

Beispiel 16.1

Psychodrama eines Suizidversuchs

Das Fallbeispiel eines 31-jährigen Mannes nach einem Suizidversuch verdeutlicht:

- wie durch die Reinszenierung der auslösenden Situation neue Einsichten in mitwirkende Motive erkennbar und eine „Katharsis“ ermöglicht werden.

Das Fallbeispiel bezieht sich auf das Kapitel:

- 16.3 Praxis der Psychodrama-Therapie

Schon viele Menschen haben in schwierigen Lebenslagen an Selbstmord gedacht. Die wenigsten führen ihn aus, aber viele gehen weiter mit diesem Gedanken um, und dies hat heimtückische persönliche Folgen. Ihre Seele schwärzt im Gedanken an diese Alternative. Wir konnten in vielen Sitzungen zu diesem Thema feststellen, daß Menschen dieser Konflikt über »Sein oder Nichtsein« abgenommen werden kann.

Regie zu führen bei einem psychodramatischen Selbstmord ist eine heikle Sache. Den Selbstmord im Psychodrama zu spielen, kann eine solche therapeutische Wirkung haben, daß ein Leben gerettet wird; doch ist dies offenkundig eine Szene, die mit größter Behutsamkeit anzugehen ist, denn die Wirkung könnte auch die entgegengesetzte sein.

Bei der Einstimmung zu einer Psychodrama-Sitzung mit einer Gruppe Patienten in einem staatlichen Krankenhaus fiel mir ein etwa dreißigjähriger Mann auf; er war über 1,80 m groß, dünn, wirkte sehr zerbrechlich und hatte frische Verbände um die Handgelenke. Ich fragte ihn, ob er eine Sitzung machen wolle. Er war einverstanden und trat vor.

L. Y.: Stellen Sie sich bitte der Gruppe vor.

Barney: Ich heiße Barney, bin einunddreißig, und dies ist für mich eine ungewöhnliche Situation. Drei Jahre lang war ich Krankenpfleger im Krankenhaus von –. Vorige Woche habe ich einen Selbstmordversuch gemacht und jetzt bin ich als Patient hier.

L. Y.: Ehe wir anfangen, Barney – das heißt, wenn wir anfangen –, möchte ich dir sagen, weshalb wir eine psychodramatische Sitzung über den Selbstmord machen. Wir können von mehreren Voraussetzungen ausgehen: Die Frage »Sein oder Nichtsein« haben viele Leute bewußt oder unbewußt im Kopf, auch wenn sie nie den Versuch machen. Es ist ein bißchen riskant, wenn wir diese Sitzung machen, weil dabei Erinnerungen und Gefühle wieder geweckt werden, die mit deinem Versuch zusammenhängen. Ein Leitmotiv des Psychodramas ist jedoch, daß du, als du versucht hast, dir das Leben zu nehmen, niemanden hattest, der dir half. Du fühltest dich vollkommen entfremdet und allein ...

Barney: Stimmt.

L. Y.: Natürlich kannst du diese Szene hier nicht vollständig nacherleben, aber wir können sie nach deiner Erinnerung spielen. Nur hast du diesmal andere – diese Gruppe hier –, die dir in deiner Krise beistehen. Auch können wir vielleicht manche Einsichten gewinnen in die Kräfte, die dich zu der Tat getrieben haben. Hast du Lust, es unter diesen Voraussetzungen zu machen? Es ist ganz und gar deine Entscheidung.

Barney: Schön. Fangen wir an.

L. Y.: Natürlich wird dein Selbstmordversuch seine Vorgeschichte haben, die viele Jahre zurückreicht. Fürs erste wollen wir uns aber auf den Zeitraum kurz vorher konzentrieren.

Barney: Also, etwa zehn Stunden, bevor ich mir die Adern aufgeschnitten habe, trank ich mit ein paar Leuten, (*weiter mit Haß und Sarkasmus in der Stimme*) von denen ich dachte, sie wären meine Freunde.

L. Y.: Schön, gehen wir zurück zu diesem Zeitpunkt. Beschreib uns die Szene – Zeit, Ort usw.

Barney: Also, es war so gegen fünf Uhr nachmittags.

L. Y.: Nein, es ist fünf Uhr nachmittags.

Barney: Schön. Es ist fünf Uhr nachmittags, und ich bin zuhause in meiner Wohnung. Sie hat zwei Zimmer, nicht schlecht. (*Er schaut sich um, rückt Stühle auf die Bühne*).

L. Y.: Wer ist zu der Zeit noch da?

Barney (zornig): Meine sogenannte Freundin Sandy und mein bester Freund Bob. Sie lebt seit sechs Monaten mit mir zusammen. Wir haben sogar ans Heiraten gedacht.

L. Y.: Wohnt Bob auch da?

Barney: Na, er schneit hin und wieder rein. Und wenn es ihm schlecht geht, bleibt er eine Weile. Jetzt ist er seit einer Woche da.

L. Y.: Schön. Das hier sind Bob und Sandy. *(Zwei Personen aus der Gruppe werden als Hilfs-Ich ausgewählt.)* Ihr seid alle tüchtig am Trinken? (Ja.) Schön, geh jetzt mit ihnen beiseite, und erklär ihnen kurz die Situation. *(Nach ein paar Minuten)* Geh nicht zu sehr ins einzelne, nur das Wesentliche an der Szene. Fang an, Barney.

Barney: Was soll ich viel Worte machen, ich sag's gleich: Ich glaube, ihr beiden habt hier herumgevögelt, als ich nicht hier war.

Bob: Gott, Barney, wie kannst du sowas zu einem Freund sagen?

Barney: Du und 'n Freund, du Schwein! Ich weiß Bescheid.

Sandy: Ach fängst du schon wieder mit deinem eifersüchtigen Stuß an? Ich möchte solche Beschuldigungen nicht hören.

Barney: Ich weiß aber, daß es stimmt.

So geht es mehrere Minuten lang weiter, mit Beschuldigungen und Ablehnungen. Endlich gibt es einen kurzen Waffenstillstand, und sie beschließen, essen zu gehen. Sie trinken weiter. Die Szene in dem Restaurant wird, wie Barney sagt, recht feuchtfrohlich. Schließlich sind sie wieder in der Wohnung, sie streiten immer noch.

Barney *(schmeichelnd)*: Komm schon, Sandy, gib's doch zu. Mir macht es nichts. Gott, ich bin doch nicht prüd. Alles ist erlaubt – heutzutage.

Sandy *(endlich)*: Schön, wenn du's unbedingt wissen willst, wir haben's ein paarmal gemacht. Und nun?

Barney *ist wie erschlagen. Ich halte das Spiel an und gebe ihm ein Double bei. Sie teilen einander mit, wie durcheinander sie sind.*

Barney *(weinend)*: Mir ist, als ob die beiden einzigen Menschen auf der Welt, die mir was bedeuten, mich verlassen hätten. Meine Mama und mein Vater sind beide tot. Die beiden waren meine ganze Familie. Ich bin vollkommen am Boden zerstört.

L. Y.: Was passiert nun?

Barney: Na, wir machen Frieden. Ich tat so, als ob ich mich damit abfände – aber natürlich fand ich mich nicht ab. Ich trank weiter und wurde so betrunken, daß ich auf meinem Bett eindöste.

L. Y.: Schön. Und dann?

Barney *liegt auf dem Boden (Bett) mit seinem Double. Es ist mitten in der Nacht, gegen 3 Uhr morgens.*

Barney *(streckt sich)*: Ich hab eine Menge getrunken, jetzt steh ich auf und geh ins Bad.

Double: Wo Sandy und Bob bloß sind?

Barney: Kann's mir schon denken, will's aber nicht wissen.

Double: Na, besser wir schau mal.

Barney: Ich will's eigentlich nicht, aber ich kann mich nicht zurückhalten. *Sie gehen in das andere Zimmer.*

L. Y.: Was siehst du?

Barney: Da sind sie, die beiden gemeinen Schufte – nackt im Bett. Wahrscheinlich haben sie's grad gemacht und schlafen jetzt. Bob muß mich hören. Er macht für eine Sekunde die Augen auf, dann stellt er sich schlafend.

Wir lassen Bob und Sandy sich vor ihm hinlegen, aneinander geschmiegt und schlafend.

L. Y.: Sag, welche Gefühle du hast, wenn du sie anschaust.

Barney: Ich fühle einen Schmerz im Bauch. Ich spüre etwas Schweres. Ich bin betrogen. Ich bin ganz allein auf der Welt. Niemanden interessiert's. Ich werd es diesen Schuftigen zeigen. Ich werd es allen zeigen. Der Gedanke blitzt mir durch den Kopf, es „ihnen zu geben“. Dann beschließ ich, ich mach mich lieber davon. Ich halte den Schmerz nicht aus.

Er geht ins Badezimmer, nimmt eine Rasierklinge und schneidet sich die Handgelenke auf.

L. Y.: Was denkst du?

Barney: Jetzt wird sich jemand um mich kümmern müssen. Es wird ihnen leid tun, wozu sie mich gebracht haben.

L. Y.: Sag das noch mal!

Barney *(schreiend)*: Jetzt wird sich jemand um mich kümmern müssen!!

Um zu bekräftigen, was Barney sagt, lasse ich alle in der Gruppe dreimal laut ausrufen: JETZT WIRD SICH JEMAND UM MICH KÜMMERN MÜSSEN!!

An dieser Stelle wird klar, daß jeder einzelne in der Gruppe »sich kümmert« und von Barneys Sitzung tief berührt ist. In der Nachbesprechung reden etwa die Hälfte der Teilnehmer darüber, was sie zu verschiedenen Zeiten ihres Lebens in bezug auf Selbstmord empfunden haben. Mehrere hatten selbst schon einen Versuch gemacht, sich das Leben zu nehmen. Gefühle über das Allein- und Unbeachtetsein strömen hervor. Mehrere Teilnehmer kommen auf die Bühne und umarmen Barney.

L. Y.: Wie geht es dir jetzt, Barney?

Barney: Mir ist gut. Ich hab mir Sorgen darüber gemacht, seit ich im Krankenhaus bin. Ich habe mich immer wieder gefragt: Werde ich's noch mal versuchen? Jetzt glaube ich nicht mehr, daß ich das mache. Dies eben war so, als ob ich es noch mal machte, nur daß ihr alle bei mir wart, und da war es nicht so schlimm.

Ich glaube, ich hab da ein paar vollkommene Nietten als Freunde gehabt – aber ich weiß, nicht alle sind so wie diese zwei.

Ich habe ein gutes Gefühl, denn ich habe erfahren, daß eine Menge Leute schon dasselbe empfunden haben wie ich. Natürlich hab ich diese Erfahrung auch schon in meinem Beruf gemacht, aber heute glaube ich's wirklich. Vielleicht erledigt sich dieser »Versuch« jetzt von selbst. Ich weiß, ich will wirklich weiterleben.

Natürlich hatte Barneys Persönlichkeit noch andere dynamische Aspekte, die zu dem Selbstmordversuch beitrugen, und er bedurfte einer ausführlicheren Psychotherapie. Diese Sitzung jedoch bot ihm Gelegenheit, seinen Selbstmordversuch mit Hilfe der Gruppe zu erkunden. Es war nicht nötig, alle Einsichten, die er dabei gewann, laut auszusprechen. Zum großen Teil fand der Lernprozeß, den er durchmachte im Erleben dieser machtvollen Sitzung statt. Einen Selbstmord (oder Mord) im Psychodrama zu agieren gewährt die Möglichkeit, die Tat auszuführen, ohne die furchtbaren und endgültigen Folgen der echten Tat. Der Protagonist kann im Spiel seine Motive kennenlernen und so davon abgehalten werden, sie zerstörerisch im Leben zu agieren.

aus: Yablonsky, L. (1978). Psychodrama. Stuttgart: Klett Cotta. S. 75–78.