

POLYLOGE

Eine Internetzeitschrift für „Integrative Therapie“
(peer reviewed)

Materialien aus der „Europäischen Akademie für
biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien
und Kreativitätsförderung“

2001 gegründet und herausgegeben von:

Univ.-Prof. Dr. mult. **Hilarion G. Petzold**, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Hückeswagen,
Donau-Universität Krems, Institut St. Denis, Paris, emer. Freie Universität Amsterdam

In Verbindung mit:

Dr. med. **Dietrich Eck**, Dipl. Psych., Hamburg, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit,
Hückeswagen

Univ.-Prof. Dr. phil. (emer.) **Liliana Igrić**, Universität Zagreb

Univ.-Prof. Dr. phil. (emer.) **Nitza Katz-Bernstein**, Universität Dortmund

Prof. Dr. med. (emer.) **Anton Leitner**, Department für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie, Donau-Uni. Krems

Dipl.-Päd. **Bruno Metzmacher**, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen

Lic. phil. **Lotti Müller**, MSc., Psychiatrische Universitätsklinik Zürich, Stiftung Europäische Akademie für biopsychosoziale
Gesundheit, Rorschach

Dipl.-Sup. **Ilse Orth**, MSc., Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen

PD Dr. **Sylvie Petitjean**, Universität Basel

Prof. Dr. phil. **Johanna Sieper**, Institut St. Denis, Paris, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit,
Hückeswagen

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen.

Polyloge ISSN 2511-2732

Ausgabe 31/2019

Die Technik der Zukunftsprojektion –
Zur Zeitstrukturierung im Psychodrama

*

Hilarion G. Petzold, Düsseldorf (1971j/2019)

* Aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung, Hückeswagen (Leitung: Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold, Prof. Dr. phil. Johanna Sieper. Mail: forschung@integrativ.eag-fpi.de, oder: info@eag-fpi.de, Information: <http://www.eag-fpi.com>). Die Arbeit hat die Sigle 1971j/2019 und ist erschienen in: Petzold, H. G. (1979k): Psychodrama-Therapie. Theorie, Methoden, Anwendung in der Arbeit mit alten Menschen. "Beihefte zur Integrativen Therapie" 3, Paderborn: Junfermann, S. 198-250.

Zusammenfassung: Die Technik der Zukunftsprojektion - Zur Zeitstrukturierung im Psychodrama (1971j/2019)

Der vorliegende Text basiert auf meinem Kongressreferat beim Internationalen Kongress für Psychodrama und Soziodrama, Amsterdam 22.-26. Aug. (1971j), das 1979 (k) weiter ausgearbeitet publiziert wurde. *Integrative Therapie* ist in eminenter Weise zukunftsgerichtet. Das gründet in ihrer Ausrichtung an der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne und an ihrer Zeittheorie und Zeitphilosophie (Petzold 1991o), sowie heute auf ihrer neurowissenschaftlichen prädiktiven Coding-Konzeption (Robert, Petzold 2019, Polyloge). Neben Alfred Adler ist J. L. Moreno in der Psychotherapie der einzige Begründer einer Therapieschule, der dem Thema der Zukunft in Theorie und Praxis, d. h. in der Behandlungsmethodik, Bedeutung zugemessen hat. Als Moreno-Schüler hat mich das besonders angesprochen. Die strukturelle Logik von Therapie ist: Ich gehe heute in Therapie, damit ich morgen mit meinen Problemen besser umgehen kann und bald wieder gesund werde. Ich schaue auch auf mein Ende, meinen Tod, um mein Leben bewusst zu planen und zu gestalten. In jedem „Moment“ ist der Zukunftshorizont anwesend. Der Moment fließt weiter zum nächsten Moment und zum nächsten. Das Konzept eines Hier-und-Jetzt wird damit eine unsinnige Ideologie. Ausgesprochen, ist der Augenblick schon verflissen. Leben ist Strom, Bewusstsein ist fließend, continuum of awareness (Perls). Das Gehirn strebt nicht zu einem Hier-und-Jetzt, wir wissen das heute, sondern macht beständig Zukunftsentwürfe. In der *Integrativen Therapie* haben wir seit ihren Anfängen diese Zukunftsorientierung betont. Wir waren darum bemüht, „antizipatorische Kompetenz“ zu entwickeln. Morenos ingeniose Technik der Zukunftsprojektion bietet dazu eine hervorragende Basis, die in vorliegendem Text 1979k theoretisch und praxeologisch vertiefend ausgearbeitet wird. In der *Integrativen Therapie* wurde dann die Technik in den Rahmen der komplexen integrativen Zeittheorie (Petzold 1991o/Polyloge 2/2018) gestellt, die Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft in einem Konzept perichoretischer Zeit, in der die Zeitdimensionen miteinander verwoben sind. Das kommt noch in weiteren, zukunftsbeogenen Interventionstechniken zum Tragen, etwa in der „Lebenszielkartierung“, im „prospektiven Lebenspanorama“ usw. Heute ist eine neurowissenschaftliche Perspektive hinzu gekommen, die die Technik der Zukunftsprojektion weiter fundiert. Es ist weiterhin die bedrohliche Perspektive der höchst gefährdeten Ökologie hinzugekommen, die aktive Zukunftsarbeit als ein „Caring for Nature and Caring for People“ notwendig macht (Petzold 2019k, Polyloge).

Schlüsselwörter: Technik der Zukunftsprojektion, Zukunftsperspektiven, Zeittheorie und Psychotherapie, Psychodrama, Integrative Therapie.

Summary: The Technique of the Future Projection - The Time Structure in Psychodrama

This text is based on my congressional lecture at the International Congress of Psychodrama and Sociodrama, Amsterdam 22.-26. Aug. (1971j), which was published enlarged in 1979 (k). Integrative Therapy is eminently future oriented, for it is based on the developmental psychology of the lifespan and on its theory of time and philosophy time (Petzold 1991o), as well as on neuroscience's predictive coding concept today (Robert, Petzold, Polyloge 2019,). Besides Alfred Adler, J. L. Moreno is the only founder of a therapy school in psychotherapy who deals with the topic of the future in theory and practice i. a. in the treatment methodology, has considerable importance. As a Moreno student, that's what appealed to me. The structural logic of therapy is: I am going into therapy today so I can better deal with my problems tomorrow and get well soon. I also look to my end, my death, to consciously plan and shape my life. In each "moment" the future horizon is present. The moment flows on to the next moment and the next. The concept of a "here-and-now" – so overestimated in many schools of therapy - becomes a nonsensical ideology. Spoken out, the moment has already passed. Life is a river (Heraclit), consciousness is fluid, a continuum of awareness (Perls). The brain does not aspire to a here-and-now, we know that today, but is constantly shaping the future. In integrative therapy, we have emphasized this future orientation since

its beginnings. We are trying to develop "anticipatory competence". Moreno's ingenious technique of future projection offers an excellent basis, which is elaborated theoretically and praxeologically in this text 1979k. In Integrative Therapy, the technique was then placed within the framework of the complex integrative theory of time (Petzold 1991o / Polyloge 2/2018), the present, the past and the future in a concept of perichoretic time, in which the temporal dimensions are interwoven. This comes in other, future-oriented intervention techniques to bear, such as in the "Lebenszielkartierung", in the "prospective life panorama", etc. Today, a neuroscientific perspective has been added that further substantiates the technology of future projection. It continues to add the threatening perspective of our most vulnerable ecology, which requires active future work as a "Caring for Nature and Caring for People" (Petzold 2019k, Polyloge).

Keywords: technique of future projection, future perspectives, theory of time and psychotherapy, psychodrama, integrative therapy.

III. DIE TECHNIK DER ZUKUNFTSPROJEKTION - ZUR ZEITSTRUKTURIERUNG IM PSYCHODRAMA.

Das Problem der Zeit spielt in der Psychotherapie eine hervorragende Rolle. In der Zeit geschieht Wachsen und Werden, gewinnen wir unsere Identität, verläuft unser Leben in Richtung auf den Tod.

"Das Schiff unseres Lebens wird gleichsam auf einem beständig fortrückenden Strom dahingetragen und Gegenwart ist immer und überall, wo wir auf diesen Wellen sind, leiden, erinnern oder hoffen, kurz, wo wir in der Fülle unsere Realität erleben" (Dilthey 1927).

Die Zeit als Konstituente unserer persönlichen Geschichte (Payk 1979) beeinflusst unsere Haltung und unser Verhalten in langfristiger und kurzfristiger Perspektive. "Alt sein und Jung sein, noch so-und-soviel Zeit haben, keine Zeit mehr haben, unter Zeitdruck stehen, sich Zeit nehmen können, gute Zeiten, schlechte Zeiten, schreckliche Zeiten, anfangen, enden, endgültiger Schluß", all das sind Ausdrücke, die die entscheidende Bedeutung der Zeit für unser Leben erkennen lassen. Das menschliche Leben vollzieht sich von Gegenwart zu Gegenwart, jeder Moment wird zum verlorenen Moment, jede Sekunde zur verflissenen: Chronos, der Gott der Zeit, verschlingt seine Kinder.

"Das Jetztbewußtsein wandelt sich stetig in ein Vergangenheitsbewußtsein um, während gleichzeitig ein neues Jetztbewußtsein sich aufbaut" (Husserl 1928). Wenn auch der "Zeitstrom" als "Lebenszeit", als "temps vécu" (Minowski 1931) in unserem Erleben oder besser als Zeiterleben im Jetzt dahinfließt und Vergangenheit als "temps perdu" (Proust 1953) als Erinnerungen

entstehen läßt, so gewinnt das Leben doch seine Dynamik durch die Ausrichtung auf die Zukunft, die im Gegenwärtigen schon antizipiert präsent ist als "ideelle Explikation der in der Gegenwart implizierten Konsequenz" (Neuhäusler 1974).

In unseren komplexen Sozietäten spielt der vielschichtige Prozeß der Zeitstrukturierung eine immense Rolle. Die historisch gewachsene und ökonomisch determinierte Wertung der Zeit (Zeit ist Geld, Pünktlichkeit eine Tugend o. ä.) schafft eine "soziale Zeit" (Petzold 1971j), die sich zur vom Organismus vital erlebten "subjektiven Zeit" (v. Dürckheim 1934) und zur kognitiv nachvollzogenen, physikalisch meßbaren "objektiven Zeit" hinzufügt und die "Polymorphie der Zeit" (Petzold 1971j) konstituiert. Diese Vielgesichtigkeit erweist sich auch in den allgemein-historischen, individuell-biographischen, physikalisch-bemessenen, mathematisch-berechneten, ökonomisch und sozial bewerteten Dimensionen der Zeit: Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

Der Aspekt der "sozialen Zeit" (Sorokin, Merton 1937; Moore 1963) gewinnt seine Bedeutung und seinen Einfluß auf die "erlebte Zeit" über die Sozialisation, durch die die Beziehung des Menschen zur Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft entscheidend geprägt wird. Für unseren Kulturkreis bedeutet das: mäßige Gegenwartszentriertheit (Verminderung der unmittelbaren Awareness), geringe Vergangenheitszentriertheit (Verlust von Tradition und Geschichte) und hohe Zukunftszentrierung durch Zukunftsvorsorge und Zukunftsplanung.

Individuelle und kollektive Vorsorgestrategien bestimmen weitgehend unser Leben. Das Kind in der modernen Industriegesell-

schaft internalisiert die in die Zukunft gerichtete Dynamik, die es im Vorsorgestreben seiner Eltern erlebt, das zum Teil in memorierten, vergangenen "unsicheren Zeiten" wurzelt. Aber auch in Planungsaktivitäten der Familie und während seiner gesamten schulischen Sozialisation lernt es "für die Zukunft", "für später", damit es "einmal etwas wird".

Die in die Zukunft gerichteten Zielvorstellungen lassen sich nicht allein als Aspekte der Vorsorge oder des "Achievements" interpretieren, denn die Dimension der Zukunft ist zugleich die Dimension der Hoffnung (Bloch, Berdjajew), und die Hoffnung ist das Prinzip, aus dem wir leben. Gabriel Marcel geht so weit zu sagen, daß ohne Hoffnung menschliches Leben und menschliche Gesellschaft nicht möglich sind. Die Frage nach den in der Zukunft liegenden Hoffnungen und Sehnsüchten wird zur Frage, die mit über den Lebenssinn entscheidet. Sinn als ultimative Kategorie individueller und kollektiver Existenz kann zwar nur in der Gegenwart erlebt werden, schließt aber immer eine Zukunfts- oder eine Vergangenheitsperspektive mit ein (Petzold 1978c).

Eine Auseinandersetzung mit dem Lebenssinn, mit den Hoffnungen, mit den Zielen (und damit mit der Zeit), gehört zu den zentralen Aufgaben psychotherapeutischer Arbeit. Die biographische Aufarbeitung vergangener Ereignisse (le temps perdu) kann immer nur eine Klärung der Gegenwart und die Eröffnung einer hoffnungs- und sinnvollen Zukunftsperspektive zum Ziel haben.

In der ersten Lebenshälfte wird Sinn vornehmlich aus der Zukunftsperspektive bezogen, wobei die Vergangenheitsperspek-

tive geringere Bedeutung hat. Mit der zweiten Lebenshälfte beginnt sich dieses Verhältnis zu verschieben, und es wird mehr "Sinn" aus dem Vergangenen, dem Geleisteten bezogen, ohne daß die Zukunftsperspektive ausgeblendet wäre (Petzold, Bubolz 1976, 1979). Es gewinnt vielmehr in ihr die Auseinandersetzung mit dem Tode Bedeutung, die in vorausgegangenen Lebensperioden geringeren Stellenwert hatte, obgleich das Thema Tod nie völlig ausgeblendet ist, sondern immer irgendwo im Hintergrund steht als eine Realität, die unseren Zukunftshorizont begrenzt. Die Arbeit mit dem Problem der Zeit und ihren Dimensionen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft weist je nach den unterschiedlichen Altersgruppen und Krankheitsbildern verschiedene Aspekte auf und verlangt unterschiedliche therapeutische Interventionen. Sie erfordert eine Kenntnis der ontogenetischen Entwicklung des Zeitsinnes und Zeiterlebens sowie das Wissen um die Chronopathologie, krankheitsspezifische Veränderungen des Zeiterlebens (Payk 1979).

1. KONZEPTE ZUR ZEIT IM PSYCHODRAMA

Moreno sieht im "Augenblick" das Zentrum der Zeit: "Stets war der Augenblick eine ungerufene Schau, eine ungehobene Lust, eine unerschaffene Zeit" (1922). Er entsteht aus sich, ist ein "Gegebenes". Morenos Betonung der Gegenwartsdimension läßt sich, wie die meisten Konzepte seines Werkes, auf Gedankengut des Theaters zurückführen. "Theater ist nur Premiere, Theater die Idee voller Einfallswärme. Theater das Ideal des Augenblicks, Augenblick das Ideal des Theaters" (Moreno 1924, S. 9). Das "Stegreiftheater" als "théâtre immédiate" (ibid.) ist eine Augenblickskunst" (ibid. S. 10, 18), genau wie das von Moreno konzipierte Psychodrama eine Therapie aus dem Augenblick

für den Augenblick ist. Im Frühwerk Morenos wird jede Vergangenheitsausrichtung und Zukunftsorientierung abgelehnt. "Es wird nicht 'Zeit' gespielt, sondern Momente. Die Akte eines Stückes sind voneinander gelöst: sie bilden eine Schnur von je aufleuchtenden Impulsen. Auch der Zuschauer erlebt Momente, nicht Zusammenhänge" (ibid. 37). Moreno entwickelt hier eine Philosophie der gegenwärtigen Lage (später von ihm als "situation" übersetzt 1951, S. 206) und des gegenwärtigen Augenblicks:

"Es gibt Lagen für Einen. Es gibt Lagen für Zwei. Es gibt Lagen für mehr als Zwei. Es gibt Lagen für Alle ... Wenn aber eine Lage so beschaffen ist, daß ihr Thema nicht an Zweien sondern mehr als Zweien haftet, so kann es nur von mehr als Zweien, von den Betroffenen, durch sie hindurch und zwischen ihnen gelöst werden" (1923, S. 24 f). "Diese Rede hat keine Vergangenheit, keine Wiederkehr, keine Nachkommenschaft, sie ist kein Erbteil und kein Ergebnis. Sie ist vollendet. Ein Gefühl muß beim Gegenstand sein des Gefühls. Ein Gedanke muß beim Gegenstand sein des Gedankens. Eine Wahrnehmung muß beim Gegenstand sein der Wahrnehmung" (1922, S. 27 f). Moreno stellt die Frage, ob wir Gedanken, Gefühle, Wahrnehmungen zu dieser Rede gehabt hätten "außer ihr, unverbunden mit ihr ..., die auf der Zeitstrecke ohne sie entstanden und erloschen sind?" und er antwortet: "Wir haben sie nicht gehabt: Gefühle für sie, Gedanken über sie, Wahrnehmungen von ihr, Berührungen mit ihr, die nur h i e r zu entstehen und zu vergehen haben, sind nur hier entstanden und hier erloschen" (ibid.). Damit ist das Konzept des "Hier und Jetzt" grundgelegt, ohne das der Terminus, wie Moreno (unter sehr freier Übersetzung seiner Originaltexte vgl. 1951, S. 208) beansprucht (1966, S. 36), von ihm gebraucht würde (vgl. 1969, S. 139 f).

In der Philosophie des Augenblicks "the moment is now related to and a part of the situation. It is no longer a part of 'time', like the ever-vanishing present, related to a past and a future episodes, submitted to cause and effect, to psychological and social determinism. The moment operates in a totally different dimension from the past-present-future-continuity; it is tangential, not identical with it" (1951, S. 208). Moreno hebt seine Position von G.H. Meads "Philosophy of the Present" (Univ. of Chicago Press 1932) ab: "Meads Gegenwart ist eine universelle, statische und passive 'Kategorie', sie ist sozusagen das auto-

matische Korrelat jeder Erfahrung. Als Übergang von der Vergangenheit zur Zukunft ist sie immer da. Die Gegenwart ist eine formale Kategorie, wohingegen der Augenblick (moment) eine dynamische und kreative Kategorie ist. Nur durch einen spontanen, kreativen Prozeß gewinnt die formale Kategorie der Gegenwart eine dynamische Bedeutung, nämlich dann, wenn sie in einen Moment verwandelt wird" (1951, S. 120). Im Stegreifspiel und im Psychodrama geschieht dies; sie sind deshalb der dynamische Ausdruck des sozialen Phänomens "moment", das immer dann "geschieht", wenn Menschen sich in einer Situation begegnen. "The most neglected aspect of social science is the function of the Moment in a social situation or, in other words, the relationship of a social situation to the Moment of its emergence. In a philosophy of the Moment there are three factors to be emphasized: the locus, the status nascendi, and the matrix. These represent three views of the same process. There is no 'thing' without its locus, no locus without its status nascendi, and no status nascendi without its matrix" (1951, S. 142). Diese schon 1924 im "Stegreiftheater" skizzierten Gedanken sind im therapeutischen Werk Morenos zentral. Das menschliche Leben schreitet von einem Moment, d.h. von situationsgebundener und von Begegnung und Handlung erfüllter Gegenwart, zum nächsten Moment (1969, S. 139). Im Psychodrama zählt wie im Stegreifspiel nur die aktualisierte, gegenwärtiggesetzte Vergangenheit, die zu einer neuen Gegenwart in einem konkreten Kontext, die zu einem Moment bzw. Augenblick geworden ist.

"Both Freud and Jung have studied man as an historical development; the one from the biological, the other from the cultural aspect. On the other hand our approach has been that of direct experiment; man thrown into action; the moment not a part of history but history a part of the moment - sub specie momenti" (1957a, S.21 vgl.1932).

"Die Personen spielen sich wie einst aus Not in selbstbewußter Täuschung dasselbe Leben vor. Der Ort des Konfliktes und seines Theaters ist gleich. Sein und Schein werden gleichnamig und gleichzeitig. Sie wollen das Sein nicht mehr überwinden, sie bringen es hervor. Sie wiederholen es. Sie sind souverän: nicht nur als Scheinende, sondern auch über ihr eigenes Sein. Wie könnten sie es sonst noch einmal gebären? Denn soviel tun sie. Das ganze Leben wird entfaltet, seine gegenseitigen Verwicklungen im zeitlichen Zusammenhang, kein Augenblick ist ausgelöscht, jede Langeweile, jede Frage, jeder Angstanfall, jeder Trost tritt wieder auf. Es sind nicht nur Gespräche, die sie vorführen, auch ihre Körper haben sich verjüngt, ihre Nerven, ihre Herzfasern, sie spielen sich selbst vom Anfang her wie aus einem göttlichen Gedächtnis noch einmal. Doppelgängerlucke, all ihre Kräfte, Taten, Gedanken, treten in der ursprünglichen Zusammensetzung auf, genauer Abdruck der Stadien, die sie einmal durchmessen haben. Die ganze Vergangenheit, ausgefahren in einem Augenblick Doch diese wahnsinnige Passion, diese Aufrollung des Lebens im Schein, wirkt nicht, wie ein Leidensgang, sondern bestätigt den Satz: jedes wahre zweite Mal ist die Befreiung vom ersten" (Moreno 1924, 76-77, Hervorhebung von mir).

Die Vergangenheit gewinnt ihre Bedeutung nur in der Vergewärtigung "Trotz ihrer Wichtigkeit bedeutet die Vergangenheit eine 'Reduktion der Zeit'. Durch eine einseitig auf sie bezogene Stellungnahme wird der Gesamteinfluß der Zeit auf die Psyche verkannt und entstellt" (Moreno 1966/1972, 79).

Trotz dieser Bewertung der Vergangenheit nimmt diese in der

Praxis des Psychodramas eine zentrale Stellung ein, allerdings als eine im Spiel für das aktuelle Erleben "vergegenwärtigte Geschichte". Die Gefahr, daß eine ahistorische Betrachtungsweise sich einschleicht, liegt wie von psychoanalytischer Seite zu Recht bemerkt wird (vgl. z. B. Pontalis, 1954/1968), nahe und erfordert Wachsamkeit. Sie liegt nicht in den therapeutischen Intentionen Morenos, wohl aber zuweilen in seiner Praxis, insbesondere in seiner Soziometrie.

Im Psychodrama werden "alle drei Dimensionen der Zeit - Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft - dem menschlichen Leben entsprechend unter dem Gesichtspunkt einer funktionalen Therapie berücksichtigt" (1966/1972, 80). Für Moreno wird dies durch sein Konzept der psychodramatischen "surplus reality" möglich (Moreno 1966/1972, 82-84; Leutz 1974, 117 ff). Surplus reality meint die Vermehrung, die Ausdehnung der Realität durch das Psychodrama, in dem Vergangenheit und Zukunft "gegenwärtiggesetzt" und für das Erleben konkretisiert werden. Sie schließt darüber hinaus den Bereich der Phantasie ein, der durch das Psychodrama faßbarer wird. Techniken, mit denen die Zeitdimensionen als "surplus reality" erschlossen werden können, sind nach Moreno (1972, 84 f) der Zauberladen, die Wirklichkeitssimulation, die Zukunftsprobe, der leere Stuhl u. a. (vgl. Z. Moreno 1959). Kennzeichnend für diese Techniken ist, daß sie eine Handlung im Hier und Jetzt der psychodramatischen Situation strukturieren. So gilt auch für die surplus reality, daß sie Handlung sub specie momenti, gegenwärtiges Geschehen, ist.

Wenn man mit F. S. Perls (1969), dem Begründer der Gestalttherapie, (gleichfalls ein Verfahren dramatischer Therapie), annimmt, daß "in jedem gegenwärtigen Augenblick meine gesamte

Vergangenheit und meine Zukunft eingeschlossen ist", dann können auf die Zukunft gerichtete Interventionen die Geschichte dieser Zukunft nicht auslassen. Sicher ist es wahr, daß "die Vergangenheit nicht mehr ist, die Zukunft noch nicht gekommen ist und nur das Jetzt existiert", wie Perls (1969) ganz in Übereinstimmung mit Moreno formuliert; jedoch hat jede Gegenwart eine Vergangenheit, die ihre Schatten in die Zukunft vorauswirft (Petzold 1978c, S.37). Der Mechaniker, der gestern meinen Wagen reparierte, hat dies schon vor drei Jahren getan und wird es mit großer Wahrscheinlichkeit in drei Jahren immer noch tun. Die "guten Kontinuitäten" (Koffka), der "Lebensstil" (Adler), das "Lebensskript" (Berne) sind Konstanten in die Zukunft hinein, die bei aller Zukunfts-ungewißheit, bei allen Diskontinuitäten, die das Leben genauso kennzeichnen wie die Kontinuitäten (Petzold 1978c, 49), Wahrscheinlichkeiten bieten, die unserem Leben Sicherheit geben und deren Fehlen zu Unsicherheiten, Ängsten - und bei deren Chronifizierung - zu Neuroseerkrankungen führen. Das Festgehalten-Sein in der Zukunft ist in ähnlicher Weise Ausdruck der Neurose wie das Festgehalten-Sein in der Vergangenheit. "Der Neurotiker ist auf Ereignisse der Vergangenheit fixiert und überträgt sie in die Gegenwart, als seien sie immer noch Realität. In gleicher Weise kann er seine Ängste, d. h. seine Zukunftsbefürchtungen vor die Wirklichkeit stellen, als seien sie schon eingetroffen. In beiden Fällen wird dadurch situationsadäquates Handeln in der Gegenwart, im Hier und Jetzt des Lebens unmöglich (Petzold 1971j).

Die Methoden der Vergangenheitsbearbeitung sind in den psychotherapeutischen Verfahren gut ausgearbeitet. Das gilt auch für die Verfahren dramatischer Therapie (vgl. Leutz 1974; 1979; Schützenberger 1970; Iljine 1942). Es besteht ein reiches Repertoire an Techniken zur Exploration und Aufarbeitung der

Vergangenheit, von denen als exemplarisches Beispiel die Zeitreise mitgeteilt werden soll:

2. DIE ZEITREISE ALS TECHNIK DER VERGANGENHEITS- EXPLORATION

Die Zeitreise ist eine imaginative, von V. N. Iljine 1909 konzipierte Methode, die als Warm-Up-Technik und diagnostisches Verfahren im Psychodrama, im Therapeutischen Theater und in der Gestalttherapie eingesetzt wird. Im Unterschied zur Technik der Zukunftsprojektion hat die Zeitreise eine retrospektive Ausrichtung. Die Teilnehmer werden aufgefordert, sich entspannt hinzusetzen, die Augen zu schließen und vom jetzigen Augenblick ausgehend systematisch in die Vergangenheit zurückzublicken: auf die letzte halbe Stunde, den vergangenen Tag und die vergangene Woche, den vergangenen Monat. Ist dies geschehen, so erfolgt die Instruktion, Jahr um Jahr zurückzugehen und in jedem Jahr mindestens zwei freudige und zwei unangenehme Ereignisse herauszufinden. Bei Gruppen mit älteren Teilnehmern, bei denen ja viele Jahre zusammengekommen sind, empfiehlt es sich, größere Abschnitte vorzugeben, z. B. drei oder fünf Jahre. Man kann auch die Übung als Einstieg über mehrere Sitzungen verteilen. Wichtig ist die Instruktion, daß die Bilder möglichst plastisch und farbig imaginiert werden sollen: "Lassen Sie dabei auch alle Gefühle und Stimmungen aufkommen, die sich mit den Erinnerungsbildern verbinden." Die Zeitreise ist eine sehr effektive Eingangstechnik, denn sie führt durch die Aufgabenstellung unmittelbar an dramatisches Material aus der Biographie heran. Oft geschieht es, daß bei dem einen oder anderen Teilnehmer schon ein heftiger Emotionsausbruch erfolgt, während die anderen noch imaginieren. Je nach Intensität

sollten derartige Gefühlsäußerungen unmittelbar aufgegriffen und in psychodramatisches Spiel oder in eine gestalttherapeutische Sitzung umgesetzt werden. Oft ergibt sich aber ein Spiel erst aus dem gemeinsamen Durchsprechen der "Zeitreise" mit der Gruppe. Die Gesprächsphase muß sehr sorgfältig durchgeführt werden, damit jeder Teilnehmer sich emotional entlasten kann. Wesentlich dabei ist, die positiven Ereignisse, die auch imaginiert werden sollten, herauszugreifen und in ihrem Wert zu betonen. Der Charakter, die Qualität und die Zahl der imaginierten Bilder, insbesondere auch die Lücken, die in der Erinnerung für bestimmte Jahre oder Lebensabschnitte bestehen, geben dem Therapeuten diagnostischen Aufschluß über Probleme seines Patienten. Bei den Lücken empfiehlt es sich, nachzuexplorieren, indem man versucht, mit dem Patienten Fixpunkte herauszufinden, an die er sich erinnern kann. Um derartige Erinnerungen beginnen sich dann weitere zu gruppieren. Eine weitere Möglichkeit besteht darin, die Lücken mit freien Phantasien zu füllen. Überhaupt kann man feststellen, daß bei häufigerer Anwendung der Technik das Erinnerungsvermögen aktiviert wird. Dies gilt besonders für das Wiedererinnern von Situationen aus der frühen Kindheit. Diese werden oft mit einer solchen Intensität erlebt, daß sich die Patienten gleichsam von ihnen "überfallen" fühlen. So kann es vorkommen, daß, wenn die Übung unsachgemäß durchgeführt wird, Orientierungsstörungen auftreten können. Es ist wesentlich, den Patienten von der Zeitreise wieder zurückzuführen. Dies ist allein schon wegen der suggestiven Komponente erforderlich, die mit dieser Technik verbunden ist. "Wir halten jetzt in der Zeitreise an und beginnen, Jahr um Jahr zurückzugehen. Wir zählen dabei innerlich jedes Jahr. Stück für Stück gehen

wir zurück, verweilen nirgendwo, bis wir in der Gegenwart angekommen sind. Wir halten die Augen noch geschlossen, versuchen uns jetzt, am 23. Oktober 1974 zu orientieren. Was war heute morgen? ... Was war vor einer Stunde? ... Wir befinden uns wieder hier und jetzt in diesem Raum, spüren uns auf unseren Stühlen, nehmen unseren Körper deutlich wahr, öffnen die Augen und orientieren uns im Raum. ... Ist irgendjemand noch nicht ganz hier? ... Alle? Gut, dann wollen wir anfangen, über unsere Erfahrungen zu sprechen. Wer beginnt?"

Die Technik der Zeitreise, auch Vergangenheitsprojektion genannt, ist das Pendant zur psychodramatischen Technik der Zukunftsprojektion. Im Hinblick auf Methoden zur Bearbeitung der Zukunft, ist es in der Psychotherapie nicht gut bestellt, und es ist in der Tat das Verdienst Morenos, die Dimension der Zukunft für die Praxis dramatischer Therapie durch eine Reihe von Interventionstechniken erschlossen zu haben.

3. TECHNIKEN DER ZUKUNFTSEXPLORATION UND -STRUKTURIERUNG

Die wichtigsten Verfahren für den Umgang mit der Zukunft sind die Zukunftsprojektion - erstmals erwähnt als "projection of the future" (1944, 325), weiterhin die Realitätsprobe (reality practice), die Zauberladentechnik (magic shop), die Gerichtstechnik (judgement technique) und die Todesszene (death scene). Leider hat Moreno keine der erwähnten Techniken detaillierter im Hinblick auf ihre Indikation und prozessuale Verwendung dargestellt. Er beschränkt sich auf Kurzbeschreibungen von drei bis fünf Druckzeilen. Die fehlende Theorie der Techniken und die fehlende

Interventionslehre im Psychodrama wirft auch im Hinblick auf die Techniken der Zeitstrukturierung Schwierigkeiten auf.

Im vorliegenden Beitrag sollen die Techniken der Zukunftsexploration und -strukturierung, insbesondere die "future projection technique", ausführlich dargestellt werden, um hier eine Lücke in der Psychodrama-Literatur zu schließen. Dabei stellt der Autor seine eigene Ausarbeitung und Weiterentwicklung der Technik dar.

In der vorliegenden Literatur findet sich bislang nur ein kleiner, wenig ergiebiger Aufsatz von Louis Yablonsky (1954, S. 303-305; vgl. auch 1978, S. 72 f) über die Zukunftsprojektion. Die Realitätsprobe wurde von Alvin Zander und Ronald Lippitt ausführlich beschrieben als Rollenspielverfahren, das neben anderen Zielen und Effekten auch darauf gerichtet ist, "to bring the class or club into closer relationship with the life situations for which training is being undertaken as preparation" (1944, S. 129). Die Magic-Shop-Technik, in der die Zukunftsexploration gleichfalls nur eine Variante der Verwendungsmöglichkeiten ist, wurde in ihrer klinischen Anwendung ausführlich von Hilarion Petzold (1971/1977a, S. 159-177) dargestellt. Die "death-scene" haben Robert W. Siroka und Gilbert A. Schloss (1968, S. 202-205) konzipiert und beschrieben, und James M. Sacks (1965, S. 69-72) hat die von ihm entworfene "judgement technique" dargestellt. Insgesamt ist also die Literatur zu diesem Aspekt des Psychodramas nicht sehr reichhaltig.

Wenn man die genannten Techniken untersucht, lassen sich die folgenden Prinzipien herausarbeiten, die ihnen zugrunde liegen:

1. Freisetzung projektiven Materials durch die Technik der freien Assoziation bzw. der freien, improvisierten Aktion innerhalb eines strukturierten Rahmens.
2. Dramatische Konkretisierung bewußt antizipierter Ereignisse oder der im projektiven Material sich ausdrückenden Wünsche und Befürchtungen.
3. Kathartische Entlastung, wenn Ängste und Katastrophen-erwartungen den Patienten bedrücken.
4. Gewinn von Einsicht in die Dynamik der zukunftsgerichteten Wünsche und Ängste durch das Aufweisen ihrer biographischen Bezüge.
5. Symbolische Wunscherfüllung durch das Spiel einer ersehnten Situation.
6. Einübung in adäquates Verhalten durch übendes Rollenspiel (Behaviourdrama, Petzold 1969a, 1977f).

Eine Verbindung von biographisch-psychodynamischem Vorgehen und übender Vorwegnahme schwieriger Situationen kennzeichnet die psychodramatischen Techniken für den Umgang mit der Zukunft. Dabei ist die Vergangenheitsausrichtung in der klassischen Psychodramapraxis weniger betont als in den mehr psychodynamisch orientierten Weiterentwicklungen z. B. des triadischen und tetradischen Psychodramas (Schützenberger 1977; Petzold 1974c, 1978a).

Für die Technik der psychodramatischen Realitätspraxis, in der lange vor Salter (1949), Wolpe (1969) und Glasser (1965) Ansätze mit übendem Verhaltenstraining und "behaviour rehearsal"

verwandt wurden, ist die Zukunftsorientierung nur eine Dimension ihrer Einsatzmöglichkeiten. Das gleiche trifft für den "magic shop" zu. Deshalb will ich mich hier auf die "Zukunftsprojektion" beschränken, zumal diese Technik für die zukunftsorientierte Arbeit der anderen genannten Verfahren als exemplarisch gelten kann.

Die praktische Verwendung der Methode soll auf dem Hintergrund der bisherigen Ausführungen anhand von Beispielen vorgestellt werden:

4. DIE TECHNIK DER ZUKUNFTSPROJEKTION

Die Technik der Zukunftsprojektion, wie sie in den Verfahren "dramatischer Therapie" (Petzold 1976b), Psychodrama, Soziodrama (Moreno 1959a), Gestalttherapie (Perls 1974) und Therapeutischem Theater (Iljine 1972) häufig verwandt wird, dient zur allgemeinen Auseinandersetzung mit der Zukunftsperspektive des Patienten/Klienten, ein Thema, das in jeder längerfristigen Psychotherapie aufkommt. Sie wird weiterhin eingesetzt bei fehlender Zukunftsperspektive, Entscheidungsschwierigkeiten im Hinblick auf anstehende Probleme, bei Angstzuständen und Katastrophenerwartungen.

Die Technik der Zukunftsprojektion bietet eine Möglichkeit, diesen wichtigen Themenkreis in der therapeutischen Arbeit mit dem Klienten abzuklären. In der psychodramatischen und gestalttherapeutischen Einzelbehandlung geht der Therapeut mit seinem Klienten die Frage nach den Hoffnungen und Zielen im Gespräch an und versucht sie auf der imaginativen und der Erlebnisebene zu konkretisieren. Die Phantasien werden ausgesponnen, Zukunftsträume angeregt. Szenen, die aufkommen,

können in die Gegenwart geholt, dramatisiert und gespielt werden, wobei der Therapeut Rollen übernehmen kann und auch der leere Stuhl (Blatner 1970) entsprechend Verwendung findet. In der Psychodramatherapie werden die Zukunftsszenen mit den Gruppenmitgliedern durchgespielt und anschließend reflektiert. Imagination und nachfolgendes Spiel bewirken, daß unklare Vorstellungen und nebelhafte Ahnungen konkretisiert und präzisiert werden können und somit dem Klienten/Patienten besser verfügbar werden. Die Folge ist ein klarer Blick für die eigenen Zukunftstendenzen und damit bessere Möglichkeiten der Planung im Sinne einer inneren und äußeren Ausrichtung auf das Kommende.

Beim Durcharbeiten der Zukunftsperspektive kann man immer wieder feststellen, daß "gute Kontinuitäten" vorhanden sind, durch die aus der Vergangenheit heraus die Zukunft determiniert wird. Hier wird es in der Technik der Zukunftsprojektion immer wieder notwendig, in die Vergangenheit zurückzugehen, um Gefühle, Sehnsüchte und Ängste, aber auch ganz "sachlich" Vorgänge wie die Planung von Lebenssituationen u. ä. auf ihre Vergangenheitsdetermination zu untersuchen. Sehr oft oszilliert die Arbeit zwischen Zukunft und Vergangenheit, wobei die Gegenwart der Ort der Reflexion und Integration des erlebten und erarbeiteten Materials ist. Im Folgenden sollen die Möglichkeiten der Zukunftsprojektion anhand von Beispielen dargestellt werden.

a) Erarbeitung von Zukunftsperspektiven

Eine fehlende oder verkürzte Zukunftsperspektive ist in unserem Kulturkreis eine Zeichen für eine psychische Störung (Payk 1979, S. 80) und darüber hinaus eine akute Bedrohung der Existenz, wenn man annimmt, daß die Zukunftsausrichtung

in dem biologisch verankerten Bedürfnis der Selbst- und Arterhaltung einerseits und den sozialisationsbedingten Bedürfnissen nach dem Erreichen bestimmter sozial erstrebenswerter Ziele andererseits wurzelt. Man muß sich allerdings der Relativität, ja Fragwürdigkeit derartiger Ziele bewußt sein und das hohe Maß an gesellschaftlicher Determinierung sehen, das hier zum Tragen kommt. Zeitlicher und sozialer Kontext werden ja nicht nur frei gewählt - dies ist die Illusion Morenos (siehe z. B. 1953, S. 595-614, vgl. Pontalis 1954/1968, S. 206) - sondern sie sind historisch und ökonomisch bestimmt. Diese Perspektive muß, genau wie die biographische, immer als Hintergrund gesehen werden, wenn psychodramatische und soziometrische Verfahren nicht zu psycho- und sozialtechnischen Interventionen degenerieren sollen. Einer fehlenden oder gestörten Zukunftsperspektive begegnen wir bei den verschiedenen Formen der Depression, bei affektiven Psychosen, Schizophrenie, bei schweren Suchterkrankungen und anderen Soziopathien, wie z. B. Nichtseßhaftigkeit und allgemeinen Verwahrlosungszuständen.¹ Für eine gestörte Zukunftsperspektive kennzeichnende Krankheitsbilder finden sich in zunehmendem Maße auch bei jungen Menschen und zwar mit unterschiedlichem Schweregrad. Die schwere Rauschmittelabhängigkeit, deren einzige Zukunftsausrichtung in der Suche nach dem nächsten "Schuß" besteht, bildet ein Extrem (Petzold 1974b). Daneben aber gibt es die große Zahl der Jugendlichen, die nicht wissen, was sie machen sollen, was sie werden sollen, für die es eigentlich nichts

¹ Für die durch hirnorganische Erkrankungen bewirkten Veränderungen des Zeiterlebens vgl. Payk 1979, S. 89 ff.

Erstrebenswertes gibt. Eine solche Situation findet sich nicht nur in den unterprivilegierten Schichten, wo das Problem der Arbeitslosigkeit für den Jugendlichen in seinem Zukunftsbezug noch ein besonderes Handicap darstellt, sondern auch bei Oberschülern und Studenten. Es ist hier nicht der Ort, diesen Fragen weiter nachzugehen. Vielmehr soll auf die Möglichkeiten hingewiesen werden, die die Technik der Zukunftsprojektion bei fehlender oder gestörter Zukunftsperspektive bietet. Dies soll an einem Beispiel deutlich gemacht werden:

Wir führten mit einer Kollegin eine Selbsterfahrungsgruppe für arbeitslose Jugendliche durch. Ein großer Teil von ihnen hatte nach der Schulentlassung keine Arbeits- oder Lehrstelle gefunden. Im Verlauf der ersten Gruppensitzungen konnten wir feststellen, daß neben der aktuellen, schwierigen Situation als entscheidender Faktor die Ziel- und Zukunftslosigkeit dieser Jugendlichen zu betrachten ist, deren Ursachen schon weiter zurückliegen, die aber durch die Situation der Arbeitslosigkeit in gefährlicher Weise verstärkt wird. Diese Jugendlichen wissen nicht, was sie machen sollen. Alles war ihnen egal. Die Hauptsache: viel Geld verdienen und möglichst wenig dafür tun.

In einer solchen Situation hat psycho- und soziotherapeutische Gruppenarbeit in der äußeren Situation den härtesten Gegner, wenn sie sich nicht nur auf eine - letztlich verschleiernde - Entlastungs- und Beschäftigungstherapie begrenzen will. Sie erfordert konkrete Hilfen im Hinblick auf Berufsberatung, -vermittlung und Lehrstellenbegleitung, wenn eine solche gefunden werden konnte. Diese Maßnahmen sollen an dieser Stelle nicht dargestellt werden, sondern ein anderer Aspekt der psycho- und soziotherapeutischen Arbeit, den wir für die

Betreuung dieser Zielgruppe für wesentlich halten, bei der die bloße Vermittlung von Stellen nach ein- bis zweijähriger Arbeitslosigkeit meistens nicht mehr genügt.

In der psychodramatischen Arbeit mit dieser Gruppe haben wir die Technik der Zukunftsprojektion zunächst gruppenzentriert eingesetzt.

Beispiel:

T.: "Vielleicht könnt Ihr Euch einmal ganz entspannt hinsetzen, ganz locker. Mal ruhig die Gürtel etwas locker machen und ganz ruhig atmen. Wir stellen uns jetzt vor, wir reisen in die Zukunft. Sechs Monate von hier. Einen Monat, - zwei Monate, - drei Monate, - vier Monate, - fünf Monate, - sechs Monate. Vielleicht kann jeder mal versuchen, sich vorzustellen, was in sechs Monaten ist. Phantasiert einmal ruhig ein paar Bilder zusammen und laßt Euch Zeit dabei!" Nach einer Pause: "Wer jetzt irgendein Zukunftsbild hat, hebt die rechte Hand! Die Augen geschlossen halten! Das Bild nicht verlieren." Etwa zwei Drittel der Gruppe hebt die Hand. "Das sind ja eine ganze Reihe. Wer noch kein Bild hat, soll sich ruhig Zeit lassen. Gerd, kannst Du einmal erzählen, was Du vor Deinen inneren Augen siehst?"

G.: "Ja, ich sehe mich auf einer Bank im Nordpark mit der Erika - das ist meine Freundin."

T.: "Ja, was tut ihr da?" (Einige in der Gruppe lachen).

G.: "Nun, was soll ich schon machen? Mir geht's gut!"

T.: "Was heißt das?"

G.: "Na ja, es geht eben. Das Wetter is schön, ich hab keinen Kniest, ich hab genug Kohle."

T.: "Kannst Du mal schauen, ob sich an dem Bild etwas ver-

ändert?"

G.: "Ja, ich hab keine Lust mehr, da rumzusitzen."

T.: "Kannst Du Dir vorstellen, was Du jetzt machen möchtest?"

G.: "Nee, vielleicht ins Kino gehen."

Jemand aus der Gruppe: "Bumsen gehen". Die Gruppe lacht.

G.: "Laßt doch den Scheiß".

T.: "Jürgen, wo bist Du ein halbes Jahr von jetzt?"

J.: "Ich bin auf meiner Bude und höre Schallplatten."

T.: "Und wie fühlst Du Dich dabei?"

J.: "Langweilig."

T.: "Vielleicht können wir daran etwas ändern, indem wir noch weiter in die Zukunft vorangehen, noch einmal sechs Monate, - sieben Monate, - acht Monate, - neun Monate, - usw. elf Monate, - zwölf Monate, - ein Jahr von hier. Wo bist Du jetzt, Jürgen?"

J.: "Ich bin nicht mehr zu Hause. Ich bin in einem großen Geschäftshaus".

T.: "Was machst Du da?"

J.: "Ich gehe durch die einzelnen Abteilungen und schaue mich um. Nun bin ich in der Elektroabteilung. Kann ich alles ganz genau sehen. Jetzt geh ich rüber zur Schallplattenabteilung. Ich gehe hinter die Theke, und die Leute fragen mich nach den Platten. Da kenn ich mich aus. Die Auswahl ist nicht gut. Könnte man besser machen."

T.: "Wie fühlst Du Dich als Plattenverkäufer?"

J.: "Eigentlich prima. An so was hatte ich eigentlich noch nie gedacht."

T.: "Bleib einmal in Deiner Plattenabteilung. - Gerd, wo bist Du gerade?"

G.: "Ich bin auch in einer Plattenabteilung. Ich weiß aber nicht, was ich mir kaufen will."

T.: "Ja, vielleicht können wir einmal die Augen öffnen. Nur wer sich von seinem Bild nicht trennen will, kann die

Augen geschlossen halten, Gerd, vielleicht baust Du Deine Schallplattenabteilung einmal auf? Du brauchst noch zwei weitere Verkäufer und natürlich mehrere Plattenkäufer. Nun, wen würdest Du dann nehmen?"

- Die Rollen werden verteilt und das Spiel in der Plattenabteilung kann beginnen.

Das Hypnoid wurde für die Spielsituation nicht zurückgenommen, was einen guten Warm-up-Effekt für den Spielverlauf hatte. Nach einiger Zeit unterbricht der Therapeut das Spiel und fordert die Gruppe auf, sich wieder an ihre Plätze zu begeben, die Augen zu schließen und noch ein weiteres Jahr in die Zukunft voranzugehen. "Was ist zwei Jahre von hier?" Es werden jetzt nicht mehr Monate gezählt, sondern Jahreszeiten, um die Zeitinduktion abzukürzen und plastisch zu gestalten.

T.: "Karin, wo bist Du jetzt, zwei Jahre von hier?"

K.: "Komisch, ich bin auf meiner Verlobung."

(Die Gruppe lacht)

"Es geht ganz harmlos zu. Wir sind in der Waldklausur.

Es ist ein unheimlicher Rummel. Wahnsinnig viele Leute."

T.: "Kannst Du einmal auf Deinen Verlobten schauen?"

K.: "Ich kenn den Typ gar nicht. Sein Gesicht kann ich auch nicht sehen. Dunkelbraune Haare hat er. Ist 'nen Kopf größer als ich und sieht so ganz schick aus."

T.: "Was fühlst Du jetzt?"

K.: "Weiß nicht, irgendwie sehr glücklich und auch komisch. Jetzt kommt mir der Gedanke, daß ich vielleicht heiraten muß, weil ich ein Kind bekomme. So was blödes. Ist ja richtig komisch. Jetzt ist das Bild weg und ich seh mich im Büro. Ich arbeite tatsächlich in einem Büro. Im Konstruktionsbüro glaube ich; da hängen so viele Zeichnungen

an der Wand."

T.: "Hast Du schon einmal einen solchen Raum gesehen?
Woher kennst Du ihn?"

K.: "In so was war ich noch nie. Ich sitze vor der Schreib-
maschine und es sind noch zwei andere da, die schreiben.
Irgendwie ist gute Laune da, und es geht uns allen
dreien flott von der Hand."

T.: "Karin, bleib einmal bei Deinem Bild. Jürgen, wo bist
Du jetzt?"

J.: "Ich bin noch nicht weitergegangen, ich bin noch im
Kaufhaus."

T.: "Und Du, Gerd?"

G.: "Ich bin gerade bei dem Konstruktionsbüro. Ich kann mir
das genau vorstellen, wie Karin das gemeint hat. Ich
war schon mal in so 'nem Büro."

T.: "Wie fühlst Du Dich in dem Büro?"

G.: "Weiß ich nicht" - (lacht) "wie der Besitzer!"

Die Gruppe beginnt zu lachen und wir gehen durch die Jahre
zurück in die Gegenwart. Reihum berichtet jeder über sein
Erleben in der Zukunftsprojektion. Es schließt sich eine
Diskussion über die beruflichen persönlichen Möglichkeiten
an, die einzelne Gruppenteilnehmer in der näheren Zukunft
erwarten. Ein Thema der Diskussion wird psychodramatisch
konkretisiert.

Mit Hilfe der "Zukunftsprojektion" wurde es möglich, Interesse
für die Zukunft zu erwecken. Im Verlaufe von zwanzig Sitzungen
konnte die Mehrzahl der Teilnehmer eine klarere Zukunftssper-
spektive und eine gute Motivation gewinnen. Für einige Teil-
nehmer wurden allerdings die Probleme noch verschärft, da trotz
intensiver Bemühungen der betreuenden Berufsberater und Sozial-
arbeiter keine entsprechenden Lehrstellen gefunden werden
konnten und die Motivation "ins Leere" lief.

b) Hilfe bei Entscheidungsfindung

Entscheidungen werden im Hinblick auf Situationen gefällt, die in der Zukunft liegen. Jede Entscheidung liegt der Handlung, die sie als Konsequenz beinhaltet, um eine bestimmte Zeitspanne, und sei es auch nur um Sekunden, voraus. Die Technik der Zukunftsprojektion kann dazu benutzt werden, Entscheidungssituationen abzuklären, sie in ihrem emotionalen Gehalt zu erleben und sie in ihrem Kontext zu akzeptieren. Auf diese Weise können Entscheidungshilfen erarbeitet werden. Gerade bei Unentschlossenheit und Ratlosigkeit vermag man durch die Zukunftsprojektion herauszufinden, was der Klient/Patient eigentlich will. Bei diesem Vorgehen ist es wichtig, den Patienten nicht durch Ratschläge zu beeinflussen, sondern ihn sein Material durch psychodramatische Konkretisierung erleben und das Erlebte reflektieren zu lassen. Bei Berufswechsel, Trennungen, Übernahme von neuen Aufgaben und Verpflichtungen kann durch die Technik der Zukunftsprojektion dem Patienten seine positive oder negative Erwartungshaltung deutlich werden. Derartige Ungewißheiten beeinflussen den Entscheidungsprozeß, indem sie ihn akzelerieren oder lähmen. Bei genauer Untersuchung wird man feststellen, daß sich individuelle Muster der Entscheidungsfindung, die der Klient/Patient in seiner Vergangenheit gelernt und praktiziert hat, wiederholen. Ein Rückgriff in ein biographisch orientiertes Psychodrama ist deshalb oftmals unvermeidlich, um irrationale Elemente im Entscheidungsprozeß aufzufinden und aufzulösen. Eine Möglichkeit, in der Zukunftsprojektion gefundene Entscheidungen zu prüfen, besteht darin, kontrastierend die gegenteilige Position spielen zu lassen. Hat man sich z. B. entschieden, sich endgültig von seinem Ehepartner zu trennen, so wird vom Therapeuten vorgeschlagen, ein Spiel zu inszenieren, in dem man sich

endgültig für seinen Ehepartner entschieden hat. Beide Möglichkeiten werden auf diese Weise in ihrem emotionalen Stellenwert erfahrbar, und die Auseinandersetzung spitzt sich zu, gewinnt an Prägnanz und führt zu klareren Ergebnissen.

Beispiel:

Kurt hat sich schon viele Male kurzzeitig von seiner Frau, die eine andere Beziehung hat, aber in der Ehe mit K. bleiben will, getrennt. Er ist immer wieder zu ihr zurückgekehrt, weil er "letztlich keine Entscheidung treffen könne".

T.: "Vielleicht können wir uns gemeinsam einmal die Möglichkeiten ansehen, die die Zukunft bringen kann; ob sie nächstes Jahr noch mit Ihrer Frau zusammen sind oder nicht. Schließen Sie mal die Augen und gehen jetzt sechs Monate in die Zukunft: Februar, März ... Juli. Wo sind Sie im Juli?"

K.: "Im Urlaub. Am Meer bin ich."

T.: "Was sehen Sie?"

K.: "Ein schöner weißer Strand. Wenig Leute. Petra ist auch da. Liegt neben mir im Sand!"

T.: "Was fühlen Sie jetzt?"

K.: "Schön ist sie. Verdammt schön. Ich möchte sie nicht verlieren!"

T.: "Was kommt Ihnen jetzt in den Sinn?"

K.: "Sie hat mir den Rücken zugedreht. Sie denkt sicher an Jürgen. Das halt ich im Kopf nicht aus!"

T.: "Die Situation hat sich also nicht geändert?"

K.: "Nee, die ändert sich auch nicht. Das geht seit drei Jahren so!"

T.: "Gut, gehen wir nochmal sechs Monate weiter. Juli, August ... Dezember. Welche Bilder tauchen Ihnen auf?"

K.: "Ich? ... Zu Hause, bei meinen Eltern. Es ist Weihnachten. Petra ist zu Jürgen gefahren, wie im letzten Jahr!"

T.: "Wie berührt Sie das?"

K.: "Man gewöhnt sich an alles!"

T.: "Wie ist es zu Hause?"

K.: "Frostig, die übliche Weihnachtsstimmung bei uns. Bin froh, wenn's halbwegs friedlich abgeht. Früher, mein Gott, war das oft 'ne Scheiße!"

T.: "Wie war das früher? Welche Szenen kamen Ihnen bei dem 'oft' in den Sinn?"

Es entwickelt sich ein Psychodrama, in dem die Familiensituation des Klienten aufgerollt wird, insbesondere das Verhältnis zwischen seinen Eltern. Es stellt sich heraus, daß seine Mutter über Jahre erwogen hat, sich von Ihrem Mann wegen dessen "Weibergeschichten" scheiden zu lassen. Die gesamte Ehe seiner Eltern war eine Folge von Krächen und Aussöhnungen. "Meine Mutter hat's nie gepackt. - wegen uns, wie sie sagt." Therapeut: "Und jetzt?" Kurt: "Jetzt sind sie alt. Sie haben sich irgendwie arrangiert. Ziemlich kaputt das Ganze!"

T.: "Gut, ich möchte, daß Sie wieder in die Zukunft gehen und sich einmal vorstellen, wie das mit Ihnen und Petra ist, wenn Sie, sagen wir, zwanzig Jahre weiter sind."

K.: "Das will ich mir lieber nicht ansehen!"

T.: "Warum nicht?"

K.: "Ich fürchte, das wird so ähnlich wie bei meinen Eltern!"

T.: "Lassen Sie's nicht bei einer vagen Befürchtung. Gehen wir mal in die Zukunft."

K.: "Okay."

Wir zählen in Fünfjahresabschnitten in die Zukunft, bis wir 1995 erreicht haben. "Was sehen Sie jetzt in Ihrer Vorstellung?"

K.: "Ich bin auf dem Land. Schönes Bauernhaus hab ich. Ich sitz vor dem Haus auf der Bank. Ich hab mich zur Ruhe gesetzt, den Laden dicht gemacht."

T.: "Sind Sie allein?"

K.: "Nein, neben mir sitzt eine Frau. Hat graues Haar und lustige Augen. Es ist nicht Petra! Dann ist noch ein Hund da. Alles ganz friedlich! Ja, das war immer mein Traum. Aber mit Petra ist das nicht drin!"

T.: "Vielleicht kommen Sie wieder zurück in die Gegenwart. Wir gehen jetzt die viermal fünf Jahre zurück bis heute, den 11. Mai 1975."

Es folgt ein Gespräch über die Erfahrung. Kurt ist beeindruckt von den Szenen mit seinen Eltern. "Die kamen auch nicht auseinander und zusammen. Genau wie Petra und ich. Irgendwie will ich auch nicht sehen, daß es nicht geht." Therapeut: "Ich meine, Sie sollten das alles noch einmal gut überdenken und schauen, was das für Ihre Entscheidungen bedeutet."

Es folgten noch eine Reihe von Sitzungen, in denen die Probleme der Ehe unter dem Gesichtspunkt der Ehe der Eltern durchgearbeitet wurden. Kurt sprach mit seiner Frau über die Ergebnisse dieser Stunden und bat sie, wie schon verschiedentlich zuvor, mit zur Beratung zu kommen. Dies wurde von ihr strikt abgelehnt. Kurt entschloß sich daraufhin, die Scheidung einzureichen, was Petra mit der Bemerkung quittierte: "Das hältst Du ja doch nicht durch!". Die Ehe wurde geschieden. In einem späteren Gespräch berichtete

Kurt, daß ihm die Zukunftsprojektion in sein Alter sehr geholfen habe. "Immer wenn ich während der Scheidung einen Rückzieher machen wollte, kam mir das Bild vom friedlichen Lebensabend, und ich wußte, das ist mit Petra nicht drin. Wir sind einfach zu verschieden."

In jedem Falle muß man sich davor hüten, daß Entscheidungen "um jeden Preis" herbeigeführt werden. Der Therapeut sollte nicht forcieren, sondern eher den Klienten vor übereilten Entscheidungen schützen. Dies geschieht dadurch, daß der Prozeß der Entscheidungsfindung in seinem emotionalen Gehalt erfahrbar gemacht wird und daß vor allem eine Reflexion der biographischen Hintergründe erfolgt. Hier kann es durchaus ein Ergebnis der Zukunftsprojektion sein, daß in absehbarer Zeit noch keine Entscheidung für das anstehende Problem gefunden werden kann.

c) Zukunftsprojektion als Zukunftsprobe

Unter den in der neuen Entwicklung der Verhaltenstherapie üblich gewordenen Rollenspielverfahren (Rim, Masters 1974; Wendlandt 1977; Steller et al. 1978) ist die "Verhaltensprobe", "behaviour rehearsal" (Wolpe 1969; Wolpe, Lazarus 1966) neben dem assertive training (Salter 1949) die älteste Methode. Wolpe (1958) ist zu seinem Ansatz vom Psychodrama Morenos angeregt worden (vgl. Sturm 1965). In diesem war die Vorbereitung auf anstehende Situationen im Sinne eines "Durchprobens im Spiel" ein seit Beginn der dreißiger Jahre übliches Verfahren, das Moreno als "role training" (1934/1953, S. 503) schon in der Arbeit mit schwererziehbaren Mädchen in der Hudson School verwandt hat. Bei Moreno hat die verhaltenstherapeutisch orientierte Vorbereitung auf ausstehende Situa-

tionen durch "Behaviourdrama" (Petzold 1969a, 1977f) aber immer den Gesamtkontext des Individuums im Blick; darin unterscheidet sich der psychodramatische Ansatz von dem der klassischen Verhaltenstherapie.

Die Zukunftsprojektion als projektive Technik wird hier erweitert in eine Methode der antizipierten Inszenierung, in eine Projektion in die Zukunft. Wenn z. B. eine Prüfung, eine Begegnung, eine Entlassung aus dem Hospital oder dem Gefängnis ansteht, so sind die in der Zukunft liegenden Situationen nicht nur angstbesetzte Phantasmen, sondern Vorwegnahme konkreter sozialer Situationen, die mehr oder weniger real oder verzerrt antizipiert werden.

Hier bietet die Vorbereitung im Spiel für die psychotherapeutische und soziotherapeutische Praxis wesentliche Hilfen. Es ist nur notwendig zu sehen, ob die Probe schwieriger Situationen nicht dem Klienten/Patienten Vorschub gibt, zu agieren und den Therapeuten und die Gruppe mit in sein Spiel zu ziehen: Wenn z. B. die behaviour-dramatische Vorbereitung auf die Vorstellung bei einem Arbeitgeber an dem "tiefer" liegenden Problem des Klienten vorbeigeht, sich nicht mit der Realität der Erwachsenenwelt auseinandersetzen zu wollen, so wird eine derartige regressive Tendenz durch eine Zukunftsprobe bestenfalls kurzfristig "überspielt". Es ist durchaus möglich, daß der Patient auf die Situation gut vorbereitet wird, indem er sie wieder und wieder mit entsprechender Verstärkung im Spiel übt (vgl. z. B. Steller et al. 1978), ob er aber die nachfolgenden Situationen bewältigen wird, ist eine andere Frage.

Werden derartige psychodynamisch ausgerichteten Überlegungen mit berücksichtigt, haben wir in der Zukunftsprobe ein nützliches Interventionsinstrument zur Vorbereitung auf ausstehende Schwierigkeiten.

Beispiel:

Hans hat eine sechsmonatige "Kur" in einem Fachkrankenhaus für alkoholkrankte Männer hinter sich. Er soll in der nächsten Woche entlassen werden. Das Thema "Entlassung" ist schon verschiedentlich in der Gruppe "auf dem Tapet" gewesen. In dieser Situation äußert Hans den Wunsch, "das mal einzuspielen, wie das ist, wenn ich nach Hause komme." Er wird aufgefordert, sich vorzustellen, wie die Rückkehr abläuft.

H.: "Ich schreib denen den Zug nicht. Ich komme einfach so. Ich fahr mit dem Zug zurück."

T.: "Machen Sie die Reise ruhig in der Phantasie. Sie fahren den Rhein entlang. Koblenz, dann eine Stunde später Bonn, Köln, dann Düsseldorf. Sie steigen aus, was machen Sie dann?"

H.: "Ich geh durch den Bahnhof. Dann warte ich auf die Straßenbahn."

T.: "Was fühlen Sie jetzt?"

H.: "Schon ganz schön mulmig."

Es wird die Situation weiterentwickelt, bis Hans vor der Haustür steht. Dann wird er aufgefordert, sich Mitspieler in der Gruppe zu suchen. Ein Gruppenmitglied spielt die Frau, zwei andere den Sohn und die Tochter.

Die erste Szene verläuft herzlich. Alle sind froh, daß der Vater wieder da ist. Er wird ausgefragt, ihm werden die Familienneuigkeiten, die er noch nicht weiß, erzählt.

Diese Version ist offensichtlich vom Wunschdenken aller Spieler in der Szene bestimmt. Sie hoffen, daß der Empfang einen solchen Verlauf nimmt, denn sie stehen in einer ähnlichen Situation.

Der Therapeut teilt diesen Eindruck mit. Die Spieler pflichten ihm bei. Es werden weitere Szenen mit einem recht unfreundlichen und lieblosen Empfang gespielt und in der Gruppe durchgesprochen.

Hans hat in der Szene auf den kühlen Empfang sehr aggressiv reagiert. Das Resultat: "Kaum kommst Du nach Hause, ist wieder Krach." In der Folge wird die Szene in verschiedenen Variationen, z. T. mit wechselnden Protagonisten durchgespielt. Es werden auf diese Weise Möglichkeiten des Imitationslernens bereitgestellt und die verschiedensten Versionen exploriert, die von der Gruppe, vom Protagonisten und vom Leiter vorgeschlagen werden.

Hans entdeckt im Verlauf dieser Spiele, daß er doch mit erheblichen Ängsten und negativen Vorerwartungen an die Situation herangeht. Sie sind so bestimmend, daß er Situationen verfälscht wahrnimmt. So wertet er die Unsicherheit auf Seiten seiner Frau und Kinder, die von den Antagonisten dargestellt wurde, als Feindseligkeit. Erst im Rollentausch wird ihm deutlich, daß seine Familie ähnliche Gefühle der Unsicherheit und Scheu hat, wie er selbst. Bei einem rein verhaltenstherapeutisch-übenden Spiel wäre diese wichtige Dimension wohl kaum beachtet worden. Die Gruppe kommt zu dem Schluß, daß bei der Rückkehr des Mannes aus der Kur die Familie es durchaus nicht einfacher hat, und daß sie sogar schlechter vorbereitet sei, weil sie ja an keiner Therapiegruppe teilnehmen könne, die das Thema bearbeitet. Man überlegt sich, welche Hilfen man den Familienmitgliedern eventuell geben könne, wenn die Begegnung mit Schwierigkeiten verläuft. Auch diese Überlegungen werden in die "Zukunft" einzelner Teilnehmer transferiert und psycho-dramatisch konkretisiert. In dieser Arbeit kommen all die Effekte zum

Tragen, die Yablonsky (1954, S. 304 f) in seinem Aufsatz über die "Future-Projection-Technique" dieser Methode zuschreibt:

- "1. Die Zukunftsprojektionstechnik hilft der Person, ihre Ziele im Hinblick auf die Situation für sich auszudrücken. Gleichzeitig hilft sie ihr, ihre Rolle innerhalb der Situation in Beziehung zu anderen Personen zu klären. Sie entdeckt vielleicht, daß sie der kommenden Situation mit Angst entgegensieht, weil sie den anderen wirklich lieb hat (oder haßt), Gefühle, die sie zuvor nicht in Betracht gezogen hatte.
2. Im Psychodrama werden viele Situationen aufkommen, die die Person in ihren Überlegungen nie überdacht hätte, und die vielleicht noch nicht einmal aufkommen müssen, wenn sie die Situation in der Lebensrealität erfährt. Dies ist für sie eine Hilfe, ihre Motivation besser zu verstehen.
3. Die Zukunftsprojektionstechnik ist eine Vorbereitung für eine wichtige Lebenssituation, die der Person eine Hilfe gibt, sich effektiver und aufrichtiger darzustellen. Sie ermöglicht ihr gleichzeitig, für andere beteiligte Personen hilfreich zu sein, denn sie kennt die Situation besser, weil sie psychodramatisch 'schon einmal in ihr war'.
4. Ein qualifizierter Psychodramatiker kann mit Hilfe der auxiliary egos viele verschiedene Perspektiven (angles) einer Situation aufzeigen, die vielleicht in der Realität niemals aufkommen würden, deren Exploration aber für die Person von Nutzen ist. Sie wird auf diese Weise für viele verschiedene mögliche Verhaltensweisen vorbereitet.
5. Die 'Gruppe' ist für die Zukunftsprojektionstechnik von unschätzbarem Wert. Sie kann, wenn sie entsprechend

aufgewärmt ist, mit der Person ähnliche Erfahrungen teilen, mit denen sie während der Arbeit in Kontakt gekommen ist." (Yablonsky 1954, S. 304-305).

d) Die Zukunftsprobe als projektive Technik

L. Yablonski (1954), J. L. Moreno (1954, S. 100) und Zerka Moreno (1969, S. 241) haben in ihren kurzen Ausführungen zur Zukunftsprojektionstechnik die Vergangensdeterminierung der Zukunft nicht berücksichtigt und den projektiven Aspekt der Technik nicht entwickelt. Die Betonung liegt bei ihnen auf der Präkognition und der Antizipierung künftiger Realität, wie dies auch im voranstehenden Beispiel zum Ausdruck kam. "Besonders wichtig ist, ihn (den Patienten) schätzen zu lassen, was sich wirklich in seiner Zukunft ereignen wird, sozusagen sein eigener Prophet zu werden" (Z. Moreno 1959, S. 101). Die Möglichkeiten, die in einer dynamisch orientierten Verwendung der Technik liegen, gehen damit verloren, ja es besteht die Gefahr einer verkürzten Sicht der Situation und der ihr inhärenten Problematik. Es darf nicht übersehen werden, daß der Patient, wenn er "zeigt, wie er sich die Gestaltung seiner Zukunft vorstellt" (Moreno, *ibid.*), in der Regel auch seine Problematik in dieser Gestaltung ausdrückt, die ihm, sofern indiziert und möglich, ins Bewußtsein gehoben werden muß. Dies wird besonders bei sehr düsteren oder unrealistischen, "rosaroten" Zukunftsprojektionen wesentlich.

Wird die Technik der Zukunftsprojektion als projektives Verfahren eingesetzt, so ist es erforderlich, direkte Führung so weit wie möglich zu reduzieren, damit sich das projektive Potential des Patienten frei entfalten kann. Es muß ein

"leerer Raum" für freie Projektionen geschaffen werden, den der Patient füllen kann. Die Einleitung der Arbeit durch eine gezielte Entspannung bzw. ein leichtes Hypnoid ist hier durchaus förderlich. Auch der Rhythmus des Voranschreitens in die Zukunft wird nicht festgelegt und dem Protagonisten überlassen. Bei dieser Form des Vorgehens wird das sich entwickelnde Psychodrama zu einem projektiven Verfahren (Haas, Moreno 1951), ähnlich dem Puppenspiel oder der freien Zeichnung oder Tongestaltung (Andersson, Anderson 1951).

Die aufkommenden Materialien werden nicht unmittelbar interpretiert, damit der Fluß der Projektionen nicht gestört wird. Das Geschehen muß auf der "Ebene der Affekte und Vorstellungen" bzw. auf der "Ebene der Involvierung" gehalten werden und darf nicht zur Unzeit durch Interventionen auf die "Ebene der Reflexion" (Petzold 1978a, S. 2776) gehoben werden. Es ist allenfalls eine gestalttherapeutische Vertiefung oder Entschlüsselung möglich, indem die Bilder und Szenen über Dialog und Identifikationstechnik ähnlich wie in der Traumarbeit behandelt werden (Petzold 1977m). Erst in der "Integrationsphase", d. h. in der Nachbesprechung, kann der Therapeut, wo angezeigt, vorsichtig deutend Zusammenhänge darstellen.

Beispiel:

Gerhard, 26 J., hat sein Studium der Sozialarbeit abgeschlossen und nach dem Anerkennungsjahr keine Stelle gefunden. Seit zwei Jahren "gammelt er herum". Er hat eine kleine Erbschaft, die er verzehrt. In die Selbsterfahrungsgruppe kommt er wegen Kontaktschwierigkeiten. Er hatte noch nie eine feste Freundin gehabt und fühlt sich insgesamt unsicher. In einer Sitzung stellt er die Frage, was wohl aus ihm werden solle.

Diese Situation erscheint geeignet für die Zukunftsprojektion. Da die Gruppe eine experientiell-ludische Ausrichtung hat, wird die Zukunftsprojektion auch spielerisch eingeleitet:

- x T.: "Im Psychodrama haben wir eine Möglichkeit, die Zukunft zu erforschen. Wir verwenden dazu eine Zeitmaschine. Wenn Du willst, Gerhard, können wir eine Zukunftsreise machen und sehen, was kommt." Gerhard stimmt zu.
- "Setze Dich entspannt in die Zeitkapsel. Schließe die Augen. So, und jetzt mal alle Muskeln anspannen. Ja, fester, und loslassen und ruhig nachatmen. So, jetzt laß ich den Motor an: Rrrr. Wenn Du willst, kann Du jetzt losfliegen. Du brauchst nur die Monate, Jahreszeiten oder Jahre, die Du reisen willst, in die Zukunft zu zählen. Zähle laut!"
- G.: "Mai 1977, Juni, Juli, August, September. Hier möchte ich anhalten."
- T.: "So, dann schau mal aus der Luke, wo bist Du angekommen?"
- G.: "Ich bin auf einem Berg. Eine schöne Aussicht. 'Ne Menge Leute sind da. Ja, das ist ein Ausflugslokal. Ich bin da mit 'ner Gruppe Kumpels."
- T.: "Kennst Du die?"
- G.: "Ne, kenn ich nicht. Sind etwa mein Alter. Wir trinken was und klönen."
- T.: "Worüber?"
- G.: "Och, über Sozialarbeit und so."
- T.: "Gut, öffne die Augen! Bau Dir das Ausflugslokal auf und such Dir Mitspieler aus der Gruppe."

Es kommt eine lustige Konversation in Gang. Der Haupttenor des Gesprächs ist, wie man sinnvolle Sozialarbeit machen kann, ohne von den Zwängen der "Scheiß Institution" eingeengt zu sein.

Als die Spieldynamik abflacht, wird Gerhard aufgefordert, noch weiter in die Zukunft zu gehen. Er fährt vier Jahre weiter und kommt in einem fernen, exotischen Land an. Die Zukunftsprojektion hat eine größere "Tiefung" erreicht.

G.: "Viele Palmen sind da und der Strand hat ganz bunten Sand. Überall sitzen junge Leute in bunten langen Gewändern. Andere sind nackt und laufen zum Schwimmen. Ich sitze mittendrin und spreche mit ihnen."

T.: "Worüber sprecht ihr?"

G.: "Über die Sonne, das Meer, über's Glück!"

T.: "Ja, bleibe ein bißchen bei dem Gespräch!"

Diese Szene wird nicht dramatisiert, um den Protagonisten nicht aus der Imagination herauszureißen.

G.: "Die Leute leben glücklich und in Frieden. Sie arbeiten zusammen und haben Spaß zusammen."

T.: "Geh noch mal weiter in die Zukunft und nimm dieses Bild mit in Deine Zeitkapsel."

Gerhard geht zehn Jahre weiter in die Zukunft:

G.: "Ich bin jetzt in einem großen Haus, in dem viele Leute sind. Kann nicht richtig erkennen, was das ist."

T.: "Schau Dich einfach ein bißchen um."

G.: "Eine Frau ist bei mir und zwei kleine Kinder. Die gehören wohl zu mir, meine Frau und meine Kinder. Muß so was wie ein Heim sein. Ich glaub, ich arbeite da. Die Räume sind gemütlich. Es gibt auch 'nen großen Garten vor dem Fenster, überall arbeiten Leute. Ich fühle mich ganz zufrieden."

T.: "Halt das Bild fest und komm langsam zurück, indem Du Jahr um Jahr zurückgehst."

Gerhard kommt zurück und wir sprechen in der Gruppe die Szenen durch. Auffällig war, daß Gerhard sich immer in Szenen mit vielen - meist jungen - Leuten wiederfand. Auch die Tendenz zur "heilen Welt" wurde bemerkt. Gerhard verteidigt sich gegen diesen Hinweis: "Mir geht's nicht um heile Welt, aber um eine humane. Irgendwie kommen die Bilder der Zukunftsprojektion mit dem hin, was ich mir für mein Leben vorstellen könnte."

T.: "Und das wäre?"

G.: "Kann ich nicht so genau sagen. Nach den Szenen wohl Arbeit mit Menschen. In der Wohngruppe oder so was ähnlichem!"

Gruppenmitglied:

"Vielleicht in einem Kinderdorf oder einer Ferienkolonie."

G.: "Ja, und das ist harte Arbeit und keine heile Welt. Ich glaub, ich werd mich mal um sowas kümmern. Die Arbeit hat mir sowas wie eine Richtung gezeigt."

Ich habe Gerhard drei Jahre später auf einer Tagung getroffen. Er berichtete mir lachend, daß er seit einem Jahr in einem anthroposophischen Jugenddorf arbeitet und sich dort sehr wohl fühlt. Er sei auch verlobt und werde im nächsten Monat heiraten. "Diese Zukunftsprojektionen haben es in sich. Einfach irre, wenn man das bedenkt!"

In Gerhards Arbeit hatten sich Wünsche nach einer sinnvollen Arbeit einerseits und nach einem geschützten, beschützenden Rahmen andererseits projektiv ausgedrückt. Seine große Abhängigkeit von seiner liebevoll-überprotektiven Mutter, die

ihm verwöhnend alle Freiheiten ließ, ihn aber gleichzeitig an sich band, ließen ihn die Arbeit im Zwang herkömmlicher Institutionen fliehen. Im Verlauf seiner Therapie konnte die Ablösung gefördert werden. Gerhards Hinwendung zu einem geschlossenen und durch die ideologische Fundierung gesicherten Rahmen (die anthroposophisch fundierte Gemeinschaft als "große Mutter") entspricht dieser Grundtendenz, die ich allerdings aufgrund seiner offenen, nicht fanatischen Haltung als integriert ansehe.

e) Zukunftsprojektion als Methode der Auseinandersetzung mit dem Tod

Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Sterben betrifft nicht nur den alten und kranken Menschen oder die helfenden Berufe, die mit diesen Personengruppen umgehen. Sie betrifft letztlich jeden Menschen und wird fast in jeder längerfristigen Therapie thematisiert. Psychodramatische Methoden, insbesondere die Zukunftsprojektion, sind in diesem Zusammenhang Instrumente, die eine sehr direkte und unmittelbare Auseinandersetzung möglich machen (Yablonsky 1978, S. 78 f). Sikora und Schloss (1968, S. 202-205) haben mit der Technik der "death scene" eine spezielle Form der Zukunftsprojektion entwickelt, die ausschließlich auf die Exploration der Fragen um den Tod gerichtet ist. "While the thrust of Psychodrama is towards the reaffirmation of life, the death acts as something of a play within the play. In the death scene the protagonist is moved towards death confronts it and judges the meaning of his life" (ibid. S. 202). Die "death scene" verläuft in Form eines Symbolspiels, das an die mittelalterliche Moralität des "Everyman" erinnert. Es werden die Möglichkeiten psycho-

dramatischer Bühnentechnik (Blatner 1970) verwandt - farbiges oder gedämpftes Licht - und es treten als allegorische Figuren Mephisto und Petrus auf. Die stimulierende Wirkung dieses Settings ist groß. Das projektive Material, das aufkommt, liegt jedoch durch die Vorstrukturierung vorwiegend im Bereich der Fragen von Schuld, Verurteilung, Annahme und religiöser Problematik. In einer von James Sacks (1965) entworfenen Variante der Zukunftsprojektion, der "Judgement Technique" wird das "Jüngste Gericht" gespielt. Gott und Teufel werden von auxiliary egos dargestellt, und der Protagonist vermag im Rollentausch seinen Phantasien freien Lauf zu lassen.

Beide Varianten der Zukunftsprojektion halte ich für schwierig und nur begrenzt verwendbar. Die Grenze zum Melodrama oder zur Moralität liegt zu nahe. In der Behandlung "ekkle-siogen" - neurotischer Patienten (Thomas 1967; Moser 1976) kann die Gerichtsszene durchaus mit Gewinn eingesetzt werden (Petzold 1972c, S. 268), insbesondere, wenn die religiöse Thematik oder das Gerichtsthema vom Protagonisten selbst vorgeschlagen wird. ,

Die Zukunftsprojektion als Ausblick auf den eigenen Tod sollte nur verwandt werden, wenn ein entsprechendes Setting, eine stabile therapeutische Beziehung und eine gute Gruppenkohäsion gegeben sind. "Der Therapeut muß beurteilen können, ob der Protagonist bereit und in der Lage ist, mit dem Material konfrontiert zu werden, das durch die Technik hervorkommen kann " (Sacks 1965, S. 72). Diese Aussage muß für die gesamte Gruppe gelten, an deren schwächstem Glied sich der Therapeut orientieren muß. Wenn die Technik prozeßorientiert eingesetzt wird, d. h. ausgerichtet am Material, das der Protagonist bringt, am Verlauf des therapeutischen Geschehens, der Dynamik von Über-

tragung und Gegenübertragung, so sind mit der Exploration des Todesthemas durch die Zukunftsprojektion keine Risiken verbunden.

Die Bearbeitung der Fragen um den eigenen Tod als dem ultimativen Ereignis des menschlichen Lebens bringt in der Regel auch die Fragen nach dem Sinn des Lebens, nach den Veränderungen durch das Alter ins Spiel, so daß der Therapeut mit einem sehr komplexen Geschehen umgehen muß (vgl. Petzold 1977e; 1979b).

Die Zukunftsprojektion geht in großen Zeitspannen in das letzte Lebensdrittel, sofern es sich um jüngere Protagonisten handelt, um dann die letzten Jahre und Tage genauer zu explorieren. Bei älteren Protagonisten sind die Zeitspannen entsprechend kürzer gewählt. Ältere Menschen sind in ihrer Zukunftsbezogenheit sehr unterschiedlich ausgerichtet (Witkowski 1978). Es gibt Protagonisten mit einer sehr differenzierten und reichen Zukunftswelt bis ins hohe Alter und andere mit wenigen, stereotypen Vorstellungen. "Umso älter der Mensch wird, umso schwächer sind die Zukunftsprojektionen, da er zwar eine lange Vergangenheit, aber eine kurze Zukunft hat." Diese Aussage Morenos (1959, S. 100) kann ich aufgrund meiner Erfahrungen in der Arbeit mit alten Menschen (Laschinski, Petzold, Rinast 1979) in dieser Allgemeinheit nicht bestätigen. Die Vorstellungen, die mit dem eigenen Tod verbunden sind, sind meist vage. Bei ihrer Konkretisierung kommen häufig Ängste auf, die sorgfältig durchgearbeitet werden müssen.

Bei der Behandlung des Todesthemas durch die Zukunftsprojektion arbeite ich selten mit psychodramatischer Inszenierung, sondern vorwiegend mit "Gestaltdrama" (Perls 1976),

d. h. Arbeit mit dem "leeren Stuhl" oder "inneren Psychodrama" auf der imaginativen Ebene. Dialog und Rollenwechsel mit dem Tod sind in diesem Vorgehen für das Erleben des Protagonisten unmittelbarer. Es werden überdies mitspielende Patienten nicht involviert. Bei ausgebildeten auxiliary egos, die die Rollen verkörpern, liegt die Situation anders, da das Problem, plötzlich mit zwei oder drei Protagonisten dazustehen, weil die Mitspieler zu stark affiziert wurden, praktisch nicht auftritt. Das Gestaltdrama vermindert auch die Gefahr des Theatralischen und erlaubt eine bessere Steuerung des Prozesses.

Beispiel:

Johanna, 42 J. ist Krankenhausseelsorgerin. In einem Fortbildungsseminar für Seelsorger unter dem Thema "Krankheit und Sterben" geht sie in gestaltdramatischer Zukunftsprojektion auf das Thema ihres eigenen Todes ein. Das initiale Hypnoid wurde induziert.

T.: "Gehen Sie jetzt in die Zukunft, immer in Sprüngen von fünf Jahren, bis daß Sie das Bedürfnis haben, die Zeitspannen kleiner werden zu lassen!"

Diese Intervention determiniert die persönliche Bemessung der Lebensdauer nicht, die für das Gesamtthema bedeutsam ist. Es ist in der Tat ein Unterschied, ob eine Zwanzigjährige sich eine Lebensdauer von 55 oder 85 Jahren zumißt.

T.: "Wo sind Sie jetzt angekommen?"

J.: "Ich bin jetzt 72 Jahre. Ich lebe in einem alten Haus in einem Dorf im Südschwarzwald. Ich bin noch gut dabei. Ich habe einen kleinen Garten mit vielen Rosenstöcken. Es kommen immer Kinder vorbei, und die Leute bleiben

stehen, um meinen Garten zu bewundern und für einen kleinen Plausch."

T.: "Vielleicht gehen Sie noch etwas weiter in die Zukunft."

J.: "Ich bin jetzt 77 Jahre. Ich wohne immer noch in meinem Haus. Ich gehe jetzt am Stock. Draußen ist es kalt. Spätherbst. Ich habe ein gemütliches Feuer im Kamin. Im Garten liegt nasses Laub. An einem Rosenstock ist noch eine letzte Rose, zart rosa. Es geht wohl auf den Winter zu, auf einen langen kalten Winter. ... Mich friert."

T.: "Wenden Sie sich zum Feuer!"

J.: "Das Feuer ist heruntergebrannt. Nur noch etwas Glut und kleine Flammen. Sie werfen große unruhige Schatten. Ich bin in meinem Lehnstuhl zusammengesunken. Ich höre das Feuer und das Knistern im Haus und das Ticken der großen Standuhr. ... Zeit, die tickt vor sich hin, langsam, fast zähflüssig ... unaufhaltsam."

T.: "Gehen Sie weiter in die Zukunft!"

J.: "Ich habe Angst davor. Ich bin so alleine!"

T.: (gibt einem auxiliary ego einen Hinweis) "Carola wird Sie begleiten."

Carola setzt sich neben Johanna und legt ihre Hand auf ihren Arm. Dieser stützende Körperkontakt des Hilfs-Ichs vermittelt Sicherheit. Carola kann auch, falls erforderlich, als stützendes Doppel (Petzold 1979d) intervenieren.

J.: "Ich bin immer noch in meinem Lehnstuhl. 78 Jahre. Es ist Winter. Die Szene hat sich nicht verändert. Ich fühle mich matt, müde. Die Zeit kriecht. Ich warte. Das Haus ist ganz still. Ich weiß, jetzt dauert's nicht mehr lange. Ich friere. Ich will dabei nicht allein sein, aber es ist niemand da." (Fängt an, mit den Zähnen zu klappern).
"Ich habe Angst. Alles ist kalt in mir." (Fängt an zu

weinen). "Warum so allein? Ich war doch das ganze Leben für andere da. Warum ist denn niemand bei mir?" (Carola rückt näher an Johanna).

T.: "Bleiben Sie bei Ihren Gefühlen! Was geht jetzt in Ihnen vor?"

J.: "Ich fühle mich ganz schwach, ganz ausgeliefert." (Sie zittert am ganzen Leib und hat das Gesicht in den Händen verborgen. Nach einiger Zeit fängt sie an zu beten). "Der Herr ist mein Hirte. Mir wird nichts mangeln. Er weidet mich auf grüner Aue und führet mich ans frische Wasser. Er erquicket meine Seele und führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen, und ob ich auch wanderte im finsternen Tale, fürcht ich kein Unglück, denn Du bist bei mir, Dein Stecken und Stab trösten mich."

Sie betet den ganzen 23. Psalm und wird dabei ganz ruhig. Nach einer Zeitlang sagt sie: "Ich möchte hier abschließen." Alle Teilnehmer der Gruppe sind sehr berührt. Es wird nicht mehr viel über die Sitzung gesprochen.

J.: "Plötzlich wußte ich: Du brauchst keine Angst zu haben. Du bist nicht alleine. Ich weiß nicht, ob und wie es nach dem Tode weitergeht. Für mich sind in der Theologie so viele Fragen offen, aber jetzt weiß ich, ich werde nicht allein sein."

f) Die Zukunftsprojektion als Methode der Krisenintervention

Psychodrama und Gestalttherapie eignen sich hervorragend als Methoden der Krisenintervention. Ihre Methoden und Techniken der Handhabung intensiver emotionaler Zustände stellen dem

Therapeuten für Notfälle und Ausnahmezustände ein reiches Instrumentarium an Interventionen zur Verfügung (Potts 1958; Ackermann, Ackermann 1962; eine Übersicht bei Petzold 1979h).

Die Technik der Zukunftsprojektion gehört zu diesen Instrumenten. In Krisensituationen ist meistens nicht nur die aktuelle Gegenwart des Betroffenen bedroht, sondern auch seine nächste Zukunft. Zuweilen bestehen Krisen sogar vorwiegend in einer antizipierten (realen oder irrealen) Bedrohung der Existenz, die den Menschen in Angst und Unruhe versetzt.

Fritz Perls hat die Angst als die Zeitspanne, die zwischen dem "Jetzt und der Zukunft liegt" (Perls 1969), definiert. Er hat damit sicherlich eine Form der Angst erfaßt: die Katastrophenerwartung, und eine Dimension herausgestellt, die allen Formen der Angst inhärent ist, die Zukunftserwartung. Perls geht davon aus, daß Angst immer auf die Zukunft bezogen ist. Ist die gefürchtete Katastrophe eingetreten, so ist nicht mehr Angst da, sondern es wirkt das Ereignis, vor dem man sich ängstigte: Verletzung, Schmerz, Demütigung usw. Er empfiehlt daher, der Angst ihren phantasmatischen Charakter zu nehmen und sie aufzulösen, "ins Jetzt zu gehen", sich auf die Ebene der gegenwärtigen Wirklichkeit zu richten. Ein solches Vorgehen kann sicherlich für die Bewältigung mancher Ängste eine ausgezeichnete Hilfe bieten. Obgleich es den phantasmatischen Charakter der Ängste ein-sichtig macht, muß man es dennoch als symptomgerichtet betrachten. Die Ursachen derartiger Ängste werden durch "now exercises" nicht behoben. Außerdem bieten diese Übungen keine Möglichkeit, sich mit realen, angstausslösenden Situationen, z. B. bevorstehenden Prüfungen, Trennungen, Schmerzen (Operationen), Bedrohungen, Verpflichtungen auseinanderzusetzen.

Hier bietet die Technik der Zukunftsprojektion eine ausgezeichnete Hilfe. Wir beginnen damit, daß sich der Patient die erwartete, angstbesetzte Situation so deutlich wie möglich vorstellt. Ist ein hoher Angstpegel erreicht, so wird folgende Aufforderung gegeben: "Augen auf! Schauen Sie mich an! Spüren Sie Ihren Körper! Fühlen Sie Ihre Hände auf der Stuhllehne! Hören Sie den Klang meiner Stimme! Nehmen Sie sich ganz bewußt wahr!" Dieser unmittelbare Wechsel von der vorgestellten zur realen Situation und das Zentrieren auf das Jetzt-Erleben läßt für den Klienten die Zukunftsgebundenheit der Angst sehr deutlich werden. Erst dann sollte man daran gehen, die angstbesetzten Situationen im psychodramatischen Spiel zu konkretisieren. Dabei kommt es regelhaft zum Rückgriff auf traumatische Ereignisse in der Vergangenheit. Erst wenn diese Ereignisse aufgearbeitet sind, läßt sich eine wirksame und dauerhafte Beseitigung der Ängste erreichen.

Die Inszenierung anstehender Probleme ist natürlich nicht in jedem Falle möglich und sinnvoll. Meistens jedoch stellt sie eine Hilfe dar, durch die der Protagonist mit der ihm meistens fremden Situation vertraut gemacht wird. Ich selbst habe vor einer plötzlich notwendigen Operation die Zukunftsprojektion als angstreduzierende Selbsttherapie eingesetzt und den gesamten Ablauf, die Aufnahme ins Krankenhaus, die Voruntersuchungen, das Warten vor dem Operationssaal, die Anästhesie, die Operation, das Aufwachen aus der Narkose gestaltdramatisch in der Phantasie durchgespielt, mit dem Effekt, daß ich in der Realsituation mit einer Art "neugieriger Distanz" das Geschehen ohne Ängste durchlaufen habe. Das Durchspielen angstausslösender Realsituationen, die auf einen Menschen zukommen und von denen er sich überfordert fühlt, gibt ihm die Möglichkeit, sich mit diesen Problemen vertraut

zu machen, sich zu desensibilisieren. Weiterhin kann er verschiedene Verhaltensweisen und Lösungsmöglichkeiten erlebnisnah erfahren und mit dem Therapeuten bzw. mit der Gruppe reflektieren, um auf diese Weise besser vorbereitet zu sein. Ein wichtiger Faktor ist dabei die emotionale Stützung, die der Protagonist dadurch erfährt, daß er sein Problem mitteilen konnte und Trost, Rat und Hilfe erfährt. Jugendlichen Straftätern, mit denen man ihren ersten Gerichtstermin durchspielt, Menschen, denen der Verlust geliebter Personen bevorsteht und mit denen man den Trauerfall in der Zukunftsprojektion antizipiert, kann man auf diese Weise wirkungsvoll entlasten und vorbereiten und damit auch ihre akute Krisensituation mindern. Es empfiehlt sich, jeweils eine entsprechende Zeitspanne über das belastende Ereignis hinaus in die Zukunft vorzustoßen, um damit zu zeigen, "daß das Leben weitergeht" und auch zu erarbeiten, in welche Richtung es weitergeht. Hier geht die Zukunftsprojektion über die vorbereitende, "desensibilisierende" Intervention hinaus und eröffnet einen Zukunftshorizont, der die augenblickliche Katastrophe relativiert und in einen adäquaten zeitlichen Kontext stellt. Dies macht die Zukunftsprojektion für die Intervention bei Krisen geeignet, die aus einer schon eingetretenen persönlichen Katastrophe resultieren. In solchen Situationen ragt die Zukunft nicht mehr drohend herein wie der Fels über dem Haupt des Tantalos. Der Fels ist gefallen und mit ihm oftmals die Zukunft zusammengebrochen.

Beispiel:

Siegfried, 22 J., wird wegen eines massiven Suizidversuches in eine psychiatrische Klinik eingewiesen. Er hatte in ange-trunkenem Zustand einen Autounfall verursacht, bei dem seine Freundin schwer verletzt wurde. In der Meinung, sie sei tot,

hatte er den Wagen am Unfallort stehen gelassen, ist nach Hause gegangen und hat sich die Pulsadern aufgeschnitten. Er wurde durch Zufall von einem Freund gefunden. Siegfrieds Lage war verzweifelt. Er sah seine Schuld an den schweren Verletzungen der Freundin. Der neue Mercedes, den sie vom Vater des Mädchens ohne sein Wissen "geliehen" hatten, war schrottreif und lag für Siegfried im Preis jenseits aller Möglichkeiten der Rückzahlung. Ein Strafverfahren wegen Trunkenheit am Steuer, Unfallflucht und Körperverletzung war zu erwarten, und der Gedanke, daß durch seine Flucht die Freundin beinahe tatsächlich gestorben wäre, stellte für den Patienten eine enorme Gewissensbelastung dar. Er hatte jede Selbstachtung verloren. In den ersten Gesprächen war Siegfried sehr verschlossen und düster. Nachdem er etwas Vertrauen gefaßt hatte, sprach er offen über weitere Suizidpläne. "Aus dieser Scheiße komme ich sowieso nie raus." Ich schlage ihm vor, "der Zukunft einmal ins Auge zu sehen." Siegfried phantasiert ein sehr schlimmes Gespräch mit dem Vater der Freundin. Ich stelle die Version eines "glimpflich" verlaufenden Gespräches daneben.

T.: "Ich weiß nicht, welche Version zutreffen wird, aber beide sind möglich."

S.: "Sicher, aber bei der Situation muß der Alte einen ganz schönen Brast auf mich haben. Der war mir sowieso nie grün!"

Wir gehen die Begegnung mit der Freundin durch. Im Rollentausch verbalisiert Siegfried eine Flut von Vorwürfen, die in die Feststellung auslaufen: "Du hast Dich eben benommen wie ein grüner Junge. Ich hab Dich aber trotzdem lieb, aber ich erwarte von Dir, daß Du mich heiratest, jetzt wo ich all die Narben habe und verunstaltet bin."

- T.: "Und Du willst sie also heiraten, weil Du an allem und besonders an den Verunstaltungen schuld bist."
- S.: "Klar doch, was soll ich sonst machen. Meine Schwester hat mir erzählt, daß ihre ganzen Beine Matsch sind und das nie mehr richtig wird. Da muß ich sie ja nehmen. Die kriegt sonst doch niemanden mehr ab. Sie ist auch sonst ein prima Mädchen, kann man nicht anders sagen!"
- T.: "Dann kannst Du Dich aber nicht so einfach umbringen, oder?"
- S.: "Ich lande ja erst mal ein paar Jährchen im Knast."

Wir phantasieren die Gerichtsszene aus. Vor ihr hat Siegfried noch mehr Ängste als vor der Begegnung mit dem Vater und der Freundin. Er mißt sich ein sehr hohes Urteil zu. Ich stelle ein realistisches und ein mildes daneben.

- T.: "Alle drei Urteile sind möglich, welches nun gefällt wird, das ist natürlich offen. Du wählst immer die schwärzeste Version."
- S.: "Wenn Sie mal ganz objektiv sind, ist doch nicht mehr viel drin in meinem Leben, ob das Urteil nun mild oder streng ist."
- T.: "Okay. Ich möchte Dir vorschlagen, mal acht Jahre in die Zukunft zu gehen. Acht Jahre von jetzt. Du wirst dann 30 Jahre sein."
- S.: "Was soll ich mir da vorstellen? Ich werd' wohl irgendwas arbeiten."
- T.: "Und was?"
- S.: "Na, als Dreher in meinem alten Beruf."
- T.: "Du hast also Arbeit bekommen, trotz Vorstrafe?"
- S.: "Das geht schon, bei uns im Betrieb waren auch zwei, die im Knast waren."
- T.: "Na schau mal, was Du sonst machst. Wo wohnst Du? "

- S.: "Ich denke, ich hab 'ne Dachwohnung. Nichts tolles. Aber es geht. Ich wohne da mit der Erika. Alles ein bißchen knapp. Sie hat viele Topfblumen, wie ihre Mutter."
- T.: "Geh mal fünf Jahre weiter. Du bist dann fünfunddreißig. Was ist da?"
- S.: "Weiß ich nicht."
- T.: "Lebst Du noch in der gleichen Wohnung?"
- S.: "Ne, ich glaub nicht."
- T.: "Stell Dir vor, wo Du wohnst, was Du machst."
- S.: "Na, ich kann mir vorstellen, ich wohne in 'ner netten Dreizimmerwohnung am Stadtrand. Man kann ins Grüne gucken. Ich glaub, wir haben auch ein Kind."
- T.: "Jetzt gehn wir wieder mal zurück, hier ins Krankenzimmer! Wie fühlst Du Dich nach diesem Ausflug in die Zukunft?"
- S.: "Ein bißchen leichter."
- T.: "Wir sind nur bis fünfunddreißig in die Zukunft gegangen. Normalerweise wird man ja sechzig, siebzig Jahre alt"
- S.: "Das mit dem Selbstmord ist sicher keine so tolle Idee, aber wenn der ganze Scheiß so vor einem steht, so wie ein Berg, da sieht man überhaupt kein Land."
- T.: "Wenn das ganze wieder über Dich hereinstürzt, denke einfach mal fünfzehn Jahre weiter."

Diese Intervention führte dazu, daß Siegfried aus dem Stadium akuter Suizidalität herauskam. Die Zukunftsprojektion hat in einer Konfrontation mit den befürchteten Zukunftsereignissen eine realistischere Einschätzung der Sachlage bewirkt. Sie hat darüber hinaus die Katastrophensituation als einen überschaubaren, relativ kleinen Abschnitt des Lebensganzen erscheinen lassen, ohne daß die Situation verharmlost wurde.

Der Zukunftshorizont, der aufgezeigt werden konnte, war nicht rosig, aber auch nicht vernichtend. Die positive Übertragung zum Therapeuten und dessen klare, zuversichtliche Haltung, die nichts beschönigte oder bagatellierte, spielte für die gesamte Intervention eine nicht zu unterschätzende Rolle.

Die Verwendung der Zukunftsprojektion als Intervention in einer Krise ist allerdings nur angezeigt, wenn aus der Exploration der Lebenssituation des Klienten hervorgeht, daß sich ein positiver Zukunftshorizont erarbeiten läßt. Es gibt zuweilen Situationen, in denen die Zukunft keine erstrebenswerte Perspektiven mehr bietet, z. B. bei MS-, Bechterew- und unheilbaren Krebspatienten oder bei Zerebralläsionen, Para- und Hemiplegikern, die noch in jungen Jahren als Unfallopfer einem lebenslangen Siechtum entgegensehen. Hier müssen andere Wege der Krisenintervention eingeschlagen werden, die im wesentlichen auf die Bewältigung der Gegenwartssituationen gerichtet sind und ihre Tragfähigkeit aus der Zuwendung in der zwischenmenschlichen Beziehung gewinnen.

g) Zukunftsprojektion als Rahmentchnik

Wie der "Zauberladen" oder die "spektrometrische Methode" (Petzold 1971a, 1971g) kann die Zukunftsprojektion als Rahmentchnik Verwendung finden. In diesem Fall steht die Zukunftsprojektion zur Exploration der individuellen Zukunftsperspektiven am Anfang der Therapie. Es wird sozusagen eine Bestandsaufnahme der Hoffnungen, Wünsche, Ängste, Zielvorstellungen gemacht, die der Patient/Klient für die nähere und weitere Zukunft hegt. Ein unmittelbares thera-

peutisches Aufgreifen des Materials empfiehlt sich in einer solchen diagnostisch orientierten Sitzung nicht. Der Therapeut kann die gewonnenen Daten im Verlaufe späterer Therapiesitzungen verwenden. Ansonsten nimmt der Verlauf der Therapie seinen regulären Gang. Als Zwischenbilanz oder gegen Abschluß der therapeutischen Arbeit mit dem Klienten kann eine explorative Zukunftsprojektion wiederholt werden, um zu sehen, ob sich die Zukunftsperspektive des Patienten durch die Therapie verändert hat. Für den Klienten ist es eine beeindruckende Erfahrung festzustellen, daß nach 20 oder 30 Sitzungen seine Einstellung zur Zukunft sich anders darstellt als zu Beginn der Therapie. Es lohnt sich, einen Tonbandmitschnitt der ersten Sitzungen aufzuheben, um ihn noch einmal vorzuspielen und mit dem Klienten die Anfangs- und die Schlußsituation zu vergleichen.

h) Indikationen, Kontraindikationen und Gefahren der Zukunftsprojektion

Im vorliegenden Beitrag wurden die Anwendungsbereiche und -möglichkeiten der "future projection technique" schon weitgehend dargestellt. Es soll kurz noch auf einige Aspekte und auf die Kontraindikationen und Gefahren bei der Verwendung der Technik hingewiesen werden. Kontraindiziert ist die Zukunftsprojektion, dies sei nochmals unterstrichen, bei infauster Prognose oder fataler Lebensperspektive, es sei denn, die therapeutische Arbeit führt in die Richtung der Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod. Hier kann die Technik z. B. bei Krebspatienten oder alten Menschen als "death preparation" sehr hilfreich sein (vgl. Petzold 1979e). Akute Suizidalität ist keine Kontraindikation, im Gegenteil. Trautman (1962) hat die Dynamik und den Vollzug des Selbstmordes als

überschießende Reaktion analysiert und mit einem "psychodramatischen Akt" verglichen, der allerdings zu einem ultimativen, irreversiblen Ausgang führt. Diesen Ausgang mit einem Suizidalen in der Zukunftsprojektion vorwegzunehmen und zu konkretisieren, darüber hinaus die Reaktion der Umgebung aufzuzeigen, hat bei reaktiven und depressiven Suizidgefährdeten einen guten Effekt (Yablonsky 1978, S. 75 ff). Kontraindiziert ist dieses Vorgehen bei psychotischen Patienten, da bei diesen die autodestruktiven Tendenzen noch verstärkt werden können. Die psychodramatische und gestalttherapeutische Bearbeitung der Selbstmordszene erfordert einen in der Krisenintervention und in der Arbeit mit Suizidalen spezialisierte Therapeuten.

Die Zukunftsprojektion sollte nicht verwandt werden bei prä- und akutpsychotischen Patienten. Bei Borderline-Patienten kann der Einsatz sinnvoll sein, birgt aber auch Risiken, so daß von Fall zu Fall entschieden werden muß. Bei hysterischen und hypochondrischen Patienten ist es wesentlich, durch beständige Konfrontation mit der Realität überschießende Reaktionen und massives Agieren zu vermeiden.

Gefahren und Störungen können sich ergeben, wenn der Protagonist nicht Schritt um Schritt in die Realität zurückgeführt wird, besonders, wenn durch die Induktion und die anschließende Arbeit ein leichtes oder mittleres Hypnoid gesetzt wurde. In seltenen Fällen können Patienten in eine tiefe Hypnose fallen. Eine saubere Zurücknahme ist deshalb erforderlich, damit keine physischen Mißsensationen (Taubheit, Kopfschmerzen, Verspannungen etc.) oder eine Desorientierung zurückbleiben. Ernsthafte Schwierigkeiten können allerdings nur bei unsachgemäßer Anwendung der Technik und unzureichender Kenntnis des Patienten auftreten - etwa wenn ein Patient aus den als

kontraindiziert angesprochenen Gruppen mit der Technik behandelt wird. Desorientierung, Rapport- und Realitätsverlust können die Folge sein. Sollte der Rapport während der Arbeit abnehmen oder diffus werden, ist eine klare Ansprache, Fixierung der Vorstellung auf einen festen Inhalt (z. B. ein Haus, ein Baum, irgendeinen konkreten Gegenstand des imaginierten Bildes) erforderlich. Danach wird deutlich unter direkter Ansprache und Namensnennung Schritt um Schritt zurückgenommen ("Hans, wir gehen jetzt Jahr um Jahr zurück. Achte auf meine Stimme! Jahr um Jahr, 1975, 1980, 1985 usw."). Körperkontakt und Realitäts-training - d. h. also die üblichen bei Realitätsverlust indizierten Kriseninterventionstechniken (Bellak, Small 1972) - müssen gegebenenfalls eingesetzt werden.

In der Therapie von Kindern und Jugendlichen empfiehlt sich die ludische Variante der "Zeitmaschine". Das Todesthema braucht nicht ausgespart zu werden - es sind meistens die Ängste der Erwachsenen, die dazu führen, daß es in der Kindertherapie nicht aufkommt. Man sollte zur Tabuierung und Vermeidung des Themas nicht beitragen, aber es muß vom Kind selbst eingebracht und ausgestaltet werden. In der Arbeit mit alten Menschen und Kranken führt die Zukunftsprojektion regelhaft zur Auseinandersetzung mit Tod und Sterben.

Als Verfahren, Klienten und Patienten auf bevorstehende Veränderungen vorzubereiten, ihre Ängste aufzudecken und Verhaltensmöglichkeiten einzuüben, hat sich die Methode hervorragend bewährt, so z. B. für die Vorbereitung von Strafgefangenen, psychiatrischen Patienten, Heilstättenpatienten auf die Entlassung (vgl. Steller et al. 1978). Spezielle Varianten der Zukunftsprojektion, wie z. B. die "death scene"

und "judgement technique" haben nur einen sehr eingeschränkten Verwendungsbereich und sind bei labilen Patienten kontraindiziert. Bei Patienten mit starkem religiösen Hintergrund ist es wesentlich, diesen zu respektieren und zu vermeiden, daß Werthaltungen verletzt werden (z. B. "Rollentausch mit Gott" im Symbolspiel der Gerichtsszene).

Aus den voranstehenden Ausführungen dürfte deutlich geworden sein, daß die Zukunftsprojektion, wie die meisten psychodramatischen und gestalttherapeutischen Techniken, ein hocheffektives Interventionsinstrument ist, das in die Hand des erfahrenen und in diesen Methoden ausgebildeten Klinikers gehört und kein Spielzeug für dilettierende Amateure ist.