenden Themen kann unter günstigen zeitlichen, örtlichen Bedingungen in verlässlich kohärenten Gruppen Hoffnung stärken. Jede psychodramatische Reinszenierung von problematischen Lebenssituationen hat dieses Potenzial, weil sie die Protagonist*innen in die Rolle von Schöpfer*innen ihrer Lebenssituationen versetzt und sie damit in Kontakt bringt mit den eigenen kreativen Ressourcen. „Wenn er’s nicht erhofft, wird er das Unverhoffte nicht finden. Denn unerforschlich ist’s und unzugänglich.“ beklagte Heraklit (540–480 v. Chr.). In Umkehrung dieser Weisheit öffnet das *sinnlich-symbolische Handeln* im Spiel einen Zugang zum Übergangsraum von Unbewusstem und Bewusstem. Das körperliche und verbale Spiel in interaktiven Szenen berührt mit seinen *sinnlich-symbolischen Interaktionsformen* auch *leibsymbolische Interaktionen* und kann damit die dem Körpergedächtnis eingeschriebenen, oft aus dem Bewusstsein gesunkenen Impulse und Motive aktivieren. Wir nutzen die *sprachsymbolische Interaktion*, um das so zu Tage Geförderte dem handlungsfähigen Bewusstsein zuzuführen, und zwar beim Benennen des körperlichen Erlebens in der Aktionsphase durch Doppeln, Soliloqui/Beiseitesprechen, Kommentierung von Spiegelsequenzen und in der Integrationsphase durch Rollenfeedback, Sharing und ggf. eine Prozessanalyse. Eine gezielte Arbeit mit Surplus Reality kann dies verstärken, wenn sie Visionen über die individuellen Perspektiven hinaus einbezieht. Eine erhöhte Aufmerksamkeit für kollektive Traumata oder traumatisierende Erlebnisse, für transgenerationale Weitergabe von Verletzungen durch soziale Konflikte, Gewalt und Unterdrückung ist notwendig und kann unseren Forschungsprozess vertiefen. Mit dem Weiten des Blicks von psychodramatischen zu soziodramatischen Herangehensweisen öffnen wir die Bühne für einen aus der utopischen Ferne geschärften Blick auf widersprüchliche gesellschaftliche Zusammenhänge: auf Angst und Druck versus Leitbilder von Teamkultur, auf repressive Herrschaftsverhältnissen in demokratisch verfassten Institutionen, auf Tabus oder diskriminierende Strukturen unter dem Label von westlicher Freiheit, auf unsolidarische Haltungen durch Gleichbehandlung von Ungleichen und anderen Erfahrungen, die in der aktuellen Gruppe relevant sind und nach Veränderung rufen. Dabei sind die Bilder und Motive, die aus unserem Un-Bewussten, dem Bereich des Noch-Nicht-Gewussten in einem erlebnisaktivierend handelnden Forschungsprozess bewusst gewordenen sind, nicht automatisch Elemente von hoffnungsmachenden Utopien. Als Ausdruck von dort abgelagerten Wünschen und Träumen können sie sich auch zu zerstörerischen Dystopien verdichten. Deren Sichtbarwerden ermöglicht aber eine professionell begleitete Bearbeitung erst. Wenn es gelingt, mit der Distanz des soziodramatischen Spiels die gesellschaftlichen Entstehungszusammenhänge von Gruppenthemen in der widersprüchlichen Gegenwartsrealität unsere Planeten Erde wahrzunehmen, benennbar und auch kognitiv bearbeitbar zu machen, können unter günstigen Bedingungen

verdrängte, nicht-bewusster Haltungs- und Handlungsmotive erforscht werden. Erkennbar und nutzbar können Perspektiven werden, die wir hier utopische nennen: die in der Finsternis der Gegenwart unerfüllten Bedürfnisse, unsere auf ein menschenwürdiges Leben für alle gerichteten Wünsche, Sehnsüchte und Träume könnten so auf unseren Bühnen zu der Entstehung von konkreten Utopien im Sinne Blochs beigetragen. Das „Unverhoffte“, Noch-Nicht-Gewusste könnte vielleicht auf diese Weise ein wenig zugänglicher werden und damit die Hoffnung größer.

Literatur

- Ameln, F. von (2013). Surplus Reality – der vergessene Kern des Psychodramas. *Zeitschrift für Psycho-drama und Soziometrie*, 19, 6–18. <https://doi.org/10.1007/s11620-012-0178-1>.
- Change Kurve. (o.J.) <https://nativigital.com/change-kurve/>
- Bloch, E. (1976). *Das Prinzip Hoffnung*. Berlin. stw 3. <https://compress-pdf.bcad.info>. Zugegriffen: 12. Juli 2023.
- Buckel, C., Reineck, U., & Anderl, M. (2021). *Praxishandbuch Soziodrama. Theorie, Methoden, Anwendung*. Weinheim Basel: Beltz.
- Galeano, E. (2023). Utopia. <https://trianarts.com/eduardo-galeano-utopia-y-sus-mejores-frases/#sthash.B78E0nmY.dpbs>. Zugegriffen: 23. März 2023.
- Galgóczy, K., & Adderley, D., et al. (2021). *Sociodrama. The art and science of social change*. Budapest: L. Harmatten.
- Heppekausen, J. (2016). Szenisches Arbeiten am szenischen Verstehen. *Supervision*, 1, 2016, 106–117.
- Holzinger, H. (2018). Zukunftswerkstatt. Betroffene zu beteiligten machen. In Stiftung Mitarbeit (Hrsg.), *Bürgerbeteiligung in der Praxis. Ein Methodenhandbuch* (S. 295–303). Bonn: Ögut.
- Jung, R., & Müllert, N.R. (1981). *Zukunftswerkstätten. Mit Phantasie gegen Routine und Resignation*. München: Heyne.
- Kellermann, P.F. (2007). *Sociodrama and collective trauma*. London: Jessica Kingsley.
- Klein, R. (2013). Tiefenhermeneutische Analyse. https://www.fallarchiv.uni-kassel.de/backup/wp-content/plugins/old/lbg_chameleon_videoplayer/lbg_vp2/videos/klein_tiefenhermeneutik.pdf. Zugegriffen: 12. Sept. 2023.
- Kübler-Ross, E. (2021). *Jedes Ende ist ein strahlender Beginn. Für alle Menschen, die Trost und Zuspruch suchen*. Göllesheim: Silberschnur.
- Lorenzer, A. (1970). *Spracherstörung und Rekonstruktion*. Frankfurt a.M.: Springer.
- Lorenzer, A. (1981). *Das Konzil der Buchhalter*. Frankfurt a.M.: Springer.
- Lorenzer, A. (1983). Sprache, Lebenspraxis und szenisches Verstehen in der psychoanalytischen Therapie. *Psyche*, 37(1), 97–111.
- Lorenzer, A. (1986). Tiefenhermeneutische Kulturanalyse. In *Kultur – Analysen* (S. 11–98). Frankfurt a.M.: Springer.
- Lorenzer, A. (2002). Die Sprache, der Sinn, das Unbewusste. Psychoanalytisches Grundverständnis der Neurowissenschaften. In U. Prokop & B. Görlich (Hrsg.), *Kultur-Analysen*. Marburg: Tectum.
- Lorenzer, A. (2006). Szenisches Verstehen. Zur Erkenntnis des Unbewussten. In U. Prokop & B. Görlich (Hrsg.), *Kultur-Analysen*. Marburg: Tectum.
- Moreno, J.L. (1965). Therapeutic vehicles and the concept of surplus reality. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 18(4), . .
- Moreno, J.L. (1972). The magic charter of psychodrama. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 25., .
- Moreno, Z., Blomkvist, L. D., & Rutzel, T. (2000). *Psychodrama, surplus reality and the art of healing*. London: Routledge.
- Scharmer, C. O. (2009). Theorie U, von der Zukunft her führen. Carl-Auer-Verlag. <https://www.carl-auer.de/media/carl-auer/sample/LP/978-3-8497-0347-9.pdf>. Zugegriffen: 12. Juli 2023.
- Schnabel, K. (2022). Psychodrama und Soziodrama zur Überwindung sozialer Traumata. In A. Hamburger, C. Hancheva & V. Volkan (Hrsg.), *Soziales Trauma* (S. 139–145). Berlin, Heidelberg: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-662-64997-8_14.
- Seidel, U. (1996). Psychodrama ohne Gruppe. Basistechniken in der Einzelarbeit. *Psychodrama*, 2, 193–205.
- Storch, M., & Weber, J. (2015). *Embodiment und seine Bedeutung für das Coaching*. Heidelberg: Springer.

Wiener, R. (2001). *Soziodrama Praktisch. Soziale Kompetenz szenisch vermitteln*. München: inSzenario.
Wiener, R., Adderley, D., & Kirk, K. (2011). *Sociodrama in a Changing World*. London: lulu.
Winnicott, D. W. (1995). *Vom Spiel zur Kreativität* (8. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.

Hinweis des Verlags Der Verlag bleibt in Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutsadressen neutral.

Springer Nature oder sein Lizenzgeber (z.B. eine Gesellschaft oder ein*e andere*r Vertragspartner*in) hält die ausschließlichen Nutzungsrechte an diesem Artikel kraft eines Verlagsvertrags mit dem/den Autor*in(nen) oder anderen Rechteinhaber*in(nen); die Selbstarchivierung der akzeptierten Manuskriptversion dieses Artikels durch Autor*in(nen) unterliegt ausschließlich den Bedingungen dieses Verlagsvertrags und dem geltenden Recht.



Jutta Heppekaufen Psychodramaleiterin (DFP), Supervisorin (DGSv), Theaterpädagogin (Akademie Remscheid) und Playbacktrainerin (APTT Center for Playbacktheater N.Y.), 2. Vorsitzende des Psychodrama-Instituts für Europa e. V. und assoziiertes Mitglied des Leitungsteams der Soziodrama-Akademie So act!, experimentierfreudige Erproberin von Soziodrama in konfliktreichen Kontexten (divers zusammengesetzte Gruppen wie ukrainisch-russisch-deutsche Playbackkurse, Psycho-/Soziodrama mit Bürgerkriegserben im Libanon, Supervisionsteams vielfältiger Hintergründe) und mit der Hoffnung auf die Wirkung des Träumen nach vorwärts auch oft hadernd. Rückmeldungen gerne an: Email: info@supervision-blickweiten.de.