

**Lindauer Beiträge zur
Psychotherapie und Psychosomatik**
Herausgegeben von Michael Ermann

Christian Stadler

Traum und Märchen

Handlungsorientierte
Psychotherapie

Kohlhammer

Kohlhammer

Lindauer Beiträge zur Psychotherapie und Psychosomatik
Herausgegeben von Michael Ermann

- U. T. Egle/B. Zentgraf: Psychosomatische Schmerztherapie (2014)
M. Ermann: Herz und Seele (2005)
M. Ermann: Träume und Träumen (2005/2014)
M. Ermann: Freud und die Psychoanalyse (2008/2015)
M. Ermann: Psychoanalyse in den Jahren nach Freud (2009/2012)
M. Ermann: Psychoanalyse heute (2010/2012)
M. Ermann: Angst und Angststörungen (2012)
M. Ermann: Der Andere in der Psychoanalyse (2014)
U. Gast/P. Wabnitz: Dissoziative Störungen erkennen und behandeln (2014)
R. Gross: Der Psychotherapeut im Film (2012)
O. F. Kernberg: Hass, Wut, Gewalt und Narzissmus (2012)
J. Körner: Abwehr und Persönlichkeit (2013)
J. Körner: Die Deutung in der Psychoanalyse (2015)
R. Kreische: Paarbeziehungen und Paartherapie (2012)
W. Machleidt: Migration, Kultur und psychische Gesundheit (2013)
L. Reddemann: Kontexte von Achtsamkeit in der Psychotherapie (2011)
A. Riehl-Emde: Wenn alte Liebe doch mal rostet (2014)
C. Stadler: Traum und Märchen (2015)
U. Streeck: Gestik und die therapeutische Beziehung (2009)
R. T. Vogel: Das Dunkle im Menschen (2015)
R. T. Vogel: Existenzielle Themen in der Psychotherapie (2013)
L. Wurmser: Scham und der böse Blick (2011/2014)
H. Znoj: Trauer und Trauerbewältigung (2012)

Christian Stadler

Traum und Märchen

Handlungsorientierte Psychotherapie

Verlag W. Kohlhammer

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Dieses Buch stellt eine grundlegend überarbeitete und erweiterte Fassung der Vorlesungen dar, die der Autor zum gleichen Thema im Rahmen der Lindauer Psychotherapiewochen 2014 gehalten hat. Unter www.auditorium-netzwerk.de ist eine Übersicht aller Aufnahmen der Lindauer Psychotherapiewochen einzusehen, die unter info@auditorium-netzwerk.de angefordert werden kann.

Es konnten nicht alle Rechtsinhaber von Abbildungen ermittelt werden. Sollte dem Verlag gegenüber der Nachweis der Rechtsinhaberschaft geführt werden, wird das branchenübliche Honorar nachträglich gezahlt.

1. Auflage 2015

Alle Rechte vorbehalten

© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:

ISBN 978-3-17-023064-4

E-Book-Formate:

pdf: ISBN 978-3-17-026787-9

epub: ISBN 978-3-17-026788-6

mobi: ISBN 978-3-17-026789-3

Für den Inhalt abgedruckter oder verlinkter Websites ist ausschließlich der jeweilige Betreiber verantwortlich. Die W. Kohlhammer GmbH hat keinen Einfluss auf die verknüpften Seiten und übernimmt hierfür keinerlei Haftung.

*»Die Realität ist für diejenigen,
die ihre Träume nicht aushalten«*
(Themenplakat des Residenztheaters München)

»Träume und Wünsche sind unsterblich«
Auguste Rodin

Für Simon und Hannah

Inhalt

Vorwort	9
 1. Vorlesung	
Szene und Handlung in der Einzel- und Gruppentherapie	11
Psychodrama verbindet Szene und Handlung	11
Therapie <i>in</i> der Gruppe, <i>mit</i> der Gruppe und eine Therapie <i>der</i> Gruppe	20
Handlung in der Einzeltherapie	22
 2. Vorlesung	
Der Traum	25
Woher kommen die Träume?	25
Modelle des Traums	27
Psychodynamisches Verständnis	28
Die Traumdeutung als Dechiffrierung	31
C. G. Jungs Traummodell	33
Der Traum auf Objekt- und Subjektstufe	35
 3. Vorlesung	
Erleben des Traumes	42
Erste Schritte der handlungsorientierten Traumdeutung	43
Der kollegiale Dialog	44
Der nachgespielte Traum in der handlungsorientierten Psychotherapie	45
Traum im Psychodrama	45
Der Traum in der Gruppe auf Subjekt- und Objektstufe	49

Traumaufstellung	62
Der Traum im psychodramatischen Einzelsetting	63
Der Traum im Playback-Theater	75
Der weitergeführte Traum	79
Umgang mit Traumfragmenten	83
Varianten der psychodramatischen Traumarbeit	86
Der Tagtraum	88
Die Gruppenimagination	92
 4. Vorlesung	
Das Märchen	96
Der Einsatz des Märchens in der Psychotherapie	97
Einsatz von Märchenfiguren und kurzen Märchenszenen im Psychodrama	99
Begegnung in Märchenrollen	99
»Du bist wie ...«: Die Märchenzuschreibung	100
Mit Märchenfiguren im Einzelsetting	101
Märchenspiel im psychodramatischen Gruppensetting	103
Variationen des Märchenspieles	121
Märchen verändern	122
Märchen im Spiegel	122
Märchenhandlungen weiterführen	122
Die Antirolle im Märchen	122
Märchenspiel im Einzelsetting und Monodrama	123
Bewältigungsmärchen	124
Gruppenmärchen	129
Szene, Handlung und Bild	129
 Fort- und Weiterbildungsangebote	131
Bildnachweis	132
Literatur	133
Stichwortverzeichnis	139
Personenverzeichnis	141

Vorwort

Das Buch stellt einen ersten Überblick zum Thema Traum und Märchen in der handlungsorientierten Psychotherapie dar. Es bezieht sich auf Einführungsveranstaltungen, die ich während der Lindauer Psychotherapiewochen gehalten habe. Mein therapeutischer Hintergrund ist die psychodynamische Psychotherapie und das Psychodrama. Im vorliegenden Band wird vor allem das Psychodrama zu Wort kommen, da es den Aspekt der Handlung wie kein zweites Psychotherapieverfahren in den Vordergrund stellt. Gleichwohl wird beim Lesen deutlich werden, dass die psychodynamische Psychotherapie beim Umgang mit Träumen und Märchen nicht außen vor bleiben kann.

Das Umgehen mit Träumen hat in der Tradition der Psychologie und besonders der Psychotherapie eine lange Geschichte, von hermeneutisch-deutendem Verstehen und Analysieren bis hin zur Verneinung jeglichen verstehbaren Inhalts, von objekt- sowie subjektstufiger Lesart bis zu den luziden Träumen.

Auf der Grundlage psychodynamischer Theorie überlässt der szenisch-handelnde Zugang des Psychodramas das Verstehen der Traumbotschaft allein dem Träumer. Dies geschieht durch die Inszenierung eines »zweiten Träumens«. Die Traumbotschaft entschlüsselt sich damit im nachspielenden Handeln bzw. im Weiterspielen des Traums oder eines Traumfragments.

Das Märchen hat sich in der Psychotherapie nicht in gleichem Ausmaß durchsetzen können wie der Traum, kann aber ebenso einen wichtigen Schlüssel zum Verständnis innerer Rollen, unbewusster Konflikte und anstehender Lebensaufgaben darstellen.

Besonders der Einsatz im gruppentherapeutischen Setting bietet eine Fülle an Möglichkeiten, Märchen therapeutisch zu nutzen. Angefangen vom reinen szenischen Nachspiel des Märchens mit einer strukturierten Nachbesprechung, die Bezüge zum Alltagsleben herstellt, über das Spiel

verschiedener Märchenvarianten bis hin zum eigenständigen Verfassen von Bewältigungs- und Gruppenmärchen reicht das Spektrum, wie sich Patienten handlungsorientiert und spielerisch dem eigenen und dem gemeinsamen Unbewussten nähern können.

Das szenische und handlungsorientierte Vorgehen lässt sich sehr gut mit Narrativen, Imaginationen und Tagträumen oder mit einem kunsttherapeutischem Vorgehen kombinieren.

In diesem Band beschreibe ich konkrete Vorgehensweisen und erläutere sie an Fallbeispielen, so dass sie für die Leserinnen und Leser leicht in die eigene Praxis umsetzbar sind.

Im Text wurde aus Gründen flüssigerer Lesbarkeit meist die männliche Schreibform gewählt. Selbstverständlich schließt dies die weibliche Form ein.

Der Autor dankt an dieser Stelle besonders den Patientinnen und Patienten, sowie den Weiterbildungskandidatinnen und -kandidaten. Sie sind die wesentlichen aktiven und passiven Ideengeber für diesen Band. Daneben sind sowohl der kollegiale Austausch als auch die gegenseitige Anregung durch (nicht nur Psychodrama-)Kolleginnen und Kollegen für mich wichtig gewesen bei der Entstehung dieses Bandes. Ideen entstehen nicht in einem einzelnen Kopf, sondern nur in gemeinsamen geistigen Systemen und sozialen Netzwerken. Ohne die Verbindung zu meinen Freundinnen und Freunden sowie meiner Familie könnte ich solche Projekte nicht realisieren. Allen sei an dieser Stelle herzlich gedankt.

München, im Januar 2015

Christian Stadler

1. Vorlesung

Szene und Handlung in der Einzel- und Gruppentherapie

Psychodrama verbindet Szene und Handlung

Traum und Märchen in der handlungsorientierten Psychotherapie erfordert zunächst ein paar Worte zur Handlungsorientierung in der Psychotherapie. Lange Zeit galt Handeln vor allem in den psychodynamischen Verfahren als therapeutisch nicht hilfreich, im ungünstigen Fall als schädliches »Agieren« statt dem hilfreichen Durcharbeiten. In einigen humanistischen Psychotherapieformen wie dem Psychodrama, der Gestalttherapie und Verfahren der Körpertherapie wurde die konkrete Handlung dagegen auch im therapeutischen Kontext als sinnvoll oder sogar notwendig erachtet. So konstatierte Moreno¹ (2008, 77), der Gründervater des Psychodramas – oder in der ursprünglichen Langform der triadischen Methode Psychodrama, Soziometrie, Gruppenpsychotherapie: »Psychodrama kann als diejenige Methode bezeichnet werden, welche die Wahrheit der Seele durch Handeln ergründet«. Psychodrama, wörtlich übersetzt die handelnde Darstellung seelischen Erlebens, sieht also vor, dass neben dem Sprechen gehandelt wird, um die Psychodynamik einer Person einerseits besser zu verstehen, andererseits nachhaltiger zu verändern.

Moreno wurde in eine Zeit hineingeboren, in der Psychologie und Psychotherapie in den Kinderschuhen steckten, und konnte so mit seinen Ideen maßgeblich an der Entwicklung letzterer mitwirken. Als Arzt

1 Moreno JL (2008), S. 77

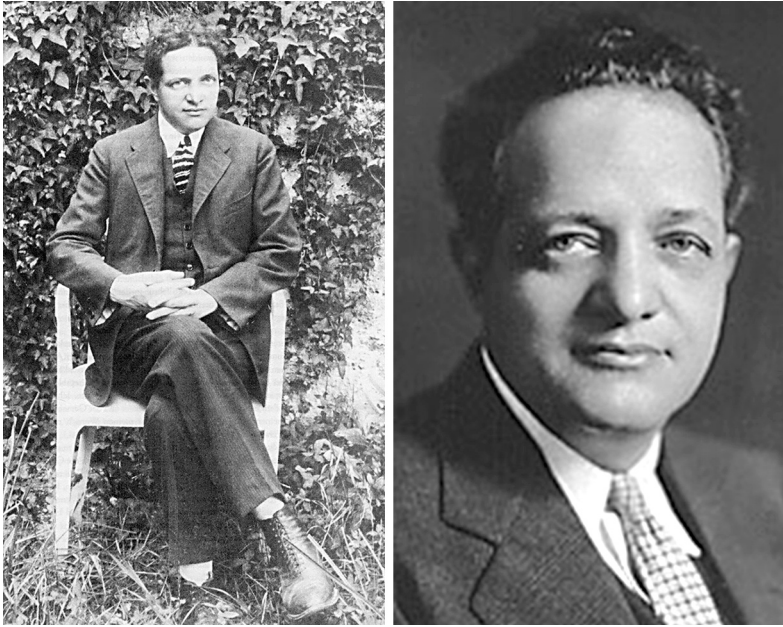


Abb. 1: Jakob Levy Moreno (1889–1974)²

verstand er sich als Sozialmediziner, Psychiater, Einzel- und Gruppenpsychotherapeut sowie als Forscher. Er war ein Mann vieler Ideen, der aufgrund seiner Persönlichkeit auch andere mit diesen anstecken konnte. Obwohl er sich unzweifelhaft viele Verdienste bei der Professionalisierung psychotherapeutischen Handelns erworben hat (z. B. Gründer der Gruppenpsychotherapie und Gründer soziometrischer Forschungsansätze), gelang es ihm nicht, seine Ideen so stringent vorzutragen wie z. B. Freud, von dem er sich gern in rivalisierender Form abgrenzte.

² links: aus Scherr (2013) in: Wieser und Stadler S. 101; rechts: aus Scherr (2013) in Wieser und Stadler S. 102

Tab. 1: Jakob Levy Morenos Lebenslauf

18. Mai 1889	Geburt Jakob Levy Morenos in Bukarest
1894	Umwzug der Familie nach Wien
1909–1917	Studium der Medizin, Psychologie, Philosophie in Wien; ab 1914 erste expressionistische Schriften
ab 1918	Herausgeberschaft verschiedener Zeitschriften und zahlreiche Veröffentlichungen
1921–1925	Gründung des Stegreiftheaters in der Maysedergasse 2 in Wien
1924	Die Zeitschrift »Das Stegreiftheater« erscheint.
1925	Emigration nach New York
1931	Moreno präsentiert die Gruppenpsychotherapie vor der American Psychiatric Association (APA); Beginn zahlreicher Forschungsprojekte (Soziometrie).
1936	Eröffnung des Beacon Hill Sanatoriums (NY), Gründung eines Fachverlages und der Zeitschrift »Sociometric Review«
1946	Das psychodramatische Grundlagenwerk »Psychodrama I« erscheint.
1951	Gründung des Internationalen Komitees für Gruppenpsychotherapie in Paris
1959	»Psychodrama II« erscheint; Ehrendoktorat der medizinischen Fakultät Wien.
1968	Ehrendoktorat der medizinischen Fakultät Barcelona
1969	»Psychodrama III« erscheint.
14. Mai 1974	Tod Morenos in Beacon (NY)

Humanistische Psychotherapie zeichnet sich nach Kriz³ dadurch aus, dass es »um die Förderung von Selbstregulations- und Organisations-

3 Kriz J (2011) »Humanistische Psychotherapie« als Verfahren. Ein Plädoyer für die Übernahme eines einheitlichen Begriffs. Psychotherapeutenjournal 10 (4), S. 335

1. Vorlesung: Szene und Handlung in der Einzel- und Gruppentherapie

prozessen auf körperlichen, psychischen und sozialen Prozessebenen« gehe, [...] die auf diese Weise wieder an die jeweiligen Entwicklungsaufgaben der biopsychosozialen Umwelt re-adaptierbar werden; wobei aber der zentrale Fokus die Sinnorientierung, Selbstdefinition und Intentionalität des Subjekts ist.«

Die von Moreno entwickelte Psychodrama-Therapie ist in diesem Sinn ein humanistisches Psychotherapieverfahren, welches durch eine handelnde und szenische, dabei subjektiv organisierte Darstellung innerpsychischen Erlebens einer oder mehrerer Personen deren Selbststeuerungs- und Selbstheilungskräfte aktiviert. Dabei werden soziale wie ökologische Bedingungen einbezogen. Das Ziel ist, in einer dargestellten oder gespielten Hier-und-Jetzt-Situation (*Surplus-Realität*), die eigenen innerpsychischen wie interaktionellen Prozesse erlebend zu verstehen (*Mentalisierung*) sowie gegebenenfalls zu verändern⁴.

Wollte man die Kernpunkte des Psychodramas auf einige knappe Punkte reduzieren, könnte es in Ergänzung zu obiger Definition so beschrieben werden:

- Im Psychodrama werden seelische Sachverhalte handelnd gezeigt und es wird über sie gesprochen; Psychodrama ist Mentalisieren.
- Psychodrama fokussiert durch Spiel und Handlung die Kreativität der Person und fördert damit deren Selbstheilungskräfte.
- Im Psychodrama werden Innenwelten auf einer »Bühne« in Szene gesetzt, bearbeitet und verändert.
- Im Psychodrama wird der Mensch in seinen verschiedenen Rollen und in seinem sozialen Umfeld gesehen.
- In authentischen, psychodramatischen Hier-und-Jetzt-Begegnungen mit anderen Menschen (Mitspieler, Therapeut, Gruppe) entsteht ein »wahres zweites Mal« bzw. ein »neues erstes Mal« einer Situation.
- Die psychodramatische, szenische Handlung hilft dem Patienten dabei, sein Leben authentisch, symptomfrei und situationsadäquat zu gestalten.

4 Stadler C, Kern S (2010) Psychodrama. Eine Einführung. VS, Wiesbaden, S. 13; Bender W, Stadler C (2012) Psychodrama-Therapie. Grundlagen, Methodik und Anwendungsgebiete. Schattauer, Stuttgart, S. 6; Stadler C (2014) Psychodrama. ERV, München.