

Jacob Levy Moreno¹

door Karin Rekvelt²

Inhoud

	Samenvatting	A3500- 3
1.	Inleiding	A3500- 3
2.	Vooraf	A3500- 4
3.	Levensgeschiedenis	A3500- 5
3.1.	Moreno's eerste jaren in Boekarest: 1889-1894	A3500- 5
3.2.	Jeugd en adolescentie in Wenen: 1894-1909	A3500- 7
3.3.	Studietijd in Wenen: 1909-1917	A3500- 8
3.4.	Oorlogsjaren: 1914-1918	A3500-10
3.5.	Moreno als schrijver en uitgever	A3500-10
3.6.	Na de oorlog: 1918-1925	A3500-11
3.7.	Het theater van de spontaniteit	A3500-13
3.8.	Amerika: 1925-1941	A3500-14
4.	De invloed van Zerka Toeman Moreno	A3500-15
5.	De ontwikkeling van psychodrama, sociodrama, sociometrie en groepspsychotherapie	A3500-17

1 Dit artikel is een geactualiseerde versie van het eerder verschenen artikel over Moreno in het *Handboek voor groepspsychotherapie* (2001).

2 Drs. Karin Rekvelt is zelfstandig gevestigd psycholoog NIP, psychodramaregisseur en CSR-therapeut. Zij werkt als trainer, coach en adviseur met mensen in organisaties. Zij volgde haar psychodramaopleidingen bij onder anderen René Oudijk, Marcia Karp en Ken Sprague. Zij is secretaris en vice-voorzitter van de VVP en lid van de sector psychodrama van de NVGP. karinrekvelt@keyworks.nl.

5.1.	Psychodrama	A3500-18
5.2.	Sociodrama	A3500-18
5.3.	Sociometrie	A3500-19
5.4.	'Encounter' en 'tele'	A3500-19
6.	De periode tot aan zijn dood: 1942-1974	A3500-21
7.	Moreno, zijn tijd vooruit	A3500-22
8.	Fragmenten uit het werk van Moreno	A3500-23
8.1	Tijd	A3500-23
8.2	Ruimte	A3500-24
8.3	Realiteit	A3500-26
8.4	Kosmos	A3500-27
	Literatuur	A3500-28

Samenvatting

Jacob Levy Moreno (1889-1974) is de grondlegger van psychodrama, sociodrama, sociometrie en groepspsychotherapie. De door hem ontwikkelde methoden van werken met groepen zijn actiegericht en bedoeld om de spontaniteit en creativiteit van mensen vrij te maken. Moreno was ervan overtuigd dat de samenleving zou verbeteren als iedereen in staat zou zijn keuzes van anderen te respecteren. De ontmoeting tussen mensen staat bij Moreno centraal. Iedere mens maakt deel uit van een netwerk van relaties. De kwaliteit van deze interpersoonlijke relaties is bepalend voor het welzijn van mensen.

Verder wilde Moreno het begrip God dichterbij mensen brengen vanuit de gedachte dat iedereen God is. Iedereen is (zijn eigen) schepper. Erkenning voor zijn werk begon te groeien in de jaren vijftig en zestig. Zijn laatste echtgenote Zerka Toeman Moreno speelde hierbij een belangrijke rol. Zij werd opgeleid door Moreno en werkte tot zijn dood nauw met hem samen. Door hun gezamenlijke publicaties vanaf 1941 is het gedachtegoed van Moreno toegankelijk geworden. Samen hebben zij veel mensen opgeleid tot internationaal bekende psychodramaregisseurs, waardoor psychodrama als methodiek universeel is geworden.

1. Inleiding

But this mad passion, this unfoldment of life in the domain of illusion does not work like a renewal of suffering, rather it confirms the rule: every *true* second time is the liberation from the first. Liberation is an exaggerated definition of what takes place because complete repetition of a process makes its subject look foolish or ridiculous. One gains towards his own life, towards all one has done and does, *the point of view of the creator* – the experience of the true freedom, the freedom from his own nature.

(Moreno: *The Theatre of Spontaneity*, third ed., 1983, p. 91)

In deze bijdrage krijgt de levensgeschiedenis van Jacob Levy Moreno ruime aandacht, omdat deze de oorsprong en de ontwikkeling van zijn concepten duidelijk maakt. Twee biografieën over Moreno hebben als leidraad gediend. Sommige punten scherp ik aan met hetgeen studenten en collega's van Moreno over hem hebben geschreven. De rol van Zerka Moreno wordt nader beschreven vanwege haar onmisbare bijdrage in de verspreiding van het gedachtegoed van Moreno. Als voorbeeld hiervan dienen ook de fragmenten uit een interview van Marcia Karp met Zerka Moreno. Het betreft een korte uiteenzetting over bepaalde ideeën van hem. Daar waar ik schrijf over psychodrama, sociodrama, sociometrie en

groepspsychotherapie, citeer ik uit een interview dat James Sacks in 1965 met Moreno heeft gehouden. Zo kon ik Moreno zelf aan het woord laten. In het hoofdstuk over de periode tot aan zijn dood in 1974 wordt beschreven hoe het gedachtegoed van Moreno zich wereldwijd verspreidde. Kort wordt stilgestaan bij het pionierswerk dat hij heeft verricht en bij de ontwikkeling van psychodrama in Nederland en België. Tot slot geef ik enkele fragmenten uit het werk van Moreno weer. Motivatie voor mijn keuze was enerzijds het inzichtelijk maken van enkele fundamentele uitgangspunten van zijn werk en anderzijds een illustratie te geven van de wijze waarop Moreno een psychodrama in gang zette, wanneer hij zelf als regisseur aan het werk was.

2. Vooraf

Jacob Levy Moreno (1889-1974) is de grondlegger van psychodrama, sociodrama, sociometrie en groepspsychotherapie. Dit zijn actiegerichte methoden van werken met mensen in groepen, waarbij de interpersoonlijke ontmoeting centraal staat. Levenssituaties worden direct uitgespeeld in plaats van dat erover wordt gesproken of geanalyseerd. Freud zei: 'Wat is er gebeurd? Vertel eens.' Moreno zei: 'Hoe is het gebeurd? Laat eens zien.' Moreno haalde de realiteit van het leven zelf in de therapeutische setting. Met zijn werk beoogde hij de spontaniteit en creativiteit van iedere mens vrij te maken. Hiermee wilde hij naast individuele verandering, ook sociale en politieke verbeteringen realiseren. In zijn opvatting is ieder mens betekenisvol gerelateerd aan andere mensen. De kwaliteit van dit netwerk van sociale relaties, door Moreno het sociaal atoom genoemd, is bepalend voor iemands creativiteit. In zijn sociometrische studies onderzocht hij de keuzes die een individu maakt om zich al dan niet aan de ander te relateren.

Moreno ontwikkelde zijn wijze van actieve groepsbenadering in een tijd dat de psychoanalyse – en met haar de psychoanalytische groepsbenadering – opkwam. Daar waar de psychoanalyse zich verdiepte in onbewuste processen, het verleden en de weerstand van de patiënt, was Moreno meer geïnteresseerd in bewuste processen, het hier-en-nu en de creativiteit van een persoon. De erkenning voor het werk van Moreno kwam pas later in zijn leven op gang, in de jaren 1950-1960. In die periode groeide de interesse in groepsontwikkeling, zoals die door Moreno in de jaren 1930 al werd onderzocht. Zijn echtgenote Zerka Toeman Moreno (geb. 1917) speelde vanaf 1941 een belangrijke rol in het toegankelijk maken van zijn werk. Zij was in staat nauw met Moreno samen te

werken. Door hun gezamenlijke publicaties en het gezamenlijk geven van workshops werd het gedachtegoed van Moreno steeds wijder verbreid.

Jacob Levy Moreno was een markante persoonlijkheid. Door de een werd hij op handen gedragen, door de ander werd hij gemedend. Zerka schreef in haar in memoriam over Moreno dat collega-psychiaters moeite hadden met zijn mensvisie en persoon. Hij druiste in tegen het gangbare. Hij was charismatisch en controversieel. En zoals iedere bijzondere mens was hij narcistisch en in meer of mindere mate een solist. Hij was soms ook arrogant, maar sociaal en selectief tegelijkertijd, beminnelijk maar excentriek (Hare & Hare, 1996). Hij geloofde dat de samenleving een betere zou worden indien de keuze van iedere persoon meetelt. Dit geloof maakte hem tot een utopist. Hij was overtuigd van zijn eigen bijzonderheid en daardoor grootsprakig. Dat vond zijn weerslag in de artikelen die hij schreef. Het woord megalomanie, grootheidswaanzin, werd in dit verband regelmatig gebruikt en maakte dat Moreno niet altijd serieus werd genomen. Ook enkele gebeurtenissen uit de beginperiode van zijn leven in Wenen gaven aanleiding tot ambivalente reacties. Aan de ene kant riep hij onbegrip en weerstand op, aan de andere kant bewondering en respect. Deze ambivalentie werd soms versterkt door zijn eigen optreden. Mij is in ieder geval duidelijk geworden dat Moreno een man van de ervaring was. Hij deed ontdekkingen tijdens zijn eigen gedreven zoektocht naar de betekenis van het bestaan. Zijn eigen ervaringen en observaties gebruikte hij bij het ontwikkelen van zijn filosofie, die vooral gaat over de scheppingskracht van ieder mens.

3. Levensgeschiedenis

3.1. *Moreno's eerste jaren in Boekarest: 1889-1894*

Jacob Levy Moreno werd geboren als eerste van zes kinderen, drie broers en drie zussen, op 18 mei 1889 in Boekarest, waar zijn familie deel uitmaakte van de sefardisch joodse gemeenschap. Deze joodse gemeenschap had zijn wortels in Griekenland, Turkije en Spanje. Zijn Turkse ouders waren kooplieden en handelden in graan. Jaren later, toen Moreno naar Amerika emigreerde, vertelde hij het volgende verhaal over zijn geboorte:

Ik werd geboren tijdens een stormachtige nacht op een schip dat voer op de Zwarte Zee van de Bosporus naar Constanta in Roeme-

nië. Het was aan het begin van de heilige Sabbat en vlak voor het begingebied werd ik geboren. Niemand wist de herkomst van de vlag van het schip: was ze Grieks, Turks, Roemeens of Spaans? De anonimiteit van de vlag betekende de anonimiteit van mijn naam en de anonimiteit van mijn burgerschap. Niemand wist toen de Eerste Wereldoorlog uitbrak of ik Turks, Grieks, Spaans of Roemeens was, want ik had geen geboortebewijs. Ik werd geboren als een wereldburger, een zeeman die van zee tot zee voer, van land tot land, bestemd om op een dag in de haven van New York aan te komen. (Marineau, 1989: 6)

Moreno bleek ervan te houden een eigen versie te maken van enkele van zijn levensgebeurtenissen. Dit om het psychodramatische karakter ervan te benadrukken en te laten zien dat hij voorbestemd was een groot man te worden. Zo ook wat betreft het verhaal uit zijn jeugd, toen hij beseftte dat hij voorbestemd was om (voor) God te spelen. Zo schreef en vertelde hij telkens opnieuw dat zijn eerste psychodrama zich afspeelde toen hij vier jaar was:

Toen ik vier en een half jaar was leefden mijn ouders vlakbij de rivier de Donau. Op een dag gingen zij op familiebezoek en lieten mij met de buurtkinderen achter in de kelder. Deze kelder was wel drie keer zo groot als een gemiddelde kamer. Er stond slechts een grote eiken tafel in het midden. De kinderen zeiden: 'Laten we spelen.' Een kind vroeg me: 'Wat?' 'Ik weet het,' zei ik, 'laten we God en zijn engelen spelen.' De kinderen vroegen me toen: 'Maar wie is God?' Ik antwoordde: 'Ik ben God en jullie zijn mijn engelen.' De kinderen waren het ermee eens en zeiden: 'We moeten eerst de hemel bouwen.' We haalden zo veel mogelijk stoelen uit alle kamers van het huis naar de kelder en zetten ze op de grote tafel, waar we de ene hemel na de andere bouwden door aldoor enkele stoelen samen te binden en ze boven op elkaar te zetten totdat we het plafond bereikten. Toen hielpen alle kinderen me boven op de bovenste stoel klimmen, zodat ik erop kon zitten. Daar zat ik goed. De kinderen begonnen in een cirkel rond de tafel te lopen en ze gebruikten hun armen als vleugels en waren aan het zingen. Plotseling hoorde ik een kind mij vragen: 'Waarom vlieg je niet?' Toen sloeg ik mijn armen uit om het te proberen. Een seconde later viel ik op de vloer en brak mijn rechter arm.

Dit was het eerste psychodrama dat Moreno leidde, terwijl hij tegelijkertijd de protagonist was. Moreno refereerde graag aan deze gebeurtenis als zijnde het psychodrama van de gevallen God. Hij concludeerde dat psychodrama de therapie voor gevallen goden is: 'Iedere mens is zijn eigen God en leidt zijn eigen psychodrama's en moet door dat proces heen gaan.' Met dat proces bedoelde Moreno het inzicht dat de mens niet almachtig is (Interview Moreno/Sacks, 1965).

De megalomane trekken van Moreno werden in zijn jeugd steeds duidelijker, niet in de laatste plaats gevoed door zijn moeder. Zij had een waarzegster geraadpleegd omdat de kleine Jacob vaak ernstig ziek was en op diens aanraden – zij vertelde dat Moreno een speciale missie op deze wereld had als profeet of als messias – gaf ze hem bijzondere aandacht en beschouwde hem als God. Volgens joods gebruik noemt niemand God bij zijn naam, en zo wilde ook de vijfjarige Jacob niet meer bij zijn naam worden genoemd. Hij wilde met 'U' worden aangesproken.

3.2. *Jeugd en adolescentie in Wenen: 1894-1909*

Toen Jacob vijf jaar was, verhuisde het gezin Moreno naar Wenen omdat de economische situatie daar beter was en de vader van Jacob daar werk vond. Deze voelde zich er echter niet thuis en reisde wanneer dat maar mogelijk was naar de Balkan. Op twee van zijn reizen, naar Calarasi en Constantinopel, nam hij Jacob mee en toonde zich een andere vader dan die hij thuis was. Hij liet hem kennismaken met de wereld van de harems en bazaars, die Jacob erg aansprak. Jacob kende zijn vader 'goddelijke' kwaliteiten toe zoals ervaring, kennis en wijsheid en beschouwde hem later als 'de echte Moreno, degene met alle ideeën' (Marineau, 1989: 20). Op zijn veertiende verhuisde het gezin naar Berlijn. Jacob voelde zich er niet thuis en keerde na enkele weken terug naar Wenen om bij vrienden van de familie te wonen. In deze periode ging hij met een oom op reis naar Italië waar hij in Florence zijn eerste muze ontmoette op wie hij direct verliefd werd en met wie hij boven zichzelf uitsteeg. Toen hij weer van haar moest scheiden, bereikte hem ook het bericht dat zijn ouders gingen scheiden. Zijn vader keerde terug naar de Balkan en leefde er met verschillende vrouwen met wie hij nog vele kinderen had. Zijn moeder bleef achter in Chemnitz in Duitsland.

De scheiding van zijn ouders maakte de rebel in Jacob wakker. Hij keerde zich tegen God en ging naarstig op zoek naar antwoorden op zijn existentiële en metafysische vragen. Hij las onder meer Nietzsche, Dostojevski, Kierkegaard, Whitman en het Oude en Nieuwe Testament. Swedenborg, een mysticus, behoorde tot zijn favorieten. Toen hij in

Chemnitz was kreeg hij een visioen waarin hem duidelijk werd dat er niets mis was met zijn megalomanie. Het probleem zat niet in zijn groothedsideeën, maar in het gegeven dat 'wij het in onze cultuur afwijzen, terwijl bescheidenheid wordt toegejuicht' (Marineau, 1989: 24).

De veertienjarige Jacob verliet zijn familie en ging verder met zijn zoektocht naar de zielenroerselen van de mens en naar het bestaan van God. Hiermee vervreemde hij zich van zijn omgeving. In deze periode was hij rebels en provocerend. Hij mediteerde, experimenteerde en ging van school af. Belangrijk voor hem was onafhankelijk van wie dan ook te leven. Hij verdiende wat door bijles aan kinderen te geven.

Na twee jaar begon hij weer contact met zijn omgeving te krijgen, door te gaan luisteren naar discussies van studenten op de campus, waar hij elke dag langsliep. Zijn vader wilde altijd dat Jacob medicijnen zou gaan studeren. Hij besloot dat ook te doen, mede vanwege zijn roeping om mensen te genezen.

3.3. Studietijd in Wenen: 1909-1917

Moreno studeerde in 1909 eerst een jaar filosofie, omdat hij toelatingsexamen moest doen voor de medische faculteit. In dat jaar verdiepte hij zich in de filosofie van Kant, Spinoza, Hegel, Nietzsche en Kierkegaard. Tijdens zijn studie medicijnen volgde hij ook colleges psychiatrie en kreeg hij de gelegenheid in een psychiatrische kliniek van de universiteit te werken. Hier werd hij geconfronteerd met geesteszieke mensen, die alleen een medische behandeling kregen. Psychotherapie als behandelingsmethode moest zijn intrede nog doen. In deze tijd ontmoette Moreno Freud bij diens colleges:

Freud vroeg me eens waar ik mee bezig was. Ik antwoordde: 'Wel, dokter Freud, ik begin waar U eindigt. U ontmoet mensen in de kunstmatige omgeving van uw kantoor. Ik ontmoet hen op straat en in hun huizen, in hun natuurlijke omgeving. U analyseert hun dromen, ik probeer hen moed te geven om opnieuw te kunnen dromen. Ik leer mensen hoe ze God kunnen spelen.' Dokter Freud keek me wat verward aan en glimlachte.

(Marineau, 1989: 31)

Inmiddels was Moreno naast zijn studie actief op verschillende terreinen. Hij richtte samen met een student filosofie een gemeenschap op die uitging van de zogenaamde *Religie van de Ontmoeting*. Daarna volgde met nog enkele medicijnenstudenten de oprichting van het *Huis van de Ont-*

moeting, een veilige plek voor vluchtelingen en immigranten waar praktische hulp werd geboden. Jacob werd als vanzelfsprekend en met acceptatie van zijn vrienden, de leider. Een principe was dat ieder anoniem zijn werk deed. Het was in de lijn van de christelijke traditie dat alles in naam van liefdadigheid met iedereen gedeeld kon worden.

Hierin lag een innerlijke ambivalentie van Moreno besloten: aan de ene kant wilde hij een groot en uniek mens zijn, aan de andere kant wilde hij anoniem blijven. Iedereen wist echter wie hij was: hij liep met zijn lange, wilde baard altijd rond in een groene mantel die door Oostenrijkse boeren werd gedragen. Hij wilde de uitstraling van een profeet hebben, geheel in lijn met zijn roeping.

Zijn belangstelling voor het werken met kinderen werd groter. Hij bewonderde hun spontaniteit, verbeeldingskracht en creativiteit. In het park Augarten in Wenen, waar hij zelf als kind vaak speelde, ontmoette hij de kinderen uit de buurt:

Mijn favoriete bezigheid was om aan de voet van een grote boom in het park van Wenen te gaan zitten waar de kinderen dan naar me toe kwamen om naar mijn sprookjes te luisteren. Het belangrijkste was dat ik aan de voet van een boom zat als in een sprookje. De kinderen werden naar me toe getrokken als door een magische fluit. Zij kwamen van hun kleurloze omgeving terecht in een sprookjeswereld. Het ging niet zozeer om wat ik hen vertelde, de inhoud van het verhaal, als wel om de handeling, de sfeer van mysterie, van paradox, van het onwerkelijke dat werkelijkheid werd. Ik zat altijd in het midden, vaak klom ik op een hogere tak en de kinderen zaten om mij heen in een cirkel, en daaromheen weer een cirkel van kinderen, vele concentrische cirkels tot in het oneindige toe.

(Marineau, 1989: 39)

Jacob liet de kinderen zelf verhalen verzinnen of nieuwe namen voor zichzelf bedenken of nieuwe ouders uitzoeken. Toen bekend werd dat Moreno in het park de kinderen vermaakte, begonnen de ouders en onderwijzers zich zorgen te maken. Moreno verliet het park en richtte een toneelgroep voor kinderen op. Later zou hij op dezelfde wijze met volwassenen gaan werken, waarbij het er vooral om ging ze weer in contact te brengen met hun voornaamste bronnen: spontaniteit en creativiteit.

In deze periode ontmoette Moreno op straat een prostituee die door een agent werd opgepakt, omdat ze te opzichtig was gekleed. Deze ontmoeting resulteerde erin dat Moreno met prostituees ging werken. Hij was

begaan met hun lot. Hij trad hierbij voor het eerst op de achtergrond en stelde de groep als geheel centraal. De prostituees kwamen wekelijks bijeen en hielpen elkaar datgene naar voren te brengen wat ze innerlijk bezig hield. Moreno leerde door deze ervaring dat het ene individu de ander kan helpen. Verder leerde hij dat de grenzen van de individuele ego's zwakker worden in een groep en dat in groepspsychotherapie de groep als geheel belangrijk is (Yablonsky, 1992).

3.4. Oorlogsjaren: 1914-1918

Gedurende de oorlog werkte Moreno, die zelf in Oostenrijk de status van een vluchteling had, in vluchtelingenkampen in Hongarije en in Oostenrijk. Eerst als student medicijnen en vanaf 1917 als arts. Hij hoefde niet in het leger omdat hij geen Oostenrijkse nationaliteit bezat. In het Oostenrijkse kamp Mitterndorf kwamen duizenden vluchtelingen uit Zuid-Tirol om er tijdelijk te bivakkeren. Ze waren op de vlucht voor de Italianen. Moreno werkte samen met de klinisch psycholoog Feruccio Bannizone en zij observeerden wat er met de groepen in de verschillende barakken gebeurde. Hij kwam tot de conclusie dat mensen in moeilijke situaties zich beter voelen als er rekening wordt gehouden met hun voorkeuren en affiniteiten wat betreft bijvoorbeeld hun sociale status, hun levenswijze of hun religie.

3.5. Moreno als schrijver en uitgever

Moreno was een productief schrijver. Het lijkt een paradox, omdat hij altijd verkondigde dat ervaring en actie belangrijker waren dan boeken en woorden. Hij verzette zich tegen de, wat hij later in het Engels noemt, *cultural conserves*. Hiermee bedoelde Moreno de resultaten van een creatief proces, zoals een boek, een muziekstuk, een schilderij of een toneelscenario. Moreno vond de schepper zelf belangrijker dan diens resultaat. Toch schreef hij veel over zijn ideeën en over datgene wat hij had meege maakt. Als een echte empiricus wilde hij eerst iets ervaren voordat hij erover schreef. Belangrijke publicaties uit die tijd zijn *Einladung zu einer Begegnung* in 1914, *Das Testament des Vaters* in 1920 en *Das Stegreiftheater* in 1923. In 1918 richtte hij samen met anderen het tijdschrift *Daimon* op en bleef vooral de eerste twee jaar hiervan de belangrijkste redacteur en uitgever. Het ontstaan van dit tijdschrift moet worden gezien tegen de achtergrond van de kring van intellectuelen die op dat moment floreerde in Wenen en in Praag. De naam *Daimon* was ontleend aan Socrates en betekent zowel goede als kwade geest en refereert ook aan het genie van

een individu. De demon werd in Moreno's visie iemands inspirator en adviseur, zijn innerlijke dubbel die de gelegenheid geeft om grenzen te overschrijden en een nieuwe wereldorde op te richten. Dit woord sloot aan op de aspiraties van de oprichters van het tijdschrift ten tijde van het expressionisme. De oprichters waren schrijvers, kunstenaars en psychoanalytici. Onder hen bevonden zich Franz Werfel die bevriend was met Franz Blei; Fritz Lampl die bevriend was met Friedrich Kiesler, Max Brod met Franz Kafka, Alfred Adler met Julius Tandler, een oud-professor van Moreno. Zo ontstond voor Moreno een uitgebreid netwerk. Elk lid had zijn eigen sociale kring, iets wat later door Moreno het sociaal atoom werd genoemd. Hoewel hij de organiserende kracht achter het tijdschrift was, bleef Moreno zelf een buitenstaander. Hij was meer een observator en maakte nooit volledig deel uit van de kring. Hij hield meer van daden dan van discussies en wilde zich ontspannen na zijn intense arbeid als arts in de kampen. Het tijdschrift bleef vijf jaar bestaan en bevatte, naast de bijdragen van bovengenoemde intellectuelen, artikelen van Paul Claudel, Blaise Pascal, Martin Buber, Oskar Kokoschka en Heinrich Mann. Moreno publiceerde in *Daimon* delen van zijn eerdergenoemde boeken.

3.6. Na de oorlog: 1918-1925

Moreno begon zijn eigen praktijk als huisarts in Bad Vöslau, een plaatsje vlak onder Wenen. Hij was ook, in dienst van de gemeente, als medisch inspecteur verbonden aan de plaatselijke textielindustrie. Algauw werd hij bekend omdat hij de mensen en vooral de armen thuis opzocht om hen te genezen zonder dat ze ervoor hoefden te betalen. In 1919 ontmoette hij zijn tweede liefde: Marianne Lörnitzo, op wie hij op slag verliefd werd. Zij was verloofd maar besloot bij Moreno in te trekken. Ze leefden in diepe verbondenheid. Zij inspireerde hem zowel fysiek als spiritueel, iets waarnaar hij hevig verlangde:

Ik heb van buitengewoon bijzondere mannen gehoord, hoewel mijn intentie niet is mijzelf met hen te vergelijken, dat ze op zoek waren naar een vrouw die twee functies tegelijkertijd kon vervullen, die van minnares en die van spirituele partner. Die hem kinderen baart zoals alle vrouwen proberen te doen, en die hem helpt kinderen van een andere soort te maken, zoals schilderijen, gedichten, beelden, boeken en uitvindingen. En ik hoorde dat zo'n soort vrouw een naam heeft: Muze, de godin of de kracht: de bron van inspiratie voor de schepper. Zij is een vrouw en godin tegelijkertijd. Ik hoorde

van Dante's Beatrice en van Tasso's Princes. Ik concludeerde na veel vallen en opstaan dat zulke vrouwen zeldzaam zijn, maar dat alleen zij mij zouden kunnen vervolmaken. Alleen zij zouden mijn leven betekenisvol kunnen maken. Met andere woorden, zonder een muze kun je geen schepper zijn. Zonder haar word je een gefrustreerd creatuur.

(Marineau, 1989: 61)

Door de *Begegnung* of encounter met Marianne kon hij verder leven met zijn filosofie van spontaniteit en creativiteit. In zijn boek *Das Testament des Vaters* uit 1920 beschreef hij de concepten van zijn toekomstige theorieën, zoals 'spontaniteit', 'gezamenlijke verantwoordelijkheid', 'co-creativiteit' en 'encounter' als basis voor betekenisvolle ontmoetingen.

Moreno wilde ontmoetingen realiseren tussen mensen die zich niet achter maskers verschuilen, maar die hun ware zelf tonen. Een kenmerkend voorval was dat Moreno op straat een pastoor aansprak en hem zei dat deze op straat moest prediken. Net zoals hij enkele jaren daarvoor tijdens de opvoering van een theaterstuk op het podium was geklommen om een spelende acteur te onderbreken. Hij vroeg de acteur zijn rol af te leggen en zichzelf te spelen. Hij noemde deze confrontaties *axiodrama's*: directe confrontaties, waarbij de culturele bagage of culturele rollen moesten worden afgelegd.

In 1921 behandelde Moreno een patiënt bij wie hij voor het eerst bewust gebruikmaakte van psychodramatechnieken. De patiënt was suïcidaal en met behulp van Moreno als regisseur en met Marianne als antagonist speelde hij verschillende levensscenario's uit, wat er uiteindelijk in resulteerde dat hij wilde blijven leven. Deze therapeutische benadering ging tegen de in die tijd gangbare ideeën in, omdat binnen de psychoanalyse en psychotherapie ervan uitgegaan werd dat acting out schadelijk was voor de patiënt. De spontane manier van werken met patiënten was echter typerend voor Moreno. Hij betrok ook familieleden en vrienden bij het naspelen door de patiënt van oude pijnlijke situaties, zodat er verwerking plaats kon vinden. Deze bijzondere manier van werken, toentertijd *théâtre réciproque* genoemd, maakte samen met zijn charismatische uitstraling dat Moreno de 'wonderdokter' werd genoemd. Hij was geliefd onder de plaatselijke bevolking die in hem geloofde. Anderen, onder wie collega's, verguisden hem uit onbegrip en jaloezie. Zijn joodse afkomst en zijn onwettige verbintenis met Marianne droegen hiertoe bij.

3.7. *Het theater van de spontaniteit*

Na zijn deelname aan de literaire Daimon-groep richtte Moreno zich in 1921 meer op acteurs en actrices. Deze waren op dat moment toonaangevend in Oostenrijk, zoals Anna Höllering, Moissi, Alfred Polgar en Peter Lorre. Ook bleef hij met enkele schrijvers contact houden: Lampl, Kulka, Müller en Werfel. Deze laatste was in die tijd bevriend met Alma Mahler. In een poging zijn ideeën over een nieuwe democratie te realiseren, nodigde Moreno iedereen uit om op 1 april (!) 1921 naar het theater van het Komödienhaus te komen. Hij vroeg de toehoorders op het toneel te komen om zich uit te spreken over een nieuwe leider van Oostenrijk. Het accent lag op het onderzoeken van waarden en normen voor een nieuwe orde in Oostenrijk waarbij ieder zijn stem kon laten horen vanuit de rol van de koning. Het publiek bestond uit politici, kunstenaars, intellectuelen en vrienden van Moreno. De poging mislukte, omdat de toehoorders niet op gang kwamen en een aantal van hen wegliep. Deze gebeurtenis weerhield Moreno er niet van vele jaren later zijn ideeën over socio-drama te nuanceren en opnieuw vorm te geven.

De bovengenoemde groep van acteurs en actrices bleef regelmatig in Wenen bijeenkomen. Zij vormden het gezelschap van het zogenaamde Stegreiftheater dat Moreno in 1922 oprichtte. Zijn doel was om het traditionele theater te ontdoen van de al eerder genoemde *cultural conserves*. Hij wilde dit bereiken door de acteurs direct te laten improviseren op onderwerpen of thema's die het publiek hen aanreikte. Het theater van de spontaniteit sloeg goed aan en werd bezocht door Alfred Adler, August Aichorne en Theodore Reich (Yablonsky, 1992). Moreno registreerde zowel het theatergezelschap als het publiek. Hij maakte veelvuldig gebruik van 'de levende krant' waarbij het meest actuele nieuws werd uitgebeeld. Er werden rollen gespeeld en gewisseld, niet alleen door de acteurs onderling, maar ook door het publiek. De therapeutische werking van deze technieken werd zichtbaar, toen sommige acteurs en actrices op het toneel hun eigen rol in het leven gingen spelen. Zo namen 'Barbara' (Anna Höllering) en 'George' (Georg Kulka) met behulp van deze technieken hun relatie onder de loep. Moreno was echter nog niet zover dat hij alle gevolgen van het therapeutisch gebruik van deze speltechnieken kon overzien. Door zijn enthousiasme ging hij eerder op in het spel, dan in het met zorg uitwerken van de gevolgen. Hij legde de nadruk op het werken met de protagonist, in beide gevallen de vrouw, en besteedde niet veel aandacht aan de partners. Een van de acteurs, 'Robert' (Müller) pleegde in 1924 zelfmoord, nadat hij zich bereid had verklaard zijn problemen te onderzoeken. En Barbara scheidde van George. Deze

gebeurtenissen troffen Moreno diep en maakte dat hij alerter werd op de therapeutische technieken. De groep acteurs viel uit elkaar. Het merendeel van de acteurs ging terug naar traditionele toneelgroepen, omdat ze niet betrokken wilden worden bij het uitspelen van hun eigen levenssituaties. De elementen van het theater, zoals het podium, het licht, het speelveld, de spelers en het publiek, waren belangrijk bij het werken met psychodrama. Moreno ontleende zijn ideeën over het toneel en het theater aan de oude Grieken met Socrates als voorbeeld (Haworth in Karp, Holmes & Bradshaw, 1998).

3.8. Amerika: 1925-1941

Moreno kreeg te maken met schuldeisers omdat hij zijn huis in Bad Vöslau niet kon betalen. Bovendien raakte hij in Wenen, zoals eerder vermeld, steeds meer geïsoleerd. Naast het theater en naast zijn werk als arts was hij ook nog bezig met de uitvinding van de bandrecorder. Dit deed hij samen met de broer van Marianne, Franz Lörnitzo. Deze uitvinding was voor Moreno de doorslaggevende reden om naar Amerika te gaan. Hij wilde daar zijn geluk beproeven, omdat dergelijke uitvindingen meer kans van slagen hadden. Marianne bleef in Oostenrijk, maar Franz reisde hem achterna. In Amerika gekomen bleek echter dat men al veel verder was met het ontwikkelen van dergelijke apparaten en zijn project mislukte. Franz reisde terug en Moreno probeerde toch voet aan de grond te krijgen in Amerika. Dit lukte hem in de loop der jaren met behulp van een aantal mensen die hem goed gezind waren. Hij behaalde de noodzakelijke diploma's om er zich in 1927 als arts te kunnen vestigen. Hij trouwde in 1928 met Beatrice Beecher, een ontwikkelingspsychologe, om zijn immigratie te vergemakkelijken. In 1933 kreeg hij de Amerikaanse nationaliteit. Het jaar daarop scheidde hij van Beatrice. Moreno bracht Marianne in Oostenrijk niet op de hoogte van zijn relaties met andere vrouwen. Marianne daarentegen bleef trouw aan Moreno en zorgde ervoor dat hun gezamenlijke huis in Bad Vöslau nog enkele jaren in haar bezit kon blijven. Toen dat in 1930 niet langer kon, zag Moreno hierin de aanleiding om met Marianne te breken. Beatrice zorgde ervoor dat Moreno lezingen en demonstraties kon geven van zijn werken met spontaniteit. Hij werkte met kinderen en volwassenen op scholen, in kerken en op universiteiten. Zijn eerdergenoemde basiswerken werden in het Engels vertaald en kregen respectievelijk de titels *Invitation to an Encounter*, *The Words of the Father* en *The Theatre of Spontaneity*. Hij richtte een theatergroep op, zoals hij ook in Oostenrijk had gedaan. Op aanraden van een collega noemde hij dit het *Impromptu*

Theatre. De toneelgroep bestond uit bekende acteurs en actrices aan wie hij nieuwe methoden van acteren leerde, waarbij hij vooral een beroep deed op hun improvisatietalent. Het gezelschap was gevestigd in een klein zaaltje van de beroemde Carnegie Hall in New York. Hij ontmoette er Helen Jennings die hem in contact bracht met professor Gardner Murphy. Deze bracht hem in contact met een aantal sociaal-psychologen en sociologen. Financieel werd Moreno vooral door zijn jongere broer William geholpen, die enkele jaren eerder naar Amerika was gekomen. William ontfermde zich over zijn broer Jacob en ondersteunde zijn plannen. Moreno beschouwde hem als een van zijn muzen. Met zijn hulp richtte hij het *Instituut van Sociometrie* op en het *Psychodrama Theater* in New York. William had de dagelijkse operationele leiding. In 1936 richtte Moreno het sanatorium in Beacon, New York, op. Hier behandelde hij patiënten en kwamen er studenten bij hem in de leer (zie ook paragrafen 5 en 6). In 1938 trouwde Moreno met Florence Bridge, een 25 jaar jongere maatschappelijk werkster, die hij ontmoette toen hij zijn workshops over sociometrie aan de universiteit van Columbia organiseerde. Zij kregen samen een dochter, Regina. Moreno was echter niet gelukkig in hun huwelijk. Florence keek zeer tegen hem op en plaatste hem op een hemels voetstuk. Moreno kon daar niet mee leven; hij was op zoek naar een vrouw die zijn gelijke was.

4. De invloed van Zerka Toeman Moreno

Deze nieuwe vrouw vond Moreno in de Nederlandse Zerka Toeman. Zij kwam in 1941 naar zijn praktijk om hulp te vragen voor haar zuster die aan psychosen leed. Moreno was wederom op slag verliefd. De 28 jaar jongere Zerka kwam net als Moreno uit Europa en had een joodse afkomst, wat hun contact meteen verdiepte. Zerka kreeg al gauw de leiding van het *Instituut van Sociometrie* en het *Psychodrama Theater*. Deze situatie maakte dat het huwelijk tussen Moreno en Florence geen stand kon houden en in 1948 scheidde zij. Zerka en Moreno trouwden in 1949 en kregen in 1952 een zoon, Jonathan. Om de onrust in het gezin in positieve zin om te buigen, namen Moreno en Zerka een au pair in huis, Gretel Leutz uit Duitsland. Zij was als een oudere zus voor Regina. Moreno en Zerka werkten in hun gezin met psychodrama. Ze probeerden beter onderling contact te krijgen door van rol te wisselen en zo de gevoelens van de ander te onderzoeken. Gretel keerde na enkele jaren terug naar Duitsland, werd arts en groepspsychotherapeut en bleef in de jaren daarna de spirituele dochter van Moreno.

Zerka speelde vanaf het begin van hun ontmoeting een grote rol in het leven van Moreno. In 1942 publiceerden zij hun eerste gezamenlijke artikel over de benadering van de groep in psychodrama en zij bleven gezamenlijk publiceren tot aan het overlijden van Moreno in 1974. Zerka was partner en collega in alles wat Moreno ondernam: publicaties, conferenties, workshops en trainingen. Bovendien had ze, toen ze veertig was en Moreno zeventig, de organisatie van het *Beacon Instituut* op zich genomen. In 1958 moest Zerka haar rechterarm missen als gevolg van een kwaadaardig tumor. Te midden van hun studenten verwerkte het gezin Moreno in een psychodrama deze gebeurtenis.

Zerka vertaalde het gedachtegoed van Moreno in begrijpelijke en toepasbare concepten en zorgde ervoor dat de erkenning voor Moreno groeide. Na Moreno's dood bleef Zerka doorgaan met het opleiden van psychodramaregisseurs.

Zelfs in 2001 was de inmiddels 83-jarige Zerka nog steeds actief in het geven van workshops in verschillende landen. Ze is het gedachtegoed van Moreno blijven nuanceren. Om een voorbeeld hiervan te geven, citeer ik een fragment uit een interview dat Marcia Karp met haar hield. In dit fragment komen enkele oorspronkelijke ideeën van Moreno naar voren (Forum, 2000: 27-32):

Marcia: Hoe zou je Moreno's filosofie beschrijven?

Zerka: Moreno wilde het leven zelf verbeteren. Hij richtte zich niet alleen op psychisch gestoorde of emotioneel verwarde patiënten. Psychodrama gebruikte hij niet alleen in de klinische setting. Hij wilde een sociale revolutie creëren waarbij mensen leren meer in harmonie samen te leven. Hij wilde verder gaan dan Marx.

Marcia: Waarom wilde hij dat?

Zerka: Hij zei dat het marxisme niet de emotionele realiteit raakte die achter de sociale en economische realiteit ligt. Religie alleen was onvoldoende, net zoals het puur beoefenen van wetenschap. Misschien dat een combinatie van de twee wel tot een harmonieuze samenleving kon leiden. Psychodrama is een methode die mensen dichter bij elkaar brengt. We komen bij het uitoefenen ervan dicht bij een religieuze ervaring. Een jong meisje zei me eens: 'Na psychodrama ervaar ik mijn medemens zoveel beter. Ik behoor me zo te voelen als ik naar de kerk ben geweest, maar dan heb ik die ervaring niet.'

Het levensdoel van Moreno was mensen te genezen. Hij deed dit met behulp van sociometrie en psychodrama.

Marcia: Wilde hij dat anderen dit ook deden?

Zerka: Absoluut. Hij wist dat hij het niet alleen kon. Hij definieerde groepspsychotherapie als: 'Een persoon, de therapeut van de ander – een groep, de therapeut van de andere groep.' Hij voorzag dat de helende groep zich uit zou spreiden over andere groepen. Vlak voor zijn overlijden zei hij: 'Als God terugkomt, dan komt hij terug als groep.' Hij was geïnspireerd door de grote wereldreligies. Door de idee dat profeten niet zitten te wachten totdat mensen naar hen toe komen. Ze gaan eropuit en zoeken mensen op, waar ze ook zijn, waar ze ook leven, waar ze ook lijden.

Marcia: Was Moreno een student van Martin Buber?

Zerka: Nee, dat is een vergissing. Ze waren tijdgenoten. Moreno schreef al zijn Duitse boeken anoniem, onder een algemene redactionele titel *Einladung zu einer Begegnung*. Hij begon daarmee in 1914. Hij wilde ontmoetingen tussen mensen creëren. Hij zag zijn boek niet als een eindproduct, maar als een opstapje voor een werkelijke ontmoeting met lezers. Tussen 1918 en 1920 gaf Moreno een Duits literair tijdschrift uit, *Daimon*. Deze naam ontleende hij aan Socrates. Demon staat voor de innerlijke stem die ieder mens in zich heeft. De theoloog Martin Buber leverde bijdragen voor dit tijdschrift. Toentertijd schreef Buber Chassidische verhalen. Hij was nog niet bezig met *Ich und Du*. Dat verscheen later in 1924 of 1925. In hun laatste jaren correspondeerden Moreno en Buber met elkaar. Buber, die in Jeruzalem leefde, herinnerde zich Moreno. Buber had een meer orthodox-joodse achtergrond en ging uit van een klassiek Hebreeuws model in relatie tot God. Moreno werd daarentegen geïnspireerd door Jezus, Boeddha en Socrates.

5. De ontwikkeling van psychodrama, sociodrama, sociometrie en groepspsychotherapie

De oorsprong van het werken met groepen ligt, volgens Moreno, in Wenen tussen 1908 en 1925. Zoals eerder in dit artikel beschreven, werkte Moreno er met kinderen in de parken, met prostituees in de wijk

Spittelberg, met vluchtelingen in het kamp Mitterndorf, in een Weense buitenwijk, met arbeiders in de textielindustrie van Bad Vöslau en met acteurs en actrices in het Stegreiftheater. Op basis van deze groepservaringen ontwikkelde Moreno psychodrama, sociodrama, sociometrie en groepspsychotherapie. Voor Moreno zijn in groepspsychotherapie de methoden van sociometrie en psychodrama essentieel. Psychodrama is daarnaast geschikt voor individuele therapie en voor training.

5.1. *Psychodrama*

Psychodrama is een therapeutische benadering van het individu in de groep, waarbij situaties uit het leven van de protagonist in het hier-en-nu worden uitgespeeld onder leiding van een regisseur. Deze situaties kunnen in het verleden, het heden of de toekomst plaatsvinden. De groepsleden vervullen verschillende rollen als hulp-ego's of als antagonisten. Zij dienen ter ondersteuning van de levenssituatie van de protagonist. Binnen het kader van een psychodrama kunnen verschillende technieken worden gehanteerd, zoals rolwissel, spiegelen, dubbelen en terzijdes. Doel is spontaniteit en creativiteit van de protagonist en de groepsleden vrij te maken. Met spontaniteit en creativiteit bedoelde Moreno de gave van de mens om adequaat op nieuwe situaties te reageren en om op nieuwe manieren in oude situaties te kunnen reageren. Door met de protagonist naar het pijnpunt toe te werken, ontstaat er catharsis, een ontlasting, waardoor de blokkade wordt opgeheven die in de weg zit van spontaniteit en creativiteit. De fasen van een psychodrama zijn warming-up, actie en sharing. Tijdens de warming-up worden aandacht en energie van de groepsleden gericht op een probleemsituatie. De protagonist dient zich aan of wordt gekozen. Tijdens de actie speelt de protagonist met behulp van de groepsleden zijn levenssituatie uit. Tijdens de sharing wisselen de groepsleden eigen levenservaringen uit door te vertellen waarmee zij zich tijdens de actie hebben kunnen identificeren. Door het luisteren naar de ervaringen van de ander, kan inzicht in eigen levensgebeurtenissen ontstaan. In trainingsgroepen volgt er na de sharing een fase van processing. Hierbij worden de rol van de regisseur en het proces van de groep kritisch geëvalueerd.

5.2. *Sociodrama*

Sociodrama is in tegenstelling tot psychodrama niet op de ontwikkeling van een individu in een groep gericht, maar heeft de groep-als-groep als onderwerp. Het gaat hierbij om het uitspelen van de groepsrollen of rol-

len die in een bepaalde cultuur als norm worden gehanteerd. Er wordt van rol gewisseld en de ervaringen worden op hun cultuur- en groepsaspecten besproken.

5.3. Sociometrie

Sociometrie is een methode waarbij interacties tussen de groepsleden worden gemeten aan de hand van persoonlijke voorkeuren en antipathieën. Er worden door groepsleden antwoorden gegeven op vragen als: 'Wie zou je als huisgenoot willen hebben en wie niet?', 'Met wie wil je uit eten gaan en met wie niet?' De vragen zijn afgestemd op de groep waarmee wordt gewerkt. Doel is om sociale problemen binnen de groep op te lossen. Fox schreef hierover:

De essentie van sociometrie ligt in het gegeven dat groepen een eigen intern leven hebben en dat dit leven het beste onderzocht kan worden door de keuzes te onderzoeken die de groepsleden ten opzichte van elkaar maken op een bepaald moment. Deze kennis – wie wordt gekozen, wie wordt niet gekozen, wie is de 'ster', waar liggen de coalities – kan dan gebruikt worden om een programma voor positieve verandering in gang te zetten.

(Fox, 1987: XIII)

In Amerika deed Moreno sociometrische onderzoeken onder andere in de Sing Sing-gevangenis en in een meisjesschool in Hudson. Voor een overzicht van deze sociometrische ontwikkelingen verwijs ik de lezer naar het artikel van Zerka Moreno in Greenberg (1974) en voor een uitgebreide beschrijving van Moreno's onderzoek naar zijn magnum opus *Who shall survive?* (student edition, 1993).

5.4. 'Encounter' en 'tele'

Naast spontaniteit en creativiteit zijn *encounter* en *tele* Moreniaanse sleutelbegrippen.

Moreno gebruikte het woord *Begegnung* voor het eerst in 1914 in zijn publicatie *Einladung zu einer Begegnung*. In Amerika vertaalde hij *Begegnung* als *encounter* en beschreef hij de term als volgt: 'A meeting of two: eye to eye, face tot face. And when you are near I will tear your eyes out and place them instead of mine, and you will tear my eyes out and will place them instead of yours, and I will look at you with your eyes and you will look at me with mine.' Het gaat om een ontmoeting van

twee of meer personen in het hier-en-nu, op zowel psychisch als fysiek niveau. In een encounter worden mensen in staat gesteld om zich geheel in te leven in de rol van de ander. Moreno zag in sociometrie, psychodrama en groepspsychotherapie manieren om de encounter tussen mensen te faciliteren (Moreno, in: Greenberg, 1974). Sacks vertelde in zijn interview met Moreno dat iedereen in Beacon werd verheven tot hetzelfde niveau. Ieder werd geïntroduceerd als 'dokter': van psychotische patiënten tot docenten, tot bekende psychiaters. Het democratiseerde in hoge mate de atmosfeer. Moreno herleidde dit tot zijn concept van de encounter:

De encounter is een relatie van twee of meer individuen in het hier-en-nu, die dezelfde mogelijkheden van confrontatie hebben – die elkaar confronteren op alle niveaus. Groepstherapie was een direct voortvloeisel van mijn systeem van de encounter, van interpersoonlijke relaties.

(interview Sacks/Moreno, 1965)

Het begrip *tele* hangt samen met het begrip encounter. *Tele* is de uitwisseling van wederkerige gevoelens tussen personen in de hier-en-nu-situatie. Het gaat om het zonder woorden gewaarworden van de relatie tussen mensen, het gaat om de onzichtbare band die de groep bij elkaar houdt. Het betreft zowel positieve als negatieve gevoelens.

Het begrip 'encounter' werd overgenomen door het Franse en Duitse existentialisme en door de diverse encounter- en sensitiviteitsgroepen die in Amerika werden opgericht. Frits Perls, Eric Berne, Theodore Sarbin en Karl Menninger waren in de jaren 1930 en 1940 studenten van Moreno. Naast de instituten voor psychodrama en sociometrie in New York en Beacon, waren er de *Bethel Laboratoria* in Maine waar men zich bezighield met het bestuderen van groepsprocessen. Kurt Lewin onderzocht de dynamica van groepen aan het *Massachusetts Institute of Technology* (MIT). Het nationale trainingslaboratorium voor groepsontwikkeling, ook wel NTL genoemd, was zijn idee. Het werd na zijn plotselinge dood in 1946 opgericht door Leland Bradford, Ronald Lippitt en Kenneth Benne. Zij waren allen beïnvloed door Moreno in het gebruik van psychodramatechnieken en het doen van rollenspelen. Er vond een uitwisseling tussen de verschillende instituten plaats waarbij men van elkaars ervaringen wilde leren (Moreno, in: Greenberg, 1974). Het in die tijd door Moreno opgerichte tijdschrift *Sociometry* bevat bijdragen van Margaret Mead, Rudolph Dreikurs, Kurt Lewin en Charles Loomis (Fox, 1987).

Voor een gedetailleerde beschrijving van de invloedrijke rol die Moreno heeft gespeeld bij het ontstaan van groepspsychotherapie en de bijdragen die hij heeft geleverd aan de theorievorming en praktische toepassingen, verwijs ik de lezer naar het boek van Paul en June Hare (1996), *Jacob Levy Moreno*. Voor een helder overzicht van het ontstaan van de verschillende instituten voor groepsontwikkeling en groepspsychotherapie in Europa en in Amerika, verwijs ik de lezer naar het boek van Tom Berk (1997), *Een geschiedenis van de groepspsychotherapie*.

6. De periode tot aan zijn dood: 1942-1974

Na de oorlog in 1945 kwamen er steeds meer studenten naar het *Beacon Sanatorium* om door Moreno te worden opgeleid. Zerka vervulde de rol van co-trainer. Onder de studenten bevonden zich therapeuten die later bekend werden, zoals Lewis Yablonsky, Carl Hollander, Dean en Doreen Elefthery, Anne Schützenberger, James Sacks en Gretel Leutz. In 1951 veranderde Moreno de naam van het *Beacon Sanatorium* in *Moreno Sanatorium*. Het was de plek waar Moreno en Zerka zijn ideeën over een therapeutische gemeenschap en over groepspsychotherapie in praktijk brachten. Tegelijkertijd was het een trainingsinstituut voor psychiaters, psychologen, verpleegkundigen, maatschappelijk werkers en opvoedkundigen. In het sanatorium namen het *Beacon Theatre* en de uitgeverij *Beacon House* een belangrijke plaats in. Regelmatig ging Moreno samen met Zerka naar Europa om lezingen en demonstraties te geven. Leerlingen raakten hierdoor bekend met het werk van Moreno en reisden op hun beurt naar Beacon. In de jaren zestig bevonden zich onder de studenten Marcia Karp, Elaine Goldman, David Kipper, Ira Greenberg, Ella Mae Shearon, Peter Felix Kellerman, Dag Blomkvist, Merlyn Pitzele, Peter Pitzele, Jonathan Fox, Dalmiro Bustos, Monica Zuretti en Ann Hale. Velen van hen hebben hun eigen (internationale) trainingsinstituten opgericht.

In 1967 sloot Moreno zijn kliniek, maar zette het trainingswerk voort in het *Moreno Instituut*. Met het verstrijken van de jaren nam Zerka steeds meer de leiding en trad Moreno geleidelijk aan op de achtergrond. Zijn gezondheidstoestand ging achteruit. Toch reisde hij nog naar Europa om het Gouden Doctoraat van zijn oude universiteit in Wenen in ontvangst te nemen. Een jaar daarvoor had hij een eredoctoraat van de universiteit van Barcelona gekregen. In 1971 kwam hij met Zerka naar het internationale psychodramacongres in Amsterdam, georganiseerd door Dean en Doreen Elefthery. In 1973 reisde hij voor het laatst naar Europa om het

congres bij te wonen van de *International Association of Group Psychotherapy* (IAGP). Deze door Moreno in 1951 opgerichte associatie werd eind 1973 officieel geregistreerd in Zwitserland (Oudijk, 1996).

Gedurende de laatste weken van zijn leven, bleef Zerka doorgaan met het trainen van studenten. Curieus genoeg vond er in New York een congres plaats van de door Moreno opgerichte *American Society of Group Psychotherapy and Psychodrama*. Moreno was zo ziek dat hij aan bed was gekluisterd. Toch gaf hij vrienden en studenten de gelegenheid om afscheid van hem te nemen. Een voor een kwamen ze aan zijn bed. Aan ieder gaf hij een blijk van aanmoediging door zijn vuist omhoog te houden alsof hij wilde zeggen: ga door met het goede werk (Yablonsky, 1992). Moreno stierf vier dagen voor zijn 85e verjaardag op 14 mei 1974.

7. Moreno, zijn tijd vooruit

Ideeën van pioniers stuiten in het begin op veel verzet, maar echte pioniers blijven doorgaan met het uitdragen van hun ideeën. Moreno deed dit ook vanuit een duidelijke, eigen mensvisie. Hij geloofde in de scheppingskracht van de mens en was voortdurend op zoek naar manieren waarop deze scheppingskracht (opnieuw) ervaren kon worden. Het gegeven van de groep speelt hierin een belangrijke rol. Verder kon Moreno zowel actor als observator zijn. Hij leerde door de ervaringen zelf en tegelijkertijd door reflectie hierop. Deze ervaringen en reflecties kon hij ook anderen laten hebben, door levenssituaties binnen de therapeutische setting te halen.

Psychodrama is in de loop der jaren een universele methodiek geworden. In Engeland werd in 1991 de Engelse Vereniging voor Psychodrama opgenomen in de Sectie Humanistische en Integratieve Psychotherapie van het Engelse Instituut voor Psychotherapie. In Nederland werd in 1990 de Vereniging voor Psychodrama (VVP) opgericht met als doel de bekendheid, bestudering, beoefening en ontwikkeling van psychodrama en daarvan afgeleide technieken in Nederland te bevorderen. Het is nog steeds een levendige ontmoetingsplaats waar psychodramaregisseurs uit binnen- en buitenland bijeenkomen voor het volgen en geven van workshops. België heeft zich in 2000 aangesloten bij deze vereniging. De VVP is sinds 1997 een van de veertig Europese medeoprichters van de FEPTO. Dit is de Federation for European Psychodrama Training Organisations die zich richt op internationale ontwikkelingen rond professionalisering, toetsing en plaatsbepaling van psychodrama binnen een brede maatschappelijke context. Eind 1999 is de sector psychodrama van de Neder-

landse Vereniging voor Groeps Psychotherapie (NVGP) opgericht en deze is eveneens actief in het geven van workshops geleid door diverse ervaren psychodramaregisseurs in binnen- en buitenland. De Stichting Nederlands-Belgisch Examen Statuut Psychodrama, Sociometrie, Groepspsychotherapie, Sociodrama en Roltraining (NBES) is in 1997 opgericht door verschillende opleidingsinstituten psychodrama in Nederland en België. De stichting heeft vooral tot doel het gezamenlijk bestuderen en examineren van psychodrama practitioners en trainers in theorie en praktijk. Dit op verzoek van de FEPTO om tot een erkenning van elkaars opleidingen te komen.

8. Fragmenten uit het werk van Moreno

Moreno heeft zijn filosofische uitgangspunten beschreven in een artikel bestemd voor zijn lezing op het Tweede Internationale Psychodrama Congres in Barcelona in 1966. In dit artikel gaat hij in op vier universele principes: tijd, ruimte, realiteit en kosmos. Vanaf het begin was het doel van psychodrama een therapeutische gemeenschap te creëren die het leven als model gebruikt. Moreno wilde alle modaliteiten van het leven hierin integreren, te beginnen met de vier universele principes, tot en met de details en nuances van het leven (Fox, 1987: 3-19).

8.1. *Tijd*

Moreno beschrijft drie dimensies van tijd: het verleden, het heden en de toekomst. Zijn tijdsopvatting plaatst hij tegenover die van Freud. Hij schrijft:

Tijd wordt in de psychoanalytische doctrine benadrukt in termen van het verleden. Freud, een exponent van de genetische psychologie en de psychobiologie, vond het bijzonder interessant om terug te gaan in de tijd en te proberen de oorzaken van dingen terug te vinden. Hoe meer hij terugging, hoe meer hij dacht iets te vinden dat de moeite waard was als oorzaak. Psychoanalytici gingen verder en verder terug tot in de baarmoeder, en als het mogelijk was nog verder, totdat ze moe werden van het futiele 'op zoek zijn naar de verloren tijd' en op hun schreden terugkeerden.

Hoe belangrijk het verleden als tijdsdimensie is, het is een eenzijdig standpunt, een 'gereduceerde tijd', dat de totale invloed van tijd op

de psyche verwaarloost en vertekent. Hier komen we op mijn eerste conflict met het Freudiaanse gezichtspunt. Ik heb uiteengezet dat tijd andere belangrijke fases heeft. Een daarvan is het heden, de dynamica van het heden. De ervaringen die voortdurend in de context van het Hier en Nu plaatsvinden zijn volledig verwaarloosd, zelfs vergeten. In het Hier en Nu vindt de ontmoeting tussen mensen plaats. De ontmoeting is een proces van 'tele'. Het fundamentele proces van 'tele' is wederkerigheid, wederkerigheid van aantrekkingskracht, wederkerigheid van afwijzing, wederkerigheid van opwinding en ga zo maar door.

Er is nog een andere tot nu toe verwaarloosde dimensie van de therapeutische tijd en dat is de toekomst. Het is een belangrijk aspect van leven, omdat we meer in de toekomst leven dan in het verleden. Sinds vanmorgen vroeg hield het me bezig dat ik hier op tijd moest zijn om u te ontmoeten. Maar het is één ding om de verwachtingen van toekomstige gebeurtenissen in onze eigen geest te beschouwen. Een ander ding is om ze te 'simuleren', om technieken te construeren die ons in staat stellen om in de toekomst te leven, om te handelen alsof de toekomst bij de hand is. Zo kan ik door middel van onze therapeutische toekomst-technieken een situatie uitspelen, waarvan ik verwacht dat die morgen gebeurt. Dit kan een situatie met een nieuwe vriend zijn of een afspraak met een mogelijke werkgever. Het gaat erom deze toekomst-situaties zo concreet mogelijk te simuleren, zodat ze voorspelbaar worden en je er beter op bent voorbereid.

Het belang van de toekomst als een perceptie en als een dynamische betekenis werd door anderen benadrukt, bijvoorbeeld door Adler, Horney en Sullivan. Maar de speciale configuratie rondom en binnen de toekomstige situatie bleef ongestructureerd en onpersoonlijk.

Alle drie dimensies van tijd – verleden, heden en toekomst – worden in psychodrama samengebracht en maken deel uit van het therapeutisch proces.

(idem, p. 3-5)

8.2. Ruimte

Moreno beschouwt de ruimtelijke configuraties als een wezenlijk onderdeel van het therapeutisch proces. De protagonist vertelt hoe de ruimte

van de levenssituatie die hij gaat uitspelen, eruitziet. Ook wordt de ruimte daadwerkelijk op het toneel gecreëerd. Hierdoor raakt de protagonist steeds meer geïnvolveerd in het spelen van deze situatie. Moreno aan het woord:

Het begrip 'ruimte' is ook nogal verwaarloosd in elke vorm van psychotherapie. Als je binnenkomt in een praktijk voor psychoanalyse, dan vind je een vaag bed of een sofa en de rest van de kantoorruimte wordt niet gerelateerd aan de therapie. De cliënt is taalgericht en de therapeut heeft zijn aandacht bij het luisteren. Als een cliënt bij ons de therapeutische ruimte binnenstapt, dan vragen wij om een beschrijving, een uiteenzetting en een vormgeving van de ruimte waarin de beoogde scène wordt geportretteerd – de horizontale en verticale dimensies, de objecten die erin staan en de afstand en de relatie die deze ten opzichte van elkaar hebben.

Ik zal u een voorbeeld geven. De cliënt is een tiener. Hij vertelt me: 'Dokter, ik ben bang om vanavond naar huis te gaan.' Ik vraag hem: 'Waarom, wat is er gebeurd?' 'Nou, mijn vader en moeder hadden vanmiddag ruzie en mijn vader sloeg mijn moeder en zij viel daardoor van de trap af. Ik zag haar daar onder aan de trap en ik werd zo boos op mijn vader dat ik hem sloeg. Maar toen werd ik bang, ik pakte mijn tas en liep weg. Hier ben ik en ik durf niet naar huis terug te gaan.'

Wat doen we vervolgens? Hoe starten we het psychodramatiseren van dit incident? Ik vraag de jongen: 'Jack, waar is de trap? En waar is je moeder?' Jack loopt heen en weer op het toneel, wijst de locatie van de trap aan, plaatst die ten opzichte van de voordeur, de slaapkamers, de woonkamer enz. door de ruimte heenlopend waarin hij deze episode ervaart en het structuur geeft onder ons toezien oog.

Op dit punt gebruiken we een toekomst-techniek. 'Jack, nu ga je naar huis, maar in plaats van naar Brooklyn te gaan, waar je woont, ga je naar huis hier in deze ruimte. Laten we zeggen dat je thuis bent over een uur vanaf nu. Zet alle ruimtelijke configuraties zo goed mogelijk neer. Wie is thuis als je aankomt en waar zijn zij in de ruimte?' Jack legt uit en arrangeert fysiek in de ruimte: 'Nou, ik kom allereerst binnen door de voordeur, hier, in de woonkamer. Ik verwacht mijn vader daar, in zijn stoel in de hoek van de kamer, boos. Mijn moeder is in de slaapkamer boven en huilt.' Jack gaat door om

de rest van de ruimte in te richten met alle dingen die hij belangrijk vindt. Hij warmt meer en meer op en raakt steeds meer betrokken in de situatie. Algauw ziet hij schilderijen aan de muur; hij merkt op dat moeder een bepaalde jurk draagt, vader rookt een sigaar. Met andere woorden, de configuraties van de ruimte zelf worden met een parameter voor de therapeutische setting.

(idem, p. 5-7)

8.3. *Realiteit*

Het is voor mensen vaak moeilijk om hun dagelijkse levenswijze te veranderen. Ook als deze tekortschiet. De wens om te veranderen is er wel, maar de angst ervoor is sterker, zodat men in oud gedrag blijft steken. Moreno wilde daarom een therapeutische situatie creëren, waarin de realiteit kan worden gesimuleerd en waarin met nieuwe levenswijzen kan worden geëxperimenteerd. Moreno noemde de onzichtbare dimensies in het leven die niet ten volle worden ervaren of tot uiting gebracht, 'surplus-realiteit'. Met behulp van 'surplus-technieken' kunnen deze dimensies in de therapeutische situatie zichtbaar worden. Moreno schrijft hierover:

Een van de meest populaire surplus-realiteitstechnieken in psychodrama is die van de rolwisseling. Deze techniek is bijzonder bruikbaar in spanningsvolle situaties. Laten we een specifieke casus nemen: Het is acht uur in de ochtend en de man die als hoofd van een verkoopkantoor werkt, komt naar beneden stormen, de keuken in en zegt tegen zijn vrouw: 'Mary, wat is er met jou aan de hand? Ben je gek geworden? Waarom heb je me niet wakker gemaakt? Het is al acht uur en je weet dat ik om kwart over acht op mijn kantoor moet zijn!' Ze begint te huilen, 'Maar ik ben juist je eieren aan het bakken. Ik klopte drie keer op je deur en je werd niet wakker! Waarom moet je zo tegen me schreeuwen? Ik doe zo goed mogelijk mijn best. Wat is er met jou aan de hand?' Zij barst vervolgens in huilen uit en hij heeft een woede-uitbarsting. Dit is een kritisch moment voor rolwisseling. Op dit punt komt de therapeut naar voren en zegt: 'Goed, Bob, jij neemt de rol van Mary en Mary jij neemt de rol van Bob.' En nu zie je dat Bob, in de rol van zijn vrouw, boven het gasfornuis staat en eieren bakt en bitter huilt, omdat Mary, in de rol van de man, zo'n sadist is. Zij is nu degene met de woede-uitbarsting die de trap afstormt de keuken in en schreeuwt: 'Jij ongelooflijke gek! Wat is er met jou aan de hand? Ben je gek?'

Een andere belangrijke surplus-realiteitstechniek is het rollenspel. Hierbij kan een persoon getraind worden om effectiever te functioneren in zijn realiteitsrollen, bijvoorbeeld in de rol van werkgever, werknemer, student, instructeur, ouder, kind, collega, minnaar of vriend. In de therapeutische setting van psychodrama is de protagonist vrij om te proberen en te falen in een rol, juist omdat hij weet dat hem de mogelijkheid wordt geboden om een ander alternatief te proberen en weer een ander totdat hij eindelijk nieuwe benaderingen leert voor die situaties waar hij bang voor is, benaderingen die hij dan in situ, in de realiteit van het leven zelf, kan toepassen. (idem, p. 7-10)

8.4. *Kosmos*

Moreno ging ervan uit dat de mens niet alleen een individueel en sociaal wezen is, maar ook een kosmisch wezen. Hij bedoelde hiermee dat ieder mens een eigen bestemming of roeping heeft, los van zijn biologische en sociaal-economische bepaaldheid. Volgens Moreno heeft iedere mens zijn eigen gewaarwording van het universum. Vroeger had men fabels en mythen om uiting te geven aan de betekenis van het universum. Moreno wilde met behulp van psychodrama mensen de gelegenheid geven expressie te geven aan hun eigen beleving van het universum.

Een vrouw die wenst dat ze als man was geboren, kan een man spelen op het psychodramatoneel en op deze wijze de onvolkomenheden van het universum corrigeren. Andersom kan een man een vrouw spelen. Een oude man kan een kind spelen en op deze wijze het verlies van zijn jeugd corrigeren of de jeugd ervaren die hij voelt niet te hebben gehad. Wat telt is de expressie van behoeften, wensen en fantasieën.

(idem, p. 11)

Verder schrijft Moreno hierover:

Vroeg in de twintigste eeuw, tijdens mijn jeugd, waren er twee filosofieën van menselijke relaties bijzonder populair. De ene filosofie hield in dat alles in het universum bestaat in het ene individu, in de individuele psyche. Dit werd in het bijzonder benadrukt door Sigmund Freud, die dacht dat de groep een bijverschijnsel was. Alleen het individu telde. De andere filosofie was die van Karl Marx. Voor Marx eindigde alles met de sociale mens, of specifieker, met de soci-

aal economische werkelijkheid. Het leek alsof dat alles was wat er in de wereld toe deed. Zeer vroeg in mijn loopbaan kwam ik tot het standpunt dat er een ander gebied is, een grotere wereld die verder gaat dan de psychodynamica en de sociodynamica van de menselijke samenleving, te weten de kosmodynamica.

Net zoals de functies van tijd, ruimte en realiteit moet de functie van de kosmos zodanig in de therapeutische setting worden geïntegreerd dat het experiëntiële en existentiële waarde heeft voor de protagonist. Binnen het raamwerk van psychodrama kunnen door middel van verschillende methoden kosmische fenomenen in het therapeutische proces worden geïntegreerd. Therapie die zich niet bezighoudt met de enorme kosmische implicaties, met de ultieme bestemming van de mens, is onvolledig en inadequaat. In de realiteit van een psychodrama wordt het verschil in sekse genegeerd en overtroffen. Er is geen sekse in psychodrama. De verschillen in leeftijd worden genegeerd. Er is geen leeftijd in psychodrama. Over de feitelijke geboorten en dood wordt heen gekeken. Er is geen dood in psychodrama. De ongeborenen en de overledenen worden tot leven gebracht op het toneel van psychodrama. Zo staat in de realiteit van een psychodrama belichaming centraal. Iedereen kan zijn versie van God door zijn eigen acties neerzetten en op die manier zijn eigen versie aan anderen communiceren. God wordt niet langer belichaamd door de meester, de pastoor of de therapeut. Het beeld van God kan door iedereen worden gevormd en belichaamd – de epilepticus, de schizofreen, de prostituee, de arme en de afgewezenen. Zij allen kunnen op elk moment het toneel opstappen als het moment van inspiratie komt en hun versie geven van de betekenis die het universum voor hen heeft. God is altijd in en tussen ons, zoals hij nu voor kinderen is. In plaats van uit de hemel te komen, komt hij nu door de deur van het toneel.

(idem, p. 10-12)

Literatuur

- Berk, T.J.C. (1997). *Een geschiedenis van de groepspsychotherapie*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Berk, T.J.C. (red.) (1993). *Handboek Groepspsychotherapie*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Blatner, A., (1996). *Acting-In, Practical Applications of Psychodramatic Methods* (3rd ed.). New York: Springer.

- Blatner, A., & Blatner, A. (1988). *Foundations of Psychodrama: History, Theory and Practice*. New York: Springer.
- Fox, J. (1987). *The Essential Moreno*. New York: Springer.
- Freud, S., & Breuer, J. (1986). *Studies on Hysteria*. London: Pelican Books.
- Greenberg, I. H., (1974). *Psychodrama: Theory and Therapy*. New York: Behavioral Publications.
- Hare, A.P., *Bibliography of the work of J.L. Moreno: 308 titels*, zie website www.go.to.internationalpsychodrama.
- Hare, A.P., & Hare, J.R. (1996). *Jacob Levy Moreno*. London: Sage.
- Holmes, P., & Karp, M. (red.) (1991). *Psychodrama, Inspiration and Technique*. London: Routledge.
- Holmes, P., Karp, M., & Watson, M. (red.) (1994). *Psychodrama since Moreno: Innovations in Theory and Practice*. London: Routledge.
- Karp, M., Holmes, P. & Bradshaw Tauvon, K. (red.) (1998). *The Handbook of Psychodrama*. London: Routledge.
- Kellerman, P.F. (1996). *Focus on Psychodrama, The Therapeutic Aspects of Psychodrama*. London: Kingsley.
- Marineau, R.F. (1989). *Jacob Levy Moreno 1889-1974: Father of Psychodrama, Sociometry and Group Psychotherapy*. London: Routledge.
- Moreno, J.L. (1975). *Psychodrama, Volume I, fourth edition*. Amber, PA: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1975). *Psychodrama, Volume II: Foundations of Psychotherapy* (with Zerka Moreno). Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1975). *Psychodrama, Volume III: Action Therapy and Principles of Practice* (with Zerka Moreno). Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1983). *The theatre of spontaneity*. Pennsylvania: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1993). *Who Shall Survive?, Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama* (1st student ed., based on 2nd ed., 1953). Beacon NY: Virginia Royal Publishing Company.
- Oudijk, R. (1996). Zerka in Amsterdam. *Psychodrama-bulletin*, 7.
- Sternberg, P., & Garcia, A. (1994). *Sociodrama, Who's in your shoes?* Westport: Greenwood.
- Weerd, J. de (2000). *Het erfgoed van Kurt Lewin; enkele opvattingen over goed werk*. Amsterdam: VU Sociale Psychologie van Interventie; openbaar college 2000.
- Werkman, H.N. (1982). *Chassidische Legendes*. Groningen: Wolters-Noordhoff.
- Wilkins, P. (1999). *Psychodrama*. London: Sage Publications.
- Yablonsky, L. (1992). *Psychodrama, Resolving emotional problems through role-playing*. New York: Brunner/Mazel.

Tijdschriften

- The International Journal of Action Methods, Psychodrama, Skill Training, and Role Playing, New York: ASGPP.
- Forum (2000). Interview M. Karp & Z. Moreno. *The International Forum of Group Psychotherapy*, 8 (2): 27-32.
- Psychodrama-bulletin, Tijdschrift van de Vereniging voor Psychodrama (VVP): Eindhoven (red.).

Tape

- The Voice of Moreno, interviewed by James Sacks in 1965, copyright Marcia Karp, 1995

Websites

Internationaal: www.asgpp.org, www.iagpweb.org

Nederland en België: www.vvp.nl, www.groepspsychotherapie.nl, www.psychodrama.nl,
www.nap-psychotherapie.com

Europa: www.fepto.go.to, www.europsyche.org.