

Het begrip Chorus (het Koor) in Psychodrama

Interview met Renée Oudijk door Aris Zeilstra.

Renée Oudijk, TEP van de Nordic Board, is vrijgevestigd psychotherapeut en oprichter van de School voor Psychodrama. Ze is medeoprichter van de Vereniging voor Psychodrama (VvP), de Federatie van Europese Psychodrama Training Organisaties (FEPTO) en de stichting Nederlands Belgische Examen Statuut Psychodrama, Sociodrama, Groepspsychotherapie, Sociometrie en Roltraining (NBES)

De poster die je gemaakt hebt om het begrip Chorus in Psychodrama toe te lichten voor het IAGP congres 1998 in Londen boeit me. Zou je me hier wat over willen vertellen?

Ja zeker.

Om te beginnen, het begrip Chorus is evenals het woord Protagonist, afkomstig uit het Griekse theater, meer nog, de Protagonist of Voorzanger, kwam naar voren uit het Koor en voerde het Koor aan. De protagonist is een van de kernbegrippen in Psychodrama, het begrip Chorus of Koor word zover ik weet alleen door leerlingen van mijn school consequent gebruikt. Binnen mijn opleiding hebben wij ervaren dat het hanteren van deze term erg behulpzaam is bij het begrijpen van de specifieke betekenis van de groep en de rol van de groepsleden, in het psychodramaspel.

Psychodrama is het levenswerk van Jacob Levi Moreno. Het heeft een tweeledig doel. Ten eerste biedt het mensen de mogelijkheid om meer contact te maken met zichzelf als schepper van hun eigen leven. Als ik mijn studenten ga uitleggen wat het doel is van Psychodrama, dan begin ik vaak met in het midden van het bord de 'Canon of Creativity' te tekenen. In de tweede plaats, of gelijk aan de eerste plaats heeft Moreno, naast ideeën over creativiteit ook veel ideeën ontwikkeld over co-creativiteit. In het psychodramaspel duid ik de groep die opgewarmd is naar co-creativiteit aan als 'het Koor' (zie bulletin 1990 1 en 2). Die twee begrippen, creativiteit en co-creativiteit,

vormen tezamen, in hun onderlinge spanningsveld en in hun vruchtbare wisselwerking, het hart van Psychodrama. Psychodrama is spelenderwijs ontdekken. Aan de hand van het concept van het Koor kan ik gemakkelijker uitleggen dat Psychodrama ontstaan is vanuit een inter persoonlijke ontwikkelingsgerichte persoonlijkheidstheorie, gebaseerd op het idee van 'the soul in action' door spontaniteit, ontmoeting, wisselwerking, rol ontwikkeling en creatieve (zelf-) exploratie.

Ik zie de Canon of Creativity in het centrum van de poster en aan de onderzijde een afbeelding van de Chorus, het Koor. Wat kun je me over de andere afbeeldingen vertellen?

Linksboven, direct onder het woord Catharsis kun je een afbeelding zien van een open plek in het bos. Zo ver als ik weet, ligt daar de geboorteplek van het Griekse drama en begint daar het verhaal van het Griekse Koor.

Ga in gedachten eens mee en stel je voor dat je in Griekenland bent, zo'n 3000 jaar geleden. Als het lente wordt, klinken de lage tonen van ramshorens en trommels in de bossen en bergen. De bronstige muziek maakt onrustig. Dionysus (in het Latijn Bacchus) is een van oorsprong Thracische god. Hij is een symbool van de primitieve levenskracht die ieder voorjaar opnieuw bezit neemt van de natuur en haar schepsels. De erediensten voor de god Dionysus hebben een spontaan en primitief karakter. Zo'n duizend jaar voor Christus barstten die in het voorjaar steeds wel ergens los en werkten dan zo aanstekelijk dat ze in mum

van tijd als een storm over het land raasden. Aanhangers van Dionysus zijn vooral ook de vrouwen, die Maenaden of Bacchanten genoemd worden. Door de opzweepende muziek raakten ze zo in vervoering dat ze de bossen introkken naar eeuwenoude offerplaatsen. Onderweg zweepten zij elkaar en zichzelf als dansend op tot een staat van extase die gemakkelijk om kon slaan in razernij. Op het hoogtepunt van het ritueel werd in trance een bok geofferd, als ware het de god zelf. Om één te worden met de god van de levenskracht werd het dier levend verslonden terwijl zijn bloed werd gedronken.

In onze tijd kennen we deze lente-uitbarstingen nog steeds. Carnaval is een feest waarin men zich mee laat voeren door zang en dans en dan gemakkelijker uit de plooi komt en/of uit de band springt. Op dit moment viert men hier in Limburg drie dagen lang dat prins Carnaval heerst over de steden en dorpen. Een driedaagse ontsnapping aan regels en tucht, normen en waarden. Je hoort hier dezelfde toeters, bellen en trommels waarin Griekenland achter aangetrokken werd.

Maar het carnaval is toch niet meer zo'n spontane en ongeorganiseerde uitbarsting van levensvreugde? Er zijn toch allerlei rituelen en regels ontstaan. Dat begint al de 11^e van de 11^e met de eerste zittingen.

Ja, ook in Griekenland bleef de spontane voorjaarsuitzinnigheid niet lang ongecontroleerd. De Magistraten van de Griekse steden probeerden in eerste instantie de Dionysus verering te verbieden. Toen deze zich niet liet wegdrücken, werd de god opgenomen in de officiële staatsgodsdienst.

Daarmee werd de extase (die naar zijn aard anarchistisch is, want de volgers treden uit zichzelf en buiten de gevestigde orde) weer binnen de grenzen van de sociale orde gebracht. De Administrateurs van Athene bouwden een enorm theater en de lente-energie werd opgenomen in een liturgische

ceremonie onder leiding van een protagonist-priester, terwijl toneelschrijvers uitgenodigd werden om de driedaagse festijnen, waar iedereen verplicht bij aanwezig moest zijn, op te luisteren.

De term 'Koor' werd niet langer gebruikt voor de wilde groep Maenaden, maar voor een dansende en zingende groep acteurs en ook voor de ronde heilige dansplaats waar zij om het altaar van Dionysus dansten (zie op de afbeelding boven, de kleine cirkel waarop het altaar zichtbaar is als de punt in het midden).

De oorspronkelijke extase van de groep Bacchanten, die zich over gaf aan een extatische roes waarbinnen ze één werd met de god van inspiratie en vruchtbaarheid onder aanvoering van een protagonist of voorzanger (Moreno noemde hem 'the madman') had de kracht van een krachtig cathartisch reinigingsritueel. Nu echter dansen de vrouwen niet langer zelf. De acteurs namen de taak over en boden het publiek een passieve en esthetische catharsis.

De oorspronkelijke extase bestond juist uit het zich onttrekken aan de druk van de gemeenschap. In het georganiseerde ritueel werd men niet meer herboren door zich van alle opgelegde fatsoen te ontdoen maar nam men verplicht deel aan een symbolische hergeboorte. Net als in carnaval betreft het hier een (deels) georganiseerde ontsnapping aan orde en regels. Men ontsnapt collectief drie dagen lang aan de bestaande orde, de culturele conserve, zoals Moreno het noemt. En de maatschappij ontsnapt daardoor misschien aan verstar-ring, omdat zij tijd en ruimte maakt voor krachten als spontaniteit en creativiteit.

Ik begrijp nu waarom de woorden Catharsis, Audience en Community boven aan de poster staan. Rechtsboven zie ik een sociogram getekend. Kun je me vertellen waarom je die juist daar geplaatst hebt?

De linkerzijde van de cirkel gaat over spontaniteit, extase en catharsis, de rech-

terzijde van de cirkel gaat over het bestu-
deren van de samenleving. Moreno noem-
de het meten en zichtbaar maken van
wederzijdse betrekkingen in een groep
Sociometrie. Hij vond het heel belangrijk
om de krachten die tussen mensen, binnen
een groep en binnen een samenleving
aanwezig zijn, zichtbaar te maken, om ze
vervolgens positief te kunnen bewerken.
Voor de ontwikkeling van Sociometrie, de
wetenschap van de psyche, zoals hij het
later noemde, waren de ervaringen die hij
in 1915 als gevorderd student medicijnen
en jong arts opdeed in het vluchtelingen-
kamp Mitterndorf (Oostenrijk) erg
belangrijk.

Mitterndorf was een van de vele kampen
rond Wenen. Er zaten duizenden mensen
ingekwartierd in barakken van honderd
personen. Binnen het kamp moest ook
gewerkt worden. Het was niet
verwonderlijk dat er in het kamp veel
problemen ontstonden.
De autoriteiten hadden wel begrip voor de
moeilijkheden, maar raadden ieder aan om
'er het beste van te maken'. Moreno be-
greep hoe belangrijk het was voor de
onderlinge samenwerking, om de
vluchtelingen zelf zoveel mogelijk te
betrekken bij de inkwartiering, zodat
rekening gehouden zou kunnen worden
met taal, cultuur en verwantschap. In een
brief naar de minister van binnenlandse
zaken schreef hij: 'de positieve en
negatieve gevoelens die ontstaan in de
samenwerking binnen de huizen, tussen de
huizen en in de diverse fabrieken, en de
problemen die ontstaan door het
willekeurig bijeen zetten van de
verschillende politieke, culturele en
nationale groepen, zou onderzocht kunnen
worden met behulp van een sociometrische
analyse. Een nieuwe orde, door middel van
sociometrische methoden wordt hierbij
aanbevolen'.

In 1925 emigreerde Moreno naar de Ver-
enigde Staten. Daar ontwikkelde hij zijn
sociometrie verder in zijn werk met

mensen die in buitengewoon moeilijke
omstandigheden leefden. Hij deed
onderzoek op tal van plaatsen, zoals in het
Hudsonhome voor meisjes en in de
beruchte Sing Sing gevangenis. Belangrijk
en zijn tijd ver vooruit zag Moreno dat
deze sociometrische onderzoeken niet van
buitenaf of van bovenaf diende te
geschieden. Hij begreep dat mensen alleen
dan goed in een gemeenschap kunnen
samenwerken als zij hun krachten kunnen
bundelen rond gemeenschappelijk herken-
bare criteria. Hij beseftte dat Sociometrie
een instrument is waardoor mensen beter
kunnen begrijpen wat ertussen hen speelt
en hoe ze een betere samenwerking kunnen
realiseren vanuit herkenbare en gemeen-
schappelijk gedeelde zorgen. Dat symboli-
seert het plaatje rechtsonder.

*Moreno was zeer op ontmoeting, inter-ac-
tie, groepen en groepswerk gesteld. Vol-
gens mij had hij ook altijd mensen om zich
heen. Nu komen we dan toch weer onder-
aan bij 'the Chorus'. Leg je ook een ver-
band tussen het Central Concern en het
ontstaan van het Koor?*

Moreno ontwikkelde in de Verenigde
Staten naast de Sociometrie ook het
Psychodrama steeds verder. Nadat hij het
Engels voldoende onder de knie had en de
examens had afgelegd die hem vergunning
gaven om als arts en psychiater in Amerika
te werken, stichtte hij in Beacon een
psychiatrische kliniek waar hij, zoals
eerder in Wenen, met toneel werkte om
mensen te helpen zichzelf en hun
levenssituatie te onderzoeken, binnen een
spelsituatie die zoveel mogelijk gebruik
maakt van wat in hun werkelijkheid
voorkomt. Hij gebruikte daarbij opgeleide
medewerkers als zogenaamde Auxiliaries
en patiënten als publiek.

In 1955, veertig jaar na Mitterndorf, inte-
greerde hij Sociometrie en Psychodrama in
een optimaal groepstherapeutisch klimaat
door het aanwezige publiek te instrueren
om tijdens de psychodramasessies: 'analy-

ses te vermijden en de protagonist niet te vertellen wat hij of zij zou hebben moeten doen of zou moeten doen. 'Spreek tot de protagonist vanuit je eigen ervaringen die je nu herkent en over de problemen die je hierbij tegenkomt', vertelde hij ze.

Mijns inziens herstelde hij daarmee als het ware het oorspronkelijke koor van de Bacchanten. Niet langer is er de afstand tussen acteurs en publiek maar zijn allen deelnemers aan een ritueel ter herstel van levens- en scheppingskracht. De passieve esthetische catharsis van een publiek op afstand, wordt zo weer tot een actieve ethische reiniging. De oorspronkelijke verbinding tussen protagonist en koor, tussen het gemeenschappelijke thema en de gedeelde bezieling, wordt daarmee hersteld. Alle deelnemers openbaren zich in de extase en kunnen delen in de herwonnen levensvreugde.

De protagonist speelt niet langer ten overstaan van publiek, maar wordt weer als voorzanger door het koor opgetild, gedragen, (zie afbeelding onder) om een gemeenschappelijk thema op persoonlijke maar tevens universeel menselijke wijze uit te werken in het belang van ieder.

In het laatste plaatje linksonder herken ik een schilderij van de Belgische schilder René Margritte. Waarom heb je dit hier een plaats gegeven?

Ja, dit schilderij is genoemd 'De herinneringen aan een heilige'. De heilige die zo 'heel' is, dat ieder die met hem in contact komt, ruimte ervaart om zichzelf te ontmoeten. Dit schilderij brengt me direct naar de essentie van het theater. Ook tijdens mijn jaren als toneelregisseur maar later nog duidelijker tijdens mijn psychodrama opleiding heb ik het toneel leren ervaren als een plek van transformatie en transcendentie.

Een leeg toneel is voor mij een plaats waar ik mezelf en de ander steeds opnieuw kan ontmoeten. Een magische wereld waar de mens zichzelf kan onderzoeken, tegen het

licht houden en bevrijden van zijn cultureel- en vanzelfsprekendheden. Een plek waar mensen hun geblokkeerde spontaniteit opnieuw tot leven kunnen wekken en waar ze, om met Moreno te spreken: 'nieuwe antwoorden vinden voor oude problemen en adequate antwoorden voor nieuwe situaties'. Daar kan de herwonnen spontaniteit ons helpen om creatieve vrijheid te hervinden in de innerlijke transitionele ruimte waar bijvoorbeeld Kurt Lewin en Winnicott over spreken.

Moreno hield van het toneel. Hij noemde zijn psychodrama Shakespeare psychiatrie. Daartegenover noemde hij de psychoanalyse met de beroemde sofa, Confessionele psychiatrie en de lobotomie op de operatietafel Machiavelli psychiatrie.

Moreno schreef: 'Psychodrama staat te midden van deze drie in een strategische positie waardoor de drie krachtenvelden een synthese kunnen vormen'. Psychodrama vindt Moreno daarom zo belangrijk omdat: 'de sofa noch de operatietafel de patiënt leert hoe om te gaan met het leven'. 'Het toneel geeft ruimte voor vrijheid en spontaniteit, vrijheid voor het lijf en lijfcontact, bewegingsvrijheid, actie en interactie'. Het toneel (in het Grieks 'Skene', scene) is de plaats waar mensen de problemen van het leven kunnen onderzoeken maar tevens een plek waar men verbinding kan maken met de diepste angsten en wensen.

Dit scheidt ook gemeenschap. In het spel van Psychodrama hoeven de protagonist en het koor hun diepmenselijke wensen en verlangens niet langer voor elkaar te verbergen, maar kunnen deze uitwerken in een creatieve interactie die het gevoel van eenzaamheid opheft en/of transcendeert. Als psychodrama regisseur en -trainer ervaar ik iedere keer opnieuw hoe rijk en waardevol de ontmoeting met en op het toneel zijn voor protagonist, auxiliaries, koor en director. Een helende ervaring

waardoor Psychodrama, Sociometrie en Sociodrama zich bij velen geliefd hebben gemaakt.

Is er iets wat je nog wil zeggen aan het einde van dit interview?

Er staat op deze poster een tekst waar we het nog niet over gehad hebben en dat zijn de Duitse woorden: 'Einladung zu einer Begegnung' (uitnodiging tot ontmoeting).

Dit is de titel van een publicatie uit 1915 waarin Moreno in drie dunne deeltjes zijn filosofie uiteenzette. Hierin schreef hij zijn bekende woorden: 'Belangrijker dan wetenschap is het resultaat, en belangrijker dan de evolutie van de schepping, is de evolutie van de schepper'. Dit is pas echt een eerbetoon aan de schepper in ieder van ons.

Ook daarom denk ik dat de grondbeginselen van psychodrama zo rijk zijn maar tevens aanleiding blijven vormen tot discussie en ontmoeting.

In mijn opinie is dat geen sterk punt voor psychodrama. De erkenning van psychodrama door de overheid als een officieel geregistreerde psychotherapeutische werkwijze is er in Nederland althans niet doorgekomen. Hoe sta jij daar dan tegenover?

Ik zit in tal van verenigingen, ook op bestuurlijk niveau, zowel op het gebied van psychotherapie als op het gebied van psychodrama. Als ik mijn visie daarop zou moeten geven, dan zouden we met een nieuw interview beginnen. Een lichtpuntje is wel dat binnen de Nederlandse Vereniging voor Groeps Psychotherapie

nu, begin 2000, een sectie Psychodrama wordt opgericht.

Overigens, de psychodramamethodiek is erg helder. Dat de uitgangspunten van psychodrama niet voor ieder even helder zijn, wordt deels ook veroorzaakt doordat Moreno in veel van zijn denkbeelden zijn tijd ver vooruit was en ook deze tijd in sommige opzichten daar nog niet klaar voor is. Ik denk bijvoorbeeld aan de combinatie psychiatrie-sociatry die hij voorstond. Dit stuit zeker in Nederland op de moeilijkheid dat er een groot maatschappelijk en wetenschappelijk verschil gemaakt wordt tussen het beroep van psychotherapeuten en sociotherapeuten, waardoor integratie van beide inzichten sterk bemoeilijkt wordt.

Anderzijds is veel van wat in de tijd van Moreno nieuw en schokkend was, onderhand gemeengoed geworden. Groepspsychotherapie, relatie- en gezinstherapie, de therapeutische gemeenschap, roltraining, zelfhulpgroepen en vele andere begrippen die Moreno aangedragen of mede ontwikkeld heeft, hebben in ons dagelijks taalgebruik een vaste plaats verworven.

Dat de reikwijdte van de door Moreno voorgestane triade Psychodrama, Groepspsychotherapie en Sociometrie als concept nog steeds niet algemeen aanvaard is en/of niet ten volle doordacht, houdt mij en mijn collega's op elkaars werk betrokken en in een doorgaande discussie, waar ik erg veel inspiratie uit haal.

Sittard, 6 maart 2000

In dit interview wordt naar uitspraken van Moreno verwezen. Voor exacte literatuurverwijzing zie het artikel 'The concept of the Chorus in psychodrama training' uit het boek: Psychodrama Training, a European. View. Leuven 1999 Ed. Pierre Fontaine, ISBN 2-930286-05-9.