

Einleitung

Was die Musiktherapie aus dem Meer des Unbewussten auftauchen lässt, kann mit Psychodrama-Elementen an Land gezogen werden. Die zahlreichen Praxisbeispiele belegen dies. Es ist vorteilhaft, diese zuerst zu lesen, um sich mit der Arbeitsweise vertraut zu machen.

Warum gerade Musiktherapie und Psychodrama? Seit Jahrhunderten werden Musik und Drama kunstvoll verknüpft, heute mehr denn je. Kaum jemand kann sich der Wirkung dieser Verbindung entziehen. Bilder und Worte erzählen die Geschichte, und Musik verstärkt Gefühle. Aktuelle Medien auf dieser Basis, wie Film und Musicals, sprechen alle Gesellschaftsschichten an. Ebenso eignen sich Musiktherapie und Psychodrama für viele Menschen, unabhängig von Bildung, Alter oder Begabung.

Musik, eine in allen Kulturen vorkommende Kunstform, wird schon seit Jahrtausenden therapeutisch genutzt. Weltweit entstanden viele verschiedene Therapierichtungen. Im 20. Jahrhundert wurde die „psychodynamisch orientierte Musiktherapie“ entwickelt, ein eklektisches Verfahren der Musiktherapie, das heute in Europa häufig verwendet wird, auf das auch ich mich stütze und das ein Teil meiner eigenen Ausbildung ist. Meine therapeutischen Studien begann ich am C. G. Jung-Institut mit Schwerpunkt auf Symbol- und Traum-Arbeit, Assoziation und Imagination, danach folgten die Ausbildungen zur Musiktherapeutin und abschliessend zur Psychodramaleiterin.

Wenn in der Musiktherapie bestimmte psychotherapeutische Methoden ausgewählt und zusammengeführt werden, geht es um Optimierung, Förderung von Prozessen und um Nachhaltigkeit des Therapieergebnisses. Die Optimierung gelingt besonders gut, wenn das therapeutische Reiseerlebnis auf verschiedenen Ebenen, mit verschiedenen Medien stattfindet. Ebenfalls förderlich ist, wenn der Patient seinen Prozess bewusst erfassen und erinnern kann und Brücken aus der Therapie in den Alltag baut. Genau da sind die psychodramatische Techniken und Instrumente besonders fruchtbar. Sie wirken intensivierend und strukturierend, unterstützen die Fokussierung von Themen, den Transfer von Gelerntem ins Leben und von Problemen des Lebens in die Therapie. Die Verbindung der beiden Kunsttherapien eignet sich teilweise auch für die Anwendung in Beratung, Pädagogik und Supervision.

Moreno (Begründer des Psychodramas, s. Kap. 2) nannte seine Erfindung „dreiteilige Aktionsmethode Psychodrama, Soziometrie und Gruppenpsychotherapie.“ Die Beteiligten sollen in Aktion kommen, wie in der aktiven Musiktherapie. In beiden Methoden soll sich der Patient ursächlich, als ein nach eigenem Reiseplan handelnder Mensch erleben. Über das Methodische hinaus wird eine auf die Entwicklung der Eigenverantwortung der Patienten ausgerichtete Haltung der Therapeutin gefordert.

Da im musiktherapeutischen Arbeitsfeld vorwiegend weibliche Berufsleute tätig sind, wollte ich anfänglich den Text in der weiblichen Form schreiben; die

vielen -„innen“ hätten einige Seiten beansprucht , sodass ich mich von der Idee trennte und mich für eine paritätische Form entschied, soweit die Verständlichkeit des Textes dies erlaubt.

Zum Inhalt: In den folgenden Ausführungen geht es darum, genau hinzuschauen, was die musiktherapeutischen und die psychodramatischen Elemente bewirken und welche Funktion sie haben können. Die wichtigsten Funktionen sind in der Tabelle „Psychodrama-Elemente mit Funktionen und Wirkungen“ am Anfang von Kap. 4 zusammengefasst. In den folgenden Kapiteln werden die in der Musiktherapie besonders oft eingesetzten Elemente einzeln dargestellt, ihre Integration in der Musiktherapie durch Praxisbeispiele dokumentiert und mit Vorschlägen zu Spielformen ergänzt. Diese sollen zur Umsetzung anregen und illustrieren, worauf es jeweils ankommt, damit man die passenden Spiele aus der eigenen „Spielkiste“ auswählen kann.

Wenn jemand behaupten würde, das Buch beschreibe Psychodrama, nicht Musiktherapie, wäre das insofern richtig, als die Wirkung der Musik nicht näher analysiert wird; das würde den Rahmen dieses Buches sprengen. Dazu verweise ich auf die umfangreiche neuere Literatur zur Musiktherapie-Forschung.

Es geht in diesem Buch nur um die Umsetzung der Psychodrama-Elemente in der Musiktherapie. Da diese Elemente differenziert betrachtet werden, können auch Psychodramatiker davon profitieren.

Die Musiktherapie wie das Psychodrama sind je ein umfassendes psychodynamisches Verfahren mit einer vierjährigen intensiven Ausbildung. Ich hoffe dennoch, mit diesen Ausführungen das Interesse der Kolleginnen und Kollegen verschiedener therapeutischer Richtungen an der Verbindung der beiden Methoden zu wecken und sie zur Umsetzung anzuregen.

Dank

Herzlichen Dank meinen Musiktherapiekolleginnen und Ausbildungsleiterinnen Vilmante Aleksiene, Mirdza Papiere, Lilit Simonian, und Lilya Athanova, welche mich beauftragten, ihre Musiktherapiestudentinnen und -studenten zu unterrichten, mir fachliches Feedback über meine Methoden-Integration gaben, mich mit kritischen Fragen herausforderten und mich anregten, dieses Buch zu schreiben. Sandra Lutz möchte ich danken für die Ermutigung, noch einmal die Ärmel hochzukrempeln und das Thema auch theoretisch, als Masterarbeit, zu durchleuchten. Der Verlagsleiterin Ursula Reichert danke ich für die Ermutigung und Unterstützung, den Stoff von der litauischen und der bulgarischen „dünnen“ Ausgabe zu einem Lehrbuch zu erweitern.

Einen herzlichen Dank all den Menschen, welche sich mir anvertrauten, die ich ein Stück auf ihrem Lebensweg begleiten durfte und die mich mit ihrer Lebensgeschichte berührten und bereicherten.

Den Psychodramatikern Gretel Leutz, Ruth Sailer und Jörg Burmeister, danke ich für die Offenheit und Unterstützung bei der Zusammenführung der beiden Methoden, welche sie schon während meiner Ausbildung am Moreno-Institut mit Interesse anboten. Reinhard Krüger danke ich dafür, dass er mich im Rahmen der Supervision an seinen Forschungsarbeiten Anteil nehmen liess und meinen Blick für die Funktionen der Psychodrama-Elemente schulte.

Laura Hondema danke ich für die sorgfältige Gestaltung des Umschlagbildes mit einer meiner Stickerarbeiten und für professionelle Fotos.

Herzlichen Dank Jean-Pierre Spetzler, meinem geduldigen Partner, der für Haus und Garten sorgte, Texte korrigierte und ertrug, dass ich, auch wenn ich nicht am Computer sass, oft mit meinen Gedanken am Schreiben war.