

**Dr. Maja Storch, Universität Zürich**  
**Kreativität und Psychodrama**  
**Vortrag gehalten auf dem 53. Psychotherapie-Seminar in**  
**Freudenstadt vom 22. bis 27. September 1996**

Der Titel meines Vortrages ist aus der Sicht psychodramatischer Terminologie nicht ganz präzise; genauer müßte es heißen: "der kreative Prozess im Psychodrama". Der Begriff "Kreativität" benennt in Morenos Theorie lediglich ein Element eines grösseren Prozesses, der immer dann stattfindet, wenn Menschen sich entwickeln. Dieser kreative Prozess beinhaltet nach Moreno vier Phasen, von denen eine die Phase der Kreativität ist.

Wenn man im Rahmen der psychodramatischen Theorie von Jakob Levy Moreno über Kreativität spricht, ist es unerläßlich, auch über Spontaneität zu sprechen, denn diese beiden Konzepte sind so untrennbar miteinander verbunden, daß Moreno sie das "Zwillingskonzept" der Spontaneität und Kreativität nennt (1991, S. 189). Spontaneität und Kreativität sind zwei zentrale Konzepte in der Theorie von J.L. Moreno, mit denen sich ein reichhaltiger Fundus von psychodramatischen Techniken verbindet. Seine Idee, daß jeder Mensch über Spontaneität und Kreativität verfügt und seine Vorstellung, daß das Psychodrama diese Quellen der Lebensenergie wieder freilegen kann, wenn sie verstopft sind, ist charakteristisch für ein starkes lustvolles und lebensbejahendes Moment in Morenos Vorstellung von Psychotherapie.

Moreno begann seine psychologische Arbeit im ersten Jahrzehnt dieses Jahrhunderts, als er in den Gärten Wiens spielende Kinder beobachtete und an ihren Spielen teilnahm. Wie Zerka Moreno (1991) berichtet, war es die Spontaneität der Kinder, die Moreno faszinierte. Er fragte sich, wie es kommen kann, daß Menschen im Verlauf des Älterwerdens ihre Spontaneität immer mehr verlieren. Im Verlauf seiner Arbeit mit den Kindern, in denen er mit ihnen kleine Theaterstücke inszenierte, begegnete er einem ähnlichen Prozeß. Bei der ersten Darstellung ihrer Rolle mobilisierten die Kinder viel Energie, sie zeigten eine hohe Spontaneität. Je häufiger sie jedoch die Aufführungen wiederholten, desto routinierter wurden sie, ihr Erfindungsreichtum ließ nach, die Darstellungen wurden immer mechanischer, die Spontaneität verschwand. Moreno nannte diese Endprodukte des spontan-kreativen Prozesses, die routinisierten Rollen, Kulturkonserven. Konserven sind der Versuch, die Spontaneität und Kreativität eines vergangenen Augenblicks in einem konkreten Produkt einzufrieren. Moreno wollte

diese gefrorenen Muster durchbrechen. Er suchte nach Methoden, die Menschen dazu verhelfen konnten, in Kontakt mit jener ursprünglichen Energiequelle zu kommen, die Neues entstehen läßt. In Morenos Konzeption sind Spontaneität und Kreativität endogene Kräfte, die jedem Organismus innewohnen. Sie können unter bestimmten Umständen jedoch blockiert sein, was im schlimmsten Fall zu pathologischen Zuständen führt.

In Morenos Entwicklungspsychologie wird von den Faktoren Kreativität und Spontaneität als primären positiven Phänomenen ausgegangen und von der Grundtatsache, daß das Kind in eine Umgebung hineingeboren wird, in der es mit anderen Individuen interagiert und in der es sich flexibel mit den Anforderungen der Aussenwelt auseinandersetzen muß. Moreno hat wesentliche Inspirationen zu seiner Theorie des kreativen Prozesses aus dem Theater gewonnen. Er kann als einer der ersten Psychotherapeuten bezeichnet werden, der sich im Rahmen eines experimentellen Stegreiftheaters systematisch mit dem Phänomen Spontaneität-Kreativität befasst hat. Er schreibt: "Viele hundert Spontaneitätstests wurden in diesem Laboratorium gemacht und viele hundert Darstellungen wurden vorgeführt. Tag für Tag wurden die Ergebnisse dieser Tests analysiert. Dieses führte zu einer großen Menge systematischen Wissens, das eine Theorie der Spontaneität und Kreativität vorbereitete, welche auf tatsächliche Fakten gegründet werden konnte." (Moreno, 1991)

Moreno hat aufgrund seiner großen empirischen Erfahrung mit Experimenten zu Spontaneität und Kreativität ein Phänomen entdeckt, das in der heutigen Zeit im Rahmen der Selbstorganisationstheorie breite wissenschaftliche Anerkennung findet. Es handelt sich um das Phänomen spontaner Ordnungsbildung in offenen Systemen fernab vom Gleichgewicht. Wir haben hier den in der Wissenschaftsgeschichte nicht einmaligen, aber stets hochinteressanten Fall vor uns, daß nach Prinzipien gedacht, geforscht und interpretiert wurde, deren theoretischer Gehalt erst wesentlich später in klarer Weise zu Papier gebracht werden konnte. Michael Schacht (1992) hat eine sehr schöne Interpretation von Morenos Konzeption des kreativen Prozesses unter der Perspektive der Selbstorganisationstheorie vorgelegt, die Literaturangabe dazu finden Sie auf dem Manuskript zu meinem Vortrag.

### **Konserve**

Beginnen wir mit der Ausgangslage des kreativen Prozesses, mit den Konserven, in der Sprache der Selbstorganisationstheorie mit einer gegebenen Struktur. Beim Wort "Konserve" denke ich immer sofort an

Pfirsiche oder Ananas aus der Dose und nicht an Psychotherapie. Ich weiß nicht genau, ob Moreno dies beabsichtigt hat, zuzutrauen wäre es ihm, er hatte immer den Schalk im Nacken. Genausowenig, wie ein Dosenpfirsich etwas Schlechtes ist - schon gar nicht, wenn es dazu Schlagsahne gibt, die mit ein wenig Vanillezucker parfümiert ist - genausowenig ist die Konserve in Morenos Theorie etwas, das nicht geschätzt werden sollte. Aus wissenschaftlicher Sicht wurde dieses Wort von Moreno in Anlehnung an das lateinische "conservare" im Sinne von "bewahren", "erhalten" gewählt, um den Aspekt lebendiger Prozesse zu kennzeichnen, der das Feste, Beständige darstellt, auf dessen Basis Veränderung überhaupt erst entstehen kann. Konserven sind stabile Strukturen von Abläufen, die zuverlässig funktionieren. In dieser Eigenschaft haben Konserven sowohl positive als auch negative Aspekte, Petzold hat hierzu ein sehr schönes Zitat: "Konserven sind geronnene Aktion, kreative Handlungen, die in fester Form erstarrt sind und damit die Möglichkeit der Überlieferung kultureller Werte liefern. Diese Konserven dienen aber nicht nur der Erhaltung der Kultur, sie bergen auch die Gefahr der Erstarrung." (Petzold & Mathias, 1982, S. 90)

Nicht nur Handlungsabläufe, sondern jegliche Art von Struktur stellt eine Konserve dar. "Jeder Stein, Pflanze, und Stern, jeder animalische Organismus ist eine Konserve." (Moreno, 1956, S.130.) Auch physiologische Funktionsmuster - Atmung, Kreislauf, Verdauung - etc. stellen in Morenos Sinn Konserven dar, stabile Ablaufstrukturen, die für Kontinuität und Stabilität sorgen. Wir finden solche Muster auch im sozialen Bereich, hier eher in der Form von Verhaltens- und Kommunikationsabläufen. Sie selbst verfügen sicher über eine gewisse Anzahl solcher sozialen Rollenkonserven, die Ihnen dabei helfen, sich adäquat und effektiv zu verhalten. Sie werden vermutlich eine andere soziale Rollenkonserve benutzen, wenn Sie ein menschliches Wesen erotisch für sich gewinnen wollen, als wenn Sie einem Mitarbeiter eine Anweisung, die den Arbeitsablauf betrifft, geben. Auch innerpsychisch verfügen wir über verschiedene Muster und Konfigurationen von Gefühlen, Gedanken und begleitenden Körperempfindungen. Diese psychodramatischen Rollenkonserven, wie Moreno sie nennt, kommen immer dann sehr schön zum Ausdruck, wenn wir mit Symbolen arbeiten. Die innere Nixe, der innere Wikinger, das innere Kind, all diese Figuren sind Symbole für komplexe innerpsychische Abläufe und Vernetzungen von neuronalen Funktionseinheiten. Auch komplexe Interaktionsmuster zwischen Individuen können festen Strukturen gehorchen und in Morenos Sinne Konserven sein. Denken Sie beispielsweise an die Familientherapie und die Spielregeln, nach denen scheinbare "Verrücktheit" produziert wird, die jedoch einem rigiden

Regelwerk folgen, das FamilientherapeutInnen in mühevoller Puzzlearbeit zu dechiffrieren versuchen.

Kehren wir zurück zum Verlauf unseres kreativen Prozesses. Im Normalfall verfügt der Mensch über ausreichend flexible und veränderbare Konserven, die im Verlauf der menschlichen Entwicklung für eine lebendige Ordnung sorgen. Diese lebendige Ordnung ist aber - einfach durch die Tatsache des Lebens - immer wieder Veränderungen ausgesetzt, in der Sprache der Selbstorganisationstheorie "Fluktuationen des Prozeßverlaufs" genannt. Moreno hat sich in seiner Theorie des kreativen Prozesses mit ganz besonderem Interesse dieser Tatsache gewidmet. Dies ist der Grund, warum Morenos Kreativitätstheorie so besonders wertvoll für die Psychotherapie ist, die sich ja hauptsächlich damit befaßt, konstruktive Wandlungsprozesse bei Menschen einzuleiten und zu begleiten. Hierzu gibt es schöne Zitate von ihm:

"Es ist nicht zu leugnen, daß die Erinnerung an ein Kulturprodukt mit einer großen Befriedigung und sogar mit Freude verbunden ist. Die periodische Wiederholung scheint dem Menschen ins Ohr zu flüstern, daß alles gleich geblieben ist, alles gut ist - daß die Welt sich nicht verändert hat. Die Kulturkonserve erweist dem Menschen einen ähnlichen Dienst - die Kontinuität des Erbes - wie eine historische Kategorie der Kultur insgesamt und sichert ihm die Erhaltung und Kontinuität seines Ego. Diese Vorkehrung ist hilfreich, solange der Mensch in einer verhältnismäßig stillen Welt lebt; was aber, wenn die Welt um ihn herum in einem revolutionären Wandel begriffen ist und wenn die Qualität des Wandels immer mehr zu einer ständigen Eigenart der Welt wird, an der er teilhat?" (Moreno, 1989, S. 86)

Moreno sagt: "Eine Veränderung kann jederzeit im Leben eines Menschen eintreten. Er kann sein soziales Atom verlassen oder eine andere Person kann es betreten, oder er kann gezwungen sein, alle Personen seines sozialen Atoms hinter sich zu lassen und neue Beziehungen zu entwickeln, weil er in ein neues Land gezogen ist. Eine Veränderung kann auch in seinem Leben wegen bestimmter Entwicklungen in seinem kulturellen Atom stattfinden. Er kann beispielsweise eine neue Rolle anstreben - die eines Piloten - die ihn unter anderem vor das Problem stellt, eine neue Maschine beherrschen zu müssen. Oder er wird von einer neuen Rolle seines Sohnes oder seiner Frau überrascht, die ihm bis dahin fremd war. Die Beispiele für Veränderungen, die ihn bedrängen, könnten leicht vervielfältigt werden. Einflüsse des ökonomischen, psychologischen und sozialen Netzwerks um ihn herum können ihn bedrohen. Man kann gut sagen, daß das Maß an Spontaneität, das ein Mensch aufbringen muß, um dem Wandel

gewachsen zu sein, mit dem Maß an Wandel selbst proportional steigen muß. (Moreno, 1989, S. 86)

Die stabilen Strukturen, die in Morenos Theorie Konserven heißen, haben nun, was den Umgang mit natürlich auftretenden Veränderungen betrifft, eine ganz bestimmte Eigenschaft: All diese Strukturen dämpfen zunächst natürlich auftretende Veränderungen. Neue Information aus der Außenwelt wird einseitig im Sinne der bereits vorhandenen Struktur interpretiert. Im Bereich der klinischen Psychologie können Sie z.B. an die Bildung von Stereotypen oder an das Phänomen der selektiven Wahrnehmung denken. Bestimmte, immer wiederkehrende Wahrnehmungsmuster und Handlungsmuster, die sehr schwer zu verändern sind, finden wir z.B. auch bei der Depression oder bei Zwangserkrankungen. Verhalten im Rahmen von erstarrten Konserven findet übrigens nicht ausschließlich im Kontext von Leblosigkeit und Depression statt. Auch die Hysterika, die außerordentlich bewegende Szenen ins Leben rufen kann, handelt im Rahmen starrer Konserven und ist nicht in der Lage, andere Verhaltensmuster - in ihrem Fall etwa ein ruhiges Abwägen und Abwarten - abzurufen. In den pathologischen Fällen ist aus der Struktur, die im Fluß des Lebens Halt, Sicherheit und Stabilität ermöglicht, ein starres Korsett geworden, das auf die Menschen einengend und begrenzend wirkt. Spontanes Handeln ist nur sehr begrenzt möglich.

Sie haben sicher bemerkt, daß das Wort "spontan" jetzt auftaucht. Ausgegangen sind wir von Konserven, stabilen Strukturen, die im Verlauf des lebendigen Austausches mit der Umwelt Veränderungen ausgesetzt sind. Diese Strukturen dämpfen auftretende Fluktuationen bis zu einem gewissen Grad ab. Abweichungen vom etablierten Prozeßverlauf werden vermindert, um die Stabilität des Zustandes zu bewahren. Dies geschieht - in der Sprache der Kybernetik ausgedrückt - mit Feedbackschleifen, die nach dem Prinzip des negativen Feedback funktionieren. (Beispiel: Kühlschranks: wenn die Temperatur wärmer wird, schaltet sich die Kühlung ein.) Nun kennen wir jedoch alle den Fall, wo die auftretenden Fluktuationen so groß sind, daß sie von der bestehenden Struktur nicht mehr gedämpft werden können. Die Tatsache, daß eine Beziehung zerrüttet ist, kann z.B. sehr lange verleugnet werden, wenn einer der beiden Partner dann jedoch eine neue Beziehung aufnimmt, kann diese Tatsache nicht mehr übergangen werden, eine neue Struktur muß sich bilden. Beim Übergang von einer alten Struktur zu einer neuen treten nun ganz bestimmte Phänomene auf. In der Sprache der Selbstorganisationstheorie drückt man diesen Prozeß folgendermaßen aus: Wenn das Ausmaß der Fluktuationen einen bestimmten Schwellenwert übersteigt, gerät das System in eine Phase

der Instabilität, die in Morenos Theorie der Spontaneitätsslage entspricht. Befassen wir uns, bevor wir zur Instabilitätsphase und damit zur Spontaneitätsslage kommen, zunächst jedoch mit der Phase des Anstiegs der Fluktuationen, in Morenos Theorie die warm-up oder Erwärmungsphase genannt.

### **warm up**

Der Begriff des warm-up ist bei Moreno keineswegs für menschliche Handlungen reserviert. Das warm-up "manifestiert sich in jedem Ausdruck des lebenden Organismus" (Moreno, 1980, S. 56.) Moreno würde den Begriff des warm-up z.B. auch für die Prozesse vor einer Zellteilung verwenden. Warm-up im Sinne des Anstiegs von Fluktuationen beschreibt die Zunahme von neuen Impulsen, neuer Information. Warm-up muß nicht unbedingt mit einer Zunahme an Aktivität und Emotionen verbunden sein - obwohl es dies oft ist. Wenn Sie jedoch an die eingangs erwähnte Hysterica denken, so muß sich diese Frau für eine ruhige und überlegte Rolle erwärmen, eine Rolle die Emotionen eher reflektiert als agiert und Handlungsimpulse zuerst analysiert, bevor sie eventuell ausgelebt werden. Entscheidend für eine saubere Definition der Phase des warm-up ist die die Vermehrung von neuer Information, das, was im Vergleich zur jeweils alten Struktur als echte Erweiterung und Veränderung dieser Struktur verstanden werden kann.

Als Therapeutin muß man in dieser Phase sehr genau abwägen, was in der Therapie an echt Neuem auftaucht, da Menschen in der Regel dazu neigen, nach dem Prinzip des "mehr desselben" zu verfahren. Oft tauchen alte Lösungen lediglich in neuem Gewand oder getarnt auf.

### *Bandler-Grinder Geschichte*

Die Phase des Anstiegs der Fluktuationen kann zeitlich unterschiedlich lang andauern. Sie kann sehr kurz sein, wie bei einer Frau, die einen wunderschönen Mann in der U-Bahn sieht und sich, noch bevor sie aussteigt, für die Aktion erwärmt, ihn anzusprechen und nach seiner Telefonnummer zu fragen. Sie kann auch sehr lange gehen, wie bei einer Ehekrise, die sich über Jahre hinweg immer mehr zuspitzt, bis es zum großen Krach kommt. Moreno (1991) schreibt hierzu: "Wir werden uns davor hüten, den Stand der Kreativität von den Anzeichen eines leichten, offenen warm-ups her zu diagnostizieren. Wir sollten einen Zustand von Kreativität nicht geringschätzen, weil er einen langsamen und schwierigen Anlauf hat. Wir sollten offene und überhitzte Aktivität nicht überbewerten und Inflexibilität und Passivität nicht unterbewerten." (S. 197).

Noch ein zweiter Punkt ist zu beachten: Die Erwärmung ist nicht ausschließlich ein autonom und aktiv initiiertes Prozeß, wie z.B. der Sportler sich vor dem Wettkampf anwärmt. Anstieg von Fluktuationen kann auch von außen erzwungen sein, denken sie an die Beispiele aus dem Morenozitat, die Ehepartnerin, die sich verändert, die berufliche Situation, die sich verändert oder Kinder, die in neue Altersphasen eintreten. Allein durch die Tatsache, daß wir leben und daß die Welt um uns herum auch lebendig ist, sind wir dauernd mit Veränderungen unserer stabilen Strukturen konfrontiert. Der Anstieg von Fluktuationen bringt mit sich, daß stabile Strukturen destabilisiert werden. Dies kann einerseits dazu führen, daß wir Neues erschaffen, die alten Strukturen verlassen und uns an der gewonnenen Freiheit freuen, es kann aber auch dazu führen, daß wir Angst bekommen, denn der Verlust von Stabilität hat in der Regel immer auch etwas Beunruhigendes.

Aus der Selbstorganisationstheorie wissen wir, daß im Bereich des Schwellenwertes bereits sehr kleine Fluktuationen genügen können, um ein System in die Instabilitätslage zu führen. Minimal erscheinende Auslöser führen dann zu plötzlichen, dramatischen Veränderungen - vergleichbar dem Tropfen, der das Faß zum Überlaufen bringt. Dieser Umstand erklärt übrigens, warum im therapeutischen Prozeß gelegentlich nach kurzer Zeit und mit wenigen Interventionen drastische Veränderungen eingeleitet werden können. Anthony Williams sagt hierzu: "Es ist nicht notwendig, zu denken, daß jede Veränderung notwendigerweise langsam und regelmäßig ist - im Gegenteil ist schnelle, plötzliche Alles-oder-Nichts Veränderung in der Natur und in menschlichen Bereichen durchaus üblich, besonders in Zeiten von Krisen (...) sogar eine kleine Veränderung im sozialen Atom kann sich in erstaunlich machtvoller Weise auf die Zukunft auswirken, wenn sie zur richtigen Zeit erfolgt (Williams, 1991, S. 61).

Wenn wir in der Psychotherapie mit Menschen daran arbeiten, neue Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln, so versuchen wir, sie für das Aufgeben ihrer alten Konserven zu erwärmen. In diesem Sinne kann auch Widerstand in der Psychotherapie verstanden werden als Versuch, den Anstieg von Fluktuationen, die Erwärmung zu etwas Neuem, abzdämpfen. Menschen mit stabilen Konserven und einer großen Angst vor dem Neuen und der damit verbundenen Instabilität können, das wissen Sie alle, sehr beharrlich sein in diesem Widerstand. Mit Morenos Sicht des kreativen Prozesses können wir mit dieser Phase umgehen. Das therapeutische Rezept in dieser Phase heißt, die Patienten langsam für eine Veränderung erwärmen und darauf vertrauen, daß der Anstieg der Fluktuationen in einem natürlichen Prozeß die alte Struktur

allmählich destabilisiert. Wir müssen unsere Patienten in dieser Phase langsam an den Schwellenwert heranzuführen. Methodisch geschieht dies am Besten, in dem wir geduldig kleine Veränderungen oder Veränderungswünsche verstärken und hervorheben. Die systemische Familientherapie der Milanoschule hat z.B. ein ganzes Repertoire an Unterschiedsfragen entwickelt, die in dieser Hinsicht sehr nützlich sein können. Eine sehr schöne Technik ist auch die psychodramatische Darstellung des bisherigen Lebensweges mit allen Hoffnungen und Wünschen, die man z.B. im Jugendalter für sich selbst hatte. Auch das psychodramatische Inszenieren von inneren Ambivalenzen im Rollenspiel oder das Einnehmen verschiedener Perspektiven mit der psychodramatischen Technik des Rollentauschs führen zu neuer Information und damit zum sanften Anstieg der Fluktuationen. Wir befinden uns dann am Übergang zur Phase der Spontaneität.

### **Spontaneität**

Die Phase des Anstiegs der Fluktuationen, des warm-up geht bis zum Erreichen eines bestimmten Schwellenwertes. Ist dieser Schwellenwert erreicht, so geht das System über in eine Instabilitätsphase, dieser Instabilitätsphase entspricht in psychodramatischer Terminologie die Spontaneitätslage. Jantsch spricht davon, daß die Fluktuationen jenseits des Schwellenwerts plötzlich davongaloppieren. Moreno sagt über die Stegreiflage: "Man muß Anlauf nehmen, um sie zu erreichen, wie um hoch zu springen; ist sie erfaßt, so schießt sie heiß und voll an." (Moreno, 1970, S. 28)

Die Instabilitätsphase zeichnet sich nach wissenschaftlichen Erkenntnissen dadurch aus, daß nicht mehr vorhersagbar ist, welchen Weg das System nun einschlagen wird. In den Begriffen der Chaostheorie wird hier von dem sogenannten Verzweigungs- oder Bifurkationspunkt gesprochen.

Schacht (1992) schreibt: "Mit der Zerstörung alter Strukturen stehen plötzlich wie an einer Weggabelung verschiedenste Möglichkeiten für die weitere Entwicklung offen." (S. 116). Prigogine (1981) findet folgende Beschreibung: "Wir stehen vor Zufallsereignissen, die dem Problem des Würfelspiels sehr ähnlich sind." (S. 168). Moreno bedient sich einer ähnlichen Terminologie, um die Spontaneitätslage zu beschreiben, wobei er die Qualität des Augenblicks betont: "Die Schwierigkeit besteht darin, daß man Spontaneität nicht aufbewahren kann. Entweder man ist in einem Augenblick spontan oder man ist es nicht. Wenn Spontaneität ein so wichtiger Faktor des menschlichen Lebens ist, warum ist sie dann so schwach entwickelt? Die Antwort ist: der Mensch fürchtet die Spontaneität, vergleichbar seinen Vorfahren im Dschungel, die das Feuer fürchteten; sie fürchteten Feuer, bis sie lernten,

es zu entzünden. Der Mensch wird Spontaneität fürchten, bis er lernt, sie zu üben." (Moreno, 1953, S. 47) An anderer Stelle schreibt er: "Für diesen Moment wurde der Kausalnexus gebrochen oder beseitigt." (Moreno, 1980, S. 104).

Wichtig für unser Verständnis ist beim Begriff des gebrochenen Kausalnexus, daß in dieser Instabilitätsphase nach wie vor natürlich die Gesetze der Kausalität gelten. In diesem Sinne ist die Rede vom gebrochenen Kausalnexus oder von Zufallsereignissen wie beim Würfelspiel bildhaft zu verstehen. Wissenschaftlich gesehen, gelten in der Instabilitätsphase bzw. der Spontaneitätslage nach wie vor die Gesetze der Kausalität, das System hat jedoch so viele Freiheitsgrade, in denen es sich weiterentwickeln kann, daß es unmöglich ist, vorherzusagen, welchen Weg die Entwicklung nun einschlagen wird. In der Chaostheorie werden solche Phänomene mit dem Begriff "deterministisches Chaos" benannt, um zu verdeutlichen, daß diese Phase auf den ersten Blick wie Chaos anmutet, daß sie in ihrer Entwicklung jedoch durchaus determiniert ist. Die Kausalverbindungen in dieser Phase können jedoch nie prospektiv analysiert werden, nur retrospektiv offenbaren sich uns die Zusammenhänge und die Gründe, warum welcher Weg eingeschlagen wurde.

Die Unmöglichkeit, Entwicklungen in dieser Phase vorherzusagen, wird durch ein bestimmtes Verhalten des Systems hervorgerufen. Erinnern Sie sich, was wir über die Eigenschaft stabiler Strukturen, sprich Konserven gesagt hatten: sie haben die Aufgabe, unsere Wahrnehmungen gleichsam zu filtern, Fluktuationen zu dämpfen, unpassende Informationen auszublenden und damit gewissermassen eine bekannte Welt zu erhalten, in der wir uns auf sicheren, weil bekannten Pfaden bewegen können. Sind diese alten Strukturen zerfallen, dann fällt auch die Dämpfung der Wahrnehmung weg, neue Information wird nicht mehr ausgeblendet. Das System wird unter Umständen sensibel für aller kleinste neue Informationen. Dies ist der Grund, warum sich die zukünftige Entwicklung nicht vorhersagen läßt. Diese Thematik ist in vielen Filmen und Büchern aufgegriffen worden. Erinnern Sie sich etwa an den Film "Selma und Louise", in dem zwei Frauen sich völlig unberechenbar verhalten, nachdem sie einmal ihren alten einengenden Strukturen - sprich "Ehemännern" - Adieu gesagt haben. In vielen Variationen existiert das Thema, daß ein Mensch, der bisher in geordneten Verhältnissen lebte, aufgrund einer äußeren oder inneren Krise in Kontakt mit Menschen aus völlig anderen Subkulturen kommt und sich aufgrund dieses Kontaktes bis zur Unkenntlichkeit wandelt.

Die Spontanitätssituation bietet nun einerseits die Möglichkeit für Kreativität und damit die beginnende Ausgestaltung neuer Strukturen, andererseits sind wir oft mit Unsicherheit und Angst konfrontiert. Diese Situation trägt oft alle Merkmale einer Krise. Ein anderer Therapeut, dessen Theorie sich sehr gut mit Begriffen der Selbstorganisation fassen läßt, ist übrigens Erik Erikson mit dem Konzept der Entwicklungskrisen, die sich durch die natürlich auftretenden Variationen stabiler Strukturen im Austausch mit der Umwelt ergeben.

Weil wir, wenn wir den Anstieg von Fluktuationen zulassen, uns für eine Veränderung anwärmen, neben der Vorfreude auf etwas Neues unweigerlich auch mit Angst konfrontiert werden, scheuen wir uns oft, in diesen Prozess einzutreten. Zerka Moreno (1991) sagt hierzu: "Ein Grund für die Furcht vor Spontanität ist, daß sie mit Irrationalität und Unberechenbarkeit verwechselt wird. Dies erzeugt Angst. Angst und Spontanität sind jedoch einander entgegengesetzte Funktionen — je ängstlicher wir sind, desto weniger spontan sind wir und umgekehrt." Um angemessen auf das Leben reagieren zu können, und darum in Morenos Persönlichkeitstheorie psychisch gesund zu sein, ist es jedoch dringend notwendig, Spontanität zuzulassen. erinnern Sie sich: In Morenos Entwicklungspsychologie wird der kindliche Organismus ausgestattet mit der Fähigkeit zu spontanem Handeln (dem spontaneity factor) geboren. Er hat die Möglichkeit, sich auf Situationen einzustellen, sich in ihnen flexibel zu verhalten (warm up). Die treibende Kraft hierfür sieht Moreno in der Spontanität. Er konzipiert Spontanität also als einen basalen, endogenen Antrieb, der Handlungen stimuliert. Spontanität ist deshalb auch eine bestimmende Größe in Morenos Selbstkonzept. "My thesis is, the locus of the self is spontaneity. When spontaneity is at zero, the self is at zero. As spontaneity declines, the self shrinks. When spontaneity grows, the self expands." (Moreno, 1947a, 9)

Um es noch einmal zu verdeutlichen: Spontan sein heißt in Morenos Terminologie nicht, sich besoffen auf Mallorca das T-Shirt vom Leib zu reißen, auf dem Tisch zu tanzen und sich am nächsten Morgen vor Peinlichkeit nicht mehr auf die Straße zu trauen. Sein Begriff von Spontanität beschreibt viel eher etwas, was auch im ZEN-Buddhismus angesprochen wird. Awareness, Bewußtheit und Wachheit für den Augenblick und angemessenes Reagieren. An dieser Stelle ist es auch sinnvoll, Morenos bekannteste Definition von Spontanität zu zitieren: "Spontanität ist eine neue Reaktion auf eine alte Situation oder eine angemessene Reaktion auf eine neue Situation." (1953, S. 336)

Noch ein anderes Zitat kann Morenos Spontaneitätskonzeption verdeutlichen: "Spontaneität wird irrtümlicherweise häufig in engere Verbindung zu Emotionen und Handlung gerückt als zu Nachdenklichkeit und Ruhe. Spontaneität kann bei einem Menschen ebenso präsent sein, wenn er denkt, wie wenn er fühlt, wenn er ruhig ist, wie wenn er in Aktion ist. Chaotisches Verhalten und Gefühlsausbrüche, die aus impulsiver Aktion hervorgehen, sind keine Desiderata der Spontaneitätsarbeit. Sie gehören vielmehr in den Bereich der Pathologie der Spontaneität." (Moreno, 1989, S. 81)

Zurück zum kreativen Prozess. In der Instabilitätsphase, beim Auftreten von Spontaneität, entwickeln sich - und das ist jetzt sehr wichtig - *autonom* erste Ansätze einer neuen Ordnung. Wir sind hier in Morenos Modell direkt am Übergang zum Auftreten von Kreativität. Spontaneität und Kreativität sind, wie eingangs schon erwähnt, Zwillingssprinzipien, sie sind aufeinander bezogen und lassen sich eigentlich nicht analytisch voneinander trennen. Spontaneität stellt eher die Bereitschaft für eine neue Handlung dar, Kreativität wird dann benötigt, um die neue Handlungsmöglichkeit auch auszugestalten. Wenn ich diese beiden Prinzipien jetzt hier in einer zeitlich linearen Abfolge wiedergebe, so tue ich dies nur aufgrund unseres Verhaftetseins in Raum und Zeit. Eigentlich stehen diese beiden Prinzipien in einem zirkulär kausalen Verhältnis zueinander, sie sind miteinander vernetzt.

Wir sind immer noch beim Phänomen der autonomen Ordnungsbildung. Außer Moreno hat übrigens auch C.G. Jung dieses Phänomen bemerkt, es hat unter dem Stichwort "transzendente Funktion" einen festen Platz in seiner psychoanalytischen Theorie. Es handelt sich bei diesem Phänomen um die erstaunliche Tatsache, daß unsere Psyche aus sich selbst heraus eine neue Ordnung entwickelt, wenn wir es schaffen, auftauchende Fluktuationen auszuhalten und innerpsychisch instabile Zustände mit ihrem hohen Komplexitätsgrad nicht zu früh mit Hilfe der Rationalität zu vereinfachen und künstlich Komplexität zu reduzieren.

Dieses Konzept der autonomen Ordnungsbildung ist von hoher therapeutischer Relevanz. Wenn wir bedenken, daß auch Instabilitätsphasen, genauso wie warm-up Phasen, zeitlich sehr lange andauern können, wird deutlich, wie überaus nützlich Morenos Konzeption für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sein kann. Es ist eine große Hilfe, aufgrund solider wissenschaftlicher Theoriebildung auf spontane ordnungsbildende Prozesse der Psyche vertrauen zu dürfen, wenn Sie ihre Klientel unter Umständen durch langandauernde Instabilitätsphasen hindurch begleiten müssen und

versuchen müssen, die damit verbundenen oft existenziellen Angstgefühle mitzutragen.

Wichtig ist, darauf zu achten, daß in Phasen der Instabilität niemals alle Strukturen aufgegeben werden, um die Klienten nicht zu sehr zu destabilisieren, hier befindet sich der Therapeut oder die Therapeutin selbst auf einer Gratwanderung. In dieser Phase ist wichtig, gewisse Strukturen zu erhalten, um Orientierung zu gewährleisten. Das therapeutische setting als solches ist z.B. eine solche Struktur, die in Phasen der Instabilität unter Umständen einen letzten Halt und Sicherheit vermitteln kann. Damit sind wir am Übergang zur Phase der Kreativität.

### **Kreativität**

Ich will Ihnen den Zusammenhang von Spontaneität und Kreativität anhand einiger Zitate verdeutlichen. Moreno (1991) schreibt: "Kreativität ist auf den "Akt" selbst bezogen; Spontaneität ist auf die "Bereitschaft" zum Akt bezogen." (S. 196). Schacht (1992) schreibt: "Die Gestaltung der neuen Ordnung erfolgt in der Phase der Kreativität. In der Spontaneitätslage wird die Saat des kommenden Wachstums gelegt. Die Kreativität fügt der Spontaneität das erfinderische Moment hinzu." (S. 118). Petzold (1982) beschreibt die Verbindung von Spontaneität und Kreativität folgendermaßen: "Unter Kreativität ist in diesem Zusammenhang die Entfaltungs- und Ausdrucksfähigkeit eines Individuums zu verstehen. Diese muß mobilisiert werden, um wirksam zu werden. Das von der Spontaneität (über warm up) angesprochene Ziel, die Kreativität, kommt nun in dem konkreten Handlungsbereich in Kontakt mit der Spontaneität. Aus diesem Zusammenwirken, dem kreativen Prozeß, folgt nach vollzogener Handlung die kulturelle Konserve (ein Bild, ein Buch, eine Theorie etc)." (S. 255) Karin Eisler-Stehrenberger (1991) meint: "Kreativität ist die Fähigkeit des Menschen zu schöpferischem Handeln, zum Gestalten von Wirklichkeit. Sie ist die formende Substanz für die Energie der Spontaneität. Spontaneität ist die adäquate Reaktion auf neue Bedingungen oder eine neue Reaktion auf alte Bedingungen, sie ist der ursprüngliche Katalysator jeden kreativen Aktes, ein energetischer Prozeß, der nach Entladung drängt und nicht aufgehalten werden und auch nicht konserviert werden kann." (S. 130).

Lassen Sie mich das, was bisher geschehen ist, in ein Bild fassen, das aus der griechischen Mythologie kommt und damit auch zeigt, daß dieses Erleben eine Grundkonstante menschlicher Erfahrung darstellt, C.G. Jung würde sagen ein archetypisches Erleben ist: die Nachtmeerfahrt. Wir haben alte Gestade (Konserven) hinter uns gelassen und uns voll Mut und Risikobereitschaft auf das Meer begeben um nach neuen Ufern zu

suchen. Die Brücken hinter uns sind abgebrochen, es gibt keinen Weg zurück. Wir sind auf hoher See, Winden und Wellen ausgesetzt, begegnen Seeungeheuern und unbekanntem Gefahren (Instabilitätsphase, Spontanitätsslage). Da taucht am Horizont Land auf. Ein unbekanntes Land, wir wissen nicht, ob es bewohnt ist oder nicht, wir wissen nicht, was für Verhältnisse wir antreffen, wir haben keinerlei Richtlinien, an die wir uns halten können, wir stehen dem Neuen und Unbekannten gegenüber. Es liegt an uns, das Beste aus der neuen Situation zu machen, wir sind in der Situation des Schöpferischen, in der wir die volle Verantwortung für unser Handeln tragen. Auch diese Situation kann ängstigen. Schacht (1992) schreibt: "Im warming-up mußte die Angst vor Tod und Vernichtung gemeistert werden. Jetzt muß der Angst vor der Schöpfung begegnet werden." (S. 121).

Gerade in dieser Phase bietet das Psychodrama einzigartige Möglichkeiten, um die Angst vor der verantwortlichen Schöpfung zu mildern. Während das zukünftige Verhalten von Schleimpilzen und chemischen Stoffen in Petrischalen in dieser Phase tatsächlich weitgehend von minimalen Schwankungen in den Umweltbedingungen abhängt, kann der Mensch aufgrund der Tatsache, daß er über Bewußtsein und damit über die Kraft der Phantasie verfügt, die Zukunft vorwegnehmen und in das kosmische Würfelspiel bis zu einem gewissen Grad eingreifen. Hier bewähren sich besonders alle Möglichkeiten des psychodramatischen Probehandelns, in denen zukünftige Entwicklungen auf der psychodramatischen Bühne vorweggenommen und konkret erlebt werden können. Wer selbst schon einmal psychodramatisch an eigenen Problemen gearbeitet hat, wird sich erinnern, was für ein eminenter Unterschied im Erleben besteht, wenn eine neue Situation lediglich gedanklich durchgespielt wird im Gegensatz zur der immer wieder erstaunlichen Realitätsnähe, die psychodramatisch inszenierte Situationen entwickeln können. Die Entscheidungsgrundlage wird im psychodramatischen Spiel dadurch, daß die Situation ganzheitlich mit allen Sinnen erlebt wird, um ein Vielfaches solider als beim bloßen Gedankenspiel.

### **Konserve**

Wenn nun eine neue Handlungsmöglichkeit, die sich in der Spontanitätsslage entwickelt hat, mit Hilfe der Kreativität auch in eine neue Handlung umgesetzt wurde, sollte sich im Laufe der Zeit daraus wieder eine neue Struktur, eine neue Konserve entwickeln. Wir haben dann in unserem Rollenrepertoire eine neue Rolle etabliert. Auch bei diesem Prozeß bedarf es spezifischer therapeutischer Unterstützungsmaßnahmen. Michael Schacht beschreibt die unterschiedlichen therapeutischen Strategien für die unterschiedlichen

Stadien des kreativen Prozesses so präzise, daß ich Ihnen dieses Zitat nicht vorenthalten möchte:

"Die einzelnen Phasen des Entwicklungsprozesses erfordern unterschiedliche therapeutische Strategien. Die grundlegende Strategie in der Erwärmungsphase heißt "Förderung von Erstmaligkeit", während in der Phase der Neustrukturierung "Förderung von Bestätigung" angemessen ist. In der Instabilitätsphase kann eventuell mit geringem Aufwand plötzlich eine entscheidende Veränderung eingeleitet werden, während in der Phase der stabilen Konserve Geduld erforderlich ist, da ohne entsprechende Vorbereitung (warming-up) keine Veränderung zu erwarten ist." (Schacht, 1992, S.125)

Den Unterschied zwischen dem ursprünglichen kreativen Produkt und der daraus resultierenden Konserve beschreibt Moreno sehr anschaulich an einem Beispiel: "Das Endprodukt eines kreativen Prozesses, die kulturelle Konserve, hat ihren Nutzen in einer spontanen kreativen Matrix, die die originäre Manifestation, die Kreativität ist. Der Unterschied zwischen einer kulturellen Konserve und der spontanen kreativen Matrix dieser Konserve im Moment, wo sie in die Existenz tritt, ist fundamental. Stellen wir uns die Musik der 9. Symphonie vor in dem Moment, als sie von Beethoven geschaffen wurde, stellen wir uns die gleiche Musik als ein Kunstwerk - ein beendetes Produkt vor - getrennt vom Komponisten." (Moreno, 1991, S. 196)

Wie gesagt, es ist wichtig und sinnvoll, die Handlungsmöglichkeiten, die sich im spontan-kreativen Akt ergeben haben, in eine Konserve umzuwandeln, um wieder eine stabile Basis zu haben. Allerdings muß uns klar sein, daß wir uns auf der neugebildeten Konserve nicht ausruhen können. Auch diese Konserve wird wieder Veränderungen ausgesetzt sein, Fluktuationen werden wieder ansteigen, ein neuer Schwellenwert wird erreicht werden und wir werden wieder und wieder der Furcht vor dem Neuen und unserer Angst vor der Verantwortung der Schöpfung begegnen müssen.

## Literatur

- Eisler-Stehrenberger, K. (1991). Kreativer Prozeß-Therapeutischer Prozeß. In H. Petzold und I. Orth (Hrsg.). Die neuen Kreativitätstherapien Bd. 1 (S. 113-168). Junfermann: Paderborn.
- Jantsch, E. (1979). Die Selbstorganisation des Universums. München: Hanser.
- Moreno, J.L. (1947). The future man's world. Psychodrama Monographs 21, Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1934, 1953). Who Shall Survive? Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1956). Sociometry and the Science of Man. Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1970). Das Stegreiftheater (2. Auflage). Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1989). Spontaneität und Katharsis. In J. Fox (Hrsg.). J.L. Moreno. Psychodrama und Soziometrie. Essentielle Schriften (S. 77-102.) Edition Humanistische Psychologie: Köln.
- Moreno, J.L. (1991). Theorie der Spontaneität-Kreativität. In H. Petzold und I. Orth (Hrsg.). Die neuen Kreativitätstheorien, Bd. 1 (S. 189-202). Junfermann: Paderborn.
- Moreno, J.L. & Moreno, Z. (1980). Psychodrama Vol I (6. Auflage). Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, Z. (1991). Psychodrama, Rollentheorie und das Konzept des sozialen Atoms. In J. Zeig (Hrsg.). Psychotherapie (S. 545-558). dgvt Verlag: Tübingen.
- Petzold, H. & Mathias, U. (1982). Rollenentwicklung und Identität. Junfermann: Paderborn.
- Prigogine, I. (1981). Dialog mit der Natur. München: Piper.
- Schacht, M. (1992). Zwischen Ordnung und Chaos. Neue Aspekte zur theoretischen und praktischen Fundierung der Konzeption von Spontaneität und Kreativität. PsychoDrama 5 (1) 95-130.
- Williams, A. (1991). Forbidden Agendas. Strategic Action in Groups. London: Routledge.