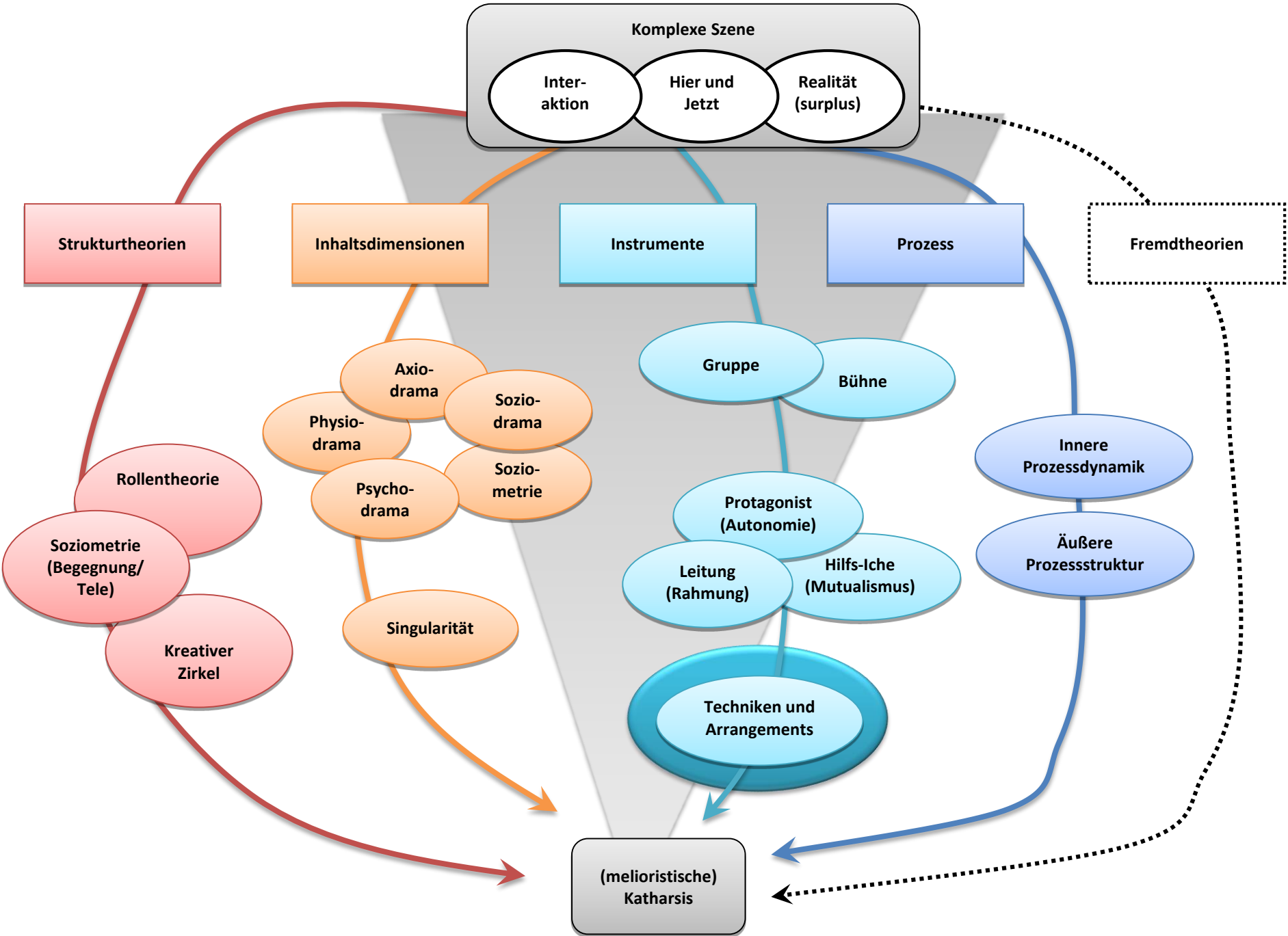
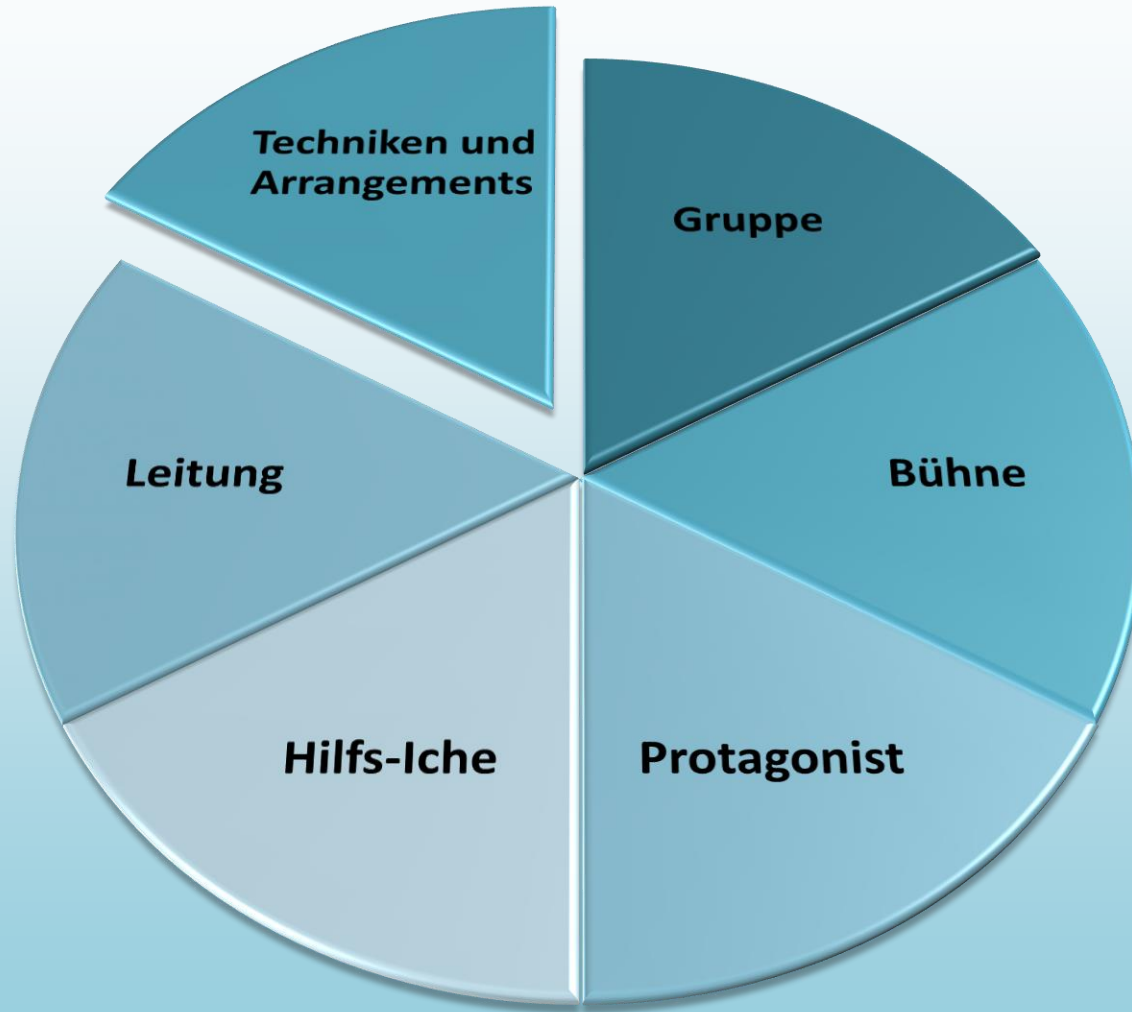




# Techniken und Arrangements



# Die Instrumente des Psychodramas



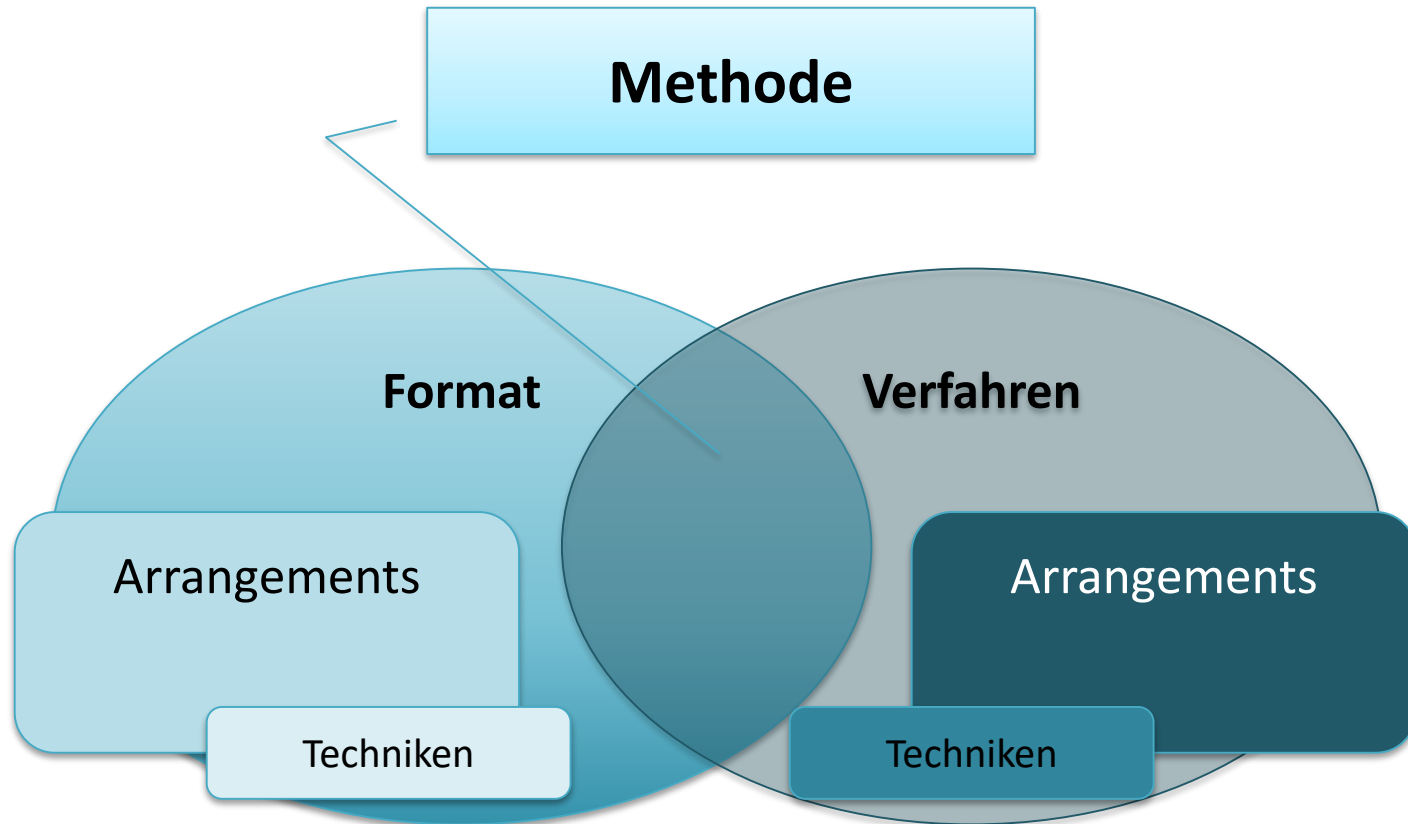
# Das fehlende sechste Instrument

# Techniken und Arrangements als sechstes Instrument

- Techniken werden bei **Grete Leutz (1974)** als sechstes Instrument benannt und eine ausführliche Erörterung wird angekündigt. Diese Ankündigung wurde aber nie eingelöst
- Es gibt bis heute zwar Methodensammlungen für die psychodramatische Arbeit, aber **keine grundsätzliche Reflexion über methodisches Handeln** im Psychodrama

# Klärungen zur Methodendiskussion

# Methoden, Formate, Verfahren, Techniken, Arrangements



**Psycho-  
dramatische  
Basistechniken**

**Wann wir im engen Sinn  
technisch gehandelt?**



# Wann wir im engen Sinn technisch gehandelt?

**Psycho-  
dramatische  
Basistechniken**

**Gruppen-  
zentrierte Phase**

**Handlungs-  
zentrierte Phase**

**Integrations-  
phase**

# Wann wir im engen Sinn technisch gehandelt?

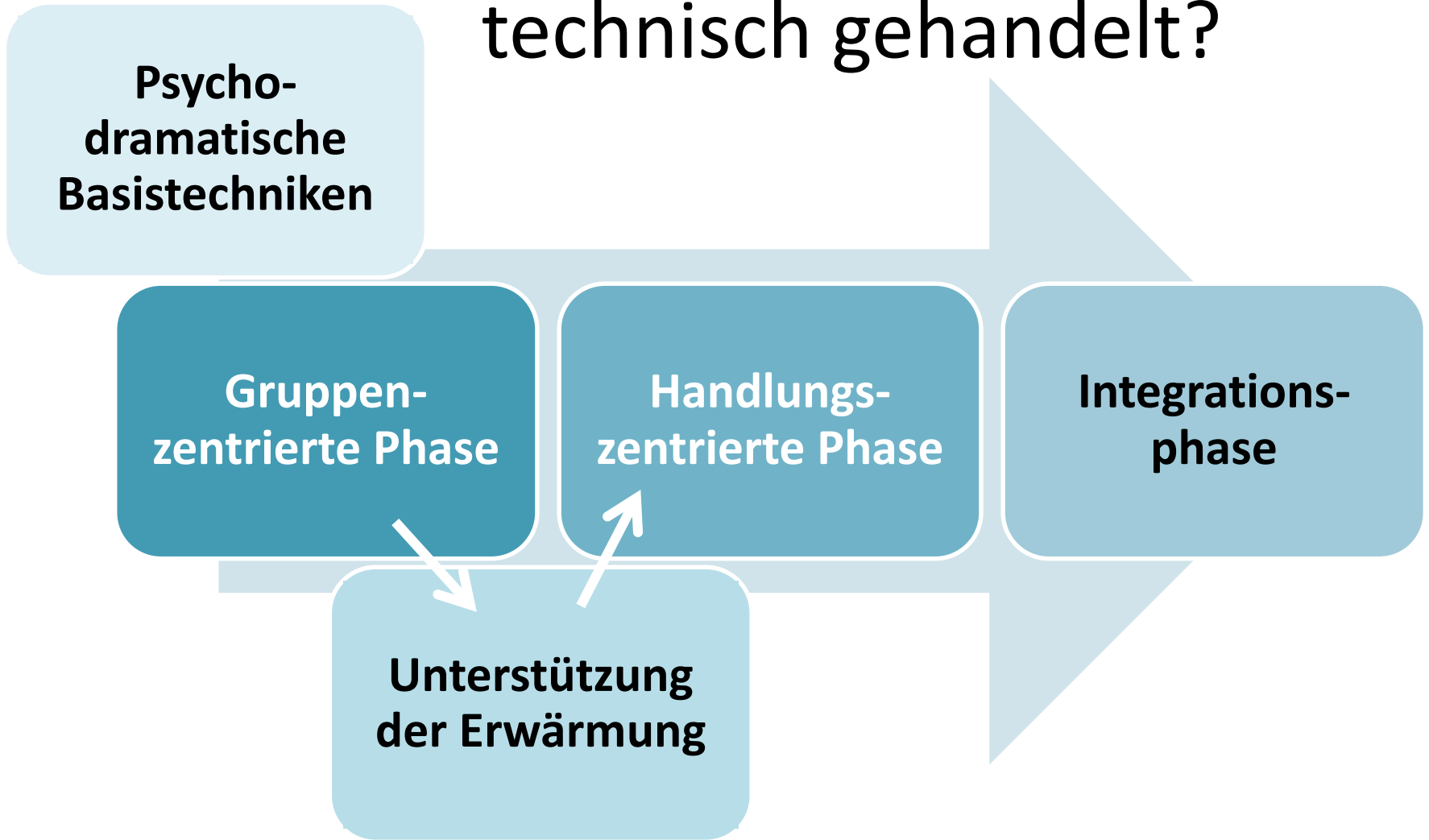
**Psycho-  
dramatische  
Basistechniken**

**Gruppen-  
zentrierte Phase**

**Handlungs-  
zentrierte Phase**

**Integrations-  
phase**

**Unterstützung  
der Erwärmung**



# Wann wir im engen Sinn technisch gehandelt?

**Psycho-  
dramatische  
Basistechniken**

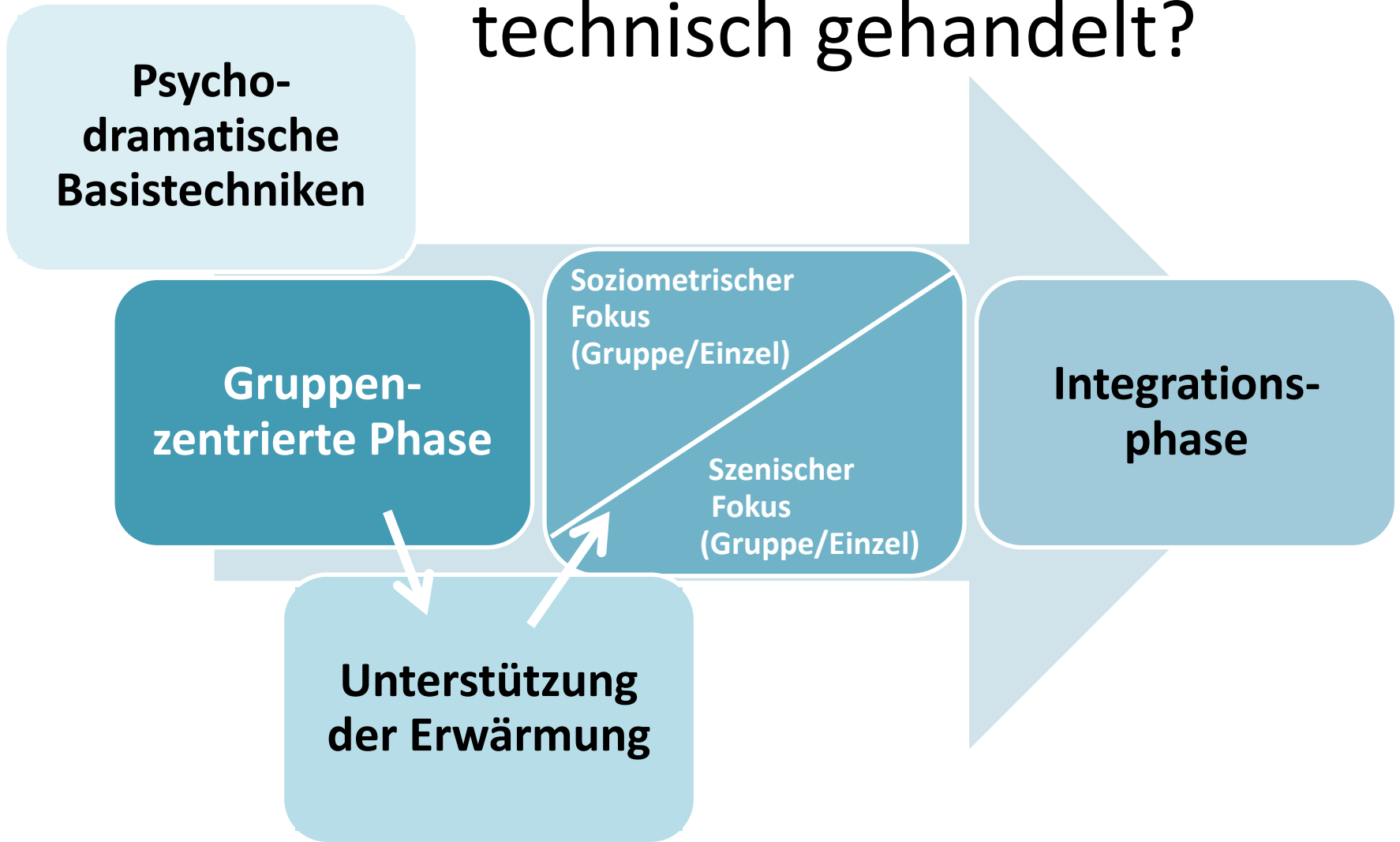
**Gruppen-  
zentrierte Phase**

**Soziometrischer  
Fokus  
(Gruppe/Einzel)**

**Szenischer  
Fokus  
(Gruppe/Einzel)**

**Integrations-  
phase**

**Unterstützung  
der Erwärmung**



# Wann wir im engen Sinn technisch gehandelt?

**Psycho-  
dramatische  
Basistechniken**

**Gruppen-  
zentrierte Phase**

**Soziometrischer  
Fokus**

**Szenischer  
Fokus  
(Protagonist/  
Gruppe/  
Einzelsetting)**

**Integrations-  
phase**

**Unterstützung  
der Erwärmung**

**Arrange-  
ments**

**Anleihen  
aus anderen  
Verfahren**

# Wann wir im engen Sinn technisch gehandelt?

**Psycho-  
dramatische  
Basistechniken**

**Gruppen-  
zentrierte Phase**

**Soziometrischer  
Fokus**

**Szenischer  
Fokus  
(Protagonist/  
Gruppe/  
Einzelsetting)**

**Integrations-  
phase**

**Unterstützung  
der Erwärmung**

**Arrange-  
ments**

**Anleihen bei  
anderen  
Verfahren**

# Technisch handeln!

Damit ergibt sich ein möglicher Aufriss, mit welcher Gliederung die Frage nach der technischen Seite von Psychodrama und Soziometrie angegangen werden kann

1. Psychodramatische **Basistechniken**
2. Moderation und **Prozessbegleitung**
3. **Erwärmungstechniken**
4. **Soziometrische** Techniken und Arrangements
5. Techniken für die **Bühnenarbeit**
6. Techniken für **Gruppenspiele**
7. Techniken für die **Einzelarbeit**
8. Rituale der **Integrationsphase**
9. Psychodramatische **Arrangements**
10. Integration von Techniken aus **anderen Verfahren**

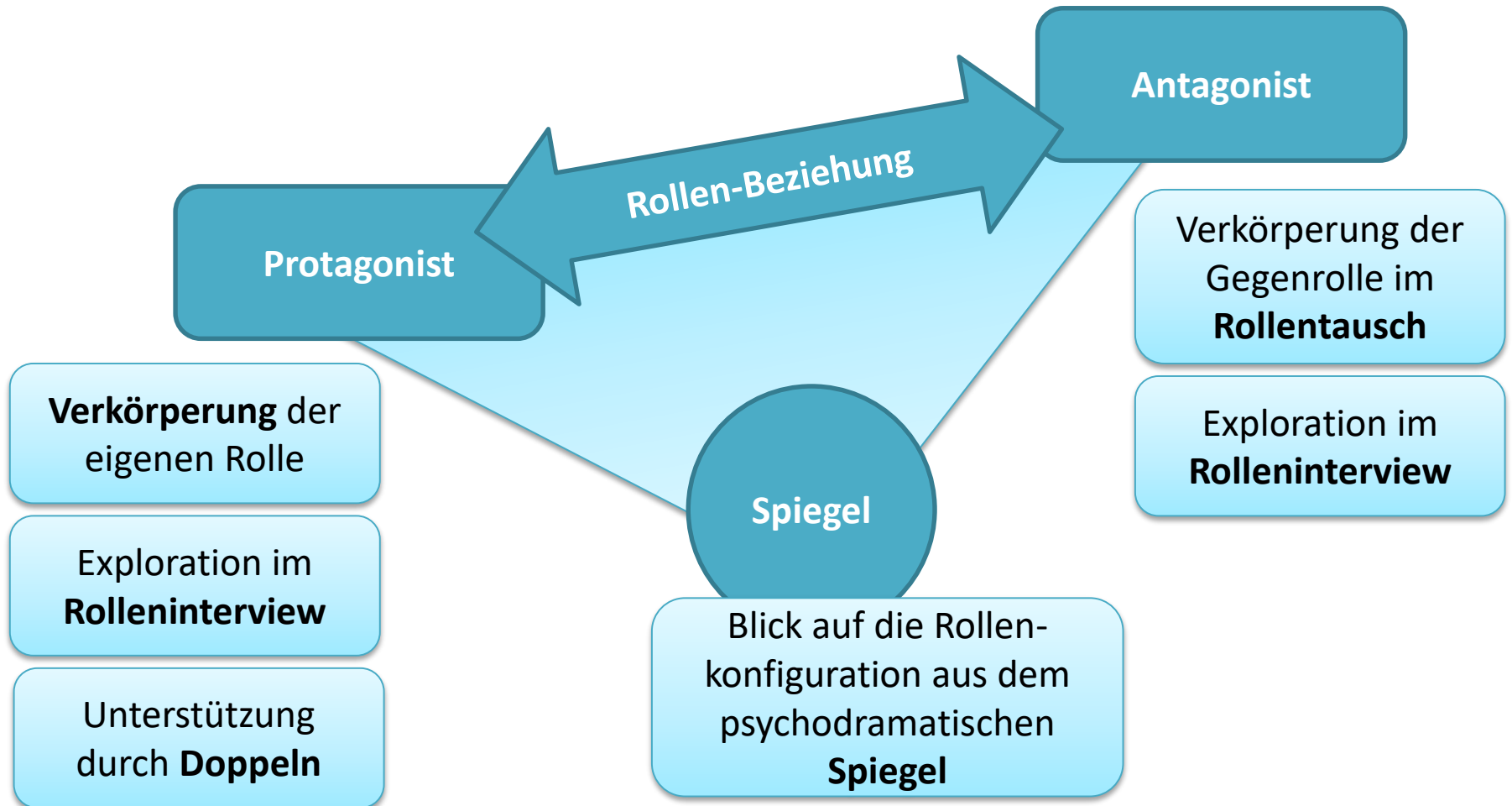
# Die Basistechniken des Psychodramas

# Von Morenos Entwicklungspsychologie zu den Basistechniken des Psychodramas

- Moreno hat unterschiedliche Vorschläge gemacht, die Entwicklung des Kindes zu beschreiben. Durch eine Verbindung dieser Entwicklungstheorien mit den Basistechniken lässt sich herausarbeiten, welche zentralen Fähigkeiten mit den unterschiedlichen Techniken entwickelt werden können
- **All-Identität:** „Das Kind ist ko-existierend, ko-handelnd und ko-erfahrend“ ⇒ **Doppeln**
- **Ich-Erkenntnis:** Das Kind ist „Individuum, getrennt von anderen Individuen“ ⇒ **psychodramatischer Spiegel**
- **Du-Erkenntnis:** „Die Welt mit den Augen eines anderen wahrnehmen“ ⇒ **Rollentausch**



# Die drei Perspektiven auf eine (Rollen-)Beziehung



# Verkörperung und Rolleninterview

- Die klassischen Basistechniken Doppeln, Spiegeln und Rollentausch müssen durch zwei weitere Techniken ergänzt werden, damit die psychodramatische Arbeit funktioniert
- **Verkörperung** einer Rolle: „Zentral, axiomatisch und universal in der psychodramatischen Welt steht die Verkörperung. Ihr gehört der Primat“ (Moreno 1966)
- **Rolleninterview**

# Direkter und/oder indirekter Rollentausch?

- **Direkter Rollentausch**
  - höhere Einbindung und damit höhere Erwärmung des Hilfs-Ichs. Die Einheit der Rollen- und Beziehungskonfiguration wird gemeinsam erwärmt und dynamisiert
  - Geringerer Schutz des Platz des Protagonisten
  - Geringere Einbindung des Alter-Egos  $\Rightarrow$  die Resonanzfähigkeit des Alter Egos wird weniger stark genutzt
- Besonders intime Szenen eher **mit direktem Rollentausch erwärmen**
- Besonders schützenswerte Szenen eher **mit indirektem Rollentausch schützen**

# Doppeln

- Doppeln ist die **invasivste Technik** des Psychodramas. Dies lässt sich aus der Parallelität zur Phase der All-Identität leicht erschließen
- Entsprechend aufmerksam muss die **Autonomie** des Protagonisten **geschützt** werden
- Wo dieses Gleichgewicht aus Intimität und Autonomie berücksichtigt wird ist das Doppeln eine extrem wirksame und facettenreiche Technik, bei der es um **Emotionen** ebenso gehen kann, wie um **Handlungsoptionen**, oder sogar eine **Provokation** des Protagonisten

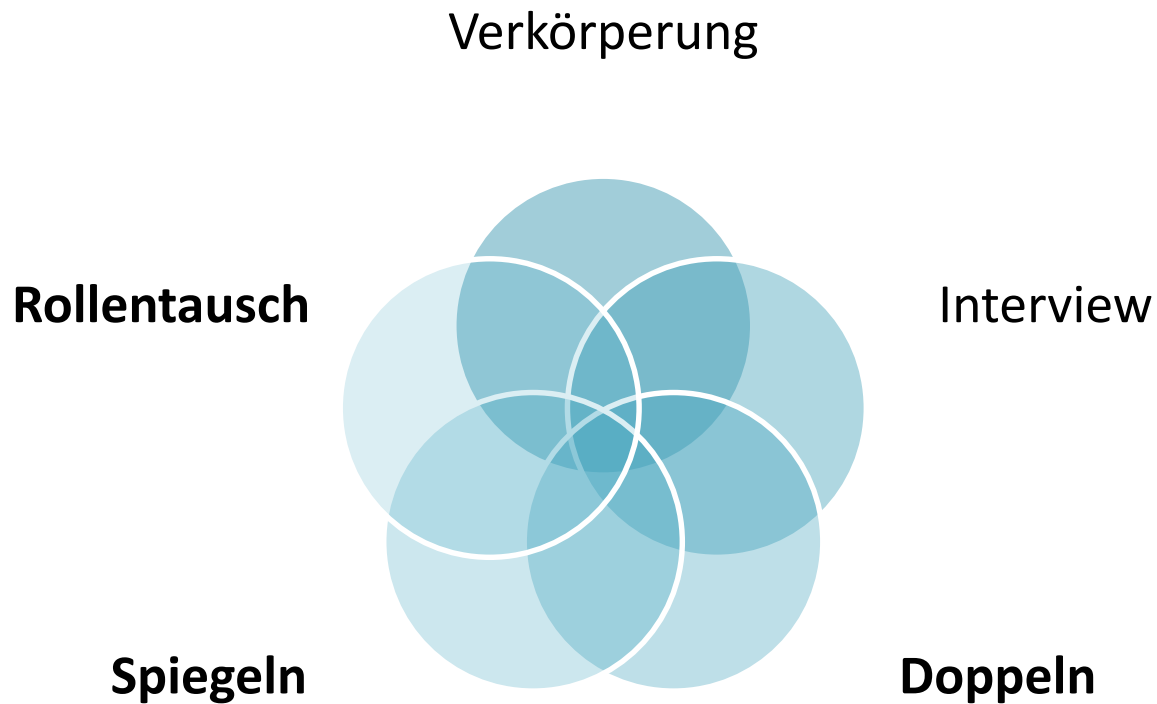
# Der psychodramatische Spiegel

- Der psychodramatische Spiegel (die dritte Position: Thomas Schwinger) erschließt die **Außenperspektive** auf die Szene
- Diese Technik ist sowohl **konfrontierend**, weil sich der Protagonist in seinem Verhalten sieht....
- Als auch **schützend und entschleunigend**, weil die Dynamik der Szene unterbrochen wird
- Insbesondere für die gemeinsame **Prozessplanung** und die **Kontraktierung** ist der Spiegel eine wichtige Position
- Schließlich eignet sich der Spiegel gut als Ort für **Resümee und Abschluss**

# Der psychodramatische Spiegel und das Playbacktheater

- Es gibt seit vielen Jahren einen lebendigen Austausch zwischen der **Psychodrama- und der Playbackszene**
- Mit dem Verfahren des Playbacktheaters stehen viele ausgereifte technische Ideen zur Verfügung, die vor allem die Arbeit in der Spiegelposition ausdifferenzieren

# Die Basistechniken



# Prozessbegleitung und Moderation in der Gruppe



# Prozessbegleitung

- **Prozessmoderation und Gesprächsführung**
  - Anmoderation
  - Zusammenfassung
  - Insbesondere im Einzelsetting, aber auch in bestimmten Formaten geht es auf der Begegnungsbühne auf einer methodischen Ebene vor allem um Frage- und Gesprächsführungstechniken
  - oder klassische Moderationstechniken
- **Gruppendynamische Interventionen**
  - Blitzlicht
  - Feedback
  - Metakommunikation

# Kontraktierung

- Über alle Phasen der psychodramatischen Arbeit hinweg erstreckt sich die Notwendigkeit mit den jeweils involvierten Personen genau zu kontraktieren, woran mit welchem Ziel gearbeitet werden soll
- Hier ist der **Gruppenkontrakt** vom **Bühnenkontrakt** zu unterscheiden

# Psychodramatische Methoden in der Prozessbegleitung

- Psychodramatische Techniken sind nicht nur auf der Bühne anwendbar.
- Weil „Gruppe“ und „Bühne“ eher Arbeitsmodi als Arbeitsräume sind, können psychodramatische Techniken aus der Inszenierungsphase bereits im Gruppenprozess eingesetzt werden.
- Zu denken ist hier vor allem an „**kleine Formen**“: z.B. eine Verkörperung, eine Symbolisierung, einen Rollentausch

Erwärmung

# Erwärmung: Phase und/oder Technik?

- Vor dem Hintergrund des kreativen Zirkels ist klar, dass Erwärmung viel mehr eine Phase ist, als eine Technik
- Moreno geht davon aus, dass es keine unstrukturierte und damit auch keine unerwärmte Gruppe gibt: „**Unstrukturierte Gruppen existieren offensichtlich nicht**“ (Moreno 1952)
- Ein wichtiges Ziel in der Arbeit mit der Gruppe ist die originäre Erwärmung der Gruppe zu identifizieren und ihr Raum zu geben
- Der technische Königsweg ist, der Erwärmung, die ohnehin da ist, im **Gruppengespräch** Raum zu geben
- oder sie durch **soziometrische oder Inszenierungstechniken** sichtbar zu machen
- „Das Erwärmen des Klienten für die psychodramatische Darstellung wird durch verschiedene Methoden angeregt [...]. Das Ziel dieser verschiedenen Methoden ist nicht, die Patienten in Schauspieler zu verwandeln, sondern **sie dazu zu bringen, auf der Bühne das zu sein, was sie sind, nur tiefer und klarer** als sie im wirklichen Leben zu sein scheinen“ (Moreno 1946)

# Die Inkulturation des Erwärmungsprozesses

- „Die Erwärmung zum Psychodrama kann von Kultur zu Kultur unterschiedlich vor sich gehen und es muss angemessene Veränderungen in der Anwendung der Methode geben. Es könnte unmöglich sein, im Kongo ein Psychodrama mit einem verbalen Austausch zu beginnen; es könnte notwendig sein, dort mit Gesang und Tanz zu beginnen. Was in Manhattan eine brauchbare Anwärmung sein könnte, könnte in Tokio durchfallen. **Kulturelle Anpassungen müssen gemacht werden.** Es ist nicht wichtig, wie wir beginnen, es ist wichtig, was wir beginnen“  
(Moreno 1969)

# Theoriegeleitete Erwärmung

- Wenn der Erwärmungsprozess stärker gesteuert werden soll, bieten sich die Strukturtheorien und die Inhaltsdiagnostik als theoretische Rahmen an, in welchen Bereichen ein Erwärmungsfokus möglich ist
- Erwärmung vor dem Hintergrund der **Strukturtheorien**:
  - Verkörperere eine **relevante Rolle**
  - Imaginiere eine **relevante Begegnung**
  - Folge einem **relevanten spontanen Impuls**
- Erwärmung vor dem Hintergrund der **Inhaltsdiagnostik**:
  - Welche **somatischen, individuellen, soziometrischen, gesellschaftlichen** und **axiologischen** Themen sind hier und jetzt relevant?

# Exkurs: Starter

- „Der Erwärmungsprozess kann durch körperliche Starter (ein komplexer physikalischer Prozess in dem Muskelkontraktionen eine führende Rolle spielen),
- ... durch mentale Starter (Gefühle und Bilder im Subjekt, die oft durch andere Personen angeregt werden)
- ... und durch psychochemische Starter (künstliche Stimulation, beispielsweise durch Alkohol) stimuliert werden“  
(Moreno 1946)



# Erwärmungstechniken

- Darüber hinaus stehen eine Vielzahl von Erwärmungstechniken zur Verfügung
- **Wichtig ist dabei, dass die bestehende Erwärmung nicht übergangen, sondern aufgenommen und vertieft wird**
- Themenzentriertes Gruppengespräch
- Imaginationsübungen
- Körperübungen (somatische Starter)
- Gruppendynamische Übungen
- Gruppenspiele
- Kreative Medien (Malen, Kneten, Maskenarbeit etc.)
- Arbeit mit Tieren oder anderen Symbolen
- Materialien wie Postkarten, Fotos, Texte, Symbole können als Starter genutzt werden

# Soziometrische Techniken und Arrangements

# Der Basisakt: Die soziometrische Wahl

- Die soziometrische Grundtechnik ist das **Treffen, Explorieren und Verändern** einer soziometrischen Wahl
- Zu einer Wahl gehört immer die genaue Kenntnis des zugrundeliegenden **Kriteriums**

# Das Objekt: Die gesamte Konfiguration

- Das Soziogramm bildet eine soziometrische Konfiguration mit Hilfe von unterschiedlichen Hilfsmitteln ab und macht sie so sichtbar
- Hilfsmittel können Papier & Bleistift sein, aber auch Schuhe, Bauklötze, Tierfiguren etc.
- Ebenso wie die einzelne Wahl muss ein **Soziogramm** exploriert und verstanden werden um den Ansprüchen soziometrischer Arbeit zu genügen

# Die Praxis: Variationen soziometrischer Aufstellungen

- **Alle** stellen sich gemeinsam auf
- ODER: **Eine Person** stellt die ganze Gruppe auf
- In der Aufstellung Positionieren sich die Personen ausschließlich **zueinander**
- ODER: Die Personen werden im Verhältnis zu einem **Kriterium** aufgestellt, das im Raum symbolisiert wird

# Der soziatrische Schritt

- Ebenso wie das **Verstehen** gehört die **Veränderung** zur soziometrischen Arbeit
- Eine zentrale Technik ist dabei der „soziatrische Schritt“. Dabei wird der Protagonist/die Protagonistin aufgefordert, sich eine Position zu suchen, die besser, als die bisherige ist
- Auch Hilfs-Iche können aus ihren Rollen heraus eine Veränderung der soziometrischen Konfiguration vorschlagen. Die Entscheidung darüber, ob dem Impuls gefolgt wird liegt aber immer beim Protagonisten
- In gruppenzentrierten Prozessen müssen alle die Möglichkeit haben, ihre soziometrische Position zu verändern

# Spielarten: soziometrische Techniken und Arrangements

- Soziales Atom/Soziokulturelles Atom
- Soziometrische Aufstellungen
- Soziometrische Aufstellungen, können an ein übergeordnetes Bezugsschema angebunden werden: Wenn die Gruppe ein Fußballteam wäre...? Wenn die Gruppe Schachfiguren wären...? etc.
- Rangreihen

# Bühnentechniken



# Szenenaufbau

- Zentrale Ziele des Szenenaufbaus sind 1) die **Erwärmung** des/der Protagonist\*in und 2) die **Produktion** relevanten Materials, das in der Folge erforscht werden kann
- Es geht um einen möglichst **präzisen** Aufbau einer möglichst **relevanten** Szene
- Je ungestörter der Aufbau vonstatten geht, desto wahrscheinlicher wird relevantes und unbewusstes Material aufgebaut (**Abstinenz!**)
- Aufgabe der Leitung ist es, **Inszenierungshilfen** zu geben
- Dazu gehört z.B. eine Unterstützung bei der Inszenierung/**Symbolisierungen** unangenehmer Themen

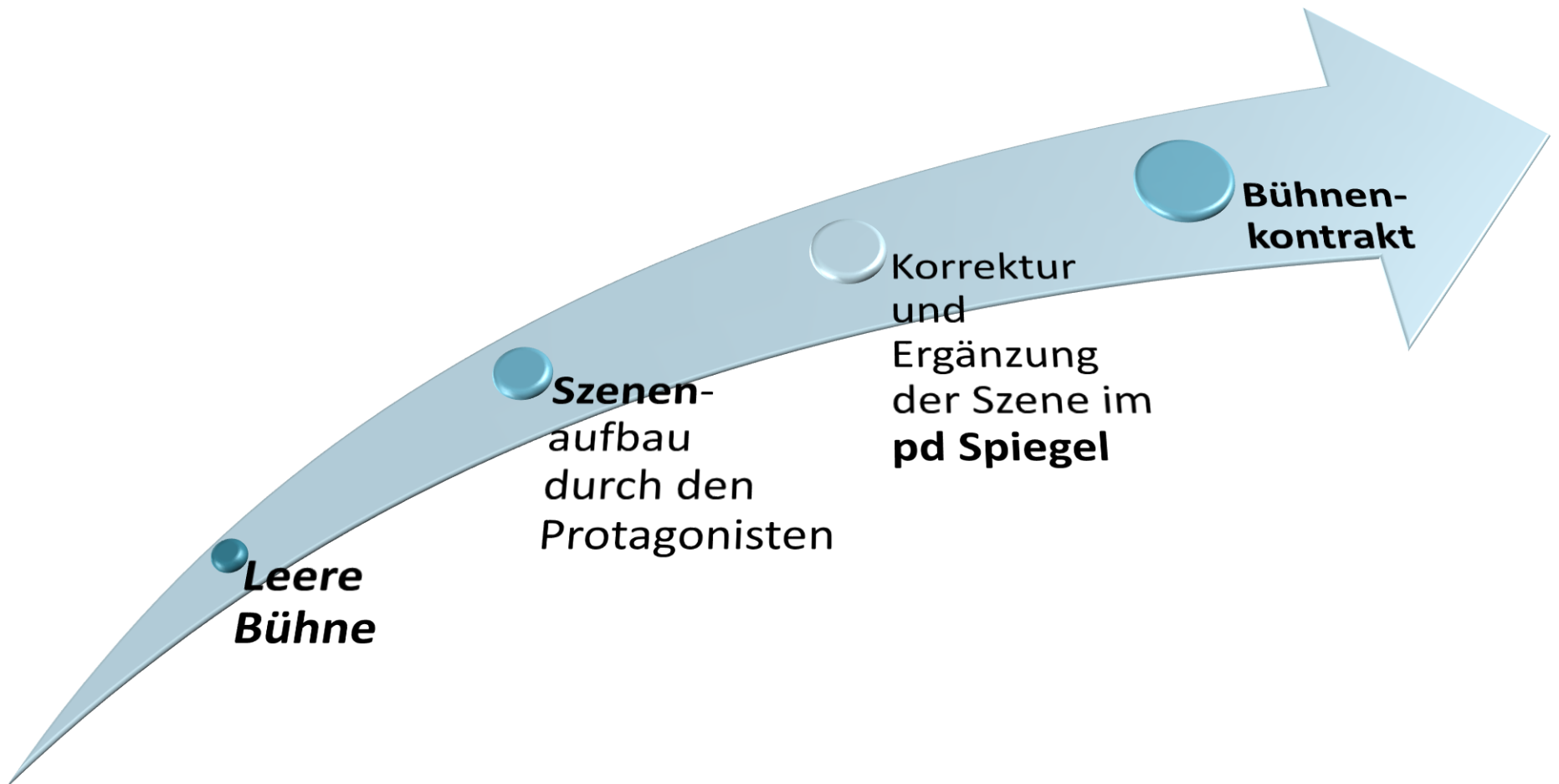
# Techniken des Szenenaufbaus

- Die „leere Bühne“
- Verkörperung von Rollen und Positionen
- Nutzung von Hilfs-Ichen als Alter Ego und Mitspieler\*innen
- Nutzung von Requisiten
- Symbolisierung
- Skulpturarbeit
- Vignette als kleine Form der Szene

# Inszenierbarkeit

- „Es gibt im Allgemeinen ästhetische und ethische Grenzen der Darstellung, die sich ein therapeutischer Leiter immer vor Augen halten muss. Dasselbe Problem mag in verschiedenen Kulturen verschieden behandelt werden. Derselbe eheliche Konflikt müsste in Indien anders behandelt werden als in Katalonien, in der Türkei wieder anders als in den Vereinigten Staaten“ (Moreno 1959)

# Von der leeren Bühne zum Kontrakt



# Exploration und Veränderung

- Wenn die **Ausgangsszene** aufgebaut,
- im psychodramatischen **Spiegel** verifiziert und evtl. noch einmal verändert ist
- und die gemeinsame Arbeit **kontraktiert** ist, erfolgt die systematische Exploration und Veränderung der Szene
  
- Exploriert werden
  - einzelne **Positionen** in der Szene
  - **Beziehungen** der Rollen untereinander
  - die **Gesamtdynamik** der Szene

# Orientierungslinien zur Exploration

- Das **eigene Interesse und die spontanen Impulse** des Protagonisten/der Protagonisten sollen nach Möglichkeit (wenn es keine Kontraindikation gibt) beachtet werden
- Wenn die Exploration stärker geleitet werden soll, werden Szenen klassischer Weise **von außen nach innen** erforscht, weil an der Peripherie der Szene der Widerstand des Protagonisten/der Protagonistin am geringsten ist

# Explorationstechniken

- Verkörperung und Spiel der eigenen Rolle
- Rolleninterview und Monolog
- Rollentausch und Dialog
- Freies Spiel der Hilfs-Iche
- Wechsel zwischen dem Erleben in der Szene und dem psychodramatischen Spiegel
- Doppeln
- Variation der Geschwindigkeit: Slow motion, Freeze, Zeitraffer, Zukunftsprojektion
- Maximierung

# Einbezug der Gruppe in die Exploration

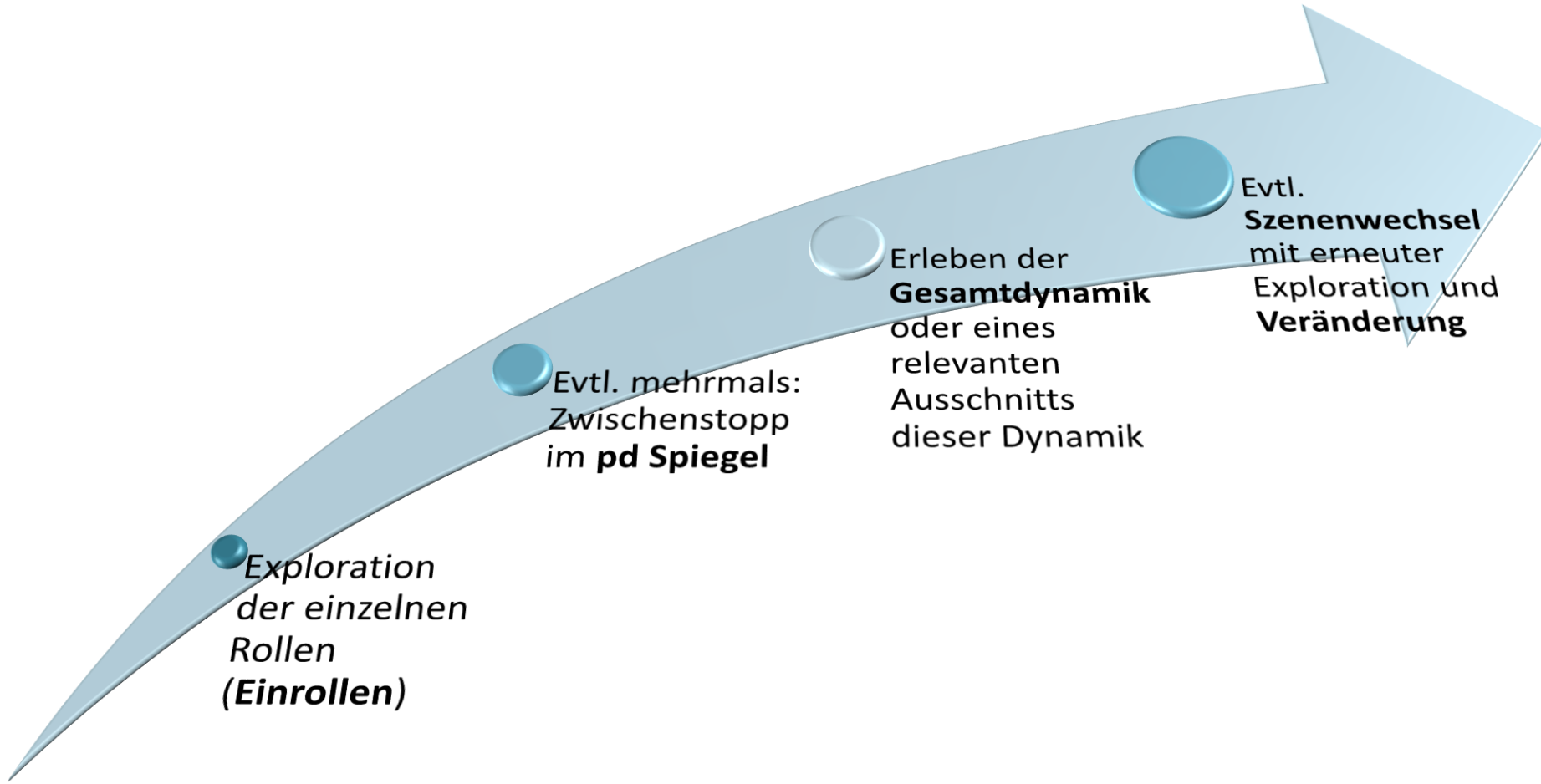
- Rollentausch mit einem Zuschauer/einer Zuschauerin
- Mehrere Gruppenmitglieder fungieren als Chor
- „Echo“ der Gruppe (van Ameln et al. nennen das ein „Zwischensharing“)



# Szenenwechsel

- Szenenwechsel hängen mit großen Umschwüngen in der Inszenierung zusammen
- Meistens dient ein Szenenwechsel dazu eine frühere Szene, oder gar die **Ursprungsszene** aufzubauen, die der aktuellen Szene zugrunde liegt
- Möglich sind auch Wechsel in Szenen zur **Wunscherfüllung**,
- ... oder zur **Realitätsprobe** am Ende eines Spiels
  
- „Die Szenenfolge muss sich so **natürlich entwickeln wie das Gewebe des Interviews**. [...] Verbindungen müssen vom Leiter aus der Dynamik des Augenblicks heraus blitzschnell geknüpft werden. Sie können nicht im Voraus geplant werden, weil alles von der Bereitschaft des Menschen [subject] für die Hinweise abhängt“ (Moreno 1948)

# Explorationsphase



Exploration  
der einzelnen  
Rollen  
(**Einrollen**)

Evtl. mehrmals:  
Zwischenstopp  
im **pd Spiegel**

Erleben der  
**Gesamtdynamik**  
oder eines  
relevanten  
Ausschnitts  
dieser Dynamik

Evtl.  
**Szenenwechsel**  
mit erneuter  
Exploration und  
**Veränderung**

# Veränderung und kathartische Schritte

- Die gesamte Inszenierung und Exploration zielt auf eine immer weitere Erwärmung des Protagonisten/der Protagonistin ab, die dann in eine kathartische Veränderung der Szene mündet
- Diese Veränderung erfolgt **spontan auf Initiative des Protagonisten**. Sie kann aber – beispielsweise im psychodramatischen Spiel – ausführlich vorbesprochen und geplant sein
- Technisch geht es an dieser Stelle (vgl. die Ausführungen zum kreativen Zirkel) ausschließlich um **Stabilisierung und Tiefung** des Erlebten

# Abschluss, Entrollen und Szenenabbau

- Der Abschluss einer Bühnenarbeit ist **streng ritualisiert**
- Dieser klare Rahmen gibt allen Beteiligten die innere Freiheit, sich vorher der Dynamik der Szenen wirklich auszusetzen
- Methodisch geht es vor allem um:
  - Abschluss und evtl. nochmalige **Zusammenfassung** der inhaltlichen Arbeit
  - Das **Entrollen** aller Mitspieler\*innen
  - Den **Abbau** der Szene mit allen Requisiten, die evtl. ebenfalls aus ihren Rollen entlassen werden müssen
  - Eine bewusste Gestaltung des **Schrittes von der Bühne**

# Abschlusstechniken

- Realitätsprobe
- Ein letzter Spaziergang über die Bühne
- Resümee in der eigenen Rolle oder im psychodramatischen Spiegel
- Abschlussbild als Skulptur (Foto)
- Rede an die Gruppe
- Ankertechniken

# Bühnentechniken für das Gruppenspiel

# Das Gruppenspiel

- Moreno verweist immer wieder darauf, dass die ganze Gruppe im Fokus der psychodramatischen und soziometrischen Arbeit steht
- Entsprechend kann auch die ganze **Gruppe zum Protagonisten** der Aktionsphase werden
- In der soziometrischen Arbeit ist dies der Normalfall
- Aber auch im szenischen Spiel gibt es gruppenzentrierte Formen

# Formen des Gruppenspiels

- **Gruppenzentriertes Spiel**, z.B. zu einem Motiv (auf dem Jahrmarkt, auf einer Expedition etc.) oder einer Rahmenhandlung (Märchenspiel)
- **Themenzentriertes Spiel** (z.B. zu einem Text, zu einer Fragestellung etc.)
- **Soziodrama** zu einer gesellschaftlichen Fragestellung
- **Axiodrama** zu einer ethischen oder existentiellen Fragestellung



# Der Szenenaufbau

- Methodisch folgen gruppencentrierte Arbeiten weitgehend der klassischen Psychodramalogik. Dennoch gibt es fünf Interventionen, die für diese Arrangements typisch sind
- Eine erste wichtige Differenz ist, dass die **Aufteilung der Szene** entweder von der Gruppe ausgehandelt
- ... oder von der Leitung vorgegeben wird
- Das **Einrichten der Szene** erfolgt dann gemeinsam durch die Gruppe als erster Schritt der Arbeit

# Eingangsinterview

- Die Spielphase wird im Gruppenspiel durch **Eingangsinterviews** eröffnet in denen die Leitung mit jeder Rolle (in Großgruppen mit jeder relevanten Teilgruppe) einmal Kontakt aufnimmt
- Dadurch bekommen alle Teilnehmer\*innen eine Orientierung, wer in welcher Rolle spielt

# Die freie Aktion und der Fokus im Gruppenspiel

- Eine zweite Differenz zwischen protagonisten- und gruppenzentrierten Spiel sind die **längeren Spielphasen** im Gruppenspiel, während derer sich die Dynamik der Szene frei entfalten kann
- Weil diese Spielphasen nicht selten unübersichtlich werden, wechseln sie ab mit Phasen in denen die Leitung einen **bestimmten Fokus** vorgibt. Die jeweils ausgewählte Gruppe entwickelt die Szene dann im freien Spiel weiter

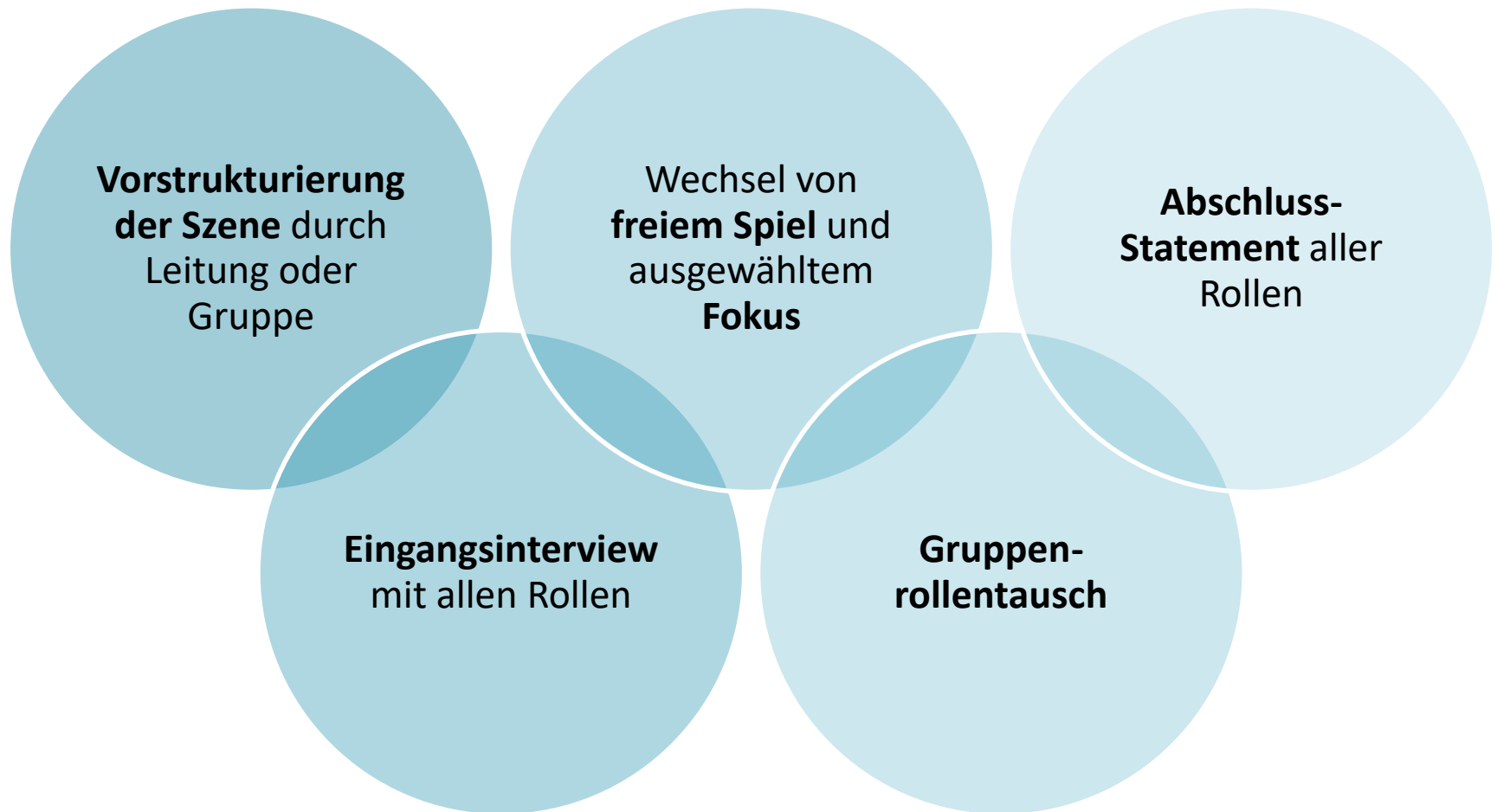
# Der Gruppenrollentausch

- Zentrales Element vor allem im Soziodrama und Axiodrama ist der **Gruppenrollentausch**, in dem vorher festgelegte Teilgruppen (z.B. „die Angreifer“ und „die Verteidiger“) miteinander ihre Rollen tauschen
- Wichtig ist, dass am Ende alle Teilnehmer\*innen einmal jede Position kennenlernen konnten

# Der Abschluss im Gruppenspiel

- Auch im Gruppenspiel ist der Abschluss **klar ritualisiert**
- In einem **Schluss-Statement** wird jede Rolle noch einmal gehört
- Danach wird die **Rolle** von jeder Person **abgelegt**
- Sind alle Entrollt wird die **Bühne gemeinsam abgeräumt**

# Spezifische Techniken für das Gruppenspiel



# Techniken für die Einzelarbeit

# Psychodrama im Einzelsetting

- Die Gruppe spielt in der Psychodramatheorie eine herausragende Rolle. Dennoch hat sich längst eine erfolgreiche Arbeit im Einzelsetting etabliert
- Insbesondere sieben **Arbeitsprinzipien** machen diesen Wechsel möglich
  - Verkörperung
  - Doppeln
  - Symbolisierung
  - Landkartenarbeit
  - Tischbühne
  - Regiegespräch
  - Leerer Stuhl
- Insgesamt berichten Psychodramatiker\*innen immer wieder davon, dass der **Anteil an szenischem Spiel im Einzelsetting geringer** ist als im Gruppensetting. Offensichtlich steht das Verstehen der Struktur und Dynamik der Szene hier oft im Vordergrund



# Verkörperung

- Vor dem Hintergrund der Rollentheorie ist die Verkörperung einer Rolle ein zentraler Zugang zu Verstehen und Veränderung
- So eine Verkörperung einer Rolle, eines Zustandes oder einer Person ist im Einzelsetting gut realisierbar
- Oft ist sie verbunden mit einer ausführlichen Exploration dieses neu erlebten Zustandes

# Doppeln

- Im Einzelsetting ist die Leitung weit mehr als im Gruppensetting als Gegenüber gefordert
- Die direkte Begegnung ist dabei ebenso wichtig, wie die Übernahme von Hilfs-Ich-Funktionen
- Eine Unterstützung durch Doppeln ist prinzipiell möglich. Allerdings handelt es sich dabei im Einzelsetting oft nur um ein „**soufflierendes Doppeln**“
- Mehr noch als im Gruppensetting muss die **invasive und manipulative Kraft** dieser Technik der Leitung bewusst sein

# Symbolisierung

- Die Symbolisierung einer Rolle oder einer Position ist de facto nicht wirklich ein Unterschied zwischen dem Gruppen- und dem Einzelsetting, dennoch wird der Unterschied häufig als sehr groß erlebt, weil die **Arbeit mit Symbolen im Einzelsetting den Normalfall** darstellt
- Möchte man im Einzelsetting eine Rolle besetzen, so steht dafür keine Person zur Verfügung. Stattdessen muss eine Figur, ein Symbol oder ein leerer Stuhl gewählt werden
- Diese Methode der Symbolisierung wird in allen weiteren Techniken verwendet

# Landkartenarbeit

- **Jedes Thema hat eine innere Struktur**, die sich in eine räumliche Struktur übersetzen lässt
- Wird diese räumliche Struktur im (Bühnen-)Raum aufgebaut kann sie zusammen mit dem Protagonisten/der Protagonistin erforscht werden. Dabei werden alle relevanten Positionen aufgesucht und **exploriert**
- Auch eine **Spiegelposition** zur Landkarte ist möglich
- Eine klassische Landkarte ist beispielsweise die Time-line
- Es gibt auch Landkarten, die extra für die Paararbeit entwickelt wurden

# Tischbühne

- Wählt man an Stelle von Gruppenmitgliedern **Symbole** für die relevanten Rollen in der Szene, so kann die Szene (z.B. auf einem Tisch) aufgebaut werden
- Klassisch ist hier beispielsweise die Arbeit mit Tierfiguren, aber auch mit Schachfiguren, Familienbrett, Symbolen etc.
- Gerade wenn die Figuren Tiere oder Menschen darstellen, kann mit der Szene im weiteren Verlauf gespielt werden. So werden **Exploration und Experimente** auf der Tischbühne möglich

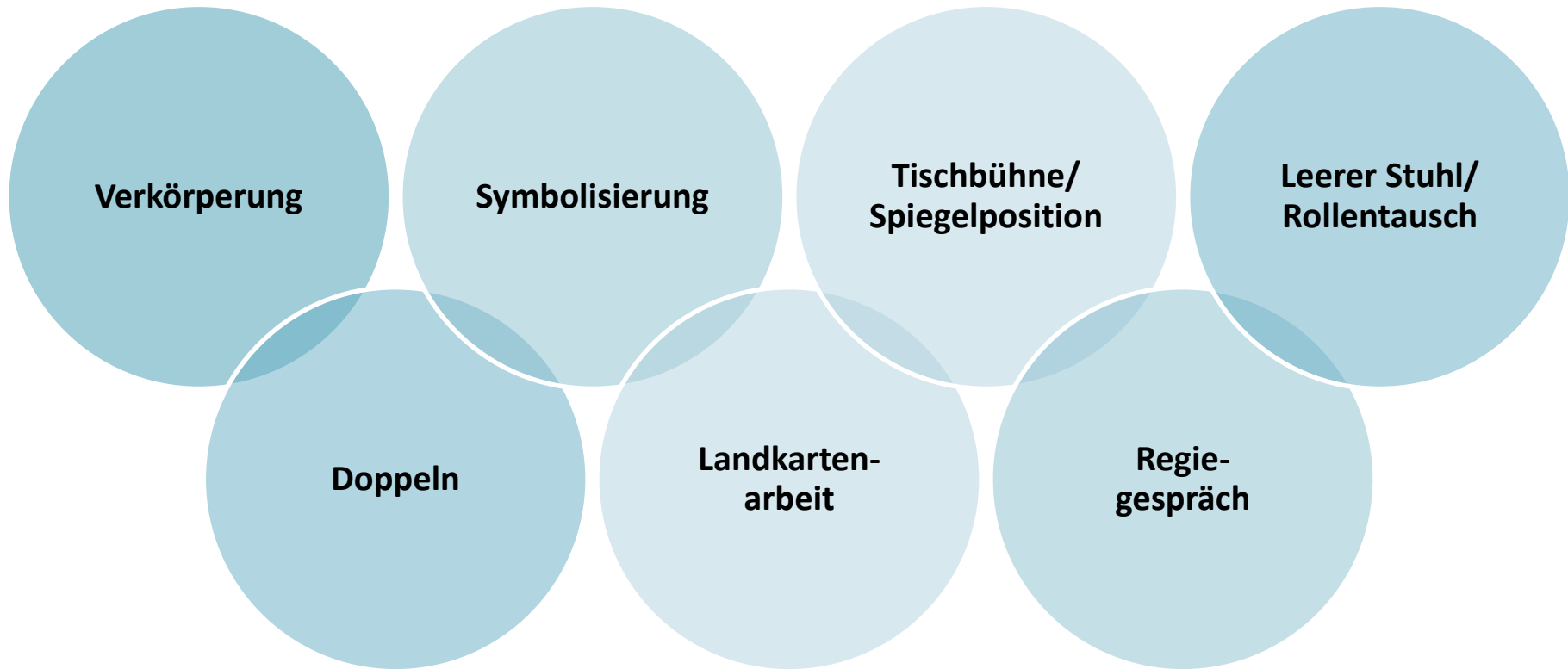
# Regiegespräch (Spiegelposition)

- Roger Schaller schlägt die Technik des Regiegesprächs vor
- Dabei wird die Szene (als Landkarte oder auf der Tischbühne) aufgebaut
- Die Analyse und evtl. Veränderung der Szene erfolgt konsequent von der Position des **psychodramatischen Spiegels** aus
- Die Spiegelposition ist auch bei der Landkartenarbeit, der Tischbühne und der Arbeit mit dem leeren Stuhl möglich

# Leerer Stuhl

- Für die **Exploration einer Beziehung** eignet sich die Arbeit mit einem leeren Stuhl
- Wenn die Leitung der jeweils leeren Position die Stimme leiht ist es möglich eine Beziehung von allen drei relevanten Positionen aus (Protagonist, Antagonist, psychodramatischer Spiegel) zu erforschen
- Die größte Herausforderung für die Leitung ist, bei dieser Technik die beiden **Rollen des Hilfs-Ichs und der Leitung zu jedem Zeitpunkt trennscharf** einzunehmen
- Die Arbeit mit dem leeren Stuhl ermöglicht es, den **Rollentausch** im Einzelsetting weiter zu praktizieren. Damit sind alle Basistechniken im Einzelsetting verwendbar

# Spezifische Techniken für das Einzelsetting





# Technische Hinweise für die Integrationsphase

# Die Bedeutung der Integrationsphase

- „Man muss sich immer bewusst machen, dass die Gruppe der allerwichtigste Teil der Sitzung ist. Von der Bühne zurück in die Gruppe zu kommen ist in gewissem Sinne der eigentliche Beginn einer Sitzung“ (Moreno 1954)

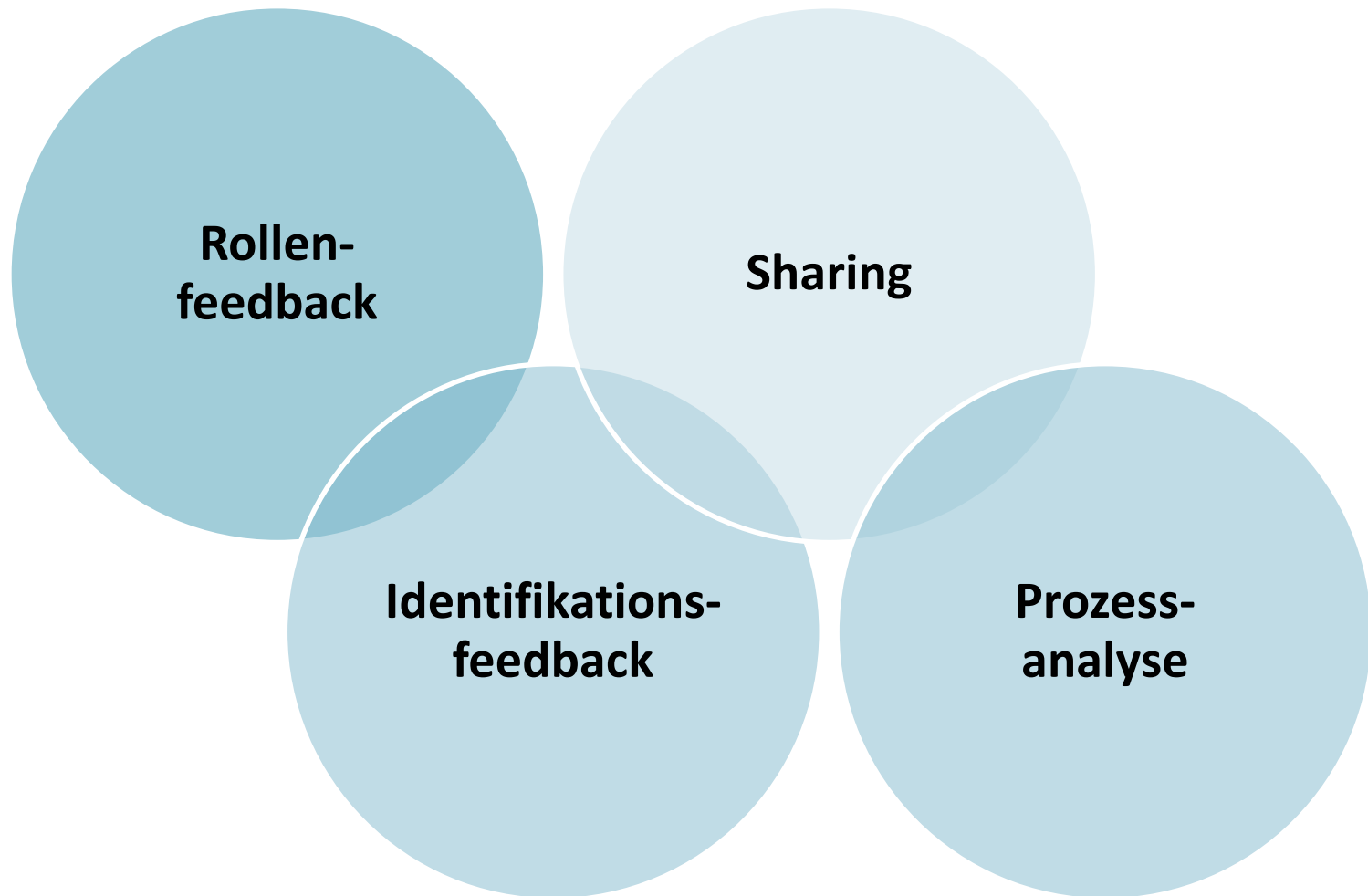
# Rituale als Techniken

- Rituale können dazu dienen Prozesse, die als **besonders heikel** oder **schwer steuerbar** angesehen werden zu rahmen und ihnen so ihren Schrecken zu nehmen
- Insbesondere geht es dabei oft um die Gestaltung von **Übergängen** (z.B. Initiationsriten) und die Rückversicherung der eigenen **Bezugsgruppe** (z.B. Volkstänze)
- Auch im Psychodrama gibt es Rituale die die manchmal schwer kalkulierbaren Gruppen- und Bühnenprozesse in eine verlässliche Struktur einbinden
- Vor diesem Hintergrund wird es plausibel, dass die Phase nach einer Bühnenarbeit streng gegliedert und ritualisiert ist

# Schritte der Integrationsphase

- Im **Rollenfeedback** berichten die Hilfs-Iche über ihr Erleben in der Rolle. Es dient der Entlastung der Hilfs-Iche und dazu den Protagonisten/die Protagonistin über bisher ausgeblendete Aspekte der Szene zu informieren
- Im **Identitätsfeedback** berichten Teilnehmer\*innen über Identifikationen, die sie mit anderen Rollen außer der des Protagonisten hatten
- Im **Sharing** erzählen Teilnehmer\*innen über Lebensszenen an die sie durch die Bühnenarbeit erinnert wurden
- In der **Prozessanalyse** wird – formatabhängig sehr unterschiedlich – ein theoretischer Zugang zur Bühnenarbeit eröffnet
- Oft empfiehlt es sich die bearbeiteten Szenen und Themen in der **weiteren Arbeit mit der Gruppe** noch einmal aufzugreifen

# Die Rituale der Integrationsphase



# Psychodramatische Arrangements

# Psychodramatische Arrangements

- Unter einem Arrangement kann man die **Gesamtorganisation oder Gesamtstrategie** des technischen Vorgehens verstehen
- In der psychodramatischen Arbeit haben sich mehr oder weniger komplexe Arrangements herausgebildet, die als **Inszenierungsideen** genutzt werden, um die Aktion auf der Bühne zu organisieren
- Zum Teil sind sie lange erprobt (wie der magic shop), teilweise wurden sie für die Bedürfnisse einzelner Formate neu entwickelt

# Beispiele für psychodramatische Arrangements

- Magic shop
- Traumdrama
- Märchenspiel
- Soziales Atom
- Kulturelles Atom
- Timeline-Arbeit
- Rollenerweiterung („Antirollen-Spiel“)
- Gruppenspiel
- Aufstellungen
- Schach-Soziometrie (Egon Hartwig)
- Paarlandkarte
- Landkarte für Change-Prozesse (Traute Müller)
- Arrangements für das Kinderpsychodrama. Z.B. Arbeit mit Tierfiguren in Trennungsfamilien (Alfons Aichinger)



# Anleihen bei anderen Verfahren

# Technische Anleihen bei anderen Verfahren

- Das Psychodrama hatte eine große **Inspirationskraft** für andere Verfahren. Viele Techniken und Arrangements sind von anderen Verfahren übernommen worden
- Es hat aber auch eine große **Integrationskraft**. Viele Techniken und Arrangements anderer Verfahren können im Gruppenprozess und auf der Bühne gut eingesetzt werden
- Die folgenden Techniken stehen exemplarisch für die vielen Möglichkeiten, Ideen anderer Verfahren in die psychodramatische Arbeit zu integrieren

# Beispiele für technische Anleihen bei anderen Verfahren

- **Gruppendynamische** Übungen
- Skalierungstechniken der **Verhaltenstherapie**
- Inszenierung von Widerständen (**Psychodynamik**)
- Arrangements aus der **Trauma-Arbeit** (z.B. Inszenierung des sicheren Ortes, Arbeit mit der Fernbedienung)
- Inszenierung der Instanzen der **Transaktionsanalyse**
- Auftragskarussell (**Systemisches Arrangement**)
- Inneres Team (**Schulz von Thun**)
- Spielformen des **Bibliodramas**
- **Playback-Arrangements**