



Lösungen liegen oft tiefer: Der Einsatz von Psychodrama als kreative Technik

Psychodrama ist eine besondere Form des Rollenspiels und bedeutet ursprünglich: Verhaltensweisen in Szene setzen. Ausgehend von den Beobachtungen, die bei Kindern im Spiel gemacht werden, sind szenische Darstellungen geeignet, Konfliktsituationen zu bearbeiten und im spielerischen Handeln neue Strategien zur Konfliktbewältigung zu entdecken.

Darüber hinaus zeigt sich, dass die Spiele es erlauben, das verfügbare Repertoire zu erweitern und Verhaltensweisen zu erproben, die ohne Spielform nicht zur Verfügung stehen.

Das Psychodrama eignet sich unter anderem als Instrumentarium zur Messung der Tiefenstruktur von Gruppen. Damit lassen sich die emotionalen Beziehun-

gen der einzelnen Mitglieder zueinander aufdecken. Für die Arbeitsfähigkeit von Teams ist das bekanntlich bedeutungsvoller als die formellen Strukturen und Funktionen. Zahlreiche Erfahrungen aus Trainings- und Beratungssituationen zeigen, dass Handeln und Erleben zu nachhaltigeren Ergebnissen führt, als nur Reden. Die Techniken des Psychodrama gehören zum Standardrepertoire der berufsbezogenen Beratung wie beispielsweise der Supervision. Die Methoden finden Anwendung in der Einzelsupervision und auch in der Supervision mit Teams und Gruppen.

Ein Beispiel aus der Praxis

Der Einsatz des Psychodramas erfolgt im vorliegenden Fall in der Gruppe. Aus der Gruppe drückt ein Teamleiter sein Problem mit einer Mitarbeiterin im Handeln



Psychodrama eignet sich auch als Instrumentarium zur Messung der Tiefenstruktur von Gruppen.

aus, anstatt darüber zu reden. Als Protagonist stellt der Teamleiter den Fall auf. Dazu sucht er sich Mitglieder aus der Gruppe aus. Diese Antagonist/innen nehmen die Rollen der am Konflikt beteiligten Personen ein. Sie ermöglichen eine Vergegenwärtigung der Ereignisse und die Realisierung von Vorstellungen und Fantasien des Teamleiters. In der nach dem Spiel erfolgenden Gesprächsphase gibt es einen Austausch zwischen den Teilnehmenden über das Gespielte und Gesagte innerhalb des gegebenen Kontextes. Auf diese Weise werden die affektiven Beziehungen der Teammitglieder sichtbar. Es stellt sich heraus, dass weitere Personen der Gesamtorganisation am Konflikt beteiligt sind. Diese Erkenntnis führt zu einer erweiterten Sichtweise des Teamleiters. Auf diese Weise findet er neue Wege, wie er den Konflikt lösen könnte.

Die Techniken des Psychodramas

Die Techniken des Psychodramas sind vielfältig und tragen in der Supervision kompetent eingesetzt, den Erfordernissen von verschiedenen Situationen Rechnung.

Doppeln: Das Doppeln einer Rolle bedeutet die primären Gefühle, Stimmungen dieser Rolle stellvertretend für eine andere Person auszusprechen.

Rollentausch: Diese Technik ist ein imaginäres Verfahren, das es ermöglicht, in die Gefühlswelt einer anderen Person einzutauchen. Es entsteht die Möglichkeit, aus deren Perspektive heraus zu fühlen und zu verstehen.

Spiegeln: Das Spiegeln ist eine konfrontative Methode. Sie zeigt die Wirkung auf, die die Person nach aussen erzielt.

Empathisches Interview: Die Supervisorin interviewt die Protagonistin, den Protagonisten im Rollentausch. Die Protagonistin wird durch gezielte Fragen tiefer in das Erleben geführt.

Doppelgänger Prinzip: Wird eine Doppelgängerin eingesetzt, ermöglicht diese der Protagonistin sich von aussen zu beobachten.

Selbstgespräche: Die Supervisorin spielt ein Selbstgespräch der Protagonistin, des Protagonisten, in dem sie vertretungsweise für die Protagonistin Äusserungen und Gefühle darstellt, welche sie bei der Person wahrnimmt. Diese Technik zeigt auf, wie die Protagonistin zu sich selber steht.

Einen Gegenstand verkörpern: Die Protagonistin, der Protagonist tritt aus sich heraus und erhält dadurch die Möglichkeit, die eigenen Gefühle von aussen zu erleben.

Stärken und Schwächen...

Die Methode des Psychodramas ermöglicht grundsätzlich das Erreichen einer tieferen Ebene. Der durch den Rollentausch erreichbare Perspektivwechsel und die damit einhergehende Einstellungsänderung sind als Wirk-

faktoren besonders nennenswert. Darüber hinaus die dank einfühler Techniken erreichte Steigerung an Empathie. Bei der Anwendung handelt es sich immer um eine Suchbewegung, das Agieren spiegelt die Situation im Hier und Jetzt. Alles ist brauchbar, was passiert und auch was nicht passiert. Es kann darüber gesprochen werden, warum über etwas nicht gesprochen wird und warum die Gruppe von dem Thema scheinbar müde ist. In Krisensituationen ist es möglich, die eigene Sichtweise zu verlassen und über das individuelle System hinauszublicken. Es bieten sich unterschiedliche Blickwinkel an. Dadurch ergeben sich oft andere, neue Sichtweisen von Identität.

...Chancen und Risiken

Ursprünglich als Methode der Gruppentherapie entwickelt, steht das Psychodrama immer ein bisschen in der «Psycho-Ecke». Der Aspekt der Psychotherapie lässt in manchen Fällen einen faden Beigeschmack bei der Kundschaft entstehen. Teams oder Einzelpersonen, die mit dieser Technik konfrontiert werden, müssen daher offen sein, für psychologische Methoden. Der imaginäre Prozess des Rollenspiels verlangt von den Teilnehmenden gegenseitige Toleranz. Eine gewisse Stabilität der Persönlichkeiten der Gruppe ist Voraussetzung für die Anwendung. Der Einblick in die eigene Gefühlswelt, den die einzelnen Personen einander unweigerlich geben, muss ausgehalten werden. Das ist nicht in jedem Fall möglich, gerade wenn es um Konflikte geht. Die Supervisorin, der Supervisor muss also vorsichtig und kompetent vorgehen.

Erwähnenswert ist an dieser Stelle noch, dass der Protagonist oft zu sehr im Mittelpunkt des Geschehens steht und das Risiko besteht, dass die Sicht darauf, was gerade in der Gruppe dran ist, verdeckt wird. Die Übersetzungsleistung des Supervisors muss an dieser Stelle gewährleistet bleiben. Die gruppenspezifischen Prozesse müssen berücksichtigt werden, und dürfen bei aller neuen Einsicht nicht ausser acht gelassen werden.

Heike Osenger