

Dem Jen-Seitigen Begegnen – Psychodramatische Beziehungs-Klärungen mit bereits verstorbenen Syn- und Antagonisten

Jochen Becker-Ebel

Zusammenfassung

Im Psychodrama können ungelebte und unvollständige Abschiede neu inszeniert und Trauer verlebendigt und nachgeholt werden. Der Autor berichtet über derartige Protagonistenspiele. Er reflektiert den Einsatz des Rollentausches mit verstorbenen Antagonisten/Sytagonisten. Anhand von Beispielen aus der eigenen Berufspraxis zeigt er hilfreiche Bedingungen auf für das Auffinden des richtigen Orts und der richtigen Zeit für den psychodramatischen Kontakt mit Sterben, Tod, Toten und Trauer.

Schlüsselwörter

Psychodrama, Trauer, Palliative Care

Abstract

On Death and Beyond. An English version of the article is available at: www.soziatry.com. You can learn about psychodramatic approaches in bereavement therapy, hospice work and palliative care. The author reflects his work in these fields.

Keywords

Psychodrama, Bereavement, Palliative Care

1 Einleitung

Als Supervisor, Dozent und Lebensberater berate ich im Bereich der Trauer- und Sterbebegleitung Hauptamtliche und Betroffene. Dies waren Anliegen, die im Kontext von Sterben, Tod und Trauer an mich herangetragen wurden:

- „Mein Vater hat immer viel Einfluss genommen auf mein Leben und meine beruflichen Entscheidungen. Ich bin dabei neue Entscheidungen zu treffen und bin mir unsicher ... Er ist vor 2 Jahren gestorben.“
- „Der 90-jährige, den ich beruflich einige Jahre betreut habe, ist vorgestern gestorben. Ich will das nur erzählen – mir geht es gut. Fühlen ? Nein – ich fühle nichts...Ich wollte es nur erzählen und schauen, ob es in der Supervision dazu etwas zu besprechen gibt...“
- „Ich habe als Hospizbegleiterin mich so intensiv um den Gestorbenen gekümmert ... Und nun bin ich nicht einmal von der Familie zur Beerdigung eingeladen worden. Ich war auch nicht dabei, als er starb. Irgendwie bleibt etwas offen.“
- „Ich habe mich hier zu dem Palliative Care Ausbildungskurs für Theologen angemeldet um zu lernen, wie ich andere begleite im Sterben und in der Trauer. Nun ist mein eigener Vater vor 4 Tagen gestorben. ... Ich glaube ich halte es in der Gruppe nicht aus, wenn wir im großen Kreis über Trauer sprechen. ... Wie kann ich meinen Beruf ausüben, wenn ich selber trauere.“

- „Ich habe im letzten Jahr so viel Leid erfahren. Nicht nur meine Partnerin, sondern auch drei weitere Freunde und Verwandte sind gestorben. Und meine Partnerin starb so rasch. Ich wollte sie eigentlich noch heiraten. Doch dazu kam es nicht mehr. Ich mache mir Vorwürfe und bin traurig. Ich habe viele Fragen ...“

Die Lebenslagen, die Menschen, die Gefühlssituationen unterscheiden sich. Was allen diesen Anliegen und Aufträgen gemeinsam ist: Die zweite Person um die es geht, der Antagonist (im Folgenden auch „Syntagonist“ genannt, Begründung siehe unten) ist verstorben. Der Protagonist kann auf der Realitätsebene augenscheinlich nichts mehr klären. Das direkte Gegenüber fehlt. Und auf den ersten Blick hat auch eine Verbesserung der kommunikativen Kompetenz und eine Klärung der Situation keine Auswirkung auf die reale, soziale Begegnung, da diese nicht mehr in erneuerter Weise stattfinden kann.

Andere meiner Klienten sind ständig und direkt mit dem Tod beschäftigt:

- „Die Sterbende forderte so viel von uns Pflegenden. Nichts konnten wir ihr recht machen. Wie kann ich in Zukunft damit umgehen, wenn ich derartig schwierige Menschen professionell begleiten muss?“
- „Ich arbeite im Hospiz. Gerade sind viele Menschen gestorben. Ich kann nachts schlecht schlafen und habe Alpträume. Ich sehe meinen Mann im Traum neben mir liegen mit aufgeschlitztem Bauch und überall ist Blut. Ich habe Angst wenn ich aufwache, ... Angst, dass meiner Familie etwas Schlimmes passieren könnte, wenn ich ständig so direkt und viel mit Toten zu tun habe.“

Ich schlug meinen Klienten trotz anfänglicher Hemmungen vor, die Szenen mit Verstorbenen auch nach deren realem Tod nochmals nachzuspielen. Ich regte sie an, sogar neue Szenen zwischen den Protagonisten und den Verstorbenen sich entwickeln zu lassen: Ungesagte Abschiedsworte; Gesten und Sätze über die Grenze des Todes hinweg. Dies geschah eher zufällig und experimentell, später zunehmend reflektiert.

An der Reflexion über gelungene und misslungene eigene Praxis und mögliche Kriterien für professionelles Handeln will ich in diesem Artikel die Leser und Leserinnen teilhaben lassen. Welche besonderen Grundsätze sind aus psychodramatischer Sicht zu beachten, wenn wir Protagonisten anregen, verstorbene Antagonisten/Syntagonisten auf die Bühne zu bringen?

2 Erstes Fallbeispiel

Meine erste Supervisionssitzung in einer Hospizgruppe war fast abgeschlossen. Wir hatten verschiedene Begleitungssituationen besprochen, angeschaut und durchgespielt. Da meldete sich jene eingangs bereits erwähnte ehrenamtliche Hospizbegleiterin, die gleichzeitig langjährige Berufsbetreuerin eines jähzornigen alten Mannes war. Sie teilte „der Vollständigkeit halber“ uns kurz mit, dass dieser nun verstorben war. Ich fragte, wie es ihr denn ginge. Sie sagte: „Es ist in Ordnung. Von den Gefühlen her spüre ich jedoch nichts.“ Ich lud sie doch zu einer kurzen Szene ein. Im Rollentausch mit dem reichen, herablassenden Verstorbenen wurde die Tragik der Begleitung klar. Sie wurde gedemütigt und wie ein Putzlappen behandelt. Eine enorme, verborgene Wut stieg auf. Allein das Äußern der Wut – im Rahmen der kurzen, verbliebenen Restzeit der Sitzung – brachte ein wenig Erleichterung. Der Abschied war unvollständig und konnte im Rollentausch nur ein kleines Stück weit nachgeholt und erst in späteren Sitzungen anhand von anderen Begleitungen mehr reflektiert werden. Ungesagte Gedanken dem Verstorbenen gegenüber konnten ausgesprochen werden. Doch wehrte

sich das Gewissen: „De mortuis nihil nisi bene“ – „Über die Verstorbenen sei nichts (zu sprechen), außer es sei Gutes“. Dies ist ein Hemmnis in der Supervision, das mir in der Folgezeit öfter noch begegnete.

3 Stets direkter Rollentausch?

In den folgenden Abschnitten reflektiere ich entlang des typischen Verlaufs von Protagonistenarbeit meine eigene Berufspraxis im Kontext von Sterben, Tod und Trauer.

Aus meiner eigenen Praxis weiß ich: Nicht in allen Fällen ist der direkte Rollentausch angesagt, auch wenn er sich meist als besonders hilfreich erweist. Ich habe ihn bislang bei allen Bearbeitungen mit verstorbenen, eigenen Kindern nicht angeregt. Und ich hätte ihn auf jeden Fall in den zwei Fällen unterlassen sollen, in denen die Protagonisten den Rollentausch eigentlich nicht wollten. Gut erinnere ich mich an die für alle unangenehme Szene, als ich eine professionell in diesem Bereich Tätige im Rahmen einer Teamsupervision bat, eine unangenehme, jüngst Verstorbene zu spielen und diese dies spontan ablehnte. Hier kommen alle Ängste und Befürchtungen zusammen:

„Die Toten sollten wir ruhen lassen“, sagte ein Teammitglied. „Ich wollte diese Person nicht spielen, sie sollte im Spiel nicht wieder lebendig werden, ich bekam die unangenehme Erinnerung an sie sowieso schlecht los und wollte sie im Spiel nicht verstärkt wissen“ war eine spätere Reflexion der von mir nicht gut begleiteten und glücklicherweise seelisch sehr stabilen Person.

Der direkte Weg des Rollentausches basiert immer auf dem Spielwunsch, der Klärungsabsicht und der ausdrücklichen Einwilligung der Protagonistin selbst und nicht auf dem unangemessenen Helferwunsch des Leiters.

4 Den rechten Platz finden

Die klare Abgrenzung von Bühne und Alltagsrealität ist selbstverständlich für das psychodramatische Arbeiten. Dieses dient sowohl der Orientierung im Spiel wie auch für die Zeit danach. Im Kontext des Überschreitens von Zeit- und Todesgrenze ist diese formale Grenzziehung umso wesentlicher. Wenn die Wahl getroffen ist im Rahmen eines Protagonistenspiels, einen Verstorbenen als Antagonisten und Klärungspartner mit auf die Bühne zu holen, ergeben sich meist die Fragen: Wo befindet der Verstorbene sich jetzt? Wo ist der „Raum“ für den Toten?

In einer meiner ersten Bearbeitungen begleitete ich den eingangs bereits erwähnten Ratsuchenden, der sich beruflich neu orientieren wollte, dem aber die Entscheidungsfindung schwer fiel. Er war einziger Sohn eines zu Lebzeiten stets über Gebühr Einfluss nehmenden Vaters. Er wurde aufgrund väterlichen Rats genauso wie sein Vater Lehrer, war aber tot unglücklich in diesem Beruf. Ich bot dem Ratsuchenden einen (psychodramatischen) Kontakt mit seinem verstorbenen Vater an, ein Angebot, das er nach kurzer Verwunderung gerne annahm. Die Frage war: Wo ist sein Vater jetzt? Er stellte sich seinen Vater „im Himmel“ vor. Ein Rollentausch gelang gut. Als Vater konnte er gut gelaunt und entspannt auf die Erde und das Leben des Sohns blicken. Im Rollentausch wurde dieser Blick aus der anderen Perspektive ein recht gütiger, vertrauender und bestätigender: „Mache ruhig nun das, was Dir wichtig erscheint!“, war der erlösende Kernsatz, den er sich in der Vater-Rolle nun selbst zusprach. Es war Zeit sich vom seinem Vater im Himmel zu lösen, vom väterlichen Einfluss und seinem Leben nun selbst eine Richtung zu geben. Das in der Antagonisten-Rolle gespürte Väter-

liche des Vaters konnte er ein ganzes Stück weit in sein eigenes Leben integrieren. So handelt es sich in den meisten Bearbeitungen therapeutisch gesehen um eine Integration von Introjekten, mit sehr positiver Auswirkung auf das Alltagsgeschehen.

Die Frage nach dem „Ort der Verstorbenen“ stellte sich auch im Rahmen einer Supervision von Hospizbegleiterinnen. Eine Ehrenamtliche mittleren Alters begleitete eine 95-jährige Erkrankte. Deren Frage war es, wo sich der vermutlich verstorbene Sohn aufhält. Die Hospizbegleiterin selbst war auch verunsichert und brachte ihre Verunsicherung in die Supervision ein:

Täglich erwartete die (schon leicht demente) alte Dame die Rückkehr des im Zweiten Weltkrieg verschollenen und wohl verstorbenen Sohns. Da der amtliche Betreuer der Dame untersagt hatte, die Türe für Fremde zu öffnen, machte sie auch nicht auf, als sie vermeintlich den heimkehrenden Sohn im Treppenhaus hörte. Diese Not berichtete sie der Hospizbegleiterin mit solcher Eindringlichkeit, dass auch diese vor der Frage stand: Könnte es nicht doch so sein, dass der Sohn tatsächlich noch lebt und zurückkehrt? Den unwahrscheinlichen aber doch irgendwie möglichen Wahrheitsgehalt eines heimkehrenden Sohnes und das Problem der alten Dame brachte sie in die Supervision als ihr Eigenes ein.

In einem Rollenspiel mit einfachem Rollentausch ergab sich für die Protagonistin keine neue Einsicht, da zwar eine Einfühlung in die Not der alten Dame aber keine Einfühlung in den Sohn möglich war. Den wohlmöglich verstorbenen Sohn platzierte die Protagonistin am Bühnenrand hinter einer Säule an einem „Nicht-Platz“. Dort konnte er hören und sprechen, aber nicht sehen und gesehen werden.

Erst im Rollentausch in der zweiten Ebene gelang ein Kontakt. Zuerst wurde die Hospizbegleiterin zur alten Dame und aus dieser Rolle heraus zum eventuell noch lebenden oder auch schon gestorbenen Sohn. So kam es zum lang ersehnten Gespräch zwischen der alten Dame und dem Sohn, alles gespielt von der plötzlich fühlenden und kreativen Protagonistin. Der Sohn hatte eindeutig einen Platz im Herzen der jahrzehntelang Trauernden behalten.

Für die Hospizbegleiterin löste sich ihre Frage über die Existenz des Sohns auf, als sie im Spiel die alte Dame fragte, ob sie den Sohn mit der Stimme eines 17-jährigen oder eines 70-jährigen hörte. Durch die Antwort – „ich höre ihn genau mit derselben Stimme, die er damals hatte“ – wurde ihr klar, dass die alte Dame den Sohn inwendig als 17-jährigen hörte und nicht von außen als Lebendigen. Der Sohn war noch ganz lebendig in der alten und leicht dementen Dame geblieben. Die Hospizbegleiterin wusste nun, wie sie die alte und demente Dame behutsam auf dem immer noch nicht abgeschlossenen Trauerweg begleiten konnte.

In allen Protagonistenspielen zum Thema Tod und Trauer ist es hilfreich aufgrund der möglicherweise plötzlich und heftig ausbrechenden Gefühle wie Angst, Panik, Ärger, Scham und Schuld, auch dem Protagonisten stets einen sicheren Ort anzubieten, bzw. vorab wählen zu lassen. Dieses Vorwegbestimmen eines sicheren Orts ist – wenn es eingesetzt werden soll – durch die Leitung schon frühzeitig zu initiieren, und nicht erst im Moment aufkommender Panik. An diesen Schutzraum kann sich der Protagonist zurückziehen, wenn ihn die Gefühle im Spiel überwältigen würden.

Auch möglich ist der Einsatz eines Doppels, das für den Protagonisten in die Szene geht, und die Betrachtung der Szene durch den Protagonisten von außen. Gelingt es, in sicheren Orten, Schutzräumen oder in der siche-

ren Ausstrahlung einer Leiterin / eines Begleiters dem Protagonisten Halt zu geben, kann die Grenze zwischen Tod und Leben im Spiel durchaus ohne Angst und falsche Scheu überschritten werden.

5 Die rechte Zeit finden

Neben dem „Ort“ für den Verstorbenen ist es wesentlich in Rollenspielen mit verstorbenen Antagonisten, die Frage der „Zeit“ zu klären. Es gibt drei typische Zeiten: Die Jetzt-Zeit, wie beim oben erwähnten Vater, der sich im Himmel aufhält; die Zeit des Versterbens selbst und der letzten Gespräche am Sterbebett; und eine frühere Zeit. Oft entscheiden sich Protagonisten in die eigene Jugendzeit oder Kindheit zurückzugehen, um dort nochmals Situationen nach zu erleben, in denen z. B. der verstorbene Vater ganz besonders väterlich gewesen ist. Es entsteht in diesen Spielen eine sehr große Nähe:

Die eingangs erwähnte Theologin ging in ihrem Spiel in zwei Kindheitserinnerungen zurück. Sie spürte dem nach, wie ihr gerade erst verstorbener Vater zu ihr war: Väterlich einerseits, vernachlässigend und ihre Schwester bevorzugend andererseits. Dies wollte und konnte sie als Erwachsene im Blick auf die Kindheit nun nochmals nachempfinden und ihre erwachsene Position dazu finden. Am Schluss des Spiels in einer Jetzt-Zeit-Ebene sprach sie mit ihrem verstorbenen Vater nochmals alles Gute und Schlechte an. Nun konnte sie ihn symbolisch aus dieser Welt nach draußen entlassen. Sie öffnete die Fenster und ließ ihn „fortfliegen“ zusammen mit dem Dank für alles Väterliche, das er ihr geben hatte und der teilweisen Verzeihung für alle nicht gelebte Liebe und Zuwendung, die er ihr vorenthalten hatte.

Meist aber wünschen sich die Protagonisten die letzten oder die unausgesprochenen Worte am Bett der Erkrankten nochmals nachzuspielen, um besser Abschied nehmen zu können. Dann sind Raum und Zeit klar definiert:

Sowohl Ehepartner als auch Verwandte, wie auch Hospizbegleiterinnen vermissen oft die konkrete Anwesenheit am Bett während des Sterbens und des Todeszeitpunkts. Sie vermissen den konkreten Moment des Abschieds und oft die Worte des Dankes oder Worte der gegenseitigen Verzeihung. Dies kann im psychodramatischen Spiel gut nachgeholt werden. Eine Gruppe von Hospizinteressierten und Trauernden traf sich im Rahmen eines Kongresses zum Thema: *Verpasster Abschied – Nachgeholte Trauer*. Die Gruppe wählte den eingangs erwähnten Mann mit Heiratswunsch zum Protagonisten.

Der durch den Tod vereitelte Heiratswunsch lastete als schwer auf ihm. Er hatte das Gefühl, nicht alles gegeben und seine angekündigten Versprechen nicht eingelöst zu haben. Dieser Protagonist erlebte allein durch das realitätsgetreue Nachspielen der Sterbeszene große Erleichterung und Trost. Er spürte: der gemeinsame Heiratswunsch war sozusagen eine innere, gemeinsame und somit eingelöste Realität im Sterben, die der äußeren Form gar nicht mehr bedurfte. Vielleicht hatte er sich dies mit Worten vorher schon gesagt. Im Spiel und im Nachfühlen erlebte er es deutlich. Und um dieses Erleben ging es ihm. Die Gruppe ließ gemeinsam mit ihm den Tränen freien Lauf. Er fühlte sich geborgen und bestätigt. Die feinfühlig schweigende und improvisierende Antagonistin half dem spielungeübten Mann. So bedurfte es keines direkten Rollentausches, welcher den Protagonisten wohl emotional überfordert hätte.

Insgesamt braucht es für die derartige Bearbeitung viel Zeit, gerade wenn Trauer im Vordergrund steht. Hier ein weiteres Beispiel: Gut eine Stunde baute eine Protagonistin im Rahmen eines Trauer-Selbsterfahrungs-

seminars für Hospizbegleiterinnen bildhaft eine Szene zum Tod ihrer eigenen Tochter auf. Hier wurde drei Zeitebenen parallel aufgebaut: Der Todeszeitpunkt, die Zeit der Trauer nach dem Tod, die Jetzt-Zeit:

Mit Figuren und Materialien wurde die Todesszene aufgestellt: Die Tochter, der ursprüngliche Vater / Ex-Mann, der todbringende Hund ihres Ex-Mannes. Die zweite Szene galt der Zeit der Trauer mit grauem Leben der Rest-Familie hinter einem Stacheldrahtzaun mit ihr selbst und ihrem zweiten Kind und ihrem jetzigen Mann, dem Stiefvater der verstorbenen Tochter. Das dritte Teilbild war ein noch ungedeuteter Platz auf einer grünen Blumen-Wiese mit einem Ball in der Mitte. Die Protagonistin sprach beim Aufbau der drei Szenen kein einziges Wort, umging jedoch mit ihrer anhaltenden Konzentration die gesamte Gruppe, die still und wach dem Geschehen folgte. Im vorsichtigen Interview und langsamen Rollentausch wurde der extrem tragische Tod der Tochter wieder lebendig und allen bewusst. Ein Rollentausch – das war deutlich – wäre zu viel gewesen.

Das Hauptinteresse der Protagonistin bestand in der potentiellen Veränderung des lang anhaltenden und nach mehr als 5 Jahren immer noch sehr einengenden Trauerprozesses, den sie sich selbst und darüber hinaus dem anderen Kind und dem Ehemann auferlegte. Niemand kam aus der Stacheldraht-Umzäunten Trauer-Familie raus und kein Freund konnte eindringen. Die Protagonistin arbeitete nicht zum ersten Mal an ihrer Trauer und war selbst therapeutisch ausgebildet. Sie wollte und konnte aber dem Vergangenen und dem Jetzigen nochmals nachfühlen und sehen: „Wo stehe ich jetzt mit meiner Trauer? Und wo kann ich weitere kleine und große Löcher im Zaun zulassen, damit mein Mann und mein überlebendes Kind wieder Luft und Weite bekommen?“ Im Rollentausch mit Mann und Kind wurde das Glück über jede kleine Öffnung sehr eindrücklich. Schließlich räumte die Protagonistin die Mehrzahl der Zaunelemente weg, fühlte auch für sich selbst etwas mehr Freiheit und wandte sich plötzlich dem Ball auf der schönen grünen Wiese zu, warf ihn hoch in die Luft und sagte glücklich: „Jetzt kannst du auch fliegen!“. Sie änderte das Bild ihrer Tochter vom „Ruhens an einem schönen Platz“ hin zur „Bewegung in Leichtigkeit“. Sie – und auch die mitgehende Gruppe – fühlten sich erleichtert und frei. Ob die verstorbene Tochter sich tatsächlich an einem schönen Platz aufhält – wie die meisten der spirituell und religiös eingestellten Hospizbegleiterinnen annehmen – oder ob nur die innere Landschaft der Protagonistin weiter erblüht, verlebendigt und leichter wird, kann objektiv nicht geklärt werden.

6 Aus An-tagonisten werden Syn-tagonisten

Zerka T. Moreno unterstütze mich bereits wohlwollend bei der Abfassung meines zweiten Artikels zu diesem Thema. 2009 schrieb sie mir erneut: „I have a problem with the word ›antagonist‹. In English, especially, it has a negative meaning. What if the absent other is God or a newborn child or another beloved person? Moreno would not agree with that definition. Besides, the other may not be antagonistic at all, but meaningful to the protagonist in some way. Psychodrama is not a public fight, but an active exploration of relationships“.

Nach einigem Nachdenken kamen wir auf die Wortneuschöpfung; „Syntagonist“ anstelle des gebräuchlichen „Antagonist“, auch wenn Mediziner hier eher an Muskelpartien denken werden. Doch gerade der Unterstützer und der Gegenspieler, Beuger und Strecker, Syntagonist und Antagonist, halten ja den Protagonisten in Bewegung. Wie in jedem Psychodramatischem Handeln geht es darum, neue Möglichkeiten der Begegnung zu erforschen. Die besondere Vorsicht ist geboten, wenn sich diese neue Begegnung nicht mehr in der Alltagsrealität direkt überprüfen lässt.

7 Dem Toten Sprache geben

Hospizbegleiterinnen leiden oft darunter, von den Angehörigen nach dem Tod nicht mehr einbezogen zu werden. Ein Beispiel erwähnte ich eingangs. Dahinter steckt von Seiten der Angehörigen nicht selten die Identifizierung der Hospizbegleiterin mit der Todbringenden, dem Todesengel. Der gebührende Dank bleibt dann aus. In fast allen Fällen war es möglich, das letzte Treffen mit einem Verstorbenen dahingehend nachzuspielen, dass ungesagte, letzte Worte des gegenseitigen Dankes und der gegenseitigen Anerkennung ausgesprochen werden können. Diese Worte wurden zwar nicht gesagt, aber sie waren irgendwo gefühlt worden und sind unausgesprochen da. Wenn sie im Spiel nun geäußert wurden, so wurde klar: „Ja, genauso ist es und hätte es gesagt werden können“. Wenn einzelne Hospizbegleiterinnen sich des letzten Dankes trotzdem noch unsicher sind, bat ich sie bisweilen die Szene vom Bühnenrand aus zu betrachten (mittels eines Doppels für die Hospizbegleiterin und des Antagonisten für den Verstorbenen) und selbst zu sehen: Stimmt das so? Hätte dies Realität sein können?

Oft braucht es im Rollentausch mit den Schwerstkranken oder gerade Verstorbenen eine Vereinbarung zwischen Spielleiter und Protagonist (in der Antagonistenrolle), ob ein hörbares sich Äußern mit Worten überhaupt möglich ist. Meist hilft dem Protagonisten die Idee des lauten, vernehmbaren Denkens mit ausgesprochenen Worten. Laut Denken – so die Hilfsvorstellung – können auch die schweigenden Schwerkranken oder bereits Verstorbenen. So kommen sie ins hörbare Spiel. Gleichzeitig entfremdet diese Idee nicht allzu sehr das tatsächliche Geschehen.

8 Tod ist kein unanfassbares Tabu

In nicht seltenen Fällen ist es aber gar nicht die Beziehung zwischen Verstorbenen und Protagonisten, die einer Weiterentwicklung oder Heilung bedarf. Vielmehr stehen der Tote und der Tod für ein Element im Leben des Protagonisten, das geklärt werden könnte. Zum Beispiel sind Alpträume ein häufig anzutreffendes Phänomen bei Mitarbeitern von Hospizen und Palliativstationen. In Supervisionen werden Alpträume selten bearbeitet, da sie als privat eingestuft werden. Ich erwähnte ebenfalls eingangs eine Hospizpflegerin mit ihren wiederkehrenden Alpträumen vom erstochenen, blutüberströmten Ehemann, an dessen Traum-Tod sie sich schuldig fühlte, weil sie in einen Beruf gegangen war, der so viel mit Tod zu tun hatte. Ihr begegnete ich mit dem Angebot eines Zauberlandens:

Ihre Alpträume könne sie gerne im Zauberlandendepot für immer abgegeben, wenn sie bereit wäre eine Depotgebühr zu entrichten: Irgendetwas, von dem sie im Überfluss hat und das ihr etwas wert sei. Gleich fiel ihr ein starkes Verantwortungsgefühl ein, von dem sie wohl ein wenig abgeben könne. Wen hätte es gewundert, wenn sie dieses Verantwortungsgefühl nicht in erster Linie ihrem Mann gegenüber empfunden hätte? Da dies der Fall war, bat ich sie als Zauberlandenbesitzer um 50 % dieses starken Verantwortungsgefühls ihrem Mann gegenüber. Sie ließ sich nur 20 % abhandeln, weil sie befürchtete, er könne ohne ihre 80 % Verantwortlichkeit gar nicht zurechtkommen. Als Zauberlandenbesitzer war ich dennoch mit den anfanghaften 20 % zufrieden und versprach die Alpträume noch in derselben Nacht unwiederbringlich ins geschlossene Depot zu nehmen. In der nachfolgenden Pause wurde ihr erst der mögliche innere Zusammenhang zwischen ihrem (übertriebenen) Verantwortungsgefühl und ihren Alpträumen klar, und sie bot im Scherz an, doch noch viele weitere Prozente des Übermaßes an Verantwortung abgeben zu wollen, damit ihr Mann sein Leben leben könne und sie mehr für das ihre Verantwortung übernehme.

Die Alpträume kamen übrigens tatsächlich in diesem und in anderen Fällen nicht mehr zurück.

9 Fallbeispiel: Tod, Schuld und neues Leben

Anschließend will ich in diesem Kontext ein Protagonistenspiel ausführlicher schildern: Dies fand im Rahmen eines mehrtägigen Selbsterfahrungs-Seminars statt, zu dem sich 60 Ehrenamtliche aus den Bereichen Hospiz, Telefonseelsorge, Krankenhausseelsorge und Bahnhofsmision trafen. Ich begleitete eine Teilgruppe mit einem Teilnehmer und acht Teilnehmerinnen bei der Verarbeitung ihrer traumatisierenden Erfahrungen im ehrenamtlich-beruflichen Kontext. Der männliche Teilnehmer hatte ein bedrückendes Erlebnis aus seiner Arbeit als Telefonseelsorger. Eine junge Frau war dabei ihr Kind zu verlieren. Auch er hatte früh seine Erstgeborene verloren, wie er uns mitteilte. Die Gruppe wählte ihn beinahe einstimmig am nächsten Morgen zum Protagonisten. Und wir widmeten uns ihm und seinem Anliegen mit großer Aufmerksamkeit fast den ganzen Tag lang.

Der Protagonist ist ein groß gewachsener und gut aussehender Mann, im Alter von etwa fünfzig Jahren. Am ersten Abend – noch vor dem Spiel – erfahren wir: Er hatte früh seine Erstgeborene verloren. Sein Sohn wurde kurz darauf geboren. Die Ehe zerbrach im Kontext des unterschiedlichen Trauererlebens. Seine berufliche Karriere verlief noch einige Zeit gut. Er absolvierte Kommunikationstrainings und war u. a. in der Ausbildung tätig. Jedoch zwangen ihn psychosomatische Beschwerden den Beruf aufzugeben. Angst und Panik-Zustände ließen ihn Tags nicht handeln und nachts nicht schlafen. Er wurde schließlich frühberentet. Mittlerweile geht es ihm etwas besser, er lebt in einer neuen, glücklichen Partnerschaft. Sein Sohn ist gut geraten, wie er mir stolz am Abend mitteilte. Er ist auch wieder recht kontaktfreudig. Nur die Schlafstörungen halten an.

Sein Anliegen: Er ist ein guter Telefonseelsorger. Die meisten Gespräche, auch jene von störenden und verstörten Anrufern beantwortet er mit Geduld, Einfühlungsvermögen, Klarheit und Humor. Nur ein Gespräch vor einiger Zeit ließ ihn total verstummen und er konnte kein Wort mehr sagen: Eine Jugendliche rief an und schrie ins Telefon: Ich verblute, ich verliere mein Kind. Angst und Panik kamen über ihn und er war wie gelähmt. Dennoch wollte er im Protagonistenspiel genau in diese Situation hineinschauen und sehen, wo Lösungen liegen auch für diesen Kontakt. Er wollte auch gerne die Wirkweise des Psychodramas erleben und hatte sich deshalb gezielt für die Psychodrama-Gruppe angemeldet.

Im Nachspielen der Situation stellte sich die schon vorher erfahrene Panik wieder ein. Es gab keine Möglichkeit irgendetwas zu ändern oder zur Sprache zurückzufinden. Von außen gesehen vermutete er, dass die Erinnerung an den Tod der eigenen Tochter der Grund für die Starre sein könnte. Wir bauten eine zweite Parallel-Szene auf. Da er die eigene, verstorbene Tochter nicht auf die Bühne holen wollte und konnte fragte ich ihn, ob es ein Symbol für seine verstorbene Tochter gäbe, das er auf die Bühne holen könne. Das Symbol war ein spezieller Grab- und Gedenkstein. An diesem Stein, sagte er, wolle er sich gerne mit seinem Sohn (eventuell mit seiner Ex-Frau) unterhalten. Die verstorbene Tochter spielte bald keine Rolle mehr. Viel mehr wollte er vom Sohn wissen, ob dieser zu kurz gekommen sei in seinem Leben, da er ja die Aufgabe gehabt habe, irgend etwas von der verstorbenen Schwester weiterleben zu lassen, und da er wegen der großen Trauer der Eltern nicht so unter der elterlichen Fürsorge gestanden sei, wie es ein Sohn eigentlich erwarten durfte. Im Rollentausch mit dem Sohn wurde klar, dass dies alles allein die Fragen des Vaters sind und der Sohn sich weder an dem Gedenksteinplatz noch angesichts dieser Fragen wirklich wohl fühlt. Aus dieser Szene nahm der Protagonist mit, dass es hier weder eine Energie für eine Lösung für die (andere) Ursprungsszene gibt, noch einen wirklich konkreten Zusammenhang.

Nach einer Pause gingen wir in die Ursprungsszene zurück. Dort gingen wir jetzt den inneren Anteilen nach, die zur Erstarrung führten. Der Druck alles Recht zu machen, die hoffnungslose Selbstüberforderung zwäng-

ten ihn ein. Und ein Gefühl von Strafe, Bestrafung und Schuld saß ihm im Nacken. Antagonisten übernahmen diese Zwacksjackett-Anteile für ihn. Ein Doppel setzte sich für ihn in die Szene und gab ihm Raum, das Ganze von außen zu betrachten. Da dämmerte es ihm, dass der drückende Antagonist in seinem Nacken so wie sein eigener Vater sei. Von ihm müsse er sich mehr befreien. Er versuchte es. Doch in der Szene konnte er aber keinen Befreiungsschlag gegen den Vater tun. Seine erbärmliche Situation hatte einen Zweck: Umso mehr er selbst den Druck durch den Vater aushielt, umso mehr konnte er das Schwere und Grobe des Vaters (und des nun auftauchenden Großvaters) vom eigenen Sohn fernhalten. Die Macht des Schicksals der schlechten Väter ließ sich nur brechen, wenn er als Vater alle Last der Vorväter selbst trüge und so mögliche Belastungen vom Sohn fernhielte.

Um den Wahrheitsgehalt dieser Annahme zu überprüfen, brauchten wir den Sohn erneut auf der Bühne. Schon im Bild vorher hatten wir erfahren, dass er mit der möglichen Schuld des Vaters nicht viel anfangen konnte. Er hatte nicht das Gefühl, zu kurz gekommen zu sein – angesichts des Todes der Schwester und der Trauer.

Nun aber konnte der Sohn gespielt vom Protagonisten dem eigenen Vater klar sagen: „Ich bin erwachsen. Mir geht es gut. Du warst mir ein guter Vater und aus mir ist etwas geworden. Du kannst stolz auf mich sein. Und ich weiß, du bist stolz auf mich. Du brauchst die Brutalität und den Druck Deines Vaters nicht mehr selbst tragen und so scheinbar von mir abwenden. Ich trage mein Leben selbst.“

Auch die inneren Stimmen veränderten ihre Gestalt und wurden zu Helfern. So konnte der Protagonist den (mittlerweile verstorbenen) Vater aus seinem Leben ein ganzes Stück fortschicken und erklären, er sei nicht mehr bereit mit dem Druck zu leben. Väterliche Gefühle wurden im Protagonisten wach. Die enorme Angst etwas Falsches und Unväterliches zu machen verschwand. So war es auch möglich mit dem Sohn in einen guten Kontakt zu treten und auch mit der Anruferin aus der Ursprungsszene. Die ungeheueren Kreativität mit der der Protagonist sich um die Anruferin kümmerte (und auch die erstaunliche Einfühlung der improvisierenden Antagonisten) begeisterten alle. Es musste ja einen Grund haben, dass die sehr junge Frau in ihrer Not sich an den anonymen und deshalb verschwiegenen Berater der Telefonseelsorge wandte und nicht an einen Notarzt. Einfühlsam konnte der Berater ihr die Ängste nehmen und – durchaus väterlich – für sie da sein.

So war es wohl gar nicht die Analogie des sterbenden Kindes zwischen ihm und der Anruferin, die ihn zur Erstarrung brachte. Mit dieser Vermutung lag er irgendwie falsch. Es war vielmehr der Druck des Vaterseins und die Verunsicherung über die eigene Väterlichkeit. Kaum war die drückende Vater-Last abgelegt kam das natürlich Väterliche zum Vorschein im Kontakt mit seinem Sohn und damit auch im Kontakt mit der jugendlichen Anruferin, die vom Alter her seine Tochter hätte sein können. Sie konnte er nun gut beraten.

Auch die Seminarteilnehmerinnen spürten, wie die eigene gelebte und ungelebte Trauer während des Spiels wieder lebendig wurde. Den Prozess aus der Erstarrung in ein neues Leben vollzogen sie intensiv mit. Das Loslassen des Drucks übertrug sich auf die anderen. Manche konnten erst jetzt unter Tränen mitteilen, dass auch sie Kinder verloren hatten und täglich darunter litten. Insgesamt vier Teilnehmerinnen hatten ein eigenes Kind verloren, eine mehrfach im späten Schwangerschaftsstadium, eine andere während der Geburt und zwei im Kleinkindalter.

10 Fallbeispiel: Sei übermenschlich!

In einem für mich exemplarischen Protagonistenspiel setzte sich eine Ehrenamtliche mit der Qualität des eigenen Begleitens auseinander und fand im Kontext der Gruppe zu eigenen, adäquaten Lösungen: Die Protagonistin Ada ist mir seit Jahren gut bekannt, kommt aus meiner ersten Ausbildungsgruppe (2001–2002) und war Teilnehmerin meiner ersten psychodramatisch orientierten Supervision (seit 2002 bis 2004). Sie arbeitete als Besitzerin einer esoterischen Buchhandlung und hat viel Erfahrung in der Sterbebegleitung. Ihr langes graues Haar und ihr „weises“ Aussehen verschafften ihr Jobs bei einer Model-Agentur für „Senior Models“ und viel Zutrauen bei den Schwerkranken. Sie selbst fühlte sich jedoch immer wieder neu unsicher, was sicher ihren besonderen Charme ausmacht.

Ihr Thema im Rahmen einer gezielten Weiterbildung mit längeren Supervisions-Einheiten (2006) war: Sie fühlte sich beim Begleiten oft so ungeordnet. Sie hätte gerne mehr Struktur, Sicherheit und das Gefühl, „es richtig zu machen“. Insbesondere eine Hospizbegleitung ging ihr nach. Hier mangelte es am gesunden Verhältnis von Nähe und Distanz. Sie störte ihre eigene hohe Selbsterwartung und litt unter Ihrer Unzulänglichkeit. Mein Vorschlag an sie war: Im Rahmen einer Protagonistenarbeit die inneren Anteile aufzustellen; und in einem zweiten Schritt der Realitätsüberprüfung: Sich – mit ihren inneren Anteilen – selbst zu erleben beim Begleiten – angesichts und im Gegenüber mit der Begleiteten.

Es folgte die Antagonistenwahl und ein erster Bühnenaufbau: Auf der Bühne in der Mitte ist der Platz für die Antagonistin, eine Schwerstkranke. Neben ihr die beiden Haupt-Beraterinnen-Qualitäten/Anteile von Ada (2 Beraterinnen): Die „einfühlsame Chaotin mit Notizblock, auf dem sie alles aufschreibt, damit sie nichts vergisst“ und der „rückenstreichelnde, perfekte Hospizbegleitungsroboter“. Ich beobachte: Beide inneren Anteile sind (bewusst oder unbewusst) in mehrfacher innerer Spannung. Ihr Anliegen ist die „Ordnung“, aber der innere Anteil, der Ordnung repräsentieren soll ist nur ein „Roboter“. Und dieser streichelt aber den Rücken der Schwerkranken und zeigt Zuwendung. Der Gegenpart ist der Anteil, den Ada eigentlich begrenzen will: Die Unordnung, das Spontane, das Chaos. Dieses Chaos wirkt aber liebevoller und lebendig. Als Aktion ist das Chaos aber nicht chaotisch, sondern schreibt alles auf und macht Notizen. Ada sagt, das gehöre alles so. Das sei die Konfusion, in der sie sich empfinde. Ich probiere es mit einem Rollentausch, aber Ada kommt (wie zu erwarten war) nicht in die ambivalenten Rollen herein, wühlt sich immer mehr ins Chaos. Deshalb schlage ich vor: Wahl eines Doppelgängers (auch: „Alter Ego“; nicht: eines Antagonisten der „Doppelt“, sondern eines Antagonisten, der für Ada in die Szene tritt, wenn diese die Szene sich von außen ansieht; im Folgenden in Kürze genannt: „Doppel“), und wir beide sehen alles „als Experten“ von außen an. Das Doppel steht jetzt der Beraterinnen gegenüber.

Ada positioniert jetzt von außen her versuchsweise ihre beiden Beraterinnen-Anteile neu. Sie standen zuerst neben der zu Beratenden – sicher ein methodischer Fehler von mir, weil ich die innere und die äußere Ebene gemischt hatte; aber so hatte es sich halt ergeben und war von der Protagonistin so initiiert worden. Ada nimmt sie von dort weg und stellt sie neben ihr Doppel. Dort sind sie richtige „Innere Anteile“ und nicht mehr gleich mögliche äußere Aktionsformen. Sie hat die Idee, dass das hier stimmen könnte. Sie merkt aber auch jetzt erst richtig die Ambivalenzen: Die Einfühlsame/Chaotische schreibt sich alles auf und will sich ordnen; die/der Kalte/Perfekte streichelt und ist scheinbar warm. Ada sagt: Genau diese Ambivalenzen kennt sie, wobei die Chaotische zwar alles aufschreibt, sich aber an nichts hält. Ada geht nun wieder an ihre Ausgangs-Position zurück.

Ich bitte sie, von der Ausgangsposition heraus die inneren Anteile erneut umzustellen und zu sagen, warum die Umstellung passieren soll. Das geschieht und wird nun bewusst als eigenes Handeln erlebt. Ihre beiden Anteile stehen nun neben ihr. Die „Chaotische“ zwickt an ihrer linken Schulter, der zum „Perfektionszwang“ umbenannte „perfekte Beratungsroboter“ drückt an der rechten Schulter herum. Auf ihrem Kopf drückt noch eine dritte Kraft, wie sie bemerkt und die sie nun besetzt: Die vielen Ideen/Gedanken der Zweiflerin. Und zwischen ihr und der zu Beratenden sitzt nun: Ihr Idealbild davon, wie eine Begleitung (und sie selbst in der solchen Begleitung) eigentlich sein sollte: Der „Hospiz-Guru“. Die Rollen „Zweiflerin“ und „Hospiz-Guru“ werden nachbesetzt. Nun kommt Bewegung ins Spiel. Ada räumt im Rollentausch ihre Anteile hinter sich langsam in weiter abgelegene Positionen weg. Zuerst den „Perfektionismus“ mit all seiner Angst, dann die „Zweiflerin“ und dann die „Chaotische“. Alles hat aber irgendwie einen klaren Platz und kann später einmal genutzt werden. Sie geht vorsichtig und wertschätzend vor und sagt allen Anteilen, dass sie sie bisweilen braucht und eventuell später einmal wieder brauchen wird. Danach erst kann sie den „Guru“ gut und vollständig wegschieben. Den Impuls bekommt sie aus dem Rollentausch mit der Schwerkranken heraus. Im Rollentausch spricht sie als Schwerkranken: „Wenn der „Guru“ zwischen uns ist, sehe ich Dich, Ada, nicht; und ich will ja von Dir gerade so begleitet werden, wie du jetzt bist, mit all’ deinem Chaos“. Damit endet das Spiel. Ada räumt erleichtert die Bühne ab.

Im ausführlichen Sharing und im Rollenfeedback bekommt Ada die Gewissheit: Sie darf und kann und soll ausschließlich so begleiten, so wie sie ist. Sie trauert dem nur ein wenig nach – so ihre selbstironischen Schlussworte, dass sie jetzt leider doch nicht ein „Guru“ ist. Das würde sie doch so sehr gerne sein. Und irgendwie ist sie es ja auch.

11 Psychodrama als Sterbe- und Trauer-Ritual

In Protagonistenspielen mit Anliegen zum Thema Sterben, Tod und Trauer werden selbst Tote wieder lebendig. Anliegen der Protagonisten werden über die Todesgrenze hin geklärt. Der Tod, das Tote und die Toten werden enttabuisiert und anfassbar. Dann verunreinigt der Tod auch nicht und es bleibt nichts kleben.

Über den Tod darf geredet werden. Angesichts der Stille im Tode, des Untätig-Seins und des Nichts-Mehr-Tun-Könnens tut es gut, über die eigenen Gefühle zu reden: Mit dem Verstorbenen, mit dem Tod selbst, oder mit den eigenen inneren Anteilen.

So kann Psychodrama zu einem lebendigen Ritual werden. In der Sprachlosigkeit des Todes werden Worte vernehmbar ausgesprochen und im Spiel gelebt und erlebt. So habe ich psychodramatisches Protagonistenspiel als heilendes Handeln erfahren.

Literaturverzeichnis

DGSv (Deutsche Gesellschaft für Supervision e.V.), (Hg.) (2007/2009): *Supervision in den Arbeitsfeldern Hospiz und Palliative Care. Erfahrungen und Anforderungen*. Eigenverlag, Köln 2007. überarbeitete Neuauflage, 2009: <http://www.dgsv.de>.

Moreno, J. L.: „Das soziale Atom und der Tod (1947)“, *Soziometrie als experimentelle Methode*, 1981, 93–97/„*The Social Atom and Death*“, *Sociometry X*. 1947, 80–84.

Rothenberg, G. (2005): Ausgangssituationen in der psychodramatischen Supervision mit Ehrenamtlichen.

In: OSC 2/2005, S. 133–143; siehe auch: OSC, 2/2007. S. 184–194.

Spoehr, M. (2002): *Zur Motivation der Hospizmitarbeiterinnen und -mitarbeiter*. In: Böke, H.; Schwikart, G.; Spoehr, M. (Hg.): *Wenn Sterbebegleitung an ihre Grenzen kommt. Motivationen. Schutzräume. Problemfelder*. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 34–41

Steurer, J. (2002): *Supervision und (I)oder Praxisbegleitung in der ambulanten Hospizarbeit*. Abschlussarbeit im Rahmen der DGSv anerkannten Supervisions-Ausbildung.

Steurer, J. (2004): *Hospiz am Wendepunkt? Chancen und Gefahren für die ambulante Hospizarbeit durch die Krankenkassenfinanzierung*. In: WzM, 2/2004, S. 168–183.

Steurer, J. (2005): *Supervision in der Hospizarbeit*. In: Die Hospiz-Zeitschrift, 25, S. 22–23.

Steurer, J. (2007): *Mut zur Trauer. Praxis psychodramatisch orientierter Supervision und Beratung in den Bereichen Hospizarbeit, Palliativmedizin und Trauerbegleitung*. ZPS 2/07, S. 269–291.

Steurer, J. (Hrsg.) (2007–2011); Hoffmann, S. (2011ff.): *Palliativkompetenz und Hospizkultur entwickeln*. Behr's Verlag, Hamburg 2007ff.

Zum Autor

Dr. theol. Jochen Becker-Ebel, ehemals Steurer, Hamburg, geb. 1961, Supervisor DGSv, Psychodramaleiter IAGP/DFP, Hochschuldozent, GF MediAcion. Organisationsberater / Supervisor, Leiter von Palliativfachweiterbildungen. Grundstr. 17, 20257 Hamburg; 0049-40-99994658; www.mediacion.de und www.soziatry.de
Kontakt: jochen.becker-ebel@mediacion.de